



普通高等教育“**十一·五**”国家级规划教材

新世纪(第二版) 全国高等中医药院校规划教材



推拿学

供针灸推拿学专业用

主编 严隽陶

中国中医药出版社



普通高等教育“十一五”国家级规划教材
新世纪全国高等中医药院校规划教材

推拿学

(新世纪第二版)

(供针灸推拿学专业用)

主 编 严隽陶 (上海中医药大学)
副主编 王道全 (山东中医药大学)
房 敏 (上海中医药大学)

中国中医药出版社
· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

推拿学/严隽陶主编. —2 版. —北京: 中国中医药出版社, 2003. 6 (2009. 11 重印)

普通高等教育“十一五”国家级规划教材

ISBN 978-7-80156-445-0

I. 推… II. 严… III. 推拿学-中医学院-教材 IV. R244.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 099892 号

中国中医药出版社出版

北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层

邮政编码 100013

传真 010 64405750

北京市兴华印刷厂印刷

各地新华书店经销

*

开本 850 × 1168 1/6 印张 19.75 字数 452 千字

2009 年 11 月第 2 版 2009 年 11 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-80156-445-0

*

定价 26.00 元

网址 [www. cptcm. com](http://www.cptcm.com)

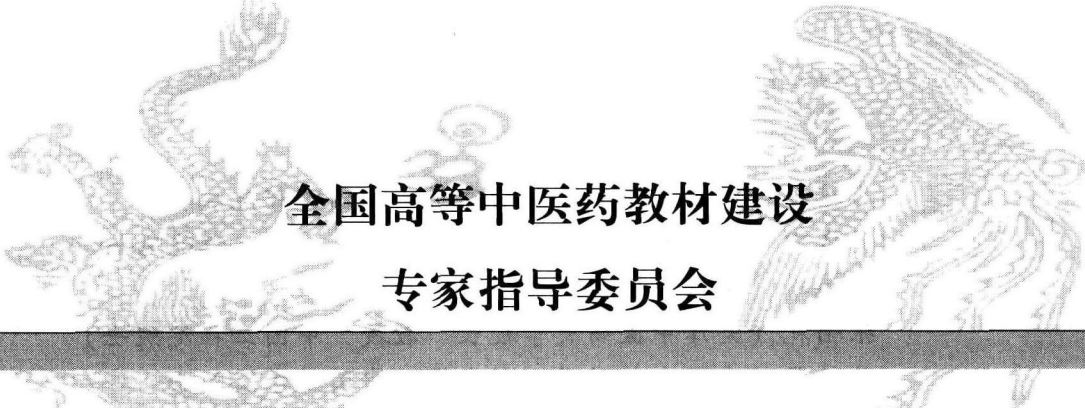
如有印装质量问题请与本社出版部调换

版权专有 侵权必究

社长热线 010 64405720

读者服务部电话 010 64065415 010 84042153

书店网址 [csln. net/qksd/](http://csln.net/qksd/)



全国高等中医药教材建设

专家指导委员会

- 名誉主任委员** 李振吉 (世界中医药学会联合会副主席兼秘书长)
邓铁涛 (广州中医药大学 教授)
- 主任委员** 于文明 (国家中医药管理局副局长)
- 副主任委员** 王永炎 (中国中医科学院名誉院长 教授 中国工程院院士)
姜在暘 (国家中医药管理局人事教育司司长)
- 委员** (按姓氏笔画排列)
- 马 骥 (辽宁中医药大学校长 教授)
王 华 (湖北中医学院院长 教授)
王 键 (安徽中医学院院长 教授)
王乃平 (广西中医学院院长 教授)
王之虹 (长春中医药大学校长 教授)
王北婴 (国家中医药管理局中医师资格认证中心主任)
王绵之 (北京中医药大学 教授)
王新陆 (山东中医药大学校长 教授)
尤昭玲 (湖南中医药大学校长 教授)
石学敏 (天津中医药大学教授 中国工程院院士)
龙致贤 (北京中医药大学 教授)
尼玛次仁 (西藏藏医学院院长 教授)
匡海学 (黑龙江中医药大学校长 教授)
任继学 (长春中医药大学 教授)
刘红宁 (江西中医学院院长 教授)
刘振民 (北京中医药大学 教授)
刘延祯 (甘肃中医学院院长 教授)
齐 昉 (首都医科大学中医药学院院长 教授)
严世芸 (上海中医药大学 教授)
李庆生 (云南中医学院院长 教授)
李连达 (中国中医科学院研究员 中国工程院院士)
李佃贵 (河北医科大学副校长 教授)

