

<<简单脊疗不生病>>

图书基本信息

书名：<<简单脊疗不生病>>

13位ISBN编号：9787546334028

10位ISBN编号：7546334020

出版时间：2010-9

出版时间：吉林出版集团

作者：健康中国名家论坛编委会

页数：256

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>

<<简单脊疗不生病>>

内容概要

在现代社会，很多人都生过病，如果只是轻微的感冒或头痛，可能只要多休息、多喝水就会不治而愈，但是也有一些腰痛、胸闷等症状虽在临床中经过反复检查，但一直未能发现病因，因此一直无法医治，像这些未能发现病因的症状，其病根就可能在脊椎。

脊椎是人体的中轴，一旦脊椎发生病变，相连的器官和内脏就会发生功能紊乱，以致于引发疾病。

本书针对脊椎损伤及其引发的疾病，从病症概述、病理病因、操作步骤、注意事项等不同方面进行了详细介绍，让读者可以在家中轻松矫正脊椎、治疗疾病。

从很久以前，中国的医师就认识到了脊椎的重要性。

在中医脏象学说中，有“藏诸内，必形于外”的说法，指出了脏腑藏于体内，其活动必定会通过外表的症候表现出来，如果脏腑发生病变，那么这些变化可以通过经络达于体表。

从疾病的治疗来看，当脊椎移位引起疾病时，就可以通过矫正脊椎而达到诊断、治疗疾病的目的。

如颈椎的移位会引起一系列颈椎的病变，而腰椎的移位则会引起腰部和下肢的一系列病变，此时就可以采取脊疗来诊断疾病的病因，进而通过推拿、按摩、指压、按压等方法来调整脊椎、治疗疾病。

在身体构造中，脊椎是比较受损的部位，而当其发生错位后，很容易影响到肌肉和内脏器官，造成功能性紊乱，此时，我们可以通过脊疗来使受损的脊椎回复原位，以防治疾病的发生。

女性生殖系统所患的疾病叫妇科疾病，而男性生殖泌尿系统所患的疾病叫男科疾病，从脊椎病因来看，无论是妇科病还是男性病都与腰椎的错位有密切关系，因而也可以通过脊疗来解除这些难言之隐。

