

# Zhang's Hammer Therapy and Its Clinical Application

Yunhong Zhang<sup>1</sup> Chenghai Lin<sup>1\*</sup> Wenheng Zhang<sup>2</sup> Yunxing Chen<sup>2</sup> Li Zhou<sup>2</sup>

1. International College of Self-healing Therapy, Hong Kong, 999077, China

2. Renzhi Health Management Co., Ltd., Hong Kong, 999077, China

## Abstract

Zhang's hammer therapy was created by professor Zhang Yunhong, a famous old Chinese medicine doctor in Hubei province. After more than 40 years of clinical application and the experience of nearly ten thousand patients, it is proved that it has obvious curative effect, and its safety and applicability are also very high. Zhang's hammer therapy technology system is a set based on the theory of traditional Chinese medicine and modern medical knowledge, combined with professional tools and specialized techniques, aiming to achieve the relaxation of soft tissues, dredge meridians and relieve human pain. In the future, the technology is expected to be applied and promoted in more fields, bringing health and well-being to more patients. At the same time, with the continuous progress of science and technology, the materials and manufacturing process of hammer therapy tools will be continuously upgraded and optimized to improve the treatment effect and patient experience.

## Keywords

hammer therapy; technology; traditional Chinese medicine theory

## 张氏锤疗及其临床应用

张运宏<sup>1</sup> 林成海<sup>1\*</sup> 张文恒<sup>2</sup> 陈运兴<sup>2</sup> 周丽<sup>2</sup>

1. 国际自愈疗法学院, 中国·香港 999077

2. 仁智健康管理有限公司, 中国·香港 999077

## 摘要

张氏锤疗由湖北名老中医张运宏教授独创的一门中医外治法, 经四十多年的临床运用, 经近万名病人的体验, 证明其具有明显的疗效, 其安全性和适用性也是很高的。张氏锤疗技术体系是一套基于中医理论和现代医学知识, 结合专业工具和专门技术, 旨在达到松解软组织、疏通经络、解除人体病痛的方法。未来, 该技术有望在更多领域得到应用和推广, 为更多患者带来健康和福祉。同时, 随着科技的不断进步, 锤疗工具的材料和制造工艺也将不断升级和优化, 提高治疗效果和患者体验。

## 关键词

锤疗; 技术; 中医理论

## 1 引言

张运宏教授从湖北中医药学院毕业并考取医师证后, 一直运用中医药知识给病人看病。张教授自幼喜好中医, 并受家传医术的影响, 对中医正骨和杂病治疗有浓厚的兴趣和研究。在多年的临床实践中, 张教授逐渐发现传统手法在面对体重过胖或身体异常魁梧的患者时, 存在放松和正骨效果不佳的问题。于是, 他开始探索新的治疗方法, 并在与爱同频国医馆及各大中医院历经各类病人的临床应用, 最终发明了张氏锤疗技术。

【作者简介】张运宏(1955-), 男, 中国湖北黄冈人, 本科, 中医副主任医师, 从事中医外治和内治研究。

【通讯作者】林成海(1977-), 男, 中国广东吴川人, 博士, 教授, 从事医学生物学研究。

## 2 技术原理

张氏锤疗技术的原理在于通过专业工具(如锤子、钎子等)的敲击、梳理、平复等动作, 作用于人体的经络、穴位和肌肉群, 以达到松解软组织、疏通经络、缓解局部软组织的痉挛、麻木不仁或疼痛等症状的目的。同时, 张氏锤疗还能促进气血流通, 增强传感, 排除局部的垃圾毒素, 恢复肌肉的正常位置关系, 纠正关节微小移位等。

### 2.1 中医理论基础

①疏通经络: 中医经络学说认为, 气血运行畅通是身体健康的基础。张氏锤疗通过敲打经络和穴位, 可以刺激经络的畅通, 促进气血的流动, 从而起到活血化瘀、缓解疼痛的作用。

②松解肌肉: 长时间的肌肉紧张或劳损会导致肌肉僵硬和疼痛。张氏锤疗通过敲打肌肉群, 可以松解紧张的肌肉, 缓解肌肉痉挛和僵硬, 恢复肌肉的正常功能<sup>[1]</sup>。

③调整关节：对于关节微小移位或错位引起的疼痛，张氏锤疗可以通过特定的手法和工具进行复位和调整，恢复关节的正常位置关系。

## 2.2 现代物理治疗学原理

①动载荷冲击效应：现代物理治疗的力学结构表明，张氏锤疗是一种快速冲击的动载荷治疗方式。与传统的以人手按摩的静载荷相比，动载荷冲击效应会对相应反射区产生更高倍、高疗效的刺激。这种刺激能够深入肌肉和筋膜层，达到更好的治疗效果。

