

<<老年保健推拿>>

图书基本信息

书名：<<老年保健推拿>>

13位ISBN编号：9787534109294

10位ISBN编号：7534109299

出版时间：1996-12

出版时间：浙江科学技术出版社

作者：唐乙凡

页数：150

字数：250000

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>

## <<老年保健推拿>>

### 内容概要

浙江医科大学唐乙凡副教授潜心于保健推拿研究二十多年，在浙江老年大学讲授老年保健推拿课有十年。

十年来，唐老师严谨的治学精神、丰富的推拿经验、热情的教学态度，深得老年大学学员的好评。根据临床实践和课堂教学经验，我觉得教材要切合老年人学习，应以指导实践为主，因而编写时力求文字简洁，通俗易懂，每个病的治疗操作步骤，既具体又详细使读者能一目了然，学以致用。书中还配以较多的插图，帮助老年读者对照学习，加快理解。

## &lt;&lt;老年保健推拿&gt;&gt;

## 书籍目录

1 推拿概述2 保健推拿对老年人的作用 2.1 活血化瘀，消肿止痛 2.2 舒筋通络，标本兼治 2.3 理筋整复，调节功能 2.4 整骨复位，活利关节 2.5 调节气血和内脏功能 2.6 扶正祛邪，增强体质 2.7 恢复疲劳，延缓衰老 2.8 促进代谢，健身美容3 老年保健推拿的特点 3.1 不受条件限制 3.2 疗效确切而迅速 3.3 安全可靠，简单易学4 老年保健推拿的治疗原则 4.1 适应证和禁忌证 4.2 手法强度和介质 4.3 治疗时间和疗程 4.4 补法和泻法的临床应用 4.5 注意事项5 经络的概念与作用 5.1 经络的组成 5.2 经络的作用 5.3 十四经脉循行部位及其主治6 腧穴的概念与作用 6.1 常用腧穴的测量方法 6.2 腧穴的主要作用 6.3 阳性反应物在推拿治疗中的作用 6.4 选穴和配穴法 6.5 常用腧穴 6.6 常用腧穴主治病症7 推拿常用手法 7.1 推法 7.2 擦法 7.3 摩法 7.4 揉法 7.5 捩法和滚法 7.6 按法 7.7 拿法 7.8 捏法 7.9 掐法 7.10 抹法 7.11 搓法 7.12 抖法 7.13 拍击法 7.14 叩击法 7.15 切击法 7.16 指击法 7.17 摇法 7.18 扳法 7.19 拔伸法 7.20 背法 7.21 振法 7.22 踩跷法 7.23 指拨理筋法8 推拿常用检查方法 9 常见老年病症的推拿治疗10 自我保健按摩法11 自我美容按摩法附录 全身经穴图

<<老年保健推拿>>

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>