

《简易穴位按摩疗法》

图书基本信息

书名：《简易穴位按摩疗法》

13位ISBN编号：9787532383504

10位ISBN编号：7532383504

出版时间：2006-4

出版社：上海科学技术出版社

作者：王世豪 编

页数：188

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

《简易穴位按摩疗法》

内容概要

本书以通俗易懂的文字、丰富的插图，简要介绍我国传统的经络穴位，以及耳、足、手等全息穴的定位与功能；同时，根据简便有效的原则，介绍按、摩、揉、推、叩、擦等多种常用按摩方法。在穴位按摩的应用方面，介绍了自我保健、美容以及常见病症的防治。尤其在自我保健章节中，重点介绍活血强身、强心健脑、健肠胃、聪耳健目和增强免疫力等方法；常见病症防治章节中，分科介绍辅助治疗常见病症的穴位按摩方法、穴位配伍，采用传统经络穴位与现代全息穴相结合，优势互补，强强联合，取穴少而精，疗效较好，且手法简便，具有很强的可操作性。可适应广大读者的需要。

《简易穴位按摩疗法》

作者简介

王世豪，男，1950年12月出生，汉族，出生地上海市，籍贯浙江宁波，1969年6月参加工作，1986年3月加入中国共产党，复旦大学经济系毕业，工商管理硕士学位，职称高级经济师，现任上海银行副行长、董事、兼城市商业银行清算中心理事长。

《简易穴位按摩疗法》

书籍目录

第一章 常用穴位	第一节 经络穴位	一、十四经	二、穴位的定位	三、头面部穴位
	四、上部穴位	五、下脚部穴位	六、胸腹部穴位	七、腰背部穴位
	第二节 全息穴			
	一、第二掌骨侧全息穴	二、耳全息穴	三、脚全息穴(反射区)	四、手全息穴(反射区)
第二章 按摩方法	第一节 取穴原则	一、经穴、奇穴的取穴原则	二、全息穴的取穴原则	
	第二节 按摩方式	一、手法按摩	二、气功按摩	三、器械按摩
			第三节 功法锻炼	一、指力锻炼
				二、气功锻炼
		第四节 注意事项	第三章 常见病症的防治	第一节 内科病症
				一、感冒
				二、支气管炎
				三、肺炎
				四、冠心病
			第三节 外科及骨伤科病症	第四节 皮肤科病症
				第五节 五官科病证
			第六节 小儿科病症	第四章 自我保健和美容
				附录一 十四经穴表
				附录二 十四经穴位名称总表

《简易穴位按摩疗法》

编辑推荐

《简易穴位按摩疗法》可适应广大读者的需要。

《简易穴位按摩疗法》

精彩短评

- 1、收到后翻了一下，太多的穴道名称，吓得不敢继续了。不过还是准备好好看看，学习学习，应该很有用的。一直对中医，穴道，按摩，针灸之类的感兴趣，这次一下子买了三本这样的书。关于这几本书怎样，待我学过之后再评之。
- 2、我奶奶说很好~~~~~
- 3、很好用，已向同事推荐，又买了二套。
- 4、怎么写完发不上去？简明易懂，主要穴位明确，常见病自我按摩也有，手、足、耳穴位都比较详细，现在是我按摩的主要参考书。
- 5、interesting
- 6、还不错，简单易懂

《简易穴位按摩疗法》

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