

图解 骨盆矫正压揉法

西园寺正幸

著

吴鹤山

译



黑龙江科学技术出版社

图解骨盆矫正压揉法

西园寺正幸 著

吴鹤山 译

黑龙江科学技术出版社出版

(哈尔滨市南岗区建设街35号)

黑龙江新华印刷厂印刷·黑龙江省新华书店发行

787×1092毫米32开本4.25印张85千字

1987年12月第1版·1987年12月第1次印刷

印数：1—10,000册

书号：14217·146 定价：1.20元

出版者的话

自从中日邦交正常化以来，中日的学术交流日渐增多。为了增进中日人民之间的友谊，促进我国医药卫生事业的发展，我们本着百花齐放、百家争鸣的方针，并根据作者的意愿翻译出版了这本书。

《图解骨盆矫正压揉法》的原名为《骨磐湧命法》。它是作者根据老师大野秀一先生在中国所学的少林拳整复术，并博采众家之长而独创的一种按摩方法。它融中国按摩术与日本按摩术为一体，发挥着二者相加所不能比拟的作用。它来源于中国，经日本人民应用并加以改良后又回到中国，这不能不说是中日人民友好关系源远流长的又一例证。

作者在书中提出一个新的理论，就是把骨盆移位看作是一切疾病的根本原因，并阐述了对现代医学的某些看法。我们根据我国国情，在不违反作者原意图的情况下，对书的前一部分略作删改，以使它更好地为我国人民服务。

中国留日学生车凡同志在本书出版过程中做了积极的工作，哈尔滨市第五医院副主任医师程琪同志对全部译文进行了校订，在此一并致谢。

原 序

东京都饰区有一位名叫 K 子的姑娘，今年 26 岁，高中毕业后就一直在青户电车站附近父亲经营的饮食店工作。不知是由于长期站立，还是受了风寒，从 21 岁起，她就为腰痛病而苦恼。

23 岁那年的春天，经人介绍，K 子有了对象，并筹备结婚成家。然而，正值婚礼进行时，K 子的腰痛病突然发作，使婚礼仪式被迫中止，旅行度蜜月的计划也成了泡影。新娘不得不回到娘家休养治疗。4 天后，男方通过媒人上门退了婚。

极度痛苦的 K 子到各处医院和民间诊所就医，然而，结论都是“病体不宜嫁”。以后虽经多方治疗，终未得到满意的结果。

3 年后，K 子又有了男朋友。有一次，正当他们约会的时候，K 子的腰痛病又发作了。此时的 K 子联想起上次婚礼的场面和结局，处于极度痛苦之中。父母和医生都劝她 5 个月后再结婚，因为估计到那时，通过手术可能治愈。但 K 子想，拖着手术后的身体勉强结婚，对不起自己的爱人，再说还可能治不好。K 子也不知道应该怎么办。

一个偶然的机会，K子听说“骨盆矫正压揉法”能治疗许多疑难病，就抱着一线希望来我所就医。经检查，确诊为她的右侧骨盆移位，移位距离约为2厘米。当日治疗后完全复位。此后，每周治疗3次，很快就痊愈了。以后每月来我处复查1次。

现在，K子已结婚3年了，过着幸福美满的生活，缠身6年的腰痛病至今再未复发。

类似K子的患者不计其数，我所治疗多例，效果很好，慕名而来求医的人愈来愈多。有人把我们研究所称为“治病的终点站”。

骨盆移位有先天性和后天性之别。根据现在的观点来看，每个人或多或少都存在着骨盆移位现象，而骨盆移位则是导致腰痛的根本原因。即使现在没有症状的人，随着日常生活和工作，移位现象逐渐加重，迟早要出现症状的。因此，及早认识移位的骨盆，并将它恢复原位，以预防和治疗一些疾病是很有必要的。

为了使读者在家中自行治疗，本书把治疗方法按常见病的症状分为7个治疗方案。请根据自己的症状选择适当的方法，深信您一定会从多年的痛苦中解放出来。

西园寺正幸

1987年1月

目 录

原序	1
一、骨盆矫正压揉法的含义	1
二、奇特的治疗方法——骨盆矫正压揉法	2
病因何在	2
69 种症状完全消失的实例	3
您相信这个戏剧性的效果吗	4
立即解除腰痛的简单方法	5
三、病症的原因在于骨盆移位	11
腰部健全无损的人仅占 0.1%	11
骨盆移位是何时发生的	11
骨盆移位是如何引起病症的	12
骨盆矫正压揉法是安全的疗法	13
有局限性的现代医学	13
“因老化而无能为力”的结论为时尚早	13
这个方法还能改善体质	14
四、骨盆矫正压揉法的特点	15
自然治愈力是断除病根的关键	15
为何说没有诊察和检查的必要	16
骨盆矫正压揉法是自然疗法中最理想的方法	16
没有比骨盆矫正压揉法更合理的运动方法	18

