

SHOUJILIAOFA

刘智斌 高新彦 编著

手技疗法治百病

SHOUJILIAOFA ZHIBAIBING



PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PUBLISHER



人民军医出版社



手技疗法治百病

SHOUJILIAOFA ZHIBAIBING

刘智斌 高新彦 编著



人民军医出版社

People's Military Medical Publisher

北 京

图书在版编目(CIP)数据

手技疗法治百病/刘智斌,高新彦编著. —北京:人民军医出版社,2002.4

ISBN 7-80157-435-4

I. 手… II. ①刘…②高… III. 按摩疗法(中医) IV. R244.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 000471 号

人民军医出版社出版

(北京市复兴路 22 号甲 3 号)

(邮政编码:100842 电话:68222916)

人民军医出版社激光照排中心排版

北京天宇星印刷厂印刷

桃园装订厂装订

新华书店总店北京发行所发行

*

开本:850×1168mm 1/32·印张:10.75·字数:265 千字

2002 年 4 月第 1 版 (北京)第 1 次印刷

印数:0001~5000 定价:23.00 元

(购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换)

内 容 提 要

本书由中医学院专家编写,详细介绍了手技疗法常用经络和穴位,104种手法的操作要领及适应证,伤科、内科、妇科、儿科、五官科疾病及其他常见疾病的临床表现、手技疗法、注意事项等。全书紧紧围绕临床,结合中医理论,深入浅出地论述了手技疗法在各种疾病中的应用,内容丰富,图文并茂,简便易行,疗效确切,适于理疗科、康复理疗科医务人员、基层卫生人员、医学院校师生和手技疗法爱好者阅读参考。

责任编辑 杨磊石 陈 丹

1/1/15/07

前 言

手技疗法是中医学主要的外治法之一,其源远流长,有着几千年宝贵的经验。这种疗法具有无创伤、无痛苦、非介入性、简便易行、治疗范围广和疗效显著等特点,因而受到医学界的高度重视和广泛应用,也深受患者的欢迎。为了使手技疗法进一步发展普及,满足广大医务人员的临床需要,为广大医务工作者和手技疗法爱好者提供一部具有实用价值的参考书,我们编写了《手技疗法治百病》一书。

在编写本书的过程中,我们力求内容全面丰富、精炼明了,重点突出疾病的手技疗法,较准确地反映目前手技疗法对各种疾病治疗的方法和效果,并使其易学易懂,易于操作,力求达到手至筋顺、手至骨正、手至脉通、手至病止的目的。

由于我们的水平有限,编写过程中难免出现不足,希望广大读者不吝指正。

编 者

2002年1月21日

目 录

第一章 手技法常用经络与穴位	(1)
一、经络及其组成	(1)
二、经络的生理功能	(3)
三、腧穴	(3)
四、手技法取穴法	(9)
五、成人手技法常用穴	(11)
1. 头面部常用穴	(11)
2. 颈项部常用穴	(13)
3. 肩背部常用穴	(15)
4. 腰臀部常用穴	(17)
5. 胸腹部常用穴	(19)
6. 上肢部常用穴	(21)
7. 下肢部常用穴	(24)
六、小儿手技法常用穴	(26)
1. 头面部常用穴	(27)
2. 项背部常用穴	(29)
3. 胸腹部常用穴	(30)
4. 上肢部常用穴	(32)
5. 下肢部常用穴	(37)
第二章 基础手技法	(39)
一、手技法概述	(39)
二、基础手技法	(42)

1. 按法	(42)
2. 压法	(43)
3. 足跟蹬压法	(43)
4. 弹拨法	(44)
5. 掌拨法	(44)
6. 脚拨法	(44)
7. 点法	(45)
8. 点脊法	(45)
9. 一指托天法	(46)
10. 掐法	(46)
11. 掖法	(46)
12. 抵法	(47)
13. 拳顶法	(47)
14. 扞法	(47)
15. 扼法	(48)
16. 勾点法	(48)
17. 押法	(48)
18. 一指禅推法	(48)
19. 缠法	(49)
20. 屈指推法	(50)
21. 滚法	(50)
22. 揉法	(50)
23. 掌指关节揉法	(51)
24. 揉法	(52)
25. 双揉喉结法	(54)
26. 双抱揉膝法	(54)
27. 双运太阳法	(54)
28. 搓法	(54)
29. 脚搓法	(55)

