

手足耳反射区按摩边学边用（附标准手中耳反射区拉页）



[手足耳反射区按摩边学边用（附标准手中耳反射区拉页）_下载链接1](#)

著者:齐山，刘明晖 著

[手足耳反射区按摩边学边用（附标准手中耳反射区拉页）_下载链接1](#)

标签

评论

买给朋友的。她说还可以。。

内容很详细，把日常所见到的小毛病都列举出来，放在手边经常能用到，想看都能很快的找到！

我觉得学点按摩的常识，不仅对于我们自身有收益，也可以给我们身边的人带来方便。

按书上做了几个按摩，有感觉，只是时间不长，效果还没有太显，但是真的有效。

书是全彩的，里面每一个反射区都有图解，看起来很直观，很容易找到，总体感觉很实用！

简单翻阅了一下，书的内容很全，有很多常见病的反射区按摩，慢慢学习中。

质量真是没话说，有图，还是彩色的，我喜欢，最不喜欢看那些纯文字的中医书，无趣。

质量不错，很满意，很全面

书本的质量很好，内容我也很喜欢，希望对家人的健康有一定帮助。

很实用，也很喜欢，没事时可以对照相应的反射区柔柔、捏捏！

图片很清晰 又快又准摸到穴位 很适合年纪大的人使用

一个是帮妹妹买的，没看，不知道内容怎么样，

拿到书，我和同事试验了几个，感觉确实很有效，神奇，推荐。

还没认真看，大概看起来很精美，里面的彩页也很清楚。

书真的是挺好滴，需要的时候翻出来看看，有备无患！

简单翻看了一下，还好吧，内容很多，还得仔细研究啊。

反射区很好找，可以在家里按进行保健，真是不错。

正版书，发货到货快，赞一个.....

京东的这类东西倒是挺好的，服务也不错。

学习学习学习，反射部位管用

还可以吧 要是有穴位图就更好了

学海无涯苦作舟啊！很有噱头。

实用性很好，图文并茂

很好的书，值得推荐，价格也实惠

还不错吧，慢慢看。值得一看

这本书非常好，图解很多，很实用。

长辈看了说内容很好，全彩页

很好!!! 很好!!! 很好!!!

爸妈说讲的很详细，不过自己找穴位有点困难。需要配张图~~

很实用的书，要是说的再详细点就好了

美中不足，感觉书里有错，发现有同样的位置标不同的名称

还行

长度在5-200个字之间

填写您对此商品的使用心得，例如该商品或某功能为您带来的帮助，或使用过程中遇到的问题等。最多可输入200字

好多次在京东买书了，《手足耳反射区按摩边学边用》作者根据自己的专业和临床经验，精心总结了一套适合老百姓在家中就能自我治疗的方法，不仅能有效的治疗和祛除常见病症，更具有安全无创伤、经济花费少、无不良反应的特点，使健康之法走入千家万户，为百姓的健康筑起一道坚实的城墙。书中全面系统地介绍了手足耳发射区按摩疗法的基础理论，注意事项和使用方法，且针对广大家庭中的各种常见病症，从头疼脑热、感冒咳嗽、颈肩腰痛，到糖尿病、高血压、高血脂、更年期、阳痿等疾病，均有详细的讲述。内容不仅科学严谨，并且方法都极其简单，每一步都配有图片展示，更加通俗易懂，使读者一看就懂、一学就会，即使没有任何医学基础的人都能学会如何使用。齐山，男，副主任医师，副教授，硕士研究生导师，中国中医民间疗法研究开发协会民间疗法专业委员会常务副会长，吉林省中西医结合学会皮肤性病专业委员会委员，长春市中医学会老年病专业委员会常务委员，长春市医学会委员，吉林大学继续教育学院“大讲堂”首批主讲教师，入编《中国中医名医名科名院品牌博览——中国名医篇》。多年来一直从事中医学临床医疗、教学、科研工作，对于中西医结合治疗月经不调、前列腺炎、带状疱疹、牛皮癣、胃炎、结肠炎、肾病、心脏病、抑郁症等疾病有独到见解。先后在各级期刊杂志上发表论文20余篇，参与中标科研课题6项，获省、市科学技术进步奖各1次，曾获院先进工作者、优秀教学秘书、抗击“非典”优秀共产党员、教育部本科生教学评估先进个人等光荣称号。

