

《人體解剖全書》

图书基本信息

书名：《人體解剖全書》

13位ISBN编号：9789866033438

10位ISBN编号：9866033430

出版时间：2013-1

出版社：楓葉社文化

作者：安德鲁·贝尔

页数：428

译者：謝伯讓,高蕙涵

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

內容概要

美國亞馬遜網站五顆星好評！

全球暢銷超過60萬冊，國際繁體中文版轟動上市！

隨書附贈示範DVD，由作者本人親自帶領讀者探索肌肉與骨骼的奧秘！

皮膚．肌肉．骨骼.....

你不可不知的人體秘密

手，其實是你最佳的人體探測員。一個成人的手指頭上，每6.45平方公分就有多達五萬個末梢神經，伸出你的手，試著去感受、探索人體的奧妙：皮膚的質地、肌肉的鬆緊、骨骼的伸屈，藉由觸診來了解自己或他人身體的結構。

超過1300幅兼具實用與藝術的細緻插畫，呈現206塊骨頭、162條肌肉與33條韌帶，以及110則的身體標記，帶領你一同走進人體旅程。

人體本身就是一趟充滿驚奇的旅程，本書作者安得魯．貝爾（Andrew Biel）在十歲時，無意間發現自己身體一塊肌肉的位置而興奮不已，從此踏上了探索身體的旅程，現任職於美國幾座知名的按摩學院以及大學，教授醫護人員、身體工作者需知的身體研究課程。

全書分為七大章節，首章先大致一覽身體的系統架構，從骨骼、肌肉、筋膜，到心血管、神經、淋巴系統，就像摸索地圖般的熟悉人體各部位的專有名詞，讓讀者看見龐大而複雜的身體系統；後面六章則開始進入正題，介紹身體各個不同的部位，分別針對肩膀與手臂、前臂和手部、脊椎和胸廓、頭頸和臉、腿部以及腳部，作脈絡性而深入的介紹，教授讀者各部位的觸診技巧。

對一個醫護從業者、或任何一種身體治療者（包括針灸、物理治療、瑞典式按療.....）而言，觸診就跟英文字母一樣，是重要的基礎，讓治療工作能更精準、有效。但不同的是，我們不需要去死記硬背那些肌肉、骨頭的位置，觸診本身應該像是一場持續不斷的探索之旅，甚至在觸摸人體每個部位的同時，都會加強我們的觸覺。

觸診的力量在於它的運用，活用這本書，一般人即可輕鬆學會如何探索自己的身體；專業人士則可透過本書所傳授的技巧，讓工作得心應手，甚至成為一門獨到的藝術與技術。

觸診三原則

- 1.動作緩慢
- 2.避免施加太多壓力
- 3.專注當下的感覺

此外，你隨時可以在自己身上練習觸診，例如排隊、搭公車時，都是我們探索前臂以及手上那些有延展性的皮膚、細小的骨頭和多肌腱肌肉的絕佳時機！

如何使用本書？

由於每個人的體型大小、體態都不同，因此本書設計的情境是：您的同伴躺在診療檯上、或坐在椅子上，您則依照書中的說明，為同伴進行觸診。如果您是學生，建議您按照本書的進度學習，必要時重複練習書中介紹的方法，循序漸進探索人體；如果您已經是較有經驗的醫療人員，您可以選擇需要的章節來閱讀。

本書將幫助讀者的技能與知識：

- 1.觀察身體表面構造，並有信心地探索皮膚與筋膜構造。
- 2.了解身體各部位的骨骼，探索它們之間的關係以及柔軟組織。
- 3.了解肌肉的起點與附著點，感受並描述它們的整體形狀、輪廓與纖維方向。
- 4.了解主要的關節構造，包括韌帶與滑囊液等關節常見的疼痛與傷害好發點。
- 5.了解身體各部位的標記，從而辨識主要神經、血管與淋巴結的名稱與位置。

其它注意事項：

本書將觸診分成三個部份：

- 1.找出構造的位置
- 2.注意它的特性

3. 評估它的質地或狀況

前兩步驟必須具備豐富的解剖學知識，以及親身細心的實作經驗，此為本書所著重的要點；而「評估」因為涵蓋範圍廣，需另立專書作介紹。

作者簡介

安德魯 貝爾 (Andrew Biel)

主要職業為專業按摩治療師、身體工作者，目前任職於美國博爾德按摩治療學院 (Boulder College of Massage Therapy) 和阿什米得學院 (Ashmead College) ，並於世界知名、倡導自然醫學的巴斯帝爾大學 (Bastyr Naturopathic University) 教授身體工作者需知的相關研究。目前與妻子蓮·葛雷格萊 (Lyn Gregory) 、女兒葛瑞絲·阿瑪利雅 (Grace Amalia) 住在美國科羅拉多州萊昂斯市。

繪者簡介

蘿蘋 多恩 (Robin Dorn)

一名藝術家、插畫家，同時也是領有執照的按摩技師。專長描繪身體工作插圖，作品於美國西岸與法國展出。

譯者簡介

謝伯讓

美國達特茅斯學院認知神經科學博士，美國麻省理工學院博士後研究員，現為杜克 - 新加坡國立大學醫學研究院助理教授，腦與意識研究室主任。譯有《水資源戰爭》、《糧食戰爭》、《哲學是什麼》、《用物理學找到美麗新世界》等書。

高蕙涵

國立政治大學資管系學士。著有《波士頓》、《指指點點玩美國》、譯有《用心法則》、《瞎吃》、《糧食戰爭》、《謊言實境秀》等書。

《人體解剖全書》

精彩短评

- 1、补刀
- 2、淘宝就有买，台湾书籍正版原版代购，Q582371596，微信guomenke

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