

● 郑风胡 编著

常见病 推拿治疗



图解

CHANG JIAN BING
TUI NA ZHI LIAO TU JIE

上海科学技术文献出版社

常见病推拿治疗图解

郑风胡 编著

电脑制图、插图 郑京杭 龚继舟

上海科学技术文献出版社

图书在版编目(CIP)数据

常见病推拿治疗图解/郑风胡编著. —上海:上海科学技术文献出版社, 2005.4

ISBN 7-5439-2482-X

I. 常... II. 郑... III. 常见病—按摩疗法(中医)—图解
IV. R244. 1-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 129907 号

责任编辑: 何 蓉

封面设计: 何永平

常见病推拿治疗图解

郑风胡 编著

*

上海科学技术文献出版社出版发行

(上海市武康路 2 号 邮政编码 200031)

全国新华书店经销

江苏苏州市吴中区文化印刷厂印刷

*

开本 850×1168 1/32 印张 6.25 字数 173 000

2005 年 4 月第 1 版 2005 年 4 月第 1 次印刷

印数: 1-5 000

ISBN 7-5439-2482-X/R · 693

定价: 10.00 元

<http://www.sstlp.com>

内 容 提 要

本书在阐述推拿治病原理、方法及体穴、耳穴和足穴常用推拿操作方法的基础上,重点介绍了各种常见病的推拿部位、方法及注意事项。本书取材于临床,写法通俗易懂,实用性强。可供中医推拿科医师,工厂、农村及基层医疗单位的医务人员,医学院校学生等参考,也十分适合指导广大读者在家庭中自疗自治。

作者简介

郑风胡,男,1925年2月生,1948年毕业于上海医学院(今复旦大学上海医学院),原任外科医师。1956~1959年系统学习中医3年后搞中西医结合外科工作,治疗病种包括急性胆囊炎、胆绞痛、胃穿孔、单纯性肠梗阻。3年后,转为中西医推拿研究工作,至今已41年。曾任上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院推拿科教授、主任医师。专长为根据中西医理论基础探索推拿治病的原理。首创穴位推拿治疗高原性心肌缺氧,进而研究穴位推拿治疗冠心病,1990年完成国家科委“七五”攻关项目。1994年底退休后,担任上海中医药大学专家委员会委员。1989年受聘于世界卫生组织,赴朝鲜首都平壤市讲授中医推拿学3个月。1993年受聘去美国特拉华州威明顿市开展推拿门诊工作6个月,共治疗病人500余人次。另外,还用英语办推拿短训班3次,向美国人民介绍中医传统推拿疗法。

经过数十年的研究,作者发现推拿穴位可改善人体免疫功能,可用于临床治疗类风湿性关节炎、强直性脊柱炎、肿瘤康复期放疗化疗反应、过敏性鼻炎、支气管哮喘等。他还采用美国引进的冲击整复器纠正颈椎错缝,大大提高了推拿治疗颈椎病的安全性,缩短了疗程,治疗一般不超过5次。由此,作者对一般认为颈椎病临床症状的产生原因是退行性改变的观点,提出不同看法。临床疗效证明,颈椎关节错位才是产生临床症状的原因,因此纠正错位的颈椎即可消除症状。另外,作者对腰痛的治疗,在确定哪一节腰椎错位后,加以手法整复同样取得良好效果。直到现在,作者仍致力于推拿治病机理的深入探讨,以不断提高推拿治病的科学性。

序

郑风胡教授 1948 年毕业于原上海医学院,是外科权威黄家驷教授的高足。毕业后从事多年的外科工作。由于工作需要,他又到我校参加西学中班,经过多年的中医学习,留校从事推拿的临床、教学和科研工作。积 40 多年推拿临床经验的总结,并曾以它指导临床取得成功,才编著本书,藉以推广,造福人类。

郑风胡教授有很好的西医功底,精通英语,又经过系统的西学中班学习,从事推拿专业有 40 多年的经验,又有开创性精神,故本书有以下几个特点:

(1) 扩大了推拿治疗的病种。推拿不仅可用于骨伤科疾病,还可行之有效的治疗内、儿、妇、五官科疾病。他用推拿方法治疗高原性心脏病、冠心病、胆囊炎、胰腺炎、胃病、腹泻、尿路结石、胆石症、气喘、青光眼、弱视、痛经、脑供血不足、股骨头缺血性坏死等疾病均取得了很好的疗效,使推拿治疗的范围明显扩大了。

(2) 创新了推拿手法,提高了临床疗效。郑风胡教授对推拿手法、推拿取穴都有独特的经验,是长期临床经验的总结,是中西医结合基础与临床相结合的结晶,治疗不少病种取得了明显的疗效。

(3) 用现代医学基础和中西医结合的理论来阐明推拿治病的原理。郑风胡应用现代医学解剖、组织、生理、胚胎学等理论来说明经络腧穴的原理和推拿治病的机制。他结合许多病种阐明推拿能调整内脏生理功能,促进血液循环,改善免疫功能,纠正损伤引起的关节错位,促进软组织损伤的修复,促进体内产生内啡肽;

推拿治病神经反射通路、推拿保健强身的原理等,使古老的推拿学得到了升华和提高。

上海中医药大学终身教授,博士生导师

严振国

2005 年 1 月

前 言

牢记导师的教诲,“为人民服务”的传统永放光芒!

