

全国普通高等教育中医药类精编教材

推拿学

TUINAXUE

(供中医类、中西医结合等专业用)

主 编 罗才贵

副主编 刘明军 梅荣军 刘智斌

付均如 顾一煌

上海科学技术出版社

全国普通高等教育中医药类精编教材

推拿学

(供中医类、中西医结合等专业用)

主 编
副主编

罗才贵
刘明军
梅荣军
刘智斌
付均如
顾一煌

上海科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

推拿学/罗才贵主编. —上海:上海科学技术出版社,
2008.8

全国普通高等教育中医药类精编教材. 供中医类、中
西医结合等专业用

ISBN 978-7-5323-8478-5

I. 推... II. 罗... 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(2008)第 079965 号

推拿学

(供普通高等医学院校中医类专业用)

上海世纪出版股份有限公司 出版、发行
上海科学技术出版社

(上海钦州南路 71 号 邮政编码 200235)

新华书店上海发行所经销

苏州望电印刷有限公司印刷

开本 787×1092 1/16 印张 17.25

字数:393 千字

2008 年 8 月第 1 版 2009 年 5 月第 2 次印刷

ISBN 978-7-5323-8478-5/R·2237

定价:23.00 元

本书如有缺页、错装或坏损等严重质量问题,
请向工厂联系调换

全国普通高等教育中医药类精编教材

《推拿学》编委会名单



主 编 副主编

罗才贵(成都中医药大学)
刘明军(长春中医药大学)
梅荣军(黑龙江中医药大学)
刘智斌(陕西中医学院)
付均如(天津中医药大学)
顾一煌(南京中医药大学)

编 委

(以姓氏笔画为序)
于天源(北京中医药大学)
王道全(山东中医药大学)
李铁浪(湖南中医药大学)
余有明(马来西亚柔佛州中医学院)
张 冲(四川省医学科学院)
张 军(贵阳中医学院)
张 欣(长春中医药大学)
张建华(安徽中医学院)
罗 建(成都中医药大学)
周运峰(河南中医学院)
韩国伟(山西中医学院)
雷龙鸣(广西中医学院)

秘 书

张 冲(兼)(四川省医学科学院)

全国普通高等教育中医药类精编教材

专家指导委员会名单

(以姓氏笔画为序)



万德光	马 骥	王 华	王 键	王乃平
王之虹	王永炎	王洪琦	王绵之	王新陆
尤昭玲	邓铁涛	石学敏	匡海学	朱文锋
乔旺忠	任继学	刘红宁	刘振民	严世芸
杜 建	肖鲁伟	吴勉华	张伯礼	陆德铭
周仲瑛	项 平	祝彼得	顾 璜	唐俊琪
陶功定	梁光义	彭 勃	谢建群	翟双庆

前 言

中医教材是培养中医人才和传授医学知识的重要工具,高质量的教材是提高中医药院校教学质量的关键之一。根据教育部《关于普通高等教育教材建设与改革的意见》的精神,为了进一步提高中医教材的质量,更好地把握新世纪中医药教学内容和课程体系的改革方向,让高等中医药院校有足够的、高质量的教材可供选用,以促进中医药教育事业的发展;为了继承创新、发扬光大中国传统医学,让学生在规定的课时内,牢固掌握本门学科的基础知识和基本技能,着重培养学生的创新能力和实践能力。全国高等中医药教学管理研究会和上海科学技术出版社共同组织,全国各中医药院校积极参与,共同编写了本套供中医药院校本科生使用的“全国普通高等教育中医药类精编教材”。

“精编教材”概念的提出是基于上海科学技术出版社组织教材编写、出版的经验,是对中医教学内容和教学方法规律探索的体会,是对中医人才培养目标的理解。本套教材是以国家教育部新版的教学大纲和国家中医药执业医师资格考试要求为依据,以上海科学技术出版社出版的以突出中医传统和特色的高等医药院校教材(五版)及反映学科发展新成果的普通高等教育中医药类“九五”规划教材(六版)为蓝本,充分吸收现有国内外各种版本中、西医教材的合理创新之处。从教材规划到编写的各个环节,层层把关,步步强化,重在提高内在质量和精编意识。既体现在精心组织,高度重视,以符合教学规律;又体现在精心编写,在“三基”、“五性”和“三特定”的教材编写原则下,确保内容精练、完整,概念准确,理论体系完整,知识点结合完备,并有创新性和实用性,以切合教学实际,结合临床实践,力求“精、新、实”的特点。同时,教材编排新颖,版式紧凑,形式多样,主体层次清晰,类目与章节安排合理、有序,充分体现了清晰性、易读性及和谐性。

在本套教材策划、主编遴选、编写、审定过程中,得到了专家指导委员会各位专家的精心指导,得到了全国各中医药院校的大力支持,在此一并致谢!

