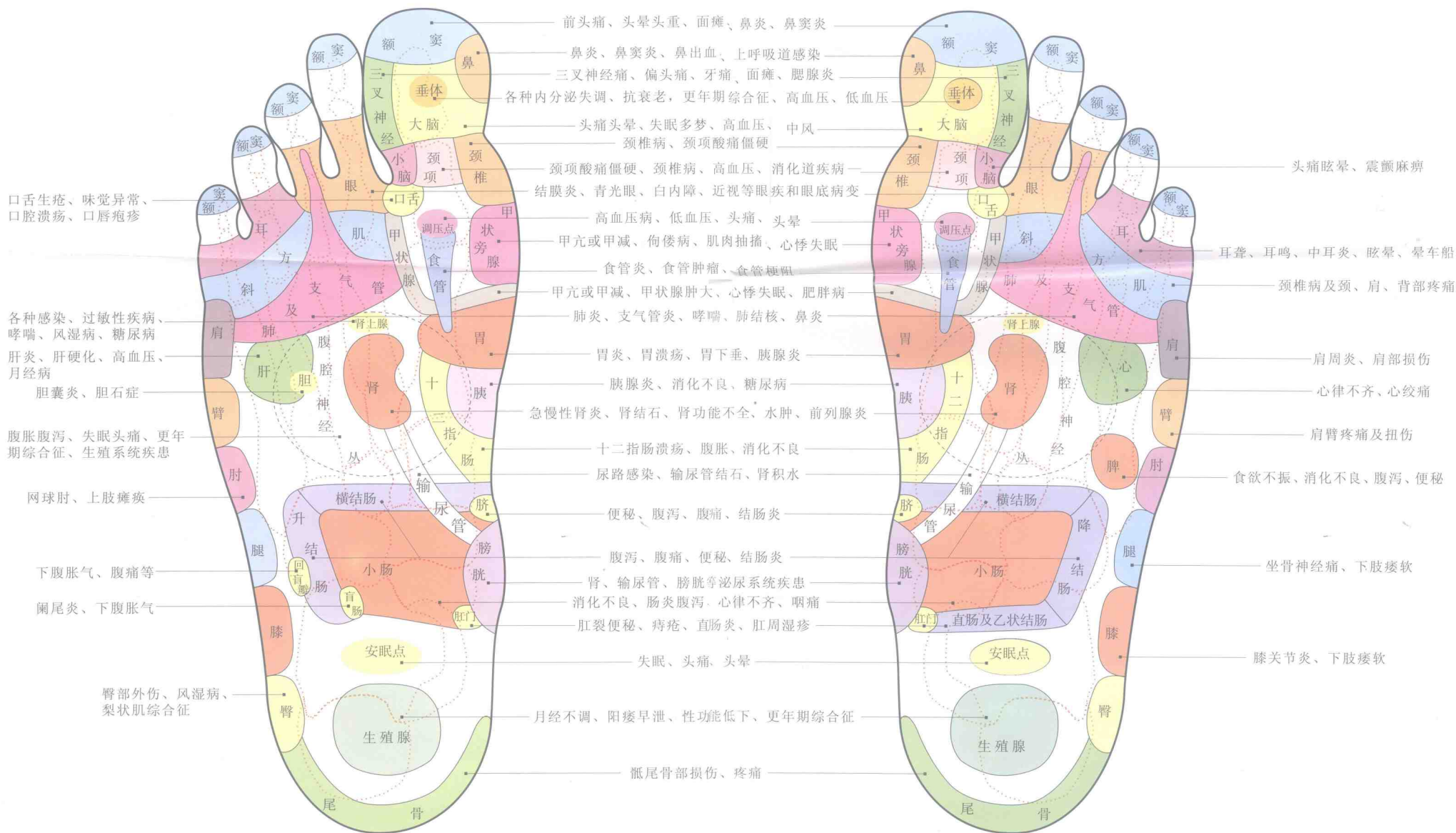
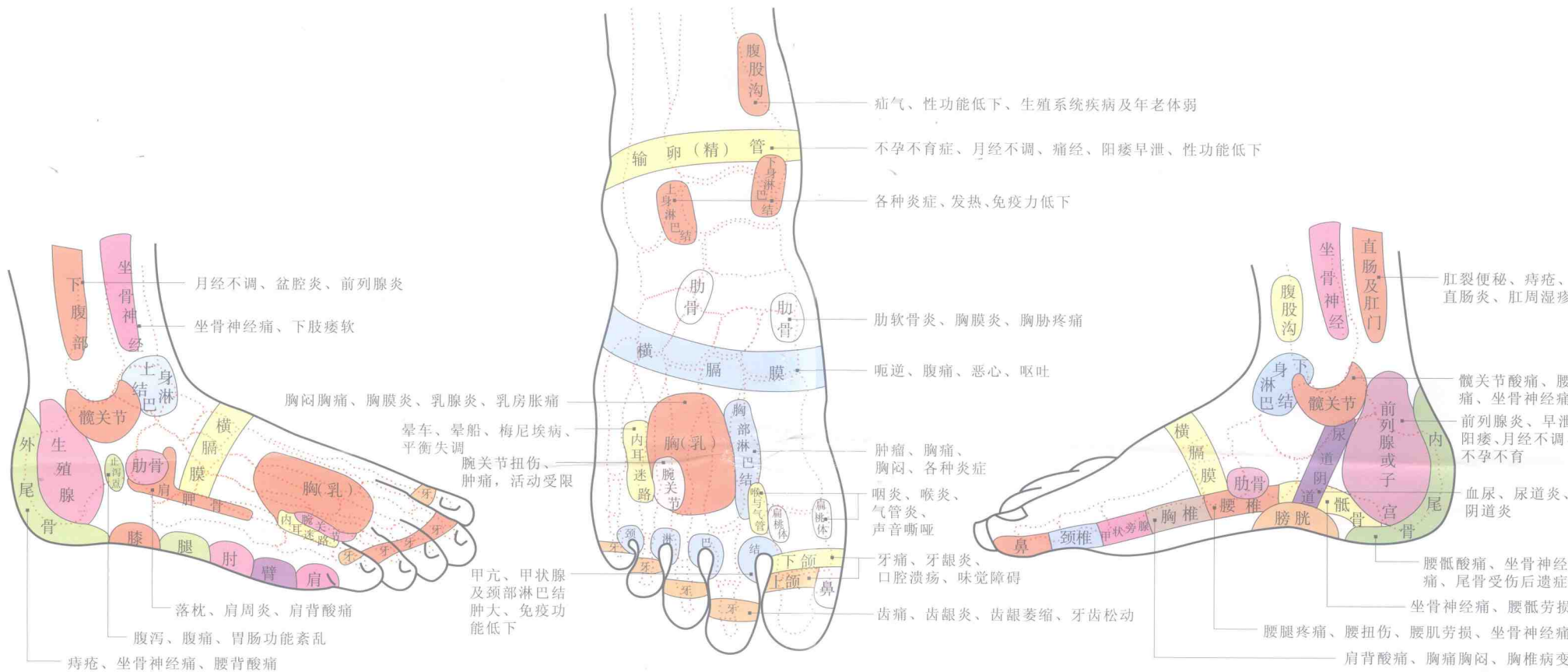


