



平乐正骨系列丛书 总主编 郭艳幸 杜天信

# 平乐正骨康复药膳

杜天信 郭艳幸 主编



国家出版基金项目  
NATIONAL PUBLICATION FOUNDATION

16

PINGLE GUO'S  
ORTHOPAEDIC

全国百佳图书出版单位  
中国中医药出版社



16

PINGLE GUO'S  
ORTHOPAEDIC

# 平乐正骨康复药膳

杜天信 郭艳幸 主编

平乐正骨系列丛书  
总主编 郭艳幸 杜天信

中国中医药出版社

· 北京 ·

### 图书在版编目 ( CIP ) 数据

平乐正骨康复药膳 / 杜天信, 郭艳幸主编. —北京: 中国中医药出版社, 2018.12  
(平乐正骨系列丛书)

ISBN 978 - 7 - 5132 - 4793 - 1

I . ①平… II . ①杜… ②郭… III . ①中医伤科学—食物疗法 IV . ① R247.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 044285 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

保定市中画美凯印刷有限公司印刷

各地新华书店经销

开本 787 × 1092 1/16 印张 13.5 字数 272 千字

2018 年 12 月第 1 版 2018 年 12 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978 - 7 - 5132 - 4793 - 1

定价 89.00 元

网址 [www.cptcm.com](http://www.cptcm.com)

**社长热线 010-64405720**

**购书热线 010-89535836**

**维权打假 010-64405753**

**微信服务号 zgzyycbs**

**微商城网址 <https://kdt.im/LIdUGr>**

**官方微博 <http://e.weibo.com/cptcm>**

**天猫旗舰店网址 <https://zgzyycbs.tmall.com>**

如有印装质量问题请与本社出版部联系 (010-64405510)

版权专有 侵权必究

## 《平乐正骨系列丛书》编委会

总主编 郭艳幸 杜天信

副总主编 郭智萍 高书图 李无阴 白颖 郭珈宜

总策划 杜天信 郭艳幸

策划 白颖 牛伟刚 郭珈宜 秦克枫 王志勇 张进川

总顾问 陈可冀 张重刚 韦贵康 孙树椿 施杞 何清湖

顾问 (按姓氏笔画排序)

丁 镠 马玉良 王克祥 王宏坤 王爱国 王继先 毛天东 刘太书 刘克忠  
江正玉 许鸿照 李仁刚 吴乃凤 沈冯君 宋贵杰 张茂 张天健 张传礼  
张建福 范金山 周福胎 孟宪杰 段庚辰 闻善乐 娄多峰 祝波 高礼作  
郭玉凤 郭秋芬 郭宪章 郭艳锦 郭焕章 智江水 翟明玉 黎君若

总编委 (按姓氏笔画排序)

