

中
医
独
特
疗
法

全
息
按
摩
疗
法

中
医
独
特
疗
法

王富春 宋柏林 · 主编



人民卫生出版社

中医独特疗法

全息按摩疗法



主 编 王富春 宋柏林
副主编 高 颖 周 丹 李 铁 徐晓红
编 者 刘 磊 岳公雷 张红石 段晓英
徐 峰 郑 鹏 陈 琳 董 锐

人 民 卫 生 出 版 社

图书在版编目(CIP)数据

中医独特疗法·全息按摩疗法/王富春等主编. —北京:
人民卫生出版社, 2008. 9

ISBN 978-7-117-10529-3

I. 中… II. 王… III. 按摩疗法(中医) IV. R244.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 122809 号

中医独特疗法·全息按摩疗法

主 编: 王富春 宋柏林

出版发行: 人民卫生出版社(中继线 010-67616688)

地 址: 北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

邮 编: 100078

网 址: <http://www.pmph.com>

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

印 刷: 中国农业出版社印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 850×1168 1/32 印张: 15.875

字 数: 398 千字

版 次: 2008 年 9 月第 1 版 2008 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-10529-3/R·10530

定 价: 32.00 元

版权所有, 侵权必究, 打击盗版举报电话: 010-87613394

(凡属印装质量问题请与本社销售部联系退换)



主编简介

王富春,男,1961年生,现任长春中医药大学针灸推拿学院院长,教授,博士生导师。全国优秀教师,中国针灸学会理事,吉林省针灸学会常务副会长,吉林省重点学科带头人,吉林省有突出贡献专家,长春市有突出贡献专家,长春中医药大学学术委员会委员,《针刺研究》杂志编委,《中华推拿疗法杂志》专家编委,《中国中医骨伤科杂志》专家编委,《亚太传统医药》编委,美国《TCM》杂志编委。

王富春教授曾发表学术论文 120 余篇,主编出版学术著作 80 余部,代表作有《中国新针灸大系丛书·腧穴特种疗法》、《中国新针灸大系丛书·微针疗法》、《中国新针灸大系丛书·新穴奇穴图谱》、《中国新针灸大系丛书·经穴治病明理》、《腧穴类编》、《针方类辑》、《临床针方》、《刮痧疗法》、《中国手针疗法》、《实用针灸技术》、《现代中医临床必备丛书》等,完成省部级科研成果 10 余项,获国家中医药科技进步三等奖 1 项,中国针灸学会科学技术进步三等奖 1 项,吉林省科学技术进步二等奖 3 项,吉林省科学技术进步三等奖 3 项,吉林省中医药科技成果一等奖 1 项、三等奖 3 项,目前主持国家及省部级科研项目 6 项。

王富春教授长期从事特定穴理论与临床应用研究,在全国率先提出了“合募配穴治疗六腑病”、“俞原配穴治疗五脏病”、“郄会配穴治疗急症”等特定穴配伍理论,并广泛应用于临床实践。他在临床工作中总结出“镇静安神法”治疗失眠、“振阳针法”治疗阳痿、“调胱固摄法”治疗小儿遗尿等独特的针灸治疗方

主 编 简 介

法,临床疗效显著,取得良好的经济效益和社会效益。在针灸学教学研究方面,曾获得吉林省优秀教学成果二等奖 1 项,三等奖 1 项,他主讲的《针灸治疗学》被评为吉林省优秀课程,主编《国际中医药从业人员指导用书·经络腧穴学》、《中医针灸妇科学》等教材 3 部,副主编国家“十五”、“十一五”规划教材各 1 部,培养研究生 60 余名。





前 言

中医全息按摩疗法是中医传统理论与现代医学理论相结合而产生的一种特殊疗法。随着社会的进步,人们物质生活水平的不断提高,这种绿色疗法发展将越来越快。该疗法具有操作简便,经济实用,安全可靠,效果显著,治疗保健兼顾,适用性广,易学易懂等优点,所以备受广大人民群众的喜悦。随着人们向往回归自然,向往各种绿色的医疗保健养生方法,全息按摩疗法在医疗保健及美容美体方面的优势也日益突出。

