·教学改革·

康复治疗专业《传统康复方法学》教学方法初探

万超　邹兆坤　朱小虎　程宇核　程俊华　彭俊良　刘相濮　李明辉
442000　十堰，湖北医药学院附属十堰市太和医院康复医学中心
通信作者：邹兆坤，Email：bajin945@163.com
DOI：10.3760/cma.j.issn.2095-1485.2018.04.013

【摘要】 针对医药院校康复治疗专业《传统康复方法学》教学现状，结合该课程所讲授的部分腧穴知识，提出对该课程教学的一定建议：在讲授腧穴知识的过程中，除强调其解剖位置的重要性之外，还应重视阐述腧穴的名称及定名过程中所蕴含的丰富文化内容；同时督促学生注重归纳学习诀窍，从中寻找记忆规律；并将理论知识讲授与动手实践相结合，鼓励学生尽早参与临床实践活动，培养学生的实际工作能力。

【关键词】 医药院校；　传统康复；　腧穴
【中图分类号】 R247.9
基金项目：十堰市太和医院软科学研究项目（2017rkt60）

Discussion on teaching methods of traditional rehabilitation methodology for rehabilitation therapeutics major

Wan Chao, Zou Zhaokun, Zhu Xiaohu, Cheng Yuhe, Cheng Junhua, Peng Junliang, Liu Xiangpu, Li Minghui
Rehabilitation Medicine Center, Taihe Hospital affiliated to Hubei University of Medicine, Hubei Shiyan 442000, China
Corresponding author: Zou Zhaokun, Email: bajin945@163.com

【**Abstract**】 In view of the current teaching status of Traditional Rehabilitation Methodology for rehabilitation medicine specialty in higher medical colleges and universities, combining with the knowledge of some acupoints taught in this course, we put forward some suggestions for the teaching of this course. In teaching process of acupoints knowledge, while emphasizing the importance of its anatomical location, we should also attach importance to elaborating the name of acupoints and the rich cultural contents contained in the naming process. At the same time, paying attention to induction learning and finding memory rules, combining theoretical knowledge with classmates' hands-on practice, and encouraging students to participate early in clinical practice activities, we can develop students' practical work ability.

【**Key words**】 Colleges and universities of medicine;　Traditional rehabilitation;　Acupoints
Fund program: The Soft Science Research Project of Shiyan Taihe Hospital (2017rkt60)

随着我国社会生活水平的不断提高和民众预防保健意识的不断增强，近十年来，康复医学事业在我国取得快速发展。广大人民群众对康复医疗的需求逐渐增加，未来我国康复医疗市场的发展潜力巨大。鉴于行业发展的需要，国内多所高等医药院校相继开设了康复治疗专业，以加强本专业高层次人才的培养。《传统康复方法学》作为本专业一门阐述有关传统康复治疗方法的必修课程[1]，重点讲授经络腧穴、针刺、灸法等广大民众耳濡目染的传统康复治疗方法。这些治疗手段为民众所普遍接受，有着非常广阔的市场应用前景，一直是康复治疗专业教学的重要内容，也是现阶段本专业人才必须掌握的专科

知识。在此,教学者总结多年来的教学经历,现对当前四年制大学本科康复治疗专业《传统康复方法学》的教学方法做如下分析。

1 《传统康复方法学》教学中一个普遍存在现象引发的思考

“肚腹三里留,腰背委中求,头项寻列缺,面口合谷收”。提起此四总穴歌,但凡学习过《传统康复方法学》的学生均能倒背如流,如果再问及“足三里”“委中”“列缺”“合谷”等穴位的解剖位置,多数学生也能回答正确;但是当问及这些穴位为何命名为该名称时,很多学生却是满脸茫然,不知如何回答。以先人的智慧,不会随意给一个穴位定名称。在中国古代,也没有以上四个腧穴位置所分别对应的“腓骨小头”“腘横纹”“桡骨茎突”“掌骨”等此类现代解剖学术语,那么先辈在给穴位命名时,又是如何思考的呢?

