



普通高等教育“十二五”规划教材

全国高等医学院校中医药类系列教材

推拿学

Tuina Xue

● 李义凯 翟伟 主编



科学出版社



普通高等教育“十二五”规划教材

全国高等医学院校
中医药类系列教材

推拿学

李义凯 翟伟 主编

内 容 简 介

本教材是“全国高等医学院校中医药类系列教材”之一。本教材内容包括上、中、下和附篇。上篇为推拿学基础,对推拿学概述、推拿发展概况、作用机理、治则与治法、常用诊断方法、注意事项和禁忌证、推拿功法和经络腧穴等内容进行了介绍。中篇为成人推拿学,介绍了成人推拿手法,手法操作练习,骨伤科疾病及内、外、妇、五官科疾病的推拿治疗。下篇为小儿推拿学,系统地介绍了小儿推拿概述、推拿手法、特定穴位及常见病治疗。附篇介绍了自我保健推拿。

本教材可供全国高等医学院校中医药类专业的本科生推拿学课程教学使用,也可作为全国高等中医药院校本科生和专科生的推拿学教材以及国家中医执业医师资格和专业技术人员资格考试的参考书。

图书在版编目(CIP)数据

推拿学 / 李义凯, 翟伟主编. — 北京: 科学出版社, 2012. 9

全国高等医学院校中医药类系列教材

ISBN 978-7-03-035438-9

I. ①推… II. ①李… ②翟… III. ①推拿—医学院校—教材 IV. ①R244.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 203943 号

丛书策划: 潘志坚 方 霞 / 责任编辑: 闵 捷 余 杨 黄金花
责任印制: 刘 学 / 责任校对: 刘珊珊

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>

南京展望文化发展有限公司排版

江苏省句容市排印厂印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2012 年 9 月第 一 版 开本: 889 × 1194 1/16

2012 年 9 月第一次印刷 印张: 18 3/4

字数: 380 000

定价: 36.00 元

专家指导委员会

主任委员 吕志平

副主任委员 王亚利

哈木拉提·吾甫尔

曹文富

委员(按姓氏笔画排序)

卜 平(扬州大学)

王 滨(内蒙古医科大学)

王亚利(河北医科大学)

牛 阳(宁夏医科大学)

卢 勇(新疆医科大学)

刘晓伟(南方医科大学)

李 波(内蒙古医科大学)

杨 柳(南方医科大学)

张一昕(河北医科大学)

张星平(新疆医科大学)

罗 仁(南方医科大学)

孟庆才(新疆医科大学)

赵春妮(泸州医学院)

哈木拉提·吾甫尔(新疆医科大学)

贾春生(河北医科大学)

徐志峰(河北医科大学)

曹文富(重庆医科大学)

董尚朴(河北医科大学)

湖 波(内蒙古医科大学)

王 茹(河北医科大学)

王四平(河北医科大学)

王志文(河北联合大学)

方朝义(河北医科大学)

吕志平(南方医科大学)

安冬青(新疆医科大学)

李义凯(南方医科大学)

杨思进(泸州医学院)

张再康(河北医科大学)

范利国(山西大同大学)

周迎春(南方医科大学)

赵国平(暨南大学)

郝福明(内蒙古医科大学)

贺松其(南方医科大学)

钱 静(扬州大学)

黄 泳(南方医科大学)

彭 康(南方医科大学)

韩雪梅(内蒙古医科大学)

翟 伟(内蒙古医科大学)

《推拿学》编委会

主 编 李义凯 翟 伟

副 主 编 李进龙 马树祥

蒋松鹤 魏雨农

编 委(按姓氏笔画排序)

马树祥(河北联合大学)

刘俊昌(新疆医科大学)

李永平(青海大学)

吴中秋(河北医科大学)

陈 超(南方医科大学)

赵 凯(安徽医科大学)

郝 华(内蒙古医科大学)

蒋松鹤(温州医学院)

魏雨农(香港理工大学)

白振军(山西大同大学)

李义凯(南方医科大学)

李进龙(河北医科大学)

邹 敏(重庆医科大学)

武淑娟(河北联合大学)

赵玉堂(承德医学院)

唐 勇(暨南大学)

翟 伟(内蒙古医科大学)

