

中国推拿

主编 王之虹 严隽陶 韩永和



长春出版社

2024.1
125

中国推拿



0158725

主编 王之虹 严隽陶
韩永和

长春出版社



0158725

3/15/18

内 容 简 介

全书共分五篇二十五章。第一篇推拿基础知识,除介绍推拿学一般基础知识外,尚对推拿常用解剖及其与推拿的相互联系进行了尝试性的探讨。其次,本篇选编了较多种类的气功功法,突出了推拿与练功结合的重要性。第二篇推拿手法:汇集古今各类手法,堪称手法大全。第三篇推拿治疗:介绍推拿在临床各科疾病治疗中的应用。第四篇特殊推拿疗法:介绍足部推拿疗法、手部推拿疗法、耳部推拿疗法等。第五篇美容推拿与保健推拿:分为美容推拿与保健推拿两个部分,详细介绍了美容推拿与保健推拿的有关知识。

本书适合从事推拿科研教学、临床诊疗、专业美容工作者,推拿专业学生及广大推拿爱好者阅读。

《中国推拿》编委会

主 编	王之虹	严隽陶	韩永和
副主编	钱 霖	吕 明	许淑芬
	赵宏岩	赵立杰	李新建
编 者	(按姓氏笔画排序)		
	付筱笙	孙武权	刘明军
	刘洪恩	张广杰	李业甫
	李守叶	李红科	李征宇
	李海君	宋柏林	严振国
	卓 越	郑 莉	周莅莅
	袁洪平	袁桂芝	路志彦
	潘崇海		

前 言

《中国推拿》是在《中国推拿大成》、《推拿大成》两书的基础上改写而成。

原作《中国推拿大成》是由长春中医学院王之虹教授与上海中医学院严隽陶教授联合发起,并组织南北两地推拿专家共同编写而成的一部逾百万字的推拿学专著。该书于1992年12月出版发行后,受到学术界的广泛认同和好评,特别认为它在融合我国南北推拿流派学术思想、学术观点方面做出了开创性的贡献。初版发行不到半年时间,该书便重印。根据推拿学术的发展和读者的需要,该书于1994年11月重版。该书重版印刷发行至今已有5年多的时光,这期间推拿学术也同其他学科一样取得了长足的进步和飞跃的发展,出现了许多新的思想和方法,特别在大众生活保健、美容方面,推拿学术思想和实践方法有了更加广泛的普及和应用,根据这种变化并应广大读者的要求,长春出版社邀请《中国推拿大成》编委会成员对该书进行第三次再版修订,这次修订在编排体例、写作风格上基本保留了《中国推拿大成》、《推拿大成》的原貌,除部分篇章增删一部分内容外,主要将第五

篇“推拿文献纵横”10余万字内容全部删除,改为“美容推拿与保健推拿”。这是因为近年来推拿著述如雨后春笋,资料繁多,原著已经不再拥有推拿文献的时代权威性,而“美容推拿”与“保健推拿”,则属于近年来推拿学术里的新兴领域,正方兴未艾,具有广阔的市场前景。这样的修订不知能否得到市场的认可,读者的认可,我们衷心希望广大读者能对这部《中国推拿》提出宝贵意见,以便做进一步修订,使其日臻完善。

编 者

1999年10月

目 录

第一篇 推拿基础知识

第一章 推拿简史.....	3
第二章 推拿原理.....	9
第一节 现代医学对推拿作用原理的 认识.....	9
一、纠正解剖位置	9
二、增强血液循环.....	10
三、提高组织温度.....	11
四、闸门学说.....	11
五、系统内能学说.....	11
六、信息学说.....	12
七、生物全息学说.....	12
第二节 祖国传统医学对推拿作用原 理的认识	13
一、阴阳五行学说.....	13
二、脏腑学说.....	14
第三节 推拿作用原理的实验研究	15
一、推拿对皮肤的作用.....	15
二、推拿对肌肉的作用.....	16
三、推拿对关节、肌腱的作用	16

目 录

四、推拿对神经系统的作用	17
五、推拿对血液和淋巴系统的作用	17
六、推拿对呼吸、消化和代谢的作用	18
第三章 推拿治疗原则与大法	19
第一节 推拿治疗原则	19
第二节 推拿治疗大法	20
第四章 推拿诊断方法	23
第一节 传统医学诊断法	23
一、望诊	23
二、闻诊	29
三、问诊	30
四、切诊	33
第二节 现代医学诊断法	35
一、一般检查	35
二、特殊检查	54
第五章 推拿医师常用中药处方	74
一、一贯煎	74
二、八珍汤	74
三、七厘散	75
四、八厘散	75
五、大补元煎	75
六、大补阴丸	75
七、川芎茶调散	76
八、小建中汤	76
九、小柴胡汤	76
十、小青龙汤	76
十一、三色敷药	77
十二、上肢损伤洗方	77
十三、下肢损伤洗方	77

