



卫生职业教育康复治疗技术专业教材

传统康复治疗学

主编 高莉萍 邱波



 复旦大学出版社
www.fudanpress.com.cn



卫生职业教育康复治疗技术专业教材

传统康复治疗学

主 编 高莉萍 邱 波

副主编 范秀英 王燕萍

编 委 (以姓氏拼音为序)

曹艳杰 (天一职业技术学院)

范秀英 (聊城职业技术学院)

高莉萍 (泰州职业技术学院)

邱 波 (漳州卫生职业学院)

谭燕泉 (江苏南京卫生学校)

王燕萍 (湖北省咸宁卫生学校)

叶新强 (武汉民政职业学院)

许 智 (湖北职业技术学院)

图书在版编目(CIP)数据

传统康复治疗学/高莉萍,邱波主编. —上海:复旦大学出版社,2009.6
卫生职业教育康复治疗技术专业教材
ISBN 978-7-309-06626-5

I. 传… II. ①高…②邱… III. 中医学:康复医学-专业学校-教材
IV. R247.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 069144 号

传统康复治疗学

高莉萍 邱 波 主编

出版发行 复旦大学出版社 上海市国权路 579 号 邮编 200433
86-21-65642857(门市零售)
86-21-65100562(团体订购) 86-21-65109143(外埠邮购)
fupnet@fudanpress.com <http://www.fudanpress.com>

责任编辑 贺 琦

出品人 贺圣遂

印 刷 上海华业装潢印刷厂有限公司

开 本 787 × 1092 1/16

印 张 19

字 数 462 千

版 次 2009 年 6 月第一版第一次印刷

印 数 1—5 100

书 号 ISBN 978-7-309-06626-5/R · 1086

定 价 35.00 元

如有印装质量问题,请向复旦大学出版社发行部调换。

版权所有 侵权必究

卫生职业教育康复治疗技术专业教材

编写委员会名单

名誉主任 励建安

主 任 卫芳盈

副 主 任 胡忠亚 李贻能

委 员 张绍岚 王安民 朱红华 邢本香 刘梅花

高莉萍 杨 毅

随着我国国民经济的发展和人民生活水平的不断提高,20 世纪 80 年代初,康复医学引入我国,康复医学教育也随之逐渐发展。为了适应 21 世纪现代化建设和我国卫生事业改革与发展的需要,全国各地高等职业院校及卫生学校陆续开设了康复治疗技术专业,培养了一批批康复治疗技术专业的学生,在国内形成了一定的规模。为进一步提高康复治疗技术专业的教学质量,培养“理论够用,技能过硬”的康复治疗技术专业应用型人才,加强康复医学专业教材建设,全国卫生职业教育康复技术专业研究会聘请中国康复医学会康复教育专业委员会主任委员励建安教授为顾问,组织国内部分院校具有丰富教学经验的教师,编写出版了康复治疗技术专业目前急需的专业课教材,使康复治疗技术专业终于有了配套教材。

全国卫生职业教育康复技术专业研究会组织编写的卫生职业教育康复治疗技术专业教材共 12 本,将于 2009 年秋季出版。这套教材包括《功能解剖生理学》、《康复医学概论》、《康复功能评定学》、《物理治疗学》、《作业治疗学》、《言语治疗学》、《传统康复治疗学》、《假肢与矫形器技术》、《康复心理学》、《临床医学基础》、《临床疾病概要》、《临床康复学》。

教材内容全面、深入、新颖,具有较强的理论性和实用性,充分体现了教材“五性三基”的基本要求,即科学性、思想性、先进性、启发性和实用性,以及基本理论、基本知识和基本技能。这套教材适用于康复治疗技术专业的高等职业教育及中等职业教育,也可作为康复医学工作者的专业参考书。

由于编写时间仓促,因此难免出现不当之处,敬请指正,以便再版时修订。

这套教材的编写得到了全国卫生职业教育康复技术专业研究会各位领导和会员的大力支持,在此表示感谢!

