第一图书网, tushu007.com

<<保健按摩>>

图书基本信息

书名：<<保健按摩>>

13位ISBN编号：9787533527457

10位ISBN编号：7533527453

出版时间：2005-12

出版时间：福建科学技术出版社

作者：陈永华，黄峰[著]

页数：88

字数：67000

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

内容概要

按摩是中医学伟大宝库中的一颗璀璨明珠，也是中医学的重要组成部分。
按摩疗法以其方法简便、疗效显著、经济安全等优点，深受广大群众的欢迎。
为了满足广大城乡读者的需要，笔者不揣浅陋，根据多年从事按摩工作的临床实践经验，编写了这本小册子，希望对广大读者的自我保健有所帮助。
　书中介绍了保健按摩的基础知识、保健按摩的基本手法、常用人体穴位、保健按摩法、美容按摩法、常见病按摩疗法等。
本书既可作为进城务工人员自学或培训的教材，也适于城乡家庭保健按摩之用。

第一图书网, tushu007.com

书籍目录

第一章 按摩概述 一 按摩的概念 (一)保健按摩 (二)运动按摩 (三)医疗按摩 二 按摩的特点 （一）经济简便 （二）疗效显著 （三）操作方便 （四）治病方便 三 按摩的适用范围 （一）神经系统 （二）运动系统 （三）呼吸系统 （四）消化系统 （五）泌尿系统 （六）妇科 （七）小儿科 四 按摩的注意事项 （一）按摩后的反应 （二）按摩的施术原则及操作要领 （三）按摩的操作时间、次数及补泻手法 （四）按摩的注意事项第二章 按摩的基本手法 （一）一指禅推法 （二）滚法 （三）揉法 （四）摩法 （五）擦法 （六）推法 （七）搓法 （八）抹法……第三章 按摩常用的穴位 一 常用体表标志 二 常用取穴方法 三 常用穴化学元素第四章 保健按摩法

编辑推荐

近年来，大量农民朋友离开家乡，从内地走向沿海，从农村来到城市。在城市的社区、商场、车间……都能看到他们的身影，他们已经成为这个城市的重要一员。

为提高这些农民朋友在城市的从业技能，使他们更好地工作、生活，我们组织相关行业的培训老师，根据农民工从业特点，编写了本套丛书。

整套丛书涵盖了电子生产、服装制作、建筑施工、制造维修、社区服务、餐馆服务行业，图文并茂，通俗易懂，适合作为从业技能短期培训教材，也适合自学。

第一图书网, tushu007.com

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