

《只要一卷繃帶就能治好拇趾外翻》

图书基本信息

书名：《只要一卷繃帶就能治好拇趾外翻》

13位ISBN编号：9789570843170

10位ISBN编号：9570843179

出版时间：2014-1-3

出版社：聯經出版事業股份有限公司

作者：青木孝文

页数：152

译者：謝莎莎

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

《只要一卷繃帶就能治好拇趾外翻》

內容概要

只要用繃帶把腳纏起來，不論是什麼類型的拇趾外翻，85%都能治得好！

大學醫院「足部外科」的專門醫生青木孝文，將仔細研究過的所有家庭療法，以輕鬆好讀的方式推介給讀者。

本書還收錄了病患們親身纏腳治療的體驗，他們不只消除了腳部疼痛，就連變形的骨頭也改善了！繃帶治療法對減緩蹠骨疼痛也很效，目前在醫學界已蔚為話題。

「腳很痛，連一般走路都沒辦法」「沒辦法穿高跟鞋」「穿涼鞋時，要是讓人看到變形的腳趾，會覺得很不好意思」……我們常能聽到以女性為中心，與拇趾外翻的相關煩惱。在醫療機關中，多以切除骨頭為主要的治療方式，但是，這對患者的負擔很大，再發的機率也很高，而且市售的矯正用具等效果也不大，甚至還有可能出現反效果的情況。

在這樣的情況中，大學醫院「足部外科」專門醫生所研究出來的劃時代治療法引起了廣大的話題。雖說是「治療法」，但實行起來絕對不難，只要用繃帶把腳纏起來睡覺就好。只要這麼做，不論什麼類型的拇趾外翻，85%都能有效，出現了令人驚訝的成績。有效的重點就在於「肌肉的平衡」。因為用繃帶纏裹可以紓緩拇趾內收肌的緊張，這樣就可以調整外展肌的平衡，治療拇趾外翻。

本書針對「繃帶療法」做全面且詳細的介紹，包括對應各種不同症狀的繃帶包裹法、蹠骨部位疼痛的包裹法、輔助繃帶療法的「足部按摩」以及「足部體操」等能夠靠自己來治療拇趾外翻的方法。

《只要一卷繃帶就能治好拇趾外翻》

作者簡介

青木孝文

1957年，東京出生。日本醫科大學畢業。91年修畢日本醫科大學研究所課程，獲得醫學博士學位。同年，成為日本醫科大學整形外科醫員助手。92年，前往波士頓大學神經肌研究中心留學。94年回國。97年升任為日本醫科大學整形外科講師。99年獲得日本整形外科學會會長獎。2008年，任日本醫科大學武藏小杉醫院整形外科部長至今。以足部外科為中心，針對足部神經、肌肉活動的病態持續進行研究中。亦是日本足部外科學會診斷評價等基準委員會委員、日本足部外科學會編輯委員會委員、日本運動器材附件學會評議委員。

《只要一卷繃帶就能治好拇趾外翻》

書籍目錄

《只要一卷繃帶就能治好拇趾外翻》

精彩短评

1、简单易懂，可惜大陆没有出版社出。

《只要一卷繃帶就能治好拇趾外翻》

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