

國民健康教育之 脊骨神經醫學緣起與整治效應-----研究報告

骨節整復業創始人
骨節整復職業工會理事長
能量醫學會結構醫學組
傳統醫學碩士 張重文

脊骨神經醫學（簡稱整脊醫學、行政院勞委會已於 95 年以勞資一字第 0950007818 號文增列為產業、職業分業第 469 項『骨節整復』職類）。然而到目前為止，尚有許多民眾一知半解。到底是什麼？許多人認為是推拿，是指壓，是按摩，甚至還問說你師父是誰？實際上，脊骨神經醫學是在 1885 年由一位名叫 DDPAMA 的加拿大裔美國人所提出來的理論，至今發展已經有一百多年的歷史，是一門正式的科技醫療體系。

1895 年，DDPAMA 先生有位教會朋友是個失聰者，依照其所醞釀出來的理論，認為這應該可以矯正的，因為人是活的，所有的組織亦是活的，在此狀態下，活的組織當然是可以被重建。果然在 DDPAMA 先生的矯正下，這位失聰朋友，竟然可以和一般正常人一樣聽見聲音。這是 DDPAMA 先生第一次以其理論的成功案例。

在過去矯正經驗中，也有相類似的病例。一個約 30 歲左右的朋友，他的左耳經過多家醫院檢查，結果均顯示其聽力是在 80 分貝以上才聽得到。幸運的是在經過十餘次的調整治療後，並經過嚴密的測試，左耳聽力恢復至 25 分貝，右耳聽力由 40 分貝恢復至 20 分貝，達到比標準聽力 30 分貝更好的程度，更能證明這個理論是正確的。

1897 年，整脊醫學從初發展至此，過了 12 年，DDPAMA 先生成立了第一所學校，並命名為 PAMA 學院。

1905 年，依愛荷華州新法律的規定，將原來學校登記為正式合法的學校，從此成為法律上認同的整脊學校。

1920 年後，美國各州相繼立法認同脊骨神經醫學，並認同其所建立的學校為合法學校，在 1920 年已有二千多位學生在學習此項醫學新領域。

1930 年，創辦人 DDPAMA 先生之子為了更進一步提昇整脊醫學，開始深入做腦幹研究，在過去，通常由死人解剖來了解人體內部狀況，但是由於屍體在處理過程中，容易使得其內部組織失真，再加

上非動態現象，使得研究結果與活人事實出現很多缺失。二次大戰時，在德國出現所謂的活體解剖，並留下許多寶貴的資料，例如：男女生對電的感應有所不同等等。這對整脊醫學有相當大的幫助。

1935 年，PAMA 學院成立醫學研究中心，收容所有各個醫療體系治療無效，或是已無法治療的病患，透過矯正腦幹的理論來進行治療，並且有意想不到的痊癒效果。

1950 年，經過 20 年的努力，不斷的實驗，從掃描、解剖、如何矯正、會達到什麼樣的結果等種種情況，利用活體實驗(猩猩)，最後終於確立了此學說之理論。(HIO 能量學說-能量由上往下傳導論據)

此學說理論即是生物能的理論問題。從生物能來看人體內部：從腦部經過腦幹，進入脊椎，而傳遍全身。當然生物能並非如此簡單，在此只是單純的就人的組織角度來看，因此，由此可知，腦幹之於全身是處於一個絕對的影響地位。(美國賓州神經外科主任及腫瘤中心主任 Frank Vrtošick, Jr., M.D. 歷經 30 年的臨床經驗就曾發表這一段如此的論述：脊髓神經不只是一條神經而已，它是條具有某種程度、智慧的複雜器官。)

同時在 1950 年左右，另有一位研究不同體系的剛士德博士，提出可以與腦幹能量醫學相輔相成的理論—**結構工程理論**，從骨架的排列組合是否完美？是否在合理的位置？來看待人的健康與否。

骨結構之所以會產生變化有兩大因素：一是椎間盤，兩個椎體之間中間的軟骨部分；二是關節面：關節與關節間所銜接的小面關節。

1997 年，世界衛生組織承認世界脊骨神經醫學會為非政府組織之會員組織。

而在台灣方面，即使是 2007 年的現在，仍大部分的「整脊治療技術」所使用的是 1930 年左右所使用的基礎方法，至於從腦幹功能及錯位來著手的矯正師，或應用剛士德理論與頓壓技術者僅佔少數。

目前在全世界已立法認同整脊醫學的國家有 31 個，除了美國之外，尚有加拿大、澳洲、英國、紐西蘭、丹麥、瑞典、瑞士、荷蘭……等，換句話說，在這 31 個國家的整脊醫師 (Dr.Chiropractic 簡稱 DC) 跟所有當地其他醫師是相等地位的，正在立法中的國家有十數個，例如：日本、法國、德國……等。

在整脊醫學的發源地—愛荷華州州政府，每年提供 75 萬美元的經費給予當地的整脊學校作為研究經費，還有加拿大政府為資深公民

提供、每人每年十次的公費脊椎矯正做為保健、預防的要件。，這都在顯示了當地政府對整脊醫學的認同與支持。

PAMA 整脊大學經過這近百年的經歷及努力，以腦幹矯正配合骨結構理論，使得脊骨神經醫學的領域上有非常卓越的成就。

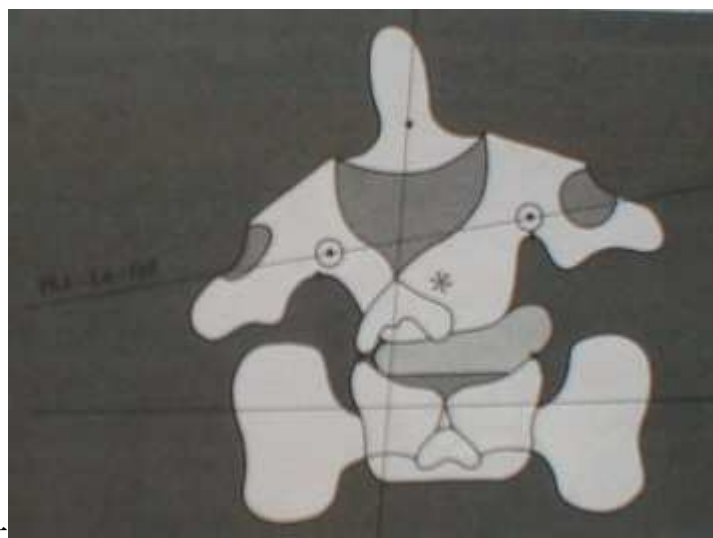
由上述簡介可知，脊骨神經醫學是非常正式、嚴謹、有科學依據的醫學體系，絕不是道聽塗說，更不是某某祖先相傳所留下的東西。

脊骨醫學的科學理論

生物力學～骨結構理論

何謂生物力學？以籃球來作比喻，很多人了解拍球時，球會向上彈，這叫做彈力，又稱做張力，而當球被壓下去時，叫做壓力。有壓力就有張力，這是兩種不同樣的力學。拍球時，可以直上直下，即是和地面呈 90 度（直角），也可以將球斜拍、轉拍，這代表有扭力，會形成一個彎的現象。透過這個球，我們非常容易了解何謂力學，因為它有壓力、張力，若是使用不正確，會造成扭力、彎力現象，就是運動力學的基礎概念。

我所敘述的生物力學是針對活體、有生命的，“人”這個生物的力學，會因骨架結構及韌帶’ 肌腱的相互運動影響，而產生力的變化現象。



圖一

脊椎骨是一塊一塊的疊起組合、在組合之間的椎間盤像磚塊一樣排列在兩骨之間，如之前所說，一邊有壓力，是另一邊的張力，，所

以當一邊產生壓力，另一邊有張力時，也就是運動力學的運動機制與結果。

脊椎骨的后面正中心有一塊骨頭稱做棘突，列為中心線，如上述在“扭”的情況之下，中心線變形（圖一）而不在正中心了。這種變形就是旋轉，在扭向一邊的情況下，往往造成另一邊會往下降，形成一高一低，因此中心線被扭轉的同時，於是變成斜的。

