

供 针灸推拿、骨伤、中医等专业用



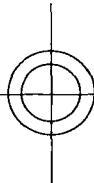
新世纪全国高等中医药院校创新教材

XIN SHI JI QUAN GUO GAO DENG ZHONG YI YAO YUAN XIAO
CHUANG XIN JIAO CAI

中医整脊学

主 编 吕 明

中国中医药出版社



新世纪全国高等中医药院校创新教材

中医整脊学

(供针灸推拿、骨伤、中医等专业用)

主 编 吕 明 (长春中医药大学)

副主编 顾一煌 (南京中医药大学)

付均如 (天津中医药大学)

于天源 (北京中医药大学)

谢远军 (浙江中医药大学)

庞 军 (广西中医学院)

中国中医药出版社

· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

中医整脊学/吕明主编. -北京:中国中医药出版社, 2009. 7

ISBN 978-7-80231-661-4

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

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 089774 号

中国中医药出版社出版

北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层

邮政编码 100013

传真 010 64405750

北京泰锐印刷有限公司印刷

各地新华书店经销

*

开本 850×1168 1/16 印张 18.5 字数 437 千字

2009 年 7 月第 1 版 2009 年 7 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-80231-661-4

*

定价 24.00 元

网址 [www. cptcm. com](http://www.cptcm.com)

如有印装问题请与本社出版部调换

版权专有 侵权必究

社长热线 010 64405720

读者服务部电话 010 64065415 010 84042153

书店网址 [csln. net/qksd/](http://csln.net/qksd/)

编写说明

目前全国大多数中医院校都开设了本科生《中医整脊学》课程，急需一本全国高等中医院校本科生《中医整脊学》教材。本教材的正式出版正是适应目前这一教学的需要，为全国中医院校《中医整脊学》的教学提供便利的条件，有利于教师备课和学生学习，本教材可供针灸推拿、中医、骨伤等专业使用。

《中医整脊学》以中医基础理论为指导，结合现代科学研究的最新成果，系统、全面地介绍了中医整脊的学术体系，有较强的科学性、实用性、创新性。我们遵循“科学、先进、实用、高质量”的原则，立足于学科特点、专业特点和素质教育特点，在编写本教材过程中专家认真选材、反复互审、反复修改，具有结构严谨、概念清楚、篇幅不大、简明扼要的特点。针对性强、可操作性强，有利于教学，有利于学生系统掌握中医整脊的基本理论和基本技能。

本教材分为基础篇、技能篇、治疗篇、保健篇四篇。基础篇系统介绍了中医整脊的发展史，中医整脊的学术特点，脊柱的生理解剖和运动生理，脊柱疾病的病因病机和治疗原理，中医整脊的禁忌证与注意事项，中医整脊异常情况的预防与处理，中医整脊的常用经络与腧穴，中医整脊的介质、热敷及牵引，中医整脊的常用诊断方法，中医整脊的练功方法。技能篇系统介绍了中医整脊的松解手法和整脊手法。治疗篇系统介绍了脊柱疾病和脊柱相关疾病的中医整脊治疗。保健篇系统介绍了颈项部、背部、腰骶部的中医整脊保健手法。

本教材有以下的特点：一是本教材构筑了《中医整脊学》完整的学科框架，使中医整脊学更加系统化。二是本教材规范了中医整脊学的概念。三是根据中医整脊的教学和临床需要，重点介绍了中医整脊的练功方法、整脊手法、各种脊柱疾病和与脊柱相关疾病的中医整脊治疗。四是吸收了最新的研究成果和成熟的观点。

本教材在编写过程中虽经层层把关，但由于水平和时间有限，教材中的内容难免有疏漏和不足之处，希望各中医院校的师生在使用的过程中提出宝贵意见，以便于我们再版时修订提高。

