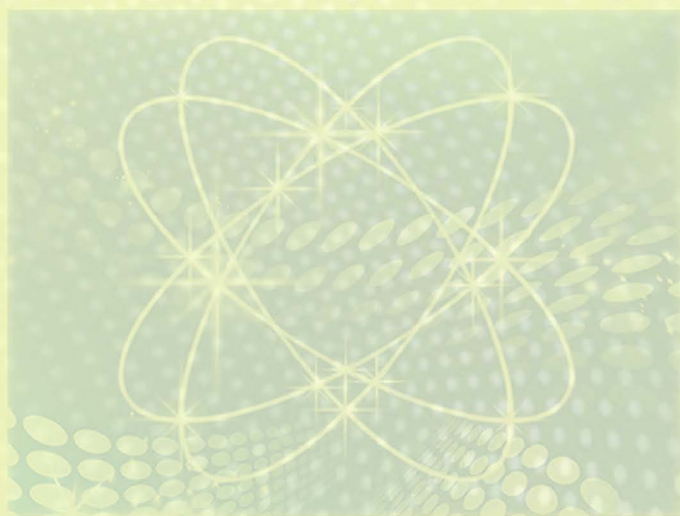


# 推拿医籍选

主编 刘东明 吴凡 邱兆熊



人民军医出版社

北京联合大学人才强校项目

# 推拿医籍选

TUINA YIJI XUAN

主 编 刘东明 吴 凡 邱兆熊



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

---

图书在版编目(CIP)数据

推拿医籍选/刘东明,吴凡,邱兆熊主编. —北京:人民军医出版社,2013. 8  
ISBN 978-7-5091-6775-5

I. ①推… II. ①刘… ②吴… ③邱… III. ①按摩疗法(中医)—医学院校—教材  
IV. ①R244. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 151249 号

---

策划编辑:曾小珍 文字编辑:李 昆 责任审读:周晓洲  
出版发行:人民军医出版社 经销:新华书店  
通信地址:北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编:100036  
质量反馈电话:(010)51927290;(010)51927283  
邮购电话:(010)51927252  
策划编辑电话:(010)51927300—8163  
网址:[www. pmmp. com. cn](http://www.pmmp.com.cn)

---

印、装:北京国马印刷厂  
开本:787mm×1092mm 1/16  
印张:6.25 字数:96 千字  
版、印次:2013 年 8 月第 1 版第 1 次印刷  
印数:0001—3000  
定价:19.00 元

---

版权所有 侵权必究  
购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

## 内容提要

本书以医籍的成书年代为顺序,将各时期推拿医学发展过程中所取得的学术成就加以系统整理,分别选取各历史时期中涉及推拿作用原理、操作方法、治疗原则、治疗禁忌等方面内容的医籍,从原文、注释、按语三个方面加以具体介绍。每一历史时期增设导读部分,在总结该时期推拿医学发展特点的同时,对该时期所选取的医籍加以概括性介绍,力求在详细阅读医籍前,能总体掌握该医籍所处学术环境和自身学术特点。本书可供高等医学院校针灸推拿及中医学相关专业师生使用,也可供针灸推拿医师参考使用。

# 前 言

推拿按摩源自于人们的日常生活,经过数千年的发展,逐渐形成了具有完整理论和系统方法的一门学科。作为中医学的重要组成部分,以其卓越的疗效在中医临床中占有越来越重要的地位。

近年来,随着对推拿疗效被越来越多的人认可,推拿的古代理论和方法亦备受广大学者和临床工作者的重视。因此,对于古代医籍中涉及推拿理、法、方、药的相关内容的挖掘和整理,以及在中医药院校中开设《推拿医籍选读》课程,对于针灸推拿学专业理论和临床的发展具有十分重要的意义。

本书按医籍的成书年代,分为秦汉时期,晋唐时期,宋元时期,明清时期 4 章,在每一章首先设置导读一节,在总体把握该时期推拿医学发展特点及所选取医籍学术特点的基础上,按原文、注释、按语三个方面内容对所选取的医籍进行详细介绍。

在编写过程中,我们参考、借鉴了大量的相关专业书籍和文献,在此向相关作者表示由衷的感谢。衷心欢迎各位同行和读者对本书提出宝贵意见和建议,为今后的修订工作提供支持和帮助,使之更臻完善。

