

# 《百病防治按摩术》

## 图书基本信息

书名：《百病防治按摩术》

13位ISBN编号：9787500212942

10位ISBN编号：7500212941

出版时间：2003-1

出版社：中国盲文出版社

作者：臧福科

页数：210

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)

# 《百病防治按摩术》

## 内容概要

本书主要是为中老年人提供行之有效的自我保健方法，介绍了中老年人的生理病理特点、自我保健按摩的基本常识以及中老年保健按摩的19种常用手法、78个常用穴位和3种常用锻炼功法。书中载有100余种中老年见病的自我保健按摩疗法及练功方法；还载有美容以及全身各部位的自我保健按摩方法。书中附有130余幅插图，以助读者理解、掌握其内容。

本书主编——北京中医学陆军按摩教研究院室主任、附属医院按摩科主

# 《百病防治按摩术》

## 作者简介

臧福科，主任医师（副教授），北京中医学院按摩教研室主任、附属医院按摩科主任、按摩协会副秘书长。

## 书籍目录

### 第一部分 中老年生理病理特点和保健按摩常识

#### 一、中老年生理病理特点

#### 二、保健按摩常识

保健按摩的历史

保健按摩的作用机理

保健按摩治病的优点

按摩的禁忌症

保健按摩的注意事项

### 第二部分 中老年保健按摩常用手法、穴位及功法

#### 一、中老年保健按摩常用手法

按法

揉法<br

# 《百病防治按摩术》

## 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)