



手疗治百病

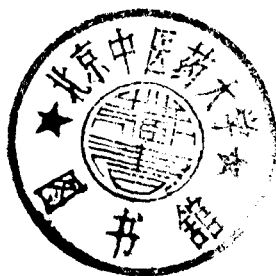
王 胜
王卫东
主编



吉林科学技术出版社

手疗治百病

主编 王 胜 王卫东



0150209

吉林科学技术出版社

015 0209 1114

【吉】新登字 03 号

手疗治百病

王 胜 王卫东 主编

责任编辑：韩 捷

封面设计：马腾骧

出版
发行

吉林科学技术出版社

787×1092 毫米 32 开本

7.375 印张
157 000 字

1993 年 4 月第 1 版 1997 年 2 月第 4 次印刷

印数：36341—42340 定价：6.40 元

印

刷：长春市弘祥印刷厂

ISBN 7-5384-1077-5/R · 212

2J72/26

策划	韩捷	王胜	王卫东
编者	于敏华	刘伟	刘明
	王文革	李庆华	杨保林
	孙虹	韩秀苓	
	郎兵		

24

012050210

前 言

手疗，是祖国医学的重要组成部分，是我国医学家和劳动人民在长期的医疗实践与生产、生活实践中所创立的一种独特的治疗方法。

根据中医学经络理论，手通过经络与全身皮、脉、肉、筋、骨、脏、腑都有密切联系。现代医学证实，手掌部皮下密布丰富的神经纤维末梢，能感知物体的形状、大小、凉热、粗细、重量；掌指纹异常与某些特定的疾病有关。根据生物全息律原理，手第2掌骨侧囊括了整个人的全部信息。当人体出现病态时，疾病的信息便从手上反映出来，对手部穴位、反应区进行按摩、针刺、药浴、气功等信息刺激与诱发，获得治疗信息能量，通过经络的传递，调动和激发机体的免疫防御抗病修复潜能，起到治疗疾病、养生保健、延年益寿的作用。

手疗简便易行、应用范围广、疗效确切、无毒副作用，深受人们的喜爱，但目前尚无系统总结手疗的专书，只散见于临床各科及各种医学书籍中，为发掘祖国医学宝藏，满足广大医务工作者和群众的要求，我们潜心研究，查阅了大量古今医学文献，并结合个人的实践经验，对手疗进行了较为系统的整理，编写成《手疗治百病》一书。

本书共分五章。第一章为手疗的概述，简要论述手疗的源流、特点和适用范围。第二章为手部形态结构及经络、穴位。第三章介绍望手诊病法，包括指甲诊病法、第2掌骨侧

诊病法、掌纹诊病法、小儿指纹诊病法。第四章为手疗常用方法，有手部按摩法、手疗针法、手浴疗法、手功疗法、手印疗法和手疗其他疗法。第五章为常见病证的治疗，介绍手疗在内、外、妇、儿、五官科临床常见病中的应用。本书以中医理论为指导，注重中西医结合，力求内容丰富，图文并茂，通俗易懂，简明实用，既可作为医务人员临床诊疗的参考，又可作为普通家庭保健养生、自我诊治的实用手册。

在编写过程中，承蒙刘冠军教授的大力支持，在此表示衷心的感谢。

因时间仓促，错谬难免，敬请读者指正。

编者

1993年2月

目 录

第一章 手疗概述	(1)
第一节 手疗的源流	(1)
第二节 手疗的适用范围、特点及注意事项	(4)
第二章 手部形态结构及经络、穴位	(6)
第一节 手的外形、结构与功能	(6)
第二节 手与经络、脏腑的关系	(18)
第三节 手疗常用腧穴	(22)
第四节 手部全息反应区	(41)
第五节 手指纹与手掌纹	(43)
第三章 望手诊病法	(48)
第一节 指甲诊病法	(48)
第二节 第2掌骨侧诊病法	(58)
第三节 掌纹诊病法	(60)
第四节 小儿指纹诊病法	(66)
第四章 手疗常用方法	(68)
第一节 手部按摩疗法	(68)
第二节 手疗针法	(75)
第三节 手浴疗法	(90)
第四节 手功疗法	(92)
第五节 手印疗法	(94)
第六节 手疗杂法	(103)

第五章 常见病证的治疗	(110)
第一节 内科疾病	(110)
感冒	(110)
咳嗽	(113)
喘证	(114)
哮证	(117)
心悸	(119)
胸痹	(121)
胃痛	(123)
呃逆	(125)
呕吐	(127)
噎膈	(129)
胃缓	(131)
腹痛	(132)
痢疾	(134)
泄泻	(135)
便秘	(136)
胁痛	(138)
积聚	(140)
腰痛	(142)
癰闭	(145)
遗尿、小便失禁	(146)
遗精	(147)
阳痿	(149)
不寐	(150)
消渴	(152)
眩晕	(153)

