

<<实用推拿>>

图书基本信息

书名：<<实用推拿>>

13位ISBN编号：9787802315181

10位ISBN编号：7802315182

出版时间：2008-11

出版时间：中国中医药出版社

作者：骆仲遥

页数：49

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>

<<实用推拿>>

内容概要

推拿（按摩）是人类最古老的一门医术，属于物理疗法、自然疗法的一种，具有疏通经络、滑利关节、调整脏腑气血功能，增强人体抗病能力和防病治病、养生保健、美容美体、延年益寿等作用，因此深受广大人民群众欢迎。

由于推拿（按摩）具有独特的手法和技巧，用文字往往难以表达清楚，因此给学习带来了一定的困难。

1987年，吾编制出版了《实用推拿疗法挂图》，受到国内外医疗机构和推拿（按摩）工作者的一致好评，许多医院的推拿（按摩）科室和社会培训机构，均购买此套挂图予以悬挂，一方面是临床和教学工作中参考使用，另一方面也起到了对患者做宣传招徕的效果，因此远销海内外并很快脱销。

时隔20余年，在同道和学生们的要求下，特在《实用推拿疗法挂图》的基础上，重新拍摄编制而成《实用推拿（按摩）挂图》，希望能对迅猛发展的防病治病、养生保健、美容美体、延年益寿等领域与行业有所裨益和帮助。

<<实用推拿>>

书籍目录

第一章 头颈部推拿（按摩）法 一、额前分推法 二、揉太阳法 三、面部摩掐法 四、按上、下关法 五、推正顶法 六、推偏顶法 七、头对按法 八、揉风池法 九、捏颈肌法 十、枕后分推法 十一、按肩旋颈法 十二、拿肩井法 第二章 胸腹部推拿（按摩）法 一、分肋法 二、按中府、云门法 三、扩胸法 四、宽胸法 五、顺气法 六、腹直肌横摩法 七、上腹摩按法 八、摩侧腹法 九、大消气法 十、推腹法 十一、脐周团摩法 十二、腹肌拿提法 第三章 背腰部推拿（按摩）法 一、背部抚摩法 二、背部直摩法 三、背部分推法 四、脊背拿提法 五、背部拳揉法 六、背腰重压法 七、腰部直摩法 八、掌分腰法 九、叠掌按腰法 十、旋腰法 十一、横摩骶法 十二、臀部重压法 第四章 四肢部推拿（按摩）法 一、上肢摩按法 二、肩周围按法 三、捏上臂法 四、推按阳明三穴法 五、肩部牵引法 六、上肢搓揉法 七、下肢揉捏法 八、股后重揉法 九、单屈膝旋髌法 十、膝周揉法 十一、内外旋踝法 十二、推足外侧法

<<实用推拿>>

章节摘录

第一章 头颈部推拿（按摩）法一、额前分推法【术式】受术者仰卧或直坐，术者坐或站其前。

【操作】以两手拇指掌侧对置额前正中处，自内向头部外侧分推2-5分钟后，再以两手拇指分置头部两侧头维穴处，向枕后横摩至后顶穴止1-2分钟（见图1-1额前分推法）。

【要领】两拇指分推或摩动时，用力应均匀一致。

在后顶穴处，两拇指掌侧可增加交叉摩动数次。

【反应】分推时，额前有微胀及舒适感，治疗后有局部温热及头脑和鼻部清爽的感觉。

【功用】清头明目，健脑宁神。

【主治】外感风寒的恶寒发热，头痛鼻塞等。

【配伍】用于外感风寒，症见恶寒发热，头痛鼻塞时，常配伍脊背拿提法、揉风池法；用于神经衰弱，症见头痛、头昏、心悸、失眠等，常配伍揉太阳法、推偏顶法；用于急、慢性副鼻窦炎，症见额前胀痛、头痛鼻塞或流浊涕，常配伍面部摩掐法、推正顶法。

【注意】头、面部有炎性疾患的受术者，此法应慎用。

【释义】由于肺合皮毛，肺开窍于鼻，故风寒外袭，首先犯肺，出现鼻塞流涕。

临床上，用额前分推法治疗风寒感冒有较好的功效，同时它又可预防因鼻炎而引致额窦炎的发生。

<<实用推拿>>

编辑推荐

《实用推拿(按摩)挂图》由中国中医药出版社出版。

<<实用推拿>>

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>