

<<简易足摩保健>>

图书基本信息

书名：<<简易足摩保健>>

13位ISBN编号：9787547810620

10位ISBN编号：7547810624

出版时间：2012-7

出版时间：上海科学技术出版社

作者：阮继源 编著

页数：171

字数：125000

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>

<<简易足摩保健>>

内容概要

阮继源编著的《简易足摩保健》在概述人体解剖和中医学基础理论的基础上，重点介绍了足部按摩的刺激量、常用手法和足诊等专业知识，以及足部反射区的定位、功能、按摩施术方法和多种常见病症的足部按摩方法。

重点突出，条理清晰。

《简易足摩保健》内容深入浅出，通俗易懂，集科学性、实用性于一体，是学习、推广足摩保健知识的良好读物，可供医学专业学生选修课使用，也可作为按摩师职业技能培训教材和自学保健按摩者的参考书。

<<简易足摩保健>>

书籍目录

第一章 足部按摩概述

- 第一节 足部按摩发展简史
- 第二节 按摩师的职业道德
- 第三节 服务程序
- 第四节 足部按摩注意事项
- 第五节 足部按摩的保健作用

第二章 人体解剖生理

- 第一节 人体概述
- 第二节 皮肤
- 第三节 运动系统
- 第四节 循环系统
- 第五节 呼吸系统
- 第六节 消化系统
- 第七节 泌尿系统
- 第八节 内分泌系统
- 第九节 神经系统

第三章 中医基础理论

- 第一节 脏腑
- 第二节 经络
- 第三节 望诊

第四章 入门要领

- 第一节 足部解剖介绍
- 第二节 足部经脉与腧穴
- 第三节 足部反射区定位概述
- 第四节 足部按摩的最佳刺激量
- 第五节 足部按摩的顺序、方向和时间
- 第六节 足部诊病
- 第七节 足部按摩常用手法

第五章 足部反射区及按摩方法

- 第一节 足底
- 第二节 足内侧
- 第三节 足外侧
- 第四节 足背

第六章 足部反射区施术方法

- 第一节 按摩的原则、顺序
- 第二节 常见病的足部按摩
- 第三节 足部自我按摩

附录一 足部浴法

附录二 足部按摩师国家职业标准（2004年）

<<简易足摩保健>>

章节摘录

主要临床表现：(1) 颈动脉系统短暂性缺血发作，以偏侧肢体或单肢的发作性轻瘫为最常见，通常以上肢和面部较重。

主侧（往往是左侧）颈动脉缺血可出现失语。

眼症状表现为单眼突然黑矇或视力丧失，持续几分钟可恢复。

(2) 椎—基底动脉系统短暂性缺血发作，头昏、眼花、眩晕、单侧或双侧肢体瘫痪和感觉障碍，以眩晕最多见。

可在突然改变体位、急剧转动头部时两下肢突然无力而跌倒，但常可立即自行站起。

一般意识清楚。

预防：防治高血压和动脉硬化，低脂、低糖饮食，锻炼身体，戒烟等。

重点反射区：小脑、脑干、颈椎、大脑、垂体、第二至第五趾额窦、生殖腺。

急性缺血性脑血管病，又称脑血管意外、脑卒中、中风，包括多种疾病，脑梗死是最常见的一种。

脑梗死主要有脑血栓形成和栓塞两种类型，而脑血栓形成又是最主要的。

血管腔闭塞后引起该动脉供应的脑组织缺血、缺氧、软化和坏死。

多见于50~60岁以上患有动脉硬化者，多伴有高血压病、冠心病或糖尿病。

主要临床表现：多在睡眠中或安静休息时发病，起病较急。

多数在1~3日内达到高峰。

一般意识清晰。

在6h内病情达到高峰者称为暴发型，或中风型，病情一般较重，可有昏迷。

也有发病2星期后症状仍在逐渐进展的。

临床表现多样化，因闭塞的血管不同而不同。

梗死发生在大脑中动脉的较多，可引起对侧的半身瘫痪和不明显的半身感觉障碍。

优势半球受累时可出现失语。

预防：积极防治动脉硬化、高血压、高脂血症、糖尿病等疾病。

重点反射区：额窦、小脑、脑干、大脑、垂体、肾上腺、生殖腺。

根据病变部位添加：面瘫加三叉神经、上颌、下颌、面，上肢瘫加肩、肘、肩胛部，下肢瘫加膝、髋关节。

又名震颤麻痹。

这是一种常见于老年人的神经系统变性病变。

一般在50岁以后发病，40岁以前极少。

主要临床表现：起病缓慢，逐渐加重。

震颤在静止时出现，多自一侧上肢远端开始，随着病程延长可波及到四肢、下颌、唇舌和颈部。

强直性肌张力增高，多自一侧上肢近端开始，逐渐扩展到四肢和全身。

面肌强直使表情减少造成“面具脸”。

随意动作减少，动作缓慢，语声低沉。

行走时常为碎步、前冲。

重点反射区：肾上腺、面、额窦、小脑、脑干、大脑、垂体、颈椎、甲状旁腺、生殖腺、甲状腺、迷路。

又名阿尔茨海默病。

这是大脑变性病变中最常见的疾病，大脑皮质广泛萎缩。

30岁以后任何年龄都可发病。

根据发病年龄，60岁以前称早老性痴呆，60岁以后称为老年性痴呆。

其实两者是同一疾病。

主要临床表现：起病隐袭。

最早期、最突出的症状就是遗忘，尤其是近记忆力丧失，继而出现进行性智能减退，表现为反应迟钝

<<简易足摩保健>>

，判断力和理解力下降，重复语和无意义的动作。

最终严重痴呆，卧床不起。

重点反射区：肾上腺、额窦、小脑、脑干、大脑、垂体、甲状腺、面、颈椎、生殖腺。

<<简易足摩保健>>

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>