

医疗保健康复行业实用系列教材

实用康复理疗学

主编 成为品

SHIYONG KANGFU LILIAOXUE



民族出版社

医疗保健康复行业实用系列教材

实用康复理疗学

主编 成为品

民族出版社

图书在版编目(CIP)数据

实用康复理疗学 / 成为品主编. —北京: 民族出版社, 2018.5
医疗保健康复行业实用系列教材
ISBN 978-7-105-15396-1

I. ①实… II. ①成… III. ①理疗学-教材 IV. ①R454

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第124891号

医疗保健康复行业实用系列教材·实用康复理疗学

责任编辑 黄勤 彭素娥 向征
封面设计 金晔
出版发行 民族出版社
地 址 北京市和平里北街14号
邮 编 100013
网 址 <http://www.mzpub.com>
印 刷 北京艺辉印刷有限公司
经 销 各地新华书店
版 次 2018年11月第1版 2018年11月北京第1次印刷
开 本 787毫米×1092毫米 1/16
字 数 300千字
印 张 16.625
定 价 45.00元
书 号 ISBN 978-7-105-15396-1/R·534(汉79)

该书若有印装质量问题, 请与本社发行部联系退换。
编辑室电话: 010-58130030 发行部电话: 010-64224782



SHIYONG KANGFU LILIAOXUE



医疗保健康复行业实用系列教材
《实用康复理疗学》编纂委员会

主任 张海燕

主编 成为品

编写 成 严 李海燕

编委 (按姓氏笔画为序)

王 虹 王 鑫 王英利 王春杰 田 伟

成 严 成 灵 成为品 朱博文 刘亚利

许亚平 李 婧 李艳娜 李海燕 吴月明

余佩臻 张 琳 张明东 张洪斌 张振宇

张海燕 张家瑞 林毅青 周正坤 赵 月

倪静峰 徐俊峰 蔡芸蔓

主 审 董福慧 成 灵

审 稿 高 云 王征美



戚为品 主任医师

1964年1月入伍，先后就读并毕业于济南军区卫生学校、中国人民解放军第四军医大学（今中国人民解放军空军军医大学）、中国人民解放军后勤学院。曾任部队军医、后勤学院教员、北京按摩医院院长、中国残疾人就业服务指导中心副主任、中国盲人按摩指导中心副主任、东亚太平洋地区盲人按摩学会秘书长。现任国家职业技能鉴定专家委员会委员、保健按摩专业委员会副主任、国家职业技能鉴定所所长、中国民族医药学会保健按摩分会会长、中国民族医药学会芳香医药分会技术顾问。

代表中国残疾人联合会参与起草制定全国盲人医疗按摩和盲人保健按摩培训、就业和晋升问题的相关法规性文件，主持编写、出版《正常人体解剖学》《内科按摩学》《伤科按摩学》《妇科按摩学》《儿科按摩学》《医古文》《中医基础理论》《中医诊断学》等25门按摩中专教材，《触诊诊断学》《按摩学基础》《伤科按摩学》《妇科按摩学》《儿科按摩学》等5门盲人按摩专科和本科教材，《康复理疗培训教程》《实用按摩学手册》等，研制发明的专供盲人按摩教学用的“电脑经络人”“盲人按摩职业培训系统研究”获得国家科技二等奖，对我国盲人按摩事业的发展 and 残疾

人，特别是盲人就业做出了不可磨灭的贡献，是我国盲人按摩事业发展的奠基人。

受国家人力资源和社会保障部委托，主持制定、编写《保健按摩师国家职业标准》《保健按摩师国家职业资格培训教程》《芳香保健师国家职业标准》《芳香保健师国家职业资格培训教程》，参与组建保健按摩师、芳香保健师国家职业技能鉴定考试题库，对我国保健按摩事业起到了积极的推动作用，是我国保健按摩事业发展的领头人。

1998年起，曾多次到中国香港、台湾等地，开展关于中医按摩的讲学与交流，曾多次代表中国中医按摩界应邀访问美国、德国、意大利、波兰、日本、泰国、菲律宾、马来西亚等国家，开展关于中医按摩的讲学与交流，受到广泛好评，对世界推拿按摩事业的发展做出了卓越贡献。



张海燕 校长

1985年10月参加工作，致力于职业教育工作三十余年。现任国家职业技能鉴定专家委员会委员、保健按摩专业委员会秘书长、国家人力资源和社会保障部认定的国家职业技能芳香保健师和保健按摩师考试的命题专家、中国民族医药学会芳香医药分会执行会长、北京成人按摩职业技能培训学校校长。

1998年在国家劳动部（今国家人力资源和社会保障部）、中国残疾人联合会领导的关怀和指导下，成立了北京成人按摩职业技能培训学校，并被认定为“全国盲人按摩骨干、师资”和“全国保健按摩师考评员”培训、鉴定、考核基地。多年来，为国内外培养了十余万名保健按摩骨干、师资、考评员和保健按摩从业人员。连续十几年被北京市人力资源和社会保障局评为先进教师，并获得北京市政府特殊津贴奖。

