

警察徒手防卫与控制

主编 余升淮 余志健

江西高校出版社

警察徒手防卫与控制

主 编:余升淮 余志健

副主编:周忠伟 朱文瑜 陈宜卿

参编人员:(按姓氏拼音字母排序)

艾小刚	谌 峰	陈前进	陈 勇
邓 涛	付方磊	郭清宁	郝建平
黄晓华	刘 唱	刘 锐	刘 珊
吕德全	卢建新	李 涛	马小奔
盛志豪	童 佳	吴健人	吴 平
徐凯华	徐 猛	余陆维	袁志良
钟城宗	周诗强	周伟波	詹才荣
章小辉	朱蕴洁		

前言

我们一直认为,不是所有公安民警都具备特异功能,公安民警不是超人,警察也是普通人,不可能要求每一个警察都是搏击冠军。我们也不能要求每一个警察在所有对抗能力上都必须超越普通人。但是,徒手防卫与控制作为公安民警执法必备的专业技能,必须经过系统化、专业化训练。

随着我国社会经济的迅猛发展,社会治安形势变得日益严峻,公安民警的执法环境也发生较大变化。公安机关在打击和制止犯罪活动、处置违法案件的执法行为中,既要有力控制相关嫌疑人,又要充分体现人性执法和合法执法。公安民警执法行动的最终行为必定要与控制对象进行身体接触,这就要求公安民警必须掌握徒手防卫与控制技能,并且坚持不懈地训练提高。公安民警训练和使用徒手防卫与控制技能时,要适应当前社会治安形势,充分结合区域民情、案件特点、对象特情、地理气候特性,不断增强工作实效。

本教材立足防卫与控制的传统战法,拓展实战应用战法;立足防卫与控制的单一技术,详解技术要点与关键,重点解决训练的难点与易犯错误;立足防卫与控制的单个技术,根据执法需要,应对施技的武力等级,将单个技术有机地联系,并随着案情发展,合法、人性、有效地控制(省级教改课题“警察擒敌技能实战模拟研究”的初步成果);立足防卫与控制的协同技术,重点解决训练内容与实战脱节的问题,突出警组或警队的协同控制技术,提供情景模拟对抗方案及演练措施。力争给警察实战技能教学训练提供更多有益的理论指导和实践借鉴,指导公安民警规范化施技,指导基层警队训练和民警执法。

本教材在编写过程中,注重理论联系实际,将徒手防卫与控制技能与民警在执法战斗中的实际需要紧密结合,突出合理性、对抗性、实用性和可操作性。教材中设计了不同的条件、对象等情景模拟,使徒手防卫与控制技能训练始终在实战条件下进行,教学训练更有针对性。教材的直观性和可操作性,极大地方便基层警队教学训练和民警自学自练。教材中介绍了训练方法和考核办法,便于基础单位组织实施训练,广泛提高实战能力。

本教材第一章由余升淮编写;第二章第一节、第二节,第五章,第六章由余志健编写;第二章第三节、第四节、第五节、第六节由周伟波编写;第三章由袁志良编写,余志健修改;第四章由黄晓华编写;第七章由余志健编写,周忠伟修改;第八章由周忠伟编写;第九章由马小奔编写;第一章图片由徐猛提供;其余图片由陈宜卿拍摄,朱蕴洁、吴健人拍摄部分图片;图片处理由陈宜卿、徐猛、余陆维、付方磊负责;本书图片由余志健、陈前进、周伟波、黄晓华、艾小刚、李涛、童佳、吴平、钟城宗、周诗强、刘珊等演示。余志健负责统稿工作;余志健、刘锐、黄晓华、马小奔负责初稿的校对工作;余升淮、周忠伟、朱文瑜负责全稿审定。本

书在编写过程中得到江西警察学院教材编审委员会主任程小白教授的关心和帮助,得到全体编审委员的大力支持;还得到中国人民公安大学章小辉副教授、省厅教育训练处盛志豪大力支持,得到同事徐凯华、吕德全、邓涛、卢建新、湛峰、陈勇、郝建平、詹才荣、刘唱、陈前进等支持与帮助。

