

《指针按摩美容技法图解》

图书基本信息

书名：《指针按摩美容技法图解》

13位ISBN编号：9787506752985

10位ISBN编号：7506752980

出版时间：2012-7

出版社：中国医药科技出版社

页数：145

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

《指针按摩美容技法图解》

内容概要

《指针按摩美容技法图解》分上下两篇，上篇介绍了指针按摩美容法的基本知识及其原理、功效、特点、操作手法、常用经穴等，下篇重点介绍了40种常见损美性疾病以及11种间接损美性疾病。《指针按摩美容技法图解》内容丰富、翔实，实用性强，适合美容院、养生馆、中医美容师和中医美容爱好者学习参考。《指针按摩美容技法图解》由向阳等编著。

《指针按摩美容技法图解》

作者简介

向阳，北京人，1982年毕业于北京联合大学北京中医药学院(现首都医科大学北京中医药学院)。曾先后在北京东安市场和北京航空饭店工作多年。后在中国中医研究院广安门医院(现中国中医科学院广安门医院)受到叶成鹄、韩碧英、李宝珠等多位研究员、主任医师的提携和指导。1999年被评为中医副主任医师。

1989年曾到前苏联罗斯托夫，1994年曾到马来西亚吉隆坡等国进行中医针灸和皮肤病的诊治及讲学。先后著有《实用中医皮肤病诊疗及美容技法》和《传统中医美容法》，也曾参与出版过《中华临床药膳食疗学》和《中国中成药优选》等著作。

书籍目录

上篇 指针按摩法基础知识

第一章 概述

- 一、指针法
- 二、按摩法
- 三、指针按摩美容法

第二章 指针按摩法的原理

- 一、活跃皮肤细胞
- 二、增进血液循环
- 三、兴奋神经末梢
- 四、修复软组织
- 五、调整血内活性物
- 六、消除自由基
- 七、调节中枢神经

第三章 指针按摩法的功效

- 一、平阴阳，调五脏和谐
- 二、扶正气，增抗邪能力
- 三、通经络，促进血流畅
- 四、活气血，消壅阻瘀血
- 五、补气血，增肌肤濡养

第四章 指针按摩法的特点

- 一、简单易学
- 二、不需工具
- 三、简便实用
- 四、安全可靠
- 五、治疗广泛
- 六、怡情舒适

第五章 指针按摩法的操作手法

- 一、指针操作手法
- 二、按摩操作方法

第六章 指针按摩法的补泻和介质

- 一、补泻
- 二、介质

第七章 指针按摩的腧穴定位

- 一、骨度法
- 二、同身寸测量法
- 三、自然标志法

第八章 指针按摩的常用经穴

- 一、常用经络
- 二、常用腧穴

第九章 指针按摩法的选穴

- 一、局部选穴
- 二、邻近取穴
- 三、远部取穴
- 四、经验取穴
- 五、辨证取穴

第十章 指针按摩法的禁忌和注意事项

- 一、禁忌

二、注意事项

下篇 指针按摩法临床证治

第一章 直接损美性疾病

- 一、面部皱纹
- 二、鱼尾纹
- 三、双下巴
- 四、脸部赘肉
- 五、眼睛疲劳
- 六、近视
- 七、眼胞浮肿
- 八、上睑下垂
- 九、眼袋
- 十、黑眼圈
- 十一、突眼症
- 十二、斜视
- 十三、眼睑跳动
- 十四、酒渣鼻
- 十五、暗疮
- 十六、黄褐斑
- 十七、雀斑
- 十八、皱眉纹
- 十九、鼻唇纹
- 二十、颈部皱纹
- 二十一、少年白发
- 二十二、脂溢性脱发
- 二十三、斑秃
- 二十四、头皮屑
- 二十五、妊娠纹
- 二十六、产后腹部松弛
- 二十七、面神经麻痹
- 二十八、下颌关节炎
- 二十九、落枕
- 三十、腱鞘囊肿
- 三十一、乳房发育不良
- 三十二、乳房下垂
- 三十三、乳腺炎
- 三十四、肥胖症
- 三十五、皮肤粗糙
- 三十六、皮肤老化
- 三十七、身材瘦小
- 三十八、将军肚
- 三十九、腰部肥胖症
- 四十、臀部肥胖症

