

<<女中医的经络美容法>>

图书基本信息

书名：<<女中医的经络美容法>>

13位ISBN编号：9787534144943

10位ISBN编号：7534144949

出版时间：2012-6

出版时间：浙江科学技术出版社

作者：杜琳

页数：191

字数：180000

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>

## <<女中医的经络美容法>>

### 内容概要

本书将教你通过经络按摩达到美容护肤、纤细身姿、强身健体、防治病疾的目的。让你轻轻松松掌握美容养生大法，美丽健康100分。

## <<女中医的经络美容法>>

### 作者简介

杜琳，北京中医药大学东直门医院针灸科副主任医师，硕士生导师。一直从事临床、科研、教学工作，先后承担中医内科疾病、神经科疾病、妇科疾病和骨性关节炎病变的临床研究工作，完成了中医局和中医药大学的多项科研课题。先后获得院级、校级各种荣誉；撰写论文20余篇；拥有国家专利1项；先后编写了多部专著及科普读物。尤其擅长中医健康减肥，拥有扎实的医学理论和多年的临床实践经验，对脂质紊乱代谢导致的肥胖治疗有独到之处。

## <<女中医的经络美容法>>

### 书籍目录

#### Part 01 女中医私藏的经络按摩心经

八位按摩 让女人更美丽

自我按摩的美丽功效

按摩常用手法及作用

#### Part 02 女中医教你变身瘦型体质的特效按摩法

穴位按摩 做自己的专业瘦身师

修饰脸型

美化肩颈

丰胸美胸

纤细腰部

去掉肚腩

完美翘臀

纤细玉腿

#### Part 03 女中医教你塑造美白水润肌的特效按摩法

穴位按摩 做自己的美容专家

去黑眼圈、眼袋

消青春痘

淡化雀斑

提亮肤色

光滑肌肤

美手

美足

#### Part 04 女中医教你排出肌体毒素的特效按摩法

穴位按摩 做快乐无毒女

排水毒——消除水肿

消化系统排毒——清除宿便

淋巴排毒——打造无毒体质

肝脏排毒——养护肝脏健康

肾脏排毒——完美性生活

呼吸系统排毒——清新健康的肺

心理情绪排毒——获得好心情

#### Part 05 女中医教你特殊时期的特效按摩法

穴位按摩 你的闺中解忧密友

月经不调

痛经

闭经

慢性盆腔炎

白带异常

急性乳腺炎

乳腺增生

产后缺乳

产后腰腹痛

产后小便不利

#### Part 06 女中医教你祛病保健的特效按摩法

穴位按摩 你的治病百宝囊

<<女中医的经络美容法>>

感冒  
咳嗽  
胃痛  
慢性支气管哮喘  
腹痛腹胀  
便秘  
失眠  
高血压  
低血压  
糖尿病  
神经衰弱  
脑供血不足  
落枕  
肩周炎  
颈椎病  
腰背痛  
牙痛  
过敏性鼻炎  
慢性咽炎

## <<女中医的经络美容法>>

### 编辑推荐

《图说生活畅销升级版：女中医的经络美容法》针对现代女性最关心的减肥、美容、排毒及自我养生保健需求，由知名女中医详细讲解最有效的按摩治疗步骤或按摩保健手法。所推荐的方法有效、易操作，并配以彩色手绘图，演示按摩位置、手法以及走向，让您一学就懂、轻松掌握，让疲乏的身体在双手的抚摸之下，尽情享受轻松。

<<女中医的经络美容法>>

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>