

小儿脑瘫 蕾波康复法

任世光 张志明 张军 庞红 著



 中国科学技术出版社
CHINA SCIENCE AND TECHNOLOGY PRESS

小儿脑瘫蕾波康复法

任世光 张志明 张 军 庞 红 著

中国科学技术出版社

· 北 京 ·

图书在版编目(CIP)数据

小儿脑瘫蕾波康复法 / 任世光著. -- 北京: 中国
科学技术出版社, 2017.6
ISBN 978-7-5046-7508-8

I. ①小… II. ①任… III. ①小儿疾病-脑病-偏瘫
-康复 IV. ①R748.09

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第087712号

作 者 任世光 张志明 张 军 庞 红
绘 者 庞宇萍

责任编辑 邓 文
封面设计 朱 颖
责任校对 林 华
责任印制 张建农

中国科学技术出版社出版
北京市海淀区中关村南大街16号 邮政编码: 100081
电话: 010-62173865 传真: 010-62179148
<http://www.cspbooks.com.cn>
中国科学技术出版社发行部发行
鸿博昊天科技有限公司印刷

★

开本: 720毫米*1000毫米 1/16
印张: 14 字数: 400千字
2017年6月第1版 2017年6月第1次印刷
ISBN 978-7-5046-7508-8/R·2028
印数: 1-3000册 定价: 59.80元

(凡购买本社图书, 如有缺页、倒页、
脱页者, 本社发行部负责调换)

目录

前 言	3
第一章 小儿生长发育规律.....	11
第一节 生长发育的一般规律	12
一、连续性与阶段性	12
二、不平衡性	12
三、顺序性	12
四、个体差异.....	13
第二节 体格生长发育规律	14
一、身长	14
二、身高.....	14
三、体重.....	15
四、头围.....	17
第三节 神经心理发育规律	18
一、神经生理发育规律.....	18
二、感知的发育规律.....	24
三、运动的发育规律.....	25
四、语言的发育规律.....	25
五、心理活动的发展.....	26
第二章 小儿脑瘫概述.....	29
第一节 定义及解读	30
一、定义.....	30
二、解读.....	30
第二节 疾病概述	33
一、病因.....	33
二、病理.....	34
三、流行病学.....	36
第三节 临床表现	36

一、主要表现·····	36
二、伴随表现·····	38
三、继发表现·····	38
第四节 小儿脑瘫家庭应对 ·····	39
一、科学认识“脑瘫” ·····	39
二、正确理解“脑瘫倾向” ·····	40
三、积极面对“发育落后” ·····	41
四、选择康复治疗机构和方法的建议·····	42
第三章 小儿脑瘫的早期认出·····	45
第一节 小儿脑瘫的家庭早期认出 ·····	46
一、脑瘫倾向的异常姿势反应家庭自测法·····	46
二、运动及智力发育落后的家庭早期认出·····	57
三、日常生活中有助脑瘫早期认出的异常表现·····	58
四、高危妊娠与高危儿的判断·····	58
第二节 小儿脑瘫的早期专业评估诊断 ·····	62
一、早期专业评估诊断方法概述·····	63
二、婴幼儿脑瘫早期诊断神经运动检查（16项） ·····	65
三、其他常用的专业检测方法·····	75
四、早期评估诊断方法的几点建议·····	77
第四章 小儿脑瘫蕾波推点运动疗法·····	81
第一节 蕾波推点运动疗法概述 ·····	82
一、蕾波推点运动疗法的内容·····	82
二、蕾波推点运动疗法的应用理论·····	82
三、蕾波推点运动疗法的技术特点·····	88
四、蕾波推点运动疗法的应用范围·····	89
五、蕾波推点运动疗法的临床应用意义·····	90
第二节 蕾波推点运动疗法的基本手法 ·····	90
一、推法·····	91
二、点法·····	92
三、拨法·····	92

四、拉法·····	92
五、动法·····	92
第三节 推顺按摩·····	93
一、基本手法·····	93
二、耦石推点·····	95
三、筋膜链·····	97
第四节 点穴解痉促动·····	98
一、“点穴”·····	98
二、常用20经络穴位·····	99
三、常用20肌肉奇穴·····	106
第五节 拨挛与牵拉·····	109
一、“拨挛”·····	109
二、“牵拉”·····	109
第六节 运动功能训练·····	113
一、“动”·····	113
二、运动功能训练的三个要点·····	113
第七节 推点运动的“纠-训-纠”单元模式·····	114
一、纠-训-纠干预单元模式·····	114
二、实施“纠-训-纠”干预单元模式注意事项·····	115

