



「十二五」高职高专康复治疗技术专业规划教材

# 传统康复治疗技术

*Chuantong  
Zhiyao Jishu*



主编 周立峰 许智

 河南科学技术出版社  
 中国科学技术出版社

“十二五” 高职高专康复治疗技术专业规划教材

# 传统康复技术

主编 周立峰 许 智

河南科学技术出版社

中国科学技术出版社

· 郑州 ·

## 图书在版编目 (CIP) 数据

传统康复技术/周立峰, 许智主编. —郑州: 河南科学技术出版社, 2014. 7

“十二五”高职高专康复治疗技术专业规划教材

ISBN 978 - 7 - 5349 - 7056 - 6

I. ①传… II. ①周… ②许… III. ①康复医学 - 高等职业教育 - 教材 IV. ①R49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 145010 号

---

出版发行: 中国科学技术出版社

地址: 北京市海淀区中关村南大街 16 号 邮编: 100081

电话: (010) 62106522

网址: [www.cspbooks.com.cn](http://www.cspbooks.com.cn)

河南科学技术出版社

地址: 郑州市经五路 66 号 邮编: 450002

电话: (0371) 65788639 65788001

网址: [www.hnstp.cn](http://www.hnstp.cn)

策划编辑: 李喜婷 范广红 马晓薇

责任编辑: 李 林

责任校对: 柯 姣

封面设计: 张 伟

版式设计: 张金霞

责任印制: 张艳芳

印 刷: 河南省罗兰印务有限公司

经 销: 全国新华书店

幅面尺寸: 185 mm × 260 mm 印张: 18.75 字数: 456 千字

版 次: 2014 年 7 月第 1 版 2014 年 7 月第 1 次印刷

定 价: 45.00 元

---

如发现印、装质量问题, 影响阅读, 请与出版社联系并调换。



## 康复治疗技术专业教材编审委员会

顾 问	燕铁斌	教授	中山大学孙逸仙纪念医院
	胡 野	教授	金华职业技术学院
主任委员	任光圆	教授	宁波卫生职业技术学院
委 员	(以姓氏笔画为序)		
	丁明星	教授	金华职业技术学院
	于 靖	教授	天津医学高等专科学校
	万 萍	副教授	上海中医药大学康复医学院
	方 新	教授	北京社会管理职业学院
	尹宪明	教授	苏州卫生职业技术学院
	江钟立	教授	江苏省人民医院
	许 智	副教授	湖北职业技术学院
	杨发明	讲师	无锡卫生职业技术学院
	肖晓鸿	教授	武汉民政职业学院
	吴 毅	教授	复旦大学康复医学系
	吴淑娥	副教授	江西中医药高等专科学校
	张秀花	教授	无锡同仁康复医院
	张绍岚	教授	盐城卫生职业技术学院
	林成杰	副教授	山东中医药高等专科学校
	周菊芝	教授	宁波卫生职业技术学院
	孟宪国	副教授	山东医学高等专科学校
	胡 军	副教授	上海中医药大学康复医学院
	黄昭鸣	教授	华东师范大学
	章 稼	教授	苏州卫生职业技术学院
秘 书	李海舟	副教授	宁波卫生职业技术学院



## 《传统康复技术》编写人员

- 主 编** 周立峰 许 智  
**副主编** 曹艳杰 石君杰 钟士元  
**编 者** (以姓氏笔画为序)
- 石君杰 浙江医学高等专科学校  
许 智 湖北职业技术学院  
杨志伟 雅安职业技术学院  
余俊武 宁波卫生职业技术学院  
张 薇 重庆三峡医药高等专科学校  
陈志伍 湖北职业技术学院  
周立峰 宁波卫生职业技术学院  
钟士元 广州市市政医院  
姚 波 浙江省人民医院  
黄梓飞 广州市市政医院  
曹艳杰 上海健康职业技术学院



## 出版说明

随着中国人口老龄化速度加剧、慢性病发病人数增加，人们对生存质量的要求不断提高，社会对康复治疗的需求日渐增加，因此，康复医学事业得到了快速发展。进入 21 世纪以来，我国康复医学事业进入了快速发展时期，康复医学作为新兴的医学学科已成为国内医疗卫生事业重点发展的新领域，但康复医学教育滞后造成了康复医学专业技术人才储备不足，这已成为发展的瓶颈。

