

神奇? 不神奇!

摸摸脊柱,他就知道你得了啥病

骨诊疗法已有1700多年历史,但这项“非遗”正面临失传

中医搭脉大家都很熟悉,可你听说过通过探摸骨骼位置来诊断病情吗?范治刚是南京一位80后医生,大学毕业后,他花了10年时间,研究“摸骨知病”,跟着非物质文化遗产传承人刘鳌学习骨诊疗法。颈椎病、风湿、老寒腿、偏头痛这些“老毛病”,在范治刚看来,根源都是“骨不正”,如果能够整好脊椎这个中枢,一些吃药久治不好的病也能变得很简单。

不过,范治刚告诉现代快报记者,由于传承难,有着1700多年历史的中医骨诊疗法面临失传。 现代快报记者 安莹



12月7日,范治刚在给患者治疗 现代快报记者 施向辉 摄

3分钟 摸出大爷“一身毛病”

昨天,现代快报记者来到位于莫愁湖西路的华夏素问堂。“围观”范治刚坐诊,就像重温武侠小说片段,一位大爷躺在床上,范治刚稳站一侧,轻举右手用两指从颈椎轻轻一搭顺势向下。时缓,时急,3分钟,大爷“一身毛病”,范治刚已了然于心。

“经常失眠、颈椎严重劳损、心肌供血不足、胃很不好、腰椎间盘突出……”听了这话,大爷点头说:“你说得太准了,这些都是摸出来的?”诊完之后,范治刚开始“下处方”了,他让大爷平躺、侧卧、伏趴、屈膝……运用各种姿势来帮助病人的颈椎复位。“放松,别紧张。”说话的瞬间,“咔咔”几下,病人的脖子被扭动着,看得人心惊肉跳。

“经过专业训练的手法是准确安全的,一次颈椎复位只需要几秒钟。”范治刚说。

摸、接、端、提……十分钟的治疗完毕,范治刚已经浑身出汗了。大爷说,颈椎腰椎的疼痛已经消失,一直以来的胸闷症状也好了许多。

古法摸骨 和搭脉有相似之处

什么是“骨诊疗”?范治刚说,古法摸骨和搭脉类似,根据骨头变形移位的情况来判断脏器的变化。因为人体每一部分,都通过神经连接在脊椎上。所以,很多时候病症是因为脊椎中某一块位置不正造成的,而一些外因产生的病症又反过来影响脊椎,反映在脊柱上。

范治刚毕业于南京医科大学康复医学专业,在校期间,对整脊医学产生了浓厚的兴趣。毕业后,他踏上各地奔波的学习之路,向国内多位权威骨伤名家学习整脊正骨绝技,潜心钻研更深奥的“骨诊”学。2009年拜“刘氏骨诊”的刘鳌为师,成为非物质文化遗产——刘氏骨诊绝学的传承人。

范治刚告诉记者,现在上班族很多人颈椎、腰椎出了问题,骨诊疗颈椎疾病效果最为明显。例如,女性产后盆骨开裂、走形,造成各种妇科炎症,都和“骨不正”有关系。很多病症都有因果联系,能够整好脊椎这个中枢,一些吃药治不好的病也许就能变得很简单。

骨诊大师 已治疗几十万患者

范治刚说,1700多年前,古人最初学习摸骨的时候,用竹子刻成脊柱的模型放在布袋里,一节一节地摸。现在的学习条件改善了很多,仿真的脊柱模型让初学者有直观的感受。

跟着刘鳌学习摸骨诊疗,实践和积累很重要。“老师先是手把手标出脊骨上异常的位置,告诉大家有哪些变化,然后学生们来反反复复感知病灶部位的深浅、软硬和病灶时间的长短。”范治刚说,摸骨没有具体的数据指征,人体脊柱的骨头错缝往往都在1毫米之内,所有的感觉都在指尖上。

骨诊疗,看似那么几个简单的动作,内涵却千变万化。因为人的胖瘦、肌肉紧张程度都不一样。

2009年,成为刘氏骨诊的传承人后,范治刚开始独立进行骨诊疗,几年下来,他的病人已累计达到3万多人。“我的老师刘鳌已经70多岁了,在他手上治疗过的病人已多达几十万,我和他相比差远了。”

现状

骨诊疗法面临失传

早在1700多年前,文献上就有了骨诊疗法的理论阐述。对于骨诊疗学发展的现状,范治刚并不乐观,如今推拿、针灸治疗都已经得到了很好的普及和传承,但“摸骨知病”这种治疗方式却鲜为人知。省中、省人民医院的骨诊医生不超过10人。

他分析,由于传承难,加上世人知之寥寥,严重阻碍骨诊疗法的发展。同时骨诊疗的教学难度很大,需要老师手把手教,一个老师一次最多带10个人,要系统学习5年以上才能出师,如果靠这行吃饭,还需要继续学习和积累,要想独当一面还得再花上5年的时间。

延伸

骨诊疗也需要X片

范治刚坦言,任何一种治疗方法都不是包治百病,骨诊疗也一样。

一般来说,对于较疑难的病症在诊疗过程中是需要拍X光片的,利用X光片排除一些病变和异常风险并协助寻找病源,这样就可以使治疗事半功倍。

据北京顺义人民医院对骨诊疗病进行的400例临床观察,结论是治愈率64%,明显有效率88%,有效率96%。

在美国,也有骨诊,但国外的说法更为“高大上”,叫做脊椎矫正。根据美国的数据,脊椎矫正的事故率低于六百万分之一。

图书展

去门东 欣赏300多本“美书”