丁冬 丁幸坡 丁荣洛 于子晓 万胜 万明才 万富安 王丹 王宁 王俊  
王倾 王博 王锐 王丹丹 王凤英 王玉楠 王军辉 王红丽 王运龙 王武超  
王若旭 王国杰 王春秋 王战朝 王桂芝 王振亚 王健智 王爱国 王烨芳 王敬威  
王新卫 王静敏 韦小玲 水根会 牛玉贤 牛亚勇 牛伟刚 牛素玲 毛欣 毛天东  
毛书歌 介玉娇 文永兵 孔凡国 孔西建 左二燕 厉佳俊 叶晔 叶培汉 田江波  
田金玲 白玉 白颖 白淑红 仝允辉 冯芳 冯坤 冯峰 司马海娟 邢江  
邢林波 吕秉乐 吕振超 朱伟 朱小磊 朱明海 朱炎军 朱晶晶 任素婷 任乘辰  
刘伟 刘琦 刘斌 刘强 刘源 刘又文 刘文英 刘玉珂 刘旭东 刘青阁  
刘尚才 刘振敏 刘桂凌 刘晓红 刘培建 刘朝圣 闫慧 江建锋 许文 许京华  
许建波 许益娜 阮成群 孙永强 孙相如 孙贵香 孙乾坤 孙豪姻 苏攀 苏春霞  
苏晓川 杜天信 杜旭召 杜志谦 李沛 李洋 李真 李峰 李想 李小玲  
李千里 李无阴 李文霞 李玉新 李东升 李东生 李兴华 李红玲 李麦朵 李志红  
李志强 李妙芳 李金菊 李春游 李秋玲 李洛宜 李晓峰 李海洋 李海婷 李培岭  
李焕有 李辉辉 李道通 李翠翠 杨云 杨阳 杨静 杨磊 杨洸 杨玉芳  
杨生民 杨林平 杨金初 杨金莲 杨晓凯 杨浩博 杨新成 肖丹 肖鹏 肖碧跃  
吴涛 吴玉冰 吴松梅 吴官保 吴春丽 吴晓龙 何权 何广宏 何丕龙 邹吉锋  
辛玉 沈素红 宋永伟 宋晓征 宋鹏程 张宏 张茂 张杰 张虹 张耘  
张敏 张智 张婷 张锟 张卫红 张云飞 张云芳 张玉可 张永红 张红庆  
张红星 张作君 张宏军 张国庆 张晓丽 张康乐 张淑卿 张斌青 张冀东 陆成龙  
陈刚 陈伟 陈丽 陈柯 陈哲 陈子纲 陈亚玲 陈红岩 陈利国 陈昌华  
陈晓红 陈海龙 陈晚英 陈献韬 范仪铭 范克杰 林新印 尚延春 尚鸿生 昌中孝  
易亚乔 周天 周兴 周英杰 周晓峰 郑少勇 郑世军 郑晓静 郑福增 孟璐  
赵颖 赵东亮 赵庆安 赵建业 赵建梅 赵俊峰 赵祚堪 赵爱琴 赵继红 赵晨宇  
赵朝峰 郝军 郝明 胡沛 胡梅 胡方林 胡相华 南恒 侯洪理 俞长纯  
饶超群 饶耀建 闻亚非 姚太顺 秦娜 栗二毛 贾春霞 贾维丽 夏帅帅 夏厚纲  
晁晓宝 倪佳 徐巧妮 徐弘州 徐派的 徐艳华 凌春莹 高山 高书图 高泉阳  
高晓光 郭冰 郭马珑 郭会利 郭会卿 郭珈宜 郭树农 郭艳丝 郭艳幸 郭艳锦  
郭维淮 郭智萍 席林 唐军平 姬永琴 黄满玉 黄霄汉 曹亚飞 曹向阳 龚兆红  
崔宏勋 章奕 梁国辉 葛军 韩军涛 韩松辉 韩鲁丽 程栋 程月起 程春生  
程真真 程森永 程富礼 焦金源 焦瑞娜 曾序求 谢剑侠 谢雅静 雷哲 雷超阳  
鲍铁周 蔡小丽 廖峻海 翟明玉 黎鹏程 魏岚 魏润玲

## 《平乐正骨康复药膳》编委会

主 编 杜天信 郭艳幸

副主编 孙贵香 郭珈宜

编 委 (按姓氏笔画排序)

万 胜 牛伟刚 古建立 吕振超

刘 伟 刘旭东 刘朝圣 李 峰

吴官保 张 虹 张冀东 陈 哲

周 兴 胡方林 贾维丽 倪 佳

唐军平

主 审 何清湖

## 正骨医学瑰宝 造福社会民生（陈序）

---

平乐郭氏正骨，享誉海内外，是我国中医正骨学科的光辉榜样，救治了大量骨伤患者，功德无量，是我国中医药界的骄傲。追溯平乐正骨脉络，实源于清代嘉庆年间，世代相传，医术精湛，医德高尚，励学育人，服务社会，迄今已有 220 余年历史。中华人民共和国成立以后，平乐正骨第五代传人高云峰先生将其家传秘方及医理技术传于天下，著书立说，服务民众。在先生的引领下，1958 年创建河南省平乐正骨学院，打破以往中医骨伤靠门内传授之模式，中医骨伤医疗技术首次作为一门学科进入大学及科学研究部门之殿堂，学子遍布祖国各地，形成平乐正骨系统科学理论与实践体系，在推动中医骨伤学科的传承与发展方面做出了重大的贡献。以平乐正骨第六代传人、著名骨伤科专家郭维淮教授为代表的平乐正骨人，更是不断创新、发展和完善，使“平乐正骨”进一步成为以理论架构完整、学术内涵丰富、诊疗经验独特、治疗效果显著等为优势的中医骨伤科重要的学术流派，确立其在中医骨伤科界的重要学术地位。由于平乐郭氏正骨的历史性贡献与影响，“平乐郭氏正骨法”于 2008 年 6 月被国务院列入国家第一批非物质文化遗产保护名录；2012 年，“平乐郭氏正骨流派”被国家中医药管理局批准为国家第一批中医学术流派传承工作室建设单位。

