

样 本 库

序 言

中医推拿疗法是祖国医学宝库中的一个组成部分，是广大劳动人民长期与疾病作斗争中积累的一门治病方法，它和中医的其它疗法一样，是一份宝贵的医学遗产，为中华民族的健康事业，做出了一定的贡献。

这种疗法的理论，和中药、针灸等方法一样，是以中医基础理论为指导的，通过辨证，达到施治。使用上，由于随手操作，不分城乡、旅途，不择条件，不需器械，席地而坐，即可治病，具有许多方便和很多优越性。

本书介绍的这门推拿之特点，是在整个诊断、治疗中，突出以腹部软组织为主要部位，并在诊断中断承和丰富了祖国医学的“腹部诊断法”，同时，围绕腹部为主要治疗部位的前提下，形成了常用的手法群和独特的“脚踩推拿法”。

本人自从师以后，在近三十年的临床实践中，深感推拿疗法在很多疾病治疗上收效显著，确为一份宝贵医学遗产。为继承和发扬这份遗产，早在一九六五年就将其写成书稿准备出版，后因文化大革命开展，书稿一直被搁置起来。现在，在党中央领导下，在科学技术大发展的春天，为了向“四化”献礼，又将此稿作了全面修改，整理出来，往科学技术的百花园里，插上这枝祖国医学遗产的花朵。但由于个人水平有限，错误之处，定所难免，敬希读者及同道批评指正。

中国人民解放军 乔玉川
第三军医大学大坪医院

一九八二年五月一日

1077168

2758/14

内 容 提 要

本书共包括十二章，分总论和各论两部分。总论内分推拿疗法的起源、推拿对脏腑经络的作用、推拿对神经、消化、循环等系统的作用、推拿腹诊法、推拿手法和脚踩法、推拿治法、推拿适应症等章。其中，关于腹诊法的论述，在总结本推拿临床经验的基础上，又大量的引证了历代数十家医家关于腹诊的丰富论述，是中医诊断的宝贵资料。关于推拿对脏腑经络的作用和推拿对神经、消化、呼吸、循环系统的作用之论述，主要是考虑推拿疗法在这方面理论上之欠缺而拟写的。对其治病机理，分别用中医和西医两套理论作了论述。为从事推拿之同道和其他医者研究推拿治病机理，提供了参考。各论内分内科、外科、妇科、儿科等章，分别将各科中推拿疗效较好的疾病，按病因、证候、腹型、治疗，进行概述，从中可以看到腹诊法对诊断和治疗的意义。

从总论各章，到各论各章，从基础理论，到临床实践，基本上包括了这门推拿学的全貌。因此，本书既可做为初学推拿医者的学习用书，又可做为进修推拿的参考学习书藉，也可做为其他医者研究祖国医学中各种治疗方法（特别是推拿方面）的参考资料。

总 论

目 录

总 论

第一章 中医推拿疗法的起源及有关论著	(1)
第一节 推拿疗法的起源与历代的发展.....	(1)
第二节 历代有关推拿疗法的部分论著.....	(4)
第三节 我国推拿疗法与国外医学的交流.....	(6)
第二章 中医理论对推拿治疗作用的解释	(7)
第一节 推拿对心与小肠的作用.....	(7)
第二节 推拿对肝与胆的作用.....	(9)
第三节 推拿对脾胃的作用.....	(11)
第四节 推拿对肺与大肠的作用.....	(13)
第五节 推拿对肾与膀胱的作用.....	(16)
第六节 推拿对经络的作用.....	(17)
第七节 推拿对营卫气血的作用.....	(20)
附：推拿治疗作用示意图（举例）.....	(22)
第三章 现代医学对推拿治疗作用的解释	(24)
第一节 推拿对神经系统的作用.....	(24)
第二节 推拿对消化系统的作用.....	(25)
第三节 推拿对循环系统的作用.....	(26)
第四节 推拿对呼吸、新陈代谢的作用.....	(28)
第五节 推拿对肌肉、肌腱、关节的作用.....	(30)
第六节 推拿对皮肤的作用.....	(32)
第四章 推拿腹诊法	(34)