全国卫生职业教育康复技术专业研究会

2009 年 3 月

Foreword 前言

康复治疗技术是康复医学的重要组成部分,在康复医学中占有非常重要的地位。康复医学是社会发展与进步的产物,与临床医学、预防医学、保健医学共同构成现代医学体系。作为世界医学起源的传统治疗技术,亦是康复治疗的六大技术之一,在临床医疗康复实践中发挥着越来越不可替代的作用。

本教材由全国卫生职业教育康复技术专业研究会组织编写,是康复治疗技术专业教材,也是其他相关专业从业人员和康复医师、临床医师的参考书。在编写教材过程中注重体现“思想性、科学性、先进性、实用性、规范性”的原则,坚持“以就业为导向,以服务为宗旨,以能力为本位,以培养专业技能为核心”的卫生职业教育目标,以“必需、够用”为度,建立以培养职业能力为重点的课程体系,根据岗位需求对教材内容进行选择性的重组,构建科学合理的知识结构和能力结构体系。通过学习,可获得经络腧穴、推拿、针灸、刮痧等传统康复的知识和治疗技术,并能在临床上加以系统的运用、发展和创新,充分发挥中国传统治疗技术在康复领域中的重要作用。

全书分为上、中、下3篇。上篇为经络腧穴,是传统康复治疗技术基础,包括经络总论、腧穴总论、经络腧穴各论、小儿推拿常用腧穴4个部分。根据2006年9月18日发布的中华人民共和国国家标准《腧穴名称与定位》,对相应内容作了调整,如将“印堂穴”由经外奇穴归至督脉,删去经外奇穴中的“膝眼”,加上“内膝眼”等,通过学习可以为实践推拿、针灸等传统康复技术打下坚实的基础。中篇为推拿学,亦是临床运用较多的、重要的康复方法之一,包括推拿的作用原理,推拿的诊断方法、治疗原则与治法,推拿常用手法,常见病证推拿治疗,推拿保健5个部分。推拿常用手法涵盖了成人推拿基本手法和复合手法、小儿常用推拿手法、推拿手法练习和推拿练功,后者既能提高学习者的推拿手法技巧与力量,又能强身健体,也是重要的康复技术之一。根据经验,经过讨论,精选和介绍了临床最常见病证的康复推拿治疗。推拿保健的引入,旨在丰富临床对亚健康状态的康复保健手段,做到未病先防,既病防病,真正贯彻古人的“治未病”思想,将康复理念和康复服务的范围延伸到每一个需要康复的个体。下篇为针灸学,包括毫针法、其他针法、灸法和拔罐法,针灸治疗4个部分,对于推拿和针灸常见病证中有交叉的内容进行了归纳,并加入了其他疗法,供临床应用时参考。附录为刮痧技术,主要介绍常用的刮痧器

具、介质、刮痧的方法、作用、分类和临床应用等。为保证内容的完整性和连续性,将耳针穴位、头针穴位、足部反射区等治疗技术的基础内容分别放在下篇其他针法中的耳针、头针和中篇推拿保健中的足部推拿保健等相关章节介绍。为了便于学习和掌握各项传统康复技术,在每章或每节之前,均列有学习目标,指出需要掌握、熟悉和了解的内容和技能,最后提出复习思考要求。

内容重组,面广量大,深入浅出,图文并茂,实用可操作是本书的特点。但学习传统康复技术需要一定的中医基础知识,为便于理解和掌握,应先学习中医基础课程。

在编写本教材的过程中,参考了众多相关的教材和专著,引用了部分文字与图表,在编写过程中,有较多的老师对教材的编写提出了很好的建议,在此对这些教材和专著的编者、作者及关心本教材的老师们表示衷心的感谢。