对晚期癌症的作用	13
骨盆矫正压揉法的其他作用	19
五、如何确定骨盆移位	21
骨盆移位的体态	21
骨盆移位能引起哪些疾病	24
骨盆移位的诊断	26
六、骨盆矫正压揉法的惊人治疗效果	40
骨盆矫正压揉法也一定适用于您	40
正确的手法是通向痊愈的捷径	40
骨盆矫正压揉法的疗效究竟如何	41
压揉反应是即将痊愈的征象	43
压揉反应的机理	44
七、家庭骨盆矫正压揉法	45
注意事项	45
基本手法	47
治疗腰痛症的手法	55
治疗神经痛、膝关节痛综合征的手法	65
治疗头痛、肩酸综合征的手法	71
治疗心、肺、肥胖综合征的手法	83
治疗消化系统综合征的手法	94
治疗疲劳、焦躁综合征的手法	108
治疗妇科疾病的手法	110
其他手法	114
后记	128

一、骨盆矫正压揉法的含义

骨盆完全正常的人，千人难寻其一，这是事实。人的骨盆几乎都有或多或少的移位。骨盆的移位可使脊柱弯曲压迫神经，结果使肌肉、关节和脏器发生功能障碍。使许多人烦恼的腰痛、肩酸以及其他内脏疾病，其根本原因就是骨盆移位。

骨盆矫正压揉法就是以骨盆为中心矫正全身各个骨骼、松弛肌肉和结缔组织、从根本上去除致病原因的治疗方法。

这种方法博采众家按摩术之长，通过对骨骼的拔引矫正，并加以独特的垂直重压，达到复位固定的目的，从而大大提高了治疗效果，故取名“骨盆矫正压揉法”。

二、奇特的治疗方法——骨盆 矫正压揉法

病因何在

在野生动物中，我们并未观察到与我们人类同样复杂的疾病。但是，一旦它们离开了所习惯的自然环境，被关在笼（栏）内人工饲养，就会发生与我们同样复杂的病症。其主要原因是运动相对不足和外来刺激过重，加之带有强制性的饮食生活，使动物体内发生了不正常的反应。

在现代高度文明、科学高度发达的社会中，我们有时也不得不生活在我们不情愿生活的环境中，也存在着运动相对不足的情形。本来应经常运动的部位一旦不运动，肌肉就会萎缩，功能也随之降低，久之则导致退化，结果就会发生各种各样的疾病。而许多疾病的最初症状都是腰酸膝软。我们知道，人的体重是靠左右两腿均衡支撑的。假如右腿功能降低，左腿就会加重负担；如果两条腿的功能都降低了，那么先负担体重的那条腿就会先感到疲劳，就需要换腿。换腿的频率取决于功能减弱的程度，腿的支撑力越弱，交换的频率就越快。

那么，骨盆位置异常将会带来什么后果呢？我们就以右

腿功能降低为例作一稍详细的介绍。

右腿的功能为何降低了？原来是由于右侧骨盆位置异常所致。右侧骨盆的异常，使整个右下肢的血液循环不畅，肌肉紧张，产生酸痛感。我把这样的患者称为“右侧骨盆移位型”。这种类型的病人身体较瘦，常伴有肝、胃、肠功能低下及腹泻等病。若为女性患者，常伴有妇科疾病。相反，左腿功能降低的患者称为“左侧骨盆移位型”。这类患者身体较胖，易患感冒，常伴有心脏、肺功能低下及便秘等病。如二者并存，则称为“混合型骨盆移位”。这类患者初始多为某一条腿功能低下，体重靠另一条腿支撑。久之，由于负担过重，必然也出现功能降低。结果，骨盆移位加重，脊柱也扭曲成S形，使病情愈来愈复杂化。

