第一图书网, tushu007.com

<<整脊保健学>>

图书基本信息

书名：<<整脊保健学>>

13位ISBN编号：9787502775698

10位ISBN编号：7502775692

出版时间：2009-9

出版时间：海洋

作者：王洪权//胡宜时//吕立江//张克毅//宋永忠

页数：152

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：http://www.tushu007.com

内容概要

随着脊柱及脊柱相关疾病发病率的不断提高和发病年龄的逐渐年轻化，整脊医学在世界范围内受到重视并得到迅速发展。
进入21世纪后，我国的中西医骨伤、中医针灸推拿等专业的医、教、研工作者在挖掘中国整脊渊源的基础上积极汲取和引进国外整脊医学理论、知识和技能，初步形成具有中医特色和国际先进诊疗水平的整脊医学体系，并在一定范围和层面上展开了医疗、教学和科研工作。
为了总结经验，适应全国整脊医、教、研工作发展的迫切需要，我们组织全国40所高等中医院校及整脊医疗、专家机构的专家学者编写了本套整脊医学系列教材。
　本系列教材包括《整脊基础与脊柱病诊断》、《整脊技术学》、《颈椎整脊学》、《胸椎整脊学》、《腰椎整脊学》、《骶尾椎整脊学》、《整脊保健学》、《国外整脊技术》等八门课程。
根据整脊专业教育的教学计划和教学大纲的要求及我国目前整脊医、教、研的实际需要，我们在编写中尽量照顾到不同教学层次和读者的需要，尽量使教材既具有广泛适用性，又具有一定的深度和广度，以满足现阶段我国整脊医学发展的需要。
在编写方法上，我们采用分工撰写、集体统稿、专家审定的模式，尽量使教材内容既符合医、教、研工作的规范，又充分反映目前整脊医学的发展水平。

作者简介

丛书主编：宋一同，男，1935年10月24日出生，江苏省淮安市人。
北京中医药大学教授、主任医师，国家人事部中国人才研究会骨伤人才学会会长，全国高等中医院校骨伤教育研究会会长，美国国际华佗中医学院院长、骨伤专业研究生导师，世界骨伤专家协会主席，世界杰出人才学会主席，中国高等中医院校骨伤专业研究生系列教材总主编，国际高等中医药教育（中英文版）系列规划教材总主编，世界骨伤杂志董事长兼总编，国际推拿按摩保健师系列教材总主编，中医正骨杂志顾问。
已出版学术著作50多部，获省部级科技成果奖5项，专利1项。
中华人民共和国国务院授予有突出贡献专家，享受政府特殊津贴，世界知名骨伤专家。
吕选民，男，汉族，1958年3月7日出生，陕西省渭南市人。
渭南职业技术学院教授、主任医师。
现任学院针推教研室主任、国家人事部中国人才研究会骨伤人才分会副会长、全国脊诊整脊技术委员会常委、中华中医药学会文献委员会委员、陕西省中医药学会基础文献针灸三分会常委、渭南市中医药学会常委、渭南中医骨病研究所所长等职务。

<<整脊保健学>>

书籍目录

绪论 一、整脊保健的概念 二、整脊保健的作用和意义第一章 整脊保健穴区 第一节 十四经穴 一、手太阴肺经经穴 二、手阳明大肠经经穴 三、足阳明胃经经穴 四、足太阴脾经经穴 五、手少阴心经经穴 六、手太阳小肠经经穴 七、足太阳膀胱经经穴 八、足少阴肾经经穴 九、手厥阴心包经经穴 十、手少阳三焦经经穴 十一、足少阳胆经经穴 十二、足厥阴肝经经穴 十三、任脉经穴 十四、督脉经穴 第二节 经外奇穴第二章 整脊保健常用按摩手法 第一节 推拿整脊的作用及原理 一、整复脊柱位置结构异常 二、调整血管神经，行气活血止痛 三、宣通散结，剥离粘连 四、解除嵌顿，缓解痉挛 五、促进消化吸收，增强新陈代谢 六、健肾壮骨，滑利关节 七、调整内脏，平衡阴阳 八、振奋阳气，健身延年 九、健脑醒神，益智挖潜 第二节 推拿整脊手法的基本技术要求 一、松解类手法的基本技术要求 二、整复类手法的基本技术要求 第三节 影响推拿整脊的因素和注意事项 一、影响推拿整脊疗效的常见因素 二、推拿整脊的注意事项 第四节 推拿整脊手法的适应证和禁忌证 一、整脊手法的适应证 二、整脊手法的禁忌证 第五节 推拿整脊手法第三章 脊柱的日常保健及预防 第一节 颈椎的日常保健及预防 一、预防颈椎病应从小抓起 二、伏案工作者在工作中应注意的问题 三、工作之余如何保护颈椎 四、中老年人颈椎病的预防 五、夏天谨防颈椎病 ……第四章 常规整脊保健第五章 脊柱相关病的整脊治疗与保健第六章 中国道家、医家传统整脊养生动功法简介第七章 导引整脊法

章节摘录

插图：第一章 整脊保健穴区第一节 十四经穴凡是有一定的名称和一定的部位，按照十四经络排列的腧穴称为经穴；没有列入十四经穴，而是从临床实践中逐渐发现的经验穴。
称为经外奇穴。
十四经穴和经外奇穴的发现和定位是在实践中不断总结和发展起来的，其治疗作用不只限于局部或浅表，常可治疗邻近、远端或体内的疾病。
取穴时可以运用人体体表标志、骨度分寸、手指同身寸等不同的方法。
取穴正确与否直接影响治疗效果。
在临床上除用以上方法取穴外，往往还可以根据特殊体表和肢体活动时所出现的肌肉皱纹、筋腱关节凹陷等标志取穴，这就要求我们除了熟悉一些显露的体表标志外，还要对骨性、肌肉、筋腱标志进行观察、揣摩，以掌握骨骼、关节、肌肉、筋腱的隆突凹陷等特点。
选穴可依据腧穴的主治和所属经络而采用邻近、远端、前后、上下、左右等方法。
以下是十四经穴和经外奇穴的穴名、定位、主治的常用手法。
一、手太阴肺经经穴尺泽：肘横纹中，肱二头肌腱桡侧。
主治肘臂挛痛、哮喘、胸胁胀。
采用按、揉、拿法。
孔最：腕横纹上7寸，尺泽与太渊穴的连线上。
主治咳嗽、咯血、音哑、咽喉痛、肘臂痛。
采用按、揉、拿法。
列缺：腕横纹上1.5寸，桡骨茎突上方。
主治咳嗽、气急、头项强痛、牙痛。
采用一指禅推、按、揉法。

第一图书网, tushu007.com

编辑推荐

《整脊保健学》：新世纪全国整脊医学系列教材

第一图书网, tushu007.com

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:http://www.tushu007.com