



爱新觉罗·宝辉  
著



中医按摩心悟

人民卫生出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

中医按摩心悟/爱新觉罗·宝辉著. —北京:  
人民卫生出版社, 2009. 7

ISBN 978 - 7 - 117 - 11784 - 5

I. 中… II. 爱… III. 按摩疗法(中医) IV. R244. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 053546 号

门户网: <a href="http://www.pmph.com">www.pmph.com</a>	出版物查询、网上书店
卫人网: <a href="http://www.hrhexam.com">www.hrhexam.com</a>	执业护士、执业医师、 卫生资格考试培训

## 中医按摩心悟

著 者: 爱新觉罗·宝辉

出版发行: 人民卫生出版社(中继线 010-67616688)

地 址: 北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

邮 编: 100078

E - mail: [pmph@pmph.com](mailto:pmph@pmph.com)

购书热线: 010-67605754 010-65264830

印 刷: 尚艺印装有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 710×1000 1/16 印张: 12 插页: 2

字 数: 167 千字

版 次: 2009 年 7 月第 1 版 2009 年 7 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978 - 7 - 117 - 11784 - 5/R · 11785

定 价: 26.00 元

版权所有, 侵权必究, 打击盗版举报电话: 010-87613394

(凡属印装质量问题请与本社销售部联系退换)



## 作者简介

宝辉,1938年出生于辽宁省铁岭市中医世家,自幼随父学医、习武、待诊。1984年,毕业于北京市东城区卫生局卫生干部进修学校。1988年,毕业于北京中医业余自修大学。现任北京宝辉中医骨伤诊所所长,北京中医药研究开发协会推拿按摩委员会副会长,北京市老年大学教师,北京视障大专按摩班教师,北极寺干修处战士按摩班讲师,日本喜多见中国整体院医学顾问等。为著名骨伤科专家。

1948年随父习医待诊,尽得真传。1956年进入卫生部生物制品研究所工作,从事生物制品的研制,并参与中药与免疫学等课题。1977年为继承中医事业调入北京中医医院。1978年始师从上驷院绰班处传人于肇绪以及王为兰、贺普仁、李玉田、周志成、张如心等名医,攻习中医正骨按摩、针灸、中医内科等。在按摩科又得该科主任、北京盲人按摩学会会长李玉田真传。1995年赴香港同仁堂驻诊,博得各界患者赞誉。1999年创建北京宝辉中医骨伤诊所,以诊疗、教学育人、传道授业为主。尤其对颈椎病、腰椎间盘突出症独有研究,并运用“三宝合璧法”治愈多例需手术治疗的颈椎病、腰椎间盘突出症患者。还发表了“运用阴阳学说指导按摩手法的内涵”等数篇论文,填补了中医按摩学缺乏中医理论研究的空白,为中医按摩事业的传承和发展贡献了力量。

