

<<给您的父母做按摩保健>>

图书基本信息

书名：<<给您的父母做按摩保健>>

13位ISBN编号：9787502944261

10位ISBN编号：7502944265

出版时间：2007-12

出版时间：气象

作者：任修瑾

页数：114

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>

<<给您的父母做按摩保健>>

内容概要

推拿按摩保健是运用手法进行医疗保健的一门艺术，为中医学之瑰宝。

推拿按摩保健以藏象、经络等中医学理论为指导，运用各种不同的按摩手法，在人体的适当部位进行操作，产生的刺激信息通过反射方式对人体的神经体液等功能施以影响，从而达到消除疲劳、调节体内气息、增强体质、健美防衰、延年益寿的目的。

这种方法不仅适用范围广，且简便易行，效果明显，无副作用。

保健按摩是一门专业，要达到“机触于外，巧生于内，手随心转，法从手出”的高超境界，需要谙熟经络腧穴，掌握按摩手法，这不是普通读者能够在短时间内掌握的。

所以《给您的父母做按摩保健：源自子女的健康关爱》通过图文并茂，以图为主的方式使读者只需按图操作即可为自己的父母进行推拿按摩保健。

《给您的父母做按摩保健：源自子女的健康关爱》共分四章，第一章介绍推拿按摩的基本知识；第二章介绍按摩的基本技能；第三章介绍中老年人常见病征适合推拿按摩的一些方法；第四章介绍一些简单的保健按摩套路。

<<给您的父母做按摩保健>>

书籍目录

第一章 推拿按摩疗法一、推拿按摩治疗原则二、推拿按摩治疗的次数与补泄三、推拿按摩的适应症与注意事项四、出现不良反应的处理方法五、怎样知道是否选正了穴位六、怎样掌握按压方向力度与时间七、按压的要领有哪些第二章 推拿按摩常用手法一、按法二、摩法三、揉法四、推法五、拿法六、捏法七、滚法八、搓法九、抖法十、叩击法十一、拍法十二、掐法十三、摇法十四、拔伸法十五、弹法十六、刮法第三章 中老年人常见病征按摩疗法一、慢性胃炎二、胃下垂三、胃肠气胀症四、便秘五、慢性腹泻六、肝炎后综合征七、胆囊痛八、慢性支气管炎九、阻塞性肺气肿十、支气管扩张十一、咳嗽十二、慢性鼻炎十三、尿潴留十四、多尿十五、慢性前列腺炎十六、室上性心动过速十七、高血压病十八、心血管神经官能症十九、肺心病二十、冠心病、心绞痛二十一、血栓闭塞性脉管炎二十二、白细胞减少症二十三、糖尿病二十四、痛风二十五、肥胖二十六、消瘦二十七、更年期综合征二十八、踝关节扭伤二十九、冈上肌腱炎三十、桡侧腕长伸肌腱周围炎三十一、重症肌无力三十二、风湿性多肌痛三十三、腰部劳损三十四、类风湿性关节炎三十五、麻木三十六、偏瘫三十七、面神经瘫痪三十八、褥疮三十九、牙痛四十、足跟痛四十一、肩关节周围炎四十二、老年痴呆四十三、健忘四十四、迎风流泪症第四章 全身保健按摩一、下肢后部保健按摩程序二、腰、背、臀保健按摩程序三、上肢、胸腹部保健按摩程序四、下肢前部保健按摩程序

<<给您的父母做按摩保健>>

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>