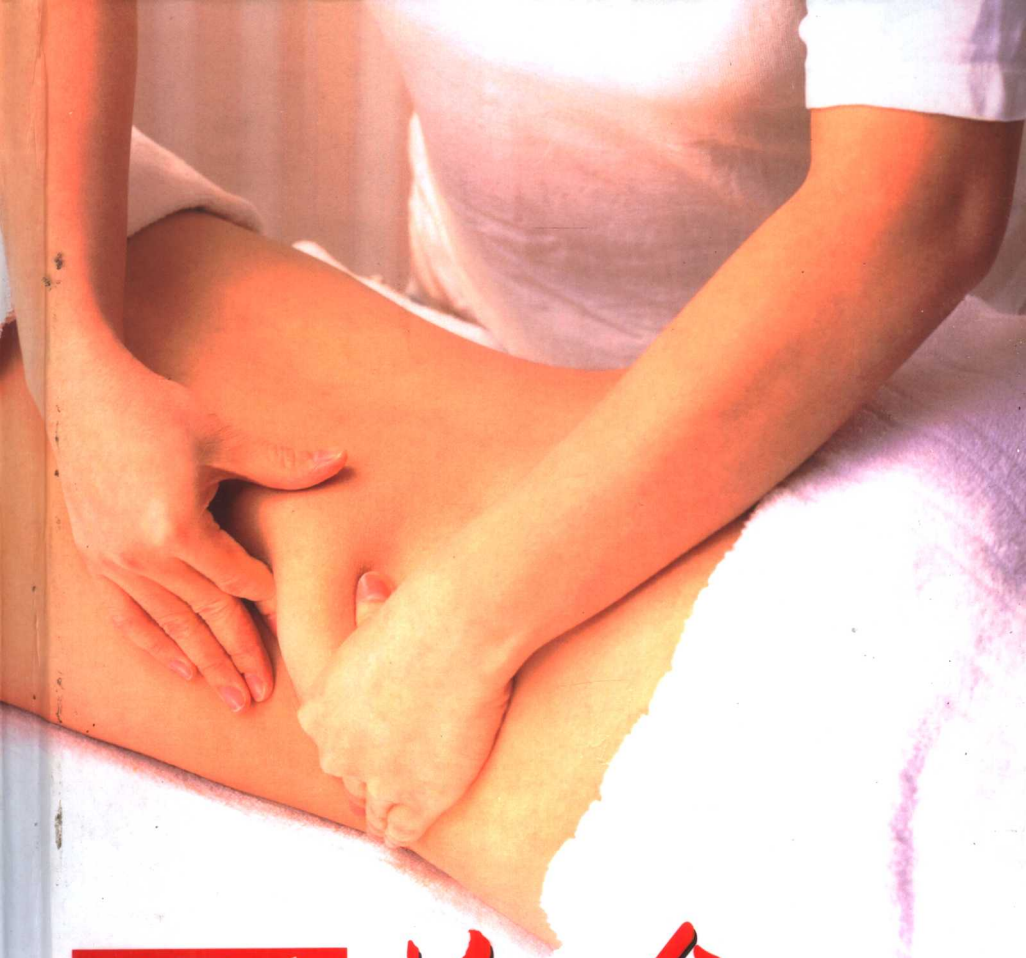




常见病 **推拿** 实用治疗

CHANGJIANBING 主编\王金贵
SHIYONG TUINA ZHILIAO



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

常见病实用推拿治疗

CHANGJIANBING SHIYONGTUINA ZHILIAO

主 编 王金贵

副主编 谭 涛

编 者 (以姓氏汉语拼音顺序)

董 桦 范 青 姜东升

纪东升 谭 涛 田 苓

王金贵 王艳国 徐 昭

赵 铎 张震宇 张贵娟



人 民 军 医 出 版 社

People's Military Medical Press

北 京

图书在版编目(CIP)数据

常见病实用推拿治疗/王金贵主编. —北京:人民军医出版社, 2007. 1

ISBN 978-7-5091-0540-5

I. 常… II. 王… III. 常见病—推拿疗法(中医) IV. R244. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 099501 号

策划编辑:杨永岐 秦伟萍 文字编辑:刘 平 责任审读:余满松

出 版 人:齐学进

出版发行:人民军医出版社 经销:新华书店

通信地址:北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编:100036

电话:(010)66882586(发行部)、51927290(总编室)

