

振腹推拿治内科病

受访专家：首都名中医、北京中医药大学东方医院主任医师 付国兵

本报记者 卞磊

“推拿，是一种最古老的医学。原始社会，人们劳动过程中偶遇损伤感到疼痛时，自己不自觉地用手按抚，同伴之间也相互按摩，以减轻疼痛，由此积累经验就逐步形成了推拿疗法。”首都名中医、北京中医药大学东方医院主任医师付国兵教授从医近40年，承“宫廷理筋”之要旨，发展“振腹推拿”理论体系，在内科病的推拿治疗领域独树一帜。其专著《振腹疗法》《振腹推拿》对推拿治疗内科病进行系统全面的总结，在学界引起广泛关注。

在宫廷推拿这一脉中，付国兵已是第四代传人。“我所属的流派传承自宫廷正骨。我师爷的师父文佩亭是清末一名御医，在清政府被推翻后曾在北京东城开诊，使宫廷手法得以在民间流传。”付国兵说，上世纪20年代，其师爷著名骨伤科专家刘寿山拜人文佩亭门下，学习正骨理筋学术思想和手法，之后创办北京中医学院东直门医院骨伤科并任科室主任。第三代传人即付国兵的师父臧福科，上世纪70年代受命创建东直门医院推拿科并任科室主任，其所创立的“振腹疗法”，扩大了宫廷理筋术的手法内容与治疗范围。随着一代又一代的传承发展，宫廷理筋术推拿流派形成。付国兵站在前人的肩膀上，对宫廷理筋术之“振腹疗法”不断完善和推广，在前人单纯施用治疗筋伤的基础上，融入了治疗内科病的手法套路，经过多年总结和完善的，发展成为一套系统的振腹疗法，手法看似轻巧柔和，实则力透筋骨，功及内脏。

“大部分疾病都可以用推拿的方法治疗。”付国兵表示，很多人对推拿的认知存在偏颇，觉得其只限于治疗西医师所称的软组织损伤问题，实则不然。推拿主要能治疗三个方面疾病。第一，筋伤疾病。这是推拿疗法的“主战场”，当出现颈肩腰腿痛，如落枕、扭脚、腰部扭伤等疾病时应用。第二，脏腑推拿。推拿能解决人体五脏六腑出现的问题，治疗范围不仅涵盖内科疾病，还包括妇科、男科、外科、五官科等疾病。目前，脏腑推拿治疗最多的是消化系统疾病，如胃胀、胃痛、便秘、腹泻等，也包括失眠、糖尿病等疾病。第三，小儿推拿。小儿推拿在明代就已出现，主要治疗儿童三个部分的疾病，包括肺系疾病，如感冒、发烧、咳嗽等；脾胃性疾病，如腹痛、腹泻、便秘等；脑系疾病，如抽动、癫痫、自闭症等。



付国兵表示，振腹推拿是以腹部操作为主，以振法为基本手法、其他手法为辅，根据具体疾病以及相关的经络部位，选择相应的肢体操作手法。诊断上，振腹推拿采用传统四诊（望、闻、问、切）与腹部触诊合参的诊断方式。“人体是有机的整体，局部病变可以影响全身，全身的病变也可以反映在局部，通过四诊收集并分析反映人体在整体方面的客观症状、体征，可以了解疾病的原因、性质、部位，为辨证论治提供依据。”

治疗胃脘痛。胃脘痛是以上腹胃部近心窝处经常发生疼痛为主的病证，是临床上常见的一个症状，可见于现代医学的急慢性胃炎、胃溃疡及十二指肠溃疡、胃痉挛、胃下垂及其他消化道疾病。若是胃脘痛急性发作，按摩包括背部阿是穴（哪儿痛便是穴）、公孙穴（内脚背处，第一跖趾关节近端的赤白肉际处）；若在胃脘痛缓解期，按摩穴位包括肝俞（后背部第九胸椎棘突下旁开1.5寸处）、脾俞（后背部第11胸椎棘突下旁开1.5寸）、胃俞（后背部第12胸椎棘突下旁开1.5寸）等。

治疗便秘。付国兵表示，便秘多见于各种急、慢性疾病中。饮食入于胃，经过脾的运化、小肠泌别清浊（指小肠生理功能之一，小肠具有将胃传来的饮食水谷消化并分清别浊的功能），精微吸收之后，内供脏腑血脉外养四肢百骸，这就是脾的升清作用；所剩之糟粕在胃的降浊作用下，最后经由大肠排出体外。若肠胃受病，或者其他脏腑气化受损，累及胃肠则会影响胃肠正常功能，而出现一些脾不升清、胃不降浊的反常现象，清气不升则易泄泻，浊气不降便易导致便秘，便秘是胃肠功能紊乱表现的众多现象之一。在辨证准确后皆可采

取推拿手法进行治疗。手法包括振法（是以前臂肌群松弛状态下可控制的自主震颤，带动腕关节做低幅高频屈伸运动，产生有节律振动，通过手掌、手指传导到治疗部位）、一指禅推法（以大拇指指端着力于一定部位或经络穴位上，通过前臂主动摆动，带动拇指或拇指指间关节做屈伸往返运动的手法）等，涉及穴位则包括神阙（肚脐窝）、关元（脐下4指处）、气海（脐下1.5寸处）等。

