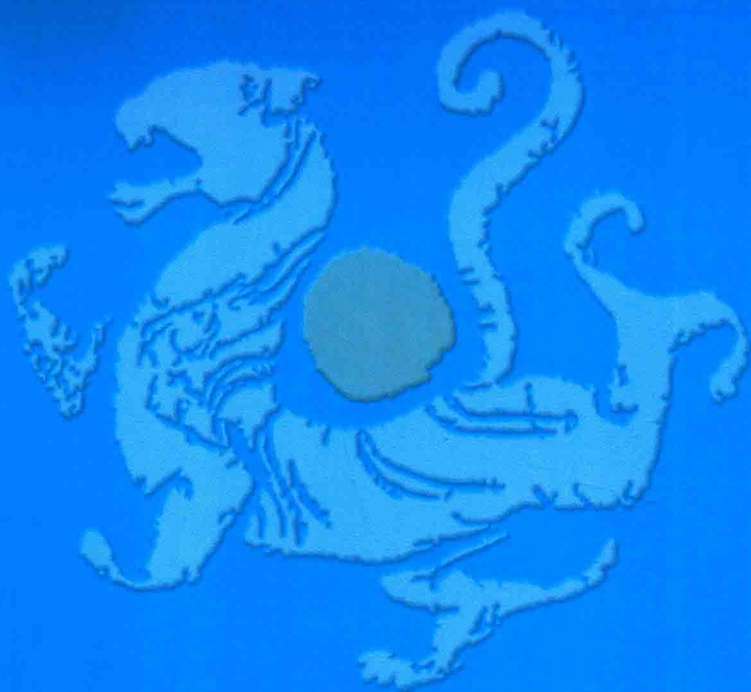


湖北民族学院学术著作出版基金资助

# 土家医康复 治疗学

主编 刘哨兵 张生玉



科学出版社

湖北民族学院学术著作出版基金资助

# 土家医康复治疗学

主 审 袁德培

主 编 刘哨兵 张生玉

副主编 杨付明 曾楚华 陈秀宇

编 委 (以姓氏笔画为序)

向 勇 陈益敏 陈 斌

袁 林 廖康林 潘 墩

科 学 出 版 社

## 内 容 简 介

本书对土家医传统康复学的理论、方法进行了全面的整理。全书分上、中、下篇和附篇。上篇为基础理论,讲述土家医“三元”学说、病因病理和诊法。中篇为操作技术,讲述土家针类疗法、土家推拿疗法、土家罐类疗法等土家医常用外治疗法。下篇为临床应用,讲述土家医内科、外科、骨伤科、妇科、儿科和七窍病证常见病的传统外治疗法。附篇为小儿推拿。

本书适合土家族医药学领域的医师、研究人员、本科生、研究生,以及民间爱好者阅读参考。

### 图书在版编目(CIP)数据

土家医康复治疗学 / 刘哨兵, 张生玉主编. —北京: 科学出版社, 2016  
ISBN 978-7-03-050209-4

I. ①土… II. ①刘… ②张… III. ①土家族-民族医学-医学康复  
IV. ①R297.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 240892 号

责任编辑: 曹丽英 郭海燕 贾冬梅 / 责任校对: 李 影  
责任印制: 张 伟 / 封面设计: 陈 敬

版权所有, 违者必究。未经本社许可, 数字图书馆不得使用

科学出版社 出版

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码: 100717

<http://www.sciencep.com>

北京京华虎彩印刷有限公司 印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

\*

2017 年 1 月第 一 版 开本: 787×1092 1/16

2017 年 1 月第一次印刷 印张: 12 1/4

字数: 290 000

定价: 68.00 元

(如有印装质量问题, 我社负责调换)

# 前 言

土家族医药学是中国民族医学中的一颗璀璨明珠。土家医传统外治疗法,特色鲜明,方法多样,疗效确切,适应证广,千百年来,深受土家族人民喜爱。然而由于各种原因,许多传统治疗方法散在于民间,未加以系统的挖掘、整理,阻碍了土家医传统治疗方法的提高、推广。2011年国家公共卫生专项资金项目“民族医药文献整理及适宜技术筛选推广”的实施,为全面收集整理土家医传统康复治疗技术提供了良好的机遇。我们编写了土家族传统治疗技术操作文本以便于广泛的临床观察,并在我校2014、2015级康复治疗学专业本科教学中试用。在此基础上,本着“凝练技术关键环节、规范可控临床操作、安全经济适于推广”的原则,几易其稿,编写了这本《土家医康复治疗学》。

