

主 编 丛德毓 王立新 黄铁银

推拿学

TUI NA XUE



图书在版编目 (CIP) 数据

推拿学/丛德毓, 王立新, 黄铁银主编.

—长春: 吉林科学技术出版社, 2008.5

ISBN 978-7-5384-3467-5

I. 推… II. ①丛… ②王… ③黄… III. 推拿学 IV. R244.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 066521 号

责任编辑: 张瑛琳 封面设计: 创意广告

推拿学

丛德毓 王立新 黄铁银 主编

*

吉林科学技术出版社出版发行

长春市康华彩印厂印刷

*

787×1092 毫米 16 开本 14.5 印张 340 000 字

2008 年 5 月第 1 版 2008 年 5 月第 1 次印刷

定价: 25.00 元

ISBN 978-7-5384-3467-5

版权所有 翻印必究

如有印装质量问题, 可寄本社退换

社址 长春市人民大街 4646 号 邮编 130021

电话 0431-85635183

网址 www.jlstp.com

实名 吉林科学技术出版社

编委会

主 编	丛德毓	王立新	黄铁银
副主编	胡金凤	齐 伟	刘 鹏
	马英传	矫俊东	王宇峰
	王朝辉		
编 委	楚云杰	曹铁中	李松明
	赵广有	张喜春	杨洪兴
	王晓东	商强强	郭 猛
	邢 杰		

内 容 提 要

全书共分四篇,上篇为基础篇,主要介绍了推拿的相关基础知识,包括推拿学的基础理论、基本常识、检查方法、常用手法等。中篇为成人常见病症治疗篇,主要介绍了一些推拿疗效较好的骨伤、内妇以及五官科等常见病症治疗方法,下篇为小儿推拿篇,重点介绍了小儿推拿方面的相关知识,包括小儿推拿的基本常识,小儿推拿常用手法、穴位,儿科常见病症治疗等内容。附篇为主要介绍了推拿手法作用的现代研究,推拿“治未病”以及足部推拿的相关内容。

序 言

看了由我校教师编写的《推拿学》教材清样，由衷的感到高兴，本教材既浓缩着我校推拿学科三十余年教学、临床、科研经验的精华，也是我校推拿学科不断发展进步的见证。我校推拿学科经过三十余年的发展建设，在各个方面均取得了骄人的成绩，目前本学科已经是具有博士学位授权资格的重点学科，“推拿手法学”课程被评为国家级精品课程，附属医院推拿科被国家中医药管理局确定为“十一五”重点建设专科，教学、临床、科研水平均位居国内前列。

本书在内容方面，以中医骨伤学、中医学和中西医结合学的学生为主要对象，具有较强的针对性，对推拿基础理论、推拿手法和小儿推拿等内容进行了提炼，使这方面的内容更加简洁适用，非常适合非推拿专业学生学习，是目前少有的针对非推拿学专业学生的教材。

在推拿治疗学方面，从推拿临床实践出发，以常见病、重点病为主要内容，对推拿治疗病种进行了调整，对推拿治疗方法也进行了梳理，使学生能够更好的掌握推拿治疗学的精华。此外，本书还增加了康复医学、推拿手法的现代研究和推拿“治未病”等推拿学新兴领域的内容，拓宽了学生的思维视野，加深了学生对推拿学的认识。

在编写体例方面，本书充分吸收以往《推拿学》教材的长处，对编写体例进行了适当的调整，尤其在疾病治疗方面，对疾病的病因病理、临床表现、诊断要点、推拿治疗等内容重新进行了整理规范，使这方面的内容更加清晰整洁，更有利于学生理解掌握。

本书的出版，能够更好的提高推拿学的教学水平，也是对现行推拿学教材的有益补充，非常感谢本书的作者在繁忙的工作之余，能够付出大量的心血编写这本《推拿学》教材。推拿学作为中医学重要的组成部分，具有浓厚的中医特色和良好的治疗作用，随着时代的进步，推拿学也必将为促进中医事业的发展和提高人类的健康水平做出更大的贡献，热切的希望能够有更多的人加入到发展推拿事业的队伍中，使推拿学——这门古老的学科绽放更加炫丽的光彩。

王之虹

前 言

推拿学是我国医药学文化遗产宝库中的瑰宝，是祖国医学的重要组成部分，它总结了中华民族几千年来与疾病作斗争的经验，巧妙运用特定的手法技巧作用到人体的某个部位或穴位上，进而达到治疗或预防（保健）疾病目的，是一门技能性、操作性很强的临床学科。

