

# 《人体按摩使用手册(1DVD)》

## 图书基本信息

书名：《人体按摩使用手册(1DVD)》

13位ISBN编号：9787885818609

10位ISBN编号：7885818608

出版社：四川文艺音像出版社

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](http://www.tushu111.com)

# 《人体按摩使用手册(1DVD)》

## 内容概要

千年国医绝学按摩绝技，掌控自我健康管理权，穴位就是您随身药囊。

中医认为：人是一个有机的整体，人体的各个部位，如头部、颜面、五官九窍、皮肤、躯干、四肢、五脏六腑等，都是这个整体的一部分。局部和整体是密不可分的。只有整体功能健旺，机体各部分的功能才能正常。反过来，任何局部功能障碍也必然会影响到整体功能。

中医按摩具有独特神奇的疗效。它主要是运用按、摩、推、拿、揉、搓、掐、点、叩等手法，刺激人体相关穴位，改善血液循环，促进新陈代谢，从而达到消除疲劳，祛病强身，健美防衰，延年益寿的目的。其施术方式灵活，方法简单，安全实用，被誉为“绿色疗法”。

由于一个人工作、学习、休息以外的时间是有限的。要求对全身众多的部位进行系统的全面的保健功夫是不现实的。因此，在具体应用时，从整体观念出发，从局部保健入手，亦当根据审因施养的原则精神，结合个人的实际情况，有针对性地选择若干重点部位与方法进行防护保健。

# 《人体按摩使用手册(1DVD)》

## 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](http://www.tushu111.com)