薛永骥(扬州大学)

秘 书 张贵锋(广东省新兴中药学校)

绘 图 区 薇(南方医科大学)

李嵩鹏(南方医科大学)

总 序

教材建设是教学改革的重要组成部分,是提高高等院校教学质量、培养优秀人才的关键之一。如何进一步做好新时期教材建设工作,教育部在《关于“十二五”普通高等教育本科教材建设的若干意见》中已明确指出:坚持育人为本,适应不同类型高等学校需要和不同教学对象需要,编写推介一大批符合教育规律和人才成长规律的具有科学性、先进性、适用性的优秀教材,进一步完善具有中国特色的普通高等教育本科教材体系。中医药事业的不断发展,对中医药人才培养质量、知识结构、专业能力、综合素质提出了新的更高的要求,改进和完善中医药类本科教材的重要性和必要性日益突出,成为中医药事业发展的基础性工程。

为了进一步提高高等医学院校中医药类本科教材的质量,更好地把握高等医学院校和综合性大学中医药类专业本科教学改革和课程体系建设,满足高等医学院校中医药类专业本科的培养要求和教学需求,打造教师“易讲”、学生“乐学”的系列教材,科学出版社和全国高等医学院校中医药类教材专家指导委员会共同组织了供高等医学院校中医药类专业本科生使用的“全国高等医学院校中医药类系列教材”的编写项目。我们采用了“跨校、跨区域合作,出版社协助”的模式,由全国十余所高等医学院校中医药类专业的教学名师、优秀学科带头人、教学一线的教授专家共同参与,以“明确培养方向,优化编写体例,打造学生‘乐学’教材”为原则,以教育部新版的教学大纲和国家中医执业医师、执业中药师资格考试要求为依据,充分吸收现有各版本中医药类教材的特色与合理之处并有所创新,努力打造遵循中医药教育规律、满足高等医学院校中医药类专业的培养目标需求、具有时代精神的高品质教材。

本系列教材是科学出版社和全国高等医学院校中医药类教材专家指导委员会首次合作项目,各方领导高度重视,从教材规划到编写和编辑的各个环节,精心组织,层层把关,步步强化,意在提高教材的内在质量。在教材内容组织上,力争概念准确,理论体系完整,知识点完备,内容精

练,切合教学实际和临床实践所需,体现“创新性”和“实用性”;在教材版式设计上,力求编排新颖,版式紧凑,形式多样,主体层次清晰,类目与章节安排合理、有序,体现“清晰性”、“易读性”及“实用性”。

在本系列教材策划、主编遴选及审定稿等过程中,得到了全国各高等医学院校的大力支持,在此致以衷心的感谢!让我们为成功打造中医药类本科精品教材共同努力!

全国高等医学院校中医药类教材专家指导委员会

2012 年 7 月

前 言

本教材是“全国高等医学院校中医药类系列教材”之一,供全国高等医学院校中医药类专业的本科生推拿学课程教学使用,也可作为全国高等中医药院校本科生和专科生的推拿学教材以及国家中医执业医师资格和专业技术人员资格考试的参考书。

本教材编委会是由全国十余所高等医学院校的推拿专家组成。在编写过程中,查阅了国内目前和以往使用过的多个版本的推拿学教材,收集了全国各地的推拿临床经验和推拿文献以及科研成果。编写时注重以中医基础理论为指导,同时兼顾高等医学院校中医药类专业的特点和环境,对推拿总论、推拿功法、经络腧穴、成人推拿手法、手法操作练习、常见病治疗、小儿推拿等内容作了系统的介绍。

推拿学是一门实践性和操作性很强的临床学科,因此,在学习推拿学时应注重推拿手法的练习和操作。本教材的内容紧扣教学需要,根据教学大纲的规定和教学要求,确定了教材的编写内容,也增加了新的内容。本教材包括上、中、下和附篇。上篇为推拿学基础,对推拿学概述、推拿发展概况、作用机理、治则与治法、常用诊断方法、注意事项和禁忌证、推拿功法和经络腧穴等内容进行了介绍。中篇为成人推拿学,介绍了成人推拿手法,手法操作练习,骨伤科疾病及内、外、妇、五官科疾病的推拿治疗。下篇为小儿推拿学,系统地介绍了小儿推拿概述、推拿手法、特定穴位及常见病治疗。附篇介绍了自我保健推拿。本教材中所介绍的知识符合临床实际,有利于学生理论联系实际,学以致用。有些内容可以作为自学或参考内容。

