



正脊

按摩法

韩伟
张学沛◆编著

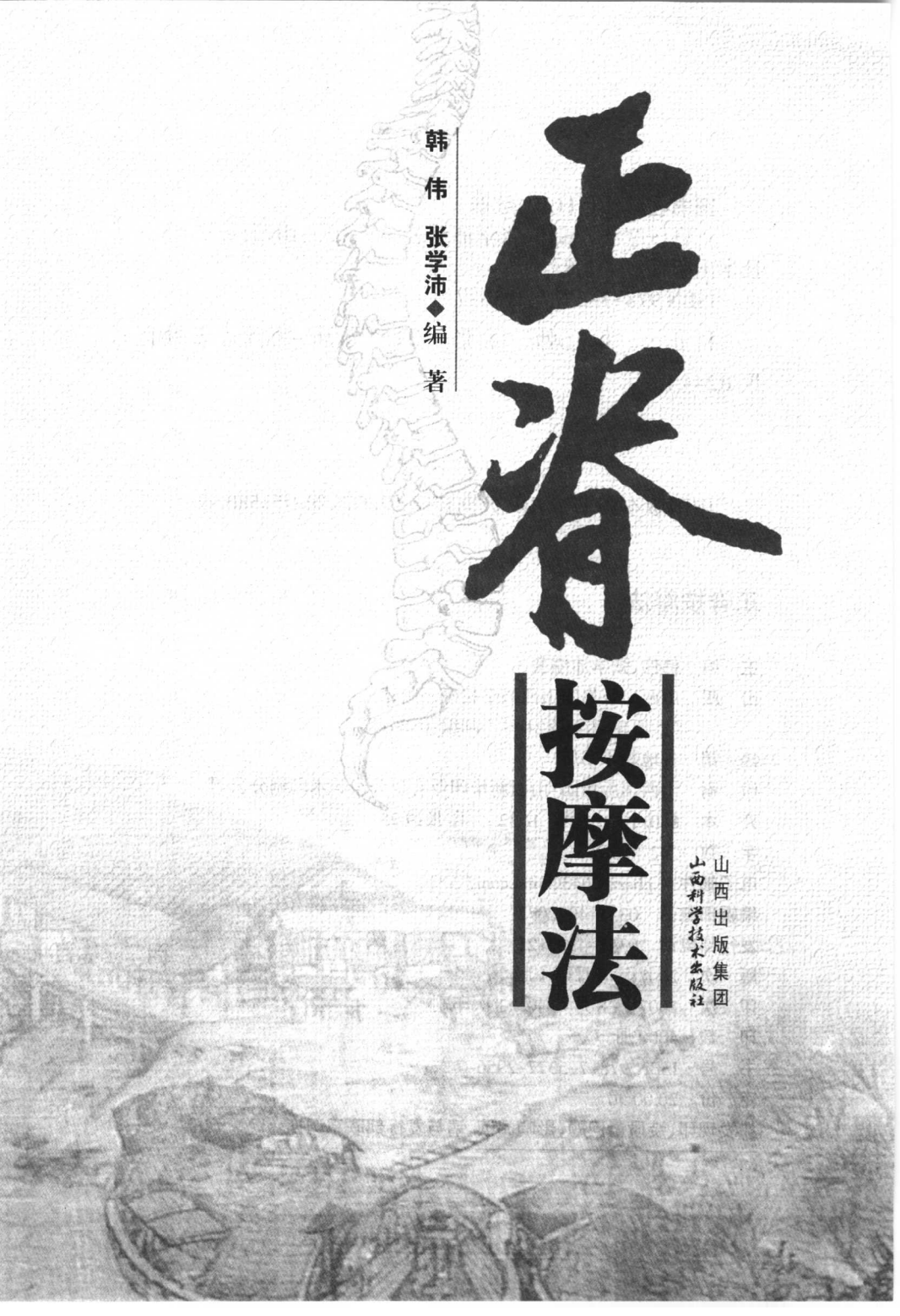
山西出版集团
山西科学技术出版社

正脊

按摩法

韩伟 张学沛 编著

山西出版集团
山西科学技术出版社



图书在版编目(CIP)数据

正脊按摩法 / 韩伟, 张学沛编著. — 太原: 山西科学技术出版社, 2007. 8

ISBN 978-7-5377-2956-7

I. 正… II. ①韩… ②张… III. 脊椎病 - 按摩疗法(中医)

IV. R244.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 058580 号

正脊按摩法

主 编 韩伟、张学沛编著

出 版 山西出版集团山西科学技术出版社
(太原建设南路 21 号 邮编: 030012)

