

<<保健按摩100招>>

图书基本信息

书名：<<保健按摩100招>>

13位ISBN编号：9787530835548

10位ISBN编号：7530835548

出版时间：2004-1-1

出版时间：天津科学技术出版社

作者：周伟,曹庆湘,赵永健,向谊

页数：211

字数：127000

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>

<<保健按摩100招>>

内容概要

保健按摩属于传统的自然疗法，有着悠久的历史，堪称祖国医学中的瑰宝。

在保健按摩过程中，操作者运用手指或手掌，通过各种手法作用于体表部位，改善血液循环，促进新陈代谢，进而发挥养生防病、延年益寿的功效。

保健按摩以促进健康为目的，有病治病，无病强身，尤其适用于改善亚健康状态；而且大多可自我操作或家庭成员之间相互操作，具有不受时间、环境的限制，方法简单操作方便，安全有效的特点；有利于消除疲劳、振奋精神，恢复体力，防病治病，延年益寿，因此，深受人们的欢迎。

本书图文并茂，是保健按摩100招之一，以适应调治人体各个部位病变的不同需求。

正文每一视面上介绍一种病症的按摩疗法，以方便读者阅读、操作。

值得提醒读者的是对于一些慢性病的保健按摩必须持之以恒，否则，难以得到预期的效果。

愿本丛书给广大读者带来健康！

<<保健按摩100招>>

书籍目录

绪论1 发热2 小儿发热（外感）3 小儿发热（食积）4 小儿发热（肾虚）5 感冒（风寒型）6 感冒（风热型）7 感冒（暑湿型）8 流行性感 冒9 头痛10 头痛（风寒型）11 头痛（风热型）12 丛集性头痛13 血管性头痛14 紧张性头痛15 肌肉紧张性头痛16 偏头痛17 眩晕（气血亏虚）18 眩晕（肝阳上亢）19 眩晕（肾精不足）20 失眠（心脾两虚型）21 失眠（心肾不交型）22 失眠（食滞不消型）23 厥证（气厥）24 厥证（血厥）25 厥证（食厥）26 高血压（肝阳上亢）27 高血压（痰湿中阻）28 高血压（阴阳两虚）29 中风（中经络型）30 中风（中脏腑型）31 神经衰弱32 帕金森病33 继发性三叉神经痛34 原发性三叉神经痛35 面瘫36 面肌帛抽搐37 单侧颜面萎缩38 脑瘫39 颞颌关节功能紊乱症40 颞下颌关节脱位41 视疲劳42 近视（真性近视）43 近视（假性近视）44 远视45 斜视.....

<<保健按摩100招>>

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>