本书分上、中、下篇和附篇。上篇为基础理论,讲述土家医“三元”学说、病因病理和诊法。中篇为操作技术,讲述土家针类疗法、土家推拿疗法、土家罐类疗法等土家医常用外治疗法。下篇为临床应用,讲述土家医内科、外科、骨伤科、女科、儿科和七窍病证常见病的外治疗法。附篇为小儿推拿。

本书编写过程中,得到诸多同仁及湖北民族学院中医学专业部分硕士研究生的指导和帮助,在此谨向他们致以诚挚的感谢。

由于各种原因,本书难免存在诸多不足之处,真诚希望各位读者提出修改完善意见,以便进一步修订和提高。

编 者

2016年9月

# 目 录

## 前言

|         |     |
|---------|-----|
| 绪论..... | (1) |
|---------|-----|

## 上篇 基础理论

|                     |      |
|---------------------|------|
| 第一章 土家医“三元”学说 ..... | (11) |
| 第一节 三元结构 .....      | (11) |
| 第二节 人体三元物质 .....    | (15) |
| 第二章 病因病理 .....      | (17) |
| 第一节 病因 .....        | (17) |
| 第二节 病理 .....        | (20) |
| 第三章 诊法 .....        | (22) |
| 第一节 看诊 .....        | (22) |
| 第二节 问诊 .....        | (26) |
| 第三节 听诊 .....        | (29) |
| 第四节 摸诊 .....        | (30) |
| 第五节 脉诊 .....        | (31) |
| 第六节 指诊 .....        | (35) |
| 第七节 掌诊 .....        | (38) |

## 中篇 操作技术

|                  |      |
|------------------|------|
| 第四章 土家针类疗法 ..... | (43) |
| 第一节 瓦针放血疗法 ..... | (43) |
| 第二节 雷火神针疗法 ..... | (44) |
| 第三节 麝针疗法 .....   | (45) |
| 第五章 土家推拿疗法 ..... | (47) |
| 第一节 三水点穴疗法 ..... | (47) |
| 第二节 翻背掐筋疗法 ..... | (48) |
| 第三节 三百棒疗法 .....  | (49) |
| 第六章 土家罐类疗法 ..... | (51) |
| 第一节 水罐疗法 .....   | (51) |
| 第二节 火罐疗法 .....   | (52) |
| 第三节 针罐酒疗法 .....  | (53) |
| 第七章 土家起痧疗法 ..... | (55) |
| 第一节 刮痧疗法 .....   | (55) |

|                    |      |
|--------------------|------|
| 第二节 拍痧疗法 .....     | (56) |
| 第三节 挑痧疗法 .....     | (57) |
| 第四节 撮痧疗法 .....     | (58) |
| 第八章 土家药物外治疗法 ..... | (60) |
| 第一节 药浴疗法 .....     | (60) |
| 第二节 药佩疗法 .....     | (61) |
| 第三节 药枕疗法 .....     | (62) |
| 第四节 熏蒸疗法 .....     | (63) |
| 第五节 外敷疗法 .....     | (65) |
| 第九章 土家火攻疗法 .....   | (67) |
| 第一节 烧艾疗法 .....     | (67) |
| 第二节 赶酒火疗法 .....    | (69) |
| 第三节 赶油火疗法 .....    | (70) |
| 第四节 烧灯火疗法 .....    | (71) |
| 第五节 扑灰碗疗法 .....    | (73) |
| 第十章 土家其他疗法 .....   | (75) |
| 第一节 蛋滚疗法 .....     | (75) |
| 第二节 提风疗法 .....     | (76) |
| 第三节 吸负疗法 .....     | (77) |
| 第四节 封刀接骨疗法 .....   | (78) |
| 第五节 发泡疗法 .....     | (81) |

## 下篇 临床应用

|                  |       |
|------------------|-------|
| 第十一章 内科病证 .....  | (85)  |
| 第十二章 外伤科证 .....  | (103) |
| 第十三章 骨伤科病证 ..... | (120) |
| 第十四章 女科病证 .....  | (138) |
| 第十五章 儿科病证 .....  | (150) |
| 第十六章 七窍病证 .....  | (160) |

## 附篇 小儿推拿

|                         |       |
|-------------------------|-------|
| 附一 小儿推拿的适应范围和注意事项 ..... | (171) |
| 附二 推拿手法 .....           | (172) |
| 附三 常用穴位及主治 .....        | (176) |

# 绪 论

土家医康复治疗学是以土家医理论为指导,研究土家医传统外治方法,探讨运用土家医康复疗法防治疾病规律的一门学科。它是土家医学的重要组成部分,具有适应证广、疗效明显、经济安全、应用方便等特点。

