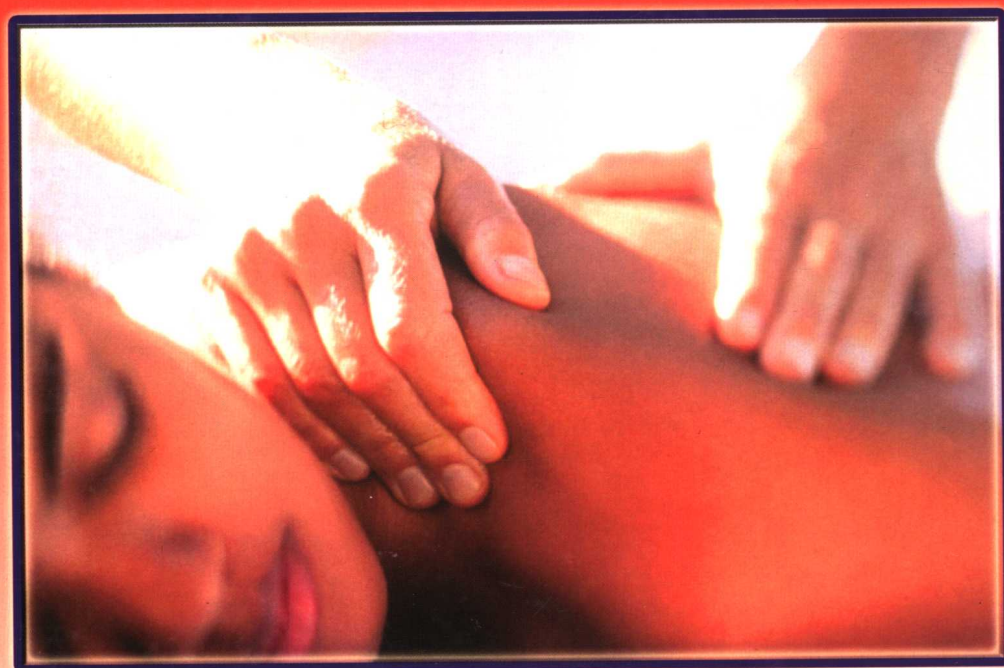


西方现代临床按摩系列

本书
提供有解剖学
CD-ROM!

Introduction to Massage Therapy

按摩疗法导论



〔美〕玛丽·B·布朗 斯蒂芬妮·J·西蒙森 编著
李德淳 主译 赵 晔 李 云 等译

LIPPINCOTT WILLIAMS & WILKINS INC. 授权
天津科技翻译出版公司出版

西方现代临床按摩系列

Introduction to Massage Therapy

按摩疗法导论

编著 [美] 玛丽·B·布朗

斯蒂芬妮·J·西蒙森

主译 李德淳

译者 (以姓氏笔画为序)

王 勇	王 涛	王雪华	史丽英
池丽娟	李 云	李 平	李 琤
李德淳	步怀恩	张 玮	张华静
陈卫碧	赵 晔	耿 甦	蒋成英



LIPPINCOTT WILLIAMS & WILKINS INC. 授权

天津科技翻译出版公司出版

著作权合同登记号:图字:02-2005-35

图书在版编目(CIP)数据

按摩疗法导论/(美)布朗(Braun, M. B.), (美)西蒙森(Simonson, S. J.)编著;李德淳等译. —天津:天津科技翻译出版公司, 2006.1

书名原文:Introduction to Massage Therapy

ISBN 7-5433-1940-3

I. 按... II. ①布... ②西... ③李... III. 按摩 IV. R454.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 117395 号

Copyright © 2005 by Lippincott Williams & Wilkins Inc.

All rights reserved. No reproduction, copy or transmission of this publication may be made without written permission.

本书中所给出的各种药物的适应证、副作用和剂量安排,虽经专家审定均正确无误,但今后仍会有所变更。因此读者在使用时应以各药厂提供的使用说明为准。

中文简体字版权属天津科技翻译出版公司。

授权单位:Lippincott Williams & Wilkins Inc.

