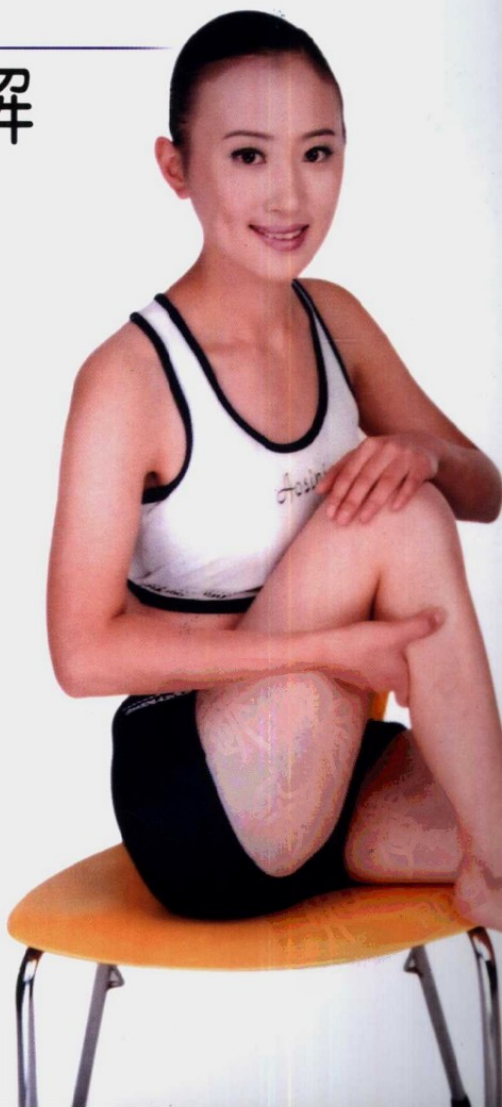


自我按摩系列

糖尿病

自我按摩图解

■ 主编 刘明军 逢紫千



吉林科学技术出版社

糖尿病




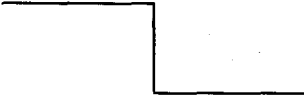
自我按摩系列

主编 刘明军
逢紫千

编者 张 雷
逢紫千
刘明军
张 欣
陈 立
徐恩仲
聂红梅
高 萍
摄影 沈乾国

自我按摩图解

吉林科学技术出版社



糖尿病是继恶性肿瘤、心血管病之后又一危害人类健康的重大疾患，它治疗时间长，并发症多，对身体危害极大。目前，全世界各个国家的糖尿病患病率都在明显上升，在中国这一问题尤为严重。如何让困扰人们的糖尿病得到及时和行之有效的治疗是人们所关注的问题。药物降糖和饮食降糖虽有一定的作用，但有药量、种类的限制，而且多数降糖药有不同程度的毒、副作用。因此，人们很自然地倾向于非药物治疗，而自己可以操作的自我按摩疗法，则越来越被人们所认可。

自我按摩疗法，最早见于我国西汉时期的马王堆出土文物中，现代有所发展。近年来，随着医学模式的转变，医学界更为注重以人为本，更为注重健康的质量、生存的质量。自己的健康自己掌握，已成为人们的共识。


自我按摩疗法，强调自己动手，方法简便易学，无需特殊的器械，不受场地的限制，疗效显著，安全可靠，经济实惠。

本书分五大部分。常识篇介绍了糖尿病临床症状、发病诱因，自我按摩治疗糖尿病的特点、疗程、注意事项。经穴篇介绍了治疗糖尿病的常用腧穴及反射区；手法篇介绍了治疗糖尿病的常用手法。治疗篇用线条图和照片相对照，更为简明通俗易懂。调护篇从精神、起居、饮食、药物着手，使读者对于如何防病、治病有了更为全面的了解。我们期待着本书的问世，能给广大读者提供帮助。

由于时间仓促，不足之处恳请广大读者批评指正。

编者

2003年1月





常识篇

- 何谓糖尿病 / 3
- 何谓自我按摩 / 4
- 自我按摩治疗糖尿病有哪些特点 / 4
- 自我按摩治疗糖尿病的疗程是如何规定的 / 5
- 自我按摩时要注意什么 / 6
- 什么情况下不能自我按摩治疗糖尿病 / 7

经穴篇

- 何谓经络及走向 / 11
- 自我按摩穴位应如何定位 / 13
- 治疗糖尿病体表常用穴位 / 16
- 治疗糖尿病耳部常用穴位 / 21
- 治疗糖尿病足部常用反射区 / 23
- 治疗糖尿病手部常用反射区及穴位 / 24

手法篇

- 自我按摩治疗糖尿病的手法特点 / 29
- 自我按摩治疗糖尿病的常用手法 / 29
- 自我按摩治疗糖尿病耳部常用手法 / 38

查看完整版

付费下载



【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





【风水】风水命理资料合集_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



【中医】中华传统医学资料大全_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



【武术】传统武术与现代搏击术_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



【集藏】经史子集库_13300 卷

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



【国画】传世名画 _ 6100 卷

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



【县志】方志\地方县志\乡志\地理志_8100 册

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



【国学】中华古籍库—32 万册古籍书

32 万册《中华古籍库》【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】包括各地方志、日本内...

【更多】 >> <https://www.fozhu920.com/list/>