

<<图解在家按摩>>

图书基本信息

书名：<<图解在家按摩>>

13位ISBN编号：9787533540197

10位ISBN编号：7533540190

出版时间：2012-6

出版时间：福建科技出版社

作者：李健

页数：253

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>

<<图解在家按摩>>

前言

人们希望有这样防病健身的方法——可以不受场地的限制，无须特殊的器械设备，随时随地都可以进行，既疗效显著，又经济实惠。

.....中医传统按摩手法没有药物副作用，无损伤，且简单有效，在如今收到更多养生达人的青睐。

<<图解在家按摩>>

内容概要

按摩通过对人体穴位、经脉的物理刺激，激发人体免疫系统的功能，增强人体的自愈能力，最终使人体达到阴阳平衡、气血调和、内外协调的健康状态。
本书在通俗易懂的文字描述基础上，搭配了大量的取穴图和真人按摩示范图，为读者提供更全面、更易操作的治疗方案。

<<图解在家按摩>>

作者简介

李健：出身于传统中医世家，从小受到中医氛围的感染和熏陶，具备深厚的中医诊断与治疗功底。毕业于南京医学院中西医结合专业，多年来致力于中医保健和食疗养生的研究。

<<图解在家按摩>>

书籍目录

- 第一章 按摩准备
- 第二章 人体重要的28个健康大穴
- 第三章 按摩治疗幼儿疾病
- 第四章 按摩治疗妇科男科病
- 第五章 按摩治疗内科疾病
- 第六章 按摩治疗外科疾病
- 第七章 按摩调理慢性病
- 第八章 按摩治疗五官疾病
- 第九章 按摩疗法舒缓压力
- 第十章 穴位按摩美容法
- 第十一章 穴位按摩塑身法

<<图解在家按摩>>

章节摘录

插图：

<<图解在家按摩>>

编辑推荐

《图解在家按摩:中医按摩疾病一扫光》为读者提供了关于常见病症按摩十分丰富且实用的知识。既有穴位的准确定位图,又有关键穴位的取穴图解,每种治疗方法还给读者提供了真人按摩的图示供读者参照。

即便是没有经验的读者也能通过阅读本书对于89种病症以及18种美容塑身常见的小问题,进行准确地操作,取得较好的治疗效果。

<<图解在家按摩>>

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>