

中国

推拿

流派比较研究



唐宏亮◎著

天津出版传媒集团  
天津科学技术出版社

# 中国推拿流派比较研究

唐宏亮 著

天津出版传媒集团



天津科学技术出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

中国推拿流派比较研究 / 唐宏亮著. -- 天津 : 天津科学技术出版社, 2018.5

ISBN 978-7-5576-5337-8

I. ①中… II. ①唐… III. ①推拿—中医流派—研究  
IV. ①R244.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 119658 号

---

责任编辑: 张 跃

责任印制: 张军利

天津出版传媒集团 出版



天津科学技术出版社

出版人: 蔡 颢

天津市西康路 35 号 邮编 300051

电话 022-23332399

网址: [www.tjkjcs.com.cn](http://www.tjkjcs.com.cn)

新华书店经销

武汉华东印务有限责任公司印刷

开本 787×1092 1/16 印张 9.25 字数 150 000

2018 年 5 月第 1 版第 1 次印刷

定价: 28.80 元

# 前 言

随着推拿“市场”如火如荼，各级医疗机构纷纷开展或扩大了推拿治病保健服务的项目，更有众多非医疗性推拿保健服务，乃至家庭自我按摩保健迅速发展，推拿更是备受青睐。然而推拿已经发展成为一门具有特色治疗体系的临床学科。历史上，中医、针灸、推拿之术均为师徒相传，在各种传统文化的影响下，逐渐形成了各具特色的推拿流派。本书在阐述推拿按摩的发展历史，从推拿与推拿学的定义及特点入手，直至推拿的发展源流，推拿的作用原理和治疗原则，人体气血运行的通路，内属脏腑，外络肢节，通达表里，贯穿上下。从甲骨文看推拿起源一直到中华人民共和国成立后推拿专业的逐步推进，深入剖析了推拿按摩各流派之现状的基础上，对传统流派按摩方法和手法进行了详细阐述，并且对中国主要推拿流派进行介绍，指在一个地区内流传而且有一定的声誉，有一定的学术理论为指导有丰富的实践经验，并具有擅长的主治范围和独特的练功及专业训练方法。每一流派都有其独特手法（主要手法）和多种辅助手法形成套路。从小儿推拿各流派、学术思想及手法操作上进行了详细的介绍。博采古今中外之精华，有利于弘扬中华按摩技术。

本书撰写参考了很多专家、学者的著作和研究成果，同时得到了广大业内人士的热情帮助，提出许多宝贵意见，在此表示深深的感谢。

由于时间仓促，撰写水平有限，书稿虽经多次整理审修，仍不免有错误与不妥之处，恳切希望海内外同道与广大读者提出宝贵意见，是谓莫大勉励与支持。

# 目 录

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| 第一章 中国推拿理论与流派认知研究.....      | 1  |
| 第一节 推拿与推拿学定义及特点 .....       | 1  |
| 第二节 推拿发展源流 .....            | 5  |
| 第三节 推拿的作用原理和治疗原则 .....      | 17 |
| 第四节 中国推拿流派现状分析 .....        | 22 |
| 第二章 中国主要推拿学术流派的传承与发展 .....  | 29 |
| 第一节 一指禅推拿流派 .....           | 29 |
| 第二节 内功推拿流派 .....            | 33 |
| 第三节 滚法推拿流派 .....            | 37 |
| 第四节 正骨推拿流派 .....            | 41 |
| 第五节 点穴推拿流派 .....            | 53 |
| 第六节 脏腑推拿流派 .....            | 54 |
| 第三章 小儿推拿综述与流派现状研究.....      | 59 |
| 第一节 小儿推拿的源流与发展 .....        | 59 |
| 第二节 小儿推拿治疗概要 .....          | 65 |
| 第三节 当代中医小儿推拿学术流派的研究现状 ..... | 80 |
| 第四章 小儿推拿流派学术思想与手法研究.....    | 85 |
| 第一节 三字经推拿流派——李德修 .....      | 85 |
| 第二节 孙氏儿科推拿流派——孙重三 .....     | 89 |
| 第三节 张氏儿科推拿流派——张汉臣 .....     | 96 |

|           |                     |     |
|-----------|---------------------|-----|
| 第四节       | 海派儿科推拿流派——金义成 ..... | 101 |
| 第五节       | 刘氏儿科推拿流派——刘开运 ..... | 122 |
| 第六节       | 小儿捏脊流派——冯泉福 .....   | 130 |
| 参考文献..... |                     | 139 |