作为一名人民的医师,不但要有精湛的医术,还要有全心全意为病人服务的医德。

我的母校,解放以前的国立上海医学院,是由热爱祖国的老一代医学专家颜福庆等数名教授苦心筹办,于1927年建成的医学院;是中国人独立自主创办的,具有国际水平的一座医学院。为了符合国际要求的高标准,教材一直使用美国最新的医科教材。

当时,国立上海医学院的教授全部是专职或在公立医院行医者,不允许私人开业者任教。临床教师们言传身教,以身作则地要求学生将学到的技术用于解除病人的疾苦。特别是我的恩师黄家驷教授。至今,我还清晰地记得发生在1947年上海红十字会第一医院(今上海华山医院)的一件往事。当时他已经是名医,胸外科专家,被无锡的一位富豪请去看病。黄教授携带一个手提小皮箱回到上海,就直接到医院财务科,把小皮箱交给出纳,里面是整皮箱的现钞。在那个有钱能使鬼推磨的时代,黄家驷教授的这一举动,表现出归国知识分子的人格和品德,是多么令人敬仰!他告诉我,我是医院的职工,代表医院出诊,当然要把出诊收入交给医院。我曾经寄住在他家两年多,当时物价飞涨,他家的经济条件很困难,孩子上学交学费,都要向医院预支,发薪金时归还。因此,他这种廉洁奉公的品德给我留下了深刻的印象。1948年,他给我的临别赠言中用英文写道:“一名真正合格的医生,首先应该将学到和掌握的医学知识全部奉献给你的病人;其次是把自已的医学知识,无保留地传授给你的学生;最后才能考虑个人经济收入问题。”这

是他对我的殷切希望。1949 年底,我参军入伍前向他告别时,他对我说:“有机会,我也会去参军。”第二年,抗美援朝时,他带头参加抗美援朝手术队,实践了他的诺言。

他对我期望,永远记在我的心中。

为解除人民群众的疾苦,必须认真钻研业务,千方百计地提高医疗质量。在解决病人疾苦的前题下,缩短疗程,减轻病人的经济负担,包括减少国家医疗保险的经费支出。

我国是一个有十三亿人口的大国,相当长的时间内,还会有贫困地区。如何解决贫困地区人民的健康问题,是每个医务工作者应该考虑的问题。

中西医结合推拿学理论指导的医疗实践必将为人民的健康发挥重大作用。编写本书的目的,就在于此。同时,也是为了纪念我的恩师黄家驷教授。本书可以作为医学院校选修课教材,也可作为广大读者家庭自疗、保健的参考读本。

郑风胡

2005 年 1 月

目 录

第一章 总论	1
第一节 人体解剖学	14
第二节 经络学说	18
第三节 全身经穴及反射区	25
1. 十四经推拿常用穴位	25
2. 小儿推拿特定穴位	63
3. 足部反射区	67
4. 耳穴	78
5. 手穴	83
6. 面穴	85
7. 淋巴经、过敏经	86
第四节 推拿治疗疾病的作用原理	88
第五节 推拿疗法的适应证	90
第六节 简易推拿手法	91
第七节 推拿治疗前对病情的分析	97
第二章 常见病的推拿治疗	100
第一节 骨伤科疾病	100
1. 落枕	100
2. 颈椎病	101
3. 腰腿痛	104
4. 肩周炎	106
5. 网球肘	109
6. 骨关节损伤后遗症	109
7. 股骨头缺血性坏死	113

8. 类风湿性关节炎	116
9. 强直性脊柱炎	116
10. 骨质疏松症	117
11. 跟痛症	118
第二节 内科疾病	118
1. 冠心病	118
2. 心肌炎后遗症	121
3. 心律不齐	121
4. 高原性心肌缺氧	121
5. 高血压	122
6. 面神经麻痹	132
7. 半身不遂(偏瘫)	133
8. 失眠	134
9. 感冒、咳嗽	135
10. 哮喘	136
11. 慢性胃炎	137
12. 胃下垂	138
13. 溃疡性结肠炎(包括腹泻)	141
14. 便秘	141
15. 胆囊炎	142
16. 急慢性胰腺炎	142
17. 尿路结石	144
18. 尿路感染	144
19. 排尿困难	144
20. 阳痿	145
21. 甲状腺疾病	145
22. 糖尿病	146
23. 肿瘤康复期,放、化疗反应	147
第三节 妇科疾病	148
1. 痛经	148