2011 年卫生部发布的《医疗卫生中长期人才发展规划（2011—2020 年）》明确提出要大力推进医学康复等各类临床人才的培养，提升专业技术水平。康复治疗技术专业高等职业教育如雨后春笋般在全国各地设置和发展，已成为培养康复治疗师的中坚力量。2011 年，中国康复医学会康复医学教育委员会成立了康复职业教育学组。2012 年，卫生部颁布了《“十二五”时期康复医疗工作指导意见》，此举提高了康复医疗机构建设和管理水平，加强了康复专业人员队伍建设。

2012 年 11 月，教育部发布了我国第一部《高等职业学校康复治疗技术专业教学标准（试行）》，标志着高职高专层次的康复治疗师学历教育进入了规范化阶段，向更高质量的人才培养目标迈进。

康复人才培养急需规范的教材。在此背景下，我们组织全国专家，以全国《高等职业学校康复治疗技术专业教学标准（试行）》为依据，围绕新的人才培养目标，体现初级康复治疗师的基本素质、知识要求、能力要求及职业态度要求，尤其体现康复治疗师特有的人文精神和职业素养培养要求，编写了本套教材。

本套教材含职业基础模块 4 部、职业技能模块 8 部和职业拓展模块 4 部。教材内容选择以“必需为准、够用为度、实用为限”为原则，既能满足初级康复治疗师职业岗位要求，又能满足中华人民共和国国家卫生和计划生育委员会组织的全国卫生技术人员资格考试需求；既考虑了我国当前各地的康复治疗技术发展实际水平，又考虑了本专业的国际化发展趋势。编写体例上没有采用“一刀切”即全部采用“项目化”的形式，而是从实际出发，尊重不同课程间的差异，采用符合该课程当前主流教学方法和教学模式的编写体例。教材采用了主体课程教材、配套实训（指导）教材和网络增值服务等多种形式，力求最大限度地满足广大师生教与学的需要。

本套教材由中国科学技术出版社和河南科学技术出版社联合出版，吸引了全国 32 家高职高专、15 家本科院校教师和 27 家行业机构临床一线的康复医学专家和技术人员共同

参加编写。内容新颖，突出了康复治疗师专业技能和职业能力的培养要求。编写过程中，各位编者都本着精益求精、求实创新的原则，力争达到国家“十二五”规划教材的要求。但由于编写时间有限，难免出现不当之处，欢迎广大读者提出宝贵意见和建议，以便再版时修订。

本套教材的编写得到宁波卫生职业技术学院的大力支持，谨表示衷心感谢!

康复治疗技术专业教材编审委员会

2014年1月



# 前 言

近 10 年来，随着经济社会的快速发展和科技的进步，中国康复医学事业得到了飞速发展。中国传统康复技术如针灸、推拿、拔罐、太极拳等，在现代康复治疗体系中发挥着重要作用，其显著疗效，已为国际康复医学界所认可。目前，有近 120 所医学院校和职业技术学院开设高职高专康复治疗技术专业，可以说康复医学教育得到快速扩张和发展。而适合高职高专层面的康复治疗技术教材相对偏少，教师和学生选择余地比较窄。本教材紧紧依据教育部委托的高职高专教学指导委员会制定的《高等职业学校专业教学标准（试行）》（2012 年印发），组织全国高职高专康复教育专家和临床一线康复技术专家参与编写本教材，掌握“必需为准，够用为度，实用为限”的原则精选教材内容，既满足初级康复治疗师职业岗位需求，又满足全国卫生技术人员系列资格考试需求，并力求体例新颖、实用易学、图文并茂、方便复习。每章先展示学习目标，以“案例导入”引出所需要的知识、能力、素质要求，切入正文，“知识链接”介绍相关或衍生的内容，最后附以思考题以便学生复习巩固。

本教材与其他同类教材有很大区别，增加了中医基础理论，将推拿技术融入颈肩腰腿痛推拿治疗中进行介绍，将针灸、拔罐技术融入脑血管病针灸技术中进行介绍，更符合认知逻辑和学习规律，有利于实施教、学、做一体化教学改革。在教学使用过程中，也要注意融会贯通，推拿也可用于脑血管等疾病康复治疗，同理，针灸、拔罐技术也可用于颈肩腰腿痛康复治疗。由于近年来整脊技术应用越来越广泛，且康复疗效显著，所以本教材特加入整脊技术内容，由龙层花教授嫡传弟子精心编写，图文并茂，也是本教材一大特色。