30. 捻法·····	(55)
31. 捏法·····	(56)
32. 捏脊法·····	(56)
33. 揉捏法·····	(58)
34. 握法·····	(58)
35. 拿法·····	(58)
36. 辗拿法·····	(59)
37. 弹筋拿法·····	(59)
38. 密拿法·····	(60)
39. 开笼放鸟法·····	(60)
40. 挪法·····	(60)
41. 抓法·····	(61)
42. 挠法·····	(61)
43. 拧法·····	(61)
44. 揪法·····	(62)
45. 挤法·····	(62)
46. 勒法(摘法)·····	(62)
47. 摩法·····	(63)
48. 抚法·····	(64)
49. 开胸顺气法·····	(64)
50. 擦法·····	(64)
51. 推法·····	(65)
52. 平推法·····	(65)
53. 直推法·····	(66)
54. 旋推法·····	(67)
55. 运法·····	(67)
56. 分推法·····	(68)
57. 合推法·····	(68)
58. 抓推法·····	(68)

59. 脚推法.....	(69)
60. 抹法.....	(69)
61. 拘法.....	(69)
62. 扫散法.....	(70)
63. 梳法.....	(71)
64. 干洗头法.....	(71)
65. 刮法.....	(71)
66. 抖法.....	(72)
67. 牵抖法.....	(73)
68. 振动法.....	(73)
69. 振法.....	(74)
70. 撞法.....	(74)
71. 击法.....	(74)
[附]桑枝棒制法	(77)
72. 拍法.....	(77)
73. 啄法.....	(78)
74. 叩法.....	(78)
75. 切法.....	(78)
76. 捣法.....	(79)
77. 劈法.....	(79)
78. 弹法.....	(79)
79. 捶法.....	(80)
80. 摇法.....	(80)
81. 扳法.....	(84)
82. 蹬腰牵踝法.....	(91)
83. 点按伸腰法.....	(91)
84. 背法.....	(91)
85. 拔伸法.....	(92)
86. 拂法.....	(96)

87. 插法	(97)
88. 托法	(97)
89. 颠簸法	(97)
90. 抄法	(97)
91. 踩跷法	(98)
92. 黄蜂入洞法	(98)
93. 打马过河法	(98)
94. 水底捞月法	(99)
95. 飞经走气法	(99)
96. 抖肘走气法	(99)
97. 老汉扳辔法	(99)
98. 丹凤摇尾法	(100)
99. 天门入虎口法	(100)
100. 运水入土法	(100)
101. 按弦搓摩法	(100)
102. 开璇玑法	(100)
103. 揉脐及龟尾并擦七节骨法	(101)
104. 总收法	(101)

第三章 伤科常见病手技疗法 (102)

一、肩关节扭伤	(102)
二、肱二头肌长头肌腱滑脱症	(103)
三、肱二头肌长头肌腱炎及腱鞘炎	(104)
四、肩峰下滑囊炎	(105)
五、冈上肌肌腱炎	(106)
六、肩关节周围炎	(107)
七、肱骨外上髁炎	(109)
八、肱骨内上髁炎	(111)
九、尺骨鹰嘴滑囊炎	(111)
十、旋后肌综合征	(112)

十一、前臂伸肌腱周围炎	(113)
十二、腕关节扭伤	(114)
十三、掌指关节扭伤	(115)
十四、腕三角纤维软骨损伤	(116)
十五、腕管综合征	(117)
十六、桡骨茎突狭窄性腱鞘炎	(118)
十七、扳机指	(118)
十八、腱鞘囊肿	(119)
十九、腕部扭伤	(120)
二十、腕关节滑囊炎	(121)
二十一、股骨大转子滑囊炎	(122)
二十二、坐骨结节滑囊炎	(123)
二十三、弹响髌	(124)
二十四、股内收肌损伤	(125)
二十五、膝关节半月板损伤	(126)
二十六、膝关节侧副韧带损伤	(127)
二十七、膝关节创伤性滑膜炎	(128)
二十八、髌下脂肪垫劳损	(129)
二十九、腓肠肌损伤	(130)
三十、踝关节扭伤	(131)
三十一、跟腱周围炎	(133)
三十二、跟痛症	(134)
三十三、踝管综合征	(134)
三十四、落枕	(136)
三十五、颈椎病	(137)
三十六、胸廓出口综合征	(139)
三十七、急性腰肌筋膜损伤	(141)
三十八、急性腰部韧带损伤	(142)
三十九、急性腰椎后关节滑膜嵌顿	(143)

四十、腰椎间盘突出症	(144)
四十一、腰肌劳损	(146)
四十二、腰三横突综合征	(147)
四十三、腰臀部筋膜炎	(148)
四十四、腰椎椎管狭窄症	(149)
四十五、强直性脊柱炎	(151)
四十六、梨状肌劳损综合征	(152)
四十七、下颌关节错缝	(154)
四十八、肩关节错缝	(155)
四十九、小儿桡骨小头错缝	(156)
五十、肱尺关节错缝	(157)
五十一、下尺桡骨关节错缝	(158)
五十二、小儿髋关节错缝	(159)
五十三、膝关节错缝	(160)
五十四、寰枢椎错缝	(161)
五十五、颈椎小关节错缝	(162)
五十六、胸椎小关节错缝	(163)
五十七、腰椎小关节错缝	(164)
五十八、骶髂关节错缝	(166)
五十九、耻骨联合错缝	(167)
第四章 内科常见病手技法	(169)
一、感冒	(169)
二、慢性支气管炎	(170)
三、支气管哮喘	(172)
四、肺气肿	(173)
五、急性单纯性胃炎	(174)
六、慢性胃炎	(175)
七、消化性溃疡	(176)
八、胃神经官能症	(177)

