

<<图解躯干按摩>>

图书基本信息

书名：<<图解躯干按摩>>

13位ISBN编号：9787539040257

10位ISBN编号：7539040254

出版时间：2011-4

出版时间：江西科技

作者：杨中元//刘万爽

页数：68

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>

<<图解躯干按摩>>

内容概要

《健康好生活：图解躯干按摩》包括穴位定位法、躯干按摩的常用体位、穴位按摩的常用手法等相关内容。

<<图解躯干按摩>>

书籍目录

一、穴位定位法

自然标志取穴法

骨度分寸定位法

指寸定位法

二、躯干按摩的常用体位

仰卧位

俯卧位

侧卧位

仰靠坐位

俯伏坐位

三、穴位按摩的常用手法

按法

摩法

点法

揉法

压法

捏法

掐法

拿法

抹法

搓法

击法

拍法

抖法

振法

摇法

湿热敷法

擦法

背法

叩法

四、躯干部常用穴位图解

五、躯干部常见病按摩

胸胁进伤

慢性阑尾炎

腹泻

胸闷

脱肛

腰椎间盘突出

心律失常

便秘

慢性胆囊炎

慢性肾盂肾炎

痔疮

……

附录1 美容、塑身、保健按摩法

<<图解躯干按摩>>

附录2 自我保健推拿

<<图解躯干按摩>>

章节摘录

版权页：插图：

<<图解躯干按摩>>

编辑推荐

<<图解躯干按摩>>

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>