# 第一章 中国推拿理论与流派认知研究

人类自诞生之日起为了求得自身的生存和发展，就要不断地从事生产劳动，并与自然和社会各种不利因素做斗争，艰苦的劳作使急性损伤、慢性劳损和疾病人类健康的主要威胁。在生产和生活实践中人们本能的使用一些按摩动作来缓解疾患所导致的病痛，逐渐发现一些按摩手法能缓解或减轻疼痛，在此基础上人们逐渐认识到按摩对人治疗作用。

## 第一节 推拿与推拿学定义及特点

### 一、推拿与推拿学的定义

推拿，也叫按摩，是人类最古老的一种治疗方法，是一门传统的经验医学，同时又是一门年轻的、有发展前途的医学学科。属于中医外治疗法范畴，是中医学伟大宝库的重要组成部分。进而，人们开始有目的地把按摩用于医疗实践，并不断地加以总结和传承，逐渐形成了推拿治疗体系。我国按摩疗法最早的文字记载见于三千多年前殷商时期的甲骨文中，而这一体系的形成是在两千多年前的前秦两汉时期，当时有两部医学巨著，即《黄帝内经》（以下称《内经》）和《黄帝歧伯按摩十卷》。作为学科名的“按摩”一称，始见于《内经》。这两部医书第一次完整地建立了中医学的理论体系，也确立了按摩作为一门医疗学科在中医学体系中的地位和作用。

随着社会的发展，人们逐渐发现了自然药物的治疗作用。从一些古籍史书的论述中，可以发现人类最早的治疗方法是属于物理性质的疗法，如按摩、热敷和针灸等。社会生产力的进一步发展和科技的进步，让人们进一步合成了化学药物。中国明代的炼丹术，就是化学药物的萌芽。而现代更是发展了各种生物制剂、组织工程和基因以及干细胞等治疗技术。这些

发展过程标志着科技的发展和医学的进步，为人类战胜和预防疾病提供了坚实的保障。但这些药物和新的治疗技术在取得巨大治疗作用的同时，也不可避免地伴随着多种毒副作用。随着人们健康意识的不断增强以及亚健康概念的提出，以推拿为代表的一般不伤及人体健康的无创性治疗方法受到了当今社会的推崇，推拿疗法在医疗及保健中的作用不断增强。此外，对推拿手法和相关治疗机理及应用基础研究的加强，使得推拿疗法更加科学化和规范化。从以上发展现状和规律来讲，推拿学又是一门年轻而有发展前途的医学临床学科。

推拿学，是在中医学和现代科学理论的指导下，阐述和研究运用手法和功法防治疾病的方法、规律和原理的一门医学学科。

## 二、推拿和推拿学的特点

“按摩”是对中医手法医学的传统称呼。到了明代，出现了“推拿”一词，此后两者并存、通用。目前我国多以“推拿”命名这一学科。据考证，明代从“按摩”到“推拿”这一学科名称的演变，正是在按摩科被官方取消以后，这也许不是巧合。早期按摩手法种类较少，常用的按法和摩法，也就成为学科的代名词。但即便是现在“推拿”一词也无法全面涵盖这一学科，因为单从字面上理解“推”和“拿”仅是两个推拿手法种类而已。随着对外交流的全面展开，需要对推拿专业术语进行准确的翻译。目前参考中国武术(Kungfu)的译法，多将推拿翻译为Tuina。此外，还有manipulation和massage等翻译。