全息按摩与其他传统的治疗方法比较,有着非常突出的优势和特点。安全有效,这一疗法无创伤性,无任何副作用,有病治病,无病强身,完全符合当今医学界推崇的“无创伤医学”和“自然疗法”的要求。全息按摩疗法可以预防和治疗上百种疾病,有些急性病症往往只需按摩一次,就可以手到病除。作用迅速,全息按摩疗法不需任何药物和医疗器械,也不讲究诊治场所,只凭视觉、触觉和痛觉,就可直接从全息反射区得知各脏腑、组织、器官的生理病理变化,及时做出诊断。每日利用空余时间,按照书上所提供的处方,自我按摩或相互按摩,就可以达到防病治病的目的。因此,全息按摩疗法适合社会各阶层人士学习、掌握和应用,非常容易推广和普及。为了推广普及这一新颖而时尚的医疗保健方法,我们编写了《中医独特疗法——全息按摩疗法》这部专著。

本书主要介绍了全息按摩疗法的起源和发展、各种全息按摩疗法的基础知识、全息按摩治疗的常用基本手法以及按摩治

疗的辨证等。临床治疗部分按内科、外科、妇科、儿科、五官科及养生美体美容加以介绍,对近百种常见病证结合我们在临床实践中运用的经验和体会,按照规范化的按摩操作进行了详尽的论述,具有很强的可操作性和实用性。适用于各级水平的读者,既可作为家庭保健之用,也可作为医疗工作者的参考书。

由于我们水平所限,书中肯定存在许多不足之处,希望广大读者提出批评指正,以利于今后更加完善,为人类的健康事业做出贡献。

王富春

2008年5月





目 录

第一章 全息按摩疗法概述.....	1
第一节 面部全息按摩疗法.....	4
一、简介	4
二、反射区	5
三、适应证	8
四、禁忌证	9
五、注意事项	9
第二节 耳部全息按摩疗法.....	9
一、简介	9
二、反射区.....	10
三、适应证.....	30
四、禁忌证.....	32
五、注意事项.....	33
第三节 手部全息按摩疗法	33
一、简介.....	33
二、反射区.....	34
三、适应证.....	44
四、禁忌证.....	45
五、注意事项.....	46
第四节 足部全息按摩疗法	46
一、简介.....	46
二、反射区.....	48
三、适应证.....	63

四、禁忌证	63
五、注意事项	64
第五节 第二掌骨侧全息按摩疗法	65
一、简介	65
二、反射区	65
三、适应证	66
四、禁忌证	66
五、注意事项	67
第二章 按摩疗法概述	68
第一节 常用推拿手法简介	68
一、一指禅推法	68
二、揉法	70
三、抹法	71
四、揉法	73
五、摩法	74
六、擦法	75
七、推法	77
八、搓法	78
九、振法	79
十、颤法	80
十一、按法	80
十二、压法	82
十三、点法	83
十四、捏法	84
十五、拿法	85
十六、捻法	86
十七、挤法	86
十八、拍法	87



十九、击法·····	88
二十、叩法·····	89
二十一、擦法·····	89
二十二、摇法·····	91
二十三、扳法·····	94
二十四、拔伸法·····	97
二十五、理法·····	98
二十六、拂法·····	99
二十七、掐法·····	99
二十八、按揉法·····	100
二十九、弹拨法·····	102
三十、推摩法·····	103
三十一、扫散法·····	104
三十二、揉捏法·····	105
第二节 小儿推拿常用手法简介·····	106
一、黄蜂入洞·····	106
二、双凤展翅·····	106
三、揉耳摇头·····	106
四、开璇玑·····	106
五、按弦搓摩·····	107
六、揉脐及龟尾并擦七节骨·····	107
七、龙入虎口·····	107
八、二龙戏珠·····	107
九、双龙摆尾·····	108
十、乌龙摆尾·····	108
十一、苍龙摆尾·····	108
十二、丹凤摇尾·····	108
十三、凤凰展翅·····	108
十四、凤凰单展翅·····	109



