

<<图解对症按摩>>

图书基本信息

书名：<<图解对症按摩>>

13位ISBN编号：9787509160442

10位ISBN编号：7509160448

出版时间：2012-9

出版时间：人民军医出版社

作者：土晓明，易磊 著

页数：261

字数：200000

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>

<<图解对症按摩>>

内容概要

本书在简要介绍了按摩基础知识和常用有效穴位的基础上，重点介绍了亚健康的保健按摩法，常见内科、外科、妇科、男科、五官科、儿科等各科病症的对症有效按摩手法，并为女性朋友介绍了塑身美容的有效按摩方法。

本书的编写力求体现作者忠于患者、服务大众的初衷，内容翔实、语言通俗，只要依图所示规范操作，就能按穴养生，对症治疗，从而收到“手到病除”之功效!本书是普通百姓保健养生对症按摩疗疾的好帮手。

<<图解对症按摩>>

作者简介

士晓明，中医讲师。

男，1967年生，1993年毕业于北京中医药大学针灸推拿学院。

现就职于北京文华医院，任主治医师。

从医至今近二十年，积累了大量丰富的临床经验，擅长中西医结合诊疗，特别善于运用针灸按摩诊治疾病。

此外对妇科、男科等疑难杂症，有独到的见解。

发表医学论文数十篇。

易磊，图书策划人、资深编辑。

男，1976年生，毕业于成都中医药大学，长期致力于健康、生活类图书的创作，对传统中医有独到的认识。

主要著作有《黄帝内经养生大道》、《懒人健康枕边书》、《打通经络不生病》、《病从气中来》等多部作品。

<<图解对症按摩>>

书籍目录

第1章 按摩——无创作疗法

- 按摩的4大基本优势
- 按摩的4大基本功效
- 11种常用的按摩手法
- 3种常用的按摩定位法
- 按摩力度的3种把握方法
- 按摩补泻的3种基本方法
- 4种按摩异常现象的预防与处理
- 按摩的3大注意事项
- 按摩养生的禁忌证与适应证

第2章 按摩要穴的位置、主治及手法

- 手太阴肺经11大要穴
- 手少阴心经9大要穴
- 手厥阴心包经9大要穴
- 手阳明大肠经11大要穴
- 手太阳小肠经9大要穴
- 手少阳三焦经16大要穴
- 足阳明胃经21大要穴
- 足少阳胆经21大要穴
- 足太阳膀胱经25大要穴
- 足厥阴肝经9大要穴
- 足太阴脾经14大要穴
- 足少阴肾经12大要穴

第3章 一用就灵，按摩调理亚健康

- 视疲劳
- 肩膀酸痛
- 小腿抽筋
- 委靡不振
- 晕车晕船

.....

第4章 对症论治，按摩治疗内科病症

第5章 对症论治，按摩治疗外科病症

第6章 对症论治，按摩治疗五官科病症

第7章 对症论治，按摩治疗妇科病症

第8章 对症论治，按摩治疗男科病症

第9章 对症论治，按摩治疗儿科病症

第10章 对症论治，按摩帮助塑身美容

<<图解对症按摩>>

编辑推荐

士晓明、易磊编著的《图解对症按摩(经典珍藏版)》共分10章，前2章主要介绍了按摩的基础知识、按摩常用的有效穴位。

第3章重点介绍了日常亚健康人群的保健按摩法。

—第4章至第9章重点介绍了内科、外科、妇科、男科、五官科、儿科等各科病症的按摩手法。

第10章的内容是按摩美容，主要为女性朋友介绍常见美容问题的按摩治疗手法。

其中每一种病症分为病解、诊断及按摩治疗3个方面。

根据病症的不同，我们相应地补加了生活注意事项及预防措施等。

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>