

临床医疗护理常规

物理医学与康复科诊疗常规

北京市卫生局 编

中国协和医科大学出版社

临床医疗护理常规

物理医学与康复科诊疗常规

北京市卫生局 编

《临床医疗护理常规》编委会

主 任 金大鹏

副主任 王澍寰 荣国威 吕 鹏

编委会委员 (以姓氏笔画为序)

于中麟	马英杰	王 杉	王 辰	王天佑	王邦康
王佩燕	王宝玺	王忠诚	王金成	王荣福	王恩真
王澍寰	王燕霞	丛玉隆	付希贤	申文江	龙 洁
刘延玲	刘援增	吕 鹏	孙永华	朱学骏	那彦群
何 冰	何瑞祥	吴中学	吴立文	吴连方	吴明辉
张兆光	张奉春	李 晶	李志辉	李树人	李铁一
李淑迦	李舜伟	沈定国	邱大龙	陈珊珊	周乙雄
周丽雅	郑法雷	金大鹏	勇威本	湛贻璞	祝学光
荣国威	赵海燕	赵继宗	倪桂臣	袁申元	郭玉銮
顾复生	高润霖	常晓燕	戚可铭	黄人健	黄受方
斯崇文	曾正陪	董 怡	董宝玮	韩德民	鲁纯静
蔡焯基	樊寻梅	潘柏年	戴建平	魏 惠	

编委会办公室

主 任 何瑞祥

副主任 常晓燕 刘援增 邱大龙

中国协和医科大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

物理医学与康复科诊疗常规/北京市卫生局 编. - 北京: 中国协和医科大学出版社, 2002.6

(临床医疗护理常规)

ISBN 7-81072-293-X

I. 物… II. 李… III. ①物理疗法-规范 ②康复-疗法-规范 IV. ①R454 ②R493

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 024870 号

临床医疗护理常规

物理医学与康复科诊疗常规

编 者: 北京市卫生局 编

责任编辑: 陈永生

出版发行: 中国协和医科大学出版社

(北京东单三条九号 邮编 100730 电话 65260378)

经 销: 新华书店总店北京发行所

印 刷: 北京市竺航印刷厂

开 本: 787×1092 毫米 1/16 开

印 张: 20.25

字 数: 496 千字

版 次: 2002 年 6 月第一版 2002 年 6 月第一次印刷

印 数: 1—5000

定 价: 60.00 元

ISBN 7-81072-293-X/R·288

(凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页及其他质量问题, 由本社发行部调换)

《物理医学与康复科诊疗常规》编写人员名单

主 编 李 晶

副主编 孙启良

主 审 谭维溢

编写人员 (按姓氏笔画为序)

王兴林 李 晶 孙启良 恽小平

徐 军 徐本华 谢欲晓 谭维溢

序

北京市卫生局为了促进医疗质量的全面提高，降低医疗成本，规范医疗服务，满足人民的基本医疗需求，委托北京医师协会、北京医学会组织北京地区数百名医学专家和医护工作者集体编写了《临床医疗护理常规》（以下简称“常规”）。《常规》的正式出版是卫生行政实施法制化管理的一个重要措施，也是保证北京市医疗保险制度健康发展的重要举措。

《常规》是北京医学界辛勤劳动的成果和集体智慧的结晶。《常规》的出版标志着北京卫生系统在全面贯彻落实《中华人民共和国执业医师法》和深入开展职工医疗保险制度改革工作中迈出了坚实的一步。《常规》适用于北京市各级医疗机构，对规范各级各类医院的医疗质量，规范医护人员在医疗护理实践中的诊疗行为，保障患者的健康，促进医疗保险制度改革必将产生重要的作用。

《常规》是北京市各级医疗机构的全体医护人员日常诊疗护理工作参照的技术规范，同时，也是卫生行政部门检查医疗护理质量的依据。《常规》将大大促进各级各类医疗机构管理水平和医疗护理质量的提高，推进医疗卫生事业的发展。我们也热切期望医护人员在实施《常规》中不断总结经验，补充完善，为促进人民健康事业的发展作出更大的贡献。

