

实用推拿学



[实用推拿学_下载链接1](#)

著者:邵铭熙 编

出版者:人民军医出版社

出版时间:1998-12

装帧:平装

isbn:9787800208188

内 容 提 要

全书共分七篇。第一篇为推拿基础篇，主要叙述推拿学简史、中医基础理论、推拿机制及治

则治法等。第二篇为功法手法篇，详细介绍了基础功法、气功功法及推拿临床常用80余种手

法。第三篇为推拿治疗篇，重点介绍了骨伤、内、外、妇、儿、五官、神经等各科百余种常见疾病的

推拿疗法。第四篇为养生保健篇，介绍了保健推拿、减肥推拿、运动推拿、美容推拿及常见病的

气功治疗方法。第五篇为辅助疗法篇，简要介绍了刮痧等七种辅助疗法。第六篇为推拿文献篇，

汇集了古今推拿理论和临床研究成果。第七篇为推拿流派篇，全面介绍了推拿流派及名家手

法。本书内容跨越了几千年的时间 and 空间，几乎囊括了祖国推拿学的所有内容，集祖国推拿疗

法之大成，荟萃各家各派推拿手法之精华，从理论到临床，真实反映了我国当代的推拿发展水

平。本书具有全面系统，全中求精，资料翔实新颖，临床实用性强，深入浅出，易学易用

的特点。既可供各级医教研单位推拿医师、科研人员和专业学员使用，也是推拿业余爱好者和患

者的良

师益友。

作者介绍:

