

脊柱平衡推拿法的临床运用

周 伟* 周华龙*

“脊柱平衡推拿法”是医者用各种特定的手法在患者督脉、膀胱经、华佗夹脊上自上而下或自下上选择性地推行推拿操作,通过手法作用产生的良性刺激,以纠正脊柱节的相对不平衡状态,改善或达到“阴平阳秘”的治疗和保健作用。

1 “脊柱平衡推拿法”的理论指导

我们在不断的临床实践中悟出:“推、拿、揉、挤、捏、手法在经穴”的道理。中医学理论认为,脊柱部处于督脉与双侧足太阳膀胱经的循行通道之上,督脉是统率全身精气的经脉,自下而上贯通人体四肢百骸,起着调节人体气血阴阳的重要作用;而且五脏六腑几乎所有的重要腧穴都分布在足太阳膀胱经上,《灵枢·经脉篇》中写道:“督脉的经脉,从尾骨尖的长强穴分出,沿脊柱两旁上循颈项,散布头上,下行的络脉,延至肩胛骨向左右分别走足太阳膀胱经,入内贯脊柱两旁的肌肉,故督脉总运背部经气,另手足三阳经脉均与督脉交合于大椎,所以督脉动还总督一身之阳,为阳脉之海。”

2 “脊柱平衡推拿法”的手法运用

①掌根揉法:医者用手掌大鱼际或掌根部吸定于脊柱的一定部位或穴位上,腕部放松,前臂作主动摆动,要求贴紧肌肤,压而不重,重而不滞。②疏经揉法:医者用右手拇指、食、中指分别置于脊柱两侧,罗纹面为着力点,自上而下经循行部位连续揉动腧穴部,用力稍重,反复施术 3~5 遍。③五指撒揉法:医者五指撒开,以手指螺纹面为着力点,以脊柱为中心,辨证论治地、平衡性地在患者脊柱部进行柔和而有力、深透而均匀的用力揉动 3~5 遍。④震颤法:医者用右手的掌心置于患者的脊柱部,进行有节奏自上而下或自下而上地抖动。要求有内力运至两上肢,要频频抖动。⑤多指揉法:医者用右手的食、中、无名、小指的指尖部或手指螺纹面着力于脊柱两侧作刺激性的揉动,力度应适中,揉作时可自下而上或自上而下。⑥拇指旋推法:医者用右手大拇指罗纹面为着力点,在脊柱两侧呈回旋形,沿督脉循行部位来回做揉推样动作。要求手法柔和,往返协调。

3 “脊柱平衡推拿法”的临床运用

3.1 平衡推拿法为主治疗脊髓型颈椎病

患者通常取俯卧位,医者先用双手拇指自颈椎至胸椎采用平衡性放松手法,循序渐进,不宜重手法。紧接着采用平衡性手法在颈项部,自上而下轻柔刺激,不宜用力过重。用平衡手法,自颈项肌、冈上肌、斜方肌、三角肌、肱三头肌等反复施术。用平衡推拿法自颈椎棘突、胸椎棘突、腰椎棘突,上下左右排列,刺激施术。10次为 1 个疗程,第 1 个疗程每日 1 次,第 2 个疗程采用隔日 1 次。

辨证施术:如患者有呼吸系统疾病在做完上法后加以仰卧位在胸部施以平衡推拿法;如患者有便秘或腹泻等消化系统疾病在做完上法后加以腹部平衡推拿法;如患者有尿潴留或小便失禁等泌尿系统疾病可在做完上法后施以下腹部的平衡推拿疗法等。并配合平衡针灸和平衡拔火罐疗法进行辨证施治。

3.2 平衡推拿法治疗脊柱胸段综合征

脊柱胸段综合征是指脊柱胸段因发育异常,或某些疾病,及外力创伤、长期慢性劳损等因素,导致其正常生理弯曲改变、胸廓畸形引起的物理(机械性)或化学(炎症性)刺激,而出现相应神经节段、脏腑功能性病变的一系列症状和体征。

治疗:患者俯卧位,术者位于患者左侧,术者用右手掌根在其背部以掌根揉进行放松。以患处和阿是穴为主,用拇指稍用力旋推。用揉法、掌揉法、指揉法反复进行施术。以脊椎部、督脉、华佗夹脊为重点,稍加用力掌根揉。双手食、中、无名指并拢,用指夹在脊柱棘突上进行手指操作。在患者痛点及相应反射区进行指压。用揉法在患者脊柱及夹脊上施术,两手轮流自上而下、自下而上反复操作。术者右手食、中、无名指稍分开,分别置于膀胱经、督脉、夹脊上,自上而下点揉、按压五条经。用掌根推揉脊柱,以局部皮肤微烫为宜。

* 南京中医药大学第三附属医院(210001)

推拿疗法与运动疗法在中风康复治疗中的异同之我见

曾庆云* 谢雁鸣*

[摘要] 推拿疗法与运动疗法分属于中、西医学康复学范畴,作为两种代表性的康复方法,两者既有区别又有相同之处。

[关键词] 推拿疗法;运动疗法;中风病;康复

推拿疗法是中医康复学的有机组成部分,在中风康

复中的应用具有良好的基础、丰富的资源和临床实践经