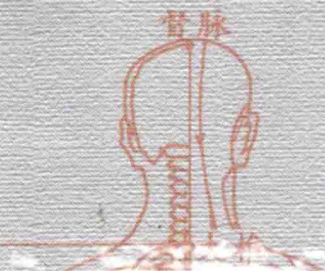


定喘



北京中医药大学东直门医院
— 倾力巨献 —

特效


患了颈椎病、腰椎间盘突出症、
腰肌劳损、足跟痛、咳嗽、高血压、
小儿厌食症、小儿积滞怎么办？
穴位按摩真能治疗疾病吗？
您知道穴位按摩可以加中药介质吗？

“穴位+中药”




主 审 臧福科
主 编 刘佑华



 人民卫生出版社



特效



北京中医药大学东直门医院
— 倾力巨献 —

“穴位+中药”

主 审 臧福科

主 编 刘佑华

副主编 王英杰 刘利民

宋建伟 温 硕

编 者 (以姓氏笔画为序)

马静祎 王 宾 王 福

王 燕 王英杰 刘佑华

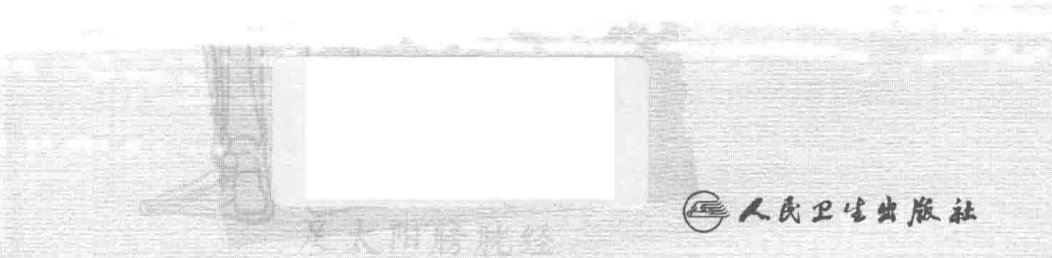
李多多 宋建伟 张晓丽


温 硕

绘 图 韩 冬



按 摩



 人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

特效“穴位+中药”按摩 / 刘佑华主编. —北京: 人民卫生出版社, 2017

ISBN 978-7-117-24484-8

I. ①特… II. ①刘… III. ①按摩疗法(中医) IV. ①R244.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 096140 号

人卫智网 www.ipmph.com 医学教育、学术、考试、健康,
购书智慧智能综合服务平台

人卫官网 www.pmph.com 人卫官方资讯发布平台

版权所有, 侵权必究!

特效“穴位+中药”按摩

主 编: 刘佑华

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-59787592 010-59787584 010-65264830

印 刷: 北京画中画印刷有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 889 × 1194 1/32 印张: 10

字 数: 216 千字

版 次: 2017 年 7 月第 1 版 2017 年 7 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-24484-8/R · 24485

定 价: 35.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社市场营销中心联系退换)



作者简介



刘佑华，河北省霸州市人，骨伤推拿专家，曾任河南濮阳市职工总医院康复医学科主任、副院长。1963年毕业于北京中医学院（现北京中医药大学），毕业后即在北京中医药大学东直门医院从事骨伤及推拿的教学和临

床工作，后拜在著名中医骨伤科专家、御医传人刘寿山老先生门下，学习正骨，同时随推拿名家季根林老师学习推拿，退休后在中原老年大学从事养生、保健的教学工作十余年。曾编著出版《推拿简编》《中医病症诊治汇通》《中医外治法类编》《自我保健按摩简编》《四季养生》《颈椎病自我按摩与护理》《颐养天年》等书。在全国及省部级刊物上发表《牵掣髌与滑膜炎》等论文 20 余篇。





