

《10分钟拔罐祛寒湿口袋书》

图书基本信息

书名：《10分钟拔罐祛寒湿口袋书》

13位ISBN编号：9787553729302

出版时间：2014-6

作者：刘乃刚

页数：447

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

《10分钟拔罐祛寒湿口袋书》

内容概要

本书采取64开的小开本口袋书设计，方便读者随身携带，随时从包里拿出来翻几页，让您不知不觉就可以变成拔罐高手。

书中的一个步骤都配有三张图，一张骨骼定位图，一张简易取穴图，一张拔罐图，让读者一眼就能直观的感受得到，找穴+拔罐，一步到位。

本书介绍了日常生活中最常见的由寒湿引起的78种疾病，详细地分析了每种疾病的病因，针对病因选取穴位，并解释为什么要选这些穴位。

书中的每个疾病只提供2~5个主穴，每天拔罐20~30分钟即可，免得读者面对众多穴位，拔罐时无从下手。小体例里增加“主穴”、“辅穴”，有主有次，读者可根据自己症状选择穴位。

《10分钟拔罐祛寒湿口袋书》

作者简介

刘乃刚，卫生部中日友好医院针灸科主任医师

俗话说，七年之病，求三年之艾，就是说三年的陈艾药效最佳，适用得法可以去除多年顽疾。刘乃刚博士毕业于北京中医药大学，对艾灸方法、人体穴位定位、配穴祛病等居家保健疗法有深入研究，其主编著作20余部，

《10分钟拔罐祛寒湿口袋书》

书籍目录

目录：

看罐印，快速诊断身体状况

第一章 在家拔罐20问

Q1.拔罐有什么作用好处

Q2.拔罐用什么样的罐效果才好

Q3.常用的拔火罐方法有哪些

Q4.可不可以哪里疼就拔哪里

Q5.拔罐应该拔多长时间

Q6.常用的拔罐疗法有哪些，是不是所有人都适用

Q7.哪些部位不适宜拔罐

Q8.拔罐是不是淤青颜色越深越好

Q9.扎针拔罐效果好不好

Q10.拔罐以后怎么起罐

《10分钟拔罐祛寒湿口袋书》

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