

手医百病

SHOU YI BAI BING

何世熙著

湖北科学技术出版社



手医百病

SHOU YI BAI BING

何世熙著

湖北科学技术出版社



图书在版编目(CIP)数据

手医百病/何世熙著. —2版. —武汉:湖北科学技术出版社, 2010. 11

ISBN 978-7-5352-3795-8

I. ①手… II. ①何… III. ①物理疗法 IV.
①R454

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第199787号

责任编辑:熊木忠 谢俊波

封面设计:王 梅

出版发行:湖北科学技术出版社

电话:027-87679468

地 址:武汉市雄楚大街268号

邮编:430070

(湖北出版文化城B座12-13层)

网 址:<http://www.hbstp.com.cn>

印 刷:湖北睿智印务有限公司

邮编:430011

850×1168 1/32

7.25印张

155千字

2010年11月第2版

2010年11月第2次印刷

定价:15.00元

本书如有印装质量问题 可找本社市场部更换

何世熙简历

何世熙，男，汉族，1944年4月15日生，武汉市江夏区人，职业医师。

一直在武汉市康复按摩医院从事手法医疗工作。也曾被派到湖北省荣军疗养院高干病房、深圳市骨伤中心第二门诊部、湖北省郧西县马鞍克汀病院工作过。长期担任科主任等职，是医院学术委员会成员，连续专业医龄40多年。

1952年上小学读书，1958年上初中，1961年在校学医（按摩），1963年11月参加工作，1965年10月加入共青团，1985年5月加入共产党，1988年5月晋升为主治医师，1999年12月晋升为副主任医师，2004年3月退休。退休后继续从事本职工作。

主要业绩：经30多年系统研究，创立了独树一帜的手医学，并有著作《手医百病》出版发行。还在报刊杂志发表数十篇医学论文与科普等文章。8次应邀参加全国、省、市级学术会议。

1987年9月被武汉市民政学院聘为按摩专业兼职教师，1998年12月被武汉市职称改革工作领导小组办公室聘为按摩专业职务评审委员。是中国手法研究会会员、湖北武汉科普创作协会会员、长江日报通信员。

1975年荣获武汉市先进工作者，1985年荣获全国文化学习积极分子等称号，受到各种奖励20多次。工人日报、湖北日报、长江日报等都曾报道过其事迹。

内容简介

副主任医师何世熙用新思维、新观点刻苦研究手法诊治疾病，并创立了科学的具有现代医学水准的手医学。他将这项成果写成专著《手医百病》，由湖北科学技术出版社出版发行。

手医是个新名称，手医的医包括诊断和治疗，手诊断（手诊）为物理诊断，手治疗（手治）是物理治疗，手医属现代医学。

何世熙创导的手医现代医学科学理论及其指导下研究成的手医方法，在临床上广泛应用，成效显著。

特别是六大治病法的研究成功，使手法治病规范、科学，疗效好。表现有三个独特之处。

1. 有独特的主用治病手法。就是将繁多复杂的手治动作，按动作特点与作用，确立六种主用治病手法。再将此六种手法各用来主治一类性质的病。这就大大地方便了使用和研究。

2. 有独特的手法配用方法。每一治病法都配用有主要手法和辅助手法，有的还配用有调理手法。将它们按一定程序，巧妙地配合在一起，发挥集体效能，可显著提高疗效。

3. 有独特的用力用时分级。将用力强度和用时长短分为几个等级，并确立各级标准。以便于按需要选项用恰当限量，不至于因不足或过量引起不良后果。

作者创导的手诊法，内容丰富，他进一步地完善了手法诊断，既科学，又准确，用途也广。在许多情况下，可代替或补充仪器检查。手诊的学问深奥、可大有作为。

作者还成功地研究出了方便易行的体表定位法。此法不仅能准确定位，而且容易掌握。在诊断和治疗中都起着重要的作用。

手医为绿色医疗，要大力提倡。凡是能用手诊病，尽量不用仪器、射线；凡是能用手治的病，尽量不用药物、开刀。不要轻易让宝贵的身体受到污染和伤害。手医百病，无毒无害，效果好！

第一章 手医相关知识	1
第一节 绪论	3
第二节 注意事项	3
第三节 治病原理	5
第四节 体表定位	11
第二章 手治法	31
第一节 手法操作	33
第二节 手法选用	41
第三节 怎样用力	43
第四节 怎样用时	45
第五节 手法配用	46
第六节 六大治病术（法）	48
第三章 软组织损伤	55
第一节 大腿挫伤	57
第二节 胸壁挫伤	58
第三节 踝部扭伤	59
第四节 颈部扭伤	61
第五节 腰部扭伤	63
第六节 梨状肌损伤综合征	65
第七节 臀上皮神经损伤	68

第四章 肢体炎痛	71
第一节 膝关节炎	73
第二节 腰部纤维组织炎	74
第三节 肩关节周围炎	76
第四节 肱骨外上髁炎	80
第五节 桡骨茎突部腱鞘炎	82
第六节 腕管综合征	84
第七节 膝关节创伤性滑膜炎	85
第八节 跟腱炎	89
第九节 风湿病	90
第十节 类风湿性关节炎	95

