

《整脊保健学》

图书基本信息

书名：《整脊保健学》

13位ISBN编号：9787802316904

10位ISBN编号：7802316901

出版时间：2009-8

出版社：中国中医药出版社

页数：143

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《整脊保健学》

前言

随着我国经济和社会的迅速发展，人民生活水平普遍提高，有“现代人时髦病”之称的脊柱及脊柱相关疾病发病率不断增高且渐趋年轻化。整脊这一中国传统、世界流行的技术是治疗脊柱及其相关疾病的首选自然疗法。西医学早已建立了脊柱外科学、整脊学。然而，整脊疗法在我国古代散见于中医各科之中，没有形成系统的理论和方法。近30年来中医对脊柱及其相关疾病也在不断进行临床和一些基础研究，形成了较系统的理论知识和技能，但尚无学科建设。“新世纪全国中医药高职高专整脊创新教材”正是在上述背景下，依据国务院《关于大力推进职业教育改

《整脊保健学》

内容概要

《整脊保健学》讲了随着政治、经济、文化和科学技术的快速发展，人民的生活水平不断提高，人们的健康问题却令人担忧，迫切需要专业的健康保健指导。鉴于脊柱在人体健康中的重要作用和整脊医学在国内外的快速发展，经全国多所院校整脊专家的多方努力和积极呼吁，新世纪全国中医药高职高专整脊创新教材之一《整脊保健学》诞生了。因本教材是首次编写，整脊保健学的定义、研究范畴和临床意义等多方面的学术问题难免存在一些争议。在编写过程中，我们从中医和全国中医药高职高专教育发展的需要出发，既重视学生基本理论、基本知识和基本技能的培养，又保持中医药特色，体现教材的科学性、权威性、时代性、简明性和实用性。对教材中涉及定义、范畴等问题进行了多次集体讨论，并得到严隽陶教授的悉心指导和宋一同教授的认真审查，最后经吕选民总主编修改定稿，使该教材尽量能够适应多样化教学的要求，可作为整脊专业的必修课，针灸推拿、中医、中西医结合、中医骨伤、中医康复、中医美容等专业的选修课课程教材使用，也可供职业培训和在职推拿、骨伤专业人员及爱好养生保健的人们参考阅读。

全书共13章，重点介绍整脊保健学的基本概念、基本内容、基本特点、基本作用、发展简史、适应范围、禁忌证，以及以手法整脊为主的整脊保健技术、健康脊柱的保护方法、脊柱和脊柱相关疾病的预防措施、亚健康状态的整脊保健、小儿整脊保健、整脊延缓衰老、增高、美容和减肥等，简要介绍了国内外常见整脊保健流派等内容。还在附录介绍了脊柱病常用家庭理疗和脊柱病常用家庭理疗仪器的使用方法。

《整脊保健学》

书籍目录

第一章 绪论 第一节 概述 一、整脊保健学的基本概念 二、整脊保健学的基本内容 三、整脊保健学的基本特点 四、整脊保健学的学习要求和方法 第二节 整脊保健学的发展简史 一、整脊保健的起源 二、整脊保健的发展 三、国外整脊保健的发展概况 第三节 整脊保健的基本作用 一、疏经通络 二、行气活血 三、理筋整复 四、调整脊柱 五、调理脏腑 六、调和阴阳 第四节 整脊保健的适用原则和禁忌证 一、整脊保健的适用原则 二、整脊保健的禁忌证

第二章 脊柱在维持健康机体中的作用 第一节 中医对脊柱重要性的认识 一、负重支撑 二、主司运动 三、藏精纳髓 四、与脏腑的关系 五、与经络的联系 第二节 西医学脊柱的解剖生理病理述要 一、脊柱的解剖生理述要 二、脊柱的病理述要 第三节 脊柱与其他组织和器官 一、脊柱与大脑 二、脊柱与骨盆 三、脊柱与双足 第四节 脊柱的易损性及其对健康机体的影响 一、脊柱的易损性 二、脊柱病损对健康的影响 第五节 脊柱是人体主要的保健特区 一、脊柱是人体保健特区的中心 二、脊柱不正是万病之源、衰老之始 三、整脊保健是现代人的首选

第三章 整脊保健技术 第一节 概论 一、整脊保健技术的概念 二、整脊保健技术的特点 三、整脊保健技术的分类 第二节 手法整脊保健技术 一、松解类整脊手法 二、整复类整脊手法 三、踩背整脊保健技术 第三节 导引整脊保健技术 一、导引整脊保健的方法 二、导引整脊保健的锻炼要领及注意事项 第四节 牵引整脊保健技术 第五节 其他整脊保健技术

第四章 脊柱健康法 第一节 脊柱推拿健康法 一、手法加膏摩整脊保健法 二、踩背整脊保健法 第二节 脊柱导引健康法 一、易筋经 二、龟蛇导引术 第三节 脊柱体育健康法 一、金鱼摆尾……

第五章 脊柱及脊相关疾病的预防 第六章 脊柱疾病的早期发现和整脊保健 第七章 亚健康状态的整脊保健 第八章 小儿整脊保健 第九章 整脊延缓衰老 第十章 整脊健美 第十一章 整脊减肥 第十二章 整脊增高 第十三章 常见整脊保健流派简介 附录

《整脊保健学》

章节摘录

第一章 绪论 第一节 概述 整脊保健作为一种绿色自然疗法，在几千年的发展过程中，为人类的健康事业作出了不可磨灭的贡献。随着社会的进步，人们健康意识的不断增强，越来越多的人开始重视整脊保健的作用和地位，并在实践中不断发展，使其成为一门相对独立的学科。 一、整脊保健学的基本概念 整脊保健是指通过手法等整脊方法增强和调整脊柱及脊柱相关组织的生理功能和病理状态，使脊柱保持健康，进而促使机体的整体机能从病态、亚健康状态向健康状态发展，达到预防疾病和养生保健目的的一种方法。整脊保健学是指在中医理

《整脊保健学》

精彩短评

- 1、 它是一本关于手法保健的绿色疗法的好书!很值得学习
- 2、 比起《中医整脊学》这书只能是中专水平。
- 3、 对生活很有指导意义，应该看看
- 4、 这里理论占的篇幅很大 实际操作的很少！ 技巧性的操作没有！

《整脊保健学》

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:www.tushu111.com