快报讯(通讯员 祝鲲鹏 记者 余乐)昨天上午,第八届全国书籍设计艺术展览优秀作品展南京站暨国际书籍设计论坛在老门东骏惠书屋开展。现代快报记者获悉,市民近期可免费参观。以本次展览为开端,老门东还将围绕书籍主题,开展系列展览和讲座。

昨天上午,走进骏惠书屋,不少市民都对玻璃橱窗中的精美图书连连赞叹。

明城墙、民间年画、秦淮小吃……丰富多样的元素,大面积的留白,让这些书籍令人过目不忘,爱不释手。

据了解,本届展览在近5000册的参评书中选出了1000多件入围作品,此次南京站展出300多件,包括16件最佳作品。

此外,围绕即将到来的新年,门东将陆续举办跨年系列活动。如秦淮灯会灯展、春节民俗表演等活动,邀请更多市民游客到门东迎新年。

玉器展

到市博 看120件“良渚灵玉”

快报讯(记者 胡玉梅)11日下午两点,《良渚灵玉:神与人的对话——良渚文明展》将在南京市博物馆(朝天宫)展出,展览将展出120件(套)来自浙江省良渚博物院的精品玉器。展览到2015年3月10日为止,喜欢玉的市民可前去参观。

从祭祀天地人神用的玉璧、玉琮,到日用穿戴的玉璜、玉手钏、玉珠串、玉带钩、玉饰件等,以及具象的可爱灵动的玉鸟、玉龟……良渚玉向人们展示了5300-4000年前,人们的审美与制作工艺。“玉器是良渚文明的重要内容,渗透着宗教、政治、军事、礼制等诸多方面的重要内容,代表了新石器时代玉器制作工艺的最高水平。”南京市博专家介绍。

当天,凡关注公共微信号“考古小涛”的市民,均可凭该微信号中发布的《良渚灵玉:神与人的对话——良渚文明展》展览信息,在12月11日中午12点后,免费入场参观。有意听蒋卫东讲座的市民,则可凭该微信在检票口领取讲座入场券,仅限50席。

不可信?

国医大师“90岁的人,40岁的心脏” 全靠每天早上吃三片醋泡姜?

中医认同这一养生方法,西医称“难以评价”

微信朋友圈内,流传着各种养生信息。近日,又有一条消息热传:“国医大师路志正已90岁,心脏却非常健康,跟40岁的人一样。他的养生法是:每天早上吃三片醋泡生姜。据称,这个习惯最大的帮助是,保持脾胃的正常运转,从而化解一系列身体疾病。”很多网友十分好奇:我们买那么多保健品养生,难道比不上3片姜? 现代快报记者 吴怡

中医: 醋泡姜助消化,正阳气

在网络上,有关生姜养生的内容不少,大都认为生姜可以驱寒,帮助身体培养“阳气”,还可以健胃增进食欲,“早吃三片姜,胜过人参汤”的说法也是自古就有流传。

简单的食材,简单的制作方法,真的能够起到这么好的养生作用吗?南京市中西医结合医院治未病科副主任医师夏公旭认为,每天食用少量醋泡姜,的确对养生有帮助。

“姜有助于暖胃,刺激胃液分泌,帮助食物的消化,同时有开胃的作用。”夏公旭认为,中医理论中,脾胃为后天之本,只有脾胃功能好了,人的免疫力才能提高,消化功能增强,帮助营养快速吸收。

“中医有种流派认为,人体的阳气很重要,生姜是温性的,

能够提升阳气,对于虚寒体质的人很有帮助。”夏公旭认为,老年人、久病之人,以及肾衰、肠胃有问题的病人,都可以通过食用生姜来调理。同理还有醋泡豆、醋泡蒜、醋泡鸡蛋等,而醋本身也能帮助消化。

“不过,有一些人要慎吃。例如胃溃疡、消化道溃疡的人,更年期怕热的人,都不宜食用。”

西医: 无食疗概念,难以评价

而对于西医来说,醋泡姜本身也的确对胃部的血管扩张、血液循环有一些帮助。

“西医中没有食疗的概念,一种东西对治病有没有帮助,都是需要经过严格的临床试验验证的。”中大医院消化内科主任医师陈洪告诉现代快报记者。他认为,从消化内科角度,生姜具有一定的促进胃部血液循环作

用,同时里面含有一种成分——姜黄素,有研究认为具有一定的抗癌作用。

“也有人关心,生姜会不会对胃部过于刺激,这一点可以类比辣椒。在与来自四川、湖南的消化科医生交谈中,对方告诉我,虽然当地经常吃辣椒,但胃病人群并不比别的地方多。”

与此同时陈洪表示,虽然生姜对血管扩张有些作用,但是否能够像微信中说的那样,最终使人不生大病,健康活到90岁,心脏如同40岁呢?由于没有科学证明,无法证明生姜与结果之间的必然联系,目前还很难说。

“中医和中药是两种概念,中医是一种理论,千百年流传形成的哲学体系,有道理,值得深究,并且很难反驳。但理论是一种,想要用中药达到这种理论效果却并不容易。生姜等食疗的材料是否真能够达到想要的疗效,作为西医难以评价。”



醋泡姜 资料图片