

<<指压腧穴瘦身法>>

图书基本信息

书名：<<指压腧穴瘦身法>>

13位ISBN编号：9787750623765

10位ISBN编号：7750623760

出版时间：2002-10-1

出版单位：广东世界图书出版有限公司

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>

<<指压膻穴瘦身法>>

内容概要

<<指压膻穴瘦身法>>

作者简介

<<指压腧穴瘦身法>>

书籍目录

- 一、肥胖的原因
- 二、肥胖容易导致哪些疾病
- 三、肥胖的标准
- 四、指压腧穴瘦身原理
- 五、指压方法
- 六、指压瘦身法的注意事项
- 七、经络与腧穴
- 八、人体分部瘦身指压法
 1. 脸部减肥指压法
 2. 头部减肥指压法
 3. 颈部减肥指压法
 4. 胸部减肥指压法
 5. 肋部减肥指压法
 6. 腹部减肥指压法
 7. 肩部减肥指压法
 8. 背部减肥指压法
 9. 腰部减肥指压法
 10. 臀部减肥指压法
 11. 上肢减肥指压法
 12. 下肢减肥指压法
 13. 全身瘦身指压法
- 九、肥胖合并症指压疗法
 1. 肥胖合并高血压
 2. 肥胖合并冠心病
 3. 肥胖合并高脂血症
 4. 肥胖合并脂肪肝
 5. 肥胖合并胆石症
 6. 肥胖合并骨关节病
 7. 肥胖合并肩周炎
 8. 肥胖合并糖尿病
 9. 肥胖合并哮喘
- 十、指压法常用穴位
 1. 足阳明胃经穴位
 2. 足太阴脾经穴位
 3. 足阳明大肠经穴位
 4. 手太阴肺经穴位
 5. 手少阴心经穴位
 6. 手太阳小肠经穴位
 7. 足太阳膀胱经穴位
 8. 足少阴肾经穴位
 9. 足厥阴心包经穴位
 10. 手少阳三焦经穴位
 11. 足少阳胆经穴位
 12. 足厥阴肝经穴位
 13. 任脉穴分

<<指压腧穴瘦身法>>

- 14. 督脉穴位
- 15. 经外奇穴

<<指压膻穴瘦身法>>

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>