本教材强调科学性、先进性、思想性、启发性和实用性，力求体现高职高专注重学生技能培养的要求与特点，力争达到概念准确、层次分明、结构合理、表述清楚。在编写过程中，得到了教材评审委员会专家的指导，参阅吸收了国内很多专家学者的最新研究成果，各位编者利用业余时间编写，付出了辛勤的劳动，在此表示衷心的感谢！

书中若有纰漏和不当之处，敬请广大同行及师生给予批评指正，以便今后进一步完善。

编者

2014 年 3 月



# 目 录

第一章 传统康复技术概述 .....	1
第一节 传统康复技术内涵 .....	1
一、传统康复技术概念 .....	1
二、中国传统康复方法 .....	2
第二节 传统康复技术发展简史 .....	2
一、先秦、秦汉时期 .....	3
二、魏晋、隋唐时期 .....	4
三、宋、金、元时期 .....	4
四、明清时期 .....	5
五、近现代时期 .....	6
第三节 传统康复技术在现代康复体系中的作用 .....	6
一、从传统医学角度看传统康复技术的作用 .....	7
二、从现代医学角度看传统康复技术的作用 .....	8
第二章 中医基础理论 .....	13
第一节 基本特点 .....	13
一、整体观念 .....	13
二、辨证论治 .....	14
第二节 阴阳五行学说 .....	14
一、阴阳学说 .....	15
二、五行学说 .....	16
第三节 藏象学说 .....	18
一、脏腑 .....	18
二、气、血、津液 .....	20
第四节 四诊与辨证 .....	22
一、四诊 .....	23
二、辨证 .....	28
第五节 病因、病机与治则 .....	30

一、病因 .....	30
二、病机 .....	33
三、治则 .....	35
第三章 经络腧穴 .....	39
第一节 经络系统概论 .....	39
一、经络的概念 .....	39
二、经络系统的组成 .....	39
三、经络的功能与应用 .....	43
第二节 腧穴的作用、分类及定位 .....	44
一、腧穴的概念 .....	45
二、腧穴的分类 .....	45
三、特定穴 .....	45
四、腧穴的作用 .....	49
五、腧穴的主治规律 .....	49
六、腧穴的定位方法 .....	51
第三节 手三阴经 .....	53
一、手太阴肺经 .....	54
二、手厥阴心包经 .....	55
三、手少阴心经 .....	57
第四节 手三阳经 .....	59
一、手阳明大肠经 .....	59
二、手少阳三焦经 .....	61
三、手太阳小肠经 .....	64
第五节 足三阴经 .....	67
一、足太阴脾经 .....	67
二、足厥阴肝经 .....	69
三、足少阴肾经 .....	71
第六节 足三阳经 .....	73
一、足阳明胃经 .....	73
二、足少阳胆经 .....	77
三、足太阳膀胱经 .....	80
第七节 任督二脉与常用经外奇穴 .....	85
一、任脉 .....	85
二、督脉 .....	87
三、常用经外奇穴 .....	89
第四章 颈肩腰腿痛推拿治疗 .....	95
第一节 颈椎病推拿治疗 .....	95
一、颈椎病概述 .....	96
二、康复评定 .....	100

三、推拿治疗 .....	105
四、常用手法 .....	106
第二节 肩周炎推拿治疗 .....	115
一、肩周炎概述 .....	115
二、康复评定 .....	117
三、推拿治疗 .....	119
四、常用手法 .....	120
第三节 腰腿痛推拿治疗 .....	126
一、腰腿痛概述 .....	126
二、康复评定 .....	129
三、推拿治疗 .....	129
四、常用手法 .....	132
第五章 整脊疗法 .....	139
第一节 整脊理论 .....	139
一、国际整脊理论 .....	140
二、中国整脊理论 .....	142
三、脊椎移位的常见临床症状 .....	144
四、自主神经与脊椎节段的关系 .....	145
第二节 整脊方法 .....	146
一、整脊步骤、要求及禁忌 .....	147
二、颈项部整脊方法 .....	148
三、胸椎整脊方法 .....	155
四、腰骶部整脊方法 .....	160
第六章 脑血管病针灸技术 .....	172
第一节 脑血管病康复评定及针刺治疗 .....	172
一、脑血管病康复评定 .....	173
二、脑血管病针刺疗法 .....	177
第二节 脑血管病灸法与拔罐法 .....	203
一、脑血管病灸法 .....	204
二、脑血管病拔罐法 .....	209
第七章 传统运动疗法 .....	216
第一节 八段锦 .....	216
一、动作要领 .....	216
二、康复应用 .....	219
三、注意事项 .....	219
第二节 六字诀 .....	219
一、动作要领 .....	220
二、康复应用 .....	221
三、注意事项 .....	221