刘明晖，男，主治医师，医学硕士。2006年毕业于吉林大学临床医学专业，现就职于吉林大学中日联谊医院中医科，擅长中西医结合治疗心脑血管疾病、消化系统疾病及肾脏疾病，尤其擅长针刀疗法治疗各类软组织损伤及慢性劳损性疾病，已于国家核心期刊发表论文十余篇。

"[SM]在书店看上了这本书一直想买可惜太贵又不打折，回家决定上京东看看，果然有折扣。毫不犹豫的买下了，京东速度果然非常快的，从配货到送货也很具体，快递非常好，很快收到书了。书的包装非常好，没有拆开过，非常新，可以说无论自己阅读家人阅读，收藏还是送人都特别有面子的说，特别精美；各种十分美好虽然看着书本看着相对简单，但也不遑多让，塑封都很完整封面和封底的设计、绘图都十分好画让我觉得十分细腻具有收藏价值。书的封套非常精致推荐大家购买。

打开书本，书装帧精美，纸张很干净，文字排版看起来非常舒服非常的惊喜，让人看得欲罢不能，每每捧起这本书的时候似乎能够感觉到作者毫无保留的把作品呈现在我面前。

作业深入浅出的写作手法能让本人犹如身临其境一般，好似一杯美式咖啡，看似快餐，其实值得回味

无论男女老少，第一印象最重要。”从你留给别人的第一印象中，就可以让别人看出你是什么样的人。所以多读书可以让你感觉你知书答礼，颇有风度。

多读书，可以让你多增加一些课外知识。培根先生说过：“知识就是力量。”不错，多读书，增长了课外知识，可以让你感到浑身充满了一股力量。这种力量可以激励着你不断地前进，不断地成长。从书中，你往往可以发现自己身上的不足之处，使你不断地改正错误，摆正自己前进的方向。所以，书也是我们的良师益友。

多读书，可以让你变聪明，变得有智慧去战胜对手。书让你变得更聪明，你就可以勇敢地面对困难。让你用自己的方法来解决这个问题。这样，你又向你自己的人生道路上迈出了一步。

多读书，也能使你的心情便得快乐。读书也是一种休闲，一种娱乐的方式。读书可以调节身体的血管流动，使你身心健康。所以在书的海洋里遨游也是一种无限快乐的事情。用读书来为自己放松心情也是一种十分明智的。

读书能陶冶人的情操，给人知识和智慧。所以，我们应该多读书，为我们以后的人生道路打下好的、扎实的基础！读书养性，读书可以陶冶自己的性情，使自己温文尔雅，具有书卷气；读书破万卷，下笔如有神，多读书可以提高写作能力，写文章就才思敏捷；旧书不厌百回读，熟读深思子自知，读书可以提高理解能力，只要熟读深思，你就可以知道其中的道理了；读书可以使自己的知识得到积累，君子学以聚之。总之，爱好读书是好事。让我们都来读书吧。其实读书有很多好处，就等有心人去慢慢发现。最大的好处是可以让你有属于自己的本领靠自己生存。最后在好评一下京东客服服务态度好，送货相当快，包装仔细！这个也值得赞美下希望京东这样保持下去，越做越好 [QY]"