邵铭熙，江苏无锡县人，1939年生。50年代就读于苏州中医专，

师承全国名中医施和生先生研习骨伤推拿，1959年至江苏省中医院

工作。40年来，一直从事中医推拿临床、教学和科研工作，尤其擅长

于推拿治疗软组织损伤，对针法、方药的临床运用亦有较深的造诣。

他治学严谨，医术精湛，蜚声省内外；曾为国内外许多政要诊疾治病；

为江苏省各级医院培养了“四指推法流派”的大量专业推拿人才；因

其弘扬中医推拿事业贡献卓著，1994年被授予“江苏省名中医”荣誉

称号。近年来，先后发表《后扳拔伸法治疗腰椎间盘突出症探讨》等多

篇学术论文，编写了《中医学概论》、《针灸推拿学》等多部著作。现任

江苏省中医院推拿科主任、主任中医师、南京中医药大学教授、全国

推拿专业委员会委员、全国推拿中心专家委员会委员、江苏省推拿专业委员会主任委员

目录: 目录

第一篇 推拿基础篇

第一章 推拿学简史

第二章 中医基础

第一节 阴阳五行学说

一、阴阳学说

二、五行学说

三、阴阳学说与五行学说的关系

第二节 脏象学说

一、五脏

二、六腑

三、奇恒之腑

四、脏腑之间的关系

第三节 气、血、津液学说

一、气

二、血

三、津液

第四节 病因学说

一、发病原理

二、致病因素

第五节 诊法

一、望诊

二、闻诊

三、问诊

四、切诊

第六节 辨证

一、八纲辨证

二、气、血、津液辨证

三、脏腑辨证

四、六经辨证

五、卫气营血与三焦辨证

第七节 治则治法

一、治疗原则

二、治疗大法

第八节 预防

一、未病防病

二、已病防变

第三章 经络腧穴与小儿推拿特定穴

第一节 经络腧穴

一、经络腧穴总论

二、经络腧穴各论

第二节 小儿推拿特定穴

一、头面颈项部

二、胸腹部

三、腰背部

四、上肢部

五、下肢部

第四章 推拿基础

第一节 推拿常规诊断方法

一、头面部

二、胸腹部

三、脊柱部

四、上肢部

五、下肢部

第二节 与推拿有关的特殊检查方法

一、感觉的检查

二、感觉平面定位

三、反射的检查

四、自主神经的检查

五、肌力的检查

六、不同平面脊髓完全横断损害的

临床表现

七、脊髓部分受压或不完全横断

损伤的表现

八、上、下运动神经元损害的

主要体征

九、周围神经损伤的主要体征

第二节 推拿的作用原理

一、中医对推拿的作用原理的认识

二、西医对推拿的作用原理的认识

三、推拿作用原理的神经机制的几种

学说

第四节 推拿的治则治法

一、推拿的治则

二、推拿的治法

第五节 推拿适应证与禁忌证

一、推拿适应证

二、推拿禁忌证

第六节 推拿注意事项

第七节 推拿介质

第八节 推拿意外的预防及处理

第二篇 功法手法篇

第五章 基础功法

第一节 易筋经

一、易筋经锻炼法

二、基本动作

第二节 少林内功

一、少林内功锻炼法

二、基本裆势

三、基本动作

第三节 简化太极拳

第四节 太极剑

一、预备势

二、基本动作

第六章 气功功法

第一节 华佗五禽戏

第二节 八段锦

第三节 内功健身八法

第四节 放松功

第五节 内养功

第六节 太极气功十八式

第七节 六字诀

第八节 大力功

第九节 少林内劲一指禅

第七章 推拿手法

一、四指推法

二、指禅推法

三、滚法

四、揉法

五、摩法

六、推法

七、擦法

八、抹法

九、扫散法

十、法

十一、按法

十二、压法

十三、点法

十四、掐法

十五、捏法

十六、拿法

十七、抓法

十八、挤法

十九、扯法

二十、拧法

二十一、捻法

二十二、搓法

二十三、振法

二十四、颤法

二十五、抖法

二十六、弹法

二十七、踩跷法

二十八、蹂法

二十九、刮法

三十、挪法

三十一、扼法

三十二、捋法

三十三、梳法

三十四、弹拨法

三十五、击法

三十六、拍法

三十七、叩法

三十八、啄法

三十九、摇法

四十、扳法

四十一、背法

四十二、捏揉法

四十三、按揉法

四十四、屈伸法

四十五、顶揉法

四十六、搓揉法

四十七、推摩法

四十八、点颤法

四十九、点顶法

五十、点扳法

五十一、顶推法

五十二、对抗牵引法

五十三、后扳拔伸法
五十四、对抗牵引后扳拔伸法
五十五、拔伸法
第八章 复式操作法
一、打马过天河
二、引水上大河
三、水底捞月
四、大推天河水
五、斗肘走气
六、飞经走气
七、飞金走气
八、黄蜂入洞
九、黄蜂出洞
十、天门入虎口
十一、按弦走搓摩
十二、老汉扳耒
十三、运水入土
十四、运土入水
十五、揉耳摇头
十六、开璇玑
十七、揉脐及龟尾并擦七节骨
十八、猿猴摘果
十九、孤雁游飞
二十、双龙摆尾
二十一、乌龙摆尾
二十二、苍龙摆尾
二十二二龙戏珠
二十四、龙入虎口
二十五、老虎吞食
二十六、双凤展翅
二十七、凤凰展翅
二十八、凤凰单展翅
二十九、凤凰鼓翅
三十、赤凤摇头
三十一、丹凤摇尾
三十二、旋推法
三十三、滑推法
三十四、颤推法
三十五、推提法
三十六、提弹法
三十七、捏脊法
三十八、抚摩法
三十九、总收法
第三篇 推拿治疗篇
第九章 骨伤科疾病
一、颞下颌关节炎
二、颞下颌关节脱位
三、落枕
四、寰枢关节半脱位
五、颈椎小关节错位
六、颈椎病
七、菱形肌损伤
八、肩胛提肌损伤
九、背肌筋膜炎

