

<<洗浴保健按摩大全>>

图书基本信息

书名：<<洗浴保健按摩大全>>

13位ISBN编号：9787506263665

10位ISBN编号：7506263661

出版时间：2004-9-1

出版时间：世界图书出版公司

作者：冰点

页数：342

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>

## <<洗浴保健按摩大全>>

### 内容概要

随着现代医学的发展，大量的医学疑难杂症相继被攻克。

但另一方面，来自外界的环境污染，自然界生态环境的人为破坏，却使我们的健康状况每况愈下；精神压力的增加，各种社会问题的蓄积，又使我们的承受能力面临新的挑战。

与此相对应的是，人们的自我保健意识也大大增强了。

正是这一背景下，古老的中医传统疗法才有了新的用武之地，重新焕发出灿烂的光彩。

本书所介绍的洗浴保健按摩疗法，正是传统中医学宝库里的一枝奇葩。

传统中医学的经络理论认为，人体布满各种各样的穴位，他们和体的各种器官之间有着密切的联系。

通过对穴位的多种处理方法，诸如针刺、按摩、挤压等等，可以对相关的器官起到明显的保健和治疗作用。

这一神奇疗法目前已传遍全世界，人们在对其显著的疗效啧啧称奇之余，竞相效法。

洗浴保健按摩疗法的优点很多，首先在于它的安全性，它没有药物治疗，特别是西药的诸多副作用；其次是它集治疗和保健于一体的双重疗效，使它具有更为广泛的适用性；第三在于它不受场地的限制、简便易学，因此成为人民大众普遍采用的一种自我保健方法。

## <<洗浴保健按摩大全>>

### 书籍目录

洗浴保健按摩 一、洗浴保健按摩概况 1 中式洗浴保健按摩 2 港式洗浴保健按摩 3 泰式洗浴保健按摩 4 日式洗浴保健按摩 二、洗浴保健按摩的功效 1. 医疗作用 2. 保健作用 3. 美容作用 三、洗浴保健按摩常用解剖生理知识 1. 骨及骨性标志 2. 关节 3. 肌肉 4. 主要内脏的位置与功能 5. 主要动脉的走行及摸脉点 6. 神经系统 四、洗浴保健按摩常用穴位 1. 头面部穴位 2. 上肢部穴位 3. 胸腹部穴位 4. 腰背部穴位 5. 下肢部穴位 五、洗浴保健按摩的注意事项 六、洗浴保健按摩的禁忌证 中式洗浴保健按摩 一、中式洗浴保健按摩 1. 按法 2. 摩法 3. 推法 4. 拿法 5. 滚法 6. 揉法 7. 擦法 8. 拍打法 二、中式洗浴保健按摩的手法操作 三、中式洗浴保健按摩的脚法操作 港式洗浴保健按摩 一、港式洗浴保健按摩的操作方法 二、港式洗浴保健按摩的手法操作 三、港式洗浴保健按摩的脚法操作 四、港式洗浴保健按摩的推油法操作 泰式洗浴保健按摩 一、泰式洗浴保健按摩的基本手法 二、泰式洗浴保健按摩的手法操作 日式洗浴保健按摩 日式洗浴保健按摩的手法操作

<<洗浴保健按摩大全>>

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>