尽管我们非常重视本书的编写工作,多次对书稿进行了反复的核对和修订,但由于水平有限,难免有不足和遗漏,真诚希望听到各方面的意见,欢迎批评和指正。

高莉萍 邱波

2009年4月

绪 论 / 1

上 篇 经 络 腧 穴

第一章	经络总论.....	9
	第一节 经络的概念与组成 / 9	
	一、经络的概念 / 9	
	二、经络系统的组成 / 9	
	第二节 十二经脉 / 12	
	一、十二经脉的名称与分布规律 / 12	
	二、十二经脉的走向和交接规律 / 13	
	三、十二经脉的表里关系和流注次序 / 14	
	第三节 经络的功能和作用 / 15	
	一、经络的生理功能 / 15	
	二、经络学说的临床应用 / 15	
第二章	腧穴总论.....	17
	第一节 腧穴的分类和作用 / 17	
	一、腧穴的概念 / 17	
	二、腧穴的分类 / 17	
	三、腧穴的作用 / 17	
	第二节 腧穴的定位方法 / 18	
	一、体表解剖标志定位法 / 18	
	二、骨度分寸定位法 / 18	
	三、手指同身寸定位法 / 20	
	四、简便取穴法 / 20	
	第三节 特定穴 / 20	
	一、五输穴 / 20	
	二、原穴、络穴 / 21	
	三、俞穴、募穴 / 22	
	四、下合穴 / 22	

- 五、八会穴 / 22
- 六、八脉交会穴 / 23
- 七、郄穴 / 23

第三章 经络腧穴各论.....25

第一节 十四经脉常用腧穴 / 25

- 一、手太阴肺经 / 25
- 二、手阳明大肠经 / 27
- 三、足阳明胃经 / 29
- 四、足太阴脾经 / 34
- 五、手少阴心经 / 37
- 六、手太阳小肠经 / 38
- 七、足太阳膀胱经 / 41
- 八、足少阴肾经 / 47
- 九、手厥阴心包经 / 49
- 十、手少阳三焦经 / 50
- 十一、足少阳胆经 / 53
- 十二、足厥阴肝经 / 58
- 十三、任脉 / 60
- 十四、督脉 / 63

第二节 经外奇穴 / 66

- 一、常用头项部经外奇穴 / 66
- 二、常用胸腹背部经外奇穴 / 67
- 三、常用四肢部经外奇穴 / 68

第四章 小儿推拿常用腧穴.....71

第一节 头面部穴位 / 71

第二节 躯干部穴位 / 73

第三节 四肢部穴位 / 75

中篇 推拿学

第一章 推拿的作用原理.....87

第一节 推拿基本作用及原理 / 87

- 一、推拿治疗的基本作用原理 / 87
- 二、推拿对伤筋的作用原理 / 87
- 三、推拿调节机体功能和代谢的作用原理 / 89

第二节 推拿补泻作用 / 90

- 一、手法刺激轻重与“补泻”作用 / 90
- 二、手法刺激部位与“补泻”作用 / 90

三、手法频率与“补泻”作用 / 90	
四、手法方向与“补泻”作用 / 90	
第三节 推拿机制的现代研究 / 90	
一、推拿手法力学机制研究 / 90	
二、推拿手法的能量转化研究 / 91	
三、推拿手法镇痛机制的研究 / 91	
四、推拿手法改善血液循环机制的研究 / 91	
五、推拿手法对运动系统损伤修复的研究 / 92	
六、推拿对机体免疫作用的研究 / 92	
第二章 推拿的诊断方法、治疗原则与治法	93
第一节 推拿常用诊断检查方法 / 93	
一、望诊 / 93	
二、触诊 / 95	
三、特殊检查 / 96	
第二节 推拿治疗原则 / 100	
一、治病求本 / 100	
二、扶正祛邪 / 100	
三、调整阴阳 / 101	
四、相因制宜 / 101	
五、未病先防 / 101	
第三节 推拿基本治法 / 101	
一、温法 / 101	
二、补法 / 101	
三、和法 / 101	
四、汗法 / 102	
五、通法 / 102	
六、泻法 / 102	
七、散法 / 102	
八、清法 / 102	
第四节 推拿体位与介质 / 102	
一、推拿常用的体位 / 102	
二、推拿常用的介质 / 103	
第五节 推拿疗法的适应证和禁忌证 / 103	
一、推拿疗法的适应证 / 103	
二、推拿疗法的禁忌证 / 104	
第三章 推拿常用手法	105
第一节 成人推拿基本手法 / 105	

- 一、摆动类手法 / 105
- 二、摩擦类手法 / 109
- 三、挤压类手法 / 114
- 四、振动类手法 / 119
- 五、叩击类手法 / 120
- 六、运动关节类手法 / 124
- 第二节 成人推拿复合手法 / 129
 - 一、概念 / 129
 - 二、成人常用推拿复合手法 / 129
- 第三节 小儿常用推拿手法 / 132
 - 一、单式小儿推拿手法 / 132
 - 二、复式小儿推拿手法 / 137
- 第四节 推拿手法练习 / 139
 - 一、沙袋练习 / 139
 - 二、人体上推拿手法综合练习 / 140
- 第五节 推拿练功 / 144
 - 一、易筋经 / 144
 - 二、八段锦 / 150

