

<<沐足按摩>>

图书基本信息

书名：<<沐足按摩>>

13位ISBN编号：9787806512326

10位ISBN编号：7806512322

出版时间：2004-5

出版时间：羊城晚报出版社

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>

## <<沐足按摩>>

### 内容概要

《沐足按摩》主要讲述了沐足疗法是中国医药学文化宝库中的一颗明珠，它有着悠久的历史和丰富的内容，是中医治疗学中的一种古老而又有效的外治疗法。

它辨证论治，将中草药煎煮成液或制成浸液后，通过浸泡双足，按摩足部穴位等方法防病保健，治疗疾病，具有简便易行、安全可靠、效果显著等特点，深受人们的欢迎。

详细讲解了沐足按摩疗法。

## &lt;&lt;沐足按摩&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 足部反射区按摩疗法概说第一节 什么是足部反射区按摩疗法一、双足与健康二、足部反射区  
第二节 足部反射区按摩疗法的理论依据一、全息生物学说二、神经反射学说三、循环学说四、经络学  
说五、内源性药物因子相关原理六、阴阳平衡理论七、心理治疗作用第三节 足部反射区按摩疗法的特  
点及作用一、足部反射区按摩疗法的特点二、足部反射区按摩疗法的作用第二章 足部解剖第一节 胫  
骨和腓骨一、胫骨二、腓骨三、小腿骨性标志及表面解剖第二节 小腿神经一、小腿神经二、小腿动脉  
三、小腿肌肉第三节 足部骨骼一、跗骨二、跖骨三、趾骨四、足部骨性标志及表面解剖第四节 足部  
软组织一、足背二、足底三、足弓第三章 足部的经络及腧穴第一节 足阳明胃经第二节 足太阴脾经第  
三节 足太阳膀胱经第四节 足少阴肾经第五节 足少阳胆经第六节 足厥阴肝经第四章 足部按摩手法及注  
意事项第一节 基本手法一、捻法二、捏法三、指揉法四、指按法五、擦法六、叩法七、掐法八、摇法  
九、踩法十、一指禅推法第二节 特殊手法一、单食指扣拳法/食指单勾法二、扣指法三、双指钳法四  
、单食指钩掌法五、拇指推掌法/拇指平推法六、捏指法七、双指上推法八、扣单拇指法/屈指推法九  
、拇食指扣拳法第三节 足部反躯区按摩操作及注意事项一、按摩前的准备二、按摩顺序及时间三、按  
摩后的放松四、按摩时的注意事项五、按摩后可能出现的现象六、自我按摩第五章 足部反射区对应关  
系及适应症第六章 常见病的按摩治疗附录一 常用经络穴位附录二 脑穴的定位方法附录三 常用“骨度  
”折量寸表附录四 常用穴位简表附录五 常用骨度分寸图及十四经腧穴主治分部示意图

<<沐足按摩>>

章节摘录

<<沐足按摩>>

编辑推荐

《沐足按摩》编辑推荐：按摩反射区，可刺激脏器，既健身祛病，又延年益寿。

<<沐足按摩>>

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>