

《段氏脏腑保健按摩》

图书基本信息

书名：《段氏脏腑保健按摩》

13位ISBN编号：9787530435663

10位ISBN编号：7530435663

出版时间：2007-7

出版社：北京科学技术

作者：段朝阳

页数：288

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《段氏脏腑保健按摩》

内容概要

段氏脏腑按摩是由宫廷御医传入民间，保定段氏得以继承发扬并代代相传的一门保健治疗绝技，是一种易学易懂，操作简单，安全舒适，方便实用，易于推广，效果显著的保健方法。

段氏脏腑按摩通过简单的胸腹部按摩手法，直接作用于人体五脏六腑，增强人体正气，促进排毒。有一套结构严谨、主次分明、动静结合、式式连贯、一气呵成的保健按摩套路，也有针对各科各种常见疾病防治的按摩保健治疗手法。

本书采用图解手法的编写体例，图文并茂，是一部现代家庭居家必备的按摩保健用书。

《段氏脏腑保健按摩》

作者简介

段朝阳，1970年出生，河北省保定市人，段氏脏腑按摩传人，高级按摩师，中国推拿按摩学会会员。1991年毕业于师范院校，随后在父亲段振林医师指导下自学中医理论，并跟随伯父段树林按摩医师学习祖传脏腑按摩，2000年进修于北京市成人按摩培训学校。多年从事按摩治疗脏腑疑

《段氏脏腑保健按摩》

书籍目录

自序第一章 五脏六腑是人体健康之源 一、心与小肠 二、肺与大肠 三、脾与胃 四、肝与胆 五、肾与膀胱 六、三焦第二章 脏腑保健按摩的原理及作用 第一节 脏腑保健按摩的原理 一、健脾胃，生气血 二、益肾气，平阴阳 三、疏肝胆，畅气机 四、调三焦，利通道 第二节 脏腑保健按摩的作用 一、强身健体，消除疲劳 二、祛除病邪，防病治病 三、排毒靓肤，养颜美容 四、消脂减肥，健身美体第三章 脏腑保健按摩常用的解剖知识 第一节 胸腹部分区及脏腑器官的分布 一、胸腹部分区 二、脏腑器官分布 第二节 脏腑器官解剖位置 一、肺 二、心 三、肝 四、脾 五、肾 六、胃 七、小肠 八、大肠 九、胆囊 十、胰 十一、膀胱 十二、子宫第四章 脏腑保健按摩常用的经络腧穴 第一节 经络腧穴概述 一、经络概述 二、腧穴概述 第二节 保健按摩常用的腧穴 一、头颈部 二、胸腹部 三、腰背部 四、上肢部 五、下肢部 六、同身寸定位取穴方法第五章 段氏脏腑保健按摩基本手法第六章 段氏脏腑保健按摩套路第七章 段氏脏腑自我按摩技法第八章 常见病的脏腑按摩防治

《段氏脏腑保健按摩》

编辑推荐

本按摩法由宫廷御医传入民间，保定段氏得其真传，遂为家秘术，口授身传，至今段朝阳及其史弟得其真谛，公之于众，造福于民。传世绝技·保健秘术 全国名老中医特别推荐；纵横古今传承不断的养生智慧；简便易学效验神奇的诊疗方法；现代家庭不可不知的保健秘术。

《段氏脏腑保健按摩》

精彩短评

- 1、偶然之间看到了这本书，感觉与其他的同类书籍不太一样，很适合自己做自我保健用
- 2、给父母买的，开卷有益，他们很喜欢。
- 3、这是一本很好的书、我希望有跟多的人来读她。从中学得些技巧。
- 4、腹部按摩的方法很有收获。

《段氏脏腑保健按摩》

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：www.tushu000.com