



手法医学理论基础 与技术操作

Theoretische Grundlagen und Technik
der Manuellen Medizin

Theoretical Basis and Technique
of Manual Medicine

王恩祥 编著
WANG ENXIANG

手法医学理论基础 与技术操作

Theoretische Grundlagen und Technik
der Manuellen Medizin

Theoretical Basis and Technique
of Manual Medicine

王慰年 编著
WANG WEINIAN

图书在版编目 (CIP) 数据

手法医学理论基础与技术操作 / 王慰年编著 . —上海: 上海科学技术文献出版社, 2019

ISBN 978-7-5439-7856-0

I . ①手… II . ①王… III . ①推拿 IV . ①R244.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 060453 号

本书出版由上海科技专著出版资金资助

责任编辑: 周永立 付婷婷

封面设计: 袁 力

手法医学理论基础与技术操作

SHOUFAYIXUE LILUN JICHU YU JISHU CAOZUO

王慰年 编著

出版发行: 上海科学技术文献出版社

地 址: 上海市长乐路 746 号

邮政编码: 200040

经 销: 全国新华书店

印 刷: 常熟市人民印刷有限公司

开 本: 787×1092 1/16

印 张: 18.75

字 数: 371 000

版 次: 2019 年 6 月第 1 版 2019 年 6 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5439-7856-0

定 价: 148.00 元

<http://www.sstlp.com>

出版说明

科学技术是第一生产力。21 世纪，科学技术和生产力必将发生新的革命性突破。

为贯彻落实“科教兴国”和“科教兴市”战略，上海市科学技术委员会和上海市新闻出版局于 2000 年设立“上海科技专著出版资金”，资助优秀科技著作在上海出版。

本书出版受“上海科技专著出版资金”资助。

上海科技专著出版资金管理委员会

推動科技出版事業
提高學術研究水平

為「上海科技書著出版資金」題

徐匡迪

二〇〇〇年十月十日

作者简介

王慰年,1958年毕业于上海第一医学院(今复旦大学上海医学院)医疗系,后任上海第一医学院教学医院——上海市第一人民医院(今上海交通大学附属第一人民医院)普通外科、胸腔外科与矫形外科(骨科)主治医师。

1979年赴德国留学,获德国图宾根大学(Universität Tübingen)医学博士学位以及德国矫形外科、风湿外科专科医师执照。1980年在巴登-巴登(Baden-Baden)矫形外科、风湿外科、手外科专科医院工作。1985年在巴-符州首府斯图加特(Stuttgart)市矫形外科、风湿外科、手外科专科医院任主治医师(Oberarzt),后任德国萨林纳矫形外科医院副院长、风湿外科主任。

1990年于伊斯尼-诺伊特劳赫布格(Isny Neutrauchburg, MWE)执照医师培训班结业考试合格后,获手法医学医师专科执照,同年加入德国手法医学协会,为正式会员至今已逾29年。1990年起先后在巴-符州曼海姆(Mannheim)市、斯派尔(Speyer)市从事矫形外科、风湿外科临床工作。

作者在国内从医近20年,在德国从医近40年,曾在英语与德语矫形外科期刊发表关于人工膝关节置换、类风湿关节炎手术治疗等实践与研究论文多篇,并有相关专著。在国内,曾于1963年主持翻译出版[英]魏尔金生著《外科体液问题》(上海科学技术出版社),2004年出版《人工膝关节——理论基础与临床应用》(复旦大学出版社),2012年出版《类风湿关节炎的外科手术治疗》(上海科学技术文献出版社)。在德国,前期主要从事矫形外科、风湿外科、手外科的手术治疗,后期以矫形外科非手术治疗实践中的手法医学作为临床实践的重要内容之一。



读了本书你会领悟
手是万能的工具
手是第二大脑
手是创造世界的法宝

“手法医学理论基础与技术操作”

是

回归自然

回归真理

回归精佳

奉献大爱的巨著

颜玉东

2019.1.16



序 一

人体是一个整体,存在着完整的结构与功能体系,它们发挥各自作用,并相互协调、互相影响,从而完成各种生理活动,呈现着正常的生命状态。由于各种致病因素的刺激,如常见的急性损伤,慢性劳损、感染及增龄性退行性改变等则将产生不同程度的结构与功能改变而导致疾病发生。由神经支配的骨骼-肌肉系统是机体的重要组成部分,当其处于损伤与疾病状态,必将呈现局部结构与功能的异常,并对全身产生影响。随着全世界人口老龄化社会发展的进程不断加快,这种骨骼-关节-肌肉系统病变的发病率日益增多,如国人颈椎病、腰椎病、骨关节炎等患病率均已超过25%,显然是构建人类健康社会所面临的严峻挑战。在过去的一个多世纪里,人们努力从传统的记忆里以及现代的实践中寻找和探索缓解乃至治愈这类疾病症状、恢复功能的有效方法,积累了宝贵的经验,“手法医学”是其中一颗灿烂明珠,引起众多学者的广泛重视。