第四章 常见病证推拿治疗.....155

- 第一节 成人常见病证推拿治疗 / 155
 - 一、颈椎病 / 155
 - 二、脑卒中后遗症 / 158
 - 三、周围性面瘫 / 160
 - 四、脊髓损伤 / 161
 - 五、关节扭伤 / 163
 - 六、落枕 / 167
 - 七、漏肩风 / 168
 - 八、肱骨外上髁炎 / 170
 - 九、腰痛 / 171
 - 十、头痛 / 181
 - 十一、肥胖 / 184
- 第二节 小儿常见病证推拿治疗 / 187
 - 一、小儿脑瘫 / 187
 - 二、小儿麻痹后遗症 / 188
 - 三、小儿肌性斜颈 / 189
 - 四、婴儿腹泻 / 190
 - 五、腹痛 / 191
 - 六、便秘 / 192

七、痞积 / 193

八、遗尿 / 194

第五章 推拿保健.....196

第一节 全身各部位推拿保健 / 196

一、仰卧位推拿保健 / 196

二、俯卧位推拿保健 / 198

第二节 足部推拿保健 / 200

一、足部推拿保健的基本原理 / 200

二、足部反射区及分布规律 / 201

三、足部推拿常用手法 / 205

四、足部推拿保健的操作程序 / 208

五、足部推拿保健推拿套路 / 209

下篇 针 灸 学

第一章 毫针法.....215

第一节 毫针结构和保养 / 215

一、毫针结构 / 215

二、毫针规格 / 215

三、毫针保养和维修 / 216

第二节 针刺练习 / 217

第三节 针刺前准备 / 218

一、思想准备 / 218

二、针具选择 / 218

三、选择体位 / 218

四、消毒 / 219

第四节 毫针刺法 / 220

一、进针 / 220

二、进针角度和深度 / 221

三、行针与得气 / 222

四、针刺补泻 / 224

五、留针与出针 / 226

第五节 针刺意外情况的预防与处理 / 227

一、晕针 / 227

二、滞针 / 227

三、弯针 / 228

四、断针 / 228

五、血肿 / 228

六、刺伤内脏 / 228

第二章 其他针法 231

第一节 耳针 / 231

- 一、耳郭表面解剖 / 231
- 二、常用耳穴的分布、定位和主治 / 232
- 三、耳针技术 / 236
- 四、耳针的临床应用 / 238

第二节 头针 / 239

- 一、头针穴的定位及主治 / 239
- 二、头针操作方法 / 242

第三节 皮肤针 / 245

- 一、针具及消毒 / 245
- 二、操作方法 / 245
- 三、适应范围 / 246
- 四、注意事项 / 247

第四节 皮内针 / 247

- 一、针具及消毒 / 247
- 二、操作方法 / 247
- 三、适应范围 / 248
- 四、注意事项 / 248

第五节 电针 / 248

- 一、电针仪器种类 / 248
- 二、操作方法 / 249
- 三、适应范围 / 251
- 四、注意事项 / 251

第六节 穴位注射法 / 251

- 一、针具及药物 / 251
- 二、操作方法 / 251
- 三、适应范围 / 252
- 四、注意事项 / 253

第三章 灸法和拔罐法 254

第一节 灸法 / 254

- 一、灸用材料 / 254
- 二、灸法作用 / 255
- 三、常用灸法 / 255
- 四、其他灸法 / 257
- 五、灸法注意事项 / 258

第二节	拔罐法 / 258	
一、	火罐的种类 / 258	
二、	操作方法和应用 / 259	
三、	适应证及禁忌证 / 261	
四、	注意事项 / 261	
第四章	常见病证的针灸治疗	263
第一节	选穴原则 / 263	
一、	局部取穴 / 263	