第一节	腹诊法的起源	(34)
第二节	历代书藉对腹诊的记载	(35)
第三节	腹诊方法	(46)
第四节	腹部望诊	(47)
第五节	腹部切诊	(56)
第六节	腹部闻诊	(90)
第七节	腹部问诊	(96)
第八节	腹诊与全身性四诊的关系	(101)
第五章	推拿的手法和脚踩法	(104)
第一节	推拿的手法	(104)
第二节	推拿的脚踩法	(119)
1.	颠压法; 2. 推赶法; 3. 揉搓法	(120)
第六章	推拿治法	(122)
	头颈部 胸部 上肢 背部 腹部 下肢	
第七章	推拿治疗法则	(189)
第一节	推拿治疗的一般原则	(189)
第二节	治病九法	(190)
第三节	推拿处方	(194)
第八章	推拿须知	(197)
第一节	治疗中的注意事项	(197)
第二节	推拿治疗中的反应	(198)
第三节	推拿的适应症和禁忌	(200)
第四节	推拿用的工具及介质	(201)

各 论

第一章	内科	(203)
------------	-----------	--------------

1. 胃脘痛	(203)
2. 泄泻	(206)
3. 便秘	(208)
4. 脱肛	(210)
5. 呕吐	(212)
6. 腹痛	(214)
7. 腰痛	(216)
8. 呃逆	(218)
9. 噎膈	(220)
10. 胁痛	(221)
11. 喘证	(224)
12. 眩晕	(226)
13. 头痛	(228)
14. 失眠	(230)
15. 感冒	(233)
16. 水肿	(235)
17. 痹症	(237)
18. 耳鸣、耳聋	(239)
19. 遗精	(241)
20. 遗尿	(243)
21. 阳萎	(244)
22. 瘕症	(246)
23. 半身不遂	(248)
24. 肝阳	(250)
25. 历节风	(251)
26. 自汗、盗汗	(252)
27. 牙痛	(254)
28. 脏躁症	(255)
29. 疝气	(256)

30. 赤白浊.....	(257)
第二章 外科.....	(259)
1. 落枕.....	(259)
2. 肩关节周围炎.....	(259)
3. 颈椎病.....	(260)
4. 胸部软组织挫伤.....	(261)
5. 腰部软组织扭伤.....	(262)
6. 腰椎间盘突出症.....	(263)
7. 血栓闭塞性脉管炎.....	(265)
8. 踝关节扭伤.....	(266)
9. 膝关节滑囊炎.....	(267)
10. 肠粘连.....	(268)
第三章 妇科.....	(270)
1. 月经不调.....	(270)
2. 倒经.....	(276)
3. 闭经.....	(278)
4. 痛经.....	(280)
5. 崩漏.....	(282)
6. 子宫下垂.....	(284)
7. 带下症.....	(285)
8. 瘢痕.....	(286)
9. 盆腔炎.....	(288)
10. 经前便血症.....	(290)
第四章 儿科.....	(292)
1. 疳疾.....	(292)
2. 小儿呕吐.....	(293)
3. 小儿腹泻.....	(295)
4. 小儿麻痹症.....	(297)
5. 小儿脱肛.....	(298)

6. 小儿遗尿症.....	(299)
7. 积滞.....	(300)
8. 夜啼.....	(301)
9. 小儿鸡胸、龟背.....	(303)
10. 小儿便秘.....	(304)
附: 1.推拿医案十则.....	(304)
2.推拿常用病案记录.....	(312)

第一章 中医推拿疗法的起源 及有关论著

第一节 推拿疗法的起源与历代的发展

中医推拿疗法有着悠久的历史，根据国内有关书藉之记载，可以认为是一种最早的医疗方法之一。远在原始社会时期，我们的祖先用双手从事生产劳动和猎取食物的搏斗中，因碰伤而造成疼痛时，不免要用手去抚摩，经过这种保护性动作后，疼痛得到减轻和缓解，这样，按摩治病的原始开端，就从这种最基本的动作中开始了。

据中国医学大成总序所述，“其时治病，多用针灸、按摩、导引诸法，迨至汉张仲景，祖伊尹汤液之法，而著伤寒杂病论，是为中国用药之祖。”史记扁鹊列传说：“上古之时，医有余跗，治病不以汤液。以醴酒、鑿石、跻引、按抚、毒熨治病，”由此看来，更进一步说明了按摩在上古时代就成了人类向疾病作斗争的一种主要方法。

到秦汉时期（公元前722年至公元220年）周礼疏案提到：“扁鹊治太子暴疾尸厥之病，使子明炊汤，子议脉神，子游按摩，”汉书艺文志上“黄帝岐伯按摩十卷”的目录，就标明当时已有按摩的专著。也说明了按摩在当时的医疗手段中，已占有相当的地位。