本书在编写过程中,编者虽力争使内容更实用和规范,更贴近实战,为一线民警训练和实战需要服务,但由于受水平所限,书中肯定会有疏漏和不妥之处,敬请大家批评指正。

编者

2012年11月

目 录

第一章 徒手防卫与控制概述 / 1

第一节 徒手防卫与控制发展的历史沿革与发展现状 / 1

第二节 徒手防卫与控制的特点 / 3

第三节 公安民警训练徒手防卫与控制的目的与意义 / 4

第四节 人体关节与要害部位 / 5

第二章 徒手防卫与控制的基本功法训练 / 14

第一节 基本手型与步型 / 14

第二节 徒手防卫与控制的基本姿势与步法 / 18

第三节 柔韧性训练 / 28

第四节 力量性训练 / 35

第五节 速度训练 / 43

第六节 灵敏性训练 / 44

第七节 自我保护技术训练 / 45

第三章 徒手防卫的进攻技术 / 49

第一节 拳法训练 / 49

第二节 腿法训练 / 55

第三节 掌法训练 / 62

第四节 摔法训练 / 66

第五节 肘法和膝法训练 / 68

第六节 进攻技术的综合应用 / 73

第四章 徒手防卫的防守与反击技术 / 76

第一节 基本防守技术 / 76

第二节 防守反击技术 / 86

第三节 防守反击摔法技术 / 101

第五章 徒手防卫中的解脱技术 / 109

- 第一节 抓腕解脱 / 109
- 第二节 抓胸(肩)解脱 / 124
- 第三节 锁喉(夹脖)解脱 / 135
- 第四节 抱腰解脱 / 140
- 第五节 抓发解脱 / 146
- 第六节 抱腿解脱 / 148

第六章 徒手控制实战技术 / 151

- 第一节 单兵控制实战技术 / 151
- 第二节 二对一控制实战技术 / 181
- 第三节 三对一控制实战技术 / 192
- 第四节 利用地形地物的控制实战技术 / 196
- 第五节 对不同身体姿势对象的控制实战技术 / 201
- 第六节 制止冲突的防卫与控制实战技术 / 206

第七章 徒手防卫与控制实战综合应用 / 214

- 第一节 处置治安案件中的防卫与控制实战应用 / 214
- 第二节 处置刑事案件中的防卫与控制实战应用 / 215
- 第三节 恶劣气候条件下的防卫与控制实战应用 / 218
- 第四节 复杂环境的防卫与控制实战应用 / 219

第八章 徒手防卫与控制技能的训练和考核 / 222

- 第一节 徒手防卫与控制技能的训练 / 222
- 第二节 徒手防卫与控制技能的考核 / 225

第九章 徒手防卫与控制训练中的损伤与防治 / 230

- 第一节 损伤的特征及分类 / 230
- 第二节 致伤因素分析 / 231
- 第三节 损伤的预防 / 234
- 第四节 损伤的急救、治疗及康复 / 236

第一章 徒手防卫与控制概述

第一节 徒手防卫与控制发展的历史沿革与发展现状

徒手防卫与控制是警察在执法过程中,遇到不能或不便使用警械和武器的情况时,使用徒手攻防技术制止暴力抗法,保护自身安全,控制违法行为人或抓捕犯罪嫌疑人所采用的技术。它是警察自身防卫和控制、有效控制态势、剥夺控制对象反抗能力的一种必备技能,是警察强制手段中的武力(强力)行为之一。

我国警察徒手防卫与控制是在中华武术的基础上,将“踢、打、摔、拿”等技法融为一体,结合人民警察的工作特点和执法要求,在长期的执法实战中产生和发展起来的。

中华武术历史悠久,究其根源,比较一致的认识就是:原始社会期间,人类为了生存而同大自然进行抗争以及人类为获取生活资料相互之间进行搏斗时,在实战中悟出并不断总结形成了拳打、脚踢、绊摔、擒拿、跌扑等动作,出现了武术的雏形。自原始社会末期至阶级社会以来,部落之间、民族之间、阶级之间的战争频繁,促进了搏斗技术的发展。私有制产生后,在氏族社会、部落之间的战争时有发生,使用武力成了掠夺财富的最主要的手段。如人与兽斗、人与人斗的本能活动,经过漫长的岁月和积累,一旦从本能的自卫活动过渡到有意识的技击交流时,便产生质的飞跃。部落战争中远则运用弓箭、投掷器,近则用玉石木骨作为武器。手中的武器被打掉,自然是赤手空拳的搏斗。求生的本能向人们提出了军事技能的要求,提出了对部落成员进行军事技能训练的任务。这种有意识的组织传授活动对“相搏”技术的产生和发展有着重要影响。封建社会西汉时期的储君圆雕《格斗》就生动地展现了徒手搏斗的场景,但那时的武术是出于人的自卫本能,还未进入有目的、有计划、有组织的体育活动范畴。

