

《日本保健按摩》

图书基本信息

书名：《日本保健按摩》

13位ISBN编号：9787539011288

10位ISBN编号：7539011289

出版时间：1999-12

出版社：江西科学技术出版社

页数：152

译者：松田悦夫

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

书籍目录

目录

第一篇 概说

一、日本按摩的历史和现状

二、日本按摩方法简介

- (一) 指压疗法
- (二) 按摩术
- (三) 血液循环疗法
- (四) 山田式整体术
- (五) 福永式整体术
- (六) 体质调整法
- (七) 肌肉病理学疗法
- (八) 正体术
- (九) 触手疗法
- (十) 自疆法
- (十一) 脊柱反射疗法
- (十二) 手足根本疗法
- (十三) 整体操法
- (十四) 灵动疗法
- (十五) 按脊疗法
- (十六) 按摩保健术
- (十七) 指压疗法
- (十八) 按脊调整法

三、日本按摩的特点

- (一) 作用机理
- (二) 操作方法
- (三) 治病疗疾

四、按摩的功效及作用

- (一) 增强体质，健身美容
- (二) 镇静止痛，消除疲劳
- (三) 舒筋活络，增强新陈代谢

第二篇 基本按摩方法

一、指压疗法

- (一) 指压疗法的施术方法
- (二) 指压技术的技术方式
- (三) 身体各部的施术方法
- (四) 指压疗法的注意要点

二、保健按摩术

- (一) 皮肤轻擦法
- (二) 重擦法
- (三) 捏揉法
- (四) 拍打式叩击法
- (五) 压迫振动性振颤法
- (六) 压迫刺激性按压法
- (七) 伸展曲收的运动法
- (八) 全身各部按摩的具体操作方法

三、脊柱调整法

- (一) 脊柱位置结构变化的类型

(二) 检查诊断脊椎位置异常变化的方法

第三篇 常见病症的治疗

一、杂病

- (一) 失眠
- (二) 偏头痛
- (三) 充血性头痛
- (四) 面神经麻痹
- (五) 胃脘痛
- (六) 泄泻
- (七) 便秘
- (八) 胃下垂
- (九) 胆绞痛
- (十) 高血压痛
- (十一) 哮喘
- (十二) 半身不遂
- (十三) 痛经
- (十四) 闭经
- (十五) 类风湿性关节炎

二、筋骨肌肉病症

- (一) 漏肩风
- (二) 胸胁屏伤
- (三) 颈椎病
- (四) 椎骨错缝
- (五) 急性腰扭伤
- (六) 慢性腰肌劳损
- (七) 腰椎间盘突出症

附篇 人体解剖结构示意图

《日本保健按摩》

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