

<<保健按摩手法>>

图书基本信息

书名：<<保健按摩手法>>

13位ISBN编号：9787538136760

10位ISBN编号：7538136762

出版时间：2002-09-01

出版时间：辽宁科学技术出版社

作者：任全

页数：134

字数：100000

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>

<<保健按摩手法>>

内容概要

按摩疗法是祖国医学的宝贵遗产，是中医学的重要组成部分。

在漫长的中医发展史中，按摩作为一种疗法发挥着巨大的作用，为人类的健康做出了贡献。

特别是近年来，人们回归自然的热潮席卷全球，按摩疗法也进入蓬勃发展的新时期，医学界不断进行研究，作用机制更加明确。

目前，包括我国在内的世界医学界都使用这一疗法治疗各种疾病。

在保健按摩方面，由于恢复疲劳、缓解压力、提高生活质量被越来越多的人所重视，所以，保健按摩的方法也被更多的人学习和运用。

然而，保健按摩作为按摩界的一个寓养生保健、祛病延年等独特功效于一体的手法医学，要求操作者不但要具备基本的医学解剖、经穴知识、还要掌握按摩的各种手法、要领等。

本套丛书包括《港式按摩》、《泰式按摩》、《韩式松骨》、《日式指压》、《新式踩跷》和《保健按摩手法》六种，每种书都分概述和程序两部分，概述主要介绍了该种按摩的特点、作用、适应症、禁忌症、注意事项、手法分类以及常用穴位。

程序则以图解的形式介绍了该种按摩的套路，并附有较详细的文字说明。

达到了图文对照，一目了然，便于学习掌握，易于使用操作。

目前，在服务行业出现了许多按摩项目，各种按摩班也应运而生，学员年龄、经历参差不齐。

这些班大多是速成的，办班时间较短，仅为1-3个月，在如此短的时间内要学会标准的按摩、经穴等知识，是远远不够的。

因此，我们组织专家，编写了“标准康乐按摩教程系列”，旨在为那些有一定基础、但不能独立操作的读者提供标准的、可操作的技能。

本套丛书是专业性较强的教材类读物，面对具有高中以上文化程度的广大读者，可以作为各种按摩班的教材、按摩师、美容的技术指导，还可作为家庭常务的保健指导书。

<<保健按摩手法>>

书籍目录

总论 一、保健按摩的概念 二、保健按摩手法发展简史 三、保健按摩的手法要求 四、保健按摩的学习要领 五、按摩常用施术方法及体位 六、保健按摩手法的原理 七、按摩的适应症 八、按摩的禁忌症 九、保健按摩手法的分类 十、保健按摩手法的用力要素 十一、保健按摩对人体的影响作用 各论 一、摩擦类手法 二、挤压类手法 三、捏拿类手法 四、揉动类手法 五、叩击类手法 六、运气类手法 七、运动关节类手法 八、复式手法

<<保健按摩手法>>

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>