《平乐正骨系列丛书》从介绍平乐正骨的历史渊源、流派传承等发展经历入手，分别论述了平乐正骨理论体系、学术思想、学术特色及诊疗特色，包括伤科“七原则”“六方法”，平乐正骨固定法、药物疗法、功能锻炼法等。此外，还生动论述了平乐正骨防治结合的养骨法、药膳法，以及平衡思想等新理念、新思路和新方法，囊括了平乐正骨骨伤科疾病护理法及诊疗规范，自成一体，独具特色。从传统的平乐正骨治伤经典入手，由点及面，把平乐正骨的预防规范、诊疗规范、护理规范、康复规范等立体而全面地呈献给社会，极具实用性及科学性。该书集我国著名的骨伤科学术流派——平乐正骨之大成，临床资料翔实、丰富、可靠，汇聚了几代平乐正骨人的心血，弥足珍贵。



该书系从预防入手，防治结合，宗气血之总纲，守平衡之大法，一些可贵的理论或理念第一次呈献给大家，进一步丰富、发展了平乐正骨理论体系，集理、法、方、药于一体，具有较强的系统性、创新性、实用性和科学性，丰富和完善了中医骨伤疾病诊疗体系，体现了平乐正骨中西并重、兼收并蓄、与时俱进的时代性和先进性。该书既可供同行参考学习，寓教于学，也可作为本学科的优秀教材。

随着世界医学的发展、人类疾病谱的变化，以及医学科学技术的进步，人们更加关注心理因素和社会因素对于疾病的影响，更加关注单纯医疗模式向“医疗、保健、预防”综合服务模式的转变。在为人民健康服务的过程中，平乐正骨始终坚持以患者需求为本，疗效为先，紧紧围绕健康需求，不断探索、创新与发展。今天，以杜天信院长及平乐正骨第七代传人郭艳幸教授为代表的平乐正骨人，秉承慎、廉、诚之医道医德，弘扬严谨勤勉之学风，继承发扬，严谨求实，博采众长，大胆创新，在总结、继承、更新以往学术理论和临床经验的基础上，对平乐正骨进行了更深层次的挖掘、创新，使得平乐正骨从理论到实践都进一步取得了重大突破。

纵观此系列丛书，内涵丰富，结构严谨，重点突出，实用性强，体现了“古为今用，西为中用”和中医药学辨证论治的特点，可以为中医骨伤科学提供重要文献，为临床医师提供骨伤科临床诊疗技术操作指南，为管理部门提供医疗质量管理的范例与方法，为从业者提供理论参考标准和规范，为人民群众提供防治疾病与养生的重要指导。

我深信此套丛书的出版，必将对中医骨伤科学乃至中医药学整体学术的继承与发展，做出新的贡献，是以为序。

陈可冀

中国科学院资深院士

中国中医科学院首席研究员

2018年元月于北京西苑

## 继往开来绽新花（韦序）

---

受平乐郭氏正骨第7代传人、国家级非物质文化遗产项目中医正骨疗法（平乐郭氏正骨法）代表性传承人郭艳幸主任医师之邀，为其及杜天信教授为总主编的《平乐正骨系列丛书》做序，不由得使我想到了我的母校——河南平乐正骨学院，如果不是受三年自然灾害影响，今年就是她的“花甲之年”。

1955年冬天，平乐郭氏正骨第5代传人高云峰先生到北京参加全国政协会议，当毛泽东主席见到高云峰时，指着自己的胳膊向她说：“就是这里折了，你能接起来吗？现在公开了，要好好培养徒弟，好好为人民服务！”毛主席的教导，给予高云峰先生多么大的鼓舞啊。她回到洛阳孟津平乐家中，不久就参加了工作，立下了要带好徒弟，使祖传平乐郭氏正骨技术惠及更多患者的决心。

