

实用中医推拿学

主 编 罗才贵 刘明军 陈立

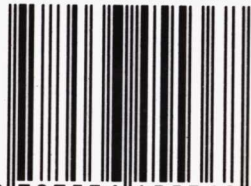
四川出版集团·四川科学技术出版社



实用中医推拿学



ISBN 7-5364-5536-4



9 787536 455368 >

ISBN 7-5364-5536-4/R · 1181

定价：58.00元

实用中医推拿学

主 编 罗才贵 刘明军 陈 立
副主编 姜青松 罗 建 周志彬 万 斌
编 委 (按姓氏笔画为序)
万 斌 邓国忠 刘明军 陈中熊
陈 立 余有明 罗才贵 罗 建
周志彬 姜青松 阎博华 常德贵
曾 理

四川出版集团·四川科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

实用中医推拿学/罗才贵主编. - 成都:四川科学技术出版社,2004.6

ISBN 7-5364-5536-4

I.实… II.罗… III.推拿学 IV.R244.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 054610 号

实用中医推拿学

主 编 罗才贵 刘明军 陈 立
责任编辑 康利华
封面设计 霍运熙
版面设计 康永光
责任校对 易卫石
责任出版 李 琨
出版发行 四川出版集团·四川科学技术出版社
成都盐道街 3 号 邮政编码 610012
开 本 787mm×1092mm 1/16
印张 31.5 字数 730 千 插页 9
印 刷 成都宏明印刷厂
版 次 2004 年 6 月成都第一版
印 次 2004 年 6 月成都第一次印刷
定 价 58.00 元
ISBN 7-5364-5536-4/R·1181

■ 版权所有·翻印必究 ■

■ 本书如有缺页、破损、装订错误,请寄回印刷厂调换。

■ 如需购本书,请与本社邮购组联系。

地址/成都盐道街 3 号 电话/86671039 86672823

邮政编码/610012



罗才贵教授

出生于1949年8月,四川峨眉山人,1977年毕业于成都中医药大学临床医学院。现为成都中医药大学副校长、成都中医药大学附属医院/四川省中医院/临床医学院院长、党委书记、教授、主任医师、博士研究生导师,四川省名中医,四川省优秀中青年专家,享受国务院特殊津贴,并担任成都市针灸学会理事长、推拿专业委员会主任委员、四川省城市医院管理委员会副主任委员、成都市医院管理委员会副主任委员、全国高等中医药院校临床教育学会理事、四川省针灸学会理事等职。

