

<<按摩治疗高血脂>>

图书基本信息

书名：<<按摩治疗高血脂>>

13位ISBN编号：9787538440331

10位ISBN编号：753844033X

出版时间：2009-1

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：良石 等主编

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>

<<按摩治疗高血脂>>

前言

快捷的生活节奏和繁重的工作压力，让现代人的身体遭受着前所未有的挑战。

但人们却往往无暇顾及自己的身体，以致酿成大病。

只有在各种疾病纷纷袭来时，人们才为失去的健康追悔莫及。

与其花费巨额费用购买昂贵的药品，还不如在每一个平常的日子里对身体多加关爱。

中医按摩就是这样一种适合日常保健的防病治病方法。

它无创伤、无痛苦、无副作用，是一种自然的养生祛病方法。

对于喜欢便利的现代人来说，按摩是一种简单、直观、便于操作的治疗手段，不受时间、地点和条件的限制，而且不会占用太多的时间，十分实用。

为了帮助人们更好地预防和治疗疾病，我们特意编写了这套丛书，帮助人们用简单的按摩来维护身体的健康。

可以说，这是一套实用的家庭治疗手册，你足不出户就能够自己动手治疗疾病。

<<按摩治疗高血脂>>

内容概要

高血脂是中老年人的常见病高脂血症的俗称，可引发各种心脑血管病，是威胁中老年人生命的主要祸首。

本书立足于高血脂患者的日常保健，从对高血脂的按摩治疗方法入手，全面介绍了手部、足部、耳部、头部、全身穴位及反射区等按摩治疗高血脂的方法，对于相应部位的穴位和反射区的选择进行了细致地说明，并配有相应的图片，可以说是图文并茂。

对于高血脂患者来说，这是一本有益的书，特别有益于高血脂患者的日常护理和自我治疗。

<<按摩治疗高血脂>>

作者简介

马惠芳博士，女，北京中医药大学针灸学院副教授，硕士生导师，毕业于北京中医药大学基础医学院

。主要从事中医针灸临床及教学20余年，教学及临床经验丰富。

曾发表论文20余篇，主编教材及专业书籍多部，参加编写专业及科普书篇30多部。

曾先后赴意大利、新加坡等国家讲学，积累

<<按摩治疗高血脂>>

书籍目录

- 一、巧用按摩降血脂 1.按摩治疗高血脂的原理 2.按摩治疗高血脂的优点 3.按摩治疗高血脂的常用手法
- 二、手部按摩治疗高血脂 1.手部降血脂的按摩选穴 2.手部按摩穴位降血脂的操作方法 3.手部降血脂的按摩反射区选择 4.手部按摩反射区降血脂的操作方法
- 三、足部按摩治疗高血脂 1.足部降血脂的按摩选穴 2.足部按摩穴位降血脂的操作方法 3.足部降血脂的按摩反射区选择 4.足部按摩反射区降血脂的操作方法
- 四、头部按摩治疗高血脂 1.头部降血脂的按摩选穴 2.头部按摩穴位降血脂的操作方法 3.头部降血脂的按摩反射区选择 4.头部按摩反射区降血脂的操作方法
- 五、耳部按摩治疗高血脂 1.耳部降血脂的按摩选穴 2.耳部按摩穴位降血脂的操作方法
- 六、全身按摩治疗高血脂 1.全身降血脂的按摩选穴 2.全身按摩穴位降血脂的操作方法

<<按摩治疗高血脂>>

章节摘录

插图：

<<按摩治疗高血脂>>

编辑推荐

《按摩治疗高血脂》：按摩治疗常见病系列。

中医按摩是一种适合日常保健的防病治病方法他无创伤、无痛苦、无副作用，是一种自然的养生祛病方法，对于喜欢便利的现代人来说，按摩是一种简单、直观、便于操作的治疗手段，不受时间、地点和条件的限制，而且不会占用太多的时间，十分实用。

中医按摩是一种适合日常保健的防病治病方法。

他无创伤、无痛苦、无副作用，是一种自然的养生祛病方法。

对于喜欢便利的现代人来说，按摩是一种简单、直观、便于操作的治疗手段，不受时间、地点和条件的限制，而且不会占用太多的时间，十分实用。

<<按摩治疗高血脂>>

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>