

2010年外科辅导：颈椎病的按摩手法临床执业医师考试 PDF
转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/648/2021_2022_2010_E5_B9_B4_E5_A4_96_c22_648917.htm 按摩之流派甚多，手法不一。

这里介绍八种常用的治疗颈椎病的手法。大部分手法是针对软组织的，小部分为针对关节的。1.分筋

法<http://ks.100test.com> 首先用拇指指腹在患部按住皮肤，向上或向右将皮肤略予推移，然后向深部重压。反复重复上述动作即为分筋法，可重复多次。每次所用力量以病人感到疼痛，然能忍受为标准。手法太轻不能起治疗作用，手法太重病人难以接受。第一、二次治疗时“剂量”不能过大，以使病人有一适应过程。向深部按压进行治疗时应逐步加力，结束时亦应逐渐减力，此乃“刚中有柔，柔中有刚”。手法宜缓慢、深沉，使指力达到深部病变处，以起治疗作用。一般患处常可扪及压痛的结节状物或索状物，可在此处施治，亦有部分病人仅有压痛而无明显结节或条索状物，此时需鉴别此压痛处是否为病变部位，常需在对侧相应部位予以按压。如两侧为相同性质之压痛，然程度或性质不同，则患侧之压痛点为病变部位，即可施治。当然穴位亦常为病变存在的部位。分筋法在杜氏按摩法中为主要手法。来源

：www.examda.com 2.点穴法 一般用拇指指腹之前部按压患处有关之穴位。可按压片刻后放松，然后再按压，反复按压时可配合局部揉压动作，除拇指外，有时亦可用中指或食指做点穴法。3.推法 用拇指或数个手指之指腹，从病变近端予以轻微的压力，压向皮肤及其腔部组织，然后以平稳的力量推滑到病变处并滑向病变处的远端一定距离，称指推法。对胸

背、腰背等平坦的部位可用整个手掌掌面进行推滑动作，则为掌推法。推法常应用于分筋法，弹筋法及拨络法后，亦常需重复数次。百考试题(100test.com) 4.弹筋法 手法时用拇指及加四指相对，捏起肌束，然后稍加挤捏由手指间将肌束挤弹而出。操作时不可急于用力抓捏，如过于急躁用力，病人肌肉紧张，就不可能将肌束捏住，而往往仅捏住了皮肤有皮下脂肪。手法应沉着缓慢，首先嘱病人肌肉放松，用手指轻轻逐步向肌束两侧深部插入，然后轻轻地捏住肌肉进行弹筋手法。此手法较痛，故仅能重复2~3次，而且手法结束后常配合推法。对颈肩痛常用的弹筋部位为颈根部两侧的斜方肌、肩胛骨内侧的斜方肌及背阔肌的外侧缘，对神经干有时亦可用弹筋法1~2次，如腋窝内的大神经干，用此手法更应注意轻柔。5.拨络法 作用与弹筋法类似。弹筋法用于活动度大的肌束及神经干，而拨络法则用于比较固定的肌束及神经干，或由于病变肌束有变性、粘连不能被捏起时。此手法为用拇指或食指与肌束作垂直方向的来回拨动，亦可同时用四指的指端来拨动肌束或神经干。6.升降法 作用于关节，为使关节作被动之屈伸活动。来源

：www.examda.com 7.滚摇法 为作关节之旋转划圈活动。动作由小到大，力量由轻到重。可按顺时针方向旋转10~40次，然后再作逆时针方向同样遍数的旋转划圈。来源

：www.examda.com 8.捏按法 一手扶病人的手，另一手对病人的上肢由近端向远端予以抓捏，一捏一放，用力平稳，重复数遍。捏按法常在整套手法结束前与点穴法配合交叉进行，可促使血流通畅，经络舒展。更多信息请访问：百考试题医师网校 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细

请访问 www.100test.com