



新世纪全国高等中医药院校教材

同步辅导系列丛书

严隽陶 徐俊 编著

推拿手法学

高质量、低价格、多专家、新版面、易记忆

精心塑造一个善学习、会考试、拿高分的你



科学出版社

www.sciencep.com

新世纪全国高等中医药院校教材同步辅导系列丛书

推拿手法学

严隽陶 徐俊 编著

科学出版社

北京

内 容 简 介

本书是《新世纪全国高等中医药院校教材同步辅导系列丛书》之一,紧扣《推拿手法学》最新教学大纲,以章节为序,分重点难点提示、知识点精析、综合测试题、题解四部分,精简提炼教材内容,采用图、表、歌诀等便于理解、记忆的形式巧解《推拿手法学》知识点,再予以综合能力测试。书后附两套综合模拟试题。本书特点:形式新颖、重点突出、学练结合、讲究实效。

本书可供全国高等中医药院校本专科学生及中医药工作者应对各类考试使用。

图书在版编目(CIP)数据

推拿手法学/严隽陶,徐俊编著. —北京:科学出版社,2004.6
(新世纪全国高等中医药院校教材同步辅导系列丛书)
ISBN 7-03-013726-4

I. 推… II. ①严… ②徐… III. 按摩疗法(中医) — 中医药学院 — 教学参考资料 IV. R244.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第060440号

责任编辑:郭海燕 曹丽英 / 责任校对:朱光光
责任印制:刘士平 / 封面设计:卢秋红

科学出版社 出版

北京东黄城根北街16号
邮政编码:100717

<http://www.sciencep.com>

双青印刷厂 印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2004年6月第 一 版 开本:720×1000 B5
2004年6月第一次印刷 印张:10
印数:1—4 000 字数:249 000

定价:19.80元

(如有印装质量问题,我社负责调换〈环伟〉)

中医,让世界为你而感动



让 我们来个大胆的假设:如果世界没有中医,将是什么样子
没有了中医的存在,疾病将是多么的猖獗
没有了中医的理论,中国乃至世界文化将是多么的苍白
没有了中医的支撑,中华民族的历史会是怎样的寂寥和黯淡
没有了中医的辨证,世界将是多么的不可理解

……

因此,作为一个学习中医的学生,你该是多么的骄傲!应该为中医事业的发扬光大不懈地努力。你的任务深沉而伟大,艰辛而光荣!

为了帮助大家在学习中医的道路上少走弯路,《新世纪全国高等中医药院校教材同步辅导系列丛书》问世了。该系列的总体特点是:

- | | |
|---------------------------|-----------|
| 1. 3 000 多幅图表: | 简明扼要,清楚易记 |
| 2. 20 000 多道题目: | 覆盖全面,堪称题库 |
| 3. 300 多位资深教授编写: | 群英荟萃,优中之优 |
| 4. 10 多位专业编辑加工: | 呕心沥血,出版精制 |
| 5. 28 门主干课程全部覆盖: | 规模浩大,气势磅礴 |
| 6. 10 所全国一流中医院校主编: | 集体智慧,质量上乘 |
| 7. 10 余种题型涵盖所有考试常见题型: | 题型全面,解释精良 |
| 8. 3 类考试:本科、考研、执业医(药)师可用: | 举一反三,每考必中 |

《新世纪全国高等中医药院校教材同步辅导系列丛书》是以最新教学大纲为依据,由全国高等中医药院校联合编写、中国科学院科学出版社出版的高等中医药院校本科系列配套教学辅导图书。

为确保质量,专门成立的《新世纪全国高等中医药院校教材同步辅导系列丛书》编写委员会,对本系列教辅图书进行了整体规划,在主编遴选、编写大纲、编写

质量等方面进行了严格的审查、审定。在组织编写的过程中引入了竞争机制,每分册教辅书主编和参编人员实行公开招标,按照条件严格遴选,择优确定,形成了一支以长期工作在教学一线、具有丰富教学经验的专家为主体的编写队伍,并实行主编负责制,以确保书稿质量。

本系列教辅书紧扣最新教学大纲,以中医学专业、针灸推拿学专业、中药学专业的骨干课程为主线,以章节为序,按重点难点提示、知识点精析、综合测试题、题解、模拟试题体例编写,精简提炼教材内容,紧扣知识点,进行精辟分析,巧解其中的重点和难点,予以综合能力测试。从而极大地方便了学生的理解、记忆,有利于学生对该科目知识融会贯通,减少学习的盲目性,提高学习效率和应试能力。

本系列教辅书按照中医药专业培养目标,结合国家中医药执业医师资格考试、国家执业中药师资格考试、国家中医药专业技术人员职称资格考试以及研究生考试的要求,以最新教学大纲为依据,门类齐全,适合全国各高等中医药院校中医学专业、针灸推拿学专业、中药学专业本科学学生使用,也是国家中医执业医师资格考试、国家执业中药师资格考试、国家中医药专业技术人员职称资格考试和研究生考试的参考书,可满足各类考试需要。

值得提出的是,本系列教辅图书在审定时,编写委员会刘振民教授对教材书稿进行了严格把关,提出精辟的意见,对保证本系列教辅书质量起了重要作用;本套教辅书的编写出版,得到中国科学院科学出版社的大力支持,为编写出版创造了有利条件。各高等中医药院校,既是本教辅书的使用单位,又是编写任务的承担单位,在本教辅书建设中起到了主体作用。在此一并致谢!