中风	(156)
痿证	(157)
痫证	(159)
癫狂	(161)
痴呆	(163)
厥证	(164)
痹证	(164)
麻木	(167)
痉病	(169)
头痛	(169)
内伤发热	(172)
疟疾	(173)
中暑	(174)
第二节 皮肤、外科疾病	(175)
落枕	(175)
疖	(177)
瘰癧	(178)
乳痈	(179)
蛇串疮	(180)
湿疮	(181)
瘾疹	(182)
牛皮癣	(183)
鹅掌风	(185)
第三节 妇科疾病	(186)
痛经	(186)
经行头痛	(188)
闭经	(189)

产后血晕	(190)
产后痉病	(192)
产后身痛	(192)
缺乳	(194)
不孕症	(195)
癥瘕	(196)
第四节 儿科疾病	(197)
惊风	(197)
厌食	(198)
积滞	(199)
疳证	(200)
小儿麻痹证	(201)
五迟	(201)
五软	(202)
五硬	(203)
第五节 五官科疾病	(204)
耳鸣、耳聋	(204)
鼻塞	(206)
鼻槁	(207)
牙痛	(208)
急喉痹	(210)
喉痹	(211)
口僻	(212)
能近怯远	(214)
暴风客热	(216)
火疳	(217)
风牵偏视	(217)

青风内障、绿风内障	(218)
青盲	(220)
上胞下垂	(221)

第一章 手疗概述

在手部治疗全身疾病是最为方便的。手疗，即是通过对手部的特定部位，施以不同形式的刺激，以疏通经络气血，达到养生保健、防治疾病之目的的一种传统医学疗法。这里所说的手部特定部位，包括手部的经穴、经外奇穴、手部全息反应区、第2掌骨侧穴位群；刺激的方式有按摩、针刺、手浴、手功、手印等，虽然方法较多，但刺激部位都没有离开手，故统称为手疗。

第一节 手疗的源流

手疗，是祖国医学诊疗学的一部分。

从医学发展史来看，手疗的起源远远早于药物疗法。远在原始社会，人类穴居野外，天气寒冷时，人们会本能地摩擦、搓揉双手，以改善血液循环，防止冻伤；当身体受伤或病痛时，便会有意无意地用手抚摩、按压病痛部位，以求病痛的减轻和肿胀的消散，改善功能障碍，牙痛时，按压手的虎口部位可以止痛等等；渐渐的人们发现手部的某些部位，通过按压、摩擦、搓揉，或借助某些器具刺激后，能够起到一定的治疗作用，这便是手疗的萌芽和雏形。随着人们实践的拓宽，认识的加深，经验的总结，逐渐演化为现在的手部按摩法、手针疗法、手功疗法、手印疗法、手浴疗法等手部疗法。

《史记·扁鹊仓公列传》载：“上古之时，医有俞跗，治病不以汤液醴酒、鑱石、跷引、案扞、毒熨。”鑱石，即针刺；跷引，“跷”也写作“拈”，扞者举足也，拈者举手也，引即导引功；案扞，即按摩。可见，上古之时，即应用手疗了。

春秋战国时期的最早的祖国医学典籍《黄帝内经》，记载了手部经络腧穴和手部寸口脉诊病法，为手部治疗提供了理论依据。手部的穴位，神经末梢丰富，非常敏感，对刺激反应强烈，通过手部经络与全身脏腑器官的联系，可以治疗许多疾病。

针灸学、推拿学、气功学、药理学的发展，大大丰富了手疗的内容。手疗散见于临床各科。

手疗的重要理论依据是经络学说，而经络学说最早记载于《足臂十一脉灸经》、《阴阳脉灸经》，其次为《灵枢经》、晋·皇甫谧《针灸甲乙经》、唐·孙思邈《千金方》、北宋·王惟一《铜人针灸图经》、元·滑伯仁《十四经发挥》、明·杨继洲《针灸大成》等，不断完善了经络学、针灸学的内容，同时对手部经络、经穴、经外奇穴的作用、主治、刺灸方法都做了详尽的总结。近代诸多医家又在继承古人传统医学的基础上，有所发明，有所创新，如张颖清发现的生物全息律、第2掌骨侧穴位群，方云鹏的手象针，以及手针疗法等等，充实了手疗针法的内容。

推拿学的发展也给手部按摩法增添了新的内涵。《内经》中“九针”的“圆针”、“提针”是记载最早的按摩工具。我国第一部按摩专著《黄帝岐伯按摩十卷》成书于秦汉时期。魏晋隋唐时期，设有按摩专科，有了按摩专科医生。《诸病源候论》、《千金要方》、《外台秘要》、《肘后备急方》等多记载按摩引导之法，对按摩手法、部位、作用、治疗范围以及背摩

等都做了翔实的描述。并将这一医术传入朝鲜、日本、印度等国家,使推拿这一我国传统医术在国外得到了流传和发展,后世医家在推拿方面不断实践和研究,自然,手部按摩法也随之得到了进一步完善。

气功是中华民族在长期的生活、劳动、健身、治病过程中,创造的一项自我心身锻炼方法。它通过姿势调节、呼吸锻炼、心身松弛、意念集中和运用,以及有节律的动作,调整和增强人体各部的机能,诱发身体的内在潜能,具有防治疾病、保健强身、益智延年的作用。手功是众多功法的一部分。气功有着悠久的历史,内容丰富。出土文物《行气玉佩铭》,经郭沫若考证,是二千年前战国时期的气功文献,也是迄今为止我国发现的最早的气功文献。在历代古文献中,导引功法的记载很多,并出现了许多气功大师,创造了许多著名的功法,作为防病治病,养生保健的手段,为人们所沿用。