2 腧穴“体表解剖标志定位法”教学的优点和局限性

2.1 “体表解剖标志定位法”教学的优点

翻阅全国高等医药院校康复治疗专业规划教材《传统康复方法学》的课本,可以清楚发现,在讲述具体经络腧穴的课程时,是遵循定位、解剖、主治的顺序来阐述的。尤其在腧穴定位的讲解上,特别强调腧穴在解剖学上的位置,详细讨论了基于人体解剖体表标志的腧穴位置确定方法。这种定位方法客观上是确切的,有助于揭示腧穴与组织和器官的解剖关系,便于教师讲课,也有助于学生准确地掌握腧穴的位置,在教学过程中有其优越性,所以目前教师在授课过程中也普遍运用这种方法。

2.2 “体表解剖标志定位法”教学的局限性

目前在本课程有关腧穴的教学过程中,教师重点强调腧穴的解剖学定位,却忽视将腧穴名称中所包含的相关文化内涵予以阐述。以“合谷”穴为例,解剖定位是,在手背,第 1、2 掌骨间,当第 2 掌骨桡侧的中点处[2]。显而易见,如果依据人体解剖学体表标志,“合谷”穴的位置是容易确定的。但是如果进一步问及此穴为何命名为该名称?很多学生却不知道从何作答,因为教师在课堂上很少讲述,学生也没有去思考。这种教学方法的局限性,导致学生仅通过死记硬背的方式去记忆腧穴的具体解剖位置,而无法从腧穴的名称及定名过程去理解其包含的丰富文化内涵,直接造成学生对腧穴知识缺乏深刻的理解和掌握。由于理解记忆往往不够深刻,学生通常是背过以后很快就遗忘了,更不利于今后在临床上的熟练运用。

3 腧穴的名称及定名过程包含丰富的文化内涵

腧穴的名称及定名过程都包含丰富的文化内涵。唐代“医圣”孙思邈在著作《千金翼方》中写道:“凡诸孔穴,名不徒设,皆有深意”[3],明确指出腧穴的名称不是随意设定的,名称中都包含着深刻的含义,命名过程均反映出丰富的传统文化内容。腧穴的名称是医学前辈依据腧穴所处的部位和功能主治,再将医学理论和自然现象联系起来,采取分类比像[1]的方式确定的;并非信口而为,必经深谋远虑、反复斟酌。以下结合实例,对部分腧穴的命名特点及其名称的含意予以概述。

“足三里”穴解剖定位:“髌骨下缘下 3 寸,胫骨前嵴外一横指”。穴解:“本穴统治腹部上中下三部诸症,是以谓之‘三里’。古‘理’与‘里’相通。本穴在下肢,故名‘足三里’,示别于‘手三里’也”[4]。释义:本穴可以治疗上中下(三)腹部的诸多病症,又在下肢,故而得名。

“委中”穴解剖定位:“腘横纹中央”。穴解:“委,委顿也,又委屈也。猝触此穴,令人下肢委顿,立即跪倒。更以本穴在膝腘窝正中,委曲之处,故名‘委中’”[5]。释义:本穴位于腘窝正中,突然触及此穴,会导致膝关节弯曲,猝然跪倒,因而得名。

“列缺”穴解剖定位:“在前臂桡侧缘,桡骨茎突上方, 腕横纹上 1.5 寸, 当肱桡肌与拇长展肌腱之间”。穴解:“古称雷电之神为列缺。雷电在大气中有通上彻下之能。人或头顶有阴沉郁痛之疾,则头重目眩。刺本穴可使清爽,犹霹雳行空,阴霾消散,而天朗气清矣。故喻本穴为雷电之神,而名以‘列缺’”[6]。释义:针刺本穴可以治疗头项部的疾病,可使人神清气爽,犹如雷电过后,天空豁然清朗。

“合谷”穴解剖定位:“在手背,第 1、2 掌骨间,当第 2 掌骨桡侧的中点处”。穴解:“合,汇聚之意;谷,是两山之间的空隙。合谷名意指大肠经气血汇聚于此并形成强盛的水湿风气场。由于本穴位处手背第一、二掌骨之间,肌肉间隙较大,如同位处山谷之中,故而得名”[7]。释义:“合谷”穴合(汇聚了)大肠经的气血,正好位于第一、二掌骨之间的肌肉凹陷(形似山谷)之处。

“阴陵泉” 穴解剖定位:“胫骨内侧髁下缘凹陷

中”。穴解:“本穴在膝之内侧,胫骨上端,髁突下,凹陷中。就像阴侧陵下之深泉也,故简称‘阴陵泉’”[8]。释义:膝关节内侧属阴,胫骨内侧髁犹如高耸于周围组织的“山陵”,经气流入此山陵前下方的凹陷处,汇合似泉,因而得名。

“百会”穴解剖定位:“耳尖直上,头顶正中”。穴解:“本穴在人体至高正中之处。手足三阳与督脉之会也,故曰头为诸阳之会。本穴居人身之最上之处,四围各穴罗布有序,大有百脉朝宗之势,犹地理学之世界屋脊,在人身则总摄阳经之汇,故名‘百会’”[9]。释义:本穴位于头顶,人体最高之处,汇聚了全身的阳气,故而得名。