對患者接待熱心、檢查細心、  
回答耐心、治療精心、是為醫  
的準則。治療患者是我最大  
的欣慰。提高發展中醫推研  
按摩事業是我永遠的追求。

愛新覺羅·寶輝寄語

丁亥歲尾·陳翰彬畫



安摩心悟

松明題



黃揚祖國醫學正  
骨按摩特點更  
好的為廣大人民  
而服務。

寶輝醫師存念

年六歲劉幼波題



寶輝同志留念

弘揚傳統醫學

振興中醫事業

賀其夢  
一九九二年  
月日



寶輝推研大師 雅存

德醫雙馨

庚辰春日 吳石敢書



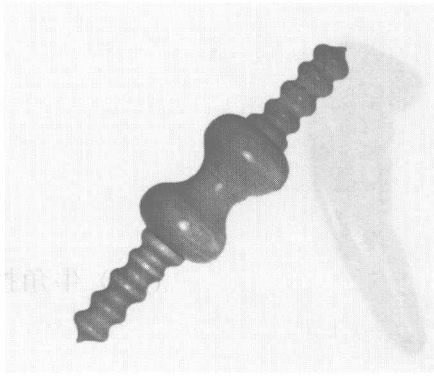
精醫

善藥

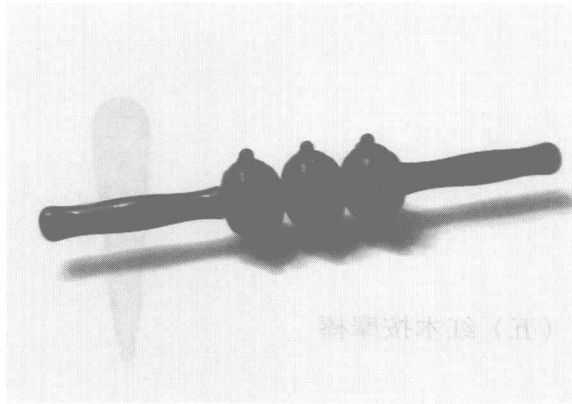
實輝大師 秘存

墨友於末集

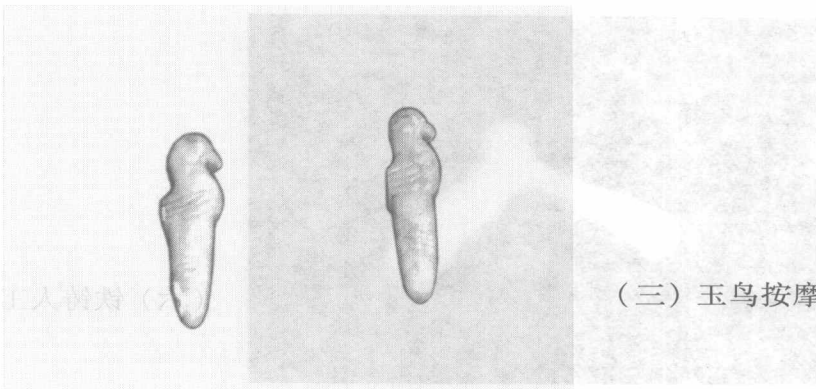




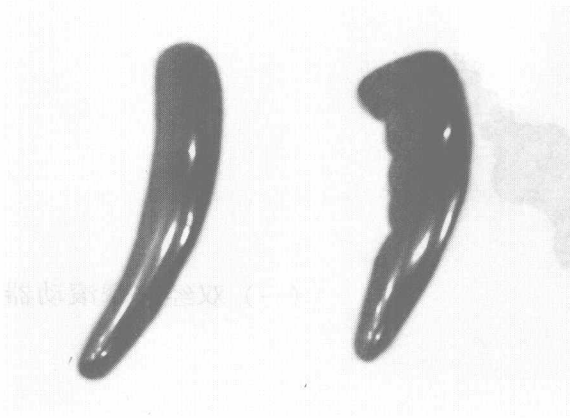
(一) 双经按摩滚动器



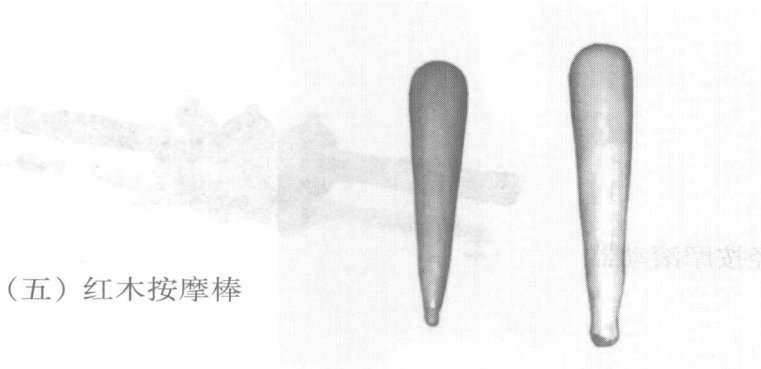
(二) 三经按摩滚动器