2. 更年期综合征	151
3. 慢性盆腔炎	152
第四节 外科疾病	154
1. 痔疮	154
2. 冻疮	154
第五节 眼耳鼻咽喉科疾病	155
1. 近视	155
2. 弱视	155
3. 过敏性鼻炎	156
4. 鼻窦炎	156
5. 牙痛	156
6. 耳鸣	157
7. 咽痛、声音嘶哑	158
8. 颞下颌关节紊乱	158
9. 青光眼	159
第六节 小儿疾病	160
1. 发热	160
2. 腹泻	160
3. 厌食	161
4. 咳嗽	161
5. 呕吐	161
6. 遗尿	162
7. 脱肛	162
8. 儿童保健推拿	163
附1 老年人自我推拿保健操	176
附2 少林养生功锻炼法	182

第一章 总 论

我国传统医学中的推拿疗法是中华民族的优秀文化遗产。随着时代的发展,根据临床实践和医学理论的发展,与时俱进,不断有所创新。中医推拿是以我国独特的经络学说为理论基础,用手的各种部位及不同手法刺激人体的经络穴位来防病治病的最古老的医疗手段。在 20 世纪 50 年代,一位领导患顽固性结肠炎,经中西医内科名家久治,病情只能缓解未能根治。在上海华东医院住院时,经推拿科主任朱春霆医师治疗月余而痊愈。中医推拿对内科顽固性疾病的独特疗效引起中央领导的重视,通过上海市卫生局,将分散在民间的推拿医生集中起来,开办了上海中医推拿医士学校。当时,上海推拿界有一指禅推拿、滚法推拿、少林内功推拿等 3 个学派和小儿推拿。

一指禅推拿学派历史悠久,以中医经络学说为理论根据,以一指禅推法(图 1-1)作为基本手法,“推穴位,走经络”。为了使医生的手法深透有力,要求他们做“易筋经”功法锻炼。



图 1-1 一指禅推法示意图



图 1-2 滚法示意图

一指禅推法的操作难度很大,要求很高。要在特制米袋上练

习6个月,才允许在人体上操作。该学派的适应证主要是治疗内、妇科疾病,如:胃脘痛、胃下垂、慢性结肠炎、高血压、头痛、眩晕、痛经等。该学派的名家有:朱春霆、王松山、钱福卿、王百川、王纪松等老前辈。

滚法推拿学派是以现代医学的诊断为基础,是早期的中西医结合推拿。20世纪40年代,由富有革新意识的丁季峰医师所创。他以滚法(图1-2)为基本手法,还强调关节的被动运动,因此特别适用于运动系统疾病。

滚法操作也要求在米袋上训练6个月。滚法推拿的适应证被严格限制在骨伤科及神经系统疾病,如:急性腰扭伤、腰椎间盘突出症、关节炎、半身不遂、多发性神经炎等。

一指禅推法和滚法都是摆动类手法。前者可以施力于一个穴位上,通过皮下的神经末梢感受器产生临床疗效;而后者作用力面积大,只能用于肌肉丰满处,适合于运动系统疾病。

少林内功推拿学派的名家有马万起、马万龙及李锡九等老前辈,以掌、鱼际平推法加点穴为主要手法。

内功推拿有一套常规手法。操作时间一般不超过15分钟。先用拇指开天门、推坎宫(图1-3),分推面部(图1-4),再五指拿头部五经(图1-4),三指拿颈项部(图1-5),然后用掌横推胸前胸后(妇女须避开乳房),直推背部的督脉、膀胱经及腰骶部,斜