经过对上述几例的剖析,可以发现:腧穴的名称及定名过程中既有传统文化知识的体现,又反映了前人认识自然(包括认识自然中的一部分——人)、改造自然的过程,以及国医前辈对人体自身疾病认知了解及诊治的经验总结。通过对腧穴名称中所包含的文化现象和文化内容的学习、揭示,令人惊叹祖先伟大的聪明才智,感叹国医前辈匠心独到的发明创造。

4 《传统康复方法学》课程的腧穴定位教学存在问题

4.1 腧穴定位的教学方法对学生的学习造成不利影响

通过对上述内容的讨论,可以发现目前《传统康复方法学》课程中腧穴定位的教学存在如下问题:重点强调腧穴解剖位置的重要性,忽视腧穴名称中所包含的传统文化内涵。如果一直用这种方法进行教学,容易导致学生对此部分教学内容缺少深刻的理解,只是追求机械的死记硬背,看似客观准确,实则枯燥乏味。不仅无法揭示前辈在腧穴命名过程中所赋予的丰富文化内涵,不利于学生理解记忆,还会对学生今后的临床应用造成一定障碍。

4.2 改进该课程教学方法的现实意义

众所皆知,当下受西方文化和西医学的强烈影响,常用西医学的研究方法来探索和学习中国传统医学,人体解剖、病理生理等西医知识体系被普遍引入对中国传统医学的挖掘研究之中。在试图以西医学的理论知识来进行中医药的继承和创新过程中,获得了一些成绩,可是中医药自身的文化特色,甚至于中国传统文化在国人心目中的地位却在逐渐淡化。因此改进该课程的教学方法,研究并讲授腧穴名称及其定名过程中所包含的丰富文化内涵,有助于师生更深入地了解腧穴的起源和发展,也有助于学生牢固掌握腧穴的位置和作用,更能够推动其中所蕴含的中华民族优秀传统文化的学习传承。

5 对本课程教学方法的一点建议

纵观当前《传统康复方法学》有关经络腧穴知识的教学过程,教师在腧穴定位的讲解中重点强调解剖位置的重要性,有其实用之处,但对传统中医药文化知识的发掘和传承很缺乏。学生被动接受,缺乏理解,领会不深刻,导致学过、考试后很快就会忘记,从容运用更是无从谈起。为了改进本课程教学,特提出下列建议:一是在强调腧穴解剖位置重要性的同时,将腧穴的名称和腧穴定名过程所蕴含的文化现象和文化内容加以传布和释疑。此举将会很大程度提高学生的学习兴致,有利于学生加强理解、加深记忆,有利于学生牢固掌握专业知识。二是注重归纳学习诀窍,从中寻找记忆规律。全身的腧穴虽然为数众多,但部分腧穴的分布是有规律可寻的。比如,腧穴名称中带有“阳”字的都归属为阳经,分布在躯干的背侧和四肢的外侧;而名称中带有“阴”字的都归属为阴经, 分布在躯干的腹侧和四肢的内侧。还有一些腧穴从名称的第一个字就可知道其在身体的位置,如:“头维”穴位于头部,“肩贞”穴位于肩部,“足临泣”穴位于足部等。引导学生掌握这些规律,将为腧穴知识的学习奠定良好基础。三是在重视理论授课的同时,加强学生实践环节训练,在记忆理论知识的基础上,积极提高学生的动手实践能力。利用(校内)实践课的机会鼓励学生勤于动手,在人体或标本上进行点穴操作,以提高学生准确定位的能力、加深记忆。四是鼓励学生尽早参与临床实践活动,组织学生分批次赴医院实地展开腧穴临床应用的教学。让学生初步了解腧穴知识在临床中的应用,从而开拓学生的眼界,提高学生的兴趣,培养学生的实际工作能力, 为后期的临床实习打下坚实基础。通过上述举措的实施,不仅改进了经络腧穴的教学方法,而且激发了学生的积极性,提高了学生的学习效率,提升了学生的综合能力。经过本课程学习后,学生加强了对中医药文化知识的认知兴趣,逐步增加了对传统文化的认同感,这对传承弘扬中华民族优秀传统文化具有积极意义。

利益冲突　无

作者贡献声明　万超:课程教学方法改进及撰写论文;邹兆坤、朱小虎、程宇核:课程教学方法改进指导;程俊华、彭俊良、刘相濮:课程教学方法整理实践;李明辉:归纳整理反馈意见

参考文献

[1] 陈立典. 传统康复方法学[M]. 北京：人民卫生出版社，2008.
Chen LD. Traditional rehabilitation methodology [M]. Beijing: People's Medical Publishing House, 2008.