目 录

十四、五灵散·····	77
十五、云南白药·····	78
十六、丹参饮·····	78
十七、六君子汤·····	78
十八、六味地黄丸·····	78
十九、木香顺气丸·····	79
二十、天麻钩藤饮·····	79
二十一、少腹逐瘀汤·····	79
二十二、牛黄解毒丸·····	79
二十三、五仁丸·····	80
二十四、化坚膏·····	80
二十五、龙胆泻肝汤·····	80
二十六、正骨紫金丹·····	81
二十七、四君子汤·····	81
二十八、四物止痛汤·····	81
二十九、加减补筋丸·····	81
三十、旧伤洗剂·····	82
三十一、壮腰健肾丸·····	82
三十二、防风汤·····	82
三十三、伤湿止痛丸·····	82
三十四、行气活血汤·····	83
三十五、伤筋药水·····	83
三十六、壮筋养血汤·····	83
三十七、补中益气汤·····	83
三十八、补阳还五汤·····	84
三十九、芙蓉膏·····	84
四十、附子理中丸·····	84
四十一、补筋丸·····	84
四十二、补肾活血汤·····	85

目 录

四十三、金匱肾气丸·····	85
四十四、羌活胜湿汤·····	85
四十五、金黄膏·····	86
四十六、参苓白术散·····	86
四十七、和营止痛汤·····	86
四十八、定痛膏·····	86
四十九、定痛和血汤·····	86
五十、肢伤一方·····	87
五十一、肢伤二方·····	87
五十二、柏子养心丸·····	87
五十三、牵正散·····	87
五十四、养血壮筋汤·····	88
五十五、骨质增生丸·····	88
五十六、独活寄生汤·····	88
五十七、保和丸·····	88
五十八、宣痹汤·····	89
五十九、除湿蠲痹汤·····	89
六十、活血散·····	89
六十一、活络效灵丹·····	90
六十二、独圣散·····	90
六十三、桂枝汤·····	90
六十四、枯萎薤白白酒汤·····	90
六十五、柴胡疏肝散·····	90
六十六、消肿膏·····	91
六十七、海桐皮汤·····	91
六十八、健步虎潜丸·····	91
六十九、损伤药酒·····	91
七十、消瘀膏·····	92
七十一、宽筋散·····	92

目 录

七十二、麻黄汤·····	92
七十三、麻桂温经汤·····	92
七十四、黄芪桂枝五物汤·····	92
七十五、旋复代赭汤·····	93
七十六、越鞠丸·····	93
七十七、温经汤·····	93
七十八、痛泻药方·····	93
七十九、舒筋丸·····	94
八十、舒筋活血汤·····	94
八十一、舒筋止痛水·····	94
八十二、舒筋活血洗方·····	94
八十三、紫荆皮散·····	95
八十四、温经通络膏·····	95
八十五、舒筋活血片·····	95
八十六、舒筋膏·····	95
八十七、跌打祛伤散·····	96
八十八、疏风活血汤·····	96
八十九、腰伤一方·····	96
九十、腰伤二方·····	96
九十一、缩泉丸·····	97
九十二、膈下逐瘀汤·····	97
九十三、增液承气汤·····	97
九十四、镇肝熄风汤·····	97
九十五、藿香正气散·····	98
九十六、薏苡海桐汤·····	98
第六章 推拿常用经络与腧穴 ·····	99
第一节 十二经脉与奇经八脉·····	102
一、十二经脉·····	102
二、奇经八脉·····	135

目 录

第二节 经外奇穴与阿是穴·····	147
一、经外奇穴·····	147
二、阿是穴·····	151
第三节 小儿推拿常用腧穴·····	151
第七章 推拿常用解剖·····	164
第一节 头部·····	164
一、颅顶·····	165
二、面部·····	168
第二节 颈部·····	171
一、皮肤·····	172
二、肌肉·····	172
三、血管·····	174
四、神经·····	174
五、颈椎·····	177
第三节 胸部·····	178
一、皮肤·····	178
二、肌肉·····	178
三、神经·····	181
四、胸椎·····	182
第四节 腹部·····	183
一、皮肤·····	184
二、皮下组织·····	184
三、肌肉·····	184
四、神经·····	186
五、腹腔脏器·····	189
六、腰椎及其连结·····	189
第五节 骨盆和会阴·····	190
第六节 上肢·····	190
一、皮肤·····	193

