

﴿بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ﴾

ماساژ درمانی

(درمان بیماری‌های صعب‌العلاج)

تألیف: دکتر یاسر محمدی کمریز

ناشر: انتشارات حسینی اصل

سرشناسه : محمودی ، کهریز، بابک ۱۳۶۶
عنوان و نام پدید آور: ماساژدرمانی (درمان بیماری های صعب العلاج)
مشخصات نشر: ارومیه ، حسینی اصل ۱۳۹۵
مشخصات ظاهری : ۲۰۰ ص . مصور
شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۲۴۹-۰۷۸-۰

وضعیت فهرست نویسی : فیا
بازداشت : کتابنامه

موضوع : ماساژدرمانی Massage therapy

هزینه کتاب : ۱۳۹۰ م ۳ م ۷۲۱ RM

رده بندی دیسی : ۶۱۵/۸۲۲ شماره کتابشناسی ملی : ۴۳۲۴۷۱۲

روم خیابان طالقانی تلفن ۰۴۴ ۳۲۳۵۲۴۰۳

entesharathoseini@yahoo.co.ir



نام کتاب : ماساژ درهانی

(درمان بیماریهای صعب العلاج)

مؤلف : دکتر بابک محمودی

سال چاپ : اول ۱۳۹۶

تیراژ : ۲۰۰۰ جلد

ناشر : مؤسسه انتشاراتی حسینی اصل

شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۲۴۹-۰۷۸-۰

قیمت : ۹۰۰۰ تومان

فهرست مطالب

۱۰.....	ماساژ درمانی چیست؟
۱۰.....	تاریخچه ماساژ درمانی چیست؟
۱۱.....	اسناد تاریخی ماساژ.....
۱۵.....	سبک‌های مختلف ماساژ درمانی کدامند؟
۱۶.....	چه حقیقات و مطالعاتی در مورد ماساژ موجود است؟
۱۸.....	در جلسه ماساژ درمانی چه اتفاقی رخ می‌دهد؟
۱۹.....	درمانگر ماساژ درمانی چگونه انتخاب می‌شود؟
۲۰.....	احتیاط در ماساژ درمانی چیست؟
۲۳.....	انتخاب روش ماساژ.....
۲۷.....	کاربرد طب فشاری در تجدید قوای حیاتی.....
۳۲.....	حرکات بنیادین و سستی ماساژ.....
۳۳.....	سبک‌ها و تکنیک‌های ماساژ درمانی.....
۳۴.....	تکنیک‌ها و حرکات ماساژ سوئدی.....
۳۴.....	ماساژ معاصر غربی.....
۳۶.....	تکنیک‌های ماساژ ورزشی.....
۳۷.....	میوترایی.....
۳۷.....	روش رولیفینگ.....
۳۸.....	فلدان کرایس.....
۴۲.....	منافع سلامتی روش فلدان کرایس.....
۴۵.....	چه انتظاری از روش الکساندر می‌توان داشت؟

۴۷.....	موارد احتیاطی روش الکساندر.....
۴۷.....	ماساژ شرقی.....
۴۸.....	اشتباهات (مشت و مال) ماساژ مفاصل و استخوان‌ها.....
۵۵.....	ماساژ درمانی پیشرفته.....
۶۰.....	اساس روش رفلکسولوژی پا.....
۶۱.....	ماساژ نوازشی.....
۶۵.....	ساز باعث بهبود بافت عضلات می‌شود.....
۶۵.....	ساز ملایم ماساژ کالیفرنایی.....
۶۶.....	سالن.....
۶۷.....	ماساژ استخوانی.....
۶۸.....	ماساژهای شدید.....
۶۸.....	اما.....
۶۹.....	شیاتسو.....
۶۹.....	ماساژ سوئدی.....
۷۰.....	سایر ماساژها.....
۷۱.....	کشش لنفاوی.....
۷۱.....	جین شین دو.....
۷۲.....	تراگر.....
۷۲.....	ماساژ سنگی.....
۷۳.....	ماساژ سر.....
۷۳.....	پفریمر.....

- ۷۳..... ممنوعات ماساژ درمانی
- ۷۴..... ماساژ با سنگ داغ
- ۷۵..... شیاتسو
- ۷۶..... ماساژ درمانی دیسک کمر و کمردرد
- ۷۸..... فیه و میالزیا
- ۷۹..... ییک شدن و بهبودی
- ۸۰..... ماساژ درمانی رای سیاتیک
- ۸۰..... ماساژ درونی برای درد گردن
- ۸۳..... ماساژ منظم شانه
- ۸۳..... ماساژ شانه منجمد
- ۸۴..... ماساژ دست و پا
- ۸۴..... برخی از موارد منع مصرف ماساژ
- ۸۶..... فواید ماساژ صورت
- ۸۹..... ماساژ روی سلامتی پوست هم اثر دارد؟
- ۹۰..... قبل از انجام ماساژ چه نکاتی باید رعایت شود؟
- ۹۰..... ماساژ صورت در چه مواردی ممنوع است؟
- ۹۰..... برای آکنه هم ماساژ ممنوع است؟
- ۹۰..... ماساژ چشم‌ها
- ۹۰..... فواید ماساژ چشم و صورت
- ۹۹..... تمرین‌های خدای سه سر
- ۹۹..... گوش

