

捏筋拍打疗法

葛长海 李鸿江 葛凤麟 著

北京科

1

社

捏筋拍打疗法

葛长海 李鸿江 葛凤麟 著

北京科学技术出版社

捏筋拍打疗法

葛长海 李鸿江 葛凤麟 著

*

北京科学技术出版社出版

(北京西直门外南路19号)

新华书店首都发行所发行 各地新华书店经售

北京通县马驹桥印刷厂印刷

*

787×1092毫米, 32开本 8.5印张 190,000字

1986年8月 第一版 1987年5月第二次印刷

印数12,001—16,000册

统一书号: 14274·017 定价: 1.40 元

发展中医事业
为人民造福

万里
一九八四年五月

万里同志的题词

继承和发展祖国医药学
是我国卫生事业的一项
刻不容缓的任务。

王任重 1982年4月29日

王任重同志的题词

齐心协力发展
祖国医学，为
人类造福。

吕正操

一九八四年十一月

吕正操同志题词

祖傳推拿
繼承發揚
科學態度
切忌矜誇
服務人民
學習推廣

劉建章
己未年六月書

刘建章同志的题词

序

祖国医学之所以是个伟大宝库，不仅有独特的理论体系和丰富的医疗经验，而且有浩如烟海的医药书籍，是我们取之不尽，用之不竭的宝贵财富。此外，还有不少行之有效的医疗方法，一技之长和单方验方等流传于民间，这些同样是祖国医学的组成部分，有待我们发掘、整理、继承和提高。

葛长海同志原在锦州铁路中心医院工作，1960年来北京，得以相识，言其所长，幼承家学，虽无系统理论，但深得捏筋拍打、正骨独传之秘诀，此疗法系从古代武术《易筋经》中演变而来。对肩凝症、痹症、痿症等病有较好疗效，适应症非常广泛，具有简、便、廉、验等优点。为此，曾经在北京市卫生局举办本疗法学习班，交流经验，予以推广。

1985年3月葛长海大夫以《捏筋拍打疗法》书稿见示，要我写序，读后感慨交集。长海同志刻苦自励，勤于探索，虚心钻研，锲而不舍，不仅继承了先人的经验，且有了新的发展，积二十余年之不懈努力，终于编成专书，跻于医学之林，真可谓“功夫不负有心人”，“有志者事竟成”矣！

六十年代初期，对散在民间有效疗法多易被忽视，对捏筋拍打疗法，我始终以临床疗效作为衡量标准，给予支持。值得高兴的是，二十五年后的今天，能够亲睹本书出版，得以流传后世。祝愿葛长海同志继续总结祖传医术，为解除广大人民群众病痛服务。

路志正

前 言

发掘祖国医学遗产，做好老中医的经验总结工作，对于继承和发扬祖国医学，振兴中医具有重要的意义。为此，铁路总医院葛长海、李鸿江、葛凤麟等同志对祖传的“捏筋拍打疗法”进行了系统的总结，写成本书。

我国中医推拿按摩之术，历史悠久，手法繁多，各种流派，名家辈出。“捏筋拍打疗法”也是中医推拿按摩领域中的一个具有独特风格的一派。它是根据我国武术少林拳练功中的捏功、揉功、打功、点穴等方法，经改进创新并运用于临床实践。在治疗各种疾患的过程中，积累了丰富的经验。捏筋拍打疗法对各种跌打损伤和某些慢性疾病以及老年保健和体弱者的康复疗效显著。几十年来经葛大夫治愈的病人很多，治愈率在80%以上。本书在编写中吸取了各家之长，参阅了不少有关书籍，运用了祖国医学和现代医学的理论，对大量的临床资料进行了阐述和说明。近几年来又以本书内容为教材，在全国范围内举办了10多期专题训练班，受到了学员的好评，取得了良好的效果。

本书在编写过程中得到了有关单位和领导的支持。承蒙中医研究院研究员耿鉴庭、卫生部中医研究院骨伤科研究所陈正光主任审阅，并请名画家王大观绘图，叶汝俊同志协助摄影，本书在出版前还请万里、王任重、吕正操、刘建章等中央领导同志题词，并请著名书法家于立群题写书名，在此表示衷心感谢！此外参加本书整理工作的还有葛凤鸣、杜德

利等同志。由于我们水平有限，错误在所难免，欢迎广大读者不吝指正。

编 者

1984年6月于北京

目 录

绪论 捏筋拍打疗法的历史与作用机制的探讨	(1)
第一节 捏筋拍打疗法的历史	(1)
第二节 捏筋拍打疗法作用机制的探讨	(4)
第一章 捏筋疗法	(8)
第一节 捏筋法的练功	(8)
一、拧棒势	(8)
二、指撑势	(9)
三、穿掌抓空拳	(10)
第二节 捏筋法的手法	(13)
一、捏法	(14)
二、揉法	(16)
三、捋法	(20)
四、拿法	(21)
五、点法	(24)
六、拨法	(26)
七、刮法	(27)
八、划法	(27)
九、搓法	(28)
十、压法	(29)
十一、滚法	(31)
十二、掐法	(33)
十三、推法	(33)

十四、扳法	(34)
十五、抖法	(37)
十六、抓法	(39)
十七、摇法	(40)
十八、摆法	(43)
十九、挤法	(43)
二十、挟法	(44)
二十一、引法	(45)
二十二、拔法	(46)
二十三、屈法	(49)
二十四、打法	(49)
第三节 捏筋法的注意事项	(51)
第四节 捏筋法的部位	(52)
第二章 拍打疗法	(74)
第一节 拍打法的用具	(74)
第二节 拍打法的练功	(76)
一、拍打练功的要求	(76)
二、拍打法练功各式	(77)
第三节 拍打的方法	(83)
一、持拍式与拍打方法	(83)
二、拍打的节奏	(84)
三、拍打的轻重	(84)
四、拍打的顺序	(85)
第四节 拍打法的部位	(86)
一、躯干部、背后三条线	(86)
二、上肢部、上肢四面	(91)
三、下肢部、下肢四面	(93)