第三节	五禽戏 .....	221
一、	动作要领 .....	222
二、	康复应用 .....	224
三、	注意事项 .....	224
第四节	易筋经 .....	225
一、	动作要领 .....	225
二、	康复应用 .....	231
三、	注意事项 .....	232
第五节	太极拳 .....	232
一、	动作要领 .....	233
二、	康复应用 .....	239
三、	注意事项 .....	239
第六节	少林内功 .....	240
一、	动作要领 .....	240
二、	康复应用 .....	242
三、	注意事项 .....	242
第八章	其他传统康复技术 .....	245
第一节	刮痧 .....	245
一、	概念和作用 .....	245
二、	操作方法 .....	246
三、	适用范围 .....	248
四、	注意事项 .....	249
第二节	足部按摩疗法 .....	249
一、	概念和作用 .....	249
二、	足反射区 .....	251
三、	操作方法 .....	251
四、	适用范围 .....	254
五、	注意事项 .....	254
第三节	小儿推拿 .....	257
一、	概念和作用 .....	258
二、	操作方法 .....	258
三、	适用范围 .....	268
四、	注意事项 .....	269
第四节	中药疗法 .....	269
一、	四气五味 .....	270
二、	常用中药 .....	271
三、	中药的应用 .....	277
附录	参考答案 .....	283
	参考文献 .....	284

# 传统康复技术概述

## 第一节 传统康复技术内涵

### 学习目标

#### 能力目标

- (1) 能列出常用传统康复技术。
- (2) 能比较现代康复与传统康复在康复目标和技术上的区别。

#### 知识目标

- (1) 掌握传统康复技术概念。
- (2) 熟悉“康复”在中国古代的含义。

### 案例导入

患者王某，男，61岁。主诉：脑血管意外后左侧偏瘫50d。左侧活动不利，大小便有意识、能控制，现血压正常范围，病情稳定后从一家医院出院回家休养，未进行过康复治疗。近来有人劝他去进行针灸推拿，又有朋友建议他去医院康复科去进行系统康复训练，他对康复不是很清楚，所以拿不定主意，请你帮他分析一下，并给其建议。

### 一、传统康复技术概念

传统康复技术是中国传统康复医学中核心内容，在中国传统医学的理论指导下，对病、伤、残者采取传统治疗方法，以改善、恢复他们受影响的身心功能的一类实用技术统称，包括推拿、针灸、中药外治法，以及太极拳、气功、八段锦等传统康复技术。传统康复目标与现代康复医学目标相一致，不是追求疾病的完全治愈，而是改善病、伤、残者的功能和挖掘潜在能力，获得生理、心理和社会功能的最大程度恢复，提高生活自理能力和生存质量，以使他们重返社会。中国传统康复医学常常被称为“中医康复学”，因为“中医”一词在国际上通常被翻译为“中国传统医学”，所以“传统康复技术”有时又被称为

“中医康复技术”。

中国传统医学中并没有形成独立的传统康复医学体系与传统康复治疗体系，丰富的传统康复医学与康复治疗技术的理论和方法，则散见于历代典籍与各科著述之中。但康复医疗的思想、方法，可追溯至先秦时期。春秋时期已有早期康复机构的记载，如《管子·人国》记载“凡国皆有掌养疾、聋、盲、喑哑……偏枯，不耐自生者上收而养之疾。”把有功能障碍的残疾患者收容起来，集中调养，这是人类历史上最早的“康复机构”雏形。秦汉时期《尔雅·释诂》曰“康，安也”，《尔雅·释言》曰“复，返也”。明朝龚廷贤所著《万病回春·后序》所载“……旬日康复如初”，这是最早出现“康复”词条的著作，“康复”含义为“复原”“恢复健康”，有“恢复到原来的良好状态”意思。形成于欧美发达国家的现代康复医学，中国学者将“rehabilitation”翻译成“康复”，是指通过综合应用各种措施，消除或减轻病伤残者的各种功能障碍，恢复生理、精神及社会功能，使之达到最佳状态，提高病伤残者生活质量并重返社会的过程。所以，我国古代的“康复”与现代的“康复”相比较，其内涵有较大的不同且比较局限。因此，康复并不局限于解决病理问题，而是强调通过康复过程，提高病、伤、残者独立生活和回归社会的能力。

