

## <<自我治疗颈椎病>>

### 图书基本信息

书名：<<自我治疗颈椎病>>

13位ISBN编号：9787513210669

10位ISBN编号：7513210667

出版时间：2012-9

出版时间：中国中医药出版社

作者：王海泉，黄慧，周长春 编著

页数：200

字数：239000

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>

## <<自我治疗颈椎病>>

### 内容概要

《自我治疗颈椎病/求医更要求己丛书》编著者王海泉等。

《求医更要求己丛书：自我治疗颈椎病》为《求医更要求己丛书》之一种，是关于颈椎病的科普图书

。为了更好地使人们参与疾病的预防、治疗，作者密切联系临床实际，查阅大量资料，编写了《求医更要求己丛书》，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。

## <<自我治疗颈椎病>>

### 书籍目录

#### 第一章 概述

什么是颈椎病

颈椎病的病因病理

颈椎病的诊断与分类

颈椎病的西医治疗

中医学对颈椎病的认识

#### 第二章 认识经络和腧穴

什么是经络和腧穴

治疗颈椎病的常用穴位

#### 第三章 颈椎病躯体按摩法

颈椎病常用按摩手法

颈椎病常用按摩法

#### 第四章 颈椎病足底按摩法

#### 第五章 颈椎病手部按摩法

#### 第六章 颈椎病耳穴按摩法

#### 第七章 颈椎病的拔罐疗法

什么是拔罐疗法

颈椎病常用拔罐法

#### 第八章 颈椎病的刮痧疗法

什么是刮痧疗法

颈椎病常用刮痧法

#### 第九章 颈椎病的艾灸疗法

什么是艾灸疗法

灸法治疗颈椎病

#### 第十章 颈椎病的中药治疗

什么是中药

颈椎病常用中药

颈椎病常用方

#### 第十一章 颈椎病的贴敷疗法

什么是贴敷疗法

颈椎病常用贴敷法

#### 第十二章 颈椎病的熏洗疗法

什么是熏洗疗法

颈椎病常用熏洗法

#### 第十三章 颈椎病的运动疗法

颈椎病与运动

颈椎病常用运动疗法

#### 第十四章 颈椎病的饮食疗法

什么是食疗

颈椎病的饮食宜忌

颈椎病常用药膳

#### 第十五章 颈椎病的音乐疗法

颈椎病与音乐疗法

颈椎病常用音乐疗法

#### 第十六章 颈椎病的心理调护

<<自我治疗颈椎病>>

颈椎病与心理疗法  
颈椎病的心理调护  
第十七章 颈椎病的预防

## <<自我治疗颈椎病>>

### 编辑推荐

《自我治疗颈椎病/求医更要求己丛书》编著者王海泉等。

工作生活中对电脑的依赖,久坐不动的生活习惯,对颈椎健康构成极大危害。颈椎病早已不是老年人的专利,越来越多的年轻人加入了颈椎病患者的行列。颈部酸痛、某个姿势不对就胳膊发麻。

您是否正遭受颈椎病的折磨?

本书从自我疗法角度,充分挖掘传统医药保健潜力,介绍了按摩、拔罐、刮痧、艾灸、中药、贴敷、熏洗、运动、食疗、音乐、心理等不同自我调治方式,帮助您早日摆脱颈椎病的困扰。

<<自我治疗颈椎病>>

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>