北京市卫生局局长

金大麟

二〇〇二年三月

前 言

随着我国医疗卫生改革的不断深入，随着《中华人民共和国执业医师法》的贯彻实施，科学地规范诊疗护理程序与制定操作常规，编写临床医疗护理常规尤为重要。

为此，我局委托北京医师协会、北京医学会组织北京地区包括中国协和医科大学、北京大学医学部、首都医科大学所属医疗单位和解放军总医院等几十家医院的数百名医学专家、学科带头人及中青年业务骨干，以现代医学理论为指导，参考国内外相关版本，结合临床实践经验，编写了这本北京市《临床医疗护理常规》（以下简称《常规》）。

本《常规》依据北京地区医疗机构和医护人员专业开展情况，分成 11 个分册，内容包括临床、医技、护理等各专业，可供各级医疗机构医务人员在日常诊疗工作中参照使用。

本《常规》在编写过程中，力求体现北京地区的医疗水平，经反复修改定稿。这里需要说明几点：

1. 《常规》的出版只是一项基础性的工作，目的在于为各级医护人员在诊疗护理工作中提供应参照的基本程序和方法，并不妨碍促进医学进展的学术探讨和技术改造。

2. 《常规》内容涉及的学术性、专业性很强，因此它只能反映目前比较成熟、比较适用的方法和技术，今后需根据医学科学技术的发展不断进行修订。

3. 本《常规》不含中医内容。

4. 制定《常规》是一项科学性、实用性很强的工作，参与此项工作的医学专家虽经努力，力求体现北京的医疗技术水平，但仍然存在不少问题，有待各级医疗机构和医护人员在工作中不断总结经验，提出改进意见，使《常规》不断充实、完善。

北京市卫生局

二〇〇二年三月

目 录

第一章 功能评定	(1)
第一节 身体形态的评定.....	(1)
第二节 四肢周径及长度测量.....	(1)
第三节 关节活动度测量.....	(3)
第四节 肌力评定.....	(5)
第五节 平衡功能评定.....	(12)
第六节 步态分析.....	(14)
第七节 日常生活活动 (ADL) 能力评定	(18)
第八节 生活质量评定.....	(34)
第九节 神经电生理评定.....	(36)
第十节 心脏功能评定.....	(41)
第十一节 肺功能评定.....	(46)
第十二节 言语功能评定.....	(48)
第十三节 认知、知觉功能评定.....	(51)
第十四节 心理功能评定.....	(57)
第二章 物理治疗	(59)
第一节 电疗法.....	(59)
第二节 光疗法.....	(78)
第三节 磁疗法.....	(85)
第四节 超声疗法.....	(88)
第五节 冷热疗法.....	(90)
第六节 水疗法.....	(91)
第七节 压力疗法.....	(94)
第八节 生物反馈疗法.....	(95)
第九节 牵引疗法.....	(96)
第十节 手法治疗.....	(100)
第十一节 增加关节活动度训练.....	(103)
第十二节 增加肌力训练.....	(106)
第十三节 其他治疗性练习.....	(112)
第十四节 有氧训练.....	(115)
第十五节 易化技术.....	(117)
第三章 作业疗法	(120)
第一节 作业疗法的通用操作常规.....	(120)

第二节 功能性作业疗法操作常规·····	(121)
第三节 日常生活活动训练的操作常规·····	(122)
第四章 康复辅助器具 ·····	(124)
第一节 自助具·····	(124)
第二节 矫形器·····	(126)
第三节 步行用具·····	(127)
第四节 轮椅·····	(128)
第五章 言语治疗 ·····	(130)
第一节 失语症·····	(130)
第二节 构音障碍·····	(132)
第六章 认知与知觉障碍的康复治疗 ·····	(134)
第一节 失认症·····	(134)
第二节 失用症·····	(135)
第三节 记忆障碍·····	(136)
第四节 认知障碍·····	(137)
第七章 心理治疗 ·····	(140)
第一节 常用心理治疗·····	(140)
第二节 行为疗法·····	(141)
第八章 常见症状的物理治疗和康复 ·····	(143)
第一节 疼痛·····	(143)
第二节 痉挛·····	(150)
第三节 压疮·····	(153)
第四节 吞咽困难·····	(155)
第五节 骨质疏松·····	(158)
第六节 排便障碍·····	(160)
第七节 排尿障碍·····	(162)
第九章 内科系统疾病的物理治疗与康复 ·····	(165)
第一节 上呼吸道感染·····	(165)
第二节 急性支气管炎·····	(165)
第三节 慢性支气管炎·····	(166)
第四节 肺炎·····	(168)
第五节 慢性阻塞性肺疾患·····	(168)
第六节 高血压病·····	(172)
第七节 急性心肌梗死·····	(175)
第八节 慢性充血性心力衰竭·····	(182)
第九节 急性胃肠炎·····	(184)
第十节 慢性胃炎·····	(185)
第十一节 胃、十二指肠溃疡·····	(185)