## 一、土家医康复治疗学发展简史

土家族是中国历史悠久的一个民族,世居湘、鄂、渝、黔毗连的武陵山区。通常认为,土家族的先祖即为古“巴人”。考古资料显示,早期古文字殷墟甲骨文就有五块提到“巴方”——即巴人居地。周武王伐纣,巴人参战,以其不寻常的勇锐建功,故武王封巴为“子国”,称“巴子国”,占有湘西、鄂西、渝东、黔东北一带,即今土家族聚居的武陵山区。

始有人类,就有医药,土家族医药的起源,同其他兄弟民族一样,与人类最初的生产生活活动紧密相连。土家先民在与大自然的抗争中,在长期的社会生活实践中,在与疾病的长期斗争中,积累了许许多多防病治病的经验,并通过代代相传,从而创造了本民族的医药知识。土家族康复治疗学也是在此基础上萌芽并逐渐发展起来的,其形成经历了一个漫长的历程,大致可分为如下四个阶段。

### (一) 萌芽阶段

由于土家族仅存本民族语言而无文字,故土家族关于康复治疗的历史形成源于何时,溯源颇难稽考。但可以肯定,土著原始人类在这块高山峻岭,溪河密布,森林纵横的土地上集体出猎、打鱼捕蟹、采摘果实、共同生活的谋生过程中,因误食中毒、意外受伤,遭受山岚瘴气、瘟疫而患病。他们无意或有意去寻找一些植物、动物、矿物来尝一尝、敷一敷、刺一刺,偶然的机,就把毒解了,外伤治好了,痛止病愈。在长期的医疗实践中,人们的康复知识不断积累,越来越丰富。如在最原始的烤火取暖时,土家先辈们或许因为巧合,发现把烧热的石头、植物根茎或果实以及动物的皮毛等烤热包裹好后放在身体相应部位时,可以减轻或消除某些原因引起的肚子痛、骨节痛等疾病,从而就从中受到启发,学会了利用原始的捂热法来治疗病痛。现今的蛋滚法、扑灰碗、烫法等外治法,都是承传千百年来一直流传在土家族民间的原始捂热法发展起来的。同时,先民们在生活实践中,因患脓疮痈疖,偶然的机,被石块或树枝的断端划破,而自身感觉病痛减轻了,疾病迅速愈合,久而久之又摸索和创造出一些简单的治疗工具和方法,这些都是土家族民间的最原始的康复治疗疾病的雏形。

至秦汉以前,土家先民仅是采用零星而粗陋的办法来减轻病痛,也即是土家族康复治疗疾病的萌芽阶段。

### (二) 发展阶段

从秦汉到元朝以前,这一时期是土家族传统康复治疗的逐步发展阶段。早在秦汉时期,生活在今三峡一带的巴子国盛产的井盐冠闻天下,故称“盐巴”。食盐作为食疗两用食物,性

寒、味咸,其功能为涌吐、消火、凉血、解毒等,主治食停上脘、心腹胀痛、胸中痰癖、二便不通、齿龈出血、喉痛、牙痛、疮疡、毒虫咬伤等。土家族先民将其炒热外敷于上脘、神阙、下脘等肌表穴位,治疗一些虚寒性疾病,如胃痛、肠炎等。北宋药物学巨著《经史证类备急本草》收载药物 1558 种,其中记载了许多用于外敷的土家药,如用温水调敷治疗恶肿敛口的石合草、瓜藤;用于治疗跌打损伤、筋骨疼痛的金棱藤;煎汤淋洗治疗风毒疮肿的都管草;冷水调敷治疗疮痈肿毒的红茂草、土茯苓;用于治疗毒虫咬伤的露筋草;鲜用捣烂外敷治疗疮痈恶毒不散之白药等。由北宋苏颂等集体编著的《图经本草》,收载药物 780 种,其中收载施州(今湖北省恩施自治州)产及施州土人采用的有 20 多种药草,如用于外敷疗法的清解热毒的野猪尾,续筋接骨的马节脚,主治疮毒殊效的刺猪苓,镇静清心之辰砂。如此等等,都体现了这一时期土家族在康复治疗及保健方面取得了一定的发展和进步,并推动其逐步走向成熟。

