

<<保健指压术>>

图书基本信息

书名：<<保健指压术>>

13位ISBN编号：9787806662212

10位ISBN编号：7806662219

出版时间：2002-3

出版时间：广西科学技术出版社

作者：徐美云

页数：185

字数：140000

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>

## <<保健指压术>>

### 内容概要

本书是专为没有指压经验或想学习指压技术的人所设计的指压书籍，章节里明白地介绍有关指压的历史、指压的技术、指压的种类、指压的姿势、俯卧指压、侧卧指压、坐位指压、自我指压、脚底指压、常见疾病的指压、妇女疾病的指压等，只要您能细心地研读指压中的内容并勤练当中的手法，相信您很快就能学会指压的技术及技巧。

本书籍特点：（1）课程内容及架构有系统的解说。

（2）文字叙述及动作讲解浅显易懂，使学生及初学者皆能顺利学习。

（3）手法的操作及运用可使你、我及他人都能受惠。

（4）综合测验试题能使学生及初学者在自我评量的方式中获得肯定，增加学习的兴趣。

## &lt;&lt;保健指压术&gt;&gt;

## 书籍目录

编辑大意编辑的话第一章 概论 第一节 指压的历史 第二节 手指的功能 第三节 指压疗法的优点与特色  
 第四节 指压对身体组织的影响 第五节 指压前必备的知识 习题第二章 指压的技术 第一节 指压的基本  
 手法 (1) 大拇指的压法 单手拇指压法 双手拇指压法 (2) 双指压法 二指分开法  
 二指重叠法 (3) 三指压法 三指分开法 三指并拢法 (4) 手掌压法 单  
 掌压法 双掌压法 十字掌压法 重复压掌及振动压掌法 握压压法 开起  
 四指压法 第二节 指压的种类 (1) 一般压法 (2) 持续压法 (3) 缓压法 (4) 集中压法 (5  
 ) 流动压法 (6) 振动压法 (7) 轮状压法 (8) 吸引压法 (9) 手掌推抚压法 第三节 指压力的  
 强弱度 (1) 触压 (2) 微压 (3) 轻压 (4) 快压 (5) 强压.....第三章 全身指压法第四章 常  
 用症状产生的原因习题解答综合测验

<<保健指压术>>

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>