	肖培根 (中国医学科学院研究员 中国工程院院士)
	吴咸中 (天津中西医结合医院主任医师 中国工程院院士)
	吴勉华 (南京中医药大学校长 教授)
	张伯礼 (天津中医药大学校长 教授 中国工程院院士)
	陈可冀 (中国中医科学院研究员 中国科学院院士)
	陈立典 (福建中医学院院长 教授)
	范永升 (浙江中医药大学校长 教授)
	范昕建 (成都中医药大学校长 教授)
	周 然 (山西中医学院院长 教授)
	周永学 (陕西中医学院院长 教授)
	周仲瑛 (南京中医药大学 教授)
	郑玉玲 (河南中医学院院长 教授)
	胡之璧 (上海中医药大学教授 中国工程院院士)
	洪 净 (国家中医药管理局人事教育司副司长)
	贺兴东 (世界中医药学会联合会 副秘书长)
	耿 直 (新疆医科大学副校长 教授)
	徐志伟 (广州中医药大学校长 教授)
	高思华 (北京中医药大学校长 教授)
	曹洪欣 (中国中医科学院院长 教授)
	梁光义 (贵阳中医学院院长 教授)
	程莘农 (中国中医科学院研究员 中国工程院院士)
	谢建群 (上海中医药大学常务副校长 教授)
	路志正 (中国中医科学院 研究员)
	颜德馨 (上海铁路医院 主任医师)
秘 书 长	王 健 (安徽中医学院院长 教授)
	洪 净 (国家中医药管理局人事教育司副司长)
办 公 室 主 任	王国辰 (中国中医药出版社社长)
办公室副主任	林超岱 (中国中医药出版社副社长)

普通高等教育“十一五”国家级规划教材
新世纪全国高等中医药院校规划教材

《推拿学》（新世纪第二版）编委会

主 编 严隽陶（上海中医药大学）
副主编 王道全（山东中医药大学）
房 敏（上海中医药大学）
编 委 （以姓氏笔画为序）
范炳华（浙江中医药大学）
顾一煌（南京中医药大学）
夏惠明（云南中医学院）
曾文斌（成都中医药大学）
韩永和（长春中医药大学）
傅均如（天津中医药大学）
詹红生（上海中医药大学）
学术秘书 张琴明（上海中医药大学）

再版前言

“新世纪全国高等中医药院校规划教材”是全国唯一的行业规划教材。由“政府指导，学会主办，院校联办，出版社协办”。即：教育部、国家中医药管理局宏观指导；全国中医药高等教育学会及全国高等中医药教材建设研究会主办，具体制定编写原则、编写要求、主编遴选和组织编写等工作；全国26所高等中医药院校学科专家联合编写；中国中医药出版社协助编写管理工作和出版。目前新世纪第一版中医学、针灸推拿学和中药学三个专业54门教材，已相继出版3~4年，并在全国各高等中医药院校广泛使用，得到广大师生的好评。其中34门教材遴选为教育部“普通高等教育‘十五’国家级规划教材”，41门教材遴选为教育部“普通高等教育‘十一五’国家级规划教材”（有32门教材连续遴选为“十五”、“十一五”国家级规划教材）。2004年本套教材还被国家中医药管理局中医师资格认证中心指定为执业中医师、执业中医助理医师和中医药行业专业技术资格考试的指导用书；2006年国家中医、中西医结合执业医师、执业助理医师资格考试和中医药行业专业技术资格考试大纲，均依据“新世纪全国高等中医药院校规划教材”予以修改。

