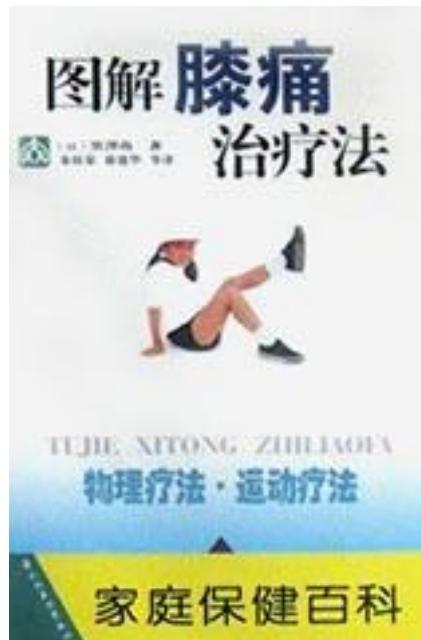


图解膝痛治疗法



[图解膝痛治疗法_下载链接1](#)

著者:黑泽尚

出版者:第1版 (2002年1月1日)

出版时间:2002-1-1

装帧:精装(无盘)

isbn:9787501934478

本书具体介绍了在家中有效治疗膝痛的方法。实行此法时务必首先接受医师的诊断。自我诊断是危险的。同时，在实施治疗之前，请一定先阅读完本书第一至第四章，而不要仅阅读自己感兴趣的地方。

包括膝痛的自我治法、药物疗法、物理疗法、运动疗法以及在日常生活中减轻疼痛的小窍门。全面图解并配文字说明，通俗易懂，适合家庭保健之用。

作者介绍:

目录: 第一章 膝痛的自我疗法
第二章 药物疗法是根本性治疗的准备阶段
第三章 物理疗法可缓解疼痛
第四章 运动疗法消除疼痛有特效
第五章 骨质疏松症的运动疗法
第六章 使用辅助器具, 减轻日常生活的负担
第七章 日常生活中减轻疼痛的小窍门
第八章 重新开展体育锻炼
第九章 推荐给中老年人的运动
结束语
· · · · · (收起)

[图解膝痛治疗法](#) [下载链接1](#)

标签

评论

[图解膝痛治疗法](#) [下载链接1](#)

书评

[图解膝痛治疗法](#) [下载链接1](#)