### (三) 成熟阶段

从元、明、清至新中国成立以前这一时期,土家族的先民们在传统康复治疗的理论与实践方面,逐渐趋于成熟。

元明至清初土司制度时期,土家族医药土医的出现,使土家族传统康复疗法得到发展,并日趋全面和成熟。在元明时期,土家族医学发展主要有以下三个特点:一是土医、药匠、水师、接生婆的出现,使土家族医药进入了有专门的“土医”的时代。由于土医、药匠、水师、接生婆的出现,土家族医药也开始出现了分科诊疗疾病,如接生婆接生婴儿及医治妇人病,水师、药匠以封刀接骨、治疗骨伤、跌打损伤为特长,土医已是较为全面的医生了,兼治各种病证。二是土家医康复疗法的成熟与临床应用。如由梯玛或水师掌握的“刀针(或瓦针)破疮”、“封刀接骨”、“推抹按摩”、“火罐疗法”、“灯火疗法”、“瓷针(瓦针)放血”等外治疗法,及土医常用的“凉水止血”、“童尿解毒”、“火罐退热”等疗法。土家医后辈们将其总结为“刀、针、水、火、药”五术一体的土方医术,其内容丰富多样,具有鲜明的土家族特色。其中最具有代表性的要数火功疗法、推抹疗法等一系列康复疗法,在这一时期已逐渐成熟,并共同构成土家族医疗体系而世代相传,同时在土家民间广泛运用于临床。

清雍正年间“改土归流”后,朝廷在土家族聚居区设立府、县,革除“汉不入峒、蛮不出境”等土司禁令和各种陋规,加强了土家族聚居区与外界经济、政治、文化等方面的交流,加快了土家族地区发展。在医学方面,出现了许多的坐堂土家民族医,他们坐堂看脉诊病。这些药匠或草医,将土家族的康复治疗方法广泛应用,并开始著书立说。明、清以来土家族民间出现了许多医药手抄本,这些抄本一般以相互传抄或师徒传抄等形式手抄流传。到了清末,土家族医生中的有识之士,将千百年流传下来的医药经验和康复疗法,进行收集整理、归纳,并结合土医本人临证经验,编写了有关土家族医药验方、验案及综合性著作,其中不乏丰富多样的康复治疗内容。

明清时期土家族医药从医理到本草,从诊断到治疗得到较快的发展,为后人继承和发展打下了较好的基础。民国时期,是土家族地区民族民间医药从农村走进集镇,从家庭药园或药铺到集镇开诊所或药铺较为活跃时期。湖北省鄂西、贵州省铜仁等土家族聚集地区也相继开设了中草药诊所及中草药铺。各地诊所、药铺的出现,促进了当地传统医药,特别是土家族传统康复方面的发展。其次,在民国时期,土家族民间的土医、药匠在师承学医的基础上,对师传经验进行了文字抄记,出现了较多的医学手抄本。如湘西民间的《七十二症》、《二十四惊证》、《二十四惊风》,鄂西民间的《草药三十六反》、《草药汇编》、《医疗精选》、《玲



珑医鉴》、《医学萃精》、《中草药考证》、《验方集锦》等。这些手抄本,既是先辈们传下来的医药精华,又有抄者的临床经验,其中也包含了丰富的康复治疗内容,这从实质上促使了土家族康复治疗方面飞速的发展,并走向了成熟。

#### (四) 完备阶段

中华人民共和国成立以来,党和政府十分重视民族传统医药的发展,并将其写进了宪法。1951年,卫生部制定了《全国少数民族卫生工作方案》,方案中指出:“对于用草药土方治疗之民族医,应尽量团结与提高。”1984年卫生部、国家民委(中华人民共和国民族事务委员会)在内蒙古自治区召开的全国民族医药工作会议指出:“发展民族医药学,不仅是一个重要的学术问题,而且是执行国家根本大法的问题,是提高民族自尊心,继承发展民族文化的重要内容,对促进民族团结加速民族医药卫生事业建设,都有积极意义。”中共中央、国务院在《关于卫生改革与发展的决定》中指出:“各民族医药是中华民族传统医药的组成部分,要努力发掘、整理、总结、提高,充分发挥其保护各民族人民健康的作用”。2002年10月19日,中共中央、国务院在《关于加强农村卫生工作的决定》中指出:“要认真发掘,整理和推广民族医药技术。”

20世纪50年代初,土家族各地民间医生或坐堂医生加入当地的联合诊所,从民间“走方”形式转变为坐堂行医。有的地方卫生行政主管部门组织当地的民族医、草医开展中草药采集及献方献技活动。如湘西自治州于1959年在全州范围内进行中医采风访贤活动,广大民族医、草医人员将自己多年行医的经验、单方验方、医疗技术无私的奉献给国家。湘西自治州政府卫生科编印了《中医验方集锦》,将全州名老中草医药人员的医药经验编入集锦中。其中收集到了许多土家族康复治疗的特色疗法和方药,如土家族骨伤专家罗秉周将祖传的“梧桐接骨术”治疗骨伤疾病的医术也献了出来。在献方献技、开展中草医药研究的同时,还开展了中草药资源调查,以摸清家底,了解中草药资源情况,为中草药的广泛应用打下了用订基础。各地编写了中草药汇编,把民族常用、来源清楚、疗效确切的民族药及验方、单方,收入汇编中。应该说是土家族药物及方药第一次规模较大,由地方卫生行政主管部门编撰的中草药专著或单验方汇编,是一次民族药及方药的初步总结,其中收集到了丰富的土家康复内容,为后来土家族传统康复治疗学的继承、发展奠定了基础。