推拿的医疗体系形成在秦汉以前。可以说推拿疗法是医学疗法的起源，在此时的两部医学巨著《黄帝内经》和《黄帝歧伯按摩十卷》（已佚）中就有大量关于推拿的记载。在长期医疗实践中，经过历代医家的大量实践，不断总结、使其在内容上不断的充实和完善。并在临床实践过程中，形成了许多具有鲜明技术风格和学术特点的推拿学术流派，为祖国医学的发展增加了新的光彩。推拿防治方法，在预防和临床中适应范围较广，因此，与中医其他临床学科和现代基础学科有广泛的结合。随着社会的进步，人民生活的改善，推拿疗法以其无毒、无副作用和简单、易学、方便、高效的治疗特点，不仅为中国人民所喜爱，同时也逐渐走向了国际，日益为世界人们所接受。

目前推拿学教材内容过于繁多，主要适用于推拿专业，而对于骨伤专业以及中医、中西医结合等专业来说尚有未尽完善之处。为了满足这类专业的教学需求，我们全体教研室人员本着简要精炼，条理清晰，实用临床，兼容其他，着眼未来的原则，借鉴了其他推拿教材的编写经验共同编写了本教材。

在编写过程中，我们查阅了相关的中医文献资料，收集了各地的临床经验及有关的科研成果，以中医基础理论为主导，对推拿的发展史，推拿治疗的原理，治疗原则，治疗方法及常见病症的诊断、治疗，现代医学对推拿的实验研究，作了系统的阐述，并首次将推拿治疗未病方面的内容写入教材，使推拿在预防疾病方面的优势体现在教学内容之中。尤其是根据中医药教材的特点，在继承传统精髓的基础上又吸收现代研究成果和理论；注意体现素质教育和创新能力与实践能力的培养，为学生知识、能力、素质协调发展创造条件。

教材是一种总结性的出版物，其更新的速度总是滞后于医学科学丰富的发展实践。同时，由于编者水平有限，本教材中难免会出现不尽完备之外，所以真诚希望广大的同学将在使用本教材中所发现的问题和错误之处反馈给我们，以便进一步修订提高。

编 者

2008 年 3 月

目 录

上 篇 基础篇

第一章 概述	1
第二章 推拿基础	8
第一节 推拿的作用原理	8
第二节 推拿治疗的原则	10
第三节 推拿的基本治法	13
第四节 推拿的实验研究	15
第三章 推拿的基本常识	23
第一节 推拿的适应症	23
第二节 推拿的禁忌症	23
第三节 推拿疗法的一般注意事项	24
第四节 推拿中常见的几种意外情况	24
第五节 介质	29
第六节 热敷	30
第四章 推拿临床常用诊断方法	33
第一节 祖国医学诊断纲要	33
第二节 现代医学检查诊断方法	36
第三节 影像学检查方法	57
第五章 成人推拿手法	58
第一节 摆动类手法	58
第二节 摩擦类手法	63
第三节 振颤类手法	69
第四节 挤压类手法	70
第五节 叩击类手法	77
第六节 运动关节类手法	80
第七节 复合类手法	87

中 篇 成人常见病症治疗篇

第六章 骨伤科病症	88
第一节 颈椎病	88
第二节 落枕	93
第三节 项背筋膜炎	95
第四节 脊柱小关节紊乱	96

第五节	腰椎间盘突出症	98
第六节	急性腰扭伤	101
第七节	腰肌劳损	102
第八节	第三腰椎横突综合征	104
第九节	骶髂关节扭伤	106
第十节	颞颌关节功能紊乱症	108
第十一节	肩关节周围炎	110
第十二节	肱骨外上髁炎	112
第十三节	梨状肌综合征	114
第十四节	退行性膝关节炎	115
第十五节	踝关节扭伤	117
第七章	内妇五官科病症	119
第一节	面瘫	119
第二节	半身不遂	120
第三节	痿证	123
第四节	失眠	126
第五节	头痛	128
第六节	胃脘痛	132
第七节	痛经	134
第八节	慢性盆腔炎	137
第九节	消渴	139
第十节	声门闭合不全	141

下 篇 小儿推拿篇

第八章	小儿推拿基础	144
第一节	小儿推拿知要	144
第二节	儿科基础知识	147
第九章	小儿推拿常用手法	149
第一节	手法概述	149
第二节	小儿推拿常用手法	149
第十章	小儿推拿常用穴位	155
第一节	概述	155
第二节	头面颈项部穴位	156
第三节	胸腹部穴位	160
第四节	腰背部穴位	165
第五节	上肢部穴位	169
第六节	下肢部穴位	182
第七节	常用推拿法功用分类	185
第十一章	儿科常见病症治疗	187