二、	循经取穴 / 263	
三、	辨证取穴 / 264	
四、	对症取穴 / 264	
第二节	配穴方法 / 264	
一、	表里配穴法 / 264	
二、	远近配穴法 / 264	
三、	前后配穴法 / 264	
四、	上下配穴法 / 265	
五、	左右配穴法 / 265	
第三节	常见病证治疗 / 265	
一、	脑卒中后遗症 / 265	
二、	痿证 / 266	
三、	痹证 / 267	
四、	落枕 / 268	
五、	腰痛 / 269	
六、	扭伤 / 270	
七、	头痛 / 270	
八、	眩晕 / 271	
九、	失眠 / 272	
十、	脑瘫 / 273	
十一、	肥胖 / 274	
十二、	痞积 / 275	
十三、	胃痛 / 276	
十四、	痴呆 / 276	
附录	刮痧技术	279
一、	刮痧的概念 / 279	
二、	刮痧常用的器具 / 279	
三、	刮痧常用的介质 / 280	
四、	刮痧疗法的作用 / 280	

- 五、刮痧疗法的分类及操作 / 280
- 六、刮痧的基本手法 / 282
- 七、刮痧疗法的适应证和禁忌证 / 283
- 八、刮痧疗法的注意事项 / 283
- 九、刮痧疗法的临床应用举例 / 284

腧穴查询索引 / 287

主要参考书目 / 290

传统康复医学是一门研究和介绍如何利用物理因子等技术按传统理论和方法从事医学康复的学科,是我国劳动人民及医学专家在长期同疾病作斗争中创造和发展起来的,几千年来,在疾病的防、治、康复方面功不可没,为中华民族的繁衍昌盛做出了巨大的贡献。

传统康复技术是传统康复医学的重要内容之一。传统康复技术与现代康复技术一样,很多技术为物理因子,如利用“运动”的有推拿,利用“物理力”的有推拿、拔罐、刮痧等,利用“电”的有电针,利用“光”的有激光穴位照射,利用“热”的有艾灸、火罐、热熨等。除此之外,传统康复技术中还有针刺、生物反射等技术,如毫针、皮肤针、耳针、足部按摩。由于历史的局限,传统康复技术没有声波、语言、康复工程等技术。传统康复技术与现代康复技术最大的不同在于现代康复技术以现代医学、现代康复医学等理论作为指导,应用物理因子等多种方法从事医学康复,而传统医学则是以中医学理论为指导,利用物理因子按传统的方式方法从事医学康复。

一、传统康复技术的发展

20 世纪 80 年代以前,传统康复技术既是治疗技术又是康复技术,侧重于治疗,为叙述方便,我们称这一时期为中医治疗技术期;80 年代以后,传统康复技术定名,并从中医治疗技术中分离出来,侧重于康复,我们称之为传统康复技术期。

1. 中医治疗技术期

远古时期,人类对科学技术的掌握相当有限,一旦患病,最初只能有意无意地利用自然物理因素对体表进行刺激,以期缓解症状或治疗疾病,如用手捶击按压、用锐石尖骨刮压、用火热烧灼敷熨、用竹节动物头角吸附体表等,逐渐积累了一些经验,当经验增加到一定量时,人们就会从中总结规律,然后利用这些规律进行疾病治疗,经过漫长的实践→总结→再实践→再总结,逐渐形成了独特的中医治疗技术,用手捶击按压发展成了推拿技术,用锐石尖骨刮压发展成了针灸、刮痧技术,用火烧灼发展成了艾灸、热熨技术,用动物头角吸附发展成了拔罐技术。

艾灸技术源于古人用自然火热烧灼敷熨体表以治疗疾病。当人类知道用火后,就会有目的地使用火或热来刺激人体体表以治疗疾病,于是形成了“灸”。经过漫长时期的发展,从使用各种树枝灸发展成了艾灸,艾灸是中医治疗技术中成熟较早的一项技术。《素问·异法方宜论》记载:“北方者,天地所闭藏之域也,其地高陵居,风寒冰冽,其民乐野处而乳食,脏寒生满病,其治宜灸焫。故灸焫者,亦从北方来。”1973 年长沙马王堆三号汉墓出土的医学帛书,论述了十一经脉的循行、分布、病候表现和灸法治疗,将十一经脉称为足臂十一脉“灸”经