内容提要

患了颈椎病、腰椎间盘突出症、腰肌劳损、足跟痛、咳嗽、高血压、小儿厌食症、小儿积滞怎么办？穴位按摩真能治疗疾病吗？您知道穴位按摩可以加中药介质吗？本书对近 50 种常见病症的按摩疗法进行了详细解读，图文对照，方法具体，除穴位按摩与推拿手法外，在按摩时加用中药介质，提高按摩治疗效果，起到事半功倍的作用。本书讲解有理有据，立足专业，深入浅出，值得反复推敲，照书学练，帮助自己或他人解除病痛，收获健康。





前 言

中医学有着 5000 多年的发展历史，它聚集了历代人民同疾病做斗争的知识积累和各种经验教训。在古代朴素的唯物论和自发的辩证法思想指导下，通过长期的临床实践逐步形成并发展的独特的医学理论体系——中医学，以阴阳五行、经络、气血津液、五脏六腑等理论为基础，气、血、津、精为人体的组成，通过望、闻、问、切四诊或佐以摸、量等方法分析病因、病机来确定病证、分型，从而确定治疗法则，而后运用各种中医传统疗法，如内服、外用、针灸、拔罐、推拿、药浴、刮痧、食疗、合理锻炼等。本书所讲的“穴位 + 中药”按摩是中医重要的治疗手段之一。“穴位 + 中药”按摩就是在运用按摩手法之前，根据不同的病情，在辨证的基础上配用相应的外用药物，涂抹在所施手法的部位或穴位上，再进行手法按摩，这样能更有效地提高按摩治疗效果，起到事半功倍的作用。

“穴位 + 中药”按摩有着悠久的历史。随着推拿学的发展和治疗范围的不断扩大，按摩疗法不仅对骨伤科疾病的筋伤有特效，而且很多其他临床病症亦能通过按摩达到保健和

治疗作用。在按摩疗法治疗内科杂证时，需要在正确的辨证基础上施用适当手法，才能达到满意的效果。随着中医外治法的发展，运用外用药物治疗内科杂证的兴起，特别是与按摩疗法的结合应用，不但降低了药物的不良反应，也明显提高了临床疗效。但从目前情况看，有相当一部分推拿按摩医生对药性了解甚少，更谈不上遣方用药，还有部分医生对内脏辨证、气血津液辨证等知之不多，这些都限制了“穴位 + 中药”按摩的发展。因而，临床推拿医生应努力学习，丰富自己的中医基础知识，才能使医疗水平不断提高。此书主要介绍运用“穴位 + 中药”按摩治疗部分骨伤科，内、外科及妇、儿科疾患，我们在这方面先做一点抛砖引玉的工作，错漏之处望广大读者批评指正。

编 者

2017年夏于北京



目 录

第1章 “穴位 + 中药” 按摩大揭秘 / 1

- 第一节 “穴位 + 中药” 按摩的前世今生 / 1
- 第二节 经络与输穴 / 5
- 第三节 推拿按摩手法 / 43
- 第四节 按摩常用中药 / 54

第2章 骨伤科疾病特效治疗 / 59

- 第一节 颈部扭伤及落枕 / 60
- 第二节 急性腰扭伤 / 65
- 第三节 腰椎小关节滑膜嵌顿 / 70
- 第四节 踝关节扭伤 / 73
- 第五节 捻发音肌腱周围炎 / 76
- 第六节 颈椎病 / 79
- 第七节 肩关节周围炎（漏肩风） / 88
- 第八节 腰肌劳损 / 96
- 第九节 腰椎间盘突出症 / 100

- 第十节 肱骨外上髁炎 / 109
- 第十一节 腱鞘炎 / 112
- 第十二节 腱鞘囊肿 / 115
- 第十三节 骨质疏松症 / 116
- 第十四节 腰椎骨关节病 / 119
- 第十五节 膝关节骨性关节炎 / 124
- 第十六节 前跗管综合征 / 128
- 第十七节 足跟痛 / 131
- 第十八节 小儿肌性斜颈 / 133
- 第十九节 牵掣髌 / 135