新世纪规划教材第一版出版后，国家中医药管理局高度重视，先后两次组织国内有关专家对本套教材进行了全面、认真的评议。专家们的总体评价是：“本次规划教材，体现了继承与发扬、传统与现代、理论与实践的结合，学科定位准确，理论阐述系统，概念表述规范，结构设计合理，印刷装帧格调健康，风格鲜明，教材的科学性、继承性、先进性、启发性及教学适应性较之以往教材都有不同程度的提高。”同时也指出了存在的问题和不足。全国中医药高等教育学会、全国高等中医药教材建设研究会也投入了大量的时间和精力，深入教学第一线，分别召开以学校为单位的座谈会17次，以学科为单位的研讨会15次，并采用函评等形式，广泛征求、收集全国各高等中医药院校有关领导、专家，尤其是一线任课教师的意见和建议，为本套教材的进一步修订提高做了大量工作，这在中医药教育和教材建设史上是前所未有的。这些工作为本套教材的修订打下了坚实的基础。

2005年10月，新世纪规划教材第二版的修订工作全面启动。修订原则是：①有错必纠。凡第一版中遗留的错误，包括错别字、使用不当的标点符号、不规范的计量单位和不规范的名词术语、未被公认的学术观点等，要求必须纠正。②精益求精。凡表述欠准确的观点、表达欠畅的文字和与本科教育培养目的不相适应的内容，予以修改、精练、删除。③精编瘦身。针对课时有限，教材却越编越厚的反应，要求精简内容、精练文字、缩编瘦身。尤其是超课时较多的教材必须“忍痛割爱”。④根据学科发展需要，增加相应内容。⑤吸收更多院校的学科专家参加修订，使新版教材更具代表性，学术覆盖面更广，能够全面反应全国高等中医药教学的水平。总之，希冀通过修订，使教材语言更加精炼、规范，内容准确，结构合理，教学适应性更强，成为本学科的精品教材。

根据以上原则，各门学科的主编和编委们以极大的热情和认真负责的态度投入到紧张的

修订工作中。他们挤出宝贵的时间，不辞辛劳，精益求精，确保了54门教材的修订按时保质完成，使整套教材内容得到进一步完善，质量有了新的提高。

教材建设是一项长期而艰巨的系统工程，此次修订只是这项宏伟工程的一部分，它同样要接受教学实践的检验，接受专家、师生的评判。为此，恳请各院校学科专家、一线教师和学生一如既往关心、关注新世纪第二版教材，及时提出宝贵意见，从中再发现问题与不足，以便进一步修改完善或第三版修订提高。

全国中医药高等教育学会
全国高等中医药教材建设研究会
2006年10月

修订说明

新世纪全国高等中医药院校规划教材《推拿学》(第一版),自2003年出版以来,已有4年余。该教材的问世,虽然填补了推拿学全国规划教材将近17年的空白,在高等中医药院校的教学使用中,受到师生的普遍好评,但也反映出一些问题。而且,在四年中,推拿学科又有了新的发展,推拿学教材应该加以及时的反映和充实。为此,我们在2006年5月,召集编委会全体人员及有关专家,对第一版教材的优点和存在的问题进行了梳理和研讨,并着手修编,作为“十一五”国家级规划教材,奉献给广大师生。

新修订的这本教材,调整了某些结构,重写了部分内容,增设了新的章节,添加了必要的插图。

1. 全书在保持第一版教材基本结构的基础上,将原附篇改为“第四篇保健推拿”,扩充了新的内容,以表明“保健推拿”是推拿学重要的有机组成部分;同时满足学生了解、学习保健推拿的实际需要。

2. 在第一篇概论中,对推拿学基本概念的内涵和外延,在科学总结历史传承和全国各地专家所达成共识的基础上,加强了“手法”和“功法”作为推拿治疗手段两者关系的阐述,以适当加强“功法”在临床应用中重要性的认识。

3. 在第二篇基础篇中,增加了“工作条件、体位、介质及热敷”、“异常情况的处理”等新的章节。这些新的内容,不仅弥补了推拿学作为应用科学的完整性,而且使学生在临床实习时能较好地适应临床实践。

