

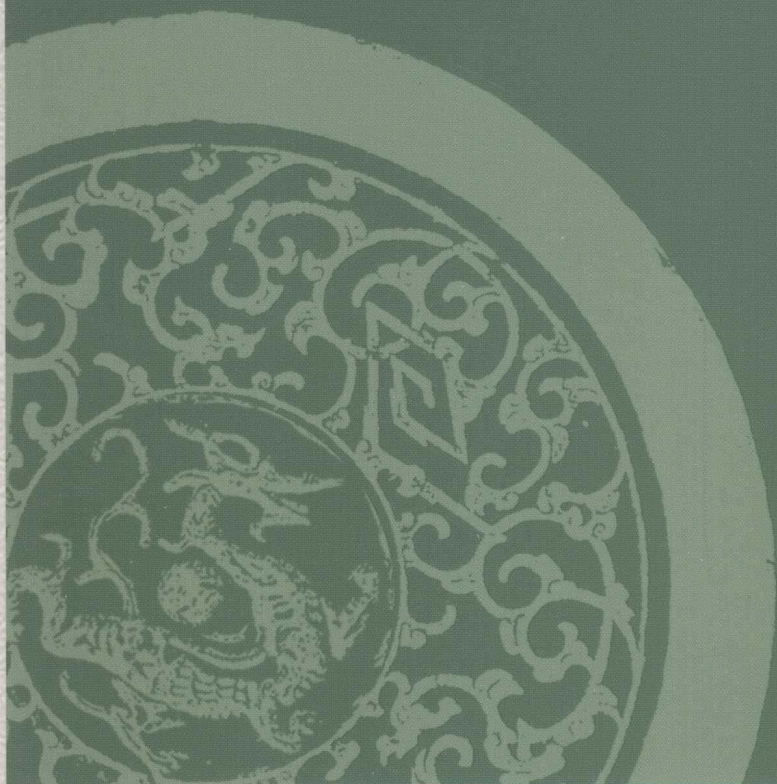


国家出版基金项目

盲人按摩师职业技能提高丛书

美式整脊疗法

李雁雁 著



*MANGREN ANMOSHI ZHIYE JINENG
TIGAO CONGSHU*

中国盲文出版社

美式物理疗法

第三版

由美国物理治疗学会和美国物理治疗师协会联合出版

AMERICAN PHYSICAL THERAPY ASSOCIATION



AMERICAN PHYSICAL THERAPY ASSOCIATION
PHYSICIAN PHYSICIAN

PHYSICIAN PHYSICIAN

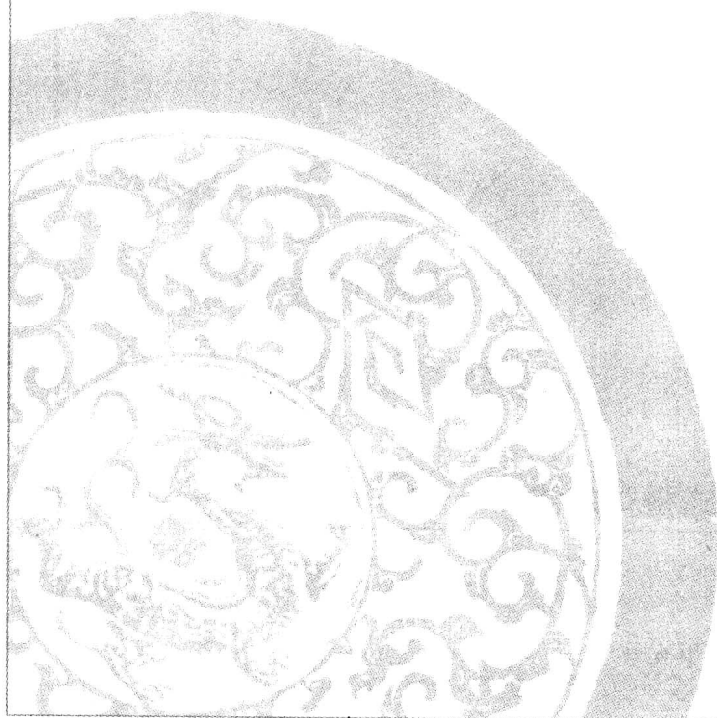


国家出版基金项目

盲人按摩师职业技能提高丛书

李雁雁 著

美式整脊疗法



中国盲文出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

美式整脊疗法 / 李雁雁著. —北京: 中国盲文出版社, 2012. 8
(盲人按摩师职业技能提高丛书)

ISBN 978 - 7 - 5002 - 3891 - 1

I. ①美… II. ①李… III. ①按摩—基本知识 IV. ①R454. 4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 204979 号

美式整脊疗法

著 者: 李雁雁

出版发行: 中国盲文出版社

社 址: 北京市西城区太平街甲 6 号

邮政编码: 100050

电 话: (010) 83190019

印 刷: 北京中科印刷有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 787 × 1092 1/16