十、肩关节周围炎
十一、冈上肌肌腱炎
十二、冈下肌损伤
十三、小圆肌损伤
十四、创伤性肩袖肌腱炎
十五、肱二头肌长头肌腱鞘炎
十六、肱二头肌长头肌腱滑脱
十七、肱二头肌短头肌腱损伤
十八、肩峰下滑囊炎
十九、肩手综合征
二十、肱骨外上踝炎
二十一、肱骨内上踝炎
二十二、尺骨鹰嘴滑囊炎
二十三、肘关节扭挫伤
二十四、肘关节骨化性肌炎
二十五、挠骨茎突狭窄性腱鞘炎
二十六、桡侧腕伸肌腱周围炎
二十七、腕关节扭挫伤
二十八、三角纤维软骨盘损伤
二十九、腱鞘囊肿
三十、腕管综合征
三十一、指部腱鞘炎
三十二、指关节扭伤
三十三、胸廓出口综合征
三十四、胸椎小关节紊乱
三十五、胸壁扭挫伤
三十六、岔气
三十七、肋软骨炎
三十八、急性腰扭伤
三十九、棘上韧带和棘间韧带损伤
四十、腰椎小关节紊乱
四十一、腰肌劳损
四十二、第三腰椎横突综合征
四十三、腰椎退行性脊柱炎
四十四、椎弓崩裂及脊椎滑脱症
四十五、腰椎间盘突出症
四十六、腰椎管狭窄症
四十七、腰骶部骨发育异常症
四十八、骶腰综合征
四十九、骶髂关节损伤
五十、致密性髂骨炎
五十一、梨状肌综合征
五十二、臀上皮神经损伤
五十三、髋关节扭伤
五十四、髋部滑囊炎
五十五、弹响髋
五十六、扁平髋
五十七、股四头肌萎缩
五十八、股内收肌综合征
五十九、侧副韧带损伤
六十、半月板损伤
六十一、髌下脂肪垫劳损
六十二、膝关节创伤性滑膜炎
六十三、胫骨结节骨骺炎

六十四、绳肌损伤
六十五、小腿三头肌损伤
六十六、踝关节扭伤
六十七、踝管综合征
六十八、跟腱炎
六十九、腓骨肌肌腱滑脱

七十、跟痛症
第十章 内科疾病

一、中暑
二、厥证
三、感冒
四、咳嗽
五、哮喘
六、头痛
七、眩晕
八、不寐
九、心悸
十、胸痹
十一、胁痛
十二、胃脘痛
十三、胃肠神经官能症
十四、胃下垂
十五、呃逆
十六、泄泻
十七、便秘
十八、消渴
十九、癃闭
二十、阳萎
二十一、遗精
二十二、痹证
二十三、痿证
二十四、偏瘫
二十五、面瘫
二十六、三叉神经痛
二十七、肋间神经痛
二十八、周期性瘫痪
二十九、帕金森病
三十、重症肌无力
三十一、进行性肌营养不良
三十二、肌萎缩侧索硬化

第十一章 妇科疾病

一、乳痈
二、痛经
三、闭经
四、月经不调
五、崩漏
六、经行乳房胀痛
七、经行头痛
八、经行身痛
九、经行泄泻
十、绝经前后诸证
十一、带下病
十二、慢性盆腔炎
十三、子宫内膜异位症

十四、不孕症
十五、妊娠腰痛
十六、妊娠恶阻
十七、胎位不正
十八、滑胎
十九、产后耻骨联合分离症
二十、产后缺乳
二十一、产后大便难
二十二、产后腰痛
二十三、阴挺
第十二章 儿科疾病
一、发热
二、感冒
三、咳嗽
四、肺炎喘嗽
五、哮喘
六、麻疹
七、顿咳
八、疳证
九、积滞
十、厌食
十一、呕吐
十二、小儿泄泻
十三、痢疾
十四、便秘
十五、脱肛
十六、遗尿
十七、肠套叠
十八、小儿麻痹症
十九、惊风
二十、腹痛
二十一、夜啼
二十二、鹅口疮
二十三、小儿肌性斜颈
二十四、小儿桡骨头半脱位
二十五、夏季热
二十六、佝偻病
第十三章 其它科疾病
一、溺水
二、肥胖症
三、夜游症
四、晕动病
五、胆绞痛
六、肾绞痛
七、肠梗阻
八、疝气
九、脱肛
十、血栓闭塞性脉管炎
十一、白内障
十二、视神经炎
十三、结膜炎
十四、耳鸣、耳聋
十五、中耳炎
十六、变应性鼻炎（鼻鼽）

- 十七、鼻出血
- 十八、口腔炎
- 十九、咽喉炎
- 二十、扁桃体炎
- 二十一、牙痛
- 二十二、声门闭合不全（音哑、失暗）
- 二十三、荨麻疹（瘾疹）
- 二十四、带状疱疹
- 二十五、冻疮

第四篇 养生保健篇

第十四章 自我推拿保健法

- 一、固肾益精法
- 二、健脾益胃法
- 三、疏肝利胆法
- 四、宣肺通气法
- 五、宁心安神法
- 六、镇静催眠法
- 七、消除疲劳法
- 八、振奋精神法
- 九、调和阴阳法
- 十、温润护发法
- 十一、养血荣目法
- 十二、开窍益聪法
- 十三、疏通鼻窍法
- 十四、利舌生津法
- 十五、润喉开音法

