

<<国际流行保健按摩套路·中式>>

图书基本信息

书名：<<国际流行保健按摩套路·中式>>

13位ISBN编号：9787117043397

10位ISBN编号：7117043393

出版时间：2001-10-1

出版时间：人民卫生出版社

作者：王富春,刘明军

页数：85

字数：134000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<国际流行保健按摩套路·中式>>

### 内容概要

随着人们生活水平的不断提高，广大人民群众对健康越来越重视，俗话说：“身体是自己的，健康是第一的”。

有关资料报道：21世纪的发展，最热门和最具有发展前景的是中医保健，那么在中医保健中，最具特色，又最受人们青睐的就是按摩保健。

当今世界，保健按摩热潮风起云涌，除了中医保健按摩外、还有泰式、日式、韩式、港式、欧式等各种保健按摩。

有鉴于此，为了满足广大人民群众对世界各国保健按摩的了解和学习，我们组织了长春中医学院推拿按摩专家共同编写和整理《国际流行保健按摩套路》一书。

本书作者既具有丰富的临床推拿和保健按摩的经验，又具有多年的教学经验，他们也大多在国外从事过推拿临床与保健按摩。

因此，对国内外保健按摩手法与套路均十分了解。

长春中医学院按摩师培训中心是于1996年正式成立的，吉林省按摩师鉴定基地也设在该院，本书作者既是按摩师培训中心的专家教师，也是吉林省按摩师高级考评员。

本书编写以突出各式保健按摩的特点，作用与操作为主，对每一手法分述其作用、部位、操作与要领，图文并茂，套路清晰。

读者只要通过本书学习均能了解和掌握当今世界流行的各式保健按摩的套路与方法。

本书既可作为按摩师培训的教材，也可供专业人员及按摩爱好者学习与参考。

<<国际流行保健按摩套路·中式>>

书籍目录

中医保健按摩的特点 中医保健按摩的作用 中医保健按摩的注意事项 中医保健按摩的操作

一、仰卧位

(一) 头面部 1 轮推前额正中线 2 分抹双眉 3 掐鱼腰 4 按阳白 5 揉运太阳 6 掐四白 7 掐睛明 8 点巨髎 9 按揉迎香 10 按地仓 11 推揉颊车 12 双揪耳垂 13 搓掌浴面

(二) 胸部 1 分肋 2 揉摩膻中 3 按压中府、云门 4 龙凤呈祥 5 晨笼解罩 6 点按胸骨 7 宽胸法

(三) 腹部 1 横摩法 2 斜摩法 3 提拿腹肌 4 按上腹 5 按下腹 6 脐旁横摩 7 按腹中 8 脐周团摩 9 狮子滚绣球 10 点按天枢、气冲 11 消气法

(四) 下肢部 1 股内侧揉捏 2 拳顶合揉 3 股内侧推法 4 按股前法 5 拿足三阴、足三阳法 6 揉膝周 7 揉足三里 8 抖动下肢

二、俯卧位

(一) 背部 1 拿肩井 2 分推肩臂 3 掌推肩胛法 4 按肩胛内缘 5 双滚肩背 6 直推背部 7 揉大椎、阳关 8 顺藤摸瓜 9 提拿夹脊 10 按脊中 11 背部按揉.....

三、坐位

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介, 请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>