字 数: 166 千字

印 张: 16.75

版 次: 2012 年 8 月第 1 版 2012 年 8 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978 - 7 - 5002 - 3891 - 1/R · 616

定 价: 17.00 元

版权所有 侵权必究

印装错误可随时退换

出版说明

为了满足广大盲人按摩师提高职业技能、强化能力建设的需要，在国家出版基金的大力支持下，我们组织编写了这套《盲人按摩师职业技能提高丛书》。

近几十年来，随着经济社会发展和人们康复保健意识的不断提高，社会对保健、医疗按摩人员的需求不断增长，数以百万计的健全人进入按摩行业，使得该领域的竞争日趋激烈，盲人按摩师面临越来越严峻的挑战。为了帮助盲人按摩师更好地适应日益升级的市场竞争，本丛书着眼于强化盲人按摩师的综合能力建设，旨在充实盲人按摩医疗知识储备、丰富盲人按摩手法和技法，以便帮助广大盲人按摩师更好地提高理论水平和实践技能，推进盲人按摩事业科学健康发展。

本套丛书共计 23 种，内容包括以下 5 个方面：第一，总结盲人按摩专家特色技法经验，挖掘与整理我国近 50 年来较具代表性的百位盲人按摩专家的特色技法，为盲人按摩师提供宝贵借鉴，如《百位盲人按摩师特色技法全书》；第二，着眼于提高临床按摩技能，深化盲人按摩师临床技能培训，如《颈肩腰腿病名家按摩技法要旨》、《内科按摩名家技法要旨》、《妇科按摩名家技法要旨》、《儿科按摩名家技法要旨》及《医疗按摩误诊误治病案总结与分析》；第三，挖掘与整理古今按摩学理论与实践经验，夯实盲人按摩师专业功底，如《古代经典按摩文献荟萃》、《中国按摩流派技法精粹》、《名家推拿医案集锦》及《现代名家按摩技法总结与研究》；第四，强化盲人按摩师综合能力建设，消除盲人按摩师与患者的沟通障碍，如《盲人怎样使用计算机》、《盲人按摩师综合素质培养》及《盲人按摩师与

患者沟通技巧》；第五，拓宽盲人按摩师视野，为盲人按摩师掌握相关知识和技能提供帮助，如《实用康复治疗手册》、《美容与减肥按摩技法要旨》、《美式整脊疗法》、《亚洲各国按摩技法精髓》与《欧式按摩技法精髓》。

本丛书编撰过程中，得到中国盲人按摩指导中心、中国盲人按摩协会、中国中医科学院、中国康复研究中心、北京中医药大学、长春中医药大学、辽宁中医药大学、黑龙江中医药大学、天津中医药大学、中山大学、北京按摩医院等专业机构相关专家的指导和帮助，编委会成员、各分册主编和编者为本丛书的编撰付出了辛勤的劳动，在此谨致谢意。

鉴于本丛书集古今中外按摩学知识之大成，信息量大，专业性强，又是首次对全国数百位盲人按摩专家的经验进行系统挖掘和整理，在编写过程中难免存在不足甚或错漏之处，衷心希望各位读者在使用中给予指正，并提出宝贵意见，以便今后进一步修订、完善，更好地为盲人按摩师职业技能提高提供切实帮助。

《盲人按摩师职业技能提高丛书》编委会
2012年8月

自序

随着对脊柱相关疾病的认识，美式整脊医学越来越受到人们关注。随之像“扳几下骨头也叫医学”的质疑声也开始不绝于耳。那么美式整脊医学究竟是怎样的？什么才是真正的美式整脊？作为美国帕默整脊大学医学博士、美国整脊医师执照持有者，我希望通过本书向朋友们介绍我所了解的美式整脊。

1895年丹尼尔·大卫·帕默（Daniel David Palmer）在美国创立了美式整脊医学。此后，由于美式整脊的有效性、科学性和安全性，使其迅速在美国被广泛接受。目前美国的各大医疗保险公司都对美式整脊医师的治疗予以承认，并给予接受该治疗的患者保险。2005年世界卫生组织（WHO）发表声明：“美式整脊医学是一门关于神经-肌肉-骨骼系统疾病的诊断、治疗、预防以及阐述相关疾病对人体健康影响的医学体系，它强调徒手操作技巧，尤其侧重对脊柱关节半脱位的矫正。美式整脊医学强调保守治疗，不提倡使用药物、手术等其他医疗手段。”

本书共有十章，第一章至第五章主要讨论了美式整脊医学的起源与发展、适应证与禁忌证、医学原理与诊断技术以及注意事项等；第六章至第十章介绍了手法体系以及颈椎、胸椎、腰椎和骨盆的一些基本矫正手法。

