

中国医药科技出版社

【十九代中医绝技传承】

治疑难杂症手到病除

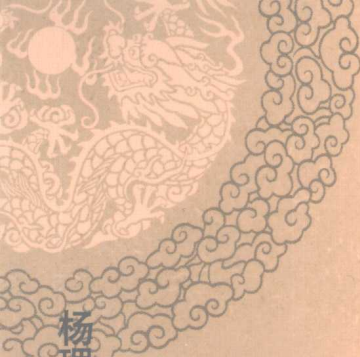


杨氏



# 推拿按摩疗法

杨理存 王彦玲 著



# 杨 氏 推拿按摩疗法

杨理存 王彦玲 著



中国医药科技出版社

## 内 容 提 要

《杨氏推拿按摩疗法》一书是杨理存先生继承祖传绝技，继《杨氏脏腑经络点穴疗法》出版后向世上推出的又一部力作。

本书汇总了杨理存先生几十年的临床经验，揭示了人体五行、阴阳、经络、经络气血、五脏六腑在人体生命活动中的作用和与疾病治疗中的关系，论述了从事中医推拿工作的医务人员应具备的中医理论修养、道德修养、医疗内功修养与临床技法修养的深刻内涵。该书内容独特、实用，具有较高的学习、参考价值，适合于中医推拿按摩初学者、临床医师阅读。

### 图书在版编目 (CIP) 数据

杨氏推拿按摩疗法/杨理存, 王彦玲著. —北京: 中国医药科技出版社, 2009.1

ISBN 978 - 7 - 5067 - 3184 - 3

I. 杨... II. ①杨... ②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 166829 号

美术编辑 陈君杞

版式设计 程 明

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 责编: 010 - 62266373

发行: 010 - 62227427

网址 [www.cspyp.com.cn](http://www.cspyp.com.cn)

规格 850 × 1168mm <sup>1</sup>/<sub>32</sub>

印张 6½

字数 166 千字

印数 1 - 5000

版次 2009 年 1 月第 1 版

印次 2009 年 1 月第 1 次印刷

印刷 北京市昌平百善印刷厂

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978 - 7 - 5067 - 3184 - 3

定价 25.00 元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

# 孙 序

中医之道，上达天机，下治人伦。以身修身，以志祛疾。古传圣手，今世流传。吾有幸偶得一窥，深感中华文化无量哉！德真崇医，理阴阳，明经络，得上辈之真传，欲享后人。承心明志，得益于仁。自古医者分上工、中工、下工，道有深浅，用有不同。与高者谋之，一语顿开茅塞，胜读十年诗书；与下者语之，浑浑不知其道，为祸不浅矣！自古人命关天。医者，救死扶伤，天职也，尚医德为先。品德高者道行亦可高，苦其心志、劳其筋骨、饿其体肤、空乏其身而后增益其所不能。所谓圣手无不经无数风雨打磨才可谓实至名归。而今观此书之妙指，即可见德真之功非一日之寒而成。受益其技者更数不胜数。可喜其技传后人亦称佼佼，让人欣慰。

中医按摩，循经理脉。寻常视之，哑然失笑，不过搬首弄足而已。其不知此中玄机莫测，更不闻手上功夫。德真之技，沟通天地之气，借已身手达于患者，使其阴阳分明，脉理顺畅，于疑难杂症屡建奇效。同道中人，不可不闻。

同于德者乐于德，同于失者乐于失。今观德真破除门户之见，欲献其技于芸芸，可谓传道于后人，积功累德矣。更愿见众生得益于此。吾为此作序，天缘幸哉！

中华中医药学会学术部主任

孙永章

2008年8月22日

# 前言

中医推拿属中医外治法，是我国最古老的治疗方法，合阴阳、调气血、处治百病，史料记载颇多。随着社会的发展，发明了针石、饮片内治疗法，因其较中医推拿疗法简便易学，较易掌握而得到了普及、应用。因推拿疗法需要深厚的中医学与医疗内功修养功底，较难掌握，且临床治疗耗时、耗力、耗气，所以，从事推拿疗法的医生愈来愈少，极少数中医推拿师被历代皇帝、达官贵人等上层社会人物所享用，中医推拿疗法得以保存了下来。随着社会的变迁、战乱、祸端及封建思想影响、政治因素影响及西方医学影响等等因素，中医推拿几近灭绝，极少数保留下来的高层次推拿疗法也在封建意识的影响下秘而不宣，传为绝学。

