

（ 医疗药品管理 ） 推拿的适应症及疗程设置+泡脚药方

20XX 年 XX 月

壹 . 推拿的适应症及疗程设置(附表见后)

1.颈椎病

分六种类形：颈型,神经根型,椎动脉型,交感神经型,脊髓型和混合型。他们的共同特点是颈部有酸胀痛的症状,但个有间症。包括颈肩或背部的酸痛重浊或不适感,头晕、头痛,恶心呕吐,上肢麻木发凉或无力,甚至引起假形心脏病的症状。更甚者仍会造成下肢瘫痪或下肢无力、跛形步态。颈椎病的病情能够安排每次治疗于 30 到 50 分钟。

操作流程:使客户采用先俯卧,于仰卧的姿势,以治疗巾覆盖于需操作的部位,先用放松手法作用于颈项、肩背、上肢、胸部或头部,当局部温度增高或肌肉放松后,于用刺击类手法于痛点或阳性反映点或区域操作,之后根据分形的不同,选取相应的穴位进行操作,能够适当采用拔伸的手法,于用放松手法结束操作。

(1) **颈型**于颈椎病中病情较轻壹般需 1 至 3 个疗程,能够康复(连续治疗 6 天为壹个疗程,之后进入巩固和保健期,每星期壹到两次)。它使用的辅助疗法多用刮痧兼顾拔罐,适当热敷(每个疗程刮痧壹到两次,以痧粒基本消失,肉眼见不到,方可再治刮)。刮痧以颈肩部为重点,兼顾上背部。

(2) **神经根型**壹般 3 至 4 个疗程,每个疗程以壹周为壹疗程。症状消失,此后进入保健期,隔日壹次,循序递减,直至每月四到六次。此类病症不仅影响到颈部常

根据不同病情,制定相应的疗程:常伴随上肢酸麻无力,怕冷,恶风,因此辅助治疗多用刮痧拔罐,可交替使用。

(3) **椎动脉型**以 2 至 4 个疗程可见较好的效果,此也以壹周为壹疗程。常常伴随头晕,记忆力下降,因此,除多用刮痧外仍应重点刮头眼部(头眼部可每天刮)。保健期隔日壹次,循序递减,至每周壹次。

(4) **交感神经型**除颈部病症外常伴随头痛,恶心,眼压增高。因此于多用刮颈刮头眼的同时,可适当牵引颈部。壹般 2 至 5 个疗程,壹周为壹疗程,效果较佳。保健期也可隔日壹次慢慢递减至每周壹次为宜。

(5) **脊髓型**此类病症于颈椎病中属较重的病情,壹般 4 到 8 个疗程,壹周为壹疗程会有改善。此类病症除影响颈肩上下肢的功能外也可影响心脏功能。除刮痧外多用热敷于背部为宜。保健期先以治疗俩天停壹天,再过渡到隔日壹次,最后递减到每周两次为宜。

(6) **混合型**以俩种之上的颈椎病兼而有之,因此于临床中善于活用。壹般 4 到 6 个疗程,俩周为壹疗程。严重者可于 10 个疗程之上才能见到好的效果。保健期做三天停壹天,过度到做俩天停壹天,于至隔日壹次,循序递减至每周两次。

2.肩周炎

是好发于五十岁左右疾病,壹般是指肩关节周围的软组织发生无菌性炎症的统称。早期疼痛明显,活动基本不受限制;中期疼痛减轻,但活动受限明显;后期疼痛基本消失但活动度严重受限。根据此病的特点安排疗时于 20 到 50 分钟。

操作流程:客户采用俯卧位,治疗巾覆盖于肩背部,医者先用放松类手法作用于局部,待疼痛或筋挛减轻后,以重刺激类手法于粘连部位或痛点操作,选用相应的穴位进行点按,于用活动关节的手法将肩关节活动开,最后用放松类手法结束操作。

(1)**早期**:以刮痧,拔罐,热敷相结合为宜,壹般十天为壹疗程。2 至 3 个疗程有明显效果。此后进入保健期,隔日壹次至每周壹次。

(2)中期：以活动度受限为主要特点，可采取拔罐热敷相结合的方法。壹般 5 个疗程左右效果较好，每个疗程十天。保健期每周壹次。

(3)后期：活动度严重受限，肌肉关节粘连明显。因此多用走罐。壹般 6 到 10 个疗程效果较明显，每个疗程十天。保健期每周壹次。

3.腰肌劳损

是壹个长期疲劳没能及时恢复正常状态的肌纤维累积性损伤而行成的病症。主要症状是腰部酸痛，绵绵不觉，劳累后加重。壹般每次治疗于 30-50 分钟。

操作流程：令客人俯卧于推拿床上，用治疗巾覆盖于腰部，先用大面积的放松手法将腰部的肌肉和韧带放松后，以拇指剥等手法将老损的肌肉剥离开，于选用相应的穴位，于以放松类手法结束操作。

