

中医推拿

“按”调治疾病，“动”恢复功能。

按动疗法

北京按摩医院薪火相传的按摩秘法首次成书

智照林◎编著



北京科学技术出版社

中医推拿按动疗法

智照林 编著

 北京科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中医推拿按动疗法/智照林编著. —北京: 北京科学技术出版社, 2014. 12

ISBN 978 - 7 - 5304 - 7415 - 0

I. ①按… II. ①智… III. ①推拿 IV. ①R244. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 198464 号

中医推拿按动疗法

作 者: 智照林

策划编辑: 赵 晶 翟景慧

责任编辑: 夏 乐 杨佳佳

责任校对: 贾 荣

责任印制: 李 茗

出 版 人: 曾庆宇

出版发行: 北京科学技术出版社

社 址: 北京西直门南大街 16 号

邮政编码: 100035

电话传真: 0086 - 10 - 66135495 (总编室)

0086 - 10 - 66113227 (发行部) 0086 - 10 - 66161952 (发行部传真)

电子信箱: hjkjpress@163.com

网 址: www.bkydw.cn

经 销: 新华书店

印 刷: 保定市中华美凯印刷有限公司

开 本: 850mm × 1168mm 1/32

字 数: 300 千

印 张: 13.875

版 次: 2014 年 12 月第 1 版

印 次: 2014 年 12 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5304 - 7415 - 0/R · 1809

定 价: 39.00 元



京科版图书, 版权所有, 侵权必究。
京科版图书, 印装差错, 负责退换。

前 言

北京按摩医院始建于 1958 年，是一所以推拿按摩为特色的中医专科医院，为国家中医药管理局中医推拿重点专科建设单位。医院推拿（按摩）技术力量雄厚，推拿专业技术人员已达 100 余人，具有高级职称专业技术人员达 20 余人，本院有许多医生从事临床工作几十年，具有丰富的临床经验和独特的推拿手法。

按动疗法（亦称按动手法）是我院各位老专家在继承北京地区著名推拿（按摩）前辈手法的基础上，通过长期临床经验总结并不断向各家学习，而形成的以“按动”为特色的临床治疗方法。

按动疗法是以推拿八法，即推、拿、揉、压、颤、敲、搓、动为基础并结合临床实践而形成的一整套“按与动”相结合的特色手法。属于动静结合的治疗方法。早在 20 世纪 90 年代初，我院在组织撰写《中国按摩全书》的过程中，医院专家曾多次论述按动疗法的理论依据及临床应用。按动疗法的“按”不单指用指、掌、肘在人体一定部位进行按压的方法，还包括与揉、推、拨、颤、扳等手法相结合组成的复合手法；“动”则是配合“按”施用旋转、摇、推、扳、牵等运动类手法使相关的肢体关节产生屈伸旋转运动的方法。按法与动法相结合的操作手法可达到纠正紊乱（错缝）、舒筋止痛、改善功能、调整脏腑的目的。按动疗法目前是北

京市中医药科技项目（JJ2011-90）、北京中医药薪火传承“3+3”工程项目（2013-JC-05）。

笔者曾师从于我院知名老专家、北京市级名老中医王友仁主任医师，成为其学术经验继承人。按动疗法是王友仁老师治疗疾病尤其是筋伤疾病的核心。经过3年多的师承学习，潜心研究，笔者对中医推拿（按摩）有了全新的认识，尤其是通过对“按与动”相结合的特色手法即“按动疗法”的大量临床实践，发现其具有提高临床疗效、针对性强、省时省力、立竿见影的特点。按动疗法不仅使笔者的推拿技术水平得到了显著提高，而且赢得了广大患者的良好口碑。