中医理论体系的形成是建立在丰富的临床医疗实践和当时哲学思想基础上的。推拿也是中医学的重要组成部分。推拿为中医学的理论体系建设积累了大量的医疗经验。《引书》和《五十二病方》介绍了许多推拿手法，其中有脊柱推拿和膏摩、药摩等。《内经》共36卷162篇，其中《素问》有9篇论及推拿，《灵枢》也有5篇论及推拿。由此可以看出，推拿对中医学理论体系的建立起到一定的作用。

推拿在祖国的医学领域已经有着非常悠久的历史，是一门古老的经验医学，也是一门实践性很强的临床医学学科。推拿通过手法治疗来达到治疗目的。手法治疗是指操作者用手或肢体的其他部位，或借助一定的器具，

在受治者的体表做规范性的动作，以医疗和保健为目的的一种治疗方法。推拿疗效的好坏直接与推拿手法的质量相关。因此，要掌握每种推拿手法的具体操作方法。在学习、模仿和练习各种推拿手法的基础上，还必须重视推拿实践的积累，其中手法的基本功训练和临床实践是两个重要的方面，要熟知每种推拿手法的具体操作及推拿手法对每个具体疾病的治疗原理。此外，作为一名合格的推拿医生必须掌握扎实的医学基础理论和医学知识背景，特别是解剖学、神经科学和骨伤科学等学科知识。这样才能掌握好正确的推拿适应证，减少推拿失误，提高疗效。

推拿学以治疗方法作为学科的核心内容，具有以下三个特点。

### （一）手法治疗和功法训练是推拿学的基本特征

以术者的手或肢体其他部位，或者借用一定的器具以达到手功能的延伸，在患者体表上做规范性的动作，来达到防治疾病目的的方法，称为手法。其具体的操作形式有很多种，包括用指、掌、腕、肘，以及肢体其他部位如头、足等，甚至运用桑枝棒，直接在患者体表进行操作，通过功力作用于特定部位或经络腧穴而产生作用。手法治疗包含两个要素：①手法操作以医学理论为指导，以防治疾病为目的；②手法操作在患者体表进行，不需要进入人体内部，是一种无创的自然疗法。

功法训练有两重意义：一是推拿专业人员本人必须进行功法锻炼，有利于掌握手法技巧、增强体质，胜任长时间的手法操作和工作。二是指导和帮助患者进行功法训练，延伸推拿治疗效果。术者的功法锻炼有动功和静功之分，训练患者的功法锻炼是术者针对患者不同疾病的病机和症状，选择中国传统功法如易筋经、五禽戏、太极拳等相应的功法姿势，指导和帮助患者进行意念、呼吸、形体结合的功法锻炼。

### （二）中医学和现代科学理论的紧密结合是推拿学的理论内涵

推拿是中医外治法之一，虽不同于药物，但其基本理论仍以中医基础理论为依据，如阴阳五行、脏腑经络、气血津液等。推拿的临床治疗特点为手法在人体体表上的操作，以及运动人体肢体的治疗方式，在基础理论应用方面，以经络腧穴为重。经络学是推拿学的重要理论基础，特别与经络学中的“皮部”和“经筋”密切相关。推拿学不但重视传统的腧穴，而且还有一些在十四经穴以外具有自身特色的穴位，如呈线状穴、面状穴

的天河水、三关、六腑、五经穴和板门等。

在临床治疗中，治疗不同系统疾病时应用的理论存在一种多元现象。如治疗内科、妇科疾病时，应用的是中医脏腑学说、经络学说等理论；治疗儿科疾病时，应用的是小儿推拿的特定穴位、小儿推拿复式操作法等独特理论；在治疗运动系统疾病时，应用的是现代解剖学、生理学、病理学等理论。从现代科学的角度看，推拿学是一种以力学为特征的物理疗法，所以为了正确地掌握操作手法，推拿学十分重视现代生物力学的理论和应用。

