

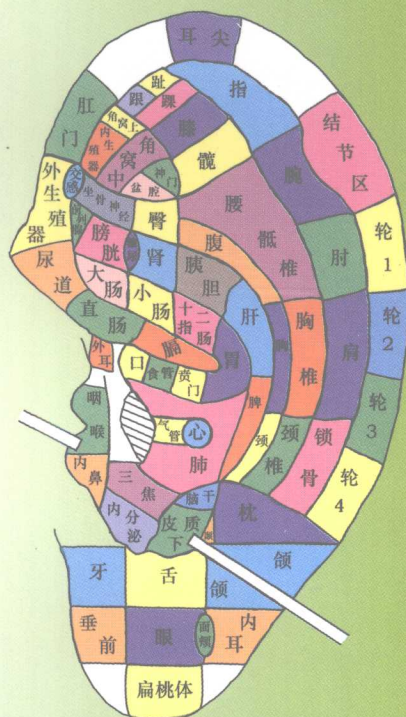
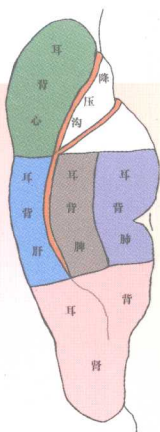
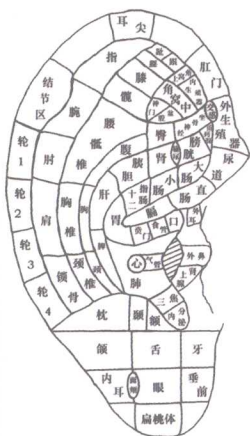
耳部反射区

按摩保健法

欧阳八四 高洁 杨晓辉 编著

□ 凤凰出版传媒集团

□ 江苏科学技术出版社

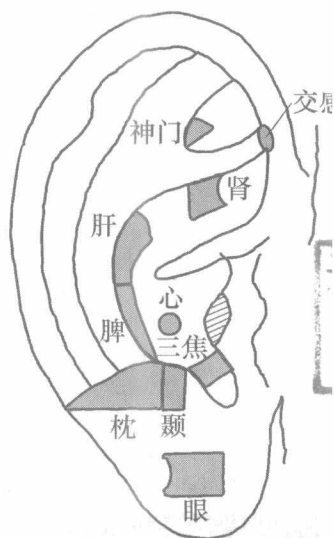


随书赠盘

R 244.1
485

耳部反射区 按摩保健法

欧阳八四 高 洁 杨晓辉 编著



凤凰出版传媒集团
江苏科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

耳部反射区按摩保健法/欧阳八四编著. —南京: 江苏科学技术出版社, 2006. 6

ISBN 7-5345-4890-X

I. 耳... II. 欧... III. 耳—按摩疗法(中医)
IV. R244.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 052415 号

耳部反射区按摩保健法

编 著 欧阳八四 高 洁 杨晓辉
责任编辑 庞啸虎
责任校对 苏 科
责任监制 曹叶平

出版发行 江苏科学技术出版社(南京市湖南路 47 号, 邮编: 210009)
网 址 <http://www.jsjpub.com>
集团地址 凤凰出版传媒集团(南京市中央路 165 号, 邮编: 210009)
集团网址 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>
经 销 江苏省新华发行集团有限公司
照 排 南京展望文化发展有限公司
印 刷 扬州鑫华印刷有限公司

开 本 718mm×1000mm 1/16
印 张 14.25
插 页 1
字 数 212 000
版 次 2006 年 6 月第 1 版
印 次 2006 年 6 月第 1 次印刷

标准书号 ISBN 7-5345-4890-X/R·962
定 价 23.00 元

图书如有印装质量问题, 可随时向我社出版科调换。

前 言

无论是中医学还是现代医学都认为不能孤立地看待人体内的五脏六腑与体表的四肢百骸,它们是相互联系的,联系的纽带或是经络,或是神经体液。随着全息理论的形成,人们认为身体中相对独立的部分,都是一个与整体相对应的反应点位系统,这为局部与整体的联系找到了新的理论依据。耳郭是迄今发现的能够映射内在脏腑生理和病理信息最为敏感的外部器官,自古到今都认为通过对耳部的观察可以判断机体的气血盛衰等机能状态,并可选择耳部适当的部位进行治疗,用来调整人体气血、阴阳的平衡,从而改变机体的疾病状况。

