

<<图解特效经络按摩>>

图书基本信息

书名：<<图解特效经络按摩>>

13位ISBN编号：9787548404743

10位ISBN编号：7548404743

出版时间：2011-3

出版时间：哈尔滨出版社

作者：孟羽贤 编

页数：319

字数：200000

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>

## <<图解特效经络按摩>>

### 内容概要

孟羽贤编著的《图解特效经络按摩》借助清晰准确的经络图，以通俗易懂的语言，深入浅出地介绍了治疗与预防各种常见病的按摩方法，更与现代生活相结合，增添了具有美容活肤、丰胸减肥、排毒养生等功效的特色按摩疗法。

## <<图解特效经络按摩>>

### 书籍目录

#### 第一章 按摩的基本知识

##### 一、了解按摩

舒经通络，解痉止痛

复位关节，理筋整复

剥离粘连，疏通狭窄

调节神经系统和内脏器官的功能

增强机体抗病能力

加强血液、淋巴循环

##### 二、按摩的起源和疗法

起源

疗法

##### 三、按摩应遵循哪原则

治病求本

扶正祛邪

调整阴阳

因时、因地、因人制宜

##### 四、按摩的10个功效

提高人体抗病能力

调整内脏功能紊乱

缓解心理疲劳

缓解或消除肌肉疲劳

解除肌肉痉挛

松解粘连

使淤血和肿胀消散

改善血液循环

减肥和美容

使人心情愉悦

##### 五、按摩时常用哪介质

粉剂

油剂

酒剂

水剂

.....

#### 第二章 按摩常用穴位入门

#### 第三章 常用按摩手法

#### 第四章 头耳保健按摩

#### 第五章 手足保健按摩

#### 第六章 家庭常见疾病按摩

<<图解特效经络按摩>>

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>