### （三）广泛的适应证和严格的禁忌证是推拿学的临床特点

推拿治疗疾病的范围较广。由于手法能改善骨伤科、内科、妇科、神经科、儿科等疾病的某些病理过程，可缓解症状，对于运动、神经、消化、呼吸、循环及泌尿生殖系统等疾病都有一定的疗效，故而得到广泛运用。

手法所产生的治疗效果，是由手法的作用原理所决定的。当不同的疾病出现同一病理变化，手法作用能产生治疗效果时，临床症状就得以改善和消除。但是，当同一疾病在不同时期的某一病理阶段，手法无法产生作用时，治疗就无效。因此，手法的临床应用，一定要根据不同疾病及不同的病理阶段，把握好手法能产生的主治、辅助，以及参与的不同作用，进行有针对性的治疗；对无效及可能发生的有害结果，应该清楚，加以避免。

推拿作为一种自然疗法，没有药物的毒副作用，更是一种无创伤疗法，但它毕竟是一种外力作用于人体，如果操作错误，患者体位不当或精神过于紧张，就可能出现一些异常情况，这些在临床中所产生的异常情况称之为推拿意外。推拿意外发生的原因有以下几点：①诊断不明或误诊；②对疾病的机制和手法作用的原理缺乏认识；③手法操作或者选用不当；④未注意推拿治疗的适应证和禁忌证。

术者要提高自身的理论基础和医疗技能，具体应做到：①提高诊断的正确率，避免误诊误治而发生意外；②提高手法操作的正确性和安全性，特别是一些摇、扳、拔伸等运动关节类手法；③在治疗时需注意选择适当的体位。只有这样，才能减少和避免推拿意外的发生。

## 第二节 推拿发展源流

推拿是人类掌握最早的医疗方法之一，是人类祖先在生产劳动和生活实践中，对伤痛的本能自我防护的产物。人们为了减轻或缓解病痛，会不自觉地用手抚摸、按摩或拍打损伤病痛部位及其周围部位。当使用这些本能的推拿手法使疼痛缓解后，人类逐渐体会或认识到某一种手法的作用，并随着经验的积累而形成原始的推拿经验。经过不断的总结和提高，使得原始本能的推拿行为发展到自觉的医疗行为，从单个或某几种手法发展到多个手法的运用，手法的种类也日渐丰富，成为古代的推拿医术。我国在上古神农时代就已经运用按摩技术治疗疾病，而世界各国的古代文明也是如此。

### 一、从甲骨文看推拿起源—推拿源于人的本能

我国按摩的最早文字记载是在三千多年前的殷商时期的甲骨文中，有“拊”“摩”“搔”等按摩手法的名称。《素问·异法方宜论》记载有“中央者，其地平以湿，天地所以生万物也众，其民食杂而不劳，故其病多痿厥寒热，其治宜导引按跷，故导引按跷者，亦从中央出也”。这里的“中央”，就是古代殷商地，现今河南安阳一带。

推拿起源，可能萌芽于人类本能的自我防护反应。原始社会，当人类在繁重而艰苦的劳动生产过程中，经常发生损伤和病痛时，会不自觉地用手抚摸、拍打伤痛局部及其周围。当这种抚摸、拍打使疼痛减轻后，人类就会从中不断地积累经验，逐渐由自发的本能行为发展为自觉的医疗手段，再经过不断地总结、提高，就成为一门古代的推拿医术。古代殷商地处中央，而《素问·异法方宜论》记载：“中央者，其地平以湿，天地所以生万物也众，其民食杂而不劳，故其病多痿厥寒热，其治宜导引按跷。故导引按跷者，亦从中央出也。”故有学者认为按摩之法为殷人发明。