教材形式的多样化是教改工作的重要组成部分,本系列教辅书在继承的基础上进行了一定力度的改革与创新,在探索的过程中难免有不足之处,甚或错漏之处,敬请各教学单位、各位教学人员在使用中发现问题,及时提出批评指正,以便我们重印或再版时予以修改,使教辅图书质量不断提高,更好地适应 21 世纪中医药人才培养需要。

总之,我们以高质量、低价格、多专家、新版面、易记忆,来精心塑造一个善学习、会考试、拿高分的你!

丛书总编委会

2004 年 5 月



本书为现行最新教材的辅导用书,紧扣教学大纲和相应教材。因此,我们在编写时,参考了全国高等中医药院校的针灸推拿专业的《推拿学》和《推拿手法学》的教学大纲、两本教材《推拿学》(中国中医药出版社,2003年)和《推拿手法学》(上海科学技术出版社,2000年),以及参考书《推拿手法图解》(上海科学技术出版社,2004年)。本书的编写人员,都是以上几本教材和参考书的主要编写者。书中提出重点难点提示、知识点精析,精确入里,并辅以图、表深入浅出地表述;在编写综合测试题及题解时,既充分考虑重点内容,又注意知识的覆盖面,能体现“掌握”、“熟悉”、“了解”不同层次的要求。本书不仅能满足高等中医药院校中医专业、针灸推拿专业本科生的学习要求,而且可作为推拿科执业中医师资格考试、研究生入学考试的重要参考书。同时,对推拿医师的职称资格考试,也会有所裨益。

推拿手法是推拿学的一门技能,有较强的实践性。有关推拿手法的文字出版物,写得再详细,即使配以动画,也无法替代学习者的实际操作锻炼。手法的功夫是练出来的。对于手法技能的掌握程度,正如本书中指出的,要把“目测法”、“体测法”、“机测法”综合起来,才能正确评定。但是在手法操作训练前,以及训练过程中,对各种手法的基本动作要领、适应范围、主治作用没有概念性的知识,锻炼也是盲目的。所以,《推拿手法学》在编写时,剖析手法的动作要领较为详尽,在各种手法区别中抓住不同手法的特点,使学习者能做到心手相应,并希望学习者在熟悉本书内容时,加强实际的操作锻炼,真正从理论和实践两个方面,掌握推拿手法。

编者

2004.6.22

目 录

总 序 前 言

第一章 推拿手法发展简史	1
第二章 推拿手法基础理论	18
第三章 推拿基本手法	33
第一节 摆动运动手法	33
第二节 揉动运动手法	40
第三节 平面运动手法	43
第四节 振动运动手法	49
第五节 垂直用力手法	51
《推拿手法学》综合模拟试题	132
试题(一)	132
试题(一)参考答案	137
试题(二)	138
试题(二)参考答案	143

第六节 对称用力手法	56
第七节 叩击运动手法	61
第四章 推拿复式手法	69
第五章 特定操作法	76
第六章 运动关节类手法	87
第七章 小儿推拿手法	102
第八章 推拿手法练习与评价	109



第一章 推拿手法发展简史



重点难点提示

1. 重点:

- (1) 推拿手法的基本概念。
- (2) 中国推拿医学的起源。
- (3) 先秦时期的推拿手法异名及依据。
- (4) 秦汉、三国时期的推拿手法概况。
- (5) 《黄帝内经》中的推拿手法文献及其价值。
- (6) 《金匱要略》中的推拿手法文献。
- (7) 两晋、南北朝时期,隋唐时期,宋元时期,明代,清代,近代,现代的推拿手法发展概况。
- (8) 《肘后救卒方》、《刘涓子鬼遗方》、《太清道林摄生论》、《养性延命录》、《诸病源候论》、《千金方》、《太平圣惠方》、《圣济总录》、《医宗金鉴》中的推拿手法。
- (9) 推拿医学教育与医疗体系。
- (10) 小儿推拿体系的建立及特色。
- (11) 一指禅推拿等流派的推拿手法。
- (12) 推拿手法机理的现代研究。

2. 难点:

- (1) 甲骨文、《引书》、《五十二病方》及其他古籍、《外台秘要》、《理伤续断方》、《世医得效方》、《儒门事亲》、《小儿按摩经》、《景岳全书》、《推拿广意》、《幼科铁镜》、《保赤推拿法》、《推拿小儿全书》、《厘正按摩要术》、《理渝骈文》、《按摩十法》中的推拿手法。
- (2) 《黄帝岐伯按摩》。
- (3) 膏摩。
- (4) 推拿手法在妇产科中应用。
- (5) “推拿”一词的出现。
- (6) 明代小儿推拿手法的分类特点。
- (7) 《西洋按摩术》中的手法。



知识点精析

一、先秦时期的推拿手法

1. 推拿手法是按特定技巧和规范化动作在受术者体表操作,用于防治疾病和保健强身的一项临床技能。推拿手法是推拿医学的主体,是推拿的本质特征和最大特点。

2. 推拿手法操作一般采用以手,也可采用腕、臂、肘、膝、足等部位进行操作,临床上也可根据需要采用特制的器具进行手法操作。

3. 推拿一词始见明朝。在此之前多称之为“按摩”,明代起两者并存通用。目前我国政府以“推拿学”正式命名这一学科。

4. 《素问·异法方宜论》和殷商甲骨卜辞的文献资料证实中国中原古代地区是推拿医学的发展地域。

5. 甲骨文中手法的代称和基本的手法名为“付”。“付”，为“拊”字的初文。本义是一个人用手在另一人腹部作抚摩。《说文》云：“拊，搯也。”“搯，摩也。”甲骨文中另一“疔”字，《说文》的解释是“小腹病也”，卜辞原文是一人以手按摩卧床者腹部的形象。

