

# 季远头面部操作经验介绍

★ 王勇<sup>1</sup> 程勇<sup>1</sup> 指导:季远<sup>2</sup> (1. 山东中医药大学 2005 级硕士研究生 济南 250014; 2. 山东中医药大学 济南 250014)

关键词:头面部操作;经验;季远

中图分类号:R 249.2 文献标识码:B

季远教授是山东中医药大学附属医院推拿科主任医师,从事临床推拿工作 20 余年,对骨伤科、内科、儿科、妇科推拿积累了丰富的经验,尤其是在治疗内科疾病如失眠、头痛、面瘫、过敏性鼻炎等有独到的治疗方法。而这些疾病在头面部的操作是非常重要的。吾跟师两年来深知老师头面部操作的效果显著,现就季远教授头面部操作经验介绍如下。

患者取仰卧位,头下垫一枕头,双眼微闭,均匀呼吸,全身放松。

(1)按揉印堂。力量要渗透,局部有较重的麻胀感,并向四周发散为度。吾师认为印堂穴虽为经外奇穴,却位于督脉上,督脉“上至风府,入属于脑”,因此可以治疗与脑有关的疾病。同时,还可以治疗面部、鼻、眼睛的疾病。

(2)开天门。用力稳,力度大,速度慢,气感强。季远教授指出,头面部骨厚肉少,推拿力度轻,力量不易渗透,患者不易得气,则效果就不显;同时由于现在人的耐受力提高,如果力度不够大,就不会有较理想的治疗效果。因此,在头面部的操作要用力稳,力度大,速度慢,气感强。

(3)推坎宫。第一步,用拇指指腹从目内眦沿上眼眶下缘分推至目外眦,最后至太阳穴;第二步,用拇指指腹从眉头沿上眼眶分推至眉梢,最后至太阳穴;第三步,分推前额,分别用指腹、大鱼际、掌根沿督脉向两侧分推至太阳,直至前发际。传统上的推坎宫仅仅是此操作的第一步,吾师则发展为以上的三步,这样就增强了临床疗效。

(4)按揉双侧睛明、攒竹、鱼腰、丝竹空,力度逐渐加大,至患者耐受时停止加力,持续用力 30 秒左

右。吾师认为按揉以上四组穴位有醒脑明目的功效;亦可用于面瘫的治疗。

(5)按压上眼眶及下眼眶,力量须渗透,以患者耐受为度,持续用力 30 秒左右。

(6)按揉太阳、耳后高骨及风池,其中按揉耳后高骨和风池时用中指指端,向上用力,力度以患者耐受为度。

(7)沿督脉从神庭用拇指按压至百会,用拇指按压膀胱经在头面部的循行部位,须用力稳,力度大,速度慢,气感强;揉四神聪。吾师教导我们百会穴的定位不可拘泥于教科书的定位法(两耳尖连线的中点),而应遵循《素问·骨空论》中阐述的“骨穴”的定义,即人体头背四肢诸骨空是经穴所在,正如高世拭云:“骨空,周身骨节之穴孔也。”因此当在两耳尖连线中点的上下寻找凹陷处为是穴。

(8)屈拇指用指间关节按揉胆经在头面部的循行线,按揉时有轻微的抖动,不可有摩擦。

(9)按揉鼻通、迎香、颊车、下关、耳门、听宫、听会等穴位,以患者耐受为度,停留约 30 秒。

(10)用大鱼际揉法和拇指揉法轻柔上述穴位和部位,放松头面部;最后在头部用指尖击法。操作结束。

吾师头面部操作法既继承了传统的操作规范,而且结合现代人的体质并从临床实际出发有了自己的发展;既有用力稳,力度大,速度慢,气感强的操作,又在操作的最后用大鱼际及拇指揉法放松头面部,使得此项操作刚柔相兼,既有较好的临床疗效,又易被患者接受。用之临床,对于治疗头痛、失眠、面瘫、鼻咽病、近视眼等有绝佳的效果,值得学习和应用。

(收稿日期:2007-10-10)