一纲多本、形式多样是高等教育教材改革的重要内容之一,教材质量的高低直接影响到人才的培养,殷切希望各中医药院校师生和广大读者在使用中进行检验,并提出宝贵意见,使本套精编教材更臻完善,成为科学性更强、教学效果更好、更符合现代中医药院校教学的教材。

全国普通高等教育中医药类精编教材
编审委员会

2006年3月

编写说明

推拿是中医学的重要组成部分,是在中医学理论指导下,运用一定的手法或借助一定的推拿工具作用于体表的特定部位或穴位,以调整人体生理、病理状况而达到防病治病、保健养生、强身健体目的的治疗方法,属中医外治法的范畴。推拿学是研究用推拿疗法治疗疾病与应用规律的一门系统科学,主要研究对象是推拿治疗疾病的作用原理、治疗方法、适用范围等。

为了适应我国中医药高等教育的发展,满足当前教学、临床、科研工作的需要,本教材在五版《推拿学》教材的基础上进行修订,扬长避短,并充分吸收所有版次教材的优点,在体现系统性、继承性、科学性、先进性、实用性的基础上,突出中医药理论体系的特点,从内容到形式上考虑本科教学及执业医师考试的需要,为本科生的培养目标服务。并充分体现“精、新、实”的特点,便于教学和临床。① 内容精:紧扣教学需要,根据教学大纲规定,确定教材的编写内容。② 内容新:根据新的疾病谱、流行病、常见病的发生情况,适当增删病证和病种。纳入已得到充分肯定的中医药研究成果,充实新的教学内容。③ 内容实:书中所介绍的知识符合临床实际,便于学生理论联系实际,能够学以致用。

本教材由上、中、下、附篇组成。上篇主要介绍了推拿的基础知识。中篇为成人推拿部分,重点讲述了伤科疾病,兼顾内科、妇科、五官科、急症及其他疾病,共54种。下篇为小儿推拿部分,突出小儿推拿的特点,共讲述常见小儿病证15种。附篇为保健推拿和推拿的现代研究进展,帮助学生扩展知识面,掌握推拿的前沿动态。在使用本教材时,建议以讲授为主,注重实际操作与手法训练,结合临床实习,学练并重。特别是重点掌握每一病证的推拿操作方法、要领和步骤,逐步提高实践技能水平。

本教材上篇推拿学基础中,推拿发展简史由刘明军执笔,推拿原理由罗才贵、张冲执笔,推拿常用检查方法、推拿练功由梅荣军执笔,推拿治疗原则与方法由雷龙鸣执笔,推拿基本常识由张欣、余有明执笔;中篇成人推拿中,推拿常用手法由付均如、于天源、韩国伟执笔,成人推拿治疗伤科疾病部分由罗才贵、刘智斌、李铁浪、罗建执笔,内科疾病由周运峰、张军执笔,妇科和五官科疾病由张军执笔,急症及其他疾病由罗才贵、罗建执笔;下篇小儿推拿中,小儿常用手法由王道全执笔,小儿常用穴位由顾一煌执笔,小儿常见病证由张建华执笔;附篇中,保健推拿由雷龙鸣执笔,推拿的

现代研究由梅荣军执笔。

本教材在编写过程中,得到了各地中医院校的大力支持,也得到了许多专家、教授的支持和帮助,谨在此表示衷心感谢!

由于参编人员较多,地域有别及水平有限,本教材在编写过程中尽管做了很多努力,但仍存在着一些不足之处,望各院校教学人员和广大读者在使用过程中提出宝贵意见,以便今后修订,进一步完善和提高。

《推拿学》编委会

2008年5月

目 录

上篇 推拿学基础

第一章 推拿发展简史	3
第二章 推拿原理	7
第一节 推拿的中医学原理	7
一、调整阴阳	7
二、调节脏腑	8
三、理筋整复	8
四、疏通经络	8
五、活血化瘀	9
第二节 推拿的现代医学原理	9
一、纠正解剖位置的异常	9
二、增强血液循环	10
三、促进损伤修复	11
四、调节神经功能	12
五、调节器官功能	13
第三章 推拿常用检查方法	15
第一节 基本检查方法	15
一、一般状况	15
二、关节活动度	16
三、压痛点	18
四、特异性临床体征	20
第二节 特殊检查方法	24
一、头面部	24
二、胸腹部	24
三、脊柱部	25
四、上肢部	26