近代，许多学者不断发掘继承民间遗留下来的推拿按摩技法，逐步将其普及应用，使国内外对中医推拿按摩疗法有了一定的认识，并因其独特的治疗方法、显著的医疗效果、无毒、无不良反应、安全可靠等五大特点，引起了国内外医学界的重视。

但我们一定要清醒的看到，我们的发掘工作做的很不深入，继承工作与先人们存在很大差距。中医推拿疗法理论、治疗机制剖析的不深入，如阴阳、五行、经络、经络气血、五脏六腑功能在人体生命活动中的作用及与疾病的关系。临床应用还有待进一步提高，如中医推拿现在只停留在缓解疲劳的保健按摩水平，或对一些表浅急症疾病，局部施治、局部手

法、点按局位腧穴，只能起到缓解症状的治疗作用。再就是从事中医推拿工作的人员医疗内功修养差，手上功能差，信息量不足，临床不能作用出应有的医疗效果，有相当一部分中医推拿按摩师不能达到调治百病水平。鉴此，德真总结十八代先人与自己几十年临床经验及所学、所悟，于本书中论述了中医推拿按摩师的道德修养、中医理论知识修养、医疗内功修养、临床技法修养以及如何认识疾病，临床如何辨证施治，部分疾病的辨证施治等方面的认识、经验体会，意在抛砖引玉，为中医推拿按摩事业的发掘、继承、弘扬、普及、提高做出贡献，为弘扬传统中医文化尽微薄之力。

德真为十九代武术、中医世家，祖上名人辈出，精研医道，深谙宇宙与人体阴阳之变化，德真总结十八代先人与自己几十年经验认识到，一名好中医应能做到诊病因、辨病理、知病性、明病位、舒圣手、施妙法（方）、合阴阳、治病本、调治百病、手到病除。为了治病救人，要有高度的责任感，要恪守医道，要刻苦深研中医学真谛，要刻苦研修医疗内功，苦在超凡脱俗、苦在清心寡欲、苦在心静如佛似仙、苦在像蜡烛一样，我喻其为“燃烧自己、照亮患者”。

通过德真几十年总结观察，认识到医学界病理存有宏观与微观之分，辨证存有整体与局部之分，治疗存有治病与治症之分，治疗效果存有长效与短效之分，治疗方法存有除病与缓解之分，治疗法则存有治本与治标之分。中医学应该是宏观的、整体的、治疗的、长效的、治本的。尤其是中医推拿按摩疗法，诊断疾病的手段是通过望、闻、问、切、摸、量六诊合参，通过辨证而知病因、病理、病性、病位，进而确定治法、治则，以舒圣手，手到病除。从诊断到治疗的整个过程只用了四个字“手感”与“手法”，即通过手的感觉，而心中感悟到病因、病理、病性、病位，形成治则、治法；继而心又通过手，把治法、治则在临床治疗中表现出来，不借助任何设备与药物，而手到病除。深入剖析，中医推拿按摩师是在用“心”