图1-3 开天门、推坎宫

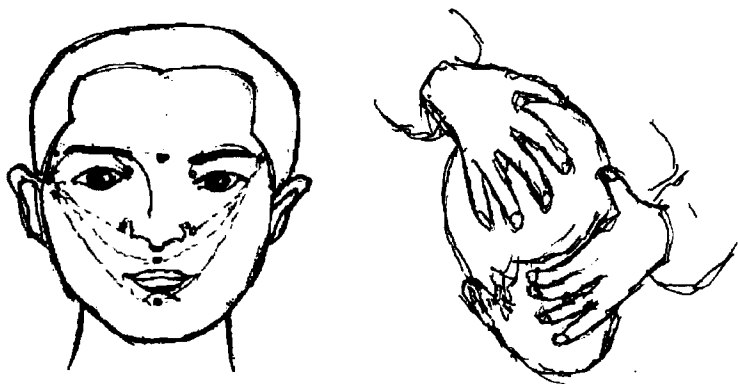


图 1-4 面部常规手法顺序分推面部、五指拿头五经

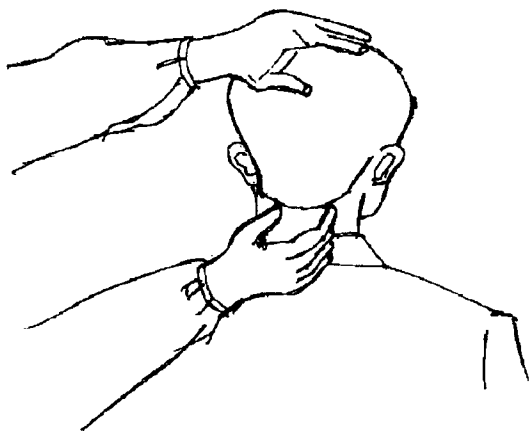


图 1-5 三指拿颈部示意图

推腹部透热(图 1-6),再由肩至手指捏拿上肢,摇肩关节(图 1-7),由大腿向踝关节捏拿下肢,操作时均结合点穴。

在背后施平推手法可以起到扶正祛邪的作用。1998 年,在长征医院超声科刘新华主任的帮助下,用彩色超声波对 21 例心脏病患者、17 例肿瘤患者,作了点揉俞穴、背部平推、捏脊手法前后,观

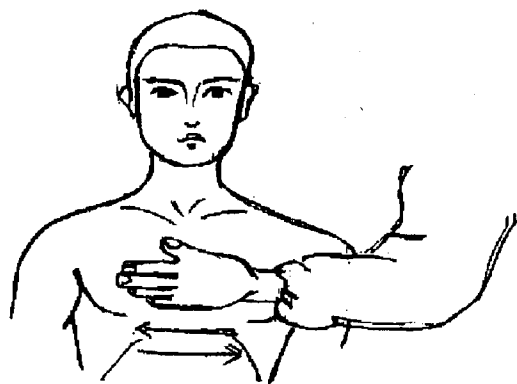


图 1-6 平推胸前并用中指点穴

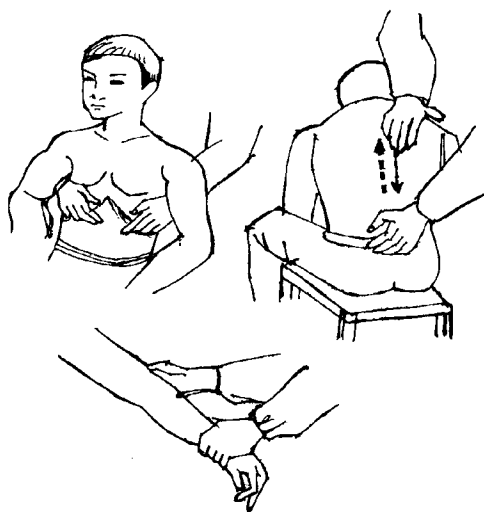


图 1-7A 直推督脉、斜推腹部、推前臂结合点穴示意图

察脾动脉血流量的变化。发现脾动脉血流量平均增加 58%。这种推拿手法,促使脾脏内的免疫细胞进入周围血液,从而提高人体抗病能力。少林内功推拿当时常用来治疗慢性支气管炎、阻塞性肺气肿、肺结核(李锡九医师少年时体弱患肺结核,他在向老师马



图 1-7B 摇肩关节示意图

万起学习时,接受推拿外加锻炼而被治愈,之后身体一直健壮,参加临床工作直到近 90 岁。)等。

小儿推拿则用于小儿疾病,有小儿的特殊穴位。我国古代留传至今的推拿专科书籍均为小儿推拿的书籍,其他 3 个学派都是以师传徒的方式留传。直到成立推拿医士学校后,才由师生共同编写出书。根据我数十年的临床实践,体会到中医推拿比世界各民族的手法医学更为优越,是由于通过经络,调动人体自身抗病能力,治疗脏腑疾病。传统的一指禅推拿适应证范围广,疗效显著。但以往对其作用原理还缺乏科学的深入探讨。由于该法治疗所消耗的时间长,难以适应当前门诊的需要,逐渐被忽视。

目前,一指禅推拿和内功推拿治疗顽固性内科疾病,如慢性结肠炎、妇科疾病和慢性支气管炎、阻塞性肺气肿、肺结核的方法在临床上很少应用。由于只依赖药物治疗,而忽视药物可能产生的毒副作用,造成很多医源性疾病。