因為有上述這種力學的變化，從 X 光片去判讀骨頭的圖形，圖形所產生的現象，可以了解哪塊骨頭轉向何種方向與角度，針對需要矯正的地方，透過我們的知識、技術、理論及設備，根據剛剛所講的基本力學原則，把張力、壓力、扭力、彎力、剪力的問題，有次序的調整回來。

所謂側彎症就是不斷的扭轉，造成旋的方式，看起來彎彎的，像是考汽車駕照的 S 型一樣，所以側彎症叫 S 型的。以個人經驗來說，曾經碰過幾個側彎症的小朋友，在其他地方治療多次，效果不太理想，若我們能了解其造成側彎的原因時，要矯正就不是那麼的困難了。但是如果深入度不足，時間會拖的比較長一點。

很多人會問“這個是不是叫做物理治療”，這也是物理治療的一種，但並不是一般人觀念中所謂的物理治療。現代醫學的物理治療做法，例如抬抬腿、電療、牽引、拉等，例如其中的“拉”與脊骨神經醫學的“拉”不太一樣，每一個力道推下去時，一定會有兩個以上角度，甚至於還帶旋轉的角度，和現代醫學直上直下的“拉”不一樣。這是根據生物力學上的反射，根據骨結構關節面的一個需求，針對他個人做一個適當、正確的復位動作，而這才是我們所謂的矯正。

生物能量學～生物能的供應理念

以人的基本組織上來說，若將人體九大系統視同同等重要，而系統需分次序運作，神經是第一的，神經等於能量的供給，例如我們一出生心臟就會跳，是因為有能量。能量是指神經的能量，或是透過神經來發揮的能量。所以神經釋放能量時，神經所指揮的器官或組織，

就會開始動，即所謂的器官功能。又如正常心跳 72 下，若是跳到 92 下，即表示神經能量的量過多，因此心臟跳動的比較快，相反的，神經釋放能量若較少了，心跳可能才 60 下。由此可知，人體內所有器官的功能，正常的、處於興奮狀態、發炎狀態、壓抑狀態、消弱狀態、功能不足的，就是因神經釋放能量異常而來的。

所以我們可以反省：消化不良，吃胃藥、吃腸藥，這種解決問題的方式是否需要修正？吃藥是否增加腎臟負擔？是否增加肝的解毒負擔？這是值得推敲、注意的事情，當然由於過去並不了解人的基本活動是怎麼來的，從今以後，應該對這些事情的看待上，應有更慎重的看法。

每一節脊椎旁邊有個孔，這個孔延伸出來的神經，會不斷地分岔，於是人體全身上下都有密密麻麻的神經，即使一根眼睫毛那麼短、那麼細、那麼輕，掉在身上的任何皮膚上，都會有感覺，這就代表身上任何地方都有神經，也透過感覺的機制回饋生理活動

神經適度敏感，代表生理功能完整。當神經透過孔穿出，以管理身上所有組織器官時，孔會因骨頭有張力、壓力、彎力、扭力、剪力種種因素，而引起角度的變換，干擾到神經能量的暢通性，就如為什麼會十二指腸發炎？十二指腸在胃與小腸中間，前面有肌膚、肌肉，後面有骨頭，在這麼中間的地方，為什麼會發炎呢？為什麼會潰瘍以致於產生破洞？因為是飲食不對嗎？可是食物從口中進，怎麼嘴巴不會爛呢？這該如何解釋，是不是有很多似是而非的說詞。

這是因為指揮十二指腸的神經受到干擾，釋放能量太強加上扭力，以致組織無法承受、引起炎症反應。當然還有其他連帶的問題，如神經過度興奮狀態會釋放強酸強鹼：胃酸分泌過量、膽汁分泌過量等，諸如此類的東西，但影響不是直接的，因為量的超過已有一段時間，而干擾到其他化學反應，產生相對的過量，造成潰爛、腐爛、破洞。在此情況下，吃藥只是酸鹼的調節作用，但是造成他**過量**的原因還在，所以透過藥物的方式處理**是救急，不適合生理功能重建**。

最近有較嚴謹的學者發表文章說，現代醫學從預防針及環境衛生的著手下，傳染病減少了，瘟疫幾乎沒了，效果還蠻不錯的。但是相對的，這些醫學愈發達，慢性病卻愈多，以國人 60 歲的年紀來說，有很多病的發生是莫名其妙的。譬如有個家人得了惡質的慢性病，現代醫學認為是化學問題、空氣問題、水污染、農藥太多，難道他所食用的青菜水果、他所呼吸的空氣、他所住的環境和家人不同嗎？但為什麼家人沒有得病，而他會有？當然不是這些因素完全沒影響，但是其所影響的是次要的，後來的。腫瘤的來源和這些因素並沒有直接的關係，因為現代醫學無法解釋病因，只好、也許、大概、可能的提出這些說詞。

德國有位獲得諾貝爾獎的生化學家專門研究癌症，他有個結論是：不管位於體內何種器官組織的癌細胞，**只要含氧量非常充分的情況下，癌細胞就不會繁殖**。如果一個細胞的週期 120 天，在含氧量很充分的情況下，120 天後，癌細胞便無法傳宗接代而沒有了。因此在美國舊金山有個專門治療癌症的地方，只吃青菜、吃水果，每天作六個小時以上的深呼吸運動，癌症病人就這樣一個一個痊癒了。至於這個結論無法被廣泛運用，只是因為主流和非主流之爭，有智慧就增福份。善哉善哉

透過骨頭的方向角度修正，讓神經通過的地方“通路順暢”，被影響釋放能量的神經便會恢復正常，神經正常指揮，血液不論動脈、靜脈正常循環，淋巴管正常運作、正常代謝，正常供應養分、氧氣，那麼病從何來？剩下的只是病毒及意外的傷害。這些就要靠現代醫學來做主要的處理。

舉例來說，若沒有因骨頭移位，而影響到其旁邊的血管，造成變形、阻滯，那麼膽固醇、脂肪、三酸甘油脂要如何過渡囤積？但現代醫學卻是倒果為因，病名名稱並不重要，重要的是到底病從哪裡來，是什麼因素會造成這些病，要如何改善這些問題。

整脊將骨頭排列標準、完美時，會非常的堅固，就像堅固的房子

住起來會很安心，不怕地震。這是淺顯的道理，我們不需要追求非常複雜、不易了解的東西，就可以保有健康的體魄了。

以力學原理來說，因為關節面的變換，造成在移位之下的**固定或半固定的異常狀態**，引起轉折點而壓迫到動脈、靜脈，壓迫神經，干擾其釋放能量不均，影響淋巴管的暢通性，所以防禦系統、免疫系統差。只要將其半脫位的骨頭擺正了，也就回復原有的功能達到保健治病效果。

為何強調脊椎呢？因為每個脊椎骨之間有軟骨，軟骨本身是帶有彈性的、可動性的，骨頭本身是不可動，軟骨除了提供兩骨頭的緩衝，不要讓其硬碰硬之外，還有引起方向改變的方便性。因此當骨頭被迫有移位、變形時，形成傾斜、造成扭曲並且被固定，甚至又帶有側彎的現象時，椎間盤的軟骨會被擠向一邊，造成上面的骨頭彎曲，而影響到旁邊的管路系統：動脈、靜脈、淋巴管、神經等。

