

# 《3分钟指压自疗法》

## 图书基本信息

书名：《3分钟指压自疗法》

13位ISBN编号：9787506243315

10位ISBN编号：7506243318

出版时间：1999-09-01

出版社：世界图书出版公司北京公司

作者：C 部

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)

# 《3分钟指压自疗法》

## 内容概要

本书是以现正流行的指压按摩为主，再配以入浴法、食物、芳香疗法等方式，针对上班族最常发生的不适症状作舒缓的治疗。在本书中，编者将教你如何正确地寻找穴道位置及有效的方法，让你能够借此脱离令你困扰的不适症状，每天都能轻松愉快地过日子！

# 《3分钟指压自疗法》

## 书籍目录

序

第1章 忙碌的早晨

第2章 办公室的症候群

第3章 下班后的症候群

第4章 你是EQ高手吗？

第5章 困扰已久的恼人问题

第6章 突然感到不适怎么办？

# 《3分钟指压自疗法》

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