参与撰写医学专著十余部,分别担任国家级、厅局级十余项科研课题负责人。

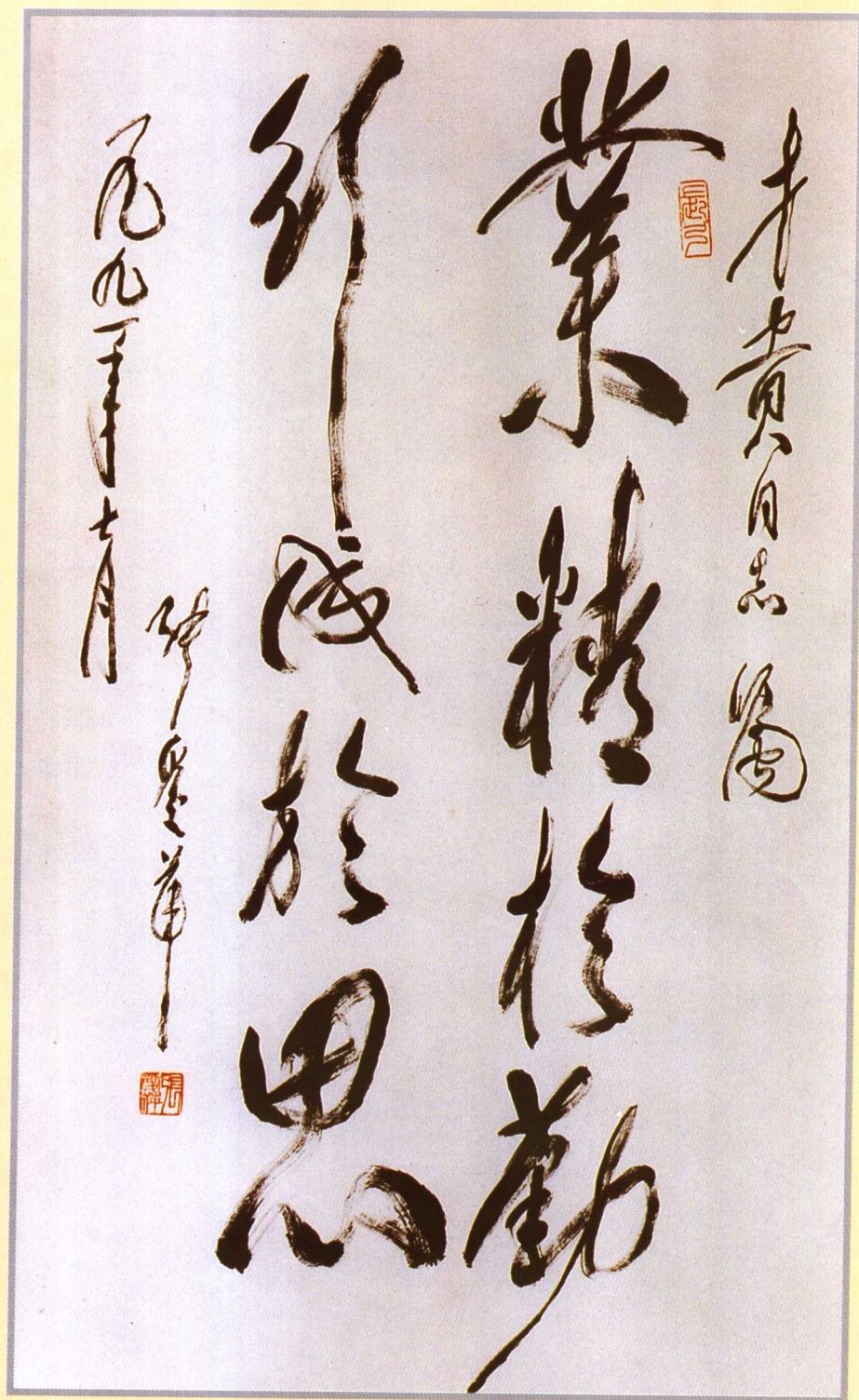
自1991年至今分别担任多位党和国家领导人的医疗保健工作。1994年~1995年受国家派遣担任南非前总统、非国大主席纳尔逊·曼德拉的保健医生。



罗才贵教授在担任南非前总统、非国大主席纳尔逊·曼德拉特别健康顾问、保健医生期间与其合影（摄于 1994 年）



罗才贵教授与前国防部长张爱萍将军及夫人合影（摄于 1992 年）



前国防部长张爱萍将军题词

博采
兼收
精華

書贈曾才貴同志

鄒家華

一九九五年四月十日

前国务院副总理邹家华题词



卫生部副部长、国家中医药管理局局长
余靖在成都中医药大学附属医院视察工
作（摄于 2001 年）



罗才贵教授在为患者做手法治疗

编写说明

中医推拿,是祖国传统医学的瑰宝,长期以来为中华民族的健康做出了巨大贡献。随着人民生活水平的提高,健康意识的加强,作为自然疗法的中医推拿更以其安全、有效、简便,引起了社会的关注,形成了学习“推拿热”。我国推拿专业的技术人员数量较多,但各地区医务人员的专业水准尚有差异。为适合广大渴望学习和掌握这门知识的读者需要,因而编写了一本专门的中医推拿参考书。

在编写本书的过程中,既保持了传统中医学体系的系统性、完整性,突出实用性和针对性,又充分注意基础理论与临床治疗的有机联系,并参阅和吸取国内外大量的有关文献资料与研究成果,经编委们1年多的共同努力,完成了这部医学专著的编写任务。我们希望《实用中医推拿学》能成为读者学习中医推拿的良师益友。