6. 《引书》是一部导引术专著。书中记载了颞颌关节脱位的口内复位手法，治疗落枕（急性斜颈）的仰卧位颈椎拔伸法、治疗肠辟（痢疾）的腰部踩踏法和腰部后伸扳法、治疗喉痹的颈椎后伸扳法等，这是现存最早脊柱推拿手法的文献。

7. 《五十二病方》是我国现存最早的医学著作。其中推拿手法有安（按）、摩（摩）、搦、搔、搔、中指搔（搔）、括（刮）、捏、操、循（循）等 10 余种，而以摩法运用记载最多。配合手法应用的器具有木椎、铁椎、筑、钱匕、羽毛等。结合器具的手法，有筑冲、羽摩、采木椎。

8. 《五十二病方》首次记载了按压止血法和小儿推拿法，以及多人按摩法等。

9. 先秦时期的推拿手法异名及依据（见表 1-1）。

表 1-1 先秦时期的推拿手法异名及依据

名称	依据	注解
折引、案扞	《史记·扁鹊仓公列传》云：“臣闻上古之时，医有俞拊，治病不以汤液醴酒，铍石、折引、案扞、毒熨。”	唐司马贞《史记索隐》注云：“拊，音九兆反，谓为按摩之法，夭折引身，熊顺鸟伸。扞音玩，亦谓按摩而玩弄身体使调也。”
毗毗	《庄子·外物篇》云：“静然可以补病，毗毗可以休老。”	《广韵》：毗亦作‘毗’。《广韵》：‘毗’，按也，摩也。似谓以两手按摩目毗。
按跻	《素问·异法方宜论》云：“中央者，其地平以湿，天地所生万物也众。其民食杂而不劳，故其病多痿厥寒热，其治宜导引按跻。故导引按跻者，亦从中央出也。”	王冰注云：“导引，谓摇筋骨，动支节。按，谓抑按皮肉；跻，谓捷举手足。”
矫摩（乔摩）	刘向《说苑·辨物》云：“子容捣药，子明吹耳，阳仪反神，子越扶形，子游矫摩，太子遂得复生。”	“矫摩”又作“乔摩”，见《灵枢·病传》篇
折枝	《孟子·梁惠王上》云：“为长者折枝。”	汉赵岐注：“折枝，案摩折手节解罢枝也。”
抑搔	《礼记·内则》：“疾痛苛痒，而敬抑搔之。”	汉郑玄注：“抑，按；搔，摩也。”
摩挲	汉刘熙《释名·释姿容》：“摩娑，犹未杀也，手上下之言也。”	按摩的国外译名 massage 即为“摩娑（之）”的音译。

10. 殷商时期出现了我国推拿医学的第一个高潮，按摩成为当时的主要治病方法。春秋战国时期推拿内容开始见之于医学著作，手法的种类有所增加，被动导引类手法初见运用，药摩和膏摩出现于临床，推拿手法治疗的适应有所扩大，小儿推拿开始萌芽。但推拿医学的专著尚未诞生，学科名称尚不统一。

二、秦汉、三国时期的推拿手法

1. 《内经》在理论和实践的结合上为我国推拿医学体系奠定了基础。《内经》以及同时代的《黄帝岐伯按摩》（已佚），是我国推拿医学体系建立的标志。

2. 《素问·血气形志》篇云：“形数惊恐，经络不通，病生于不仁，治之以按摩醪药。”《灵枢·九针论》也有相似记载。这是首次明确指出按摩是一种医疗方法。自《内经》以后，按摩作为我国

手法医学的正式名称而被确定下来。

3.《素问·举痛论》曰：“寒气客于肠胃之间，膜原之下，血不得散，小络急引，故痛。按之则血气散，故按之痛止。”这段文字阐明了推拿具有温经散寒止痛的作用。

4.《素问·举痛论》曰：“寒气客于背俞之脉则脉泣，脉泣则血虚，血虚则痛，其俞注于心，故相引而痛，按之则热气至，热气至则痛止矣。”这段文字首次论述了手法可以补虚，即通过推拿的温通经络作用，可以治疗因局部血虚所致的疼痛等症状。

5.《灵枢·九针论》曰：“形数惊恐，筋脉不通，病生于不仁，治之以按摩醪药。”阐明了推拿手法具有舒筋通脉的作用。

6.《素问·玉机真藏论》最早提出了推拿手法的适应和禁忌。

7.《内经》中除了运用推拿手法以治病外，还将手法用于诊断与定穴。

8.《灵枢·官能》记载按摩人员的选材与考核的方法。

9.《汉书·艺文志》所载书目：《黄帝岐伯按摩》(已佚)，这是我国最早的推拿学专著。

10.《金匱要略》首次提到了“膏摩”一词，并将其与针灸、导引等法并列，用于预防保健。膏摩是一种将推拿手法与药物介质结合运用一种推拿方法。主要采用手法是摩法，药物介质包括中药膏剂、汤剂、水等。

11.《金匱要略》首次记载了手法抢救自缢死，其急救手法包括胸外心脏按摩术、按腹人工呼吸法、颈椎牵引、四肢关节屈伸法等。这也是世界医学史上救治自缢死的最早文献。

12.《武威汉代医简》中的“治千金膏药方”与《五十二病方》和《内经》中的膏摩方相比，在药物组成、制备方法、适应病症和临床操作各方面都有了明显的进步，“三指摩”法的描述也比《内经》的“拊”法深入了一步，成了后世膏摩的基本操作手法之一。