[2] 陈淑莉，晋志高，景向红，等. “合谷”穴和口面部联系的解剖学基础[J]. 针刺研究，2004(3)：217-221，196. DOI: 10.3969/j.issn.1000-0607.2004.03.012.
Chen SL, Jin ZG, Jing XH, et al. Morphological study on the afferent pathways of "Hegu" point and mouth-face region [J]. Acupuncture Research, 2004(3): 217-221, 196. DOI: 10.3969/j.issn.1000-0607.2004.03.012.

[3] 赵艳，庄虔东. 孙思邈的针灸学说及其学术贡献[J]. 世界中西医结合杂志，2012(6)：526-528. DOI: 10.3969/j.issn.1673-6613.2012.06.026.
Zhao Y, Zhuang QD. SUN Si-miao's doctrine on acupuncture and moxibustion and his academic contributions [J]. World Journal of Integrated Traditional and Western Medicine, 2012(6): 526-528. DOI: 10.3969/j.issn.1673-6613.2012.06.026.

[4] 施晓兰，陈弘，胡丽萍. “足三里”穴治疗类风湿性关节炎机理探讨[J]. 亚太传统医药，2015(24)：54-55. DOI: 10.11954/ytctyy.201524022.
Shi XL, Chen H, Hu LP. Explortation about the theoretical basis of Zusanli point in the treatment of rheumatoid arthritis [J]. Asia-Pacific Traditional Medicine, 2015(24): 54-55. DOI: 10.11954/ytctyy.201524022.

[5] 毛伟波，陆宏，许雅妮，等. 明清时期针灸治疗痹证的文献研究[J]. 上海针灸杂志，2017(9)：1125-1129. DOI: 10.13460/j.issn.1005-0957.2017.09.1125.
Mao WB, Lu H, Xu YN, et al. Literature study on acupuncture-moxibustion for Bi-impediment syndrome in Ming and Qing Dynasties [J]. Shanghai Journal of Acupuncture and Moxibustion, 2017(9): 1125-1129. DOI: 10.13460/j.issn.1005-0957.2017.09.1125.

[6] 蒙珊，吕计宝. 列缺穴穴名寓意在临床中的意义及启发[J]. 针灸临床杂志，2011(11)：64-65. DOI: 10.3969/j.issn.1005-0779.2011.11.030.
Meng S, Lü JB. Significance and enlightenment of Lique point name meaning in clinical practice [J]. Journal of Clinical Acupuncture and Moxibustion, 2011(11): 64-65. DOI: 10.3969/j.issn.1005-0779.2011.11.030.

[7] 刘尚策，郭玉红，何艺博，等. 温针灸配合“合谷刺法”治疗肩周炎临床疗效观察[J].针灸临床杂志，2017(3)：50-52. DOI: 10.3969/j.issn.1005-0779.2017.03.016.
Liu SC, Guo YH, He YB, et al. Clinically therapeutic effect of warming acupuncture combined with multi-direction needling on shoulder periarthritis [J]. Journal of Clinical Acupuncture and Moxibustion, 2017(3): 50-52. DOI: 10.3969/j.issn.1005-0779.2017.03.016.

[8] 王晓燕，王文彬，娄琦. 阴陵泉穴在《针灸大成》中的临床应用分析[J]. 中国中医药现代远程教育，2017(22)：81-83. DOI: 10.3969/j.issn.1672-2779.2017.22.034.
Wang XY, Wang WB, Lou Q. Analysis on the clinical application of Yinlingquan (SP9) in Zhenjiu Dacheng [J]. Chinese Medicine Modern Distance Education of China, 2017 (22): 81-83. DOI: 10.3969/j.issn.1672-2779.2017.22.034.

[9] 叶明柱. 对百会穴定位取穴的探讨[J]. 上海针灸杂志，2015(2)：171-172. DOI: 10.13460/j.issn.1005-0957.2015.02.0171.
Ye MZ. Discussion on acupoint selection for Baihui [J]. Shanghai Journal of Acupuncture and Moxibustion, 2015(2): 171-172. DOI: 10.13460/j.issn.1005-0957.2015.02.0171.

（收稿日期：2017-12-17）
（本文编辑：蔡骏翔）

《中华医学教育探索杂志》在线投稿
网址：yxjyts. alljournals. ac. cn