



朱增祥最新力作
亲述拉筋、拍打秘法



朱增祥◎著

杂病不拖的秘密

拨正乱象香港名医朱增祥首次公开现身说法
朱氏拉筋、棍针、拍打百变疗法的完整详解

广东省出版集团

广东科技出版社 新世纪出版社

朱增祥 著

杂病不拖的秘密



广东省出版集团
广东科技出版社
新世纪出版社

· 广州 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

杂病不拖的秘密 / 朱增祥著. — 广州: 广东科技出版社:
新世纪出版社, 2013.3

ISBN 978-7-5359-6227-0

I. ①杂… II. ①朱… III. ①内科杂病—诊疗 IV. ①R25

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第057949号

本著作(中文繁体版《怪医治怪病——香港名医朱增祥独创
拍打拉筋法》)由香港大山文化出版社有限公司独家授权北京
广版新世纪文化传媒有限公司并广东科技出版社出版发行中国
大陆地区中文简体字版。

版权所有, 侵权必究

责任编辑: 马霄行 耿 谦

封面设计: 柳建生

责任校对: 刘成聪

责任印制: 余 尧

出版发行: 广东科技出版社 新世纪出版社

(广州市环市东路水荫路11号 邮政编码: 510075)

经 销: 全国新华书店

排 版: 北京顺佳国泰图文设计有限公司

印 刷: 中煤涿州制图印刷厂北京分厂

规 格: 787mm×1092mm; 开本: 1/16; 印张: 18; 字数: 210千字

版 次: 2013年5月第1版

2013年5月第1次印刷

定 价: 32.00元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请联系调换。

北京广版新世纪文化传媒有限公司

销售热线: 010-65542969

序一 祝贺朱增祥医师新书出版

香港注册中医师 查良镒

热烈祝贺朱增祥医师的又一本新书出版。

朱增祥医师的又一本新书出版，我有幸先睹为快，这是一本好书，有极强的实用性，内容丰富多彩，包括一些怪病和疑难病例的诊断与治疗过程，也包括了一些巧妙实用的治疗手法，文字大都不长，而且通俗易懂，有如一面又一面镜子，读者可以参阅有关情况，自我对照。全书没有数字分析，没有统计对比，也没有对照组，但却容易看明白。有些案例颇怪，可以称之为怪病，难以诊断之病，更难以治疗之病，但经过朱医师应用多年积累的经验，经过了长时间的思考，作出当机立断的决策诊断，选用实用有效的方法，包括复位、拉筋、棍针、拔火罐、鞭（棒）击等疗法，治好了这些难治的怪病。

全书共分四部分：上篇“神奇的朱氏疗法”，写的是 92 例不同病症的诊疗过程。由分类上看，主要是错位，约占一半以上，其次为筋缩，再后为电脑病、外伤后遗症、尾骨错位、妈妈病；余下的也不知道是什么病。多数病人，一次治疗即有效，慢病亦可快治，立竿见影。

下篇“名医传经验”共 28 节，包括了对于病的分析、教授重点和提升总结。其中的四大中医病症、脊柱侧弯、棍针、跌伤与错位的联系、胸椎按压要点、尾部筋经痉挛、创新以及整复等内容，都值得反复阅读，深入体会。

附录一“患者心声”共 12 节，是由 12 位病友讲述自己的亲身经

历和接受朱医师诊疗的经过，由每位病友的不同角度讲述朱医师的医疗技术和崇高的医德。

附录二“我师朱增祥”共20节。是由朱医师的众弟子们（二十多位）写下他们的学习过程和内心感受。朱医师的徒弟众多，各行各业的都有，国内、国外都有。朱医师是有真才实学的严师，既有理论，又有丰富的临床经验，所以就会“桃李满天下”。

还有跋“朱增祥从医心语”，是朱医师本人的心里话，篇幅不多，但句句有真言，话中有话，包括一些人生的哲理，宜反复阅读，认真领会。

我认识朱医师已经有十多年，先后有幸以“朱增祥——身怀绝技，有特殊本领的中医大师”和“解开‘错位筋缩’之谜的老中医朱增祥”为题做序，迎接了朱医师两本著作的出版发行。光阴似箭，十多年一晃过去，由我太太右膝突痛、不能走路开始，到我自己的椎间盘突出，用朱医师的拉筋法治愈以后，现在每天拉筋已经成为我生活的一部分。我亲眼看到这十多年来朱医师的医术不断前进，好上加好。除了应用长期行之有效的拉筋、纠正错位、拔火罐、针灸等疗法为病人造福以外，他又先后创新和发扬了棍针和棒击疗法，为病人治疗，除了多、快、好以外，疗效也特别显著，立竿见影。作为朱医师的老学生，看到朱医师的高明医疗手法和技术创新，我非常钦佩和高兴。

