

<<一学就会手足按摩治百病>>

图书基本信息

书名：<<一学就会手足按摩治百病>>

13位ISBN编号：9787501975464

10位ISBN编号：7501975469

出版时间：2010-4

出版时间：轻工

作者：中医养生保健读本系列丛书编委会

页数：95

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>

<<一学就会手足按摩治百病>>

内容概要

见大医学的手足按摩，增强人体免疫力。

本书内容包括不可不知的手足按摩知识；简单易学的手足按摩步骤；调养常见疾病的手足部按摩技巧；十种常见按摩指法，百种常见疾病按摩疗法，65个人体反射区图解，打造一本永保健康的手足按摩经典之作。

<<一学就会手足按摩治百病>>

书籍目录

第一章 观手足知全身 什么是手疗、足疗 手掌对应部位图示 手背对应部位图示 手掌部针穴图示 手背部针穴图示 手部经穴图示 第2掌骨桡侧、第5掌骨尺侧穴位图示 足底对应部位图示 足背对应部位图示 足内侧对应部位图示 足外侧对应部位图示第二章 手足按摩须知 按摩手部道具 按摩手部操作法 按摩足部道具 按摩足部操作法 手足按摩的禁忌与注意事项第三章 手足按摩治百病 神经性头痛 眩晕 失眠 面瘫 耳鸣 慢性鼻炎 牙痛 慢性咽炎 颈椎病 哮喘 咳嗽 肩周炎 支气管炎 胸闷 感冒 慢性胃炎 糖尿病 腰肌劳损 手足凉 偏瘫 便秘 关节炎 前列腺炎 阳痿 早泄 痛经 月经不调 妊娠呕吐 不孕 白带增多 高血压 高血脂 低血压 贫血 神经衰弱 肥胖症 更年期综合征

<<一学就会手足按摩治百病>>

编辑推荐

按摩有保健和治疗的功效，方便、高效又无毒副作用，不但能祛痛、祛病。

还能提高免疫机能和抗病能力，预防和减少各种疾病的发生。

按摩适合那些处于似病非病的亚健康状态或有一些慢性疾病的老年人和工作、学习太累，更年期及精神压力太大的人群。

《一学就会手足按摩治百病》详细介绍了手部、足部的穴位和反射区，并图文并茂的方式介绍了通过手部、足部的穴位按摩治疗百种疾病。

<<一学就会手足按摩治百病>>

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>