十五、凤凰鼓翅	109
十六、赤凤摇头	109
十七、猿猴摘果	109
十八、孤雁游飞	110
十九、水底捞月	110
二十、打马过天河	110
二十一、引水上天河	110
二十二、大推天河水	111
二十三、飞金走气	111
二十四、飞经走气	111
二十五、肘肘走气	111
二十六、黄蜂出洞	112
二十七、天门入虎口	112
二十八、老汉扳辘	112
二十九、运土入水	112
三十、运水入土	113
三十一、老虎吞食	113
第三节 按摩主要作用机制	113
一、祖国医学对按摩作用机制的认识	113
二、现代医学对按摩作用机制的认识	115
第四节 按摩的中医辨证	115
一、脏腑经络辨证与手法	115
二、皮脉肌筋骨辨证与手法	122
三、八纲辨证与按摩手法	123
四、气血津液辨证与手法	124
第五节 全息按摩治疗反射区选用原则	126
一、按西医学理论选取反射区	127
二、按中医理论选取反射区	127
三、按相应部位选取反射区	127



四、按临床经验选取反射区	128
第三章 内科疾病	129
感冒	129
咳嗽	133
慢性支气管炎	137
哮喘	141
胸痹心痛	145
心悸	151
高血压	155
呃逆	160
胃痛	164
消化性溃疡	168
胃下垂	172
慢性非特异性溃疡性结肠炎	176
泄泻	181
便秘	185
胃肠气胀症	189
不寐	193
头痛	198
神经衰弱	203
痢证	207
郁证	211
面瘫	214
中风后遗症	218
眩晕	223
水肿	227
癃闭	231
遗精	236



阳痿·····	239
早泄·····	243
消渴·····	248
甲状腺功能亢进·····	252
肥胖症·····	255
 第四章 外科疾病·····	260
痔疮·····	260
前列腺炎·····	264
肩凝症·····	268
颈椎病·····	273
乳癖·····	278
慢性腰肌劳损·····	282
足跟痛·····	286
坐骨神经痛·····	290
阑尾炎·····	294
三叉神经痛·····	298
肋间神经痛·····	301
肾结石·····	305
类风湿关节炎·····	309
胆结石·····	313
腰椎间盘突出症·····	317
落枕·····	322
 第五章 妇科疾病·····	327
月经不调·····	327
痛经·····	331
闭经·····	335
崩漏·····	339



带下病·····	343
妊娠恶阻·····	347
胎位不正·····	351
产后汗证·····	354
产后腹痛·····	357
产后发热·····	361
乳少·····	364
阴挺·····	368
不孕症·····	371
 第六章 儿科疾病·····	 376
小儿便秘·····	376
小儿泄泻·····	379
佝偻病·····	383
小儿疳积·····	386
小儿厌食·····	390
儿童多动综合征·····	393
营养不良·····	396
小儿遗尿·····	399
小儿腹痛·····	403
小儿夜啼·····	406
小儿脑性瘫痪·····	409
 第七章 五官科疾病·····	 414
麦粒肿·····	414
眼睑下垂·····	417
眼睑眈动·····	421
近视·····	424
斜视·····	428



青光眼·····	432
视神经萎缩·····	435
中耳炎·····	439
耳聋、耳鸣·····	442
鼻炎·····	446
牙痛·····	449
慢性咽喉炎·····	452
 第八章 养生美容美体·····	457
美白防皱·····	457
养颜润肤·····	460
乌发润发·····	463
生发固发·····	467
酒齄鼻·····	470
眼圈浮肿·····	473
眼圈青黑·····	476
痤疮·····	480
丰胸·····	483
纤腰·····	486
美腿·····	489





