

<<家用推拿>>

图书基本信息

书名：<<家用推拿>>

13位ISBN编号：9787534944017

10位ISBN编号：7534944015

出版时间：2010-7

出版时间：河南科学技术出版社

作者：郭现辉 编

页数：213

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>

<<家用推拿>>

内容概要

推拿是以中医理论为基础，以辨证论治为原则，按照特定的操作要求以肢体的某些部位或借助于一定的工具作用于身体表面的部位或穴位，从而达到调节人体生理病理过程，防治疾病目的的中医外治方法。

本书将告诉您推拿的理论基础、操作方法、应用须知和常见病症等，为您的健康加一份油！

<<家用推拿>>

书籍目录

第一章 绪论 一、推拿治病的特点 二、推拿治病的作用 (一)调整脏腑 (二)疏通经络 (三)行气活血 (四)理筋整复第二章 推拿操作方法 一、一指禅推法 二、*法 三、揉法 四、摩法 五、擦法 六、推法 七、搓法 八、抹法 九、刮法 十、抖法 十一、按法 十二、点法 十三、捏法 十四、拿法 十五、捻法 十六、拍法 十七、击法 十八、叩法 十九、弹法 二十、摇法 二十一、拔伸法 二十二、伸屈法 二十三、扫散法 二十四、弹拨法 二十五、小儿推拿常用手法 (一)小儿推法 (二)小儿揉法 (三)小儿拿法 (四)小儿按法 (五)小儿摩法 (六)小儿运法 (七)小儿掐法 (八)小儿捣法 (九)小儿捏脊法第三章 推拿应用须知 一、推拿良性反应 二、推拿异常反应及处理 三、推拿的适应证与禁忌证 (一)推拿适应证 (二)推拿禁忌证 四、推拿施术体位 五、推拿递质的作用及种类 (一)推拿递质的作用 (二)推拿递质的种类 (三)介质推拿操作方法 六、推拿注意事项第四章 推拿治疗常见病症 一、骨伤科病症 (一)落枕 (二)颈椎病 (三)肩周炎 (四)肱骨外上髁炎 (五)桡骨茎突部狭窄性腱鞘炎 (六)腱鞘囊肿 (七)腕管综合征 (八)腕关节扭伤 (九)急性腰扭伤 (十)慢性腰肌劳损 (十一)腰椎间盘突出症 (十二)梨状肌综合征 (十三)膝骨性关节炎 (十四)腓肠肌痉挛 (十五)踝关节扭伤 二、内科病症 (一)感冒 (二)咳嗽 (三)哮喘 (四)眩晕 (五)胃脘痛 (六)呕吐 (七)呃逆 (八)便秘 (九)郁证 (十)不寐 (十一)头痛 (十二)癃闭 (十三)遗精 (十四)阳痿 三、妇科病症 (一)月经不调 (二)痛经 (三)闭经 (四)更年期综合征 (五)慢性盆腔炎 (六)产后身痛 (七)乳痛 (八)乳癖 (九)子宫脱垂 四、儿科病症 (一)小儿腹泻 (二)小儿呕吐 (三)小儿腹痛 (四)小儿疳积 (五)小儿便秘 (六)小儿发热 (七)小儿咳嗽 (八)小儿哮喘 (九)小儿惊风 (十)小儿遗尿 (十一)小儿夜啼 (十二)小儿佝偻病 (十三)小儿肌性斜颈 五、五官科病症 (一)近视 (二)咽喉炎 附：扁桃腺炎 (三)鼻窦炎 (四)牙痛附录 人体常用穴位 一、定位方法 (一)骨度分寸法 (二)体表标志法 (三)手指比量法 (四)简便取穴法 二、常用穴位 (一)头面部穴位 (二)胸腹部穴位 (三)背腰部穴位 (四)上肢部穴位 (五)下肢部穴位 三、小儿推拿常用穴位 (一)头面颈项部穴位 (二)上肢部穴位 (三)胸腹部穴位 (四)背腰骶部穴位 (五)下肢部穴位

<<家用推拿>>

章节摘录

1.简便易行推拿疗法治疗疾病主要是运用双手或借助于一定的推拿器械，运用各种不同手法进行操作，简便易行。

2.适应证广推拿治疗疾病的范围非常广泛，内、外、妇、儿、五官、骨伤各科疾病及正常人的保健、健身、美容均可使用推拿疗法。

3.简便易学家用推拿所用手法虽然很多，但都简便易学，是听得懂、学得会、用得上的一种实用疗法，大家只要经过一段时间的学习和实践，均能很快掌握。

4.经济安全家庭推拿仅凭家人或自己的双手便能达到解除病痛的目的，很多疾病不需去医院，没有服药、打针、手术之苦，并且在运用推拿疗法时，只要手法应用恰当，操作仔细认真，一般不会出现不良反应及副作用，患者感觉比较舒适，经济安全，便于接受。

5.疗效显著推拿用于疾病治疗及强身健体具有突出的疗效，推拿疗法对某些病症不仅有独特的疗效，为其他疗法所不及，而且还可以作为一种辅助手段弥补其他疗法之不足。

在家推拿，手法更为灵活，体位更为随意，患者更易放松，疗效更为突出，深受家人喜欢。

6.保健强身推拿疗法能用于治疗、预防、康复、健美等许多方面，可以不扰乱人体的生理功能，是一种较为理想的祛病强身、延年益寿的自然疗法。

.....

<<家用推拿>>

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>