第一节	泄泻	187
第二节	呕吐	189
第三节	夜啼	191
第四节	遗尿	193
第五节	厌食	194
第六节	肌性斜颈	196
第七节	咳嗽	197

附 篇

第十二章	推拿手法作用的现代研究	201
第十三章	推拿“治未病”	205
第一节	推拿“治未病”的理论探析	205
第二节	推拿“治未病”的常用术式	206
第三节	足部推拿	211

上篇 基础篇

第一章 概述

推拿是中医学临床学科中的一门外治法,是指运用一定的手法技巧作用到人体的某个部位或穴位上,以达到治疗或预防(保健)疾病的一种物理疗法,属于非药物治疗法的重要内容。它总结了中华民族几千年来与疾病作斗争的经验,是祖国传统医学的重要组成部分。

推拿,古称“按摩”、“按跷”、“案扪”、“爪幕”等,如《素问·血气形志篇》记载:“形数惊恐,经络不通,病生于不仁,治之以按摩醪药。”《素问·异法方宜论篇》记载:“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。”宋《圣济总录》“可按可摩,时兼而用,通谓之按摩。”“推拿”一词,始见于明代万全的小儿推拿著作《幼科发挥》。明代钱汝明在《秘传推拿妙诀·序》中指出:“推拿一道,古曰按摩,上世活婴赤以指代针之法也”。推拿名称的历史变革,即从“按摩”到“推拿”是一次飞跃,这是因为早期的按摩疗法适应症少,手法种类也较少,常用的是按和摩两种手法,按、摩为简单单一的动作,通过实践,到了明代,治疗范围不断扩大,按摩手法发展为推、拿等较为复杂的手法形式(包括向下的压力、向上的提力和相对的挤压力的综合手法),产生了各种用力方向不同的手法。

推拿的发展,历史悠久,其医疗体系形成在秦汉时期。在此时的两部医学巨著《黄帝内经》和《黄帝岐伯按摩十卷》(已佚)中就有许多关于推拿的记载,例如推拿治疗风湿痹症、筋骨痠症、胃脘疼痛、口眼歪斜等。历代医家经过大量实践、不断总结和充实完善,使其在内容上更加丰富多彩;在长期医疗实践中,推拿医术得到了不断改进和完善;在临床辨证施治的手法治疗中,形成了众多技术风格和学术特点的推拿学术流派,为祖国医学的发展增加了新的光彩。

由于我国幅员辽阔,东西南北中各流派的推拿手法风格各异,其中北派手法多刚劲有力而南派手法又偏柔和细腻,需要结合临床实践灵活运用。推拿手法的操作技巧讲求刚柔并济,以柔克刚,施力程度要求轻而不浮,重而不滞,透达深层。临床实践中既要使患者易于接受各种推拿手法,又要达到治疗疾病的目的,因此除学好基本手法外,还必须掌握分部手法;除掌握基本要领外,还必须多加练习。根据病情及损伤部位的轻重缓急辨证施治,以相应的手法、娴熟的操作,随症组合,灵活运用,这样才能起到手到病除的实时效果。

随着社会的进步,人民生活的改善,当今世界非药物治疗法以其无毒、无副作用为人们所青睐,推拿具有简单、易学、方便、高效的治疗特点,日益为广大群众所喜爱,同时也走向了国际。

一、推拿学发展源流

推拿是人类最早运用的一种治疗方法,起源很早。原始社会人类还不会运用药物,在日

常劳动中,因跌扑挫伤等引起疼痛时,人们就会进行自然的抚摸按揉动作,发现疼痛减轻,这时人们就自然地认识到抚摸的作用,通过不断地积累经验,逐渐由自发的本能行为发展到自觉的医疗行为,再经过不断地总结、提高,逐渐形成了推拿治疗体系。其发展历程大体上经历了以下几个历史阶段:

(一)远古时期

人们在距今三千多年以前的远古时期,已经开始对按摩疗法有所认识和掌握,在殷墟中发现的甲骨文中就有一些关于按摩的记载。据载甲骨文中的“拊”字即是按摩之意(见《说文解字》:“拊,搯也,搯,摩也。”)。甲骨文卜辞中还记载了当时已有专事按摩的医生,而且有女医生。但在甲骨文中尚未找到药物或针灸治病的具体描述,更无相应的治疗师的记载,这说明在当时按摩是主要的治病手段。现代有学者根据古代殷商地处中央,又对照《素问·异法方宜论篇》导引按跷从中央来的说法,提出按摩之法是殷人发明的。《素问·异法方宜论篇》“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。”