第3章 内、外科疾病特效治疗 / 139


- 第一节 梅核气 / 139
- 第二节 呃逆 / 143
- 第三节 感冒 / 146
- 第四节 咳嗽 / 152
- 第五节 冠心病 / 158
- 第六节 高血压 / 165
- 第七节 面神经麻痹 / 170
- 第八节 中风 / 175
- 第九节 老年痴呆 / 184
- 第十节 失眠 / 190
- 第十一节 老年性消化不良 / 198
- 第十二节 胃脘痛 / 203
- 第十三节 腹胀 / 209

- 第十四节 便秘 / 214
- 第十五节 腹泻 / 221
- 第十六节 慢性结肠炎 / 226
- 第十七节 过敏性结肠炎（五更泄） / 231
- 第十八节 胃下垂 / 234
- 第十九节 脑动脉硬化症 / 238
- 第二十节 糖尿病 / 241
- 第二十一节 肥胖 / 252
- 第二十二节 腹部手术后肠粘连 / 264
- 第二十三节 慢性前列腺炎 / 268
- 第二十四节 前列腺增生 / 274

第4章 妇、儿科疾病特效治疗 / 279

- 第一节 乳腺增生症 / 279
- 第二节 痛经 / 283
- 第三节 小儿厌食症 / 288
- 第四节 小儿营养不良症 / 292
- 第五节 小儿腹泻 / 296
- 第六节 积滞 / 303

参考文献 / 306



第1章 “穴位+中药” 按摩大揭秘

第一节 “穴位+中药”按摩的前世今生



“穴位+中药”按摩即是在施行推拿按摩治疗前，在施术治疗的皮肤表面应用治疗疾病所需的药物后再进行推拿按摩治疗，故“穴位+中药”按摩属中医外治法范畴。中药外治是中医治疗学的重要组成部分，是中华民族几千年同疾病斗争而总结出的一套行之有效的特色疗法。它始创于民间，流传于民间，并在民间及临床实践中得到广泛运用，是中医的重要治疗手段之一，其价值毋庸置疑，特别是在人们担心药物不良反应和追求自然疗法的今天，更有着广阔的前景。

中药外治法具有治法丰富、疗效迅速、简便廉验、使用安全、不良反应小等优点，对不能服药之躯和不能服药之人

更具优势。从起源看，中药外治法虽远早于内治法，但目前实际应用却落后于内治法。故当前确实是值得我们抓紧系统整理，并加以发展和创新的时机。

中药外治法的起源可上溯到远古时代，人类为了生存，在与凶禽猛兽及自然环境斗争中发现，受伤后的伤口处涂敷某些植物的茎叶后，可减轻疼痛和止血，还可以加速创面的愈合，这就是中药外治法的起源，也是中药学的萌芽。当人类有了火以后，火不但给人类带来了光明和温暖，热量还可减轻身体的某些不适和疼痛，并在不断使用火的过程中发现，某些植物的燃烧和炙烤也可减轻疾苦，这些早期的热熨、烟熏、鼻嗅等外治法不断出现与逐渐积累的经验融合后，即形成了最早的外治法。随着文字的发现，《殷虚卜辞》中已经有 22 种病使用了外治法；我国目前发现最早记载医学文献的《五十二病方》记载的多种外治法之中，就载有用地胆等外敷的方法。另外，还有最早的酒剂外用的记载。《黄帝内经》中有浸渍、热浴、热熨、涂敷、烟熏等外治之法，特别是“桂心渍酒，以熨寒痹”，开创了现代膏药之先河。晋唐时期，医药学家把中药外敷和经络穴位的特殊功能相结合，诞生了穴位贴药疗法，从而提高了疗效。明代·李时珍《本草纲目》中记载了很多中药贴敷疗法，有的至今还一直在应用。

隋唐时期，医生在按摩时，在患者体表涂上中药制成的膏，于是一种既可防止病人体表受损，又可使药物和手法作用相得益彰的膏摩方法有了发展。膏的种类很多，如芥草膏、丹参膏等，可根据病情选择使用，而且膏摩还用于防治小儿疾病，《千金要方》中指出“小儿虽无病，早