《中医整脊学》编委会

2009年5月

新世纪全国高等中医药院校创新教材

《中医整脊学》编委会

主 编 吕 明 (长春中医药大学)
副主编 顾一煌 (南京中医药大学)
付均如 (天津中医药大学)
于天源 (北京中医药大学)
谢远军 (浙江中医药大学)
庞 军 (广西中医学院)
编 委 (按姓氏笔画排序)
王春林 (云南中医学院)
王继红 (广州中医药大学)
吕立江 (浙江中医药大学)
齐凤军 (湖北中医学院)
李江山 (湖南中医药大学)
李进龙 (河北医学院中医学院)
何 坚 (福建中医学院)
张 欣 (长春中医药大学)
翟 伟 (内蒙古医学院中医学院)
学术秘书 李江山 (湖南中医药大学)

目 录

第一篇 基础篇

第一章 中医整脊的发展史	(1)
第二章 中医整脊的学术特点	(5)
一、历史久远, 传承发展	(5)
二、理论丰富, 融贯中西	(5)
三、手法众多, 疗效独特	(6)
四、综合疗法, 广泛运用	(6)
五、整体观念, 辨证施术	(6)
第三章 脊柱的生理解剖和运动生理	(8)
第一节 脊柱的生理解剖	(8)
一、椎骨的形态	(8)
二、椎骨间的连接	(9)
三、椎管	(10)
四、脊髓与脊神经	(10)
五、与脊柱相关的肌肉	(11)
第二节 脊柱的运动生理	(12)
一、颈椎的运动生理意义	(12)
二、胸椎的运动生理意义	(13)
三、腰椎的运动生理意义	(14)
第四章 脊柱疾病的病因病机和治疗原理	(15)
第一节 脊柱疾病的病因病机	(15)
一、内部因素	(15)
二、外部因素	(17)
第二节 中医整脊的治疗原理	(19)
一、正骨整复, 纠正解剖位置异常	(19)
二、舒筋通络, 解除软组织痉挛与粘连	(19)
三、活血祛瘀, 促进局部组织修复	(20)
四、改变人体系统内能	(20)
五、平衡阴阳, 调整脏腑功能	(21)
第五章 中医整脊的禁忌证与注意事项	(22)
一、中医整脊的禁忌证	(22)

