

<<人体穴位疗疾手册>>

图书基本信息

书名：<<人体穴位疗疾手册>>

13位ISBN编号：9787533531225

10位ISBN编号：7533531221

出版时间：2008-1

出版时间：福建科技出版社

作者：何跃青 主编

页数：260

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>

## <<人体穴位疗疾手册>>

### 内容概要

人类与生俱来拥有对付疾病的本能，人体自身可以完成疾病的自我治愈，遍布在体表的数百个穴位，就是我们可以依靠的健康部队，人体所有的慢性病都可以靠它解决。它可以提高人体的免疫力，解除外来病毒、细菌的武装；它可以调节血压、血糖，帮你打通不畅的血管；让衰退的大脑、机体重新焕发生命的活力，让颈椎不再僵硬，让腰部不再佝偻，让膝关节不再酸软无力。

人体自身的穴位就是我们的随身御医。

让我们慢慢走入神奇的穴位世界，去战胜疾病吧！

## &lt;&lt;人体穴位疗疾手册&gt;&gt;

## 书籍目录

正确使用穴位：人体的重要穴位与功能 人体穴位是养生治病的捷径 人体常用取穴方法 人体生命之门——神阙 人体长寿大穴——命门 人体第二长寿穴——涌泉 人体精力的源泉——气海 人体第一强壮要穴——足三里 肺经首穴——中府 宽心顺气——膻中 健脾和胃，扶补正气——中脘 调理气机，和胃降逆——内关 肝经原穴——太冲 第一性保健大穴——关元 穴中之穴——合谷

从脚到头的健康线——足疗保健求医不如求己：常见病的穴位疗法 手脚冰冷阳池克 防治感冒找太冲 鼻部按摩防流感 恶心呕吐揉中脘 消化不良按摩治 穴位推拿治腹胀 大便不通点天枢 刺激合谷止牙痛 委靡不振按百会 晕车求助足三里 眩晕就按关冲穴 老眼昏花按养老 小腿抽筋点承山 急性腰痛点后溪 小指发麻找小海 天宗能治“电脑病” 善治风疾翳风穴 鼻炎克星迎香穴 急性胃痛压梁丘 手脚酸痛天宗除 按压涌泉足跟轻 穴位刺激治落枕 腕部疼痛找阳池 消除醉酒按腰眼 出现耳鸣压听宫 迎风流泪按承泣 病态遗精寻神阙 月经不调关元治 推拿气海克痛经 妊娠反应按中脘 利尿消肿按陷谷 乳腺炎点乳根穴 女性闭经刺长强 指压少商治打嗝 心律不齐点阳溪 肾俞能治肾绞痛 组合穴位攻咽炎 肾虚阳痿压命门 男性阳痿按长强 按走女性性冷淡三分治七分养：慢性病的穴位调理 风湿腰痛选四穴 随手而愈颈椎病 慢性肝炎的自我推拿法 慢性胆囊炎与阳陵泉 前列腺炎自我按摩法 胃脘痛自我推拿法 臂上穴位降压灵验 指尖穴位平衡血压 摆脱低血压的困扰 自我按摩防治冠心病 保健八法预防心绞痛 穴位指压调理类风湿 循经取穴缓解糖尿病 巧用穴位远离肩周炎 穴位按摩防治胆绞痛 日常按摩抵御网球肘 穴位按摩巧疗慢性咽炎远离亚健康：人体主要穴位与保健 足疗调整亚健康 冬季保健“一二三” 左右搓耳能健身 生气就按消气穴 按摩保健清神明目 消除大脑疲劳自我按摩法 保健按摩可缓解精神紧张 按揉两穴除头昏 腰背疼痛揉命门 神经衰弱按摩法 让焦躁远离你 向头痛开战 与失眠擦肩而过 点揉推挤去疲劳 快乐很简单，烦恼看不见 可保长寿的摩腰健肾功 减少职业病，肩膀不再痛 善待更年期，按来第二春父母是孩子的家庭医生：小儿常见病的穴位疗法 小儿感冒的穴位治疗 小儿咳嗽按哪里 穴位按摩治哮喘 按摩治小儿腹泻 按摩防治小儿便秘 小儿厌食怎么按 慎重处置小儿腹痛 如何按摩防止腹胀 穴位按摩止小儿夜啼 足底按摩治遗尿 按摩治疗小儿惊风 小儿癫痫的穴位保健 小儿斜视怎么办 小儿弱视的穴位保健 附 小儿穴位图按出美丽和曲线：人体穴位按摩与美容 减肥可以更简单 苗条健康秀出来 消除恼人的双下巴 按摩去斑，还你无瑕脸庞 按摩去痘，青春不留痕 5分钟，拥有亮白肤色 告别黑眼圈，做光彩女人 像苹果一样红润的脸 按摩拥有光滑肌肤 轻松按出满头浓发 让你秀发如云 指压法治疗白发 使脖颈更美 如何使颈部更修长 消瘦增重按摩法 你也可以拥有纤纤玉指 大胆挺起你的胸 按出细柳小蛮腰 拥有细长美腿 让你的臀部翘起来 获得曲线柔美的肩膀 拥有细而长的玉臂 按出迷人瓜子脸生活应急妙招：人体穴位急救法 昏迷：急救三穴要记清 中暑：手沾凉水揉五心 中毒：应急措施请牢记 溺水：冷静救助溺水者 中风：中风急救穴位帮 癫狂：穴位应急止癫狂 腿脚抽筋：取穴巧治腿抽筋 心绞痛：用好手法减痛苦 一氧化碳中毒：遵循程序来救助 急性心肌梗死：有效自救求内关 急性腹痛：推拿治疗减疼痛附 人体穴位图

<<人体穴位疗疾手册>>

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>