第一图书网, tushu007.com

# <<孕产妇保健按摩图解>>

## 图书基本信息

书名：<<孕产妇保健按摩图解>>

13位ISBN编号：9787538838213

10位ISBN编号：753883821X

出版时间：2002-1

出版时间：黑龙江科学技术出版社

作者：张晓峰

页数：68页

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

第一图书网, tushu007.com



## 内容概要

本书内容包括：妊娠常见病防治按摩、产后常见病防治按摩、孕产妇其他常见病症状的保健按摩、孕产妇美容保健整体按摩等。

第一图书网, tushu007.com

# <<孕产妇保健按摩图解>>

## 书籍目录

一、妊娠常见病防治按摩妊娠呕吐妊娠腹痛胎漏、胎动不安妊娠心烦妊娠水肿妊娠眩晕妊娠痫证妊娠失音妊娠小便异常妊娠小便不通妊娠胎儿发育迟缓二、产后常见病防治按摩产后便秘产后小便异常产后自汗、盗汗产后身痛产后缺乳产后恶露不绝产后腹痛三、孕产妇其他常见病症的保健按摩头痛鼻塞面肌痉挛嗅觉异常上眼睑瞤动下眼睑瞤动咽喉肿痛音哑疲劳抽筋胎位不正心悸情绪不稳反酸尿潴留浮肿视物不清乳腺炎四、孕产妇美容保健整体按摩面部除皱面部黄褐斑、雀斑减月巴乳房保健头发的保健面部保健上肢部保健腰背部保健下肢部保健附：穴位图

## 章节摘录

插图：乳房，是女子身体曲线中引人注目的部位，是青春女子成熟与否的标志，因此，胸部丰满，坚挺是女性健美的突出标志，也是身体发育良好的重要特征。
乳房是一堆柔软的脂肪组织，用以保护并覆盖乳腺。
它由一对胸肌托起，左右各一。
由于乳房下方没有任何支撑的东西，因此胸肌有很重的负担，乳房越大，胸肌负担越重。
胸肌发达，乳房才能保持朝上的位置。
无论乳房人或小，一旦松垂，缺乏弹性，就失去了美。
按摩可以调整乳房的形状，促进发育，除去乳房周围多余的脂肪，使其富于弹性，向上挺起，显示出胸部的曲线美。
乳房肌肉的纹理走向是环状的。
乳房自我按摩，对于青春期的女性和不同年龄的妇女，是非常合适的，也是健胸、丰乳的重要措施，它既能改善血液循环，又能间接刺激垂体分泌雌激素，有利于乳房发育和代谢，使之丰满、健美。

## 编辑推荐

《孕产妇保健按摩图解》是由黑龙江科学技术出版社出版的。

第一图书网, tushu007.com



## 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