## 二、先秦至春秋时期，推拿是治疗和养生保健的主要手段

从现有文献资料看，先秦时期常常将“导引”和“按摩”联系在一起相称。1973年，长沙马王堆出土的帛画《导引图》描绘了44种导引姿势，注明了各种动作所防治的疾病。这些动作，简书《引书》是一部导引术专著，其中有捶背、抚胸、按压等动作，就是自我按摩的方法。湖北省江陵县张家山出土的其中也描写了治疗颞下颌关节脱位的口内复位法、治疗落枕的仰卧位颈椎拔伸法、治疗肠游（痢疾）的腰部踩踏法和腰部后伸扳法，后伸扳法，将按摩方法用于骨伤科疾病的诊治。以及治疗喉痹的颈椎。

该时期的推拿还用于临床急救。《周礼注疏》一书中说：“扁鹊治虢太子暴疾尸厥之病，使子明炊汤，子仪脉神，子术按摩。”描述了春秋战国时期，名医扁鹊运用按摩等方法成功地抢救尸厥患者一事。

通过对春秋战国时期导引养生学成就的《引书》的总结，介绍了几种推拿方法用于骨伤科疾病的治疗，如颞颌关节脱位的口内复位法、落枕的仰卧位颈椎拔伸法、肠游（痢疾）的腰部踩踏法和腰部后伸扳法以及喉痹的颈椎后伸扳法。出土于长沙马王堆的《五十二病方》，介绍了10余种按摩手法以及药摩和膏摩，其中以摩法运用记载最多。我国第一部按摩专著《黄帝岐伯按摩十卷》就是秦汉时期成书的。《内经》记载了很多按摩方面的内容，如确立了手法医学的正式学科名称—按摩，阐述了按摩手法的作用机制，提出了按摩手法的适应证和禁忌证以及膏摩的使用等。《金匱要略》首次提到了“膏摩”一词，并将其与针灸和导引等疗法并列。介绍了对四肢重滞的患者可用导引、吐纳、针灸和膏摩等方法进行治疗。书中还详细介绍了手法“救自缢死”的操作方法，其急救手法包括了胸外心脏按摩术、按腹人工呼吸法、颈椎牵引、四肢关节屈伸法等。对此急救手法的评价是“此法最善，无不活也”，由此可见这套急救手法的成熟与有效。这也是世界医学史上救治自缢死的最早文献记载。

## 三、秦汉时期—推拿防治疾病的方法记载比较完整

据《汉书》记载，当时有推拿专著《黄帝岐伯按摩》十卷，是我国最早的推拿学专著，惜已佚失。《黄帝内经》是我国现存最早，且比较全面、

系统阐述中医学理论体系的古典医学巨著，约成书于秦汉时期。该书概括了按摩具有行气、活血、舒筋、通络、镇静、止痛、退热等作用；记载了按摩治疗口眼喎斜，以及按摩治疗痹证、痿证、胃痛等多种病症；描述了有关按摩工具“九针”中的“圆针”和“键针”；介绍了按摩治疗的适应证及禁忌证；还提出了对按摩人员的选才与考核标准。

东汉张仲景的《金匱要略·杂疗方第二十三》载：“……徐徐抱解，不得截绳，上下安被卧之。一人以脚踏其两肩，手少挽其发，常弦弦勿纵之；一人以手按据胸上，数动之；一人摩捋臂胫，屈伸之。若已僵，但渐渐强屈之，并按其腹。如此一炊顷，气从口出，呼吸眼开，而犹引按莫置，亦勿苦劳之。”阐述了推拿结合体外心脏按压“救自缢死”的方法。该书首次提出了“膏摩”一词，把药物外用与按摩手法相结合的外治方法称为“膏摩”，并将其与针灸、导引等法并列，用于预防保健。而且《金匱要略·中风历节病脉证并治第五》中还载有“头风摩散”膏摩方治疗头痛，并把方寸匕用作按摩工具。《史记·扁鹊仓公列传》记载了汉代名医淳于意以寒水拊（摩）头，并结合针刺足阳明脉治疗头痛、身热、烦满等症。东汉末年著名医学家华佗，不仅以发明“麻沸散”和施行外科手术而闻名于世，而且还是按摩治疗与自我按摩导引的倡导者。《后汉书·方术传》记载华佗发明了五禽戏导引法。五禽戏的主要作用是“引挽腰体，动诸关节，以求难老”“亦以除疾，并利蹄足”。说明这一导引法既可延年益寿，也用来治疗骨伤科四肢关节等处的疾患。《三国志·华佗传》载有华佗将膏摩用于腹部外科手术后的康复。