三、两晋、南北朝时期的推拿手法

1. 按摩疗法在两晋南北朝时期已经在医疗临床上得到广泛应用。按摩手法日渐丰富，手法适应范围不断扩大，美容手法已有报导，膏摩法得到系统总结，养生手法形成套路。

2.《肘后救卒方》中的推拿手法已经从简单趋于成熟，手指相对用力且双手协同操作的捏脊法和作用力向上的腹部抄举法的出现。

3.《肘后救卒方》对我国汉代以前已经广泛应用的膏摩法作了系统总结。

4.《刘涓子鬼遗方》记载：“妇人产乳中风及难产，服如枣核大，并以膏摩腹立生。”这是手法结合药物治疗难产最早的记载。

5. 陶弘景的《养性延命录·导引按摩》篇详细论述了自我养生按摩方法有琢齿、熨眼、按目四眦、引耳、引发、摩面、干浴、掣脚、梳头、搓头顶、伸臂股等。

6.《太清道林摄生论》记载了自我按摩的操作套路手法。同时在推崇自我按摩外，也重视被动性全身保健按摩的作用。书中强调：“小有不好，即须按摩揉按，令百节通利，泄其邪气也。凡人无问有事无事，恒须日别一度遣人踞脊背，及四肢头项，若令熟踢，即风气时行不能着人。此大要妙，不可具论。”

四、隋唐时期的推拿手法

1. 隋唐时期，推拿医学进入了又一次高潮。在此期间，推拿医学得到了政府的认可；推拿教育走上了正规；推拿临床和教学人员分为不同等级，各司其职；按摩有了明确的治疗范围；膏摩得到了广泛的临床应用。

2. 隋代政府设立了正规的宫廷医学院“太医署”。太医署设按摩科，按摩已与医、药、祝禁并列建制(见表 1-2)。

表 1-2 隋太医署按摩科的建制简表

人员	人数	依据
按摩博士	120	
按摩师	120	《唐六典》
按摩生	100	

表 1-3 唐太医署按摩科的建制简表

人员	人数	任务	依据
按摩博士	1	教学	《唐六典》
按摩师	4	教学	
按摩工	16	临床	
按摩生	15	学习	

称“消息导引之法”。其中“消息”即指按摩。消息导引包括刺激性手法与导引性手法,也包括自我按摩与肢体动功。

5. 唐代按摩科的治疗范围为“风、寒、暑、湿、饥、饱、劳、逸”八类疾患。

6. 唐释慧琳的《一切经音义》对按摩作了明确的定义:“凡人自摩自捏,伸缩手足,除劳去烦,名为导引。若使别人握搦身体,或摩或捏,即名按摩也。”导引主要指肢体运动与自我按摩的结合,操作时往往还配合适当的调息方法,主动按摩归入了导引范畴。而被动性的手法操作则称为按摩。

7. 隋唐时期按摩科的设立,统一了以前对手法医学的混乱的命名。按蹠、按爪、蹠摩、折枝、摩掌、消摩等手法医学的异名都已成过去,按摩成了当时手法医学的法定名称。

8. 《诸病源候论》中各病证之后均不列方药,而附以详细的“补养宣导”之法,即对症导引法。其中包括大量推拿法,主要是自我按摩法。这些手法结合肢体导引,既可对症施治,又能养生防病。涉及的手法有摩、指摩、掌摩、捋、拭、捻、按、擦、摇、爪、捺、振、顿、揉、搦等。书中对摩腹法有较详细的描述,而“爪项边脉”、“把两颞脉”法则继承了《灵枢》的指按颈动脉法。

9. 《千金要方》倡导小儿推拿,书中记载了采用膏摩法治疗了小儿热病、小儿客忤、小儿夜啼、小儿鼻塞不通、小儿腹大且坚、腹胀满、小儿眯目不明等症。小儿膏摩的常用部位有囟门、头顶、手足心、腹、心口、脐。手法有摩法、揉法、以药丸“上下行转摩之”、葱白鞭(拍打)法等。

10. 《千金要方》有多处摩腹、摩面、摩眼、摩交耳、挽耳、拔耳、叩齿、押头、挽发、放腰的自我养生按摩记载。并记录的天竺国按摩和老子按摩法。

11. 《千金要方》中记载了特色推拿手法(见表 1-4)。

表 1-4 《千金方》中特色推拿手法简表

名称	内容
急性腰痛多人导引法	《千金要方·卷十九》记载:“腰痛导引法:正东坐,收手抱心,一人于前据蹠其两膝,一人后捧其头,徐牵令卧,头到地,三起三卧,止便瘥。”
捉发踏肩牵引法	《千金翼方·卷二十》记载:“还魂汤:主卒忤鬼击飞尸,诸奄忽气无复觉,或已死口噤,拗口不开,去齿下汤,汤入口活,不下者,分病人发,左右捉,踏肩引之,药下,复增取尽一升,须臾立苏。”
颞颌关节复位法	《千金翼方·卷十一》记载:“治失欠,颊车脱臼,开张不合方:以一人捉头,著两手指牵其颞,以渐推之,令复入口中。安竹筒如指许大,不尔啮伤人指。”
子宫脱垂推纳复位法	《千金要方·卷三》记载:“治妇人阴下脱若脱肛方:羊脂煎訖,适冷暖以涂上。以铁精敷脂上,多少令调。以火炙布暖,以熨肛上,渐推纳之。未磁石,酒服方寸匕,日三。”
脱肛仰按复位法	《千金要方·卷二十四》记载:“治肠随肛出转广不可入方:生栝楼根取粉,以猪脂为膏。温涂,随手仰按,自得缩入。”
难产摩腹法	《千金要方·卷二》记载:“治逆生方:以盐涂儿足底,又可急搔之,并以盐摩产妇腹上即愈。”