4. 在“推拿功法”的章节中,增加了“呼吸锻炼方法”的内容,并在“实用练功法”一节中补充一些“姿势”,更有利于学生掌握中国传统功法的特点。

5. 推拿临床运用中医经络学说,较显著的特点是对“经筋”和“皮部”理论的应用。对此,在本教材中,扩充了这方面的内容,增加了插图。

6. 在第三篇治疗篇中,根据推拿临床的疾病谱,骨伤科疾病占了比较大的比例。为了加强学生对骨伤科疾病的诊断能力,在该章总论中增加了常用检查方法的内容,并附插图。

古有“十年磨一剑”的说法,以表示要完美地完成一件事,需要认真地经年累月地努力打造。从2001年开始着手编写、2003年出版的普通高等教育“十五”国家级规划教材《推拿学》,到此次经过认真修订,作为普通高等教育“十一五”国家级规划教材《推拿学》的完稿,也有多年了。我们希望这本教材,能准确地反映当前推拿学发展的概貌,更适合推拿学的教学要求。作为一门中医学的学科教材,只有既保持传统特色,又不断与时俱进,才能永葆青春。因此,我们希望各中医药院校在使用本教材的过程中,将出现的问题及时反馈给编委会,以便我们进一步完善提高。

教材的第一章到第三章,由严隽陶编写、修订,第四章由顾一煌、王道全、严隽陶编写、修订,第五章和第六章由房敏、严隽陶编写、修订,第七章和第八章由顾一煌、韩永

和、王道全、严隽陶编写、修订；第九章和第十章由严隽陶、詹红生编写、修订，第十一章由房敏、曾文斌、傅均如、严隽陶、范炳华编写、修订，第十二章由夏惠明、詹红生编写、修订，第十三章由王道全编写、修订，第四篇由詹红生、严隽陶编写、修订。

张琴明作为学科秘书，为本教材作了大量的编务和校勘工作，朱国苗和方磊两位硕士也参与了本教材的编务工作。

《推拿学》编委会
2009年10月

目 录

第一篇 概论

第一章 推拿、推拿学的定义及特点	1
第二章 推拿学的发展源流	4

第二篇 基础篇

第三章 推拿的作用原理和治疗原则	11
第一节 推拿的作用原理	11
一、疏通经络，行气活血	11
二、理筋整复，滑利关节	11
三、调整脏腑功能，增强抗病能力	12
第二节 推拿的治疗原则	12
一、整体观念，辨证施术	12
二、标本同治，缓急兼顾	13
三、以动为主，动静结合	13
第四章 经络与腧穴	14
第一节 经脉	14
一、十二经脉的名称与分布	14
二、十二经脉的表里属络	15
三、十二经脉的交接流注	15
第二节 经筋	16
一、十二经筋的功能	17
二、十二经筋循行部位和证治	17
第三节 经别	21
第四节 皮部	22
第五节 腧穴与特定穴	23
一、腧穴	23
二、临床常用腧穴定位与取穴方法	28
三、小儿特定穴	30

第五章 解剖与生理	46
第一节 局部解剖	46
一、颈项部	46
二、胸背部	49
三、腰骶部	50
四、胸部	52
五、腹部	54
六、肩上部	55
七、髋部	60
八、膝关节部	63
九、踝关节部	65
第二节 脊柱解剖	66
一、椎骨	67
二、脊柱的连接	68
三、椎管	69
四、作用在脊柱上的肌肉	69
五、脊柱的神经支配	70
第三节 脊柱运动生理	70
一、上颈椎运动生理和临床意义	70
二、下颈椎运动生理和临床意义	72
三、胸椎运动生理和临床意义	73
四、腰椎运动生理和临床意义	73
第六章 生物力学	77
第一节 基本理论	77
一、一些基本的力学概念	77
二、移位	78
三、载荷	78
四、阻力（即组织结构的内部诸力）	79
五、时间	79
六、临床应用及意义	79
第二节 推拿手法应用	80
第三节 手法作用机理	81
一、手法作用层次	81
二、手法动力学	82
第七章 推拿功法	88
第一节 基本姿势	89
一、并步	89