《礼记·王制》载“凡执技论力,适四方赢股肱、决射御”,表明当时已经有了用“执技论力”、“赢股肱”来决定胜负的相搏之术。

到了商周时期,攻防格斗技术已被单独拿出来训练士兵。统治者还规定了专门的训练时间——“三时务农,一时练武”,故“征则有威,守则有钱”。《礼记》练武内容有射箭与对抗攻防技术,此时习武已成为人们有意识、有目的、有组织的活动。

春秋战国时期武术发展到了一个新阶段,诸侯各国为称雄争霸,都很重视“拳勇”、

“技击”对军队战斗力的影响,重视技击术在战场上的应用。齐桓公曾于春秋两季举行全国性比较武功的“角试”,来选拔天下豪杰、枭雄以为己用。管仲亦曾在齐国招募全国有“拳勇股肱之力”、“筋骨秀出众者”来训练军队,齐国正是靠重视拳勇、技击而首先争霸诸侯的。秦统一六国后,“收天下之兵”客观上限制了民间的练武活动,当时正是“手搏、角抵”——武术徒手对抗项目发展的最佳时期,武术徒手对抗在当时极为盛行。1975年在湖北江陵县凤凰山出土的秦墓中发现一木篋,弧形背面有彩绘的“手搏”比赛场面,上有三个男子身着短裤,腰间束带,足穿翘头鞋,右边两人在进行“手搏”比赛,左边一人双手前伸,作裁判状,台上挂有帷幕飘带表示比赛在台上进行。

汉初的统治者为了抵御匈奴进攻,鼓励习武,大大促进民间练武活动,并出现了一个新名词——“武艺”。出现了许多不同风格的技击流派。这里的武艺是徒手和器械对抗与套路的总称。

到唐宋盛世,武术大兴,唐代开始实行武举制,并用考试办法授予武艺出众者以相应称号,如“猛殿之士”、“矫捷之士”、“技术之士”、“疾足之士”等。通过考试选拔人才的制度,促进了练武活动,也标志着唐代的武术运动已进入一个较高的阶段。两宋时期,阶级矛盾及民族矛盾错综复杂,武术得到了很大发展。在街头巷尾出现了打场练武,热闹非常,表演的武艺有角抵、使拳、踢腿、使棒、舞仗、舞刀枪、舞剑及打弹和射弩等。此时开始出现了民间自愿结合的练武组织“锦标社”、“英略社”、“角抵社”等,民间习武更加盛行。明代是武艺集大成、大发展时期,派流林立,不同风格的拳术、器械都得到了发展。有关武术的著作数量之多,内容之丰富,是过去历代所没有的,这就促进了武术在技术、技击与健身方面的发展。这期间,武术运用于军事上又是一个明显的特点。尽管宋代已使用了火器,明初更为频繁,但并未影响武艺的发展。如嘉靖年间倭寇入侵浙江沿海一带,受祸甚烈。平倭名将戚继光所组织的戚家军,兵精械利,精于武术,所以能击破倭寇。戚继光著有《纪效新书》、《练兵实纪》等书,提倡拳术御倭。练武的目的是使士兵学好本领防身杀贼,立功效国。军队中除了规定练武的时间,还重视通过比赛方式来促进练兵,充分说明了武术与提高战斗力有着密切的关系。

清代武术之发展远远超过前代。形式多样的拳种在民间有着深厚的基础,深为劳动人民喜爱。太极拳、八卦掌、形意拳、劈挂拳等拳种都在此时形成,各拳种已大多形成自己的理论体系,也大多用整体观来论述拳理,长期以来指导着人们练武。

新中国成立前,民国初期,习武开禁,拳技蓬勃一时。技击大师霍元甲传霍家迷踪拳,1910年在上海创“精武体操学校”,后改为“精武体育会”,在继承与发展武术运动方面起了积极作用。1926年国民党统治区改武术为“国术”,成立“中央国术馆”于南京,利用知名武术家酷爱武术运动,发展官办武术馆,推行其反动政策。在反革命武装中设立“国术”训练机关,培养大批的军统特务,以此对革命党人进行绑架、暗杀和搞恐怖活动。把武术作为工具,为其阶级统治服务。

