

<<推拿养生 (图说养生丛书) >>

图书基本信息

书名：<<推拿养生 (图说养生丛书) >>

13位ISBN编号：9787805308418

10位ISBN编号：7805308411

出版时间：2001-12

出版时间：上海画报出版社

作者：赵善祥

页数：174

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>

<<推拿养生 (图说养生丛书) >>

书籍目录

序 健康在手上篇 话说推拿——举手之劳 医术元老 第一章 起源与发展 一、推拿的起源 二、推拿的发展 三、推拿的繁荣 第二章 推拿手法 一、按压类手法 二、捏拿类手法 三、摩擦类手法 四、摆动类手法 五、拍击振动类手法 六、活动关节类手法 第三章 推拿与经络腧穴 一、腧穴 二、经络中篇 自我保健——健康的金钥匙在您自己手中 第一章 头部自我推拿 一、浴面 二、修天庭 三、摩手熨目 四、手拭双目 五、捏目四眦 六、对修常居 七、灌溉中岳 八、俯按山源 九、推唇及龈 十、营治城郭 十一、上朝三元 十二、鸣天鼓 十三、抱枕 十四、抹项 十五、鸱视虎 第二章 胸部自我推拿 第三章 腹部自我推拿 第四章 腰部自我推拿 第五章 四肢自我推拿 第六章 眼部自我推拿 第七章 保健推拿下篇 医疗应用——伸出您的手，祛病痛魅力无穷 第一章 运动系统病症 第二章 神经系统病症 第三章 脏腑器官病症 第四章 妇儿病症

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>