出版:天津科技翻译出版公司

出版人:蔡颢

地址:天津市南开区白堤路 244 号

邮政编码:300192

电话:022-87894896

传真:022-87895650

网址:www.tsttpc.com

印刷:山东新华印刷厂临沂厂印刷

发行:全国新华书店

版本记录:889×1194 16 开本 30.25 印张 976 千字

2006 年 1 月第 1 版 2006 年 1 月第 1 次印刷

定价:260.00 元

(如发现印装问题,可与出版社调换)

献给我的祖父 Clarence John Pickard,
是您教我许多事情,
包括通过读书得到知识和力量。

献给我的双亲 Leo 和 Mary Jane,
是您的教育我能做成任何事情。

—— 玛丽·B·布朗

献给想要学习按摩和想要传授按摩的人们。

—— 斯蒂芬妮·J·西蒙森

译者序

此前翻译的《基础临床按摩疗法》(Basic Clinical Massage Therapy: Integrating Anatomy and Treatment)一书由天津科技翻译出版公司出版后,受到广大读者的厚爱。本人收到不少来信来电咨询有关西方按摩疗法的情况,而且有的省市的一些院校还将本书作为传授西方按摩疗法的教科书,使我感到十分欣慰。

为满足广大读者和对西方按摩疗法有兴趣的健康护理工作人员的要求,天津科技翻译出版公司决定将美国Lippincott Williams & Wilkins公司出版的《按摩疗法导论》(Introduction To Massage Therapy)和《按摩相关的解剖学和生理学》(The Massage Connection Anatomy & Physiology)推荐给广大读者。为尽快完成翻译工作,我们组织了有一定英语翻译基础并对按摩疗法有所了解的青年教师、临床医师和研究生,经过大家的共同努力,终于在较短的时间内完成了这两部书的翻译工作。

《按摩疗法导论》是按摩系列丛书的开篇著作,全书系统地介绍了世界范围内(包括中国)按摩的历史渊源和发展。最终落实到近半个世纪以来西方按摩的业务实践和研究成果。在各章的讲述中详细地介绍了按摩涉及的伦理学和职业道德;按摩疗法在世界范围通用的术语;按摩相关的解剖学和生理学;开展按摩业务所需要的设备和环境;按摩疗法的合法经营策略;按摩中顾客的体位,按摩中的应用以及躯体力学原理和应用;按摩前的评价和治疗方案的制订。本书中最具价值并需认真学习的是:西方按摩疗法的基本叩击方法及流程;实用治疗性技术;特殊技术的应用以及特殊人群的按摩治疗技巧和应注意的问题。在本书的最后附录中列出了专用词汇表,对全书专用词汇做了总结,我们在翻译过程中保留了原英文词汇,译出了中文译义和解释,以帮助读者更好地理解这些词汇的实际意义。

西方按摩疗法对我们是似曾相识,但又是全新的知识,在我国也是似很熟悉但又是崭新的领域。愿这套系列丛书的出版能让更多的读者和健康护理工作人员了解西方按摩疗法,推动这一躯体疗法在我国的普及,为广大人民群众的健康事业做出应有的贡献。

李德淳

2005年10月于天津

前言

《按摩》

《按摩疗法导论》主要是为按摩疗法入门水平的学生编写的一部教科书,这些学生正在寻求为成为专业按摩师所需要的基础知识和实际技能。本教材结合基础解剖学、生理学与按摩疗法技术,介绍了按摩的历史、专业术语、文书资料、交流技巧、经营策略以及按摩师的自我保护措施。

本书也可作为开业按摩师的基本参考书。开业按摩师需要了解与软组织相关的解剖学与生理学的基础知识,也需要懂得按摩疗法操作中各种各样的技能。该书的设计力求提供更多评估和治疗的有用的信息,特别是独特的肌肉剖面图,为治疗相关部位提供了极好的指南。

本书的诞生是因为我们想为开始学习按摩疗法的学生开设更完整的基础和实践课程,同时也为按摩疗法的教师提供一本可作为指南的教科书。通过精心安排和通力合作,我们已经完成了这部按摩疗法教科书,它能带领读者将课堂上学到的基础知识应用到课堂外的实际工作中。

本书的编排及特色

全书共14章,以循序渐进的顺序排列,每一章都建立在前一章的基础之上。它的设计是通过接收一位新顾客引导学生了解收集信息、评价顾客存在的问题、制订治疗计划的过程,最终帮助读者学会如何建立按摩疗法诊所,同时通过自我保护保持健康和活力。

这本书的版面设计是特别形象的,插图和照片的安排能帮助读者理解基础知识并利于手头操作。此外,还包括许多有特色的醒目专栏,如:

-  循序渐进程序版块 使得读者能在课堂内外实践操作技能。

- 先进的案例研究 引领读者建立文书档案过程,因为在按摩治疗的不同阶段会出现典型的样本性客户。
- 特殊肌肉的剖面图(在第4章的结尾) 以易于参照的版面设计呈现了相关软组织部位涉及的肌肉和特殊的运动方式。这一部分内容与James H. Clay和David M.Pounds编著,由Lippincott Williams & Wilkins公司出版的《基础临床按摩疗法:解剖学与治疗学的结合》(该书已由天津科技翻译出版公司于2004年翻译出版)中的精美的艺术图片相关。
- 关键点 强调在实际应用和顾客教育中特别重要的信息。
-  警示版块 指出在按摩师实际工作中可能的禁忌证和应注意的问题。
- 关键词 在每一章的开头和书后的专用词汇表中有它们的定义,帮助学生熟悉与按摩疗法有关的基本词汇。
- 每章的复习题 帮助学生复习和巩固在该章学到的知识。
- 免费3D解剖学CD盘(来自Primal Pictures) 以图画的形式描述了肌肉和软组织的分层结构,帮助学生加深理解解剖学的知识。

便于于学校和教师

本书涵盖了基本知识的全部重要内容,它有足够的选择性和伸缩性,可用于任何类型的按摩疗法学习班。它可以作为其他教材的补充而适应任何按摩课程。例如,以临床为主的学习班可以使用更深的解剖学和生理学书籍,而以温泉按摩为主的学习班可以以水疗和熏香疗法作为这一教材的补充。以特殊版式呈

现的内容使教师能很容易地开设和教授这些课程。此外,还有供教师利用的完整的教学资料。这些资源可以在CD盘上找到,也可见我们的网页<http://connection.lww.com/go/braun>,包括有本书用于讲座和讲义中的图像、每一章的PowerPoint网介绍、附加的案例研究、连接因特网索取详细资料的网址、本书各章的大意以及多于750个问题的试题库。另外,学生可以点击进入我们的学生资源中心<http://connection.lww.com/go/braun>,其中包括有附加复习题的互动测试库。

小结

本书基于基础知识和实际技能的内容使它既能适于入门水平按摩疗法的学生,又适于开业按摩师,特色的肌肉剖面图可以使开业按摩师应对特殊顾客的治疗。循序渐进的程序会帮助学生比较容易地学习并实践基础按摩的技巧。