(二)先秦两汉时期

这一时期在《黄帝内经》中已有按摩的记载,并有按摩专著出现,据《汉书·艺文志》上记有《黄帝岐伯按摩十卷》,是我国第一部按摩专著(此书已佚)。此时期有专人行使按摩,如扁鹊用按摩、针灸成功抢救了尸厥患者。有用介质进行按摩,在《金匱要略》中有“膏摩”记载。膏摩是用中药作成膏作为介质进行按摩,如木防己膏,丹参膏等。有利用器具进行按摩,《灵枢》九针中有“圆针、鍉针”的记载。“圆针者,针如卵形,揩摩分间,不得伤肌肉,以泻分气;鍉针者,锋如黍粟之锐,主按脉勿陷,以致其气。”

此时期在治疗范围上首先用于综合治疗。如急救方面,《韩非子外传》中有“扁鹊过虢候,世子暴病而死,扁鹊入,砥针砺石,取三阳五输…子容药,子明灸,子游按摩…于是世子复生”的记载。东汉名医张仲景在《金匱要略·杂疗方第二十三》介绍“救自缢死”方法,首创科学地应用体外心脏按摩抢救自缢死者。

此时期对于肢体萎弱废用,四肢厥冷,受寒凉后筋脉挛急,关节屈伸不利等症多用导引疗法和按摩疗法。《素问·异法方宜论篇》“中央者,其地平以湿…故其病多痿厥寒热,其治宜导引按跷”。《素问·血气形志篇》中“形数惊恐,经络不通,病生于不仁,治之以按摩醪药。”即是说肌肉麻痹不仁之处,可用按摩和药酒的方法治疗。另外,此时期对于寒气客于“背俞之脉”而致病者用按摩方法可使疼痛消除。正如《素问·举痛论篇》中说“寒气客于背俞之脉则脉泣,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。”从以上记载不难看出,在秦汉以前,推拿疗法已被普遍应用。

(三)魏晋隋唐时期

这一时期有许多方面的按摩记载,如晋《肘后备急方》,隋《诸病源候论》,唐《千金要方》、《千金翼方》、《外台秘要》等著作中都有许多关于按摩记载,并有专著出现,如晋代葛洪著《抱朴子·内篇》中提到有《按摩经·导引经十卷》(此书已佚)。

从医政设施上,隋代设有按摩博士,据《隋书百官志》记载有“按摩博士掌教导引之法以除疾,损伤折跌者正之。”唐代设有按摩科,《旧唐书职官志》记载“按摩科设有按摩博士一人,按摩师四人,按摩工十六人,按摩生十五人,按摩博士掌教按摩生消息导引之法”。

此时期膏摩运用普遍,并开始运用按摩治疗和预防小儿病症。《千金要方》中记载有“小儿虽无病,早起常以膏摩囟上及手足心,甚辟寒风。”《千金要方》中“小儿夜啼…亦以摩儿头及脊骭。”此时期自我按摩也开始用于治疗、强身、保健及预防疾病。《抱朴子·内篇》“头痛,腹痛亦还以自摩,无不愈者。”《诸病源候论》“若腹内有气胀,先须暖足,摩脐上下并气海,不限遍数,多为佳。”又说“清旦初起,以左右手交互从头上挽两耳举,又引鬓发,即流通,令头不白,耳不聋。又,摩手掌令热,以摩面从上下二七止,去汗气,令面有光。又,摩手令热,令热从体上下,名曰干浴,令人胜风寒时气,寒热头痛,百病皆愈。”《千金翼方》中有“食毕摩腹能除有病”的记载等等。

此时期按摩的治疗范围也逐渐扩大,对损伤肿痛、昏迷、感冒、产后中风、痉挛、麻木、腰背痛诸类疾病均有记载。如《抱朴子》中:“其肿痛所在,以摩之,皆手下即愈。”《肘后备急方》:“救卒中恶死,令爪其病人人中,取醒。”《千金要方》:“华佗曰,夫伤寒始得一日在皮肤,当膏摩火灸即愈。”《千金翼方》:“木防己膏,治产后中风…”。《外台秘要》:“若有挛急及有不仁之处,不问冬夏,常用膏摩之。”《诸病源候论》:“以手摩腹,从足至头,正卧蹠臂导引,以治痹湿不可仁,腰脊痛。”

此时期,正骨推拿也有了进步,特别是骨折脱位的手法整复。如《肘后方》首次记载下颌关节脱位的推拿手法整复。蔺道人《仙授理伤续断秘方》是我国现存最早的骨伤科专著,书中介绍了肩、髋关节脱位,以及肋骨骨折、前臂骨折和颅骨骨折的整复方法,第一次系统地将推拿手法运用到骨伤科治疗中,是骨伤推拿疗法的雏形。