<<简单脊疗不生病>>

书籍目录

第一章 认识脊疗 001 脊疗的概述 无创伤的疗法 002 脊疗的历史渊源 古老的医学 003 脊椎的构造 身体的栋梁 004 脊髓与脊神经 神经的中枢 005 脊椎与疾病 健康的警讯 006 脊疗的原理 牵一发而动全身 007 脊疗的功效 安全可靠的疗法 第二章 专家教你脊椎诊断 008 脊椎变形的重要原因 不良姿势的危害 009 肉眼检查法 最简单的诊断法 010 腧穴诊病法 用指压发现异常 011 指压检查法 用拇指找出痛点 012 双肩水平诊病法 用双肩的高低检测脊椎 013 肩胛骨诊病法 用肩胛骨的倾斜检查内脏 014 长短腿诊病法 用双腿的长度检查脊椎 015 足部诊病法 用足相诊断疾病 第三章 脊疗的基本手法 016 脊疗的常用手法 017 捏脊疗法 中国传统的医术 018 指拨疗法 简便易学的手法 019 按脊疗法 调理内脏的手法 020 整脊疗法 牵引复位的手法 第四章 脊疗专家教你远离亚健康 021 神经衰弱 矫正错位, 精神愉悦 022 眩晕 伸展转动, 气血两足 023 多汗 减少汗液, 通调水道 024 功能性消化不良 健脾和胃, 疏肝理气 025 电脑综合征 拨筋推拿, 改善血液循环 026 肥胖 消耗脂肪, 成功瘦身 第五章 脊椎本身疾病的治疗 027 脊椎侧弯 施以顿力, 矫正复原 028 颈椎病 引导推动, 松弛肌肉 029 肩周炎 指压推拿, 活络关节 030 急性腰扭伤 扳按复位, 消除疼痛 031 腰椎间盘突出 扭转推摇, 轻松运动 032 足跟痛 推压关节, 对症治疗 033 强直性脊柱炎 矫正脊椎, 及时治疗 034 坐骨神经痛 祛风除湿, 散寒止痛 第六章 常见病的治疗 035 头痛 按压颈部, 神清气爽 036 脑震荡后遗症 牵引颈椎, 调节神经 037 落枕 使用巧力, 疏通经络 038 失眠 镇静安神, 神清气爽 039 三叉神经痛 揉推治疗, 祛寒止痛 040 耳鸣 侧屈摇正, 心态平和 041 慢性鼻炎 按压痛点, 轻松呼吸 042 咽部异物感 咽喉通畅, 心情愉悦 043 呃逆 清热除烦, 养阴润燥 044 冠心病 滋补气血, 心神安宁 045 高血压 血液通畅, 平肝潜阳 046 糖尿病 清热利尿, 调节新陈代谢 047 慢性腹泻 排便正常, 肠胃舒畅 048 慢性胃炎 促进消化, 缓解不适 049 慢性阑尾炎 消除炎症, 恢复健康 050 胆囊炎 利尿泄热, 疏肝利胆 051 胆结石 排石止痛, 益脾利胆 052 结肠炎 调节平衡, 消炎止痛 053 便秘 消食化积, 疏通肠道 054 痔疮 消热利湿, 避免久坐 055 哮喘 呼吸平稳, 平喘止咳 056 荨麻疹 减轻过敏症状, 改善体质 057 网球肘 通经活络, 止痛开窍 058 尿频 培补元气, 固肾缩尿 059 斜视 按压舒筋, 持之以恒 第七章 妇科、男科病症的治疗 060 月经不调 补气养血, 温经通络 061 痛经 活血化瘀, 行气止痛 062 女性不孕 温中益气, 补精填髓 063 子宫肌瘤 行气活血, 消积祛癥 064 子宫脱垂 益气健脾, 及早治疗 065 静脉曲张 健脾利湿, 活血通络 066 性功能障碍 滋阴补肾, 填精益髓 067 阳痿 补益肾气, 壮阳起痿 068 前列腺肥大 温肾补血, 清热祛湿 第八章 小儿常见病症的治疗 069 小儿呕吐 通调胃肠, 促进消化 070 小儿腹泻 清热利湿, 增强体质 071 小儿便秘 润肠通便, 理气补血 072 小儿食积 调补脾胃, 滋阴养液 073 小儿疳积 清热利湿, 健脾和胃 074 小儿厌食 健脾和胃, 理气消食 075 小儿腹胀 消胀排气, 防治感染 076 小儿遗尿 辨证施治, 益肾健脾 077 小儿夜啼 温中健脾, 清热安神 078 小儿惊厥 清热解毒, 平肝熄风 079 小儿贫血 健脾益气, 滋养气血 080 佝偻病 补充钙质, 正常发育 081 百日咳 抑制病菌, 润肺止咳 082 暑热症 清暑益气, 养阴生津 083 小儿发热 清热降湿, 排毒益气 084 小儿多动症 及时矫正, 健康成长 第九章 自我脊疗保健操 085 抱膝运动 脊疗保健的王牌 086 双腿环绕运动 长短腿的矫正 087 金鱼运动 内脏功能的强化 088 背部伸展运动 最简单的保健操 089 合并运动X型腿的矫正方法 090 腿部运动 防止老化, 促进平衡 第十章 日常生活的脊疗保健 091 姿势矫正法 用正确的姿势保护脊椎 092 硬板床矫正法 选择有益健康的睡眠 093 枕头矫正法 选择最适宜的高度 094 肩枕和毛巾矫正法 利用工具矫正脊椎 095 枕垫矫正法 用枕垫矫正腰椎 096 24小时脊椎矫正法 针对白领的保健法 附录一 家庭脊疗常用穴位 附录二 常见病症的脊疗手法

<<简单脊疗不生病>>

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>