治病，多么科学、多么高深、多么奥妙无穷、多么实用，如果大家能体悟、认识到这些，就应该提高自信，学习继承中医推拿之真谛，应用中医推拿疗法为人类健康做出贡献。

此书的编写，得到了志士同仁的鼎力相助，在此鸣谢黄静波、李俊德、孙永章、郭春芳、杨宜鹏、杨宜峰、马海龙、张京华等同仁。

作者  
于 2008 年夏

# 目 录

|     |              |      |
|-----|--------------|------|
| 第一章 | 中医推拿按摩渊源与发展  | /1   |
| 第二章 | 中医推拿按摩师的道德修养 | /8   |
| 第三章 | 中医推拿按摩师的理论修养 | /10  |
| 一、  | 五行学说         | /10  |
| 二、  | 阴阳学说         | /11  |
| 三、  | 经络学说         | /11  |
| 四、  | 藏象学说         | /12  |
| 五、  | 中医推拿诊断       | /40  |
| 第四章 | 中医推拿按摩师级别划分  | /49  |
| 一、  | 粗工（初级）       | /49  |
| 二、  | 精工（中级）       | /50  |
| 三、  | 巧工（高级）       | /50  |
| 第五章 | 推拿按摩常用腧穴及其作用 | /52  |
| 一、  | 腧穴的作用        | /52  |
| 二、  | 推拿按摩常用腧穴     | /55  |
| 第六章 | 中医推拿按摩师的内功修养 | /89  |
| 一、  | 论人体内功修养      | /89  |
| 二、  | 杨氏医疗内功锻炼法    | /90  |
| 三、  | 认识人体精、气、神    | /107 |
| 第七章 | 中医推拿按摩临床技法   | /112 |
| 一、  | 临床手法简介       | /113 |
| 二、  | 推拿八法         | /136 |
| 三、  | 医心           | /141 |
| 四、  | 补泻法则         | /142 |
| 第八章 | 中医推拿按摩的注意事项  | /144 |
| 一、  | 禁忌症与适应症      | /144 |



二、术者注意事项 /144

## 第九章 中医推拿按摩临床 /148

一、骨伤科疾病 /148

二、神经精神科疾病 /163

三、内科疾病 /166

四、妇科疾病 /179

五、儿科疾病 /189

六、面部色斑 /195

七、肥胖病 /197

跋 /199

# 中医推拿按摩渊源与发展

要了解中医按摩的渊源，首先需要深入探求中国文化的起源，这是不容回避的事实，祖国文化源于“天人合一，天人相应”，这是中国文化界的共识。但什么是“天人合一，天人相应”？“天人合一”就是人与宇宙相融合的状态，或说是人们从事某种专业研究的专注程度，“天人相应”就是宇宙对人体的感应，天道酬勤或说是人们在冥蒙中感应到的一种灵性。这也是道家理论的精髓，《道学仙鉴》中记载的很清楚。中国的道教最古老（从古代延续至今），具有天师、神医之称的岐伯、扁鹊、华佗、神农、李时珍、孙思邈等皆是道家杰出人物，为中医学的形成与发展做出了杰出的贡献。

古代受人尊敬爱戴的道长都集武功、医学、易经预测于一身。习武可以强身健体，提高自卫能力与捍卫能力；练功能使人明心见性，益智延年，古代称丹道学，为人类的科学进步与发展发挥了重大作用。中医学可以无愧的说是祖国的传统文化瑰宝，为中华民族的人口繁衍、健康长寿，乃至世界医学的发展，发挥了重大作用。易经是一门科学，如果人们不认识也不要否认，易经对天文、地理、自然界阴阳变化等给予科学预测、阐释，为中华民族的繁荣昌盛发挥了重要作用。这四个学科通用的是：阴阳、五行、经络、穴位，他们把这四个学科有机地结合起来，奠定了中医学基础理论，发展了医学疗法。按摩疗法更是武术、医疗内功（气功）、医学、易学有机结合的产物，是中医学最古老的治疗方法。由于祖先们对以上四种文化具有高深的修养，所以临床治疗疾病的疗效达到神奇的程度。如诊断中的望、闻、问，反映出易学中的相学、面相、体

相、手相。切脉，反映易学中的阴阳五行气血盛衰乘侮；按摩疗法的摸、接、端、提、按摩、推拿更与武术中的分筋错骨法密不可分，一直到建国初期老中医都习武、修炼医疗内功（气功），这也是老中医长寿的秘密所在。出于世家的武术家都懂得医学和养生。

