

OBSAH

Zkušenosti lékařky	4
Předmluva	5
Úvod	6
Zásady maséra thajské masáže	8
Modlitba	9
Před zahájením masáže	10
1. část - Poloha na zádech:	10
<i>I. nohy + chodidla</i>	10
<i>II. žaludek, ruce, obličej</i>	40
2. část - Poloha na boku	54
3. část - Poloha na břiše	67
4. část - Poloha v sedě	74
5. část - Terapie:	80
<i>A. Bolesti dolní části zad</i>	80
<i>B. Bolesti hlavy</i>	85
<i>C. Bolesti kolen</i>	90
<i>D. Bolesti horní části zad</i>	91
<i>E. Krční problémy</i>	92
<i>F. Nosní problémy</i>	92
<i>G. Ušní problémy + bolesti zubů</i>	93
<i>H. Oční problémy + křeče</i>	93
<i>CH. Problémy rukou a nohou</i>	94
<i>I. Nevolnost, zvracení, nadýmání, škytavka, dýchací problémy</i>	96
<i>J. Průjem, zácpa, neudržení moči, bolesti žaludku, (menstruace)</i>	96
Příloha – systém energ. linií v thajské masáži	98
Slovníček pojmů	100
Obsah	101