经 销 各地新华书店

印 刷 山西出版集团·山西新华印业有限公司美术印刷分公司

开 本 880×1230 毫米 1/32 印张: 9.25

字 数 242 千字

电子邮件 cbsztc2643@sina.com

编辑部电话 0351-4922073

发行部电话 0351-4922121

版 次 2007 年 8 月第 1 版

印 次 2007 年 8 月太原第 1 次印刷

印 数 4000 册

书 号 ISBN 978-7-5377-2956-7

定 价 20.00 元

如发现印、装质量问题, 影响阅读, 请与发行部联系调换。



1985 年韩伟同罗有名恩师合影留念



韩伟医生近照

正脊按摩法



1985 年韩伟同恩师罗有名为患者疗伤



2006 年韩伟医生给患者检查治疗



引 文

怀念罗有名老师在聊城

我拜罗有名为师学习正骨医术，是一次机缘巧合。那是 1985 年入伍后在北京部队医院实习期间，父亲从老家聊城到北京看我，在途中下车时扭伤了脚髁，一夜过后痛得更重，第二天一早，我陪父亲准备去找一家骨伤科医院治疗。那时是没有经济条件“打的”的，只有乘公交车。在下车时，父亲的伤脚又扭了一下，痛得他“哎哟”一声坐在地上。这时，正好有一位满头白发的老太太从我们身后走过来，她看到后便问：“先生怎么啦？”父亲说：“我的脚髁扭伤了。”“脚髁扭了”老太太重复了一句，看了看父亲痛苦的样子，说：“我是个医生，让我帮你看一看。”说着，她扶父亲坐在地上，我扶靠在父亲背后，并帮父亲脱下受伤脚上的鞋子。老太太蹲下来，拉直父亲受伤脚的那条腿后，一手握住父亲受伤的足尖，一手捏到足髁处，握足尖的手轻轻摇摆，问：“这样痛吗？”父亲说：“痛”。只见老太太握足尖的手一摆动，说声“好了，站起来走走看”。“走走看？”父亲用不敢置信的眼光看着老太太，没有动。老太太又说：“站起来走走看。”我扶父亲站起来，父亲很小心地用伤脚轻轻点着地面挪了一步，再挪一步。之后，似乎觉得没有这样小心的必要了，他大胆的走了几步，高兴地说：“伟，真的好了，一点也不痛了。”我惊异地看着父亲刚才还痛得不能站立的伤脚，只觉得这老太太真神了，却没说出话来。父亲忙着向老太太道谢，问她的名字。老太太说：“我叫罗有名，你近两天注意不要太多活动就行了。”老太太说完话，瘦小的身影便溶入了人群之中。

“罗有名！爸爸，那老太太就是正骨大师罗有名！”爸爸倒没听

正脊按摩法



说过这个名字，忙问：“罗有名是什么样的奇人？他怎么用手一摸，这脚就好了！”我真的兴奋极了，以往只是在传说中听过罗有名神奇的正骨故事，今天竟然亲眼看到她为父亲治病！于是，我把我所听到的罗有名的事迹一一讲述给爸爸听。

如罗有名建国前随红军长征，为将士们疗伤治病，建国后曾担任过周恩来总理的保健医师，后来在北京双桥开办罗有名中医骨伤科医院，她的医术、医德广为中央领导和社会各界赞誉等等。父亲默默的听着，良久没有说话。我拉了一下爸爸的手说：“爸，你想什么？”父亲看着我说“伟，你去跟那罗老太太学医吧，学会这技术，咱们聊城那些骨伤腰痛病人就不发愁啦！”我诧异地看着父亲，父亲一时间怎么想得这么远，这么离奇？这是我根本就不曾想，也不敢想的事，要知道，罗老太太是国内极负盛名的正骨大师，更何况罗氏正骨术是他们罗氏家族秘不外传的绝技。我怎有可能学到这门技术呢？当我向父亲讲了这些情况后，父亲的态度却没有动摇，他说：“没事，你一定要学。”父亲的话说得那样自信。