由于历代的战争中,除持器械厮杀外,还有徒手搏击。由此逐步形成利用手、足等部位的力量,采用适当技法使对方身体的某些关节部位超越活动极限或向相反方向扭转,造成关节部位产生疼痛甚至脱臼,从而失去还击和反抗能力的擒拿术。中国共产党建立初

期产生了我党第一代保卫工作人员,在保卫党的中央机关安全、保卫红色政权和红军的安全中,早就广泛地运用了擒拿格斗技术。如:1927年11月,我党正式成立了中央特科,由当时中央特委周恩来同志直接领导,下设四个科。其中第四科行动科由陈赓负责,主要工作任务是:打击特务,镇压叛徒,营救被捕的中央负责同志,保卫党的领导人,保卫党的机关,保障中央召开的各种会议的安全进行。行动科的人员要求精干、隐蔽、纪律严格,不仅要求枪打得准,还要具备精湛的擒拿格斗技能,在执行任务时为了隐蔽不暴露目标,要求尽可能不开枪射击,大多数情况下运用擒拿格斗技术来完成任务。1938年5月,我党建立了第一支人民警察队伍。初建时只有30多人,后来逐步壮大。由于工作性质所决定,擒拿格斗技术已列入警察训练内容。

中华人民共和国成立后,我党团结了广大武术拳师,改造旧的思想作风和破除宗派门户等陋习,并培养了大批武术教练员、运动员、教师和武术科研工作者。国家通过对武术遗产的挖掘、整理,总结系统经验和出版大量的武术书籍和教材,武术作为优秀的民族文化遗产得以继承和提高。由于我国公安工作的需要,公安机关在长期的工作中以擒拿术为基础,通过逐步修改和补充,形成了一种专业技术即擒敌技术。1959年武警部队司令部颁发了第一本擒敌技术训练教材《格斗》,1963年又编写了《擒敌技术教材》。

改革开放以后,我国警察的擒拿格斗技术有了更好的发展,结合新时期的公安工作的需要,不仅将摔跤、柔道中的摔法融入擒拿格斗技术中来,形成打拿结合、摔拿结合的技术风格,还进一步改进擒敌技术,研发贴身短打和小擒拿,逐步优化传统技术,拓展解脱与反拿技术,使擒拿格斗技术更符合新时期公安工作的特点。特别是20世纪90年代初中期,随着警察查缉战术学科的新兴和警察战术理论的确立,我国警察徒手防卫与控制技术得到良好的发展,进入了技能战术化的快车道。有关擒敌控制专家根据基层警队的工作特点,提出多警协同控制理念,进而研发了一系列处置方案,由此,警察徒手防卫与控制技术的研究进入了多元化的、战术化的崭新时期。

进入21世纪,全国公安机关开展“大练兵”活动,警察徒手防卫与控制技术的研究呈现出百花齐放现象,随着“大练兵”活动的逐步深化和公安部举办的多期教官培训班的历练,警察徒手防卫与控制技术的研究理念越来越统一,方法越来越科学,成果越来越贴近实战。现阶段,随着警察徒手防卫与控制教学与训练实战模拟演练的推进,警察徒手防卫与控制的研究正朝着科学规范、战训合一、为实战服务的方向发展。即:训练内容与实战紧密联系,突出警组或警队的协同控制技术,警察使用防卫与控制技能必须与案情发展紧密联系,并随案情发展而发展。案情发展的不同阶段,对犯罪嫌疑人或违法行为人的控制必须是环环相扣,武力对等,确保安全有效。

第二节 徒手防卫与控制的特点

徒手防卫与控制技能是吸取中华武术各流派、世界各种搏击技术精髓的基础上发展

起来的。它是将实用技击技术紧密结合警察执法实践的实战技能,所采用的技术都是方便公安民警学习训练和掌握的。它是有利于公安民警操作,有效控制、制服和擒获对方的,且必须是合情、合理和合法的。其特点主要有三个方面:

一、简单实效,便于训练掌握

根据我国公安工作的实际情况,警察日常工作十分繁忙,大部分警察处于超负荷的工作状态中,没有专门的时间进行徒手防卫与控制技能的训练。而且,警察在擒敌控制时具有极高的危险性,如果像学习传统武术那样“未练拳,先站三年桩”,显然不符合警察的职业特点。所以,必须要求警察使用的徒手防卫与控制技能简捷实用,要有在短小时内制服对方的绝对把握;同时,警察在学习、训练,掌握这一技能时,就要讲究易学和速成。因此,警察徒手防卫与控制技能必须注重简单实效,便于训练掌握。能使警察在较短的时间内掌握基本的徒手防卫与控制技能,并在实战中能良好地运用,是警察徒手防卫与控制的重要特点。

