

全国著名中医经验集丛书

段胜如

正骨按摩经验



段胜如

著



人民卫生出版社

段胜如

正骨按摩经验



全 国 著 名 中 医 经 验 集 丛 书

段胜如

正骨按摩经验

◎ 段胜如 著

段又瑞

段援朝 协助整理

段望五

人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

段胜如正骨按摩经验/段胜如著. —北京:
人民卫生出版社, 2007. 5

(全国著名中医经验集丛书)

ISBN 978 - 7 - 117 - 08452 - 9

I. 段… II. 段… III. 正骨疗法—经验
IV. R274. 2 R244. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 001360 号

全国著名中医经验集丛书

段胜如正骨按摩经验

著 者: 段胜如

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>

E - mail: 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: 850×1168 印张: 15 插页: 2

字 数: 336 千字

版 次: 2007 年 5 月第 1 版 2007 年 5 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978 - 7 - 117 - 08452 - 9/R · 8453

定 价: 29.00 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



段胜如，江西南昌人，汉族，1922年出生，1948年毕业于江西医学院，1955年调至中医研究院，拜杜自明先生为师，系统学习中医正骨按摩，1965年起，历任中医研究院广安门医院骨科副主任、主任，1982年获国家卫生部科学成果乙级奖，1992年起享受国务院特殊津贴。

自序

我1948年毕业于江西医学院，留附属医院外科任住院医师。1952年参加抗美援朝，任江西手术医疗队队长，赴朝鲜中国人民志愿军一分部第一基地医院工作二年。朝鲜停战后，参加战争创伤工作总结，1954年回国，提升为江西医学院外科教研室讲师兼附院外科主治医师。1955年调北京中医研究院参加第一期西医学习中医班学习，后留中医研究院广安门医院，拜四川成都骨伤科名老中医杜自明为师，继承抢救杜老的临床经验。1960年与全科合作，主编杜氏《正骨经验概述》一书，在人民卫生出版社出版。杜老认为一个中医骨伤科医师，首先要自己身强体壮，手劲有力。为此，他每晚亲自带领传授一种外练筋骨内练气的“达摩老子洗髓易筋经”功术，整整教练了一年。此后，我不论寒冬酷暑或出国医疗，从不间断，受益匪浅。深深体会到一个中医骨科医师坚持练功之重要，它不仅能强壮身体，而且与手法治病的疗效密切相关，它是中医正骨医师的一门基础课，故愿以此相告后人。

在随师临床学习的同时，自学了历代中医骨伤科书籍，力求理论与实践结合，以加速继承工作，并利用专访学习及

外出开会的机会，向北京、天津、上海、河北、山东、福建等地的一些骨伤科名老中医学习，以博采众长丰富自己。我是一个西医学习中医的人，在继承发扬祖国医学过程中，牢记前人名言：“古法之佳者守之，垂绝者继之，不佳者改之，未足者增之。西方医学可采者融之”。50年来，我应用现代医学科学知识，结合自己的临床实践，深感中医骨伤科的特点在手法，治疗是以手法为主，配合功能锻炼，辅以药物。手法对筋的紧张、痉挛甚至挛缩以及关节运动范围的受限，或错骨缝，都有独到的较好疗效。我认为一个错了位的新鲜骨折，一个离开了正常位置的脱臼，一条伤后挛缩的肌肉，只有及时用手法方能使其归还原位，恢复正常，决不是单纯药物所能奏效，也不是手术所能全包，这就给中医骨伤科医师有了活动空间与用武之地。

晚年学有所成，曾于1979年奉派赴尼泊尔参加全尼医学会议，会上宣读了《纸板加压垫法治疗腕舟骨骨折》的论文，获得与会者好评。此项研究1982年获卫生部科技成果奖。1984年应邀赴沙特阿拉伯为重要人物治病，1987年及1989年两度应香港中医治脊学会及骨伤科学会邀请，前往讲学并指导临床治疗，这既宣扬了中国医学，又体现了手法特点之长。由于在医疗实践中成绩突出，享受了国务院批准的政府特殊津贴。在主持北京中医学会和中西医结合研究会正骨按摩学术委员会的十余年间，每年办学习班一次，为培养提高青年医师的技术和理论水平作出了一点贡献。