#### 四、两晋南北朝时期—推拿用于急症抢救

葛洪在《肘后备急方·卷一》中记载治卒心痛方：“闭气忍之数十度，并以手大指按心下宛宛中，取愈。”治卒腹痛方：“使患者伏卧，一人跨上，两手抄举其腹，令患者自纵重轻举抄之，令去床三尺便放之，如此二七度止，拈取其脊骨皮，深取痛引之，从龟尾至顶乃止，未愈更为之。”治卒腹痛方所介绍的“拈取其脊骨皮，深取痛引之”的方法，可谓是最早的捏脊法。

捏脊法和抄腹法的出现，表明推拿手法逐渐从简单的按压、摩擦，向手指相对用力且双手协同操作的成熟化方向发展。葛洪还非常重视膏摩的应用，《肘后备急方》首次对汉代以前的膏摩方做了系统总结，历代广为

流传的“苍梧道士陈元膏”即出于此。《刘涓子鬼遗方》记载有 14 首膏摩方，其中有 10 首专用于摩治外科病症。

## 五、隋唐时期—推拿专业化

隋唐时期，推拿已发展成为一门专业的治疗方法，得到了政府的认可，在医学分科设置中按摩科占据了重要位置。隋代所设置的全国最高医学教育机构—太医署，有按摩博士的职务。唐承隋制，建有医科学校，由太医署管理，内分医师、针师、按摩师等；但对过于庞大的按摩科设置予以裁减，同时增加了“按摩工”这一职称。《新唐书·百官志·第三十八》记载：“按摩博士一人，按摩师四人，并从九品下；掌教按摩导引之法，以除疾病，损伤折跌者正之。”按摩科培养的按摩人才，不仅承担临床医疗任务，还负有宫廷保健与指导导引养生的责任。《诸病源候论》《千金方》《外台秘要》等著作中均蕴含了大量的推拿内容。

隋唐时期的推拿学术发展有如下特点。

(1) 推拿已成为骨伤科疾病的普遍治疗方法，不仅适用于软组织损伤，而且也应用于骨折、脱位等。唐代藺道人所著的《仙授理伤续断秘方》是我国现存最早的骨伤科专著，第一次系统地将手法运用于骨伤科治疗之中，提出治疗闭合性骨折的四大手法“揣摸、拔伸、搏捺、捺正”。这对后世正骨推拿流派的形成和手法治疗在正骨科中重要地位的确立，具有深远意义。

(2) 推拿疗法渗透到内、外、儿等科。《唐六典》中载有按摩可除风、寒、暑、湿、饥、饱、劳、逸八疾，并说：“凡人肢节脏腑积而疾生，宜导而宣之，使内疾不留，外邪不入。”孙思邈《千金方》尤推崇按摩疗法治疗小儿疾病，如将按摩、膏摩应用于“鼻塞不通有涕出”“心腹热”“中客”“重舌”“新生儿不啼”等病症的治疗。

(3) 推拿被广泛地应用于防病养生。隋代的《诸病源候论》，全书五十卷中几乎每卷都附有导引按摩法。唐代孙思邈将按摩用于小儿保健：“小儿虽无病，早起常以膏摩囟上及手足心，甚辟风寒。”其在《千金要方》中详细介绍的“婆罗门按摩法”和“老子按摩法”都是自我推拿、自我锻炼的方法。