第十二节	胃下垂	(186)
第十三节	习惯性便秘	(187)
第十四节	慢性肾炎	(187)
第十五节	急性肾功能衰竭	(188)
第十六节	急性肾盂肾炎	(188)
第十七节	慢性肾盂肾炎	(188)
第十八节	膀胱炎	(189)
第十九节	糖尿病	(189)
第二十节	肥胖症	(192)
第十章	外科系统疾病的物理治疗与康复	(194)
第一节	颈椎病	(194)
第二节	肩关节周围炎	(197)
第三节	腰椎间盘突出症	(199)
第四节	原发性脊柱侧弯	(201)
第五节	退行性骨关节病	(205)
第六节	类风湿性关节炎	(207)
第七节	强直性脊柱炎	(210)
第八节	软组织损伤	(212)
第九节	手外伤	(214)
第十节	烧伤	(216)
第十一节	骨折后	(220)
第十二节	截肢后	(224)
第十三节	髋关节置换术后	(228)
第十四节	周围血管疾病	(231)
第十五节	肌纤维织炎	(234)
第十六节	腰椎小关节紊乱	(236)
第十七节	感染性疾病	(236)
第十八节	瘢痕、粘连	(240)
第十九节	淋巴系统疾病	(241)
第二十节	前列腺炎	(242)
第二十一节	肛门疾病	(243)
第十一章	神经系统疾病的物理治疗与康复	(246)
第一节	脑血管意外	(246)
第二节	闭合性脑外伤	(254)
第三节	脊髓损伤	(257)
第四节	小儿脑性瘫痪	(266)
第五节	帕金森病	(269)
第六节	周围神经损伤	(272)

第七节	周围神经疾患·····	(278)
第八节	多发性硬化症·····	(285)
第十二章	其他系统疾病的物理治疗和康复·····	(289)
第一节	皮肤科疾病·····	(289)
第二节	妇产科疾病·····	(290)
第三节	儿科疾病·····	(291)
第四节	眼科疾病·····	(293)
第五节	耳鼻喉科疾病·····	(295)
第六节	口腔科疾病·····	(297)
第十三章	癌症的物理治疗和康复·····	(299)
第一节	癌症的康复评定·····	(299)
第二节	癌症的康复治疗·····	(299)
第十四章	特殊人群物理治疗与康复中应注意的问题·····	(304)
第一节	老年人的特点及康复中应注意的问题·····	(304)
第二节	儿童功能障碍特点及康复中应注意的问题·····	(309)