2 · 中医整脊学 ·	
-------------	-------

二、中医整脊的注意事项	 (23)
-------------	------------

第六章 中医整脊异常情况的预防与处理	 (26)
--------------------	------------

第一节 寰枢关节脱位	 (26)
------------	------------

第二节 软组织损伤	 (27)
-----------	------------

第三节 肋骨骨折	 (29)
----------	------------

第四节 胸腰椎压缩性骨折	 (30)
--------------	------------

第五节 晕厥	 (31)
--------	------------

第六节 脑血管意外	 (31)
-----------	------------

第七章 中医整脊的常用经络与腧穴	 (33)
------------------	------------

一、手太阴肺经	 (33)
---------	------------

二、手阳明大肠经	 (33)
----------	------------

三、足阳明胃经	 (33)
---------	------------

四、足太阴脾经	 (34)
---------	------------

五、手少阴心经	 (35)
---------	------------

六、手太阳小肠经	 (35)
----------	------------

七、足太阳膀胱经	 (35)
----------	------------

八、足少阴肾经	 (37)
---------	------------

九、手厥阴心包经	 (37)
----------	------------

十、手少阳三焦经	 (37)
----------	------------

十一、足少阳胆经	 (38)
----------	------------

十二、足厥阴肝经	 (38)
----------	------------

十三、督脉	 (39)
-------	------------

十四、任脉	 (39)
-------	------------

十五、经外奇穴	 (40)
---------	------------

第八章 中医整脊的介质、热敷及牵引	 (41)
-------------------	------------

第一节 手法整脊的介质	 (41)
-------------	------------

一、介质的种类与作用	 (41)
------------	------------

二、介质的选择	 (41)
---------	------------

第二节 热敷	 (42)
--------	------------

一、热敷方法	 (42)
--------	------------

二、热敷注意事项	 (42)
----------	------------

三、常用热敷方	 (42)
---------	------------

第三节 牵引	 (43)
--------	------------

第九章 中医整脊的常用诊断方法	 (44)
-----------------	------------

第一节 辨病	 (44)
--------	------------

一、四诊	 (44)
------	------------

二、量法	 (49)
------	------------

三、特殊检查	(52)
四、神经功能检查	(54)
五、X 线检查	(61)
六、其他检查	(61)
第二节 诊断要点及四步定位诊断法	(63)
一、诊断要点	(63)
二、四步定位诊断法	(63)
第十章 中医整脊的练功方法	(65)
第一节 中医整脊的练功特点	(65)
一、动作明确, 锻炼全面	(65)
二、注重“意”、“气”, 强调“内劲”	(65)
三、医练结合, 增强疗效	(65)
第二节 中医整脊的练功要求	(66)
一、练功的运动量	(66)
二、整脊练功的准备和结束动作	(66)
第三节 中医整脊的练功方法	(67)
一、韦驮献杵	(67)
二、横担降魔杵	(68)
三、掌托天门	(68)
四、九鬼拔马刀	(69)
五、打躬击鼓	(69)
六、掉尾摇头	(70)
七、前推八匹马	(71)
八、倒拉九头牛	(71)
九、霸王举鼎	(72)
十、两手托天	(72)
十一、海底捞月	(73)
十二、前伸探海	(73)
十三、回头望月	(74)
十四、顶天立地	(74)
十五、狮子摇头	(75)
十六、开门见山	(75)
十七、秦王拔剑	(76)
十八、大象卷鼻	(76)
十九、单臂摇天	(77)
二十、鲲鹏展翅	(77)
二十一、弓步压腿	(78)

4 · 中医整脊学 ·		
-------------	-------	--

二十二、转腰推掌	(78)
二十三、环转飞轮	(79)
二十四、大雁飞翔	(80)
二十五、增精壮髓	(80)
二十六、饿虎扑食	(80)
二十七、双手攀足	(81)

第二篇 技能篇

第十一章 松解手法	(83)
第一节 触按类手法	(83)
一、滑触法	(83)
二、深触法	(84)
三、指按法	(85)
四、掌按法	(85)
五、肘压法	(86)
第二节 摩擦类手法	(87)
一、摩法	(87)
二、擦法	(87)
三、扫散法	(89)
第三节 推刮类手法	(89)
一、推法	(89)
二、刮法	(91)
三、一指禅推法	(91)
附：屈指推法	(92)
第四节 拿捏类手法	(93)
一、拿法	(93)
二、捏法	(93)
三、捏脊法	(94)
四、捻法	(95)
五、勒法	(95)
第五节 弹拨类手法	(96)
一、弹筋法	(96)
二、拨络法	(96)
第六节 揉搓类手法	(97)
一、指揉法	(97)
二、掌揉法	(98)
三、运揉法	(98)

四、按揉法	(99)
五、搓法	(99)
第七节 点穴类手法	(100)
一、指尖点法	(101)
二、指节点法	(101)
三、掐法	(102)
第八节 振动类手法	(102)
一、振法	(102)
二、抖法	(103)
第九节 滚动类手法	(104)
一、揉法	(104)
二、拳揉法	(105)
三、滚法	(105)
第十节 叩击类手法	(106)
一、拍法	(106)
二、击法	(107)
三、叩法	(108)
第十一节 摇转类手法	(108)
一、握手摇肩法	(108)
二、托肘摇肩法	(109)
三、大幅度摇肩法	(109)
四、摇髋关节法	(110)
第十二章 整脊手法	(111)
第一节 颈部整脊法	(111)
一、颈部摇法	(111)
二、颈部斜扳法	(112)
三、颈部旋转定位扳法	(113)
四、寰枢关节扳法	(113)
五、颈部侧扳法	(114)
六、颈椎仰卧位扳法	(115)
七、坐位颈椎拔伸法一（颈椎掌托拔伸法）	(115)
八、坐位颈椎拔伸法二（颈椎肘托拔伸法）	(116)
九、坐位颈椎拔伸法三（四指归提法）	(116)
十、颈部端提法	(117)
十一、卧位颈椎拔伸法一	(117)
十二、卧位颈椎拔伸法二	(118)
十三、颈部提推法	(118)

