

借

实用推拿治病百法

● 骆竞洪 著

人民体育出版社



实用推拿治病百法

骆竞洪 著

骆仲達 骆仲遥 编
骆仲达 骆仲莲

人民体育出版社

责任编辑：秦 方

实用推拿治病百法

骆 竞 洪 著

骆仲达 骆仲通 编
骆仲达 骆仲通

人民体育出版社出版

北京印刷二厂印刷

新华书店总店北京发行所发行

787×1092毫米 32开本 10.375印张 240千字

1990年9月第1版 1990年9月第1次印刷

印数：1—22,000册

ISBN 7-5009-0512-2/G·484 定价：4.20元

作者骆竞洪，主任医师。任中华全国中医学会、推拿学会顾问；四川省针灸学会理事；成都中医学院兼职教授；省推拿专业委员会副主任委员；重庆市推拿医学研究会理事长；重庆市针灸、推拿研究所顾问。1985年由市政府授予“重庆市名老中医”称号。1983年应聘为奥地利推拿研究所名誉顾问。

成长于中医世家的骆竞洪，家学根基深厚，以中医推拿、针灸之术行医四十余年。在发掘中医腹诊，运用于解决复杂重症，做出显著成绩。技术上集众家所长，广采博收，独具一格。临床中擅长治疗脊柱疾病，如腰椎间盘突出症、颈椎病、骨质增生、肩周炎、网球肘、腱鞘炎、关节炎以及内、妇、儿科疑难杂症等。著作《实用中医推拿学》、《中华推拿医学志——手法源流》、《实用推拿治疗挂图》等书，获得四川省医药科技进步三等奖及重庆市卫生局医学科技成果二等奖。该书畅销于国内、香港及澳大利亚、奥地利、联邦德国、法国等地，并主编有《推拿医学杂志》，在国内、外医学界享有声誉。

目 录

第一章 推拿手法.....	(1)
第一节 推法.....	(2)
一、直推法.....	(2)
二、分推法.....	(2)
三、挤推法.....	(2)
四、刨推法.....	(2)
第二节 拿法.....	(3)
一、固定拿法.....	(3)
二、拿提法.....	(3)
三、拿拨法.....	(3)
四、拿扯法.....	(3)
第三节 按法.....	(4)
一、点按法.....	(4)
二、长按法.....	(4)
三、合按法.....	(4)
四、屈指按法.....	(4)
五、掌按法.....	(4)
六、按揉法.....	(4)
第四节 摩法.....	(5)
一、直摩法.....	(5)
二、团摩法.....	(5)
三、梳摩法.....	(5)
四、横摩法.....	(5)

五、斜摩法.....	(5)
六、合摩法.....	(5)
七、束带摩法.....	(5)
八、抚摩法.....	(6)
九、摩按法.....	(6)
第五节 揉法.....	(6)
一、指揉法.....	(6)
二、掌揉法.....	(6)
三、拳揉法.....	(6)
四、滚揉法.....	(7)
五、合揉法.....	(7)
第六节 捏法.....	(7)
一、指合捏法.....	(7)
二、屈指钳捏法.....	(7)
三、指切掐法.....	(8)
四、单手捏法.....	(8)
五、双手捏法.....	(8)
第七节 搓法.....	(8)
一、指搓法.....	(8)
二、手搓法.....	(8)
三、掌搓法.....	(8)
四、鱼际搓法.....	(8)
五、拳搓法.....	(9)
第八节 摇法.....	(9)
一、摇头法.....	(9)
二、摇肩法.....	(9)
三、摇腕法.....	(9)

四、摇腰法	(9)
五、摇髌法	(9)
六、摇指(趾)法	(10)
第九节 引法	(10)
一、颈引法	(10)
二、肩引法	(10)
三、肘引法	(10)
四、腕引法	(10)
五、腰引法	(10)
六、髌引法	(11)
七、膝引法	(11)
八、踝引法	(11)
九、指(趾)引法	(11)
第十节 重法	(12)
一、重压法	(12)
二、重搓法	(12)
三、重揉法	(12)
第二章 头颈部推拿治法	(13)
第一节 推正顶法	(13)
第二节 头顶推法	(15)
第三节 额前分推法	(17)
第四节 面部摩掐法	(18)
第五节 头对接法	(19)
第六节 按巨髎法	(21)
第七节 按上、下关法	(22)
第八节 揉太阳法	(23)
第九节 掐人中法	(25)