我们预祝每一位读者在学习按摩疗法中取得成功,并希望本书成为各个岗位上的实践者的有价值的参考书。

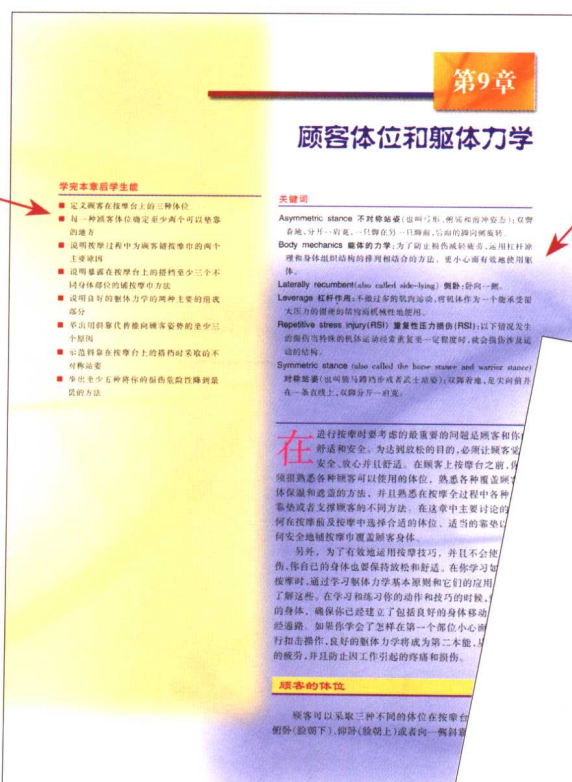
玛丽·B·布朗
斯蒂芬妮·J·西蒙森

《按摩疗法导论》为你提供了成为一名按摩师所必需的基本知识。这部精美的教科书将使你得到完整的知识,并帮助你了解按摩疗法的精华,包括基本技

巧、发展史、医学术语、药理学、评价方法、文书资料、伦理学、病理学、自我保护等。用书指南将指导你如何利用本书的特点去工作。

学习目的

列在每一章开头的目的清楚地概括了学完该章后你能够做的事情。



术语

关键词,在每一章的开头和书后的专用词汇表中有它们的定义,帮助你熟悉按摩疗法相关的术语。

关键点

关键点,以不同的颜色强调在顾客教育与实际应用中特别重要的信息。



先进的案例研究展示典型的样本性客户,引领你在按摩治疗的不同阶段建立文书档案的程序。

上述所有SOAP表格的例子都是整齐的表格,以保证有足够的空间记录下治疗性按摩的每个细节。还有许多可利用的经过变化的表格。当对顾客进行一般性治疗或是进行保健按摩时,可以使用小表格来记录,例如HxTx、HxTx表,包括当前的和最近的健康、健康状况和状况或疾病以及当时接受的治疗。你所治疗

在整篇教材中我们引用了3个不同顾客的例子。在这章中介绍的参与者,通过用于记录他们信息的资料表格即健康史和SOAP记录,追踪了他们的简单生平。SOAP记录中强调了他们的主观信息,详见于本章在后面几章中,你会看到强调这些章节中适当内容的同样的SOAP记录。在此我们以Rob Blackwell、Timothy Roberts和Kirsten Van Marter为例。



特殊的肌肉剖面图,在第4章解剖学和生理学导论的最后,以易于参考的版式呈现了在相关的软组织部位所涉及的肌肉和特殊的运动,并用色彩表明各层相关肌肉。

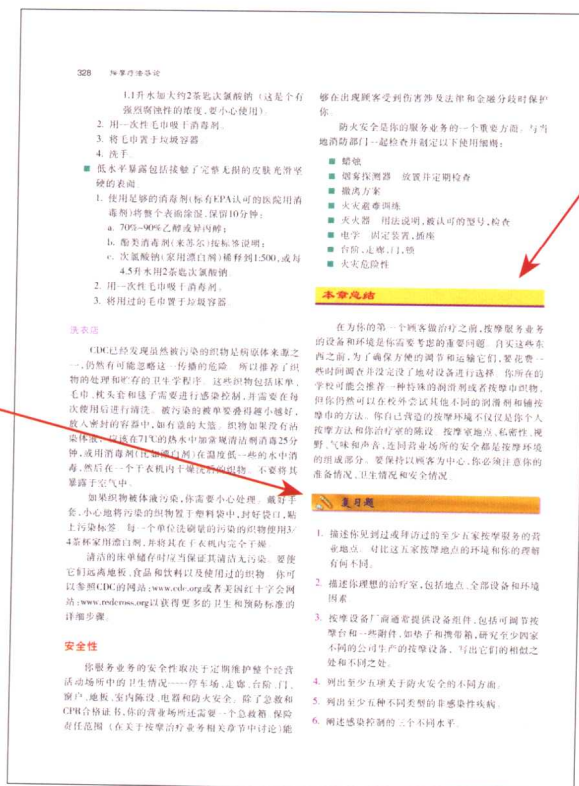


第 3 章 離散和連續時間系統 211

复习资料

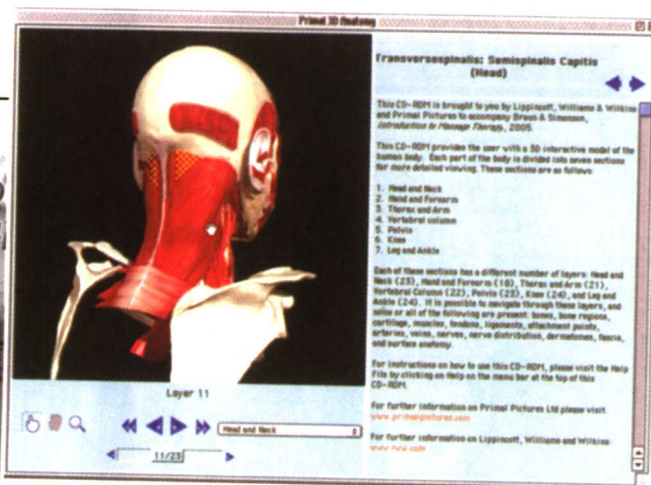
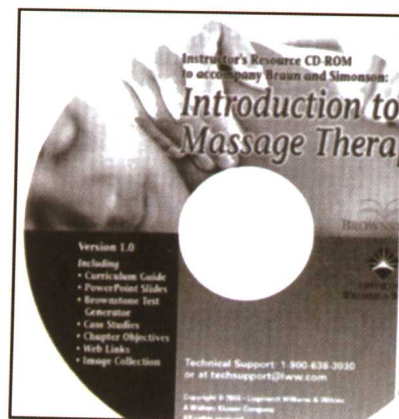
趣味性的、引发思考的复习题和案例研究帮助你增强并应用重要概念和论题。

