

БК58
УДК 61
Г 38

Герман Г. В.
Г 38 Обезболивание акупунктурой и акупрессурой.
Руководство по самолечению. —
М.: Профит Стайл, 2016. — 192 с.

ISBN 5-98857-348-7

Из этой книги вы узнаете об акупунктуре — абсолютно безопасной форме лечения, а также о методе акупрессуры, продолжения акупунктуры, при котором на точки терапевтически воздействуют не с помощью игл, а путем надавливания пальцем. Технику акупрессуры можно освоить в течение нескольких минут и затем успешно применять: она улучшает состояние при многочисленных расстройствах и надежно устраняет боль. Более чем 100 болезненных состояний могут быть купированы путем акупрессуры.

Содержание

Предисловие.....	4
Глава 1. 5000 лет акупунктуры.....	5
Глава 2. История акупунктуры.....	14
Глава 3. Древние основополагающие теории восточной рефлексотерапии.....	18
Глава 4. Принципы самолечения.....	30
Глава 5. Расположение точек и меридианов.....	38
Глава 6. Техника акупунктуры.....	78
Глава 7. Акупрессура - новый путь обезболивания	113
Глава 8. Другие китайские методы лечения.....	159
Глава 9. Алфавитный указатель.....	172
Литература.....	183

Предисловие

Из этой книги вы узнаете об акупунктуре — абсолютно безопасной форме лечения, а также о методе акупрессуры, продолжения акупунктуры, при котором на точки терапевтически воздействуют не с помощью игл, а путем надавливания пальцем. Технику акупрессуры можно освоить в течение нескольких минут и затем успешно применять: она улучшает состояние при многочисленных расстройствах и надежно устраняет боль. Более чем 100 болезненных состояний могут быть купированы путем акупрессуры.

Акупунктура поможет вам избавиться от стрессов и многих болезней. Информация, почерпнутая из этой книги, поможет вам по-новому взглянуть на многие неприятные проблемы повседневной жизни. Если сейчас не самый удачный период в вашей жизни, вы не уверены в себе, обеспокоены чем-то, акупунктура придаст уверенности и поможет вам взглянуть на мир по-иному, выявив положительные стороны действительности.

Книга снабжена большим количеством иллюстраций, которые помогут вам применить полученные знания на практике.

Желаем вам и вашим близким хорошего здоровья и отличного настроения!