第十节	按缺盆法·····	(26)
第十一节	头颈扭转法·····	(28)
第十二节	揉风池法·····	(29)
第十三节	捏颈肌法·····	(30)
第三章	胸腹部推拿治法·····	(32)
第一节	宽胸法·····	(32)
第二节	按胸骨法·····	(33)
第三节	扩胸法·····	(35)
第四节	顺气法·····	(36)
第五节	按中府、云门法·····	(38)
第六节	分肋法·····	(39)
第七节	梳摩胸肋法·····	(40)
第八节	重压肩胸法·····	(42)
第九节	点按侧胸腹法·····	(44)
第十节	按上腹法·····	(45)
第十一节	推上腹法·····	(46)
第十二节	上腹摩按法·····	(48)
第十三节	上腹横摩法·····	(50)
第十四节	分摩季肋下法·····	(51)
第十五节	推侧腹法·····	(53)
第十六节	摩侧腹法·····	(54)
第十七节	腹直肌横摩法·····	(56)
第十八节	腹部斜摩法·····	(57)
第十九节	腹肌拿提法·····	(59)
第二十节	按髂骨内侧法·····	(60)
第二十一节	脐旁横摩法·····	(62)
第二十二节	脐部挤推法·····	(63)

第二十三节	脐周团摩法·····	(65)
第二十四节	按腹外侧法·····	(67)
第二十五节	大消气法·····	(69)
第四章	背、腰、骶部推拿治法·····	(72)
第一节	拿肩井法·····	(72)
第二节	按肩胛内缘法·····	(73)
第三节	掌推肩胛法·····	(75)
第四节	肩胛下重推法·····	(77)
第五节	点按背肋法·····	(78)
第六节	推背法·····	(79)
第七节	背部拳揉法·····	(81)
第八节	背部分推法·····	(83)
第九节	脊背拿提法·····	(84)
第十节	背部抚摩法·····	(86)
第十一节	背部直摩法·····	(87)
第十二节	按脊中法·····	(88)
第十三节	推膈俞法·····	(90)
第十四节	背部重压法·····	(92)
第十五节	腰部直摩法·····	(93)
第十六节	指分腰法·····	(95)
第十七节	掌分腰法·····	(96)
第十八节	叠掌按腰法·····	(98)
第十九节	揉腰眼法·····	(99)
第二十节	拿腰肌法·····	(101)
第二十一节	推按棘突旋腰法·····	(103)
第二十二节	旋腰法·····	(104)
第二十三节	按腰后扳腿法·····	(106)

第二十四节 横摩骹法	(107)
第二十五节 揉骹髂法	(109)
第五章 上肢部推拿治法	(111)
第一节 摩按肩周法	(111)
第二节 肩周围按法	(112)
第三节 按肩髃法	(114)
第四节 捏腋前法	(115)
第五节 按极泉法	(117)
第六节 捏腋后法	(118)
第七节 肩部牵引法	(120)
第八节 推按阳明三穴法	(121)
第九节 捏上臂法	(122)
第十节 揉天井法	(124)
第十一节 推上臂三阳法	(125)
第十二节 推前臂三阳法	(126)
第十三节 推前臂三阴法	(127)
第十四节 内、外关按法	(129)
第十五节 梳手背法	(130)
第十六节 捏合谷法	(132)
第十七节 分掌法	(134)
第六章 下肢部推拿治法	(136)
第一节 推臀法	(136)
第二节 臀部直摩法	(137)
第三节 臀部重压法	(139)
第四节 肩臀重压法	(141)
第五节 环跳按法	(142)
第六节 下肢牵拽法	(144)

