

<<特效穴位及经络速查手册>>

图书基本信息

书名：<<特效穴位及经络速查手册>>

13位ISBN编号：9787506464277

10位ISBN编号：7506464276

出版时间：2010-7

出版时间：中国纺织出版社

作者：家庭养生课题组

页数：95

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>

<<特效穴位及经络速查手册>>

内容概要

《特效穴位及经络速查手册》是《家庭养生一日通》之一的《特效穴位及经络速查手册》分册，书中包括了：永葆健康的人体经络、养生祛病莫忘8大穴位与经络、滋养五脏的17大特效穴位与经络、特效穴位与经络的春季养生、性保健的特效穴位与经络等内容。

《特效穴位及经络速查手册》适合从事相关研究工作的人员参考阅读。

<<特效穴位及经络速查手册>>

书籍目录

第一章 特效穴位与经络——身体里的“保健专家”	永葆健康的人体经络	让百病莫侵的特效穴位			
一学就会的居家按摩手法	拔罐、刮痧、灸法同样值得尝试	第二章 养生祛病莫忘8			
大穴位与经络	足三里——身体安康的灵丹妙药	内关——保健美容的灵丹良药	合谷——功效广泛的止痛圣药		
神阙——返老还童的养生灵药	涌泉——脚上养生的广谱良药	百会——改善百病的凝神仙丹	足太阳膀胱经——全身病症的主疗医师	督脉——举足轻重的主任医师	
第三章 滋养五脏的17大特效穴位与经络	滋养肺的特效穴位与经络	滋养心的特效穴位与经络	滋养肝的特效穴位与经络	滋养脾的特效穴位与经络	滋养肾的特效穴位与经络
第四章 特效穴位与经络养生四季各不同	特效穴位与经络的春季养生	特效穴位与经络的夏季养生	特效穴位与经络的秋季养生	特效穴位与经络的冬季养生	第五章 性保健的特效穴位与经络
按一按，“性”福自然来	增强性功能的11大特效穴位	3天经络助你找回“性”福感			

<<特效穴位及经络速查手册>>

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>