传真:(010)68222916(发行部)、66882583(办公室)

网址:www. pmmp. com. cn

印刷:三河市春园印刷有限公司 装订:春园装订厂

开本:850mm×1168mm 1/32

印张:21. 875 字数:557 千字

版、印次:2007 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

印数:0001~4000

定价:48. 00 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

电话:(010)66882585、51927252

内 容 提 要

中医推拿疗法不仅对骨关节及软组织损伤具有独到之处,而且对一些常见病也有很好的疗效。本书作者结合临床实践,在简要介绍疾病的病因的基础上,着重对运用推拿疗法治疗骨关节及软组织损伤、内科、外科、妇科、儿科、五官科、神经损伤及感染和老年病等 185 种常见病的治则、取穴、手法等进行了较为详尽的阐述。该书内容新颖实用,针对性强,是一本临床中医师及广大推拿爱好者很好的参考书。

前 言

目前,推拿疗法已受到人们的高度重视,不仅是因为它在某些疾患的治疗中疗效显著,更重要的是它满足了现代人在疾患的治疗中越来越趋向自然疗法,而首先选择非损害性疗法的愿望。所以,推拿疗法作为一种自然疗法,已逐渐呈现出其优越性。

推拿疗法不仅仅对于骨关节及软组织损伤具有其治疗优势,而且对内、外、妇、儿等疾患,也具有治疗上的独到之处。本书从病因病机、临床诊治等方面,突出重点,对推拿治疗的手法、要点、难点、分型辨证等结合理论和实践进行了系统完整地阐述和介绍,并力求有所创新。为方便学习、使用时的“对号入座”对每种疾患的治疗,均列出两至三种较为常用的操作方法,以供在疗效不佳时选择。本书是一本针对住院医师及临床推拿工作者的高级参考书。

鉴于编者的水平,对书中存在的问题乃至谬误之处,请同道和广大读者给予批评指正。同时,感谢其他专业的专家们赐予的大力支持和帮助。

编 者

2005 年 10 月

目 录

第 1 章 推拿基本手法	(1)
第一节 摆动类手法	(1)
一、一指禅推法	(1)
二、揉法	(1)
三、揉法(分指揉和掌揉)	(3)
第二节 摩擦类手法	(5)
一、摩法(掌摩和指摩)	(5)
二、推法(指推法、掌推法、肘推法)	(6)
三、擦法	(7)
四、搓法	(8)
五、抹法	(8)
第三节 振动类手法	(9)
第四节 挤压类手法	(10)
一、按法(指按法、掌按法)	(10)
二、点法(拇指点、屈指点)	(11)
三、捏法(三指捏、五指捏)	(12)
四、拿法(捏而提起谓之拿)	(13)
五、捻法	(14)
第五节 叩击类手法	(14)
一、拍法(用虚掌拍打体表)	(14)
二、击法(用拳背、掌根、掌侧小鱼际、指类或用桑枝棒叩击体表)	(14)
三、弹法	(16)

第六节 运动关节类手法	(17)
一、摇法(使关节做被动的环转活动)	(17)
二、背法	(20)
三、扳法(用双手做相反方向或同一方向用力扳动肢体)	(20)
四、拔伸法	(23)
第2章 软组织损伤及骨关节疾患	(24)
第一节 头面颈项部疾患	(24)
一、颞下颌关节紊乱症	(24)
二、颈椎病	(27)
三、落枕	(32)
四、项背肌筋膜炎	(34)
第二节 胸腹部疾患	(38)
一、胸廓出口综合征	(38)
二、胸肋屏伤	(41)
三、肋软骨炎	(43)
四、胸椎小关节紊乱症	(45)
五、腹部肌肉拉伤	(48)
第三节 肩部疾患	(50)
一、肱二头肌长头腱滑脱	(50)
二、肱二头肌长头腱腱鞘炎	(53)
三、冈上肌肌腱炎	(56)
四、肩峰下滑囊炎	(59)
五、肩关节周围炎	(61)
六、肩部扭伤	(66)
第四节 肘部疾患	(69)
一、肘关节扭伤	(69)
二、肱骨外上髁炎	(72)
三、肱骨内上髁炎	(74)

