



LEON

CHAITOW
FRITZ

SANDY

Słowo wstępne Diana Thompson

Masaż leczniczy

Bóle głowy i górnego odcinka kręgosłupa

Redakcja wydania I polskiego
Rafał Gnat



MASAŻ LECZNICZY

Bóle głowy i górnego odcinka kręgosłupa



Z płytą DVD



Sandy Fritz

Leon Chaitow

Słowo wstępne
Diana Thompson

Redakcja wydania I polskiego
Rafał Gnat



ELSEVIER URBAN & PARTNER
WROCLAW

Spis treści



Płyta DVD dołączona do książki zawiera filmy wideo przedstawiające techniki terapeutyczne opisane w tekście. By obejrzeć wybrany film, należy kliknąć na odpowiednią pozycję w spisie plików na płycie. Płyta przeznaczona jest do wykorzystania wspólnie z książką.

Przedmowa vii

Przedmowa do wydania polskiego ix

Podziękowania x

Rozdział 1 Typy bólów głowy. Ból i dysfunkcja górnego odcinka kręgosłupa 1

Rozdział 2 W jaki sposób powstają bóle głowy i karku? Kiedy ból jest oznaką poważnych problemów? 13

Rozdział 3 Leczenie bólów głowy i karku oraz wskazówki do stosowania masażu 23

Rozdział 4 Ból 31

Rozdział 5 Uzasadnienie wykorzystania masażu jako formy leczenia 43

Rozdział 6 Techniki badania oraz wybrane metody leczenia 53

Rozdział 7 Metody terapeutyczne wykorzystujące elementy masażu 77

Rozdział 8 Terapia bólu głowy i górnego odcinka kręgosłupa z wykorzystaniem masażu 99

Rozdział 9 Metody wspomagające w terapii bólów głowy i górnego odcinka kręgosłupa: co jeszcze należy wiedzieć, co jeszcze może pomóc? 133

Słowniczek 157

Skorowidz 161