



全国名老中医药专家学术经验传承工作

——毛天东老中医药专家传承工作室系列丛书



正骨治筋108式

主编 © 毛书歌

全国百佳图书出版单位
中国中医药出版社



全国名老中医药专家学术经验传承工作——
毛天东老中医药专家传承工作室系列丛书

正骨治筋108式

主 编 毛书歌

副主编 (以姓氏汉语拼音为序)

海 渊 沙 莎 王智勇

编 委 (以姓氏汉语拼音为序)

梁舒涵 刘青青 倪 路 史俊德

摄 影 田仪伟 杜文研

绘 图 井 井

中国中医药出版社

· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

正骨治筋 108 式/毛书歌主编. —北京: 中国中医药出版社, 2015. 10

(毛天东老中医药专家传承工作室系列丛书)

ISBN 978 - 7 - 5132 - 2763 - 6

I. ①正… II. ①毛… III. ①正骨手法 IV. ①R274. 2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 208730 号

中国中医药出版社出版

北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层

邮政编码 100013

传真 010 64405750

三河市西华印务有限公司印刷

各地新华书店经销

*

开本 710 × 1000 1/16 印张 10.25 字数 105 千字

2015 年 10 月第 1 版 2015 年 10 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978 - 7 - 5132 - 2763 - 6

定价 28.00 元

网址 www.cptcm.com

如有印装质量问题请与本社出版部调换

版权专有 侵权必究

社长热线 010 64405720

购书热线 010 64065415 010 64065413

微信服务号 zgzyycbs

书店网址 csln.net/qksd/

官方微博 <http://e.weibo.com/cptcm>

淘宝天猫网址 <http://zgzyycbs.tmall.com>

—— 内容简介 ◀

本书分正骨 36 式和治筋 72 式两篇，共 11 章。收录整理了郭维淮、毛天东、韦贵康、孙树椿、臧福科、毛书歌等多位正骨医家对骨折、筋伤的治疗方法。本书分别从适应证、操作方法、按语方面介绍了正骨手法、治筋手法、夹板固定法、器具固定法、功能疗法等治疗骨折、脱位及颈肩腰腿各部位筋伤的方法。本书图文并茂、言简意赅，适合骨伤科、推拿科、康复科医师参考。

36、72 两个数字源于道教天罡地煞学说，在道家法录中，有结合三十六天罡及七十二地煞的神将地兵，共同驱邪除魔的法术，故本书取其驱邪的寓意，冀其能为骨折筋伤病友除去病痛。

序 言

洛阳平乐正骨医术，起于清·嘉庆年间，至今已二百七十年余。本《藺道人仙授理伤续断秘方》宗旨，承《正体类要》源流，续《医宗金鉴·正骨心法要旨》方术。折衷诸先哲奥秘，自成体系，独树一帜。声闻海内，患者如云。新中国成立前，遵从传子不传女之旧习，世代以家庭诊所接诊，发展缓慢。新中国成立后，党和政府高度重视，以第五代传人高云峰先生为院长，创办了世界上第一所骨伤科大学——河南平乐正骨学院，后又创办了正骨研究院。我和毛天东教授有幸成为平乐正骨学院科班出身的亲传弟子。

恩受高云峰先生的言传身教，耳提面命，我们这些弟子深得平乐正骨医术真谛。再经各自数十年临床、科研的体悟升华，大都学有所成，使平乐正骨这朵杏林奇葩绽放九州。2008年被收入“国家非物质文化遗产”首批名录，实乃中医药界一大幸事。

我与毛天东教授在正骨学院是同桌，同学情谊数十年如一日，每每相聚，忆先师笑貌风范，想当年制瓦搬砖，平坟地，起校舍，师生情笃。叙同窗阔别情谊，无不言出肺腑、淋漓酣畅，动情处以至于唏嘘零涕。