在党和政府的关怀、支持下，于1956年9月成立了河南省平乐正骨医院（河南省洛阳正骨医院的前身），这是我国最早的一家中医骨伤专科医院，高云峰先生为首任院长。平乐郭氏正骨也因其技术优势与特色在全国产生了巨大影响，《河南日报》《健康报》《人民日报》为此做了相继报道，平乐郭氏正骨医术被誉为祖国医学宝库中的珍珠（见1959年10月17日《健康报》）。

1958年，为进一步满足广大人民群众对医疗保健事业日益增长的需求，把中医正骨医术提高到新的水平，经国家教育部和河南省政府有关部门批准，在平乐正骨医院的基础上，由高云峰先生主持成立了我的母校河南平乐正骨学院——全国第一所中医骨科大学，高云峰先生任院长。平乐正骨学院的成立，开辟了中医骨伤现代教育的先河，为中医骨伤科掀开了光辉灿烂的历史篇章，使中医骨伤由专有技术步入了科学的殿堂。高云峰先生是我国中医骨伤高等教育当之无愧的开拓者和奠基人。新中国成立后，中医骨伤的骨干力量由此源源不断地输送到祖国各地，成为各省公立医院骨伤科或学院骨伤系的创始人及学术带头人。因此，河南平乐正骨学院被学术界誉为中医骨伤的“黄埔军校”。同时，在学术界还有“平乐正骨半天下”的美誉。



1960年9月上旬，我第一次乘火车，在经过两天两夜的旅程后，来到了位于洛阳市白马寺附近的河南平乐正骨学院，被分在本科甲二班，这个班虽然仅有19名学生，却是来自国内14个省、市、自治区的考生或保送生。日月如梭，50多年前的那段珍贵的经历令我终生难忘，我带着中医骨伤事业的梦想从平乐正骨学院启航，直到如今荣获“国医大师”殊荣。

经过几代平乐正骨人的不懈努力，平乐正骨弟子遍及海内外，在世界各地生根、发芽、开花、结果，为无数患者带来福祉。如今的平乐正骨流派已成为枝繁叶茂的全国最大最具影响力的学术流派之一，河南省洛阳正骨医院也已成为一所集医疗、教学、科研、产业、康复、文化于一体的具有3000多张床位的三级甲等省级中医骨伤专科医院。站在新时代的起点，发展和创新平乐正骨、恢复高等教育是新一代平乐正骨人的肩负使命，也是我和其他获得平乐郭氏正骨“阳光雨露”者的梦想和愿望。

《平乐正骨系列丛书》共约700余万字，含18个分册，包含《平乐正骨发展简史》《平乐正骨史话》《平乐正骨基础理论》《平乐正骨平衡学》《平乐正骨常见病诊疗规范》《平乐正骨诊断学》《平乐正骨影像学》《平乐正骨骨伤学》《平乐正骨筋伤学》《平乐正骨骨病学》《平乐正骨手法学》《平乐正骨外固定法》《平乐正骨药物治疗学》《平乐正骨养骨学》《平乐正骨康复药膳》《平乐正骨康复法》《平乐正骨护理法》《平乐正骨骨伤常见疾病健康教育》等，是对220余年平乐正骨发展成果与临床经验的客观总结，具有鲜明的科学性、时代性和实用性。此套丛书图文并茂，特色突出，从平乐正骨学术思想到临床应用等，具体翔实地介绍了平乐正骨的诊疗方法和诊疗特色。平乐正骨有高等院校教育的过去和今天的辉煌，将来也必然能使这段光荣的历史发扬光大，结出累累硕果。《平乐正骨系列丛书》是中医骨伤从业者难得的一套好书，也是中医骨伤教学的好书，特别适用于高等医药院校各层次的本科生、研究生阅读。