第二节 胸部整脊法	(118)
一、扩胸扳法	(118)
二、扳肩式胸椎扳法	(119)
三、仰卧压肘胸椎整复法	(119)
四、胸椎对抗复位扳法一	(120)
五、胸椎对抗复位扳法二	(121)
六、胸椎按压复位法	(121)
七、侧卧胸椎斜扳法	(122)
八、拉压胸椎法	(122)
九、抬肩拍打背部法	(122)
第三节 腰部整脊法	(123)
一、摇腰法一(坐位摇腰法)	(123)
二、摇腰法二(俯卧位摇腰法)	(123)
三、摇腰法三(仰卧位摇腰法)	(123)
四、摇腰法四(站位摇腰法)	(124)
五、摇腰法五(滚床摇腰法)	(124)
六、腰部斜扳法	(125)
七、腰部后伸扳法一	(125)
八、腰部后伸扳法二	(126)
九、腰部后伸扳法三	(126)
十、腰部旋转复位扳法一	(127)
十一、腰部旋转复位扳法二	(128)
十二、直腰旋转扳法一	(128)
十三、直腰旋转扳法二	(128)
十四、腰部拔伸法	(129)
十五、腰部屈转伸法	(129)
十六、腰部伸转屈法	(130)
十七、背法	(130)
十八、腰部牵抖法	(131)
十九、踩跷法一(弹压式踩跷法)	(132)
二十、踩跷法二(踏步式踩跷法)	(133)
二十一、踩跷法三(倾移式踩跷法)	(133)
二十二、颤腰法	(134)
二十三、屈髋法	(134)
二十四、指压腰椎法	(135)
二十五、拉压腰椎法	(135)
第四节 骨盆整复法	(135)

一、屈膝屈髋复位法	(135)
二、足蹬复位法	(136)
三、扳按复位法（骶髂关节后伸扳法）	(136)

第三篇 治疗篇

第十三章 脊柱疾病	(137)
第一节 落枕	(137)
第二节 颈椎病	(140)
第三节 枕寰枢关节失稳	(147)
第四节 颈椎间盘突出症	(150)
第五节 斜颈	(153)
第六节 颈椎小关节紊乱症	(156)
第七节 颈部急性扭挫伤	(158)
第八节 前斜角肌综合征	(160)
第九节 小儿颈部软组织损伤	(162)
第十节 项背肌筋膜炎	(164)
第十一节 胸椎小关节错缝	(167)
第十二节 胸肋屏伤	(169)
第十三节 肋间神经痛	(172)
第十四节 胸背扭挫伤	(174)
第十五节 腰椎间盘突出症	(176)
第十六节 急性腰肌损伤	(180)
第十七节 慢性腰肌劳损	(183)
第十八节 退行性腰椎滑脱症	(185)
第十九节 腰椎椎管狭窄症	(188)
第二十节 腰椎后关节紊乱症	(193)
第二十一节 第三腰椎横突综合征	(196)
第二十二节 棘上棘间韧带损伤	(199)
第二十三节 腰椎退行性脊柱炎	(201)
第二十四节 髂腰韧带损伤	(204)
第二十五节 腰椎骶化与骶椎腰化症	(206)
第二十六节 骶髂关节扭伤	(209)
第二十七节 梨状肌综合征	(211)
第二十八节 坐骨结节滑囊炎	(214)
第二十九节 强直性脊柱炎	(215)
第三十节 脊椎骨软骨骨软骨病	(218)
第三十一节 小儿功能性脊柱侧弯症	(221)