和阴阳十一脉“灸”经。东晋葛洪著《肘后备急方》所录针灸医方 109 条,其中 90 条是灸方。

针刺技术源于古人用锐石尖骨刮压体表治疗疾病。先秦两汉时期,随着政治、经济、文化、科学的发展,冶金术的发明,锐石尖骨被金属针具取代,形成了针刺技术,特别是九针及一大批名医的出现,使针刺技术出现了飞速发展,治疗范围也迅速扩大,当时名医医缓、医和、扁鹊均擅长于针刺,扁鹊治虢太子“尸厥”一案更是千古绝唱。战国时代逐渐成书的《内经》,包括《素问》和《灵枢》两部分,详述了阴阳、五行、脏腑、经络、精神、气血等中医基础理论的内容,尤其是《灵枢》重点论述了经络、腧穴、针法、灸法等针刺基础与针刺技术,对当时的针灸医学作了系统的总结,为后世针灸学的发展奠定了基础。两晋时期,著名针灸学家皇甫谧撰写了《针灸甲乙经》,书中详细介绍了 349 个腧穴的定位、主治,还详细介绍了针灸的操作方法、宜忌和常见病证的治疗,是继《内经》以后对针灸学的又一次总结,是我国现存最早的一部针灸学专著。至唐代,针灸已成为专科,太医署设针灸学专业。据记载,针灸专业有“针博士一人,针助教一人,针师十人,针工二十人,针生二十人。针博士掌教针生以经脉孔穴,使识浮、沉、滑、涩,又以九针为补泻之法。”北宋针灸学家王惟一撰写了《铜人腧穴针灸图经》,并将之刻于石碑上供人们抄写拓印,还设计了 2 具铜人模型,使腧穴标准化,促进了针灸学的发展。明代杨继洲在家传《卫生针灸玄机秘要》的基础上编写了《针灸大成》,是继《内经》、《针灸甲乙经》后对针灸学的又一次总结,被译成英、法、德、日等多种文字,现有 40 余种版本,在国际上产生了深远的影响,是学习、研究针灸的重要文献。清代至民国时期,针灸学在“针刺火灸,究非奉君所宜”及“废止旧医”声中艰难地发展。中华人民共和国成立以来,党和政府十分重视继承和发展中医,制定中医政策,采取了一系列发展中医措施,后又成立了中医药管理局,针灸学得到了前所未有的普及和提高,针灸学成为中医药专业的必修课,部分院校还开设了针灸专业,培养了大批针灸人才,成立了针灸学会,翻印、点校、注释了大量古代针灸书籍,出版了大量针灸专著和论文,对针灸方法进行了深入研究,创立了电针、温针、头针、罐针、皮内针等多种针刺方法,对针灸的作用机制研究也发展到了生化、免疫、分子生物水平。

电针是中西医结合的产物,1955 年,陕西学者朱龙玉先生在前人经验和自己临床研究的基础上,受当时盛行于美国的神经肌肉电刺激疗法的启示,提出以人体神经分布与经络相结合的“电针疗法”,并著书《中国电针学》,系统地阐述了电针原理、方法和临床治疗。此后,许多医生开始在临床上广泛地使用电针疗法,扩大了电针临床应用的范围,使电针疗法的临床应用得到肯定和推广,特别是 1958 年开展针刺麻醉以后,电针的临床应用得到了迅速发展。

温针是针刺与艾灸的结合,温针治疗能产生针刺与艾灸的双重作用。罐针为拔罐与针刺的结合,可产生拔罐与针刺的双重作用。

头针是中西医结合的产物,其理论基础有二:一是传统的脏腑经络理论;二是大脑沟回及大脑皮质功能在体表的投影。自 1972 年见诸报端以来,经多年实践,对头针穴线的定位、适应范围和刺激方法积累了更多的经验,广泛应用于临床,并成为世界一些国家临床医生常用的治疗方法之一。为了促进头针疗法在国际上推广和交流,中国针灸学会按分区定经,经上选穴,并结合古代透刺穴位的方法,拟定了《头皮针穴名标准化国际方案》,并于 1984 年在日本召开的世界卫生组织西太区会议上正式通过。

耳针在中国古文献中均为散在记载,因为耳穴较少,治疗方法也简单,如针刺、放血、温