



中华

# 推拿

主编  
石学敏

奇术

一代国医大师

数十年心血结晶

津沽推拿流派

上百年经验传承

中国医药科技出版社

中华

# 推拿



主编 石学敏

奇术

中国医药科技出版社

## 内 容 提 要

推拿疗法源远流长,具有操作方便、适应证广、疗效显著、患者痛苦较少等优点。本书是石学敏院士主持编写的推拿学专著,其中基础篇论述了推拿的发展历史、经络腧穴、推拿常用手法和诊断方法等;治疗篇则对伤科、内科、妇科、儿科、五官科等临床各科病症的病因病机及推拿治疗方法做了详尽讲解。全书配以大量高清照片,图文并茂,适于广大中医临床工作者、中医推拿疗法的爱好者和从业者及医学生参考使用。

### 图书在版编目(CIP)数据

中华推拿奇术 / 石学敏主编. — 北京: 中国医药科技出版社, 2018.2

ISBN 978-7-5067-9563-0

I. ①中… II. ①石… III. ①推拿 IV. ①R244.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 208546 号

美术编辑 陈君杞

版式设计 也 在

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行: 010—62227427 邮购: 010—62236938

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

规格 710 × 1000mm  $\frac{1}{16}$

印张 26

字数 392 千字

版次 2018 年 2 月第 1 版

印次 2018 年 2 月第 1 次印刷

印刷 北京盛通印刷股份有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978-7-5067-9563-0

定价 85.00 元

版权所有 盗版必究

举报电话: 010-62228771

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

# 《中华推拿奇术》

## 编委会

**主 编** 石学敏

**副主编** 王金贵 孙 庆 房 玮

**编 委** (以姓氏笔画为序)

石玉生 刘斯文 齐彦春 张 玮

杨铁军 李华南 范 青 赵 娜

骆雄飞 荣 兵 海兴华 董 桦

谭 涛



推拿疗法源远流长，在中医药历史长卷中绽放异彩。当代推拿既秉承中医药理论的精粹，又兼收并蓄西医学基础知识，主要通过医生与患者的肢体接触，通过医生的正气调动患者体内气血津液的运行，平衡阴阳，从而达到防病治病的目的。推拿疗法操作简便、适应证广、疗效显著、患者极少痛苦。作为中医学的瑰宝，推拿早在 20 世纪 80 年代就已走向世界，以其独特的奇术，逐渐被世界医学认可和接受，并与其他各国的按摩疗法相互借鉴，进入新的发展时期。

国医大师石学敏院士，是著名的中医针灸学专家。严谨求实的治学态度使得他师古而不泥古，勇于创新，敢为人先，形成了其独特的学术思想体系。石学敏院士始终如一地坚持继承发展和弘扬中国传统医学，坚持“中西结合，融西贯中，形神兼备”，从“醒脑开窍针刺法”治疗神经系统疾病为主的临床到针刺手法量学的基础研究，从“石氏中风单元疗法重点推广项目”的成就到“丹芪偏瘫胶囊”的药物研究，石学敏院士从医 50 多年来，博览群书，集众家之长，汇中外之萃，学验皆丰，卓著疗效名扬海内外。

石学敏院士不仅是著名的医学家，亦是著名的管理学家。自 20 世纪 80 年代起，至今从事医院管理工作 20 余年，带领天津中医药大学第一附属医院走“院兴科技，科技兴院”的健康发展道路，带出了一批跨世纪人