本人自知才疏学浅，书中错误在所难免，望同行不吝赐教。希望本书能抛砖引玉，让源于美国的美式整脊医学真正地洋为中用，造福更多的中国民众。

在此书编写出版过程中，受到各界朋友的大力支持，在此表示由衷地感谢！

李雁雁

2012年4月

目 录

第一章 美式整脊医学概述	(1)
第一节 美式整脊医学的起源	(1)
一、美式整脊医学的定义	(1)
二、美式整脊医学的起源	(1)
第二节 美式整脊医学的发展	(5)
一、美式整脊医学的理念	(5)
二、帕默整脊大学概述	(5)
三、美式整脊医学的发展简史	(7)
四、传统美式整脊医生与现代美式整脊医生	(8)
五、美式整脊医学的治疗范围	(9)
六、美式整脊医学合法地位的获得	(9)
第二章 美式整脊医学原理简述	(12)
第一节 脊柱解剖	(12)
一、脊柱	(12)
二、椎骨间的连结	(15)
三、神经	(19)
四、脊柱的生理弯曲	(21)
第二节 医学原理	(22)
一、概述	(22)
二、基本原理	(24)

三、整体观与科学性	(25)
四、手法矫正原理	(26)
第三章 半脱位编码	(28)
第一节 概述	(28)
一、概念	(28)
二、半脱位编码的意义	(28)
三、半脱位编码的含义	(29)
四、矫正接触点的缩写字母	(31)
第二节 半脱位编码表	(31)
一、骶椎半脱位编码	(32)
二、髌骨半脱位编码	(32)
三、第五腰椎半脱位编码	(33)
四、第一至第四腰椎半脱位编码	(34)
五、胸椎半脱位编码	(35)
六、第二至第七颈椎半脱位编码	(35)
七、寰椎半脱位编码	(36)
八、枕骨半脱位编码	(37)
第四章 美式整脊医学注意事项	(39)
第一节 适应证	(39)
一、运动系统	(39)
二、神经系统	(39)
三、感觉系统	(40)
四、呼吸系统	(40)
五、消化系统	(40)
六、妇科	(40)

七、泌尿生殖系统	(40)
八、内分泌系统	(40)
九、循环系统	(41)
十、整形	(41)
十一、保健性治疗	(41)
十二、其他	(41)
第二节 禁忌证	(41)
第三节 适应对象	(43)
第四节 注意事项	(44)
一、医生的注意事项	(44)
二、患者的注意事项	(45)
第五节 脊椎矫正偶发事件与应急处理	(46)
一、症状加重	(46)
二、心慌头晕	(47)
三、胸部感觉不适	(47)
四、骨折	(47)
第五章 美式整脊医学的诊断技术	(48)
第一节 长短腿分析检查	(48)
第二节 静态触诊与动态触诊	(50)
一、静态触诊	(50)
二、动态触诊	(51)
第三节 肌肉检查	(53)
一、肌力检查	(53)
二、肌容积	(54)
三、肌张力	(54)

第四节 影像诊断学	(55)
一、X 光影像诊断技术	(55)
二、CT 诊断技术	(57)
三、MRI 诊断技术	(58)
第五节 温度分析	(59)
第六节 步态和站姿的分析	(60)
一、步态	(60)
二、站姿	(61)
第七节 神经学检查	(61)
一、一般神经学检查	(62)
二、徒手检查	(62)
三、肌电图	(64)
第八节 仪器检查	(64)
第六章 矫正手法概论	(66)
第一节 概述	(66)
一、矫正治疗的基本程序	(66)
二、矫正治疗中应注意的问题	(67)
三、关于本书中矫正手法需说明的问题	(68)
第二节 手法体系	(70)
一、概述	(70)
二、美式整脊活化器矫正技术	(71)
三、应用人体运动学	(73)
四、AK 体系衍生技术体系	(74)
五、能量疗法	(75)
六、考克斯屈曲牵引矫正技术	(76)

七、冈斯德矫正技术	(77)
八、汤普森技术	(79)
九、上位颈椎矫正技术	(81)
第三节 接触点与发力部位	(82)
一、接触点	(82)
二、发力部位	(84)
第四节 治疗床	(86)
一、治疗床概述	(87)
二、选择治疗床	(90)
第七章 骨盆的矫正手法	(93)
第一节 概述	(93)
第二节 侧卧位矫正手法	(94)
手法一	(94)
手法二	(97)
手法三	(99)
手法四	(101)
手法五	(103)
手法六	(105)
手法七	(107)
第三节 俯卧位矫正手法	(109)
手法八	(109)
手法九	(111)
手法十	(113)
手法十一	(115)
手法十二	(116)

