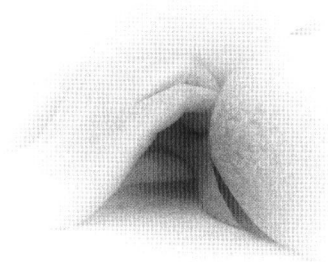


# Spis treści



Słowo wstępne	vii	Rozdział 5	„Mierzenie bólu”	61	
Przedmowa	ix	Rozdział 6	Palpacyjna identyfikacja punktów spustowych	71	
Podziękowania	x	Rozdział 7	Manualne leczenie punktów spustowych	91	
Przedmowa do wydania polskiego	xi	Rozdział 8	Leczenie punktów spustowych w ramach masażu	127	
<b>Rozdział 1</b>	<b>Ból mięśniowo-powięziowy i inne rodzaje bólu</b>	<b>1</b>	<b>Rozdział 9</b>	<b>Inne metody leczenia punktów spustowych</b>	<b>155</b>
<b>Rozdział 2</b>	<b>Jak rozwijają się punkty spustowe?</b>	<b>19</b>	Słowniczek	167	
<b>Rozdział 3</b>	<b>Cechy charakterystyczne punktów spustowych</b>	<b>39</b>	Skorowidz	169	
<b>Rozdział 4</b>	<b>Mapy oraz inne sposoby lokalizowania punktów spustowych</b>	<b>45</b>			

Płyta DVD dołączona do książki zawiera filmy przedstawiające techniki terapeutyczne, oznaczone ikoną na marginesie tekstu. Aby obejrzeć wybrany film, należy kliknąć na odpowiednią pozycję w spisie plików na dysku DVD. Płyta przeznaczona jest do wykorzystania z książką.