

《实用推拿手法彩色图谱》

图书基本信息

书名：《实用推拿手法彩色图谱》

13位ISBN编号：9787506700177

10位ISBN编号：7506700174

出版时间：1995-12

出版社：中国医药科技出版社

作者：刘小宁,等

页数：173

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

内容概要

内容提要

推拿手法是祖国医学中的重要组成部分，在骨伤科领域中应用尤为广泛。作者在总结前人经验和各家手法的基础上，结合自己的实践体会，将行之有效的骨伤科推拿手法编成本书。

本书分为概论、基本手法、分部手法和练功疗法四部分。以彩色图谱为主，配以文字说明，形象生动，立体感强，容易理解掌握。基本手法不但适用于治疗骨伤科疾病，也可用于治疗其他科疾病；分部手法以部位而论述，并归纳总结成套路手法，便于掌握和应用，以突出手法的连贯性和提高疗效；练功疗法作为防治骨伤科疾病、健身祛病的内容亦予以详细介绍。本书是学习骨伤科推拿手法的一本较好读物，对骨伤科医生临床工作很有参考价值。

《实用推拿手法彩色图谱》

书籍目录

- 目录
- 概论
- 基本手法
- 1伸屈法
- 2摇法
- 3戳法
- 4旋转法
- 5弹拔法
- 6滚法
- 7扳法
- 8振法
- 9击打法
- 10点穴法
- 11抖法
- 12推法
- 13拿法
- 14按压法
- 15摩法
- 16揉捻法
- 17散法
- 18归挤法
- 19搓法
- 20捋顺法
- 分部手法
- 一头面部
- （一）头部手法
- （二）颞颌部手法
- 三颈项部
- （一）基本手法
- （二）分套手法
- 1牵引揉捻法
- 2拔伸推按法
- 3旋转法
- （1）快速旋转法
- （2）坐位旋转法
- （3）卧位旋转法
- 4治疗小儿肌性斜颈手法
- 三胸部
- 1提端法
- 2拍打法
- 3旋扭法
- 四腰背部
- （一）基本手法
- （二）分套手法
- 1捏脊法
- 2推拍弯腰法
- 3拔伸屈按法

- 4三搬法
- 5摇腿戳按法
- 6抖腰法
- 7过伸推按法
- 8屈膝戳按法
- 9仰卧晃腰法
- 10伸膝蹬空法
- 11坐位摇晃法
- 12滚床法
- 13直立晃腰法
- 14弯腰挺立法
- 15跨打法
- 16背跨法
- 17摇床法
- 18腰部旋转法
- 19踩侨法
- 20上胸椎手法
- 附1.治疗耻骨联合分离症手法
- 附2.治疗骶尾部挫伤手法
- 五肩部
 - (一)基本手法
 - (二)分套手法
 - 1肩前侧手法
 - 2肩上侧手法
 - 3肩后侧手法
 - 4肩胛部手法
 - 5治疗肩关节周围炎手法
 - 6治疗肱二头肌腱滑脱症手法
- 六肘部
 - 1肘外侧手法
 - 2肘内侧手法
 - 3治疗小儿牵拉肘手法
- 七腕手部
 - 1腕尺侧手法
 - 2腕桡侧手法
 - 3腕背侧手法
 - 4腕掌侧手法
 - 5第一腕掌部手法
 - 6第五腕掌部手法
 - 7下桡尺关节部手法
 - 8腕掌部手法
 - 9第一掌指关节部手法
 - 10指间关节部手法
 - 11治疗桡侧伸腕肌腱周围炎手法
 - 12治疗桡骨茎突腱鞘炎手法
- 八髋及大腿部
 - (一)基本手法
 - (二)分套手法
 - 1髋前侧手法

2髋后侧手法

3髋外侧手法

4髋内侧手法

5 治疗梨状肌损伤手法

九膝及小腿部

(一) 基本手法

(二) 分套手法

1膝内侧手法

2膝外侧手法

3膝前侧手法

4松解膝关节粘连及解除膝关节交锁手法

十踝足部

1踝前侧手法

(1) 踝前手法

(2) 踝前外手法

(3) 踝前内手法

2踝内侧手法

3踝外侧手法

4足内侧手法

5足外侧手法

6足后侧手法

(1) 捋顺法

(2) 劈法

7足背部手法

(1) 踩法

(2) 拔戳法

(3) 挤按法

8足趾部手法

9足跟部手法

练功疗法

一颈部练功

(一) 与项争力

(二) 哪咤探海

(三) 犀牛望月

(四) 雏鸟起飞

(五) 九鬼拔马刀

(六) 后伸旋转

二胸背部练功

(一) 张臂挺胸

(二) 转体展手

(三) 俯卧拧胸

(四) 后推挺胸

(五) 上下推掌

(六) 大圆手

(七) 万字车轮功

三腰部练功

(一) 仙人推碑

(二) 拧腰后举

- (三) 风摆罢荷叶
- (四) 浪里荡舟
- (五) 双手攀足
- (六) 打躬势
- (七) 躬尾势
- (八) 前俯分掌
- (九) 摇椅势
- (十一) 喜鹊登枝
- (十一) 鲤鱼打挺
- (十二) 饿虎扑食
- (十三) 大转腰

四肩部练功

- (一) 单手托天
- (二) 双手托天
- (三) 蝎子爬墙
- (四) 大鹏展翅
- (五) 野马分鬃
- (六) 叉腰
- (七) 顺水推舟
- (八) 上提下按
- (九) 内外运旋
- (十) 耸肩环绕
- (十一) 车轮环转
- (十二) 展旋

五肘部练功

- (一) 屈肘挎篮
- (二) 双手举鼎
- (三) 左右开弓
- (四) 砍肘
- (五) 仙人摇扇
- (六) 捶拳
- (七) 弹拳

六腕手部练功

- (一) 摘星换斗
- (二) 金鸡点头
- (三) 单臂摘果
- (四) 摆腕
- (五) 滚拳
- (六) 撑掌
- (七) 撑指
- (八) 抓空增力
- (九) 鹰爪健力

七髋部练功

- (一) 分髋合髋
- (二) 摇头摆尾
- (三) 后蹬腿
- (四) 内收交替
- (五) 左右弓箭步
- (六) 凤拳

- (七) 三盘落地
- (八) 倒拽九牛尾
- (九) 仰卧起坐
- (十) 里合外展
- (十一) 荡腿
- (十二) 坠举千斤势

八 膝部练功

- (一) 跪压
- (二) 压腿
- (三) 弹膝
- (四) 叩膝
- (五) 弓步压腿
- (六) 盘腿
- (七) 天女散花
- (八) 白鹤摇膝
- (九) 站桩

九 踝足部练功

- (一) 背伸跖屈
- (二) 白马献蹄
- (三) 足踝旋转
- (四) 跟起跟落
- (五) 原地踏步
- (六) 蹬空增力
- (七) 压足
- (八) 蹬滚

《实用推拿手法彩色图谱》

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