第十五章 常见病症家庭推拿保健法

第一节 家庭推拿注意事项

第二节 常见病家庭推拿

- 一、落枕
- 二、颈椎病
- 三、肩周炎
- 四、胸胁迸伤
- 五、急性腰扭伤
- 六、腓肠肌痉挛
- 七、慢性腰痛
- 八、膝部软组织损伤
- 九、踝部软组织损伤
- 十、足跟痛
- 十一、肘部扭挫伤
- 十二、腕关节扭伤
- 十三、指间关节扭伤
- 十四、头痛
- 十五、感冒
- 十六、失眠
- 十七、眩晕
- 十八、胃脘痛
- 十九、胃下垂
- 二十、便秘
- 二十一、偏瘫
- 二十二、痛经
- 二十三、近视
- 二十四、牙痛

〔附〕 小儿推拿保健法

第十六章 减肥推拿法

一、肥胖症

二、分部推拿减肥法

第十七章 运动推拿

第一节 运动损伤的病因

第二节 运动损伤的治疗原则和治法

一、理筋手法治疗

二、包扎固定

二、药物治疗

四、功能锻炼

五、其他种类的疗法

第三节 手法治疗在运动损伤中的作用

第四节 常见运动损伤

一、指间关节扭挫伤

二、肩部挫伤

三、肱骨外上髁炎

第十八章 美容推拿

第一节 美容推拿的历史和概念

第二节 皮肤与推拿

一、皮肤的特征

二、皮肤的按摩、推拿

〔附〕面部按摩操

第三节 美容推拿的基本手法

一、手法的总要领

二、手法种类

第四节 几种常见病的美容推拿法

一、痤疮

二、黄褐斑

三、雀斑

第十九章 常见病的气功治疗

一、头痛

二、眩晕

三、失眠

四、哮喘

五、呕吐

六、牙痛

七、胃脘痛

八、慢性胃炎

九、冠心病

十、高血压病

十一、神经衰弱

十二、癰症

十三、慢性支气管炎、肺气肿

十四、遗精

十五、阳萎

十六、痛经

十七、近视眼

第五篇 辅助疗法篇

第二十章 穴敷疗法

第一节 概况

第二节 常见病穴敷法

一、内科疾病

二、外科疾病

- 三、妇科疾病
- 四、儿科疾病
- 五、伤科疾病
- 第二十一章 刮痧疗法
- 第一节 概述
- 一、刮痧疗法的作用及原理
- 二、常用器具与介质
- 三、刮痧方法
- 四、操作程序
- 五、刮痧疗法的适应证和禁忌证
- 六、痧象的临床意义
- 七、刮痧疗法的注意事项
- 第二节 常见病刮痧部位
- 第二十二章 膏摩疗法
- 第一节 概述
- 第二节 临床常用膏方
- 一、百病通用方
- 二、伤科方
- 三、外科方
- 四、内科方
- 五、妇产科方
- 六、儿科方
- 第二十三章 耳穴疗法
- 一、耳穴图
- 二、耳穴
- 三、耳穴疗法的作用手法
- 第二十四章 手穴疗法
- 一、概述
- 二、手穴
- 三、手反射疗法的作用手法
- 第二十五章 足反射疗法
- 第一节 概述
- 一、作用手法
- 二、操作顺序
- 三、注意及要求
- 第二节 作用部位
- 第三节 临床应用
- 第二十六章 中医饮食疗法
- 第一节 概述
- 一、中医食疗简史
- 二、饮食疗法的作用
- 三、食物的性味
- 四、因时、因地、因人施膳
- 五、虚证的饮食调护
- 第二节 药膳饮食
- 一、补气饮食
- 二、补血饮食
- 三、补肺止咳饮食
- 四、补肾饮食
- 五、祛暑饮食
- 六、止咳平喘饮食
- 七、利湿消肿饮食
- 八、润肠通便饮食
- 九、通乳饮食