从以上记载可以看出,此时期在治疗范围上有了扩大,并有了了一定的医政设施,较前一个历史时期有了一定的发展。同时,我国推拿医学在这一时期传入了朝鲜、日本、印度等国家。

(四) 宋金元时期

这一时期对按摩有概括性论述。宋代《圣济总录》对按摩方面的论述是现存较早的按摩文献,它不但认为按和摩有区别,前者单独使用,后者兼以用药,并且还论述了按摩的作用及适应症。书中说:“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。”

此时期推拿运用的范围更加广泛。元代名医危亦林所著《世医得效方》记载了利用身体重力牵引复位的各种方法,特别是髋关节脱位的倒吊复位法和脊椎骨折的悬吊复位法,以身体下坠力来替代拔伸手法。此外,宋代医生庞安时运用按摩法催产,获得“为人治病率十愈八九”的效果。金元四大家之一的张从正在《儒门事亲》一书中,认为按摩也具有汗、吐、下三法的作用,对推拿的治疗作用,提出了新的见解。

此时期有成套的自我按摩。如摩手熨面,击探天鼓等。有利用器具进行按摩,据《圣济总录》记载:“治风热冲目…每日饭后及卧时,开发滴顶心,以生铁熨斗子摩顶一二千下,兼去目中热毒,昏障痛涩。”

此时期有按摩专著。据《宋史·艺文志》记载有《按摩法一卷》、《按摩要法一卷》。(书已佚)。

据以上记载,此时期按摩有很大发展,不但在治疗上有所发展,在理论上的论述对当今仍有现实的指导意义。

（五）明清时期

明代按摩技术已十分兴旺，据《明史百官志》上记有医术分十三科，其中设有按摩科。在当时有影响的著作如张介宾的《类经》也把按摩列为十三科之一，而且在手法上强调辨证论治。此时按摩疗法不单在医疗上显示出它的学术地位，养生之士更把它作为健身寿世的妙法。此时按摩受到各方面的重视。在此时期，按摩出现了一个新的分支——小儿推拿法。

此时期小儿推拿运用普遍，发展迅速。明末清初为小儿推拿兴盛时期，此期小儿推拿著作之多，是按摩史上出版书籍最兴旺时代。如明代《小儿按摩经》、《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》、《小儿推拿秘诀》，清代《小儿推拿广意》、《幼科推拿秘书》、《厘正按摩要术》、《秘传推拿妙诀》、《保赤推拿法》、《推拿述要》、《推拿辑要》、《推拿易知》等等。其中《小儿按摩经》被收录于杨继洲的《针灸大成》一书中，该书是我国现存最早的推拿专著。按摩又有推拿之称正是从这时小儿推拿的名称开始的。

在小儿推拿治疗方面，治疗范围广泛，并有独特的穴位，手法增多。提出了小儿推拿特定穴“点”、“线”、“面”的特点和主要集中在两肘以下的理论，对小儿推拿手法以及手法补泻的认识有了很大的进步，主张“旋推为补，直推为泻”、“缓摩为补，急摩为泻”、“左揉为补，右揉为泻”，强调手法操作要平稳着实、轻快柔和。在手法应用上，较多地使用推法和拿法，并有复式操作法等。

此时期一些医学巨著如《普济方》、《古今医统大全》中都有许多关于按摩记载。在《医宗金鉴》中，对手法在伤科方面的运用作了总结，把“推、拿、按、摩、摸、接、端、提”列为伤科八法，前四法为治筋，后四法为正骨，论述详细，并且强调手法的重要性。其中提出了“手法各有所宜，其痊可之迟速，乃遗留残疾与否，皆关乎手法之所施得宜。”强调如何运用手法是治愈疾病的关键。

（六）中华人民共和国建国前（公元1949年以前）

民国时期，推拿学术处于发展的低潮，但在民间却得到传播和发展，涌现了大批临床推拿医家和推拿学术流派，如鲁东湘西的儿科推拿、北方的正骨推拿、江浙的一指禅推拿、山东的武功推拿、川蓉的经穴推拿等等，这些众多的学术流派，是我国推拿学科的一大特色。这一时期，出版了不少小儿推拿和成人推拿专著，如《推拿全书》、《推拿指掌》、《幼科推拿术》、《推拿秘要》等，对推拿的普及起了一定的作用。同时，由于西方医学的传入，推拿与中医其他学科一样受到冲击。但推拿作为一门临床学科，在冲击中吸收了西方医学的解剖、生理等基础知识以充实自身的发展，如上海的滚法推拿就是在这种情况下发展起来的。

解放前由于国民党政府采取“废止旧医”的政策，散布“国医在科学上无根据”的论调，因此，中医事业遭到严重摧残，推拿几乎濒于湮没状态，处于低潮，只有散落在民间的推拿还存有一些活力，如一指禅——滚法流派发展至今仍被广泛运用。