3. 唐承隋制,对过于庞大的按摩科设置予以裁减,并增加了针灸科。在按摩师和按摩生之间增设了按摩工这一层次。按摩工是直接为宫廷服务的推拿临床人员(见表 1-3)。

4. 唐代按摩博士的教学内容,《新唐书》称“导引之法”,《旧唐书》和《唐六典》

名称	内容
酒醉摇转法	《千金要方·卷二十五》记载：“凡醉不得安卧不动，必须使人摇转不住，特忌当风席地，及水洗、饮水、交接。”
蛔心痛持续按法	《千金要方·卷十三》记载：“蛔心痛……以手按而坚持之，勿令得移……”

12.《外台秘要》记载了脊柱推法治疗痲痹，以及脊柱按压手法。治疗霍乱转筋的手拗脚趾法、接腹通便法、摩小腹下死胎法、提筋治噎法、治疗咽喉舌诸疾的下颌关节爪(指掐)法等也是该书记载的特色推拿手法。

13.唐代中期简道人著《仙授理伤续断秘方》，今本《理伤续断方》为其残卷。此书是我国现存最早的骨伤科专著。是书首次将推拿手法系统应用于骨伤治疗之中，对正骨手法和骨伤推拿学派的发展有很大影响。

14.《理伤续断方》提出了治疗闭合性骨折的四大手法。即“揣摸”、“拔伸”、“搏捺”、“捺正”。还发明了肩关节脱位的椅背复位法和髋关节脱位的手牵足蹬法。

五、宋元时期的推拿手法

1.宋代太医局取消了按摩科。在这一时期的医学著作中记载了许多按摩治病和养生保健的宝贵资料。《宋史》载有按摩专著《按摩法》和《按摩要法》，惜均亡而不传。

2.《太平圣惠方》一书对膏摩方进行总结。其数量约近百首，远远超出了《千金方》和《外台秘要》。摩膏的制备较唐代有了改进。对膏摩的部位也有了新的认识，摩顶、摩腰膏得到重视。出现了铁匙等膏摩工具。膏摩应用向专病发展，眼疾的膏摩首次提及。膏摩的操作趋向细腻。

3.《圣济总录》提出对按摩手法要进行具体分析，而后才能正确认识按摩的作用和在临床应用。不应当将按摩与导引混为一谈，并认为应进一步区分“按”与“摩”。“按”为单纯用手法，“摩”则可以结合药物。手法有助于药力的发挥。对按摩的功用，则以“开达抑遏”四字来概括。对按摩的补养作用也予以充分肯定。

4.手法助产在宋代得到了系统的发展。《十产论》中出现了手法矫正异常胎位，其中首创的治疗胎位异常之难产的转胎手法，扩大了推拿医学的应用范围，开手法助产之先河。

5.《夷坚志·甲志》记载了名医庞安时(字安常，1043~1100)手法助产的故事。

6.宋张杲《医说》引《癸志》介绍了一种自我搓揉竹筒舒筋法，用以治疗下肢骨折后遗症。此法又见宋朱佑《类编朱氏集验医方》，后世的《东医宝鉴》、《世医得效方》、《普济方》、《石室秘录》等医籍均予转载。这种方法至今仍用于下肢骨伤疾病的康复治疗。

7.宋杨士瀛《仁斋直指方论》记述了按压腹部缓解转胞症状法：“必以手从胸间按至脐下，庶可立出小便。”

8.《苏沈良方·卷十》记载用爪掐法治疗新生儿脐风(破伤风)。

9.《儒门事亲》将按摩与针灸等归入“汗法”。

10.《儒门事亲》中记载的推拿手法应用有木梳梳乳治妇科乳痈，以推揉法配合泻下药物治疗妇人腹中有块，自我揉腹催吐治疗伤食、伤酒，揉目再配合针刺治疗目上长瘤，按摩腹部治疗小儿腹内痞块等。

11.据《古今医统》卷三十三积引张从正语，“按导”一词为张从正首先提出。

12.《世医得效方》在继承《理伤续断方》骨伤治法的基础上，于手法运用上有所创新。(表1-5)此外一则治疗新生儿二便不通的口唇吸啞法独具匠心。因新生儿皮肤娇嫩，以口唇吸啞代替手法操作，实在是用心良苦之法。

表 1-5 《世医得效方》中特色推拿手法简表

推拿手法	主治
双人动态牵引法	腰痛“病人正东坐,收手抱心。一人于前据蹶其两膝,一人后捧其头,徐牵令偃卧,头到地,三起三卧便差。”
倒悬复位法	背脊骨折、髌关节脱位
坐凳、架梯复位法	肩关节脱位
口唇吸呃法	治新生儿大小便不通:“初生大小便不通,腹胀欲绝者,急令妇人以温水漱口了,吸呃儿前后心并脐下、手足心共七处。每一处凡三五次。漱口吸呃,取红赤为度,须臾自通,不尔无生意。有此证遇此法,可谓再生。”

13.《回回药方》在治疗脊柱骨折时运用了脚踏法:“用一张床,使病人覆卧,将棉布十字缠胸上,又在膝上复缠至腰间,用力扯,医人以手按其骨。令病人复卧,医人以脚踏出骨节上,立少时,或将擗面椎于脱出的骨上,用力擗入本处。”

六、明代的推拿手法

1. 明代是推拿医学再度发展的时期。明初按摩科重新合法化;现存的推拿医学专著从明代始;“推拿”一词出现;推拿手法运用于成人和小儿各科临床;小儿推拿体系形成;保健按摩和自我养生按摩进一步发展。

