

<<眼保健操图解>>

图书基本信息

书名：<<眼保健操图解>>

13位ISBN编号：9787303094936

10位ISBN编号：7303094938

出版时间：1970-1

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<眼保健操图解>>

内容概要

《眼保健操图解(2008新版)》主要内容：眼保健操所涉及的穴位都是中医眼科临床的常用穴位，主要有太阳穴、四白穴、风池穴、耳垂部的眼穴。

上眼眶的常见穴位包括攒竹穴、鱼腰穴和丝竹空穴；位于头部的督脉穴位包括神庭、前顶、百会、后顶等。

眼保健操通过对眼睛周围及相关穴位的按摩可增强眼部血液循环，缓解视疲劳，起到保护视力的作用。

<<眼保健操图解>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>