

<<运动治病手册>>

图书基本信息

书名：<<运动治病手册>>

13位ISBN编号：9787802084216

10位ISBN编号：7802084210

出版时间：2006-8

出版时间：人民日报出版社

作者：浦钧宗

页数：441

字数：300000

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>

<<运动治病手册>>

内容概要

现代医学研究证明，运动对绝大多数疾病能起到一定的预防和治疗作用，尤其对慢性疾病，运动治疗已成为一种不可缺少的治疗方法。

在发达国家运动治病已广为普及，在我国也已受到越来越多患者的重视。

运动治病能避免药物带来的副作用，增强患者体质，减少医药费开支，给广大患者带来实实在在的健康福音和经济实惠。

本书从临床角度出发，着重介绍了运动治病的原理、作用和方法，对一些高危疾病结合临床典型病例进行了分析和点评，对于常见的几十种病症，则介绍了一套行之有效的按摩治疗方法，并配有治疗图解或穴位示意图，让读者一看就懂，一学就会。

<<运动治病手册>>

作者简介

浦钧宗，男1934年出生于上海。
主要从事运动医学和康复医学研究，为我国运动医学专业开拓者之一。
1985年被评为研究员、教授、主任医师。
1984-1995年任北京医科大学运动医学研究所副所长兼党支部书记。
曾担任过中国体育科学学会理事，中国运动医学学会常委、副秘书长，中国

<<运动治病手册>>

书籍目录

前言卷首 日常运动与疾病防治 一、行跑运动疗法 二、器具运动疗法 三、反常运动疗法 四、按摩式运动疗法 五、手部运动疗法 六、注意事项

第一篇 常见慢性疾病的运动防治 第一章 颈椎病的运动防治 第二章 肩周炎的运动防治 第三章 腰椎间盘突出症的运动防治 第四章 腰背肌肉劳损的运动防治 第五章 骨质疏松症的运动防治 第六章 高脂血症的运动防治 第七章 高血压病的运动防治 第八章 冠心病的运动防治 第九章 中风偏瘫的运动防治 第十章 糖尿病的运动防治 第十一章 脂肪肝的运动防治 第十二章 慢性肝炎的运动防治 第十三章 慢性肾炎的运动防治 第十四章 慢性肠胃病的运动防治 第十五章 慢性呼吸系统疾病的运动防治 一、慢性支气管炎、肺气肿的运动疗法 二、支气管哮喘的运动疗法 三、支气管扩张症的运动疗法 四、肺结核的运动疗法

第二篇 其他常见病的运动防治 第一章 肥胖的运动防治 第二章 失眠、神经衰弱的运动防治 第三章 病毒性心肌炎的运动防治 第四章 颈肌筋膜炎的运动防治 第五章 骨关节炎的运动防治 第六章 类风湿性关节炎的运动防治 第七章 强直性脊柱炎的运动防治 第八章 脊柱畸形的运动防治 一、脊柱侧弯运动治疗图解 二、脊柱后凸运动治疗图解 三、脊柱前凸运动治疗图解 第九章 网球肘的运动防治 第十章 周围神经损伤 一、桡神经损伤治疗图解 二、腓总神经损伤治疗图解 第十一章 下肢静脉曲张的运动防治 第十二章 内脏下垂的运动防治 第十三章 痔疮、便秘的运动防治 第十四章 前列腺疾病的运动防治 第十五章 性功能障碍的运动防治

第三篇 女性常见疾病的运动防治 第一章 月经不调的运动防治 第二章 痛经的运动防治 第三章 乳腺增生的运动防治 第四章 盆腔炎的运动防治 第五章 围产期保健 第六章 子宫脱垂的运动防治 第七章 更年期综合征的运动防治 第八章 女性其他常见病症的运动按摩防治

第四篇 其他常见病症的自我按摩治疗 附录 一、八段锦 二、养生益寿法 三、简易太极剑 四、人体常用俞穴按摩与主治表 五、人体常用穴位

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>