

<<图解小穴位大健康>>

图书基本信息

书名：<<图解小穴位大健康>>

13位ISBN编号：9787538168570

10位ISBN编号：7538168575

出版时间：2011-7

出版时间：辽宁科技

作者：马彦红 编

页数：231

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>

<<图解小穴位大健康>>

内容概要

本书在保证权威性、科学性、最科学、实用的的基础上把复杂、深奥的穴位知识以通俗易懂的形式呈现给大家，百余个穴位成就您的健康体魄，这些穴位背后的故事更会给您更多的启发。您可以随时随地、不受限制的利用特效穴位的按摩来创造自己的健康人生。简单、便捷、经济、安全，这样的养生保健方法您不该错过！

<<图解小穴位大健康>>

作者简介

马彦红

女，北京中医药大学针灸推拿专业硕士，现任中国人民解放军第305医院门诊部副主任兼理疗科主任、副主任医师，全军针刀专业委员会委员，北京市针刀专业委员会委员，中国针灸学会经筋专业委员会委员，从事针灸、针刀、理疗康复临床治疗工作，有深厚的中医学理论基础及丰富的临床经验，对针灸、针刀治疗脊柱相关病、慢性软组织损伤等疾病有独特疗效。

出版专著1部，发表论文及科普文章50余篇，获军队科技进步三等奖2项，多次在中央人民广播电台、北京人民广播电台、山东电视台等做健康科普讲座。

李月 现任中国人民解放军第174医院康复理疗科主任、副主任医师。

朱宏 现任中国人民解放军第306医院中医科主治医师。

<<图解小穴位大健康>>

书籍目录

Part 1 小穴位、大功效

头、面、颈部常用穴位

迎香穴
头维穴
扶突穴
四白穴
承泣穴
人迎穴
颧髎穴
地仓穴
颊车穴
通天穴
下关穴
哑门穴
脑户穴
听宫穴
风府穴
前顶穴
神庭穴
水沟穴
强间穴
百会穴
廉泉穴
耳门穴
颊息穴
风池穴
丝竹空穴

胸、腹、腰、背、臀部常用穴位

中府穴
府舍穴
周荣穴
大包穴
商曲穴
神封穴
大赫穴
大横穴
横骨穴
育俞穴
气穴
俞府穴
章门穴
身柱穴
中极穴
会阴穴
膻中穴

<<图解小穴位大健康>>

关元穴

阴交穴

会阳穴

长强穴

神阙穴

上腕穴

大杼穴

肩中俞穴

风门穴

命门穴

上肢部位常用穴位

尺泽穴

孔最穴

阳溪穴

下廉穴

极泉穴

青灵穴

小海穴

肩贞穴

天宗穴

曲泽穴

天井穴

列缺穴

经渠穴

太渊穴

鱼际穴

少商穴

内关穴

大陵穴

少府穴

商阳穴

神门穴

二间穴

三间穴

中冲穴

合谷穴

少冲穴

关冲穴

液门穴

劳宫穴

中渚穴

阳池穴

外关穴

少泽穴

后溪穴

前谷穴

腕骨穴

<<图解小穴位大健康>>

阳谷穴

养老穴

四缝穴

下肢部位常用穴位

三阴交穴

血海穴

承扶穴

复溜穴

殷门穴

承筋穴

承山穴

筑宾穴

环跳穴

阳陵泉穴

阳交穴

曲泉穴

足五里穴

阴廉穴

足三里穴

涌泉穴

然谷穴

太溪穴

大钟穴

水泉穴

照海穴

大墩穴

行间穴

太冲穴

中封穴

隐白穴

大都穴

公孙穴

商丘穴

解溪穴

冲阳穴

陷谷穴

内庭穴

厉兑穴

丘墟穴

足临泣穴

地五会穴

侠溪穴

足窍阴穴

昆仑穴

仆参穴

申脉穴

金门穴

<<图解小穴位大健康>>

京骨穴

束骨穴

至阴穴

Part 2 穴位是每个人的随身药囊

Part 3 让我们的身体从头到脚都轻松

Part 4 献给每一位老年人的特效穴位养生经

Part 5 让父母放心、孩子健康的贴身呵护

Part 6 求医不如求己——对大多数疾病都不是疑难杂症

Part 7 美丽与健康同行

<<图解小穴位大健康>>

章节摘录

版权页：插图：

<<图解小穴位大健康>>

编辑推荐

《图解小穴位大健康》：穴位可以比作中药，每一个穴位都有神奇的功效，我们的祖先在不断的亲身验证下，为后人留下了穴位养生的绝学。

资深医师的亲自示范，让您快速学会穴位按摩的方法和深意，掌握健康长寿的秘诀。

<<图解小穴位大健康>>

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>