学生复习题，在每一章的最后，提供了复习题，可用于检测你学到的知识。



每章小结摘要总结了该章应该了解和记住的重点概念和论题。

免费CD盘



免费3D解剖学CD盘，来自Primal Pictures，提供了有价值的解剖学3D资料信息，可帮助你加理解解剖学的知识。可以旋转的人体解剖学模型图给予全方位的视觉展示。可以增减的解剖学层次结构图帮助你更加熟悉人体的结构。

致 谢

我们由衷地感谢Lippincott Williams & Wilkins出版公司的全体人员，感谢他们在本书出版过程中，自始至终孜孜不倦地工作。我们特别感谢：

- Pete Darcy, 学识广博的资深编辑
- Nancy Peterson, 开发部经理
- David Payne, 开发部编辑
- Doug Smock, 图书策划
- Christen DeMarco, 市场部资深经理
- Kate Staples和Joseph Latta, 编辑助理
- Leigh Wells, 销售部经理(和她的所有同事)
- Eric Branger, 总编辑
- Karen Gulliver, 美术编辑

我们特别感谢我们开发部编辑Tom Lochhaas, 感谢他的学识、他的指导及付出的时间。他提出的专业性的建议使得本书毫无疑问地成为出色的教材。本书已经通过了按摩疗法领域专家们的审读程序(见审读者名单), 我感谢他们各位投入的精力和时间。

我也感谢我们的美工师Rob Duckwall和Dragonfly Media Group以及摄影师Don Distel, 感谢他们对本书做出的杰出贡献。

我们的朋友,《按摩师病理学指南》的作者Ruth Werner帮助我们与Lippincott Williams & Wilkins公司销售部的Victoria Isaacs取得联系, 说明了我们出版教材的想法。我们感谢Ruth和Victoria对我们的信任和鼓励。我们也感谢Diana Thompson,《手康复》的著名作

者, 为我们提供了详细的资料。

我们感谢为全书提供模特的每一位志愿者, 他们是: Rob Blackwell, Jeff Braun, Kylie Clevenger, Karla Eggart, Anne Jordan, Larry Marietta, Andy Simonson, Bob Simonson, Claire Simonson, Robert T. Simonson博士, Annie VanderLinden和Kirsten VanMarter-Clevenger。

玛丽·B·布朗特别想要感谢她的家人、朋友和顾客, 感谢他们在本书从计划、写作至出版的整个过程中的鼓励和支持, 他们包括: 她的双亲Leo和Mary Jane Braun, Jim Braun, Jeff Braun; Cathy和Scott Seibert; Rita和Bob Englum; Jim Pickard; John和Sandy Pickard; Kirsten VanMarter-Clevenger; Larry Marietta; Annie VanderLinden; Anne Jordan; Marcia Gilson; Tyler Ray; Rob Blackwell; Kathy Kane (a.k.a Super k); Kathy Latimer; Nancy McGuire; Margi Cangany-Lane; Christopher Sovereign; Cynthia Ribeiro, Carolyn Talley-Porter; Laurel和Howard Freeman, Charna Rosenholtz和Randa Cherry。

斯蒂芬妮·J·西蒙森感谢Andy、Kieran和Keely, 感谢他们在完成本书的这年中树立起来的独立的愿望和能力。与正在写书的人生活的经历与写书一样也是一个挑战。同样, 她也感谢她的父母, 他们教育她努力工作的价值以及如何去努力工作。没有这两方面, 这本书是不可能完成的。Marilyn和Horace Davis教会她学习到多种方法而讲授有更多的方法。他们与她的学生都已经接受了这本书。

