

<<保健按摩工>>

图书基本信息

书名：<<保健按摩工>>

13位ISBN编号：9787540846596

10位ISBN编号：7540846593

出版时间：2007-6

出版时间：四川教育出版社

作者：农民工职业教育培训教材编委会 编

页数：193

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>

<<保健按摩工>>

内容概要

随着我国经济发展的加快，大批农民进入城市务工。

据2006年国务院政策研究室发布的《中国农民工调研报告》，我国外出务工农民数量为1.2亿人左右，如果加上在本地乡镇企业就业的农村劳动力，农民工总数大约2亿人。

从趋势上说，农民工的数量仍然在不断增加。

在珠江三角洲的一些地区，农民工的人数可达本地户籍人口的10倍以上，“劳务经济”已经成为国民经济发展中的新亮点。

在今后20年里，我国至少还要推动2亿~3亿农村劳动力进入城市和乡镇非农产业。

加强对农民工的职业教育，对解决“三农”问题，推进城镇化建设，实现十七大提出的“推动科学发展，促进社会和谐，为夺取全面建设小康社会新胜利而奋斗”的目标具有重要意义。

2006年7月，教育部领导在国务院新闻办召开的新闻发布会上指出，职业教育在今后一段时间内服务的主要对象就是农民工，要“使无业者有业，使有业者乐业”。

<<保健按摩工>>

书籍目录

第一章 保健按摩概述 第一节 按摩的简史 第二节 保健按摩的作用第二章 保健按摩的基本知识 第一节 保健按摩的基本功练习 第二节 保健按摩的时间、次数和强度 第三节 保健按摩人员注意事项第三章 保健按摩的基本手法 第一节 抚摩 第二节 揉 第三节 捏 第四节 揉捏 第五节 搓 第六节 摩擦 第七节 推压 第八节 摇晃 第九节 抖动 第十节 提弹 第十一节 震动 第十二节 叩击 第十三节 按压第四章 经穴按摩 第一节 经络学概述 第二节 保健按摩的常用腧穴 第三节 经穴按摩手法第五章 中式保健按摩 第一节 中式保健按摩概述 第二节 人体各部位的保健按摩第六章 泰式保健按摩 第一节 基本手法 第二节 按摩程序第七章 浴足保健按摩 第一节 足部按摩基本手法 第二节 足部反射区位置图 第三节 浴足按摩法第八章 医疗保健按摩 第一节 颈椎病 第二节 落枕 第三节 肩关节周围炎 第四节 腕关节扭伤 第五节 指间关节扭伤 第六节 腱鞘推拿 第七节 桡骨茎突部狭窄性腱鞘炎 第八节 胸胁进伤 第九节 早期乳腺炎 第十节 驼背保健按摩法 第十一节 脊椎侧弯按摩法 第十二节 急性腰扭伤 第十三节 腰肌劳损 第十四节 慢性腰痛 第十五节 腰椎间盘突出症 第十六节 坐骨神经痛 第十七节 踝关节扭伤 第十八节 面瘫 第十九节 神经衰弱 第二十节 高血压 初级保健按摩师国家职业标准 参考文献

<<保健按摩工>>

章节摘录

插图：第十一节 脊椎侧弯按摩法 脊椎侧弯是最常见的一种脊椎弯曲异常，若畸形严重，可引起胸腔和腹腔的容量缩减，导致内脏器官的功能障碍，例如心脏不同程度的移位、心率增快、肺活量减少、食欲不振、消化不良。

同时，也可引起腰背部的疲劳，出现酸胀疼痛，因脊椎侧弯和椎骨的旋转导致神经根的牵拉或压迫，引起胸和腹部的放射性疼痛。

因此，儿童患者往往发育不佳，体力较弱，心肺功能较差，不但会影响身体，而且活动能力也会降低。

故此，重视脊椎侧弯的预防，定期进行检查，做好早期发现并及时矫治较为重要。

按摩能增强血液循环，消除背部肌肉的疲劳，是一种帮助矫正畸形或改善症状的重要方法，可与矫正体操相配合。

一般是做操前先做按摩，每天按摩1次，手法宜柔和，用力应适度。

按摩的操作步骤如下：（1）患者俯卧，操作者在患者的脊椎两侧肌肉处用手掌来回摩擦3~5次，然后用四指或掌根做由下而上的揉法，反复几遍。

（2）揉两侧臀部，反复几遍。

（3）用手搓、点揉两侧肾俞、环跳、委中、承山等穴各10~15s。

<<保健按摩工>>

编辑推荐

《保健按摩工》为四川教育出版社出版。

<<保健按摩工>>

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>