十、软坚散结饮食

第六篇 推拿文献篇

第二十七章 古代推拿文献研究

一、浅析《内经》中之推拿应用

二、试析《内经》中有关按摩临床的论述

三、《内经》“卒口僻”对推拿治疗面瘫的启示

四、《易筋经》初考

五、谈八法在《巢源》导引法中的体现

六、论《外台秘要》的按摩学成就

七、论《千金方》对推拿学的贡献

八、明清时期小儿推拿的发展概况和学术特点

九、《保婴神术·按摩经》考略

十、《幼幼集成》按摩法

十一、《理论骈文》中的简易自我按摩，导引防病治病法

十二、夏云集及《保赤推拿法》

十三、谈古代小儿推拿歌赋中推拿处方特点

十四、中国自我养生按摩的几个特点

第二十八章 推拿手法功法及机制研究

一、推拿手法深透性与生物组织作用

机制研究总结

二、手法热效应机制的实验研究

二、推拿前后局部血液中组胺含量变化初探

四、推拿对局部组织温度与血管容积波幅上升时相关关系的研究

五、按摩风池穴对颈总动脉血流量的影响

六、按揉肩穴对肢体指端血流动力学的的影响

七、按摩穴位对小腿血流量的影响

八、推拿作用机制的探讨

九、推拿对人体肺活量影响的实验观察

十、按摩穴位对肝血流图的影响

第二十九章 推拿临床及实验研究

一、推拿对慢性单纯性鼻炎患者功能的影响

二、“类风湿性关节炎”推拿手法治疗前后检验学指标的改变及其临床意义

三、推拿牵引对外周单胺类物质的调整作用

四、从尿中单胺类物质含量的改变观察推拿牵引治疗腰椎间盘突出症的镇痛机制

五、退六腑手法对幼兔发热的抑制作用及其机制的初步研究

六、推拿对脾虚泄泻模型大鼠作用的初探

七、推拿“内关”穴对家兔痛阈的影响

八、手法治疗肘关节血肿的组织学

实验研究

九、按摩对软组织损伤家兔全血乙酰胆碱酯酶活力的影响

十、推拿按摩镇痛和调整作用的研究

十一、按摩足部胃反射区对胃电图的影响及其机制的探讨

十二、手法推拿与仿生推拿机治疗

软组织损伤的比较观察

十三、推拿功法（少林内功）提高健康男性青年肺功能的临床观察和

机制探讨

十四、易筋经锻炼6个月前后心功

能变化初探

十五、按摩经穴的机制探讨

十六、按摩治疗作用的物理基础探讨

十七、按摩治疗胃肠病腹痛的机制

探讨

十八、推拿治疗骨伤科疾病的生物

力学原理

十九、推拿镇痛的神经机制研究与

假说

二十、对推拿镇痛作用的生理机制

初探

二十一、推拿抗衰老机制探讨

第三十章 推拿意外病案选

一、推拿不良反应 休克

二、软组织损伤

三、神经系统损伤

四、内脏损伤

五、骨关节损伤

六、推拿误诊

第三十一章 常见病临床资料荟萃

第一节 骨伤科疾病

一、颞下颌关节炎

二、颞下颌关节脱位

三、落枕

四、寰枢关节半脱位

五、颈椎小关节错位

六、颈椎病

七、菱形肌损伤

八、肩周炎

九、肱骨外上髁炎

十、指部腱鞘炎

十一、胸廓出口综合征

十二、胸椎小关节紊乱

十三、肋椎关节错位

十四、急性腰扭伤

十五、腰椎小关节紊乱

十六、腰肌劳损

十七、第三腰椎横突综合征

十八、退行性脊椎炎

十九、腰椎间盘突出症

二十、腰椎管狭窄症

- 二十一、梨状肌综合征
- 二十二、臀上皮神经损伤
- 二十三、股内收肌损伤
- 二十四、半月板损伤
- 二十五、髌骨劳损
- 二十六、创伤性滑膜炎
- 二十七、增生性膝关节炎
- 二十八、绳肌损伤
- 二十九、踝关节扭伤

三十、跟痛症

第二节 内科疾病

- 一、感冒
- 二、咳嗽
- 三、头痛
- 四、高血压病
- 五、不寐
- 六、心悸
- 七、胸痹
- 八、胁痛
- 九、胃脘痛
- 十、胃下垂
- 十一、呃逆
- 十二、泄泻
- 十三、癃闭
- 十四、阳痿
- 十五、面瘫
- 十六、偏瘫
- 十七、帕金森病

