

# 《身体护理》

## 图书基本信息

书名：《身体护理》

13位ISBN编号：9787313046833

10位ISBN编号：7313046839

出版时间：2007-3

出版社：上海交大

作者：阎红

页数：107

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](http://www.tushu000.com)

# 《身体护理》

## 内容概要

本教材为21世纪高等职业教育规划教材双证系列之一，按照我国高等职业教育的培养目标，强调培养现代美容专业人员对于美容保健的实际应用能力，并结合相关职业教育技能的要求进行编写。全书内容包括：身体护理概述、身体分析、身体清洁、身体按摩、身体膜、身体护理仪器、减肥、束身、健胸、手部护理、足部护理、脱毛、SPA等。

本教材集中了美容护理领域身体护理的知识和技能，强调了对于身体护理的认知和护理的技能。可作为职业教育美容护理类专业的教材，也可以作为相关的职业技能培训用书。

# 《身体护理》

## 书籍目录

1 身体护理概述 1.1 身体护理的起源和发展 1.2 身体护理的目的和方法 1.3 身体护理流程 1.4 身体护理的注意事项 1.5 练习与思考题2 身体分析 2.1 身体分析的目的及内容 2.2 体型的特殊问题 2.3 身体分析的步骤 2.4 身体分析表 2.5 练习与思考题3 身体清洁 3.1 沐浴清洁 3.2 水疗泡浴 3.3 深层清洁 3.4 练习与思考题4 身体按摩 4.1 按摩的基本手法 4.2 身体按摩的作用及原理 4.3 按摩介质 4.4 身体按摩的操作流程 4.5 常用身体按摩方法 4.6 身体按摩注意事项 4.7 身体按摩的禁忌症 4.8 练习与思考题5 身体膜 5.1 身体膜的概念及分类 5.2 各类身体膜的主要成分和使用方法 5.3 练习与思考题6 身体护理仪器 6.1 电学基本知识 6.2 使用电能的常用美体仪器 6.3 使用光能的常用美体仪器 6.4 使用机械能的常用美体仪器 6.5 使用热能的常用美体仪器 6.6 练习与思考题7 减肥 7.1 肥胖概述 7.2 常用的减肥方法 7.3 减肥护理程序 7.4 减肥的注意事项 7.5 练习与思考题8 束身 8.1 束身的起源及发展 8.2 束身的程序 8.3 束身的注意事项和禁忌 8.4 练习与思考题9 美胸 9.1 乳房概述 9.2 常用的美胸方法 9.3 美胸护理程序 9.4 美胸的注意事项 9.5 练习与思考题10 手部护理 10.1 手部的正常解剖结构 10.2 理想手的特征 10.3 手部护理常用反射区 10.4 手部按摩 10.5 手部护理的作用及方法 10.6 手部护理程序 10.7 练习与思考题11 足部护理 11.1 足浴 11.2 足部按摩 11.3 足部护理操作流程 11.4 足部按摩的注意事项和禁忌证 11.5 练习与思考题12 脱毛 12.1 毛发生理 12.2 脱毛的方法及分类 12.3 暂时性脱毛法的程序及注意事项 12.4 练习与思考题13 SPA 13.1 SPA解析 13.2 SPA演进 13.3 SPA类型 13.4 五感疗法在SPA中的运用 13.5 练习与思考题参考文献

# 《身体护理》

## 精彩短评

- 1、专业性很强挺有用的值得学习书质很好
- 2、今天刚刚拿到书，看了书的目录了解这本书应该是相当的专业，但看过之后发现这本书更合适在学校里学习本专业的人员看更好。因为书中并没有太多的细节，只是把要知道的大纲给写出来。所以个人觉得如果是自己看，并不推介买，但有老师指导，可能还可以吧。正确的评价这是一本教科书。如果哪位妹妹需要的话我可以转给他，五折价格，有需要请留言。
- 3、本书实用性强，通俗易懂，属于理论和实践相结合的专业书，知识面较宽，对于初学者或有从业经验者，都是非常不错的选择。

## 《身体护理》

### 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](http://www.tushu000.com)