受国家人力资源和社会保障部职业技能鉴定中心委托，组织国内知名专家制定、编写《保健按摩师国家职业标准》《保健按摩师国家职业资格培训教程》《芳香保健师国家职业标准》《芳香保健师国家职业资格培训教程》，参与组建保健按摩师、芳香保健师国家职业技能鉴定考试题库，为加速我国保健按摩事业的发展做出了突出贡献。

前 言

习近平总书记指出，中医学是中国古代科学的瑰宝，也是打开中华文明宝库的钥匙。中医按摩是中华民族独特的医疗、保健方法，是我国传统医学的组成部分，不仅为人民健康事业做出了巨大贡献，而且对弘扬民族文化、推动人类医学的发展起了积极的作用。随着人们物质生活、精神生活水平的普遍提高，人们的医疗保健意识日益增强，“预防为主、全民健身”已成为普遍共识和自觉行为。寻求无损伤、无副作用的祛病健身、延年益寿的方法，已是当今国内外人们的共同心愿。我国的传统医学，尤其是按摩医术，越来越受到世界各国人民的认可和重视。目前，在我国乃至世界，医疗保健按摩市场广阔、前景远大，正面临着新的发展机遇。为适应国内外对按摩的需求，满足广大中医按摩培训机构和爱好者，实现其为人类健康服务的愿望，由成为品教授和北京市成人按摩职业技能培训学校校长张海燕组织相关专家，参照国家保健按摩师职业标准，编写了《医疗保健康复行业实用系列教材》，旨在供全国各地中医按摩职业培训和按摩爱好者使用。

本套教材包括 11 门专业课程教材，分别是《按摩学基础》《实用正常人体学》《中医学基础》《经络腧穴学》《实用康复理疗学》《中医按摩学》《妇儿科按摩学》《脏腑经络按摩学》《反射疗法学》《芳香疗法学》《推拿治疗学》。其中，《按摩学基础》是中医按摩专业基础课程，是按摩专业的必修课；《实用正常人体学》主要讲述正常人体结构和生理功能知识；《中医学基础》主要讲述中医基础理论和常用诊法；《经络腧穴学》主要讲述十四经脉和常用腧穴知识；《实用康复理疗学》以康复、保健专业技术人员为对象，主要讲述传统康复理疗技术和现代康复理疗技术；《中医按摩学》主要讲述各级别的按摩技能和专家临床特色疗法；《妇儿科按摩学》主要讲述妇女和幼儿的生理病理特点、常

用按摩手法和穴位，以及妇女和幼儿常见病按摩治疗方法；《脏腑经络按摩学》主要讲述脏腑概论、经络概论、腹诊、腹部按摩手法以及脏腑按摩治疗常见病；《反射疗法学》主要讲述手部、足部诊断，耳部反射按摩疗法；《芳香疗法学》主要讲述芳香 SPA 概论、精油的基本知识、精油按摩操作方法以及芳香疗法的应用；《推拿治疗学》主要讲述临床常见疾病的检查诊断方法以及治疗手法。

本套教材在保证内容科学性、系统性的前提下，注重了内容的广度、深度和实用，更着重于按摩临床实践的需要，在中医基础理论中加入诊法，改名为《中医学基础》。同时，还将保健按摩师初级、中级、高级、技师、高级技师五个级别调整为初级技师、高级技师、技师三个级别，并编入专家临床特色疗法，命名为《中医按摩学》，既体现按摩的传统特色，又结合按摩的现代原理和研究成果，还增写了多位专家、教授的临床经验，使教材通俗易懂，深浅适当，既适合教学，又适合按摩爱好者自学。

本套教材在编写过程中得到中国中医研究院望京医院、北京联合大学特教学院、北京新中一教育集团领导的大力支持，在此表示衷心感谢。

教材是培养专业人才和传授知识的重要工具，教材质量的高低直接影响到人才的培养。由于本套教材有些科目是首次编写，难免存在不足之处，衷心希望各位按摩教学人员和广大读者在使用中斧正，并提出宝贵意见，以便今后进一步修订、完善教材，使之成为更具科学性、实用性的医疗保健康复行业系列教材。

北京成人按摩职业技能培训学校编纂委员会

2017年6月8日

编写说明

在现代的医疗卫生保健工作中，康复与预防、保健与医疗一起，共同保障人类的健康。而康复理疗是康复治疗中的重要组成部分，它在促进伤病残及亚健康者身心功能恢复、提高日常生活自理能力、改善生活品质等方面起着非常重要的作用。近几十年来，随着我国科学技术、社会经济的发展和人们康复保健意识的不断增强，社会对康复理疗人员的需求不断增长，伤病残人士、老年人、亚健康者，对理论扎实、技术精湛的优秀康复理疗师的需求越发突出。为了满足这一社会需求，使广大已经从事康复理疗和有望从事康复理疗的工作者，经过正规康复理疗专业技能培训，成为一名合格的康复理疗人才，特邀请全国著名专家编写了《实用康复理疗学》。