欣闻毛天东之长子毛书歌贤侄，后起之秀，青年俊杰，现担任中华中医药学会疼痛分会副主委暨河南省主委，且由省政府颁发证书确定为“国家非物质文化遗产平乐郭氏正骨法”第七代代表性传承人，不仅担纲国家名老中医毛天东传承工作室负责人，且组织其传承室学术团队，编写《毛天东老中医药专家传承工作室系列丛书》。丛书以《毛天东医案》为首本，《平乐正骨十讲》《正骨治筋108式》《实用正骨回春妙方》《道医养生传世录》依次编排。

丛书各分册书名新颖，内容翔实，特点突出，一经开阅则令人不忍释手。《毛天东医案》一书，收录经典案例64例，分为正骨技术、骨病筋伤、验方案例、人文案例四个门类。尤其人文案例实为医案之创新内容，切实体现了毛天东教授仁心仁术之大医本心。《平乐正骨十讲》不仅对平乐正骨学术渊源论述周详，且新的发现殊为可贵。身为第七代传承人的毛书歌贤侄，在颈椎病、腰椎间盘突出症、脊柱侧弯的手法治疗方面，成果丰硕，所述特色绝技均突显传承创新之处，尤其令人欣慰。《正骨治筋108式》《实用正骨回春妙方》资料翔实，论述精当。《道医养生传世录》一册，在浩瀚的道医典籍中，删繁为简，钩深致远，其中方术有作者自身养生之体验，殊为难能可贵。信其验之有征，传世必矣！

薪火传承结硕果，图文并茂传世作。作为毛天东教授的老同学，看到以他名字命名的名医工作室传承系列丛书问世，诚表热烈祝贺，并欣然为之作序。

世界手法医学联合会主席
全国老中医药专家学术经验继承工作指导老师
原广西中医学院院长
广西中医药大学终身教授



2015-4-25

目 录

第一篇 正骨 36 式

第一章 手法复位	2
第一式 下颌脱位按臼齿	2
第二式 挺胸叉腰正锁骨	4
第三式 牵臂顶推正肩脱	5
第四式 牵推挤按内收法	6
第五式 屈牵旋提复肱干	7
第六式 矫枉过正纠尺偏	8
第七式 牵托推肘解嵌夹	9
第八式 推挤提按复肱髁	10
第九式 牵拉推挤屈肘法	10
第十式 牵拉内旋屈肘法	12
第十一式 钢针撬复桡骨颈	12
第十二式 尺桡双折折顶法	13
第十三式 先桡后尺复孟氏	15
第十四式 牵拉屈旋正手腕	16
第十五式 倒程逆施复月骨	17



正骨治筋 108 式

第十六式 屈曲提牵复股颈	19
第十七式 牵拉推挤复内翻	20
第十八式 跟骨骨折复足弓	21
第二章 单纯小夹板固定	23
第一式 超肩小夹板固定法	23
第二式 上臂超肘小夹板固定法	24
第三章 小夹板加牵引固定	27
第一式 小夹板加股骨髁上牵引固定法	27
第二式 前臂托板加皮牵引固定法	28
第三式 前臂托板带纸卷加皮牵引固定法	31
第四式 连脚小腿托板加皮牵引固定法	33
第四章 小夹板配合器具固定	36
第一式 橇式架加小夹板固定法	36
第二式 钢针撬压加小夹板固定法	38
第三式 双针加小夹板固定法	40
第四式 钳夹加小腿夹板固定法	42
第五章 器具固定	44
第一式 鹰嘴钳固定法	44
第二式 鳞纹针固定法	46
第三式 髌骨多根针固定法	47
第四式 抱聚器固定法	48
第五式 钩拉复位固定器固定法	50
第六式 反弹复位固定器固定法	52
第六章 功能疗法	55