才，培养了一支支中医各个学科的学术梯队，建立了坚实的临床、研究、教育基地。推拿作为与针灸学同源同理的学科，石院士对推拿学科的发展倍加重视。正是这样良好的学科发展环境成就了津沽推拿流派的传承。津沽推拿集结天津、河北一带推拿名家及各个推拿学术流派的学说，传承安纯如腹部推拿、李墨林按摩疗法、王文脏腑点穴法、叶希贤推拿手法的学术思想与临证经验，汲取各名家推拿手法的精粹，同时融入“古法腹部按摩”“三字经小儿推拿”“海派小儿推拿”及“小儿捏脊流派”等学术流派的理论思想，不断汇集融合，不断薪火相传，经多年临床研究和实践验证提炼，并加入了王金贵教授时相性辨证施治、推拿手法适时应用、多种疗法“处方式配伍”综合治疗等推拿创新理论，最终形成了代表天津地区特色的推拿创新流派——“津沽推拿”。

《中华推拿奇术》是石院士主持编写的一部推拿学专著。机缘巧合，早在1998年我就有幸研读了《中华推拿奇术》的第一版，无论是基础篇的精准论述，还是治疗篇对骨伤、内科、妇科、儿科等各科病症病因病机与治疗的详尽讲解，字字珠玑，从中不难看出一代国医大师从整个中医学科发展的高度对推拿学科内涵的准确把握以及对这个学科的深切关怀。在一个大多数患者渐渐将推拿科等同于腰腿病专科的时期，如果不是对这个学科有着深入了解和深厚关照，又怎会将一本书编得如此深入人心，显然，本书的再版已经证明了这一点。

临床是一切中医学科的第一要务！临床疗效才是推拿拥有强劲生命力的根本，而经验就是这根本上结出的果实。没有谁比干了一辈子临床的推拿医生更了解经验这颗果实的厚重。即便是一个简单的次症可加一个穴位、用一种手法，可能是医者积攒了几十年为数不多的患者，正证、反证后最终才能得出的，真正是用心良苦。这难道不是临床科学研究吗？只是这项研究的治疗方案更加个性化、研究周期更加长远、数据筛

选更为严苛……在这里，我不得不由衷地感谢石学敏院士带领下的津沽推拿同仁们能不吝将自己几十年积累、甚至上百传承的心血结晶慷慨地呈现于本书中。

序

石学敏

二零一五年大暑于长春

## 前言

源远流长的中华医学，灿烂而辉煌。推拿作为中华传统医学中的一个重要分支，经过了数千年的积淀、传承和发展，宛如一颗璀璨的明珠，在当今之世绽放出瑰丽的光彩。

推拿是以传统中医理论为基础，特别是以经络腧穴理论作为理论依据，通过医生的双手，以娴熟的手法作用于人体特定的部位和穴位上，来调整、提高人体经络、脏腑、气血等内在功能，从而达到防病治病目的的一个学科。自远古时期，人类伊始就出现了推拿的萌芽。当时人们为了减轻损伤和疾病对身体所带来的病痛，本能地用手去按压、抚摸痛处，却奇异地发现这种本能的、保护性的动作可以缓解或消除病痛。后来，人们逐渐认识到这种手法操作对人体的治疗作用，并逐渐演变发展成为了推拿。

在推拿发展的历史长河中，从秦汉源起，到晋唐繁荣，到宋元盛世，再到明清的衰落，虽然曾经遇到了诸多辉煌、困难、挫折，甚至一度陷入低谷，但一代又一代推拿人的心中怀有的那种责任和担当，为它的再度兴起奠定了坚实的基础。如今，由于推拿具有操作简便、适应证广泛、疗效明显等特点，这种无痛苦、无毒副作用的传统中医疗法在临床上又重新焕发了青春，显示出了极强的应用优势，并深受举世医家的垂青，亦为人类的健康事业做出了卓越贡献。继针灸疗法之后，推拿疗法在 20 世纪 80 年代已走向世界，并以其独特的技艺和治疗特色，逐渐在世界医林中得以立足。