1984年9月1日至5日,卫生部、国家民族事务委员会联合在内蒙古呼和浩特市召开了全国第一次民族医药工作会议。本次会议制定了我国民族医药“七五”发展规划,对民族医药发展的基本方针、主要发展目标、主要任务和措施都作了具体要求。会后为了贯彻和落实国家关于发展民族医药的方针和政策,各民族地区都采取相应的措施,保证民族医药政策的落实和民族医药的发展。在土家族地区,为了加强土家族医药的发掘、整理、总结和提高工作,湘、鄂、川(渝)、黔有关地方成立了民族医药机构,负责民族医药的科研工作。例如,1983年10月,成立湘西土家族苗族自治州民族医药研究所,所内组建土家族医药研究室,专门负责土家族医药调查研究工作。鄂西(现恩施)土家族苗族自治州民族医院也成立民族医药研究所,负责鄂西民族医药调研工作。其他地区及县市也组织了土家族医药调研活动,如湖北省宜昌市的长阳土家族自治县、五峰土家族自治县;四川省秀山土家族苗族自治县(现属重庆市)、酉阳土家族苗族自治县;贵州省铜仁地区的沿河土家族自治县、印江土家族苗族自治县等,都开展了土家族医药的调查工作。土家族地区普遍开展了调查、收集土家族医药工作,并在土家族康复诊疗这一块取得了可喜的成绩。

近二十年来,各地的土家族医药工作者对土家族民间流传的医药经验、医疗技术专长及流传的医药抄本进行了系统的收集整理研究,先后在有关专业杂志上公开发表了学术论文 100 余篇,在省以上学术会议上交流 200 余篇。湘西土家族苗族自治州民族医药研究所出版了《土家族医药学》(中医古籍出版社,1994 年)、《土家医疗法》(收入《中国传统疗法集成》一书中)、《土家医》(收入《中国传统医药概览》一书中)。湖北省恩施土家族苗族自治州编著出版了《恩施州民族医药丛书》一套六册。湘西自治州民族医药研究所编纂出版了《土家族奇效良方》、《土家族医药研究》等。同时还有湖北民族学院的《中国土家族医药学》、《土家族医技医法精粹》、《土家族医药学概论》,湘西吉首大学医学院的《土家族常用药物生物药学研究》等。在收集整理土家族医药资料的同时,还在土家族地区多次开展土家族医药科研项目活动,加快土家族医药的开发和临床应用,开展对外的土家族学术交流活动,扩大土家族医药在国内外的影响力,建立科研学术机构,加强对土家族专门医药人才的培养。其中湖北民族学院率先在国内成立土家族医药研究中心,建立土家族医药科、教、研基地;该院于 2010 年开始招收“民族医药理论与临床运用”研究方向的硕士研究生,是目前国内层次最高的土家族医学高等教育的尝试。同时开展专科专病建设,其目的在于恢复土家族康复治疗的临床活力,更好地为广大人民群众健康服务。所有这些举措,都大力推动了土家族医药及康复治疗的发展,并不断日趋走向完备。

## 二、土家医康复治疗学学术体系及特色

土家族传统康复医学是中国传统医学中的一颗璀璨明珠,在 21 世纪的今天,它仍然越来越受到多国人民的欢迎,并日益引起中国康复医学界和国际有识之士的关注。土家族传统康复治疗学是民族医学的重要组成部分,但由于在中国古代还未形成康复医学的概念,因而其相关内容散在于土家医各科之中,而未见专门的土家康复医学专著,未形成一个独立学科。

### (一) 三元学说为理论基础

土家医受自然哲学、民族传统文化和传统医学文化的影响,从《周易》和《黄帝内经》得到启迪,借自然界的天、地、水之说来说认识人体,创造性地建立了“三元学说”。

“三元学说”将人体从解剖部位分为上、中、下三大部位,也即是所谓的上、中、下三元。上元即胸腹以上部位,包括上元脏器、上元孔窍、上元骨架;中元为胸、腹,包括中元脏器、中元孔窍、中元骨架;下元即腹部以下及四肢,包括下元脏器、下元孔窍、下元骨架。同时土家医还提出了体内三元物质“气、血、精”及体外三元物质“筋、肉、骨”,认为气、血、精是人体生命活动赖以生存的精微物质,均由三元脏器所产生,且受三元脏器功能的调控,同时三者之间也相互转化;筋、肉、骨三物质具有连接和约束骨节、主持运动、保护内脏的功能,同时也依赖气血精三物质的营养。