	五、下肢部	27
第四章	推拿治疗原则与方法	31
	第一节 推拿治疗原则	31
	一、治病求本	31
	二、扶正祛邪	33
	三、调整阴阳	33
	四、三因制宜	33
	第二节 推拿治疗方法	34
	一、温法	34
	二、通法	34
	三、补法	35
	四、泻法	35
	五、汗法	35
	六、和法	36
	七、散法	36
	八、清法	36
第五章	推拿基本常识	37
	第一节 推拿前准备	37
	一、施术部位的准备	37
	二、工具的准备	37
	三、体位和介质	38
	第二节 推拿的特点和补泻	39
	一、推拿的特点	39
	二、推拿的补泻	40
	第三节 推拿治疗的适应证、禁忌证和注意事项	40
	一、适应证	40
	二、禁忌证	41
	三、注意事项	41
第六章	推拿练功	42
	第一节 易筋经	42
	一、基本要求	43
	二、预备式	43
	三、易筋经十二势	43
	第二节 少林内功	47
	一、基本要求	48
	二、基本裆势	48

58	三、基本动作	50
88	中篇 成人推拿	
98		
99	第七章 推拿常用手法	59
89	第一节 摆动类手法	60
79	一、一指禅推法	60
79	二、揉法	61
59	[附] 滚法	62
79	三、揉法	62
90	第二节 摩擦类手法	63
101	一、推法	63
80	二、搓法	65
101	三、摩法	65
100	四、擦法	66
100	五、抹法	67
111	第三节 挤压类手法	68
111	一、按法	68
113	二、点法	69
111	三、拿法	70
80	四、捏法	70
112	五、捻法	70
99	六、拨法	71
121	七、理法	71
92	八、插法	72
123	九、抓法	72
129	十、蹂躏法	72
89	第四节 叩击类手法	73
127	一、拍法	73
99	二、击法	74
130	三、叩法	75
132	四、啄法	75
114	第五节 振动类手法	75
130	一、抖法	76
78	二、振法	77
131	三、颤法	78
99	第六节 运动类手法	78
101	一、摇法	78
114	二、扳法	82

	三、背法	87
	四、拔伸法	88
	第七节 推拿手法练习	89
	一、沙袋练习	90
	二、基本手法练习	90
	三、人体操作练习	93
	第八章 成人推拿治疗	97
	第一节 伤科疾病	97
	一、颈椎病	97
	二、落枕	100
	三、脊柱小关节紊乱	101
	四、急性腰扭伤	103
	五、腰肌劳损	104
	六、腰椎间盘突出症	106
	七、第三腰椎横突综合征	108
	八、强直性脊柱炎	110
	九、肩关节周围炎	111
	十、冈上肌腱炎	113
	十一、肱二头肌长头肌腱炎	115
	十二、肱二头肌长头肌腱滑脱	116
	十三、三角肌下滑囊炎	118
	十四、肱骨外上髁炎	119
	十五、桡骨头半脱位	121
	十六、腕管综合征	122
	十七、桡骨茎突部狭窄性腱鞘炎	123
	十八、腕部腱鞘囊肿	125
	十九、指骨间关节扭伤	126
	二十、梨状肌损伤综合征	127
	二十一、退行性膝关节炎	129
	二十二、膝关节侧副韧带损伤	130
	二十三、膝关节半月板损伤	132
	二十四、踝关节扭伤	134
	二十五、踝管综合征	136
	二十六、跟痛症	137
	第二节 内科疾病	139
	一、高血压病	139
	二、失眠	142
	三、感冒	144

802	四、支气管哮喘	146
702	五、慢性支气管炎	149
702	六、呃逆	151
702	七、慢性胃炎	153
702	八、胃下垂	155
802	九、慢性胆囊炎	157
802	十、便秘	159
802	十一、慢性非特异性结肠炎	161
802	十二、面瘫	163
802	十三、中风	165
902	第三节 妇科疾病	168
902	一、痛经	168
902	二、月经不调	171
902	三、闭经	173
902	四、围绝经期综合征	176
012	第四节 五官科疾病	179
012	一、牙痛	179
012	二、慢性鼻窦炎	181
012	三、失音	183
112	四、颞下颌关节功能紊乱症	184
112	第五节 急症及其他疾病	186
112	一、心绞痛	186
112	二、晕厥	188
112	三、抽搐	190
112	四、高热	191
112	五、中暑	193
112	六、类风湿关节炎	195
112	七、糖尿病	198