第二章 间接损美性疾病

- 一、过敏性鼻炎
- 二、呃逆
- 三、颈椎病
- 四、肩关节周围炎
- 五、网球肘

- 六、小腿腓肠肌痉挛
- 七、产后少乳
- 八、便秘
- 九、手足厥冷
- 十、驾驶疲劳
- 十一、闭经

章节摘录

版权页：插图：第八章指针按摩的常用经穴 经络学说是中医临床的指导和依据，自然中医美容也不例外。“不懂经络，动手开口便错。”对中医美容也同样有着警示作用。腧穴是脏腑、经络之气输注于体表的特定部位。腧有运输、转输的意思，穴则为孔穴。《千金翼方》指出：“凡诸孔穴，名不徒设，皆有深意。”正是腧穴、脏腑和经络之间的隶属，才形成了穴位 - 经络 - 脏腑这一紧密关系，使术者通过腧穴，而取得治疗作用。

一、常用经络

- 1.手太阴肺经 肺主皮毛，可以改善皮肤性质，减少皱纹。增加滋润细腻，调节皮脂腺分泌，增加皮肤弹性，收缩皮肤毛孔，淡化皮肤色素沉积，消除疮疡。对痤疮、黄褐斑、皮炎、湿疹、毛细血管扩张、皮肤皱纹有效。
- 2.手阳明大肠经 阳明经多气多血，可以促进血液循环，加速新陈代谢，能加快体内代谢产物及时排除。对皮肤过敏、面色晦暗、脂溢性皮炎、荨麻疹、痤疮、疔疮、口周皮炎、面神经麻痹等有治疗作用。
- 3.足阳明胃经 此经多气多血，可促进气血运行，滋养肌肤，令肤色滋润红嫩。对身体瘦弱、乳房发育不良、乳房下垂、产后少乳、上眼睑下垂、眼袋、面肿、肥胖症、痤疮、口臭等有治疗作用。
- 4.足太阴脾经 可以调气血，运水湿，益气生血。故可以有效地消除疲劳综合征、驾车疲劳症、面色苍白、萎黄；改善皮肤粗糙、皲裂、湿疹，青少年白发、脂溢性脱发、上眼睑下垂、浮肿、消除及预防皱纹。
- 5.手太阳小肠经 可促进气血对皮肤的濡养，有效地改善肤色，消除晦暗、无华、少泽，增加皮肤弹性，有防止和消除皱纹作用，降低皮肤的敏感性。对皮肤瘙痒症、荨麻疹、神经性皮炎以及消除颈项部赘肉有效。
- 6.足太阳膀胱经 可排除体内水液代谢产物，将体内的水毒及时排出体外；故可使皮肤细腻白嫩，有利于消除黄褐斑、妊娠斑、雀斑；同时对肥胖症有效。
- 7.足少阴肾经 肾为先天之本，可调理阴阳平衡，降低过敏体质的敏感性，对内分泌失调造成的雀斑、黄褐斑、黑眼圈、肥胖症、失眠、耳鸣、月经失调等有较好的治疗效果。
- 8.手厥阴心包经 宽胸理气，清心安神。可用于消除郁闷、失眠、多梦、口舌生疮、毛囊炎、乳腺增生、产后少乳、神经性皮炎、闭经，以及消除面部皱纹，增加面色红润。
- 9.手少阳三焦经 可消除体内代谢产物，及时将毒素从体内排出。故对皮肤上色素沉积、皮肤粗糙、痤疮、酒渣鼻、湿疹、肥胖症等有较好的的治疗效果。
- 10.足少阳胆经 能及时有效的清除体内湿热，并可治疗由此而产生的疾患。如湿疹、丹毒、带状疱疹、痤疮、皮炎等。
- 11.足厥阴肝经 可疏肝理气，通经络，活气血，消除瘀滞；对于面色晦暗、黄褐斑、雀斑、肥胖症等有效。
- 12.督脉 能振奋阳气，鼓午气血运行，引邪外出，清热散寒。故可以治疗手足厥冷、颈椎病、落枕、痤疮、疔疮等。
- 13.任脉 为阴脉之海，可调理气血，滋养五脏和肌肤。用以治疗荨麻疹、风疹、湿疹、寻常性鱼鳞病、肥胖症、月经不调等。

《指针按摩美容技法图解》

编辑推荐

《指针按摩美容技法图解》编辑推荐：中医美容，以自然的态度，创造美丽的容颜。

《指针按摩美容技法图解》

精彩短评

- 1、还没细看，配图有点粗糙。
- 2、内容很好但是不知道效果好不好

《指针按摩美容技法图解》

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