疗程：病情较轻，壹般七天为壹疗程，1 至 3 个疗程效果较佳。辅助以拔罐和热敷相结合。保健期每周做壹次。

4.腰椎间盘突出症

这类疾病临床表现较复杂，它的规律于于腰部疼痛，常常沿壹侧往下肢放射，有疼痛麻木、酸胀，病重者不能站立行走，转身翻身等动作，由于椎间盘移出生理位置，压迫周围关节组织行成症状和体征。此病影响的部位较广，壹般壹个疗时于 50 到 70 分钟。

操作流程:客人先俯卧于侧卧于仰卧的体位，医生先用大面积的放松手法于腰、臀、及沿伤侧向下肢进行操作，当局部温度升高或疼痛减弱后，用拇指剥、理金等方法消除局部的肿胀和粘连，针对性的选用穴以达到舒筋活血散瘀止痛的效果，于用活动关节类手法将腰椎或椎间盘复位，于用放松类手法结束操作。

疗程：以热敷、拔罐、走罐、艾灸、刮痧和腰部牵引相结合为宜。每个疗程十五天，2 至 6 个疗程效果明显。保健期以壹周三次，循序递减，最终每月保证三到四次。

5.坐骨神经痛

是壹类以受寒凉刺激或腰部骨质增生压迫坐骨神经根而行成的疾病。临床以壹侧发病较多见，但也有俩侧同时起病的病历。壹次治疗壹般需要 30 到 50 分钟。

操作流程：令客人俯卧，医生立于伤侧，腰部覆盖治疗巾，以长揉、四指推等方法于下腰部及腰底部、伤侧的下肢进行操作，然后用理巾整复的手法将腰及下肢的胆经和膀胱经疏通，且寻此俩经上的相应的穴位进行点按，于以放松手法结束操作。

疗程：以热敷，拔罐，走罐和刮痧相结合为宜。疗程 3 至 5 个，每个疗程十天。保健期隔天壹次，递减至痊愈。

6.关节的扭挫伤

这类疾病经常是由动作不利或于暴力的情况下发生关节肌肉突变，导致软组织撕裂或关节解剖位置的异常而行成的病症。容易造成损伤部位和周围组织的肿胀、活动障碍，发病 24 小时内不宜推拿，需冷敷或抬高患肢。这类病症壹般影响较局限，治疗于 30 分钟左右。

操作流程，先用活血类手法将肿胀瘀血的局部放松后，于用弹剥类手法，能够选用止痛效果叫好的穴位，能够拔伸扭伤的关节，用活动关节类手法进行复位，于以亲柔缓和的手法结束操作。

疗程：壹般八天壹个疗程，1 至 3 个疗程痊愈。早期宜冷敷，后期宜热敷，且配合刮痧等辅助。

7.月经不调、痛经、慢性盆腔炎、乳腺小叶增生、慢性附件炎、卵巢早衰

这是壹类以内分泌系统的异常或由情智失调或环境改变、过食生冷引起的壹类疾病。壹般根据病情随症加减，于 50 到 70 分钟。

操作流程：令客人仰卧，腹部覆盖治疗巾，医生先用活血化瘀的手法于乳房及周围、脐周和小腹操作，使客人有温热感后，于选用针对性的穴位进行刺激，于令其俯卧，将腰及腰底操作发热，用缓和类手法结束操作。

疗程：壹般二十天为壹个疗程，1-4 个疗程。以热敷，艾灸兼顾拔罐，中药泡脚。保健期隔日壹次至每月三到四次。

8. 失眠、头痛、高血压、头晕

这是壹类以内热上扰清空、心神不宁，精神遇到过度刺激、起居无常或寒热往来交杂所引起的病症。而这类疾病于临床上仍有比较密切的关连，失眠往往会导致头痛、头晕或高血压病的出现，另外三个症状的出现也往往会导致失眠。随病症的轻重缓急壹般治疗于 15 到 50 分钟为宜。

操作流程：客人先仰卧，医生先用手法于头顶部操作，且局部取穴，于将胸腹部用手法操作，点按相应的穴位，于让客人俯卧，将背部以及相应的穴位点按后结束操作。

疗程：壹般十天为壹个疗程，3 至 7 个疗程。辅助以刮头眼，刮心和心包经，肝经，中药泡脚，刮足底。保健期每周两次。

9.胃痛、腹胀、便秘、腹泻

这是壹类以消化系统功能失调为病的症候，起病主要由饮食不洁、过食生冷和刺激性的食物、暴饮暴食、而引起肠胃不适功能紊乱行成的疾患。每次治疗于 30 到 50 分钟为宜。

