

<<拔罐>>

图书基本信息

书名：<<拔罐>>

13位ISBN编号：9787535635570

10位ISBN编号：7535635571

出版时间：2010-2

出版时间：湖南美术

作者：李南生 编

页数：97

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>

## 前言

中医按摩养生疗法历史悠久，源远流长，最早文字记载见于先秦时期医典名著《黄帝内经》，书中精确、详细记载了按摩这一最古老自然疗法的经典理论和实践，并提及许多按摩技术和方法。

按摩，又称推拿、按跷，古称折枝、扶形，是以中医理论为指导，运用按摩手法或借助按摩工具作用于人体体表特定部位或穴位来治疗疾病的一种自然疗法，具有平衡阴阳、调和脏腑、行气活血、疏通经络、滑利关节等作用，广泛用于防治内、外、妇、儿等各科常见疾病。

按摩是传统中医学的重要组成部分，为中医学理论体系的建立积累了丰富资料。

历代医家通过对几千年来按摩养生的研究、批判和继承，总结出一整套以保健和治疗为主的按摩养生疗法，包括按摩作用、人体穴位、基本手法、疾病防治等。

由中华中医药学会推拿按摩会员、国家职业技能鉴定按摩师考评员、国家职业资格最高级别按摩师、国家运动队按摩队医、广州体育学院康复中心主任李南生先生担任主编与审订的《按摩》是对按摩疗法的再一次提炼与升华。

《按摩》分为按摩基础知识、按摩定位与方法、按摩对症施治三大部分，全书以大量详尽的专业化的高清操作示范图，配合深入浅出、简洁明了的文字说明，将深奥、不易说清的中医养生之道，以更加扼要易学、精准细腻、快速爽利的方式告诉读者。

现代医学之父希波克拉底说：“医生应该懂得医疗知识，其中按摩尤为重要。

因为按摩可使松散的关节愈合，也可使僵硬的关节放松。

”可见，无论在东方古国还是西方文明社会，按摩疗法都是备受人们推崇的既能缓解疾病又能养生保健的最佳方法。

## <<拔罐>>

### 内容概要

《保健养生图典：按摩》是“保健养生图典”之一，本套丛书以传统中医养生保健为出发点，从按摩、拔罐、刮痧、足疗四个方面介绍传统的中医养生保健疗法，给读者更多保健养生选择。传统的中医养生保健疗法具有功效显著、无毒副作用等特点，是一种安全、简易方便的保健疗法。

《保健养生图典：按摩》全书介绍了经络、穴位和按摩手法等基本内容，着重介绍了近四十种常见疾病的按摩疗法。

尽可能地满足不同人群对中医养生的需要。

## 作者简介

李南生，中华中医学会推拿按摩会员、国家职业技能鉴定按摩师考评员、国家职业资格最高级别按摩师、中国女子曲棍球队广州训练按摩队医、第十三届亚运会中国软式网球队队医、上海体育学院研究生、广州体育学院康复中心主任、广东省医学会运动医学分会常务委员、广东省康复医学会会员、前广州体科会体育保健专业委员会副秘书长，多年从事体育保健与康复的教学和实践工作，曾参与编写多种教材和科普图书.主持拍摄按摩教学片一部，参与省部级课题研究两项。

## &lt;&lt;拔罐&gt;&gt;

## 书籍目录

PART1 按摩基础知识 经络基本内容 穴位按摩基本功效 穴位按摩常见手法技巧 忌  
 穴位按摩的常见病症 按摩中异常情况的处理及预防 PART2 按摩定位与方法 如何进行  
 穴位定取 认识常用经脉穴位 手太阴肺经经穴 手少阴心经经穴 手厥阴心包经经穴  
 手太阳小肠经经穴 手少阳三焦经经穴 手阳明大肠经经穴 足太阳膀胱经经穴 足少阳胆  
 经经穴 足阳明胃经经穴 足太阴脾经经穴 足少阴肾经经穴 足厥阴肝经经穴 任脉经  
 穴 督脉经穴 经外奇穴 PART3 按摩对症治 落枕 颈椎病 肩周炎 急性腰  
 部扭伤 腰部劳损 踝关节扭伤 前斜角肌综合征 冈上肌肌腱炎 网球肘 腕关节损  
 伤 髌关节扭伤 梨状肌综合征 膝关节损伤 髌骨软化症 腓肠肌劳损 颞颌关节功  
 能紊乱症 中暑 休克 溺水 感冒 头痛 牙痛 神经衰弱 耳鸣、耳聋 眩  
 晕 粉刺 腹痛 肥胖症 肩关节紊乱症 坐骨神经痛 背部软组织损伤 慢性腰肌  
 劳损 三叉神经痛 胸肋进伤 冠心病 产后耻骨联合紊乱症

<<拔罐>>

编辑推荐

强身健体保健按摩技法，美容养颜保健按摩技法，美体塑身保健按摩技法，近四十种常见病对症按摩疗法。

内病外治，手到病除。

专家指导，方便易学。

按摩属于中医外活法范畴。

由于按摩没有副作用，功效显著，已经慢慢地成为一种保健时尚。

《保健养生图典：按摩》由国家职业技能鉴定按摩师考评员、国家职业资格最高级别按摩师、国家运动队按摩队医、广州体育学院康复中心主任李南生先生担任主编和审订。

中国人世代传承的健康疗法，技法演示对症施治。

解密千年中医养生秘籍，补益现代家庭健康生活。

<<拔罐>>

#### 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>