特为此序！

韦贵康

国医大师

世界手法医学联合会主席

广西中医药大学终身教授

2018年6月

## 百年正骨 承古拓新（孙序）

---

在河洛文化的发祥地、十三朝古都洛阳，这块有着厚重历史文化底蕴的沃土上，孕育成长着一株杏林奇葩，这就是有着 220 余年历史、享誉中外的平乐郭氏正骨。自郭祥泰于清嘉庆元年（1796）在平乐村创立平乐正骨以来，其后人秉承祖训，致力于家学的发展与创新，医术名闻一方。1956 年，平乐正骨第五代传人高云峰女士，在毛泽东主席的亲切勉励下，带领众弟子创办了洛阳专区正骨医院，1958 年创建平乐正骨学院，1959 年创建平乐正骨研究所，并自制药物为广大患者服务，使平乐正骨于 20 世纪 50 年代末即实现了医、教、研、产一体化，学子遍及华夏及亚、欧、美洲等地区和国家，成为当地学科的带头人和骨干力量，平乐正骨医术随之载誉国内外，实现了由医家向中医著名学术流派的完美转型。平乐郭氏正骨第六代传人郭维淮，作为首届国家级非物质文化遗产传承人，带领平乐正骨人，将平乐郭氏正骨传统医术与现代科学技术结合，走创新发展之路，使平乐郭氏正骨以特色鲜明、内涵丰富、理论系统、疗效独特等为优势，为“平乐正骨”理论体系的形成奠定了坚实的基础，为中医骨伤科学的发展做出了重要贡献。

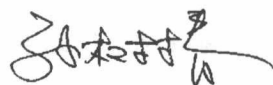
《平乐正骨系列丛书》全面介绍了国家非物质文化遗产——平乐郭氏正骨的内容，全方位展现了平乐正骨的学术思想和特色。丛书包含 18 个分册，从介绍平乐正骨的历史渊源、流派传承等情况入手，分别论述了平乐正骨学术思想、学术特色、理论体系及诊疗特色，尤其是近年理论与方法的创新，如“平衡思想”“七原则”“六方法”等。丛书集 220 余年平乐正骨学术之精华，除骨伤、骨病、筋伤等诊疗系列外，还涵盖了平乐正骨发展史、基础理论、平衡学、正骨手法、固定法、康复法、护理法等，尤其是体现平乐郭氏正骨防治结合思想的养骨法、药膳法和健康教育等，具有鲜明的时代特点，符合现代医学的预防 - 医学 - 社会 - 心理之新医学模式，为广大患者带来了福音。

统观此丛书，博涉知病、多诊识脉、屡用达药，继承我国传统中医骨伤科学之精

华，结合现代医学之先进理念，承古拓新，内容丰富，实用性强，对骨伤医生及研究者有很好的指导作用。全书自成一体，独具特色，是一套难能可贵的好书。

《平乐正骨系列丛书》由洛阳正骨医院、郑州骨科医院、深圳平乐骨伤科医院等平乐正骨主要基地的百余名专家共同撰著，参编专家均为长期工作在医、教、研一线，临床经验丰富的平乐正骨人；临床资料翔实、丰富、可靠，汇聚了几代平乐正骨人的心血，弥足珍贵。

叹正骨医术之精妙，殊未逊于西人，虽器械之用未备，而手法四诊之法既精，则亦足以赅括之矣。愿此书泽被百姓，惠及后世。



中华中医药学会副会长

中华中医药学会骨伤专业委员会主任委员

中国中医科学院首席专家

2018年3月

## 施 序

---

“平乐正骨”是我国中医骨伤学科著名流派之一，被列为国家级非物质文化遗产，发祥于我国河南省洛阳市孟津县平乐村，先祖郭祥泰自清代创始迄今已历七代，相传220余年，被民众誉为“大国医”“神医”，翘楚中华，饮誉海内外。中医药学是一个伟大宝库，积聚了历代医家深邃的创新智慧、理论发明和丰富的临证经验。在如此灿若星河的中医药发展历史画卷中，“平乐正骨”俨然是一颗熠熠生辉的明珠。“洛阳春色擅中州，檀晕鞞红总胜流。”近220余年来，西学东进，加之列强欺凌，包括中医药在内的我国优秀民族传统文化屡遭打压。然而，“平乐正骨”面对腥风血雨依然挺立，诚为奇葩。我国中医骨伤同道在引以为傲的同时每每发之深省，激励今日之前行。