(4) 膏摩得到了进一步发展。《千金要方》载：“凡作膏常以破除日……病在外，火炙摩之；病在内，温酒服如枣核许。”孙氏首先指出了膏摩方的常规用法，即视病位的不同外摩或内服，并详述了膏摩方的制作方法。而《外台秘要》所载膏摩方主要用于外摩，不再是内服与外摩兼用。《千金要方》《外台秘要》中收录了大量的膏摩方，膏剂种类很多，有莽草膏、丹参膏、乌头膏、野葛膏、五物甘草生摩膏方、苍梧道士陈元膏、木防己膏等，可根据不同病情选择应用。

(5) 对外交流比较活跃。推拿在唐代开始传到日本，日本文武天皇大宝二年(702年)颁布的“大宝令”，其“按摩科”的编制，就与我国唐代的编制完全相同。同时，国外的推拿方法也流入到我国，如《千金要方》中介绍的“婆罗门(古印度)按摩法”，说明印度很早就与我国有推拿学术交流活动。

特别是到了唐代，中国封建社会进入了全盛时期，推拿也进入了新的时期。按摩有了明确的治疗范围，膏摩在临床上得到了广泛的应用。开始设有按摩专科，有了按摩专科医生。如隋代设有按摩博士一职，到唐代又设立了按摩科，按摩医师有了系列职称。按摩教育步入正轨，进行有组织的教学活动。据《唐六典》记载隋代太医署按摩科设有按摩博士20人，按摩师120人，按摩生100人。到了唐代，按摩科设置按摩博士1人，按摩师4人，是教学人员；按摩生15人，为在校学生；在按摩师和按摩生之间增加了按摩工这一层次，人数为16人，是直接为宫廷服务的推拿临床人员。隋唐时期按摩科的设立，统一了以前对手法医学的混乱命名。诸如按跷、消摩、案扞和按跻等手法医学的异称都已被“按摩”这一称谓所取代，按摩成了手法医学的法定名称。隋唐时期按摩的治疗范围也逐渐扩大，如《唐六典》记载，按摩可除八疾“风、寒、暑、湿、饥、饱、劳、逸”。《外台秘要》说：“如初得伤寒一日，若头痛背强，宜摩之佳”。《诸病源候论》说：“……相摩拭目，令人目明”。《肘后备急方·救卒中恶方》说：“救卒中恶死……令爪其病人人中，取醒”。隋代太医巢元方所著《诸病源候论》中记载了大量的自我推拿手法，其中对摩腹法进行了较为详细的介绍。唐代孙思邈的《千金方》对当时的按摩疗法与按摩养生法也作了总结。书中以较大的篇幅论述了儿科疾患的推拿治疗，特别是膏摩法的应

用。唐代王焘的《外台秘要》中保存了前人诸多的推拿资料，如记载了许多脊柱推拿手法和脊柱按压工具，如将脚掌背屈拉长小腿后部肌群，以使痉挛的肌肉放松；治疗大小便不通的授腹通便法等。《仙授理伤续断秘方》是我国现存最早的骨伤科专著。该书首次将推拿手法系统的应用于骨伤科疾病的治疗中，这对正骨手法和骨伤科推拿学派的发展有很大影响。

## 六、宋金元时期—推拿治病理论不断丰富

宋太医局取消了隋唐以来近 400 年的按摩科设置，推拿医学在经历了隋唐时期的高潮后暂时落入低谷。《宋史》载有按摩专著《按摩法》和《按摩要法》，可惜均佚而不传。尽管如此，我们仍然可以在宋金元时期的一些医学著作中，找到大量散在的推拿内容，推拿疗法的学术体系在发展中不断丰富和完善。这一时期对推拿继承与发展做出较大贡献的有《太平圣惠方》《圣济总录》《古今医统大全》等。

