

<<图解实用按摩大全>>

图书基本信息

书名：<<图解实用按摩大全>>

13位ISBN编号：9787802106567

10位ISBN编号：7802106567

出版时间：2010-3

出版时间：西苑出版社一

作者：谢景文

页数：352

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>

## <<图解实用按摩大全>>

### 内容概要

本书是一本极其实用的中医按摩图解大全，其中详细介绍了单式按摩手法50种，包括我们常见的切法、分法、打法、合法等；复式手法53种，包括我们常见的扣击法、拍打法等；头颈部治疗法20种，包括一指托天法、干洗头法等；上肢治疗法25种，包括开笼放鸟法、顺指摇臂法等；腰背治疗法22种，包括双手臂扣法、点肩胛法等；下肢治疗法43种，包括降龙伏虎法、金蛙游水法等；并且介绍了关于内科的54种常见疾病，如：感冒、咳嗽、哮喘、肺胀、中风、胃溃疡等的治疗方法；外科的21种常见疾病，如：风疹、急性胰腺炎、阑尾炎、脑震荡、肩关节脱位等等；妇科的11种常见疾病，如：月经先期、月经后期、痛经、闭经、不孕症、乳腺增生等等；儿科的20种常见疾病，如：小儿感冒、小儿咳嗽、小儿支气管哮喘、小儿呕吐等等；五官科常见疾病8种，如：目赤肿胀、视神经炎、休克、牙痛等。

真可谓一册在手，如医在侍。

如果每天认真练习，即可以常见奇效；常年置于案头，即可保全家健康、平安。

<<图解实用按摩大全>>

书籍目录

第一篇 按摩推拿手法

一、基础手法

(一) 单式手法

- 1.分法
- 2.切法
- 3.打法
- 4.合法
- 5.扫法
- 6.压法
- 7.抖法
- 8.运法
- 9.扯法
- 10.伸法
- 11.扼法
- 12.抓法
- 13.抚法
- 14.拍法
- 15.屈法
- 16.拨法
- 17.刮法
- 18.贯法
- 18.迭法
- 19.背法
- 20.点法
- 21.挪法
- 22.挤法
- 23.振法
- 24.捏法
- 25.晃法
- 26.捋法
- 27.拿法
- 28.一指推法
- 29.捻法
- 30.掐法
- 31.勒法
- 32.弹法
- 33.掖法
- 34.捣法
- 35.啄法
- 36.梳法
- 37.掏法
- 38.揉法
- 39.敲法
- 40.提法
- 41.搔法

<<图解实用按摩大全>>

- 42.揪法
- 43.搓法
- 44.摸法
- 45.缠法
- 46.滚法
- 47.劈法
- 48.擅法
- 49.擦法
- 50.颠法

(二) 复式手法

- 51.叩击法
- 52.叩抖法
- 53.拍打法
- 54.拳击法
- 55.扳肩法
- 56.屈伸法
- 57.平推法
- 58.扳颈法
- 59.旋肘法
- 60.揉抖法
- 61.弹拨法
- 62.点润法
- 63.掌抹法
- 64.扳腰法
- 65.捏脊法
- 66.顿挫法
- 67.指揉法
- 68.肩摇法
- 69.揉按法
- 70.密拿法
- 71.旋推法
- 72.搓捋法
- 73.揉捏法
- 74.提拿法
- 75.抚摩法
- 76.滑推法
- 77.推提法
- 78.指摩法
- 79.提弹法
- 80.指擦法
- 81.摇腰法
- 82.掌摩法
- 83.蹬拉法
- 84.点颤法
- 85.颤推法
- 86.掌擦法
- 87.臂滚法

<<图解实用按摩大全>>

(三) 复合式手法

- 88. 屈肘按法
- 89. 拇指搓法
- 90. 拇指按法
- 91. 拇指抹法
- 92. 三指拿法
- 93. 指尖击法
- 94. 屈指按法
- 95. 摇颈项法
- 96. 五指拿法
- 97. 掌根按法
- 98. 髋关节摇法
- 99. 踝关节摇法

二、治疗手法

第二篇 按摩推拿手法辨证治疗

- 一、内科
- 二、外科
- 三、妇科
- 四、儿科
- 五、五官科

## &lt;&lt;图解实用按摩大全&gt;&gt;

## 章节摘录

第一篇 按摩推拿手法 一、基础手法 (一)单式手法 4.合法 合法为按摩推拿手法中的摩擦类及补益类手法之一,用于内科经络脏腑按摩中的补益与调合、伤科按摩的捺正复平一挤合,常与推法、运法、捏法相互使用,为临床常用的按摩手法。郑怀贤先生、曹锡珍先生分别对合法从不同角度作了细致的分析和阐述,对临床操作有一定的推导作用。

双手指掌螺纹面从两个不同的位置及方向,相对应地向同一中心点汇拢合之,称为合法。根据施治部位的不同,合法可分为指腹合法、掌面合法、掌指合法。

【操作要领】 患者呈坐位或卧位,医者将力着于双手指腹或以单手的拇、食指指腹于施治部位的两个不同点,持续而均匀地向同一点推运,合归而汇拢。

主要用于头、胸、腹部等(图4)。

此法与分法的操作手法作用相反。

【攻效】 扶助正气,通经活络,补心益脾,调和脾胃,理气和血,平衡阴阳。

【主治】 气郁不舒,语低气短,中气不足,饮食不化,泄泻下痢,肌肉萎缩,气血不足,肢体麻木,关节冷痛,消化不良,胸胁挫伤,扭挫闪岔。

【作用】 解热散寒,调和阴阳。

5.扫法 扫为是按摩推拿手法中的疏散类手法之一,在内功推拿流派及经络脏腑流派中经常用到。

内功推拿流派强调了施用扫法的力源,经络脏腑流派介绍了施用扫法的治疗范围。

以拇指循经引路,余四指随之在施治部位自由摆动,扫散的手法,称为扫法。

## <<图解实用按摩大全>>

### 编辑推荐

常见病、疑难症、手到病除。  
弱身体、常按摩、力来皆康。  
上有各种手法，下有诸科治疗。  
系统阐述300种按摩推拿手法的操作要领、功能主治。  
以手法辨证治疗为核心，分别列述以病名、病因病机、辨证论治及预防等。  
以内、外、妇、儿、五官、急救科等综合列举了200多个常见病症及症状。

<<图解实用按摩大全>>

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>