## 二、中国传统康复方法

中国传统康复医学是国际康复医学体系的重要组成部分。中国传统医学和传统康复技术历史悠久，内容丰富，许多传统康复疗法对病、伤者功能恢复效果良好，且容易被中国老百姓接受，康复治疗有着积极的意义和良好的效果。从20世纪80年代以来，我国又发展了独特的中西医结合康复治疗方法，逐步被国外康复学者认识，传统康复技术逐渐为国际康复人士所认同和接受，为现代国际康复医学的发展做出了积极的贡献。

中国传统康复方法一般指推拿疗法、针灸疗法、拔罐疗法、刮痧疗法、中药外治法，以及太极拳、气功、八段锦等传统运动疗法等。临床上部分学者将中药方剂疗法认为是中医疗法，不列入传统康复医学范畴。

## 第二节 传统康复技术发展简史

### 学习目标

#### 能力目标

- (1) 能说出《黄帝内经》和《伤寒杂病论》在传统康复上的贡献。
- (2) 能比较扁鹊与华佗在传统康复发展史上的作用。

#### 知识目标

- (1) 熟悉传统康复技术的起源情况。
- (2) 熟悉传统康复在隋唐时期的发展简史。
- (3) 掌握传统康复在近现代时期发展情况。

## 案例导入

传统康复不是凭空产生的，而是有着悠久历史，随着人们对疾病认识的深入和治疗技术的不断进步而发展起来的。传统康复技术在各时期皆有所发展，请你举例说明各个历史时期对传统康复技术发展所做出的贡献。

中国传统康复医学的理论和技术的，是随着传统医学建立和发展而发展起来的，没有形成独立体系，但散见在历代临床各科医籍和养生康复典籍之中。大致可分为以下五个阶段。

### 一、先秦、秦汉时期

在古代，人类的生存环境和生活条件比较艰苦，医学的形成起源于人类生产和生活实践，来源于与疾病斗争的实践。“神农尝百草”的传说，说明了人类在采集植物作为食物的实践过程中逐渐认识了药物，“神农”是托称，是成千上万人共同实践，才积累了丰富的药学知识。人类发明了火，告别“茹毛饮血”的时代，逐渐衍生了热熨法和灸法等传统康复方法。新石器时代，人类开始制作生产工具，同时也陆续发明砭石、石针、骨针等可用于治疗与康复的原始针刺工具，从此针灸疗法诞生了。在各种祭祀、庆祝活动，除了音乐、舞蹈表演外，导引、按跷等传统运动方法也应运而生。

甲骨文记载疾首、疾目、疾齿、疾腹等基本按部位命名的疾病 20 余种。《山海经》记载痲、癭、疥、痹等 38 种病名，同时开始有除虫、洗澡、洗脸等卫生保健活动。这些表明人们对疾病认识有了很大进步。《周礼·天官》记载有周朝的医事制度，医师主管医药政令，下设食医、疡医、疾医和兽医，食养、药物、酒剂、针刺、火灸等治疗方法，其中一些就是康复方法，疾病与治疗手段及其名称进一步丰富。

春秋战国时期，诸子百家争鸣，学术思想活跃，促进了医学实践的发展进步。如《左传》记载有折肱、伤疾、佝偻等疾病名称，同时记载秦国医家医和用“阴阳、风雨、晦明”解释病因。《庄子·刻意》记载“吹响呼吸，吐故纳新，熊经鸟申，为寿而已矣。此导引之士，养形之人，彭祖寿考者之所好也。”说明当时人们就开始运用吐纳、导引等气功或运动疗法进行养生保健。据史载，扁鹊是中国古代第一位有正式传记的医学家，善于望诊和切脉，像“扁鹊望齐桓公面色而知病”“为魏太子治病起死回生”等事迹家喻户晓，而且擅长使用针刺和艾灸治疗疾病。

