



主管机关

中华人民共和国卫生部

主办单位

中国足部反射区健康法研究会

出版

《双足与保健》杂志社

地址

北京西城区后海北沿14号

邮政编码 100009

电子邮箱 newera@126.com

网址 www.chinareflex.com

www.CRA100.com

名誉社长 杭雄文

社长兼主编 廖海涛

副社长 陈红艺

副主编 江磊

美术编辑 吴纪伟

编辑部电话 010-64038112

传真 010-64038112

广告经营许可证

京西工商广字第8050号

国外发行代号 6357BM

邮发代号 82-634

发行

北京报刊发行局

及全国各地邮局

定价 RMB 5.00(国内)

USD 7.50 (国外含邮费)

国外发行总代理

中国国际贸易图书总公司

(北京339信箱)

印刷 北京市十月印刷有限公司

目录 CONTENTS



4 快讯

特别策划

6 最容易误会的中医名词

健康保健

16 身体时间的奥秘

18 健康保健书籍应当怎么挑选?

20 冬季食疗食补

26 8个日常小动作可健脑

咨询台

27 糖尿病人如何护理足部

百家争鸣

28 足部胰腺反射区与肾经然谷穴之关系

29 一分钟观健康

双足与保健 2011.1 (总第123期)

双月刊 (单月16日发行)

国际标准刊号: ISSN1004—6569

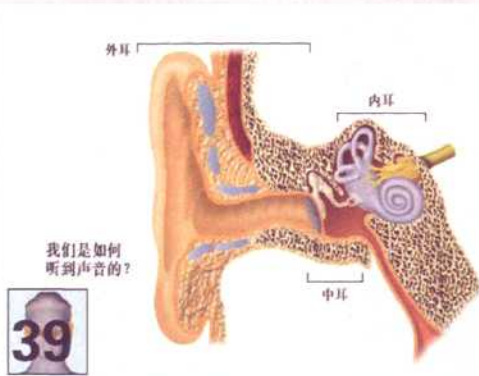
国内统一刊号: CN11—3086/R



25



36



我们是如何
听到声音的?

39

医案病例

- 31 用脊背整脊疗法保健68例亚健康患者的探讨
- 34 足部六指按摩法结合经穴推拿治疗急性腰扭伤498例研究
- 37 足部无痛诊查26节椎骨
- 39 结合中医穴位治疗耳鸣4例

学术交流

- 41 结合针灸治疗老花眼的临床体会
- 44 健侧治疗16年的体验与探索

跟我学

- 46 手部反射法

小故事 大道理

启事

敬请文章被全文转载的作者与我
刊联系稿酬事宜。