四、尺骨鹰嘴滑囊炎·····	(77)
五、肘关节骨化性肌炎·····	(78)
六、旋后肌综合征·····	(82)
七、肱桡关节滑囊炎·····	(84)
八、旋前圆肌综合征·····	(85)
第五节 腕及手部疾患·····	(89)
一、桡骨茎突狭窄性腱鞘炎·····	(89)
二、指屈肌腱腱鞘炎·····	(92)
三、腱鞘囊肿·····	(93)
四、腕管综合征·····	(96)
五、尺桡远侧关节分离症·····	(98)
六、腕关节扭伤·····	(100)
七、指间关节扭挫伤·····	(103)
八、桡侧腕伸肌腱周围炎·····	(105)
第六节 腰背及腿部疾患·····	(108)
一、背部软组织损伤·····	(108)
二、腰椎间盘突出症·····	(110)
三、急性腰扭伤·····	(118)
四、腰肌劳损·····	(121)
五、腰椎滑脱症·····	(125)
六、腰椎后关节紊乱症·····	(129)
七、腰椎椎管狭窄症·····	(132)
八、腰椎增生性关节炎·····	(135)
九、第三腰椎横突综合征·····	(138)
十、骶髂关节扭伤(附半脱位)·····	(140)
十一、髂腰韧带损伤·····	(143)
十二、坐骨结节滑囊炎·····	(146)
十三、腰棘上韧带损伤·····	(148)
十四、腓骨长短肌腱滑脱·····	(151)

十五、股内收肌综合征	(153)
十六、腓肠肌损伤	(156)
第七节 髋部疾患	(158)
一、梨状肌综合征	(158)
二、髋关节扭伤	(160)
三、弹响髋	(163)
四、髋关节滑囊炎	(166)
五、大粗隆滑囊炎	(167)
六、股骨头无菌性坏死	(169)
第八节 膝部疾患	(172)
一、膝关节胫侧副韧带损伤	(172)
二、膝关节创伤性滑膜炎	(174)
三、膝关节半月板损伤	(177)
四、髌前滑囊炎	(180)
五、髌下脂肪垫损伤	(183)
六、膝关节增生性关节炎	(185)
七、髌骨软骨软化症	(187)
第九节 踝及足部疾患	(189)
一、跟腱损伤	(189)
二、距小腿(踝)关节扭伤	(191)
三、踝管综合征	(194)
四、跟痛症	(196)
五、跗跖关节扭伤	(198)
六、趾间关节扭伤	(200)
七、跖痛症	(203)
八、跗滑囊炎	(205)
第十节 其他骨关节疾患	(208)
一、骨质疏松症	(208)
二、类风湿关节炎	(212)

第3章 内科疾患	(217)
第一节 慢性浅表性胃炎	(217)
第二节 胃下垂	(219)
第三节 吸收不良综合征	(223)
第四节 慢性结肠炎	(226)
第五节 胃肠道功能紊乱	(229)
第六节 胃肠胀气症	(233)
第七节 肥胖症	(235)
第八节 高血压	(237)
第九节 雷诺综合征	(241)
第十节 感冒	(243)
第十一节 血管性头痛	(245)
第十二节 神经衰弱	(249)
第十三节 衰弱综合征	(253)
第十四节 抑郁症	(256)
第十五节 原发性多汗症	(259)
第十六节 卒中(中风)后遗症	(261)
第十七节 失眠	(266)
第十八节 面肌抽搐	(268)
第十九节 更年期综合征	(271)
第二十节 梅尼埃综合征	(274)
第二十一节 前列腺炎	(278)
第二十二节 慢性冠状动脉供血不足(缺血性心脏病)	(282)
第二十三节 遗精	(284)
第二十四节 便秘	(288)
第二十五节 健忘	(290)
第二十六节 焦虑症	(293)
第二十七节 脱肛	(294)

第二十八节 结肠激惹综合征·····	(298)
第二十九节 慢性疲劳综合征·····	(301)
第4章 神经损伤及感染性疾病 ·····	(307)
第一节 腓总神经麻痹·····	(307)
第二节 臂丛神经损伤·····	(311)
第三节 正中神经损伤·····	(315)
第四节 尺神经损伤·····	(319)
第五节 桡神经损伤·····	(323)
第六节 腓总神经损伤·····	(326)
第七节 胸长神经损伤·····	(329)
第八节 桡神经麻痹·····	(332)
第九节 股外侧皮神经炎·····	(336)
第十节 肋间神经痛·····	(338)
第十一节 外伤性截瘫·····	(343)
第十二节 三叉神经痛·····	(347)
第十三节 面神经麻痹·····	(350)
第5章 外科疾患 ·····	(355)
第一节 周围动脉硬化闭塞病·····	(355)
第二节 血栓闭塞性脉管炎·····	(357)
第三节 胃食管反流征·····	(359)
第四节 下肢淋巴水肿·····	(363)
第五节 粘连性肠梗阻·····	(364)
第六节 小肠扭转·····	(367)
第七节 前列腺增生·····	(370)
第八节 冻疮·····	(373)
第九节 下肢静脉曲张·····	(375)
第6章 妇科疾病 ·····	(379)
第一节 痛经·····	(379)
第二节 闭经·····	(382)

