

<<足反射疗法图谱>>

图书基本信息

书名：<<足反射疗法图谱>>

13位ISBN编号：9787560534350

10位ISBN编号：756053435X

出版时间：1970-1

出版时间：西安交通大学出版社

作者：幸小玲 著

页数：257

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>

## <<足反射疗法图谱>>

### 前言

老年人是我们国家的财富，他们曾为新中国的建设立下了汗马功劳，年岁大了病痛就多了，全社会都在关心着老年人的生活和健康。

我们发挥自身优势，针对老年人常见的健康问题，编写这本《足反射疗法图谱长寿老人篇》，希望对老年人的健康有所帮助。

卫生部文件明确指出“足反射法是一种简便、易行、效果显著、无副作用的防病治疗自我保健方法。足反射疗法就是一种通过按摩刺激足部相应反射区，而达到调整身体健康目的的绿色疗法。

因其安全有效、操作简单、无毒副作用、疗效持久，尤其适合老年人日常保健及治疗疾病。

本书分为三篇，第1篇足反射疗法基础知识，介绍了足反射疗法的作用、机理、特点、适应证及禁忌证、注意事项、正常反应、手法、操作等内容。

第2篇老年人长寿保健调理治疗的足反射区，详细介绍了运动系统、消化系统、内分泌系统、呼吸系统、泌尿系统、神经系统、循环系统、生殖系统、感觉系统、淋巴系统相关各反射区的定位、手法、适应证等内容。

第3篇常见老年病症对症治疗，详细介绍39种老年最常见健康问题的足反射疗法调理的具体步骤，并简要介绍足部药浴方、食疗方等其他治疗方法。

本书的特点：图文并茂、操作简单、实用性强。

既可以系统学习足反射疗法为老年人的健康进行调理；也可以根据老年人自身情况“对号入座”，按照书中介绍的步骤去操作，坚持下去就会达到养生保健的目的。

坚持下去就可起到保健养生的作用。

为了便于读者理解操作中的技巧，我们特别录制了由周新老师亲自操作的老年健康足反射疗法调理操作VCD附于书后供读者参考。

本书适合中老年人、关心中老年人健康的儿女及足反射疗法从业人员、医务人员阅读。

编写书过程中参阅了大量文献，由于篇幅有限，不一一罗列，在此非常感谢这些文献的作者。

由于水平有限，书中难免有不足之处，敬请各位专家、读者提出宝贵意见，以便下版修改。

## <<足反射疗法图谱>>

### 内容概要

《足反射疗法图谱：长寿老人篇》分为三篇，第1篇足反射疗法基础知识，介绍了足反射疗法的作用、机理、特点、适应证及禁忌证、注意事项、正常反应、手法、操作等内容。

第2篇老年人长寿保健调理治疗的足反射区，详细介绍了运动系统、消化系统、内分泌系统、呼吸系统、泌尿系统、神经系统、循环系统、生殖系统、感觉系统、淋巴系统相关各反射区的定位、手法、适应证等内容。