两个月后，父亲又到北京来，见我第一句话就说：“伟，你拜罗有名老师学医的事已经妥了。”我真的吃惊了，不禁问了一句不该问的话：“真的吗？”父亲笑了，说：“爸还能给你说假话？连你们部队领导也大力支持，你们卫生所负责同志最近就要给你安排去那里学习了。”我兴奋的不知该怎样表达激动的心情，我第一次内心感到父亲真的了不起。

父亲告诉我说，拜罗有名为师学医的事联系非常顺利。这次从聊城来北京，首先去双桥罗有名中医骨伤科医院，向罗有名医师为自己治疗脚伤表示感谢，同时向罗有名医师介绍说：“聊城是山东省最贫穷的地区，经济落后。农民劳动受伤损后缺医少药，在那里40岁以上的人，70%患有腰腿痛病。我当了多年乡镇书记，对这一情况非常了解，但又无法改变这种状况。上次你给我治脚伤，我突然想到，你这套不打针、不吃药、空手治病的技术特适合聊城那块穷地区，所以我想要我儿子韩伟拜你为师，学习医术，以后好为聊城的穷苦人治病疗伤。罗老师你能答应吗？”罗老太太很认真地听



着，在父亲提出这一请求后，问：“那天扶你的年青军人是你儿子吗？”父亲说：“是，他叫韩伟。”罗老太太听后立即表态说：“好，我就破家规收你这个儿子为正式门徒。”父亲长吁了口气，原准备的许多请求的话全用不上了。只是未明白罗老太太为什么这样容易的答复了自己的要求。父亲走到罗老太太面前倒地下拜，叩了三个头说：“罗老师，从此以后你就是我的妈妈，我感谢你支持我，让我以后能有条件为聊城人办一件特别有意义的实事。”罗老太太说：“好，好，我今天又收下一个好儿子。多少年来，到这里要求拜师学艺的人很多，他们都是仰慕罗氏技术学艺养身、学艺养家的，你就不同了。你能想到为民众解除疾苦、实在难得，我破例收下韩伟这个外姓人作我的门徒，心里很乐意。”

罗有名老师虽然一直为高层领导负责保健工作，但她心里始终想着为广大贫苦群众治病疗伤。她所创立的双桥罗有名中医骨伤科医院就是同行业中收费最低，为穷人免费治疗最多的医院。

我在罗有名老师身边学医3年，她那时已年逾80，仍坚持上班治病，每遇到重病，复杂病情的病员，总要亲自检查诊断，甚而亲自施治。特别在她为一些身高体胖的患者治疗时，我总为她捏一把汗、生怕反伤了她自己，但罗老师的医术手法已到炉火纯青，她虽然身体瘦弱，却能举重若轻，四两拨千斤轻而易举的施治成功。她习惯于边做边讲解，对每一个技术细节都讲解得清清楚楚。有些要点，总要求施术完全正确为止。

在学习的3年中，最使我难忘的是罗有名老师在聊城的那段日子。父亲的真诚不仅让我成为正式的罗门弟子，他还把罗有名老师请到聊城，为那里的骨伤病人治病。并同当地医疗部门共同成立了“鲁西北骨伤病康复中心”，同时又办了一期急性骨伤处理短期培训班。培养了一批骨伤病应急处理人员。由于父亲工作敬业、踏实，无论上层领导还是基层群众，都特别信任他。尽管如此，也出现过领导不相信父亲的事情。

在请罗有名老师到聊城之前，父亲找市里一位卫生主管部门领导谈自己的计划说：“我们镇里正在筹备成立一个“鲁西北骨伤病

正脊按摩法



康复中心，”请北京有名的正骨大师罗有名坐诊治病，订于本月 12 日开业，届时请市领导参加我们的欢迎仪式。”那位领导听了说：“那好，那好，一定去。”其实，心里并未当真，认为一个乡镇干部请罗有名这样的大师到聊城来为一般人坐诊治病是不可能的，韩书记只是随便说说罢了。没有人对这件事认真。而 12 号那天，罗有名同两位正骨专家、两名助手一行 5 人准时到了聊城。这真使市领导们大出意外，更有些手忙脚乱，因为接待安排基本未做。同时，心里也佩服父亲说到做到的工作作风。

