

家庭保健全身按摩



[家庭保健全身按摩 下载链接1](#)

著者:李南生

出版者:广东经济出版社

出版时间:2006-6

装帧:

isbn:9787807283348

随着生活水平的不断提高，人们越来越重视身体健康。按摩具有平衡阴阳、调和脏腑、行气活血、疏通经络、滑利关节等作用，可广泛用于治疗内、外、妇、儿等各科常见疾病。因其具有疗效肯定、操作简便、经济安全、无副作用、不受场地和设备的限制等优

点。本书详细介绍家庭保健中的全身按摩理论，专家指导，方便易学，内病外治，手到病除，全书图文并茂、科学实用，不失为一本好学、易懂、经济、有效的家庭中医养生指导性读物和按摩医师、中医技师适用的教学参考书。

本书首先介绍了中医穴位按摩的经络、穴位，养生的功效，基本手法和按摩禁忌等知识，还系统介绍了头部、四肢、躯干、足底等全身各部位保健按摩的经络穴位、按摩手法和对症疗法，尽可能地满足广大家庭读者不同的中医养生需要。同时需要强调的是，按摩疗法不能完全代替其他疗法，多种疗法配合往往效果更为显著。

作者介绍:

目录:

[家庭保健全身按摩_下载链接1](#)

标签

评论

[家庭保健全身按摩_下载链接1](#)

书评

[家庭保健全身按摩_下载链接1](#)