传统的耳诊研究如果从《黄帝内经》算起,至今已有 2 000 多年的历史了,关于耳郭与脏腑器官之间的配属问题一直没有得到很好的解决,因此在众多的古书中,这方面的内容大多存在较大的模糊性与经验性。直到 20 世纪 50 年代,法国医师 P. Nogier 博士确立了耳部的“倒置胚胎学说”,耳与脏腑的配属问题才从根本上得到解决。无论是从对耳部阳性反应物的观察,还是在不断的临床与实验研究中,都提示着这些耳—体联系的对应部位大多并非是以穴位(点)作为表现形式,而是以区域(区)作为表现形式。因此,笔者引入反射区的概念,拓展了耳穴的概念范围,更体现了人体五脏六腑、四肢百骸与耳郭的联系,更符合脏腑与体表的映射关系,也能更好地说明耳—体信息传递的路径。

本书共十章,系统地介绍了耳部反射区的基础理论、按摩的基本手法,以及常见疾病的耳部反射区按摩方法。通过双耳与人体健康的关系阐述,让读者了解耳—体联系现象的客观基础,用以说明耳对全身的影响,而这种影响突出地体现在用按摩或按压的手段来刺激耳部的反射区,可以治疗内脏或躯体的一些疾病,即使人体不是在疾病状态,也可以通过对相关的反射区进行有益的按摩等刺激,达到防病保健的目的。同时书中简述了如何从耳郭外在的一些细微变化,如耳部色泽或形态上的异常,来判断脏腑功能和气血、津液的盛衰情况,进而确定人体的健康状况,及时地纠正机体出现的阴阳、气血的偏盛偏衰。在具体的编写体系上,对每个反射区的定位,采用线条图与数字摄影图相结合的方式,以期反射区的定位更为直观具体。对每个具体的病症也附了简明的线条图,使读者可以按图索骥,治疗更为方便简洁。为使初学者更快更易地掌握按摩操作方法,本书附赠了 VCD 光盘,可供读者在具体使用中参考。总的来看,本书具有理论联系实际,注重临床应用的特点,重在实践,实用性强,易为初学者掌握。

由于耳部反射区按摩保健法适应证广泛、疗效确切,并具有安全实用、简便易

学的特点,且不受时间、地点、设备条件的限制,符合现代文明社会所倡导的“绿色疗法”、“自然疗法”,目前正被越来越多的人所接受。本书既可供广大群众防治疾病和保健时参考和实用,又可供耳部反射区按摩爱好者、自我保健者自学使用。限于我们的水平,书中不免有片面及谬误之处,恳请读者批评指正。

编 者



目 录

第一章 望耳诊病	1
一、双耳与人体健康的关系	1
二、望耳诊病	3
(一) 色泽	3
(二) 形态	3
(三) 病理反应	3
(四) 望耳诊病的要求与注意事项	4
第二章 耳部反射区与反射区按摩保健法	6
一、反射与反射区	6
(一) 反应	6
(二) 反射	6
(三) 反射区	6
(四) 反射区疗法	7
二、耳部反射区的概念	7
三、耳部反射区按摩保健法的特点	9
四、耳部反射区按摩保健法的作用原理	11
(一) 经络沟通学说	12
(二) 阴阳平衡学说	12
(三) 神经形态分布学说	12
(四) 神经反射学说	13
(五) 生物电学说	13
(六) 生物全息理论学说	14
(七) 内源性生物因子形成学说	14
(八) 德尔他反射学说	15
(九) 耳郭“全息论”学说	15
(十) 其他学说	15



第三章 耳郭的局部解剖	17
一、耳郭结构	17
二、耳郭形态	17
三、耳郭皮肤	19
四、耳郭血管	19
五、耳郭神经	20
六、耳郭淋巴	21
第四章 耳部经络与腧穴	22
一、耳部经络	22
二、耳周腧穴	23
三、常用四肢部腧穴	25
第五章 耳部常用反射区的定位与作用	28
一、耳部反射区的大致分布规律	28
二、耳部反射区的定位与作用	28
(一) 耳轮部分	28
(二) 对耳轮部分	32
(三) 耳舟部分	39
(四) 三角窝部分	42
(五) 耳甲艇部分	44
(六) 耳甲腔部分	49
(七) 耳屏与对耳屏部分	54
(八) 耳垂部分	59
(九) 耳背部分	63
三、耳部反射区功能分类归纳	66
(一) 调节神经系统类	66
(二) 调节内分泌类	67
(三) 调节脏腑功能类	67
(四) 提高机体应激能力类	68



