第一图书网, tushu007.com

# <<人人会按摩>>

## 图书基本信息

书名：<<人人会按摩>>

13位ISBN编号：9787507718010

10位ISBN编号：7507718018

出版时间：2001-4

出版时间：学苑

作者：丁全茂等编著

页数：184

字数：110000

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

## 内容概要

本书是一本由临床推拿按摩学专家拟定的指导专业和非专业人群及家庭使用的保健推拿手法；书中以大量图例介绍了20种基本推拿手法、70个具有实效的常用穴位、24种常见病的手法治疗；近20种多发病慢性病的自我保健推拿，以及常见的保健推拿法和美容推拿法；使读者能在很短的时间内就能掌握一门防病强身健体的技能。
以达到事倍功半的训练效果。

# <<人人会按摩>>

## 书籍目录

第一章 概述 一、什么是按摩与按摩手法 二、按摩手法的治疗作用 三、按摩的一般治则 四、按摩疗法的特点 五、按摩疗法的适应症与禁忌症第二章 按摩常用的穴位 一、常见体表标志 二、常用取穴方法 三、常用穴位简介第三章 按摩常用方法 一、常用手法 二、按摩手法的练习第四章 按摩常用诊断方法 一、望珍 二、触诊 三、各主要关节的活动功能 四、特殊检查第五章 常见病的按摩疗法 一、感冒 二、头痛 三、高血压病 四、失眠 五、胃脘痛 六、胃下垂 七、便秘 八、泄淀 九、痛经 十、颈椎病 十一、落枕 十二、前斜角肌综合征 十三、颈椎半脱位 十四、胸胁迸伤 十五、腰椎间盘突出症 十六、急性腰扭伤 十七、慢性腰肌劳损 十八、退行性脊柱炎 十九、骶髂关节半脱位 二十、肩关节周围炎 二十一、肱二头肌长头肌健康鞘炎 二十二、冈上肌腱鞘炎 二十三、肱骨外上髁炎……第六章 全身各部自我保健推拿法第七章 常见病的自我推拿疗法第八章 美容按摩法

第一图书网, tushu007.com



## 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