2. 明隆庆五年(1571),医学机构又改为十一科,按摩科从此被政府取消。按摩科的再度兴衰的原因,除了封建礼教对以手法接触的推拿医学的限制以外,手法意外对推拿医学的负面影响是主要原因。在《类经》、《古今医统》等均记载手法误治现象。

3. 按摩科取消后,按摩被迫朝三个方向分化:①以“手法”的名义寄身于正骨科,这是惟一合法的手法疗法;②按摩的应用对象转向小儿,小儿推拿体系初步形成;③流传于浴室和理发业,转化为民间的保健按摩。

4. 推拿一词最早记载于明代儿科医家万全的《幼科发挥》(1579)一书:“一小儿得真搐,予曰不治。彼家请一推拿法者掐之。”

5. 最早的小儿推拿专题文献是庄应琪于1574年补辑的《补要袖珍小儿方论》第10卷中的“秘传看惊掐筋口授手法论”。该书第10卷中的“秘传看惊掐筋口授手法论”首次论述了三关、六腑等小儿推拿特定部位的定位、操作和主治,也有了手足推拿穴位图谱,手法以推擦为主而称为掐筋,主要的适应证是小儿惊风。最早记载小儿推拿特殊操作法。

6. 《小儿按摩经》是我国现存最早的推拿专著,对小儿推拿手法有了较为全面的记载,清代总结的小儿掐、揉、按、摩、推、运、搓、摇小儿推拿八法在该书中均已出现,小儿推拿的穴位图谱已经具备,记载了“黄蜂出洞”、“水底捞月”、“飞经走气”、“按弦搓摩”、“赤风摇头”、“运水入土”、“揉脐法”等28种特殊操作法。《小儿按摩经》的问世和一批小儿推拿专著的诞生标志了小儿推拿体系的建立。

7. 《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》有“十二手法主病赋”和“十二手法诀”,为12种重要组合式操作法的功效与操作方法;“乌龙摆双尾”、“老虎吞食”等组合式操作法,也是该书首先提出。

8. 明代对小儿推拿手法分类论述主要有以下几种形式:以部位归纳手法,以脏腑统帅手法,以治法统帅手法,以病证归纳手法。

9. 《景岳全书》记载了作者曾亲自运用背部刮痧法治疗痧症。书中还记载这种刮痧法当时流行于我国的东南地区。

10. 明代托名达摩的《易筋经》有“揉法”专论,又有木杵、木槌、石袋拍打法,开后世捏筋拍打疗法之先河。

11. 王廷相《摄生要义》设有“按摩篇”，除了论述自我养生按摩外，还记载了一套全身保健按摩程序——“大度关”法，其中包含有按（按捺）、揉、捻、捶（捶震）、搓等手法。

七、清代的推拿手法

1. 推拿医学在清代处于缓慢发展期。清代太医院将医学分科归并为九科，仍不设按摩科。除了正骨科采用手法治疗和一些医家在医疗活动中主动地结合运用推拿手法外，推拿基本上是在民间生存和发展。以“正骨八法”为代表的骨伤类手法在正骨科中确立了地位；小儿推拿疗法从南方向全国辐射，病种扩大，手法渐多。

2. 《医宗金鉴》总结了正骨手法理论与方法，提出了摸、接、端、提、推、拿、按、摩的正骨八法。文中“法之所施，使患者不知其苦，方称为手法也”的手法要求，以及“手法亦不可乱施”的告诫，不仅是针对正骨手法，也适用于所有推拿手法。对手法为“正骨之首务”的论述，确立了手法在正骨科的地位。

3. 《医宗金鉴》明确提出了“骨缝开错”的理论，对正骨推拿有极大的指导意义。对治疗脊柱错骨缝（关节突关节功能紊乱），《医宗金鉴》主张先手法放松软组织，再行按脊复位手法，并配合药物内服外敷：“当先揉筋，令其和软；再按其骨，徐徐合缝，背脊始直。内服正骨紫金丹，再敷定痛散，以烧红铁器烙之，觉热去敷药，再贴混元膏。”（《正骨心法要旨》）

4. 熊应雄（字运英）辑《推拿广意》（1676），又名《小儿推拿广意》。熊氏首次提出“推拿手部次第”和“推拿面部次第”等，手部和头面部的推拿操作常规程序。

5. 夏鼎（字禹铸）撰《幼科铁镜》（1695），书中提出“用推拿就是用药味”，故作“推拿代药赋”。如“推上三关，代却麻黄、肉桂；退下六腑，替来滑石、羚羊”。

6. 夏云集（字祥宇）编《保赤推拿法》（1855）。书前凡例，首释拿、推、掐、搓、摇、捻、扯、揉、运、刮、分和等12种小儿推拿常用手法；次述小儿推拿注意事项，并附有“推拿代药赋”。正文首先描述开天门、分推太阳太阳、掐天庭至承浆以及揉耳摇头四法，主张推拿小儿皆应先用此四法以开关窍，然后辨证择用诸法。其次简介揉太阳等穴的手法操作及主治，并主张推毕各穴以掐肩并收功。

7. 张振鋈（原名醴泉，字筱衫）编《厘正按摩要术》（1888）。该书对明代以来流行的按、摩、掐、揉、推、运、搓、摇小儿推拿八种基本手法作了全面总结。

8. 《理渝骈文》是吴尚先的一部外治法专著。其特点是药物外用，方法有膏药、敷、熨、熏、洗、坐、塞、吹等，尤为重视药摩、膏摩。吴氏认为“皆本内治之理”：“外治之理即内治之理。”（略言）其外治理论，突出一个“通”字，认为“通则不通”，气血流通而病已”；并进一步提出了“外治者，气血流通即是补”的观点。