关于骨盆移位，下面还将详细讨论，这里只想请大家清楚地认识到“骨盆的位置异常是产生一切病症的原因”。

用什么方法治疗好呢？不消说，当然是把移位的骨盆恢复常态，最终使全身的骨骼、肌肉等完全恢复平衡。“骨盆矫正压揉法”就是治疗骨盆移位的最好方法。这种方法是设法调动人的自愈力(生命力)来恢复体内的平衡，从而达到治愈疾病的目的。这种方法的本质就是要根除病源，解除病痛，所以，也有人称之为“病因疗法”。

69 种症状完全消失的实例

以前，来我所就诊的患者中，有位年仅30岁的男性患者，说他有69种症状。这里虽然不能一一列举，但通过一些经本法治疗后的症状改善情况可窥一斑。

治疗 20 次后，15 年来的腹胀感消失。治疗 6 次后，痔疮有所好转。治疗 7 次后，7 年的便秘症有所改善，40 次后痊愈。治疗 8 次，5 年的腰痛病痊愈。治疗 12 次，15 年来的肩、颈酸痛感减轻，5 年来的坐骨神经痛略有缓解。治疗 40 次，坐骨神经痛消失。治疗 12 次，3 年的肋间神经痛消失。治疗 30 次，肩背痛消失，支气管炎痊愈……

以上各种症状，用骨盆矫正压揉法最多治疗 40 次，就收到了奇迹般的效果。这说明本法的治疗作用是多方面的。它虽然只矫正了移位的骨盆，但却大幅度地提高了人体的生命力，自然而然达到治愈疾病的目的。若在家庭治疗中，经常得到医生的指导，必然能在不服药的情况下治愈许多病症。

您相信这个戏剧性的效果吗

所谓骨盆矫正压揉法的戏剧性效果，是指经过一二次的治疗使症状完全消失的现象。这种效果与年龄没有直接关系，与治疗者的技术优劣和症状的轻重也没有直接关系，关键在于患者身体的柔韧性。身体柔韧性好的人，在进行矫正时，会发出清脆的矫正音。由于全身的肌肉和结缔组织本来就都具有柔韧性，矫正后，血液循环立刻得到了改善，于是病痛消失。一般来说，大约 50 人中就有 1 人可能收到这种戏剧性的效果。当然，年轻人的身体柔韧性好，收到这种效果的可能性也大些。下面摘录几例，以飨读者。

T·U，男，6 岁——脊柱侧弯，1 次治疗后痊愈。

K·A，女，21 岁——呃逆，嗝气，面神经痛，1 次治疗后痊愈。

U·T, 女, 20 岁——闭经, 1 次治疗恢复正常。

S·E, 女, 30 岁——头部震颤, 1 次治疗后症状消失。

R·Y, 女, 32 岁——痛经, 植物性神经功能紊乱, 1 次治疗后痊愈。

S·M, 女, 42 岁——声音嘶哑, 发音困难, 3 次治疗后痊愈。腰背痛和手指麻木同时也有明显好转。

S·J, 男, 43 岁——腰痛 5 年, 4 次治疗后痊愈。同时, 头痛、肩酸、腕麻木、脚癣等病也治愈了。

K·F, 男, 40 岁——食欲不振, 3 次治疗后即恢复了原来的食量。同时, 便秘、肩酸、视力模糊等症也有明显改善。

T·F, 男, 40 岁——髋关节痛, 背痛, 胃炎, 并伴有植物性神经功能紊乱综合征。1 次治疗后即痊愈。

T·O, 男, 53 岁——美尼尔氏综合征, 1 次治疗后好转。后来又连续治疗 20 次, 再未复发。

K·K, 女, 71 岁——左耳听力丧失。1 次治疗后听力恢复, 睡前耳鸣和眩晕的症状也消失了。

以上病例几乎都是经一次治疗后痊愈的。也许您还不相信, 可这些都是确凿的事实。如果您能继续把这本书看下去, 就会理解并接受这些现象, 就能得到使您从病痛中解放出来的方法。

立即解除腰痛的简单方法

虽然腰痛的原因很多, 如腰间盘脱出、椎体滑脱、脊髓膨出症、腰肌劳损、某些脏器疾病等都可引起腰痛, 但本书把这些原因引起的腰痛统称为“腰痛症”。一切腰痛都来源于

脊椎，特别是腰椎的位置异常和腰部、臀部的肌群紧张或持续性收缩，而最根本的原因则是骨盆位置不正常。治疗腰痛症，要以骨盆为中心，把移位的腰椎调整到正确的位置上，消除腰、臀部肌群的紧张，腰痛就会自然消失。治疗急性腰间盘脱出而引起腰痛的患者，如按着我的方法进行治疗，立刻就能奏效。最近，在电车里，给一位扭了腰的人治疗，到下一站前，我已干净利落地治好了他的病。