人的脊椎是指頸椎、胸椎、腰椎、薦椎，頸椎以上的部分進入頭顱，看不到，拍照也沒有不會像脊椎一樣一塊一塊清楚顯示，所以一般人才會認為人的脊椎是由頸椎開始，而後是胸椎、腰椎、薦椎。其實視丘和腦幹是椎骨的最上端也是最主要控制生命的中樞，在視丘上方才是一般所謂的腦，這些腦的功能在皮質反應問題，但是真正控制生命的中樞是腦幹、腦神經起點，如呼吸、心跳快慢、睡眠、運動神經主幹、血管直徑大小調解、壓力問題、刺激問題、吞嚥問題、咳嗽打噴嚏問題，所以腦幹被稱為：**維持生命的中樞**。它是頸椎的延伸、是由頸椎延伸進入頭顱的那一段。

『髻骨』中心的地方，稱作運動中心，亦稱為人的軸心，不管人的高矮胖瘦，中心點都在此。當腦幹以下的脊椎骨因為力學關係造成扭轉，扭力會向上扭，最後會到達頸椎，進入腦袋，這是脊椎的終點。

所謂脊椎是重疊起來的，接點愈多，那所造成的問題機率愈大。而腦袋是不會動的，又稱作不動關節，脊椎是會動的關節，這扭力上來，由會動的關節扭到不會動的關節，會把頸椎上面進入腦袋的腦幹扭轉，所以造成腦幹發炎，生命中樞發炎會引起心臟跳動問題、調節呼吸問題、調節壓力刺激、吞嚥、咳嗽問題、飲食、睡眠及生化能力

問題等等。

去年棘手的腸病毒問題，很多學者、專家、權威人士經過研究公佈了這些因腸病毒致死原因為何，一是腦幹無菌性發炎，二是心肌麻痺，因為腦幹發炎，引起心臟呼吸系統麻痺，最後死亡。由此可見，腦幹發炎干擾到呼吸、心跳系統。奇怪的是，腦幹在兩耳正中心、腦袋平衡區前面，又有頭殼包裹著，還有其他組織保護，怎麼會發炎呢？主流無解。

在此所談的是既有的能量，已經有的能量。再回到先前所述通路的問題，我們所有吸收（吃）進來的東西與體內與生俱來的東西，綜合起來即是所謂人的能量，這個能量最後儲存在腦袋，再酌量一點一滴根據個人所需，才從腦袋向下輸出，經過腦幹，進入脊椎體，隨著神經，分布到全身的每個地方，所以能量（既有的）是從腦袋輸出，透過脊椎孔裡的神經及其各分支供應到全身。因此若頸一椎和腦幹之間成爲一個完整垂直性的延伸，能量會供應的很正常。若頸一椎扭曲了（圖二），怎麼會暢通呢？又怎能不發炎

（圖二）



我曾經碰過這樣的病人，一位主婦早上起來準備完早餐後，又想回去補眠，很沒精神。當時我看到她時，臉色很差，如枯葉一般，講話有氣無力，眼睛眯眯，透過 X 光片發現腦幹、髖骨嚴重歪曲，最後經過一段時間治療，病患已經不會再精神不濟，不會再準備完早餐就要上床補眠，而且臉色紅潤，這就是因爲能量的暢通矯正治療前，因爲腦幹、髖骨嚴重歪曲，能量無法從腦袋釋放到身體所需的量，在矯正後，能量的管道暢通，身體可以獲得足夠的能量，而精神充分、膚

色豐潤。

腦幹、上部頸椎的調整就是指生物能量的調整，在此階段生物能量的供應理念，就是機能性能量的導正，矯正讓能量透過暢通的管路供應到身上所需的地方，所以上述病例的婦女精神會很好、皮膚顏色很漂亮，這就是中醫所說的氣血充沛，每一正常人沒有大出血的情況下，他哪有氣血不充沛的道理呢？因為骨頭歪掉，暢通性不夠，使得原有的能量無法供應到需要的地方，才會造成氣血不足。

當然生物能量不是如此單純的，還是需要不斷補充。譬如新鮮氧氣也是一種能量，而且是必須的，氧氣是生物能量很主要的媒介、主要的養分，人可以多天不吃，但不能五分鐘不呼吸。何況細胞的健康要件一半是充分的氧氣。

生物的化學變化上有太多的需求，因此我們吃的東西完整不完整，均衡不均衡，能夠不能夠正確的達到發酵而被利用，能不能正確的代謝出去，也是屬於生物能量的問題。

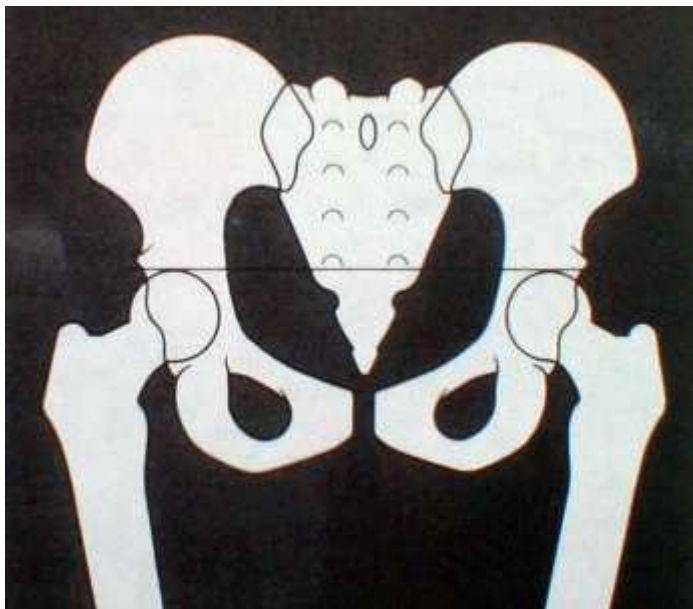
透過生物能量與腦幹及矯正的了解，會讓生命中樞有正常的供應與發揮，再加上運動中心(骨盆帶)的矯正與重建，讓全身的骨關節排列在一個很完美的組合之下，就是說兩個醫療體系的理念：**生物力學與生物能量的理念結合起來，他所能發揮的能量是不能衡量的**。當然這種物理性的治療動作一定要循序漸進，要有一段時間。一般在三、五次至 30 幾次之間，約百分之 80 的疾病都會得到滿意的結果。

脊骨醫學施治精神

脊椎骨本身的生理曲線，像頸椎有些微的向前彎幅……，這個所謂四個 C 形的基本曲線，這個基本曲線通過一個的垂直線，必須穿過哪幾根骨頭的那一個角度，才是處於一個正常的生理曲線之內，在正前、正後的方向就能取得在一定的標準位置裡，也就是說不妨礙功能的位置，就能健康的、正常的發揮生理功能。當變動產生，不管前後左右或是其他種種的變動，就會發生如手腳活動功能障礙、臟器功能處於低下或興奮狀態、發炎狀態之下，或是老是覺得吃不飽……等。

到底是什麼原因產生變動？爲什麼會變動？如何造成變動？這是一個很重要的理念，只要把這個重要理念理清之後，會帶給你很大的幫助，而且直接切入病根，而不是只看到表象病情症狀。希望民眾的健康概念不是停留在幼稚園時代。

我們透過這個模型來看，薦椎兩邊有兩個缺口、上面有兩個缺口，共四個缺口，這兩個缺口就是腰椎第五椎建築在這兩個關節面上，左右兩個缺口就是髌骨夾住的關節面，所以透過兩個髌骨把薦椎夾住，所以腰椎、胸椎、頸椎至頭部，以及肩胛、手臂，才能夠懸吊、堆疊在半空中。換句話說，上半身是透過薦髌關節夾住而支撐的。(圖)