چشم.....	۱۰۰
دوران چشم‌ها از راست به چپ.....	۱۰۱
طریقه کنترل کردن نبض.....	۱۰۱
مراحل انجام ماساژ قلبی.....	۱۰۲
Circulation ماساژ قلبی.....	۱۰۳
ماساژ کبد.....	۱۰۴
ماساژ پاها.....	۱۰۵
آغوش ماساژ کف پاها.....	۱۰۹
ماساژها، ملایم.....	۱۱۲
ماساژ تایلند.....	۱۱۳
وتسو.....	۱۱۴
ماساژ نقاط حساس.....	۱۱۵
شیاتسو.....	۱۱۵
انواع ماساژ و فواید آن بر بدن.....	۱۱۵
ماساژ ملایم، ماساژ کالیفرنایی.....	۱۱۶
ماساژ و لاغری.....	۱۱۷
ماساژ روی چه اعضای از بدن بیشتر انجام می‌گیرد.....	۱۱۷
تأثیر ماساژ بر دیسک کمر.....	۱۱۷
تأثیر ماساژ بر کاهش فشار خون.....	۱۱۸
تأثیر ماساژ درمانی بر سطوح گلوکز خون کودکان دیابتی.....	۱۱۹
ماساژ، مفید یا مضر؟.....	۱۲۷

- ۱۲۷..... ماساژ چقدر می‌تواند در رفع خستگی مؤثر باشد؟
- ۱۲۷..... آیا ماساژ می‌تواند بر بهبود بیماری‌ها نیز تأثیر بگذارد؟
- ۱۲۸..... این کار چه زمانی در دنیا باب شده است؟
- ۱۲۸..... آیا انجام این کار می‌تواند باعث بروز مشکل شود؟
- ۱۲۹..... توصیه به ماساژورها.....
- ۱۲۹..... آیا ماساژ درمانی در جوان کردن پوست مؤثر است؟
- ۱۳۰..... آیا بر فردی می‌تواند این کار را انجام دهد؟
- ۱۳۰..... چرا بعضی اوقات پس از گرفتن ماساژ احساس درد دارند؟
- ۱۳۱..... اثرات مثبت و منفی ماساژ.....
- ۱۳۲..... بهبود گردش خون و جریان لیمفوی و کاهش درد.....
- ۱۳۲..... تأثیر بر هورمون استرس.....
- ۱۳۲..... تأثیر ماساژ بر روی کودکان.....
- ۱۳۳..... ماساژ درمانی باعث تناسب اندام می‌شود.....
- ۱۳۴..... ماساژ درمانی در افزایش قد و رشد مؤثر است.....
- ۱۳۵..... ماساژ درمانی سبب ریلکس شدن عمیق می‌شود.....
- ۱۳۶..... تأثیرات مثبت ماساژ.....
- ۱۳۶..... تعدیل و تنظیم استخوان بندی عضلات و مفاصل.....
- ۱۳۷..... ماساژ، آرامش و التیام می‌آورد.....
- ۱۳۷..... ماساژ اضطراب و استرس را کاهش می‌دهد.....
- ۱۳۷..... ماساژ درمانی برای تسکین پاهای خسته.....
- ۱۳۸..... ماساژ درمانی برای تسکین کمردرد.....

- ۱۳۸..... ماساژ درمانی یا ورزش درمانی چیست؟
- ۱۶۱..... سیاتیک در کمین افراد کم تحرک
- ۱۶۱..... گرفتگی عضلات در ساق پا
- ۱۶۲..... عصب سیاتیک بلندترین و قطورترین عصب بدن است
- ۱۶۴..... ورزش بهتر است یا استراحت
- ۱۶۴..... ویژگی‌های مخصوص ورزش مخصوص سیاتیک
- ۱۶۶..... درد سیاتیک چگونه ایجاد می‌شود
- ۱۶۸..... نخه‌های سیاتیک را بشناسید
- ۱۷۰..... سیاتیک شغل ما مرتبط است
- ۱۷۰..... پاییز فصل دردها بسیار است
- ۱۷۱..... رژیم غذایی برای مبارزه با سیاتیک
- ۱۷۵..... درد سیاتیک از کجا می‌آید؟
- ۱۸۵..... درمان آرتروز با ماساژ
- ۱۸۶..... آرتروز زانو چیست؟
- ۱۸۷..... فواید ماساژ روزانه بدن
- ۱۸۹..... ماساژ هر روز صبح و بعد از ظهر
- ۱۸۹..... ماساژ شکم بعد از هر غذا
- ۱۹۰..... ماساژ قبل و بعد از ورزش
- ۱۹۰..... ماساژ دست‌ها
- ۱۹۰..... ماساژ پاها
- ۱۹۲..... ماساژ پاها بعد از پوشیدن کفش‌های پاشنه‌دار

- ۱۹۲..... ماساژ گردن
- ۱۹۵..... برخی از هزاران فایده ماساژ
- ۱۹۸..... فواید دیگر ماساژ
- ۲۰۰..... معرفی برخی از آثار بالارزش مؤلف

www.ketab.ir