第一章 功能评定

第一节 身体形态的评定

【目的】

1. 判断有无姿势异常。
2. 早期发现、及时矫正。
3. 判断疗效。

【操作程序】

(一) 了解病史 如脊柱发育畸形、风湿性关节炎、强直性脊柱炎等均可改变正常的姿势。

(二) 背面观 脊柱有否侧弯，头部有否侧偏，两侧肩峰、肩胛骨、髂嵴上缘的高度是否一致，两侧腰角是否对称。

(三) 侧面观 头是否向前伸，躯干是否向前或向后倾，颈椎、胸椎、腰椎弯曲有否增大或减小，腹部是否凸出，膝关节是否过伸或屈曲，足纵弓是否减小。

【正常标准】

(一) 人体直立的标准姿势

1. 背面观 两足并拢站立，头颈、脊柱、臀裂和两足跟间应在一条垂直线上，两侧肩峰、肩胛骨、髂嵴上缘的高度一致，两侧腰角对称。

2. 侧面观 头顶、耳屏前、肩峰、股骨大转子、腓骨小头和外踝尖各点应在一条垂直线上。

(二) 最省力的姿势

1. 后面观 人体左右重量对称，不需要特殊的力量来维持左右的平衡。

2. 侧面观 身体各环节的重心均在一条垂直线上，身体重力线通过各关节轴。

【注意事项】

1. 检查者应熟悉人体解剖，熟练掌握测量技术。
2. 说明检查目的及方法，以使患者充分合作。
3. 受试者应充分暴露受检查部位。

第二节 四肢周径及长度测量

【目的】

1. 判断肢体有无萎缩、水肿和短缩及其程度。
2. 判断疗效。

【操作程序】

(一) 四肢周径的测量

1. 上臂周径

(1) 测量肢位 上肢在体侧自然下垂，肘关节伸展。

(2) 测量点 上臂中部、肱二头肌最膨隆部（肌腹），卷尺与上臂纵轴垂直。

2. 前臂周径

(1) 前臂最大周径

1) 测量肢位 前臂在体侧自然下垂。

2) 测量点 前臂近侧端最大膨隆部位，卷尺与前臂纵轴垂直。

(2) 前臂最小周径

1) 测量肢位 前臂在体侧自然下垂。

2) 测量点 前臂远端最细部位，卷尺与前臂纵轴垂直。

3. 股周径

(1) 测量肢位 下肢稍外展，膝关节伸展。

(2) 测量点 臀横纹下方周径；股中央部周径；髌骨上缘 10cm 处。记录测量结果时应注明测量部位。

4. 小腿周径

(1) 小腿最大周径

1) 测量肢位 下肢稍外展，膝关节伸展。

2) 测量点 小腿最粗的部位。

(2) 小腿最小周径

1) 测量部位 下肢稍外展，膝关节伸展。

2) 测量点 内、外踝上方最细的部位。

(二) 截肢残端周径测量

1. 上臂残端 从腋窝开始，每隔 2.5cm 测量一次，直至末端。

2. 前臂残端 从尺骨鹰嘴向下，每隔 2.5cm 测量一次，直至末端。

3. 大腿残端 从坐骨结节开始，每隔 5cm 测量一次，直至末端。

4. 小腿残端 从膝关节外侧关节间隙起，每隔 5cm 测量一次，直至末端。

(三) 肢体长度的测量

1. 上肢长度的测量

(1) 上肢长度 测量肩峰至中指尖端的距离。上肢不能完全伸直时，也可分段测量上臂及前臂。

(2) 上臂长度 肩峰至肱骨外上髁的距离。

(3) 前臂长度 尺骨鹰嘴至尺骨茎突的距离。

2. 下肢长度的测量

(1) 下肢长度 测量髌前上棘通过髌骨中点至内踝的距离。

(2) 股长度 髌前上棘至膝关节内侧间隙的距离。

(3) 小腿长度 膝关节内侧间隙至内踝的距离。

【注意事项】

1. 测量时, 应充分暴露被测量部位。
2. 使用无伸缩性的皮尺测量。
3. 测量肢体周径及长度时, 应进行双侧相同部位对比以保证测量结果可靠。
4. 观察水肿情况时, 应在每周同一时间测量一次, 必要时随时测量并记录。

第三节 关节活动度测量

【目的】

1. 确定关节活动度受限的程度。
2. 根据关节主动与被动活动度的测量情况, 明确关节活动受限的特点, 区别关节僵硬与关节强直。
3. 为制定或修改治疗方案提供依据。
4. 决定是否需要使用夹板和辅助用具。
5. 疗效对比。

【测量工具】

根据不同检查部位及不同检查方法, 可选用不同的测量工具, 如各种量角器, 皮尺等, 必要时也可用 X 线或摄像机进行测量分析。临床上应用最普遍的是量角器, 测量大关节和小关节时, 则需要分别使用不同规格的量角器。

【操作程序】

1. 根据检查部位, 正确摆放被检查者体位。
2. 暴露被检查关节, 触诊确定骨性标志。
3. 将量角器的轴心与关节的运动轴对齐, 量角器的固定臂与构成关节的近端骨长轴平行, 移动臂与构成关节的远端长轴平行。
4. 记录起始位置和终止位置的角度。
5. 先测量主动关节活动度, 后测量被动关节活动度。
6. 四肢主要关节的具体测量方法见表 1-3-1、表 1-3-2。