足部反射区挂图



右足底

左足底



足外侧

足背侧

足内侧

使用说明

反射区疗法是一种简便易行、效果显著、无副作用的自我保健方法。主要采取按压、推揉等手法对反射区进行刺激，可以调整人体阴阳平衡，促进健康和调治疾病。刺激强弱因人而异。一般而言，虚证、年龄偏大、体质弱者，适用于弱刺激；实证、年龄较轻、体质强者，适用于强刺激。强刺激用力重、时间短，1~3分钟即可，每天1~3次；弱刺激用力轻、时间长，可持续刺激30~40分钟，每天1~3次。实施刺激时应力求做到：手法熟练柔和，用力持久均匀。

足部反射区挂图

编者 欧阳八四 高洁 怡然
责任编辑 周 勇
出版发行 江苏科学技术出版社（南京市湖南路47号，邮编：210009）
网 址 <http://www.pspress.cn>
集团地址 凤凰出版传媒集团（南京市中央路165号，邮编：210009）
集团网址 <http://www.ppm.cn>
经 销 江苏省新华发行集团有限公司
制 版 南京紫藤制版印务中心
印 刷 通州市印刷总厂有限公司
开 本 889mm×1194mm 1/2
版 次 2007年1月第1版
印 次 2007年1月第1次印刷
标准书号 ISBN 978-7-5345-5233-5
定 价 8.00元

