

<<5分钟头面按摩治百病>>

图书基本信息

书名：<<5分钟头面按摩治百病>>

13位ISBN编号：9787801425447

10位ISBN编号：7801425448

出版时间：2004-1

出版时间：华艺出版社

作者：刘硕 编

页数：216

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>

## <<5分钟头面按摩治百病>>

### 前言

随着中医保健按摩的日渐深入人心，大量的有关中医保健按摩的书籍出版问世已受到了人们的普遍欢迎。

近年来，家庭保健按摩治疗学已有了日渐分化的趋势，即在大众中医按摩保健的基础上逐渐分化出头面部按摩、脊柱按摩学、腹部按摩、健胸按摩、减肥按摩、耳部按摩、眼部按摩、足部按摩、手部按摩、臀部按摩健美、头面部按摩美容等若干个新分支，这部《5分钟头面按摩治百病》就是专门讨论家庭头面部按摩保健的一本实用入门书。

我们知道中医认为头为诸阳之首，人体的阳经都上行于头部，与此同时头部又是神经血管中枢最集中的地方，有着丰富的神经反射区和遍布整个头部的保健穴位，这就为我们中医头皮按摩的确切疗效提供了基础，同时也为头皮按摩疗法的科学性和有效性提供了有力佐证，而头面按摩法更在治疗高血压、头痛、失眠等常见疾病方面以及面部美容保健方面有着明确的效果，广大养生爱好者不可不学。

这部《5分钟头面按摩治百病》从实用的角度出发，详细地介绍了头皮按摩的原理和操作原则、治疗方法及注意事项涉及到人体六大系统常见的一百种疾病，特别是头皮按摩治疗学将头皮分区按摩与头皮穴位按摩结合起来运用，把临床效验的头部传统穴位与临床实践证明行之有效的现代神经反射相结合，更注重操作的简便性和有效性从而为广大读者了解学习和掌握头皮按摩术提供了简明的读本。

值得指出的是，本书注重科学性和效验性，既介绍了治疗人体的常见病多发病治疗操作方法，也对其功效和主治作了简短的说明，其中既有文字说明也有操作示意图，既有该穴该区的基本定位，又有操作的先后顺序，是一本图文并茂简便易读的家庭保健实用著作，相信会得到广大读者的喜爱。

## <<5分钟头面按摩治百病>>

### 内容概要

《5分钟头面按摩治百病》从实用的角度出发，详细地介绍了头面按摩的原理和操作原则、治疗方法及注意事项，特别是头面按摩治疗学将头面分区按摩与头面穴位按摩结合起来运用，对高血压、头痛、失眠等人体六大系统一百余种常见病多发病的保健治疗和有效性，从而为广大养生爱好者提供了学习和运用家庭按摩疗法的通俗读本。

## <<5分钟头面按摩治百病>>

### 书籍目录

第一部分头面按摩入门 家庭头面按摩疗法是古代经络学说和现代针灸及按摩学说有机结合的现代产物，它的有效性和科学性已被现代医学实践所证实，本章系统介绍了头面按摩的原理、操作原则、基本方法及注意事项，引导读者进入头面按摩之门。

一、头面按摩的原理 二、头面部按摩操作基本原则 三、头面部按摩操作基本方法 四、头面部按摩的注意事项 第二部分头面按摩的经络分区 头面按摩的疗效来自于三大基础，一是解剖基础，二是经络基础，三是穴位基础，而其中最重要的就是经络基础。

本章对头面按摩的分区及头部疗效与经络的关系进行了说明，成功地揭示了头面按摩具有科学实践基础这个读者渴望回答的问题。

一、头面按摩的基本标志 二、头皮分区按摩治百病 三、经过头部的重要经络 第三部分头面按摩治疗消化系统疾病 本章对头面按摩治疗胃痛、胃下垂、胆囊炎、胆石症等十一种消化系统疾病的按摩取穴、操作方法、基本功能、主治及疗效作了详细的介绍，方便读者按图索骥，学习运用。

胃痛 胃下垂 胆囊炎 胆石症 肝炎 黄疸 结肠炎 结石症 大便秘结 呕吐 腹泻 腹痛 第四部分头面按摩治疗呼吸、心血管疾病 本章对于头面按摩治疗感冒、高烧、哮喘、呼吸障碍、肺结核、冠心病、动脉硬化等数十种呼吸心血管疾病的取穴、操作方法、基本功能、主治及疗效作了详细的介绍。

。

.....

<<5分钟头面按摩治百病>>

章节摘录

书摘

## <<5分钟头面按摩治百病>>

### 媒体关注与评论

前言随着中医保健按摩的日渐深入人心，大量的有关中医保健按摩的书籍出版问世已受到了人们的普遍欢迎。

近年来，家庭保健按摩治疗学已有了日渐分化的趋势，即在大众中医按摩保健的基础上逐渐分化出头面部按摩、脊柱按摩学、腹部按摩、健胸按摩、减肥按摩、耳部按摩、眼部按摩、足部按摩、手部按摩、臀部按摩健美、头面部按摩美容等若干个新分支，这部《5分钟头面按摩治百病》就是专门讨论家庭头面部按摩保健的一本实用入门书。

我们知道中医认为头为诸阳之首，人体的阳经都上行于头部，与此同时头部又是神经血管中枢最集中的地方，有着丰富的神经反射区和遍布整个头部的保健穴位，这就为我们中医头皮按摩的确切疗效提供了基础，同时也为头皮按摩疗法的科学性和有效性提供了有力佐证，而头面按摩法更在治疗高血压、头痛、失眠等常见疾病方面以及面部美容保健方面有着明确的效果，广大养生爱好者不可不学。这部《5分钟头面按摩治百病》从实用的角度出发，详细地介绍了头皮按摩的原理和操作原则、治疗方法及注意事项涉及到人体六大系统常见的一百种疾病，特别是头皮按摩治疗学将头皮分区按摩与头皮穴位按摩结合起来运用，把临床效验的头部传统穴位与临床实践证明行之有效的现代神经反射相结合，更注重操作的简便性和有效性从而为广大读者了解学习和掌握头皮按摩术提供了简明的读本。

值得指出的是，本书注重科学性和效验性，既介绍了治疗人体的常见病多发病治疗操作方法，也对其功效和主治作了简短的说明，其中既有文字说明也有操作示意图，既有该穴该区的基本定位，又有操作的先后顺序，是一本图文并茂简便易读的家庭保健实用著作，相信会得到广大读者的喜爱。

<<5分钟头面按摩治百病>>

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>