第一图书网, tushu007.com

<<手中有福音2>>

图书基本信息

书名：<<手中有福音2>>

13位ISBN编号：9787510038310

10位ISBN编号：7510038316

出版时间：2011-8

出版时间：西安世图出版公司· 阳光博客出品

作者：季秦安

页数：252

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

第一图书网, tushu007.com

<<手中有福音2>>

内容概要

本书为中国手疗第一人季秦安老师最新作品！
在本书当中，季老师为大家讲述了为何双手可以反映出人的健康状况，如何通过解读双手来读懂人体健康变化，并结合大量案例手把手告诉大家如何通过手疗来解决日常生活中的诸多病症。
本书简单实用，一学就会，相信必将成为广大手诊手疗爱好者的福音！

第一图书网, tushu007.com

<<手中有福音2>>

作者简介

季秦安，男，1942年生于西安，中国自然疗法名家，中国季氏手诊手疗法创始人，中国手疗第一人。

季秦安先生长期致力于中国传统医学非药物疗法及人体反射疗法的研究和应用，先后著有《季氏手诊手疗法》、《手中有福音》、《图说按摩治百病：常见病自然疗法应用指南》等专著。
被国家有关部门聘为自然疗法首席专家、高级研究员。
2004年在斯里兰卡第42届国际传统医学大会上荣获医学贡献奖，并被授予名誉医学博士。
现任全国产业工作委员会手疗研发中心主任，西安反射疗法研究会理事长。

第一图书网, tushu007.com

<<手中有福音2>>

书籍目录

第一章　生命就在手中
　你真的了解自己的手吗?
　手上到底有什么？

　什么是手部反射区?
　手部反射区按摩的手法？

　反射区按摩的力度和速度
　手部反射区与经络腧穴的关系
　要学会通过双手与身体对话
第二章　看懂手，找准手部反射区
　手部反射区的原理
　手部反射区的分布规律
　手掌反射区简易定位法
　找准手部反射区
第三章　疾病逃不脱的“五指山”——季氏五指诊断法
　五指与五行
　拇指——脾胃相连
　食指——肝胆相照
　中指——牵心挂肠
　无名指——肺腑之言
　小指——肾生不息
　动手动脚，“OK！
OK！
”
第四章　手中有福音　心中有健康——莫让生活小问题成为身体大“杀手”
　启惠人生，健康是福
手诊与高血压
　小心公交扶手——乘车挤出的高血压
　被忽视的睡姿——睡觉也能引发高血压
　事半功倍——手疗调理高血压
　给自己看病——手部诊断高血压
手诊与糖尿病
　莫让“糖衣炮弹”摧毁你的健康防线
　贵在治本——手疗调理糖尿病
　给自己看病——手部诊断糖尿病
手诊与颈椎病
　什么习惯让颈椎病缠上你
　像呵护脸一样呵护脖子
　给自己看病——手部诊断颈椎病
　调整颈椎的方法——“观音手捧莲花”
手诊与胃部疾病
　嘴里常泛酸水,原来是“胃”在捣鬼
　“胃痛”离“胃癌”到底有多远
　改变不良的生活习惯是“护胃”的关键

第一图书网, tushu007.com

经常“安抚”胃反射区，让胃尽忠职守
给自己看病——手部诊断胃部疾病
手诊与腰部疾病
弯腰拿重物，这样做对吗？

久坐伤腰，你的腰一定累坏了
多搓手背，防治腰痛
给自己看病——手部诊断腰部疾病
手诊与前列腺疾病
哪些因素会威胁到男人的前列腺健康
自然疗法对前列腺疾病的神奇作用
给自己看病——手部诊断前列腺疾病
手诊与妇科疾病
“要风度不要温度”惹的祸
按摩中指指根部位，“大姨妈”就会正常造访
几种妇科常见疾病的治疗手法
给自己看病——手部诊断妇科疾病
第五章　手随心转，法从手出
——可以点石成金的手疗小诀窍
对疾病的正确认识,是身体健康健康的前提
调养脾胃、充盈肾气的秘诀
缓解头痛的诀窍
养脊小方法
大蒜：治疗冠心病的好帮手
练习“排石功”，帮你轻松排石
偏瘫的家庭调理
心脏病的家庭调理
旅游中常见不适症状的快速调理方法
常见疾患，自己轻松调理
第六章　送给老年朋友的福音
健康，让夕阳更红
这样搓手，才能提高免疫力
降血压，中指按摩是关键
十指摩擦降血脂
用心调理，改善动脉硬化
腿痛要揉无名指
反射疗法调理便秘有奇效
告别失眠，与心脏说晚安
老年朋友也要有爱美之心
第七章　送给孩子们的福音
宝贝健康，全家安心
动动小手，疾病全走
用手疗的方式让孩子胃口大增
宝宝呕吐，妈妈莫惊慌
不要给孩子胡乱退烧
常按反射区，保护孩子的视力
孩子流鼻血了，该怎么处理？

第一图书网, tushu007.com

孩子便秘了怎么办？

千万不要打骂尿床的孩子
第八章　手中小天地　点点扭乾坤
巧调理，妙点按，腰痛去无踪
手疗法对一些疼痛病手到病除
我找到了健身的法宝
在日常生活中感受手疗的神奇作用

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

版权页：插图：有的人，一旦脸上起了小痘痘，就会当成面子大事，倍加关注，而就算脖子彻夜疼痛，也当成小事，不予理会。
其实，脖子就像人的脸一样，需要我们别是早上起床后，颈肩部不适，还牵连到背部，颈背活动也受到限制。
后来去医院检查，才得知自己患了颈椎病。
随后，她在医院进行了物理治疗-“牵引”，后来又从北京邮购了家庭用的牵引器，虽然花了很多钱，但效果并不理想，往往是“治标不治本”。
我听了她的讲述后，建议她试一试按摩治疗。
她起初并不愿意，说自己已经放弃治疗了。
我当场为她做了手部按摩和手部颈椎牵引，她感觉颈背部一下子轻松了很多，希望重新燃起，请我为她继续治疗。
3个疗程后，她很高兴地告诉我，原来的脖子酸、疼、僵的症状没有了，四肢和背部的酸疼感觉也明显减轻了。

第一图书网, tushu007.com

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