

<<鼻炎自我按摩图解>>

图书基本信息

书名：<<鼻炎自我按摩图解>>

13位ISBN编号：9787538429879

10位ISBN编号：7538429875

出版时间：2004年7月1日

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：刘明军

页数：112

字数：104000

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>

## <<鼻炎自我按摩图解>>

### 内容概要

自我按摩疗法，最早见于我国西汉时期的马王堆出土文物中，发展于现代。

现在人们非常注重自我保健，自我按摩不同于其他形式的按摩，它强调自己动手，能够及时解除病痛，加大了自身的运动量，提高了身体素质，增添了生活乐趣。

自我按摩简便易学，无需特殊的器械设备，不受场地的限制，疗效显著，安全可靠。

无需去医院，不需花钱，既经济又实惠。

全书分为常识篇、经穴篇、手法篇、治疗篇和调护篇。

本书图文并茂，通俗易懂，图像清晰，实用性强，适应面广，既突出了按摩疗法的特点，又兼顾了鼻炎的饮食、起居、用药等内容，是医疗、家庭保健很有价值的参考书。

我们希望本书的问世，能给广大读者带来益处。

## <<鼻炎自我按摩图解>>

### 书籍目录

常识篇 何谓鼻炎 何谓自我按摩 自我按摩治疗鼻炎有哪些特点 治疗鼻炎的疗程是如何规定的 自我按摩治疗鼻炎时应注意什么 什么情况下不能自我按摩治疗鼻炎 经穴篇 何谓经络及走向 自我按摩穴位应如何定位 治疗鼻炎体部常用穴位 治疗鼻炎耳部常用穴位及反射区 治疗鼻炎足部常用反射区 治疗鼻炎手部常用穴位及反射区 手法篇 自我按摩治疗鼻炎手法特点 自我按摩治疗鼻炎体部常用手法 自我按摩治疗鼻炎耳部常用手法 自我按摩治疗鼻炎足部常用手法 自我按摩治疗鼻炎手部常用手法 治疗篇 体部自我按摩治疗鼻炎 耳部自我按摩治疗鼻炎 足部自我按摩治疗鼻炎 手部自我按摩治疗鼻炎 简易自我按摩治疗鼻炎调护篇 鼻炎的精神调护 鼻炎的起居调护 鼻炎的饮食调护 鼻炎的中西成药 治疗鼻炎的单方 治疗鼻炎的验方

<<鼻炎自我按摩图解>>

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>