



Wolters Kluwer

五分钟 整骨手法 医学手册



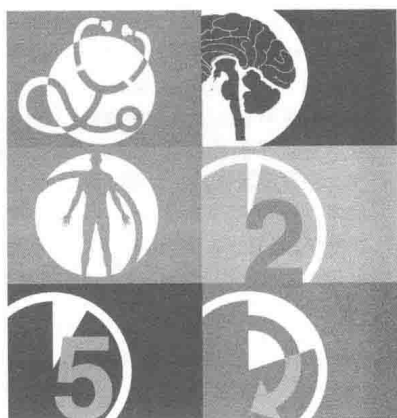
THE 5-MINUTE OSTEOPATHIC MANIPULATIVE MEDICINE CONSULT

[美] 米莉森特·金·舍奈尔 [美] 戴维·C. 梅森 编著
Millicent King Channell David C. Mason

张 宏 主译

世界图书出版公司

五分钟 整骨手法 医学手册



THE 5-MINUTE OSTEOPATHIC MANIPULATIVE MEDICINE CONSULT

[美] 米莉森特·金·舍奈尔 [美] 戴维·C. 梅森 编著
Millicent King Channell David C. Mason

张 宏 主译

世界图书出版公司

上海·西安·北京·广州

书 名	五分钟整骨手法医学手册 Wu Fenzhong Zhenggu Shoufa Yixue Shouce
编 著	[美] 米莉森特·金·舍奈尔 [美] 戴维·C.梅森
主 译	张宏
责任编辑	胡青
装帧设计	徐炜
出版发行	上海世界图书出版公司
地 址	上海市广中路 88 号 9—10 楼
邮 编	200083
网 址	http://www.wpcsh.com
经 销	新华书店
印 刷	上海景条印刷有限公司
开 本	889 mm×1194 mm 1/32
印 张	10.5
字 数	280 千字
印 数	1—2000
版 次	2017 年 7 月第 1 版 2017 年 7 月第 1 次印刷
版权登记	图字 09—2016—481 号
书 号	ISBN 978—7—5192—3063—0/R·426
定 价	80.00 元

版权所有 翻印必究
如发现印装质量问题,请与印刷厂联系
(质检科电话: 021-59110729)

译者名单

| 主 译 |

张 宏

| 译 者 |

(按汉语拼音排序)

包 译 高明丽 黄 立 林 清
缪 萍 牛 坤 邵银进 王 红
吴庆文 张国辉 张书与

| 审 阅 |

严隽陶 刘 浩

著译者简介

编 著

米莉森特·金·舍奈尔(Millicent King Channell),美国新泽西州医学与牙医学大学整骨医学院整骨手法医学系助理教授,整骨医师,硕士。

戴维·C.梅森(David C. Mason),美国新泽西州医学与牙医学大学整骨医学院整骨手法医学系主任,副教授,整骨医师,美国整骨家庭医生学会会员。

主 译

张 宏,医学博士,教授,硕士生导师。现任上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院康复医学科主任医师,是卫生部“中医康复”国家临床重点专科负责人、国家中医药管理局“中医康复”重点学科带头人;兼任中国康复医学会中西医结合专业委员会常务委员、中国民族医药学会康复分会副会长、上海市康复医学会中西医结合康复专业委员会主任委员等。曾入选上海中医药领军人才、上海市高层次针推伤临床人才。2014~2015年赴美国北德克萨斯州大学健康科学中心访学。

审 阅

严隽陶,中国首位推拿学博士研究生导师,上海中医药大学终身教授、上海中医药大学康复医学院名誉院长、上海市中医针

灸推拿临床医学中心主任医师、上海市名中医,兼任中华中医药学会理事及推拿分会名誉主任委员、上海市康复医学会副会长、上海市中医药学会常务理事,享受国务院特殊津贴,并荣获“上海康复医学发展终身成就奖”。同时担任《针灸推拿医学》杂志编委会主任委员,《按摩与康复》杂志副主编。