操作流程：让客人仰卧，医生用枢缓的手法沿上腹部向下操作至小腹，除选用局部穴位外，仍应于四肢部选用脾胃经、大肠经、肝经、胆经等穴

疗程：壹般 1 至 3 个疗程，每个疗程壹周。辅助中药泡脚，热敷，拔罐或走罐。保健期每周壹次。

10.疲劳症、四肢末梢循环不畅

这类疾病是由于长期的超负荷工作、学习或大病初愈导致气血运行不畅，阴阳于低水平保持平衡状态，造成无精打采、记忆力下降、全身不舒服，食欲减退、睡眠质量差、四肢发凉，怕冷。这类病症须通调壹身的经络，活跃五脏六腑的功能，使其达到气机条达阴平阳秘的功效。因此于治疗过程中须操作部位较多，壹般于 75 到 100 分钟。

操作流程：此类疾患需拳身操作，先俯卧，沿颈项操作至足底，于让客人仰卧，从头面至足背，最后之上肢部操作结束。

疗程：壹般以二十天为壹个疗程，3 到 5 个疗程。主要以艾灸，热敷，拔罐，泡脚，刮头交替使用。保健期隔日壹次至每周两次为宜。

11.肥胖

至于减肥要根据肥胖者的身体情况，属于实胖仍是虚胖，年龄的大小，属于胖仍是微胖，或者身体的比例失调而造成的局部肥胖，是既发性肥胖仍是原发性的肥胖，是内分泌失调引起的，仍是生活方式不当造成的，要具体辩证。但不管哪种情况，局部操作不少于 50 分钟，而全身减肥壹般不少于 100 分钟。但壹般推拿减肥最有效的是腹部和大腿部，而其他部位需要身体调理到壹定水平才能够达到应有的效果。

操作流程：以泄法作用于腹部或脂肪丰厚的部位，先打散脂肪块，于用挤压类手法将破碎的脂肪进壹步分散，最后以放松手法结束操作。

疗程：十五天壹个疗程，3 到 8 个疗程。辅助走罐，拔罐，刮痧相结合。

12.性疾病：我们所说的性疾患是指男性和女性因工作压力大，生活不规律，或因情志所伤，或过度饮酒等原因造成性功能减退的壹类病症。

主要包括男性的慢性前列腺炎、前列腺增生，阳痿、早泄，性功能减退；女性的宫寒、性冷淡等，会受到壹定的效果，临床也取得过壹些疗效。这类疾病除器质性或占位性病变外，大多是由于饮食劳倦过度、打破生活的规律、精神压抑、体质下降、久做少动、或于某时期精神受到极度不良的刺激而导致心理障碍。中医认为此疾和肾气不足，尤其表当下肾阳虚衰、

肾经亏损、气血瘀滞于下焦，而导致此病的发生。治疗原则应围绕培本固原、行气活血、养经生髓和养心安神且重。每次治疗时间于 50 分钟左右为宜。

操作流程，多采用仰卧位，医生主要操作部位：小腹、大腿内侧、足跟及足底、腰及腰底部。

疗程：壹般十天到十五天为壹个疗程，4 到 8 个疗程。辅助艾灸，热敷相结合，兼顾刮痧。

保健隔日壹次至每周壹次。

13、产前通乳：壹般怀孕七个月及可通乳，七至八个月，每周 2-3 次，8-9 个月每周 3 次，9 个月至分娩每日壹次，每次 50 分钟。

操作流程：主要于乳房和周围用活血散瘀的手法进行操作，不宜重刺激，选用胃经、脾经、心包经、肝经、三焦经穴。结合中药热敷和刮痧的辅助效果更加。

产后恢复：女性生产后壹般身体较若，于加上饮食不当等原因造成身体肥胖、气血不足、四肢浮肿、精神抑郁、失眠多梦、烦躁易怒等产后的不良表现。因此，于治疗中因根据具体的临床表现采用适当的方法较宜。顺产和剖腹产的治疗方法也不完全壹致，顺产者可于产后壹个月开始调理，剖腹者应根据伤口恢复情况而定。对于四肢浮肿者没有时间上的要求，可于月中及可进行。壹般以三个月为壹疗程，第壹个月除腹部外的其他部位均可操作；第二个月顺产者可加上腹部的操作，剖腹者可于第三个月于加腹部的操作。

14、产后恢复

操作流程：第壹个月每周 2 次，主要操作头面部、胸部乳房周围，四肢部（包括足疗），颈项、肩背，但腰和腰底部不宜久作。第二个月可增加到每周三至四次，操作部位顺产者加腹部，腰和腰底部可适当延长操作的时间。第三个月可增至每周 5 至 7 次，剖腹者也可加上腹部的操作，这壹时期可增加刺激的力量，使身体能够尽快复员。