第五章 脊柱病变	101
第一节 腰椎间盘突出症	103
第二节 颈椎综合征	108
第三节 退行性脊柱炎	115
第四节 腰骶骨骼发育异常	117

第六章 神经疾患	121
第一节 坐骨神经炎	123
第二节 多发性神经炎	125
第三节 面神经周围性瘫痪	128
第四节 脊髓灰质炎瘫痪	130
第五节 脑血管意外瘫痪	133
第六节 小儿脑性瘫痪	138
第七节 神经衰弱	140

第八节	癔病	143
第九节	精神分裂症	146
第十节	癫痫	150

第七章 内科疾患 153

第一节	冠心病	155
第二节	高血压病	157
第三节	慢性支气管炎	159
第四节	支气管哮喘	161
第五节	慢性胃炎	165
第六节	胃、十二指肠溃疡	168
第七节	胃下垂	171
第八节	糖尿病	173
第九节	月经失调(闭经与痛经)	175

第八章 关节脱位与骨折 179

第一节	综合介绍	181
第二节	肘关节脱位	184
第三节	肩关节脱位	186
第四节	髋关节脱位	189
第五节	颞颌关节脱位	191
第六节	骶髂关节半脱位	193
第七节	其他关节脱位	195
第八节	肱骨外髁颈骨折	197
第九节	股骨颈骨折	199
第十节	胫腓骨双骨折	201
第十一节	脊柱骨折	202

第九章 杂病	205
第一节 头颈杂病	207
第二节 胸腹杂病	211
第三节 四肢杂病	214
第四节 小巧门	219

第一章

DIYIZHANG

SHOUYI

手医相关知识

XIANGGUANZHISHI

•第一节 绪 论•

一、手医概念

什么是手医？手医是直接用手在人体上诊断疾病和治疗疾病的专门医学。它涵盖了手诊和手治相关的全部内容。手医属现代医学范畴，它的理论基础是现代医学科学理论知识，是一门崭新的学科。

二、手医特长

手医特长主要表现在四个方面。

1. 诊治百病 手医范围很广，可诊治百病。且多为广大群众易患的常见病和多发病。

2. 科学高效 手医科学，效果可靠、高效，对许多病的效果，胜过其他疗法。就医也不痛苦，很受患者欢迎。

3. 安全无害 手医相对安全。无损伤，无药毒，无副作用，属绿色医疗。这是当今世界发展的趋势。

4. 方便易行 手医可以不受环境条件的限制，在各种情况下都可进行。既可在大医院设专科，又便于普及到街道、乡村、家庭。为民为己都可治疗。

因而，手医有着广阔的发展前景！它是医学界不可缺少的重要学科，应当在教学、科研、医疗部门大力开展。

•第二节 注 意 事 项•

一、医疗设施

手医要设专门的诊疗室，每间诊疗室须 9m² 大小。室内摆

放一张诊疗床供卧位施术用，床的四周要空开，以便于操作。还应备有靠椅、方凳，供坐位施术用。办公桌靠墙摆放，这也不显得拥挤。室内装饰要淡雅，环境要安静、整洁、明亮、空气好。还须安装空调，以保持室内的适宜温度。

诊疗床要做的实用、牢固。床长 180cm，床宽 60cm，床高 70cm。床架可用钢制，不得高于床面。床面要用木板做，木板上面铺厚海绵软垫（床头要更厚些），外包牢固的厚布面，这样的床面既柔软又有抵力。床头设置能拉开能推拢并高于床面的小软枕头（枕长约 4 横指，枕宽约 3 横指），这种床头设有两个优点，一是便于患者俯卧时呼吸，二是可减少操作障碍。床面上铺便于换洗的白床单或一次性床单；小枕巾可用卫生纸代替，还要备有约半米长的白布（称手术布），用于遮盖在患者身上操作。最好戴白布手套操作。

二、治疗与禁忌范围

手医治疗范围广，不仅能治疗成年人疾病，也能治疗小儿疾病。不仅治疗慢性病有特长，对不少急性病也很有疗效。可治疗外科、内科、骨科的许多疾病，如：软组织损伤、肢体炎痛、脊柱病变、神经疾患、内科疾患、关节脱位与骨折等。