罗有名来聊城的消息迅速传开，要求治疗的人们，当天便在罗有名所住的招待所门前排起了长队。罗有名老师看到后便坚持立即开始接诊治疗。那天，直工作到晚上 8 点，病人们感到老人太辛苦了，不忍在让她继续工作，纷纷自动返回，罗老师才得以休息。那次陪同罗老师到聊城的两个助手中，其中一个就是我。按计划，北京专家每月在聊城轮流坐诊，10 天一班，罗有名老师则要求每月坐诊 20 日，那段时间，罗有名老师坐诊的东昌府区医院骨科病人爆满，病人从边远乡镇，乃至一些市、县不断的涌向聊城。罗老师几乎是废寝忘食，特别是一些农民患者们，大多不具讲卫生的条件，他们 10 天半月不洗脚、不洗澡是常事，背上捏一把能看到指印，一双脚可以臭三间屋。罗老师从不嫌他们脏，治疗时，她用她的胳膊抱定患者满是汗污的肩背作脊椎复位，用她的双手握住病人臭气熏天的脚趾疗伤。累了，便坐在地上施治，但她从不说累。

记得有一次，一个坐拖拉机从东阿来的腰扭伤患者，一路颠簸，疼痛更重，他们一大早动身，到聊城时已中午 12 点半了，罗老师刚刚下班，洗了手准备吃饭。当得知病人疼重，又是从东阿来的时，她把已盛好的饭放下，便匆匆去了医院。罗老师为他作了检查后，确定是急性腰扭伤，她立即施治，让助手稳定患者身躯后，采用她最常用的旋转复位法，瞬间治疗结束，抬着进门诊的患者，10 分钟后走着出来了。这样的事，在罗老师行医中早已不是奇事，而是太普通、太平常的事了，和罗老师一同来的两位专家也非常辛苦，他们这次来，加班加点的治病，只是拿自己的工资，并无额外



的加班费，按罗老师的安排，在聊城门诊，只按原收费标准的 1/3 收费，更有很多贫困农民是全免费治疗的。门诊所收费用，用于住宿、生活、车旅费等方面的费用（罗有名到聊城，坚持一切开支费用自理）。聊城人称罗有名老师是菩萨、是圣医、神医，直到现在，提起罗老师，聊城人总有讲不完的故事。

在聊城的那段日子里，接触农村的病人特别多，大多是腰、颈椎疾病和骨伤病人。可能因我是聊城人，对聊城情况熟悉，也许是老师的偏爱，老师诊疗时总是让我陪伴她身边，做他的助手。由于那段时间内得到老师的言传身教和有着充分的实践机会，对罗氏正骨手法我有了深刻的感悟，这为我后来从事正骨医疗奠定了坚实的基础。

在这里，还要提到我特别感念的另一位老师——罗金殿老师，他是罗有名老师的侄子。那时，他正年富力强（现已 80 岁高龄），加之手法娴熟，是代表罗氏正骨技艺的传人。罗金殿老师尊重、疼爱罗有名老师，凡遇需要耗费力气、处理复杂的病例，他总是要替罗老师出手，要我做他的助手，我稍有注意力不集中，或手法不准确，他都会毫不留情的批评我。我之所以有今天的医术，应当感恩罗有名老师，同时还要感恩罗金殿这位严师。

由于种种客观因素，罗老师的医疗队要回北京去了。聊城的人们舍不得，他们围着罗老师、围着医疗队，希望他们能长期留在聊城。但这又是是不可能的。在那场景中，使我至今一直难忘的是当时罗有名老师投向我的那双目光。罗老师看了看我，问：“你知道你爸爸为什么叫你拜师学艺吗？”我说：“知道。”“那就好”罗老师点了点头。之后，我接受了罗老师的安排，即每月回聊城应诊一周。

我学医 3 年，回聊城后，就安排在聊城市东昌府区第三人民医院骨伤科。在那里一呆就是 20 年，接诊骨伤病患者数以万计，其间，多家条件优越的外地医院希望我“跳”过去，但我不能去，主要是我心中沉着对父亲和老师的承诺。改革开放后，经济迅速发展，人们的工作结构发生了巨大变化，城市人下乡办企业、乡下人

