

<<穴位按摩养生治病一本通>>

图书基本信息

书名：<<穴位按摩养生治病一本通>>

13位ISBN编号：9787537551656

10位ISBN编号：7537551650

出版时间：2012-6

出版单位：河北科技出版社

作者：周建党 编著

页数：210

字数：220000

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>

<<穴位按摩养生治病一本通>>

内容概要

不花钱、不吃药、一学就会，一用就灵！

《穴位按摩养生治病一本通(全图解经典珍藏版)》由周建党、凌云主编，本书不仅图文并茂、内容丰富、文字通俗，而且使得读者可以轻松地掌握所述知识及各种保健推拿手法要领，为广大按摩学习者提供了好的参考学习资料，只要按图索骥，便可“手到病除”。

<<穴位按摩养生治病一本通>>

作者简介

周建党，男，1970年出生。

1995年学本科毕业(河南省中医学院)。

现就职于郑州市嵩山医院，任按摩科副主任，中医骨伤科主治医师，并兼任嵩山医院按摩学校讲师，郑州市保健按摩职业技能鉴定考评员。

从事中医外科工作十余年，积累了丰富的临床经验。

擅长中西医结合诊疗，特别对中医推拿按摩有很深的造诣，曾发表医学论文数十篇。

<<穴位按摩养生治病一本通>>

书籍目录

第一章 穴位按摩，“掌”握健康

第一节 穴位按摩常识

按摩养生的独特魅力

按摩的4大基本功效

4种按摩异常现象的预防与处理

按摩养生的禁忌与适用

警惕按摩误区

第二节 穴位按摩方法

11种常见的按摩手法

3种常见按摩定位法

按摩力度的3种把握法

顺时针为补，逆时针为泻

穴位按摩有哪些注意事项

第二章 头部养生治病要穴

第一节 穴位按摩健体养生穴

承泣穴

下关穴

颧髎穴

睛明穴

瞳子髎穴

耳门穴

目窗穴

强间穴

百会穴

巨髎穴

丝竹空穴

完骨穴

五处穴

第二节 穴位按摩调养治病穴

大迎穴

听宫穴

阳白穴

浮白穴

听会穴

正营穴

承灵穴

上关穴

头维穴

翳风穴

瘰脉穴

率谷穴

迎香穴

地仓穴

颊车穴

攒竹穴

<<穴位按摩养生治病一本通>>

水沟穴
眉冲穴
曲差穴
承光穴
颞息穴
角孙穴
悬厘穴
天冲穴
风池穴
哑门穴
风府穴
脑户穴
太阳穴
神庭穴
四白穴
悬颅穴

第三章 颈肩部养生治病要穴

第一节 穴位按摩健体养生穴

人迎穴
天宗穴
气舍穴
巨骨穴
臑俞穴

第二节 穴位按摩调养治病穴

肩髃穴
肩髃穴
肩井穴
秉风穴
大杼穴
天容穴
天髎穴
天牖穴
扶突穴
缺盆穴
肩外俞穴
肩中俞穴

.....

第四章 胸腹部养生治病要穴

第五章 腰背部养生治病要穴

第六章 上肢养生治病要穴

第七章 下肢养生治病要穴

第八章 足部养生治病要穴

第九章 穴位按摩美容塑身要穴

<<穴位按摩养生治病一本通>>

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>