

<<自我治疗便秘>>

图书基本信息

书名：<<自我治疗便秘>>

13位ISBN编号：9787513210645

10位ISBN编号：7513210640

出版时间：2012-9

出版时间：中国中医药出版社

作者：王海泉，刘华琳，李慧霞 编著

页数：195

字数：234000

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>

<<自我治疗便秘>>

内容概要

本该貌美如花却脸生暗斑、痤疮甚至黄褐斑,本该身强力壮、风度翩翩,却食欲不振、愁眉苦脸,本该鹤发童颜、安享天伦,却骤发偏瘫,猝倒于卫生间,这一切的背后可能是同一个罪魁祸首——便秘。

本书从自我疗法角度,介绍了按摩、拔罐、刮痧、中药、贴敷、熏洗、艾灸、食疗、运动、音乐、心理等不同自我调治方式,帮助您远离便秘困扰,拥有健康快乐的人生。

<<自我治疗便秘>>

书籍目录

- 第一章认识便秘
- 便秘——健康危险信号
- 便秘的病因病理
- 便秘的诊断与分类
- 便秘的西医药治疗
- 中医学对便秘的认识
- 第二章认识经络和腧穴
- 什么是经络和腧穴
- 治疗便秘常用穴位
- 第三章躯体按摩治便秘
- 便秘常用按摩手法
- 便秘常用按摩部位
- 便秘常用按摩法
- 第四章足底按摩治便秘
- 什么是足底按摩
- 足底按摩手法
-

<<自我治疗便秘>>

编辑推荐

王海泉、刘华琳、李慧霞编著的《自我治疗便秘》是关于便秘的科普图书。

将传统医学中的按摩、拔罐、刮痧、熏洗、艾灸、手疗、足疗、耳疗、药物、敷贴、食疗以及现代医学中的运动、音乐、心理调护等治病方法介绍给读者，为患者及其家属提供可以自我治疗的途径，突出其自然性、实用性，使读者在家中就可以自我治疗，充分发挥患者及其家属的主观能动性，为患者开辟自我康复的新天地。

<<自我治疗便秘>>

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>