正脊按摩法



进城淘金，人们对正骨医疗的需求，对健康的需求更为普遍和迫切。如何能为社会的需求更多的做一些贡献，如何更有意义的实践对前辈的承诺，成为我新的追求。我想，我应把我所领悟的“罗氏正骨”内涵，我所总结的“正脊保健”认识，我所归纳的“正脊按摩”套路，著书出版，开门办学，把我所掌握的一切向社会公开，实现最大范围的普及，让更大范围的人群受益。为了这一愿望，我于2005年离开了深烙着对老师情感印记的聊城，应邀走向重庆。这项技术迅速向西安、广州、上海、新加坡、日本、德国等国内外普及。正是在这一过程中，笔者在自己的电子邮箱（cdyghanwei@163.com）中，网站地址 CQCQ8.com，联系电话：13883658953 不断收到同行们的问疑、指导而广泛交流、受益颇多。这可能是笔者立足为最底层人们的健康服务而获取的最大收获和心灵的慰藉吧！

韩 伟



引
文



前 言

随着社会经济的发展，人们对保障身体健康，提高生存、生活质量日趋重视，在医疗卫生知识方面有了更多的了解。因此，不服药、不打针、不手术、无副作用、无需复杂设备、仅以双手操作即可达到祛病保健目的的推拿按摩术，尤其受到人们的青睐，由于推拿按摩术既适于急性病的施救与治疗，又适于慢性病的治疗与康复，同时也适于放松生活的休闲保健。这一古老医术，无论在城市还是在乡村均有普遍应用。无论人们贫富贵贱和地位高低都同样的需要和乐于接受。这是推拿按摩得以千年承传至今并蓬勃发展的原因。正因为蓬勃发展，人们对健康有着更高的迫切的期望，所以，也不断地对这一特殊疗法提出技术、质量、效果诸方面的新要求。

如何满足这些方面的要求，如何推动按摩保健术的发展，笔者认为应首先从理论、技术、施术方法几方面考虑。一是在继承中医理论的同时，吸收现代医学有关认识，特别是解剖学，生理学，脊柱及相关疾病研究的认识，共同指导推拿按摩在临床上的应用。二是技术上的提高，集各家之长，发现不足，取长补短，对各家技术综合利用。三是施术方法的革新，追求施术简便，有规律可掌握的既具有治疗疾病作用，又具有康复和预防保健综合功效的按摩技术。要具备这三方面的条件，又必须要求我们对治疗与保健的关系，器质性病变与功能性疾病的关系，

正脊按摩法

脊柱与相关疾病的关系重新认识。在重新认识的基础上归纳、总结、寻找按摩保健发展的新视点。笔者正是基于以上认识,结合20多年来的临床实践心得,提出“正脊按摩法”并编写成书。

在本书中,笔者提出传统按摩在发展中存在的不足,同时提出中西医理论与临床实践结合是实现传统按摩发展的基础,提出正脊按摩保健法,提出对人体生命活动中枢的脊柱保健为“君”,以人体生命信息传导通道经穴为“臣”,以按摩部位变化、穴位加减为“佐”,以按摩手法为“使”组成按摩处方。这类按摩处方可使松散的各种按摩方法应用集约化、有序化、规律化,使之具有易学习,易掌握,易操作,疗效稳固,应用便捷的特征。从而为传统按摩施术的发展开拓一片新的空间。

由于书中所述只是个人观点、个人经验,必然不尽正确。但此书又毕竟是一位按摩医师的敬业体现和收获。因此,笔者谨以此书,献给引导笔者终生投入按摩保健事业的罗有名恩师。献给年近古稀仍为人类健康不懈奉献的罗金殿、罗金官老师。同时,也真诚的奉献给按摩界的同仁以及热爱生命,热爱生活的保健者。并希望得到师长和同仁的批评指导以点石成金,以便能为传统按摩术的发展,技术、质量、效果的提高做出点滴贡献。

在这里还要特别提及的是,在本书编写过程中,山东省聊城市东昌府区第三人民医院、重庆市得一保健馆,为本书提供了丰富的临床资料,在出版过程中,山西科学技术出版社给予的大力支持,笔者借此机会顺致诚挚的感谢。

