

<<拍出健康来>>

图书基本信息

书名：<<拍出健康来>>

13位ISBN编号：9787534935886

10位ISBN编号：7534935881

出版时间：2007-2

出版时间：河南科学技术

作者：王洪利

页数：76

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>

## <<拍出健康来>>

### 内容概要

对知识进行位移叫智慧，对知识进行应用叫财富，健康是最大的财富。

把别人的经验变成自己的，他的本领就大了。

作者结合自己的临床实践，编写了这本《拍出健康来》，供广大读者利用茶余饭后等闲暇时间，结合自己身体的实际，试试效果。

如果有一定的效果，那就省得你去医院排队、挂号、看病花钱了。

这本书是作者自己走上健康之路的心得。

作者20世纪60年代当兵，80年代转业，不过生活中一直保持“一不怕苦，二不怕死”的军人本色。

人到中年时，身体上出现一些毛病，吃药、打针不说，体质也每况愈下。

1987年调入郑州铁路局中心医院，边工作边治疗，经省内专家会诊无数次，在北京301医院住院4个月均无转机。

在这种情况下，作者下决心开始学习中医和传统文化，从此也与西药基本上断绝了关系。

1995年因伤残提前退休，喜欢上了按摩这种治疗方法，并先后获得了卫生部颁发的“反射疗法师”，河南省劳动厅颁发的“高级按摩师”、“高级按摩师任职资格考评员”等专业证书。

王大夫根据医学原理，结合人体、生命之所需，集多家医术之精华，经反复实践、摸索，总结出一套对十几种常见病、多发病的自我治疗方法。

他的这本书图文并茂，简明有效，易记易学，方便可行，实为难得之妙方。

<<拍出健康来>>

书籍目录

第一章 导读 一 有关中医 二 有关五行 三 有关十二经脉 四 有关子午流注与养生 五 本书用到的穴位和功用 六 手法及辩证应用第二章 健心 一 对心、神的认识 二 如何调养心神第三章 日常保健配方 一 日常保健活动 二 提高免疫力的拍打方法第四章 常见病治疗配方 一 头痛 二 感冒发烧 三 牙痛 四 便秘 五 腹泻 六 腹胀 七 高血压 八 低血压 九 糖尿病 十 腰痛 十一 膝关节炎 十二 肩周炎 十三 颈椎病 十四 失眠 附 病例分析摘录附录 自制按摩棒

<<拍出健康来>>

章节摘录

插图

## <<拍出健康来>>

### 编辑推荐

对知识进行位移叫智慧，对知识进行应用叫财富，健康是最大的财富。把别人的经验变成自己的，他的本领就大了。作者结合自己的临床实践，编写了这本《拍出健康来》，供广大读者利用茶余饭后等闲暇时间，结合自己身体的实际，试试效果。如果有一定的效果，那就省得你去医院排队、挂号、看病花钱了。这本书是作者自己走上健康之路的心得。作者20世纪60年代当兵，80年代转业，生活中一直保持“一不怕苦，二不怕死”的军人本色。人到中年时，身体上出现一些毛病，吃药、打针不说，体质也每况愈下。1987年调入郑州铁路局中心医院，边工作边治疗，经省内专家会诊无数次，在北京301医院住院4个月均无转机。在这种情况下，作者下决心开始学习中医和传统文化，从此也与西药基本上断绝了关系。1995年因伤残提前退休，喜欢上了按摩这种治疗方法，并先后获得了卫生部颁发的“反射疗法师”，河南省劳动厅颁发的“高级按摩师”、“高级按摩师任职资格考评员”等专业证书。王大夫根据医学原理，结合人体、生命之所需，集多家医术之精华，经反复实践、摸索，总结出一套对十几种常见病、多发病的自我治疗方法。他的这本书图文并茂，简明有效，易记易学，方便可行，实为难得之妙方。

<<拍出健康来>>

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>