

<<养生运动处方>>

图书基本信息

书名：<<养生运动处方>>

13位ISBN编号：9787040301038

10位ISBN编号：7040301032

出版时间：2010-6

出版时间：高等教育出版社

作者：张广德

页数：15

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：<http://www.tushu007.com>

<<养生运动处方>>

内容概要

心悸，即自觉心慌，心跳不安；症见胸闷气短、面色苍白，有的恶心呕吐、出冷汗等。心悸多伴有心动过速、心律不齐，一般由精神因素和体质因素引起。中医临床辨证认为心血不足、心脑失养、心阳不振、血行不畅为其主要发病原因。通过导引动作对上述穴位进行刺激按摩，可以对心悸起到预防、助疗作用。

<<养生运动处方>>

作者简介

张广德，字飞宇，号鹤龄燕人，1932年2月出生于河北唐山，1959年毕业于北京体育学院(现北京体育大学)武术专业，后留校任教，之后又考入该校研究生部，是我国著名导引养生学家，新中国第一代武术研究生，中国武术八段，中华武林百杰，享受中华人民共和国国务院特殊津贴，曾

<<养生运动处方>>

书籍目录

一、方义解诂二、运动处方 1.招锁内关 2.压捏神门 3.摩运膻中 4.掌拍三里参考资料及引用书目

<<养生运动处方>>

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:<http://www.tushu007.com>