

<<时尚健康密码>>

图书基本信息

书名：<<时尚健康密码>>

13位ISBN编号：9787534134210

10位ISBN编号：7534134218

出版时间：2009-1

出版时间：浙江科学技术出版社

作者：五十岚康彦

页数：95

译者：李银

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>

<<时尚健康密码>>

内容概要

我们知道古代印度的瑜伽，以及中国的道家养生法等，都很重视脚的作用。另外，纵观江户时代的名僧白隐禅师所研制的健康法“个人按摩”的内容便知，其中百分之七十都与脚有关。总之，通过揉、搓、转动脚的各个部位可使身体保持健康。

<<时尚健康密码>>

作者简介

五十岚康彦，1941年出生于横滨，指压按摩师。
在接受真正的瑜伽指导后，曾巡游欧洲和亚洲各国，学习了区域治疗法。
回到日本后，以在海外丰富的见闻为基础开创了反射区域健康法。
现任五十岚医院的院长，从事教育指导工作，并继续进行反射区域的治疗和研究。

书籍目录

所谓的区域治疗脚的反射区域图第1章 区域治疗的基础知识 怎样识别区域 一起掌握手指的使用方法 利用区域刺激来确认身体状况 把检查后的结果运用于治疗 治疗前的准备事项和注意事项 首先刺激的四个基本区域 治疗后的护理和身体的反应 做几分钟合适第2章 改善日常生活中的不适症状 肩酸 脖子酸痛 头痛、头倦 胃灼热 打嗝 脸部发热,面红耳赤 便秘 眼疲劳 耳鸣 鼻塞 牙痛 头晕第3章 解决难医治的疾病 假性近视 白内障 失眠 哮喘 扁桃体炎 慢性胃炎 腹泻 胃溃疡 神经痛 腰痛 膝盖痛 风湿病 高血压 低血压 肝病 肾脏病 糖尿病 心脏病 脱发 感冒第4章 女性的美丽与健康 排尿不顺畅 月经不调 肥胖 偏瘦 怕冷症 膀胱炎 瘰病 更年期障碍 皮肤粗糙第5章 让性生活更加和谐 阳痿 早泄 精力减退 性感缺乏症 提高性感第6章 父母可以自己治愈的儿童疾病和症状 晕车 夜尿症 流鼻血 咳嗽 咽喉肿痛第7章 白领们的必胜反射区 自律神经失调症 宿醉 减轻疲劳 让头脑清醒 失落 白发、少发 更加健康 放松 肩周炎 花粉过敏症 胃痛 食欲不振

章节摘录

插图：第1章 区域治疗的基础知识怎样识别区域区域根据研究者的不同而有所不同对应的区域在哪？

在数千年前，自区域治疗的概念出现以来，很多研究者就开始探索区域的位置。

对从事区域治疗者来说，这也是阳大的研究课题。

我也是如此，以前人留下来的资料为主，也读了很多其他研究者记录下来的文献，并且一边用自己和别人的身体一一进行确认，一边总结出了自己的区域分布图。

<<时尚健康密码>>

编辑推荐

《时尚健康密码:家庭足部按摩》非常实用,非常适合您在家学习。

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>