### (二) 内外结合以析因识病

土家医在传统的诊疗中,病因上注重外感病因的辨析,其多由外邪中的“毒气”致病,如风、寒、水、湿、火、热、瘟等。在毒气的治疗方法上采用攻毒、败毒、赶毒、消毒、排毒、拔毒、化毒、散毒、提(放)毒、调毒等多种治法。在内因上更加注重饮食、情志、劳逸等因素对机体的

影响。在病机上以气血精三者的变化为基础,从而导致阴阳不相协调,阳不统阴,气血逆乱与冷热失衡为发病病理。

### (三) 诊法丰富,主次结合

土家医诊断疾病的过程中,诊法独特,内容丰富多样。诊治疾病有一套系统完整的方法和理论,讲究一看、二问、三听、四摸、五号、六指、七掌、八卦。各类诊法详细丰富,如仅在脉诊上,就有 30 多种脉象。总的来说,土家医以看、问、听、摸、脉五诊为主要诊法,辅以指、掌、卦三法,全面观察和了解疾病的发生、发展、变化,并分析判断疾病的性质、机理和临床表现,从而弄清疾病的实、虚、寒、热和所属病症及预后,最后得出疾病的正确诊断和治疗原则及治疗方法。

### (四) 疗法多样,五术一体

五术一体疗法是指“刀、针、水、火、药”五法为一体的治疗方法,是土家医在传统康复方面采用的经典疗法。其是由早期的土家梯玛、药匠、土医生在长期的疾病诊治过程中不断总结出来,并由后世逐渐丰富和完善,对土家康复医学的发展做出了不可磨灭的贡献。

由传统的“五术”疗法发展到今天的土家族康复疗法更具民族特色。有土家族民间用火为引治疗疾病的火攻疗法,如火罐、油火、火针、灯火、烧艾、火灰碗等,具简、便、廉、效的特点,群众易于接受。有经济方便、疗效显著的推抹疗法,丰富多样,或自阅古医籍而来,或跟师学习得来,或祖传几十代,不断积累提升而来。其仅仅采用土家药匠的一双手,不借助任何药物器械,在患者身体上施行推、拿、揉、搓、捏、摩、按等手法,从而起到祛病之目的,适用于肚子痛、小儿发烧、走胎、腰痛、伤食、风湿麻木、肌肉酸痛、中风瘫痪、吐气病、妇女痛经、咯吼、抽筋、夜尿多、大便干结、昏迷、脑壳痛、面黄肌瘦等多种疾病。因其操作简便,无毒副作用,深受当地患者的青睐。又如梯玛疗法,是融精神、药物、手法于一体的综合疗法,通过奉行“法事”、画水、念咒语等形式,首先使患者得到精神安慰,心理平衡,再辅以药物或施以手法对症治疗,增强抗病能力,达到康复目的。此外,还有封刀接骨法、棒击疗法、扑灰碗法、提风法、药浴法、蛋滚法等 20 多种。

正因有土家医的五术一体的医疗方术,促进了土家族传统康复医药的发展。现今流传在土家族民间的 20 多种传统外治法,就是从“五术”中延伸和发展起来的,经土家先贤医家们历代的不断努力,土家族康复医药才能够延续至今。

### (五) 内外兼治,侧重外治

土家医对疾病的康复治疗,讲究的是内外兼治,提倡一种综合的治疗手段,外治疏经通络,疗伤止痛,内治调理气血,协调阴阳。在土家医发展早期,由于受当地恶劣自然条件的限制,土家药匠、土医生及梯玛们对疾病的认识还比较肤浅,他们更多地采用外治法,直接针对外在病灶用药施治。外治常用的中草药,如接骨木、三百棒、四两麻、大救架、八里麻、打不死、碧血莲等,具有消肿止痛、活络通经、止血疗伤、解毒凉血的功效,常用于骨折、跌打损伤、脱臼、扭伤、蛇虫蚊咬伤等疾病。而诸多疗法器械则多取自于现实生活中日常用品,如刮痧用的汤勺、铜钱、银元等,赶油火疗法中的桐油、菜油等,酒火疗法中的独具特色的土家苞谷酒,扑灰碗疗法中的土碗及灶火灰等,这些都是土家康复重要的治疗措施。由于土家族地区交通不便,而瘟疫感染、摔伤骨折、毒蛇咬伤等危急重症较多,因此土家医治病首先考虑的