第六章 耳部脏腑反射区的病理变化与主病	70
一、心	70
二、肺	72
三、肝	73
四、脾	75
五、肾	75
六、胃	77
七、大肠	78
八、小肠	79
九、胰胆	79
十、膀胱	80
第七章 耳部常用反应点的定位与作用	82
第八章 耳部反射区按摩保健法的作用与适应证	88
一、耳部反射区按摩保健法的作用	88
(一) 汗法	88
(二) 泻法	88
(三) 和法	88
(四) 补法	89
(五) 温法	89
(六) 清法	89
(七) 消法	89
(八) 通法	89
二、耳部反射区按摩后的常见反应	90
三、耳部反射区按摩保健法适应证	91
四、耳部反射区按摩保健法禁忌证	92
五、耳部反射区按摩保健法注意事项	93
第九章 耳部反射区按摩保健法的使用方法	95
一、耳部反射区按摩保健法选区原则	95



(一) 对症(位)反射区选取法	95
(二) 脏腑辨证选取法	96
(三) 经络辨证选取法	98
(四) 关联反射区选取法	100
(五) 临床经验选取法	102
二、耳部反射区按摩保健方法	102
(一) 手法按摩特点	102
(二) 按摩操作手法	103
三、提高耳部反射区按摩疗效的要素	107
(一) 配方好	107
(二) 选区准	107
(三) 手法佳	108
四、耳部反射区压丸法	109
(一) 耳压材料	109
(二) 操作方法	109
(三) 注意事项	109
 第十章 常见病症的耳部反射区按摩保健法	111
一、急症及传染病症	111
(一) 中暑	111
(二) 发热	111
(三) 昏迷	112
(四) 惊厥	113
(五) 流行性感冒	114
(六) 流行性腮腺炎	115
(七) 百日咳	116
(八) 细菌性痢疾	117
(九) 肺结核	117
(十) 病毒性肝炎	118
(十一) 疟疾	119
二、呼吸系统病症	120

(一) 支气管炎	120
(二) 支气管哮喘	121
(三) 支气管扩张	122
(四) 肺炎	122
(五) 喉源性咳嗽	123
(六) 胸痛	124
三、心血管系统病症	125
(一) 高血压病	125
(二) 低血压病	126
(三) 冠心病	127
(四) 心律失常	128
(五) 心绞痛	129
(六) 心血管神经官能症	130
(七) 风湿性心脏病	131
(八) 雷诺病	131
(九) 无脉症	132
(十) 脉管炎	133
四、消化系统病症	134
(一) 胃炎	134
(二) 胃与十二指肠溃疡	135
(三) 食欲不振(厌食症)	136
(四) 胃下垂	137
(五) 膈肌痉挛(呃逆)	138
(六) 慢性结肠炎	139
(七) 急性肠炎	139
(八) 胆囊炎、胆石症	140
(九) 胰腺炎	141
(十) 黄疸	142
(十一) 脂肪肝	143
(十二) 单纯性便秘	143
(十三) 痔疮	144





五、泌尿生殖系统病症	145
(一) 尿路感染	145
(二) 泌尿系统结石	146
(三) 尿潴留、尿失禁	147
(四) 慢性肾炎	148
(五) 前列腺炎	149
(六) 阳痿	149
(七) 遗精	150
(八) 不育症	151
(九) 神经性尿频	152
(十) 睾丸炎、附睾炎	152
六、神经及精神系统病症	153
(一) 中风(脑血管意外)	153
(二) 失眠	154
(三) 偏头痛	155
(四) 三叉神经痛	156
(五) 面瘫	156
(六) 脑动脉硬化症	157
(七) 帕金森病	158
(八) 格林-巴利综合征	159
(九) 重症肌无力	159
(十) 癔症	160
(十一) 癫痫	161
(十二) 假性球麻痹	162
(十三) 肋间神经痛	162
(十四) 脑震荡后遗症	163
七、内分泌及代谢系统病症	164
(一) 甲状腺功能亢进症	164
(二) 糖尿病	165
(三) 肥胖病	165
(四) 高脂血症	166

(五) 更年期综合征·····	167
(六) 骨质疏松症·····	168
(七) 痛风·····	168
(八) 尿崩症·····	169
(九) 乳腺小叶增生症·····	170
八、运动系统病症·····	171
(一) 肩周炎·····	171
(二) 颈椎病·····	171
(三) 网球肘·····	172
(四) 慢性脊背痛·····	173
(五) 腰椎间盘突出症·····	174
(六) 急性腰扭伤、腰肌劳损·····	175
(七) 膝关节炎·····	175
(八) 风湿与类风湿性关节炎·····	176
(九) 足跟痛·····	177
(十) 骨折疼痛·····	177
九、妇科病症·····	178
(一) 痛经·····	178
(二) 月经不调·····	179
(三) 闭经·····	180
(四) 崩漏·····	180
(五) 经前期紧张综合征·····	181
(六) 盆腔炎·····	182
(七) 不孕症·····	183
(八) 白带过多·····	183
(九) 子宫肌瘤·····	184
(十) 产后少乳·····	185
十、儿科病症·····	185
(一) 小儿厌食症·····	185
(二) 小儿多动症·····	186
(三) 小儿遗尿·····	187