下面介绍一种治疗腰痛的常规方法。患有腰痛症的患者，只要按下面的步骤治疗就可使您的疼痛消失。

(1) 矫正脊椎

主要目的是矫正腰椎的移位。操作时术者的双膝并拢，

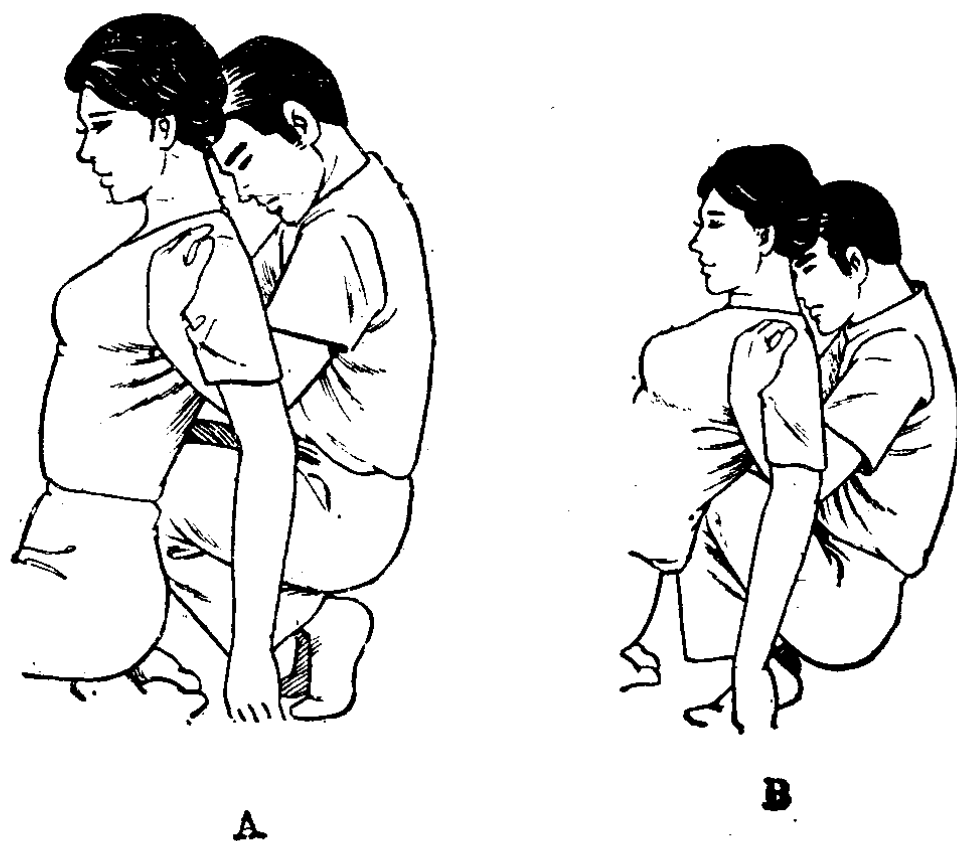


图 1

双脚踮立后顶住患者腰的中部，双手从患者的腋下伸过，轻轻勾住肩部并向后拉。此时两人的头必定接触，使患者的身体不能躲避（图1A）。然后用双膝沿与脊柱成直角的方向用力前顶，从骨盆上方的腰椎开始，直至肩胛骨下方的胸椎止，分五六个点进行调整。动作要领是术者的额部始终顶住患者的枕部，患者的双手应自然下垂，全身放松。加力时如听到喀嚓喀嚓的矫正音即为成功（图1B）。