全书共分总论、各论、附篇三部分,16章,70余万字,插图500余幅。前3章为总论,主要介绍了手法、治疗、功法的基本知识;第4章至第13章为各论,全面、系统的介绍了成人手法、小儿手法、部位性推拿手法,骨伤、内、妇、五官、儿科等的推拿治疗,推拿功法等;第14章至第16章为附篇,介绍了推拿流派、手法的现代研究进展、自我保健推拿等内容。

本书主要读者为推拿正骨科、理疗康复科、疼痛科医师,也可供在校医学生和推拿爱好者在学习和工作中参考。

本书内容较丰富,成书时间较快,虽然编委大多是长期从事中医推拿的临床、教学和科研工作,但由于经验不足,水平有限,书中不当之处难免,恳望同道和广大读者批评指正。

编者

目 录

总 论

绪 言 推拿学发展简史·····	1
第一章 推拿手法基本知识·····	6
第一节 推拿学与推拿手法·····	6
第二节 推拿手法的命名和分类·····	8
第三节 推拿手法的基本技术要求·····	10
第四节 推拿手法操作注意事项·····	12
第五节 推拿介质与热敷·····	13
第二章 推拿治疗基本知识·····	20
第一节 推拿治疗的基本作用·····	20
第二节 推拿治疗的作用机理·····	22
第三节 推拿治疗的原则和治法·····	30
第四节 推拿临床常用检查方法·····	36
第五节 推拿治疗的性质和特点·····	70
第六节 推拿治疗的适应症和禁忌症·····	71
第七节 推拿治疗的注意事项·····	72
第八节 推拿异常情况的处理·····	73
第三章 推拿功法基本知识·····	77
第一节 推拿功法和特点·····	77
第二节 推拿功法的分类和作用·····	77

各 论

上篇 推拿手法

第四章 成人推拿手法·····	79
第一节 摆动类手法·····	79
一、一指禅推法·····	80

附·缠法·····	82
二、揉法·····	82
附·滚法·····	84
三、揉法·····	84
第二节 摩擦类手法·····	86
一、摩法·····	87
二、擦法·····	88
三、推法·····	90
四、搓法·····	92
五、抹法·····	93
第三节 振颤类手法·····	94
一、抖法·····	94
二、振法·····	96
第四节 挤压类手法·····	97
一、按法·····	97
二、压法·····	99
三、点法·····	100
四、捏法·····	101
五、拿法·····	102
六、捻法·····	103
七、踩跷法·····	104
八、拨法·····	105
九、拧法·····	107
十、挤法·····	107
第五节 叩击类手法·····	108
一、拍法·····	108
二、击法·····	109
三、叩法·····	111
四、弹法·····	112
第六节 运动关节类手法·····	112
一、摇法·····	113

二、背法	117	二十二、掐人中法	143
三、扳法	118	二十三、点地仓法	143
四、拔伸法	124	二十四、干洗脸法	143
第七节 复合类手法	127	二十五、振摩百会法	143
一、按揉法	127	二十六、捻耳垂法	144
二、弹拨法	129	二十七、捏鼻根法	144
三、推摩法	130	二十八、叩顶法	144
四、勾点法	131	二十九、梳头法	144
五、扫散法	132	第二节 颈项部	144
六、拿揉法	133	一、掌揉颈项法	144
七、捏脊法	134	二、揉大椎法	145
第八节 其他类手法	135	三、提揉风池法	145
一、理法	135	四、拿揉颈项法	145
二、梳法	136	五、点揉天鼎法	145
三、插法	137	六、一指禅推颈法	145
四、托法	137	七、揉肩颈法	145
五、拨法	138	八、揉颈项法	146
第五章 常规操作手法	139	九、揉颈中法	146
第一节 头面部	139	十、拿风池法	146
一、一指禅推印堂法	139	十一、拿颈项法	146
二、一指禅推神庭法	139	十二、捻捏颈肌法	146
三、一指禅推眼眶法	139	十三、掐点颈中法	146
四、按揉太阳法	140	十四、点揉颈脊法	147
五、揉前额法	140	十五、点完骨法	147
六、按揉四白法	140	十六、掐点风府法	147
七、鼻旁按揉法	140	十七、拨颈项法	147
八、按揉面颊法	141	十八、拨颈侧法	147
九、抹面法	141	第三节 胸腹部	147
十、抹额法	141	一、点揉天突法	148
十一、抹眉弓法	141	二、指揉下腹法	148
十二、按揉下关法	141	三、掌揉下腹法	148
十三、点听宫法	141	四、捻胸肌法	148
十四、对按头侧法	142	五、叠掌按胸法	148
十五、点揉缺盆法	142	六、点揉上腹法	148
十六、分推攒竹法	142	七、点揉下腹法	148
十七、分推头阴阳法	142	八、按髂内侧法	149
十八、指推正顶法	142	九、肋间指推法	149
十九、指推偏顶法	142	十、胸部分推法	149
二十、掐揉睛明法	143	十一、推脾运胃法	149
二十一、点鱼腰法	143	十二、推胃脘法	149

