

<<足部反射区保健按摩>>

图书基本信息

书名：<<足部反射区保健按摩>>

13位ISBN编号：9787543304208

10位ISBN编号：7543304201

出版时间：2000-01

出版时间：天津科技翻译出版公司

作者：封进启

页数：350

字数：252000

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>

## <<足部反射区保健按摩>>

### 内容概要

足部按摩是法宝，古今中外离不了，足有全身反射区，坚持不懈疗效好。

足部反射区保健按摩是“若石健康法”的一部分。

它是以特定手法有效地刺激足部反射区，通过人体调节机能达到防病、治病目的的保健按摩方法。

本书在理论上更趋成熟、合理。

按摩充实了理论依据，接受按摩者增加了对足部按摩的兴趣。

实践上更趋于简单明了，易于操作。

学者有利于快速掌握要领，接受按摩者明显感到按摩质量提高。

按摩顺序仍突出若石健康法中反复强调的排泄系统的作用，以达到排出毒素的目的。

按摩方向改为一体从远至近、从外向内，既符合生理规律，促进血液回心，也不会因各家按摩顺序不一和补泻认识的不同而产生争议，只需以手法的轻重来调节……

## <<足部反射区保健按摩>>

### 作者简介

封进启，毕业于第三军医大学，曾任天津市中心妇产科医院理疗科主任、副主任医师、全国手足推拿专业委员会副主任职务。

封进启先后编写了《中老年自我保健按摩》、《足部反射区保健按摩》和《手部按摩好处多多》等6本医学科普书，发行数十万册，深受读者欢迎。

在各类学术研

## <<足部反射区保健按摩>>

### 书籍目录

第一章 总论 第一节 足部反射区保健按摩 第二节 足部按摩发展史 第三节 足部按摩风靡全球 第四节 足部按摩治百病吗 第五节 足部按摩与其他按摩 第六节 药物、手术和足部按摩第二章 足部按摩好处多 第一节 解除疲劳 第二节 健身 第三节 止痛 第四节 小儿保健 第五节 青少年保健 第六节 中年保健 第七节 老年长寿第三章 入门要领 第一节 怎样入门 第二节 循序渐进持之以恒 第三节 按摩师要避免受伤 第四节 按摩膏 第五节 如何用力最好 第六节 顺序、方向、时间和疗程 第七节 注意事项第四章 反射区和敏感点第五章 疗效原理第六章 足部介绍第七章 足部反射区按摩手法及适应症第八章 脚诊第九章 配区原则第十章 足部自我按摩第十一章 健康信箱第十二章 临床病例简介附录1：脊神经相关部位及受压时病症附录2：新反射区图附录3：右足新区自编号参考文献编后感

## <<足部反射区保健按摩>>

### 编辑推荐

足部按摩是法宝，古今中外离不了，足有全身反射区，坚持不懈疗效好。  
足部反射区保健按摩是“若石健康法”的一部分。  
它是以特定手法有效地刺激足部反射区，通过人体调节机能达到防病、治病目的的保健按摩方法。  
其它版本请见：《足部反射区保健按摩》

<<足部反射区保健按摩>>

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>