秦汉时期，中国传统医学理论逐渐形成。汉代帛书《五十二病方》就记载有内、外、妇、儿等疾病，以及药、砭、灸等治法。《黄帝内经》是我国现存最早的中医经典著作，奠定了中国传统医学的理论基础，也标志着中医理论体系的初步形成。《黄帝内经》不仅提出了中国传统康复的理论依据与治疗原则，而且记载了许多慢性疾病的具体康复方法。提出运用针灸、导引、按摩、热熨等方法治疗瘫痪、麻木、肌肉挛缩等病症，以使功能康复。该书分《素问》和《灵枢》两部分，其中《素问·五常政大论》载有“无伐化，无违时，必养必和，待其来复”，反映了传统康复重视呵护人体正气，调养机体自我康复能力的思想。成书于东汉时期的《神农本草经》是现存最早的中药学著作，总结了当时的用药经验，共载药物 365 种，将药物分为上、中、下三品，补养药为上品，并对药性、功能



等做了概述。

东汉时期的著名医学家张仲景著《伤寒杂病论》，奠定了中医学辨证论治体系，其本人被后世尊称为“医圣”。《黄帝岐伯按摩十卷》《神农黄帝食禁》等传统康复治疗著作也出现于这一时期。1972年，长沙马王堆出土的汉帛书《医经方》记载针灸治疗关节运动功能障碍，帛书《导引图》中绘有多种导引体操图，并注明了各种医疗体操的名称及防治功效。东汉末医学家华佗，不仅开创了用中药麻沸散麻醉开腹手术，而且创立了“五禽戏”，模仿虎、鹿、熊、猿、鸟动作来健身养生，被认为是中国传统体育康复疗法的奠基人。这一切都说明，在当时，人们已应用传统康复方法来进行康复保健。

### 二、魏晋、隋唐时期

在这一时期，传统医学家在倡导药物康复的同时，发展了许多非药物的康复治疗方法，如针灸、气功、导引、按跷、按摩、熨疗、饮食等，相关康复治疗著作相继出现。晋代皇甫谧总结了晋之前有关针灸、按跷、导引的经验，著《针灸甲乙经》，是现存最早的针灸疗法专著，为针灸康复治疗做出了重要贡献。东晋著名医学家葛洪的《肘后备急方》是我国第一部临床急救手册，其中也记载了饮食康复与药物康复的许多内容，在《抱朴子·别旨》记载有“夫导引疗未患之疾，通不和之气，动之则百关气畅”，说明导引术具有康复预防作用。南北朝时期的陶弘景著《养性延命录》载“心脏病者体有冷热，吹呼二气出之；……已上……以鼻引气，口中呼气……无有不差”，又说“又法摩手令雷摩身体，从上至下，名曰干浴。令人胜风寒时气，热头痛，百病皆除”，对气功和按摩康复方法都有所记载。

隋唐时期，政府出面专门为残疾人设立“养疾坊”，是类似于现代社会福利与康复相结合的实体机构。隋代巢元方所著的《诸病源候论》，是我国现存最早的病因证候学专著，全书中记载200余种导引运动疗法，治疗偏枯、麻木、风湿痹痛、眩晕、消渴等疾患。如其中的《养生方·导引法》载“一曰偃卧，以右足踵拘左足拇趾，以鼻内气，自极，七息，除风痹。二曰偃卧，以左足踵拘右足拇趾，以鼻内气，自极，七息，除厥痹。三曰两手更引足趺置膝上，除体痹”，提出以运动与功能锻炼促进疾病的康复，并列气功与运动相结合的康复方式。624年，唐政府设立的“太医署”，是比较完善的医学教育机构，设立医博士、针博士、医师、按摩师等专门职位，他们综合运用药物、针灸、按摩、导引等治疗方法应用于临床。

唐政府任命长孙无忌、李勣主持编修《新修本草》，是我国第一部药典，共载药844种，图文并茂，影响深远。唐代著名医学家孙思邈所著《备急千金要方》《千金翼方》是我国最早的医学百科全书，内容包括中国传统医学的理论、医方、诊法、治疗、食养及导引等多方面著述。唐代著名医学家王焘所著《外台秘要》，记载了精神疗法、磁疗、光疗、冷疗、热疗、熨法、美容法、药熏法、贴敷法、导引法、泥疗法、水疗法等康复治疗方法，对唐代及以前的康复治疗方法进行了总结，被视为古代一部有丰富内容和方法的传统康复技术著作。

