

<<自我治疗失眠>>

图书基本信息

书名：<<自我治疗失眠>>

13位ISBN编号：9787513210683

10位ISBN编号：7513210683

出版时间：2012-9

出版时间：中国中医药出版社

作者：王海泉 等编著

页数：194

字数：232000

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>

<<自我治疗失眠>>

内容概要

《求医更要求己丛书：自我治疗失眠》为《求医更要求己丛书》之一种，是关于失眠的科普图书。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。

<<自我治疗失眠>>

书籍目录

第一章概述

什么是失眠

失眠的病因与发病机制

失眠的诊断与分类

失眠的西医药治疗

中医学对失眠的认识

第二章什么是经络和腧穴

什么是经络和腧穴

治疗失眠的常用体穴

第三章失眠的躯体按摩疗法

失眠常用按摩手法

失眠常用按摩法

第四章失眠的足底按摩法

什么是足底按摩疗法

足底按摩手法

失眠常用足底按摩法

.....

<<自我治疗失眠>>

编辑推荐

王海泉、程爱军编著的《自我治疗失眠》是关于失眠的科普图书。

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。

<<自我治疗失眠>>

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>