【正常值】

见表 1-3-1、表 1-3-2。

【注意事项】

1. 被检查关节须充分暴露。
2. 测量时检查者与被检查者须保持正确体位以保证测量结果的可靠性和检查的可重复性。
3. 检查者应熟练掌握关节量角器的操作。
4. 关节主动与被动活动度均应测量并在记录中注明。
5. 肢体关节活动度的测量结果应进行健、患侧比较。
6. 避免在按摩、运动及其他康复治疗后立即检查关节活动度。

表 1-3-1 上肢主要关节活动度测量方法 (180°方式)

关节	运动	受检者体位	测角计放置方法			正常活动范围
			轴心	固定臂	移动臂	
肩	屈、伸	坐或立位, 臂置于体侧, 肘伸直	肩峰	与腋中线平行	与肱骨纵轴平行	屈 0~180° 伸: 0~50°
	外展	坐或立位, 臂置于体侧, 肘伸直	肩峰	与身体中线(脊柱)平行	与肱骨纵轴平行	0~180°
	内、外旋	仰卧, 肩外展 90° 肘屈 90°	鹰嘴	与腋中线平行	与前臂纵轴平行	各 0~90°
肘	屈、伸	仰卧或坐或立位, 臂取解剖零位	肱骨外上踝	与肱骨纵轴平行	与桡骨纵轴平行	0~150°
桡尺	旋前 旋后	坐位, 上臂置于体侧, 肘屈 90°	尺骨茎突	与地面垂直	腕关节背面(测旋前)或掌面(测旋后)	各 0~90°
腕	屈、伸	坐或立位, 前臂完全旋前	尺骨茎突	与前臂纵轴平行	与第二掌骨纵轴平行	屈 0~90° 伸: 0~70°
	尺、桡侧偏移 (尺、桡侧外展)	坐位, 屈肘, 前臂旋前, 腕中立位	腕背侧中点	前臂背侧中线	第三掌骨纵轴	桡偏 0~25° 尺偏 0~55°

表 1-3-2 下肢主要关节活动度测量方法 (180°方式)

关节	运动	受检者体位	测角计放置方法			正常活动范围
			轴心	固定臂	移动臂	
髋	屈伸	仰卧或侧卧, 对侧下肢伸直	股骨大转子	与身体纵轴平行	与股骨纵轴平行	0~125°
		侧卧, 被测下肢在上	股骨大转子	与身体纵轴平行	与股骨纵轴平行	0~15°
	内收、外展	仰卧	髌前上棘	左右髌前上棘连线的垂直线	髌前上棘至髌骨中心的连线	各 0~45°
	内旋 外旋	仰卧, 两小腿于床缘外下垂	髌骨下端	与地面垂直	与胫骨纵轴平行	各 0~45°
膝	屈、伸	俯卧或仰卧或坐在椅子边缘	股骨外踝	与股骨纵轴平行	与胫骨纵轴平行	屈 0~150° 伸 0°
踝	背屈 跖屈	仰卧, 膝关节屈曲踝处于中立位	腓骨纵轴线与足外缘交叉处	与腓骨纵轴平行	与第五跖骨纵轴平行	背屈 0~20° 跖屈 0~45°

第四节 肌力评定

一、徒手肌力检查

【目的】

1. 判定被检查肌是否因疾病而受累及其受累程度。
2. 可根据综合肌群检查结果判断神经损伤平面。
3. 为矫形外科手术提供参考依据。
4. 为制订康复治疗方案提供依据。
5. 定期检查以判定疗效与预后。

【操作程序】

1. 正确摆放患者的体位及被检部位的位置。
2. 患者充分暴露受测试部位，固定近端。
3. 检查者观察测试部位的轮廓，比较两侧肌肉的对称性，及有无任何明显的肥大和萎缩。
4. 上、下肢及躯干主要肌群的手法检查方法 参见表 1-4-1~1-4-3。