因此，特著此书详细介绍我院特色手法即按动疗法，并与同行共同探讨，以弘扬中医推拿（按摩）事业。

本书在编写过程中，得到了王友仁老师的悉心指导，特此致谢。

由于笔者水平和认识有限，书中若有不足之处，敬请读者及同行指正，以期使该疗法日臻完善，更好地为广大患者提供疗效更加显著的治病方法。

智照林

2013年12月于北京按摩医院

目 录

第一章 按动疗法的理论基础 / 1

第一节 按动疗法概述 / 1

一、按动疗法定义 / 1

二、中医推拿手法分类的历史沿革 / 1

三、按动疗法的分类 / 2

四、中医传统手法与按动疗法治疗疾病作用 机制的对比探讨 / 5

第二节 中医学关于按动疗法的作用原理 / 9

一、平衡阴阳 / 9

二、调和五行生克制化 / 10

三、调节经络 / 11

四、调整气血 / 11

五、调筋整骨 / 12

六、调理脏腑 / 14

第三节 现代医学关于按动疗法的作用原理 / 15

一、压应力型手法的作用机制 / 15

二、拉应力型手法的作用机制 / 16

三、神经调节的机制 / 16

四、体液调节的机制 / 17

五、心理调节的机制 / 19

六、脏腑功能调节的机制 / 19

七、调整解剖位置异常 / 26

第二章 按动疗法的相关知识 / 27

第一节 推拿手法的技术要求 / 27

第二节 推拿常用手法 / 28

2 中医推拿按动疗法

- 一、按法 / 28
- 二、摩法 / 30
- 三、推法 / 31
- 四、拿法 / 34
- 五、攘法 / 35
- 六、一指禅推法 / 36
- 七、揉法 / 39
- 八、点法 / 41
- 九、捏法 / 43
- 十、拨法 / 44
- 十一、擦法 / 45
- 十二、搓法 / 47
- 十三、抖法 / 48
- 十四、振法 / 50
- 十五、摇法 / 51
- 十六、拔伸法 / 55
- 十七、屈伸法 / 58
- 十八、扳法 / 59

第三节 推拿常用复合手法 / 69

- 一、按揉法 / 69
- 二、弹拨法 / 71
- 三、推摩法 / 72
- 四、勾点法 / 73
- 五、扫散法 / 75
- 六、揉捏法 / 76

第四节 按动疗法的特点 / 77

- 一、适应证广，治疗病多 / 78
- 二、治病求本，标本兼治 / 78
- 三、省时省力，针对性强 / 79
- 四、疗效显著，立竿见影 / 79

第五节 按动疗法的理论体系 / 80

- 一、局部按动法 / 80
- 二、脊柱关节整复法 / 81

- 三、远端按动法 / 82
- 第六节 按动疗法的操作要领 / 84
 - 一、体位 / 84
 - 二、强度 / 84
 - 三、角度 / 85
 - 四、作用点 / 85
 - 五、方向 / 86
 - 六、手形 / 87
- 第七节 按动疗法的适用范围 / 88
 - 一、骨伤科疾病 / 88
 - 二、内科疾病 / 88
 - 三、妇科疾病 / 88
 - 四、男科疾病 / 88
- 第八节 按动疗法的注意事项 / 89
 - 一、禁忌证 / 89
 - 二、注意事项 / 89
- 第三章 按动疗法的特色选穴 / 92
 - 第一节 经络与腧穴 / 92
 - 一、十四经脉的名称与相互关系 / 92
 - 二、十四经脉的体表循行 / 93
 - 三、穴位的分类 / 95
 - 四、经络与穴位的作用 / 96
 - 五、穴位的主治功能 / 96
 - 六、配穴规律及方法 / 98
 - 七、常用穴位 / 103
 - 第二节 特定穴的应用 / 122
 - 一、原、络穴的应用 / 122
 - 二、俞、募穴的应用 / 123
 - 三、募穴配下合穴 / 123
 - 四、交会穴的应用 / 123
 - 第三节 平衡选穴法 / 124
 - 第四节 全息选穴法 / 125
 - 第五节 经验选穴法 / 128

