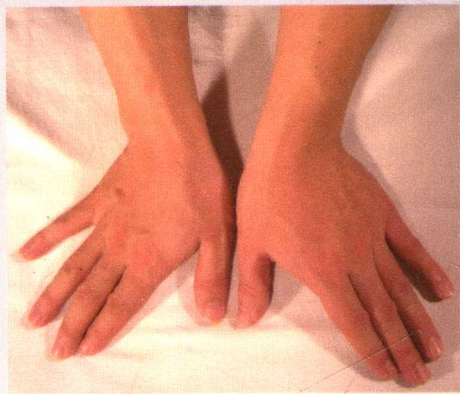


推拿按摩

治疗常见病

第2版



编著 李鸿江

推拿按摩

治疗常见病

第2版



编 著 李鸿江

协助整理 高明杰 李健荣 李健军 李健玲
李健平 孟庆臣 黄志军 闫晓虎
杨雪梅 孟博洋



人民卫生出版社

图书在版编目(CIP)数据

推拿按摩治疗常见病/李鸿江编著. —2版. —北京:
人民卫生出版社, 2007. 5

ISBN 978-7-117-08485-7

I. 推… II. 李… III. 常见病-按摩疗法(中医)
IV. R244. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 013363 号

推拿按摩治疗常见病 第 2 版

编 著: 李鸿江

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

网 址: [http://www. pmph. com](http://www.pmph.com)

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

购书热线: 010-67605754 010-65264830

印 刷: 北京智力达印刷有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 787×1092 1/16 印张: 37.5

字 数: 889 千字

版 次: 2001 年 3 月第 1 版 2007 年 5 月第 2 版第 4 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-08485-7/R · 8486

定 价: 59.00 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



李鸿江，字永年，号大方。河北沧州人，北京铁路总医院副主任医师。20 世纪 50 年代师承北京四代祖传御医“金针李”李桐华，并一直从事中医临床工作，擅长中医各科，尤其是推拿、按摩、针灸、正骨。

编辑出版《中华手法医学大全》、《捏筋拍打疗法》、《中医正骨手法》、《中华推拿医学志》、《颈肩腰痛保健功法》等 10 余部专著，其中《捏筋拍打疗法》已译成日文在日本发行。发表论文 50 多篇，并获首届“国际人体科学大会二等奖”、“世界传统医学优秀成果国际金杯奖”、“中华华佗杯一等奖”、“全国优秀论文奖”等奖，其中“谈谈腰痛”拍成录像由中央电视台向国内外播放。

曾兼任中国肩关节周围炎学术研讨会理事、中国腰椎间盘突出学术研讨会副理事长、中国气功武术名家联谊会荣誉会长等职。为全国铁路多次举办医学专业学习班，培养了一大批骨伤推拿专业人才。并应邀去俄罗斯讲学，主持“中国专家门诊”工作，治愈了不少疑难病症，被誉为“一双金手”。多次参加全国和国际学术会议，被载入《中国大百科专家人物专集》和《世界名人录》，在国内外同行中享有较高声誉。

联系电话：010 62272544

序

中国传统医学中，用手治病的方法，是最早最原始的医学，是中国医学的萌芽，三千年来，随着历史的延续，社会的前进，传统医学中，用手治病的医学，也在不断的发展和充实。

自有历史文献可考据的秦汉时期起，在首先问世的中医理论经典著作《黄帝内经》一书中，共 36 卷 162 篇，其中论及按摩手法的理论内容，竟有 14 篇。更有历史上第一部按摩专著《黄帝岐伯按摩十卷》也出现于同一时期，这足以说明，当时用手治病的医学地位，是相当高的，也是非常盛行的，是一高度发展的学科。并提出了手法医学的专用词汇“按摩”，这就是医学中用手治病的最早的代表名称。《内经》一书中还载有“导引按跷”，推测当时已能运用“导引”、“按跷”等体功方法，进行防治疾病较为盛行而列入史册。

“推拿”一词，出现于明代，在按摩手法医学防治疾病的基础上，又有了新的独特的体系，此种医学理论，仅适用于治疗小儿疾患，其代表著作有《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》，说明了用手治病的医学理论和词汇，也是在不断的提高和创新。

几千年来，中国传统手法医学，已经有了很大的发展，它用各种不同的手法，防治各科系的很多疾患，已被国人和国际友人所赏识，并十分乐意选用和学习。因此，吾辈不单要很好继承先人的宝贵经验和理论，而且应在此基础上，有所研究、有所前进、有所发现、做出时代的贡献。

