

《自我治疗便秘》

图书基本信息

书名：《自我治疗便秘》

13位ISBN编号：9787513210645

10位ISBN编号：7513210640

出版时间：2012-9

出版社：中国中医药出版社

页数：195

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《自我治疗便秘》

内容概要

《自我治疗便秘》由王海泉、刘华琳、李慧霞编著，是“求医更要求己丛书”之一。

本该貌美如花却脸生暗斑、痤疮甚至黄褐斑，本该身强力壮、风度翩翩，却食欲不振、愁眉苦脸，本该鹤发童颜、安享天伦，却骤发偏瘫，猝倒于卫生间，这一切的背后可能是同一个罪魁祸首——便秘。《自我治疗便秘》从自我疗法角度，介绍了按摩、拔罐、刮痧、中药、贴敷、熏洗、艾灸、食疗、运动、音乐、心理等不同自我调治方式，帮助您远离便秘困扰，拥有健康快乐的人生。

书籍目录

第一章认识便秘

便秘——健康危险信号

便秘的病因病理

便秘的诊断与分类

便秘的西医药治疗

中医学对便秘的认识

第二章认识经络和腧穴

什么是经络和腧穴

治疗便秘常用穴位

第三章躯体按摩治便秘

便秘常用按摩手法

便秘常用按摩部位

便秘常用按摩法

第四章足底按摩治便秘

什么是足底按摩

足底按摩手法

.....

《自我治疗便秘》

编辑推荐

王海泉、刘华琳、李慧霞编著的《自我治疗便秘》是关于便秘的科普图书。将传统医学中的按摩、拔罐、刮痧、熏洗、艾灸、手疗、足疗、耳疗、药物、敷贴、食疗以及现代医学中的运动、音乐、心理调护等治病方法介绍给读者，为患者及其家属提供可以自我治疗的途径，突出其自然性、实用性，使读者在家中就可以自我治疗，充分发挥患者及其家属的主观能动性，为患者开辟自我康复的新天地。

《自我治疗便秘》

精彩短评

- 1、给妈妈买的，还在进行中，拭目以待
- 2、书挺好，已看完，有需要的可以买了看看。

《自我治疗便秘》

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:www.tushu111.com