### 三、宋、金、元时期

在这一时期，传统康复医学及其治疗技术发展很快，政府设立安济坊、养济院等福利

机构,收治老弱病残者,给予抚恤补助和康复治疗等。宋代《太平圣惠方》《圣济总录》收录了大量的方剂,后者收载药粥方133首,用于某些疾病的食疗康复与病后调养。《太平惠民和剂局方》是宋政府组织编写的第一部成药制剂手册。

北宋翰林医官王惟一主持设计制造针灸铜人,著《铜人腧穴针灸图经》,铜人上描绘手足三阴、三阳经脉,以及任督二脉的循行路线和腧穴,非常适合针刺穴位准确性考试,是传统医学教育史上实物形象教学法的重要创新,对传统康复治疗技术实践教学有着重要的意义。宋代陈直撰著、元代邹铉增续的《寿亲养老新书》,收载了四时摄养方药和食疗方160余首,论述了老年人的生理、病理特点,提出了许多独特的养生康复方法,是有关老年人养生和疾病康复的专著。宋代的《云笈七签》,赵自化的养生著作《四时养颐录》,无名氏的《八段锦》及托名达摩的《易筋经》《洗髓经》等导引著作,大大丰富了传统康复技术和方法,对传统康复技术的发展起到了重要的作用。

金元时期,医学上出现学术争鸣局面,金元四大家(刘完素、张子和、李杲、朱丹溪)对传统康复方法的发展也做了一定贡献。寒凉派代表刘完素著《素问玄机原病式》,注重药物康复。攻邪派代表张子和著《儒门事亲》,将许多具体的康复方法应用于临床实践中,尤其对调摄情志的康复方法有创新。补脾派代表李杲著《脾胃论》,强调“脾胃乃后天之本”,阐述了脾胃功能对疾病康复有着很重要的影响,“人以胃土为本”的理论成了后世医家慢性康复医疗的原则。滋阴派代表朱丹溪著《格致余论》,认为机体“阳常有余,阴常不足”,主张以滋阴潜阳为主,药食并重的康复方法。元代饮膳太医、蒙古族营养学家忽思慧著《饮膳正要》,是我国古代最完备的饮食康复专著。元代医家危亦林所著《世医得效方》,设有骨折脱位的整复及固定专论,对骨伤康复有着重要的贡献。

#### 四、明清时期

这一时期,传统医学理论和实践进一步发展和深化,主要表现为传统医学开始分为内科、外科、妇科和儿科,温病学派开始形成,小儿推拿得以形成和发展。《明会要》记载了天下郡县设立养济院,以收养鳏寡孤独废疾者。明成祖朱棣还在北京兴建安乐堂,这是政府设置的比较完整的养老康复机构。

明代,传统康复理论与治疗方法逐渐成熟,各种集大成类著作不断出现的。例如:徐春甫著《古今医统大全》,辑录230余部医籍,并将其他文献中有关医学内容也加入其中,其中包括传统康复治疗理论和方法;针灸学家杨继洲著《针灸大成》,收集整理了明代之前针灸与部分药物治疗经验;著名医学家张景岳著的《景岳全书》《类经》,提出“身心”概念,强调疾病康复中必须重视身心功能恢复,尤其针对中老年人的生理特点,提出了一系列养生康复保健措施;明代医学家薛己所著的《正体类要》,记载正骨手法19种及外科方剂等,技术与方法简明实用;著名医药学家李时珍编写的划时代巨著《本草纲目》,是世界公认的内容丰富、影响深远的医药学重要著作。在明代,收录于《针灸大成》的《小儿按摩经》和一批按摩专著问世,标志着小儿按摩体系的建立。

清代,名医龚云林根据前人小儿按摩疗法的成就和自己的实践经验编著的《小儿推拿秘旨》,熊应雄所著的《小儿推拿广意》是当时影响最大的小儿推拿专著。冷谦所著《修龄要旨》是一部记录气功与养生保健专书。沈子复所著《养病庸言》,则是清代出版的有关传统康复技术的专著,提出康复概念及传统康复的一般原则,明确认识到养病不同于治