

# 按摩学基础



[按摩学基础\\_下载链接1](#)

著者:邵铭熙

出版者:中国医药科技出版社

出版时间:1999-09

装帧:平装

isbn:9787506721554

作者介绍:

目录: 目 录

绪论

第一章 按摩简史

第二章 按摩手法

第一节 按摩手法概论

第二节 常用按摩手法

一 摆动类手法

二 摩擦类手法

三 挤压类手法

四 振动类手法

五 叩击类手法

六 运动关节类手法

第三节 按摩手法练习

一 米袋上练习

二 人体上练习

第三章 按摩作用原理

第一节 按摩的基本作用及作用原理

- 一 调理脏腑
- 二 疏通经络
- 三 调和气血
- 四 舒筋活血
- 五 理筋整复
- 六 防病保健
- 第二节 按摩的补泻作用
- 第三节 按摩机理的现代研究
- 一 按摩对循环系统的影响
- 二 按摩对消化系统的影响
- 三 按摩对呼吸系统的影响
- 四 按摩对血液系统的影响
- 五 按摩对神经系统的影响
- 六 按摩对运动系统的影响
- 七 按摩对免疫系统的影响
- 八 按摩对皮肤及皮下组织的影响
- 九 按摩对体温的影响
- 第四章 按摩治疗原则及治法
- 第一节 按摩治疗原则
- 一 治病求本
- 二 扶正祛邪
- 三 调整阴阳
- 四 因时、因地 因人制宜
- 五 未病先防
- 第二节 按摩基本治法
- 一 温法
- 二 通法
- 三 补法
- 四 泻法
- 五 汗法
- 六 和法
- 七 散法
- 八 清法
- 第五章 按摩治疗穴位和部位的选择
- 第一节 按摩治疗穴位的选择
- 一 选穴原则
- 二 配穴原则
- 三 特定穴的应用
- 第二节 按摩治疗部位的选择
- 一 感觉过敏
- 二 穴位组织松弛 凹陷 隆起或坚硬
- 三 皮下结节或条索状反应物
- 第六章 按摩临床知要
- 第一节 按摩的适应症 禁忌症及注意事项
- 一 按摩适应症
- 二 按摩禁忌症
- 三 按摩的注意事项
- 第二节 按摩时的体位
- 一 患者体位
- 二 医者体位
- 第三节 按摩介质和热敷
- 一 按摩介质
- 二 热敷
- 第四节 按摩意外的预防与处理

一 晕厥

二 疼痛加重

三 皮肤破损

四 皮肤烫伤

五 皮下出血

六 骨 关节损伤

第七章 按摩练功

第一节 练功的注意事项

第二节 易筋经

一 韦驮献杵第一势

二 韦驮献杵第二势

三 韦驮献杵第三势

四 摘星换斗

五 倒拽九牛尾

六 出爪亮翅

七 九鬼拔马力

八 三盘落地

九 青龙探爪

十 饿虎扑食

十一 打躬击鼓

十二 掉尾摇头

第三节 少林内功

一 基本裆势

二 基本动作

第四节 八段锦

一 两手托天理三焦

二 左右开弓似射雕

三 调理脾胃臂单举

四 五劳七伤向后瞧

五 摇头摆尾去心火

六 两手攀足固肾腰

七 攒拳怒目增气力

八 背后七颠诸病消

•

•

•

•

•

•

(收起)

[按摩学基础\\_下载链接1](#)

标签

按摩学基础

邵铭熙

# 评论

我是按摩师

-----  
[按摩学基础\\_下载链接1](#)

# 书评

-----  
[按摩学基础\\_下载链接1](#)