十三、推上腹法	149	二、拿侧腰法	156
十四、推侧腹法	150	三、拿揉腰肌法	156
十五、脐部挤推法	150	四、揉肩背法	156
十六、推下腹法	150	五、揉臀部法	156
十七、推全腹法	150	六、肩背部侧掌击法	156
十八、对振肋肋法	150	七、佛手掌叩肩背法	157
十九、横擦胸部法	150	八、屈拳叩肩背法	157
二十、点中府、云门法	151	九、掌根击肩背法	157
二十一、点揉胸骨法	151	十、空拳击肩背法	157
二十二、点压鸠尾法	151	十一、拳背击肩背法	157
二十三、点揉章门法	151	十二、掌背击肩背法	157
二十四、点按带脉法	151	十三、掌揉肩背法	157
二十五、双点天枢法	151	十四、拇指揉膀胱经法	158
二十六、点揉腹中任脉法	151	十五、点揉天宗法	158
二十七、点归来、气冲法	152	十六、双点天宗法	158
二十八、拿腋下法	152	十七、拳揉背部法	158
二十九、拿腹法	152	十八、点揉命门法	158
三十、一指禅推上腹法	152	十九、揉腰眼法	158
三十一、指振中脘法	152	二十、背部直推法	159
三十二、掌振上腹法	152	二十一、背部分推法	159
三十三、掌振下腹法	153	二十二、推肩胛内缘法	159
三十四、掌振神阙法	153	二十三、腰部双掌按揉法	159
三十五、对摩胸背法	153	二十四、背部挤推法	159
三十六、旋摩上腹法	153	二十五、腰部分推法	159
三十七、直摩上腹法	153	二十六、推臀法	160
三十八、横摩上腹法	153	二十七、梳肩胛内缘法	160
三十九、横摩腹直肌法	153	二十八、掌按胸椎法	160
四十、斜摩腹部法	154	二十九、桥按肩胛法	160
四十一、斜摩肋下法	154	三十、叠掌按腰法	160
四十二、合摩侧腹法	154	三十一、点拿环跳法	160
四十三、横摩中腹法	154	三十二、掐点脊中法	161
四十四、直摩脐旁法	154	三十三、点揉夹脊法	161
四十五、摩髂内缘法	154	三十四、双点肾俞法	161
四十六、横摩横骨上法	155	三十五、肘点腰眼法	161
四十七、横摩下腹法	155	三十六、肘点环跳法	161
四十八、斜摩下腹法	155	三十七、背部横擦法	161
四十九、旋摩全腹法	155	三十八、擦肾俞法	162
五十、旋揉神阙法	155	三十九、横擦腰骶法	162
第四节 背腰骶臀部	155	四十、一指禅推背法	162
一、拿夹脊法	156	四十一、背部团摩法	162

