

<<按摩穴位保健100法>>

图书基本信息

书名：<<按摩穴位保健100法>>

13位ISBN编号：9787542742926

10位ISBN编号：7542742922

出版时间：2009-5

出版时间：上海科学普及出版社

作者：蔡振扬，蔡林海 编著

页数：249

字数：224000

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>

## <<按摩穴位保健100法>>

### 内容概要

本书汲取了古今中外各种按摩学派的优点和长处，将穴位、手足反射区和反应点、全息区等不同的取穴体系融为一体，介绍人体脉络的循行、全身穴位和头、面、耳、手、足等部位的全息穴和反射区，以及按摩的手法和方法，并按内科、外科、伤科、妇科、儿科、皮肤科、五官科、泌尿科等分类介绍100种病症的保健按摩，以及国外各种不同的按摩疗法和贴敷疗法。

## &lt;&lt;按摩穴位保健100法&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 绪论 第一节 经络系统 第二节 十四经脉的循行 第三节 全身常用穴位 第四节 头部全息穴 第五节 面部全息穴 第六节 耳部全息穴 第七节 手部全息穴 第八节 脚部反射区 第九节 按摩穴位手法 第十节 刺激穴位方法 第十一节 全身保健按摩第二章 百病按摩法 第一节 内科 1.动脉硬化 2.冠心病 3.心律失常 4.中风后遗症 5.高血压 6.低血压 7.高脂血症 8.痛风 9.糖尿病 10.肥胖症 11.消瘦症 12.感冒 13.咳嗽 14.哮喘 15.肺结核 16.食欲不振 17.呃逆 18.呕吐 19.胃下垂 20.胃炎 21.胃与十二指肠溃疡 22.胆石症 23.肝炎 24.便秘 25.腹泻 26.甲状腺功能亢进 27.失眠 28.贫血 29.眩晕 30.耳鸣 31.多汗症 32.水肿 第二节 外科、伤科 1.面瘫 2.头痛 3.落枕 4.肩周炎 5.颈椎病 6.腱鞘炎 7.网球肘 8.三叉神经痛 9.肋间神经痛 10.腰痛 11.腰椎间盘突出症 12.坐骨神经痛 13.关节炎 14.膝痛 15.足跟痛 16.帕金森病 17.骨质疏松症 18.痔疮 19.脱肛 第三节 妇科、儿科 1.月经不调 2.痛经 3.盆腔炎 4.不孕症 5.性冷淡症 6.怕冷症 7.更年期综合征 8.小儿感冒 9.小儿咳嗽 10.小儿哮喘 11.小儿营养不良 12.小儿腹泻 13.小儿遗尿症 第四节 皮肤科 1.脱发 2.雀斑 3.痤疮 4.皮肤瘙痒 5.湿疹 6.荨麻疹 7.神经性皮炎 8.牛皮癣 第五节 五官科 1.眼睛疲劳 2.近视眼 3.老花眼 4.白内障 5.青光眼 6.麦粒肿 7.口腔炎 8.扁桃体炎 9.咽炎 10.牙痛 11.鼻炎 12.鼻出血 13.中耳炎 第六节 泌尿科 1.遗精 2.早泄 3.勃起障碍 4.尿频 5.膀胱炎 6.慢性肾炎 7.泌尿系结石 8.前列腺增生 第七节 其他 1.全身疲劳 2.嗜睡症 3.健忘症 4.焦虑症 5.忧郁症 6.自主神经失调症 7.老年性痴呆症附录一 第一节 全身最强穴位 第二节 左手新穴位 第三节 按摩手掌疗法 第四节 指甲按压穴位疗法 第五节 手部贴锡纸疗法 第六节 手部贴辣椒籽疗法 第七节 揉搓脚趾疗法 第八节 叩击脚底保健法 第九节 湿布敷贴穴位保健法附录二 1.十四经脉正面分布示意图 2.十四经脉背面分布示意图 3.十四经脉侧面分布示意图 4.人体正面折量法 5.人体侧面折量法 6.人体背面折量法 7.手部反射区 8.手部全息穴 9.左手掌心 10.手背治疗点 11.足底反射区 足内侧反射区 足外侧反射区 足背部反射区参考文献 一、中文版图书 二、日文版图书

<<按摩穴位保健100法>>

章节摘录

第二章 百病按摩法 第一节 内科 1.动脉硬化 动脉硬化是指动脉的一种非炎症性、退行性与增生性病变，可使动脉管壁增厚变硬，失去弹性与管腔狭窄。

本病有三种类型：细小动脉硬化；动脉中层硬化；动脉粥样硬化。

一般本病多指动脉粥样硬化，40岁以上的中老年人多见（但青壮年也可患病），男性多于女性。

本病对血栓形成有促进作用。

冠状动脉粥样硬化可引起心绞痛、心肌梗死等。

脑动脉粥样硬化导致脑缺血时可产生头痛、眩晕、昏厥等症状。

导致血栓形成或动脉破裂出血时可引起脑血管意外，出现瘫痪、失语、意识突然丧失。

导致脑萎缩时可引起脑动脉硬化性痴呆症等。

【按摩处方1】天柱、风池、肩井、膏肓、心俞。

【按摩处方2】百会、膻中、脾俞、足三里、三阴交。

【按摩处方3·头穴】运动区、感觉区、血管舒张区、运用区、足运感区、强壮区等（见38页图1—31“头穴图”）。

（面穴）心穴、肝穴、肾穴、肩穴、背穴、股穴等（见41页图1—33“面穴图”）。

.....

## <<按摩穴位保健100法>>

### 编辑推荐

穴位按摩保健疗法是中国医疗保健中的重要组成部分，是我国历代医学家在医疗实践中通过反复摸索、验证、总结所创立的独特的保健疗法，具有简便、直观、易操作以及不受时间、地点、环境、设备等条件限制的优点，而且效果显著、无副作用。

<<按摩穴位保健100法>>

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>