起常以膏摩凶上及手足心，甚避寒风”，这就是“穴位 + 中药”按摩的启蒙阶段，为以后介质中药应用的发展奠定了基础。

宋、明以后，诸子峰起，百家争鸣，推动了中医学及其外治法的发展，人们对中药外治机制也有了初步认识，到清代，随着《急救广生集》《理瀹骈文》等中药外治专著的问世，建立了较为完整的理论体系，中药外治学的发展进入了较为成熟的阶段，《急救广生集》集清以前外治法之大成，收病证 400 余种，载方 1500 余首，卷末附有制药法和用药等六篇，成为后世研究和应用中药外治法的鼻祖。《理瀹骈文》则集《黄帝内经》至清代外治技术之大成，对中药外治做了一次划时代的经验总结，对外治方药进行了系统的整理和理论探讨，完善了外治理论，申明了内治、外治之义，对外治理论的系统化和完善化做出了贡献，该书收外治法近 100 种，治疗范围遍及临床各科。

传统外治法，绝大多数是使药物通过皮肤吸收而起作用的，因药物的渗透性不同，皮肤吸收各异，因而疗效不尽相同。1949 年后将普遍使用的硬膏改为薄贴；由于化学与制剂学的相互渗透，又出现了化学热熨剂，它是由化学发热剂与中药相结合而成，使用方便，是对传统热熨剂的一大更新；膜剂是近年来发展起来的又一种新型外治剂型，它是将药物溶解或分散在成膜材料中而制成的薄膜状固体制剂，由于它使用方便，因此具有广阔的前景。根据现代研究药物的效果与皮肤固有的可渗透性密切相关这一事实，研制出了能够起到加速药物透过皮肤屏障而进入血液循环系统的辅助剂型——皮肤渗透促进剂。如将其与中药外治



剂型相结合，无疑会促进药物的渗透速度和药量的增加，从而提高疗效。现在又开展了透皮给药系统的研究，这种治疗系统是指能透过皮肤屏障，在预定的时间内，以恒定的速度释放出一种或数种活性成分到血液循环系统中，从而达到治疗目的，又称透皮控释系统，这标志着中药外治法又将进入一个崭新的时代，在这个基础上再行推拿，则会使临床疗效更突出。

外治法和内治法一样，坚持以中医理论为指导，坚持辨证论治的原则，将药物施用于皮肤、孔窍、腧穴以发挥作用。吴师机说：“外治必如内治，先求其本，本者何也，明阴阳识脏腑也……先辨证，次论治，次用药。”就是强调辨证论治。

中药外治疗法具有方法简单，疗效可靠，安全无不良反应等优点，同时为世界医学探索出了一条通往健康的绿色通道。

中药外治法用途广泛，只要用药施治方法得当，其疗效相当满意，特别是对不愿或不便服药之人，用外治更具有优势。吴师机说：“凡病多从外入，故医有外治之法，论文内取外取并列，未曾叫人专用内治也……外治之理即内治之理，外治之药亦即内治之药，所异者法耳。医理药性无二……且治在外无禁制、无窒碍、无牵掣、无黏滞。”这便是推拿按摩用介质药和其他外用药的理论基础。

第二节 经络与输穴

一、经络

经络是经脉和络脉的总称，是人体运行气血的通路。经是经脉，“直行者为经”，有路径的含义，它贯穿上下，沟通内外，是经络系统的主干线；络是络脉，“支而横者为络”，是经脉别出的分支，纵横交错，分布全身，无处不至。经脉为干，纵行分布于较深层，而络脉为分支，横行分布于浅表。

经络内属脏腑，外络肢节，沟通脏腑与体表、肌肉、骨骼、筋脉、四肢百骸的联系，形成纵横交叉的网络，成为相互关联的统一整体。所以经络有“运行气血、联络脏腑、沟通内外、贯穿上下”的作用，使人体各组织器官的功能活动得以保持协调和相对平衡。

经络系统由十二经脉、奇经八脉、十五络脉及十二经别、十二经筋、十二皮部及孙络等所组成，其主要的是十二经脉和奇经八脉。十二经脉是经络系统的主体，是正经，分属于十二脏腑，属脏的经脉统称“阴经”，属腑的经脉统称“阳经”，皆以所属的脏腑命名。