第三十二节 外伤性截瘫	(223)
第十四章 脊柱相关疾病	(227)
第一节 头痛	(227)
第二节 眩晕、血压异常	(229)
第三节 失眠	(231)
第四节 眼部病症	(232)
第五节 耳鸣耳聋	(234)
第六节 咽部异物感	(236)
第七节 慢性咽炎	(237)
第八节 颞颌关节功能紊乱	(239)
第九节 肩关节周围炎	(240)
第十节 心律失常	(242)
第十一节 胸闷、胸痛	(244)
第十二节 类冠心综合征	(246)
第十三节 支气管哮喘	(248)
第十四节 呃逆	(249)
第十五节 神经性呕吐	(251)
第十六节 胃脘痛	(253)
第十七节 慢性胆囊炎	(254)
第十八节 腹泻	(256)
第十九节 便秘	(258)
第二十节 腹痛	(260)
第二十一节 阳痿	(262)
第二十二节 排尿异常	(264)
第二十三节 月经不调	(266)
第二十四节 痛经	(268)
第二十五节 腹股沟神经痛综合征	(270)
第二十六节 神经性皮炎	(272)

第四篇 保健篇

第十五章 整脊保健	(275)
第一节 颈项部	(275)
一、颈项部整脊保健的作用	(275)
二、颈项部整脊保健的操作	(275)
第二节 背部	(277)
一、背部整脊保健的作用	(277)
二、背部整脊保健的操作	(277)

第三节 腰骶部	(279)
一、腰骶部整脊保健的作用	(279)
二、腰骶部整脊保健的操作	(280)

第一篇

基础篇

第一章

中医整脊的发展史

中医整脊学是中医学的一个重要组成部分，是一门古老而又新兴的交叉学科，具有历史悠久、疗效显著的特点。脊柱疾病和脊柱相关疾病是临床常见病、多发病。从 21 世纪以来，传统中医药领域中的整脊疗法极其学术思想，逐渐形成一整套独具特色的学术体系，成为一门独立的学科——中医整脊学。中医整脊学是以中医基础理论和现代医学知识为指导，以生物力学为基础，研究脊柱、脊旁组织、脊柱相关脏腑的力学、解剖、生理、病理变化，运用手法、导引练功、针灸、中药、牵引等方法对脊柱位置、结构异常进行整复调理，来治疗和预防脊柱及脊柱相关疾病的一门科学。手法、导引练功、针灸、中药是中医整脊的主要治疗方法。中医整脊的方法是人类长期与疾病作斗争的过程中总结和发展起来的一整套治疗和保健方法。

整脊一词有广义和狭义之分，狭义的整脊是指运用各种手法移动患者的患病脊椎，矫正椎间关节失稳，恢复脊椎的稳定性，使患病的脊椎恢复正常的解剖结构和功能，松解粘连，缓解肌肉痉挛，解除对神经等的刺激压迫，从而治疗因脊椎结构异常而引起的疾病。广义的整脊是指运用手法、导引练功、针灸、中药、牵引等方法整复调理结构和功能异常的脊柱，防治脊柱及脊柱相关疾病的方法。

整脊一词的广泛使用始于近 20 年。中医古代文献中虽然没有“整脊”这一名称和论著，但是关于整脊方法的文字记载，则始见于殷商时代的甲骨文，称之为“跗”，“跗”是指用足部在腰背部进行踩摩。关于脊柱病和脊柱相关疾病的论述以及用手法、导引练功、针灸、中药等治疗的记载内容丰富、方法很多、疗效确切。

临床常见的颈椎病、腰椎病，在公元前 3 世纪成书的《五十二病方》中已有记载。《五十二病方·足臂十一脉灸经》中记载“肩脉”病：“不可以顾，肩似脱、臑似折……颌痛、喉痹、臂痛、肘痛。”此临床表现和颈椎病的临床表现很相似。本书又记载足太阳脉所发

病：“足小指（趾）废，膈痛、脚挛、睢痛、腰痛、夹脊痛、项痛”，此临床表现和腰椎间盘突出症或腰骶神经根损伤的临床表现很相似。公元前1世纪的《黄帝内经》和公元3世纪的《针灸甲乙经》也有类似的记载，或将颈肩臂痛称之为“臂厥”，将腰腿痛称之为“踝厥”。