②局部微循环改善：张氏锤疗的敲打作用可以促进局部血液循环和淋巴循环，改善微循环障碍，加速代谢产物的排出和营养物质的供应，有助于组织的修复和再生<sup>[2]</sup>。

## 2.3 综合作用

张氏锤疗在治疗过程中，不仅直接作用于疼痛点和病灶所在，还通过疏通经络、松懈肌肉、调整关节等多种方式综合作用，达到缓解疼痛、恢复功能、提高生活质量的目的。同时，张氏锤疗还注重患者的整体状况和心理因素，通过心理疏导和健康教育等方式，帮助患者建立正确的治疗观念和信心<sup>[3]</sup>。

## 3 主要工具

张氏锤疗的技术体系中，主要工具包括但不限于以下几种：

①松解锤：用于直接敲击身体的特定部位，以达到松解软组织、疏通经络的效果。

②松筋棍：具有带弧度的设计，用于在身体的不同部位进行松解和调理，特别适用于一些敏感或难以触及的部位。

③缓冲钎：采用对称结构设计，能够同时进行锤击松解，既省力又省时，且效果显著。

④筋膜钎：为了更好地达到拨筋松解筋膜的效果而设计，其锥面扩宽后不会对身体产生伤害。

⑤复位钎：在锤击过程中，能够自动对脊柱小关节错位进行复位，提高治疗效果。

## 4 技术特点

①广谱性：张氏锤疗技术适用于多种疾病和症状的治疗，如头痛、眩晕、颈项僵直疼痛、心悸、偏头痛、咀嚼痛、咽噎咽痛等。②安全性：操作过程无需服药，无毒副作用，且工具设计充分考虑了人体的不同部位需求，避免了伤害。③简易性：实施手法简单明了，一看即会，便于推广和普及。④显著性：张氏锤疗技术能够迅速缓解患者的疼痛和不适症状，甚至使一些疾病得到明显改善或痊愈。

## 5 技术应用

张氏锤疗技术已经广泛应用于中医养生、康复治疗等领域。在实际操作中，医生会根据患者的具体病情和身体状

况，选择合适的工具和技术方案进行治疗。同时，锤疗技术还可以与其他中医治疗方法相结合，如针灸、推拿、拔罐等，以达到更好的治疗效果。

## 6 张氏锤疗的操作流程

张氏锤疗技术体系的实施步骤是一个细致且系统的过程，旨在通过专业的工具和技术手段，针对患者的具体病情，进行精准的治疗。以下是对该实施步骤的详细描述。

### 6.1 初步评估与准备

第一，患者评估。

①详细问诊：首先，医生会详细询问患者的病史、症状、疼痛部位及程度等，以便全面了解患者的病情。

②体格检查：通过触诊、观察等方式，对患者的身体状况进行初步评估，确定疼痛点和病灶所在。

第二，治疗计划制定。

根据患者的具体情况，医生会制定个性化的治疗计划，包括治疗目标、治疗步骤、使用的工具等。

第三，工具与环境准备。

①选择合适的锤疗工具，如松解锤、松筋棍、筋膜钎等，确保工具的清洁和消毒。

②准备舒适的治疗环境，确保温度适宜、光线柔和，以减轻患者的紧张情绪。

### 6.2 治疗过程

#### 6.2.1 放松阶段

引导患者采取舒适的体位，进行深呼吸和全身放松练习，以减轻紧张情绪，为接下来的治疗做好准备。如果需要，可以使用轻柔的手法或工具对治疗部位进行预热，以增加局部血液循环，提高组织的敏感度。