何谓“手法医学”?我国著名旅德外科学者、骨科专家王慰年教授指出:“手法医学乃以双手作为治疗的主要手段,作用于身体不同部位如以松动或去滞矫正手法,应用于脊椎节段与四肢关节的阻滞,可复原关节功能紊乱,应用范围还涉及肌肉、筋膜,乃至内脏,神经系统。”他以关节的主动活动和被动活动、正常活动和异常活动为切入点,深入研究发现节段与关节活动限制并在其生理活动轨道上某一点受阻,但又非活动完全丧失,仅在一个或多个方向受阻,同时还存在相应的病理生理反射功能紊乱。这种被称为“阻滞”的现象可存在于躯干,四肢关节,并涉及相关肌肉、结缔组织、内脏、神经等。他通过自己长期临床实践,证实手法是治疗“阻滞”的一种有效方法,并认识到这其中所蕴含的深奥的哲理与医理。为此,王慰年教授将自己多年的理论研究和临床经验进行了系统的整理,编著成书曰《手法医学理论基础与技术操作》,以供业界讨论和借鉴,泽惠患者。于付梓前夕示稿于余,荣幸拜读,深感条分缕析,知识宏富,实不可多得。全书较好地体现了全、精、新的特点。

“全”,首先将手法医学的基础知识如手法治疗对象,其产生疾病原因,诊断方法及其

适应证与禁忌证,手法治疗的各项技术等均作了全面深入论述,提纲挈领一目了然;其次分8个章节,详细地介绍了关于脊椎、四肢关节、肌肉、内脏、儿童等不同部位和类型的手法要点及操作示范,显示了手法亮点。第三,分析全面,论述周详,如关节脊柱“阻滞”发生原因在较常见原因的论述中指出“相对固定与相对活动段的交界处,局部负荷特别大,例如腰骶椎交界处等较易出现假性神经病综合征,此处亦常有骨盆——下肢静力平衡异常,腰椎前凸增加易伴腰骶交界处紊乱。整个脊柱乃由个别功能单位组成,一个个别节段的紊乱可以影响整个脊柱。一个节段的阻滞,可导致邻近及其他节段的继发性阻滞”。因此,有时在治疗原始某关节阻滞,不能消除症状的基础上要采用对整个脊柱全面由上而下治疗。显然这种全面剖析疾病状态是十分科学的。这类论述全书比比皆是。也从一个侧面反映了作者临床经验丰富,对疑难疾病有深度认识能力。

“精”,全书体现了精心,精准的学风。书中辑入图画533幅,可谓图文并茂,而且绝大多数插图系作者亲自所绘,精心制作,十分优美,文图内容一致相得益彰。书中在论述每一个主题或每章每节时均立求深刻、准确。如在关于手法治疗技术介绍时,对关节手法分别介绍了松动手法和速冲去滞手法,对后者的论述十分周详,分别提出速冲去滞三原则,速冲去滞注意事项及严格遵循步骤,规定了应向患者所作解析说明的内容并要求有完整书面记录,而后介绍手法步骤,还附录了弗氏六项活动规则,最后应复查确认治疗效果,指出要客观科学的评价疗效,剖析有效与无效的机理,从而使医者手下明确心中了了。

“新”是该书第三个值得肯定的特点,全书不仅介绍了全套治疗节段与关节功能阻滞的全新手法,并阐述了相关的全新理论以及对发病和治疗的相关机理和新知识。如对内脏手法的基本原理,儿童手法的应用,以及手法医学病理生理学理论的探讨均属独树一帜。全书深刻地体现了理论与实践的结合,基础与临床的结合,传承与创新的结合。显然作者经过长时期的探索,不断总结实践经验,并在理论上深度剖析和构建了他所倡导与展示的“手法医学”知识体系,从而在认识“节段与关节功能紊乱”和康复领域铸就了一个新型的科学范式。何谓范式?美国著名科学哲学家托马斯·库恩指出范式是一个共同体成员所共享的信仰、价值、技术等等的集合,是常规科学所赖以运作的理论基础和实践规范,是从事某一科学的研究者群体所共同遵从的世界观和行为方式。取得了一个范式,取得了范式所容许的那类更深奥的研究,是任何一个科学领域在发展中达到成熟的标志。库恩认为一个范式就是一个公认的模式和模式。诚然王慰年教授所论述的“手法医学”正是开创了一种具有模式意义的科学范式,它的魅力将会吸引众多学者参与到这一学科群体里,必将用更为丰富的研究成果证实手法医学的科学性、实用性和创新性,并且昭示运用非手术疗法治疗骨科等疾病手法医学具有独特优势。