二、有效合法,针对性强

徒手防卫与控制在公安实际工作中是警察执法的强制性手段之一。因而,技能本身的内容设置及使用的原则必须是针对执法实践的需求,必须体现合法和有效。所以,这就要求徒手防卫与控制技能要具有很强的针对性,对不同侵犯类型的违法犯罪分子要运用不同的制服手段。警察制服敌方,主要以使其就范而不伤害其身体为原则,若动则致人伤残,一方面法律不允许,另一方面还给公众造成警察滥用暴力的恶劣影响。

三、武力对等,环环相扣

人民警察使用徒手防卫与控制技能,往往是在违法犯罪分子具有违法行为或实施了犯罪行为,或正在违法和犯罪时施用。这种技能的使用是滞后于行为的,使用中必须武力对等,这是法律层面的要求,也是警察执法理念的必然结果。人民警察执法施技时,要根据案情的发展,合理使用武力,做到“水涨船高”。相关联的每一个防卫控制的阶段,要求环环相扣,技术的武力升级必须相辅相成,互为因果。这是警察徒手防卫与控制技能的又一重要特点。

第三节 公安民警训练徒手防卫与控制的目的是与意义

一、掌握和提高警察擒拿格斗技能有利于增强公安队伍的战斗力,适应新时期公安工作需要

人民警察作为打击违法犯罪的主要力量,其性质决定了该职业的痛苦、劳累、危险性大等特征。这种职业特征,无论是在体能上还是心理上都给警察以巨大压力。作为一名

警察,不但要适应超负荷的工作,还要承受社会各界的压力。长期的劳累与心理压力,造成警察队伍的战斗力下降。警力不足也是长期困扰我们的一大难题。近年来,人们提出了向战斗力要警力。提高警察擒拿格斗技能水平,可以增强警察自我保护的生存意识和能力,增强克敌制胜的本领,使之不管在怎样艰难困苦的场所,都能保持旺盛的斗志、顽强的作风、饱满的战斗热情,都能表现出精湛的擒拿格斗技能、熟练的战斗技巧和充满活力的强大战斗力,以适应新时期公安工作的需要。

二、掌握和提高擒拿格斗技能是提高警察自我保护能力的需要

随着我国改革开放和社会主义现代化建设的不断深入进行,人民的物质文化生活有了明显提高。但是,西方一些腐朽思想也随之进入我国,并腐蚀了一些立场不坚定的人。使得我国社会治安形势日趋严峻,犯罪率逐年上升,一些犯罪分子作案手段更加狡猾、凶残,暴力抗拒的情况时有发生。公安工作处于同违法犯罪做斗争的第一线,警察只有先保护自我,才能更好地打击犯罪、保护人民,为社会主义现代化建设保驾护航。掌握和提高擒拿格斗技能就是提高警察自我保护能力的有效手段之一。

三、掌握和提高警察擒拿格斗技能是加强公安队伍建设的需要

在计划经济向社会主义市场经济体制转轨的历史条件下,国际、国内环境日趋复杂,公安工作也面临着新的挑战和考验。近年来社会治安形式复杂多变,刑事犯罪不断增多。面对种种新问题公安部党委提出:要努力把公安队伍建设成为忠诚可靠、训练有素、精通业务、纪律严明、作风过硬,能统一指挥、快速反应、秉公执法,能够应付重大政治和治安事件的、有强大战斗力的队伍。然而,加强对公安队伍擒拿格斗的训练是实现这一目标不容忽视的重要方面。其基本意义在于从高标准、严要求出发,进行严格教育、严格管理、严格训练和严格纪律,全面提高公安队伍的素质。

第四节 人体关节与要害部位

一、人体关节的组成、特点和运动

人体中,骨与骨的连接叫做关节。它的主要结构有关节面、关节囊和关节腔。关节的周围有韧带和肌肉。骨、关节和肌肉在神经调节下进行活动,可以使人体做出各种不同的运动姿势。由于警察防卫与控制技术中所利用的关节是能动的关节,因此,我们主要介绍以下能动的关节:

(一) 颈椎

颈椎是连接人体躯干和头颅的主要关节,也是颈部连接胸部的要害部位。颈椎和脊

柱相连,在人体中占据重要位置,它能前后屈伸,左右转动,活动自如。如图。颈椎中有神经束通过,是大脑神经支配全身活动的通道。如果颈椎受外力击打、猛挫、狠拧或左右扳转,会造成颈椎脱位、骨折和血流不畅,致使肌体遭受创伤,神经及大脑机能失灵,使部分肌体瘫痪和僵化。颈部肌肉及皮肤很薄,遭到打击容易致残,严重的会致人死亡。

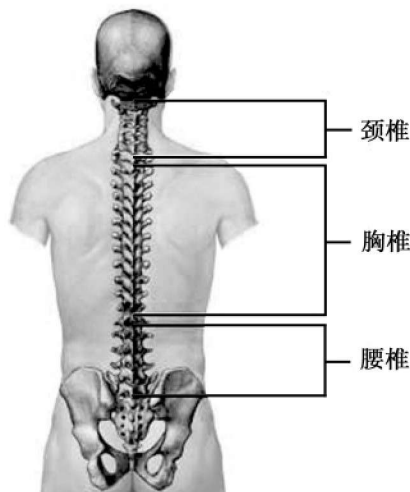


图 1-4-1 脊椎解剖图

(二) 肩关节

肩关节为上肢最大的关节,也是人体中关节活动范围最大的关节。如图。由肱骨头和肩胛骨的关节盂构成。其关节囊的前下方没有肌肉覆盖和韧带加强,因而运动灵活,活动范围大,同时也是一薄弱点,肱骨头易在此滑出,造成脱位。肩关节能做前屈、后伸、内收、外展、旋内、旋外以及绕环运动。因关节稳定性较差,容易受伤,如果受暴力左右扳拧或用力向前、向后扳拉至极点,就会使其脱臼或韧带撕裂。

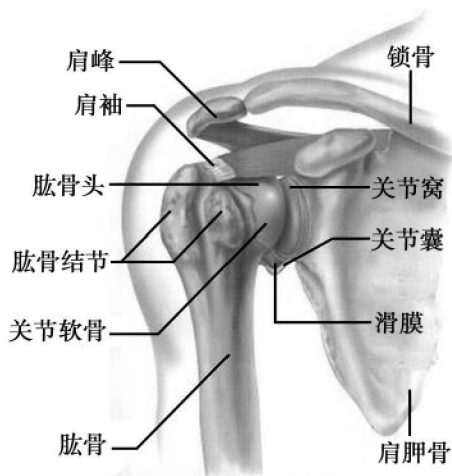


图 1-4-2 肩关节解剖图

(三) 肘关节

肘关节是由肱骨下端和尺、桡骨上端构成的一个复合关节,包括肱桡、肱尺和桡尺近侧3个关节。如图。它可做前屈和伸直的运动。由于肘关节是锥形结构,左右两侧极其稳固,而上下松弛,如果在伸直的情况下,再由后向前施加压力、打击,则易出现脱臼、移位、韧带撕裂或骨折的现象。



图 1-4-3 肘关节(外侧面观)

(四) 腕关节

腕关节是由桡骨下端的关节面和腕骨的近侧列连接而成。如图。它的活动范围比较大,转动灵活,能做前屈、后伸、内收、外展和环转运动。但由于手腕的结构复杂,又有许多细小骨头,主要依靠周围韧带来连接,因此稳定性较差,如果超出它的生理活动范围,用力使手腕向任何方向过度扳拧,都能使其脱臼、韧带撕裂,甚至骨折。

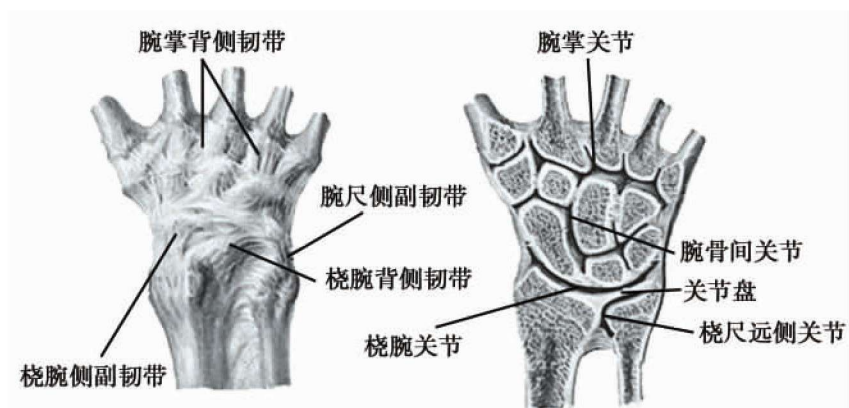


图 1-4-4 腕的韧带(背面观)和腕关节冠状切面(背面观)

