

<<人体手足按摩祛病法>>

图书基本信息

书名：<<人体手足按摩祛病法>>

13位ISBN编号：9787512700178

10位ISBN编号：7512700172

出版时间：2011-6

出版时间：中国妇女出版社

作者：褚雨霆

页数：230

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>

<<人体手足按摩祛病法>>

内容概要

《人体手足按摩祛病法》主要根据经络穴位、生物全息论（反射区）等原理，通过手足部位的穴位和反射区的分析，对人们的日常养生保健、防病治病做进一步的讲解，帮助读者对手足按摩养生保健有更好的认知，衷心地希望大家能从中受益，永葆健康。手足按摩是中医按摩术的重要组成部分，因为其简单实用，便于个人和家庭操作，以及具有良好的祛病保健效果，深受大众的认可 and 喜欢。

<<人体手足按摩祛病法>>

书籍目录

第一章 手足按摩概述

第一节 手足按摩保健的发展史

- 一、我国的手足按摩
- 二、国外的手足按摩

第二节 手足按摩的特点和意义

第二章 手足部按摩的定位与方法

第一节 手足部的解剖、经穴及反射区定位

- 一、手足部的解剖
 - (一) 手部的解剖
 - (二) 足部解剖
- 二、手足部经穴
 - (一) 腧穴的定位方法
 - (二) 手部经络与腧穴
 - (三) 足部经络与腧穴

三、手足部反射区定位

- (一) 手部反射区的定位与作用
- (二) 足部反射区的定位与作用

第二节 手部全息穴位与病理反应点的定位与作用

- 一、手部全息穴位的定位标志与分布规律
- 二、手部全息穴位的定位与主治功能
 - (一) 手掌面全息穴位的定位与主治功能
 - (二) 手背面全息穴位的定位与主治功能
- 三、手部病理反应点的定位与作用

第三节 手足部按摩手法与技巧

- 一、手足部按摩常用手法
- 二、手足部自我按摩技巧
- 三、手足部按摩工具与按摩膏
- 四、手足部按摩的时间与顺序
- 五、手足部按摩的力度与反应

第三章 察看手足诊断疾病

第一节 概述

第二节 看手辨病

- 一、看手掌
- 二、看手背
- 三、看手指
- 四、看指甲

第三节 看足辨病

- 一、视诊
- 二、按诊

第四章 常见病症的手足按摩

第一节 呼吸及心血管系统病症

- 一、感冒
- 二、支气管炎
- 三、哮喘
- 四、肺炎

<<人体手足按摩祛病法>>

- 五、咳嗽
- 六、肺气肿
- 七、气胸
- 八、贫血
- 九、高血压病
- 十、低血压病
- 十一、冠心病
- 十二、心绞痛
- 十三、心律失常
- 十四、血管栓塞
- 十五、心脏缺损
- 十六、动脉硬化
- 十七、胆固醇过高

第二节 消化系统病症

- 一、食欲不振
- 二、消化不良
- 三、营养不良
- 四、膈肌痉挛（呃逆）
- 五、腹泻
- 六、便秘
- 七、胃下垂
- 八、慢性胃炎
- 九、胃痛
- 十、消化性溃疡
- 十一、胆囊炎、胆石症
- 十二、慢性结肠炎
- 十三、痔疮
- 十四、食欲旺盛
- 十五、味觉障碍
- 十六、恶心
- 十七、食物中毒
- 十八、胃肠胀气
- 十九、阑尾炎
- 二十、疝气

第三节 泌尿生殖系统病症

- 一、尿路感染
- 二、尿潴留、尿失禁
- 三、慢性肾炎
- 四、遗尿
- 五、遗精
- 六、阳痿
- 七、早泄
- 八、前列腺炎
- 九、前列腺肥大
- 十、不育症
- 十一、妊娠反应
- 十二、子宫颈炎

<<人体手足按摩祛病法>>

十三、乳腺炎

第四节 神经及精神系统病症

- 一、头痛
- 二、三叉神经痛
- 三、中风
- 四、失眠
- 五、神经衰弱
- 六、焦虑症
- 七、眩晕
- 八、面瘫
- 九、坐骨神经痛
- 十、癫痫
- 十一、老年性痴呆
- 十二、言语不流利
- 十三、走路失衡
- 十四、做噩梦
- 十五、肌肉萎缩
- 十六、记忆力下降
- 十七、开发儿童智力

第五节 急症及传染病症

- 一、中暑闭痧
- 二、流行性腮腺炎
- 三、发热
- 四、病毒性肝炎
- 五、流行性感冒
- 六、肺结核
- 七、细菌性痢疾
- 八、百日咳
- 九、疟疾

第六节 内分泌及代谢系统病症

- 一、痛风
- 二、肥胖症
- 三、消瘦症
- 四、甲状腺功能亢进
- 五、骨质疏松症

第七节 骨骼系统病症

- 一、慢性腰痛
- 二、腰椎间盘突出症
- 三、颈椎病
- 四、肩关节周围炎
- 五、类风湿性关节炎
- 六、腕关节劳损
- 七、膝关节炎
- 八、足跟痛

第八节 妇科病症

- 一、痛经
- 二、月经不调

<<人体手足按摩祛病法>>

- 三、慢性盆腔炎
- 四、子宫脱垂
- 五、不孕症
- 六、乳腺小叶增生症
- 七、产后少乳
- 八、性冷淡

第九节 儿科病症

- 一、小儿厌食症
- 二、小儿遗尿
- 三、小儿多动症
- 四、小儿脑瘫
- 五、小儿夜啼、夜惊

第十节 五官科病症

- 一、近视
- 二、白内障
- 三、中耳炎
- 四、耳鸣、耳聋
- 五、鼻炎、鼻窦炎
- 六、变态反应性鼻炎
- 七、鼻衄
- 八、慢性咽炎
- 九、咽喉肿痛
- 十、牙疼
- 十一、口腔溃疡

第十一节 皮肤科病症

- 一、痤疮
- 二、湿疹
- 三、荨麻疹
- 四、瘙痒症
- 五、神经性皮炎
- 六、牛皮癣
- 七、带状疱疹
- 八、斑秃
- 九、黄褐斑
- 十、脱发、白发

附录 手足按摩保健小窍门

第一节 简单的动作帮助你

第二节 保护双手，更加美丽

洗手的学问

防止干燥

倒根刺的处理

手部美白

美手生活护理

手部湿疹

第三节 手足浴方法

<<人体手足按摩祛病法>>

编辑推荐

《人体手足按摩祛病法》详尽地介绍了：手足按摩的理论及方式方法，并有精美丰富的图文可供参照，对人们防治疾病有很大帮助，非常值得一读。

可不要小看了手和脚，其实他们是人体全身经络反应之所在，与人体的五脏六腑、机体组织有着密切的联系。

所以，对手足部相关部位进行一定力度、一定方式的刺激，有助于改善各器官的功能，达到治疗和保健效果。

<<人体手足按摩祛病法>>

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>