

《对症手足按摩全书》

图书基本信息

书名：《对症手足按摩全书》

13位ISBN编号：9787534579486

10位ISBN编号：7534579481

出版时间：2011-6

出版社：江苏科学技术出版社

作者：王东坡

页数：265

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

《对症手足按摩全书》

内容概要

《对症手足按摩全书(附赠挂图)》，本书完整收录了手足部的所有反射区和穴位：124个手足部反射区，自我诊断与对症按摩相结合，边诊病边治疗，方便实用；120个手足部穴位，对症按摩与保健养生相搭配，边祛病边养生，事半功倍。

《对症手足按摩全书》

书籍目录

心脑血管系统健康自测表
呼吸系统健康自测表
肝、胆健康自测表
消化系统健康自测表
泌尿生殖系统健康自测表
神经系统健康自测表
手、足部按摩常用手法
手、足部简易取穴方法
壹 足部反射区及穴位详解
贰 手部反射区及穴位详解
叁 看图按摩巧治病
附录：手、足部反射区及穴位索引

《对症手足按摩全书》

精彩短评

- 1、书很好，照着做了下，有点用处，可惜自己的坚持性不够。
- 2、手足按摩比较简便易学
- 3、很实用的书，纸张质量很好，每天对着书本在练习，哈哈、、、、
- 4、书上内容挺详细的,正在实践中
- 5、还没有仔细的读完，不过已经简单的试验了，书上内容详细，而且还是彩页的，我都喜欢！！
- 6、纸质内容都很好 初学者也不会感觉费劲 通俗易懂上手快 必不可少的一本书
- 7、图案很清楚，是彩图。
- 8、刚开始看，觉得还不错。期待有更好的效果
- 9、印刷很好，穴位也很到位，一看就会，是一本不错的书。
- 10、内容详实，送货及时。very good
- 11、对初学者帮助很大，带图代字
- 12、书对穴位写的很全面。值得购买。
- 13、很喜欢 满意
- 14、介绍得很详细，比较容易明白。希望对身体有所帮助！
- 15、这本书挺好看的，挺满意 全彩图 我喜欢
- 16、身边“健身字典”，值得推广！
- 17、每天在按书上的按摩了，很好
- 18、书还好，就是觉得按摩没有我想的那样简单，好像自己在家还是搞不定。
- 19、关于健康 这是必不可少的一本好书 纸质好内容通俗易懂 上手快 很不错
- 20、很有意思，喜欢这样的书不错哦
- 21、这本书作为保健书籍，MM都可以买一本，按摩这个东西，自己学一学就会了，工作之余放松下自己，按摩一下自己的穴位，或许也是很好的保健方式哦。
- 22、这本书解释详细，配有图片，是你更容易精准地找到穴位。尤其是手足诊断，能详细说明出现此现象是什么病，并提出解决方案。而且通俗易懂，就算没有学过经络的人也很容易掌握当中内容。很好，值得推荐！
- 23、整本书都是彩页，讲解的也比较详细，学习中。
- 24、保健效果应该很好吧
- 25、是正版很实用
- 26、书的质量不错，图片非常清晰。
穴位介绍的非常准确，功效和按摩方法也介绍的非常详细。
适合注重健康的朋友，也适合家庭里面老人的使用，这本书我是买个父母用的
他们本身就比较相信穴位按摩，每天照着书中的提示按摩，效果还是很不错的！
- 27、我买了一本后又帮两位朋友买了此书，看了对平时自我保健很大的帮助，如果想健康大家都来购买《对症手足按摩全书》看了你不会后悔的。非常值得一看和收藏的好书。
- 28、最基础的，往往就是最高妙的。胃痛的时候，揉揉大拇指，按一按脚前掌，疼痛就能缓解——这就是按摩，建立在手对身体的感知上，不仅能诊断病情，还能治疗疾病。按摩前，最关键的是什么？找穴。本书能够让你找穴时更快、更准。
- 29、我很喜欢看书，不同种类的书都会买来看，这书写得挺好的
- 30、就是要有全身穴位图就好了 比较好找
- 31、先来无事按照书上的按一按，感觉挺好的，就是得坚持啊，书不错
- 32、发烧头痛，身上顽症都能用上!very good!
- 33、给爸爸买的 很实用的一本书
- 34、手、足和小腿的穴位都一一介绍了，很详细。家庭保健足够了。
- 35、这本书对我来说很有用。
- 36、很实用的书书，很详细 要是增加点美容的就更好了哈哈

37、是朋友推荐的，真的不错。

《对症手足按摩全书》

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