是简便易行的治疗方法。而各种外治疗法很好地满足了土家医和患者的需求,同时也促使土家医们更多的对外治疗法进行探索研究,从而形成了土家康复注重外治的特点。

### (六) 舞体疗疾,练功强体

土家族民俗文化丰富多彩,并带有浓烈的原生态色彩。如民族歌舞摆手舞、毛古斯舞、八宝铜铃舞、土狮舞、跳高脚马舞、灯舞等,民族体育打飞棒、爬竹竿、踢毽子、打秋千、跳跛跛脚、丢手帕、放风筝、打波螺、武术、躲兜兜等,饮食文化吃社饭、熏腊肉、腊血豆腐、盖碗肉等,此外还有劳动习俗、酒文化、茶文化、性文化、婚俗、信神等民俗文化。

土家族人民在生活实践中将民俗文化 with 养生康复保健有机地结合在一起,形成了独特的养生防病的健身之道。如患肩周炎者,可以通过土家打波螺来疗疾止痛,缓解病情;湿重头痛者,可以通过饮用土家茶来清利头目,止痛醒神;心情抑郁,气结胸腹疼痛者,可以通过跳土家族舞蹈或唱土家民歌来疏泄郁气,行气活血;颈椎不好者,可以放风筝来加强颈部功能的锻炼,理筋活血;心肺功能不好者,可以习练武术来强身健体,如此等等。这些都突出体现了土家康复治疗密切结合土家人日常生活文化、亲切实用的特点。

土家医还讲究起居有常,劳体结合,顺应自然,调食养神,避害祛邪,保元采气,延年益寿等。在民间还常运用各种药物及饮食进行预防康复保健。如三月三(古历)用地米菜煮鸡蛋,吃后不生疮疮;五月初五,将菖蒲、艾叶、松柏叶等新鲜药物挂到门外,以防疫毒避邪;洒雄黄酒到室内外,防虫蛇入室袭人;食用红薯叶、南瓜叶来减肥;将蒿菜做粑,清香可口又降血压;把冷粉树叶捣烂过滤后,在滤液中加入灶火坑之火碱,凝固结晶成凉粉,湘西称斑鸠豆腐,鄂西俗称“神豆腐”,嫩滑爽口,解暑止渴,为夏天食用之佳品。还有食用野果养生疗疾,如羊奶奶,即胡颓子,对月经不调、气虚咳嗽、腹泻有疗效;野核桃补益三元脏器;板栗强筋健骨;糖罐子,即金樱子,外布小刺,有固精缩尿之功,等等。

另外,土家族居民世居湘、鄂、渝、黔四省(市)边区,这里山高林密、溪河纵横、雾浓湿重,原始封闭,交通不便。土家先民在长期与这种恶劣自然环境作斗争的艰难谋生过程中,常常遭遇各种外伤,其中尤以跌伤、扭伤、碰撞伤、烧伤、烫伤、刀伤和蛇虫疯狗咬伤最常见。因而,土家医在外伤出血、跌打损伤的断筋接骨、消肿止痛和毒蛇咬伤的急救治疗方面积累了很多宝贵经验,很有独到之处,这就奠定了土家康复治疗学的发展,从而给土家康复提供了诸多实践资料。故土家医有“土王百棒酒,任你打出手;土王止血丹,血止痛就散;土王接骨散,断骨把原还;土王蛇药丹,肿痛立消散”之说。

## 三、土家医康复治疗学学习方法

土家族医学是土家族地区土生土长的医学,具有鲜明的土家文化特点,同时又深受中华优秀传统文化的影响。土家医学在其发展之初就与古代哲学思想紧密结合,所以又具有鲜明的哲学特色,因此在学习土家传统康复治疗学理论时就必须紧紧把握这一点。为了更好地掌握土家传统康复治疗学的内容,须做到以下几点。

### (一) 必须理解土家康复医学基本的理论基础

取类比象是传统医学基本的思维方式,土家医也是如此。从本质上说,“取类比象”思维方法是一种模型思维方法。所谓“象”指直观可察的形象,即客观事物的外在表现。据“象”

归类、取“象”比类的整体、动态思维方法,就是在思维过程中以“象”为工具,以认识、领悟、模拟客体为目的的方法。取“象”是为了归类或类比,它的理论基础是视世界万物为有机的整体。取象比类即将动态属性、功能关系、行为方式相同相近或相互感应的“象”归为同类,按照这个原则可以类推世界万事万物。

土家医在分析人的生理结构、功能时,将人体脏腑、器官、生理部位和情志活动与外界环境联系在一起。人类所处的环境有天、地、水的区别,上为天,中为地,下为水;人体和自然界的事物一样,也由三个方面构成,可分为上、中、下三部分,与之遥相呼应。正是基于这种对自然界和人体相关性的认识,土家医创立了“三元”理论。