- 第一式 垫枕腰背功能炼 55
- 第二式 股肌舒缩肌萎除 58

第二篇 治筋 72 式

- 第七章 肩、上臂部筋伤 60**
- 第一式 阴阳搓肩治肩痛 60
- 第二式 肩臂难举用水针 62
- 第三式 抡臂松肩解肩凝 63
- 第四式 爬墙练功治肩凝 64
- 第五式 肩伤难举用五步 65
- 第六式 水针针刀松粘连 67
- 第七式 借助太乙点章门 69
- 第八式 肩部撞击用臭氧 70
- 第九式 含胸拔背理筋结 71
- 第八章 肘、前臂、腕、手部筋伤 72**
- 第一式 网球肘用密集针 72
- 第二式 艾盒灸治网球肘 73
- 第三式 伸屈旋转高尔夫 74
- 第四式 两步练功旋后康 76
- 第五式 手臂麻木压缺盆 77
- 第六式 腕管狭窄用膏贴 77
- 第七式 腱鞘囊肿用手挤 79
- 第八式 针刀松解扳机指 80
- 第九式 肢节肿痛多熏洗 81



正骨治筋 108 式

第九章 骨盆、下肢筋伤	82
第一式 对肩屈腕法	82
第二式 脚踏手拉法	83
第三式 俯卧牵抻法	83
第四式 并坐按压复耻骨	85
第五式 散射推揉滑囊炎	86
第六式 小儿髋痛牵旋伸	89
第七式 出口狭窄用水针	90
第八式 神经卡压针刀解	91
第九式 压拨松解梨状肌	92
第十式 臀肌挛缩用电针	92
第十一式 冷敷法治膝肿痛	93
第十二式 五指抓髌治软化	94
第十三式 拔伸理正踝扭伤	96
第十四式 背伸双脚治痠挛	97
第十五式 手劈滑囊消肿痛	98
第十六式 滚法配合踝屈伸	99
第十七式 牵拉摇摆踝关节	100
第十八式 牵屈伸治踝错缝	102
第十章 颈项部筋伤	105
第一式 点揉捏拿颈扭伤	105
第二式 按摩点穴治落枕	106
第三式 梳头沐面搓风池	108
第四式 项臂争力大开合	109

第五式 回首望月转乾坤·····	111
第六式 握持列缺左右顾·····	112
第七式 拔项沉肩演归合·····	113
第八式 侧滚指压大提拿·····	114
第九式 阳指叠加平痉挛·····	115
第十式 提拉推顶复颈曲·····	116
第十一式 马步蹲裆顶风池·····	117
第十二式 龟伸鹤顾压痛点·····	118
第十三式 天秤前倾量泰山·····	119
第十四式 仰卧牵旋揉百会·····	120
第十五式 理筋松解左右摆·····	121
第十六式 推印揉眶按肝俞·····	121
第十七式 单臂牵拉推侧块·····	123
第十八式 双手端提左右旋·····	124
第十一章 胸、腰背部筋伤·····	126
第一式 俯卧错动法·····	126
第二式 推举胸顶法·····	127
第三式 坐位膝顶法·····	128
第四式 指压旋腰法·····	129
第五式 指压站蹲法·····	131
第六式 点按承山法·····	132
第七式 侧卧斜扳法·····	134
第八式 侧卧牵抻法·····	135
第九式 仰卧屈滚法·····	136



正骨治筋 108 式

第十式 牵弹三步法	137
第十一式 屈旋背压法	139
第十二式 屈曲复位法	140
第十三式 弹拨通督法	142
第十四式 三屈牵引法	144
第十五式 太极按摩法	145
第十六式 推棘弹拨法	146
第十七式 正骨整脊法	148
第十八式 前屈后伸法	149
主要参考文献	151



第一篇 正骨 36 式





第一章 手法复位

第一式 下颌脱位按臼齿

【适应证】外伤性下颌关节脱位。

【操作方法】患者背靠墙坐于低凳上，面向前，双眼平视，一助手站侧方，以两手扶持固定头部，勿使头部俯仰或左右摆动；术者站于患者对面，两手拇指以纱布包裹，伸入患者口腔，按于两侧最后方的大白齿上，余指托住下颌体，此时两拇指用力向后下方压，余指向前牵，向上提并后推，使下颌骨向后旋转，关节头即滑入臼窝，当听到复位声，两拇指顺势滑向牙齿外侧，以免咬伤，同时上下齿咬紧，抽出拇指即可（图 1-1-1 至图 1-1-5）。