9. 《理渝骈文》提到的推拿手法，有擦、三指擦、揉、抹、推、拍、刮、拿、搓、捏、梳、搓挪、足踏等，其操作部位包括头顶、胸腹、肚脐、腰背、命门、手心、腿弯、足心等全身各部。有摩腰、摩脐、摩巅、擦太阳、擦天庭、擦项、擦背、擦胸、擦足心、擦耳背、揉腹、抹胸背、抹肘、抹胸腹、按胸、拍胸、刮背心、拍手足心等操作法，而以摩腹、擦背为常用。

10. 天休子撰《修昆仑证验》（1846），主要论述以自我按摩（“揉法”）消“积”的机理与方法。作者认为很多衰老症状的病根皆在于“气血凝结”之“积”，而消“积”之法，莫过于“揉”，“凡有积滞，无不宜揉”，“通则无积”。

八、近代的推拿手法

1. 推拿流派的形成和有地方特色的推拿手法是这一时期推拿手法的特色。

2. 一指禅推拿流派，确切的师承关系可上溯到清末河南的李鉴臣。该流派以一指禅推法为代表手法，并复有按、摩、推、拿、搓、抄、擦、捻、缠、揉、摇、抖，世称“十二法”。

3. 揉法推拿流派的创始人丁季峰于20世纪40年代初变法图新,把手背桡侧作为接触面,并增加了腕关节的屈伸运动,既增加了刺激量,又富有柔和感,为与一指禅推拿流派原来的揉法相区别,故取名揉法。后来又將揉法与关节被动运动相结合,并辅以揉法和按、拿、捻、搓等法,形成了风格独特的揉法推拿流派。

4. 内功推拿的师承脉络,可追溯到清末山东济宁的李树嘉。内功推拿主张治病时,病人先锻炼少林内功,而后再手法治疗。特色手法有擦法、点揉法、拿法、棒击法等,并形成一套全身推拿常规操作法。

5. 脏腑推按流派源于河北雄县王文,其徒王雅儒,据王文所授及自己的经验,口授《脏腑图点穴法》一书。该派以推按、点穴为主要手法,以腹部操作为主,重视脾胃,注重调理阑门穴,贯通上下气机。

6. 腹诊推拿流派源于河北武邑人骆俊昌,骆氏继承了几近失传的古代表诊法,结合独特的手法,创立了腹诊推拿流派。诊法上重视腹诊,常用手法有推、拿、按、摩、捏、揉、搓、摇、引、重等,治法上突出补、温、和、通、消、汗、吐、下八法。

7. 各地均有以治疗骨伤科疾病为主的推拿法流传,可称为“正骨推拿法”。而“捏筋拍打法”、“点穴推拿法”等特色推拿法也开始形成。

8. 赵熙(字辑庵)著《按摩十法》(1934)。该书论述了摸、推、剝、敲、伸、活、抖、拿、广、意十种推拿手法,并提出了这些手法的具体应用。

9. 1928年,丁福保(字仲祐)编译《西洋按摩术》。日本河合杏平原著。是书系统介绍了西方按摩术。从轻擦法、重擦法、揉捏法和扣打法四类基本手法、关节运动法、分部手法,到全身各部的按摩操作法与操作程序,皆详为论述。是书首次向中国展示了西方手法医学。

九、推拿手法的现代发展

1. 1950~1976年,推拿处于复苏和普及期。这一时期的特点是推拿正规教育的实施,和推拿临床治疗的普及。1977年以后,推拿学科进入较快速的发展。推拿成为国家对手法医学和手法临床分科的正式命名。

2. 1956年上海成立了中国第一所推拿专科学校——上海中医学院附属推拿学校,1958年上海建立了国内第一所中医推拿门诊部。

3. 1982年,上海中医学院设立五年制本科推拿学专业。1986年,上海中医学院推拿系成立,这是我国最早也是迄今为止惟一培养本科高级推拿人才的教育机构,并开始招收推拿学专业硕士研究生。1997年在上海首次招收推拿学专业博士研究生。