到隋唐时期（公元581至907年间）。因当时生产、文化、交通等方面的发达，医药也随之有所发展，按摩疗法更是受

到欢迎和重视，还设立了按摩专科和设立按摩博士的官职等。如唐书百志云：“太医令掌医疗之法，丞为之二，其属有四曰：医师、针师、咒禁师、按摩师，皆有博士以教之，”又如唐六典云：“太医署有按摩工56人，按摩生15人。”可见，隋唐时期的官方医疗行政机构——太医署内，不仅在编制上有按摩专科的设立，而且，还有按摩专科学校进行教学，当时的按摩博士、按摩师除教导引法外，还兼管正骨科，所以，正骨法还是起源于按摩家。

到宋元时期（公元927年至1360年间），按摩疗法也有发展，在宋朝编辑的《圣济总录》“治法”节中，就有按摩疗法的记述，其中记叙了各种治疗手法，计有按法、摩法、揉法、擦法等，认为按摩的主要作用是“开达抑遏”。在元朝的一段时间内，由于战争频繁，跌打损伤疾病较多，按摩疗法为了针对这方面的疾病，在治疗方法上，朝着这方面有所发展根据资料记载，按摩疗法在这一时期中，在对跌打损伤疾病的治疗上，积累了不少的经验，对伤科疾病起到了很好的治疗作用。

到明朝时期（公元1368至1644年间），朝廷将医学分为十三科，其中就设立的有按摩科，但由于当时严重的封建习俗之影响，解衣露身治疗很不习惯，故迫使按摩治疗在范围上，朝着小儿疾病的方向上发展，取得了小儿常见疾病按摩治疗的丰富经验。所以，在明朝一段时期中有关中医按摩治疗的大量著作里，主要记载的是小儿方面疾病的经验，如《小儿推拿秘诀》、《推拿活婴秘旨》、《小儿按摩经》等著作，都是治疗有关小儿疾病的经验结晶。

到清朝时期（公元1644年至1912年间），按摩治疗和有关按摩的著作，也有一些发展，许多医家在继承明代及以前的

按摩方法之基础上，结合自己的心得，也总结出了很多宝贵经验，在继续发展小儿疾病治疗经验的同时，对创伤方面疾病的治疗范围，也有不少的扩大，《医宗金鉴》“正骨心法要旨”上关于创伤治疗的详细记载，就说明了这方面的发展。

清末鸦片战争（1840年）以后，由于帝国主义的文化侵略，按摩疗法和中医其它疗法一样，受到严重的排挤和压制。但由于这种方法是历代劳动人民同疾病作斗争的经久考验的有效手段，也是同疾病长期斗争中积累的经验结晶，因而，在人民群众中有着很强的生命力，依然深受广大群众的欢迎。

到解放前国民党反动派统治时期，由于其极力推行崇洋媚外的反动政策和民族虚无主义，对整个祖国医学进行了严重的摧残，推拿疗法更是受到唾弃。特别是在国民党明令取缔中医的反动政策下，资产阶级们轻视劳动，鄙视祖国医学，这份在中华民族史上流传几千年的祖国宝贵遗产，就这样被弄得奄奄一息了。

解放后，党和毛主席重视祖国的文化遗产，毛主席把祖国医学称之为“伟大的宝库”，并号召大家“要努力发掘，加以提高”。特别是在党的中医政策的光辉照耀下，祖国医学得到了新生，推拿疗法得到了拯救，并在最近几年内取得大量成就，得到很大发展。目前，在国内各地的许多医疗机构中都设立了推拿科、推拿门诊部，有些地区还开办了中医推拿训练班，设立推拿学校等。培养出了很多的推拿医生，发表了不少的推拿论文，在祖国医学百花盛开的大花园中，增添了一枝绚丽的花朵，祖国卫生事业的队伍有了新的壮大。

第二节 历代有关推拿疗法的部分论著

推拿疗法在祖国历代医学著作中之记载多不胜数，但大多是穿插在各种书籍之中，单独论述推拿的专著，还是自明代以后较多。现将文献中查阅到的历代医学书籍及其它书籍中有关推拿的记载和论著简述于后。

一、《内经》（素问）记有：“中央者，其地平以湿，故其病多痿厥寒热，其治宜导引按蹻”又记有：“按摩可使筋节舒畅，血脉流通，盖按其经络，则郁闭之气可通，摩其壅聚，则瘀结之肿可散也”。

《内经》（素问）“气血形志篇”记有：“形数惊恐，经络不通，病生于不仁，治之以按摩醪药。”

《内经》（素问）“举痛论”记有“按之则热气至，热至则痛止。”

