

《颈椎病简易疗法》

图书基本信息

书名：《颈椎病简易疗法》

13位ISBN编号：9787560541228

10位ISBN编号：7560541224

出版时间：2013-2

出版社：王彤 西安交通大学出版社 (2013-02出版)

作者：王彤

页数：163

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

《颈椎病简易疗法》

内容概要

王丹等编著的《颈椎病简易疗法》针对目前国内人群中的常见病、高发病——颈椎病，介绍了其症状、体征、病因病理分析、常见诱因、病程发展、易感人群、鉴别诊断等基本知识，重点推荐了生活中常见的、可操作性强的传统方法，如按摩、拔罐、艾灸、刮痧、经穴叩击等中医疗法及饮食、运动、改变生活习惯等生活疗法，让老百姓轻松疗愈颈椎病。《颈椎病简易疗法》内容简单易懂，实用性强，可操作性强。

书籍目录

颈椎是连接大脑和身体的桥梁 / 11 . 典型的颈椎——第三至第七颈椎 / 22 . 第一颈椎——寰椎 / 33 . 第二颈椎——枢椎 / 44 . 第七颈椎——体表标志隆椎 / 55 . 连接颈椎，缓冲压力的弹性组织——颈椎间盘 / 56 . 自然向前的生理弯曲——颈曲 / 67 . 灵活的颈椎——关节活动度 / 78 . 局促狭小的通道——颈椎的血管和神经 / 99 . 密集成丛的神经——颈丛和臂丛 / 910 . 纵横交错的颈部血管 / 1011 . 颈椎骨与骨之间的连接——韧带和筋膜 / 12颈项与中医经络系统 / 141 . 颈项与十二经脉的关系 / 142 . 颈项与奇经八脉的关系 / 163 . 颈项部与十二经别的关系 / 174 . 颈项部与十五络脉的关系 / 185 . 颈项部与十二经筋的关系 / 18颈椎病就在我们身边 / 20颈椎病最苦恼的三大症状 / 221 . 颈项强痛 / 222 . 肢体痛麻 / 233 . 头痛眩晕 / 24颈椎间盘退变是颈椎病产生的根本原因 / 26普遍存在的颈椎骨质增生 / 281 . 对待“骨刺”要科学认识 / 282 . “骨刺”能消失吗 / 30颈椎病发病的八大主因 / 321 . 颈椎退行性改变 / 322 . 颈椎发育畸形 / 333 . 劳损与不良习惯 / 334 . 头颈部外伤 / 345 . 风寒湿因素 / 356 . 内分泌及代谢异常 / 357 . 吸烟与饮酒 / 368 . 精神及心理因素 / 36颈椎病的中医病因病机 / 371 . 肝肾不足是内因 / 382 . 外力损伤及风寒湿邪侵袭是外因 / 38颈椎病的四大中医证型 / 401 . 气滞血瘀 / 402 . 风寒湿痹 / 403 . 痰湿阻络 / 414 . 肝肾不足 / 41颈椎病常见的六种临床类型 / 431 . 颈型颈椎病 / 432 . 神经根型颈椎病 / 443 . 椎动脉型颈椎病 / 454 . 脊髓型颈椎病 / 485 . 交感神经型颈椎病 / 496 . 其他型颈椎病 / 51颈椎病治疗的十大要穴 / 53 风池(GB 20) / 53 颈夹脊穴(奇穴) / 54 大椎(DU 14) / 56 后溪(SI 3) / 57 列缺(LU 7) / 58 合谷(LI 4) / 59 外关(SJ 5) / 60 百会(DU 20) / 61 申脉(BL 62) / 62 肩井(GB 21) / 63颈椎病治疗的七大特效中草药 / 65 葛根 / 65 桂枝 / 65 黄芪 / 66 当归 / 66 白芍 / 67 川芎 / 67 羌活 / 68颈椎病常用的二十五种效验疗法 / 691 . 牵引疗法——治疗不可缺少的步骤 / 692 . 针灸疗法——游行于经络穴位间 / 71 附：电针疗法 / 743 . 推拿疗法——广受欢迎的大众疗法 / 744 . 艾灸疗法——针所不及，灸之所宜 / 765 . 拔罐疗法——负压抽吸的妙处 / 786 . 刮痧疗法——从砭石说起 / 807 . 皮肤针法——针如梅花 / 828 . 耳压疗法——轻松捏耳朵 / 839 . 贴敷疗法——巧妙的中药外用 / 8510 . 腾药熨烫——古法新生 / 8711 . 中药疗法——千锤百炼的经验方 / 8912 . 药酒疗法——美酒也能入药 / 9213 . 刺血疗法——去毒血、疗痼疾 / 9314 . 埋线疗法——微创且持久 / 9415 . 足底反射区疗法——防治两相宜 / 9516 . 膳食疗法——药食同源 / 9717 . 药物治疗——常用口服药 / 9818 . 水针疗法——穴位注射 / 9819 . 火针疗法——以火粹之 / 9920 . 针刀疗法——推陈出新 / 10121 . 物理疗法之磁疗 / 10222 . 物理疗法之中药离子导入 / 10423 . 物理疗法之超声波中频治疗 / 10524 . 物理疗法之超短波音乐治疗 / 10625 . 物理疗法之激光照射 / 107颈椎病的防治——治病不如先防的艺术 / 1091 . 颈椎病早期的六大征兆 / 1092 . 颈椎病防治的五大金法则 / 111颈椎健康加油站 / 1181 . 枕头——想说爱你不容易 / 1182 . 办公室里的运动 / 1193 . 脖子夹电话时髦却不健康 / 1194 . 寻找回来的平板床 / 1205 . 拍打壮筋骨 / 1216 . 后背常捏脊 / 1227 . 炒盐米醋舒颈椎 / 1238 . 顺时护颈椎 / 1239 . 玩出健康来 / 12410 . 让生活慢起来 / 12511 . 纠结的颈椎手术 / 12512 . 手提重物要当心 / 12613 . 推拿按摩莫随意 / 12714 . 药枕——睡觉中也能护颈椎 / 12715 . 不好看却好用的颈托 / 12816 . 好心情，好颈椎 / 12917 . 健康颈椎吃出来 / 13018 . 哪种颈椎手术适合你 / 13019 . 颈痛不全是颈椎病 / 131附录一：颈椎病防治常用穴位表 / 133附录二：耳穴定位与主治表 / 151后记 / 163

《颈椎病简易疗法》

编辑推荐

王丹等编著的《颈椎病简易疗法》是常见疾病简易疗法系列丛书之一。本书介绍了其症状、体征、病因病理分析、常见诱因、病程发展、易感人群、鉴别诊断等基本知识，重点推荐了生活中常见的、可操作性强的传统方法。实用性强，可操作性强。

《颈椎病简易疗法》

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：www.tushu111.com