（七）中华人民共和国建国后（公元1949年以后）

新中国成立后，推拿疗法得到充分重视，推拿学科的临床、教学、科研以及推拿著作的出版和推拿队伍的建设，都出现了空前的繁荣景象。

50年代中期开始，有些省市相继设立推拿科，上海在1958年成立了推拿门诊部、推拿学校、推拿医训班，有些地区以师带徒的形式培养推拿专业人员。在治疗范围上发展到

内、外、妇、儿、五官、伤科。在手法上较系统地运用了推、拿、按、摩、揉、摇、抖、搓、捻、抹、揉、拍、击、擦、指压等手法。对手法作用作了精辟的论述，对探讨推拿治病原理及推拿的生理作用作了大量工作。研究推拿历史和文献，培养专业人员，归类统一推拿手法，总结推拿手法技术要求（持久、有力、均匀、柔和、深透），并且得到认可。出版专著 10 余部，发表论文 70 余篇。

60 年代前期出版推拿著作及发表论文 270 余篇，推拿著作 10 余部。推拿治疗范围较 50 年代有了扩展。60 年代开始成立推拿专门研究机构，并进行现代实验研究，如“按摩对正常人胃运动的影响”，“按摩后的体温和血液成分的变化”，“按摩后脑电图的变化”等实验研究。对推拿文献资料的整理和研究以及在 60 年代末开展的推拿麻醉，对推拿事业都起到了一定的推动作用。此时期在培养专业人材方面也作了一些工作，如举办了推拿培训班，开设了中专层次的推拿专业。

60 年代后期至 70 年代上半期，由于“文革”的影响，推拿事业遭到极大破坏，关闭了当时全国唯一的推拿学校，学术活动多半都已停止，许多省市的推拿科被撤消，70 年代后期才逐渐恢复。此时期临床治疗以颈、肩、腰腿痛、运动障碍病居多。推拿尤以其独特的疗效用于治疗三种病症（扭伤、漏肩风、腰椎间盘突出症），可见其学术影响之巨大，当然推拿不仅只是对于这三种病症疗效好，而是这三种病症的其他疗法效果都不如推拿效果好。

70 年代后期，文化大革命结束，推拿学发展出现了新的契机。首先是在 1974 年上海中医学院率先成立了针灸推拿骨伤专业，1979 年又成立了针灸推拿系。同年在上海召开首届全国推拿学术经验交流会，27 个省市、108 位代表参加了会议，发表学术论文 98 篇。在全国首次正式确立了推拿学的学术地位，建立了专门的机构，为推拿学的发展做出了重要的贡献。许多中医院校先后开设了不同层次的推拿专业，培养专业人才。文献整理研究，对解放前后推拿书目进行了收集整理，解放后共有 978 种杂志中收集汇编了文献目录，汇编了小儿推拿资料。出版推拿著作如《按摩》、《推拿学》、《实用小儿推拿》等。

80 年代以后，治疗范围扩大，其中对高血压病、冠心病、神经官能症和脑血管意外后遗症治疗效果都有突破。对推拿治病作用机理探讨从一般的疗效观察提高到用中医理论 and 实验进行探索。进一步研究推拿历史和文献，对推拿医学源流考查，对文献资料进行系统收集整理。出版推拿著作如《实用中医推拿学》、《点穴疗法》、《推拿疗法》、《小儿推拿》、《按摩与刮痧》、《实用推拿疗法挂图》、《推拿入门》以及出版高校推拿教材《推拿学》及《中医推拿学》。多次召开推拿学术会议，创办了《推拿医学》杂志。

推拿科研教育事业蓬勃发展。各地相继举办了推拿进修班，中医院校成立针灸推拿系，设立推拿教研室，开设推拿课程。1986 年上海中医学院推拿系成立，并招收了全国第一批推拿硕士研究生。1987 年成立了全国性的推拿学术团体——中华全国中医学会推拿学会。1991 年上海市中医药研究院推拿研究所成立，这是当时国内唯一一家专业性推拿科研机构。

90 年代是推拿学发展的高峰时期。各大中医院校开始招收针灸推拿专业的研究生，1997 年在上海首次招收推拿学专业博士研究生，不断为推拿教学、临床、科研输送高素质的专业人才。开展更深层次的科研工作，同时出版发行了大量的推拿专著，发表了大量的推拿学术论文。推拿学会、推拿研究所等机构相继成立，为推拿学的发展提供了必备的

