

<<Qbook生活香书 (第1辑)>>

图书基本信息

书名：<<Qbook生活香书 (第1辑)>>

13位ISBN编号：9787535642165

10位ISBN编号：7535642160

出版时间：2011-01-01

出版时间：湖南美术出版社

作者：《Qbook生活香书》编委会

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>

内容概要

《Qbook生活香书·保健馆（第1辑）（套装共6册）》以易懂、易操作为原则，详细地介绍了分布在人体各部位的特效穴位，并解释了它们的不同功效和简易的方法，还配备了精美、清晰、生动的示范图片。您无需熟悉人体构造、读懂厚重的中医典籍，也能轻松找准穴位；您无需求助于医生也能自己实施按摩、贴敷、拔罐等多种疗法。

书籍目录

绪论 神奇的穴位疗法1、奇异的脑梗死2、穴位何以成为人体“大药”第1章 自学“穴位疗法”1、了解经络十二经脉奇经八脉2、熟悉穴位经穴奇穴阿是穴3、掌握最常用的穴位疗法——按摩常用按摩手法按摩时的宜与忌其他简单刺激法第2章 最有效的46个祛病穴1、头面部要穴2、颈胸腹部要穴3、背腰臀部要穴4、上肢要穴5、下肢要穴第3章 最有效的24个保健穴1、延年益寿要穴2、纾压解乏要穴3、美容塑形要穴4、急救要穴……自己是最好的医生2手足耳对症按摩3经络敲打对症疗法4对症按摩5常见病经络刮痧6

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>