**水利部老年大学**

**中医班教学计划进度表**

（2022年秋季学期）

班次：中医 教师：郝志学 时间：每周三9：30-11：00

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 周次 | 教学内容 | 掌握要点 |
| 第一周 | 内脏头痛 | 头痛的分类及相应经络的穴位调理 |
| 第二周 | 颈型头痛 | 颈部按摩调理头痛 |
| 第三周 | 其它头痛 | 按摩部位及手法 |
| 第四周 | 颈椎病 | 常见颈椎病的调理 |
| 第五周 | 落枕 | 诊断及调理手法 |
| 第六周 | 发热 | 清热的穴位及刮痧方法 |
| 第七周 | 常见感冒 | 风寒感冒、风热感冒 |
| 第八周 | 其它感冒 | 风湿感冒、暑湿感冒 |
| 第九周 | 肩周炎 | 肩周炎的刮痧调理 |
| 第十周 | 胸椎的调理 | 按摩手法 |
| 第十一周 | 腰三横突综合征 | 诊断及恢复手法 |
| 第十二周 | 腰痛 | 点穴及腰部的按摩手法 |
| 第十三周 | 腰骶痛 | 骶椎的按摩手法 |
| 第十四周 | 腰椎间盘突出 | 诊断和调理 |
| 第十五周 | 膝盖上楼痛 | 原理及调理手法 |
| 第十六周 | 膝盖下楼痛 | 原理及调理手法 |