第五节 拍打法的体位	(96)
一、直立位	(96)
二、扶立位	(96)
三、弓箭位	(97)
四、坐位	(97)
五、俯卧位	(97)
六、侧卧位	(98)
七、仰卧位	(98)
第六节 拍打法的注意事项	(99)
第三章 临床应用	(101)
第一节 头颈躯干部的疾患和损伤	(101)
一、下颌关节紊乱	(101)
二、颈椎病	(102)
三、落枕	(107)
四、颈部扭伤	(109)
五、胸壁挫伤	(111)
六、腰背痛	(113)
第二节 上肢部的损伤	(134)
一、肩关节周围炎	(134)
二、臂丛神经炎	(138)
三、岗上肌腱炎	(140)
四、肱二头肌腱炎	(142)
五、肱二头肌腱滑脱	(143)
六、肩部挫伤	(145)
七、肱骨外上髁炎(网球肘)	(146)
八、肱骨内上髁炎(矿工肘)	(147)
九、肘部挫伤	(148)

十、上肢麻木无力症	(150)
十一、桡骨茎突狭窄性腱鞘炎	(151)
十二、腕关节劳损(腕痛)	(152)
十三、腱鞘囊肿	(154)
十四、屈指肌腱鞘炎	(155)
第三节 下肢部的损伤	(156)
一、坐骨神经痛	(156)
二、股外侧皮神经炎	(159)
三、髌周病	(161)
四、膝关节内外侧副韧带损伤	(164)
五、腓肠肌痉挛与劳损	(166)
六、踝关节扭伤	(168)
七、踝部腱鞘炎	(170)
八、足跟痛与跟骨骨刺	(171)
第四章 各科疾病	(176)
第一节 概述	(176)
第二节 内科部分	(176)
一、头痛	(176)
二、面神经麻痹	(182)
三、面肌痉挛(三叉神经痉挛)	(183)
四、三叉神经痛	(183)
五、神经衰弱、	(184)
六、高血压症	(186)
七、心悸、心痛、心慌、胸闷	(188)
八、胃脘痛	(190)
九、膈肌痉挛	(192)
十、尿频、尿失禁	(193)

十一、瘫痪	(195)
第三节 妇儿五官科部分	(200)
一、痛经	(200)
二、急性乳腺炎	(203)
三、小儿先天性斜颈	(204)
四、小儿消化不良	(205)
五、小儿疝气	(206)
六、小儿先天性马蹄内翻足	(207)
七、小儿麻痹后遗症	(209)
八、鼻炎	(216)
九、耳聋、耳鸣、复听症	(220)
十、嘶哑	(222)
附：典型病案介绍	(225)
一、颈椎病五例	(225)
二、肩周炎二例	(228)
三、肱二头肌腱炎、肱二头肌腱滑脱 一例	(229)
四、臂丛神经炎引起的双上肢瘫痪 一例	(230)
五、视神经脊髓炎后遗症双下肢不全瘫痪 一例	(232)
六、马尾神经损伤二例	(237)
七、骶神经损伤一例	(239)
八、坐骨神经损伤一例	(241)
九、增生性脊柱炎一例	(243)
十、腰椎间盘突出症一例	(243)
十一、股神经损伤一例	(244)

十二、腰椎压缩性骨折引起下肢不全瘫痪	
一例	(245)
十三、脑血栓后遗症二例	(248)
十四、髌周病一例	(249)
十五、踝关节扭伤一例	(250)
十六、嘶哑症二例	(251)
十七、其他三例	(252)

绪论 捏筋拍打疗法的历史与 作用机制探讨

第一节 捏筋拍打疗法的历史

“捏筋拍打疗法”，过去曾包括在“易筋经疗法”中，系由我国古代练武者所掌握。近百年来，流传在我国民间山东、河北、河南、东北一带，世代相传，缺乏文字记载，均凭口传心授。据传说“易筋经疗法”历史悠久，最初起源于北魏时代，距今约有一千四百多年的历史。究竟本疗法由谁发明，创始于何年代，现已无法考证。关于本疗法的起源问题曾有两种传说，一说由华佗^①创始；另一说法是起源于达摩。^②我们查阅了一些有关华佗的历史传记，并未发现华佗用捏筋法或拍打法治疗疾病的记载。过去本疗法中有所谓

①华佗：字元化，沛国谯（今安徽亳县）人，生于公元141～208年，是我国东汉时期的一位杰出的大医学家，擅长外科和针灸。华佗创立的“五禽戏”即：“一曰虎、二曰鹿、三曰熊、四曰猿、五曰鸟”。是模仿此五种动物之动作姿势，用以锻炼身体祛病延年。

②达摩：亦称“达磨”，是“菩提达摩”的简称，相传为南天竺国人（南印度），原名叫做“菩提多罗”，后来入了佛门，当了“船若多罗尊”二十七祖的徒弟，改名“菩提达摩”。于南北朝梁普通八年（公元527年）航海来到中国广州。继而应梁武帝之请到金陵（今南京），后又自梁适魏。初到北魏时，曾传授过佛教禅宗，他主张安心静虑，面壁坐禅。曾遇慧可（公元487～593年）授以《楞伽经》四卷，慧可承受了他的心法，使佛教禅宗得以流传，故达摩为中国佛教禅宗的创始人之一。他死于大同二年（公元536年）。