第七节 双屈膝旋腕法·····	(145)
第八节 股内侧揉捏法·····	(147)
第九节 股内侧重搓法·····	(148)
第十节 下肢重压法·····	(150)
第十一节 股外侧重摩法·····	(151)
第十二节 推股外侧法·····	(153)
第十三节 拿承扶法·····	(154)
第十四节 揉委中法·····	(155)
第十五节 股后重压法·····	(157)
第十六节 推股后法·····	(158)
第十七节 揉承山法·····	(160)
第十八节 揉足三里法·····	(161)
第十九节 踝背屈法·····	(162)
第二十节 推足外侧法·····	(164)
第七章 推拿治法的临床配伍·····	(166)
第一节 配伍的原则·····	(166)
第二节 用量的原则·····	(167)
第三节 头颈部治法的配伍·····	(169)
第四节 胸腹部治法的配伍·····	(172)
第五节 背、腰、骶部治法的配伍·····	(178)
第六节 上部治法的配伍·····	(184)
第七节 下部治法的配伍·····	(188)
第八章 内科病证的推拿治疗·····	(193)
感冒·····	(193)
支气管哮喘·····	(193)
贲门痉挛·····	(195)
慢性胃炎·····	(195)

溃疡病.....	(196)
胃下垂.....	(197)
肾下垂.....	(198)
胃粘膜脱垂症.....	(198)
胃肠神经官能症.....	(199)
慢性非特异性溃疡性结肠炎.....	(200)
慢性胆囊炎.....	(201)
慢性胰腺炎.....	(201)
高血压病.....	(202)
冠状动脉硬化性心脏病.....	(203)
心脏神经官能症.....	(205)
脑血管意外后遗症.....	(206)
面神经麻痹.....	(206)
三叉神经痛.....	(207)
臂丛神经痛.....	(208)
肋间神经痛.....	(208)
坐骨神经痛.....	(209)
隐性脊柱裂.....	(210)
神经衰弱.....	(210)
癔病.....	(211)
脑外伤后神经官能症.....	(212)
头痛.....	(212)
眩晕.....	(214)
耳鸣、耳聋.....	(215)
心悸、怔忡.....	(216)
失眠.....	(217)
胃脘痛.....	(218)

胸胁痛	(219)
呕吐	(220)
腹胀	(221)
腹痛	(222)
便秘	(222)
慢性腹泻	(223)
遗精	(224)
阳萎	(225)
机能衰退症(虚损)	(225)
腰痛	(230)
痹证	(230)
痿证	(232)
郁证	(233)
厥证	(235)
第九章 外科病证的推拿治疗	(236)
第一节 颈部病证	(236)
颈部扭伤	(236)
颈椎病	(236)
前斜角肌综合征	(237)
第二节 胸腹部病证	(238)
胸部肌肉拉伤	(238)
胸部挫伤	(238)
胸部迸伤	(238)
腹部肌肉拉伤	(239)
第三节 背、腰部病证	(239)
肩胛骨附近肌肉急性损伤与劳损	(239)
急性腰扭伤	(240)

慢性腰臀肌损伤·····	(240)
棘上韧带急性损伤与劳损·····	(240)
棘间韧带急性损伤与劳损·····	(241)
腰背筋膜劳损·····	(241)
髂腰韧带劳损·····	(241)
腰骶关节韧带损伤·····	(242)
骶髂关节韧带损伤·····	(242)
腰肌劳损·····	(242)
腰椎间盘突出脱出症·····	(243)
肥大性脊柱炎·····	(243)
第四节 上肢病证 ·····	(243)
肩部软组织扭、挫伤·····	(243)
冻结肩·····	(244)
肩峰下滑囊炎·····	(244)
肱二头肌长腱滑脱·····	(245)
冈上肌肌腱炎·····	(245)
肘部软组织扭、挫伤·····	(245)
肱骨外上髁炎·····	(246)
前臂屈肌总腱损伤·····	(246)
桡侧腕伸肌群轧辗性腱鞘炎·····	(246)
腕部软组织扭、挫伤·····	(246)
腕关节软骨盘破裂·····	(247)
腕关节劳损·····	(247)
腕管综合征·····	(248)
桡骨茎突狭窄性腱鞘炎·····	(248)
屈指肌腱狭窄性腱鞘炎·····	(248)
第五节 下肢病证 ·····	(248)