教材是一个阶段性的总结读物,具有时限性;加之编委会成员来自不同院校,受到不同教育背景和学术流派的影响,因此,本教材中不足之处在所难免,希望各院校在使用过程中给予指正,以便进一步修订提高。

主 编

2012 年 6 月

目 录

总序

前言

上篇 推拿学基础

001

第一章 推拿总论	003
第一节 推拿学概述	003
第二节 推拿发展概况	004
第三节 推拿作用机理	008
一、疏通经络,行气活血	008
二、理筋整复,滑利关节	009
三、调整脏腑功能,增强抗病能力	009
第四节 推拿治则与治法	010
一、推拿治则	010
二、推拿治法	012
第五节 推拿常用诊断方法	014
一、一般检查	015
二、基本检查	015
三、头面部检查	015
四、胸腹部检查	016
五、脊柱部检查	017
六、骨盆部检查	019
七、上肢部检查	020
八、下肢部检查	022
第六节 推拿的注意事项和禁忌证	025
一、推拿的注意事项	025
二、推拿的禁忌证	027

第二章 推拿功法	029
第一节 推拿练功的作用	029
一、预防保健作用	029
二、改善人体内环境的作用	030
三、疗伤祛病的作用	030
四、调理脏腑的作用	030
第二节 推拿练功的要领	031
一、身体的调节要领	032
二、呼吸的调节要领	032
三、意念的调节要领	033
四、应以松静入手	033
五、注意事项	033
第三节 常用功法	034
一、少林内功	034
二、易筋经	047
第四节 其他功法	055
一、抓坛子	055
二、抛沙袋	056
三、拧棒子	056
四、卷吊砖	056
五、铁牛耕地	057
六、揉铁球	057
七、握力器	057
第三章 经络与腧穴	059
第一节 经络与腧穴	059
一、经络	059
二、经络系统的组成	059
第二节 常用腧穴	066

中篇 成人推拿

073

第四章 成人推拿手法	075
第一节 摆动类手法	076

一、一指禅推法	076
二、揉法	077
三、揉法	079
第二节 摩擦类手法	080
一、摩法	080
二、擦法	081
三、推法	082
四、搓法	082
五、抹法	082
第三节 振动类手法	083
一、振法	083
二、抖法	083
第四节 挤压类手法	084
一、按法	084
二、点法	085
三、掐法	085
四、拨法	086
五、捏法	086
六、拿法	086
七、捻法	087
八、踩跷法	087
第五节 叩击类手法	088
一、拍法	088
二、击法	088
三、弹法	089
四、啄法	090
五、合掌指击法	090
第六节 运动关节类手法	091
一、摇法	091
二、拔伸法	092
三、扳法	094
第七节 中国脊柱推拿	095
一、概述	095
二、中国脊柱推拿的概念及临床应用	096

三、颈部脊柱推拿手法	096
四、胸部脊柱推拿手法	098
五、腰部脊柱推拿手法	099
第五章 手法操作练习	102
第一节 仰卧位	102
一、头面部操作程序	102
二、胸部操作程序	103
三、腹部操作程序	104
四、上部操作程序	104
五、下肢前侧操作程序	105
第二节 俯卧位	105
一、颈肩部手法程序	105
二、腰背部手法程序	106
三、下肢后侧手法程序	106
第三节 坐位	107
一、头部手法程序	107
二、颈项部手法程序	107
三、肩背部手法程序	108
第六章 常见病治疗	109
第一节 骨伤科疾病	109
一、落枕	109
二、颈椎病	111
三、胸椎小关节紊乱症	113
四、斜方肌筋膜炎	115
五、冈下肌筋膜炎	116
六、小圆肌筋膜炎	117
七、肩关节周围炎	119
八、肱二头肌长头腱鞘炎	121
九、喙突炎	122
十、肱骨外上髁炎	123
十一、旋后肌综合征	125
十二、三角纤维软骨复合体损伤	126