第五章 小儿脑瘫常见异常的纠正·····	117
第一节 肌动学评定·····	118
第二节 姿势异常的纠正·····	120
一、紧张性头偏斜·····	120
二、头后仰·····	123
三、拇指内收发紧·····	126
四、手握拳发紧·····	129
五、飞机手·····	130
六、前臂旋后障碍·····	131
七、肘屈曲僵硬伸直困难·····	133
八、肘伸直僵硬屈曲困难·····	135
九、肩内收发紧·····	136

十、尖足·····	139
十一、肌性足内翻·····	142
十二、肌性足外翻·····	144
十三、踝关节周韧带松弛所致的足内翻或外翻·····	144
十四、骨性足内/外翻·····	145
十五、跟腱挛缩·····	145
十六、屈膝·····	146
十七、膝反张·····	149
十八、屈髋发紧·····	152
十九、分腿困难剪刀步·····	155
二十、不随意运动·····	156
二十一、行走左右前后晃·····	158
二十二、全身松软·····	158
第三节 反射异常的纠正·····	160
一、踝阵挛·····	160
二、巴氏征阳性·····	161
三、躯干侧弯反射阳性·····	162
第四节 其他异常的纠正·····	163
一、皮质盲·····	163
二、斜视·····	163
三、听觉障碍·····	164
四、癫痫·····	164
五、脑积水·····	165

第六章 运动功能训练·····	167
第一节 运动功能训练的原则及要点·····	168
一、安全训练·····	168
二、强化训练·····	170
三、快乐训练·····	171
第二节 按运动发育规律功能训练·····	173
一、0~3个月·····	173
二、4~6个月·····	180

三、7~9个月	182
四、10~12个月	187
五、一岁以上	189
第三节 人类运动特征训练——“直立行走”	189
一、肌力训练	189
二、迈步意识培养	193
三、关于跪位训练	194
四、促通立板及坐起椅训练	195
第四节 人类运动特征训练——“手精细运动”	200
一、手精细运动的发育规律	201
二、手精细运动的蓄波推点方法	203
三、手精细运动的视听协调训练	204
第五节 人类运动特征训练——“口腔运动”	207
一、言语发育	207
二、推点纠正口腔运动肌群异常	209
三、口腔运动功能训练——吹吸舔嚼	210
第七章 小儿脑瘫家庭康复的实施	213
第一节 家庭康复的可实施条件	214
一、早期认出	214
二、安全、专业的干预方案	214
三、充足的时间精力投入	215
四、远程评估与指导	215
五、机构康复与家庭康复的互补	216
第二节 家庭康复的“学-训-学”阶段操作模式	216
一、家庭康复培训课程方案	217
二、家庭康复的督导及管理	219

小儿脑瘫蕾波康复法

任世光 张志明 张 军 庞 红 著

中国科学技术出版社

· 北 京 ·

图书在版编目 (C I P) 数据

小儿脑瘫康复治疗法 / 任世光著. -- 北京 : 中国
科学技术出版社, 2017.6
ISBN 978-7-5046-7508-8

I. ①小… II. ①任… III. ①小儿疾病-脑病-偏瘫
-康复 IV. ①R748.09

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第087712号

作 者 任世光 张志明 张 军 庞 红
绘 者 庞宇萍

责任编辑 邓 文
封面设计 朱 颖
责任校对 林 华
责任印制 张建农

中国科学技术出版社出版
北京市海淀区中关村南大街16号 邮政编码: 100081
电话: 010-62173865 传真: 010-62179148
<http://www.cspbooks.com.cn>
中国科学技术出版社发行部发行
鸿博昊天科技有限公司印刷

★

开本: 720毫米*1000毫米 1/16
印张: 14 字数: 400 千字
2017年6月第1版 2017年6月第1次印刷
ISBN 978-7-5046-7508-8/ R · 2028
印数: 1-3000 册 定价: 59.80元

(凡购买本社图书, 如有缺页、倒页、
脱页者, 本社发行部负责调换)

前言

20世纪60年代末，我开始接触小儿脑瘫的临床康复，深刻感受到了传统中医的穴位、经络在小儿脑瘫康复治疗中的明确作用。90年代初去美国进行课题研究时，有机会了解到了国外先进的脑瘫康复理学疗法。在东西方两大医学体系中，围绕小儿脑瘫的治疗康复均具有各自的优势。应用刺激穴位、经络等传统中医方法有明显的即刻及近期纠正异常姿势和运动的疗效；西医的理学疗法有良好的全面而系统的运动功能训练技术。两者若能有机结合、相互促进，将极大提高我国小儿脑瘫康复治疗效果，降低残疾发生率。