表 1-4-1 上肢主要肌肉的手法肌力检查

肌 肉	检查方法与评定		
	1 级	2 级	3、4、5 级
三角肌前部 喙肱肌	仰卧，尝试屈曲肩关节时可触及三角肌前部收缩	向对侧侧卧，受检上肢放于滑板上，肩可主动屈曲	坐位，肩内旋，肘屈，掌心向下，肩屈曲，阻力加于上臂远端
三角肌后部 大圆肌 背阔肌	俯卧，尝试后伸肩关节时，可触及大圆肌、背阔肌收缩	向对侧侧卧、受检上肢放于滑板上，肩可主动伸展	俯卧，肩伸展 30~40°，阻力加于上臂远端
三角肌中部 冈上肌	仰卧，尝试肩外展时可触及三角肌收缩	仰卧，上肢放滑板上，肩可主动外展	坐位，肘屈，肩外展至 90°，阻力加于上臂远端
冈下肌 小圆肌	俯卧，上肢在床缘外下垂，试图肩外旋时，在肩胛骨外缘可触及肌收缩	俯卧，肩可主动外旋	俯卧，肩外展，肘屈，前臂在床缘外下垂，肩外旋，阻力加于前臂远端
肩胛下肌 大圆肌 胸大肌 背阔肌	俯卧，上肢在床缘外下垂，试图肩内旋时在腋窝前、后壁可触及相应肌肉收缩	俯卧，肩可主动内旋	俯卧，肩外展，肘屈，前臂在床缘外下垂，肩内旋，阻力加于前臂远端
肱二头肌 肱肌 肱桡肌	坐位，肩外展，上肢放滑板上，试图肘屈曲时可触及相应肌肉收缩	位置同左，肘关节可主动屈曲	坐位，上肢下垂，前臂旋后（测肱二头肌）或旋前（测肱肌）或中立位（测肱桡肌），肘屈，阻力加于前臂远端

续 表

肌 肉	检查方法与评定		
	1 级	2 级	3、4、5 级
肱三头肌 肘肌	坐位, 肩外展, 上肢放滑板上, 试图肘伸展时可触及肱三头肌收缩	位置同左, 肘关节可主动伸展	俯卧, 肩外展, 肘屈, 前臂在床缘外下垂, 肘伸展, 阻力加于前臂远端
旋后肌 肱二头肌	俯卧, 肩外展, 前臂在床缘外下垂, 试图前臂旋后时, 可于前臂上端桡侧触及肌肉收缩	体位同左, 前臂可主动旋后	坐位, 肘屈 90°, 前臂旋后位, 做旋前动作, 握住腕部施加反方向阻力
旋前圆肌 旋前方肌	俯卧, 肩外展, 前臂在床缘外下垂, 试图前臂旋前时可在肘下、腕上触及肌肉收缩	体位同左, 前臂可主动旋前	坐位, 肘屈 90°, 前臂旋后, 做旋前动作, 握住腕部施加反方向阻力
尺侧腕屈肌	向同侧侧卧, 试图做腕掌侧屈及尺侧偏时, 可触及肌腱活动	体位同左, 腕可掌屈及尺侧偏	体位同左, 肘屈, 腕向掌侧屈并向尺侧偏, 阻力加于小鱼际
桡侧腕屈肌	坐位, 屈肘伸腕放于滑板上, 试图腕关节屈曲及桡侧偏时, 可触及肌腱活动	体位同左, 腕可掌屈及桡侧偏	体位同左, 去掉滑板, 腕向掌侧屈并向桡侧偏, 阻力加于大鱼际
尺侧腕伸肌	坐位, 屈肘, 上肢放于滑板上, 试图腕关节腕背伸及桡侧偏时可触及肌腱活动	体位同左, 腕可背伸及尺侧偏	体位同左, 去掉滑板, 腕背伸并向尺侧偏, 阻力加于掌背尺侧
桡侧腕长、短伸肌	坐位, 屈肘, 上肢放于滑板上, 试图腕背伸及桡侧偏时, 可触及肌腱活动	体位同左, 前臂旋后 45°, 腕可背伸及桡侧偏	体位同左, 去掉滑板, 前臂旋前 45°腕背伸并向桡侧偏, 阻力加于掌背桡侧
指总伸肌	试图伸掌指关节时可触及掌背的肌腱活动	坐位, 前臂中立位, 手掌垂直时掌指关节可主动伸展	肘半屈, 伸掌指关节维持指间关节屈曲, 阻力加于手指近节背侧
指浅屈肌	屈近端指间关节时, 可在手指近节掌侧触及肌腱活动	坐位, 有一定的近端指间关节活动	固定掌指关节, 屈曲近端指间关节, 阻力加于手指中节掌侧
指深屈肌	屈远端指间关节时, 可在手指中节掌侧触及肌腱活动	有一定的远端指间关节屈曲活动	固定近端指间关节, 屈远端指间关节, 阻力加于手指末节指腹
拇收肌	内收拇指时, 可于 1、2 掌骨间触及肌肉活动	有一定的拇内收动作	拇伸直, 从外展位内收, 阻力加于拇指尺侧
拇长、短展肌	外展拇指时, 可于桡骨茎突远端触及肌腱活动	有一定的拇外展动作	拇伸直, 从内收位外展, 阻力加于第一掌骨桡侧
拇短屈肌	屈指拇指时, 于第一掌骨掌侧触及肌肉活动	有一定的拇屈曲、对掌动作	手心向上, 拇指掌指关节屈曲, 与小指对指, 阻力加于拇指近节掌侧