韩 伟

正脊按摩法



目 录

第一章 弘扬国医按摩，与不足中求发展 / 1

第一节 门派之见、施术松散，流于经验形式 / 1

第二节 治疗与保健、功能性质分家 / 4

第三节 职业分工与施术习惯形成按摩功效的脱节 / 6

第四节 按摩保健，技术走低 / 6

第二章 寻找传统按摩发展的突破口 / 8

第一节 中医学理论相结合指导传统按摩的发展 / 8

第二节 脊柱与相关疾病病理性质的关系 / 9

第三节 脊柱器质性病变与相关疾病的病理转化 / 10

第四节 按摩施术与中医用药在治疗疾病中的关系 / 13

第五节 由中药方剂学考虑按摩处方的组成 / 14

第三章 正脊按摩 / 16

第一节 什么是“正脊” / 16

第二节 为什么提出正脊按摩 / 17

第三节 借鉴现代医学对脊柱功能研究的认识 / 18

第四节 应用传统按摩“罗氏正骨”手法 / 22

第四章 正脊按摩常用经穴简介 / 34

第一节 经络分布及功能作用 / 34

第二节 人体背侧常用经穴 / 39

第三节 人体腹侧常用经穴 / 53



目

录

正脊按摩法



第五章 脊柱的神经分布及功能 / 63

- 第一节 颈部神经 / 63
- 第二节 胸部神经 / 66
- 第三节 腰部神经 / 67
- 第四节 骶尾部神经 / 69

第六章 脊柱肌肉群的结构与功能 / 70

- 第一节 颈部肌肉群 (附 6.1) / 70
- 第二节 背部肌肉群 / 72
- 第三节 腰、骶尾部肌肉群 / 73

第七章 脊柱骨骼结构及功能 / 75

- 第一节 颈椎的生理结构及功能 / 78
- 第二节 胸椎的生理结构及功能 / 79
- 第三节 腰椎的生理结构及功能 / 80
- 第四节 骶尾骨的生理结构及功能 / 84
- 第五节 脊髓的生理结构及功能 / 85

第八章 正脊按摩常用手法及功法 / 87

- 第一节 正脊按摩常用手法 / 87
- 第二节 正脊按摩手法、功法习练要求 / 105
- 第三节 正脊按摩技术应用特点 / 107
- 第四节 按摩用药及辅助康复器材简介 / 109
- 第五节 按摩禁忌证 / 111

第九章 正脊按摩施术基础方 / 113

- 第一节 正脊整体按摩基础方 / 113
- 第二节 正脊强元按摩基础方 / 116
- 第三节 正脊专项按摩基础方 (男、女) / 117



正脊按摩法



第四节 颈、肩正脊康复按摩基础方 / 118

第五节 胸、背正脊康复按摩基础方 / 119

第六节 腰、腿正脊康复按摩基础方 / 119

第七节 儿童正脊按摩基础方 / 120

第十章 正脊整体按摩基础方及临证加减应用 / 124

第一节 亚健康 / 124

第二节 强直性脊柱炎 / 126

第三节 中风后遗症 / 128

第四节 高血压 / 131

第五节 肥胖病 / 134

第六节 痛风 / 137

第七节 白细胞减少症 / 139

第八节 更年期综合征 / 141

第九节 慢性荨麻疹 / 145

第十节 瘙痒症 / 147

第十一章 正脊强元按摩基础方及临证加减应用 / 150

第一节 早搏 / 150

第二节 病态窦房结综合征 / 152

第三节 慢性支气管炎 / 155

第四节 支气管哮喘 / 157

第五节 消化性溃疡 / 160

第六节 胃下垂 / 163

第七节 慢性胆囊炎 / 165

第八节 糖尿病 / 168

第九节 肾盂肾炎 / 171

第十节 肾虚症 / 174

第十一节 慢性非特异性溃疡性结肠炎 / 176



正脊按摩法



第十二节 肠道易激惹综合征 / 178

第十三节 习惯性感冒 / 180

第十四节 神经衰弱 / 182

第十二章 男、女专项正脊按摩基础方

临证加减应用 / 185

第一节 慢性宫颈炎 / 185

第二节 子宫脱垂 / 187

第三节 慢性盆腔炎 / 189

第四节 痛经 / 192

第五节 闭经 / 195

第六节 不孕症 / 197

第七节 男性不育症 / 199

第八节 慢性前列腺炎 / 201

第九节 前列腺增生 / 203

第十节 黄褐斑 / 207

第十一节 痤疮 / 210

第十二节 斑秃 / 212

第十三节 女性生殖系保健 / 215

第十四节 男性生殖系保健 / 217

第十五节 驻容养发 / 219

第十三章 正脊颈、胸、腰椎康复按摩基础方

的临证加减应用 / 222

第一节 偏头痛 / 222

第二节 眩晕 / 224

第三节 落枕 / 227

第四节 耳鸣 / 228

第五节 耳聋 / 230

第六节 慢性咽炎 / 232