

# 从零开始学按摩



[从零开始学按摩\\_下载链接1](#)

著者:薛永阁

出版者:化学工业出版社

出版时间:2012-1

装帧:平装

isbn:9787122119599

《从零开始学按摩》用通俗易懂的语言介绍了按摩的基本知识、常用穴位、手法要领等内容，并针对34种常见病症，向读者传授了行之有效的按摩治疗手法。《从零开始学按摩》配有标准手绘图以及真人示范动作图，即使不懂穴位和按摩的人也能轻松上手。

作者介绍:

薛永阁，中医世家出身，太极推拿的创始人，拥有[太极手法中华魔手]之称。系太极宗师陈氏十八代传人冯志强先生的嫡传弟子，骨伤教授葛长海先生亲传弟子。在继承祖传医学经验以及师门技法的同时，融儒、释、道、武、医为一体，创立了自己的独特手法——太极手法，并在足部和腰背部推拿的研究和实践方面积累了极为丰富的经验。

目录: 第一章 按摩基础知识 按摩的功效 按摩的禁忌证 按摩的适应证 按摩环境选择 按摩时间与间隔 按摩手法要领 常用按摩穴位第二章 常见病症的按摩疗法 感冒 咳嗽 哮喘 高血压病 低血压病 冠心病 心悸 胃下垂 胃痛 呕吐 慢性腹泻 腹胀 便秘 痔 失眠 神经衰弱 糖尿病 高脂血症 落枕 肩周炎 颈椎病 腰肌劳损 月经不调 更年期综合征 阳痿 前列腺炎 近视 鼻炎 咽炎 牙痛 耳鸣 抽筋 中暑 心绞痛  
· · · · · · ([收起](#))

[从零开始学按摩\\_下载链接1](#)

标签

阅读

不错的书

藏书

书籍

文学

图书馆

从零开始学按摩

翻译

评论

-----  
[从零开始学按摩 下载链接1](#)

书评

-----  
[从零开始学按摩 下载链接1](#)