刘浩(Howe Liu),物理治疗学博士,博士生导师,美国注册物理治疗师。美国北德克萨斯州大学健康科学中心(University of North Texas Health Science Center)物理治疗系终身教授。兼任美国物理治疗学会(APTA)科研奖项评审委员会主席、美国物理治疗学会(APTA)年会议案与论文审查委员会委员、北德克萨斯州大学健康科学中心健康职业学院职称晋升与评定委员会主席。2014年被美国德克萨斯州物理治疗学会(TPTA)授予年度杰出科学研究奖。

译 序

整骨医学是美国的主流医学之一,在美国近 200 所医学院中有 46 所整骨医学院,美国执业医师中有 7%~10% 为整骨医师(D.O)。整骨医师以手法为治疗手段,非常类似于国内的推拿医师。虽然属于两个不同的医学体系,理论基础与指导思想不同,但美国整骨医师与中国推拿医师治疗病种和治疗手段却极为相似。

译者有幸于 2014 年赴美国北德克萨斯州大学健康医学中心,跟随整骨医学院院长戴维·C. 梅森(David C. Mason)教授学习,深感美国整骨与中国推拿各有所长,应当相互学习、相互借鉴,遂将其所著《五分钟整骨手法医学手册》(*THE 5 - MINUTE OSTEOPATHIC MANIPULATIVE MEDICINE CONSULT*)引入国内,翻译成中文,供同道学习参考。

《五分钟整骨手法医学手册》是美国整骨医师的工具书,与国内的“手法治疗学”内容颇为相近。本书主要介绍常见疾病的整骨手法治疗,同时附录中也会对常用整骨技术及特殊检查进行了简要的介绍。

本书的译者均在美国学习过整骨医学或康复医学,希望本书能为推拿医师、康复医师、物理治疗师及相关的从业者提供一定的帮助。

此外,感谢李宗盼、李文兮、薛夏琰、管华宗等在本书出版过程中提供的帮助。

由于出版时间和学术水平的限制,所译之处如有错误,还请广大同仁及读者批评指正。

张 宏

2016 年 12 月 25 日,于上海

前 言

在七分钟的临床诊疗过程中完成整骨治疗(OMM)并不是一件容易的事情。本书旨在给非整骨专业的医疗人士一些指引,使其能够快速找准问题,并利用特殊的临床诊疗程序,在最短时间内完成疾病的诊治。每个患者都应该进行个体化的评估,并基于病史和体格检查结果制定恰当的诊疗方案。

本书不是一本技术大全,因为这方面已经有好几本优秀的技术大全丛书可供参考。同时值得强调的是,本书也不是“菜谱”式的整骨医学参考书。恰当地使用触诊技巧和整骨检查进行躯体障碍诊断才是正确使用整骨治疗技术的最佳指引。然而,整骨医学生和临床医生多养成需要 30~60 min 进行全身评估和治疗的习惯。在有限的时间里,他们难以重点应用整骨疗法解决患者存在的问题,因此就干脆不用整骨疗法。

有限的诊疗时间是整骨治疗总是被忽略的重要原因。因此,临床医生要特别关注如何为患者的诊疗过程制定有效的时间框架。这样就能快速决定此次诊疗所需要的大概时间和选择有效的治疗技术,也有利于促进复诊患者接受更全面的整骨治疗和充足的时间安排。本书希望可以帮助医学生和临床医生在有限的时间里完成相关诊疗操作。本书所阐述的一系列潜在躯体障碍区域及建议的治疗方法有助于读者在熟悉的临床诊疗场景中运用整骨治疗手段。本书不包含其他临床评估和治疗,因为已有其他的快速诊疗手册涉及这方面的内容。本书旨在应用整骨治疗技术作为临床常规诊疗的有益补充和结合。

临床医生擅于进行疾病的鉴别诊断,并基于诊断制定诊疗方案,但往往忽视躯体障碍的诊断,因而在治疗方案中忽略

整骨治疗。不仅错失治疗良机,而且整骨治疗的独特作用也难以体现,既增加了医疗费用,也增加了报销的流程。本书将时刻提醒使用者正确使用诊断、病史记录、疾病编码和医疗账单。