4 中医推拿按动疗法

第六节 对应选穴法 / 129

第四章 按动疗法临床常用诊断检查 / 133

第一节 各部位检查 / 133

一、头面部检查 / 133

二、胸腹部检查 / 136

三、颈项部检查 / 138

四、脊柱检查 / 140

五、骨盆检查 / 145

六、肩部检查 / 147

七、肘部检查 / 150

八、腕关节与手部检查 / 152

九、髌部检查 / 154

十、膝部检查 / 157

十一、踝关节与足部检查 / 160

第二节 神经功能检查 / 162

一、肌力检查 / 163

二、感觉检查 / 165

三、反射检查 / 166

四、自主神经功能检查 / 169

第三节 影像学检查 / 169

一、X线检查 / 170

二、CT检查 / 170

三、MRI检查 / 170

第四节 经络穴位诊断法 / 170

一、检查方法 / 171

二、异常反应 / 171

三、临床应用 / 172

四、经络性疼痛诊断 / 172

第五章 按动疗法治疗骨伤科疾病 / 174

第一节 脊柱小关节紊乱 / 174

一、概述 / 174

二、解剖生理 / 174

三、病因病机 / 175

- 四、临床表现 / 175
- 五、检查 / 176
- 六、诊断与鉴别诊断 / 176
- 七、按动手法治疗 / 177
- 八、注意事项 / 181
- 第二节 落枕 / 182
 - 一、概述 / 182
 - 二、解剖生理 / 182
 - 三、病因病机 / 183
 - 四、临床表现 / 183
 - 五、检查 / 183
 - 六、诊断与鉴别诊断 / 184
 - 七、按动手法治疗 / 184
 - 八、注意事项 / 187
 - 九、验案举例 / 188
- 第三节 项痹病（颈椎病） / 188
 - 一、概述 / 188
 - 二、解剖生理 / 189
 - 三、病因病机 / 190
 - 四、临床表现 / 191
 - 五、检查 / 192
 - 六、诊断与鉴别诊断 / 193
 - 七、按动手法治疗 / 195
 - 八、注意事项 / 200
 - 九、验案举例 / 200
- 第四节 岔气 / 201
 - 一、概述 / 201
 - 二、解剖生理 / 202
 - 三、病因病机 / 202
 - 四、临床表现 / 202
 - 五、检查 / 203
 - 六、诊断与鉴别诊断 / 203
 - 七、按动手法治疗 / 204

6 中医推拿按动疗法

- 八、注意事项 / 205
- 九、验案举例 / 205
- 第五节 肋软骨炎 / 206
 - 一、概述 / 206
 - 二、解剖生理 / 206
 - 三、病因病机 / 206
 - 四、临床表现 / 206
 - 五、诊断要点 / 207
 - 六、按动手法治疗 / 207
 - 七、注意事项 / 208
 - 八、验案举例 / 208
- 第六节 急性腰扭伤 / 209
 - 一、概述 / 209
 - 二、解剖生理 / 209
 - 三、病因病机 / 211
 - 四、临床表现 / 211
 - 五、检查 / 212
 - 六、诊断与鉴别诊断 / 212
 - 七、按动手法治疗 / 213
 - 八、注意事项 / 216
 - 九、验案举例 / 216
- 第七节 慢性腰肌劳损 / 217
 - 一、概述 / 217
 - 二、解剖生理 / 218
 - 三、病因病机 / 218
 - 四、临床表现 / 219
 - 五、检查 / 219
 - 六、诊断与鉴别诊断 / 219
 - 七、按动手法治疗 / 220
 - 八、注意事项 / 223
 - 九、验案举例 / 223
- 第八节 腰痛病（腰椎间盘突出症） / 224
 - 一、概述 / 224

- 二、解剖生理 / 225
- 三、病因病机 / 225
- 四、病理分型 / 227
- 五、临床表现 / 228
- 六、检查 / 228
- 七、诊断与鉴别诊断 / 229
- 八、按动手法治疗 / 230
- 九、注意事项 / 239
- 十、验案举例 / 239
- 第九节 髌髁关节损伤 / 240
 - 一、概述 / 240
 - 二、解剖生理 / 241
 - 三、病因病机 / 241
 - 四、临床表现 / 242
 - 五、检查 / 242
 - 六、诊断与鉴别诊断 / 242
 - 七、按动手法治疗 / 243
 - 八、注意事项 / 246
 - 九、验案举例 / 246
- 第十节 肩凝症（肩关节周围炎） / 248
 - 一、概述 / 248
 - 二、解剖生理 / 248
 - 三、病因病机 / 249
 - 四、临床表现 / 250
 - 五、检查 / 250
 - 六、诊断与鉴别诊断 / 251
 - 七、按动手法治疗 / 251
 - 八、注意事项 / 257
 - 九、验案举例 / 258
- 第十一节 肱骨外上髁炎（网球肘） / 259
 - 一、概述 / 259
 - 二、解剖生理 / 259
 - 三、病因病机 / 260

- 四、临床表现 / 261
- 五、检查 / 261
- 六、诊断与鉴别诊断 / 261
- 七、按动手法治疗 / 262
- 八、注意事项 / 264
- 九、验案举例 / 264
- 第十二节 桡骨茎突狭窄性腱鞘炎 / 265
 - 一、概述 / 265
 - 二、解剖生理 / 265
 - 三、病因病机 / 266
 - 四、临床表现 / 266
 - 五、检查 / 266
 - 六、诊断与鉴别诊断 / 267
 - 七、按动手法治疗 / 267
 - 八、注意事项 / 269
 - 九、验案举例 / 269
- 第十三节 梨状肌综合征 / 269
 - 一、概述 / 269
 - 二、解剖生理 / 270
 - 三、病因病机 / 270
 - 四、临床表现 / 271
 - 五、检查 / 271
 - 六、诊断与鉴别诊断 / 272
 - 七、按动手法治疗 / 272
 - 八、注意事项 / 275
 - 九、验案举例 / 275
- 第十四节 退行性髋关节炎 / 275
 - 一、概述 / 275
 - 二、病因病机 / 276
 - 三、临床表现 / 276
 - 四、检查 / 277
 - 五、按动手法治疗 / 277
 - 六、注意事项 / 280