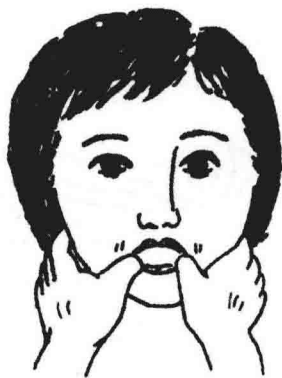


图 1-1-1 复位方法



图 1-1-2 压 (第一步)



图 1-1-3 拉 (第二步)



图 1-1-4 托 (端提) (第三步)

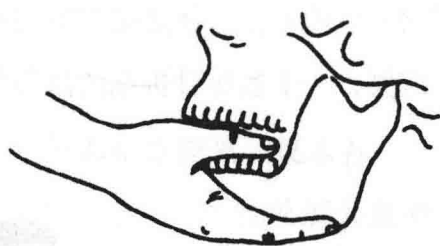


图 1-1-5 推 (第四步)

【按语】

1. 令病人放松肌肉，以便复位能顺利进行。
2. 选用适当手法，关键在于施力部位及方向，操作应缓、稳，避免粗暴。
3. 复位后，禁止张口活动，以防再脱。
4. 注意足够时间的制动，避免形成习惯性脱位。
5. 复位手法的压、拉、托（端提）、推为一连续的动作，运用要恰当、得法。



第二式 挺胸叉腰正锁骨

【适应证】 锁骨外端及内端骨折。

【操作方法】 患者坐于高凳上，挺胸抬头，双手叉腰，助手站于患者背后，将一腿屈曲，足踏坐凳边缘上，膝部顶住患者两肩部正中、两侧肩胛骨之间，以双手扳持患者两肩前外侧，向外向后徐徐牵拉，使之呈扩胸姿势。当折端牵开后，术者站于患者前侧，一手按压骨折端的高突部，使之平复即可（图 1-2-1）。



图 1-2-1 复位方法

【按语】 由于解剖特点，锁骨骨折复位困难，固定不易。外固定方法虽然很多，但至今仍无一种真正有效的固定方法。由于锁骨的运丰富，骨折容易愈合，并且畸形愈合后一般对功能影

响不明显，故能求得外观上无畸形、平复，不影响美观，功能恢复完善，即达到了治疗目的。

第三式 牵臂顶推正肩脱

【适应证】肩关节脱位（下脱位）。

【操作方法】患者仰卧，术者面对病人立于患侧，两手握患肢腕部，用靠近患者之足跟部，抵住脱出的肱骨头下方（即右侧脱者用右足，左侧脱者用左足），令患肢在外旋的情况下进行牵拉，足蹬肱骨头向上，即可复位。如患者肌力较强，仅术者一人力量不足时，亦可令一助手牵患肢腕上方，将患肢外展外旋牵拉，同时术者立于患侧以同侧足跟部抵住脱出的肱骨头向上蹬，牵臂的助手在牵拉的情况下将患肢逐渐内收内旋，即可复位（图1-3-1）。

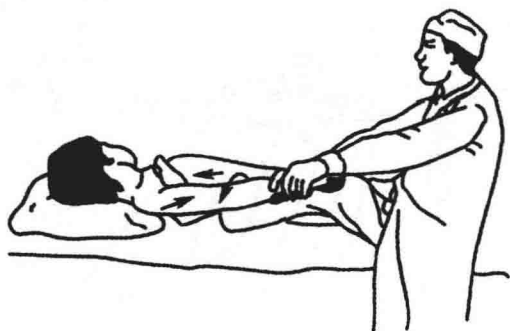


图1-3-1 复位方法