1996年开始，我们相继把Bobath法、运动控制和运动学习方法、任务导向性训练、引导式教育、Vojta法、Doman法、上田法、山本疗法、感觉统合治疗、神经平衡疗法及一指刀拨顺等疗法的精华和传统中医的按摩和点穴方法相结合，逐步形成了具有中国特色、中西医结合的小儿脑瘫康复治疗方法——蕾波法。

蕾波法主要包括三个方面技术和五个方面进步。

三个方面技术：

早期评估技术（家庭7项自测和专业16项评估）；康复治疗技术（亦称推点运动疗法，包括：推、点、拨、拉、动，即推顺按摩、点穴解痉促动、拨挛牵拉、功能训练等基本手法）和康复管理技术（“纠-训-纠”干预单元模式和“学-训-学”家庭康复模式）。

五个方面进步：

一、为脑损伤的早期认出提供了比较有效的评估方法，使多数脑损

伤孩子在6月龄前能够认出，创造了早期干预、有效治疗的时间窗口。

二、将牵拉解痉替换为推点解痉，这种由“外拉”到“内推”的解痉手法的创新，不仅提高了康复疗效，保障了操作安全，使孩子不受痛苦，也更利于家庭操作。

三、可即刻同时纠正脑瘫的姿势、运动、肌张力和反射四个方面的异常，不仅从实践上，而且从理论上充分印证了早期干预的有效性，增加了家长对康复手法的信赖和坚持干预的信心。

四、将“引导”加入了“激发”的点穴促动，可更有效激发出主动成分更多的正确运动，大大促进了运动功能的康复效果。

五、将“纠-训-纠”模式运用于康复操作实施，建立在纠正异常基础上的功能训练，不仅提高了康复疗效，也创造了康复治疗标准化和个性化相结合的管理模式。

经过20年不断改进和临床实践，蕾波法已经形成从实践到理论的体系雏形。目前对出生6个月前出现姿势、运动、肌张力、反射同时异常或单一异常的脑损伤患儿，开始并坚持应用该法多数可康复到基本正常，其余也不留不能行走的重症残疾，当然其中一些孩子行走需借助支具或助行器，并应长期坚持功能训练。对来诊较晚的脑瘫患儿，坚持应用该法也会有较大进步。

本书主要面对的读者是康复医师、康复治疗师、相关社会工作者及患儿家长。主要介绍蕾波法的三个方面技术，侧重于基本手法和基本技术的描述，尤其对脑瘫异常姿势、异常反射的干预方法及按发育规律的运动功能训练的详细介绍。鉴于蕾波推点运动疗法非常适合家长在家庭中操作，所以本书在编写中仍保留了儿童生长发育和小儿脑瘫基础知识的内容。编写中尽量运用通俗语言来表述，以方便初学者及家长使用。如果家庭中不幸有脑瘫患儿，家长能在第一时间阅读到本书，可能会对

进一步康复治疗的了解、选择及家庭康复有较大帮助。

为了加深读者对本书的阅读理解，我们编配了蕾波推点运动疗法的视频影像，阅读者可通过扫描封底二维码的方式观看。

蕾波法临床应用20年来，得到相当多的专家、同道的支持并为此发展做了大量的临床实践应用和理论总结，使得蕾波法的理论体系、手法应用更加完整、系统和实用，康复治疗效果也得到广泛的认证。世纪蕾波儿童康复指导中心在推广普及和本书的编写中也做了大量有意义的工作，在此一并感谢。

由于编著时间有限，本书存在许多不足之处，尤其是配套影像清晰度不足，不能覆盖全部内容，多少会影响大家的阅读理解，望见谅并提出修正意见。在本书编写以前，作者有大量的普及内容在博客、微博、微信中持续十多年发表，这是一个连续不断进步的过程，如与本书不一致的，以本书为准。

脑瘫过去是影响孩子一生的致残性疾病，相信和希望随着具有中国特色、科学先进的康复治疗方法的普及推广应用，脑瘫的残疾率将大幅度降低，大多数患儿将正常步入社会，幸福地学习、生活、成长。当然这需要我们医生、康复治疗师、家长和社会工作者大家共同努力，才能让每一个来到这个世界的孩子都有幸福美好的前程。