第3篇常见老年病症对症治疗，详细介绍39种老年最常见健康问题的足反射疗法调理的具体步骤，并简要介绍足部药浴方、食疗方等其他治疗方法。

《足反射疗法图谱：长寿老人篇》的特点：图文并茂、操作简单、实用性强。

既可以系统学习足反射疗法为老年人健康进行调理，也可以根据老年人自身情况“对号入座”，按照书中介绍的步骤去操作，出效果。

为了便于读者理解操作中的技巧，我们特别录制了由周新老师亲自操作的老年健康足反射疗法调理操作VCD附于书后供读者参考学习。

《足反射疗法图谱：长寿老人篇》适合中老年人、关心中老年人健康的儿女及足反射疗法从业人员、医务人员阅读。

## <<足反射疗法图谱>>

### 书籍目录

第1篇 神奇的足反射疗法一、足反射法的作用、机理二、足反射法的特点三、适应证及禁忌证四、注意事项五、正常反应六、手法七、操作八、时间与疗程第2篇 老年人寿保健调理治疗的足反射区一、运动系统相关反射区二、消化系统相关反射区三、内分泌系统相关反射区四、呼吸系统相关反射区五、泌尿系统相关反射区六、神经系统相关反射区七、循环系统相关反射区八、生殖系统相关反射区九、感觉系统相关反射区十、淋巴系统相关反射区第3篇 常见老年病症对症治疗一、落枕二、颈椎病三、肩周炎四、肱骨外上髁炎五、胸肋岔气六、急性腰扭伤七、腰肌劳损八、腰椎退行性脊柱炎九、腰椎间盘突出症十、增生性膝关节炎十一、跟痛症十二、感冒十三、老年慢性支气管炎十四、高血压病十五、冠心病十六、糖尿病十七、慢性胆囊炎十八、慢性胃炎十九、胃下垂二十、五更泻二十一、便秘二十二、失眠二十三、中风后遗症二十四、帕金森氏病二十五、老年痴呆症二十六、老年性阳痿二十七、前列腺肥大症二十八、尿失禁二十九、更年期综合征三十、牙痛三十一、口腔溃疡三十二、慢性咽炎三十三、慢性鼻炎三十四、耳鸣耳聋三十五、梅尼埃病三十六、老年性白内障三十七、青光眼三十八、老年性皮肤搔痒三十九、神经性皮炎

## &lt;&lt;足反射疗法图谱&gt;&gt;

## 章节摘录

插图：足反射疗法能迅速将郁积在体内的毒素排出体外，使患者早日康复。

所以，作用迅速也是足反射疗法的一大特点。

在患者足部的反射区上，经常可以找到相应脏腑病变所产生的毒素沉积的硬块。

初步研究表明，这种沉积物是由尿酸晶体和其他毒素长期沉积而形成的，它严重地影响着人体的血液循环，从而影响了相应脏器的功能和人体的健康。

足反射相应反射区能把这种沉积的毒素通过泌尿系统和消化系统排出到体外，也可以通过皮肤出汗排出。

毒素排除后，人体内的血液循环功能迅速恢复正常，病变的器官也可以得到充分的营养而迅速恢复正常，从而迅速恢复人体健康。

经济实用目前，我国的经济发展很不平衡，许多地区的医疗条件尚不完善，尤其是边远地区，甚至缺医少药。

而且，医疗费对于家庭和社会来说都是一笔沉重的负担。

足反射疗法既不必服用药物，也不必备有医疗器械，只要一支按摩棒或一双手就可以防病治病了。

因此，学会足反射疗法，可以极大地节约医疗开支，节省许多宝贵时间，省时省钱又实用。

简便直观足反射疗法不需任何药物和医疗器械，也不讲究诊治场所，只凭视觉、触觉和痛觉，就可直接从足部反射区得知各脏腑、组织、器官的生理病理变化，及时作出诊断。

进行治疗时用双手或简单的按摩工具，甚至用我们日常生活的一些器具，如钢笔、筷子、硬币、钥匙等都可以施术治疗。

每日利用空余时间，按照书上所提供的处方，自我按摩或相互按摩30分钟，就可以达到防病治病的目的。

在按摩的同时，还可以看书、看电视、谈话、做手工活。

相对于我们现行的某些常规诊疗方法来说，足反射疗法应该说是更简单、更直观、更易行。

易于推广足反射疗法是一种无针、无药、无创伤、无副作用的物理疗法，是一种标本兼治的全身治疗方法。

尤其是对一些慢性病和痛症的治疗，能显示出其独特的疗效。

不但不受时间、地点、环境、条件的限制，而且具有易学、易掌握、易操作、方便灵活、见效快的优点。

足部反射区及穴位立体感明显、接受刺激面大、产生的生物功能多、向体内传导的信息量大。

因此，足反射疗法适应社会各阶层人士学习、掌握和应用，非常容易推广和普及。

## <<足反射疗法图谱>>

### 编辑推荐

《足反射疗法图谱:长寿老人篇》：足部反射区健康法是一种简便易行，效果显著、无副作用的防病治病自我保健方法。

<<足反射疗法图谱>>

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>