道学中的丹道学也称导引术，近代改称气功，更与医学中的阴阳气血不可分割。气功所练的气同样是医学所调治的气，同是人体经络的经气，是一种功能物质，是人体生命物质。气是人体生命之本源，是赖以生存的基本功能物质，并可进一步解释为，人们练气功练的就是赖以生存的功能物质，气功决不是封建迷信活动（但要承认气功界存在假、冒、伪、劣），大量的气功修炼者，达到了祛病、强身、健体的目的，这是客观存在的事实。

以上我所论述的是中医学根于道学，这才能认识理解中医学中的阴阳、经络、气血、营卫、藏象等学说，也能理解古代十大名医因何被供奉在庙观里，甚至被称为药王。河北郑州药王庙供奉着扁鹊为药王及十大名医。北京道教协会所在地白云观，供奉孙思邈为药王。

按摩疗法的理论与中医学其他各科一样，都是以阴阳五行、藏象、经络、营卫、气血等学说作为理论指导的，其中以经络学说在本科的应用上尤为重要而突出，如《素问·血气形志篇》上说：“形数惊恐经络不通病生于不仁，治之以按摩醪药”（既药酒）。说明经络涩滞不通畅而出现的麻木不仁，意既精神失常一类的疾病是可以按摩来治疗的。又如在《素问·举痛篇》上说：“寒气客于背俞之脉，则脉泣（涩），脉泣则血虚，血虚则痛，其俞注于心故相引而痛，按之则热气至，热气至则痛止矣。”这说明了寒邪侵犯了背俞穴之后，引起经络的涩滞不通，气血因而运行不畅而引起疼痛，甚者诱发心痛的发作、按摩能疏通经络，流通气血，产生温热，驱除寒邪，因而达到止痛治病的目的，古今的大量医案事实告诉我

们,经络客观存在是肯定的,尤其近代经络学家们用三种不同的物理方法证实了这一有生命就存在,无生命即消失,解剖无物质,维系人体生命,运行无形气血物质的神秘系统——经络系统。到两千年前的春秋战国时期,已被广泛的应用于医疗实践,当时民间名医、名道扁鹊用按摩疗法成功地抢救了尸厥患者,我国现存的最早医学著作,秦汉时期的《内经》中记载了按摩可以治疗痹症、痿症、口眼歪斜和胃痛等,《素问·异法方宜论》:“中央者,其地平以湿,天地所以生万物也众,其民食杂而不劳,故其病多痿厥寒热,其治宜导引按跷,故导引按跷者,亦从中央出也。”这里中央即我国的中部地区,相当于今天河南洛阳一带。

魏、晋、隋、唐时期,设有按摩专科,有了按摩专科医生,如隋代设有按摩博士职务,到唐代设立按摩科,把从事按摩的医师分成按摩博士、按摩师和按摩工的等级,同时开展教学,“导引之法以除疾,损伤折跌者正之。”晋代的《抱朴子·内篇·避览》中提到有《按摩经导行经十卷》(已佚),隋代的《诸病源候论》,每卷之末都附有导引按摩之法。隋唐时期,在人体体表施按摩疗法时涂上中药,制成膏,于是一种既可防止病人表面破损,又可使药物和手法作用相得益彰的膏摩方法有了发展,而且膏摩的方法很多,可以防止小儿疾病,《千金要方》中指出“小儿虽无病,早起常以膏摩囟上及手足心其避寒风”。这时期按摩的治疗范围也逐步扩大,如《唐之典》说按摩可除八疾“风、寒、暑、湿、饥、饱、劳、逸”。《外台秘要》说:“如初得伤寒、……若头痛背强,宜摩之佳”。《诸病源候论》说:“相摩拭目令人目明”。《肘后备急方·救卒中恶方》说:“救卒中恶死,令爪其病人,人中取醒”。以上这些论述,不仅得到临床验证,而且后人在继承先人的基础上,不断探索,不断发展,不断体悟,丰富了医学的理论手法与治疗范围。