编 者

2013 年 3 月

# 目 录

|                        |      |
|------------------------|------|
| 第一章 秦汉时期 .....         | (1)  |
| 导读 .....               | (1)  |
| 第一节 《五十二病方》选 .....     | (2)  |
| 《五十二病方·诸伤》 .....       | (2)  |
| 《五十二病方·婴儿瘕》 .....      | (3)  |
| 《五十二病方·干瘙》 .....       | (4)  |
| 《五十二病方·癰病》 .....       | (4)  |
| 第二节 《黄帝内经》选 .....      | (5)  |
| 《素问·金匱真言论篇第四》 .....    | (5)  |
| 《素问·阴阳应象大论篇第五》 .....   | (6)  |
| 《素问·异法方宜论篇第十二》 .....   | (7)  |
| 《素问·玉机真脏论篇第十九》 .....   | (7)  |
| 《素问·血气形志第二十四》 .....    | (8)  |
| 《素问·举痛论篇第三十九》 .....    | (9)  |
| 《素问·腹中论篇第四十》 .....     | (10) |
| 《素问·调经论篇第六十二》 .....    | (11) |
| 《灵枢·九针十二原第一》 .....     | (11) |
| 《灵枢·五邪第二十》 .....       | (12) |
| 《灵枢·病传第四十二》 .....      | (12) |
| 《灵枢·官能第七十三》 .....      | (13) |
| 《灵枢·刺节真邪第七十五》 .....    | (14) |
| 第三节 《金匱要略》选 .....      | (14) |
| 《金匱要略·脏腑经络病脉证第一》 ..... | (14) |

|                                  |      |
|----------------------------------|------|
| 《金匱要略·中风历节病脉证并治第五》·····          | (15) |
| 《金匱要略·杂疗方第二十三》·····              | (15) |
| 第二章 晋唐时期·····                    | (17) |
| 导读·····                          | (17) |
| 第一节 《肘后备急方》选·····                | (18) |
| 《肘后备急方·治卒腹痛方第九》卷之一·····          | (18) |
| 《肘后备急方·卒中恶死方第一》卷之一·····          | (19) |
| 《医心方·治张口不合方第五十三》卷五引《肘后方》遗文·····  | (20) |
| 《肘后备急方·治面皤发秃身臭心忪鄙丑方第五十二》卷之六····· | (20) |
| 第二节 《刘涓子鬼遗方》·····                | (21) |
| 《刘涓子鬼遗方·痈疽疮疖瘰疬等证治法》卷第四·····      | (21) |
| 《刘涓子鬼遗方·痈疽诸疮疥癣等证治法》·····         | (22) |
| 第三节 《诸病源候论》·····                 | (22) |
| 《诸病源候论·时气诸病·时气候》卷九·····          | (23) |
| 《诸病源候论·大便病诸候·大便难候》卷十四·····       | (23) |
| 《诸病源候论·目病诸候·目暗不明候》卷二十八·····      | (24) |
| 《诸病源候论·风病诸候下·风邪候》卷二·····         | (24) |
| 《诸病源候论·风病诸候上·风湿痹候》卷一·····        | (25) |
| 第四节 《备急千金要方》·····                | (25) |
| 《备急千金要方·妇人方上·逆生第七》卷第二·····       | (26) |
| 《备急千金要方·少小婴孺方·惊痫第三》卷第五·····      | (26) |
| 《备急千金要方·肾脏·腰痛第七》卷第十九·····        | (27) |
| 《备急千金要方·养性·居处法第三》卷第二十七·····      | (27) |
| 《备急千金要方·养性·居处法第三》卷第二十七·····      | (28) |
| 《备急千金要方·养性·按摩法第四》卷第二十七·····      | (28) |
| 第五节 《外台秘要》·····                  | (30) |
| 《外台秘要·骨蒸方》卷十三·····               | (30) |
| 第六节 《仙授理伤续断方》·····               | (31) |