运用手法治疗骨伤科疾病,在中医学中有悠久的历史。早在春秋战国时期的《五十二病方》中已记载了按、摩、抚、搦等 10 余种手法。成书于秦汉时期的《黄帝内经》中亦明确提出,“经络不通,病生于不仁,治之于按摩醪药”,并记载了推法、切法、捏法等 10 余种手法,用于治疗痹症、痿症等多种疾病。在隋朝已建立了“隋朝太医院”,内设按摩博士一人、按摩师四人,说明当时已有了按摩专科并开展了教学活动。以后历代均有较大发展,清朝更至高峰。当时的国家出版典籍《医宗金鉴·正骨心法要旨》中对手法的重要性作了深刻论述:“夫手法者,谓以两手安置所伤之筋骨,使仍复于旧也。但伤有轻重,而手法各有所宜。其痊可之迟速,及遗留生理残障与否,皆关于手法之所施得宜,或失其宜,或未尽其法也。”同时强调手法施行者必须熟悉人体的解剖结构,指出:“盖一身之骨体,既非一致,而十二经筋之罗列序属,又各不同,故必素知其体相,识其部位,一旦临证,机触于外,巧生于内,手随心转法从手出。”中国医药学是一个伟大的宝库,有着极其丰富的内涵值得我们深度发掘并整理提高。当前如何在继承、创新、现代化、国际化的背景下,努力实现中医药学的创新性发展和创造性转化,已是包括中医药学人在内的我国全体医药学者共同的历史责任和时代使命!

王慰年教授出生于医学世家,上世纪 50 年毕业于我国名校复旦大学上海医学院,尔后执业于著名的上海市第一人民医院外科和骨科,在改革开放初期的 1979 年赴德国留学,获得名校医学博士,并先后就职于多家德国著名医院,于矫形外科、风湿外科造诣殊深,积累了丰富的临床经验,论著颇丰。先生始终怀着报效祖国培育之恩,不断将国外先进经验与国人交流分享,并将自己独创的医学见解用中文出版专著多部以飨国内读者。40 多年来多少次故国人情,游子之心总在惜别之际难以舍割。正如李白诗《送友人》曰:“青山横北郭,白水绕东城。此地一为别,孤蓬万里征。浮云游子意,落日故人情。挥手自兹去,萧萧班马鸣。”正是 40 载征程,40 载收获,祖国在改革开放中强大,莘莘学子走出国门为华夏复兴奉献智慧与力量,可歌可颂。值此王慰年教授新著工穷剞劂,谨致恭贺并叙。

施杞 识于 2019 年春

于上海中医药大学脊柱病研究所

序 二

手法医学源远流长。远古时期,古代人在对付自然灾害及抗击猛兽侵袭时,经常遭受创伤,人们会在伤处抚摸、按压以减轻症状,经过长期实践与经验积累,手法医学逐渐产生。《史记·扁鹊仓公列传》记载:“上古之时,医有俞跗,治病……鑿石、拊引、案扞”,俞跗是黄帝时代(约公元前 2700 年)的医师,治病采用砭石、导引、按摩等方法。西方医学之父希波克拉底(Hippocrates,公元前 460—前 377)曾描述按压脊柱的治病方法。公元 7 世纪,隋唐时代太医署设“按摩科”,“掌教导引之法以除疾,损伤折跌者正之”。中国医学非常重视手法治病疗伤,1742 年清代吴谦《医宗金鉴·正骨心法要旨》曰:“夫手法者,谓以两手安置所伤之筋骨,使仍复于旧也。”“是则手法者,诚正骨之首务哉。”阐明手法定义及其重要性。

王慰年博士出身医学世家,学贯中西。其父王灼祖是福建名医,先后就学于福建省高等学堂、北京协和大学医科、山东齐鲁大学医科,曾赴美国研修。1942 年福州鼠疫、霍乱等传染病流行,王灼祖积极团结福州医界,创办福州合组医院(福建医科大学附属医院前身),任院长,为疫情控制起积极、有效作用。1955 年王灼祖任福建省卫生厅副厅长、福建省中医药学术研究委员会副主任。王灼祖乃近代福建省医学界泰斗,为福建省医学发展作出重大贡献。