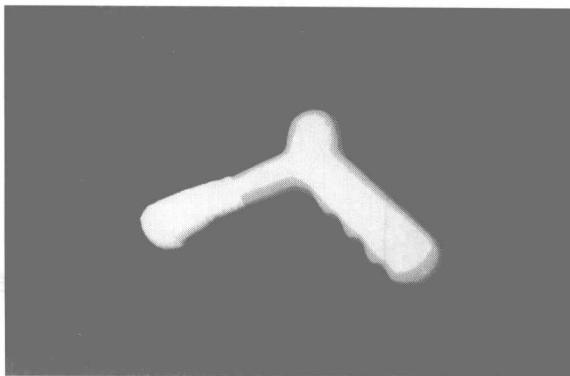
(三) 玉鸟按摩棒



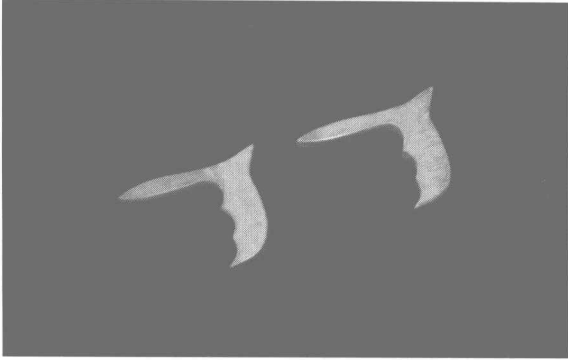
(四) 牛角按摩棒



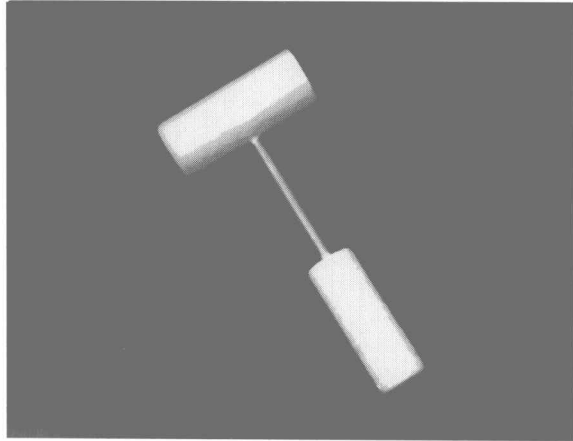
(五) 红木按摩棒



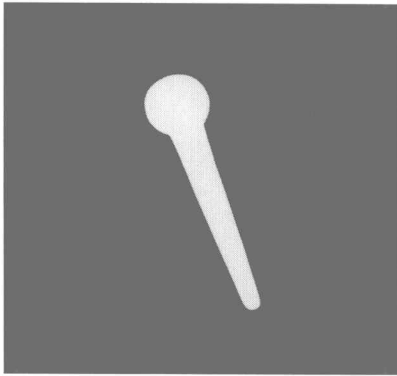
(六) 铁铸人工指



(七) 红木左右人工指



(八) 木质叩足槌



(九) 尼龙按摩槌



## 序

欣闻宝辉医师又一部新著《中医按摩心悟》一书出版,谨表热烈祝贺。

宝辉医师自少即随父习医练武,继而进入中医院校深造,拜京城各家名医为师,博采众家之长。其自北京中医医院退休后,仍孜孜不倦地为广大患者服务,创建了“北京宝辉中医骨伤诊所”,悬壶京城至今。他热爱中医事业,医德高尚,待病人如亲人,为世人所赞誉;崇尚医德,潜心钻研,医术精湛,尤其擅长治疗颈椎病、腰椎间盘突出症、强直性脊柱炎;教书育人功绩卓著,盛誉中外。在其古稀之年仍日以继夜,呕心沥血,奋笔疾书,历经数载,笔耕不辍,将数十年的智慧结晶,精心著成《中医按摩心悟》一书。