下篇 小儿推拿

222	第九章 小儿常用手法	203
222	第一节 单式手法	203
222	一、推法	203
222	二、运法	205
222	三、掐法	205
222	四、摩法	205
222	五、揉法	206
222	六、拿法	206

041	七、捏脊法	206
041	八、捣法	207
121	九、搓法	207
021	第二节 复式手法	207
121	一、双凤展翅	207
121	二、双龙摆尾	208
021	三、苍龙摆尾	208
101	四、飞经走气	208
831	五、肘肘走气	208
231	六、揉耳摇头	208
801	七、黄蜂入洞	209
801	八、黄蜂出洞	209
171	九、运水入土	209
871	十、运土入水	209
071	十一、按弦走搓摩	209
071	十二、揉脐及龟尾并擦七节骨	210
071	十三、开璇玑	210
181	十四、总收法	210
081		
181	第十章 小儿常用穴位	211
081	第一节 穴位概述	211
031	一、穴位的特点	211
031	二、穴位的分布	212
001	三、穴位的应用	213
101	第二节 穴位分述	213
101	一、头面部	213
201	二、胸腹部	214
801	三、脊柱部	215
	四、上肢部	216
	五、下肢部	222
002	第十一章 小儿常见病证	223
002	第一节 消化系统疾病	223
002	一、小儿流涎	223
002	二、呕吐	224
002	三、厌食	225
002	四、便秘	226
002	五、婴幼儿泄泻	227
002	六、腹痛	228

七、疳积	229
第二节 呼吸系统疾病	230
一、感冒	230
二、发热	231
三、咳嗽	232
四、哮喘	233
第三节 其他系统疾病	234
一、小儿肌性斜颈	234
二、夜啼	235
三、遗尿	236
四、小儿脑瘫	237

附 篇

附 1 保健推拿	241
第一节 成人保健推拿	241
一、仰卧位操作常规	241
二、俯卧位操作常规	243
第二节 自我保健推拿	244
一、头面部自我保健推拿	244
二、全身自我保健推拿	244
附 2 推拿的现代研究	246
第一节 推拿的基础研究	246
一、推拿的文献理论研究	246
二、推拿手法的技术特征	247
三、推拿练功的现代研究	250
第二节 推拿的应用研究	252
一、手法的力学效应研究	252
二、手法的生物学效应研究	253
参考文献	257

推拿古代称为按摩、按蹯、乔摩、桥引、案扪等,是一种古老的治疗方法。推拿一词首先见于我国的明代,当时的小儿推拿专著如龚云林的《小儿推拿方脉活婴密旨全书》、周于蕃的《小儿推拿秘诀》就采用了推拿这一名称。早期的按摩疗法仅用于对少数疾病的治疗,手法种类也很少,常用的是按和摩两种手法。按法是单纯的向下用力,即所谓按而留之。摩法是在体表作环形摩擦,属于平动的范围。随着治病范围的扩大,手法也相应有了发展,除了按、摩手法外,又出现了推法、拿法等手法。在对不同疾病的治疗中,人们逐渐认识到,各种不同的手法都各有其特点和优点,且手法用力方向的不同对疗效也有一定的影响,手法的操作已经从原来的单向用力发展为现在多向的合力。随着推拿实践的发展,手法的分类也逐渐合理,适应证也随之逐渐扩大,于是按摩这个名称逐渐被推拿这个更明确的概念所取代。所以,从按摩向推拿名称的演变,反映了手法的发展和变化,使推拿疗法更接近合理,是推拿发展史上的一个巨大飞跃。

推拿既是一种古老的疗法,又是一门年轻有发展前途的医学分支学科。在医疗实践中,人们对推拿的作用不断加以总结、提高,逐渐形成了独特的推拿治疗体系,在2000多年前的先秦两汉时期,当时的两部医学巨著《黄帝内经》和《黄帝岐伯按摩十卷》,第一次完整地建立了中医学的理论体系,确立了按摩作为一门学科在中医学理论体系中的地位。

在推拿学基础中,主要介绍推拿的发展简史及各个历史时期的特点、推拿的中医学及现代医学治疗原理、推拿治疗原则、推拿常用检查方法、推拿基本常识(包括适应证和禁忌证)以及推拿常用功法等内容。