(五) 指关节

手指关节都是屈戌关节,它是由两个短小的指骨连接而成的。如图。关节囊背侧松

弛,其余三侧有韧带加固,它能前屈和伸直,活动范围很小,运动时屈大于伸。由于指关节皮薄,骨浅、盘膜多、神经敏感,如果使其伸直,再向后或两侧扳拧,很容易造成剧痛、韧带撕裂或骨折。

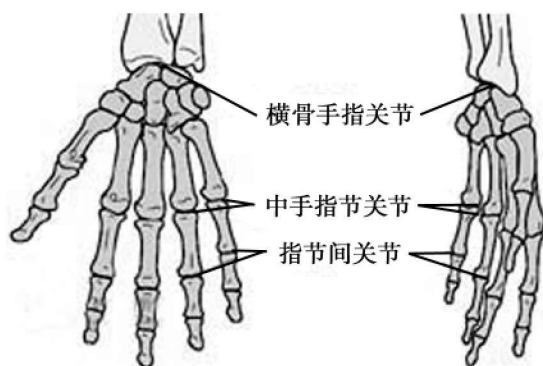


图 1-4-5 手指关节解剖图

(六) 膝关节

膝关节是由股骨下端、胫骨上端的关节面以及髌骨和半月板组成。如图。它是下肢的主要关节,既承受全身的重量和支撑、移动和跳跃时地面的反作用力,又要做很多灵活的屈伸运动,以增大下肢的活动范围。膝关节的关节囊较紧,加固关节的韧带多而强,因此,能限制关节的过度屈伸和胫骨的前后移位。它能做后屈和伸直运动,在小腿屈曲后,可做微小的旋转运动。当伸直时,由前向后或向两侧猛蹬、施力,轻则使人倒地,重则脱位或骨折。当关节半屈位时,迅速扭转上体或猛踹胫骨,可发生半月板撕裂等现象。

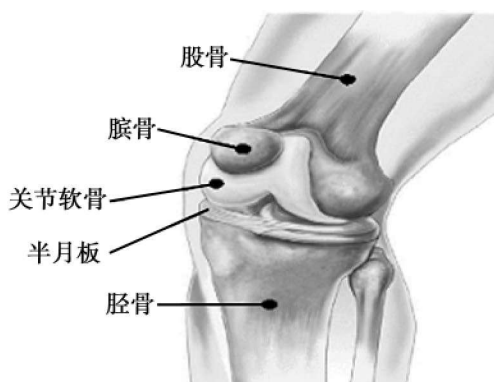


图 1-4-6 膝关节解剖图

(七) 踝关节

踝关节是由胫骨下端关节面、腓骨、跟骨与距骨连接而成的。如图。它的关节囊较松弛,主要借助很多韧带加固。它能做背伸和勾屈,同时也能做微小的内收、外展(内翻、外

翻运动) 及绕环运动。由于踝关节的距骨体前宽后窄, 腓骨侧韧带较胫骨侧薄弱, 因此, 当用力左右扳拧或猛击内、外侧踝时, 则会使其脱位、韧带撕裂或骨折, 丧失其正常功能。如图。



图 1-4-7 踝关节解剖图

二、人体的要害部位

要害部位是指人体受外力的打击和压迫, 致使出现剧痛、晕厥、昏迷、休克、伤残或死亡以及某些组织或肌体发生功能性障碍的部位。主要有:

(一) 后脑

脑后枕部是小脑、丘脑、脑桥和延髓存在的地方, 有枕动、静脉及枕大神经通过。如图。它直接调节肌肉张力, 保持身体平衡, 影响人体姿态, 控制交感神经的活动, 如果受暴力猛击, 可发生骨折, 并可能伴随有相应部位的脑神经及血管损伤, 破坏交感神经和副交感神经的正常活动, 使身体失去平衡, 甚至可危及生命。

