

<<足部保健按摩>>

图书基本信息

书名：<<足部保健按摩>>

13位ISBN编号：9787542733597

10位ISBN编号：7542733591

出版时间：2006-1

出版时间：上海科学普及出版社

作者：陈佳君

页数：164

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>

## <<足部保健按摩>>

### 内容概要

足部按摩治疗一定要重视每一个项目的特性，如高血压者应是“降”，而做了“补”；低血压者应是“补法”，你做成“泻法”，这是很危险的。

如果你懂得这一原理，那么在工作之余、茶余饭后抽出5-10分钟时间，对自己的不适之处选择适当的穴位进行按摩治疗，将会收到意想不到的惊人的效果，使你有更充沛的精力和活力投入到紧张、繁忙的工作中去，以取得更大的成功。

足部按摩集医学保健与时尚休闲于一身，成为大众追求高品质健康生活的方式。本书讲解了足部按摩原理、手法、常见病按摩分析以及按摩治疗实例，书中图文并茂，适合读者自学及相关人员参阅。

## <<足部保健按摩>>

### 作者简介

陈佳君曾经是上海药材公司下属芷江中药店的一名普通配药师，但她现在走的是另一条成才、成功之路。

由于职业关系，她平时喜爱研究中草药和针灸推拿，收集一些民间土方、秘方。

功夫不负有心人，日积月累，她居然凭着实践经验无师自通，业余时间经常为亲友、邻居免费诊治。

时日

## &lt;&lt;足部保健按摩&gt;&gt;

## 书籍目录

足部保健按摩概述 一、足部保健按摩的形成和发展 二、足部保健按摩的特点 三、足部保健按摩的十大功能 足部按摩保健养生的原理 一、阴阳平衡学说原理 二、中医经络学说原理 三、血液循环学说原理 四、神经反射学说原理 五、生物全息学说原理 六、内源性药物因子学说原理 七、心理治疗学说原理 八、应激学说原理 九、消除血液中的超氧自由基学说原理 十、脏腑学说原理 足部保健按摩的基础知识 一、足部的各部分名称 二、足部的骨 三、足部的关节 四、足部的肌肉 五、足部的神经 六、足部反射区的位置 足部按摩的基本手法及其应用 一、按摩的基本手法 二、关节部按摩手法 三、操作过程 四、足部按摩的适应证和禁忌证 五、足部按摩注意事项 六、足部按摩生效的要素 足部主要反射区的按摩方法 一、运动系统相关反射区 二、神经系统相关反射区 三、血液循环系统相关反射区 四、呼吸系统相关反射区 五、消化系统相关反射区 六、泌尿系统相关反射区 七、生殖系统相关反射区 八、内分泌系统相关反射区 九、淋巴系统相关反射区 十、感觉器官相关反射区 十一、足部按摩的正常反应 常见病的病理分析 一、支气管哮喘 二、肺炎 三、原发性高血压 四、胃炎 五、便秘 ..... 按摩治疗实例 附录一 药蛋治病方与中药泡脚验方 附录二 常见食物的营养价值 附录三 夏令十种保健粥 附录四 两小时内不宜同吃的食品

<<足部保健按摩>>

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>