（2）压揉全部骶棘肌

主要目的是解除腰部肌群紧张和僵硬。操作时术者的双

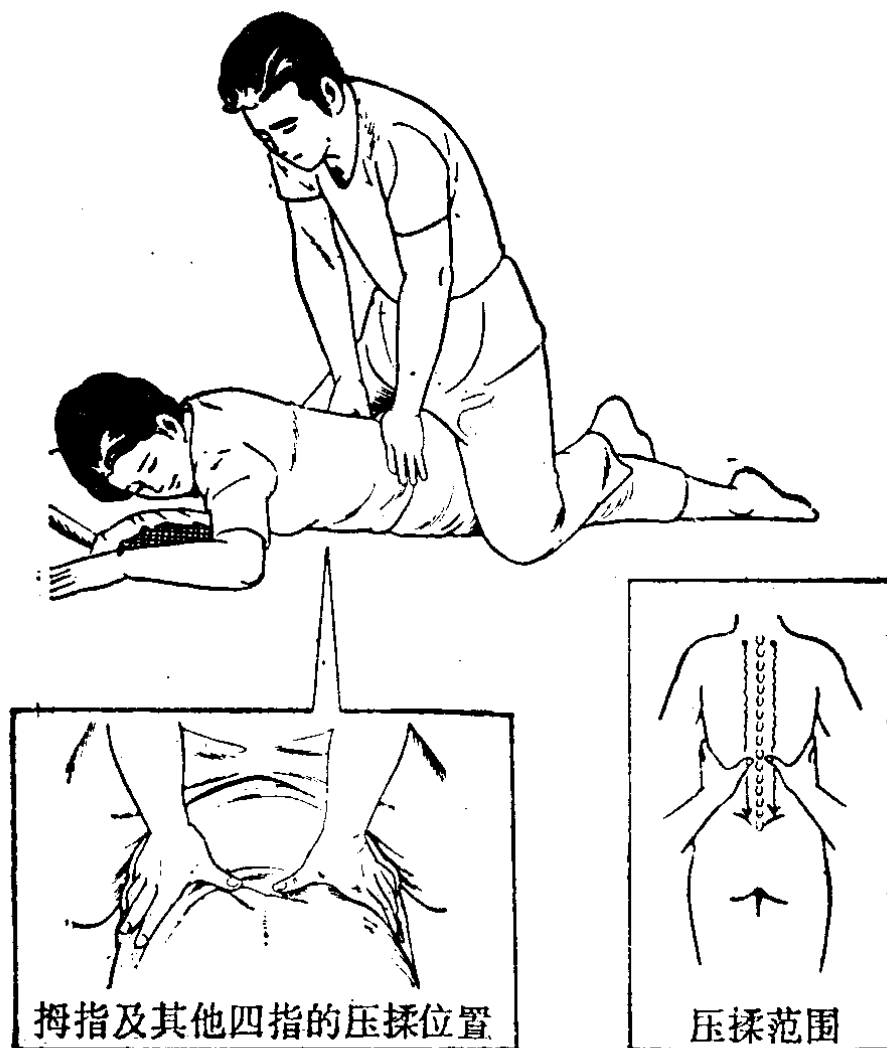


图 2

腿分开跪骑在患者的臀部上，然后用双手拇指垂直压揉骶棘肌。术者身体应随压揉部位的变换而移动，以保证压揉方向始终是垂直的。压揉分10个点，反复2次（图2）。

（3）压揉左大粗隆上部

用以解除左侧臀部肌群的紧张和僵硬。操作时术者跪骑在患者的左腿上，左手落地支撑，用右手拇指在左大粗隆上方压揉25次。如在肌群中发现有僵硬的地方，应重点压揉，直至松弛为止（图3）。

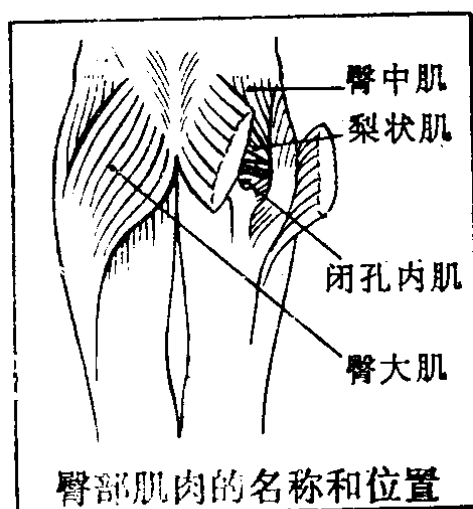
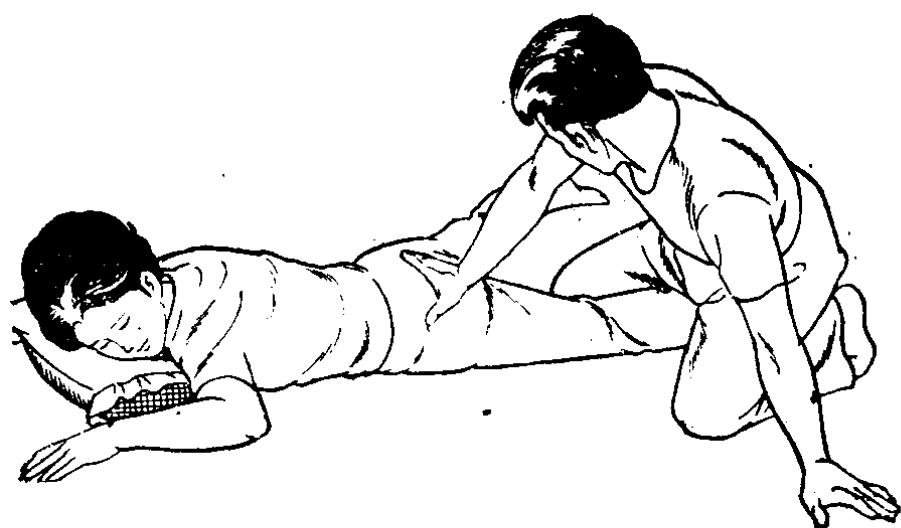


