第一图书网, tushu007.com

<<肩周炎自我按摩图解>>

图书基本信息

书名：<<肩周炎自我按摩图解>>

13位ISBN编号：9787538429855

10位ISBN编号：7538429859

出版时间：2004-07-01

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：刘明军

页数：110

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

第一图书网, tushu007.com

<<肩周炎自我按摩图解>>

内容概要

自我按摩疗法，最早见于我国西汉时期的马王堆出土文物中，现代有所发展。
近年来，随着医学模式的转变，医学界更为注重以人为本，强调健康由自己掌握。
自我按摩则使患者更多地了解医学知识，主动治疗，全身运动，使疾病有所缓解，体质有所增强。
　本书分为五大部分。
常识篇介绍了肩周炎的临床表现，自我按摩治疗肩周炎的特点、疗程、注意事项等；经穴篇介绍了经络走向，穴位定位和治疗肩周炎常用腧穴和反射区；手法篇介绍了治疗肩周炎的常用手法；治疗篇介绍了多种自我按摩套路和简易治疗方法，线条图和照片相对照，简明易懂，易学易做；调护篇从精神、起居、饮食、药物着手，使读者更全面了解如何防治肩周炎。
　本书是医疗、家庭保健较有价值的参考书。
我们希望本书的问世，能给广大读者提供帮助。

<<肩周炎自我按摩图解>>

书籍目录

常识篇 何谓肩周炎 何谓自我按摩 自我按摩治疗肩周炎有哪些特点 自我按摩治疗肩周炎的疗程是如何规定的 自我按摩治疗肩周炎应注意什么 什么情况下不能自我按摩治疗肩周炎 经穴篇 何谓经络及走向 自我按摩穴位应如何定位 治疗肩周炎体部常用穴位 治疗肩周炎耳部常用穴位及反射区 治疗肩周炎足部常用向射区 治疗肩周炎手部常用反射区及穴位手法篇 自我按摩治疗肩周炎的手法特点 自我按摩治疗肩周炎体部常用手法 自我按摩治疗肩周炎耳部常用手法 自我按摩治疗肩周炎足部常用手法 自我按摩治疗肩周炎手部常用手法治疗篇 体部自我按摩治疗肩周炎 耳部自我按摩治疗肩周炎 足部自我按摩治疗肩周炎 手部自我按摩治疗肩周炎 简易方法治疗肩周炎调护篇 乐观向上积极治疗 慎避风寒 适当锻炼 合理调整饮食结构 肩周炎中医辨证分型 肩周炎常用中西成药 肩周炎常用中药单方及药膳方 肩周炎常用验方

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