李鸿江医师，汇集了大量的文献资料，用个人的丰富临床经验，经过分析推敲，和重新整理编著了本书，图文并茂，易懂易学。我认为本书为学习、参考和研究做出了贡献。是一本叙述手法医学理论比较全面的著作，是广大热爱手法医学者的好读物，也是中国传统手法医学工作者的好参考书，为手法医学的标准化、规范化的研究工作，提供了很好的素材。

中国中医研究院广安门医院

李祖谟

1992 年 9 月于北京

序

吾与鸿江师弟，相识 30 多年，彼此甚为了解。那是在 50 年代后期，一起学习中医。

鸿江师弟，天资聪慧，勤奋好学，精通中医理论，擅长中医、针灸、正骨、按摩，对中国传统手法医学颇有研究。无论是基础理论，还是临床实践，均具有较深的造诣，而今已是硕果累累，蜚声海内外的中医骨伤科专家了。

近 10 多年来，在各种医学刊物上，发表了数十篇学术论文，并与他人合作，编写出版了《中华推拿医学志——手法源流》、《捏筋拍打疗法》和《中医正骨手法》等医学专著，其中《捏筋拍打疗法》已被译成日文，在日本出版发行。并多次应邀参加全国性和国际性学术会议，以及出国讲学，交流学术经验，进行手法表演，对中国传统手法医学事业的发展，起到了积极的促进作用。

鸿江师弟，虽已步入“知天命”之年，但仍在为继承和发扬祖国医学，孜孜不倦地奋笔疾书，将自己多年以来积累的宝贵医学经验，不断的总结整理出来，贡献给人类的医疗保健卫生事业。

近来又完成了《推拿按摩治疗常见病》一书的文稿，即将出版，请余审阅，托吾作序。余瞻阅之后，甚感欣慰，全书收录了古今中外有关推拿按摩手法医学的中西医学理论，和运用手法治疗内、外、妇、儿、五官各科疾病，以及治疗各种跌打损伤和骨折的方法。并且有所发现，有所创新，提出了不少新颖的观点，为中国传统手法医学的研究，打开了良好的开端，实为中国传统手法医学的一大贡献，它将对中国传统手法医学的发展，起到积极的推动作用。遂不揣冒昧，欣然命笔，叙之笺端，略表心意，以作为序。

北京铁路总医院中医骨科

李 宗 民

1994 年 10 月

前 言

推拿按摩手法，是一门既古老而又新兴的学科。说其古老，是因其历史悠久，源远流长；说它新兴，是因其近代，尤其是建国以来，得到了迅速的发展，被国内外医学界所瞩目。它在中医学和西医学两种医学理论的指导之下，在中西医结合创造东方新医学的道路上，迈开了新的步伐。

中医用草药，针灸用针艾，而推拿按摩手法，是医生运用双手，施以各种不同的手法，作用于患者不同的部位，而治愈内、外、妇、儿、五官各科疾病和损伤。各种手法的不同排列组合，可发挥出不同的治疗作用，方法简便，收效迅速，用之得当，可获立竿见影之功效。况且，又可免除“扎针之痛，服药之苦”，深受国内外广大患者的欢迎。

余自 20 世纪 50 年代，从事岐黄之学，开始用药，继而用针，针药并举，犹感不足。至 70 年代便毅然“放弃针药，崇尚手法”，深究细研，受益匪浅。不但运用手法治愈了不少骨伤科疾病和损伤，而且还治好了不少内、外、妇、儿、五官等各科疑难病症，被病家赞誉为“国医神手，手法精湛，手到病除，妙手回春”等。

各种手法，千变万化，蕴藏在广大人民中间。各种流派，五花八门，还有待于广大医务工作者，打破门户之见，总结整理，继承发扬。推拿按摩手法的医学理论，及其作用机理，有待于进一步研究探讨，发掘整理和提高。在此思想的指导之下，余曾与他人合作，主笔编写出版了《中华推拿医学志——手法源流》、《捏筋拍打疗法》和《中医正骨手法》等书籍。与此同时，也开始了编写《中国手法医学概论》（突出理论）和《中华推拿医学手法大全》（突出手法）以及《推拿按摩治疗常见病》（突出临证治疗）的准备工作。