|                                 |      |
|---------------------------------|------|
| 《仙授理伤续断方·医治整理补接次第口诀》·····       | (31) |
| 第三章 宋元时期·····                   | (34) |
| 导读·····                         | (34) |
| 第一节 《太平圣惠方》选·····               | (35) |
| 《太平圣惠方·治肝脏风毒流注脚膝筋脉疼痛诸方》卷第三····· | (35) |
| 《太平圣惠方·治肝脏风毒流注脚膝筋脉疼痛诸方》卷第三····· | (36) |
| 《太平圣惠方·治热毒风诸方》卷第二十一·····        | (36) |
| 《太平圣惠方·治热毒风诸方》卷第二十一·····        | (37) |
| 《太平圣惠方·治热毒风诸方》卷第二十一·····        | (38) |
| 《太平圣惠方·治热毒风诸方》卷第二十一·····        | (38) |
| 《太平圣惠方·治风顽麻诸方》卷第二十一·····        | (39) |
| 《太平圣惠方·治一切风通用摩风膏药诸方》卷第二十五·····  | (39) |
| 《太平圣惠方·治一切风通用摩风膏药诸方》卷第二十五·····  | (40) |
| 《太平圣惠方·治一切风通用摩风膏药诸方》卷第二十五·····  | (41) |
| 《太平圣惠方·治一切风通用摩风膏药诸方》卷第二十五·····  | (41) |
| 《太平圣惠方·治一切风通用摩风膏药诸方》卷第二十五·····  | (42) |
| 《太平圣惠方·治一切风通用摩风膏药诸方》卷第二十五·····  | (43) |
| 《太平圣惠方·治一切风通用摩风膏药诸方》卷第二十五·····  | (44) |
| 《太平圣惠方·治一切风通用摩风膏药诸方》卷第二十五·····  | (45) |
| 《太平圣惠方·治一切风通用摩风膏药诸方》卷第二十五·····  | (45) |
| 《太平圣惠方·治一切风通用摩风膏药诸方》卷第二十五·····  | (46) |
| 《太平圣惠方·治眼摩顶膏诸方》卷第三十二·····       | (47) |
| 《太平圣惠方·治眼摩顶膏诸方》卷第三十二·····       | (48) |
| 《太平圣惠方·治眼摩顶膏诸方》卷第三十二·····       | (48) |
| 《太平圣惠方·治眼摩顶膏诸方》卷第三十二·····       | (49) |
| 《太平圣惠方·治眼摩顶膏诸方》卷第三十二·····       | (50) |
| 《太平圣惠方·治面黥黯诸方》卷第四十·····         | (50) |
| 《太平圣惠方·生发令长诸方》卷第四十一·····        | (51) |

|                                |      |
|--------------------------------|------|
| 《太平圣惠方·治头风白屑诸方》卷第四十一 .....     | (51) |
| 《太平圣惠方·治头风白屑诸方》卷第四十一 .....     | (52) |
| 《太平圣惠方·治发黄令黑诸方》卷第四十一 .....     | (52) |
| 《太平圣惠方·治须发秃落诸方》卷第四十一 .....     | (53) |
| 《太平圣惠方·治五种腰痛诸方》卷第四十四 .....     | (53) |
| 《太平圣惠方·治五种腰痛诸方》卷第四十四 .....     | (54) |
| 《太平圣惠方·治久腰痛诸方》卷第四十四 .....      | (54) |
| 《太平圣惠方·治卒腰痛诸方》卷第四十四 .....      | (55) |
| 《太平圣惠方·治腰痛强直不能俯仰诸方》卷第四十四 ..... | (55) |
| 《太平圣惠方·治小儿中风诸方》卷第八十三 .....     | (56) |
| 第二节 《圣济总录》选 .....              | (56) |
| 《圣济总录·治法·按摩》卷四 .....           | (57) |
| 《圣济总录·治法·按摩》卷四 .....           | (57) |
| 《圣济总录·治法·按摩》卷四 .....           | (58) |
| 《圣济总录·治法·按摩》卷四 .....           | (59) |
| 《圣济总录·虚劳腰痛》卷八十九 .....          | (60) |
| 《圣济总录·打仆损伤·诸骨蹉跌》卷一百四十五 .....   | (60) |
| 《圣济总录·赤脉冲贯黑睛》卷一百五 .....        | (61) |
| 《圣济总录·神仙导引上·导引按跷》卷一百九十九 .....  | (61) |
| 《圣济总录·神仙导引上·导引按跷》卷一百九十九 .....  | (62) |
| 《圣济总录·神仙导引上·摩手熨目》卷一百九十九 .....  | (63) |
| 《圣济总录·神仙导引上·对修常居》卷一百九十九 .....  | (63) |
| 《圣济总录·神仙导引上·营治城郭》卷一百九十九 .....  | (64) |
| 《圣济总录·神仙导引上·击探天鼓》卷一百九十九 .....  | (64) |
| 《圣济总录·神仙导引上·拭摩神庭》卷一百九十九 .....  | (65) |
| 《圣济总录·神仙导引上·上朝三元》卷一百九十九 .....  | (65) |
| 《圣济总录·神仙导引上·运动水土》卷一百九十九 .....  | (65) |
| 第三节 《苏沈良方》选 .....              | (66) |

