

<<保健按摩100招>>

图书基本信息

书名：<<保健按摩100招>>

13位ISBN编号：9787530835531

10位ISBN编号：753083553X

出版时间：2004-1

出版时间：天津科学技术出版社

作者：周华龙，沈志 主编，江浩，高辉 编著

页数：209

字数：121000

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>

## <<保健按摩100招>>

### 内容概要

保健按摩属于传统的自然疗法，有着悠久的历史，堪称祖国医学中的瑰宝。

在保健按摩过程中，操作者运用手指或手掌，通过各种手法作用于体表部位，改善血液循环，促进新陈代谢，进而发挥养生防病、延年益寿的功效。

保健按摩以促进健康为目的，有病治病，无病强身，尤其适用于改善亚健康状态；而且大多可自我操作或家庭成员之间相互操作，具有不受时间、环境的限制，方法简单操作方便，安全有效的特点；有利于消除疲劳、振奋精神，恢复体力，防病治病，延年益寿，因此，深受人们的欢迎。

本书图文并茂，是保健按摩100招之一，以适应调治人体各个部位病变的不同需求。

正文每一视面上介绍一种病症的按摩疗法，以方便读者阅读、操作。

值得提醒读者的是对于一些慢性病的保健按摩必须持之以恒，否则，难以得到预期的效果。

愿本丛书给广大读者带来健康！

<<保健按摩100招>>

书籍目录

绪论1 休克2 中暑3 肥胖4 消瘦5 咳嗽（风热型）6 咳嗽（风寒型）7 胸痹8 哮喘（肺肾虚弱型）9 哮喘（痰饮留伏型）10 哮喘（外邪侵袭）11 郁证（肝郁化火）12 郁证（肝气郁结）13 焦虑14 脏躁15 胁痛16 呃逆17 积滞18 食管性暖气19 食管弥漫痉挛20 食管贲门松弛21 幽门痉挛22 膈肌痉挛23 胃脘痛（脾胃虚寒型）24 胃脘痛（饮食伤胃型）25 胃脘痛（肝气犯胃型）26 胃脘痛（寒邪犯胃型）27 慢性胃火28 消化性溃疡29 胃黏膜脱垂症30 胃肠气胀症31 胃肠神经官能症32 胃下垂33 胃切除后营养不良34 胃弱症35 十二指肠炎36 食物中毒37 肝炎后综合征38 胆绞痛（急性）39 胆绞痛（慢性）40 慢性胰腺炎41 肠梗阻42 肠粘连43 肠痉挛44 溃疡性结肠炎45 病毒性肠炎.....

<<保健按摩100招>>

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>