再以另一個角度來看，髌骨能夠夾住薦椎，他是靠兩根股骨(大腿骨)往上支撐，當然大腿骨需要下面小腿的脛骨、腓骨與腳掌支撐，如之前所說，髌骨夾住薦椎，引起腰椎、胸椎、頸椎的穩定；，因爲小腿、大腿的支撐，所以髌骨才能夠懸吊在半空中，有支撐的能力。這很重要，因爲這是人體結構力學的起始問題，也是程序問題。

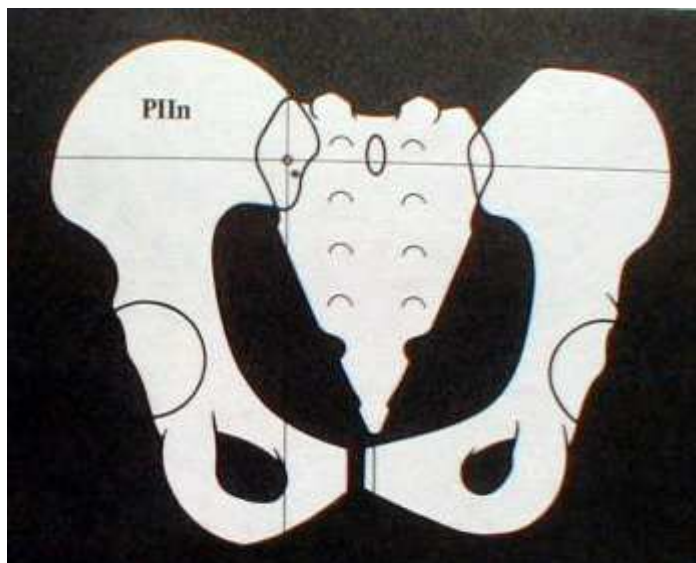
若因爲髌骨的改變，使得腳掌無法很平貼的在地面，有內翻或外翻的現象，事實上絕大部分的人都有點內翻，鞋子的外緣磨損比內緣大，尤其是腳後跟的外緣，這代表他站立支撐時候的代償現象。假如腳掌平貼於地面，小腿的脛骨、腓骨之間的著力點是一樣的(垂直)。

當然膝蓋會在正位上面，所以股骨會在自然的力學平衡情況下，支撐著髌骨。換句話說，這腳掌與髌骨就是相互關係，彼此會相互影響的結構力學問題。

根據過去多年的經驗，套上運動力學的原理，從實務經驗、結構體特性去了解，薦髌關節是屬於人體運動系統的軸心，當人在做任何的活動、任何姿勢、任何動作時，力學的發揮都會以這個軸心往上、往下發展。

例如小嬰兒出生的時候，因為母親的骨盆不正、產道不正，使得他從產道出生時，肩膀或骨盆受到擠壓，出生以後，他的骨盆就有傾斜的狀態，這種情形常被現代醫學認為是遺傳，因為小嬰兒會產生很多和母親相近的情況。當然這裡面也有細胞基因的因素。(以母親的生理狀態記錄在 DNA 的密碼裡同時分錄在基因內。所以古人說不可以偷生小孩)(現代醫學強調 DNA 內的密碼及基因，卻忽略了密碼及基因是不斷調整、重建的)

即使母親的產道是正常的，當她在懷胎過程中，因為在有限的空間裡，小嬰兒不斷的成長，所以母親的骨盆要不斷的撐開來，才能夠容納，在撐開的過程中，由於小嬰兒本身並不是像球形的圓體，因為他是愈來愈長的，兩邊撐開的時候，以及生活種種因素影響之下，骨盆撐開的兩邊是不等的。所以會產生兩邊骨盆一個偏左、一個偏右，亦是一個偏外，一個偏內，而形成如圖這種狀況(圖)，

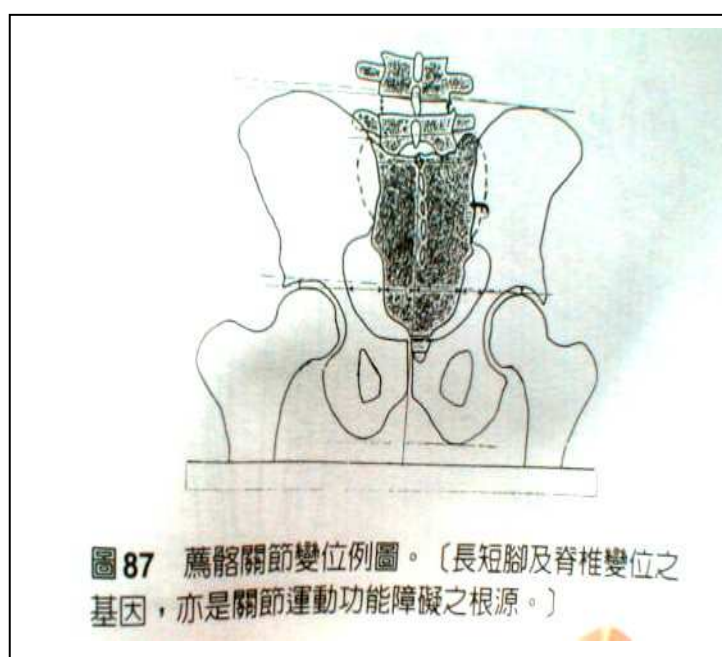


座骨及尾椎形成不等邊三角形，小孩子出生時會卡到，這是健康與不健康，或說遺傳與沒有之間的問題先決條件。

也有時候母親是正常的，因為現在的醫學理念是如何減輕母體的痛苦，如何讓他快速生產，並無考慮其他的需求，醫生幫孕婦接生時是用拉扭的方式，以容易生產為目的，減輕產婦的疼痛時間。以縮短產時的角度來說，這是沒有錯的，然而以健康的角度來說，這是錯誤的。小孩子在三歲以前骨頭幾乎是軟的，可以說用手指頭用力戳一下，骨頭就會歪掉，尤其是出生後頭幾個月，要特別小心，甚至骨頭本身發育就還不完全，還是軟的，怎麼可以用拉扭方式出生呢？就如同某醫院的婦科主任所經手的出生兒，居然有 17% 的腦性麻痺……更不可思議的是所有的產前檢查皆正常。

當骨盆被移位，其上的脊椎、腰椎、胸椎就會變位，腰椎以上的骨頭異位變動大部分叫做補償性變動，因為薦髭關節基於某一種理由、原因之下產生變動，跟著補償薦髭關節的力學角度而引起的變動。

兩片髌骨夾著薦椎，腰椎建築在薦椎上，所以當兩片髌骨有所變動的時候，腰椎以上當然會跟著變動。換成另一角度而言，兩條腿透過一個轉角支撐著髌骨，通常把髌骨用倒三角形來形容，就是髌骨上



緣較寬，中間的地方較窄，形成一倒三角形。假如習慣用單腳站，久而久之，一腳在上，一腳在下，會使得髌骨產生上下之間的傾斜與左右之間的扭轉，股骨和大腿骨會產生一高一低、偏左偏右，所以開始扭轉。這個扭轉會往下延伸至小腿、腳掌，使得腳掌無法平擺在地面平衡支撐身體重量。也就是說不管側面或正面，這兩條垂直線的力學線會有偏差。

另一角度來看，骨頭很正，但是在做某一特殊動作的時候或鍛鍊，或走路不小心腳踝受傷，然而一般卻只是在腫起來的腳踝做處理：包紮、消炎、貼藥膏、推拿等，而所謂的習慣性扭傷，就是因為意外之下扭傷，使得關節面的銜接不在正位上，讓肌肉、肌腱、韌帶做過度拉扯而發炎了，這是屬於無菌性發炎，這種情形下，關節面處於傾斜狀態，當然其往上支撐的力學就偏差了，所以骨盆會產生一高一低，一前一後，一左一右，薦椎容易受到影響，薦椎中心軸的轉換影響到其變動相互干擾，必須以復位方式消除發炎、腫痛，而不是用吃、擦藥的方式來先讓軟組織癒合，留下骨異位未復位的後遺症。