我写这本书的重点，是手法治疗筋伤，这是中医骨伤科的特长。对于骨折和脱臼，不泛泛而论，只叙述自己治疗的有其独到之处者。此外还有个人练功健身的一些感受。我只想将自己亲身体会的成功与失败的经验教训，实事求是的记

录下来，不照抄书本。我深信实践是检验真理的唯一标准，这本书若经得历史的检验，方不负妻子吴淑容再三催促和鼓励，帮助我誊写之情。她要我写下自己的经验、体会，为后世留下一点有用的东西。这也是我写作此书的目的。

我坚定地认为，中医正骨手法，是祖国医学精华的一部分，是中医特长之一。虽然，目前的核磁共振也不能诊断软组织陈旧性损伤或粘连，但不等于就没有这些病。现在西医院有些骨科大夫，当影像学上看不出问题，立即说休息休息就会好的，甚至武断的说，不许按摩，越按摩越坏。其实这正是中医的用武之时。因为我们中医是用手法治疗的。查得清，摸得准，治得好。正如中医正骨先人所云“一旦临证，机触于外，巧生于内，手随心转，法从手出。虽在肉里，以手扪之，自悉其情，法之所施，使患者不知其苦。”病人愿找中医治疗，是有亲身体会的。虽然手法治疗，较辛苦又累，赚钱也少一点，但我辈恰逢承受发扬祖国医学的历史使命，决不能抛弃中医按摩推拿的特长与精华。愿以同道共勉。

段胜如

2006年5月

中医正骨按摩推拿面临失传危险

——代前言

祖国医学是一个伟大的宝库，中医正骨按摩推拿传统疗法是祖国医学的重要组成部分，因其具有简便验廉、疗程短、疗效高、病人痛苦少、经济负担轻等优越性，为广大患者所乐于接受。

我是1955年响应党的号召第一期调京学习中医的西医。曾系统学习中医理论，参加抢救高龄老中医宝贵临床经验，并拜四川成都正骨名中医杜自明(当时他是周总理的保健大夫)为师，迄今从事中医科教研工作50年，对祖国医学深有感情。

中医和西医是两种不同学术体系，中医正骨按摩推拿是中医理论指导下的一种传统疗法。远在《黄帝内经》中就有“按跷”的记载；唐朝有蔺道人写的正骨专著；清代由皇家修撰出版的《医宗金鉴》著有《正骨心法》；民间老中医手中也蕴藏有大量正骨推拿按摩的宝贵临床经验。我后来还向天津的李墨林，上海的魏指薪、石筱山，福建的林如高，北京双桥老太太罗有名等正骨老中医学习过。他们治疗骨折，先用手法整复，再用夹板固定。对软组织损伤，如颈椎病、腰椎间盘突出症、膝关节老年骨性关节炎等，均用手法按摩推拿，由于没有在原来的病情上再增加手术创伤，恢复快，疗效好。中医正骨按摩推拿的独到疗效决不是现代各种先进仪器或手术所能替代的。

令我深感忧虑的是，中医手法正骨按摩推拿这一传统疗法正面临失传的危险。在市场经济大潮的涌动下，一些中医医院的领导只注重经济效益，忽略发扬祖国医学的历史使命；很多医生只考虑创收，不愿运用疗效好、花费少的中医正骨按摩推拿疗法为病人治疗。例如颈椎病，中医按摩推拿治疗一次只许收费 25 元。以一周三次计算，一个月治疗 12 次，费用只有 300 元，就算病情较重，在门诊连续治两个月，也只有 600 元；而手术治疗收费 1466 元，还不包括住院费和药费。腰椎间盘突出症，中医推拿治疗一次，也只能收费 25 元；若手术治疗要 1279 元，住院费和药费也是一笔不小的开支。