近 30 多年来，走遍了祖国各地，大江南北，长城内外。参加了不少国内国外和地区性的推拿按摩正骨手法学术会议，走访了不少专家名手；参阅了古今中外大量的手法医学专著和报刊杂志等有关资料。搜集了全国各位专家的各种推拿按摩理论，和运用推拿按摩手法治病的特点，博采众家之长，融会贯通，纂集成册，定名为《推拿按摩治疗常见病》，以飨读者。

本书以中医理论为基础，结合西医医学知识，运用推拿按摩手法，治疗内、外、妇、儿、五官各科疾病和损伤。并结合古代和现代的哲学思想及唯物辩证理论，提出了一些新的观点和看法，具有一定的科学性、逻辑性和实用价值。可供从事推拿按摩手法专业的临床和教学人员参考使用，也可供初学和业余爱好者学习。

本书在整理编写过程中，参阅了大量的有关专著论文和杂志等资料，得到了北京铁路总医院各级领导和广大同道的大力支持，叶汝俊同志为本书摄影，中国中医研究院著名骨伤科专家、中国传统医学手法研究会理事长李祖谟和秘书长李宗民审阅并作序，在此一并表示衷心的感谢。

推拿按摩手法医学，虽然古老，但却新兴。在此新兴阶段，尚需不断地得到充实和提高。诚望以此抛砖引玉之举，唤起广大业斯道者的共同努力，还望广大同道不吝赐教，提出充实修改意见，而使其更趋完善。出版在即，仓促为之，诚恐挂一漏万。又况水平能力所限，书中舛错谬误之处，实属难免，敬请广大同道和读者批评指正为盼！

编 者

2006年10月于北京

修 订 说 明

本书自 2001 年 3 月出版以来,深受广大读者的好评,出版 3 年 4 次印刷,发行超过万册,不少读者来电来信要求拜师学艺或咨询有关问题。特别是本专业的同道和业余爱好者还提出不少修改补充的意见和建议,如有的同道指出本书应当把各种手法具体要领和操作步骤、功能、作用、注意事项等详细描写,便于学习提高;有的业余爱好者建议把经络穴位以图解方式标定清楚,以一目了然;还有的建议简要介绍中医基础理论的阴阳五行及脏腑经络学说,常言道“脏腑不明、盲子夜行,经络不明、愚人迷路”。所以,借此再版之机,对本书进行了一些必要的修改和补充,以使其更加完善。

本书修订后,由原来的上、下两篇,增订为上、中、下三篇,共 17 章。上篇,基础理论 1~4 章,第 1 章推拿按摩概论;第 2 章推拿按摩基础;第 3 章经络学说;第 4 章推拿按摩手法的手式和用具。中篇推拿按摩手法 5~10 章,较为详细地介绍了各种推拿按摩手法、正骨手法和小儿推拿手法,以及各种手法的辨证施术规律、不同排列组合的医疗作用,以及各种病症治疗手法的套路、常规等。下篇病症治疗 11~17 章,阐述了内科、妇科、五官科、小儿科及骨伤科等 250 多种病症的推拿按摩、正骨治疗方法。

本书是以中医理论为基础,结合西医学理论知识,融入一些自己的医疗经验,运用推拿按摩手法治疗各种病症的总结。主要供从事推拿按摩手法医疗的临床和教学人员参考,也可供喜欢推拿按摩的人员和业余爱好者学习。

本书在编写修订过程中,不仅参阅了有关专著期刊等资料,而且还得到了有关人员的大力支持,在此表示衷心感谢!因水平所限,虽然修订再版,但仍恐书中存在舛错谬误之处,还望广大同道不吝赐教,提出修改意见,使其更加完善。

编 者

2006 年 10 月于北京

目 录

上篇 基础理论

第一章 推拿按摩概论	3
第一节 概述	3
第二节 各种手法的命名	4
一、单一性手法的命名	4
二、复合性手法的命名	5
三、特定手法的命名	6
第三节 各种手法的分类	7
一、阴阳动静分类法	7
二、五行五脏分类法	8
三、功能作用分类法	9
第四节 手法的三大基本要素	10
一、手法的熟练程度	10
二、手法的作用力	11
三、手法的着力点	14
第二章 推拿按摩基础	17
第一节 阴阳五行学说	17
一、阴阳的基本概念	17
二、五行的基本概念	18
第二节 脏腑学说	20
一、五脏	21
二、六腑	21
第三章 经络学说	23
第一节 概述	23
第二节 十二经脉	24
一、手太阴肺经	25
二、手阳明大肠经	26
三、足阳明胃经	29

