

《图解常见病自我点穴疗法》

图书基本信息

书名：《图解常见病自我点穴疗法》

13位ISBN编号：9787509157213

10位ISBN编号：7509157218

出版时间：2012-8

出版社：人民军医出版社

作者：杨树文

页数：238

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

《图解常见病自我点穴疗法》

内容概要

《图解常见病自我点穴疗法》是一部自我点穴按摩治疗常见病症的专著。作者根据祖传宝贵按摩经验和40多年从事按摩医疗实践经验，详尽介绍了40种常见病症的自我点穴按摩方法。《图解常见病自我点穴疗法》特别适合广大读者照书自学，为自己进行点穴按摩治疗常见病症，也可供广大专业按摩人员和业余按摩爱好者参考和借鉴。

《图解常见病自我点穴疗法》

作者简介

杨树文，著名中医按摩专家、武术养生专家。作者不仅继承了祖传的宝贵按摩经验，而且在40多年的实践中发扬光大。《图解常见病自我点穴疗法》就是作者多年按摩实践经验的结晶。作者于1994年入选中国中医药出版社出版的《中国当代名医良药实用辞典》，并先后入选《中华当代名人辞典》《中国大百科专家人物传集》等辞书。中央人民广播电台，北京、海南、四川等省市电视台，《健康文摘》《自然医学》《中国医药报》《中国青年报》《华侨报》《澳门日报》和CHINA SPORTS等媒体，报道了他的技法和事迹。1989年至今，作者已出版15部按摩和健康专著，发表论文39篇。

书籍目录

第1章 治病良方——自我点穴按摩

- 一、自我点穴按摩的特点
- 二、自我点穴按摩的适应证
- 三、自我点穴按摩的禁忌证
- 四、自我点穴按摩的作用和治病原理
- 五、自我点穴按摩疗法的治疗次数、疗程和时间
- 六、自我点穴按摩的注意事项
- 七、怎样学习自我点穴按摩

第2章 自我点穴按摩常用手法

- 一、点按法
- 二、揉法
- 三、推法
- 四、拿法
- 五、拍法
- 六、捏法

第3章 经络和穴位常识

- 一、经络常识
- 二、穴位常识
- 三、穴位的作用
- 四、穴位的含义

第4章 自我点穴按摩常用穴位

- 一、头面、颈部常用穴位(共31穴)
- 二、胸、腹、肩部常用穴位(共17穴)
- 三、上肢常用穴位(共17穴)
- 四、下肢常用穴位(共22穴)
- 五、怎样取穴

第5章 内科常见病症的自我点穴按摩治疗

- 一、头痛、偏头痛
- 二、感冒
- 三、咳嗽。
- 四、支气管炎、哮喘
- 五、高血压
- 六、低血压
- 七、冠心病
- 八、胃痛
- 九、胃下垂
- 十、便秘
- 十一、腹泻
- 十二、糖尿病

第6章 神经科常见病症的自我点穴按摩治疗

- 一、神经衰弱
- 二、面神经麻痹
- 三、坐骨神经痛
- 四、偏瘫

第7章 女性常见病症的自我点穴按摩治疗

- 一、痛经
- 二、月经不调
- 三、白带过多

四、盆腔炎

五、乳腺增生

第8章 男性常见病症的自我点穴按摩治疗

一、慢性前列腺炎

二、阳痿

三、早泄

第9章 五官科常见病症的自我点穴按摩治疗

一、近视

二、老视、白内障

三、慢性鼻炎

四、慢性咽炎

五、耳鸣、耳聋

六、牙痛

第10章 伤科常见病症的自我点穴按摩治疗

一、落枕

二、颈椎病

三、肩关节周围炎

四、腕关节扭挫伤

五、风湿性膝关节炎

六、踝关节扭伤

附录 作者最新力作

《中医点穴按摩八大绝技》介绍

“杨树文自然疗法绝学系列”介绍

1. 《这样减肥最有效》

2. 《这样催眠最有效》

3. 《这样增高最有效》

4. 《这样丰胸最有效》

《图解常见病自我点穴疗法》

章节摘录

版权页：插图：穴位又称为腧穴、气穴、孔穴、穴道等，是脏腑、经络之气输注于体表的部位，具有接受刺激的功能。“腧”具有转输和输注的意思，“穴”具有空隙和聚集的意思。凡是有一定名称和一定部位，按照十四经脉排列的穴位，称为“经穴”。没有列入十四经脉，而从临床实践中逐渐发现的经验穴，称为“经外奇穴”。没有一定名称和具体位置，以压痛点而定穴的，称为“阿是穴”，又称“天应穴”。穴位的发现和定位是在实践中不断认识的。人体上的穴位，单穴有52个，双穴有309个，常用经外奇穴47个。其中，手太阴肺经有双穴11个（左、右共计22个穴位，下同），手阳明大肠经有双穴20个，足阳明胃经有双穴45个，足太阴脾经有双穴21个，手少阴心经有双穴9个，手太阳小肠经有双穴19个，足太阳膀胱经穴位最多，有双穴67个，足少阴肾经有双穴27个，手厥阴心包经有双穴9个，手少阳三焦经有双穴23个，足少阳胆经有双穴44个，足厥阴肝经有双穴14个，任脉有单穴24个，督脉有单穴28个，常用经外奇穴47个。

《图解常见病自我点穴疗法》

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