由于中医正骨按摩推拿收费过低，许多本会应用手法正骨按摩推拿的中医，改用手术治疗或内服药治疗。而以上所举的两种病是物理压迫性疾病，非内服药所能解决；而且，这类脊柱手术必须凿开椎体的骨环才能摘出髓核，创伤较重，常留后遗症。这种收费政策也使一些中医药大学毕业的青年中医不愿学习传统的中医正骨按摩推拿，而热衷手术，导致中医正骨按摩推拿疗法后继乏人。

因此我呼吁拯救祖国医学精华——中医正骨按摩推拿，尽快建立鼓励应用手法接骨及对软组织疾病采用按摩推拿疗法的机制。要制定有利于继承发扬中医正骨按摩推拿疗法的收费政策。中医药高等院校应广招人才，聘请有中医传统正骨按摩推拿专长的人为老师，传授理论与技艺，培养具有中医特色的骨科医师。医院也应聘请有真才实学的中医骨科退休人员临床带徒传艺。对肯于钻研、学有所长、临床治疗水平高、治疗效果显著的医师，应给予相应的荣誉。

在近代，中医发展是很坎坷的，1914 年中华民国教育

总长汪大燮明言，“余决意今后废去中医，不用中药”。1924年通过余云岫提案，“旧医需要登记，有执照营业，也要再接受补充教育。禁止旧医学校。禁止报章媒体介绍宣传旧医”。现在时移与势易，党对中西医一碗水端平，就看我们中医们如何发扬祖国医学了。

段胜如

2006年5月

内 容 提 要

本书系统整理了我国著名中医骨伤专家段胜如先生的正骨按摩经验。

本书分四部分：软组织损伤的诊治、骨折的诊治、脱位的诊治、养生诸法。在写作过程中注重突出中医特色，突出作者比较成熟的经验，重点内容论述较为详明。本书对中医骨伤科临床、科研工作者有较大的参考价值。

目 录

第一部分 软组织损伤

第一章 手法概述	3
第一节 颈部手法.....	4
第二节 胸背部手法.....	9
第三节 肩部手法	10
第四节 肘部手法	12
第五节 腕部手法	14
第六节 腰部手法	15
第七节 骶、尾、髻、髻部手法	19
第八节 膝部手法	19
第九节 踝跖部手法	21
第二章 关节锻炼	23
第一节 颈部锻炼	23
第二节 腰部锻炼	24
第三节 肩关节锻炼	25
第四节 肘关节锻炼	26
第五节 腕与指关节锻炼	26

第六节	髋关节锻炼	26
第七节	膝关节锻炼	27
第八节	踝关节锻炼	28
第三章	软组织损伤的治疗	29
第一节	颞颌关节损伤	29
第二节	颈椎病	32
第三节	落枕	49
第四节	婴儿先天性肌性斜颈	51
第五节	胸锁乳突肌扭伤	53
第六节	颈部挫伤	55
第七节	项背肌综合征	57
第八节	胸部岔气(胸壁挫伤)	58
第九节	肋软骨炎	60
第十节	菱形肌扭伤	63
第十一节	大圆肌扭伤	64
第十二节	肩关节周围炎	66
第十三节	肩关节粘连性强直	77
第十四节	肱二头肌长头腱断裂	81
第十五节	肩关节不能举起综合征	84
第十六节	肘部挫伤	86
第十七节	肘关节粘连性强直	89
第十八节	肱骨外上髁炎(网球肘)	94
第十九节	肘部创伤性尺神经炎	99
第二十节	肘关节骨性关节炎	101
第二十一节	肘关节骨化性肌炎	104
第二十二节	捻发音腱鞘炎	107
第二十三节	桡骨茎突部狭窄性腱鞘炎	109

