

<<头部按摩大全>>

图书基本信息

书名：<<头部按摩大全>>

13位ISBN编号：9787506267380

10位ISBN编号：7506267381

出版时间：2004-9-1

出版人：世界图书出版公司

作者：冰点

页数：342

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>

<<头部按摩大全>>

内容概要

人体各部分生理功能的正常发挥，有赖于头面部的保健。

中医学认为：头是“诸阳之会”、“清净之府”，五脏六腑精华之血，清阳之气，皆上注于头。

又容易被邪气所侵袭，当头感受各种内外邪之后，或当完成紧张工作之余，都会出现头痛、疲乏、失眠、嗜睡等诸多症状。

因此，头部的保健的极为重要的。

头部按摩对大脑有健脑安神，聪耳明目的作用。

按摩同时还呆改善脑部的血液循环，提高大脑的摄氧量，有益于大脑皮质的功能调节，对益智健脑，增强记忆、缓解疲劳、消除紧张、焦虎，使大脑重新获是充足的精力和体力有益处，头部按摩，还对防止失眠、耳鸣、耳聋、目眩等有较好的辅助治疗作用。

本书从健康的新概念入手，阐述了头部健康的新概念、头部保健推拿的基本知识和技能，选择与汇总了临床的大量的实例，详而系统地讲述了常见病症的按摩方示。

深入浅出，图文并茂，实用性强，适合每个家庭和各年龄的人使用。

<<头部按摩大全>>

书籍目录

第一章 头部按摩应注意什么 一、给人按摩的几个注意 二、自我按摩的注意事项 三、哪些疾病不可进行头部按摩 四、头穴按摩法 五、头穴按摩的基本手法 六、头部按摩的常作穴位 七、头面部的自我保健推拿 八、头部按摩的取穴方法 第二章 头部按摩对症疗法 一、健脑按摩疗法 二、消除疲劳增强记忆按摩法 三、耳聪目明按摩疗法 四、近视眼的保健按摩疗法 五、老花眼的按摩疗法 六、老年性白内障的按摩疗法 七、红眼部病的按摩疗法 八、头面部的保健疗法 九、催眠按摩疗法 十、消除疲劳的按摩疗法 十一、眼睑下垂的按摩疗法 十二、“美尼尔”的按摩疗法 十三、长针眼后的按摩疗法 十四、近视眼的按摩疗法 十五、耳鸣的按摩疗法 十六、突发性耳聋的按摩疗法 十七、流鼻血的按摩疗法 十八、过敏性鼻炎的按摩疗法 十九、下颌关节功能紊乱的按摩疗法 二十、失音的按摩疗法 二十一、落枕后的按摩疗法 二十二、咽喉疼痛的按摩疗法 第三章 夫妻头部保健法 第四章 有效的家庭按摩 第五章 美容按摩疗法 第六章 耳部按摩 第七章 常见疾病的耳穴按摩疗法

<<头部按摩大全>>

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>