

## <<脊柱健康自我疗法>>

### 图书基本信息

书名：<<脊柱健康自我疗法>>

13位ISBN编号：9787543312906

10位ISBN编号：7543312905

出版时间：2006-1

出版时间：天津翻译

作者：甲田光雄

页数：155

字数：80000

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>

## <<脊柱健康自我疗法>>

### 内容概要

您有疲劳综合征吗？

您有脚部病痛吗？

您有颈椎、腰椎病痛吗？

您的孩子是否发育迟缓？

您的孩子是否脊柱不正，身材矮小？

您会在本书中找到答案！

<<脊柱健康自我疗法>>

作者简介

作者：(日)甲田光雄

## <<脊柱健康自我疗法>>

### 书籍目录

第一章 脊柱不正是万病之源 1 从“脊梁”变成“脊柱” 2 不良习惯姿势导致脊柱不正 3 脊柱不正与疾病的关系 第二章 五招脊柱健康法 1 金鱼摆尾运动 2 腹背运动 3 手掌脚掌运动 4 毛细血管运动 5 睡木板床和硬木枕 第三章 用脊柱健康法治疗八种疾病 1 颈腕疼痛症的疗法 2 支气管哮喘的疗法 3 胃部疾病的疗法 4 胆结石的疗法 5 坐骨神经痛的疗法 6 足部疾病和慢性疲劳综合征的治疗 7 扁平足的疗法 第四章 与其一吨的治疗不如一克的预防 1 钙质对骨骼的补充作用 2 腰痛体操预防腰病 3 “温冷浴”消除运动后疲劳症 4 生菜饮食疗法 5 腹背运动改善手相，增强手的握力 6 健康法矫正孩子脊柱侧弯症 7 健康法防治生理痛及其他特异性反应 8 健康法治疗肾脏疾病 9 鞋子与脊柱侧弯的关系 10 通向问卷调查关注儿童的健康

## <<脊柱健康自我疗法>>

### 媒体关注与评论

书评工作压力重重，五种方法一身轻松，抬头挺胸充满自信，成功好运伴随一生。

## <<脊柱健康自我疗法>>

### 编辑推荐

《脊柱健康自我疗法:让您无病一身轻》给您介绍一个健康的方法，一读就懂，一用就灵。

<<脊柱健康自我疗法>>

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>