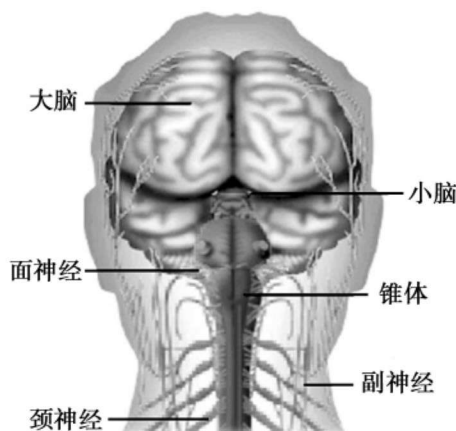


图 1-4-8 后脑解剖图

(二) 太阳穴

太阳穴在上耳廓和眼角延长线的交点上。如图。由于这个穴位其皮下组织和颅骨较薄,有颞浅动脉、静脉及耳颞神经穿行,颅内有关膜中动脉前支走行,其位置离大脑又近,如果这个部位受到打击,不仅颞骨骨折,损伤脑膜中动脉,血管壁膨胀导致血液不流畅,造成大脑缺氧,同时,因头颅外部只附着极薄的肌肉和皮毛,易造成脑部震荡,使人昏迷,甚至死亡。



图 1-4-9 太阳穴位置图

(三) 耳后穴

耳后穴在下颌上缘、下耳郭的后面。如图。由于耳根深层的颅腔内,是脑干和延髓,是人体的活命中枢。如果此处受猛力击打或掐拿,可使脑干受到震荡,使人疼痛难忍,甚至昏迷,失去知觉。

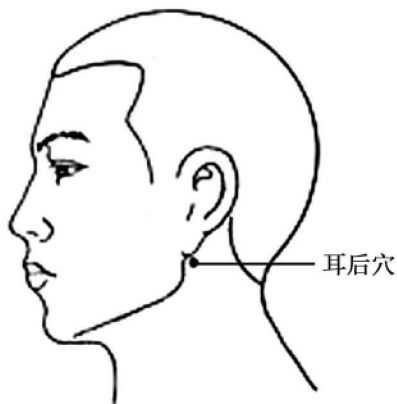


图 1-4-10 耳后穴位置图

(四) 面部

面部有口、鼻、眼等人体味觉、呼吸和视觉重要器官,以眼、鼻三角区为薄弱区域。如

图。该区域皮下组织较少,神经血管丰富。鼻骨部分由软骨构成,骨质软而薄;眼眶的眶板骨质极薄,构成颅前窝底。如果面部的鼻咽和下颌等部位受到打击,很容易骨折而造成组织水肿,阻碍呼吸,甚至可使人窒息;击打眼睛,重者可引起眶内出血,眼球突出或破裂,轻者造成视线模糊不清,失去战斗力;如果打击“三角区”就会出现血管破裂,流血不止,甚至可出现晕厥现象。

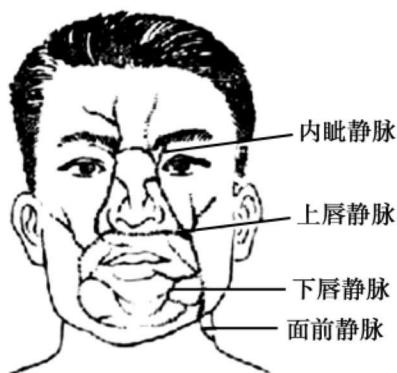


图 1-4-11 面部静脉图

(五) 颈侧颈动脉

人们通常在颈侧用手测量到脉搏搏动的位置。如图。如果使用打、卡、压等方法攻击这一部位,可出现“加压反射”,造成头脑暂时性缺血,使人产生昏迷、晕厥,甚至导致死亡。

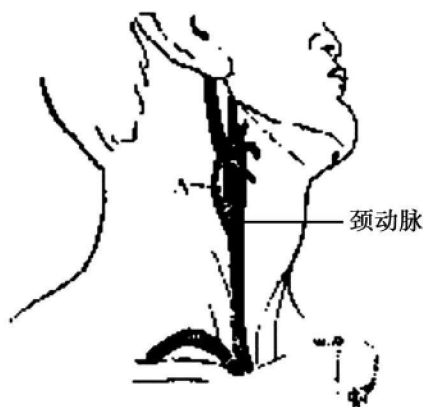


图 1-4-12 颈侧动脉图

(六) 咽喉

咽喉包括喉结、呼吸道和食道。如图。如果使用击、捏、绞等方法攻击咽喉部位,会阻碍血液流通、呼吸不畅,从而引起大脑缺血、缺氧,使人头昏、窒息以致死亡。如果喉部所受外力较大,造成创伤,引起颈总动脉急促出血,人也会很快死亡。