

<<便携式从头到脚保健按摩挂图>>

图书基本信息

书名：<<便携式从头到脚保健按摩挂图>>

13位ISBN编号：9787538168235

10位ISBN编号：7538168230

出版时间：2011-4

出版时间：辽宁科学技术出版社

作者：《便携式从头到脚保健按摩挂图》编写组 编

页数：12

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>

<<便携式从头到脚保健按摩挂图>>

内容概要

足部常用按摩手法——单食指扣拳法：施术者一手扶住受术者的脚，另一手食指的第1、第2指间关节屈曲，其余四指握拳，以食指中节近第1指间关节（近侧指间关节）背侧为施力点，做定点顶压。适用于肾上腺、肾、小脑和脑干、大脑、额窦、眼、耳、斜方肌、心、肝、肺、脾、胃、胰、胆、小肠、大肠、生殖腺等足底反射区。

捏指法，施术者拇指伸直与其余四指分开固定，以拇指指腹做定点按压。

适用于上、下身淋巴结、髋关节，腹股沟等反射区。

施术者拇指伸直与其余四指分开固定，以拇指指腹做定点按压。

适用于上、下身淋巴结，髋关节，腹股沟等反射区。

扣指法，拇指屈曲与其余四指分开呈圆弧状，以四指为固定点做定点按压。

适用于小脑、三叉神经、鼻、颈项、扁桃体、上颌、下颌等反射区。

握足扣指法，食指第1、第2节弯曲，其余四指握拳，另一手拇指伸入食指中做定点按压。

适用于垂体、肾上腺、肾、足底生殖腺等反射区。

单食指刮压法，以伸直或屈曲的食指桡侧缘进行刮压。

适用于胸部、内耳迷路以及内、外踝部的反射区。

双食指刮压法，以双手伸直或屈曲的桡侧缘同时施力刮压。

适用于膈、胸部、内耳迷路以及内、外踝部的反射区。

双指扣拳法，一手持脚，另一手半握拳，食、中指弯曲，以食、中指的近端指间关节顶点施力按摩。

适用于小肠、肘反射区。

多指扣拳法，以食、中、无名、小指屈曲的近端指间关节按压反射区。

适用于小肠反射区。

<<便携式从头到脚保健按摩挂图>>

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>