我是香港的注册西医，又是香港的注册中医，还经常往返香港和北京、上海等城市，深知朱医师的这些新技术是独特的、少见的，也是独一无二的，朱医师继承了老一辈医师的特殊医术，又加上创新和发展，正是青出于蓝又胜于蓝，凝聚着朱医师的心血和钻研创造。这么多年以来，我先后介绍了不少于百例病人请朱医师诊疗，他们除了

来自香港以外，尚有国外——美国、加拿大、澳洲和日本等地的同学，有的已经是准备接受外科手术的。他们经过朱医师的诊疗，多已获得明显的进步或痊愈，都免了手术。凡是坚持拉筋锻炼的，没有不获得显著疗效的。

值此朱医师的新书即将出版之际，我诚挚地向广大病友及家属们推荐这本新书，我坚信在阅读之后，你们定会有不少的心得和体会。

2010年9月16日

序二 关于朱增祥医师

胡晓兰

见到朱增祥医师之前，我已经拜读过介绍他和他的医术的三本著作，因缘际会下，我成了他第四本著作的编辑，当其时，一众文坛泰斗人物中午聚餐，他们对朱医师的医术推崇备至（要知道他们是从不轻易相信什么东西的）；而朱医师本人也让我十分意外，因为从前三本书里得知，他十年前便罹患晚期肝癌，当时有医生说他只能活半年，但此刻出现在我面前的朱医师，不但红光满面，神清气爽，健康开朗，而且中气十足，谈笑风生。

聚餐快要结束的时候，朱医师对我说：“我的医馆就在附近，要不要上去看看？”择日不如撞日，机会难得，我立刻决定对朱医师做一个即兴的采访。

朱医师的医馆设在一座大厦的二楼，外间是候诊室，摆放有6张由他独创的拉筋凳，里间是诊室和诊治床，陈设简单，但很实用，墙上挂着一些书法作品，极具观赏价值，有“难得糊涂”、“惜福”、“积德”、“悟妙”、“悬壶济世”等，给一间医疗诊所平添了许多高雅的气息，细问之下，才知道这些书法作品原来是朱医师亲笔书写的。

朱医师告诉我：他星期一至星期六每日下午3时到5时坐诊，每日只接诊六个病人，病人必须提前预约。但采访当日有些意外情形发生，我随朱医师到达诊所时，已有七八个病人和家属早早地等候在那里，有几位是未经预约的，一个女儿带着走路困难、不能下蹲的母亲前来

求诊，还有几个马来西亚人慕名远道而来，刚下飞机便直奔诊所，在他们的恳求下，朱医师少不得破例答应给他们诊治。

在接下来两个多小时里，朱医师接诊了十多位不同病症的病人，而他的太太和四个徒弟在一旁协助。朱医师总是在听病人说出身体有什么不舒服之后，短时间里便凭着他多年经验辨证施治，我亲眼看着他一个又一个病人痛苦地来，然后笑着走出医馆。

有一个病人，是做救生员工作的，几年前因急着救人不慎滑倒，右手掌单手撑在地上，从此右手腕关节时时疼痛难忍，看了许多西医中医都未能解决问题。后来一个偶然的机会，他看到了朱医师的书，便决定来找朱医师求诊，朱医师只用了几分钟的时间便判断他是第5、第6、第7胸椎错位，他叫病人俯卧在床上，并让我上前倾听，只见他运用娴熟的复位手法，随着三声轻微的骨头复位声音，朱医师便叫病人起身，病人活动手腕，竟一点也不觉得疼了。几年的痛苦被朱医师几分钟就解决了，病人心满意足地走出了诊所。如不是我亲眼所见，简直难以置信。

那几个一下飞机便直奔诊所而来的马来西亚病人，经过朱医师诊治，不能弯腰的能够弯腰了，不能下蹲的能够下蹲了，多年的疼痛消失了，大呼神奇之余，他们购买了十多本朱医师的著作准备回去送给朋友。

送走了最后一个病人，我对朱医师做了一个简短的采访，我们先从他的几本著作谈起，他告诉我，《杂病不拖的秘密》（香港中文繁体版由大山文化出版社出版，书名为《怪医治怪病》，后文同）是继《错缩谈》、《群言谈》、《筋长一寸寿延十年》之后有关他的第四本著作，《错缩谈》即《错位筋缩浅谈》的母本，《群言谈》则是由他医好的病人撰