该书涉猎广泛,包括音、体、美、书法、武术与生物力学等,将各学科之精华与中医按摩有机地融为一体,并与现代理、化检查相结合,形成了一套独特完整并行之有效的诊断治疗体系,为现代中医按摩开拓出一条新路。该书实事求是地率先提出中医按摩某些手法有一些不安全因素,并设法予以改进,充分体现了人文医学的精神,还创立“三宝合璧法”,充实、丰富了骨伤疾病的医疗理论及方法。书中详细地论述了颈腰椎病的诊断、辨证论治,并附录临床原始医案十余例,内容翔实,通俗易懂,观点清晰独到,阅读时如临其境,具有较高的临床实用价值,对于按摩的研究工作也提供一些可贵的参考意见。

该书的出版丰富了中医医学宝库,它不仅有很大的实用价值,而且对后学者的医疗实践也具有重要的指导意义。

在学术上,宝辉医师在弘扬中医事业及提高中医按摩学术水平方面,提出了许多有益的建议。他已过古稀之年,仍躬身于临床实践,精心而细致地为骨伤病人诊治,潜心钻研,提高疗效,其敬业精神感人至深。在此书出版之际,预祝其在中医事业的发展中再创辉煌。

王成善

2008年10月10日于北京



## 前言

我之所以把本书命名为《中医按摩心悟》，源于1995年2月初，北京中医医院派我赴香港同仁堂药店驻诊，我为中国华润公司一位经理看病，治疗她脚伤时的感悟。

这位患者在香港看了很多医生，但疗效欠佳，她一进我驻诊的同仁堂药店就对药店的员工讲，我希望大夫别给我抻，也别给我拽。我听到这个情况后，估计别的大夫给她按摩时用力太大了，因为伤脚本身的肌腱很拙，手法太重容易造成第二次损伤。常言道：“一朝遭蛇咬，十年怕井绳”，因为她特别怕拽，你要再给她拽，很容易给她造成恐惧心理。因此，我采取了一些其他的方法，让她在接受按摩时感觉不疼痛，最终治好了她的脚伤。具体情况，在书中我将详细介绍。

这个病例给我的感触很深，启发了我治疗疾病的思路。这就使我有蒙眬的按摩“心悟”，使我在治疗疾病中受益匪浅，体会到医者对患者应多加理解，急患者之所痛，才能为患者解除疾病的痛苦。

我能够为众多患者解除疾病痛苦，并非因为我是个名医，我想，一个医生先不要考虑如何做成名医，应先做一个明白的医生。明白的医生，就是要明明白白地为患者看病，清清楚楚地为患者治疗；既要明病因、明病理，即你要知道他的病是由什么原因造成的，是什么样的病理机制，又要做到理、法、方、药丝丝入扣——什么病理运用什么方法，然后用什么方、什么药，这样做才能起到较好的疗效。

所谓悟，实际就是用心想，用脑子想，仔细分析患者的病情，反复地琢磨，以对患者负责的精神，把患者当作自己的亲人，带着感情去分析病情。这就与医者的医德有了密切的关系了，你没有医德，你怎么会花很多的时间分析病情呢？

我国卫生部老部长——黄树则老先生，他是毛泽东主席的保健

医生。我在为他治疗颈椎病的时候,他就提示我说:“宝大夫,你有时间把中医医德方面的内容整理整理,然后写成一本书。”当时我的工作比较忙,没能动笔,但是这件事情我一直没有忘记,黄老先生之所以专门叮嘱我整理这样一本书,说明老先生对医德是很重视的。因此,我借出版这本书的机会,把医德篇放在了首篇。我认为医生只有具备了高尚的医德,才能有悟性,没有医德,你对患者没有感情,你怎么会动脑子去想呢?