产后恢复的人群不宜作泄法，多宜平补平泄和补法为主，因此，辅助项目应多作中药热敷和艾灸，中药熏蒸，刮头眼，慎用拔火罐和刮痧。

辅助操作流程：

1. 拔罐：先准备好已消毒的火罐、无水酒精、火把、打火机，让客人暴露需拔罐的穴位，将火把吸入酒精点燃（火把不得靠近客人，以免烫伤），于罐内涮后迅速放于皮肤，先行闪罐，待皮肤适应后留罐十分钟左右起罐。起罐左手扶住火罐，右手食指压住罐口周围的皮肤，让空气进入罐中，等罐口完全脱离皮肤后将罐拔起。起出所有罐后，双手轻抚拔罐处，结束操作。
2. 刮痧：先准备好已消毒的刮痧板、刮痧油、吸油纸巾，让客人暴露需刮痧的部位，先将刮痧油均匀的涂抹于皮肤上，右手持刮痧板，左手扶于壹侧或拿住肢体，右手沿刮痧的经脉进行顺刮或逆刮，待皮肤出痧后为宜，然后用吸油纸巾除去皮肤多余的刮痧油，结束操作。刮头眼不需要刮痧油，刮头的方法同刮痧；刮眼：用刮眼板沾温水，延眼眶周围刮至皮肤潮红为宜。
3. 热敷：先准备好已消毒的热敷毛巾、热敷盆、热敷汤药、乳胶手套，让客人暴露需热敷的部位，操作者戴上乳胶手套，先将汤药浸泡过的毛巾拧半干，将毛巾抖平试探性的放于皮肤上，温度应以客人接受为宜，毛巾更替敷至皮肤潮红为宜。
4. 艾灸：先准备好艾条、酒精灯、打火机、掸灰棒、细沙、水，让客人暴露需艾灸的穴位，先点燃酒精灯再引燃艾条，右手拿艾条，左手食指和中指张开，放于穴位两旁，艾条距皮肤俩公分左右进行各种手法的操作，熏至皮肤表面潮红，深层温热或向经络远端传导为宜，过程中需将艾灰掸入水中，最后将艾条插入细沙中灭火。
5. 走罐：先准备好已消毒的火罐、无水酒精、火把、打火机、刮痧油、吸油纸巾，让客人暴露需走罐的部位，将刮痧油均匀的涂抹于皮肤上，将火把吸入酒精点燃，于罐内涮后迅速放于皮肤，右手持罐沿经脉走向进行来回的推拉，至出痧为宜。然后用吸油纸巾除去皮肤上多余的刮痧油，结束操作。

之上介绍的是中医推拿于临床中能治疗的壹些常见病，多发病及辅助的操作方法。泡脚药方
方壹：红花 10 克，艾叶 25 克，煎汤或打粉泡脚。功能：活血化瘀，疏风散寒

方二：花椒 12 克，干姜 15 克，麸子 15 克，当归 10 克，煎汤或打粉泡脚。功能：温中止泻，
行气活血。

方三:杜中 15 克,羌活独活 20 克,防风 10 克,生筋草 12 克,木香 10 克。功能:温肾行气,强筋骨,祛风湿,消肿止痛。

备注:方壹方二也可做热敷用。

日月华美世风国际会所中医保健项目设置

【大项分类】

推拿	拔罐	刮痧	灸疗	中药敷体	中药沐足
颈椎病	疏风解表温罐法	助阳填海养髓刮	扶阳固本灸	宣肺宽胸上焦敷	疏肝理气温足法
肩周炎	扶阳散寒火罐法	引火归源生根刮	养神减压灸	健脾养胃中焦敷	养心安神温足法
腰肌劳损	渗湿利节拔罐法	阴平阳密驱邪刮	健脾养胃灸	培本固原下焦敷	和中散寒温足法
腰椎间盘突出症			肩项调理灸		扶正纳气温足法
坐骨神经痛			固肾强腰灸		强筋壮骨温足法
关节的扭挫伤			安宫暖血灸		
月经不调、痛经、慢性盆腔炎、乳腺小叶增生、慢性附件炎、卵巢早衰					
失眠、头痛、高血压、头晕					
疲劳症、四肢末梢循环不畅					
肥胖					
男科疾患					
儿科按摩					

推拿(按病症分类)

中医推拿是系列手法的融会贯通，讲究——有力、柔和、持久、深透，将手法的效应转之体内，解除疲劳、肌肉酸痛的同时，是对人体阴阳平衡的尊重。

1.颈椎病

项目描述：辩证分型后，以缓和力道施治于受损组织，独特手法剥离粘联肌肉，消除条索状物质，加强活血化瘀之力，同时配合相应辅助疗法。

2.肩周炎

项目描述：放松肩周紧张肌肉，适当刺激手法解除肌痉挛，剥离粘连组织，

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。
如要下载或阅读全文，请访问：

<https://d.book118.com/138064021045007006>