

<<按摩强身祛疾病>>

图书基本信息

书名：<<按摩强身祛疾病>>

13位ISBN编号：9787806417669

10位ISBN编号：7806417664

出版时间：2005-1

出版时间：中原农民出版社

作者：张建福

页数：329

字数：192000

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>

<<按摩强身祛疾病>>

内容概要

中医按摩以无损伤、无毒副作用、疗效好而为世人所喜爱。

为了帮助读者能够成为自己和家人健康的按摩师，特请资深的按摩专定以简便实用为特点，采用图文并茂的形式，不讲高深的按摩理论，只教大家一看就懂、一学便会的方法。

重点介绍疗效好的全身各部健康法，如旋转眼球法、五指梳头法、咽津法等。

同时教大家自己穴位按压和家人帮助按摩治疗颈、肩、腰、腿痛，感冒，腹泻，月经不调，前列腺炎，肥胖等常见病和多发病。

跟着本书学，省时又健身；跟着本书练，省钱又治病。

<<按摩强身祛疾病>>

书籍目录

专家在线指压法及常用穴位 指压法 常用穴位按摩手法 常用按摩手法 特定手法 按摩介质 按摩疗法的一般规则及注意事项各部自我保健法 头部自我保健 眼部自我保健 耳部自我保健 鼻部自我保健 口腔自我保健 面部自我保健 颈部自我保健 上部自我保健 手部自我保健 胸部自我保健 腹部自我保健 腰部自我保健 下部自我保健 足部自我保健常见病的治疗 骨伤科疾病 落枕 颈椎病 下颌关节功能紊乱 肩关节周围炎 肩关节扭挫伤 网球肘 腕关节扭伤 腕管综合征 桡骨茎突狭窄性腱鞘炎 指屈肌腱腱鞘炎 急性腰扭伤 慢性腰肌劳损 腰椎间盘突出症 胸肋屏伤 股外侧皮神经痛 股内收肌损伤 梨状肌综合征 膝关节半月板损伤 髌骨软骨软化症 膝关节创伤性滑膜炎 增生性膝关节炎 腓肠肌痉挛 踝关节扭伤 蹠管综合征 跟痛症 妇科疾病 男科疾病 五官科疾病 内科疾病

<<按摩强身祛疾病>>

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>