

<<头足部穴位反射区调理绝技>>

图书基本信息

书名：<<头足部穴位反射区调理绝技>>

13位ISBN编号：9787509116746

10位ISBN编号：7509116740

出版时间：2008-4

出版时间：人民军医出版社

作者：李红梅 等主编

页数：218

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：<http://www.tushu007.com>

## <<头足部穴位反射区调理绝技>>

### 内容概要

“治未病”思想源于《黄帝内经》，是中医学重要的理论基础。本套丛书是在中医治未病理论的指导下，针对全身穴位和内脏器官在体表的反射区，进行手法或针法的刺激、治疗，从而实现调理机体平衡，改善人体亚健康状态，在疾病初期将患者治愈的目的。

## <<头足部穴位反射区调理绝技>>

### 书籍目录

第一章 头针疗法 一、头针疗法的起源和发展 二、头针的原理概述 三、头部穴位的分布 四、头针针灸法  
第二章 足腿保健按摩疗法 一、足部保健按摩法简介 二、足腿经络穴位的分布 三、足部反射区的分布 四、足腿按摩的常用手法  
第三章 头针和足穴调理绝技 一、感冒(预防调理) 二、头痛 三、失眠 四、眩晕 五、高血压 六、低血压 七、冠心病(预防调理) 八、呃逆 九、便秘 十、慢性胃(日常保健) 十一、泄泻(预防调理) 十二、神经衰弱 十三、支气管哮喘(预防保健调理) 十四、胃、十二指肠溃疡(预防调理) 十五、寒证 十六、支气管炎(预防调理) 十七、糖尿病(预防保健调理) 十八、急、慢性肝炎(预防调理) 十九、慢性肾炎(保健调理) 二十、淋证 二十一、阳痿(足穴调理) 二十二、单纯性肥胖症 二十三、遗尿 二十四、小儿厌食症 二十五、惊风(预防调理) 二十六、痛经 二十七、月经不调(预防调理) 二十八、带下病 二十九、妊娠呕吐(预防呕吐) 三十、产后缺乳 三十一、不孕症 三十二、子宫脱垂(预防调理) 三十三、急性乳腺炎(预防调理) 三十四、更年期综合征 三十五、痔疮 三十六、痤疮 三十七、湿疹 三十八、脱发 三十九、慢性腰痛 四十、类风湿关节炎(保健调理) 四十一、肩关节周围炎 四十二、颈椎病(保健调理) 四十三、足跟痛 四十四、退行性膝关节炎 四十五、前列腺肥大 四十六、口疮(预防调理) 四十七、牙痛 四十八、急性扁桃体炎(预防调理) 四十九、鼻窦炎 五十、近视 五十一、老花眼 五十二、慢性非特异性结肠炎(预防调理) 五十三、胃下垂 五十四、晕动症 五十五、中暑(预防调理) 五十六、考场综合征 五十七、老年性痴呆 五十八、癔症 五十九、假性延髓麻痹 六十、肋间神经痛 六十一、经前期紧张症 六十二、神经性皮炎 六十三、瘙痒症 六十四、过敏性鼻炎 六十五、耳鸣、耳聋 六十六、落枕 六十七、腰部劳损 六十八、阳痿(头针调理)  
第四章 足腿的经络按摩保健法 一、足腿的自我经络按摩保健法 二、足腿的被动经络按摩保健法 三、足部按摩的保健与抗衰老法

## <<头足部穴位反射区调理绝技>>

### 章节摘录

#### 第二章 足腿保健按摩疗法 一、足部保健按摩法简介 (一) 什么是足部按摩保健法

足部按摩保健法,是指施术者运用手及手指的技巧,对受术者足部的穴区进行推揉按压,而起到缓解紧张情绪、消除机体疲劳,疏通全身气血、调整脏腑功能的作用,并进而达到健身强体、防治疾病目的的一种保健方法。

这一方法,包括施术者运用目察足部穴区色泽的变化、运用手触摸寻找敏感区与异常区之所在,从而据以判断健康损害部位之所在及病性之虚实的诊断方法。

还包括运用自己的手或特制的器具,对自己足部穴区进行按压,而达到自我保健效果的方法。

足部按摩保健法源于人类消除疲劳的一种本能功能,古代人类在打猎、耕作劳累之后,会本能地相互拉拉腰腿、捏捏手脚,以缓解疲劳、恢复体力。

日积月累,在大量的实践中,逐渐发现足部有和全身各个器官分别对应的区域,不同的疾病,在相应的区域会出现敏感、压痛等现象;而按压揉捏这些区域,又可以使相应器官的病痛得以缓解。

于是就使原始的本能反应,逐渐成为有经验的、有目的、有针对性的保健方法。

这一起源和发展过程在世界各地都有存在,只不过有的地方发展较快,有的地方发展很慢,甚至仍然停滞在原始本能的阶段。

因此足部按摩保健法的踪迹虽然在许多国家或地区的文化史上都有所出现,但能形成一套独立完整系统的保健方法者却并不多见。

.....

<<头足部穴位反射区调理绝技>>

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:<http://www.tushu007.com>