

# 《一点按穴》

## 图书基本信息

书名：《一点按穴》

13位ISBN编号：9787802200296

10位ISBN编号：7802200296

出版时间：2006-8

出版社：第1版(2006年8月1日)

作者：主妇之友社

页数：155

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《一点按穴》

## 内容概要

只需要对一个穴位进行刺激就可以使身体产生强烈的舒适感，帮助您迅速找回健康和美丽，对于这个，你相信吗？别疑惑，看看本书你就知道了，这绝对不是说大话。通过阅读本书，掌握其中的技艺，你完全可以自己动手，消除顽固性僵硬和酸痛，消除日常引起的疼痛和不适感，可以有效改善眼、耳、鼻、喉等的不适症状，消除畏寒和身体发热的症状.....

# 《一点按穴》

## 书籍目录

本书介绍的主要穴位一览只要刺激穴位，就可以促进体内循环，从而改善各种不适症状在全身的大约800个穴位中，精选出治疗效果显著的穴位除了“准确找出穴位”还应该了解的知识除了按压，还有很多刺激穴位的方法穴位刺激的时间和次数、有效治疗时间、注意事项第1章 消除顽固性硬和酸痛 腰痛 膝部疼痛 肩部僵硬、酸痛 颈部僵硬 颈部酸痛 背部僵硬 第2章 消除日常的疼痛和不适感 头痛、偏头痛 醉酒引起的头痛 坐骨神经痛、腿脚麻木 腹痛 小腿腓肌疼痛 脚踝疼痛 脚掌疼痛 臂肘疼痛、网球肘肌痛 手腕突发性疼痛 手腕慢性疼痛 手臂疼痛 第3章 可以有效改善眼、耳、鼻、喉等的不适症状 老花眼、白内障 眼部易疲劳、视力疲劳 视力低下、假性近视 耳鸣、重听 咳嗽、流涕、鼻塞 咽喉疼痛 牙痛、牙髓炎 第4章 有效改善生活习惯，消除全身以及内脏的不适 糖尿病 高血压 肝功能衰退 高血脂 心脏不适 肾脏不适 尿路结石 尿频、尿痛 支气管炎 恶寒 感冒、发热 腹泻 便秘 胃痛、胃溃疡 胃肠消化不良 恶心呕吐 眩晕、眼眩 失眠 植物神经紊乱 第5章 消除惧寒和身体发热的症状 足部发冷 手部发冷 腹部发冷 冻伤 身体发热 多汗症 第6章 消除女性、男性特有的难言之隐 低血压 经期腹痛 月经不调 非正常出血 贫血 小便失禁 更年期综合症 精力减退、阳痿 前列腺肥大 第7章 对于美容、美发、改善过敏性体质以及治愈心理问题等也有很好的效果 调整食欲、消除肥胖 浮肿 白发 脱发、秃顶 花粉过敏、过敏性鼻炎 过敏性皮炎 面部油脂分泌过旺 面部浮肿 粉刺 皮肤干裂 老年斑 皱纹 抑郁 预防健忘

# 《一点按穴》

## 精彩短评

- 1、还是买中国出的比较好
- 2、非常实用的一本书，对照里面的彩图能够快速有效地找到穴位。刚刚感冒了，于是对照着按了相关的穴位，很快就好了。（当然还是吃药的，原来要半个月），所以准备好好地学习。
- 3、好不容易分批次买齐了这个系列的书，个人觉得都很不错，值得买下，然后慢慢学习。
- 4、好书 我要照着做 去按穴位

# 《一点按穴》

## 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：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)