第三节 妇科疾病

- 一、乳痈
- 二、痛经
- 三、慢性盆腔炎
- 四、不孕症
- 五、妊娠恶阻
- 六、胎位不正
- 七、产后尿潴留
- 八、产伤麻痹

第四节 儿科疾病

- 一、发热
- 二、咳嗽
- 三、疳积
- 四、厌食
- 五、呕吐
- 六、小儿泄泻
- 七、遗尿
- 八、蛔虫性肠梗阻
- 九、夜啼
- 十、鹅口疮
- 十一、小儿肌性斜颈
- 十二、小儿桡骨头半脱位
- 十三、小儿流涎
- 十四、疝气
- 十五、小儿先天性畸形足
- 十六、百日咳

- 十七、小儿头痛
- 十八、小儿癫痫
- 十九、小儿关节滑膜炎
- 二十、小儿腓总神经损伤
- 第五节 其他科疾病
- 一、肥胖病
- 二、神志不清
- 三、疟疾
- 四、白细胞减少症
- 五、老年性痴呆
- 六、雷诺病
- 七、胆绞痛
- 八、急性腹痛
- 九、输尿管结石
- 十、腹股沟淋巴管炎
- 十一、腹部切口瘢痕和术后粘连
- 十二、肛裂
- 十三、男性不射精
- 十四、近视眼
- 十五、天行赤眼
- 十六、咽喉炎
- 十七、扁桃体炎
- 十八、眼睑动
- 十九、外伤性眼外肌麻痹
- 二十、牙痛

第七篇 推拿流派篇

第三十二章 推拿流派介绍

- 一、四指推拿法
- 二、一指禅推拿法
- 三、滚法推拿法
- 四、四应六法推拿法
- 五、内功推拿法
- 六、运气推拿法
- 七、正骨推拿法
- 八、腹诊推拿法
- 九、指压、指针推拿法
- 十、脏腑推按法
- 十一、点穴推拿法
- 十二、经穴按摩法
- 十三、捏筋拍打法

第三十三章 全国推拿名家介绍

施和生
马万起
刘绍南
王子平
曹锡珍
丁凤山
黄万香
李墨林
郑怀贤
刘志亮
曹泽普
朱金山
冯泉福

张汉臣
曹仁发
丁季峰
邵铭熙
金义成
罗志瑜
许建明
栾长业
李业甫
骆竞洪
庞承泽
孙和甫
刘开运
王友仁
曾文斌
范炳华
胡正明
周华龙
汪建民
陈嘉兴
王国冰

第三十四章 特色手法及验案

- 一、施和生的四指推法
- 二、丁季峰的滚法推拿
- 三、丁鸿山的点按手法
- 四、丁竺群的三指推拿法
- 五、罗志瑜谈颈椎斜扳法
- 六、邵铭熙的对抗牵引下的后扳拔伸法

- 七、王友仁的膝顶法
- 八、王中衡的通督疗法
- 九、何晓峰的“三阳开泰”头部按摩法
- 十、姚旭堂的指针点穴法
- 十一、鲁根琛按摩法
- 十二、黄派整体经穴推拿术
- 十三、姜春华的截断方法
- 十四、徐岩肘臂揉压按摩法
- 十五、民间推拿“八把半锁”
- 十六、抓火按摩疗法
- 十七、脚踩按摩法
- 十八、聪耳按摩法
- 十九、最新推拿“顺法”
- 二十、腹部按摩十法
- 二十一、经穴按摩健腰功
- 二十二、平衡按摩——运动疗法
- 二十三、马万龙的“少林内功”推拿治疗

虚劳杂病

- 二十四、王纪松治疗内伤头痛
- 二十五、“弹拨八虚”用于昏厥急救
- 二十六、林如高肩周炎康复疗法
- 二十七、朱慧贞手法治疗小儿慢性

荨麻疹

参考文献

索引

- 一、手法名称索引
- 二、病症名称索引
- 三、穴位名称索引
- 四、英汉对照推拿常用关键词
- • • • • [\(收起\)](#)

[实用推拿学_下载链接1](#)

标签

中医

评论

[实用推拿学_下载链接1](#)

书评

[实用推拿学_下载链接1](#)