第二十四节	腕关节急性扭挫伤	110
第二十五节	腕关节慢性劳损	114
第二十六节	腕背腱鞘囊肿	115
第二十七节	腕管综合征	117
第二十八节	屈指肌腱狭窄性腱鞘炎	119
第二十九节	腕、指关节粘连性强直	122
第三十节	指关节扭挫伤	125
第三十一节	掌指关节错位	127
第三十二节	腰椎间盘突出症	128
第三十三节	急性腰扭伤	138
第三十四节	腰椎滑脱	141
第三十五节	骶椎裂合并第五腰椎喙状棘突 畸形综合征	155
第三十六节	第三腰椎横突综合征	157
第三十七节	第五腰椎横突一侧翼状肥大综合征	160
第三十八节	腰椎后凸综合征	162
第三十九节	腰胸椎棘突间疼痛综合征	165
第四十节	腰肌劳损	167
第四十一节	腰骶髂关节致密性骨炎	169
第四十二节	类风湿强直性脊柱炎	173
第四十三节	骶髂关节错骨缝	178
第四十四节	骶尾部挫伤	182
第四十五节	梨状肌综合征	185
第四十六节	坐骨结节滑囊炎	189
第四十七节	髋关节粘连性强直	190
第四十八节	股四头肌扭伤	193
第四十九节	股内收肌扭伤	195

第五十节	股薄肌劳损	197
第五十一节	膝退行性严重功能障碍关节炎	198
第五十二节	膝关节粘连性强直	212
第五十三节	膝关节创伤性滑膜炎	221
第五十四节	膝关节交锁	224
第五十五节	腘窝囊肿	227
第五十六节	膝关节内侧副韧带扭伤	229
第五十七节	膝关节内侧副韧带断裂	231
第五十八节	膝关节外侧副韧带扭伤	234
第五十九节	膝关节错位	236
第六十节	胫腓上关节扭伤	239
第六十一节	腓肠肌扭伤	241
第六十二节	跖肌拉伤	242
第六十三节	刺激性神经痛综合征	243
第六十四节	踝关节扭伤	245
第六十五节	踝关节粘连性强直	251
第六十六节	跟腱损伤	255
第六十七节	单纯先天性马蹄内翻足	258
第六十八节	足背部腱鞘囊肿	262
第六十九节	足背与足底部软组织挛缩综合征	264
第七十节	足副舟骨畸形综合征	267
第七十一节	跟骨刺综合征	269
第七十二节	类风湿性跟骨炎	273

第二部分 骨 折

第一章	正骨手法概述	277
第二章	骨折的治疗	280
第一节	鼻骨骨折合并鼻偏曲	280

第二节	肱骨大结节骨折	282
第三节	肱骨外科颈骨折	285
第四节	肱骨干骨折	287
第五节	肱骨外髁骨折	292
第六节	肱骨内上髁骨折	302
第七节	肱骨小头骨折	308
第八节	桡骨头骨折	310
第九节	尺骨上 1/3 骨折合并桡骨头脱位	313
第十节	陈旧性桡尺骨干骨折遗留成角畸形	316
第十一节	桡骨远端骨折	318
第十二节	史密斯骨折	322
第十三节	腕舟骨骨折	323
第十四节	掌骨骨折	345
第十五节	肋骨闭合性骨折	347
第十六节	脊柱胸腰段椎体压缩骨折	352
第十七节	骨盆骨折脱位	357
第十八节	尾骨骨折	360
第十九节	成人股骨头缺血性坏死	363
第二十节	儿童股骨头缺血性坏死	367
第二十一节	踝部骨折	370
第二十二节	陈旧性双踝骨折距骨错位	378
第二十三节	陈旧性腓骨远端骨折距骨错位	386
第二十四节	跗跖关节骨折脱位	390

第三部分 脱 位

第一章	脱位手法概述	397
-----	--------	-----