

<<高血脂经络调理绝技>>

图书基本信息

书名：<<高血脂经络调理绝技>>

13位ISBN编号：9787509145319

10位ISBN编号：7509145317

出版时间：2011-1

出版时间：人民军医出版社

作者：强刚，谭洪福，余新华 主编

页数：123

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>

## <<高血脂经络调理绝技>>

### 内容概要

编者详细介绍了传统医学中的按摩、拔罐、走罐刮痧、熏洗、艾灸、手疗、足疗、耳穴贴压等防治高血脂血症的经络调理法，并以图文并茂的形式详解了腧穴定位和操作方法以及高血脂血症中西医运动、食疗、药疗等自我调理方法。

本书强调实用性，方法易学、易懂、易操作，适合高血脂血症患者自我康复保健调理。

## <<高血脂经络调理绝技>>

### 书籍目录

#### 第一章 经络与腧穴

腧穴的定位方法

骨度分寸法

手指比量法

体表标志法

简便取穴法

#### 第二章 穴位按摩与高血脂防治

常用按摩手法与操作

一指禅推法

揉法

推法

摩法

拿法

擦法

搓法

拍法

高血脂简易自我按摩法

第一良策：经验取穴降血脂

第二良策：手部按摩降血脂

第三良策：颈部按摩降血脂

第四良策：腹部按摩降脂减肥

第五良策：耳压疗法降脂减肥

耳压法常用处方及操作方法

高血脂常见并发症的经络调理

高血脂伴血黏度升高的经络调理

高血脂伴高血压足疗四法

高血脂伴脂肪肝的自我按摩

高血脂伴肥胖症自我按摩

高血脂伴冠心病心绞痛的自我按摩

高血脂伴头晕头痛的自我按摩

高血脂伴视力下降的自我按摩

#### 第三章 高血脂防治的常用自然疗法

艾灸疗法与高血脂防治

艾灸家庭操作方法

高血脂艾灸处方

拔罐疗法与高血脂防治

拔罐家庭操作方法

家庭拔罐常用方法

.....

#### 附篇 医道精讲

<<高血脂经络调理绝技>>

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>