这一时期,我国经济、文化、交通等均有较大的发展,对

外文化交流出现了欣欣向荣的局面，我国医学在这时期传入朝鲜、日本、印度及东南亚一些国家。

宋金元时期，推拿运用的范围更加广泛，如宋代医生庞安时说：“为人治病率十愈八九，有民家妇孕将产，七日而子不下，百术无解救……令其家人以汤温其腰腹，自为上下按摩，孕者觉肠胃微痛，呻吟间生一男子”。运用了按摩法催产。这个时期中比较重视推拿手法的分析，如《圣济总录》中说：“可按可摩，时兼而用，通谓之按摩，按之弗摩，摩之弗按，按止以手，摩或兼以药，曰按曰摩，适所用也。世之论按摩，不知析而治之乃令导引而解之。夫不知析而治之，固已疏矣，又合以导引益是其不思也，大抵按摩法，每以开达抑遏为义，开达则雍散者以之发散，抑遏则彪悍者有所归宿”。这里面讲的导引，乃是运用医疗内功循经络导引经络气血之意，这种对每个具体手法的分析，使人们对按摩治疗作用的认识有了进一步的提高。

明代封建社会处于没落时期，资本主义生产方式已有萌芽，新的生产方式的产生，伴随了医学科学的发展，当时不仅设有按摩科而且在治疗小儿疾病方面，已经积累了丰富的经验。形成了小儿推拿的独特体系，如小儿推拿有点也有线（如前臂的“三关”、“六腑”）和面的（如手指指面的“脾”“肺”“心”“肝”“肾”等）。在小儿推拿临床实践的基础上，又有不少小儿推拿专著问世，如《小儿按摩经》、《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》、《小儿推拿秘诀》等，其中，《小儿按摩经》可算是我国现存最早的按摩书籍，按摩又有推拿之称，正是从这时期小儿推拿的名称开始的。明代的民间推拿医生比较活跃，《香案牍》中记载“有疾者，手摸之辄愈，人呼为摸先生”，这里的摸先生就是民间按摩医生，一直到现代民间还秘传着很多按摩疗法。

清代太医院虽不设推拿科，但由于其医疗显著受到人民的欢迎，因此，民间仍有较大发展，陆续有不少推拿专著问世，

其中著名的熊应雄的《小儿推拿广义》、骆如龙的《幼科铁镜》等著作也有推拿的介绍。清代，对推拿手法治疗伤科疾病作了系统的总结，如《医宗金鉴》把摸、接、端、提、摩、推、拿列为伤科八法，从以上的著作中，不但可以看到按摩临床经验日益积累，而且在理论上也有很大提高，对按摩的适应范围和治疗法则也有了较系统和全面的阐述。

1929年召开过一次“中央卫生委员会议”，由于民国政府腐败无能，崇洋媚外，提出了“废止旧医，以扫除医事卫生之障碍”的方针，1936年又提出了“国医在科学上无根据，一律不许执业”。中医学遭到了严重摧残，按摩除应用上流社会、官僚阶层和世家秘传外，几乎濒于淹没，当时从事医疗推拿的按摩者寥寥无几，但由于推拿的确是一门行之有效的医疗学科，具有内在的强大生命力，因此，在极艰难的环境下，推拿在民间还是有一定程度的发展，如在一指禅推拿的基础上，逐步发展形成了滚法推拿流派；在练功和武术的基础上，逐渐发展形成了平推法或称内功按摩流派。这也充分反映出任何事物的存在与发展取决于人民的需要，人心的向背，不取决于强奸民意的政令。

建国后，在党的中医政策指引下，中医学中的推拿疗法得到了重视，在上海，1956年开设推拿训练班，1958年成立推拿专科门诊部，同年又开设了专科学校，邀请当时全国著名的专家任教，培养推拿专业人才，在20世纪50年代，推拿治疗范围已包括内、妇、儿、伤、五官等各科疾病，同时开展了推拿的生理作用和治疗原理的初步研究，也开始对历史文献进行整理。对推拿手法的基本要求——有力、柔和、持久、深透，就是在这时期明确提出的并得到推拿学术界公认。在1959年，有人提出用生物力学的方法来研究推拿的设想，并开始作了初步探索，这个时期出版了推拿界著作十余种，发表论文70余篇。