“平乐正骨”自先祖郭祥泰始，后经郭树楷、郭树信相传不辍，代有建树，遂形成“人和堂”“益元堂”两大支系。郭氏家族素以“大医精诚”自励，崇尚“医乃仁术”之宗旨，坚持德高济世、术惠民为己任之价值取向和行为规范，弘扬“咬定青山不放松，立根原在破岩中。千磨万击还坚劲，任尔东西南北风”的创业精神，起废除伤、病愈膏肓、妙手回春等众多轶事传闻誉溢乡里域外，不绝于耳。“平乐正骨”植根民众，形成“南星”“北斗”之盛况经久不衰。中华人民共和国成立后的60多年来，在中国共产党的中医政策指引下，更是蓬勃发展。在第五代传人高云峰女士和第六代传人郭维淮教授的推进下日臻完善，先后建立了公立洛阳正骨医院、平乐正骨学院、河南省平乐正骨研究所。河南省洛阳正骨医院以三级甲等医院的规模和医疗品质，每年吸引省内外乃至海外数以百万计的骨伤患者，为提升医院综合服务能力，他们积极开展中西医结合诊疗建设，不断扩大中医骨伤治疗范围和疗效水平。平乐正骨学院及以后的培训班为国家培育了数千名优秀骨伤高级人才，时至今日，他们中的大多数已成为我国中医骨伤科事业的学科带头人、领军人才或著名学者。改革开放以来，在总结临床经验的同时，引入现代科技和研究方法，河南省洛阳正骨研究所获得多项省和国家重大项目资助，也获得多项省和国家科技奖项，在诸多方面为我国当代中医骨伤

事业发展做出了重大贡献，河南省洛阳正骨医院也被国家列为部级重点专科和全国四大基地之一。“天行健，君子以自强不息”，郭氏门人始终在逆境中搏击，在成功中开拓。以“平乐正骨”为品牌的洛阳正骨医院，在高云峰等历届院长的带领下，成功地将“平乐正骨”由民间医术转向中医现代化的诊疗体系，由传统医技转向科技创新的高端平台，由单纯口授身传的师承育人模式转向现代学校教育制度的我国高等中医骨伤人才培养的摇篮，从而实现了难能可贵的历史跨越。中医药事业的发展应以“机构建设为基础，人才培养为关键，学术发展为根本，科学管理为保障”，这是20世纪80年代国家中医药管理局向全国提出的指导方针，河南省洛阳正骨医院的实践和成功无疑证实了其正确性，而且是一个先进的范例。

牡丹为我国特产名贵花卉，唐盛于长安，至宋已有“洛阳牡丹甲天下”之说，世颂为“花王”。刘禹锡《赏牡丹》诗曰：“庭前芍药妖无格，池上芙蓉净少情。唯有牡丹真国色，花开时节动京城。”“平乐正骨”正是我国中医药百花园中一株盛开不衰的灿烂花朵，谨借此诗为之欢呼！

继承创新是中医药事业振兴的永恒主题。在流派的整理与传承中，继承是前提、是基础。“平乐正骨”以光辉灿烂的传统文化为底蕴，有着丰富的学术内涵和独具特色的临证经验。其崇尚“平衡为纲，整体辨证，筋骨并重，内外兼治，动静互补”的学术思想，不仅是数代郭氏传人的经验总结，而且也充分反映了其哲学智慧，从整体上阐明了中医药特色优势在“平乐正骨”防治疾病中的运用。整体辨证是中医学的基本观点，强调人与自然的统一，人自身也是一个统一的整体。中医学理论体系的形成渊薮于中国古典哲学，现代意义上的“自然”来自拉丁语 Nature（被生育、被创造者），最初含义是指独立存在，是一种本能地在事物中起作用的力量。中国文人的自然观远在春秋时期即已形成，闪烁着哲学睿智。《道德经》曰：“人法地，地法天，天法道，道法自然。”后人阮籍曰：“道即自然。”《老子》还强调“柔弱胜刚强”“天下莫柔弱于水，而攻坚强者莫之能胜，以其无以易之。弱之胜强，柔之胜刚，天下莫不知，莫能行”。相传出于孔子之手的《周易大传》提出刚柔的全面观点，认为“刚柔者，昼夜之象也”“君子知微知彰，知柔知刚，万夫之望”“刚柔相推而生变化”“一阴一阳之谓道”。《素问·阴阳应象大论》进一步明确提出：“阴阳者，天地之道也；万物之纲纪，变化之父母，生杀之本始，神明之府也。”天人相应的理念，加之四诊八纲观察分析疾病的中医学独有方法，不仅使整体辨证有可能实施，而且彰显了其优势。“平乐正骨”将这些深厚的哲理与骨伤临床结合，充分显示其文化底蕴和中医学的理论造诣。“骨为干，肉