条件。

推拿具有独特的医疗作用,属于自然疗法范畴。近年来推拿事业迅速发展,许多医院相继成立推拿科,大量增加了推拿专业人员的数量,提高了专业人员的业务水平,为推拿事业的发展打下了坚实的基础。另外随着我国国际地位的不断提高,推拿已引起国际医学界的重视,中国推拿与国外进行了广泛的交流,中国推拿学者出国讲学、医疗,赢得了国外的好评;同时,不少国家和地区的推拿专业人员也来中国学习中医推拿,且人员日益增多,许多国家也对推拿医学开始进行研究。在科学发展的新时代,学科之间相互渗透为推拿医学的发展提供了新的机遇和空间,在这样的背景和条件下,传统而古老的中国推拿学必将得到充分的发展,推拿事业也将进入一个崭新的时期。

二、推拿学科的特点

推拿学是在中医学和现代医学理论的指导下,阐述和研究运用推拿来防治疾病的方法、规律和原理的一门临床学科。

(一) 推拿学的基本特征

手法治疗和功法训练是推拿学的基本特征。

推拿疗法是以操作者的手,或者借用一定的工具以达到手的功能的扩展,或者适当运用操作者肢体的其他部分,在患者的肢体体表上作某些规范的动作,来达到防病治病的目的。这些作用于受治者肢体体表上的规范性动作,称为手法。其具体的操作形式有很多种,包括用手指、手掌、腕部、肘部以及肢体其他部分如头顶、脚踩等,甚至运用桑枝棒,直接在患者体表进行操作,通过功力作用于特定部位或经络腧穴而产生作用。这里还包含多个相关联的概念的内涵要素:①手法操作是以医学理论为指导,以防病治病为目的;②手法是操作在患者的肢体体表上,不需要切开皮肤后导入的手法,是一种无创伤性的自然疗法。

功法训练对推拿专业人员来说,有双重意义。一是推拿专业人员本人必须进行功法锻炼,以助于掌握手法的技巧性;也有利于增加体质与长时间的手法操作和施行时具有一定力量的手法动作。二是指导病人功能锻炼,以巩固和延伸临床治疗效果。推拿临床工作人员的功法锻炼有动功和静功之分。而训练病人的功能锻炼,则是参照推拿专业人员功法锻炼的方法结合不同疾病的病理和症状,指导病人进行锻炼的。

(二) 推拿学的理论基础

推拿学是一门医疗科学,作为推拿医生必须掌握必要的医学基础理论及有关疾病的发生发展规律。推拿学科以中医理论为基础,要求掌握中医的阴阳五行、四诊八纲、脏腑经络等相关知识,这是最基本的理论基础。同时还需要掌握必要的现代医学基础知识,如人体解剖学、生理学、骨伤科学、内科学、妇科学、儿科学等,熟练地掌握这些理论结合推拿的运用,将对提高推拿人员的医疗水平十分有益。由于从现代科学的角度来看,推拿学是一种以力学为特征的物理疗法,所以为了正确地掌握和操作手法,推拿学还十分重视现代生物力学的理论 and 应用。此外还要注意了解研究治疗原理的方法及国内外研究动态。

(三) 推拿的基本特点

1. 推拿疗法具有简、便、易、效的特点,具有其他疗法不可比拟的优越性。①简:治疗方法简单,以局部接触、手法操作为主,配合牵引、针灸、火罐等方法。②便:治疗

方便,不受时间地点限制。③易:推拿疗法易学、易懂、易于接受。④效:对适应病症具有独特的疗效。

2. 重经穴、明解剖。推拿与针灸密切相关,但又有诸多不同之处:①穴位:推拿大多是沿用针灸的穴位,但与针灸又有所不同,有其独特之处。针灸穴位以“点”为主,推拿选穴则以“点、线、面”结合。②操作:针灸穴位治疗以针刺和灸法为主。而推拿可运用多种方法(手法)。

3. 与气血直接相关。直接作用于改变气血运行的系统内能,激荡气血,最终达到促进气血运行、气血调和的目的,从而治疗疾病,促进微细血管的微循环,在此基础上促进损伤引起的血肿、水肿的吸收;促进营养物质的吸收,达到修复软组织的目的。

4. 适应范围的广泛和严格的禁忌证是推拿学的临床特点。推拿的治疗范围,是由推拿手法的作用所决定的。不同的临床学科,如骨伤科、内科、妇科、神经科、儿科等,如手法确能改善其临床疾病的某些病理过程,缓解症状,必然会被积极地采纳。推拿作为一种疗法,其适应症是广泛的,对于运动系统、神经系统、消化系统、呼吸系统、循环系统、泌尿生殖系统等疾病都具有一定的疗效,涵盖了临床各科。