由這個簡單例子裡可知，所有的腰椎、胸椎、頸椎及其他骨骼在運動系統的動態來切入去了解，是如何產生變動的。當變動形成以後，處理如果不當，或是不了解、不完整，留下病根，所以會有永遠看不完的病，形成許多症候群。

脊骨醫學對痠痛症的影響

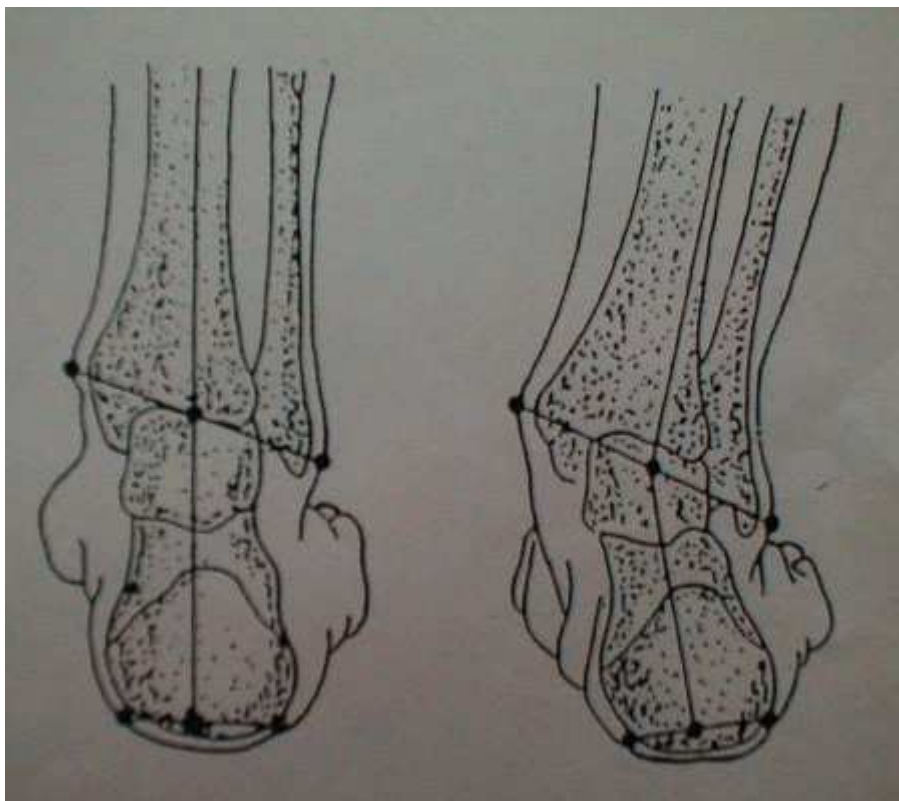
判讀兩條小腿 X 光片一從後面看來，外面為腓骨，裡面為脛骨，這兩條腿的比較腓骨與脛骨之間一邊距離小、一邊距離大，外緣的不一樣，一個角度、曲線漂亮，一個角度大、曲線不漂亮。這代表右邊脛骨外緣比較粗大，左邊脛骨外緣比較小、比較漂亮，右邊的腓骨與脛骨間夾的比較緊，空間比較小，左邊則相反，左邊有一定的比例下來，算是比較正的。

因為開刀切盲腸，使得內層肌肉較短，因此這邊髌骨會往外翻，因此使得大腿骨和小腿骨間的銜接是斜的，造成一邊壓迫，一邊拉

開，使得人的重心不是垂直下來，而是斜的。左右兩邊的代謝不一樣，使得外緣容易有症狀發生，如關節炎、痛風等，這是質的變化。

因為髌骨外翻，所以右邊的脛骨外緣腫大，使得右腳掌踩地受力並不平均，右腳掌外後側著力點吃力特別重，右後側的磨損較大，腳掌著力點不平衡。此時若是地面不平有凹洞，著力點較重的地方踩下，過度拉開，毛細血管被拉傷，把肌肉層拉斷了，甚至肌腱拉傷，造成出血、腫脹、發炎了，扭傷就是這樣來了。送醫院後，打消炎針、上消炎藥、繃帶包紮，在這骨未復位的情況下消炎癒合後，會有習慣性扭傷，而結疤造成沒有伸縮能力，養分進不去，代謝出不來，久而久之會變質、鈣化，留下後遺症。

換句話說，如果姿勢正確，腳掌平行，腳指和腳後跟呈直線。(圖)



脛骨和腓骨的交叉點垂直下來落在腳指頭第二指。在正確姿勢的要求下，能夠把髌骨維持在一定的標準範圍內。若地是平的，往上延伸至脊骨，即使有變化，變化也會非常少，在可接受的變化之內。若

大腿骨與小腿骨銜接處是斜的，膝蓋、腳掌的負荷會不平等，容易有傷害，負擔不均衡會酸、痛。而當腳形成這種現象時，髌骨不正的情形下，造成中間三角變形，變成不等邊三角形，使得脊椎彎曲，而腰酸背痛。

脊骨醫學對慢性病的影響

發生疾病投藥會不會到生病的組織器官？投藥會不會也到沒有生病的部位？假如會，那沒有生病的部位怎麼辦？假如因肝病吃肝藥，藥會不會到達肝？會不會干擾沒有生病的部位？

以心、肝、脾、肺、腎來說，吃了肝藥，那其他四個地方也會受到干擾，現代醫學對肝的一分幫助，那其他四個器官呢？也受干擾，到底這是幫助還是傷害？

又問為什麼某個器官會生病？其他的器官沒有病？而身體內各個器官是聯合運作、息息相關，不會這個器官病了，而其他器官沒有受到影響？又如上述例子肝病，醫生說是因過度操勞、吃東西不慎、環境因素、細菌感染等種種原因，但是過度操勞的不是只有肝，在體內器官聯合運作下，體內其他器官也在運作，那為什麼他們就沒有生病？

再問是不是生病的器官沒有得到充分的養分？因為所有的器官都必須要供應充足的養分、動能以便正常運作，既然某個器官會生病，是不是這個器官沒有得到應該分配到的養分及動能，所以他生病了？假如答案是肯定的，那麼請問為什麼他會沒得到應該得到的養分、動能？

那麼生病的器官到底要什麼？既然沒有得到養分、動能，需要什麼養分、動能，而這養分及動能是要讓其活躍、強壯，而不是要消滅、壓抑這個器官的。

曾有這樣的例子，有個女士從 30 多歲開始便割盲腸、切子宮、切卵巢、割一邊乳房，最後另一邊乳房又發生問題了，醫生不敢保證

割掉病情一定會好，因為細菌會跟著淋巴到處跑，最後這位女病患無奈地、絕望地說了這樣的話：既然我割了不一定會好，細菌會跟著淋巴到處跑，那麼請問醫生，我到時候還有什麼地方可以割？（至此已沒有女性器官了）

就如先前所說，疾病的發生就是，總管十二對腦神經的腦幹，其掌握了生命中樞，就是管理生命的呼吸、心跳、血管、吃、喝、睡眠、情緒、生化反應等的，都是經過這裡發射出去。所以腦幹一旦被干擾，疾病就由此而生了，因為指揮、供應能量的器官被干擾了，無法正常供應能量，所以調整腦幹是用震盪方法的，以催動腦幹能量釋放，在做完調整，經過休息後，病人的臉色就會紅潤，精神煥發。我們稱之謂細胞活化之能量學說

