

<<穴位指压除百病>>

图书基本信息

书名：<<穴位指压除百病>>

13位ISBN编号：9787802204980

10位ISBN编号：7802204984

出版时间：2010-1

出版时间：中国画报

作者：江文天

页数：243

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>

<<穴位指压除百病>>

内容概要

按摩是我国中医的瑰宝，具有保健强身、预防疾病、祛病延年的作用。

它既能治病，又能防病；既可单独运用，又可与其他疗法并用。

随着社会物质文化生活水平的提高和人们保健意识的不断增强，人们渴望一种有益于身心健康的“绿色”疗法，因此，古老的按摩方法日益受到重视，并以其诸多优势成为人们治病与保健的重要手段。

本书阐述了按摩区域和穴位的基础知识，针对困扰现代人的亚健康问题，分别介绍了头部穴位、手部穴位、足部穴位、老年人穴位以及小儿穴位指压治疗的方法。

本书语言浅显易懂方便广大读者阅读与应用。

<<穴位指压除百病>>

书籍目录

前奏第一章 穴位指压——战胜疾病的良方一、学会穴位指压去感冒二、消除头痛的简单方法三、如何轻松告别咳嗽四、发热与穴位指压疗法五、穴位指压可以消除哮喘吗六、如何运用指压法治疗高血压病七、指压法也能治疗神经衰弱吗八、防治冠心病有良策九、如何轻松缓解胃痛十、腹泻不用药物也能治吗十一、动动手指，告别便秘的痛苦十二、穴位指压可以治疗落枕十三、坐骨神经痛的指压法有哪些第二章 制订头部的穴位指压去病计划一、眩晕的穴位指压防治法二、头部穴位指压能治疗失眠吗三、制订轻松的瘦身计划四、缓解三叉神经痛的小技巧五、治疗周围性面瘫的简便方法六、指压头部穴位，祛除颈椎病七、穴位指压法也能祛除面部痤疮八、指压头部穴位，轻松祛除黄褐斑九、指压帮你祛除斑秃十、更年期综合征的自我指压技巧十一、穴位指压可以缓解牙痛吗十二、假性近视的穴位指压方法有哪些第三章 手部穴位指压与常见病的治疗一、手部穴位能治疗盗汗吗二、低血压的简便疗法三、穴位指压怎样祛除贫血四、动动手指，远离骨质疏松五、痔疮能用穴位指压治疗吗六、帕金森病与手部穴位指压七、穴位指压治疗踝关节扭伤八、治疗急性腰扭伤要指压哪些穴位九、穴位指压，让呃逆的治疗简单起来十、如何用穴位指压治疗月经不调十一、穴位指压——告别前列腺疾病十二、慢性咽炎的简单疗法十三、如何轻松治疗慢性鼻炎第四章 足部穴位指压对抗疾病一、如何指压治疗神经性皮炎二、牛皮癣的指压治疗方法有哪些三、湿疹可以指压治疗吗四、祛除乳腺增生小技巧五、指压疗法让你远离耳鸣的困扰六、类风湿性关节炎如何指压治疗七、治疗不孕症也能如此简单八、如何轻松告别不育症九、指压疗法可以治疗阳痿吗第五章 穴位指压疗法——老年人去病的法宝一、短暂性脑缺血发作也可以指压治疗二、指压治疗老年性痴呆的方法三、中风后遗症可以指压治疗吗四、如何缓解神经性呕吐五、面肌痉挛值得注意六、你的脑动脉硬化了吗七、如何及时治疗颞颌关节功能紊乱八、肩周炎的指压治疗方法九、应对老年骨质疏松的新方法第六章 小儿穴位指压——轻松去百病一、穴位指压与小儿感冒的治疗二、如何轻松治疗婴幼儿咳嗽三、穴位指压——让孩子远离发热四、小儿急惊风可以指压治疗吗五、孩子腹泻让你烦恼吗六、你的孩子常常呕吐吗七、小儿厌食怎么办八、应对孩子夜啼新方法

<<穴位指压除百病>>

章节摘录

第一章 穴位指压——战胜疾病的良方 二、消除头痛的简单方法 头痛是一种常见症状，是指颅脑部的疼痛，可作为神经系统原发病的一个早期症状或中、晚期症状，如脑出血病人多较早出现剧烈头痛，脑肿瘤患者头痛更是普遍；头痛也可能是全颈部疾病、肩部疾病及背部疾病的症状；还可能是全身疾病在头部的一个表现形式，如严重的细菌性感染时出现的头痛。

正是由于引起头痛的原因多而复杂，所以其临床分类也十分复杂。

头痛与其他疼痛一样，除具有躯体的感觉外，还往往伴有情绪反应。

由于痛觉的神经末梢在颅内各种组织结构中分布的差异较大，所以同样的刺激，不同的组织敏感性大不一样，加之各人的耐受性不同，因此对疼痛的反应具有很大的差别。

由紧张、疲劳、饮酒等原因造成的头痛经过休息之后可自然消退。

穴位指压治疗方法对于减轻高血压性头痛、偏头痛、感冒引起的头痛，以及某些原因不明的头痛症状有比较好的疗效。

<<穴位指压除百病>>

编辑推荐

《穴位指压除百病:常见疾病应急按摩》阐述了按摩区域和穴位的基础知识,针对困扰现代人的亚健康问题,分别介绍了头部穴位、手部穴位、足部穴位、老年人穴位以及小儿穴位指压治疗的方法。

《穴位指压除百病:常见疾病应急按摩》语言浅显易懂方便广大读者阅读与应用。

<<穴位指压除百病>>

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>