任世光

2016年12月于北京

目录

前 言	3
第一章 小儿生长发育规律.....	11
第一节 生长发育的一般规律	12
一、连续性与阶段性	12
二、不平衡性	12
三、顺序性	12
四、个体差异.....	13
第二节 体格生长发育规律	14
一、身长	14
二、身高.....	14
三、体重.....	15
四、头围.....	17
第三节 神经心理发育规律	18
一、神经生理发育规律.....	18
二、感知的发育规律.....	24
三、运动的发育规律.....	25
四、语言的发育规律.....	25
五、心理活动的发展.....	26
第二章 小儿脑瘫概述.....	29
第一节 定义及解读	30
一、定义.....	30
二、解读.....	30
第二节 疾病概述	33
一、病因.....	33
二、病理.....	34
三、流行病学.....	36
第三节 临床表现	36

一、主要表现·····	36
二、伴随表现·····	38
三、继发表现·····	38
第四节 小儿脑瘫家庭应对 ·····	39
一、科学认识“脑瘫” ·····	39
二、正确理解“脑瘫倾向” ·····	40
三、积极面对“发育落后” ·····	41
四、选择康复治疗机构和方法的建议·····	42
第三章 小儿脑瘫的早期认出·····	45
第一节 小儿脑瘫的家庭早期认出 ·····	46
一、脑瘫倾向的异常姿势反应家庭自测法·····	46
二、运动及智力发育落后的家庭早期认出·····	57
三、日常生活中有助脑瘫早期认出的异常表现·····	58
四、高危妊娠与高危儿的判断·····	58
第二节 小儿脑瘫的早期专业评估诊断 ·····	62
一、早期专业评估诊断方法概述·····	63
二、婴幼儿脑瘫早期诊断神经运动检查（16项） ·····	65
三、其他常用的专业检测方法·····	75
四、早期评估诊断方法的几点建议·····	77
第四章 小儿脑瘫蕾波推点运动疗法·····	81
第一节 蕾波推点运动疗法概述 ·····	82
一、蕾波推点运动疗法的内容·····	82
二、蕾波推点运动疗法的应用理论·····	82
三、蕾波推点运动疗法的技术特点·····	88
四、蕾波推点运动疗法的应用范围·····	89
五、蕾波推点运动疗法的临床应用意义·····	90
第二节 蕾波推点运动疗法的基本手法 ·····	90
一、推法·····	91
二、点法·····	92
三、拨法·····	92

四、拉法·····	92
五、动法·····	92
第三节 推顺按摩·····	93
一、基本手法·····	93
二、耦石推点·····	95
三、筋膜链·····	97
第四节 点穴解痉促动·····	98
一、“点穴”·····	98
二、常用20经络穴位·····	99
三、常用20肌肉奇穴·····	106
第五节 拨挛与牵拉·····	109
一、“拨挛”·····	109
二、“牵拉”·····	109
第六节 运动功能训练·····	113
一、“动”·····	113
二、运动功能训练的三个要点·····	113
第七节 推点运动的“纠-训-纠”单元模式·····	114
一、纠-训-纠干预单元模式·····	114
二、实施“纠-训-纠”干预单元模式注意事项·····	115

第五章 小儿脑瘫常见异常的纠正·····	117
第一节 肌动学评定·····	118
第二节 姿势异常的纠正·····	120
一、紧张性头偏斜·····	120
二、头后仰·····	123
三、拇指内收发紧·····	126
四、手握拳发紧·····	129
五、飞机手·····	130
六、前臂旋后障碍·····	131
七、肘屈曲僵硬伸直困难·····	133
八、肘伸直僵硬屈曲困难·····	135
九、肩内收发紧·····	136

十、尖足·····	139
十一、肌性足内翻·····	142
十二、肌性足外翻·····	144
十三、踝关节周韧带松弛所致的足内翻或外翻·····	144
十四、骨性足内/外翻·····	145
十五、跟腱挛缩·····	145
十六、屈膝·····	146
十七、膝反张·····	149
十八、屈髋发紧·····	152
十九、分腿困难剪刀步·····	155
二十、不随意运动·····	156
二十一、行走左右前后晃·····	158
二十二、全身松软·····	158
第三节 反射异常的纠正·····	160
一、踝阵挛·····	160
二、巴氏征阳性·····	161
三、躯干侧弯反射阳性·····	162
第四节 其他异常的纠正·····	163
一、皮质盲·····	163
二、斜视·····	163
三、听觉障碍·····	164
四、癫痫·····	164
五、脑积水·····	165
第六章 运动功能训练·····	167
第一节 运动功能训练的原则及要点·····	168
一、安全训练·····	168
二、强化训练·····	170
三、快乐训练·····	171
第二节 按运动发育规律功能训练·····	173
一、0~3个月·····	173
二、4~6个月·····	180