十三、腕管综合征	127
十四、桡骨茎突狭窄性腱鞘炎	128
十五、屈指肌腱鞘炎	130
十六、髌关节滑膜炎	131
十七、梨状肌综合征	132
十八、臀中肌筋膜炎	134
十九、阔筋膜张肌筋膜炎	135
二十、臀上皮神经损伤	136
二十一、股外侧皮神经炎	138
二十二、膝关节内、外侧副韧带扭伤	139
二十三、膝关节创伤性滑膜炎	141
二十四、膝关节退行性骨关节炎	143
二十五、踝关节扭伤	144
二十六、跟痛症	147
二十七、急性腰扭伤	149
二十八、腰背筋膜炎	150
二十九、腰椎间盘突出症	151
三十、腰椎退行性骨关节炎	153
三十一、第三腰椎横突综合征	155
三十二、退行性腰椎滑脱症	156
三十三、强直性脊椎炎	158
三十四、外伤性截瘫	160
第二节 内、外、妇、五官科疾病	162
一、头痛	162
二、眩晕	164
三、不寐	166
四、高血压	167
五、感冒	168
六、咳嗽	170
七、胃痛	171
八、胃下垂	172
九、胁痛	174
十、呃逆	175
十一、腹泻	176

十二、便秘	178
十三、肥胖	179
十四、癃闭	181
十五、遗精	183
十六、阳痿	184
十七、中风后遗症	186
十八、消渴	188
十九、郁病	189
二十、慢性疲劳综合征	191
二十一、痿病	192
二十二、痛经	194
二十三、月经不调	195
二十四、慢性盆腔炎	197
二十五、绝经期综合征	199
二十六、产后身痛	201
二十七、乳痈	202
二十八、乳癖	203
二十九、近视	205
三十、斜视	206
三十一、鼻炎	207
三十二、乳蛾	208
三十三、失音	209

下篇 小儿推拿学

211

第七章 小儿推拿	213
第一节 概述	213
一、小儿推拿发展概况	213
二、小儿生理病理特点	214
三、小儿推拿特点	214
第二节 推拿手法	215
一、推法	215

二、揉法	216
三、按法	217
四、摩法	217
五、掐法	217
六、捏脊法	218
七、运法	219
八、捣法	219
第三节 特定穴位	220
一、头面颈项部穴位	220
二、胸腹部穴位	224
三、腰背骶部穴位	227
四、上部部穴位	230
五、下部部穴位	241
第四节 常见病治疗	245
一、腹泻	245
二、便秘	247
三、呕吐	248
四、发热	249
五、咳嗽	250
六、厌食	252
七、疳积	253
八、腹痛	255
九、夜啼	256
十、惊风	258
十一、流涎	259
十二、鹅口疮	261
十三、遗尿	262
十四、脑性瘫痪	263
十五、小儿桡骨头半脱位	267
十六、先天性髋关节脱位	267
十七、臀肌挛缩	269
十八、小儿肌性斜颈	271
十九、分娩性臂丛神经损伤	272
二十、生长痛	274

附篇	276
自我保健推拿	276
一、头面部保健	276
二、颈肩部保健	278
三、躯干部保健	278
四、上肢保健	279
五、下肢保健	280

第一章 推拿总论



推拿学

上篇 推拿学基础



第一节 推拿学概述

推拿是中华传统医学的重要组成部分，是祖国医学宝库中独具特色的治疗手段。推拿学是研究推拿的起源、发展、理论、技术、应用及其规律的一门学科。推拿学是祖国医学的重要组成部分，是祖国医学宝库中独具特色的治疗手段。推拿学是研究推拿的起源、发展、理论、技术、应用及其规律的一门学科。推拿学是祖国医学的重要组成部分，是祖国医学宝库中独具特色的治疗手段。推拿学是研究推拿的起源、发展、理论、技术、应用及其规律的一门学科。

推拿学是祖国医学的重要组成部分，是祖国医学宝库中独具特色的治疗手段。推拿学是研究推拿的起源、发展、理论、技术、应用及其规律的一门学科。推拿学是祖国医学的重要组成部分，是祖国医学宝库中独具特色的治疗手段。推拿学是研究推拿的起源、发展、理论、技术、应用及其规律的一门学科。