|                                 |      |
|---------------------------------|------|
| 《苏沈良方·治褓中小儿脐风撮口法》·····          | (66) |
| 第四节 《儒门事亲》选·····                | (66) |
| 《儒门事亲·汗吐下三法该尽治病论十三》卷二·····      | (67) |
| 《儒门事亲·解利伤寒第七》卷四·····            | (67) |
| 《儒门事亲·乳汁不下七十二》卷五·····           | (68) |
| 《儒门事亲·疝气一百二十六七十二》卷八·····        | (68) |
| 《儒门事亲·解利伤寒第五》卷十五·····           | (69) |
| 第五节 《素问玄机原病式》选·····             | (69) |
| 《素问玄机原病式·六气为病·火类·聋》·····        | (70) |
| 《素问玄机原病式·六气为病·火类·暴病暴死》·····     | (70) |
| 第六节 《丹溪治法心要》选·····              | (71) |
| 《丹溪治法心要·腰痛第四十三》卷三·····          | (71) |
| 第七节 《世医得效方》选·····               | (71) |
| 《世医得效方·翻胃·导引方》卷第五·····          | (72) |
| 《世医得效方·正骨兼金镞科·手六出臼四折骨》卷第十八····· | (72) |
| 《世医得效方·正骨兼金镞科·脚六出臼四折骨》卷第十八····· | (73) |
| 《世医得效方·正骨兼金镞科·背脊折骨法》卷第十八·····   | (74) |
| 第八节 《饮膳正要》选·····                | (74) |
| 《饮膳正要·养生避忌》卷一·····              | (75) |
| 第四章 明清时期·····                   | (76) |
| 导读·····                         | (76) |
| 第一节 《景岳全书》选·····                | (77) |
| 《景岳全书·传忠录(上)·论治篇》卷一·····        | (77) |
| 《景岳全书·杂证谟·耳证·论治》卷二十七·····       | (79) |
| 《景岳全书·妇人规·乳病类·吹乳妒乳》卷三十九·····    | (79) |
| 第二节 《小儿推拿秘旨》·····               | (80) |
| 《小儿推拿秘旨·十二手法主病赋》·····           | (80) |
| 第三节 《厘正按摩要术》选·····              | (80) |

|                                |      |
|--------------------------------|------|
| 《厘正按摩要术·第二卷·立法》选 .....         | (81) |
| 第四节 《医宗金鉴》选 .....              | (83) |
| 《医宗金鉴·正骨心法要旨·手法总论》卷八十七 .....   | (83) |
| 《医宗金鉴·正骨心法要旨·手法释义》卷八十七 .....   | (84) |
| 《医宗金鉴·正骨心法要旨·器具总论》卷八十七 .....   | (86) |
| 《医宗金鉴·正骨心法要旨·胸背骨·背骨》卷八十九 ..... | (86) |
| 《医宗金鉴·正骨心法要旨·胸背部·腰骨》卷八十九 ..... | (86) |
| 第五节 《石室秘录》选 .....              | (87) |
| 《石室秘录·射集·摩治法》卷之三 .....         | (87) |
| 第六节 《理瀹骈文》选 .....              | (88) |
| 《理瀹骈文·续增略言》 .....              | (88) |
| 第七节 《卫生要术》选 .....              | (88) |
| 《卫生要术·却病延年法》 .....             | (89) |
| 第八节 《幼科铁镜》 .....               | (90) |
| 《幼科铁镜·推拿代药赋》卷一 .....           | (90) |

