

<<图解特效穴位祛病法>>

图书基本信息

书名：<<图解特效穴位祛病法>>

13位ISBN编号：9787510105739

10位ISBN编号：7510105730

出版时间：2011-1

出版时间：中国人口出版社

作者：王彤 著

页数：209

字数：150000

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>

<<图解特效穴位祛病法>>

内容概要

专家既教你从十二经脉、奇经八脉上整体认识穴位，又教你快速简易地找准穴位；既教你按摩、艾灸、刮痧、拔罐、放血、贴敷等常用穴位养生法，又教你灵活选穴配穴的技巧，自己给自己开穴位养生处方：这一切让你学会从头到脚全方位保养自己的身体。

本书系统而详尽地介绍了穴位的分类以及特定穴的概念，让读者对“特效”这个概念有了明确的认识，以上种种，一定会为读者的健康带去面面俱到的关怀。

<<图解特效穴位祛病法>>

书籍目录

第一章 特效穴位 【壹】穴位分类 一、经穴 二、奇穴 三、阿是穴 【贰】特效穴位 一、特效穴位的概念 二、常用的穴位 【叁】特定穴 一、特定穴的意义 二、特定穴的分类和特点 1. 五腧穴 2. 十二原穴 3. 十五络穴 4. 背俞穴 5. 脏腑募穴 6. 十六郄穴 7. 八会穴 8. 六腑下合穴 9. 八脉交会穴 10. 交会穴 【肆】常用取穴法 一、根据身体标志取穴 二、利用手指度量取穴 三、骨度分寸法取穴 四、简便定位法取穴 五、取穴的注意事项第二章 关面部特效穴位第三章 颈肩部特效穴位第四章 胸腹部特效穴位第五章 腰背部特效穴位第六章 上部特效穴位第七章 下部特效穴位第八章 八大最具特效的穴位第九章 四季养生保健大穴第十章 享受“性”福的特效穴位

<<图解特效穴位祛病法>>

编辑推荐

一学就会的全身按摩保健疗疾手册。

<<图解特效穴位祛病法>>

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>