又例如有個退休警官因高血壓吃血壓控制藥物，久了漸漸覺得身體各功能都不一樣了，最後又發生了糖尿病。透過 X 光片可得知原因就是髌骨歪了，可能是因工作關係長期坐著，而坐姿不是呈鬆腰、沉肩、自然的 L 型，辦公時手腕沒有低於手肘，沒有放輕鬆，造成內部自然收縮，胸大肌、胸小肌及肩胛肌也收縮了，背後的大圓肌、小圓肌也收縮了，在此情況下，即使沒有做其他事，只維持這樣的姿勢，時間一久，就負擔過大。而他彎腰駝背的坐姿，往椅子扶手靠、翹腳，所有重量偏斜一邊，三五年下來，因歲月催人老，肌肉、器官功能漸漸退化，使得慢性病都出現了。

在不對的姿勢情況下，髌骨扭轉影響到脾胃，再加上向後的彎腰駝背，所以胸腰椎之間脾輸、胃輸一帶地方過度開放，後面骨頭突出，產生興奮狀態，所以其交感神經過度活躍，釋放過多能量，因此胰臟不斷活躍運動，胰島素分泌過量。因為過量產生內部生化上的不協調，漸漸地容易口渴、想吃甜食，所謂糖尿病“三多”就漸漸產生，而增加體內的過度負擔，更增加器官去分泌，惡性循環之下，做健康檢查，發現有高血壓、糖尿病，同時還一臉懷疑，沒有不良嗜好，為什麼會生這樣的病？

姿勢的問題會牽涉到慢性病、婦女器官、脾胃、胃腸、胰臟、高血壓、糖尿的問題。上述是針對糖尿來說的。

而高血壓局部的重點是在頸胸椎，也就是頸動脈起點的地方及顱頸關節，頸動脈從頸一椎兩邊上來，穿過脊椎孔，頸椎若歪斜，頸動脈會變形、變扁，使得通量會不夠。最嚴重就是動脈在頸一椎形成一個“亞”字形，所以頸一椎與顱骨之間的偏差，對於頸動脈有絕對性的影響。這是高血壓的發生主要基因。

脊骨神經醫學強調的是整體觀念，如果處理髌骨，將運動中樞能夠擺正外，就會順便把重點胰臟、脾胃的地方整理的很標準，接下來頸胸椎之間、頸一椎之間，和高血壓有絕對關係的地方，刻意調整整理的很好，幾個月下來，可以弄得很正常。不須吃藥打針，血壓心跳正常。

慢性病來源的問題

軟組織就是指肌肉、韌帶、肌腱，軟組織的某一點或某一部分發生沾黏或沾連時，肌肉和肌肉間的軟組織不可能在體內自由運動，造成人體動態結構的平衡失調。

在兩端之間產生中間的過程問題，比如肌肉往兩邊收縮時，中間會脹大，若在某些情況引起肌絲的攣縮而產生沾黏。本來可以百分之百伸直，現在卻只能伸直一部分。

所謂動態結構，人一定要動，若是不動容易會發生問題，如老化太快。在動的過程中，骨結構維持平衡狀態，就不會有問題產生：氣血很好、先天能量暢通、淋巴可發揮功能不被壓抑、所有臟器組織沒有過度或不足的動能干擾。

而動態結構平衡失調是指，結構體已經處於不正常的狀態之下，沒有辦法聯合一起運作。聯合一起運作才能完成一個健康的動作，其中有任何一個組織無法負擔其功能的時候，會產生所謂動態結構失去平衡。動態結構失去平衡會產生異常的牽拉現象，導致生理功能產生

障礙。所謂生理功能是指胃腸吸收分解、心臟跳動輸送血液……等，同時也會產生擠壓神經的現象，因此有痠麻脹痛的自覺症狀。

更由於這些牽拉過程的某一點或某一部分沾黏現象，或軟組織的結疤，使得循環通道，尤其是毛細血管的循環，往往會率先堵塞，沒辦法正常回流，使得局部肌肉（尤其是不隨意肌=器官）產生腫脹、萎縮，造成病理現象，才產生症狀。

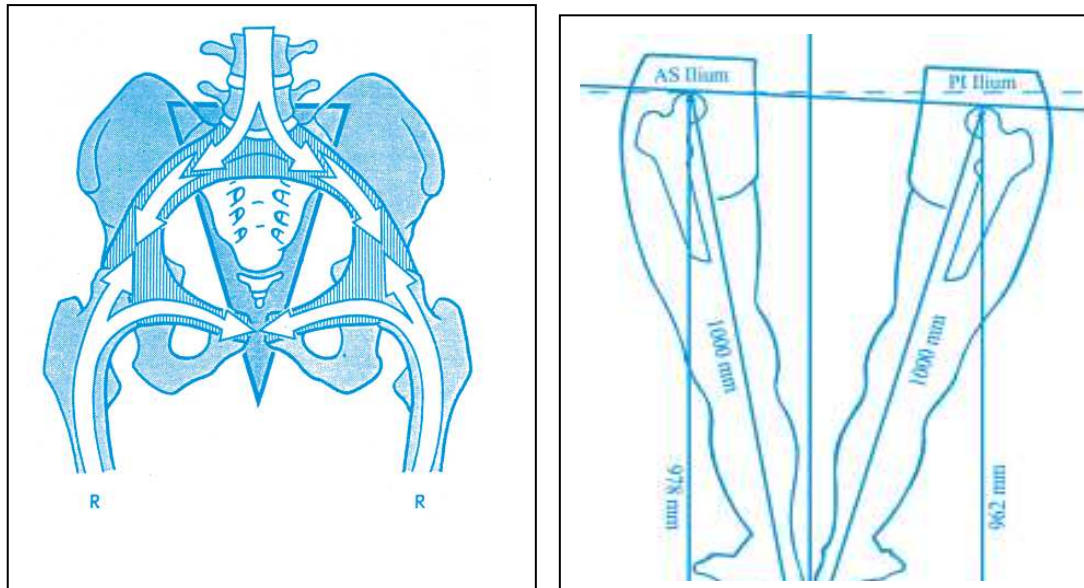
脊骨神經醫學是從源頭，治病因來著手治療，而現代醫學是從末端症狀來做處理，可是病因並沒有解決，所以問題會不斷重複一再發生，並且越來越複雜，當然所有的病況發生不是只有單一原因：骨頭壓迫神經，只是說這是個很重要的原因。治療的過程中，若是一直從症狀來處理，不斷吃藥、打針、開刀，會造成更多的病理現象，結果感覺好像處理了這症狀，卻又增加了另一個病理現象，而一再循環。

骨頭是有形的影響神經，神經是有形，但是也有無形的能量能力，除了有形的物質之外，還有無形的能量的問題。**針對病理現象反方向的解決病理狀態，所有症狀就會沒有。**解決病理症狀可以改變之後許多的症狀。而改變症狀永遠改變不完其他症狀，因為病理仍然存在，會不斷演化。

運動問題

所謂柔軟操是從平衡為要件。平衡是從我們組織結構上來的，一、骨盆三角；二、腰至胸椎的三角；三、腰至肩膀的三角、至後頭的三角。人體結構力學組合型態，平衡的基礎。

大腿若是不正，骨盆會變形、扭轉，又會造成上半身的扭轉，如果有高低不一樣，還會形成壓力、張力問題，壓力、張力一上一下之間又形成剪力，所以在又有扭力、剪力的情形之下，裡面的器官、軟組織所受到的壓迫和傷害，是多麼嚴重。所以會莫名其妙身上某部位會產生潰瘍、腫脹等種種現象。這是最基因的問題之一。



柔軟操是根據這最基本的結構上作適當的改變。若有時間，打太極拳最好，打一套太極拳身上所有末梢神經、微循環等都可以強迫暢通，所達到的效應最好，負面幾乎是零。瑜珈也很好，不過瑜珈有些動作很難，容易受傷。

若是時間不夠，如何在最短的時間達到最大的效益，就是做柔軟操。最容易出問題的就是腰和脖子，因為腰負載整個上半身的重量；脖子本身很能轉動，所以非常靈活，頸一椎就是所謂的環椎，是很靈活的。