王慰年博士学识渊博,医术精湛,涉猎面广,一专多能。1958 年他毕业于上海第一医学院医疗系,后任上海市第一人民医院外科、胸外科、骨科主治医师。1979 年他赴德国留学,获博士学位,并取得矫形外科、风湿外科、手法医学医师执照。王慰年博士在德国从医 40 年间,前期主要从事矫形外科、风湿外科、手外科手术治疗,曾任德国萨林纳矫形外科医院副院长、风湿外科主任。随着现代信息化、老龄化社会的到来,脊柱病及骨关节病的发病率逐年增加,而这类病患首先应考虑非手术治疗。近年来,王慰年博士为适应社会与民众需求,大力开展手法医学研究,以其作为临床实践的主要治病方法,并撰写《手法医学理论基础与技术操作》一书。该书既总结个人临床实践经验,又参考欧美各家著作与手法

技巧,图文并茂,阐释详尽,为手法医学工作者提供珍贵的理论与实践指南。

该书付梓之际,著者嘱余写序。余拜读大作后,深感内容博大精深,既融汇中西,又传承古今,实难能可贵,手此一卷,平生有幸,故欣然命笔作序,以飨读者。

王和鸣

2019年元月

自序

江河中的一滴水或随波逐流或经惊涛骇浪，辗转奔泻于万里之外；一个人有时也会由偶然的时代机遇，如一滴水流淌于万里之外的江海，流落于异国他乡。但一个人与一滴水毕竟有根本区别，它在于一个人有对祖国故土的难舍情怀、思念与责任。回顾当年（1953年）经全国统一招考有幸入学医学高等学府，上海第一医学院（即今复旦大学上海医学院），当时国家在经济、国力还极端困难的条件下，不但免除所有同学全额学费，还负担学习过程全部住宿、三餐乃至医疗等等。

作为学子的心愿就是学成之后为祖国医学事业的发展，为保障、提高父老乡亲的体质与健康奋斗终生，此乃自己作为莘莘学子中的一员，不敢有所忘怀的“初心”。

出国留学、进修目的何在？其实很简单，就是多学些知识、多开阔眼界，努力多做些有益于促进祖国医学发展的事。

时代赋予每个人不同的机遇与可能，有的人有幸在家乡故土直接为自己的父老乡亲、同胞兄弟姐妹尽心服务，可惜不是人人都有此等幸运啊！虽境遇不同，居处各异，但不论身居何处，哪怕是异国他乡，也要积月累年、刻苦学习积累资料，以某种特别的方式（如撰写医学专业书籍）为祖国医学事业添一片薄砖，加一块薄瓦，以回馈国家与社会。

人的能力有大小，还要努力克服如脍炙人口的谚语“大事做不了，小事不愿做”的懒汉思维，改为“大事做不了，小事也要踏实努力做”的为人和办事态度。

退休前除了谋生还要加倍努力学习、踏实工作、治病救人；同时做积累相关资料的有心人，等到退休后才能如愿以偿，集中精力进行写作。工作强度，减少睡眠有过于退休前……从中“没知没觉”（上海话）已过八十有三！其间特以中文写了三本书，前两本为手术治疗，分别是《人工膝关节——理论基础与临床应用》和《类风湿关节炎的外科手术治疗》；现出版的第三本书《手法医学理论基础与技术操作》，为非手术治疗专著。希望它们对欧美医学与祖国医学理论与实践的相互取长补短、共同发展起到一定的积极作用。

专心致志、埋头伏案也往往会忘却个人微不足道的多舛命运，而乐在其中。

诚谢中医现代医学科研带头人、中医手法医学专家施杞教授,福建省中医药研究院院长、中医手法医学专家、笔者良师挚友王和鸣教授作序;特别感谢中国工程院院士、手外科专家、手运动促进健康的积极推行者顾玉东教授亲笔手书赐词鼓励!

感谢上海市新闻出版局、上海市科委将本书列入“上海科技专著出版资金”项目,这是给予本书的肯定与殊荣。

感谢上海科学技术文献出版社各位同仁自始至终全力支持和踏实、细致的工作,感谢为本书的出版出过力、流过汗的所有出版社、印刷厂的朋友们。

全书内容基于个人学习心得,有限的实践经验,参考欧美各家的著作与经验,特别是德国著名手法医学专家毕氏(Bischoff)与他的合作者莫氏(Moll)的著作。毕氏(Bischoff)是本人参加的德国执照医师的手法医学培训班[ISNY-Neutrauburg. 由塞氏(Sell)创建的MWE,后由毕氏(Bischoff)继续领导的培训班]的指导老师;还有德国著名手法医学专家诺氏(H.-D Neumann)的著作等。此外还参考已有数十年历史的德国《手法医学杂志》(*Manuelle Medizin*)。

