

《真美人，看腳底就知道》

图书基本信息

书名：《真美人，看腳底就知道》

13位ISBN编号：9789861363554

10位ISBN编号：9861363556

出版时间：2013-4-25

出版社：如何出版社有限公司

作者：市野小織

页数：80

译者：林仁惠

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

《真美人，看腳底就知道》

内容概要

《真美人，看腳底就知道》

作者簡介

市野小織

英國ITEC認證反射學治療師、英國ITEC認證芳香療法治療師，同時也是一名護士。曾於日本自衛隊中央醫院整形外科加護病房值勤，歷經各科門診勤務後，善用其芳香療法治療師與反射學治療師的資格，以「整合醫療護士」的身分廣泛於內科、腦外科、婦產科、心身醫學科、美容皮膚科、減肥門診等各診療科，進行臨床實習或指導。目前，於「Confianza」（關針灸院）從事施術治療的同時，也透過舉辦研討會或演講活動，從預防醫療的觀點出發，致力於後進人才的培育。著有《真美人，看腳底就知道》《真滿足：提高自癒力的腳底健康法》等書

《真美人，看腳底就知道》

書籍目錄

前言

試著去了解！來自腳底板的訊息

從腳底板可以看出什麼來？

身體與腳的連結-----「反射區」

腳的反射區圖

讀取來自腳底板的訊息！可以自己一個人進行的腳底診斷

腳底診斷的8項要點

- . POINT1 顏色
- . POINT2 角質
- . POINT3 細紋
- . POINT4 形狀
- . POINT5 氣味
- . POINT6 溫感 . 濕感
- . POINT7 硬度
- . POINT8 腫塊 . 痛感

你的腳底板長這樣嗎？腳底病歷

施行市野式自我反射療法變身腳底美人

每天的基本腳底按摩

有助於血液及淋巴循環的腿部按摩

寶特瓶按摩

輕鬆改善體質！每天的腳底慢活保養

泡足浴改善體質

沐浴時間保養

角質保養

腳底面膜

芳療精油

茶飲

營養補充食品

市野小織推薦的美足小道具

針對你的煩惱對症下藥的處方箋-----症狀別按摩

- . CASE1 頭痛 . 失眠
- . CASE2 頸部痠痛 . 眼睛疲勞
- . CASE3 肩膀痠痛
- . CASE4 腰痛
- . CASE5 胃痛
- . CASE6 疲勞 . 非典型憂鬱症
- . CASE7 便秘 . 腹瀉
- . CASE8 生理痛
- . CASE9 更年期障礙
- . CASE10 孕前準備
- . CASE11 提升代謝
- . CASE12 提升免疫力
- . CASE13 排毒

腳底保養有這般成效！腳底診斷實例集

請教市野老師！腳底Q & A

腳底檢查項目表

反射區用語解說

《真美人，看腳底就知道》

《真美人，看腳底就知道》

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