

<<家庭按摩全书>>

图书基本信息

书名：<<家庭按摩全书>>

13位ISBN编号：9787538433272

10位ISBN编号：7538433279

出版时间：2006-7

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：吕明

页数：392

字数：508000

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>

<<家庭按摩全书>>

内容概要

本书分为上篇、下篇二个部分。

上篇为基础篇，系统介绍了家庭按摩的基础理论，如家庭按摩的作用和特点，家庭按摩的注意事项，家庭按摩的禁忌症，家庭按摩的介质与热敷，家庭按摩的定穴方法，家庭按摩常用穴位和反射区，小儿按摩常用穴位，家庭按摩常用手法。

下篇为治疗篇，详细系统介绍了家庭常用疾病的诊断和整体按摩方法、足部按摩方法、手部按摩方法。

本书的特点是：只介绍按摩疗效好的病，可以居家做，每个病多从整体按摩方法、足部按摩方法、手部按摩方法三个方面加以介绍。

深入浅出，图文并茂，使深奥的内容更为生动、直观，容易理解，实用性强，操作方便。

可以作为家庭养生保健、防病治病的指导书，也可以作为按摩爱好者、按摩工作者的参考书。

<<家庭按摩全书>>

书籍目录

上篇 基础篇 1 什么是家庭按摩 2 家庭按摩的作用和特点 一、家庭按摩的作用 二、家庭按摩的特点 3 家庭按摩的注意事项与禁忌 一、家庭按摩的注意事项 二、家庭按摩的禁忌 4 家庭按摩的手法运用 一、家庭按摩的用力 二、家庭按摩中采取的体位 5 家庭按摩的介质与热敷 一、家庭按摩介质 二、热敷 6 家庭按摩的定穴方法 7 家庭按摩常用穴位和反射区 一、穴位 二、足部反射区 三、手部反射区 8 小儿按摩常用特定穴位 9 家庭按摩常用手法 一、滚动类手法 1.滚法 2.拳滚法 3.滚法 二、按压类手法 1.拇指按法 2.中指按法 3.掌按法 4.拇指端点法 5.屈拇指点法 6.掘食指点法 7.拇指弹拨法 8.三指弹拨法 下篇 治疗篇 1 伤科病 2 内科病 3 妇科病 4 儿科病 5 五官科病

<<家庭按摩全书>>

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>