本书共有插图613幅为笔者手绘。以期结合图像,便于读者理解书中较抽象、枯燥的文字内容,特别是技术操作与理论部分。

笔者才疏学浅,经验有限,书中谬误与不妥之处,恳请读者不吝指正。

王慰年

2019年1月8日

目 录

绪言	/ 1
1 手法医学基础概念	/ 3
1.1 关节活动	/ 3
1.1.1 关节主动与被动活动	/ 3
1.1.1.1 关节主动活动	/ 3
1.1.1.2 关节被动活动	/ 3
1.1.2 正常与异常关节活动度	/ 4
1.2 阻滞	/ 5
1.2.1 阻滞及其分类	/ 6
1.2.1.1 阻滞的方向	/ 6
1.2.1.2 阻滞的程度	/ 6
1.2.2 阻滞可能的发生原因	/ 6
1.2.2.1 脊椎原性阻滞	/ 6
1.2.2.2 静态异常负荷	/ 7
1.2.2.3 动态异常负荷	/ 7
1.2.2.4 精神心理因素	/ 7
1.2.2.5 脊柱与内脏的交互关系	/ 8
1.2.2.6 脊椎节段阻滞与肌止点病的交互关系	/ 9
1.2.2.7 诺氏原因分类	/ 10
1.3 病理性关节活动度过大的原因、诊断与治疗	/ 10
1.3.1 局部性关节活动度过大	/ 10

1.3.1.1	致病原因	/ 10
1.3.1.2	检查与诊断	/ 10
1.3.1.3	治疗	/ 12
1.3.2	全身性关节活动度过大	/ 12
1.4	手法治疗适应证与禁忌证	/ 13
1.4.1	适应证	/ 13
1.4.2	禁忌证	/ 13
1.4.2.1	绝对禁忌证	/ 13
1.4.2.2	相对禁忌证	/ 14
1.4.3	手法治疗的并发症	/ 15
1.5	手法治疗各项技术、设备概述	/ 15
1.5.1	基本措施与条件	/ 15
1.5.1.1	手的使用	/ 15
1.5.1.2	手法治疗床	/ 15
1.5.2	手法治疗技术	/ 16
1.5.2.1	针对关节周围相关软组织的手法治疗	/ 16
1.5.2.2	主要针对关节的手法治疗技术	/ 17

2 脊椎手法医学诊断与治疗 / 23

2.1	关节阻滞临床征象与诊断	/ 23
2.1.1	关节阻滞所致刺激征象	/ 23
2.1.2	脊椎节段的解剖定位,椎间关节与节段刺激点	/ 23
2.1.3	临床征象与各种综合征	/ 25
2.1.3.1	颈椎综合征	/ 26
2.1.3.2	胸椎综合征	/ 27
2.1.3.3	腰椎综合征	/ 27
2.1.3.4	坐骨神经痛	/ 28
2.1.3.5	骶髂关节阻滞	/ 28
2.1.3.6	尾骨痛	/ 29
2.1.4	临床检查	/ 29

2.1.5	手法医学针对性检查与诊断	/ 30
2.1.5.1	椎关节阻滞的三步诊断法	/ 30
2.1.6	脊柱各节段功能活动检查	/ 31
2.1.6.1	腰椎	/ 31
2.1.6.2	胸椎	/ 42
2.1.6.3	胸椎-肋骨关节	/ 51
2.1.6.4	骶髂关节	/ 61
2.1.6.5	颈椎	/ 89
2.1.6.6	斜颈的手法治疗	/ 111
2.1.6.7	颞(颞)颌关节与手法治疗	/ 111
3	四肢关节手法医学诊断与治疗	/ 118
3.1	四肢关节临床检查	/ 118
3.2	手法处理原则	/ 119
3.3	上肢各关节的检查与手法治疗技术	/ 121
3.3.1	腕与手部各关节	/ 121
3.3.2	肘关节	/ 133
3.3.3	肩关节	/ 139
3.4	下肢关节检查与手法技术	/ 148
3.4.1	足	/ 148
3.4.2	膝关节	/ 157
3.4.3	髋关节	/ 163
4	肌肉手法治疗技术	/ 167
4.1	理论基础	/ 167
4.2	肌肉展伸技术	/ 168
4.3	触发痛点治疗	/ 168
4.4	结缔组织的功能	/ 170
4.5	筋膜按摩	/ 170