

<<手部按摩疗法>>

图书基本信息

书名：<<手部按摩疗法>>

13位ISBN编号：9787805437279

10位ISBN编号：7805437270

出版时间：1999-2

出版时间：四川辞书出版社

作者：原了

页数：165

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>

<<手部按摩疗法>>

内容概要

人体是一个联系得很紧凑的一个有机整体。

从肝脏出发的经络一直延伸到手掌部位。

同样的道理，从人体的肾脏、肺脏等器官发出的经络也会延伸到手掌部位。

因此，我们可以通过手掌观察到人体内脏的一些情况。

此外，还可以按摩手掌来治疗疾病，方法十分简单，一般的人都能学会，又不太费时。

要是能利用这种方法来治疗那些经常烦扰自己的疾病的话，这可以说是一种意想不到的收获，同时也是我写这《精致生活丛书：手部按摩疗法》的初衷所在。

希望您抽空阅读这《精致生活丛书：手部按摩疗法》，并参考其中的按摩技巧，可以有助于治疗一些久治不愈的疾病和解除某些不适的症状。

<<手部按摩疗法>>

书籍目录

手是身体的一面镜子可治百病的手部按摩疗法胶布瘦身和手部按摩流经人体的“气”什么是“经络”？
什么是“穴位”？

手部集中了很多治疗点为什么可以通过观察手相来了解健康状况？

按摩手部不同症状的手部按摩法
头部症状 头痛 脑血管疾病 眼睛疲劳 老花眼、白内障 头晕目眩 耳鸣、听觉障碍
鼻塞 花粉症 口腔炎 牙周病 咳嗽、支气管哮喘 提高感觉器官的敏锐度 脱发 内脏器官疾病的病状
酒醉 胃积食、消化不良 腹泻 过敏性大肠症候群 痔疮 便秘 脉搏异常 动脉硬化 肝脏病 肾脏病
骨、关节、皮症 状 肩部酸痛 腰痛、闪腰……其他治疗

<<手部按摩疗法>>

章节摘录

可见，过分追求完美也容易导致完全相反的结果。

手部按摩并没有必要像精神强迫症那样的拼命地按摩。

当然，并不是说就不能拼命地按摩相应的部位，只是不要引起反感就行了。

不管怎么按摩都不会有什么副作用，只要条件允许，尽可放心地进行按摩。

早上起床后，可一边在公园散步一边进行按摩；也可以在前往上班地点的公车上进行按摩。

在回家后，一边洗澡一边按摩，其效果会更好。

特别是对于一些精神性疾病或精神病、自主神经失调等疾病，手部按摩都有其独到的效果。

由于手部按摩不要求特定的时间和地点，所以作起来十分方便，是一种非常好的治疗方法。

而且，手部按摩也并非只能一个人进行按摩，还可以与另外的搭档配合，互相按摩，更有乐趣。

如果是搭档之间互相配合按摩，则应在互相清楚了解对方的病变的基础上进行按摩。

另外，在进行按摩的过程中，还可以增进彼此的感情，让对方感觉到温暖的情谊。

比如说母亲按摩孩子的手或孩子按摩母亲的手都可以增进母子间的感情。

这在某种程度上可以加强亲子关系，降低家庭暴力的发生率。

.....

<<手部按摩疗法>>

编辑推荐

手是“气”之流通口 健康之穴道 这是倡导手指 胶带瘦身的医师所 提出的手部疗法之关键 经常按摩 手部能激发身体和 大脑的潜能 对以下疾病的治疗和预防.....
头痛·眼睛疲劳·花粉症·气喘·消化不良·动脉硬化·高血压·恍惚·神经痛·疲劳倦怠·畏寒·自律神经失调·生理痛·感冒·更年期障碍·想更有精神·更健康·肌肤更漂亮.....

<<手部按摩疗法>>

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>