

河马牙手球 保健 养生礼品

产品名称	河马牙手球 保健 养生礼品
公司名称	仙游县榜头镇中艺佛珠工艺品店
价格	面议
规格参数	品牌:中艺佛珠 材质:树脂 颜色:米白色
公司地址	仙游县榜头镇紫泽村盛北路50号
联系电话	86-059415880306126 15880306126

产品详情

店内所有照片都是掌柜实物亲手拍摄的。没有华丽的拍摄技术，还望各位亲海涵。但我相信你所看到的就是你要购买的。实物拍摄！实物购买！

【品名】：河马牙保健球

【材质】：树脂

【规格】：5公分

【包装】：自封袋

【宝贝用途】

健身球,又称健脑球、太极球，是我国民间的传统健身器材之一。有大理石或花岗岩的、不锈钢的、铜的，还有的只用两三个核桃作球。老年人在早锻炼，晚散步，看电视或者看书看报时，手里攥着两个或三个健身球，运用手指、手掌和手腕的合力，让球在掌中时而顺时针、时而逆时针、不停地转动（两手交替进行）。实践证明，经常把玩健身球，简便易行，对健身、健脑确有很多好处：一是锻炼腕指关节和上肢肌肉的活动能力。在手掌中转动健身球，必须依靠指力、腕力、臂力，并且通过手指、手掌、手臂的配合，心和手的默契，才能使两个球运转自如。长此以往，可以使手指、手掌、手腕、手臂，活动能力增强，弯曲伸展灵活，促进指、腕、肘、肩关节以及整个

上肢肌肉的运动，可预防关节退变，上肢麻木、无力、颤抖、握力减退等症状的发生。二是舒通经络，调和阴阳，畅达气血，活动筋骨。经络是人体运行气血，联络脏腑肢节，沟通上下内外，调节各部分的通路。手指指端是手三阴经和手三阳经的交汇之处，手部有会谷、少商、商阳、劳宫、后溪等重要穴位。健身球在手里转动，对这些穴位能起到按摩和刺激作用，并且牵动两臂内外侧、直到肩背部和腋下淋巴结的神经，从而波及全身，起到疏通经络，调和阴阳，畅达气血的作用。同时，也能使指骨、掌骨、小臂骨、大臂骨乃至肩胛骨等筋骨得到活动。三是健脑益智，延缓脑细胞退化，防止老年痴呆。脑部有丰富的神经中枢，彼此牵连，彼此刺激，从而成为人体各种生命活动的指挥中心。位于大脑皮层的许多神经和血管，就像网络一样连接全身脏器和肢体末节，其中手指所占的比重最大。健身球滚动于手掌之中，不间断有规律地冲击手上的诸多神经、穴位以及血管，造成一定的刺激，可以促进血液循环，对全身的许多器官都有相应的调节保健作用。特别是活动手指，能给脑细胞以直接刺激，使脑部的供血更加充足，增强大脑的活力，阻止和延缓脑细胞的退化过程。我们常看到，有人用击掌运动刺激大脑。也有人因为脑血栓影响脑神经而导致半身不遂。不难看出，手和脑有着密切关系。因此，对大脑来说，最重要的是手指的运动。常玩健身球，不仅能有效保健大脑，减缓脑部的老化速度，避免老年痴呆症的发生，还能提高人的反应能力，让思维更敏捷。

本产品的品牌是中艺佛珠，材质是树脂，颜色是米白色，规格是5cm，产地是福建仙游，加工定制是是，加印LOGO是不可以