正身正脊 仁心仁术

——记脊柱健康文化领域的先行者蒋学超

蒋学超

□ 金 刚

从婴儿第一次学会直立行走的时候起，人的一生都在和自己的脊柱做挑战。随着年龄的增长以及生活压力的增加，我们不断地给自己的脊柱增加负担。近年来，随着电脑和互联网的普及和智能手机的推广应用，越来越多的人变成了“低头族”。今天我们走近《脊柱健康密码——行者的思考》一书的作者蒋学超，这位脊柱健康文化领域的先行者，世界针灸联合会北京市针联正脊专业委员会会长，中国脊柱健康产业创新联盟副秘书长，听他讲讲他和脊柱健康的那些事儿。

1972年出生于四川泸州的蒋学超，毕业于郑州仲景国医成人学校中医专业，先后师从于宋一同教授、田纪钧教授、董安立博士等多位国内外中医正骨专家。2018年1月19日被国医大师李佃贵收为弟子。2005年蒋学超在四川省泸州医学院附属医院实习时，就发现了脊柱病愈加严重的增长趋势。现在，脊柱病高发年龄平均在39岁，而且，30岁以下发病人数正呈现快速增长趋势，20岁左右的年轻人被确诊为脊柱病的不在少数，儿童脊柱侧弯症的发病率超过25%。根据世界卫生组织（WHO）早于2005年发布的《预防慢性病：一项至关重要的投资》报告显示，脊柱病赫然出现在全球最受忽视的10大卫生问题之列。近年来逐年呈快速上升趋势，而发病年龄呈下降趋势。因而，中、西医都认为：人体衰老与疾病的根源，主要源于脊柱的病变与衰老及其脊柱相关疾病。

脊柱是人体的控制中心

“脊住位于背部的中央，一节节的脊椎骨叠起来后，就称之为脊柱。脊柱是人体骨架的主轴，凡坐、卧、跑、跳，各种姿势、活动都得依靠脊柱的支撑，是所有活动的控制中心。脊柱除了是支撑人体的架构，也是保护脊髓最重要的主干。”蒋学超寥寥数语说出了脊柱的重要性。

脊柱是身体的支柱，人体的中轴“龙脉”，督脉分布于脊柱，“总督一身阳气”。脊柱上端托着颅骨，中间附有肋骨，并作为胸廓、腹腔和盆腔的后壁。脊柱是由三十三节脊椎骨所组成，包括了七节颈椎、十二节胸椎、五节腰椎、五节荐椎所合成的一块荐骨以及四节尾椎合成的一块尾骨。脊柱的里面还有纵行的椎管，容纳着非常重要的脊髓。椎间盘是连接脊椎骨的减震器，脊髓是为身体各部位传递信息的通讯员，传达身体上上下下的讯息和维持身体四肢百骨五脏六腑的运行及功能。

脊髓共有三十一对脊髓神经，包括了八对颈神经、十二对胸神经、五对腰神经、五对荐（骶）神经和一对尾神经。脊髓和脑合起来，就是所谓的中枢神经，控制着人体所有的运作，无论是自主神经系统里的交感神经或副交感神经，还是控制手脚动作、感觉、维持平衡等，都需要依靠脊髓里的脊髓神经来传达。

脊柱还有一个特殊的结构，人体的生理曲度，它具有使人体保持平衡、减震、防震的功能，保护我们在进行剧烈运动或跳跃时，颅骨大脑不会受损伤。蒋学超形象地比喻道：“人的脊柱，就象是房子的顶梁柱，一旦顶梁柱变得脆弱不堪，房屋也就很容易坍塌。”

从中医的观点来看，脊柱对应的督脉是六条阳经的总领，统率一身阳气，脊柱两侧的膀胱经是我们人体最大的排毒通道，脊柱的健康是人体健康的根本——是人体生命之源、健康之本、治病之首、保健之门、长寿之秘。从西医角度讲，脊柱里面有中枢神经，管理身体所有的知觉神经，因为脊柱上通大脑，下达四肢，中间管理五脏六腑，假设今天某一处脊椎骨受压失衡，便会直接压迫到相邻的脊髓神经，同时也会影响到神经讯息的传达，一旦神经讯息传达受阻，我们身体的作用也就不完整，会影响很多的生理功能。

蒋学超介绍，“脊柱是身体的大梁，脊神经是神经系统的中枢，是大脑和小脑的延伸。它的形状由上到下逐渐加宽出来，每一块脊椎骨都有自己的功能。大家也听说过无脊椎动物吧，无脊柱动物就跟海绵体一样是无法直立和弯曲的。人的脊柱之所以成一节一节的，就是为人类不时要弯曲活动而生，即便是某一种姿势特别标准正确，一直维持不变也会产生疲劳与劳损，进而发炎，导致骨性关节炎。如果脊柱的椎体或者脊神经或血管有了卡压或障碍，人的健康就会受到不同程度的影响。”蒋学超说，有很多不明原因的症状，各式各样的检查都在正常范围，因此被判定为「正常」，但是病患的问题或不适感还持续存在，这就是因为体态不正。由脊柱、骨骼、筋膜、肌腱、韧带与骨关节构建的脊柱骨架系统承载重物与力学传递的扭曲、偏歪、失衡就是体态不正。体态不正意味着身体已经失衡，身体一失衡，人体内最自然的自愈力就会慢慢受到损伤，甚至消失不见，人当然就容易变得疲惫、精神不济、免疫力下降，各种症状都会伴随而来。

破译脊柱病痛的密码

多年来，蒋学超一直苦苦思索。2006年蒋学超在泸州医学院的医学图书馆的方脊骨神经医学书籍中了解到一些解除脊柱病痛方面的学说理论与方法技术，于是他来到北京拜医学博士董安立为师，学习西方脊骨神经医学。在这里，蒋学超得到了新的启发。