稿，集结成书，这两本书的目的是希望更多人能认识错位和筋缩这两种病症。《筋长一寸寿延十年》介绍了朱医师的家世背景及其独创的拉筋复位法，这些方法针对全球增长最快的白领职业病：肩周炎、背痹痛、颈椎病、腰椎病、电脑综合征，有立竿见影的疗效。

《杂病不拖的秘密》是第四本著作，也是最完整和最全面的著作。朱医师说，虽然已经有了前三本书，但依然有很多人打电话来说你的东西不能不写，我的一些学生也希望我多留一些东西给他们，因此我才决定写这本书，这本书写了很长时间，因为病例的挑选很重要，很特殊的病才值得去写，所以这本书里有很多病是怪病，怪到什么程度，怪到我行医 50 年都没有见过，我在短时间里用拉筋、复位、棒击、棍针、药方等综合疗法将其治愈。我希望通过这本书告诉人们：天下有很多很多的怪病，是至今人们没有理解的毛病，但什么样古怪的病都是有办法医治的，如果这本书能带给病人及其家属一些启迪，让他们从中汲取力量，增强信心，重燃希望，重拾生存的意志，我想这肯定是一件好事，也是一件善事。

为什么繁体版书名叫《怪医治怪病》呢？朱医师说：因为我是个怪人，不大走老路，我的东西不希望跟别人一样，总希望有所创新。

朱医师说：他之所以出书是因为自己得了肝癌，做了 4 次射频手术，虽然跟正常人一样过生活，行动自如，生活质量很高，但肝癌这种病，说变就变，昨天还一切正常，一星期后可能情况就会恶化，因此在我还可以说可以写的时候，想多留一些东西给世人。让世人知道很多病症并不是那么可怕，有些病的症状虽然多，痛苦也不少，但病况并不复杂，只是没有找到病源，但若知道了病的起因在何处，就容易解决了。

“世上一定有人能医好你的病，只是你暂时没有遇上那位合适的医生。”这一直是朱增祥医师的行医理念。

朱增祥医师出身于中医世家，四代行医，曾祖父朱南山曾被上海中医学院（现上海中医药大学）称为十大近代名医，祖父朱鹤皋及父亲朱南荪都是香港不少名人的“御用中医”，朱增祥则擅长骨伤科。

1941年，朱增祥出生在上海一个中医世家，祖父朱鹤皋及父亲朱南荪开设中医诊所，治病救人。朱增祥生活这样的家庭环境中，从小耳濡目染，在爷爷、爸爸的言传身教下，他对中医尤其是中医外治（包括针灸、伤科、推拿等）产生了浓厚的兴趣。

高中毕业后，朱增祥师从上海名医严二陵，学的是内科及妇儿科。1967年大专毕业后，他离开大上海，被分配到安徽农村的一家公社卫生所工作，经历了底层磨砺。那时他不仅要救死扶伤，还要干各种各样的杂活。

1970年，朱增祥被调入安徽桐城的一家战备医院，他学的是中医，但是有一段时间，领导却把他分到西医外科手术室，让他当西医的第二助手，连护士的工作都学会了。这些一线临床经验，大大丰富了他的学识，也使他对西医及中医各自的优势有了感性的认识。由于他从小对中医手法外治骨伤就有浓厚兴趣，后来甚至超过了他原来所学的内科及妇儿科，于是他自己摸索着研究中医外治手法，边学边用，还颇见效果。