髋关节软组织扭、挫伤·····	(248)
臀部筋膜损伤·····	(249)
梨状肌损伤综合征·····	(249)
股内收肌损伤·····	(249)
股后侧肌及肌腱损伤·····	(250)
股四头肌挫伤·····	(250)
股二头肌急性损伤与劳损·····	(251)
膝关节内侧副韧带损伤·····	(251)
腓下脂肪垫损伤·····	(251)
腓骨长短肌腱滑脱·····	(251)
腓肠肌急性损伤与劳损·····	(252)
自体压迫性腓总神经麻痹·····	(252)
小腿三头肌及跟腱拉伤·····	(253)
踝关节扭伤·····	(253)
踝部腱鞘炎·····	(253)
跖管综合征·····	(254)
足底痛·····	(254)
第十章 妇科病证的推拿治疗·····	(255)
月经不调·····	(255)
痛经·····	(258)
闭经·····	(259)
月经前后诸症·····	(260)
绝经期前后诸症·····	(260)
产后腹痛·····	(261)
产后小便异常·····	(262)
慢性盆腔炎·····	(262)
第十一章 儿科病证的推拿治疗·····	(264)

痞证.....	(264)
惊风.....	(265)
积滞.....	(265)
小儿感冒.....	(266)
小儿呕吐.....	(266)
小儿泄泻.....	(267)
小儿夜啼.....	(268)
小儿腹痛.....	(269)
遗尿.....	(269)
肌性斜颈.....	(270)
产伤麻痹.....	(271)
小儿麻痹后遗症.....	(271)
小儿髋关节扭伤.....	(272)
髋关节滑囊炎.....	(272)
第十二章 五官科病证的推拿治疗	(274)
近视眼.....	(274)
麻痹性斜视.....	(274)
慢性鼻炎.....	(274)
颞下颌关节功能紊乱综合征.....	(275)
迎风流泪.....	(275)
鼻塞.....	(276)
牙痛.....	(276)
〔附录〕十四经穴位参考表	(277)

第一章 推拿手法

推拿常用的手法，有推法、拿法、按法、摩法、捏法、揉法、搓法、摇法、引法、重法等。对于这些手法的作用，骆俊昌氏谓：“推法可疏泄积滞，宣化壅塞；拿法可泻热开窍，增益精神；按法可通气缓痛，行气补血；摩法可安神缓痛，散滞解郁；捏法可通经活血，开窍醒神；揉法可活血散结，软坚止痛；搓法可疏肝解郁，调和气血；摇法可疏通腠理，滑利关节；引法可通经活络，开利关节；重法可消肿除满，清醒头目。”当然，临床治疗任何一种疾病，绝少仅使用某一种手法，而是常以两种或多种手法相配合使用，才能达到治疗目的。

在手法的使用上，骆竞洪氏认为：初学者应本着“轻”、“柔”、“稳”三字进行，即“轻”到不加重局部损伤，免致出血加重粘连（如治疗肩周炎时）；“柔”到不加重病人的痛苦，但须达到有效治疗的范围；“稳”到耐心细致，不可粗暴。一般地说，手法过重往往带来不应有的损伤，手法过轻则达不到应有的疗效。怎样使手法能够随心所欲呢？推拿手法歌曰：“推拿者，一旦临症，知其体相，识其部位，机触于外，巧生于内，手随心转，法从手出。手法也，求其重而不滞，轻而不浮，刚中有柔，柔中有刚，刚柔相济，稳准熟练。”

临床上，推拿疗法之所以能使受伤的组织恢复生理状态，使脏腑机能失调得到纠正，关键在于手法要根据不同的对象辨证施治。由于伤有轻重，病有缓急，人有胖瘦，证有