为墙”，无论从生理或病理角度，中医学总是将筋骨密切联系，宗筋束骨，在运动中筋骨是一个统一的整体，只有在动静力平衡的状态下才能达到最佳功能。“肝主筋”“肾主骨”“脾主肌肉”，“平乐正骨”提出的“筋骨并重，内外兼治”正是其学术思想的灵活应用。在我看来，“动静互补”比“动静结合”有着更显明的理论特征和实用价值。在骨伤疾病的防治中，动和静各有其正面和负面的作用，因而要发挥各自的正能量以避免消极影响，这样便需要以互补为目的形成两相结合的科学方法，如果违背了这一目的，动和静失去量的限制，结合仅是一种形式，甚至不利于损伤的修复。科学的思维，其延续往往不受光阴的限制，甚至有异曲同工之妙。现代研究证实，骨膜中的骨祖细胞对骨折愈合起着重要作用，肌肉是仅次于骨膜最接近骨表面的软组织，适当的肌肉收缩应力可以促进骨的发育和损伤愈合，肌肉中的丰富血管为骨提供了营养供应，肌肉的异常（包括功能异常）也会影响骨量和骨质。临床研究表明，即使不剥离骨膜，肌肉横断损伤也会延迟骨折愈合。因此，除骨膜和骨髓间充质的干细胞外，肌肉成为影响骨折愈合的又一重要组织，其中肌肉微环境的改变则是研究的重要方面。220多年前的“平乐正骨”已在实践中体现了这种思维，并探索其规律。

基于上述的理论和实践，“平乐正骨”形成了一整套独具特色的诊疗方法，包括手法、内外药物治疗、练功导引等，将骨伤疾病的防治、康复、养生一体化。早在20世纪50年代，高云峰、郭维淮等前辈已将众多家传秘方和技术公诸于世。“平乐正骨”手到病除的技艺来自于郭氏历代传人的精心研究和积累，也与其注重学术交流、博采众长密切相关。“平乐正骨”的发源地也是少林寺伤科的发祥地。相传北魏孝文帝（495）时，少林寺始建于河南登封市北少室山五乳峰下。印度佛教徒菩提达摩曾在该寺面壁9年，传有“达摩十八手”“心意拳”等。隋末少林寺僧助秦王李世民有功受封，寺院得到发展，逐渐形成与武术相结合的伤科技法，称为“少林寺武术伤科”，在唐代军营中推广应用，少林寺秘传内外损伤方亦得以流传。作为文化渊源，对“平乐正骨”不无影响。

洛阳之称首见于《战国策·苏秦以连横说秦》。早在距今六七千年前，该地区已发展到母系氏族繁荣阶段，著名的仰韶文化即发现于此。自周以来相继千年，成为中原地区历史上重要的政治、文化、经济、商贸、科技中心。在我国历史上有着重要地位的大批经典名著、科技发明多发迹于此。如《说文解字》《汉书》《白虎通义》《三国志》《博物志》《水经注》《新唐书》《资治通鉴》，以及“蔡侯纸”“龙门石窟”“唐三彩”等均为光灿千古之遗存。此外，如“建安七子”、三曹父子、“竹林七贤”、“金谷

二十四友”、李白杜甫相会、程氏兄弟理学宣讲，以及白居易以香山居士自号，晚年居洛城 18 年等群贤毕至、人才荟萃。唐·卢照邻曾曰：“洛阳富才雄。”北宋·司马光有诗曰：“若问古今兴废事，请君只看洛阳城。”在如此人文资源丰富的地域诞生“德才兼高、方技超群”的“平乐正骨”应是历史的必然。以“平乐正骨”第七代传人杜天信教授、郭艳幸教授为首的团队肩负历史责任和时代使命，率领河南省洛阳正骨医院和河南省正骨研究院，在继承、创新、现代化、国际化的大道上快速发展，为我国中医骨伤学科建设和全面拓展提供了宝贵经验，做出了重大贡献，他们不负众望，成为“平乐正骨”的后继者、兴旺的新一代。汇集多年经验，经过认真谋划，杜天信教授、郭艳幸教授主编的《平乐正骨系列丛书》共 18 册即将出版，该套书图文并茂，洋洋大观，可敬可贺。当年西晋大文豪左思移居洛阳，筹构 10 年，遂著《三都赋》而轰动京城，转相录抄以致难觅一纸，遂有“洛阳纸贵”之典故脍炙人口，千年相传。本书问世，亦当赞誉有加，再现“洛阳纸贵”，为世人目睹“平乐正骨”百年光彩而呈献宝鉴。