作为初学者,在学习土家康复治疗学时,必须熟练掌握土家康复医学的基本理论。只有这样,才能在以后的实际工作中用于指导临床,正确辨病诊治疾。

## (二) 必须掌握土家族传统康复治疗学的基本技能

土家医的康复治疗是在土家医学理论的指导下,施用各种治疗方法,达到治疗、康复的目的。其中有很多土家族传统康复治疗学的基本技能,必须熟练掌握,这就需要日积月累、勤学苦练。例如,针刺的取穴方法及刺法、各种推拿治疗的手法等,都是如此。

## (三) 走中西医结合之路

由于很多现代疾病是土家医药文献中尚未予以论述的,比如失认症、失用症等;土家医对有些病症也难以取得立竿见影的疗效,如患肢痉挛、骨质疏松等。这就要求我们学会用土家医学的基本理论和方法去分析所要解决的临床康复问题,同时要结合西医的医学知识及治疗手段,指导我们在临床中采取正确的康复治疗方法,从而治愈疾病。

## (四) 必须树立良好的医德

自古就有“医乃仁术”的说法,医德教育为中国历代医家所重视。如唐代孙思邈就是一位深受民众爱戴的医学家,是我国医德思想的创始人,被西方称之为“医学论之父”,是与希波克拉底齐名的世界三大医德名人之一。他的《大医精诚》一文可谓古今中外论述医德的典范。他认为,医生须以解除患者痛苦为唯一职责,其他则“无欲无求”,对患者一视同仁,“皆如至尊”、“华夷愚智,普同一等”;他身体力行,一心赴救,不慕名利,用毕生精力实践了自己的医德思想。

土家医也十分重视医者的医德。比如在师傅选择徒弟时,对方的品行就是非常重要的考查内容。土家医的医德规范大体可以归纳为不图名利,急患者所急,贫富一视同仁,必须珍重人的生命、讲究医学伦理,谦虚谨慎、互相学习、精益求精,不断在医学的道路上拼搏进取,勇于攀登医学的巅峰。

我们要继承土家医前辈的优良传统,树立良好的医德,把全心全意解除人们的病痛作为终身的医道追求。



# 上篇 基础理论







# 第一章 土家医“三元”学说

土家医以“三元论”为其指导思想,“三元论”也成为土家康复治疗学较为系统的医学理论基础。

土家医认为,人是天、地、水之元气化生的世间最具智慧的生灵。天是人体生命活动的空间,地是人体生命活动的场所,水是产生和维持人体生命最宝贵的物质基础,故土家医才有天元、地元、水元的“三元”之说。

在生理上,土家医学把人体的脏器、孔窍、骨架根据其结构和功能分别归属于上元、中元、下元(又称天元、地元、水元),称为人体生命的三元脏器、三元孔窍、三元体架。同时提出了“万物之精,以阳统阴”,“阳盛则壮,阴盛则老”的生、壮、老、病、死的生命转归和消长兴衰的根本形式。且深刻地阐明:上、中、下三元阳的关系是下阳是上、中二阳的根,无下阳则无上、中二阳;下阳本乎先天所生,中阳乃先天所赖,中阳不运,上、下二阳即不相交,故中者天下之大本也,后天概以中土立极。三阳各有专司,其中上、中、下三元即天元、地元、水元。

此外,还有构成人体的“三元物质”,即维持人体生命活动的内三元物质“气、血、精”和 外三元物质“筋、骨、肉”。在生理上重视“内外协调”,如土家医有“气血精,生命圈,筋肉骨,生命曲。人是一口气,精气血滋养。体是一炉香,火灭生命亡”之说。病理上土家医有病机三元论:外感内伤所致人体发病的主要机理是人体上、中、下三元的元气(阳气)不足所致,土家医认为外感是内伤的先兆,内伤是外感的积累,故治则提出外感宜赶风赶毒培元,内伤宜赶气补元。

土家康复治疗学的“三元论”指出:人体分为上、中、下三部分,主要由其形体骨架、体内脏器和功能特殊的孔窍,以及体内的三元物质“气、血、精”和体外的三元物质“筋、骨、肉”组成。骨头、肌肉、筋脉组成人体的形体架构,再由筋脉、血脉贯通三元脏器、三元孔窍以达全身各处,构成一个以三元物质“气、血、精”运行不息、周而往返的圆循环生命活动的有机整体。

## 第一节 三元结构

### 一、上元结构

上元,又称头元、天元,主要包括上元骨架(头顶骨、面额骨),上元脏器(脑、心、肺),上元孔窍(眼睛、鼻子、耳朵)。

#### (一) 上元骨架

上元骨架包括:头顶骨(脑颅骨)与面额骨(面颅骨)共23块。

头顶骨(又称头顶八卦骨)包括:额头骨(额骨)1块、天庭骨(顶骨)2块、后庭骨(蝶骨)1块、听骨(颞骨)2块,共8块。