目 录

二、肌肉	193
三、神经与血管	197
四、肩关节	207
第七节 下肢	208
一、皮肤	208
二、肌肉	208
三、神经	219
四、腕关节	226
第八章 推拿临证须知	227
第一节 推拿适应症	227
第二节 推拿禁忌症	228
第三节 推拿临床手法运用	229
一、医者的体位	229
二、手法的选择	229
三、刺激的强度	230
第四节 介质、热敷	231
一、介质	231
二、热敷	232
第九章 推拿设施	234
第一节 推拿诊室	234
第二节 一般推拿设施	235
第三节 特殊推拿设施	236
第十章 推拿练功	242
第一节 易筋洗髓经	244
一、预备站桩功	244
二、十二式行功图解	244
第二节 壮腰八段功	261
一、大鹏展翅	262
二、鸽子翻身	262

目 录

三、古松迎客	263
四、降龙伏虎	263
五、二龙戏珠	264
六、货郎击鼓	264
七、观天按地	265
八、黑熊晃身	265
第三节 五禽戏	266
一、熊戏	266
二、虎戏	267
三、猿戏	268
四、鹿戏	269
五、鸟戏	270
第四节 八段锦	271
一、两手托天理三焦	271
二、左右开弓似射雕	271
三、调理脾胃须单举	272
四、五劳七伤向后瞧	273
五、摇头摆尾去心火	273
六、两手攀足固肾腰	274
七、攢拳怒目增气力	274
八、背后七颠诸病消	275
第五节 陈希夷二十四气导引坐功图势	275
一、立春正月节坐功图	276
二、雨水正月中坐功图	277
三、惊蛰二月节坐功图	278
四、春分二月中坐功图	279
五、清明三月节坐功图	280
六、谷雨三月中坐功图	281
七、立夏四月节坐功图	282

目 录

八、小满四月中坐功图	283
九、芒种五月节坐功图	284
十、夏至五月中坐功图	285
十一、小暑六月节坐功图	286
十二、大暑六月中坐功图	287
十三、立秋七月节坐功图	288
十四、处暑七月中坐功图	289
十五、白露八月节坐功图	290
十六、秋分八月中坐功图	291
十七、寒露九月节坐功图	292
十八、霜降九月中坐功图	293
十九、立冬十月节坐功图	294
二十、小雪十月中坐功图	295
二十一、大雪十一月节坐功图	296
二十二、冬至十一月中坐功图	297
二十三、小寒十二月节坐功图	298
二十四、大寒十二月中坐功图	299
第六节 内丹术	300
一、炼精化气	300
二、炼气化神	309
三、炼神还虚	313
四、炼虚合道	317
第七节 六妙法门	317
一、数息门	317
二、随息门	318
三、止门	318
四、观门	318
五、还门	319
六、净门	319

目 录

第八节 止观坐禅法	321
一、具缘	321
二、诃欲	324
三、弃盖	325
四、调和	329
五、方便行	332
六、正修行	333
七、善根发	341
八、觉知魔事	343
九、治病	344
十、正果	346

第二篇 推拿手法

绪 论	351
第一章 单式手法	353
第一节 一指禅推法类	353
一、一指禅推法	354
二、缠法	358
三、一指禅偏峰推法	359
四、屈指推法	360
第二节 滚动类	361
一、滚法	361
二、揉法	362
三、掌指关节揉法	365
第三节 按压类	366
一、指按法	366
二、掌按法	368
三、拨法	369

目 录

四、点法	370
五、压法	371
六、掐法	372
七、抵法	373
八、碟转法	373
九、拳顶法	373
十、扣法	374
十一、勾点法	374
十二、押法	375
第四节 捏拿类	375
一、捏法	375
二、捏脊法	375
三、拿法	377
四、挪法	380
五、拧法	380
六、扭法	381
第五节 摩擦类	381
一、摩法	382
二、擦法	383
三、推法	386
四、抹法	395
五、搦法	397
六、扫散法	397
七、勒法	398
八、刮法	399
九、抵法	399
第六节 揉搓类	400
一、揉法	400
二、搓法	403