# 第一章 秦汉时期

## 导读

秦汉时期可以认为是按摩推拿的萌芽起源期。在这时期内,发展于春秋战国的各种医学原理、经验等等,在秦汉时期得以系统的总结和提高。中医的基本理论,基本治疗原则,临床经典的治疗方法,都是在这一时期奠定了基础。而中医体系的建立,标志着按摩推拿也开始形成并逐渐发展成为具有独立理论体系的一门学科。其中,出现了按摩推拿发展史上第一本著作——《黄帝岐伯按摩十卷》,可惜已经亡佚。因此对按摩推拿医籍文献的总结与归纳,只能从《五十二病方》《黄帝内经》和《伤寒杂病论》等著作中进行分析。

《五十二病方》是现存我国最古的医学方书,在 1973 年湖南长沙马王堆三号汉墓出土的西汉文物中被发现。现存一万余字,全书分 52 题,每种疾病均作为篇目标题,每题都是治疗一类疾病的方法,少则一方、二方,多则二十余方。所治包括内、外、妇、儿、五官各科疾病。其中绝大多数为外科病,其次为内科疾病,还有少量妇儿科疾病。书中除外用、内服法外,尚有灸、砭、熨、熏等多种外治法。内容涉及推拿手法、推拿治疗、药摩和膏摩等方面的内容,集中反映了秦汉以前的推拿医学成就。

《黄帝内经》分《灵枢》和《素问》两部分,为古代医家托轩辕黄帝名之作,为医家、医学理论家联合创作,一般认为成书于春秋战国时期。在以黄帝、岐伯、雷公对话、问答的形式阐述病机病理的同时,主张不治已病,而治未病,同时主张养生、摄生、益寿、延年。是中国传统医学四大经典著作之一,是我国医学宝库中现存成书最早的医学典籍,是研究人的生理学、病理学、诊断学、治疗原则和药物学的医学巨著。在理论上建立了中医学上的“阴阳五行学说”“脉象学说”“藏象学说”等,并且内容涉及推拿手法、推拿作用机制、适应证与禁忌证等推拿的多方面相关内容。

《伤寒杂病论》是中国现存最早的一部诊治伤寒杂病的专著,是仲景创造辨证理论的代表作。古今医家对此书推崇备至,称之为方书之祖、医方之经、治疗杂病的典范。《伤寒杂病论》总结了东汉以前丰富的诊疗经验,对当时多种疾病的病因认识,已明确地归纳为三大类,并将体虚感受外邪、从经络传入脏腑(所谓“内所因”)列于发病的首位。重视四诊合参,以脏腑经络为辨证重点,结合营卫气血、阴阳五行等理论。在论治方面,重视预防和早期治疗,所谓“上工治未病”。强调在治疗时必须照顾整体,调整脏腑功能。

## 第一节 《五十二病方》选

据考证推断,《五十二病方》中的内容要早于《黄帝内经》。《五十二病方》涉及推拿手法、推拿治疗、药摩与膏摩及按摩工具等内容,反映了秦汉以前推拿医学的成就。涉及的按摩手法主要为摩擦类与挤压类的手法,如按、摩、摹、靡(磨)、蚤挈、中指蚤(搔)、括(刮)、捏、抚、循(循)等,其中以摩法的运用记载最多。手法所用的器具有木椎、铁椎、筑、钱匕、羽毛等。结合器具的手法有筑冲、羽靡、采木椎和匕等。

### 《五十二病方·诸伤》

#### 【原文】

止血出者,燔发<sup>[1]</sup>,以安<sup>[2]</sup>其痛<sup>[3]</sup>。

#### 【注释】

[1] 燔发:燔,焚烧。燔发,将头发焚烧成灰。

[2] 安:通“按”。按压之意。

[3] 痛:音 wěi。疮,伤之意。

#### 【按语】

按《礼记·月令》中记载:“损在皮者,为伤;损在肉者,为创;损在骨者,为折”,因此可推断,《五十二病方》中所列诸伤,多属皮、肉部分所发生的损伤,一般不包括骨折。且所记载的治疗方案,多以解痛、止血为主。止血方中,主要通过将鸡毛、人发、羊矢、旧蒲席燔烧为炭后,以其粉末按压伤口止血。如《诸伤》中记载的

