<<学修脚非常脚艺>>

图书基本信息

书名: <<学修脚 非常脚艺>>

13位ISBN编号:9787807392378

10位ISBN编号:7807392371

出版时间:2009-2

出版时间:中原农民出版社

作者:许平

页数:183

字数:168000

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

<<学修脚非常脚艺>>

内容概要

本书作者结合自己多年的修脚经验和开店见闻,总结整理了这本小册子,希望能对培养新人有所帮助。

本书详细介绍了修脚工具、手法、刀法、足部常见疾病治疗及护理。 另外,还收录了许多实用的方剂,并附有药浴、导引疗法。 特别要说明的是:内服药,只能作参考,不能照搬照用。 本书实用性强,语言通俗易懂。

<<学修脚非常脚艺>>

书籍目录

第一章 修脚技能技巧

- 第一节 足部生理学常识
 - 一、图说足部生理
- 二、病脚观察

第二节 修脚专用刀具及保养

- 一、修脚师常备工具、药物药品和用具
- 二、修脚工具的维护 三、磨刀法

第三节 持脚法与持刀法

- 一、持脚法
- (一)脚趾部持法
- (二)脚掌、脚弓及脚内外侧持法
- (三)脚跟部持法
- 二、持刀法
- (一)锛刀持法
- (二)片刀持法
- (三)条刀持法
- (四)钎针持法
- (五)基本功练习

第四节 基本操作方法

- 一、下刀前的准备 二、修脚刀法
- (一)片法
- (二)锛法 (三)断法
- (四)劈法
- (五)整法
- (六)挖法
- (七)起法
- (八)撕法

第五节 消毒与修脚的注意事项

- 一、消毒 二、修脚的注意事项
- (一)认真询问病史
- (二)避免紧张和恐惧

第二章 脚病的诊断与治疗

第一节 足部皮肤病

- 一、鸡眼 二、脚垫、茧子
- 三、掌跖角化病
- 四、瘢痕增生
- 五、疣
- 六、足癣
- 七、手足皲裂
- 八、湿疹

<<学修脚非常脚艺>>

- 九、甲癣(灰趾甲)
- 十、嵌甲
- 十一、甲下血肿 十二、畸形趾甲
- 十三、甲变色
- 第二节 足部的感染性疾病
- 一、甲沟炎
- 二、脓性趾头
- 三、足癣并发感染
- 第三节 足部损伤
- 一、开放性损伤
- 二、闭合性损伤
- (一)踝关节扭伤
- (二)跗跖关节扭伤
- (三)距舟关节扭伤
- (四)踝关节脱位
- (五)跗跖关节脱位
- (六)舟骨脱位
- (七)跖趾关节脱位
- (八)跟腱断裂
- 第四节 骨质增生
- 一、跟骨骨刺 二、趾骨骨刺
- 第五节 足部畸形
- 一、躅趾外翻
- 二、锤状趾 三、重叠趾
- 四、并趾与多趾
- 五、扁平足
- 六、先天性马蹄内翻足
- 第六节 足部血管性疾病
- 一、血栓闭塞性脉管炎 二、手足厥冷
- 三、臭足症
- 四、手足脱皮
- 五、肢端动脉硬化症
- 第七节 其他足病
- 一、跖腱膜炎
- 二、滑囊炎三、跖管综合征
- 四、足跟痛
- 五、足前部痛
- 六、足劳损
- 七、痛风
- 第三章 足部日常保健
- 第一节 健康之浴,始于足下
 - 一、足浴保健的原理

<<学修脚非常脚艺>>

- 二、足浴足疗的作用
- 三、热水足浴与冷水足浴
- 四、足浴的正确方法和注意事项
- 五、不适合足浴的人群

第二节 看脚识健康

- 一、观脚与观鞋
- (一)观脚
- (二)观鞋
- 二、触摸知虚实

第三节 自然足疗法

- 一、健走中的足疗
- (一)健走的诀窍
- (二)健走的趣味 (三)步行抗衰老
- (四)天天按摩脚
- 二、倒走及上楼梯时的足疗
- (一)倒走足疗
- (二)上楼梯足疗
- 三、足部保健运动
- (一)跺脚
- (二)旋脚
- (三)转膝
- (四)摆腿
- (五)弹腿
- (六)跳跃
- (七)拉伸
- (八)踩球流柱
- (九)屈膝
- (十)下蹲运动
- (十一)压腿运动

第四章 足病预防及神奇的药浴疗法

第一节 足病预防

- 一、治疗原发性疾病
- 二、预防和减少机械性、外伤性损伤 三、加强劳动保护
- 四、防治足癣
- 五、避免感受寒凉
- 六、矫正畸形足

第二节 自我按摩保健的方法

- 一、摩法 二、揉法
- 三、点按法
- 四、摇拉法
- 五、自我按摩保健的注意事项

第三节 神奇的药浴疗法

- 一、药浴分类和方法
- (一)按部位分类

<<学修脚非常脚艺>>

- (二)按方式方法分类
- 二、药浴特点和作用
- 三、药浴治疗皮肤病偏方
- (一)足癣
- (二)脓疱疮
- (三)皮肤瘙痒症
- (四)硬皮病
- (五)神经性皮炎
- (六)痱子
- (七)冻疮
- (八)疔疮
- (九)臁疮

第四节 足部保健对常见病的治疗作用

- 一、常见病的足部治疗与保健方法
- (一)足反射区按摩疗法
- (二)足部经穴按摩法
- (三)足部井穴放血法
- (四)足针疗法
- (五)足心敷贴药物法
- 二、足部导引疗法
- (一)滚足导引
- (二)踝部导引
- (三)足尖导引
- (四)足里合外展导引
- (五)翻足导引
- (六)跪足导引
- (七)吐纳功足导引
- (八)涌泉穴按摩导引
- 三、足部导引的注意事项
- 四、足部保健操
- (一)促进足部血液循环的保健操
- (二)消除酸胀的足部按摩操

<<学修脚非常脚艺>>

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