目 录

译者序	v
前言	vii
用书指南	ix
致谢	xiii

第1章 欢迎加入按摩疗法领域

按摩的历史	2	东方程式	16
古代河流流域文明		结构和姿势整合程式	16
(公元前7000~公元前1000年)	2	运动程式	16
古希腊(公元前750~公元前500年)	5	特殊人群	17
古罗马(公元前750~公元前500年)	6	触摸	17
中世纪(400~1400年)	7	触摸生理学	17
文艺复兴时期(1450~1600年)	8	触摸研究	17
18世纪	9	对触摸的解释	20
19世纪	10	按摩是美国健康护理系统的一部分	20
20世纪	12	在温泉游乐业中的按摩	20
当代按摩疗法	14	温泉游乐业的历史	20
按摩和躯体疗法的程式	14	医疗温泉	22
瑞典程式	15	温泉的按摩教育	22
深部组织程式	15	按摩教育的趋势	22
神经肌肉程式	16	小结	23
增进循环程式	16	复习题	23
能量程式	16		

第2章 伦理学和职业道德

职业特征	28	行业标准	30
教育	28	业务范围	30
业务范围	29	依法管理	31
伦理学法典	30	教育	33

- 能力 33
- 业务限度 34
- 伦理学 35
 - 责任感 35
 - 专业伦理学 35
- 职业道德 36
 - 行为 37
 - 经营业务 38
 - 法律要求与伦理学责任 38

- 专业协会 44
- 相互关系 45
 - 身体上的界限 45
 - 概念上的界限 45
 - 与顾客的关系 47
 - 专业关系 47
- 小结 48
- 复习题 48

第3章 医学术语

- 学习医学术语 52
- 构词元素 52
 - 词根 52
 - 前缀 53
 - 后缀 53
 - 插入元音 56
- 术语的翻译 56
 - 拼写和发音 56
- 体位、平面和方向性术语 57
 - 使用方向性术语的实例 59

- 指身体部位的术语 61
- 指体腔的术语 61
- 结构和功能的术语 64
 - 解剖学 64
 - 生理学 64
- 治疗用术语 65
- 药物术语 65
- 小结 67
- 复习题 67

第4章 解剖学和生理学简介

- 细胞和组织 72
- 细胞的功能 72
 - 代谢 72
 - 体内平衡 72
 - 细胞分裂 72
- 细胞的组成成分 73
 - 细胞膜 73
 - 细胞质 75
 - 细胞质中的细胞器 76
- 组织 77
 - 上皮组织 77
 - 结缔组织 78
 - 肌肉组织 83
 - 神经组织 85
- 膜 86

- 上皮组织膜 86
- 结缔组织膜 88
- 体被系统 89
- 体被系统的功能 89
 - 保护功能 91
 - 联络功能 91
 - 温度调节 91
 - 排泄 91
 - 维生素D代谢 91
- 体被系统的结构 91
 - 皮肤 91
 - 甲 93
 - 毛发 93
 - 皮肤腺 93
- 骨骼系统 94

