

<<腰腿痛自然疗法>>

图书基本信息

书名：<<腰腿痛自然疗法>>

13位ISBN编号：9787508248073

10位ISBN编号：7508248074

出版时间：2008-1

出版时间：金盾

作者：尹国有

页数：232

字数：190000

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>

<<腰腿痛自然疗法>>

内容概要

书中简要介绍了腰腿痛的病因及常用的辅助检查方法，临床常见的腰腿痛疾病，中医对腰腿痛的认识，腰腿痛的预防等知识。

详细阐述了按摩、运动、艾灸、拔罐、敷贴、熏洗、药酒、药膳、沐浴等治疗腰腿痛的自然疗法。内容通俗易懂，方法简便实用，疗效可靠。

本书是腰腿痛患者家庭治疗和自我调养的必备用书，也可供基层医务人员参考。

<<腰腿痛自然疗法>>

书籍目录

一、基础知识 (一) 腰椎的解剖结构与力学特点 (二) 腰腿痛的概念及病因 (三) 腰腿痛常用的辅助检查 (四) 临床常见的腰腿痛疾病 (五) 中医对腰腿痛的认识 (六) 腰腿痛的预防二、按摩疗法治疗腰腿痛 (一) 按摩疗法的作用 (二) 常用的按摩手法 (三) 按摩治疗腰腿痛常用的穴位 (四) 腰腿痛常用的按摩方法 (五) 按摩疗法的注意事项三、运动锻炼缓解腰腿痛 (一) 运动锻炼对腰腿痛患者的作用 (二) 适合于腰腿痛患者的运动锻炼方法 (三) 运动锻炼应注意的几个问题四、艾灸疗法治疗腰腿痛 (一) 艾灸的种类 (二) 艾灸疗法的作用 (三) 适合于腰腿痛患者的艾灸处方 (四) 艾灸疗法的注意事项五、拔罐疗法治疗腰腿痛 (一) 罐具的种类 (二) 吸拔的方法 (三) 拔罐疗法的作用 (四) 腰腿痛患者的拔罐处方 (五) 拔罐疗法的注意事项六、敷贴疗法治疗腰腿痛 (一) 热敷法 (二) 泥敷法 (三) 药物敷贴法七、熏洗疗法治疗腰腿痛 (一) 熏洗疗法的作用 (二) 腰腿痛常用的熏洗方 (三) 熏洗疗法的注意事项八、药酒疗法治疗腰腿痛 (一) 制备药酒的方法 (二) 制备药酒常用的天然药物 (三) 治疗腰腿痛的药酒验方精选 (四) 药酒疗法的注意事项九、药膳疗法治疗腰腿痛 (一) 药膳的分类 (二) 药膳的特点 (三) 药膳的应用原则 (四) 药膳的烹调方法 (五) 腰腿痛患者常用的天然食物 (六) 适合于腰腿痛患者选用的药膳验方十、沐浴疗法治疗腰腿痛 (一) 热水浴 (二) 温泉浴 (三) 海水浴

<<腰腿痛自然疗法>>

编辑推荐

为了普及自然疗法，满足广大读者利用自然疗法治疗腰腿痛的需求，《腰腿痛自然疗法》从了解认识腰腿痛开始，简要介绍了腰椎的解剖结构与力学特点，腰腿痛的病因及腰腿痛常用的辅助检查，临床常见的腰腿痛疾病，中医对腰腿痛的认识，腰腿痛的预防等基础知识。之后，将常用的治疗腰腿痛的自然疗法，包括按摩疗法、运动疗法、艾灸疗法、拔罐疗法、敷贴疗法、熏洗疗法、药酒疗法、药膳疗法、沐浴疗法，逐一进行了详细介绍。

<<腰腿痛自然疗法>>

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>