治疗郁病。“焦虑和抑郁的症状大多是重叠的，目前我们治疗焦虑症患者的数量较多。”付国兵说，来治疗颈肩腰腿痛、消化道疾病等的患者往往伴有焦虑，且许多患者的躯体症状就是由焦虑症引起。在付国兵看来，通过振腹推拿通畅元气，许多症状就能得到立竿见影的缓解，“有个病人家属给我起了个外号，叫‘快乐大夫’。因为有个40多岁的女性患者治疗焦虑抑郁，病情很快就有了起色，有一天治疗回家甚至唱了一下午的歌。”患有郁病的患者，不妨经常按摩膻中（两乳头连线的中点）、期门（胸部乳头直下三横指处）、两胁部（胸部侧面）。

“在我们的身体里，心肺居于胸中，前胸、两肋、后背、脊柱组成的胸腔就像一个宫殿，宫殿宽敞明亮，心这个‘君主’就会心情舒畅，人就平和健康。”付国兵说，日常生活中想打开心胸、释放心情，不妨做一套“开心操”。

1. 开门见山。两腿开立与肩同宽，双臂向前伸直与肩同宽，双手自然伸开，手心相对；吸气时，双手翻掌慢慢向后做扩胸状，到达极限处后憋气2秒钟；呼气时，肩关节由前向后做小幅度环旋运动。以上动作反复操作5遍。

2. 弯弓射雕。两腿开立，与肩同宽，右脚向外迈半步，右臂伸直，十指并拢，身体右转，左手手中指放在右手上；吸气时，右腿缓慢半蹲，同时身体左转，左手顺势贴着上肢内侧缓慢回拉至前胸；呼气时，右腿缓慢伸直，同时身体右转，左手顺势贴着上肢内侧缓慢推动至右手处，左右交替，反复操作5遍。

3. 抱肩俯身。两腿开立，与肩同宽，左手抱右肩，右手抱左肩；呼气时，双手抱肩下压，后背极限打开，使后背肌肉有撑开感，保持3秒钟；吸气时，回到原点，反复操作5遍。▲

“要正确有效地治疗肿瘤疾病，需要对肿瘤核心病机有深刻的认识，从整体到局部、从宏观到微观的认识层面去剖析。”广东省名中医、广州中医药大学第一附属医院副院长林丽珠教授经过大量的临床与科研实践，对肺癌的病机进行了构建，归纳出以“痰”“虚”为核心，“毒、痰、瘀、虚”四相辨证为基础，益气除痰法为治则的一整套辨证模型，并在实践中形成了体系化的理论创新。

如在靶向治疗中各种毒副反应结合中医治疗，可把握“药毒”侵袭腠理，风热湿毒内蕴之病机，灵活运用清肺化痰、理气解郁、益气养阴、健脾化湿等治法，减轻皮疹、腹泻等相关毒副反应。在维持治疗中，中医药可根据患者气血不足、邪毒结聚的病机，以扶正祛邪兼顾，延缓疾病进展时间，在老年肺癌的治疗

祛痰除瘀 调治肺癌

受访专家：广东省名中医、广州中医药大学第一附属医院副院长 林丽珠

本报特约记者 刘庆钧



中，把握患者正气亏损、肾精不足、难耐攻伐的特点，以补助正气、健脾补肾为主，佐以祛邪，可改善生存质量，延长生存期。

对于肺癌治疗产生的副反应，林丽珠有自己的中医辨治体系。肺癌术后，肺脾气虚，可用益肺散结丸；放射性损伤为热毒痰壅，可用鹤蟾片、肺癌平膏；有呕吐、厌食者，多是脾虚湿阻导致，可用和胃止呕方；腹泻者，可用藿香正气丸合外用敷脐止泻散；贫血、癌因性疲乏，多是脾肾亏虚、髓海失养，可用健脾生髓方；皮疹者，可用消疹止痒洗剂。

林丽珠表示，中医药治疗恶性肿瘤的优势是个性化治疗，改善症状、提高生存质量、延长生存期，不足在于对瘤体的杀伤力较弱，对局部瘤体的控制欠佳。针对早期肿瘤患者，她说，“如果病人条件允许，建议去做手术，先把‘坏东西’拿掉，后续配合中医药治疗。”如果是晚期广泛转移的病人，林丽珠表示要思考几个问题——是以治疗肿瘤为主，还是以治肿瘤所衍生的各种疾病为主，还是以治疗罹患肿瘤疾病的病人为主？在她看来，这三个层次的把控非常重要，直接关系治疗方案。

在林丽珠看来，现今愈来愈多的“肺结节”病，以良性居多，即使是微浸润的恶性病灶，也呈现出一种惰性生长的状态。多发肺结节病，虽令人焦虑，但如果一味追求外科根除，则会对患者的肺功能有较大影响。站在患者的立场，以中为主、中西医协同的治疗下，定期复查，采取积极而不激进的方式，无疑最佳选择。▲

省市名中医