手医的禁忌证有：肿瘤、结核病、感染化脓性疾病、传染病、皮肤病等。

对于患有严重心脏病、血压过高过低、血小板减少、骨质疏松等患者和怀孕与月经期间的妇女，要谨慎治疗。

还必须注意，患者在过饥、过饱、醉酒，特别是在极度疲劳时，是不能做手法治疗的。

在治疗中，遇到头晕、心慌、恶心、出冷汗，甚至休克，应立即中断治疗，休息或采取急救措施，待这些不良反应恢复后，再酌情治疗。

三、医生要注意的问题

(1) 医生接待病人要和气、亲切，解答问题要耐心，要鼓励病人增加战胜疾病的信心。

(2) 问病、检查要仔细，了解病情要全面，诊断要准确，要写好病历。

(3) 治疗时，要病人解松领扣、腰带，除去约束和口袋里的物品，以免妨碍操作。要病人的肌肉放松，并嘱咐病人把注意力集中到医生所施术的部位上。

(4) 在治疗中，医生要随时注意病人的表情，经常询问病人的感觉，治疗要认真。谨防医疗事故和差错。

(5) 医生的双手要温暖、滑润，要勤剪指甲，勤洗手。

(6) 医生在工作的时候，不能闲谈聊天，要维持诊疗室内的清静，集中思想，诊治疾病，候诊病人和陪伴亲友一律在诊疗室外等候。室内禁止吸烟。

(7) 医生还要嘱咐病人应如何自我护理，怎样进行自我辅助治疗。

• 第三节 治 病 原 理 •

手医治病属外治法，就是通过手法所起到的物理作用或引起的化学变化，调治病理状态，以恢复正常生理功能。而这又主要是依靠手法的机械力原理、促进血液循环原理、调节神经功能原理、增强抗病能力原理而达到治病的目的。

一、机械力原理

治理软组织损伤，是通过手法的机械力来现实的。。

软组织损伤即扭挫伤，常是软组织遭受破坏或出现损伤性反应。如肌肉拉伤（撕裂）、肌腱滑脱、韧带扭转、毛细血管破裂、血液组织液淤积于组织间隙内而肿胀。这些改变刺激神经引起疼痛，运动功能发生障碍。治疗时，主要用推法的机械力可直向清理损伤，推散淤血，用拨的机械力可横向清理损伤，开通血流，用拿松解紧张。这三种手法巧妙配合，能有效地治理被破坏的软组织和消除损伤性反应，效果独到，运动功能恢复也快。

因各种原因引起的肌肉异常紧张、关节粘连凝聚、肢体强直和畸形等，用手法的机械力可松解、矫形，以致康复。

例如，关节凝聚强直：因固定的需要，常常将骨折脱位的上一个或下一个未受伤的关节也一起固定起来。由于固定时间过长和固定过紧，迫使未受伤关节也长期处于静止状态，造成血管受压、血流不畅、组织缺氧炎变而粘连凝聚，关节及周围的软组织失去原有的张力和弹性，发生废用性萎缩或退行性改变，使该关节的活动功能丧失而强直，还出现不同程度的关节疼痛、肌肉挛缩、皮温发凉等。用手法的机械力，如拨和拿能剥离粘连松解挛缩，动可动摇凝聚，用这些手法协同治疗，能很快地解除关节强直，恢复活动功能。固定解除后及时治疗，效果尤佳。

整复骨折和关节脱位，是通过手法的机械力或杠杆力来实现的。

骨折和关节脱位由暴力外伤引起。骨折移位、关节脱位出现骨关节畸形即解剖位置异常、剧烈疼痛、运动功能丧失等主要症状。从所述的复位方法来看，无论是所用到的拉动法、推动法，还是在牵拉下的扳、摇、旋等，全部是通过动法作用于骨关节的机械力或杠杆力来调整断、脱骨端复位

的。其效果的可靠性，从手诊和 X 线片以及症状的转变都可得到充分的证明。如复位后用手诊触摸，可见凹凸复平或畸形消失，而且疼痛也大减。特别是关节脱位复位后，立即就可见到运动功能得到恢复的情况。采用 X 线片检查，可得到更准确的依据。例如髋髂关节半脱位，在复位前后照 X 线片对照观察，复位前显示髋髂关节面排列紊乱，而复位后则显示对位正常。

二、调节神经功能原理

组织器官衰弱则出现功能减退，这是常见的病理现象。用快手法滚、敲或颤可使神经兴奋，功能增强，从而达到病愈目的。通过实验已得到证明：在 5 名健康成人的一掌间点和腿前上点施上述手法后，5 例脑电图都出现了 A 波增强现象。还在 14 名健康成人的胃区施同样手法，用吞下一端带气囊的试管、另一端直接描记胃运动的方法观察，都引起胃运动增强。从上看，能兴奋神经、增强功能是确定无疑的。由于能兴奋神经，使血管收缩也加快，促进了血液循环，这就是敲、颤与滚同时起到的另一种作用——使血流加速，再加之揉能增加供血量，更使血液循环旺盛，大大增加了衰弱组织器官的养料供应，使其变得强健起来而功能也随之增强。可做这样的实验：在身体的某部位，施上述手法后，颜色变红，这就是血液循环旺盛、供血充分的例证。

从实践中也可得到证实：厌食是因胃肠衰弱、消化功能减退引起。用上述手法在腹部与相关部位施术，因能兴奋神经可使胃肠运动加快；因能促进血液循环可使胃肠本身供血充分、运动有力，从而使消化与吸收功能增强，经过一段时间治疗后，患者食欲显著增加，身体也随之好起来。用上法治疗肌肉