第一章 全息按摩疗法概述



“全息”就是“全部信息”的简称，它出自于“物理学”，指的是一种“激光全息摄影技术”，这种激光照相技术，不仅能拍摄到物体的全方位立体影像，而且底片的任何碎片，仍能复原整体的原像。这种局部包含整体信息，整体又是各个局部组成的现象就叫全息现象。

从古代就已经有了医学全息治疗的思想。公元前 5~公元前 4 世纪，现代医学的鼻祖希波克拉底就提出：“如果有人即使是身体很小部分引起损害，全息共感痛苦，其所以如此，是因为在人体最大部分中存在的，也同样存在于最小部分之中，……这个最小部分本身具有一切部分。”这一精辟的论述，实质就是“部分包含整体，部分是整体的缩影”的人体全息思想真谛。中国的先贤们也早在两千年前就注意到了局部与整体的关系。中国传统医学经典著作《黄帝内经》，在易经全息思想和整体观念的指导下，论述了阴阳学说、脏腑学说、经络学说，阐明了人体脏腑之间、脏腑与体表之间、局部与整体之间以及人体与环境之间，在生理、病理、诊断及治疗诸方面的全息对应关系。《灵枢·五色》中对面部反应区与身体脏腑肢节的对应关系的精彩描述，蕴含着全息思想。面部的各个部位与人体脏腑肢节都有一一对应关系，使面部仿佛是人体脏腑肢节的缩影，通过观察面部各个部位的色泽变化，可以获得人体内脏生理和病理信息，诊断疾病。实际上这是一种古老的全息望诊法，至今在临床上仍有实用价值。



《灵枢·脉要精微论》中,古人把前臂作为整体一部分,通过观察前臂尺侧皮肤的色泽变化,以诊断机体不同的部位的疾病,视前臂为整体的缩影。尺肤诊法也同样闪烁着全息思想的火花。

到了20世纪70年代,原山东大学全息生物学研究所所长张颖清教授,经过长期地观察和深入地研究,提出了全息胚学说,创立了全息生物学。全息胚学说看到全息胚实体的独立性,更强调这些实体之间联系的内在性和联系形式的多样性。生物整体决不是全息胚的简单相加,整体与部分之间存在着全总相关和全息对应的关系。整体的功能不是等于而是大于各全息胚功能之和。由此可见,全息胚学说所表达的是系统论的整体观,是辩证的生物统一观。而全息按摩疗法就是建立在全息胚理论的基础上,结合中医特色按摩疗法而产生的一种新兴的治疗方法。1989年5月首届北美反射学者会议在美国丹佛举行,对反射区疗法(Reflexology)作了如下的定义:“足部和手部反射区疗法的基点是,在足部和手部存在着与人体各部分相对应的反射区。在不使用油膏和液剂的情况下,运用拇指、手指与手的技巧(对反射区)施加特定压力的这种物理行为能缓解(人体内部的)紧张状态、引起人体的某种生理变化。”全息按摩疗法就是通过各种按摩手法刺激这种反射区,以达到治疗疾病的一种疗法。随着临床和科研工作的开展,全息按摩疗法由手足扩展到面部和耳部,大大丰富了全息按摩的理论基础和临床实践。

全息按摩与其他治疗方法比较有着非常突出的优势和特点。主要表现在:

1. 安全有效 长期临床实践证明,安全有效是全息按摩疗法的最大优点。这一疗法不用打针吃药,无创伤性,无任何副作用,有病治病,无病可以强身,完全符合当今医学界推崇的“无创伤医学”和“自然疗法”的要求。全息按摩疗法可以预防和治疗上百种疾病,有些急性病症往往只需按摩一次,就可以手到病除。至于许多慢性疑难杂症,如糖尿病、高血压、失眠、前列腺增