呼吸的基本方法是要細、慢、長，若能盡最好，但是沒有時間限制，因人而異，而且和動作搭配是要緩慢的。每次做運動前要先用口大量的吐氣，將體內濁氣吐掉，這樣做吸氣比較有利。

一、隨時注意腳掌平衡：腳掌平衡可以取得到中心線絕對垂直，這種情況下，就不易有各種扭曲狀態，以維持最基本健康。如果可以以三角板作成 30 度的三角踏板，每天站立半個鐘頭，可以把整個腳後筋拉鬆，不但達到健康，而且這是最基本的運動。

傳統醫學漸漸被現代醫學所認同，如在日本，日本多年前就有針灸大學，畢業生就有針灸醫師資格，而針灸專科學校畢業的，經過考試及格，叫做針灸師，還有更低層次，得到一定訓練，取得針灸士的資格。中國大陸更不用說。

反而是強調維護傳統的台灣，只要醫師修習四個學分，或是考試得到一定分數，對針灸有一定的了解就行了，所以台灣的中醫師每一個都會扎針，但是其效果就很抱歉了。為什麼？制度所造成爾。

依照傳統觀念一針、二灸、三用藥、四調理、五運動。中國老醫師黃倫，在澳洲墨爾本用這一套方法打天下，並為某一大學東方醫學研究所所長。他幫人看病第一個方法就是整肢，這和整脊類似雷同，即是先用這一方法在關鍵部位，透過正骨的方法整骨，就如脊椎矯正一樣，然後屬於內臟細節部分才用扎針，接下來是開藥，最後是邀請病人第二天早上和他到公園運動。

由此可見，要達到保健預防的效果必須矯正脊椎骨或透過標準正確的姿勢，讓脊椎骨處於很正的狀態下：兩條腿與中間脊椎三點平衡。平時若能保持這樣的理念，隨時保持在平衡的狀態下，那麼就可以達到保健預防功能。

萬一若有歪斜的情況，就要透過矯正方法把壓迫、折角的地方打開，自然氣血循環暢通很好，這已達到先決條件。雖然沒有用針灸，沒有用藥，但是正確的飲食可以代替針灸和用藥的方法，正是所謂食療。

正確的飲食不要去要求“精”，例如糙米雖不好吃，但他卻是含有最佳的養分，蔬菜、水果、雜糧類等維生物類的食物，是維持我們生命基本元素，在飲食中，必須要佔七成，然後其他的（如肉類等）佔三成。

然而若是老了，功能退化了，或是已經生病了，器官有所不能時，就只能尋求其他方法改善細胞功能，因為人是細胞的組合，所以要改

善細胞的強壯與活躍度，來達到健康的目的，同時也可以治病。

調節情緒，這是不難的，要每個人盡量去做，做的愈多收穫愈大。那麼該如何去做？任何情況之下，盡量不要預設立場，不論對象是誰，要把自己完全空白去聽對方說話，再根據對方所說做思考。

在所有機能、管路都很暢通、完整發揮功能之下，而又有很正確的飲食觀念，能充分吸收、完全代謝，不囤積廢物在體內，調節情緒，再加上運動，獲得充分供氧，不要知易行難，要認真執行，這樣才會有極大的效果。

一再強調，原有吃藥、打針的方法不適用在所有的疾病，只適合特殊的情況，比如開刀是用在生命垂危時、急救性、大出血性的情形下，吃藥打針只是在應急的情況下，就是所謂的應用時機的問題。而注射療法就是封閉療法，例如注射退燒藥可能會產生七個副作用。

一、鈉渚留問題：封閉療法會把鈉儲存在組織裡，產生水腫，鈉儲存太多會使整個人偏酸性破壞鈉和鉀之間的酸鹼平衡。人體是微鹼性，就是鉀稍微多一點較好。鈉是屬於酸性的，鈉愈多，將來的問題愈大，這樣會衍生許多化學性的不當變化。

二、糖尿病：常常用這種方法會造成多尿及造成糖尿病，這是糖尿病的重要原因之一。只要喜歡吃藥，而且是從年輕用到某個年齡層，每次生病就是打針、吃藥，不管打什麼針，將來形成糖尿病的比例很高。這就是用封閉法治療，儲存太多的鈉在組織裡，而產生問題。

三、高血壓：高血壓也是一樣，很多高血壓病人常覺得很奇怪，生活一向很規律、年輕還是運動健將，怎麼四十幾歲得了高血壓，甚至五十幾歲再加上糖尿了。如果注射藥物的治療方法，重複很多次，雖然會增加蛋白的分解，但是會抑制合成，造成肌肉萎縮。

不單單只是指運動的肌肉萎縮，內臟也是肌肉，肌肉可分兩大部分：隨意肌和不隨意肌，運動的肌肉叫做隨意肌，所有的內臟器官就

是不隨意肌。從外表看來，肌肉萎縮的好像不多，但內臟是不隨意肌，是完全靜止狀態的，必須要靠神經來控制才會動，所以當鈉太多的情形之下，對整體的干擾、暢通指揮上，產生很多斷路，太多斷路當然內臟器官的平滑肌開始萎縮。萎縮只是一個涵義，而不一定是實質的萎縮，如功能逐漸低下。肌肉的質變……，接下來潰爛，再來封閉法消炎，接下來就是生 XXX 病。

四、骨質疏鬆：

五、組織修補能力的降低：所謂組織修補，簡單說若是我們不小心弄破了皮，完全不理會，只要不弄髒、不感染，細胞就會自行修補，而修補能力愈完整愈好。用封閉療法會讓組織修補能力降低，會使得結核病灶活躍，這種活躍容易產生潰瘍、穿孔，就是常見胃潰瘍、胃穿孔、十二指腸穿孔等情況，雖然也有可能是因吃東西、因骨頭移位神經過度緊張造成，但是封閉療法也會發生這樣的情形，這是很嚴重的問題。

根據美國 KLI 調查結果，屬於造成潰瘍和穿孔現象的絕大部分原因是神經過度緊張佔 40% 左右（極度興奮狀態）、注射佔 30%~40%（鈉儲留太多）。

六、腎上腺皮質功能減低：腎上腺就是生理的機能狀態，腎上腺皮質功能對生理組織活動正常不正常有很大關係，且是主導性的關係，若是其功能減退，免疫功能會被改變，所以整個影響是很可怕的。

七、精神異常：例如幻想症、憂鬱症。憂鬱症是很可怕，讓患者精神狀態處於極度低迷之下，所造成的影響，對於週遭很悲觀，甚至有時說話語無倫次，容易吵架，家人必須要時時注意、提心吊膽。這不是自己願意所要這樣的，而是封閉性治療的化學組織進入體內組織所產生的化學變化刺激或壓抑到他，讓他不得不這樣子，這是封閉療法形成的問題。

我們常說吃藥、打針、開刀雖然不是很贊同，但不是完全反對，

應當是要很正當使用，適用於急救、預防、公共衛生上。預防、公共衛生做的好，這樣我們生命才會延長，但是壽命的延長也不代表吃藥、打針是完全正確的，就是因為吃藥打針不完全正確，所以慢性病才會愈來愈多，而且往往很小很小的問題變嚴重，例如一再感冒或容易感冒。