本书的目的是将整骨治疗技术普及到所有的整骨医师中,而不仅限于整骨专家。我们希望本书能够架起整骨医学的桥梁,为那些难以制定规范整骨治疗方案的整骨医师和学生提供帮助。

米莉森特·金·舍奈尔 (Millicent King Channell)

整骨医师,硕士

戴维·C. 梅森 (David C. Mason)

整骨医师,美国整骨家庭医生学会会员

如何使用本书

评估和治疗

每种疾病分为两页介绍：首先罗列躯体功能障碍可能影响的区域，与疾病相关的受损神经（主要是自主神经和运动神经）；然后介绍治疗技术，这些技术未必详尽，但它们可以单独使用，或作为全部治疗的一部分。

每个主题的第一页包括自主神经和运动神经的支配情况，因为这可能与内脏反射和躯体反射相关；脊髓反射的检查也必不可少，因为它提示可能需要进行整骨治疗（OMM）的躯体障碍区域。“其他躯体功能障碍”中的相关区域可能受与疾病相关的中枢或周围神经系统影响。例如，在支气管哮喘疾病中列出了斜角肌紧张，因为它们是呼吸辅助肌，当哮喘发作时，它们可能过度活动。因此，这些被影响的肌肉也应当作为躯体功能障碍的组成部分进行评估。

本书不包括躯体功能障碍的产生机制和治疗技术的基本原理，例如对于压痛点的治疗需要使用摆位放松技术的机制，也不在本书范围。有兴趣的读者可以去阅读更详细的理论书籍，例如《整骨医学基础》（*Foundations of Osteopathic Medicine*）或者《整骨疗法的诊断与治疗》（*An Osteopathic Approach to Diagnosis and Treatment*）。

每个主题第二页是治疗方案，分为 3 个层次：两分钟治疗、五分钟治疗和拓展治疗。两分钟治疗中的治疗技术并不是某种疾病最有效率的治疗方法，可以理解为在两分钟有限时间内最有效率的治疗手段，这是为了让患者在短时间体验整骨治疗，有利于患者接受更长时间的专门整骨治疗。操作者要对每个患者慎重选择合适的技术。拓展治疗包括了在两分钟治疗和五分钟治疗中罗列的技术。

致 谢

非常感谢在本书成书过程中为我们提供帮助的人。特别感谢我们的秘书莉萨·施密特(Lisa Schmidt)帮助完成日常的文书工作;感谢整骨医学院四年级学生杰米·拉帕乔洛(Jamie Rapacciuolo)帮助完成文献检索;感谢我们的拍照模特,整骨医学院四年级学生杰米·拉帕乔洛(Jamie Rappacciuolo)和埃里克·戈特瓦尔德(Erich Gottwald);感谢插图画家鲍勃·麦克布赖德(Bob McBride)用精美的插图使晦涩的概念浅显易懂;感谢摄影师金·索科洛夫(Kim Sokoloff)的杰出工作。我们还要感谢为我们提供指导和帮助的良好益友。最重要的是要感谢我们的家人对我们无私的支持,对家人的感激难以用言语表达。

The 5-minute Osteopathic Manipulative Medicine Consult by Lippincott (9780781779531)
© 2009 by Lippincott Williams and Wilkins, a Wolters Kluwer business. All rights reserved.

This is a Simplified Chinese translation published by arrangement with Lippincott Williams & Wilkins / Wolters KluwerHealth, Inc., USA

Not for resale outside People's Republic of China (including not for resale in the Special Administrative Region of HongKong and Macau, and Taiwan.)