另一文献：“令伤者毋痛，毋出血。取故蒲席灰□□□□燔□□□□痛”。虽然原文中文字缺失较多，但不难推断，是以旧蒲席燔烧后的炭粉按压伤口止血，止痛。

### 《五十二病方·婴儿瘕》

#### 【原文】

婴儿瘕<sup>[1]</sup>：婴儿瘕者，目𦓐<sup>[2]</sup>𦓐<sup>[3]</sup>然，胁痛，息𦓐𦓐然<sup>[4]</sup>，矢不化而青<sup>[5]</sup>。取屋荣蔡<sup>[6]</sup>，薪燔之而□匕焉<sup>[7]</sup>。……因以匕周搯<sup>[8]</sup>婴儿瘕所，而洒之杯水中，候之，有血如蝇羽者，而弃之于垣。更取水，复唾匕浆以搯，如前。毋徵<sup>[9]</sup>，数复之，徵尽而止。

#### 【注释】

[1] 婴儿瘕：小儿瘕病。瘕，音 chizòng，亦作瘕。指手足伸缩交替，抽动不已的病证。《伤寒明理论》卷三：“瘕者，筋脉急也；瘕者，筋脉缓也。急者则引而缩，缓者则纵而伸。或缩或伸，动而不止者，名曰瘕。”

[2] 目𦓐：𦓐，音 xì，目𦓐，指目系，即眼球后方与脑相连的组织。

[3] 𦓐：通“斜”。

[4] 息𦓐𦓐然：息，呼吸；𦓐，音 yǐng，通嚶。息𦓐𦓐然，指呼吸声音如同鸟鸣。

[5] 矢不化而青：矢，通“屎”；不化，完谷不化；矢不化而青，指大便中有不消化的食物，且呈现青色。

[6] 屋荣蔡：屋荣，屋脊两头翘起的地方；蔡，野草；屋荣蔡，即屋脊上的杂草。

[7] 薪燔之而□匕焉：薪，柴火；匕，汤匙。指在柴火堆上将屋脊上的野草燔烧，将汤匙放在火上烧。

[8] 搯：抚，摹。

[9] 毋徵：徵，验证。毋徵，即不灵验。

#### 【按语】

用器具辅助按摩是按摩推拿中的一种方法。本段文献所记载的方法，可作为后世刮痧疗法的前身，通过疏泄腠理、通经活络而达到治病防病的目的。后世多将其用于保健领域；治疗时，除可治疗小儿惊风外，尚可用于治疗风寒（风热）感

冒、痰湿咳嗽等病症。

### 《五十二病方·干瘙》

#### 【原文】

取藜芦二齐，乌喙<sup>[1]</sup>一齐，礬<sup>[2]</sup>一齐，屈居<sup>[3]</sup>□齐，茺花一齐，并和以车故脂<sup>[4]</sup>，如□□□裹。善洒<sup>[5]</sup>，干，节灸裹药<sup>[6]</sup>，以摩其瘙，□摩(摩)脂□□脂，瘙即已。

#### 【注释】

[1] 乌喙：喙，鸟兽的嘴。

[2] 礬：音 hú，《说文》：“礬，毒石也。”

[3] 屈居：可作“掘据”解，为一药用植物，又称草间茹，可治疗痈疽肿痛、疥疮、伤寒咽痛(毒气上攻发肿)。

[4] 车故脂：用了多年的车轴润滑油。

[5] 善洒：好好地洗干净。

[6] 节灸裹药：即用火烤所裹之药。节，繁体字作“節”，可理解为“即”。

#### 【按语】

将药物和脂质物质按特定的比例和特殊工艺调和成膏状，涂抹患处，再配合特殊的治疗手法，这种方法，即是膏摩法。因此，本段文献所记载的方法，可视为“膏摩疗法”的前身。并且《五十二病方》一书中还记载了许多膏状药剂的制作及运用，为后世膏摩的发展奠定了基础。如后世《备急千金要方》《外台秘要》、《太平圣惠方》《圣济总录》等均有以藜芦为主制膏，配合推拿手法，治疗外科疮疡的记载。

### 《五十二病方·癰病》

#### 【原文】

癰<sup>[1]</sup>，燔陈刍<sup>[2]</sup>若陈薪，令病者北火灸之<sup>[3]</sup>，两人为摩<sup>[4]</sup>其尻<sup>[5]</sup>，癰已。

#### 【注释】

[1] 癰：小便不利，《素问·宣明五气》：“膀胱不利为癰。”

