

编者的话

伤筋，又叫软组织损伤，是人们在劳动和生活中常发生的疾病。祖国医学治疗伤筋，主要运用手法治疗。它具有显效、简便等优点，历来深受群众欢迎。

为了普及卫生知识，保护人民健康，编者收集流传于民间的伤筋治疗手法，结合自己的临床实践，并参考空军某部军医冯天有同志的经验，编写成这本小册子。

本书主要介绍伤筋手法治疗知识，着重介绍常见的下颌、颈、肩、胸、腰，以及手足关节等十三种伤筋的简易治疗手法，并附有插图。书末附有民间治疗伤筋中草药方剂。本书介绍的治疗方法具体实

用，图文对照，通俗易懂，可供广大读者
和基层卫生人员参考。

一九八二年七月

目 录

- 一、伤筋是怎么一回事…………… (1)
- 二、民间简易治疗手法…………… (4)
 - (一) 分筋手法…………… (5)
 - (二) 理筋手法…………… (6)
 - (三) 镇定手法…………… (6)
- 三、常见伤筋的治疗…………… (11)
 - (一) 颞下颌关节伤筋…………… (11)
 - (二) 颈部伤筋…………… (13)
 - (三) 肩关节伤筋…………… (16)
 - (四) 肘关节伤筋…………… (25)
 - (五) 腕部伤筋…………… (29)
 - (六) 手指伤筋…………… (31)
 - (七) 胸部伤筋…………… (33)

| | | |
|---------------|-------|------|
| (八) 大腿伤筋 | | (36) |
| (九) 小腿伤筋 | | (37) |
| (十) 足踝部伤筋 | | (39) |
| (十一) 腰部伤筋 | | (42) |
| (十二) 臀部伤筋 | | (45) |
| (十三) 腱鞘囊肿 | | (54) |
| 附：民间治疗伤筋中草药方剂 | | (56) |

查看完整版

付费下载



【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





【风水】风水命理资料合集_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



【中医】中华传统医学资料大全_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



【武术】传统武术与现代搏击术_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



【集藏】经史子集库_13300 卷

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



【国画】传世名画 _ 6100 卷

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



【县志】方志\地方县志\乡志\地理志_8100 册

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



【国学】中华古籍库—32 万册古籍书

32 万册《中华古籍库》【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】包括各地方志、日本内...

【更多】 >> <https://www.fozhu920.com/list/>