手法应用于脊柱，《素问·举痛论》记载了按背俞治疗寒气客于脊背引起的心胸疼痛病症，此是最早运用手法整脊的方法治疗脊柱相关疾病的记载。《素问·骨空论》记载了治疗督脉功能失调所致疾病的方法：“督脉生病治督脉，治在骨上，甚者在脐下营。”这里的“骨上”指的应是棘突，“治在骨上”一是说通过手法和针灸作用于督脉诸穴或脊旁穴位，二是指通过各种整脊的方法使偏歪或凹凸的棘突复位，从而使督脉的功能恢复正常。

导引练功，是中医防治脊柱疾病和脊柱相关疾病的方法之一。如马王堆汉墓出土的公元前2世纪前后的《导引图》中记载的导引动作就多为锻炼颈、背、腰的屈伸、侧弯、左右旋转的运动。《素问遗篇·刺法论》记载了运用导引的方法治疗腰肾顽症。张仲景在《金匱要略》中记载了用导引的方法治疗肌肉四肢重滞。公元3世纪华佗创编的“五禽戏”中也记载了脊柱部位的导引动作，据《后汉书·方术列传》中记载：“是以古之仙者，为导引之事，熊经鸱顾，引挽腰体，动诸关节，以求难老”。

针灸疗法治疗脊椎病，始于《五十二病方·足臂十一脉灸经》中记载的对臂厥和踝厥运用灸法，《素问·刺腰痛》专篇论述运用针灸的方法来治疗腰背痛。《针灸甲乙经》详细论述了脊椎疾病的辨证取穴，如书中记载“腰痛快快不可以俯仰，腰以下至足不仁，入脊，腰背寒，次髀主之”。

《素问·调经论》中还记载了药熨疗法，如“病在骨，焯针药熨”。公元2世纪，张仲景《伤寒杂病论》中记载了用药物内服治疗“肾着腰痛”和“虚劳腰痛”，并发明了肾气丸。公元4世纪，葛洪在《肘后方》中记载了外用药物配合手法治疗颈腰痛，这种外用药物现在称之为手法整脊的介质或递质，还介绍了用捣烂杜仲酒调外配治外伤腰痛。

《黄帝内经》对脊柱的解剖、生理、病理、病证有较多的论述，而且提出了以手法和导引练功治疗为主，以针灸和药物治疗为辅的治疗方法。《黄帝内经》中还论述了肾与腰脊的关系。《素问·脉要精微论》“腰者肾之府，转摇不能，肾将惫矣”。《素问·生气通天论》“因而强力，肾气乃伤，高骨乃坏”。《素问·病能论》“故肾为腰痛之病也”。《素问·痿论》对腰脊不举的论述是最早对脊柱病理的论述。

《素问·刺腰痛》论述了腰痛的各种症状体征和针灸治法。指出了其发病原因为外感湿邪、外伤劳损和肾虚。如在描述腰痛的症状体征中说：“腰痛，腰中如张弓弩弦”，“腰下如有横木居其中”，“侠脊而痛至头几几然”等。在描述腰痛的病因病机中说：“衡络之脉，令人腰痛，不可以俯仰，仰则恐仆，得之举重伤腰，衡络绝，恶血归之”。

晋代，葛洪在《肘后救卒方》中运用抄腹捏脊法来治疗卒心痛、卒腹痛，用背法来救治溺死，用捏肩井法来调整脊旁总筋，其发明的捏脊疗法被后世广泛应用。王叔和的《脉经》和皇甫谧《针灸甲乙经》中记载了用针灸的方法治疗腰痛和筋骨痹痛。

隋代，巢元方在《诸病源候论》中记载了脊柱疾病的病因，如“劳伤之人，肾气虚损，而肾主腰脚，其经贯肾络脊，风邪乘虚卒入肾经，故卒然而患腰痛。”在《诸病源候论》

“养生方导引法”内容中记载了用引、伸、摇、振、压、努、挽等治疗颈腰疾病。在《诸病源候论》中还记载了用旋转法治疗颈椎病。对于脊柱疾病的治疗，巢氏主张运用局部固定、按摩、导引的方法治疗，指出“卒然致损，故气血隔绝，不能周荣，所以需善系缚、按摩、导引，令其气血复也”。书中记载 233 种按摩导引方法中大多数适用于脊柱疾病。