[2] 刍：喂牲口的草。

[3] 北火灸之:北同“背”;灸,烤。指背向火烤热。

[4] 摩:通“摩”。

[5] 尻:音 kāo,脊骨的末端。

### 【按语】

使患者背向火,利用的温、热的物理因素,同时配合施以推拿手法,对于小便不畅具有较好的临床疗效。

## 第二节 《黄帝内经》选

《黄帝内经》记载了按、摩、推、拊、循等按摩手法;提出了按摩推拿的发源地;阐述了按摩推拿的作用机制、禁忌证及适应证;介绍了“九针”中用于按摩的针具;明确了从事按摩人员的标准与考核办法。

### 《素问·金匱真言论篇第四》

#### 【原文】

春善病鼽衄<sup>[1]</sup>,仲夏善病胸胁,长夏善病洞泄寒中<sup>[2]</sup>,秋善病风疟<sup>[3]</sup>,冬善病痹厥<sup>[4]</sup>。故冬不按蹠<sup>[5]</sup>,春不鼽衄,春不病颈项,仲夏不病胸胁,长夏不病洞泄寒中,秋不病风疟,冬不病痹厥、飧泄<sup>[6]</sup>而汗出也。

#### 【注释】

[1] 鼽衄:音 qiú nù,指鼻流清涕或鼻腔出血的病证。唐·王冰注:“鼽,谓鼻中水出。衄,谓鼻中血出。”

[2] 洞泄寒中:中焦虚寒而泄泻不止。

[3] 风疟:因夏季阴暑内伏,复感风邪而发的一种疟疾。

[4] 痹厥:手足麻木逆冷。

[5] 按蹠:也称按跷。明·吴昆注:“按,手按也;蹠,足踹也。”指按摩中的手按法与足踩法。

[6] 飧泄:飧,音 sūn,指肝郁脾虚、清气不升所致泄泻。

#### 【按语】

本文强调了人体疾病与外界四时变化密切相关,符合“天人相应”的观点。关

于“冬不按蹠”，由于冬主藏，冬季阳气闭藏，人宜顺应四时养生，避免由于按摩而扰动阳气。

### 《素问·阴阳应象大论篇第五》

#### 【原文】

故曰：病之始起也，可刺而已；其盛，可待衰而已。故因其轻而扬之<sup>[1]</sup>；因其重而减之<sup>[2]</sup>；因其衰而彰之<sup>[3]</sup>。形不足者，温之以气；精不足者，补之以味。其高者，因而越之<sup>[4]</sup>；其下者，引而竭之<sup>[5]</sup>；中满者，泻之于内；其有邪者，渍形以为汗<sup>[6]</sup>；其在皮者，汗而发之。其慄悍者<sup>[7]</sup>，按而收之；其实者，散而泻之。

#### 【注释】

[1] 轻而扬之：轻，是病邪浮浅，病位在表；扬，是顺病势向外发泄。意思是病邪浮浅的表证，可以用向外发泄的“解表法”从汗解除。

[2] 重而减之：重，指病在里，病邪内结；减，指用泻下或其他攻削的方法治疗。例如腹中瘀血结块，当用“破血消癥”药攻削，使它逐渐消除。

[3] 衰而彰之：衰，是病邪将尽而正气未恢复；彰，是扶助正气，使正气旺盛而病邪尽去。意为待病邪衰减后再进一步治愈。

[4] 其高者，因而越之：指病所在上部（高），如咽喉、胃脘等病症，可用升散或涌吐（越）的方法治疗。

[5] 其下者，引而竭之：引，引导、通利；竭，祛除。指病邪在下的病症，可用泻下、渗利的方法，引导病邪从下祛除。

[6] 其有邪者，渍形以为汗：渍，水浸。邪气在表，可用汤液浸渍或熏蒸皮肤来发汗治疗。

[7] 慄悍：凶猛刚锐，比喻病势迅猛。

#### 【按语】

“其慄悍者，按而收之”，指来势迅猛的疾病，可以用按法治疗，能起到收敛缓和的作用。其中，“按”有多重解释，张介宾（景岳）解释为“察，按得其状，则可收而制之”。而马蒨等将“按”解释为按摩疗法的按法，意为“气之悍利者，宜按摩而收引。”

在现代按摩的临床运用中，亦多用按压类的方法治疗某些急症，如点按人中