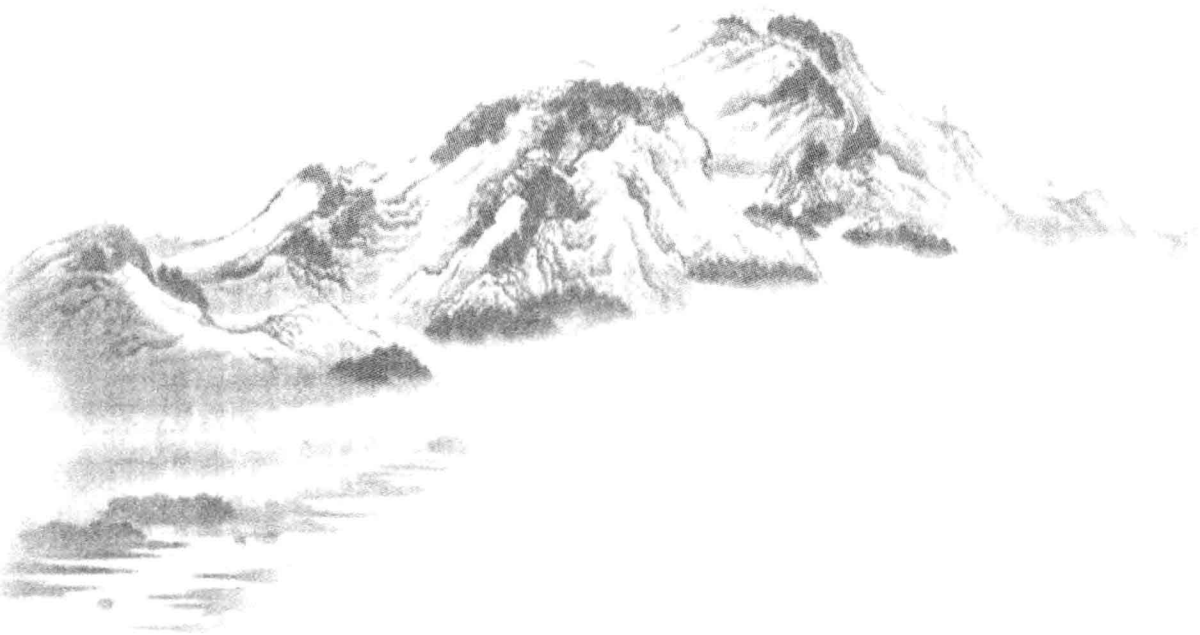
1972年，朱增祥调进了马鞍山钢铁公司当医生，期间，公司派他到上海跟一个名医生学过中医的伤科：是使用“巨针”治疗、有“赵一针”之称的针灸大师赵柏庆，这更加坚定了他走中医外治这条路的决心。

1979 年底，朱增祥离开马鞍山到香港，加入了祖父朱鹤皋的诊所，和爷爷、爸爸祖孙三代一起经营医馆，不同于爷爷、爸爸的是：朱增祥挂出的牌子是“中医伤科”，专攻针灸、伤科、推拿等。

朱增祥医师曾为许多政要名流、演艺明星治愈疾患，如原港督彭定康夫人、杜琪峰、钟楚红、汪明荃、金城武、许鞍华、袁咏仪、张卫健、周润发夫人、许志安、苏永康、蔡澜、方太……

前“香港立法会议员”周梁淑怡赞他是位从不拖延治疗的好医生；泛海集团主席冯兆滔说他最有医德；Burberry 等名牌专门店老板吴国本大赞他非一般跌打佬；彭定康夫人的腕骨错位，亦由他治愈，现在她举家回英，每年仍寄来圣诞卡；查良镒教授称他为身怀绝技、有特殊本领的中医大师。查教授已做西医五十年，学习应用中医也四十余年，他认为朱医师的疗法具有疗效突出、快捷奇妙的特点，而且大多数的病人经一次治疗即可解决问题，如果不是亲眼看到的话，简直是不可置信，因此朱增祥医师的诊断理论、治疗方法应该发扬光大，使众多病人得益。

离开朱医师医馆时，我说：“朱医师，您是这个时代的福音，很多病人都需要您，所以，请您保重好自己的身体。”这声音好像不是我的，完全是心悦诚服、冲口而出，连我自己都觉得有些奇怪。



目 录

序一 祝贺朱增祥医师新书出版/查良镒…………… I

序二 关于朱增祥医师/胡晓兰…………… IV

上篇 神奇的朱氏疗法

一、头颈部病痛与筋缩错位

1. 电脑前不良坐姿让办公室文员抬头就晕…………… 2
2. 胸椎错位的眩晕妇人…………… 3

3. 不能抬头的建筑工	5
4. 75 岁窦女士的眩晕症	6
5. 阿姨的头痛、头晕症	7
6. 头痛、头沉、耳边像刮风的 60 岁老人	8
7. 银行员工的头晕病	10
8. 一位睡下就头晕的小姐	10
※专栏一：浅谈错位与筋缩	11
9. 运动过量筋骨错位的海关缉私员	13
10. 颈背部剧痛的女职员	15
11. 晨起刷牙导致错位的李先生	17
12. 告别了不良坐姿他长高了	19
13. 患错位症的梁氏姐妹	20
14. 全身不适的 27 岁女子	21

二、腰背部病痛与筋缩错位

(一) 肩 背 部

1. 背部抽筋的林太太	23
2. 只能侧睡的中学生	24
3. 颈背紧痛的大学生	25
4. 购物后追着李小姐的肩膀痛	26
5. 胸椎错位与麻将综合征	27
6. 8 岁孩子的电脑综合征	28
※专栏二：错位可能导致哪些病症	30
7. 持续了半年的胸椎错位	31
8. 车祸带给王先生的错位	32
9. 筋缩错位的空姐	33
10. 坐巴士闯的祸	35

