

<<颈肩腰腿痛推拿>>

图书基本信息

书名：<<颈肩腰腿痛推拿>>

13位ISBN编号：9787536461437

10位ISBN编号：7536461437

出版时间：2007-2

出版时间：四川科技

作者：张世明

页数：179

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>

<<颈肩腰腿痛推拿>>

前言

我国推拿，古称按摩。

远在3000年前，按摩已与针灸、药物一样，成为华夏祖先广泛使用的一门古老医术，常与吐纳导引同用，医疾疗伤，效果显著。

推拿医术是治疗颈肩腰腿痛疾患的主要大法。

术者通过双手在患者体表或穴位经络施行各种手法，以达疏通经络、宣通气血、止痛消肿、通利关节、松解粘连、调节和提高脏腑机能、开达抑遏等治疗伤病、恢复功能的目的。

我在40余年的骨科临床、科研及教学工作中，深感推拿术在治疗急性软组织损伤、慢性劳损、骨折脱位后期的功能恢复，风寒湿痹疼痛，关节筋肉疲劳酸痛等伤病中，常有手到病除，立起沉疴之效；而且在强身保健方面，推拿医术还具有其他疗法所不及的独到之处，因此，推拿是一种十分值得提倡开展的防治伤病的医术。

由于推拿医术疗效卓著，简便易学，安全经济，具有疗伤治病、保健强身的重要作用，故在我国推拿按摩术，已越来越受到世界各国的重视和欢迎。

在先进的欧美日等国家，已把推拿医学作为自然疗法的主要治法之一。

<<颈肩腰腿痛推拿>>

内容概要

由于推拿不受场地、器材限制，效果又好，古往今来深受广大群众喜爱。

随着现代医学的发展，人们对西药的毒副作用的认识日益加深，推拿这种原始而自然的疗法更加受到群众的好评而乐于采用。

该套丛书的特点除图文配合恰当和给人以“看图学推拿”的直观感外，还有一个重要特点，就是该丛书介绍的各病种自成章节，读完总论，了解其梗概后，就可在家人生病时随翻随用，照图推拿。

推拿能在疾病发生时使病情得到缓解，既不冒随便服药之险，及时缓解病情，又能解决家人一些慢性病，如小儿厌食、遗尿，成人颈肩腰腿痛，并可融洽家人的情感。

因此，本套丛书不仅可作为自学的医学科普图书，更是创造温馨家庭氛围的促进剂。

本书是看图学推拿丛书之颈肩腰腿痛推拿。

<<颈肩腰腿痛推拿>>

作者简介

张世明，系四川省骨科医院原院长、主任中医师、四川省学术技术带头人、中国体育科学学会理事、中国运动医学学会副主任委员、国家体育总局体能恢复与运动营养专家组副组长、备战2008年北京奥运会国家队医疗专家、中华中医药学会骨伤科分会委员、四川省中医骨科专委会名誉主席

<<颈肩腰腿痛推拿>>

书籍目录

第一章 颈肩腰腿痛推拿总论 一、推拿对颈肩腰腿痛的治疗作用 (一) 调节功能、平衡阴阳 (二) 疏通经络、宣通气血、消肿止痛 (三) 解除肌肉痉挛 (四) 松解粘连、通利关节 (五) 扶正祛邪、增强体质 二、常用的颈肩腰腿痛推拿手法 (一) 表面抚摩法 (二) 揉法 (三) 捏法 (四) 揉捏法 (五) 推压法 (六) 按压法 (七) 搓法 (八) 摩擦法 (九) 摇晃法 (十) 抖动法 (十一) 拿法 (十二) 提弹法 (十三) 弹拨法 (十四) 振动法 (十五) 叩击法 (十六) 掌侧击法 (十七) 拍击法 (十八) 经穴按摩法 三、常用的穴位 (一) 取穴方法 (二) 常用穴位 四、颈肩腰腿痛推拿的注意事项 (一) 推拿的禁忌证 (二) 推拿时间 (三) 推拿次数 (四) 推拿强度 (五) 患者医者静息守神 (六) 推拿体位 (七) 推拿介质 五、如何鉴别骨折脱位损伤 (一) 骨折伤的基本诊断要点 (二) 关节脱位伤的基本诊断要点 六、四肢关节急性扭挫伤的局部处理原则 (一) 急性期的处理 (二) 受伤1天后的处理 (三) 损伤后期的处理

第二章 常见颈肩腰腿痛疾病的推拿 一、颞颌关节损伤 二、落枕 三、颈椎病 四、背部肋椎关节损伤 五、胸部进气伤 六、急性腰扭伤 七、慢性腰部肌肉筋膜劳损 八、腰椎增生性脊椎炎 九、腰椎间盘突出症 十、梨状肌损伤综合征 十一、肩关节周围炎 十二、肱骨外上髁炎 十三、小儿桡骨小头半脱位 十四、手指指关节扭挫伤 十五、腱鞘囊肿 十六、大、小腿肌肉疲劳性酸痛与劳损 十七、髌骨劳损 十八、踝关节扭伤 十九、跟痛症 二十、跖痛症

<<颈肩腰腿痛推拿>>

章节摘录

第一章 颈肩腰腿痛推拿总论 一、推拿对颈肩腰腿痛的治疗作用 (一) 调节功能, 平衡阴阳 祖国医学认为, “阴阳者, 天地之道也”, 故阴阳的平衡是人体保证健康的根本条件。而疾病的产生, 则是在不同病因作用下, 导致了人体脏腑、经络、气血、筋骨等器官组织的功能紊乱所致, 即中医说的阴阳平衡关系失调。

《内经·阴阳应象大论》说: “阴胜则阳病, 阳胜则阴病; 阳胜则热, 阴胜则寒。”

这说明了机体阴阳平衡的失调与疾病发生的密切关系。

故在治疗时, 应当“治病必求于本”, “审其阴阳, 以别柔刚, 定其血气, 各守其乡。”

推拿疗法与针灸、药物、练功、气功等疗法一样, 具有调节脏腑、经络、气血、筋骨功能的作用, 通过补泻、宣通手法, 使之达到平衡阴阳, 防治疾病的作用。

在颈肩腰腿痛伤病临床治疗中, 常用不同的推拿手法来疏通经络、宣通气血、开达抑遏、扶正祛邪、活血散瘀、消肿止痛、增强脏腑功能和调节中枢神经功能等, 以达到平衡阴阳, 治疗伤病的目的。

现代医学的研究已证明, 推拿对调整人体某些器官具有双向调节的作用。

如用强而快的手法, 可使神经、肌肉兴奋; 而轻缓的手法, 则可使神经肌肉发生抑制; 推脾俞、胃俞穴位, 可增强胃的运动; 推足三里穴, 则大多引起胃运动的抑制。

值得指出的是, 当胃活动增强时, 推拿后可使运动减弱; 而当胃活动减弱时, 在推拿后则增强。

这些研究结果, 都说明推拿具有调节、平衡的作用。

(二) 疏通经络、宣通气血、消肿止痛 经络是人体运行气血、津液, 联络脏腑、五官七窍、四肢百骸的通道, 具有营养周身、抗御病邪、保卫机体的重要作用。

《灵枢·经脉篇》说: “经脉者, 所以能决死生, 处百病, 调虚实, 不可不通。”

这说明了经络的正常通行在人体生命活动中有着极重要的作用。

<<颈肩腰腿痛推拿>>

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>