《史记扁鹊列传》记有：“上古之时，医有余跗，治病不以汤液，醴酒、鑱石、导引、按抚、毒熨”。

二、汉代《周礼疏案》记有：“扁鹊治赵太子暴疾尸厥病，使子明炊汤、子仪脉神，子游按摩，”《汉代艺文志》记有：“黄帝岐伯按摩十卷”的目录。可惜早已失传。根据上述史料可说明按摩疗法在春秋战国和秦汉时期，已成为医疗上的一种主要手段。

三、隋唐时期，《诸病源候论》的每卷卷末，均附有按摩疗法和医疗体育篇。

《备急千金要方》（养生篇）记有：“老子按摩疗法”。

四、宋元时期，《圣济总录》记有：“按摩疗法”的各种手法和作用。

五、明代时期，周岳甫著的《小儿推拿秘诀》记有小儿疾病的特点及小儿疾病治疗手法的特点。龚云林著的《推拿活婴秘旨》记有小儿的常见疾病及治疗小儿疾病的一整套手法。杨继洲著的针灸大成第十卷上“四明陈氏小儿按摩经”，也着重记述了小儿方面的疾病及手法治疗等内容。

六、清代时期，熊运英著的《小儿推拿广意》；夏禹铸著的《幼科铁镜》；张振鋆著的《厘正按摩要术》；夏详宇著的《保赤推拿法》；骆潜庵著的《幼科推拿秘书》；钱怀材著的《小儿推拿直录》。此外，还有《推拿易知》、《小儿推拿术》、《推拿全书》、《推拿指掌》、《推拿探源》、《小儿推拿捷径》、《推拿抉微》、《增图考释推拿法》等著作，均以论述小儿推拿的治疗为主，内容非常丰富。

七、解放后，在党的中医政策的光辉照耀下，近年来有关推拿疗法的著作和论文，胜于任何历史时期，大量著作都是在继承过去推拿疗法经验的基础上，加上医者自己的临床经验整理的，如上海医学院推拿学校著的《推拿学》；陈宇清著的《新推拿疗法》；江静波著的《小儿推拿疗法新编》；张汉臣著的《小儿推拿学概要》；黄厚朴著的《按摩术与体育疗法》；王雅儒著的《按摩疗法脏腑点穴法》；安徽医学院附属医院医疗体育科著的《中医按摩学问编》等等。各类医学杂志，尤其是中医杂志和新医杂志，刊载的大量有关推拿的论文，真是百花齐放，各具一格，展现出中医推拿疗法这份宝贵的医学遗产，在党的阳光照耀下，正在茁壮成长，开放出灿烂花朵的大好局面。

第三节 我国推拿疗法与国外医学的交流

中医推拿疗法与国外医学的交流，是随着整个祖国医学的对外交流过程中而交流出去的。早在秦汉时期，祖国医学就开始了对外交流的活动，但最繁盛的时期，还是出在随着文化高度发展的隋唐。在唐朝年代，中国医学已成为亚洲医学的中心，朝鲜和日本等国不断的派人前来学习。公元562年间吴人知聪把《明堂图》传到日本，又于755年间高僧鉴真应邀到日本传授中医。公元541至643年间，朝鲜在学了中医医学之后，为在国内大量传授，还专门设立了博士教授中国医学。在此期间，日本医生惠日三度来中国学医，就在这种祖国医学与国外交流的繁盛过程中，中医推拿疗法就于唐朝天宝年间，传入了日本，成为日本人民非常乐意接受的医疗方法之一，在日本广泛传播，甚为盛行。后来又由日本将此法传往欧洲。

在阿拉伯，由于大量的采用了中国医学，使中世纪的阿拉伯医学得到了显著的进步，成为后来欧洲医学发达的基础。法兰西盛用的推拿疗法，也是在祖国医学与国外交流的过程，由中国康富所著的按摩手册流入法兰西而在那里广泛传播开的，直至1840年前后，按摩手册被译成法文，又经瑞典人林氏在动作上加以系统整理和归纳，形成了几组有规律的手法，这就是西医理疗上的按摩手法，并随着1840年以后西医向中国的传入，这种按摩手法的治疗，又回到了中国。