《中华推拿奇术》第一版是在 1998 年出版的，距今时日甚久。现在看

来，其中所涉及的内容虽然广泛，但是每一条目下的阐述却不够详实。故本次再版在上一版的基础上，对书中所涉及的内容又进行了重新编排，力争在内容全面的基础上，做到丰富、详实而深入。全书分为基础篇和治疗篇两部分，涉及 100 余种病症，百余幅重点手法示意图。其中基础篇论述了推拿的发展历史、经络与腧穴、推拿常用手法和诊断方法等；治疗篇则对伤科、内科、妇科、儿科、头面五官科等临床各科病症做了详尽讲解，并且每个病症均包括：概述、病因病机、临床证候、鉴别诊断、推拿治疗和注意事项等内容，十分贴近临床实际，具有很好的实用性、操作性和可重复性，以期能够指导临床。

本书是中华推拿的缩影，希望能对读者有所裨益，书中如有不足及谬误之处，欢迎指正。本书的问世，还得益于天津中医药大学第一附属医院推拿科主任、津沽推拿传承人王金贵教授及其团队的辛勤劳动，在此深表谢意。

石学敏

2017 年 9 月于沽上

## 基础篇

|                  |    |
|------------------|----|
| 第一章 推拿发展源流 ..... | 2  |
| 第二章 推拿治病原则 ..... | 5  |
| 第三章 推拿应知 .....   | 7  |
| 第四章 经络与腧穴 .....  | 9  |
| 第一节 经络 .....     | 9  |
| 第二节 腧穴 .....     | 16 |
| 第五章 小儿推拿穴位 ..... | 17 |
| 第六章 推拿常用手法 ..... | 23 |
| 第一节 推法 .....     | 23 |
| 第二节 拿法 .....     | 25 |
| 第三节 按法 .....     | 26 |
| 第四节 摩法 .....     | 27 |
| 第五节 掐法 .....     | 27 |
| 第六节 揉法 .....     | 28 |
| 第七节 捏法 .....     | 29 |
| 第八节 擦法 .....     | 29 |

|                           |           |
|---------------------------|-----------|
| 第九节 抹法 .....              | 30        |
| 第十节 搓法 .....              | 31        |
| 第十一节 运法 .....             | 32        |
| 第十二节 揉法 .....             | 33        |
| 第十三节 拨法 .....             | 34        |
| 第十四节 敲法 .....             | 35        |
| 第十五节 抖法 .....             | 36        |
| 第十六节 摇法 .....             | 37        |
| 第十七节 引法 .....             | 38        |
| 第十八节 拍法 .....             | 40        |
| 第十九节 背法 .....             | 40        |
| 第二十节 扳法 .....             | 40        |
| <b>第七章 推拿常用诊断方法 .....</b> | <b>42</b> |
| 第一节 头面部诊断方法 .....         | 42        |
| 第二节 胸腹部诊断方法 .....         | 43        |
| 第三节 脊柱部诊断方法 .....         | 43        |
| 第四节 上部诊断方法 .....          | 47        |
| 第五节 下部诊断方法 .....          | 51        |



|                       |           |
|-----------------------|-----------|
| <b>第八章 伤科病症 .....</b> | <b>60</b> |
| 第一节 颈椎病 .....         | 60        |
| 第二节 落枕 .....          | 70        |
| 第三节 颞颌关节紊乱症 .....     | 74        |
| 第四节 肩周炎 .....         | 76        |
| 第五节 肩峰下滑囊炎 .....      | 84        |