骨骼系统的功能 94

- 支持 95
- 保护 95
- 运动 95
- 储存 95
- 造血功能 95
- 骨的生成、生长和重塑 95

骨结构 96

- 显微镜下的骨结构 96
- 肉眼可见的骨结构 96

骨骼 98

- 中轴骨骼 98
- 附肢骨骼 104
- 软骨 108
- 关节 108

肌肉系统 111

肌组织的类型 111

- 心肌 111
- 平滑肌 111
- 骨骼肌 111

肌肉的功能 117

- 运动 117
- 产生热量 117
- 提供支撑 117
- 保护 117

骨骼肌的结构 117

- 显微镜下骨骼肌细胞的结构 117
- 骨骼肌的整体结构 122

骨骼肌的运动 122

- 需要能量 123
- 骨骼肌收缩的类型 124
- 肌肉的活动 125
- 肌肉的协同作用 125
- 训练对肌肉的影响 126

神经系统 126

神经系统的功能 126

- 监测 126
- 整合 126
- 应答 127

神经系统的组织 127

- 神经细胞 127

- 神经胶质细胞 128
- 神经组织的结构 128
- 功能分类 129

神经冲动 130

- 兴奋性 130
- 传导性 131

神经系统的结构 132

中枢神经系统 132

- 脑 132
- 脊髓 133
- 反射弧 133
- 脑室 134
- 脑髓脊膜 134

外周神经系统 134

- 躯体神经系统 135
- 自动神经系统 136

循环系统 139

心血管系统的功能 139

- 运输 139
- 保护 140
- 调控 140

心血管系统的结构 140

- 血液 140
- 心脏 141
- 血管 142
- 血液循环 144

淋巴系统的功能 144

- 排泄 144
- 运输 145
- 免疫 145

淋巴系统的结构 145

- 淋巴 145
- 淋巴管 146
- 淋巴结 146
- 脾脏、扁桃腺和胸腺 147

呼吸系统 147

呼吸系统的功能 147

- 通气 147
- 保持PH值平衡 148
- 发音 148
- 身体防御 148

呼吸系统的结构	148	阴道	157
上呼吸道	148	乳腺	157
下呼吸道	149	男性生殖系统的功能	157
消化系统	149	性激素	157
消化系统的功能	149	精子	157
消化	149	男性生殖系统的结构	158
吸收	150	睾丸	158
排泄	150	导管	161
蠕动	150	男性生殖系统附属器官	161
消化系统的结构	150	外生殖器	161
食物通道	150	身体系统状况	161
附属消化器官	152	术语	162
泌尿系统	152	治疗	162
泌尿系统的功能	152	体被(皮肤)的状况	162
尿的形成	152	开放性伤口或疮	162
排泄	152	痤疮	163
调节	152	浅表的疤痕组织	163
泌尿系统的结构	153	真菌感染	163
肾脏	153	骨骼系统状况	164
输尿管	154	姿势偏离	164
膀胱	154	骨折	164
尿道	154	扭伤	165
内分泌系统	154	骨关节炎	165
内分泌系统的功能	154	肌肉系统状况	165
内分泌系统的结构	154	肌张力过高	166
垂体	154	肌肉痉挛	166
甲状腺	154	激发点	167
甲状旁腺	155	纤维肌痛	167
肾上腺	155	肌肉扭伤	167
松果腺	155	肌腱炎	168
胸腺	155	神经系统状况	168
其他内分泌器官	155	危险部位	168
生殖系统	156	坐骨神经痛	168
女性生殖系统的功能	156	头痛	169
性激素	156	胸廓上口综合征	169
卵	157	循环系统状况	170
怀孕妇女的生殖系统的功能	157	擦伤	170
女性生殖系统的结构	157	静脉曲张	170
卵巢	157	高血压	171
输卵管	157	水肿	171
子宫	157	发烧	171

呼吸系统状况 171
 消化系统状况 171
 泌尿系统状况 172
 生殖系统状况 172
 乳腺癌 172

前列腺癌 172
 妊娠 172
 小结 172
 特殊肌肉部分 173
 复习题 219

第5章 交流与档案资料

有效的沟通和交流技巧 222

反应性聆听 223
 非语言交流 223

档案资料 224

保存档案资料的理由 224
 档案资料表格 225

主观信息 225

顾客的病史 225
 交谈 227
 功能性应激评价 227
 紧张的累积作用 230

客观资料 230

活动和分析信息 230

■ 操作板块5-1:与顾客交谈 231
 确定功能受限的主次顺序 231
 确定治疗目标 231

计划信息 232

归纳SOAP 233

SOAP记录表格的变化 240
 病例讨论 240

■ 渐进性病例讨论1:Rob Blackwell 240
 ■ 渐进性病例讨论2:Timothy Roberts 247
 ■ 渐进性病例讨论3:Kirsten Van Manter 247

小结 247

复习题 256

第6章 评价

总体评价 258

保健按摩与治疗按摩的评价 258
 筋膜 258
 ■ 操作版块6-1:治疗性按摩的总体评价 259
 代偿方式 260
 ■ 操作版块6-2:代偿方式 261
 评价档案资料 261

姿势评价 261

理想姿势 263
 前面姿势的评价 264
 后面姿势的评价 264
 侧面姿势的评价 264
 姿势偏离 264
 双脚 265

步态评价 266

运动范围评价 266

主动运动范围 268

被动运动范围 269

组织外观 270

触诊评价 270

皮肤温度的评价 271
 软组织的纹理和活动 271
 节律 271

功能评价 272

治疗后评价 273

病例讨论 273

■ 渐进性病例讨论1 273
 ■ 渐进性病例讨论2 278
 ■ 渐进性病例讨论3 278

小结 285

复习题 285