

<<骨质疏松与骨质增生症的自我调护>>

图书基本信息

书名：<<骨质疏松与骨质增生症的自我调护>>

13位ISBN编号：9787502369934

10位ISBN编号：7502369937

出版时间：2011-9

出版时间：科学技术文献出版社

作者：战雅莲，李红珠，常宇 编

页数：356

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>

<<骨质疏松与骨质增生症的自我调护>>

内容概要

《骨质疏松与骨质增生症的自我调护（第2版）》分为3章，介绍经络腧穴知识，以及治疗骨质疏松症和骨质增生症常用的腧穴。

介绍骨质疏松症的流行病学常识、骨质疏松症的表现、骨质疏松症的发病机理、骨质疏松症的不良后果、骨质疏松症的预防、骨质疏松症患者日常生活中的注意事项、常用的中成药与单方验方，以及药膳疗法、药茶疗法、按摩疗法、灸疗、拔罐、刺血疗法、刮痧、手疗、足疗、穴位敷贴、热敷疗法、药浴疗法、泥疗法、石蜡疗法、日光浴、体操、瑜伽、太极拳、运动疗法和精神疗法防治骨质疏松症。

介绍骨质增生症的流行病学常识、骨质增生症的表现、骨质增生症的发病机理、骨质增生症的不良后果、骨质增生症的预防、常用的中成药与单方验方，以及药膳疗法、药酒疗法、按摩疗法、灸疗、拔罐、刺血疗法、刮痧、耳穴疗法、手疗、足疗、穴位敷贴、热敷疗法、药浴疗法、石蜡疗法、日光浴、体操、瑜伽、太极拳和精神疗法防治骨质增生症。

<<骨质疏松与骨质增生症的自我调护>>

书籍目录

第一章 经络腧穴知识第一节 经络腧穴简介第二节 取穴方法一、骨度分寸法二、体表标志法三、手指同身寸法四、简便取穴法第三节 治疗骨质疏松症和骨质增生症常用的腧穴一、治疗骨质疏松症和骨质增生症常用的经穴二、治疗骨质疏松症和骨质增生症常用的经外奇穴第二章 骨质疏松症第一节 概述一、骨质疏松症的流行病学常识二、骨质疏松症的表现三、骨质疏松症的发病机理四、骨质疏松症的不良后果第二节 骨质疏松症的日常养护一、骨质疏松症的预防二、骨质疏松症患者日常生活中的注意事项三、合理安排饮食四、骨质疏松症的中医辨证论治五、治疗骨质疏松症的中成药六、治疗骨质疏松症的方剂及单方、验方七、药膳疗法防治骨质疏松症八、药茶疗法防治骨质疏松症九、药酒疗法防治骨质疏松症十、按摩疗法防治骨质疏松症十一、灸疗防治骨质疏松症十二、拔罐防治骨质疏松症十三、刺血疗法防治骨质疏松症十四、刮痧防治骨质疏松症十五、手疗防治骨质疏松症十六、足疗防治骨质疏松症十七、穴位敷贴防治骨质疏松症十八、热敷疗法防治骨质疏松症十九、药浴疗法防治骨质疏松症二十、泥疗法防治骨质疏松症二十一、石蜡疗法防治骨质疏松症二十二、日光浴防治骨质疏松症二十三、体操防治骨质疏松症二十四、瑜伽防治骨质疏松症二十五、太极拳防治骨质疏松症二十六、运动疗法防治骨质疏松症二十七、精神疗法防治骨质疏松症第三章 骨质增生症第一节 概述一、骨质增生症的流行病学常识二、骨质增生症的表现三、骨质增生症的发病机理四、骨质增生症的不良后果第二节 骨质增生症的日常养护一、骨质增生症的预防二、采取适宜的睡眠体位三、选择合适的寝具四、适度的体育锻炼五、骨质增生症的中医辨证论治六、治疗骨质增生症的中成药七、治疗骨质增生症的方剂及单方、验方八、药膳疗法防治骨质增生症九、药酒防治骨质增生症十、按摩防治骨质增生症十一、灸疗防治骨质增生症十二、拔罐防治骨质增生症十三、刺血疗法防治骨质增生症十四、刮痧防治骨质增生症十五、耳穴疗法防治骨质增生症十六、手疗防治骨质增生症十七、足疗防治骨质增生症十八、穴位敷贴防治骨质增生症十九、热敷疗法防治骨质增生症二十、药浴防治骨质增生症二十一、石蜡疗法防治骨质增生症二十二、日光浴防治骨质增生症二十三、体操防治骨质增生症二十四、瑜伽防治骨质增生症二十五、太极拳防治骨质增生症二十六、精神疗法防治骨质增生症参考文献

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>