|                      |            |
|----------------------|------------|
| 第六节 肱二头肌长头腱滑脱·····   | 86         |
| 第七节 肱骨外上髁炎·····      | 89         |
| 第八节 肱骨内上髁炎·····      | 92         |
| 第九节 尺骨鹰嘴滑囊炎·····     | 94         |
| 第十节 桡骨茎突狭窄性腱鞘炎·····  | 96         |
| 第十一节 腕管综合征·····      | 98         |
| 第十二节 腕部腱鞘囊肿·····     | 100        |
| 第十三节 弹响指·····        | 102        |
| 第十四节 急性腰扭伤·····      | 104        |
| 第十五节 腰肌劳损·····       | 108        |
| 第十六节 腰椎间盘突出症·····    | 110        |
| 第十七节 腰椎椎管狭窄症·····    | 116        |
| 第十八节 腰椎滑脱症·····      | 119        |
| 第十九节 第三腰椎横突综合征·····  | 121        |
| 第二十节 强直性脊柱炎·····     | 123        |
| 第二十一节 梨状肌综合征·····    | 125        |
| 第二十二节 臀上皮神经损伤·····   | 128        |
| 第二十三节 骶髂关节紊乱症·····   | 131        |
| 第二十四节 髌关节滑囊炎·····    | 133        |
| 第二十五节 膝关节创伤性滑膜炎····· | 136        |
| 第二十六节 膝关节骨性关节炎·····  | 138        |
| 第二十七节 膝关节半月板损伤·····  | 141        |
| 第二十八节 膝关节侧副韧带损伤····· | 143        |
| 第二十九节 踝关节扭伤·····     | 146        |
| 第三十节 踝管综合征·····      | 149        |
| 第三十一节 跟痛症·····       | 151        |
| <b>第九章 内科病症·····</b> | <b>154</b> |
| 第一节 心悸·····          | 154        |
| 第二节 健忘·····          | 157        |

|       |        |     |
|-------|--------|-----|
| 第三节   | 不寐     | 160 |
| 第四节   | 眩晕     | 163 |
| 第五节   | 无脉症    | 167 |
| 第六节   | 头痛     | 169 |
| 第七节   | 感冒     | 176 |
| 第八节   | 咳嗽     | 179 |
| 第九节   | 哮喘     | 183 |
| 第十节   | 喘证     | 186 |
| 第十一节  | 胃下垂    | 189 |
| 第十二节  | 胃脘痛    | 191 |
| 第十三节  | 呕吐     | 194 |
| 第十四节  | 便秘     | 198 |
| 第十五节  | 泄泻     | 200 |
| 第十六节  | 手术后肠粘连 | 204 |
| 第十七节  | 尿潴留    | 206 |
| 第十八节  | 腰痛     | 208 |
| 第十九节  | 遗精     | 211 |
| 第二十节  | 阳痿     | 215 |
| 第二十一节 | 糖尿病    | 218 |
| 第二十二节 | 痿证     | 221 |
| 第二十三节 | 半身不遂   | 225 |

## 第十章 妇科病症 229

|     |        |     |
|-----|--------|-----|
| 第一节 | 月经不调   | 229 |
| 第二节 | 痛经     | 235 |
| 第三节 | 闭经     | 239 |
| 第四节 | 崩漏     | 243 |
| 第五节 | 绝经前后诸证 | 247 |
| 第六节 | 带下病    | 250 |
| 第七节 | 妊娠呕吐   | 255 |

|                        |     |
|------------------------|-----|
| 第八节 产后恶露不绝 .....       | 258 |
| 第九节 产后大便难 .....        | 261 |
| 第十节 产后乳汁不下 .....       | 263 |
| 第十一节 产后小便不通 .....      | 266 |
| 第十二节 乳痈 .....          | 268 |
| 第十三节 阴挺 .....          | 270 |
| 第十四节 不孕 .....          | 273 |
| <b>第十一章 儿科病症</b> ..... | 278 |
| 第一节 小儿发热 .....         | 278 |
| 第二节 小儿咳嗽 .....         | 287 |
| 第三节 小儿呕吐 .....         | 293 |
| 第四节 小儿厌食 .....         | 298 |
| 第五节 小儿便秘 .....         | 303 |
| 第六节 小儿泄泻 .....         | 308 |
| 第七节 小儿腹痛 .....         | 313 |
| 第八节 小儿疳积 .....         | 318 |
| 第九节 小儿惊风 .....         | 321 |
| 第十节 小儿遗尿 .....         | 327 |
| 第十一节 小儿哮喘 .....        | 331 |
| 第十二节 小儿解颅 .....        | 336 |
| 第十三节 小儿夜啼 .....        | 339 |
| 第十四节 小儿脑瘫 .....        | 344 |
| 第十五节 小儿脱肛 .....        | 351 |
| 第十六节 小儿麻痹后遗症 .....     | 354 |
| 第十七节 小儿产伤麻痹 .....      | 356 |
| 第十八节 小儿先天性马蹄内翻足 .....  | 360 |
| 第十九节 小儿桡骨小头半脱位 .....   | 362 |
| 第二十节 小儿肌性斜颈 .....      | 364 |