中医推拿疗法与国外医学的大量交流，内容是很丰富的，由于文字记载上的散失，使很多内容难以获得详细的记录 and 考证，故只能作以简扼的概述了。

第二章 中医理论对推拿治疗 作用的解释

推拿疗法是以中医的脏腑经络学说等基础理论为临床指导的。为此，通过临床实践的途径，运用中医基础理论，将推拿在操作中对脏腑、经络、营卫气血所产生的作用和引起的生理、病理上之变化，进行机制上的解释。这些理论，不是借助于其它仪器的实验，主要是通过治疗实践中的细观察、勤研究、常分析，推理总结得出来的。同时，对推拿后引起的变化，根据人体各组织自身功能特点，结合体表外在的变化现象而分析出的，如患者本来系消化道的疾病，但经过一段时间的推拿治疗后，消化道的疾病不仅获得了痊愈，而常常听到病人反映“既往常伤风感冒，推拿后，就不易感冒了”。因此，通过中医理论的推理分析到，这主要是推拿促进了脾胃的吸收运化功能，使充足的水谷精气上输于肺，保证了“真气”的充实，间接的使卫气旺盛，增强了体表抗御外邪的能力，因而，减少外邪入侵的机会，达到“正气内存，邪不可干”。推拿对各脏腑、经络、筋肉等不同组织的作用，按系统分述于后。

第一节 推拿对心与小肠的作用

一、心与小肠的功能

在脏腑功能中，心占重要地位，《素问》（灵兰秘典论）

说：“心者君主之官，神明出焉，”指出心主宰精神、思维、言语、情绪等活动，《素问》（六节脏象论）说：“心主血脉，心之合脉也”，说明心有生血的功能，能把由脾胃输送来的水谷精微，化赤而为血，心的生理功能旺盛，就会使脉中血液充盈，面色红润。汗源于血，故而，心又主汗，开窍于舌。小肠属腑，与心相表里，其功能正如《素问》（灵兰秘典论）上说的“小肠者，受盛之官，化物出焉”，说明小肠有消化食物和分利清浊的作用，能把精华归于五脏，水分归于膀胱，糟粕进入大肠。

二、推拿对心与小肠的作用

推拿对心和小肠所产生的作用，概括有以下四个方面。

1. 腹部推拿手法操作之刺激，可直接促进胃肠蠕动，使脾胃功能增强，进而，促进对水谷精微的吸收，增加生血之源，改善心脏本身的营养供给，使心脏保持旺盛的机能。同时，由于心血的充盈，有效的避免了“心血虚”和“心气虚”等证候之发生，对心脏本身起到保养作用，对疾病发生，起到预防效果。

2. 通过沿经推拿和体表相应部位之推拿，可使全身脉管、经络通畅，进而保证气血的顺利运转。《内经》（素问）说：“按摩可使筋节舒畅，血脉流通。盖按其经络，则郁闭之气可通，摩其壅聚，则瘀结之肿可散也”。说明通过手法的操作，可有效的排除经络、血管上的障碍，使气血运行畅通，而脉管是心所连接的运行渠道。“心又主脉”。由于推拿能排除经络、血管上的郁滞，因而，促进了气血运行的流通，减轻了心脏负担，对心功能起到保护作用，对全身各脏腑营养供给起到间接的促进。

3. 《素问》（六节脏象论）说：“心者生之本，神之变

也”。虽是思维的起源，五脏六腑之主，但多种因素均能引起神志上的波动。临床上“心肾不交证”、“心血虚证”、“心气虚证”“痰火扰心证”等，均能影响到神志方面产生一系列的症状群。通过腹部推拿，运用健脾、补肾、安神等各种手法，使心血旺盛，心阳振奋，进而，减少各种干扰因素，使阴阳平衡、心肾相交、心功能正常，消除因失调而产生的心悸、惊惕、健忘、失眠、多梦等一系列症状群。通过推拿可调整其盛衰的偏倚，维护心功能的正常，保护神志的安宁。

4. 由于腹部推拿的刺激，小肠的功能，也在脾胃功能增强的基础上随之改善，消化吸收和分别清浊的作用得到促进，从而，使充分的被吸入之精华归入五脏，使二便保持正常，进而，有效的预防了机能的失调和起到保健的效能。

心与小肠的表里关系，在病理状态出现时，表现的特别明显。临床上，当心火上炎时，不仅出现舌尖红痛，口舌溃瘍等现象，而且，也往往影响到小便，出现小便短赤，甚至血尿等症状。这时，运用腹部推拿，通过通利小便的手法，不仅可清泻心火，而且，也排除了因心火过重而移至小肠的热邪，消除因热邪存留而带来的一系列症状群，使阴阳归于平衡。

第二节 推拿对肝与胆的作用

一、肝与胆的功能：

在脏腑功能中，肝的功能正象《素问》（灵兰秘典论）中说的：“肝者将军之官，谋虑出焉。”实际上，说明了肝的功能中也包含了一部分心的功能，与精神活动有着密切关系的“肝气郁结”，就是指的因精神不舒畅，而出现的症状群。肝又