

《肩周炎康复保健操》

图书基本信息

书名：《肩周炎康复保健操》

13位ISBN编号：9787145359187

10位ISBN编号：7145359189

出版时间：2006-1

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

《肩周炎康复保健操》

内容概要

适应证：肩周炎各期患者。

禁忌证：肩部外伤、骨折、手术后的急性期，或各种因需要肩部局部制动者。

准备姿势：所有分理处作均在站立位完成。

注意事项：1、练习时运动应平稳缓慢，当患肩活动到少许疼痛或僵硬时应持续5-8秒，然后还原；2、尽量使患肩向各个方向活动，以达到最大的可能范围；3、每日练习1-2次，每个动作重复5-10次。

说明：本图谱动作以右侧肩周炎为例。

《肩周炎康复保健操》

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