

<<足部反射区保健推拿法>>

图书基本信息

书名：<<足部反射区保健推拿法>>

13位ISBN编号：9787509134399

10位ISBN编号：7509134390

出版时间：2010-2

出版时间：人民军医出版社

作者：孟晓东，等 编

页数：148

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>

## <<足部反射区保健推拿法>>

### 内容概要

足部与人的健康关系密切。

足部存在着与人体各组织器官相对应的反射区，足部的每一个反射区都与其对应的器官有相似的生物学特性。

反射区既是诊断点，又是推拿的施术部位。

足部反射区的推拿法可以改善血液循环，加强内分泌调节，增强机体的免疫功能，起到扶正祛邪、防病治病、自我保健、强身健体、延缓衰老的作用。

《足部反射区保健推拿法》介绍了足部反射区保健推拿须知和原理，基本推拿手法，足部反射区定位以及常见病症诊疗等知识，帮助百姓掌握和实施这种中医保健方法。

## &lt;&lt;足部反射区保健推拿法&gt;&gt;

## 书籍目录

第1章 足部反射区保健推拿法的基本概念一、足部与人体健康的关系二、足部反射区保健推拿法三、足部反射区保健推拿法的特点四、正确认识足疗的作用,足疗不能包治百病五、不要把足底推拿保健与医疗推拿等同起来六、提倡家庭足部推拿七、足部推拿对美容保健的影响第2章 足部反射区保健推拿法的起源一、先秦两汉时期就对足与健康的关系有了深刻的认识二、足部反射区保健推拿法是全人类的财富三、西方对足部反射区的认识四、足部反射区保健推拿法在我国的流行第3章 足部反射区保健推拿法的原理一、阴阳平衡原理二、经络学说原理三、血液循环原理四、神经反射原理五、生物全息理论第4章 足部反射区保健推拿须知一、足部反射区保健推拿法的适应证二、足部反射区保健推拿的禁忌证三、足部反射区保健推拿法注意事项四、足部反射区推拿的基本顺序五、足部反射区推拿的力度六、如何理解推拿手法刺激的“得气感”七、足部反射区推拿的治疗时间八、足部反射区推拿要“左病取右,右病取左”九、常见异常情况的处理及预防第5章 足部反射区的基本推拿手法一、手法操作要求二、基本手法第6章 足部反射区定位一、足部反射区定位的规律二、常用足部反射区定位(一)足底部反射区1.肾上腺2.腹腔神经丛(太阳神经丛)3.肾4.输尿管5.膀胱6.尿道(输尿管)7.额窦(中趾额窦)8.三叉神经9.小脑及脑干10.颈项11.鼻12.头部(大脑)13.脑垂体(垂体)14.甲状旁腺15.甲状腺16.其他额窦17.眼18.耳19.斜方肌20.肺及支气管21.心(左足)22.胃23.胰24.十二指肠25.脾(左足)26.肝(右足)27.胆囊(右足)28.小肠29.横结肠30.降结肠(左足)31.乙状结肠及直肠(左足)32.肛门(左足)33.升结肠(右足)34.盲肠及阑尾(右足)35.回盲瓣(右足)36.生殖腺(睾丸或卵巢)(二)足内侧反射区1.颈椎2.胸椎3.腰椎4.骶骨(骶椎)5.尾骨内侧(内尾骨)6.内肋骨7.前列腺(男)或子宫(女)8.腹股沟9.下身淋巴腺(腹部淋巴腺)10.髋关节11.直肠及肛门12.内侧坐骨神经(三)足外侧反射区1.肩关节2.肘关节3.膝关节4.外尾骨5.生殖腺(睾丸或卵巢)6.肩胛骨7.外肋骨8.上身淋巴腺9.髋关节10.下腹部11.外侧坐骨神经(四)足背部反射区1.解溪2.膈(横膈膜)3.胸部淋巴腺4.气管5.喉6.内耳迷路7.胸部及乳房8.扁桃体9.下颌10.上颌第7章 常见病症一、选取反射区的原则二、常见病的足部反射区保健推拿1.头痛2.神经衰弱3.头晕4.面瘫5.卒中6.亚健康——慢性疲劳综合征7.感冒8.咳嗽9.冠心病10.高血压11.低血压12.贫血13.呕吐14.胃脘痛15.泄泻(慢性腹泻)16.呃逆17.胆石症18.糖尿病19.便秘20.痔疮21.排尿困难22.痛经23.围绝经期综合征24.肥胖症25.颈椎病26.落枕27.背痛(背部肌筋膜炎)28.慢性腰部软组织劳损29.腰椎间盘突出症30.肩关节周围炎31.肱骨外上髁炎32.腕关节痛33.增生性膝关节炎34.牙痛35.近视36.耳鸣、耳聋37.晕车、晕船38.鼻渊39.醉酒40.咽喉痛41.术后恢复42.手术后肠粘连43.自汗、盗汗44.失眠45.阳痿46.遗精47.斑秃48.面部痤疮49.黄褐斑50.湿疹51.银屑病52.前列腺增生53.减肥54.梅核气55.白癜风56.乳腺增生57.经前紧张症58.盆腔炎59.产后缺乳60.外阴瘙痒61.踝关节扭伤62.急性腰扭伤63.梨状肌综合征64.退行性脊柱炎65.肩关节周围炎66.痛风67.倒经68.产后尿潴留69.三叉神经痛70.肋间神经痛

<<足部反射区保健推拿法>>

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>