自幼酷爱中医的蒋学超，对《黄帝内经》和《脊骨神经医学》都有着深刻的研究。他以老子《道德经》为指导，把博大精深的中医理论、中医正骨心法和美式脊椎矫正学、脊骨神经医学以及自然科学、物理力学、数学分析与形式逻辑学融为一体，在继承先辈的学术思想和临床医疗技术的基础上，经过不断的理论研究和临床经验，精准破译了脊柱病痛及相关疾病的“信息密码”认识到力是导致脊柱病痛的原因，力也是祛除脊柱病痛的结果。

“治疗与预防脊柱早期疾病，中医的作用大于西医”，蒋学超说，骨正筋柔，气血以流，若骨不正筋不柔，则骨错缝，筋出槽。这是《黄帝内经》一书对机体软组织损伤的看法，也正是脊柱病的早期病理改变。现代西医对于脊柱早期症状的治疗方法往往通过患者自身养护、服食消炎药等方法治疗，而中医便可通过针灸、按摩等疗法慢慢缓解患者的病痛。”可是这条“正脊”之路，蒋学超走得并不平顺，虽然找到了症结所在，但如何治疗，以何种医疗手段为依托还是摸不着头脑。加之病例复杂，可借鉴的成功康复的先例并不多见，每一次治疗都只能摸索前进。尽管前路困难重重，但是蒋学超依旧砥砺而行。他细心对待每一位患者，针对他们的病症往往提出多套治疗方案，悉心总结，大胆治疗。

“一旦临证，机触于体，巧生于内，手随心转，法从手出，而且心手相应，力争达到法之所施，使患者不知其苦的境界”。蒋学超说，根据人体脊柱结构力学和脊骨神经系统原理，结合道家抱元守一，将力道、气道、意道合三为一，用数学、力学原理找出错位椎体，确定好着力点，测算出力的方向，以脊柱结构均整为中心，以神经调节和中医调理作为最关键的切入点，通过对脊柱结构进行精准的测量分析后，再运用力的作用纠正、矫正移位椎体，从而起到调整脊柱受力结构，使错位、移位的椎体恢复到自然的物理平衡和生理平衡状态与态势。针对脊柱小关节错位的调整，重建、重塑脊柱的生物、物理力学平衡与阴阳平衡。从而达到督脉畅通，阳气汇聚，病痛自消的目的。以脊椎解剖学、人体生物力学、人体结构力学和几何形象学为根据，对维护、修复人体脊椎自然的生理平衡和物理平衡形成独到的理疗方案。并开创了蒋氏正脊疗法，着力研究“脊柱劳损分级评价标准”与“脊柱骨架系统动力结构生理物理力学平衡与人体生机、健康、长寿之间的相互转化影响规律”新课题，而且还取得了相应的成绩。

脊柱健康迎来新未来

2008年蒋学超开办了北京健道百川科技有限责任公司，并走进清华大学、北京大学等各大院校开展脊柱健康新知识讲座。2012年，蒋学超参加中国医师协会第四届全国“治未病”发展论坛，发表学术论文《人体亚健康的根源——脊柱亚健康》，力图让更多人了解到脊柱健康的重要性。同年，被中国国际科技促进会相关刊物报道的《弘中华正身正脊之魂，扬祖国医学美好明天——记正脊疗法的开创者蒋学超》一文，收入了中国科学技术出版社出版的《科技创新引领跨越发展》书中。2013年，蒋学超任世界针灸联合会北京市针联正脊专业委员会会长。2014年，蒋学超终于根据自己多年的临床实践经验总结，研发出脊柱健康推拿矫正手法，作为第一本脊柱健康科普医学著作成书《脊柱健康密码——行者的思考》，提出应该构建第三方医学即脊柱健康学，创立了正脊学说。

在行医过程中，蒋学超时刻不忘将实践所得传播更广。为了更多人的脊柱健康，蒋学超在医治病人之余，深入政府机关、社区、学校、企业等地，给大家讲解脊柱病预防常识，教大家一些日常保健方法。“一分钟缓解头痛头晕操作技能”“五分钟缓解颈椎病操作技能”等一个个简单实用的小技能在他的手里诞生，为众多的病患解决了痛苦。“脊柱相关疾病是从脊柱生物力学角度研究脊柱与脊疾病关系的一门新兴的边缘学科，是病因学方面的重大进展，虽然它从正式命名到现在仅仅用了21年，但由于它揭示了许多常见病和疑难的发病规律，而且临床治疗效果好，实用性强，大部分治疗方法属于自然疗法或绿色疗法范畴，患者容易接受，所以越来越受到国内医学界的重视。未病先防、既病防变、愈后防复，只有更多的人了解并懂得如何保护、养护自己的脊柱，人们的生活才能远离脊柱病痛及其相关疾病。”

如今，已届不惑之年的蒋学超，开创“蒋正和堂”，以正脊安身，正国人脊柱；文化立命，挺中华脊梁为理念，希望帮助治疗更多的脊柱疾病患者，让更多的人可以回归到轻松、和谐、健康的生活中来。“脊柱健康与否，在人之生、长、壮、衰、老、逝的生命过程中，关系着人们生命生存质量、工作效率的高低和寿命长短的大问题，吾辈自当‘正身正脊、上下求索，仁心仁术、精于其技’”。

（本文配图由北京正脊和堂健康科技有限公司提供）

蒋学超（右）与国医大师李佃贵合影

蒋学超（中）给会员赠书

蒋学超（第二排中）与吉林大学中日联谊医院疼痛治疗中心工作人员合影

中医适宜技术蒋氏正脊走进中医诊所