(四) 小儿脑瘫·····	188
(五) 小儿弱智·····	188
(六) 佝偻病·····	189
(七) 小儿夜啼、夜惊·····	190
(八) 抽动-秽语综合征·····	190
十一、五官科病症·····	191
(一) 近视、远视·····	191
(二) 视疲劳·····	192
(三) 白内障·····	193
(四) 麦粒肿·····	193
(五) 电光性眼炎、结膜炎·····	194
(六) 中耳炎·····	195
(七) 耳鸣、耳聋·····	195
(八) 鼻炎、鼻窦炎·····	196
(九) 鼻衄·····	197
(十) 慢性咽炎·····	197
(十一) 牙痛·····	198
(十二) 口腔溃疡·····	199
(十三) 扁桃体炎·····	199
十二、皮肤科病症·····	200
(一) 痤疮·····	200
(二) 湿疹·····	201
(三) 荨麻疹·····	201
(四) 神经性皮炎·····	202
(五) 牛皮癣·····	203
(六) 扁平疣·····	203
(七) 带状疱疹·····	204
(八) 瘙痒症·····	205
十三、其他·····	205
(一) 晕车、晕船·····	205
(二) 多汗症·····	206

(三) 疲劳综合征.....	207
(四) 畏寒.....	207
(五) 戒烟、戒酒	208
(六) 食后困顿症.....	209
(七) 癌肿疼痛.....	209
(八) 白细胞减少症.....	210
(九) 美容.....	210
(十) 预防输液(血)反应.....	211
(十一) 辅助撤停激素.....	212



第一章 望耳诊病

一、双耳与人体健康的关系

耳是人体的听觉器官,主管人的听力传导与空间平衡,人的耳郭能收集、汇合外界的音响,以使声音便利地传导到内耳,为人所感知。耳虽是人体相对独立的一个器官,但同时又是人体整体中的一个部分。祖国医学非常重视人体本身的统一性和完整性,认为人体具有整体性的特点:人体是一个有机的整体,构成人体的各个组成部分之间,在结构上是不可分割的,在功能上是相互协调、相互为用的,在病理上是相互影响的。

中医学认为人体以五脏为中心,配以六腑,通过经络系统“内属于脏腑,外络于肢节”,从而完成“有诸内者,必形诸外”的表达形式。五脏代表着人体的五个系统,人体所有的器官都可以包括在这五个系统中,由经络系统的联络作用,把六腑、五体、五官、九窍、四肢百骸等全身组织器官联系成有机的整体,并通过精、气、血、津液的作用,来完成机体统一的功能活动。因此,内在脏腑的功能也可由外在的五官、九窍、形体的某些改变而表现出来。所以在临床上,医师往往通过对患者的精神、面色、姿态等整体表现进行观察,便可以对患者的病情状态有个整体的印象,作出大致的判断。

具体到双耳,祖国医学认为耳为肾之窍,为“宗脉之所聚”,通过经络,耳与全身均有联系,在耳郭上有全身脏器与肢体的反应点,关系最为密切的是肾。从众多的医籍记载与临床实践中可以发现,人体内部脏腑的虚实,气血的盛衰,津液的盈亏,以及疾病的轻重顺逆,尤其是肾的病情状况,均可通过耳的外在表现与功能改变做出大致的测知,耳成了监测肾等脏腑功能的“窗口”。

耳是通过什么途径与人体脏腑,尤其是肾联系到一起的呢?当然是经络。耳为诸多经脉的会聚之处,在《灵枢·邪气脏腑病形》中记载:“十二经脉三百六十五络,其血气皆上行于面而走空窍,其精阳之气上走于目而为睛,其别气走于耳而为听。”而在中医学的最早的一本古书——马王堆汉墓



中出土的帛书有专门的“耳脉”记载,认为“耳脉起于手背,出臂外两骨之间,下廉,入耳中”,并有具体的“是动”和“所生病”。至《黄帝内经》时代,为应手足脏腑十二经脉之义,将“耳脉”发展为手少阳三焦经脉。从这条具体的经脉中可以发现耳与上肢、眼、颊、咽喉等组织的联系。如果我们再来考证一下《黄帝内经》中的有关记述,手足三阳经6条经脉均与耳脉有直接的联系,而手足三阴6条经脉通过络脉也与耳相连,或通过经别与阳经相合,联系到耳。