七、验案举例 / 280	
第十五节 膝痹病 (膝关节骨性关节炎) / 281	
一、概述 / 281	
二、解剖生理 / 281	
三、病因病机 / 282	
四、临床表现 / 283	
五、检查 / 283	
六、诊断与鉴别诊断 / 284	
七、按动手法治疗 / 284	
八、注意事项 / 289	
九、验案举例 / 289	
第十六节 踝关节扭伤 / 290	
一、概述 / 290	
二、解剖生理 / 290	
三、病因病机 / 292	
四、临床表现 / 292	
五、检查 / 293	
六、诊断与鉴别诊断 / 293	
七、按动手法治疗 / 293	
八、注意事项 / 295	
九、验案举例 / 295	
第十七节 跟痛症 / 296	
一、概述 / 296	
二、解剖生理 / 297	
三、病因病机 / 298	
四、临床表现 / 299	
五、诊断与鉴别诊断 / 299	
六、按动手法治疗 / 300	
七、注意事项 / 302	
八、验案举例 / 302	
第六章 按动疗法治疗内科疾病 / 303	
第一节 头痛 / 303	
一、概述 / 303	

- 二、病因病机 / 303
- 三、临床表现 / 305
- 四、诊断与鉴别诊断 / 306
- 五、按动手法治疗 / 307
- 六、注意事项 / 309
- 七、验案举例 / 309
- 第二节 高血压病 / 310
 - 一、概述 / 310
 - 二、病因病机 / 311
 - 三、临床表现 / 311
 - 四、诊断要点 / 313
 - 五、按动手法治疗 / 313
 - 六、注意事项 / 314
 - 七、验案举例 / 314
- 第三节 面瘫病（周围性面瘫） / 315
 - 一、概述 / 315
 - 二、病因病机 / 315
 - 三、临床表现 / 316
 - 四、诊断 / 316
 - 五、按动手法治疗 / 317
 - 六、注意事项 / 318
 - 七、验案举例 / 318
- 第四节 中风后遗症（脑血管意外后遗症） / 319
 - 一、概述 / 319
 - 二、病因病机 / 319
 - 三、临床表现 / 320
 - 四、按动手法治疗 / 321
 - 五、注意事项 / 323
 - 六、验案举例 / 323
- 第五节 胃脘痛（慢性胃炎） / 324
 - 一、概述 / 324
 - 二、病因病机 / 325
 - 三、临床表现 / 326

- 四、诊断与鉴别诊断 / 327
- 五、按动手法治疗 / 328
- 六、注意事项 / 329
- 七、验案举例 / 329
- 第六节 胃下垂 / 330
 - 一、概述 / 330
 - 二、病因病机 / 330
 - 三、临床表现 / 331
 - 四、诊断 / 331
 - 五、按动手法治疗 / 332
 - 六、注意事项 / 333
 - 七、验案举例 / 333
- 第七节 泄泻（腹泻） / 334
 - 一、概述 / 334
 - 二、病因病机 / 334
 - 三、临床表现 / 335
 - 四、诊断与鉴别诊断 / 336
 - 五、按动手法治疗 / 338
 - 六、注意事项 / 339
 - 七、验案举例 / 339
- 第八节 便秘 / 339
 - 一、概述 / 339
 - 二、病因病机 / 340
 - 三、临床表现 / 341
 - 四、诊断与鉴别诊断 / 342
 - 五、按动手法治疗 / 343
 - 六、注意事项 / 344
 - 七、验案举例 / 344
- 第九节 胁痛（慢性胆囊炎） / 344
 - 一、概述 / 344
 - 二、病因病机 / 345
 - 三、临床表现 / 346
 - 四、诊断与鉴别诊断 / 346

五、按动手法治疗 / 347

六、注意事项 / 348

七、验案举例 / 348

第七章 按动疗法治疗妇科疾病 / 349

第一节 月经不调 / 349

一、概述 / 349

二、病因病机 / 350

三、临床表现 / 351

四、诊断与鉴别诊断 / 352

五、按动手法治疗 / 354

六、注意事项 / 355

七、验案举例 / 356

第二节 痛经 / 357

一、概述 / 357

二、病因病机 / 357

三、临床表现 / 358

四、诊断与鉴别诊断 / 359

五、按动手法治疗 / 360

六、注意事项 / 361

七、验案举例 / 361

第三节 绝经前后诸证（更年期综合征） / 362

一、概述 / 362

二、病因病机 / 363

三、临床表现 / 364

四、诊断与鉴别诊断 / 365

五、按动手法治疗 / 367

六、注意事项 / 368

第四节 带下病（盆腔炎性疾病后遗症） / 369

一、概述 / 369

二、病因病机 / 369

三、临床表现 / 370

四、诊断与鉴别诊断 / 371

五、按动手法治疗 / 372