如果你有這樣的了解，當醫生要跟你打針時，你一定會有所考慮，我到底需不需要打這一針？應該不應該打這一針？

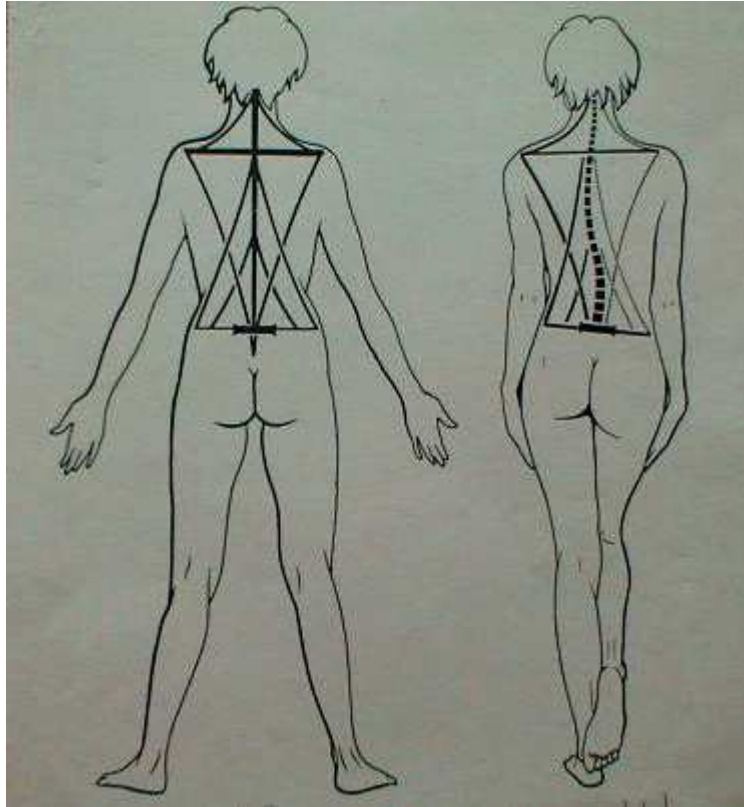
年輕時要以智慧會賺錢，而不是以生命賺錢，否則年紀大了，生病了，一切豈不白費，錢賺的不夠治病，所以生活上的姿勢很重要。

姿勢

如何調節我們的姿勢，達到保健的目的，也同時在治療過程中，能稍稍的修正姿勢，不但會加速病症解決，同時也會讓以後不容易生病。

……把姿勢保持的很輕鬆，不需要靠肌肉來拉住，否則肌肉會負擔過度，如果姿勢不平衡，肌肉過度負擔，負擔不起了，肌肉便會酸，會僵硬。姿勢上的保持之外，還要再加上運動。

兩個髌骨與脾胃之間形成第一個三角，若是為正三角形，基本條件是水平線必須要存在，就是骨盆的左右前後上下角度一定要相等，相等就是會呈水平線，舉例來說（以圖示來表示）：如果地平面的水平很平整，當然在地上的三角形會很平整，再向上到肩膀的三角也會很平整，所以一路下來，脊椎是排在正中央，沒有扭曲。



從正面來看，當水平線很平的時候，脊椎骨在背部靠外緣的地方，如圖所示這兩個角度處於水平線情況下，會形成正立體三角。當有左右扭轉的情形之下，就會有三角形扭曲的情況，重量會移向一邊，不再中心的垂直線上，若移向右邊，右邊負擔過大，若移向左邊，左邊負擔過大，因此有肌肉過度負擔問題、骨頭被牽拉問題、神經及能量被阻滯的問題，關節移位就由此而來了。所以要控制姿勢而不再生病。

除了姿勢外，接下來是運動，運動不需要到健身房，平常就可以了

每天早上在床上作仰臥起坐，早晚五分鐘或十分鐘皆可，姿勢不要求，抱頭、屈膝皆可，重要的是不憋氣。

仰臥起坐對腹直肌和大腰肌（即是脊椎的兩邊），腹部和背部都有肌肉拉著至恥骨、至尾椎，而前面至鎖骨，前後合稱四條大肌肉，這四條肌肉取得絕對的內外平衡，在此情形之下，腰會非常有力量。仰臥起坐會幫助前後的各兩條大肌肉取得相對的抗衡能力，是內外平衡的。腹部有力量，能夠和腰部抗衡，腰部有力量才能夠支撐，有能

力將髌骨、脊椎拉住，這樣失去平衡狀態的機率會非常小。因為腹部非常有力，等於讓內臟住在堅固的房子，有穩定的牆壁可懸掛，在此情況下，要生病就不容易了。

二、脖子基本運動：

A、兩腳和肩膀平行同寬，作點頭動運動（伸展運動），以伸展脊椎和頸椎，下巴放到最低，將頭往前方頂出去。這個動作會把整個脊椎作無限伸展，當你覺得需要休息，就放鬆回來擺正，至於次數則依個人所需，不限制。接著是仰頭的姿勢，下巴往垂直上方頂。

將仰頭和低頭連呼吸結合，低頭時慢慢吐氣，氣吐完後，再回到正位上休息，然後再慢慢吐氣仰頭，若覺得需要換氣了就回到正位上。這就是一伸一屈，基本要求就是不閉氣，不要用數字限制，例如呼氣一定要達 30 秒等，覺得要換氣了就回到正位，漸漸的氣自然會愈來愈長。

B、向左右看：肩膀不動，以鼻樑為中心，緩和動作，盡量將鼻樑轉到雙肩，配合呼吸。吸氣轉，吐氣回正位。

C、向上向外作 45 度角運動：下巴是微微往上旋的，盡量將下巴上抬，配合呼吸，吸氣抬，放鬆吐氣。這個動作是針對環椎的扭轉。

三、肩關節、腕、手臂運動：手臂上段和肩膀平行，向正前方，微微握拳，手掌心向內部，盡量保持肩膀到手肘平衡狀態，往外翻時同時翻掌，當你手拉到盡頭時，手掌心是向外的，接著再回到原位，手伸出去時要吐氣。此動作同時對上半背部也會有一定的影響。

四、側面運動：以一條線為標準，拉側面的肌肉，屁股盡量斜出去，甚至離開中心線，從腳的外緣拉開至腋下，維持自然呼吸即可。

有用的動作即可以針對癥結點，動作不在多，只要能持之以恆。

脊椎重建整復釋義

健康的概念

骨關節的偏移與被鎖定，造成兩骨之間距被過渡拉開或狹窄，以致造成局部生理功能活動偏高或不足，其結果就是：組織、器官容易發生炎症反應或功能低下產生提早老化的現象。

透過骨節整復為主方式，配合三階段整復規劃，讓您從裡到外不但健康、美麗更能真正享受彩色的人生！！

回復健康美麗的步驟

1. **停止破壞** = 不再惡化 → 減緩老化。『不錯誤飲食、錯誤姿勢、修心養性』
2. **排 毒** = 有機飲食調整體內環境、體液平衡及保持骨結構組合合理
3. **骨節整復** = 第一階段重建脫位骨節，
第二階段重建整體結構體平衡、回歸正常生理恆定運動、百分百發揮器官組織功能。
第三階段定期保養，保持骨結構在合理組合狀態下
4. **修 補** = 身心靈紓壓，協助細胞之酸鹼值與電位平衡，促使基因透過刪除、重建記憶體作用，趨向正面發展，達到調整基因的效果。
5. **再 生** = 透過以上方法促使細胞活化、功能再生、回復細胞生理活動正常、旺盛。
6. **維 護** = 不破壞 → 定期排毒 → 定期調整身體結構保持平衡、配合保養身體規劃，積極培養正念、得到修補基因機會與能力，功能再生 → 無病無痛、生命品質提升、朝向 125 歲邁進！！

我們規劃的服務

以重建生命能量為主題，經由 1. 脊椎掃瞄分析，2. 搭配客戶骨結構脫位重建需求、3. 體型繪製三段式管理，協助客戶規劃重建健美體魄、塑腰美臀、生命能量重建服務，使您達到完美體態、健康人生、青春常駐。

張重文教授能量醫學、骨節整復工作室 02-27781607 預約 02-27784584 諮詢
北市復興北路 15 號 1315 室 中興百貨 13 樓