那么耳与肾的关系又是如何体现的呢?《灵枢·脉度》认为“肾气通于耳,肾和则耳能闻五音矣”,又云“(耳)黑色小理者肾小,粗理者肾大,耳高者肾高,耳后陷下者肾下,耳坚者肾坚,耳薄不坚者肾脆”,从形态与功能上阐述了耳与肾的密切关系。正如《中藏经》所言“肾者精神之舍也,性命之根,外通于耳”,可谓一语中的。从现代病理学者和耳科临床医师的实践中也可以发现:先天性两侧肾未发育的婴儿耳郭低位、前倾、软骨发育不良;先天性黏多糖代谢障碍所致的多发性骨发育障碍病,除表现为智力迟钝、表情呆板外,还具有全身骨骼畸形、听力障碍和耳郭上缘位置低于眼睛水平线以下的特征。无数临床实践的科学经验进一步证明了耳与肾或耳与内在脏腑的密切关联性。

众所周知,肾在中医学中为人体先天之本,肾中的精气影响着人体的生长、发育和生殖等方面的功能。肾气充足,人体健康方能有保障,肾气不足则会影响到人的健康状况,出现一系列体质不良的症状,表现在其外在的器官——耳,就可见耳部色泽或形态上的异常。健康状态下,耳郭色泽红润、厚大,表明人体气血的充盈,如果发生了疾病,则会相应地出现耳郭的焦黑或青紫等。祖国医学根据人体局部与整体的映射关系,通过观察面部及耳部等异常表现来诊治疾病,形成了专门的望诊学,利用的也就是肢节→脏腑、脏腑→肢节的映射关系。耳与众多经络和脏腑的密切联系,决定了当人体发生病变时,可通过经络的内传外达作用反映到体表的耳郭上来,从而可用耳部的变化来判断脏腑功能和气血、津液的盛衰情况,进而判定人体的健康状态。这种思想的中心意思是:外在肢节与内在脏腑有相互映射的关系,它体现了中医学以五脏为中心的思想,气、血、津、液等均为这种思想的载体,通过这些载体能将内在脏腑的盛衰表达到人体体表来,而通过对这些部位的观察,便能感知内在的气血枯荣的情况。



二、望耳诊病

耳为人体典型的全息器官,在耳郭上有全身脏器和肢体的反应点,它与全身的经气相通,尤其与肾、胆关系密切。望耳诊病主要观察耳部的色泽与形态。

(一) 色 泽 耳郭色泽与整个面部是一致的,应该是红润光泽,体现机体的气血充盈。异常时常有以下表现:

1. 耳郭淡白 多属气血不足或肾气虚弱,证候多为虚寒。
2. 耳郭色红 ① 耳郭红肿,多属肝胆湿热,热毒上攻,气血壅盛,主热证;② 耳背有红络,且伴有耳根部发凉,是麻疹先兆;③ 耳色暗红,多属气滞血瘀之证。
3. 耳郭青黑 多为气滞血瘀之象,证候多为痛证、寒证或惊风,见于阴寒内盛或有剧痛的患者。
4. 耳轮干枯焦黑 多属肾精亏耗,精不上荣,为病重。
5. 耳郭色黄显著 多为脾郁湿盛,见赤者主热,伴身黄者为黄疸。

(二) 形 态 耳郭的厚薄、大小与肾气密切相关,厚大而润泽者为先天肾气充盈,薄小而干枯者为先天肾气不足。主要表现为:

1. 耳郭瘦小而薄,是先天亏损,肾气不足。
2. 耳轮萎缩干枯而色暗红,主正气虚极,多属肾精亏损或肾阴耗竭,属病危。
3. 耳郭肿起为邪实,色红者属热,色淡者属虚,色暗者属瘀。
4. 耳轮皮肤甲错,可见于血瘀日久的患者。
5. 耳郭见络脉显现充盈,为气滞血瘀。多见于各部之痛证,亦可见于咯血证。
6. 耳背与乳突处糜烂,色红,时流黄水,名“旋耳疮”,由胆脾湿热所致,亦可作为小儿蛔虫症的诊断根据。

(三) 病理反应 耳郭中不同的位置代表着各自对应的脏腑器官,这些脏腑器官病变时会在这些反应区产生一些病理反应。现代医学研究常以耳穴的变色、变形、丘疹隐现、血管变化、脱屑及皮肤上的分泌物变化等“阳性反应”,来分析人体的疾病性质。