四、足太阴脾经	32
五、手少阴心经	35
六、手太阳小肠经	36
七、足太阳膀胱经	38
八、足少阴肾经	44
九、手厥阴心包经	46
十、手少阳三焦经	48
十一、足少阳胆经	50
十二、足厥阴肝经	54
第三节 奇经八脉	56
一、督脉	57
二、任脉	59
三、冲脉	62
四、带脉	62
五、阳跷脉	62
六、阴跷脉	62
七、阳维脉	62
八、阴维脉	63
第四节 十五络脉	63
一、手太阴络脉列缺	63
二、手少阴络脉通里	63
三、手厥阴络脉内关	63
四、手阳明络脉偏历	63
五、手太阳络脉支正	63
六、手少阳络脉外关	64
七、足阳明络脉丰隆	64
八、足太阳络脉飞扬	64
九、足少阳络脉光明	64
十、足太阴络脉公孙	64
十一、足少阴络脉大钟	64
十二、足厥阴络脉蠡沟	64
十三、任脉络脉鸠尾	64
十四、督脉络脉长强	64
十五、脾经大络大包	64
十六、胃经大络虚里	64
第五节 经外奇穴	65
一、头面部奇穴	65
二、胸腹部奇穴	66
三、腰背部奇穴	67

四、上部部奇穴	69
五、下部部奇穴	69
第六节 经别经筋及皮部	70
一、十二经别	70
二、十二经筋	70
三、十二皮部	71
第四章 手法的手式和用具	72
第一节 手式	72
一、指式	72
二、掌式	75
三、拳式	78
四、臂肘式	80
第二节 手法的用具	81
一、点穴按摩用具	81
二、捶击拍打用具	82
第三节 手法的介质	83
一、接触性介质	83
二、间隔性介质	84

中篇 推拿按摩手法

第五章 点穴类手法	89
一、点法	89
二、按法	95
三、摩法	100
四、压法	103
五、捏法	108
六、掐法	111
七、扳法	114
八、拨法	116
九、刮法	119
十、挤法	121
十一、弹法	122
十二、颤法	123
第六章 放松类手法	126
一、推法	126
二、拿法	132
三、提法	137

四、抓法	142
五、揉法	144
六、捻法	150
七、攘法	152
八、运法	155
九、抖法	156
十、荡法	157
十一、搓法	160
十二、擦法	166
十三、梳法	169
十四、挠法	169
十五、划法	171
十六、抹法	173
十七、拂法	176
十八、振法	178
十九、挪法	179
二十、捋法	180
第七章 活动关节类手法	182
一、牵引法	182
二、牵抖法	185
三、引伸法	187
四、拔伸法	191
五、折屈法	196
六、扳转法	198
七、抖转法	202
八、旋转法	203
九、旋摇法	204
十、摆摇法	208
第八章 拍打类手法	212
一、指打法	212
二、掌打法	215
三、拳打法	218
第九章 特定手法	222
第一节 一般特定手法	222
一、头面部特定手法	222
二、颈项部特定手法	232

三、肩及上肢部特定手法·····	236
四、胸腹部特定手法·····	243
五、腰背部特定手法·····	249
六、下肢部特定手法·····	254
第二节 正骨手法·····	260
一、整复骨折的手法·····	261
二、整复脱位的手法·····	264
第三节 小儿推拿手法·····	265
一、小儿推拿基本手法·····	266
二、小儿推拿特定手法·····	270
三、复式操作手法·····	276
第十章 推拿按摩辨证施术·····	279
第一节 手法的辨证运用·····	279
一、阴阳八纲辨证施术方法·····	279
二、脏腑经络辨证施术方法·····	280
三、皮脉肌筋骨辨证施术方法·····	281
四、一般手法的施术规律·····	282
第二节 手法套路·····	282
一、头痛治疗手法套路·····	283
二、牙痛治疗手法套路·····	284
三、眼病治疗手法套路·····	284
四、鼻炎治疗手法套路·····	284
五、耳病治疗手法套路·····	285
六、颈椎病治疗手法套路·····	285
七、肩周炎治疗手法套路·····	286
八、肘部治疗手法套路·····	287
九、腕部治疗手法套路·····	287
十、胸部治疗手法套路·····	288
十一、腹部治疗手法套路·····	288
十二、背部治疗手法套路·····	289
十三、腰部治疗手法套路·····	289
十四、膝部治疗手法套路·····	290
十五、踝部治疗手法套路·····	290
第三节 手法常规·····	291
一、头面部手法常规·····	291
二、颈肩部手法常规·····	292
三、上肢部手法常规·····	292
四、胸腹部手法常规·····	293