不揣才疏，斯为序。

施杞

中医药高校教学名师

上海中医药大学脊柱病研究所名誉所长、终身教授

中华中医药学会骨伤分会名誉主任委员

乙未夏月



## 总前言

---

发源于河洛大地的平乐郭氏正骨医术是中医药学伟大宝库中的一颗明珠，起源于1796年，经过220余年的发展，平乐正骨以其特色鲜明、内涵丰富、理论系统、疗效独特、技术领先的优势及其所秉承的“医者父母心”的医德、医风，受到海内外学术界的广泛关注，并成为国内业界所公认的骨伤科重要学术流派。2008年6月，平乐郭氏正骨法被载入国务院公布的第二批国家级非物质文化遗产名录和第一批国家级非物质文化遗产扩展项目名录。平乐正骨理论体系完整，并随着时代进步和科学发展而不断丰富，其整体性体现在理、法、方、药各具特色，诊、疗、养、护自成体系等方面。但从时代发展和科学进步的角度看，平乐正骨理论一方面需要系统总结与提炼，进一步规范、系统化，删繁就简；另一方面需要创新与发展，突出其实用性及科学性。在国家大力倡导发展中医药事业的背景下，总结和全面展示平乐正骨这一宝贵的非物质文化遗产，使其造福更多患者，《平乐正骨系列丛书》应运而生。

发掘与继承、发展与创新是平乐正骨理论的显著特征。平乐正骨在中医及中西医结合治疗骨伤科疑难疾患方面，形成了自己的学术特色。其学术特征主要表现为“平衡为纲、整体辨证、筋骨并重、内外兼治、动静互补、防治结合、医患合作”七原则和“诊断方法、治伤手法、固定方法、药物疗法、功能疗法、养骨方法”六方法及“破瘀、活血、补气”等用药原则。这些原则和方法是平乐正骨的“法”和“纲”，指导着平乐正骨的临床研究与实践，为众多患者解除了痛苦。在不断传承发展过程中，平乐正骨理论体系更加系统、完善。

在新的医学模式背景下，平乐正骨的传承者重视生物、心理、社会因素对人体健康和疾病的综合作用和影响，从生物学和社会学多方面来理解人的生命，认识人的健康和疾病，探寻健康与疾病及其相互转化的机制，以及预防、诊断、治疗、康复的方法。作者结合中医养生理论及祖国传统文化，审视现代人生活、疾病变化特点，根据人类生、长、壮、老、已的规律，探索人类健康与疾病的本质，不断提高平乐正骨对

筋骨系统的健康与疾病及其预防和治疗的理性认识水平，提出了平乐正骨的平衡思想，并将平乐正骨原“三原则”“四方法”承扬和发展为“七原则”“六方法”，形成了平乐正骨理论体系的基本构架。

作为平乐正骨医术的传承主体，河南省洛阳正骨医院（河南省骨科医院）及平乐正骨的传承者在挖掘、继承、创新平乐郭氏正骨医术的基础上，采取临床研究与基础研究相结合的方法，通过挖掘、创新平乐正骨医术及理论，并对现有临床实践及科学技术进行提炼总结、研究汇总，整理成《平乐正骨系列丛书》，包含18个分册，全面介绍国家级非物质文化遗产——平乐郭氏正骨法的内容，全方位展现平乐正骨的学术思想、学术特色，集中体现平乐正骨的学术价值及其研究进展，集220余年尤其是近70年的理论与实践研究之精粹，以期更好地造福众患，提携后学，为骨伤学科的发展及现代化尽绵薄之力。

最后，感谢为平乐正骨医术做出巨大贡献的老一辈平乐正骨专家！感谢为平乐正骨医术的创新和发展努力工作的传承者！感谢一直以来关注和支持平乐正骨事业发展的各级领导和学术界朋友！感谢丛书撰稿者多年来的辛勤耕耘！同时也恳请各界同仁对本丛书中的不足给予批评指正。再次感谢！

《平乐正骨系列丛书》编委会

2017年12月18日