这是我向北京中医医院前辈们学习过程中的一些感悟,我愿意与同道和仁人志士们共同探讨,同心协力为发扬我国的中医药事业以及为人民群众的医疗保健事业作出应有的贡献。

这本书除了继承祖传和汲取前辈们有关按摩的精华,也是我在医学生涯中的治疗心悟,是我在临床中为患者治疗疾病时患者们的反馈(他们感觉我的按摩手法舒服、不疼,还有疗效)。我听到患者们的这些反映后,就把施展手法时总结的经验——按摩技巧、呼吸、用力以及个人练功等各方面汇总成一本书奉献给读者,以便能更好地为广大群众服务,使患者受益。

中医按摩疗法是我国中医药宝库中一颗绚丽的明珠。由于科技的进步、社会快速的发展、文化广泛的传播,近年来,中医按摩日益受到国内外医学界的高度重视,并不断被广泛应用,可见中医按摩学有着广阔的发展前景。

中医按摩疗法之所以从古至今在我国广为流传应用,乃至在世界其他国家,如日本、韩国、美国、新加坡等深受广大群众欢迎,是由它具有的疗效及特色所决定的。其一,疗效显著,不仅对内、外、儿、骨伤科疾病和衰退的病症有较好的疗效,而且对不少的慢性疾病亦有较好的效果。其二,施治安全,中医按摩属于物理疗法,一般来说是安全且无副作用的。其三,防治兼顾,中医按摩既能治疗疾病,又可以预防疾病,其能强身健体,提高人体免疫力,增强抗病能力,具有防病与治病的双重作用。其四,容易学习,便于掌握,只要刻苦学习,在全面理解中医按摩学理论的基础上,不断地实践总结则会掌握这一医学瑰宝。其五,经济简便,可以通过调整人体生理功能,产生生理效应,从而达到治疗疾病的目的。

按摩和音乐一样,它会刺激人的感官,激发人的智力,使被按摩





者感受到按摩的热和美,可以缓解人们工作一天之后高度紧张的情绪;可以振奋精神,让你欢欣鼓舞、放松自如,在按摩保健及治疗中享受乐趣。

按摩虽然优点诸多,然而,我在多年医疗中发现或听到患者的反映,以及一些新闻报道,少数按摩操作者和一些被施术者对按摩的内涵认识存有一定的误区,他们认为施术时的力度越大越好,时间越长越好,甚至用猛力。因此,施术后常出现皮肤瘀血、软组织损伤等现象,甚至有肋骨骨折,踩背时发生腰椎骨折等医疗事故。

综前所述,为了丰富按摩内容,改进施术手法,杜绝医疗差错及事故的发生,提高医疗水平,发展中医按摩事业,我在古稀之年,把毕生临床、教学经验和用心悟出来的按摩手法以及用之有效的秘方奉献给大家。我在多年临床实践中感悟到:中医学博大精深,其以唯物辩证思想为指导,治无定法,因人而异;药无定味、定量,因症而施。而书中所言及的按摩手法是模糊概念,无有量化,因此,在治疗中按摩、点穴、处方及用药,则需要临床经验积累和有“悟性”方能得心应手。本书的编写具有以下特点:

1. 趣味性 可以耐人寻味,使人深思遐想,引人入胜,解除了教科书的模式感。

2. 知识性 书中内容均是毕生临床实践中行之有效经验的总结。其中有“悟性手法”、“三宝合璧法”等新观点、有效秘方、典型验案等。

3. 科学性 书中所述理论、观点和手法的实施,均是以“生物力学理论”为指导,并向有关专家、学者请教且得到了他们的认可,而我在临床实践中也取得了满意的效果。

4. 群众性 理论、观点、手法、选穴等均深入浅出、通俗易懂、图文并茂,一些模糊概念运用“取类比象”的方法,力求易懂、易学,具有实用性、广泛性,适用于专业人员参考,业余爱好者亦可获益。

本书的突出点是:①看得懂;②学得会;③用得上;④有疗效。

本人现虽已为古稀之年,但我家三代为医,个人又从医多年,积累了一些临床经验,因而对中医按摩事业,对社会总有一种责任感,基础动力,日夜执笔著成此书以供同道和爱好者参考,以期能抛砖引玉,共同推动我国中医药事业向前发展,更好地为世界人们的身体健