（前面还有一个序章，大家不要漏看。）石村，位于苍莽山脉中，四周高峰大壑，茫茫群山巍峨。清晨，朝霞灿灿，仿若碎金一般洒落，沐浴在人身上暖洋洋。一群孩子，从四五岁到十几岁不等，能有数十人，在村前的空地上迎着朝霞，正在哼哈有声的锻炼体魄。一张张稚嫩的小脸满是认真之色，大一些的孩子虎虎生风，小一些的也比划的有模有样。一个肌体强健如虎豹的中年男子，穿着兽皮衣，皮肤呈古铜色，黑发披散，炯炯有神的眼眸扫过每一个孩子，正在认真指点他们。“太阳初升，万物初始，生之气最盛，虽不能如传说中那般餐霞食气，但这样迎霞锻体自也有莫大好处，可充盈人体生机。一天之计在于晨，每日早起多用功，强筋壮骨，活血炼筋，将来才能在这苍莽山脉中有活命的本钱。”站在前方、指点一群孩子的中年男子一脸严肃，认真告诫，而后又喝道：“你们明白吗？”“明白！”一群孩子中气十足，大声回应复面红颜。山中多史前生物出没，时有遮蔽天空之巨翼横过，在地上投下大片的阴影，亦有荒兽立于峰上，吞月而啸，更少不了各种毒虫伏行，异常可怖。“明白呀。”一个明显走神、慢了半拍的小家伙奶声奶气的叫道。这是一个很小的孩子，只有一两岁的样子，刚学会走路没几个月，也在跟着锻炼体魄。显然，他是自己凑过来的，混在了年长的孩子中，分明还不应该出现在这个队伍里。“哼哈哈嘿！”小家伙口中发声，嫩嫩的小手臂卖力的挥动着，效仿大孩子们的动作，可是他太过幼小，动作歪歪扭扭，且步履蹒跚，摇摇摆摆，再加上嘴角间残留的白色奶渍，引人发笑。一群大孩子看着他，皆挤眉弄眼，让原本严肃的晨练气氛轻缓了不少。小不点长的很白嫩与漂亮，大眼睛乌溜溜的转动，整个人像是个白瓷娃娃，很可爱，稚嫩的动作，口中咿咿呀呀，憨态可掬。这让另一片场地中盘坐在一块块巨石上正在吞吐天精的一些老人也都露出笑容。就是那些身材高大魁梧、上半身赤裸、肌腱光亮并隆起的成年男子们，也都望了过来，带着笑意。他们是村中最强壮的人，是狩猎与守护这个村落的最重要力量，也都在锻体，有人握着不知名的巨兽骨骼打磨而成的白骨大棒，也有人持着黑色金属铸成的阔剑，用力舞动，风声如雷。生存环境极其恶劣，多洪荒猛兽毒虫，为了食物，为了生存，很多男子还未成年就过早夭折在了大荒中，想要活下去，唯有强壮己身。清晨用功，无论是成年人，亦或是老人与孩子，这是每一个人自幼就已养成的习惯。“收心！”负责督促与指导孩子练功的中年男子大声喊道。一群孩子赶紧认真了起来，继续在柔和与灿烂的朝霞中锻炼。“呼………呿呀，累了。”小不点长出了一口气，一屁墩儿坐在了地上，看着大孩子们锻炼体魄。可仅一会儿工夫他就被分散了注意力，站起身来，摇摇摆摆，冲向不远处一只正在蹦蹦跳跳的五色雀，结果磕磕绊绊，连摔了几个屁墩儿，倒也不哭，气呼呼，哼唧唧爬起来再追。“好了，收功！”随着一声大喝，所有孩子都一阵欢呼，揉了揉酸疼的手脚，而后一哄而散，冲向各自的家中，准备吃早饭。老人们都笑了，自巨石上起身。而那些身材健壮如虎的成年人则是一阵笑骂，数落着自己的孩子，拎着骨棒与阔剑也快步向自家中走去。石村不是很大，男女老少加起来能有三百多人，屋子都是巨石砌成的，简朴而自然。在村头有一截巨大的雷击木，直径十几米，此时主干上唯一的柳条已经在朝霞中掩去了莹光，变得普普通通了。“噢，居然有土龙肉，给我一块！”这些孩子都很活泼与好动，即便吃饭时也都不太老实，不少人抱着陶碗从自家出来，凑到了一起。石村周围草木丰茂，猛兽众多，可守着大山，村人的食物相对来说却算不上丰盛，只是一些粗麦饼、野果以及孩子们碗中少量的肉食

[illegible]

对于一个对穴位、反射区一窍不通的普通人来说，这本书图文并茂，真的是通俗易懂，很实用，我很喜欢。

[手足耳反射区按摩边学边用（附标准手中耳反射区拉页）_下载链接1](#)

书评

手足耳反射区按摩边学边用（附标准手中耳反射区拉页）_下载链接1