二、虚步	90
三、马步	91
四、弓步	91
第二节 呼吸锻炼方法	92
一、推拿功法中常用的呼吸锻炼法	92
二、呼吸锻炼的原则	93
第三节 实用练功方法	93
一、韦驮献杵势	93
二、摘星换斗势	95
三、青龙探爪势	96
四、饿虎扑食势	97
五、掉尾摇头势	98
六、坐裆势	99
七、前推八匹马势	99
八、倒拉九头牛势	101
九、力劈华山势	101
十、三起三落势	102
十一、推把上桥势	103
十二、双虎夺食势	104
第八章 手法	106
第一节 基本手法	106
一、揉法	107
二、一指禅推法	108
三、揉法	109
四、摩法	111
五、推法	112
六、擦法	113
七、搓法	114
八、抹法	115
九、按法	116
十、点法	117
十一、捏法	119
十二、拿法	119
十三、捻法	120
十四、拍法	121
十五、击法	121
十六、拨法	123

十七、抖法	124
十八、振法	125
第二节 复合手法	125
一、按揉法	125
二、拿揉法	126
三、牵抖法	127
第三节 运动关节类手法	128
一、摇法(摇颈、肩、肘、腕、腰、髋、膝、踝法)	128
二、扳法(扳颈、肩、肘、腕、腰、髋、膝、踝法)	133
三、拔伸法(拔伸颈项、髋关节、膝关节、踝关节法)	144
第四节 小儿推拿手法	148
一、推法	149
二、揉法	151
三、按法	151
四、摩法	151
五、掐法	152
六、捏脊法	153
七、运法	153
八、捣法	154
第九章 工作条件、体位、介质及热敷	155
一、工作条件	155
二、体位	155
三、介质	156
四、热敷	160
第十章 异常情况的处理	162
一、晕厥	162
二、瘀斑	163
三、疼痛	163
四、骨折	164
五、破皮	164
六、疲乏	165

第三篇 治疗篇

第十一章 骨伤科疾病	166
第一节 总论	166
一、推拿治疗骨伤科疾病的指导原则	166

二、骨伤科疾病的推拿常用检查诊断方法	167
第二节 各论	190
一、脊柱骨盆病变	190
颈椎病	190
寰枢关节失稳	195
胸椎后关节紊乱	197
颈椎间盘突出症	198
腰椎间盘突出症	201
第3腰椎横突综合征	203
退行性腰椎滑脱症	204
骶髂关节紊乱症（损伤与错位） 后土：小	205
强直性脊柱炎 后土：小	207
外伤性截瘫	209
退行性脊柱炎	211
二、脊周软组织病变	213
落枕	213
颈部扭挫伤 口	214
项背肌筋膜炎 口	215
急性腰扭伤	217
腰肌劳损 口、后土	218
髂腰韧带损伤 口	220
梨状肌综合征	221
臀上皮神经损伤	223
三、四肢软组织损伤	224
肩关节周围炎	224
滑囊炎（肩峰下滑囊炎）	225
肱骨外上髁炎	227
神经卡压综合征	228
旋后肌综合征 口	229
腕管综合征	230
腕尺管综合征	231
旋前圆肌综合征 口	232
桡骨茎突狭窄性腱鞘炎	233
退行性膝关节炎 口	234
踝关节扭伤	235
第十二章 内、妇、五官科疾病	237
第一节 总论	237

一、推拿治疗内、妇、五官科疾病的基本理论和假说	237
二、内、妇、五官科疾病推拿诊断要点	240
三、内、妇、五官科疾病推拿施治原则	241
第二节 各论	242
✓头痛（偏头痛）	242
✓眩晕	243
失眠	244
高血压	245
感冒	246
哮喘	247
冠心病 ✓	248
心悸	248
✓胃脘痛	249
慢性胆囊炎（胆绞痛）	251
呃逆	252
腹泻	253
便秘	254
痿闭	255
中风后遗症	256
附：面瘫	258
痛经	259
✓月经不调	260
乳痈	261
近视	261
乳蛾	262
第十三章 小儿推拿	264
第一节 总论	264
第二节 各论	267
✓肌性斜颈 ✓	267
发热	269
腹泻	270
咳嗽	271
✓疳积	272
脱肛	273
遗尿	274
便秘	275
呕吐	275

厌食	276
夜啼	277
腹痛	278
流涎症	279
鹅口疮	280
分娩性臂丛神经损伤	281

第四篇 保健推拿

一、概述	282
二、他人保健推拿	283
三、自我保健推拿十八式	286
四、功法练习	289
参考书目	292