

<<芳香保健师>>

图书基本信息

书名：<<芳香保健师>>

13位ISBN编号：9787504583703

10位ISBN编号：7504583707

出版时间：2010-6

出版时间：中国劳动社会保障出版社

作者：中国就业培训技术指导中心 编

页数：159

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：<http://www.tushu007.com>

<<芳香保健师>>

前言

为推动芳香保健师职业培训和职业技能鉴定工作的开展，在芳香保健师从业人员中推行国家职业资格证书制度，中国就业培训技术指导中心在完成《国家职业标准·芳香保健师》（试行）（以下简称《标准》）制定工作的基础上，组织参加《标准》编写和审定的专家及其他有关专家，编写了芳香保健师国家职业资格培训系列教程。

芳香保健师国家职业资格培训系列教程紧贴《标准》要求，内容上体现“以职业活动为导向、以职业能力为核心”的指导思想，突出职业资格培训特色；结构上针对芳香保健师职业活动领域，按照职业功能模块分级别编写。

芳香保健师国家职业资格培训系列教程共包括《芳香保健师（基础知识）》《芳香保健师（初级）》《芳香保健师（中级）》《芳香保健师（高级）》《芳香保健师（技师）》5本。

《芳香保健师（基础知识）》内容涵盖《标准》的“基本要求”，是各级别芳香保健师均需掌握的基础知识；其他各级别教程的章对应于《标准》的“职业功能”，节对应于《标准》的“工作内容”，节中阐述的内容对应于《标准》的“技能要求”和“相关知识”。

本书是芳香保健师国家职业资格培训系列教程中的一本，适用于对初级芳香保健师的职业资格培训，是国家职业技能鉴定推荐辅导用书，也是初级芳香保健师职业技能鉴定国家题库命题的直接依据。

<<芳香保健师>>

内容概要

本书由中国就业培训技术指导中心按照标准、教材、题库相衔接的原则组织编写，是国家职业技能鉴定推荐辅导用书。

书中内容根据《国家职业标准·芳香保健师》（试行）要求编写。

是初级芳香保健师职业技能鉴定国家题库命题的直接依据。

本书介绍了初级芳香保健师应掌握的技能要求和相关知识，涉及接待与咨询、选择与调配精油、芳香水疗、芳香石疗、芳香敷疗、芳香刮痧、芳香拔罐、光电疗法、舒身精油按摩和面部精油按摩等内容。

<<芳香保健师>>

书籍目录

第1章 接待与咨询 第1节 接待 学习单元1 迎送 学习单元2 引导 学习单元3 接听电话 第2节 咨询 学习单元1 介绍服务项目 学习单元2 介绍芳香保健效果 第3节 情景布置 学习单元 合理摆放芳香用品用具 第2章 选择与调配精油 第1节 选择精油 学习单元1 选择单方精油 学习单元2 选择基础油 学习单元3 选择花香纯露 第2节 使用调配精油 学习单元1 使用单方精油 学习单元2 使用基础油 学习单元3 调配单方精油与基础油 学习单元4 保存精油和使用禁忌 第3章 芳香保健护理 第1节 芳香水疗 学习单元1 水疗对人体的作用 and 影响 学习单元2 芳香淋浴操作 学习单元3 芳香泡浴操作 学习单元4 冲浪按摩 第2节 芳香石疗 学习单元1 芳香石疗的相关知识 学习单元2 下肢后侧芳香石疗操作 学习单元3 背部芳香石疗操作 学习单元4 下肢前侧芳香石疗操作 学习单元5 腹部芳香石疗操作 第3节 芳香敷疗 学习单元1 芳香敷疗的相关知识 学习单元2 芳香敷压的操作规程 学习单元3 芳香敷体的操作规程 第4节 芳香刮痧 学习单元1 芳香刮痧的相关知识 学习单元2 背部芳香刮痧操作 学习目标3 下肢背侧芳香刮痧操作 学习单元4 头部芳香刮痧操作 学习单元5 胸部芳香刮痧操作 学习单元6 腹部芳香刮痧操作 学习单元7 上部芳香刮痧操作 学习单元8 下肢前侧芳香刮痧操作 第5节 芳香拔罐 学习单元1 芳香拔罐的相关知识 学习单元2 肩背腰部芳香拔罐操作 学习单元3 下肢后侧芳香拔罐 学习单元4 正面腿芳香拔罐 学习单元5 腹部芳香拔罐 第6节 光电疗法 学习单元1 奥桑喷雾机 学习单元2 太空舱 学习单元3 海藻敷体仓 第4章 精油按摩 第1节 舒身精油按摩 学习单元1 头面部按摩 学习单元2 上部按摩 学习单元3 肩部按摩 学习单元4 腹部按摩 学习单元5 下肢前侧按摩 学习单元6 背部按摩 学习单元7 下肢后侧按摩 第2节 面部精油按摩 学习单元 美容精油按摩

<<芳香保健师>>

章节摘录

插图：1.15～21：冷水浴对人体有多方面的作用。

可以提高心肌功能，改善心肌营养，提高血液循环效率，增加皮肤营养，且不易患皮肤病。

浴前浴后均应进行全身摩擦。

冷水浴的时间控制一般为3～5min。

2.22～30：低温浴时人会产生冷的感觉，是一种强烈刺激的洗浴法，其目的在于增强神经的兴奋状态，强化心血管功能，使心肌抗负荷能力增强，提高肌肉张力，提高机体耐寒抗病能力。

常洗低温浴具有镇痛作用。

多用于健康人群的健体强身，体弱者、高血压、心脏病患者不宜进行。

低温浴的时间控制一般为6～10min。

3.34～37℃：微温浴对人体的作用较温和，对心血管系统和呼吸系统基本没有影响，是短时间内解除疲劳的最佳水温。

长期进行微温浴，可以增强大脑皮质的抑制作用，降低神经兴奋性，有明显的镇静作用。

对改善头痛、失眠、神经官能症和脑血管意外后遗症均有一定的疗效。

微温浴的时间控制一般为10～15min。

4.37～39：中温浴是水疗泡浴中最常用的温度。

可以使皮肤充血发红，毛孔张开，少量出汗，末梢血管扩张，脉搏加快，血压下降造成机体血液的再分配；呼吸加深；松弛肌肉，缓解和消除肌肉痉挛，肢体运转灵活。

中温浴作用缓和，温度刺激平均，是心血管疾病和高血压患者的理想沐浴水温。

中温浴的时间控制一般为15～20min。

5.40～43：高温浴对人体的刺激强烈。

可使皮肤血管明显扩张，。

脉搏加快，血压增加，呼吸频率增加，新陈代谢增强。

有解痉、镇痛、舒筋活血：消除疲劳的作用。

对慢性风湿性关节炎及皮肤病有一定治疗作用。

高温浴还可通过出汗排除体内代谢产物及毒素，洁净皮肤。

但高温浴对血压、心脏的影响很大，会令血压、脉搏快速上升，因此老年人、体质虚弱者及有心血管系统疾病者应慎洗高温浴，以防发生意外。

高温浴的时间控制一般为5～10min。

<<芳香保健师>>

编辑推荐

《国家职业资格培训教程·芳香保健师(初级)》用于国家职业技能鉴定。

<<芳香保健师>>

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:<http://www.tushu007.com>