

<<肩周炎/时尚医疗体操>>

图书基本信息

书名：<<肩周炎/时尚医疗体操>>

13位ISBN编号：9787538430530

10位ISBN编号：7538430539

出版时间：2005-1

出版时间：第1版 (2005年1月1日)

作者：江山编

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>

<<肩周炎/时尚医疗体操>>

内容概要

肩周炎是一种常见疾病，在中老年人群中发病率较高，所以又称“五十肩”。这种病给患者事业疼痛，还会造成上肢运动困难，给患者的生活、工作带来诸多不便。对于肩周炎应该采取积极的防治措施，使患者恢复健康快乐的状态。

肩周炎可以通过药物进行治疗，如同时配合医疗体操进行康复治疗效果更为理想。医疗体操可以促进肩部的血液循环，增进肩部软组织及骨骼的活动度。患者经过一段时间的医疗体操锻炼，都会改善症状，减轻病痛，直至痊愈。

本书介绍了7套防治肩周炎的医疗体操，虽然运作和形态不同，但都对防治肩周炎很有效果。患者和健身者可根据自己的情况和爱好进行选择，几套操交叉着做也可以。各套操作写明了每个运作的做法，并配以图片实例，图文并茂，便于读者自学、掌握。

本书介绍了医疗体操不是很激烈、很复杂的运动，但也有一些注意事项，希望读者能够重视这部分内容，这样才能更好地达到防病治病的效果。

书中还介绍了有关肩周炎的基本常识，相关注意事项，使读者对该病有一个基本了解，便于读者预防和治疗。我们希望本书能够成为您的良师益友。

<<肩周炎/时尚医疗体操>>

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>