#### 6.2.2 定位与检查

再次确认疼痛点和病灶的准确位置，必要时可使用仪器进行辅助定位。检查患者的身体状况，确保无其他禁忌症或并发症。

#### 6.2.3 锤击治疗

①力度与频率：根据患者的耐受程度和病情严重程度，调整锤击的力度和频率。力度应适中，避免过度用力造成损伤；频率可根据需要逐渐增加，以达到最佳的治疗效果。

②顺序与方向：按照既定的治疗顺序和方向进行锤击治疗。通常从疼痛点周围开始，逐渐过渡到疼痛点本身；方向应顺应肌肉的纹理和经络的走向。

③重点关注：对于关键的经络、穴位和结节等区域，应进行重点锤击治疗。通过精准的锤击操作，打开结节、疏通经络、缓解肌肉紧张和痉挛等症状。

#### 6.2.4 辅助手法

在锤击治疗的过程中，可以结合推拿、按摩等辅助手法，以增强治疗效果。这些手法可以进一步松解软组织、促进气血流通、缓解局部疼痛等症状。

### 6.2.5 观察与调整

在治疗过程中，医生需不断观察患者的反应和治疗效果。如果患者出现不适或治疗效果不佳的情况，应及时调整治疗方案和锤击手法。

### 6.3 后续护理与指导

#### 6.3.1 休息与恢复

治疗结束后，建议患者适当休息一段时间，避免剧烈运动和过度劳累。同时，保持治疗部位的清洁和干燥，避免感染。

#### 6.3.2 生活指导

根据患者的具体情况，给予生活方式的指导和建议。如保持良好的坐姿、站姿和睡姿；避免长时间保持同一姿势；适当进行体育锻炼等。

#### 6.3.3 定期复查

建议患者定期复查，以便及时了解身体的恢复情况。医生会根据患者的恢复情况，调整后续的治疗计划或给出进一步的建议。

#### 6.3.4 心理关怀

关注患者的心理健康状况，给予必要的心理支持和疏导。帮助患者建立正确的治疗观念和信心，以更好地应对治疗过程中的挑战和困难。

## 7 张氏锤疗两例医案

### 7.1 张氏锤疗医案一：颈椎病治疗

第一，患者信息。

姓名：张先生。

年龄：45岁。

性别：男。

职业：办公室职员。

第二，主诉。

张先生自述长期伏案工作，近半年来出现颈部僵硬、疼痛，伴有头晕、手麻等症状，经西医诊断为颈椎病。

第三，中医辨证。

患者舌质淡红，苔薄白，脉弦细。辨证为风寒湿邪侵袭，经络痹阻，气血不畅。

第四，治疗方案。

①锤疗治疗：使用松解锤对颈部肌肉群进行敲打，重点针对风池、肩井、大椎等穴位，以松解紧张的肌肉，缓解肌肉痉挛和僵硬。

结合筋膜钎对颈部深层筋膜进行梳理和平复，进一步疏通经络，促进气血流通。

对颈椎小关节进行微调，纠正微小移位，恢复颈椎的正常生理曲度。

②辅助疗法：配合推拿、拔罐等中医传统疗法，增强治疗效果。

给予患者颈部热敷，促进血液循环，缓解局部疼痛。

③治疗效果：经过一周的锤疗治疗，张先生颈部僵硬、疼痛明显缓解，头晕、手麻症状减轻。继续巩固治疗两周后，症状基本消失，恢复正常工作和生活。

### 7.2 张氏锤疗医案二：膝关节骨性关节炎治疗

第一，患者信息。

姓名：王大爷。

年龄：68岁。

性别：男。

职业：退休工人。

第二，主诉。

王大爷自述双膝关节疼痛多年，行走困难，上下楼梯时疼痛加剧。经西医诊断为膝关节骨性关节炎。

第三，中医辨证。

患者舌质淡紫，苔薄白，脉细涩。辨证为肝肾不足，筋骨失养，寒湿痹阻。

第四，治疗方案。

①锤疗治疗：使用缓冲钎对双膝关节周围肌肉群进行敲打，重点针对血海、梁丘、膝眼等穴位，以松解紧张的肌肉和韧带，缓解疼痛。

结合筋膜钎对膝关节周围的筋膜进行梳理和平复，促进局部血液循环和淋巴循环。

对膝关节进行适度的推拿和按摩，以改善关节的灵活性和稳定性。

②辅助疗法：配合中药熏蒸疗法，选用具有温经散寒、活血化瘀功效的中药进行熏蒸治疗，以增强治疗效果。

指导患者进行膝关节功能锻炼，如直腿抬高、膝关节屈伸等运动，增强肌肉力量和保护关节。

③治疗效果：经过一个月的锤疗治疗，王大爷双膝关节疼痛明显减轻，行走能力提高。继续巩固治疗两个月后，症状基本稳定，生活质量显著提高。

## 8 结语

随着中医养生和康复治疗不断发展，张氏锤疗技术也在不断完善和创新。未来，该技术有望在更多领域得到应用和推广，为更多患者带来健康和福祉。同时，随着科技的不断进步，锤疗工具的材料和制造工艺也将不断升级和优化，提高治疗效果和患者体验。综上所述，张氏锤疗技术体系是一套科学、安全、有效的中医治疗方法，其独特的工具设计和操作手法为中医养生和康复治疗领域注入了新的活力。

### 参考文献

- [1] 司富春. 中医理论基础[M]. 北京: 人民军医出版社, 2005.
- [2] 韩金祥, 韩奕. 关于中医理论创新问题的几点思考[J]. 山东中医药大学学报, 2010(4): 3.
- [3] 熊时喜, 桂诗琪. 中医药综合疗法治疗膝骨关节炎120例[J]. 中国中医基础医学杂志, 2014, 20(7): 2.