到20世纪60年代上半期，在我国初步建立了一支推拿专

业队伍，并作了大量的继承整理工作，出版专著 10 余种，发表论文 270 余篇，推拿麻醉就在这个时期获得初步成功。

20 世纪 60 年代下半期至 70 年代上半期，推拿事业遭到极大破坏，关闭了当时全国唯一的推拿学校，撤销了上海市推拿门诊部及全国很多医院中的推拿按摩科，当时，推拿治疗范围缩小到仅治疗 3 种疾病（扭伤、腰椎间盘突出症、漏肩风），学术活动完全停止。但人民群众是欢迎推拿的，由于客观上需要，1974 年上海中医学院在全国第一个成立了针、推、伤专业。1976 年 10 月以后，随着国家的稳定和发展，学术活动逐步恢复，中华人民共和国卫生部十分重视推拿事业的发展，1979 年上海中医学院成立了针灸推拿系，为培养专业人才创造了条件。1979 年 7 月，在上海首次召开了全国性的推拿学术经验交流会，全国 27 个省市 108 位代表参加，交流论文 98 篇，推拿事业在全国范围内得到发展。1982 年北京中医学院亦成立了针灸推拿系，全国有条件的中医学院，相继开始筹建针灸推拿系，这进一步促进了推拿事业的发展。

1984 年国家实行改革开放，由计划经济体制改变为市场经济体制，变公有制为公有制与私有制并存，国家实施发掘“民间一技之长”政策，使一些流传于民间、身怀绝技的中医世家或师承派有了用武之地，推动了中医学的发展。

1997 年，在北京成立了中医按摩康复研究中心——北京继弘按摩康复研究中心，丰富了按摩理论与技法，揭示了人体奥秘，揭示了按摩的治疗原理，创立了能治疗各科疾病与疑难杂症的脏腑经络点穴疗法，此法具备不打针、不吃药、无毒、无不良反应等优点；克服药源性疾病的发生与危害；无再伤害、安全可靠；能治疗各科疾病、疗效显著；明显改善人体各系统机能与功能、提高人体免疫能力的五大特点，在医学界独树一帜。

由于按摩是独具特色疗效的，具有科学性、方向性、实用

性的学科，目前已引起国际医疗卫生界的重视，许多国家都以开展对这方面的研究。古老的按摩疗法定会重放异彩，定会为人类医疗保健事业做出新的贡献。按摩疗法将成为 21 世纪的重要医疗手段。



## 第二章

### 中医推拿按摩师的道德修养

中医推拿按摩师同社会的各行各业一样，同样需要较高的道德修养，而且不仅仅是思想、品德方面的修养，更重要的是职业道德方面的修养。道者，各行各业的行为规范、规章、运作规律、规矩；德者，各行各业的德行规范、德性、品德修养。中华民族具有道家、佛家、儒家等五千年传统文化，仁、义、礼、智、信、忠、孝是中华民族文化智慧的结晶，是家庭和睦、国家安定之本。

中医推拿按摩师的道德修养是什么？德真试论如下：道——医道也，德——医德也。也就是要求中医推拿按摩师要精医道而守医德。医道者医的规律、规范、道理或说医理，也就是说作为中医推拿按摩师要懂得遵循医道的规律、规范、规矩、医理。深入的说是要求中医推拿按摩师一要精通中医的医理，精通中医学，对人体阴阳、五行、经络、五脏六腑功能与机能等有关人体科学的知识，中医学对于疾病的认识、诊断及治疗的论述，只有把这些掌握精通方可为医，方可论医。二要精通诊断疾病、治疗的技法与功法。能做到得心应手，手到病除，先人们所要求的“一旦临证，机触于外，而法生于内，心随手转，法从手出”。德真认为可以总结为“手感”与“手法”四个字，要求中医推拿按摩师应做到手感者就是“一旦临证，机触于外而法生于内”，也就是要求中医推拿按摩师的手一接触患者，通过认真触摸，便知其病、病位、病理、病性之所在与所变，心中已胸有成竹，形成了正确的、科学的治疗法则、治疗方法及所需施功法。要求中医推拿按摩师所做手法者就是“心随手转”以普救众生为已任，合理计酬，而不是