续表

肌 肉	检查方法与评定		
	1 级	2 级	3、4、5 级
拇短伸肌	伸拇指时于第一掌骨背侧触及肌肉活动	有一定的拇伸展动作	手心向下, 拇指掌指关节伸展, 阻力加于拇指近节背侧
拇长屈肌	屈拇指时, 于拇指近节掌侧触及肌腱活动	有一定的拇指屈曲动作	手心向上, 固定拇指近节、指间关节, 阻力加于拇指远节指腹
拇长伸肌	伸拇指时, 于拇指近节背侧触及肌腱活动	有一定的拇指指间关节伸展动作	手心向下, 固定拇指近节, 伸指间关节, 阻力加于拇指远节背侧

表 1-4-2 下肢主要肌肉的手法肌力检查

肌 肉	检查方法与评定		
	1 级	2 级	3、4、5 级
髂腰肌	仰卧、试图屈髋时, 于腹股沟上缘可触及肌活动	向同侧侧卧, 托住对侧下肢, 可主动屈髋	仰卧, 小腿悬于床缘外, 屈髋, 阻力加于股远端前面
臀大肌 腘绳肌	俯卧, 试图伸髋时, 于臀部及坐骨结节下方可触及肌活动	向同侧侧卧, 托住对侧下肢, 可主动伸髋	俯卧, 屈膝 (测臀大肌) 或伸膝 (测腘绳肌), 伸髋 10~15°, 阻力加于股远端后面
内收大、长、短肌 股薄肌 耻骨肌	仰卧, 分腿 30°, 试图髋内收时, 于股内侧部可触及肌活动	同左, 下肢放滑板上, 可主动内收髋	向同侧侧卧, 两腿伸, 托住位于上方的下肢, 阻力加于股远端内侧
臀中、小肌 阔筋膜张肌	仰卧, 腿伸直, 试图髋外展时, 于大转子下方可触及肌活动	同左, 下肢放滑板上, 可主动外展髋	向对侧侧卧, 位于上方的下肢半屈, 髋外展, 阻力加于股远端外侧
股方肌 梨状肌 臀大肌 上、下孖肌 闭孔内、外肌	仰卧, 腿伸直, 试图髋外旋时, 于大转子上方可触及肌活动	同左, 可主动外旋髋	仰卧, 小腿在床缘外下垂, 髋外旋, 小腿摆向内侧, 阻力加于小腿下端内侧
臀小肌 阔筋膜张肌	仰卧, 腿伸直, 试图髋内旋时, 于大转子上方可触及肌活动	同左, 可主动内旋髋	仰卧, 小腿在床缘外下垂, 髋内旋, 小腿摆向外侧, 阻力加于小腿下端外侧
腘绳肌	俯卧, 试图屈膝时, 可于腘窝两侧触及肌腱活动	向同侧侧卧, 托住对侧下肢, 可主动屈膝	俯卧, 膝从伸直位屈曲, 阻力加于小腿下端后侧
股四头肌	仰卧, 试图伸膝时, 可触及髌韧带活动	向同侧侧卧, 托住对侧下肢, 可主动伸膝	仰卧, 小腿在床缘外下垂, 伸膝, 阻力加于小腿下端前侧
腓肠肌 比目鱼肌	侧卧, 试图踝跖屈时, 可触及跟腱活动	同左, 踝可主动跖屈	俯卧, 膝伸直 (测腓肠肌) 或膝屈曲 (测比目鱼肌), 踝跖屈, 阻力加于足跟