

<<美容保健按摩>>

图书基本信息

书名：<<美容保健按摩>>

13位ISBN编号：9787535743756

10位ISBN编号：7535743757

出版时间：2005-11

出版时间：湖南科学技术出版社

作者：胡汉文

页数：178

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>

<<美容保健按摩>>

内容概要

《美容保健按摩（双色图谱）》介绍了按摩的起源与发展前景、按摩保健与美容的基础理论、按摩的基本手法、按摩的基本手法练习及注意事项等内容。

<<美容保健按摩>>

书籍目录

一、按摩的起源与发展前景1 中医学理论 1 阴阳五行与按摩的关系 2 营卫气血与按摩的关系 3 经络穴位与按摩的关系2 现代医学理论 1 按摩与人体热效应的关系 2 按摩与人体生理效应的关系 3 按摩与人体免疫功能的关系 4 按摩与人体结缔组织的关系 5 按摩与美容明目亮发的关系三、按摩的基本手法1 按法 1 掌按法 2 指按法2 摩法 1 指摩法 2 掌摩法 3 掌根摩法3 推法 1 拇指指腹平推 2 拇指侧推法 3 拇指尖推法 4 手掌平推法 5 掌根推法4 法 1 小鱼际 法 2 掌指关节背侧 法5 拿法 1 3指拿法 2 5指拿法 3 辗转拿法 4 抖动拿法.....四、按摩的基本手法练习及注意事项.....五、人体各部位疾病与美容的按摩方法.....

<<美容保健按摩>>

编辑推荐

人们在讲解经络穴位时，常常把经络比作河流把穴位比作河道上的水库，当人体某处患病时，就采用按摩或针刺穴位的方法来激活枯水、缺水或濒临干涸的河流，使之恢复河流的流淌，这就是通经洛络的、治病祛病的简单原理。

本书为你带来中医按摩理论的美容保健按摩疗法，让你长保青春健康！

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>