(二) 腰 部

11. 震伤导致错位的货车司机	36
12. 78 岁老人的筋缩症	37
13. 步履艰难的警探	38
14. 运动也会导致全身关节错位	39
15. 肌肉劳损的搬运工人	40
※专栏三：筋缩导致的症状	42
16. 搬运时腰部扭伤的年轻人	43
17. 筋缩的美国男人	44
18. 莫名其妙的腰痛病	46
19. 被误诊为“椎间盘突出”的筋缩男士	47
20. 与人摔跤闪了腰的舅公	49
21. 治好了钟小姐的坐骨神经痛	50
22. 徐先生的滑雪后遗症	51
23. 电脑病缠身的石小姐	52
※专栏四：卧位推扳手法	53
24. 急性腰扭伤的护士小姐	55
25. 扛来的病人	56
26. 常州的女病人	56
27. 急停车带来的病症	57
28. 胸椎、腰椎、颈椎全部错位的两位女士	59
29. 过度疲劳造成软组织痉挛的女发型师	61
30. 车祸后腰椎、颈椎痛的乘客	63
31. 职业医生的错位症	64

(三) 尾 骨

32. 尾骨错位再发病让新妈妈呼吸都会痛 66
33. 分娩致尾骨错位的刘小姐 67
- ※专栏五：朱氏拉筋检测法 69

三、肢体病痛与筋缩错位

(一) 脚 部

1. 运动后错位、筋缩的高个子先生 72
2. 扭伤踝关节的女病人 74
3. 胸椎、腰椎错位的卢女士 75
4. 扭伤膝盖却造成胸椎、腰椎错位的女大学生 77
5. 带小孩引起郑女士的左脚肿痛 78
6. 踝关节扭伤的第三例病人 79
7. 不一样的踝关节扭伤 80
8. 三年全身笔直的人 81
9. 筋缩、两脚紧痛且麻痹的 70 岁老人 82
- ※专栏六：卧位拉筋松髌法 84

(二) 腿 部

10. 热爱运动的邱先生旧病复发了 86
11. 双膝肿胀错位的 62 岁女士 87
12. 膝盖痛的迟女士 89
13. 驼背、关节僵紧的中年妇人 90
14. 踢球扭伤两膝的 12 岁孩子 91
15. 上楼梯要扶着栏杆的刘大姐 92
16. 平卧就会右腿麻痹的健身教练 92

17. 撞车引起胸椎错位的沈太太	94
18. 筋缩, 腰椎、胸椎错位, 右腿麻痹的女教师	95
19. 严重筋缩的男子	97
※专栏七: 立位拉筋	97
20. 20 年不能屈膝的搭棚工人	98
21. 不能下蹲的 60 岁妇人	100
22. 活动困难、多处错位、一身病痛的女警	100

(三) 手 臂

23. 电脑让少妇腕关节失去活动能力	102
24. 长时间开车导致双腕僵硬的的士司机	104
25. 提水导致 72 岁老太太胸椎错位	106
26. 得了腕管综合征的女人	107
27. 脊椎错位的两个小兄弟都好了	108
28. 双手震颤的女士	109
※专栏八: 如何正确使用电脑	111
29. 让人失去工作能力的妈妈病	113
30. 坐姿不正造成的筋缩、错位	113

四、其 他

1. 浑身不适、怪病缠身的老板	115
2. 筋肌痉挛的女士	116
3. 痿痹症	117
4. 强直性脊柱炎	119
5. 胸闷气短、疲惫无力的女病人	121
6. 瑜伽打坐的误区	122
7. 印度尼西亚陈先生的冷气病	123

8. 跳进来的病人	124
※专栏九：棍针——治筋的法宝	125
9. 全身筋肌紧缩的人	126
10. 不能入睡的木头人	127
11. 肝风导致的摇头症	131
12. 肝风躁动让她左半身抽搐	132
13. 木偶脸开琴（1）	134
14. 木偶脸开琴（2）	135
15. 空调病	137
※专栏十：拍打疗法	138

下篇 名医传经验

一、我的本领不只属于我自己	148
二、实践、医疗、实惠	149
三、玩病	150
四、答案	151
五、欲速则不达	152
六、病医有缘人	152
七、拜师	153
八、学医	154
九、为医之本	155
十、懂得认错、认输	156
十一、拜你为师	157
十二、我的四本著作	158
十三、偷师	160
十四、点穴的棍针	161
十五、脊柱侧弯	162