手法十三	(118)
手法十四	(120)
第八章 腰椎的矫正手法	(122)
第一节 概述	(122)
第二节 侧卧位矫正手法	(123)
手法一	(123)
手法二	(126)
手法三	(128)
手法四	(130)
手法五	(132)
手法六	(134)
手法七	(137)
手法八	(139)
手法九	(141)
手法十	(143)
手法十一	(145)
手法十二	(147)
手法十三	(149)
手法十四	(151)
第三节 俯卧位矫正手法	(153)
手法十五	(153)
手法十六	(155)
手法十七	(157)
手法十八	(159)
手法十九	(161)

手法二十	(163)
手法二十一	(165)
手法二十二	(167)
手法二十三	(169)
手法二十四	(171)
手法二十五	(173)
手法二十六	(175)
手法二十七	(177)
手法二十八	(179)
第九章 胸椎的矫正手法	(182)
第一节 概述	(182)
第二节 矫正手法	(183)
手法一	(183)
手法二	(186)
手法三	(188)
手法四	(190)
手法五	(192)
手法六	(194)
手法七	(196)
手法八	(198)
手法九	(200)
手法十	(202)
第十章 颈枕部的矫正手法	(204)
第一节 概述	(204)
第二节 俯卧位矫正手法	(206)
手法一	(206)

手法二	(208)
手法三	(210)
手法四	(212)
手法五	(214)
手法六	(216)
手法七	(218)
手法八	(220)
手法九	(222)
手法十	(224)
第三节 仰卧位矫正手法	(226)
手法十一	(226)
手法十二	(229)
手法十三	(231)
手法十四	(233)
第四节 其他体位矫正手法	(235)
手法十五	(235)
手法十六	(237)
手法十七	(239)
手法十八	(241)
附录 四肢的矫正手法	(243)
一、概述	(243)
一、矫正手法	(246)

第一章 美式整脊医学概述

第一节 美式整脊医学的起源

一、美式整脊医学的定义

美式整脊医学是一门关于神经 - 肌肉 - 骨骼系统疾病的诊断、治疗、预防以及相关疾病对人体健康影响的医学体系，它强调徒手操作技巧，尤其侧重于对脊柱关节半错位的矫正。美式整脊医学临床实践强调采取保守治疗，而不提倡使用药物、手术等其他医疗手段。

二、美式整脊医学的起源

丹尼尔·大卫·帕默（Daniel David Palmer）先生是美国脊柱矫正学的创始人，他于 1895 年在美国爱荷华州达文波特市（Davenport, Iowa）创立了美国脊柱矫正学。丹尼尔·大卫·帕默我们通常简称为 D. D. 帕默，一方面是为了便于称呼他，另一方面是为了跟后来在美国脊柱矫正学发展中同样拥有重要地位的 B. J. 帕默相区别，后者是前者的儿子。

1895 年 9 月，D. D. 帕默先生在美国爱荷华州行医期

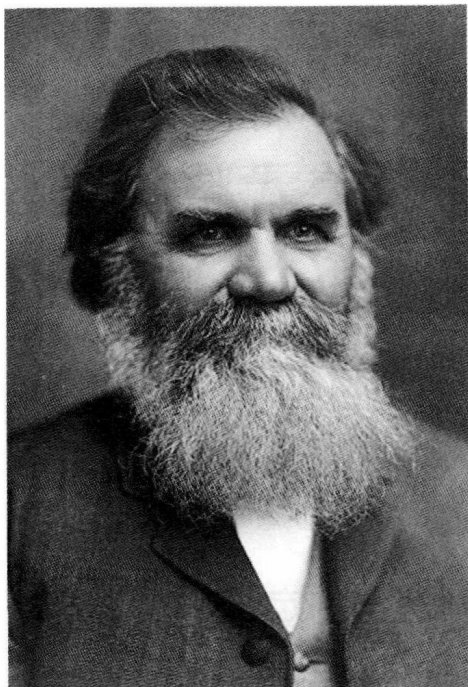


图 1-1 丹尼尔·大卫·帕默，美式整脊医学创始人

间偶尔做了一次尝试性治疗，从而创立了美国脊柱矫正学。当时他诊所所在大楼的守门人——哈博瑞·里拉德 (Harvey Lillard)，在 17 年前，因一次意外伤害失去听力，D. D. 帕默先生决定尝试给他做一些治疗，从而开创了一个新的医学体系——美国脊柱矫正学。

D. D. 帕默先生后来描述这段奇迹般的开始，说：“哈博瑞·里拉德先生是我们这地方的一位守门人，我知道他耳聋很久了，我详细询问了他的病情，他说是在 17 年前一次搬运物体时，突然感觉背部一阵疼痛，好像被什么东西砸了一样，从此失去了听力。我给他做了检查，发现哈博瑞·里拉德先生的第四胸椎棘突向后突出，我想帮他复位，看是不是因为这个棘突而导致他失去听力。在征求哈博瑞·里拉德先生同意后，我尝试着直接用力在他的第四