

<<便携式从头到脚保健按摩挂图>>

图书基本信息

书名：<<便携式从头到脚保健按摩挂图>>

13位ISBN编号：9787538168259

10位ISBN编号：7538168257

出版时间：2011-4

出版时间：辽宁科学技术出版社

作者：《便携式从头到脚保健按摩挂图》编写组 编

页数：12

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>

<<便携式从头到脚保健按摩挂图>>

内容概要

用手掌大鱼际、手掌或手指罗纹面着力，贴附在一定部位或某一穴位上，施加一定的压力，做轻柔缓和的环旋转动，称为揉法。

用手指或手掌着力于受术者体表一定部位或穴位上，逐渐用力下压，称为按法。

用指端或屈曲的指间关节着力于体表一定部位或穴位上，持续进行点压，称为点法，可起到类似针刺的效果，故又称为指针法。

用拇指与食、中指或拇指与其余四指夹住皮肤和皮下组织，相对用力做对称性的挤捏，称为捏法。

用掌面、指腹或食指、无名指并拢的掌侧面，贴于体表的一定部位上，有节奏地做环行或直线抚摸运动，称为摩法。

用指腹、掌面或大、小鱼际贴附于体表一定部位，做快速的直线往返运动，使之摩擦生热，称为擦法。

五指并拢，用虚掌拍击一定部位，称为拍法。

以手指的小指侧面、指尖或空拳的底部轻击体表一定部位，称为叩法。
多用于头部、四肢、肩背和腰骶部。

<<便携式从头到脚保健按摩挂图>>

章节摘录

版权页：插图：

<<便携式从头到脚保健按摩挂图>>

编辑推荐

《便携式从头到脚保健按摩挂图:头面部》是由辽宁科学技术出版社出版的。

<<便携式从头到脚保健按摩挂图>>

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>