中草药的使用是中医治病的一个重要手段。人们不仅内服中药治病,而且外用中药疗疾。手浴,即用配制后的中药煎剂熏洗双手,是外治法的一部分,是中医学的一大特色。古代文献记载很多,清代吴师机所著《理瀹骈文》可谓集外治之大成,其中就有手浴的记述。通过手浴,不仅能治疗手本身的疾病,由于手穴和经络的“传递”及药物的渗透、吸收,可治疗内脏器官的疾病。

手又是反映疾病的信息窗口。它仿佛是自身的一面镜子,身体状况好坏,尽在其中。我国古代手相书籍《麻衣神相》中,这方面内容记述很多,其中虽有不实的成分,但可以借鉴的东西仍然不少。它是对中医诊法的补充,扩大了中医望诊的范围,为中医诊断学开辟了新的途径。现在,皮肤纹理学是新兴的一门科学,也是一门新的学科,给古老的内容,又赋

予了新的内涵。指甲诊病，手指纹、掌纹诊病，有着一定的临床使用价值。

“有诸内，必形诸外，”古代医书中就有这样记载。不难理解，手是人体的一部分，与身体其他部位一样，共同生活在一个内环境之中，它们之间都有着必然的信息联系。现代研究表明，手指纹、掌纹是由遗传所决定的，千差万别，在人类当中很难找到指掌纹完全一致的两个人。看手识病已是人们研究的一个热点。手可识病，又可治病，这就是我们神秘的双手。在我们手上，还隐藏着更多的奥秘，有待于人们去揭示、去研究。

当今，随着科学技术日新月异的发展，生活水准的不断提高，人们对健康更为关心。能早期诊断、早期治疗，易操作、安全可靠的手疗深受人们所喜爱。采用自然药物和非药物治疗法在手部治疗疾病，已为世人所瞩目。

第二节 手疗的适用范围、特点 及注意事项

一、适用范围

1. 疼痛性疾病：如神经性头痛、三叉神经痛、牙痛、心绞痛、胸痛、肋间神经痛、坐骨神经痛、腹痛等。
2. 慢性疾病：气管炎、胃溃疡、慢性胃肠炎、腹泻、糖尿病、风湿症、软组织损伤、慢性肾炎、偏瘫、关节炎、腰肌劳损等。
3. 功能性疾病：月经不调、痛经、植物神经紊乱、肠麻

痹、胃痉挛等。

4. 神经性疾病：神经官能症、面肌痉挛、面神经麻痹、神经性耳聋等。

5. 炎症疾病：扁桃体炎、咽炎、口腔炎、鼻炎、气管炎、肩周炎、胆囊炎、肾炎、关节炎等。

6. 急性疾病：如高热惊厥、急性心绞痛、癫痫急性发作、急性咽喉炎、急性结膜炎、急性胃炎等。

二、特点

1. 强调整体观念，以外治内，以局部治整体。

2. 操作简单，应用范围广，包括内、外、妇、儿、五官科常见病证。

3. 经济、方便、安全。

4. 有病治病，无病健身。

5. 自我诊治，早期诊断，早期治疗。

6. 疗效可靠，无毒副作用。

7. 极易推广普及。

三、注意事项

1. 女性妊娠初期、末期应用手疗时宜慎重。

2. 外科手术适应症者慎用手疗。

3. 手部有坏疽、感染或化脓性病灶者禁用手疗。

第二章 手部形态结构及经络、穴位

第一节 手的外形、结构与功能

一、手的外形

(一) 手的基本外形

手可分为4个部分，即腕部、手掌、手背和手指。腕部又分为腕前区和腕后区；手指与腕前区之间的部分称为手掌，手掌中央的凹陷处称为掌（手）心，其内、外两侧呈鱼腹状的隆起分别称为大鱼际和小鱼际；手指与腕后区之间的部分

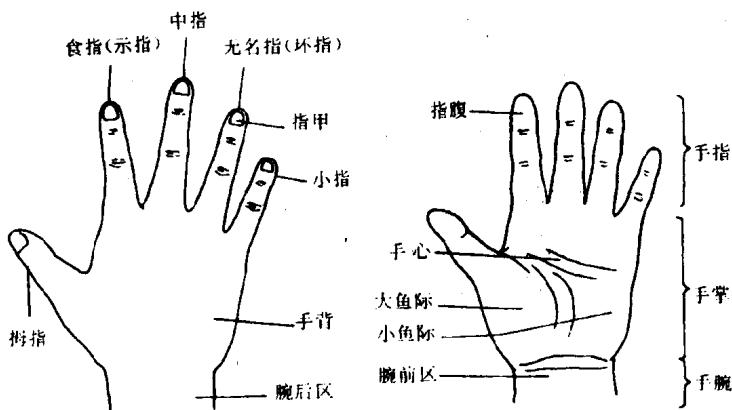


图1 手的外形