四十二、推摩背肋法	162	十一、揉股前法	169
四十三、腰部横摩法	162	十二、揉股后法	169
四十四、腰部团摩法	163	十三、揉腓肠肌法	169
四十五、横摩八髎法	163	十四、按小腿内侧法	169
四十六、臀部直摩法	163	十五、股外侧推法	169
四十七、拍背法	163	十六、股后推法	169
四十八、拍腰骶法	163	十七、推足外侧法	170
四十九、推搓夹脊法	163	十八、推足底法	170
五十、推搓八髎法	164	十九、点阴廉法	170
第五节 上肢部	164	二十、点承扶法	170
一、双拿肩井法	164	二十一、股内侧踩法	170
二、拿肩上法	164	二十二、股外侧踩法	170
三、拿肩后法	164	二十三、小腿内侧踩法	171
四、拿手三阳法	164	二十四、踏揉股前法	171
五、拿手三阴法	164	二十五、踏揉股后法	171
六、捏揉八邪法	165	二十六、合掌揉股三阴法	171
七、揉肩井法	165	二十七、掌根揉股四头肌法	171
八、揉肩周法	165	二十八、拿揉膝上法	171
九、点按阳明三穴法	165	二十九、刮膝周法	172
十、点极泉法	165	三十、摩髌骨法	172
十一、对点内外关法	165	三十一、掌根揉腓肠肌法	174
十二、捏揉四缝穴	166	第六章 小儿推拿手法	173
十三、擦肘外侧法	166	第一节 小儿推拿常用手法	173
十四、握捏上肢法	166	一、推法	173
十五、捏五指法	166	二、揉法	174
十六、捻五指法	166	三、按法	175
十七、掌揉肩周法	166	四、摩法	175
十八、捏上肢法	167	五、掐法	176
十九、搓揉上肢法	167	六、捏法	176
第六节 下肢部	167	七、运法	177
一、按揉腹股沟法	167	八、捣法	177
二、按揉股四头肌法	167	九、拿法	178
三、按揉股后法	167	十、擦法	178
四、按揉腓肠肌法	168	十一、搓法	179
五、拿股内收肌法	168	十二、捻法	179
六、拿足阳经法	168	十三、刮法	179
七、拿足阴经法	168	十四、摇法	180
八、拿膈内上法	168	十五、拍打法	180
九、拿腓肠肌法	168	十六、按揉法	181
十、揉股外侧法	169	十七、揉捏法	181

第二节 复式操作法	181	六、坎宫	197
一、黄蜂入洞	181	七、天庭(神庭)	197
二、双凤展翅	182	八、天心	197
三、揉耳摇头	182	九、眉心(印堂)	197
四、开璇玑	183	十、山根	198
五、按弦搓摩	183	十一、准头(鼻准)	198
六、揉脐及龟尾并擦七节骨	183	十二、太阳	198
七、龙入虎口	184	十三、瞳子髻	198
八、二龙戏珠	184	十四、迎香	199
九、双龙摆尾	185	十五、人中	199
十、乌龙摆尾	185	十六、牙关(颊车)	199
十一、苍龙摆尾	185	十七、天柱	199
十二、丹凤摇尾	186	十八、桥弓	200
十三、凤凰单展翅	186	第二节 上部穴位	200
十四、凤凰展翅	186	一、脾经	200
十五、凤凰鼓翅	187	二、胃经	201
十六、赤凤摇头	187	三、少商	201
十七、猿猴摘果	187	四、肝经	202
十八、孤雁游飞	188	五、心经	202
十九、水底捞月	188	六、肺经	202
二十、打马过天河	188	七、肾经	203
二十一、引水上天河	189	八、五经	203
二十二、大推天河水	189	九、五经纹	204
二十三、飞金走气	189	十、四横纹	204
二十四、飞经走气	190	十一、小横纹	204
二十五、肘肘走气	190	十二、大肠	204
二十六、黄蜂出洞	190	十三、小肠	205
二十七、天门入虎口	191	十四、肾顶	205
二十八、老汉扳辔	191	十五、肾纹	206
二十九、运土入水	191	十六、掌小横纹	206
三十、运水入土	192	十七、板门	206
三十一、老虎吞食	192	十八、内劳宫	207
三十二、总收法	192	十九、内八卦	207
第七章 小儿推拿常用特定穴位	194	二十、天门	208
第一节 头面颈项部穴位	195	二十一、小天心	208
一、百会	195	二十二、大横纹	208
二、前顶门	196	二十三、阳穴	209
三、脑空	196	二十四、总筋	209
四、高骨(耳后高骨)	196	二十五、青筋	209
五、攒竹(天门)	196	二十六、白筋	210