九、胃下垂	(179)
十、慢性胆囊炎	(180)
十一、肝硬化	(181)
十二、溃疡性结肠炎	(182)
十三、眩晕	(183)
十四、神经衰弱	(185)
十五、癫痫	(186)
十六、脑血管意外后遗症	(187)
十七、脑震荡后遗症	(188)
十八、周围性面神经麻痹	(189)
十九、面肌抽搐	(190)
二十、三叉神经痛	(191)
二十一、肋间神经痛	(192)
二十二、坐骨神经痛	(193)
二十三、腓肠肌痉挛	(195)
二十四、肥胖病	(195)
二十五、糖尿病	(197)
二十六、晕动病	(198)
二十七、高血压病	(199)
二十八、缺血性心脏病	(201)
二十九、类风湿性关节炎	(203)
三十、厥证	(206)
三十一、瘫痪	(206)
三十二、瘰疬	(208)
三十三、帕金森综合征	(209)
三十四、痿症	(211)
三十五、呃逆	(212)
三十六、呕吐	(213)
三十七、胃脘痛	(214)

三十八、腹痛	(215)
三十九、腹胀	(216)
四十、腹泻	(217)
四十一、头痛	(218)
四十二、失眠	(220)
四十三、大便失禁	(221)
四十四、便秘	(221)
四十五、癃闭	(223)
四十六、尿失禁	(224)
四十七、梅核气	(224)
第五章 妇科常见病手技疗法	(226)
一、痛经	(226)
二、经行头痛	(227)
三、经行身痛	(228)
四、经行发热	(229)
五、经行泄泻	(230)
六、经行吐衄	(231)
七、经行风疹	(232)
八、经行眩晕	(233)
九、经行浮肿	(234)
十、经行情志异常	(235)
十一、月经先期	(236)
十二、月经后期	(237)
十三、经期紊乱	(239)
十四、月经过多	(240)
十五、月经过少	(241)
十六、经期延长	(242)
十七、经间期出血	(243)
十八、闭经	(244)

十九、崩漏	(245)
二十、子宫内膜异位症	(246)
二十一、经前期紧张综合征	(247)
二十二、更年期综合征	(249)
二十三、带下病	(251)
二十四、妊娠呕吐	(252)
二十五、妊娠肿胀	(253)
二十六、胎位不正	(254)
二十七、产后腹痛	(255)
二十八、产后身痛	(256)
二十九、产后大便难	(257)
三十、产后缺乳	(258)
三十一、乳腺炎	(259)
三十二、乳腺增生	(260)
三十三、子宫脱垂	(261)
三十四、不孕症	(262)
三十五、慢性盆腔炎	(263)
第六章 儿科常见病手技疗法	(265)
一、厌食症	(265)
二、婴幼儿腹泻	(266)
三、痢疾	(268)
四、呕吐	(269)
五、腹痛	(270)
六、便秘	(271)
七、脱肛	(272)
八、肠套叠	(273)
九、咳嗽	(274)
十、发热	(275)
十一、哮喘	(276)

十二、百日咳	(278)
十三、支气管肺炎	(279)
十四、麻疹	(281)
十五、疳腮	(282)
十六、流行性乙型脑炎	(283)
十七、暑热症	(285)
十八、惊风	(287)
十九、佝偻病	(288)
二十、疳积	(289)
二十一、夜啼	(290)
二十二、遗尿	(291)
二十三、尿潴留	(292)
二十四、鹅口疮	(293)
二十五、臀肌挛缩	(294)
二十六、产伤麻痹	(295)
二十七、小儿麻痹后遗症	(296)
二十八、小儿肌性斜颈	(298)
二十九、斜视	(299)
第七章 五官及其他常见病手技疗法	(301)
一、近视	(301)
二、白内障	(302)
三、青光眼	(303)
四、眼外直肌麻痹	(304)
五、眼睑跳动	(305)
六、过敏性鼻炎	(306)
七、慢性鼻炎	(307)
八、咽喉炎	(308)
九、牙痛	(309)
十、声门闭合不全	(309)

十一、痤疮	(310)
十二、性欲减退	(311)
十三、阳痿	(313)
十四、遗精	(314)
十五、早泄	(316)
十六、不射精	(318)
十七、精浊	(319)
十八、男子不育症	(321)
十九、慢性前列腺炎	(322)
二十、前列腺增生症	(324)