唐代，孙思邈在《备急千金要方》“老子按摩法”中记载了用捺、捻、掘、捩、细、抱、托、筑、挽、振、摇、搦、伸等手法治疗脊椎疾病和四肢的病痛，还记载了用抱头旋转法、旋转脊柱法来防治腰背痛，用牵引屈伸法来治疗急性腰扭伤。孙思邈在《备急千金要方》中的“天竺国按摩法”、“老子按摩法”内容里，记载了 25 种按摩和导引整复调理脊柱的方法，其中重点记载了腰背痛的导引法和踏背（踩跷）的整脊疗法。

宋代，在《普济方》中记载了用导引法治疗腰背颈项痛，用摩腰膏治疗腰脊痛。在《圣济总录》中记载了“神仙导引法”、“膏摩方”。在《圣惠方》中记载有摩腰丸（散）。

元代，公元 1337 年，危亦林在《世医得效方》中大量记载了手法治疗关节脱位、扭挫伤、骨折的方法，特别是记载了用悬吊牵引复位法治疗脊椎损伤。

公元 1368 年，元代太医院回回医编《回回药方》中记载了用卧位牵引法治疗颈椎损伤，对脊椎骨折复位，用杠抬按压法治疗，用夹板固定或腰背垫枕保持过伸位。

在元代，太医院制度分为 13 科，其中就有正骨科。当时很多擅长整脊疗法的整脊医生在民间被称为“铃医”，因为他们行医时通过摇铃来招集患者。当时曾有画家根据这一情况绘制了“铃医图”，描绘了整脊医生正在为患者进行手法整脊时的情景。可见，整脊疗法在当时的医疗实践中已经应用非常广泛了。

明清时期，中医整脊理论在总结前代成就的基础上，不断得到充实、提高，整脊技术方面也有了较大的发展和进步，相关的著作也逐渐增多。

王肯堂著的《疡医准绳》是医学丛书《证治准绳》的一部，全书分为 6 卷，其卷 6 为“损伤门”，该书的主要贡献是对创伤的方药疗法进行了由博而约的归纳整理，其方药治疗的原则和处方一直为后世所遵循。他对整脊疗法也有较精辟的论述。对胸腰椎骨折，首创了非过伸复位法，不稳定的脊椎粉碎性骨折采用此法复位比较安全。

清代吴谦等著《医宗金鉴·正骨心法要旨》，系统地总结了清代以前的骨伤科经验，对人体各部位的骨度、内外治法方药记述详细，既有理论，又重实践，图文并茂。把手法归纳为“摸、接、端、提、按、摩、推、拿”八法，并解释为“摸者，用手细细摸其所伤之处……先摸其或为跌仆，或为挫闪，或为打撞，然后依法治之……接者，谓使已断之骨，合拢一处，复归于旧业……端者，两手或一手擒定应端之处，酌其重轻，或从下往上端，或从外向内托，或直端、斜端也……提者，谓陷下之骨，提出如旧也。其法非一，有用两手提者，有用绳帛系高处提者，有提后用器具辅之不致仍陷者，必量所伤之轻重浅深，然后施治……按者，谓以手往下抑之也。摩者，谓徐徐揉摩之也。推者，谓以手推之，使还旧处也。拿者，或两手一手捏定患处，酌其宜轻宜重，缓缓焉以复其位也”。在整脊疗法方面，该书记载了治疗脊柱骨折的方法，使用“攀索”“叠砖”法整复胸腰椎骨折脱位，指出：“攀索者，以绳挂于高处，用两手攀之也。”“叠砖者，以砖六块，分左右各叠置三块，两足踏于其上也。”“先令患者以两手攀绳，足踏砖上，将后腰拿住，各抽去砖一个，令患者直身挺胸；