4. 现代推拿手法的临床研究工作也向一定的广度和深度发展。推拿手法已经应用于内外科常见疾病,取得了良好的临床疗效。

5. 上海、山东等地学者成功研制出“推拿手法测定仪”,第一次对推拿手法操作的动力学特性进行了记录,极大地推动了推拿手法的继承与研究。

6. 不少学者从推拿手法动力学研究、推拿手法镇痛效应等生物效应分别研究了推拿手法作用机理(具体内容见各手法)。



综合测试题

名词解释

1. 推拿手法
2. 膏摩
3. 折枝
4. 大度关



1. 殷商甲骨文中“付”的本义是

- A. 一个人用手抚摩自己的腹部
B. 一个人用手抚摩另一人的背部
C. 一个人正在舞蹈
D. 一个人用手抚摩另一人的腹部
E. 两个人正在舞蹈

2. 《素问·异法方宜论》和殷商甲骨卜辞等文献资料证实了古代推拿医学的流行、发展的地域是中国古代的

- A. 东部地区 B. 西部地区 C. 南部地区 D. 北部地区 E. 中原地区

3. 《史记·扁鹊仓公列传》记载：甯川王患病，“蹶上为重，头痛身热”，名医淳于意采用的推拿手法是

- A. 热水拊 B. 分坎宫 C. 寒水拊 D. 推桥弓 E. 开天门

4. 颞颌关节脱位的口内复位手法最早见于

- A. 《黄帝内经》 B. 《引书》 C. 《世医得效方》 D. 《理伤续断方》 E. 《理渝骈文》

5. 《引书》中记载治疗落枕的推拿手法是

- A. 仰卧位颈椎拔伸法 B. 颈椎后伸扳法 C. 腰部踩踏法
D. 腰部后伸扳法 E. 颈椎斜扳法

6. 《五十二病方》中记载的“筑冲”是指

- A. 一种用于推拿手法的器具 B. 一种药名 C. 一种结合器具的推拿手法
D. 一种自我按摩的手法 E. 一种练功方法

7. 按压止血法的最早见于

- A. 《肘后救卒方》 B. 《黄帝岐伯按摩》 C. 《五十二病方》
D. 《外台秘要》 E. 《金匱要略》

8. 首次明确指出按摩是一种医疗方法的医著是

- A. 《五十二病方》 B. 《黄帝内经》 C. 《金匱要略》
D. 《按摩十法》 E. 《千金要方》

9. 最早记载推拿手法适应和禁忌的是

- A. 《素问·举痛论》 B. 《灵枢·九针论》 C. 《素问·玉机真藏论》
D. 《灵枢·百病始生》 E. 《素问·异法方宜论》

10. 《灵枢·官能》记载的考核按摩人员选材与考核的方法是

- A. 按龟 B. 举鼎 C. 开弓 D. 静坐 E. 站桩

11. 我国记录手法救治自缢死的最早文献是

- A. 《黄帝岐伯按摩》 B. 《金匱要略》 C. 《黄帝内经》
D. 《肘后救卒方》 E. 《养性延命录》

12. “膏摩”一词最早出现于

- A. 《黄帝岐伯按摩》 B. 《金匱要略》 C. 《外台秘要》
D. 《诸病源候论》 E. 《礼记·内则》

13. 《武威汉代医简》中运用于膏摩方“治千金膏药方”的手法是

- A. 一指摩 B. 三指摩 C. 全掌摩 D. 全掌擦 E. 三指拍

14. 拈脊骨皮法最早见于

- A. 《刘涓子鬼遗方》 B. 《肘后救卒方》 C. 《太清道林摄生论》
D. 《养性延命录》 E. 《千金要方》

15. 拈脊骨皮法相当于现在的

- A. 捏脊法 B. 推脊法 C. 按脊法 D. 颠簸法 E. 牵引法

16. 《肘后救卒方》介绍的一种结合白蜜,用于面部美容手法是
A. 拍法 B. 揉法 C. 按法 D. 推法 E. 捏法
17. 最早记载手法结合药物治疗难产的医籍是
A. 《刘涓子鬼遗方》 B. 《肘后救卒方》 C. 《十产论》
D. 《小儿按摩经》 E. 《千金要方》
18. 《太清道林摄生论》中记载的“踢脊背”中,术者采用自身的操作部位是
A. 指 B. 掌 C. 肘 D. 膝 E. 足
19. 最早在中国最高医学教育机构——太医署设有按摩博士的朝代是
A. 汉 B. 隋 C. 唐 D. 宋 E. 元
20. 《唐六典》记载按摩生学习的内容之一“消息”是为
A. 功法 B. 按摩 C. 针灸 D. 祝禁 E. 脉诊
21. 最早记载了脊柱推法治疗痹瘵的医籍是
A. 《外台秘要》 B. 《肘后救卒方》 C. 《养性延命录》
D. 《理伤续断方》 E. 《刘涓子鬼遗方》
22. 首次将推拿手法系统应用于骨伤治疗的医籍是
A. 《外台秘要》 B. 《肘后救卒方》 C. 《养性延命录》
D. 《理伤续断方》 E. 《刘涓子鬼遗方》
23. 首创治疗胎位异常之难产的转胎手法,见于
A. 《刘涓子鬼遗方》 B. 《十产论》 C. 《肘后救卒方》
D. 《医说》 E. 《苏沈良方》
24. 危亦林首创治疗“背脊骨折”的方法是
A. 双人牵引法 B. 搓擦竹筒舒筋法 C. 倒悬复位法
D. 斜扳法 E. 背法
25. 《世医得效方》中治疗髌关节脱位的手法是
A. 双人牵引法 B. 背法 C. 倒悬复位法
D. 斜扳法 E. 屈膝屈髌法
26. 《世医得效方》中治疗新生儿大小便不通的方法是
A. 口唇吸呃法 B. 摩腹法 C. 爪掐法
D. 捏脊法 E. 按弦走搓摩法
27. 《儒门事亲》将按摩归入
A. 汗法 B. 吐法 C. 下法 D. 清法 E. 消法
28. 最早提出“按导”一词的是
A. 张介宾 B. 张从正 C. 张杲 D. 危亦林 E. 庞安时
29. 《回回药方》在治疗脊柱骨折时运用了
A. 背法 B. 倒悬复位法 C. 热敷法
D. 拔伸法 E. 脚踏法
30. 首次论述了三关、六腑等小儿推拿特定部位的定位、操作和主治的医籍是
A. 《小儿科推拿仙术》 B. 《小儿按摩经》 C. 《推拿秘旨》
D. 《补要袖珍小儿方论》 E. 《幼科发挥》
31. 最早出现小儿推拿手法操作图的医籍是
A. 《推拿秘旨》 B. 《小儿按摩经》 C. 《万育仙书》
D. 《厘正按摩要术》 E. 《幼科铁镜》
32. 下列各项中,记载背法刮痧法的是