

<<慢性病运动妙法>>

图书基本信息

书名：<<慢性病运动妙法>>

13位ISBN编号：9787535749604

10位ISBN编号：7535749607

出版时间：2007-8

出版时间：湖南科学技术出版社

作者：欧广升，胡银燕 著

页数：220

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>

## <<慢性病运动妙法>>

### 内容概要

《慢性病运动妙法》从运动体育疗法、运动康复学、中医养生学等多学科角度，阐述了运动疗法的基础知识，详细介绍了运动疗法的特点、运动项目的选择以及运动方法和注意事项等内容。书中重点介绍了临床各科常见慢性病适用的运动疗法，以及功能训练等相关知识，融古今运动保健医学知识为一体，为慢性病病人的康复提供最佳的运动方案。

## &lt;&lt;慢性病运动妙法&gt;&gt;

## 书籍目录

一、运动疗法的起源与发展前景 / 1 二、运动疗法的基础知识 / 31 . 运动疗法的作用机制 / 32 . 运动疗法的适应证及禁忌 / 43 . 运动疗法的项目选择 / 54 . 运动疗法的注意事项 / 5 三、常用的运动疗法 / 71 . 五禽戏疗法 / 72 . 易筋经深层疗法 / 133 . 八段锦疗法 / 214 . 十二段锦疗法 / 265 . 十六段锦疗法 / 286 . 床上八段锦疗法 / 297 . 太极拳保健疗法 / 328 . 练功十八法保健疗法 / 519 . 六字气诀疗法 / 5710 . 呼吸静功疗法 / 5911 . 一秤金疗法 / 6012 . 灵剑子导引疗法 / 6113 . 灵剑子引导子午记疗法 / 6314 . 玄鉴导引疗法 / 6515 . 老予按摩疗法 / 6616 . 天竺国按摩疗法 / 6917 . 周身按摩疗法 / 7118 . 拍击脏腑疗法 / 7319 . 五脏导引疗法 / 7420 . 老人导引疗法 / 7521 . 分行外功疗法 / 77 四、常见慢性病家庭保健运动 / 841 . 内科病症 / 84 慢性支气管炎 / 84 冠心病 / 88 高血压病 / 95 肢体瘫痪 / 98 失眠 / 103 风湿性疾病 / 105 慢性肠胃病 / 109 老年性便秘 / 110 糖尿病 / / 113 甲状腺功能亢进症 / / 116 慢性肾小球肾炎 / 1182 . 外、伤科病症 / 121 颈椎病 / 121 肩关节周围炎 / 124 增生性腰椎综合征 / 129 腰椎间盘突出症 / 133 膝关节骨质增生 / / 1363 . 男科病症 / 138 男性功能障碍 / 138 慢性前列腺炎 / 1414 . 妇科病症 / 143 痛经 / 143 闭经 / 146 慢性盆腔炎 / 1485 . 儿科

<<慢性病运动妙法>>

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>