本书限在中华人民共和国境内(不包括香港及澳门特别行政区和台湾)销售。本书提供了药物的适应证、不良反应和剂量疗程,可以根据实际情况进行调整。读者须阅读药品包括盒内的使用说明书,并遵照医嘱使用。本书的作者、编辑、出版者或发行者对因使用本书信息所造成的错误、疏忽或任何后果不承担责任,对出版物的内容不做明示的或隐含的保证。作者、编辑、出版者或发行者对由本书引起的任何人身伤害或财产损害不承担任何责任。

图书在版编目(CIP)数据

五分钟整骨手法医学手册 / (美) 米莉森特·金·舍
奈尔, (美) 戴维·C. 梅森编著; 张宏译. —上海:
上海世界图书出版公司, 2017. 7
ISBN 978 - 7 - 5192 - 3063 - 0

I. ①五… II. ①米… ②戴… ③张… III. ①正骨手
法—手册 IV. ①R274. 2 - 62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 128709 号

目 录

第一部分 常见疾病与治疗	1
踝关节扭伤	2
焦虑	4
关节炎(炎症性)	7
关节炎(骨性)	9
哮喘	11
肺不张	14
贝尔式面瘫	17
腕管综合征	19
颈椎病	21
胆囊炎	23
慢性咳嗽	26
慢性阻塞性肺疾病	28
肠绞痛	31
普通感冒	34
复杂性区域疼痛综合征 (反射性交感神经系统营养不良)	37
充血性心力衰竭	39
便秘	42
肋软骨炎	44
抑郁症	46
腹泻	49
掌腱膜挛缩	52
痛经	54
性交疼痛	56
吞咽困难	59
呕吐	62
肱骨髁上炎	65

勃起功能障碍	68
纤维肌痛症	70
冻结肩	73
胃炎	75
胃食管反流病	78
甲状腺肿	81
头痛	83
呃逆	86
高血压	88
肠梗阻	90
肠炎(克隆病或溃疡性结肠炎)	92
流行性感冒	94
肠易激综合征	98
迷路炎	101
下腰痛	104
中耳炎	107
盆腔炎	110
消化性溃疡	112
鹅足滑囊炎	115
咽炎	117
肺炎	120
脑震荡后遗症	123
妊娠	126
经前期综合征	129
幽门狭窄	132
多动腿综合征	134
过敏性鼻炎	136
脊柱侧弯	139
鼻窦炎	141
心动过速	144
颞颌关节功能紊乱	147
胸廓出口综合征	150
斜颈	152
尿路感染	154

第二部分 治疗技术	157
整骨医学常用技术说明	158
头部OA 松解	159
头部Muncie 技术	160
头部Galbreath 技术	161
头部耳郭引流	162
头部第四脑室掌控	163
颈部摆位放松术: 颈后压痛点	165
颈部肌肉能量技术: C2~C7(典型)	167
颈部肌肉能量技术: AA(非典型)	168
颈部肌肉能量技术: OA(非典型)	170
颈部肌筋膜松解术: 垂直牵伸(直接手法)	171
颈部肌筋膜松解术: 长轴牵伸(直接手法)	172
颈部高速低幅技术: C2~C7(典型)	173
颈部高速低幅技术: AA(非典型)	174
颈部高速低幅技术: OA(非典型)	175
胸部摆位放松术: 前侧压痛点	176
胸部摆位放松术: 后侧压痛点	177
胸部肌肉能量技术: Fryette I 型	178
胸部肌肉能量技术: Fryette II 型	179
胸部肌筋膜松解术: 垂直牵伸	180
胸部高速低幅技术: 全 Nelson 式	181
胸部高速低幅技术: 仰卧位双臂推冲(Kirksville)	182
胸部高速低幅技术: 俯卧位双臂推冲 (德克萨斯技术)Fryette II 型	184
胸部高速低幅技术: 俯卧位双臂推冲 (德克萨斯技术)Fryette I 型	185
胸部肌筋膜松解术: 胸肌牵伸(直接手法)	186
胸部淋巴技术: 胸泵	187
肋骨弹性技术(肌筋膜松解术): 肋骨提升	188
肋骨肌肉能量技术: 第 1 或第 2 肋骨吸气功能障碍	190
肋骨肌肉能量技术: 第 3~第 10 肋骨吸气功能障碍	191
肋骨肌肉能量技术: 第 11~第 12 肋骨吸气功能障碍	193
肋骨肌肉能量技术: 第 1 肋骨呼气功能障碍	194

