

<<长寿点穴按摩绝招980>>

图书基本信息

书名：<<长寿点穴按摩绝招980>>

13位ISBN编号：9787800893087

10位ISBN编号：7800893081

出版时间：1997-11

出版时间：中国中医药出版社

作者：范思行 等

页数：332

字数：247000

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>

<<长寿点穴按摩绝招980>>

内容概要

本书以长寿点穴按摩为主。

分章论述点穴按摩的技法、使用、注意事项，以及在防衰抗老中的应用和点穴按摩防治百病等。

全书共分三章，第一章介绍常用点穴按摩的方法分类，按调和阴阳益寿类、调理气血益寿类等分类编排，第二章介绍点穴按摩法在防衰抗老中的运用及预防保健，第三章是点穴按摩治疗百病，以内、伤、妇、儿、男科、五官科、急症、美容与保健分科介绍。

本书内容翔实，可读性、实用性强，实为一本难得的预防保健医学丛书。

本书适合于广大家庭、医学爱好者、医务工作者应用。

<<长寿点穴按摩绝招980>>

书籍目录

第一章 常用点穴按摩的方法分类 调和阴阳益寿类 001 分法 002 捏脊法 003 拇指搓法 004 一指托天法 005 分阴法 006 双运太阳法 007 晃法 008 合法 009 搔法 010 抓法 011 戳法 012 旋推法 013 滑推法 014 干洗头发法 015 挤法 016 梳法 017 叩抖法 018 五指拿推法 019 四指归提法 020 孙猴搔抓法 021 抹双柳法 022 双指开宫法 023 开笼放鸟法 024 对手揉球法 025 双臂抖动法 026 喜鹊搭桥法 027 提拿夹脊法 028 鹰爪抓鸡(脊)法 029 双龙点肾法 030 阴阳揉肩法 031 横搓命门法 032 点鸠掐里法 033 双点章门法 034 补泻神阙法 035 仰卧分合法 036 搓捋双膝法 037 阴阳抱膝法 038 搓揉涌泉法 039 足下生风法 调理血益寿类 活血化淤益寿类 消食益寿类 驱风散寒益寿类 清热益寿类第二章 常用穴位简介第三章 点穴按摩法在防衰抗老中的运用第四章 点穴按摩法治百病

<<长寿点穴按摩绝招980>>

编辑推荐

《长寿点穴按摩绝招980》适合医务工作者临床参考及广大读者养生保健、自我治疗。

<<长寿点穴按摩绝招980>>

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>