宋代的《圣济总录》对推拿做了理论和应用上的发挥，是对《黄帝内经》以后推拿理论的一次全面总结整理，对推拿理论发展做出了较大的贡献。书中的“大补益摩膏”摩腰补肾，就是其推拿补虚理论的大胆实践。《圣济总录·卷四·治法》提出对按摩手法要进行具体分析，而后才能正确认识按摩的作用和临床应用。如“可按可摩，时兼而用，通谓之按摩。按之弗摩，摩之弗按。按止以手，摩或兼以药：日按日摩，适所用也”，以及“大抵按摩法，每以开达抑遏为义。开达，则壅蔽者以之发散；抑遏，则剽悍者有所归宿”。该书还把按摩用于养生保健，说：“养生法，凡小有不安，必按摩接捺，令百节通利，邪气得泄。”还指出，“凡坠堕颠仆，骨节闪脱，不得入臼，遂致蹉跌者”，用按摩手法复位；对骨折者“急须以手揣搦，复还枢纽”，最后“加以封裹膏摩”。《太平圣惠方》收集了大量的膏摩、药摩方，是对宋以前膏摩疗法的总结。膏摩的制备较唐代有了改进，膏摩应用向专病发展，而且其对膏摩的部位也有了新的认识。《太平圣惠方》还首次载有摩腰方，后世的摩腰膏、摩腰丹都是在此基础上发展而来。摩顶膏治疗眼疾的具体膏摩法也被首次提及，书中出现的铁匙等膏摩工具，是对《金匱要略》以“匕”摩顶的进一步发展。元代名医危亦林所著的《世医得效方》记载了利用身体的重力牵引复位的各种方法，特别是髋关节脱

位的倒吊复位法和脊椎骨折的悬吊复位法，以身体下坠力来替代拔伸手法。此外，宋代还运用按摩催产，如宋代名医庞安时用按摩法催产获得“十愈八九”的效果。金代“攻下派”代表张从正的《儒门事亲》发展了推拿理论，提出推拿属于“汗、下、吐”三法中的“汗法”范畴的观点，是对《黄帝内经》及张仲景、华佗、《圣济总录》等推拿理论的补充，首次提出了推拿具有发汗的作用。张氏认为推拿属于汗法范畴，但在其临床具体应用中，也应用推拿催吐、泻下，所以说，推拿实际上包含了张氏“汗、吐、下”三法的作用。

金元时期，推拿临床运用的范围更加广泛，并在此基础上产生了丰富的诊疗理论，使按摩治疗作用的认识得到不断深化。成书于1098年的《十产论》最早描述了因异常胎位引起的各种难产以及各种相应的矫正异常胎位的按摩手法，特别是首次介绍了治疗胎位异常之难的转胎手法。这些发展使得宋代医生庞安时用按摩法催产获得“十愈八九”的疗效。元代危亦林的《世医得效方》记载了利用自身体重牵引复位的各种方法，即以身体下坠力来替代拔伸手法，如髌关节脱位的倒悬复位法和脊椎骨折的悬吊复位法。宋代还有《按摩法》和《按摩要法》各一卷，可惜均已亡佚。

## 七、明代—小儿推拿学术体系形成

明代的推拿学术发展有如下三个特点。

(1) 国家最高医学教育及医疗机构——太医院中设立按摩科，使推拿成为医术十三科之一《明史·卷七十四·太医院》写道：“太医院掌医疗之法，凡医术十三科，医官医师医士专科肄业，曰大方脉，曰小方脉，曰妇人，曰疮疡、曰针灸、曰眼，曰口齿，曰接骨，曰伤寒，曰咽喉，曰金镞，曰按摩、曰祝由。凡医家子弟，择师而教之，三年五年，一试、再试、三试，乃黜陟之。”

(2) “按摩”之名开始有“推拿”之称，始见于明万历年间(1573—1620年)1576年张四维所撰的《医门秘旨》。其原因可能是原本用来专指小儿按摩的“推拿”一词，由于当时小儿推拿的蓬勃兴起而影响甚大，广泛地取代了按摩的概念。也可能是官方取缔了按摩科(明隆庆五年，即1571年)，民间将按摩改称为推拿。