肋骨肌肉能量技术：第 2 肋骨呼气功能障碍	195
肋骨肌肉能量技术：第 3~第 5 肋骨呼气功能障碍	196
肋骨肌肉能量技术：第 6~第 10 肋骨呼气功能障碍	197
肋骨肌肉能量技术：第 11~第 12 肋骨呼气功能障碍	198
腰部摆位放松术：腰后压痛点	199
腰部摆位放松术：腰前压痛点	200
腰部筋膜松解术：垂直拉伸(直接手法)	201
腰部肌肉能量技术	202
腰部高速低幅技术：腰椎斜扳法	203
腹部筋膜松解术：膈肌拱顶技术	206
腰部筋膜松解术：侧副神经节松解(直接手法)	207
Chapman 反射点抑制性治疗	209
髂骨肌肉能量技术：髂骨前旋障碍	210
髂骨肌肉能量技术：髂骨后旋障碍 (患者仰卧位)	211
髂骨肌肉能量技术：髂骨后旋障碍 (患者俯卧位替代方案)	212
髂骨肌肉能量技术：髂骨内倾功能障碍	213
髂骨肌肉能量技术：髂骨外倾功能障碍	214
骶骨肌肉能量技术：骶骨向前扭转	215
骶骨肌肉能量技术：骶骨向后扭转	216
上肢淋巴引流术：轻抚法	217
上肢肌肉能量技术：桡骨头后移功能障碍 (旋前功能障碍)	218
上肢肌肉能量技术：桡骨头前移功能障碍 (旋后功能障碍)	220
下肢淋巴引流术：足泵	221
下肢淋巴引流术：轻抚法	222
下肢肌肉能量技术：腰大肌紧张	223
下肢肌肉能量技术：梨状肌紧张	224
下肢摆位放松术：腰大肌紧张	225
下肢摆位放松术：梨状肌紧张	226
第三部分 特殊检查	227
颈椎牵引试验(椎间孔受压)	228

颈椎挤压试验(椎间孔受压)	229
颈椎Valsalva 试验(椎间盘病变,椎管内肿瘤 或其他占位性病变)	230
颈椎吞咽试验(颈椎前部可能的感染,骨赘, 血肿或肿瘤)	231
上肢Apley 绕颈试验(肩关节活动度)	232
上肢落臂试验(肩袖撕裂,特别是冈上肌)	233
上肢Yergason 试验(肱二头肌肌腱在结节 间沟的稳定性)	234
上肢恐惧试验(肩关节前方不稳定)	235
上肢Adson 试验(胸廓出口综合征)(臂丛神经 在中斜角肌及后斜角肌间受到卡压)	236
上肢军姿试验(肋锁综合征试验)(臂丛神经 在锁骨与第1肋骨之间受到卡压)	237
上肢Wright 试验(臂丛神经在胸小肌下受压)	238
上肢肘部 Tinel 征(尺神经卡压)	239
上肢Allen 试验(尺动脉、桡动脉在手部供血不足)	240
上肢Finkelstein 试验(狭窄性肌腱滑膜炎/腱鞘炎)	241
上肢Phalen 试验(腕管综合征)	242
上肢腕部 Tinel 征(腕管综合征)	243
上肢网球肘试验(肱骨外上髁炎)	244
上肢肘关节韧带的稳定性试验	245
下肢Trendelenburg 试验(臀中肌无力)	246
下肢膝关节检查:前抽屉试验(前交叉韧带撕裂)	248
下肢膝关节检查:后抽屉试验(后交叉韧带撕裂)	249
下肢Apley 研磨试验(半月板撕裂)	250
下肢Apley 分离试验(韧带撕裂)	251
下肢Lachman 试验(前交叉韧带撕裂)	252
下肢McMurray 试验(内侧半月板后角撕裂)	253
下肢McMurray 试验(外侧半月板撕裂)	254
下肢髌骨研磨试验(软骨软化)	255
下肢外翻应力试验(内侧副韧带撕裂)	256
下肢内翻应力试验(外侧副韧带撕裂)	257