

《手足耳奇效穴位治百病大全集》

图书基本信息

书名：《手足耳奇效穴位治百病大全集》

13位ISBN编号：9787535641397

10位ISBN编号：7535641393

出版时间：2011-1

出版社：湖南美术

作者：段明月

页数：381

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

《手足耳奇效穴位治百病大全集》

内容概要

《手足耳奇效穴位治百病大全集》内容简介：人体是一个完善的智能系统，具有强大的自愈能力。而按摩则是一种能够有效激发人体自愈能力的方式。拥有数千年历史的按摩疗法是一种纯正的自然疗法，将之与现代反射疗法相结合，疗效更为显著。

《手足耳奇效穴位治百病大全集》以手足耳为切入点，全面介绍了手足耳保健按摩法，并针对读者普遍关心的治疗常见病、日常养生、美容美体等方面，逐一介绍了相应的按摩方法。这些方法均简单易行，且配有详细的图示，便于读者学习和实践。

《手足耳奇效穴位治百病大全集》

书籍目录

第1章 常按手足耳，疾病不敢来 “脚底按摩之父”的神奇疗法 随身的“百宝药箱” 学会按摩，就找到了“药箱”的钥匙第2章 如何按摩手足耳 了解手足耳，找到按摩点 人体外在的大脑——手 人体第二心脏——足 人体的缩影——耳 手足耳常用按摩方法 简单的按摩手法 强效窍门疗法 手足耳按摩小细节 按摩前的准备 按摩的宜与忌第3章 奇效按摩治疗常见病 内科疾病 高血压 低血压 冠心病 心律失常 心绞痛 动脉硬化 中风 高脂血症 糖尿病 甲状腺功能亢进 贫血 普通感冒 慢性支气管炎 哮喘 肺炎 肺气肿 慢性胃炎 胃下垂 呃逆 胃及十二指肠溃疡 慢性肠炎 慢性胆囊炎 便秘 腹泻 慢性肝炎 慢性肾炎 类风湿性关节炎 坐骨神经痛 畏寒症 神经衰弱 失眠 眩晕 外科疾病 痔疮 颈椎病 肩周炎 膝关节炎 腰椎间盘突出 腰肌劳损 骨质增生 急性腰扭伤 腕管综合征 足跟痛 妇科、儿科疾病 月经不调 痛经 闭经 慢性盆腔炎 乳房肿块 乳腺增生 更年期综合征 不孕症 小儿厌食症 小儿多动症 小儿百日咳 小儿扁桃体炎 男科疾病 遗精 阳痿 早泄 慢性前列腺炎 前列腺肥大 泌尿系结石 五官科疾病 口腔溃疡 慢性咽喉炎 牙痛 假性近视 白内障 青光眼 中耳炎 耳鸣耳聋 慢性鼻炎 鼻出血 皮肤科疾病 斑秃 荨麻疹 牛皮癣 湿疹 神经性皮炎 冻疮第4章 日常养生的手足耳按摩 增强体质 强心宁神 润肺益气 疏肝清火 调和脾胃 强肾生精 调理气血 排出体内毒素 提高免疫力 给心脑血管“减负” 提神醒脑 增强记忆力 消除焦虑 赶走抑郁 缓解心理压力 缓解身体不适 解除肩部酸痛 消除身体疲劳 缓解视疲劳 治疗落枕 去掉口臭 防治打鼾 缓解多汗症 缓解有气无力现象 缓解戒烟酒后的不适症状 缓解晕车、晕船 缓解宿醉 消除水肿 缓解小腿抽筋第5章 手足耳按摩助你更美丽 美容美发 除掉青春痘 消灭雀斑 祛除黄褐斑 消除面部皱纹 抹去鱼尾纹 去除酒糟鼻 改善面色 消除黑眼圈 抹去眼袋 保持肌肤弹性 乌发 美体塑身 全身减肥 丰胸 瘦腰腹 美腿 翘臀

《手足耳奇效穴位治百病大全集》

章节摘录

肺气肿是指支气管末端的部分，包括呼吸细支气管、肺泡管、肺泡囊和肺泡的膨胀及过度充气，导致肺组织弹力减退或容积增大的一种阻塞性肺疾患的总称，常继发于慢性支气管炎、支气管哮喘和肺纤维化等症。简单地说，肺气肿就是指肺内残存的气体过多。肺气肿多发于老年人，患者多有吸烟史和慢性支气管炎病史。

【症状提示】 肺气肿在临床上以渐进性的气急、气短、咳嗽、咳痰为主要症状，严重者可导致肺心病、呼吸衰竭。肺气肿发病缓慢，常以咳、喘、咯痰开始，逐渐出现气急，呼长吸短，且进行性加重，严重时甚至会丧失劳动力。

【按摩原理】 肺气肿在中医上属于“肺胀”，因宿痰伏肺，阻塞气道，造成气滞血淤所致。因此，在采用按摩疗法时，要以改善肺部血液循环，增强机体的免疫功能，化痰祛淤为主。通过对特定穴位和反射区的按摩，改善和调节自主神经的功能以及机体对致病因素的反应性，修复病变组织，宣肺化痰，提高肺功能，并增强肾上腺皮质功能，消炎散肿，排出肺内多余气体，从而治疗肺气肿。

《手足耳奇效穴位治百病大全集》

编辑推荐

《手足耳奇效穴位治百病大全集》手足耳不仅是人体经络和穴位的汇集之处，也是人体的全息胚器官，上面有所有器官的反射区，按摩它们可以通畅气血、调和阴阳、防治疾病。另外，手足耳更是人体易于取穴、易于施用按摩手法的部位，是人体的“天然药箱”。实用有效的按摩方法 养生保健、防病治病 缓解不适、美容美体 100多种读者最关注的健康 或美丽问题 症状提示、按摩原理、奇效穴位 按摩步骤、示范图片、日常养生。

《手足耳奇效穴位治百病大全集》

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