推拿疗法虽然对某些疾病的疗效胜于方药,但也有它一定的局限性,如果治疗时手法使用不当,或者在某种病理情况下使用时,有使病情加重和恶化的可能,因此推拿疗法有着严格的禁忌症。

鉴于推拿学的上述特点,学习推拿学有两个环节。一是学习和掌握中医学的基础理论、以及现代科学(包括现代医学)的理论和技術。二是刻苦地学习手法和进行功法锻炼,掌握手法的基本技能和临床应用。推拿手法是一种技巧,它是力的运用与技巧的完美结合。严格地说不讲究技巧的简单动作是不能称之为手法的。手法的技巧是关键,而力量则是发挥技巧的基础,两者缺一不可。因此,作为一名推拿专业人员,不但要掌握手法的技巧,同时要注意体力的锻炼,体力的锻炼就是练功:手法的训练和练功,必须经过一段较长时间的艰苦训练,再经过不断的临床实践,才能使手法技术由生到熟,熟能生巧,乃至运用自如。

学习继承这门独具特色的古老而又年轻的科学决不能单纯的仿古和复古,而应发扬和光大。推拿学是一门科学,因此必须掌握医学基础知识及有关疾病的发生发展规律,手法操作方法,治疗方法,适应证与禁忌证等。既要重视实践经验的积累,又要注意手法训练和临床实践的结合,辨证施治,按证施法,方可奏效。因此我们在学习中要在继承的基础上,不断地完善、整理、发扬、提高这门知识,为人类的医疗卫生事业作出新的贡献。

第二章 推拿基础

第一节 推拿的作用原理

推拿属中医外治法范畴，是医生根据病情施用手法治疗的一门中医学科。推拿治疗疾病是根据祖国医学脏腑经络、卫气营血等学说和现代医学神经、循环、消化、代谢、运动等原理，运用一定手法，给予机体良性物理刺激，作用于经络、穴位、神经等组织，使机体发生由此及彼、由表及里的各种变化，从而使人体各脏腑器官的功能达到相对平衡状态，以消除各种疾病。

推拿治疗疾病，就是根据疾病发生的不同原因和症状，运用不同的补泻手法，以柔软、轻按之劲，按穴位，走经络，以改善经络的功能和调节卫气营血，并通过经络传导功能，调整脏腑组织器官的功能，从而扶助正气，祛除邪气，达到治病目的。《素问·举痛论》中说：“按之则热气至，热气至则痛止矣。”就是说推拿可使温热之气通达于经络，消除由寒邪引起的疼痛。概括起来，推拿具有疏通经络、行气活血；理筋整复、滑利关节；调整脏腑、扶正祛邪等作用。

一、疏通经络，行气活血

经络在人体内有运行气血，沟通内外，联络脏腑，贯穿上下的作用。人体通过经络系统把各个组织器官连成一个有机的整体，以进行正常的生命活动。它是人体气血运行的通路，具有“行气血而营阴阳，濡筋骨，利关节”（《灵枢·本藏》）的作用，以维持人的正常生理功能。当外界六淫之邪气侵袭人体时，可干扰经络的正常活动而出现病理状态，产生疼痛麻木等一系列临床症状。如《素问·举痛论》中又说：“寒气客于背俞之脉则脉泣，脉泣则血虚，血虚则痛，其俞注于心，故相引而痛。”

推拿作用于人体体表，在局部通经络、引气血、濡筋骨，并且由于气血循着经络的分布，流注于全身，所以能够影响到内脏及其它部位。推拿疏通经络的作用意义非常广泛，在临床各科疾病的治疗作用中均有体现。如推桥弓可平肝阳而令血压下降；搓摩肋肋可疏肝理气而使肋肋胀痛缓解；掐按合谷穴可止牙痛；按揉角孙穴可治偏头痛。其调整、疏通作用的大小，与推拿时手法操作的经络、穴位的准确与否、手法作用时间的长短、刺激量大小等有着明显的关系。又如风、寒、湿邪侵入人体，客阻经络，则产生肌肉酸痛，此属经络“不通则痛”，通过推拿手法治疗使风寒湿邪外达，经络疏通而痛消，此属“通则不痛”，故《素问·举痛论》中说：“寒气客于背俞之脉则脉泣，脉泣则血虚，血虚则痛，……按之则热气至，热气至则痛止矣。”《医宗金鉴·正骨心法要旨》说：“按其经络，以通郁闭之气，摩其壅聚，以散瘀结之肿，其患可愈。”《素问·血气形志篇》：“形数惊恐，经络不通，病生于不仁，治之以按摩醪药。”均说明了推拿可使经络得通，气血得以正常运行，而达到濡养全身四肢百骸的作用。如肌肉麻木不仁，劳损，风湿等证。