第一图书网, tushu007.com

<<膝部按摩技法>>

图书基本信息

书名：<<膝部按摩技法>>

13位ISBN编号：9787543321458

10位ISBN编号：7543321459

出版时间：2007-4

出版时间：天津翻译

作者：封进启 编

页数：280

字数：210000

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

膝部病痛在人们的日常生活中发生较为普遍，尤其在中老年人中发生较多，给人们的生活起居带来诸多不便。

本书以提高人们对膝关节的认识，膝部病痛的了解，对其按摩技巧、疗效的认知，以及将最实用的保健按摩技法普及到家庭为目的。

介绍了膝关节的解剖生理、运动损伤、膝痛原因、按摩要领及普及方法等。

书中图文并茂，并附膝部按摩技法演示VCD光盘一张，，帮助你理解掌握。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

封进启，毕业于第三军医大学，在医院工作30多年，从事按摩30年，保健教学20年，培养了2000多名按摩师。
临床有成绩，科研有成果，教学有收获，在国内外按摩界享有盛誉。

曾编写《中老年自我保健按摩》《足部反射区保健按摩》《足部自我按摩》《手部按摩好处多多》《

<<膝部按摩技法>>

书籍目录

基础篇　第一章 膝关节解剖　第一节 膝关节的骨骼　第二节 膝关节内结构　第三节 膝关节滑膜　第四节 膝关节韧带　第五节 膝周滑囊　第六节 膝关节肌肉　第七节 膝部神经和血管　第二章 膝关节运动　第一节 膝关节简单运动　第二节 日常活动　第三节 膝关节力学　第三章 膝部伤病诊断程序　第一节 问病史　第二节 一般检查　第三节 骨科检查　第四节 放射线检查　第四章 膝部伤痛的防治　第一节 运动健康学　第二节 运动过度　第三节 避免损伤　第四节 运动拉伤的康复　第五节 膝部损伤的处理　第六节 膝部康复保健　第七节 膝部练功应遵循的原则　第八节 膝部伤痛其他防治法技法篇　第一章 按摩概述　第一节 按摩作用原理　第二节 下肢常用穴位　第三节 基本手法　第四节 膝部常用手法　第二章 膝部自我按摩　第一节 坐位　第二节 卧位　第三章 膝部家庭按摩　第一节 仰卧位　第二节 俯卧位常见病篇　第一章 膝前病痛　第一节 髌骨软骨软化症　第二节 髌骨半脱位　第三节 髌骨脱位　第四节 股四头肌损伤　第五节 股四头肌萎缩　第六节 缝匠肌损伤　第七节 张腱末端病和伸膝筋膜炎　第八节 髌腱炎及髌腱周围炎　第九节 斜束弹响症　第十节 髌下脂肪垫劳损　第十节 髌前滑囊炎　第十二节 髌上滑囊血肿　第十三节 胫骨结节骨骺炎　第十四节 伸膝组织外伤粘连　第二章 膝内侧病痛　第一节 膝内侧副韧带损伤　第二节 膝内侧副韧带下滑囊炎　第三节 膝内侧副韧带钙化　第四节 鹅掌滑囊炎　第五节 鹅掌弹响症　第六节 膝内侧半月板损伤　第七节 半月板周围炎　第八节 半膜肌滑囊炎　第三章 膝外侧病痛　第一节 髂胫束摩擦综合征　第二节 阔筋膜张肌及筋膜炎　第三节 膝外侧副韧带损伤　第四节 胫腓上关节错缝　第五节 胭肌腱滑脱与胭肌腱炎　第六节 股二头肌肌腱炎或滑脱　第七节 腓总神经损伤　第四章 膝后部病痛　第一节 股二头肌和肌健损伤　第二节 胭肌痉挛　第三节 胭肌损伤　第四节 胭窝囊肿　第五节 胭窝脂肪组织损伤　第六节 腓肠豆综合征　第五章 全膝病痛　第一节 膝关节创伤性滑膜炎　第三节 膝半月板损伤　第四节 膝关节内游离体　第五节 增生性膝关节炎　第六节 膝关节僵直　第七节 医源性膝痛　第八节 痛性脂肪膝

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