第三节	子宫脱垂·····	(387)
第四节	经前期紧张征·····	(390)
第五节	慢性盆腔炎·····	(394)
第六节	子宫内膜炎·····	(396)
第七节	功能失调性子宫出血·····	(400)
第八节	代偿性月经·····	(403)
第九节	子宫复旧不全·····	(404)
第十节	泌乳过少·····	(407)
第十一节	不孕症·····	(410)
第十二节	过度衰弱·····	(412)
第7章	五官科疾患·····	(415)
第一节	上眼睑下垂·····	(415)
第二节	假性近视·····	(417)
第三节	斜视·····	(420)
第四节	慢性鼻炎·····	(422)
第五节	过敏性鼻炎·····	(425)
第六节	梅核气·····	(428)
第七节	声音嘶哑·····	(431)
第8章	儿科疾患·····	(435)
第一节	支气管肺炎·····	(435)
第二节	营养不良·····	(437)
第三节	肠吸收不良综合征·····	(440)
第四节	过敏性紫癜·····	(442)
第五节	智力低下·····	(445)
第六节	脑性瘫痪·····	(448)
第七节	语言障碍·····	(452)
第八节	厌食症·····	(453)
第九节	遗尿症·····	(458)
第十节	尿崩症·····	(462)

第十一节	肠套叠	(464)
第十二节	肠痉挛	(466)
第十三节	流涎症	(470)
第十四节	胃扭转	(473)
第十五节	弱视	(474)
第十六节	近视	(477)
第十七节	斜视	(480)
第十八节	眼睑闭合不全	(481)
第十九节	小儿肌性斜颈	(484)
第二十节	新生儿先天性马蹄内翻足	(487)
第二十一节	水肿	(490)
第二十二节	百日咳	(492)
第二十三节	脊髓灰质炎后遗症	(495)
第二十四节	维生素 D 缺乏病(佝偻病)	(499)
第二十五节	臀肌挛缩症	(502)
第二十六节	尿潴留	(504)
第二十七节	暑热症	(506)
第二十八节	夜啼	(508)
第二十九节	疳积	(511)
第三十节	泄泻	(514)
第三十一节	惊风	(517)
第三十二节	发热	(521)
第三十三节	慢性支气管炎	(524)
第三十四节	过敏性哮喘	(525)
第三十五节	呕吐	(528)
第三十六节	便秘	(531)
第三十七节	脱肛	(533)
第三十八节	腹痛	(536)
第 9 章	老年性疾病	(540)

第一节	老年性眩晕	(540)
第二节	老年性干眼症	(544)
第三节	老年性耳聋	(547)
第四节	老年性耳鸣	(550)
第五节	震颤麻痹	(553)
第六节	老年性痴呆症	(558)
第七节	老年性泌尿系感染	(561)
附录 A	保健按摩	(563)
附录 B	自我保健按摩	(620)
附录 C	腧穴定位法	(645)
附录 D	腧穴定位表	(647)
附录 E	小儿推拿常用手法及穴位	(676)

第1章 推拿基本手法

第一节 摆动类手法

一、一指禅推法

【动作要领】

用大拇指指端、罗纹面或偏峰着力于一定的部位或穴位上，腕部放松、沉肩、垂肘、悬腕，肘关节略低于手腕，以肘部为支点，前臂做主动摆动，带动腕部摆动和拇指关节做屈伸活动。腕部摆动时，尺侧要低于桡侧，使产生的“力”持续地作用于治疗部位上(图 1-1)。手法频率每分钟 120~160 次。

