

<<最简易对症刮痧>>

图书基本信息

书名：<<最简易对症刮痧>>

13位ISBN编号：9787122155221

10位ISBN编号：7122155226

出版时间：2013-1

出版时间：化学工业出版社

作者：段学忠 编

页数：122

字数：100000

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>

<<最简易对症刮痧>>

内容概要

本书在介绍了刮痧最基本的手法和用具的基础上，介绍了常见慢性病和身体小毛病的刮痧调理方法，力求用最少的穴位、最简单的刮痧方法达到祛病强身的目的。

<<最简易对症刮痧>>

作者简介

段学忠，中医专业和中医博士，教授，已出版多部养生类畅销书，如《百病取穴速查图册》、《艾灸祛病看这本就够》等。

<<最简易对症刮痧>>

书籍目录

第一章 刮痧——古老的养生大法

刮痧知识要了解

刮痧益处多多

从刮痧印记看健康状态

刮痧方法

刮痧工具

刮痧的手法

刮痧的补泻手法

注意事项不可忘

禁止刮痧的情形

第二章 慢性病的刮痧方法

高血压病

高脂血症

糖尿病

哮喘

慢性支气管炎

失眠

心悸

冠心病

颈椎病

老年骨质疏松

风湿性关节炎

腰椎间盘突出

肩周炎

中风后遗症

尿失禁

消化不良

健忘

痔疮

老年性白内障

脂肪肝

更年期综合征

膝关节痛

第三章 刮痧祛小病

第四章 让刮痧融入你的保健生活

附录 取穴的原则和诀窍

<<最简易对症刮痧>>

编辑推荐

中医有“百病皆可发痧”的说法，并且认为刮痧可以调和阴阳、行气活血、舒筋通络、调理脏腑、排毒清热、温经散寒，发展到今天，已经能够治疗内科、妇科、男科、儿科、外科、眼科等11大类400余种病症，深受广大老百姓，特别是中老年人的喜爱。

《最简易对症刮痧》为中医教授编写，包括高血压、糖尿病、肩周炎、颈椎病等常见病和感冒、头痛、胃炎、便秘等常见不适的刮痧方法，选取最常用的穴位，同时图片演示取穴方法和每种疾病刮痧方法，简单实用，即使是没有中医基础和穴位知识的老百姓也很容易上手操作。

<<最简易对症刮痧>>

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>