图3

(4) 压揉右大粗隆上部

见图80。

(5) 矫正左骶髂关节

患者左侧卧位，左腿自然伸直，右腿自然向前弯曲。术者双腿分开跪在患者的右腿左右，左肘压在患者的右臀部上，右手支撑在患者的右肩部。加力时患者的腰必随之扭转，感到有阻力时，利用身体的重力再次瞬间加压。反复进行数次。当患者的腰左右旋转时能听到矫正音即为成功(图4)。

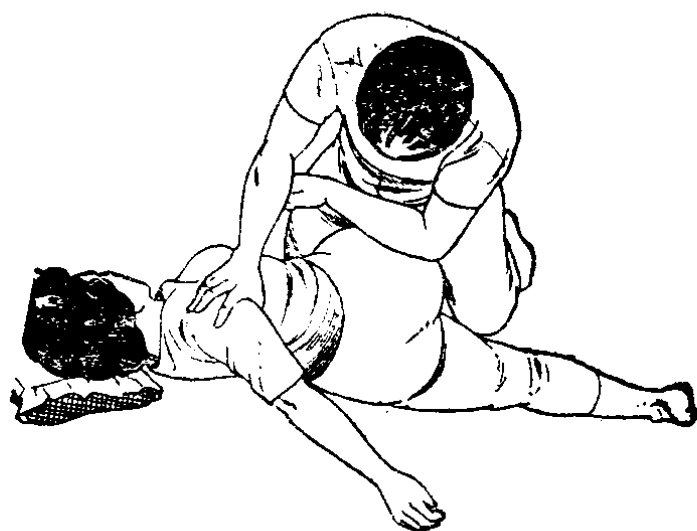


图 4

(6) 矫正右骶髂关节

患者右侧卧位，右腿自然伸直，左腿自然向前弯曲。术者双腿分开跪在患者左腿左右，右肘压在患者的左臀部上，左手支撑在患者的左肩部。加力时患者的腰必随之扭转，感到有阻力时，利用身体的重力再次瞬间加压。反复进行数次。当患者的腰左右旋转时能发出矫正音即为成功(图5)。

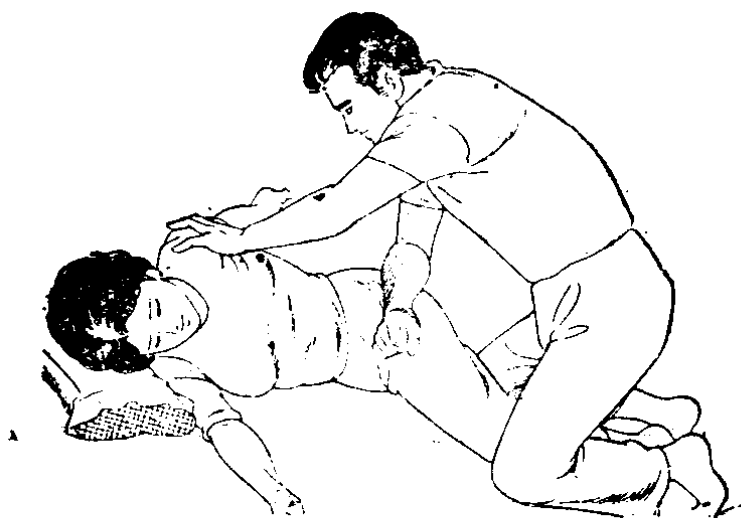


图 5

经过一次治疗，很多患者的腰痛都能消失，如仍有痛感，可重复治疗数次，相信您的腰痛症一定会好的。