|      |                |     |
|------|----------------|-----|
| 第十二章 | 头、面、五官病症 ..... | 368 |
| 第一节  | 耳鸣耳聋 .....     | 368 |
| 第二节  | 鼻渊 .....       | 371 |
| 第三节  | 咽喉炎 .....      | 375 |
| 第四节  | 失音 .....       | 377 |
| 第五节  | 声门闭合不全 .....   | 381 |
| 第六节  | 视神经萎缩 .....    | 383 |
| 第七节  | 近视 .....       | 386 |
| 第八节  | 夜盲 .....       | 388 |
| 第九节  | 面神经麻痹 .....    | 389 |
| 第十节  | 面肌痉挛 .....     | 391 |
| 第十一节 | 三叉神经痛 .....    | 392 |
| 第十二节 | 牙痛 .....       | 395 |

基础篇



## 推拿发展源流

推拿，古代称之为按摩、按跷等。推拿之名，源于明代，是借用小儿推拿的两个重要手法——推法、拿法而定。而现在，推拿是指操作者用手或肢体的其他部位，或使用特定的器械，在人体体表的特定部位上做规范性动作，以调整人体脏腑、经络、气血功能，达到预防、治疗疾病或保健目的的一种治疗手段。推拿学是中医学的重要组成部分。与此同时，推拿疗法是人类最古老的一门医术，有着极其悠久的历史。

人类伊始，繁重的劳动和艰苦的生活条件使损伤和疾病成为人类生存的主要威胁。为了减轻病痛，偶然地用手去抚摸，却惊奇地发现这种本能的、保护性的动作可以缓解或消除病痛——这便是推拿的萌芽。人们开始逐渐意识到推拿对人体的治疗作用，开始有目的地用于医疗实践并不断加以总结，使按摩由本能的简单手势演变为有目的的较为复杂的手法，进而发展为成熟的治疗方法，并形成了按摩治疗体系。这一体系形成于距今两千多年前的先秦两汉时期，在当时成书的我国第一部理论性医学巨著《黄帝内经》的不少论篇中，如《素问·调经论》《素问·举痛论》《素问·血气形志篇》等都载有按摩诊治疾病的内容。特别是我国第一部按摩专著《按摩岐伯·按摩十卷》的问世，更加确立了按摩疗法在中医学体系中的地位。东汉张仲景在《金匮要略》中介绍了按摩“救自缢死”的方法。

魏晋南北朝时期，按摩治疗疾病的范围又有了新的扩展。葛洪在《肘后备急方》中记载了运用按摩急救的内容，例如以推拿治疗心痛、卒腹痛等；其中“拈取其脊骨皮，深取痛引之”可能是最早的捏脊法，它从理论和实践上为后世小儿捏脊疗法的形成和在背部运用推拿手法治疗脏腑疾病奠定了基础。

隋唐时期，按摩从民间疗法走向正统，开始受到国家的重视，成为独立的学科。太医署中设有按摩博士等官职，将从事按摩专业的人员划分为博士、师和士等三个等级，并开始进行有组织的教学工作。唐代按摩治疗疾病的范围逐渐扩大，如《唐六典》中载有按摩可除“八疾”，即风、寒、暑、湿、