

<<足部穴位按摩大图典>>

图书基本信息

书名：<<足部穴位按摩大图典>>

13位ISBN编号：9787542741066

10位ISBN编号：7542741063

出版时间：2009-4

出版时间：上海科学普及出版社

作者：姜颂彭 编

页数：270

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>

## <<足部穴位按摩大图典>>

### 内容概要

足部按摩是藉由刺激末梢来通经活络，促进气血循环与代谢，提高内脏机能运作，强化人体免疫力与舒缓肌肉酸痛的一道养生疗法。

自己能做的足部健康按摩，免打针、免吃药，深具神奇疗效。

健康从脚开始，按按脚神清气爽，延缓衰老。

肩膀僵硬、腰酸、头痛、失眠、高血压、便秘、全身疲劳、肥胖等，通过足部按摩，都可缓解症状，有的甚至能对其说“再见”。

<<足部穴位按摩大图典>>

书籍目录

上篇 足部按摩疗法概述 第一章 足部按摩疗法的发展简史 第二章 足部按摩疗法的作用原理 第三章 足部按摩疗法的神奇功能 第四章 足部按摩疗法的操作须知中篇 足部经络穴位与反射区 第一章 足部概述 第二章 足部反射区图解 第三章 足部反射区的按摩方法 第一节 按压法 第二节 以按压为主的其他方法 第三节 敲打法 第四节 其他方法下部 足部按摩疗法治百病 第一章 足部诊断 第二章 内科疾病 上呼吸道感染 咳嗽 急、慢性支气管炎 支气管哮喘 肺炎 阻塞性肺气肿 肺源性心脏病 冠心病 风湿性心脏病 窦性心动过速 病毒性心肌炎 心绞痛 原发性高血压 低血压 血栓性静脉炎 动脉硬化 中风后遗症 神经官能症 贫血 胃炎 消化道溃疡 胃下垂 胃肠功能紊乱 食欲不振。消化不良 腹泻 ..... 第三章 外科疾病 第四章 神经疾病 第五章 妇科疾病 第六章 男性疾病 第七章 儿科疾病 第八章 皮肤科疾病 第九章 五官科疾病

## <<足部穴位按摩大图典>>

### 章节摘录

上篇 足部按摩疗法概述 第一章 足部按摩疗法的发展简史 足部按摩疗法历史悠久，近代以来发展迅速，现在更是风靡世界。

追根溯源，自从有了人类，就开始有了足部按摩疗法。

足部按摩疗法的起源可以说是多源性的，如同世界各种文明一样，从远古时代起，世界各地的人们不约而同地认识到双足与身体内部器官之间的关系，随之就有了足部按摩治疗身体病痛的情况的记载，开始是绘画图像，后来是文字。

古埃及的绘画中，有描写公元前2500年医生按压病人的手部和足部进行治疗的情况，记录了当时治疗病人身体病症的情景和方式。

而在中国古代，有关足部按摩疗法的记载就更多了。

远在4000年前，我国的唐尧时代，就提倡用赤足舞蹈的方法治疗疾病。

《吕氏春秋·古乐》上记载有：“昔陶唐氏之始，阴多滞伏而湛积，水道雍塞，不行其原，民气郁阏而滞著，筋骨瑟缩不达，故作舞以宣导之。

”《路史》前记第九卷也有一段相似的记载：“阴康氏时，水渎不流，江不行其原，阴凝而易闷，人既郁于内，腠理滞著而重腿，得所以利其关节者，乃制之舞，教人引舞以利导之，是谓大舞。

.....

## <<足部穴位按摩大图典>>

### 编辑推荐

按对了，身体都微笑。  
相信那份舒畅满足，如释重负的感觉，绝对是您最好的收获。  
最详尽的彩图按摩宝典，图文解说按摩的步骤、穴位、手法。

<<足部穴位按摩大图典>>

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>