

《新编保健按摩》

图书基本信息

书名：《新编保健按摩》

13位ISBN编号：9787504852830

10位ISBN编号：750485283X

出版时间：2009-10

出版社：农村读物出版社

作者：王国顺

页数：130

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

《新编保健按摩》

前言

本书的出版是为了更好地帮助按摩师从事保健按摩职业培训，进行保健按摩行业职业技能鉴定。

本书主要介绍了经络及穴位、保健按摩专业知识、保健按摩辅助手法、人体牵引整脊疗法、一指禅法足部按摩、常见疾病保健按摩方法等内容，对人体的调理、保健按摩经营场所的按摩师，有着一定的指导作用。本书由张洪春先生协助整理，在这里表示感谢！

《新编保健按摩》

内容概要

《新编保健按摩(10张VCD+书)》内容简介：本多媒体图书是为了更好地帮助从业人员进行保健按摩职业培训及行业职业技能鉴定而编著，同时对保健按摩经营者也有着一定的指导作用。此书由著名按摩专家王国顺教授撰稿并演示，张洪春先生协助整理。全书分为七讲，第一讲介绍了人体的运动系统、循环系统和神经系统，这是人体保健按摩的基础。第二讲详细介绍了人体经络及穴位，包括经络系统和常用穴位的位置及认穴方法。第三讲系统介绍了保健按摩的专业知识，包括按摩的基本手法和全身保健按摩方法。第四讲介绍了保健按摩的辅助疗法，刮痧和拔罐疗法、精油按摩、砭石按摩、沙滩按摩、面部美容按摩、腹部减肥按摩和按摩后的调理，全面细致地讲解了按摩在各个方面的应用。第五讲介绍指压牵引矫正法，包括颈椎、胸椎、腰椎的矫正手法。第六讲介绍一指禅法足部按摩，包括足部反射区位置、作用、诊断和治疗手法及足部按摩程序。第七讲介绍常见疾病保健按摩方法，包括内科疾病、外科疾病、儿科疾病等，对于预防和治疗疾病都有很大的帮助。本多媒体图书内容全面、科学实用、形象直观、可操作性强。配套光盘实拍了各种关键性的技术，方便从业人员和对按摩有兴趣的广大读者参考使用。

《新编保健按摩》

书籍目录

前言 第一讲 了解我们的身体 第一节 运动系统 第二节 循环系统 第三节 神经系统 第二讲 经络及穴位 第一节 经络系统 第二节 常用穴位的位置及主治 第三讲 保健按摩专业知识 第一节 按摩的基本手法 第二节 全身保健按摩手法 第四讲 按摩辅助手法 第一节 刮痧与拔罐疗法 第二节 精油按摩 第三节 砭石按摩 第四节 沙滩按摩 第五节 面部美容按摩 第六节 腹部减肥按摩 第七节 按摩后的康复 第五讲 指压牵引矫正整专业知识 第一节 指压牵引矫正手法 第二节 椎骨的检查 第六讲 一指禅法足部按摩 第一节 概述 第二节 足部反射区位置、作用及身体状况诊断手法 第三节 足部按摩程序 第四节 常见病足部按摩 第七讲 常见疾病保健按摩方法

章节摘录

一、按摩原理

- 1.调整经络 经络运行全身气血，联络脏腑肢节，将人体各部分联系成一个整体。足部按摩可使通过足部的经络疏通。如足太阳脾经、足厥阴肝经、足少阴。肾经、足少阳胆经、足阳明胃经、足太阳膀胱经、阴维脉、阴跷脉、阳维脉、阳跷脉。
- 2.调整脏腑 通过足部按摩，体表末梢感受器官传入神经系统，然后传导内脏器官，内脏器官可以得到调节。
- 3.调整气血 气血是构成人体的基本物质。通过足部按摩可以调理人体脾经与胃经、肝经，增强人体生血、行血、摄血功能，促进气血运行。
- 4.刺激反射区 人体反射区发生病态反应时，会影响器官功能，良性刺激人体反射区，起着防病治病的作用。

二、足部骨骼

足骨分为跗骨、跖骨、趾骨。跗骨共7块，分为距骨、跟骨、足舟骨、骰骨和3块楔骨。跗骨位于足的后半部。跖骨共5块，近端与跗骨相关节，远端与趾骨相关节。

《新编保健按摩》

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