本书共分三篇，上篇为康复理疗基础知识，包括概述、人体解剖基础知识、中医基础知识、经络腧穴、诊法。中篇为传统康复理疗技术，包括灸疗、中医火疗、刮痧、拔罐、敷熨熏浴类技术、按摩类技术等传统理疗技术。下篇为现代康复理疗技术，包括总论和分论，分论介绍光疗法、超声波疗法、磁疗法、石蜡疗法、冷疗法、水疗法、生物反馈疗法、自然疗法等现代理疗技术。

本书在编写时力求贯彻两个原则：一是实用性，对康复理疗师相关理论知识部分尽量精简，对康复理疗技术方面以实际操作为主，力争简便易行；二是普及性，编写中既考虑到大、中康复医疗机构，又兼顾到社区医疗康复的需要，内容深入浅出，易于理解和掌握。

本书编写任务重、时间紧，不足之处敬请广大读者在使用中给予斧正，以便今后进一步修订、完善，为培养更多优秀的康复理疗人才奠定坚实基础，使我国康复理疗事业健康长足发展。

编者

2017年7月

目 录

上篇 康复理疗基础知识

第一章 概 述	3
第一节 中医康复理疗技术的临床应用特点	3
第二节 中医康复理疗技术的作用原理	5
第三节 中医康复理疗技术的分类	6
第二章 人体解剖基础知识	8
第一节 人体概述	8
第二节 皮 肤	10
第三节 运动系统	14
第四节 循环系统	17
第五节 呼吸系统	20
第六节 消化系统	21
第七节 泌尿系统	22
第八节 生殖系统	23
第九节 内分泌系统	29
第十节 神经系统	30
第三章 中医基础知识	34
第一节 中医学的基本特点	34
第二节 阴阳五行	35
第三节 藏 象	38
第四节 气、血、津液	40



第四章 经络腧穴	42
第一节 经 络	42
第二节 腧 穴	43
第三节 十二经脉及常用穴位	44
第四节 奇经八脉及经外奇穴	61
第五节 病因与发病	65
第六节 防治原则	66

第五章 诊 法	68
第一节 四 诊	68
第二节 常用物理诊断	86
第三节 八纲辨证	101

中篇 传统康复理疗技术

第六章 灸 疗	117
第一节 艾 灸	117
第二节 火 灸	122

第七章 中医火疗	126
第一节 概 述	126
第二节 临床应用	128
第三节 火疗的禁忌及注意事项	134

第八章 刮痧、拔罐	136
第一节 刮 痧	136
第二节 拔罐技术	142

第九章 敷熨熏浴类技术	147
第一节 穴位敷贴技术	147
第二节 中药热熨技术	156
第三节 中药冷敷技术	162



第四节	中药湿热敷技术	168
第五节	中药熏蒸技术	171
第六节	中药泡洗技术	177
第十章	按摩类技术	183
第一节	皮部经筋按摩	183
第二节	经穴按摩	190
第三节	关节运动按摩	194
第四节	关节调整按摩	199
第五节	脏腑经络按摩	210
第六节	器械辅助按摩	216
下篇 现代康复理疗技术		
第十一章	总 论	221
第一节	物理疗法的分类	221
第二节	物理疗法的作用机制	222
第三节	物理疗法的作用	225
第十二章	分 论	228
第一节	光疗法	228
第二节	超声波疗法	233
第三节	磁疗法	235
第四节	石蜡疗法	237
第五节	冷疗法	243
第六节	水疗法	244
第七节	生物反馈疗法	247
第八节	自然疗法	250
附 录		253
主要参考文献		256

上篇

康复理疗基础知识

第一章 概述

中医康复理疗是指运用各种传统中医理疗技术，如按摩、刮痧、拔罐、敷疗、灸疗、火疗、水疗和现代理疗技术（如光疗法、电疗法、磁疗法、超声波疗法、石蜡疗法、生物反馈疗法及自然疗法）等，直接作用于人体体表某些部位或穴位，达到调理、整复伤病残或亚健康者身心的操作技术。中医理疗是中医学宝库中的一个重要组成部分，不仅方法繁多，各具特色，而且适应症广泛，具有“简、验、廉、效”的临床应用特点，很受群众欢迎。这种萌芽于原始社会、经历了数千年曲折发展历程的中医疗法，在现代科学技术的渗透及影响下，呈现了一个崭新的局面，展示了无限广阔的发展前景。

第一节 中医康复理疗技术的临床应用特点

中医内病外治、外病外治的一些理疗方法，具有简、验、廉、效等优点，易学易用，使用安全，毒副作用小，在临床各科病证中有显著疗效，尤其对老幼虚弱之体、攻补难施之时、不肯服药之人、不能服药之证，药物外治法与内治法有殊途同归、异曲同工之妙，更有内服法所不及的诸多优点。

一、疗法多样、简便易行

中医理疗来源于医疗实践，方式方法多种多样，如手法、器械及与药物并用等，施治部位较广泛，具有多种可供选择的治疗途径。由于理疗大多作用于人体患部、经穴和特定部位，因而可选用点眼、塞鼻、塞耳、敷脐、敷手心、塞肛门、塞阴道等方法，这些部位均很容易找到且易于施术，故极易推广应用。此外，理疗所用材料大多较为普遍，方法容易掌握，特别是中药理疗一