二、揉法

【动作要领】

揉法是由腕关节的伸屈运动和前臂的旋转运动复合而成。伸屈腕关节是以第 2 到第 4 掌指关节背侧为轴来完成的，前臂的旋转运动是以手背的尺侧为轴来完成。因此揉法的吸定点是上述两轴的交点，即小指掌指关节背侧，这点附着在一定部位，以肘部为支点，前臂做主动摆动，带动腕部做屈伸和前臂旋转的复合运动。手法吸定部位要紧贴体表，不能拖动、辗动或跳动(图 1-2)。

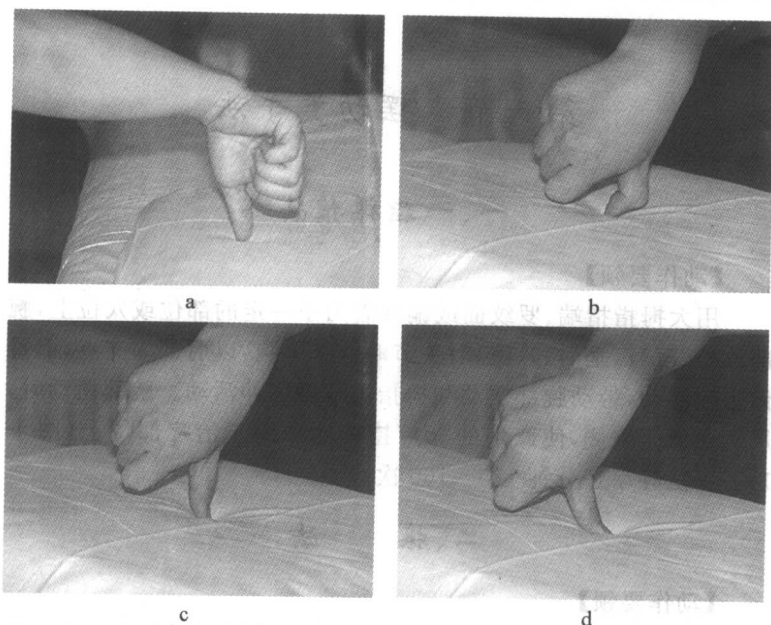


图 1-1 一指禅推法(a,b,c,d)

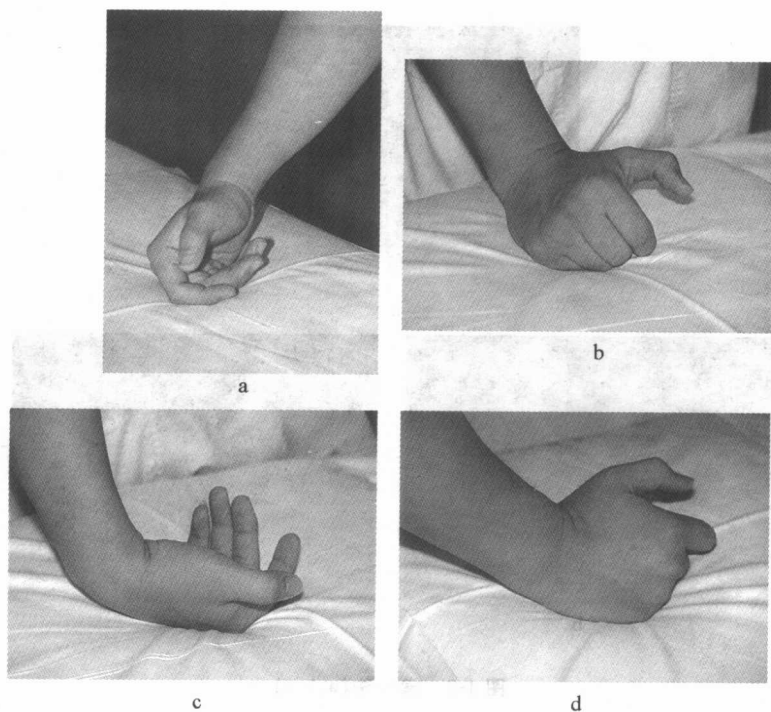


图 1-2 揉法(a,b,c,d)

三、揉法(分指揉和掌揉)

【动作要领】

掌揉法(图 1-3)是用手掌大鱼际或掌根吸定于一定部位或穴位上,腕部放松,以肘部为支点,前臂做主动摆动,带动腕部做轻柔缓和的摆动。

指揉法(图 1-4)是用手指螺纹面吸定于一定的部位或穴位上,腕部放松,以肘部为支点,前臂作主动摆动,带动腕和掌指做轻柔缓和的摆动。