五、腰背部手法常规·····	293
六、下肢部手法常规·····	294
七、足踝部手法常规·····	295
八、全身保健手法常规·····	295

下篇 病症治疗

第十一章 内科病症 ·····	299
感冒·····	299
咳喘（支气管炎）·····	301
头痛 头晕·····	301
高血压病·····	305
心绞痛（冠心病、心律失常、心悸、怔忡）·····	307
胃脘痛·····	309
膈肌痉挛·····	310
胃、十二指肠溃疡·····	312
胃下垂·····	313
胃黏膜脱垂症·····	314
慢性胆囊炎·····	315
慢性腹泻（慢性肠炎、结肠炎）·····	315
便秘·····	316
尿频、尿失禁·····	317
癃闭（尿闭、尿潴留）·····	319
泌尿系感染（尿道炎、膀胱炎、肾盂肾炎）·····	320
前列腺炎·····	320
肾下垂·····	321
腹痛（腹胀、少腹痛）·····	322
面神经麻痹（口眼喎斜、面瘫）·····	323
臂丛神经炎（臂丛神经痛）·····	324
多发性神经炎·····	325
神经衰弱·····	326
瘧症（歇斯底里）·····	327
失眠·····	329
昏厥·····	329
脑血管意外后遗症（半身不遂）·····	331
糖尿病·····	332
肥胖症·····	333
第十二章 妇科病症 ·····	335
痛经·····	335

闭经·····	336
月经不调·····	337
功能性子宫出血(崩漏)·····	338
月经前后诸症·····	339
白带·····	340
盆腔炎·····	341
子宫脱垂·····	342
产后乳汁不足·····	343
急性乳腺炎·····	344
产后腹痛·····	344
妇女尿失禁·····	345
更年期综合征·····	345
第十三章 五官科病症·····	348
近视眼·····	348
麻痹性斜视·····	349
眼睑下垂·····	350
急慢性鼻炎·····	351
鼻塞·····	352
牙痛·····	353
耳鸣 耳聋·····	353
声门闭合不全(嘶哑、失音)·····	355
第十四章 小儿科病症·····	357
小儿发热·····	357
小儿感冒·····	359
急性支气管炎·····	361
支气管肺炎·····	361
支气管哮喘·····	362
暑热症·····	363
百日咳·····	364
麻疹·····	365
流行性腮腺炎·····	366
小儿惊风·····	366
小儿夜啼·····	368
小儿口腔炎·····	369
小儿呕吐·····	370
小儿腹泻·····	372
小儿痢疾·····	373

小儿腹痛·····	374
小儿肠套叠·····	374
小儿便秘·····	375
小儿脱肛·····	376
小儿遗尿·····	377
小儿尿潴留·····	377
小儿营养不良·····	378
小儿佝偻病·····	379
小儿肌性斜颈·····	380
小儿疝气·····	381
小儿先天性马蹄内翻足·····	381
小儿髋关节滑膜炎·····	382
小儿髋关节扭伤·····	384
小儿麻痹后遗症·····	384
小儿产伤麻痹·····	387
小儿脑性瘫痪·····	387
第十五章 软组织损伤和病症·····	390
第一节 头颈部软组织病伤·····	390
颞颌关节炎·····	390
颈部扭伤·····	391
落枕·····	391
颈椎病·····	392
前斜角肌综合征·····	397
颈肋综合征·····	399
第二节 躯干部软组织病伤·····	400
肩胛周围肌肉损伤·····	400
胸部肌肉拉伤·····	401
胸壁挫伤·····	401
胸部迸伤·····	402
剑突综合征·····	403
肋骨尖端综合征·····	404
肋软骨炎·····	404
腹部肌肉拉伤·····	405
耻骨炎综合征·····	405
背部软组织损伤·····	406
棘上韧带损伤·····	407
棘间韧带损伤·····	408
肋椎关节损伤·····	409