

背

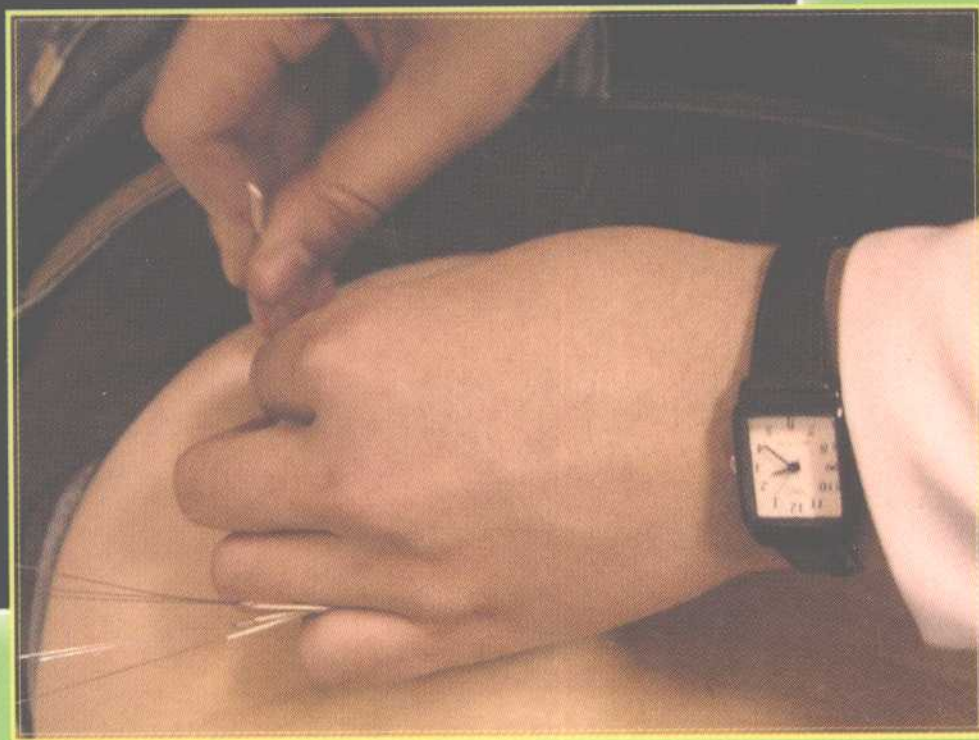
图

〔图解治病捷径丛书〕

解

针灸穴位 辨认与治病捷径

邵水金 主编



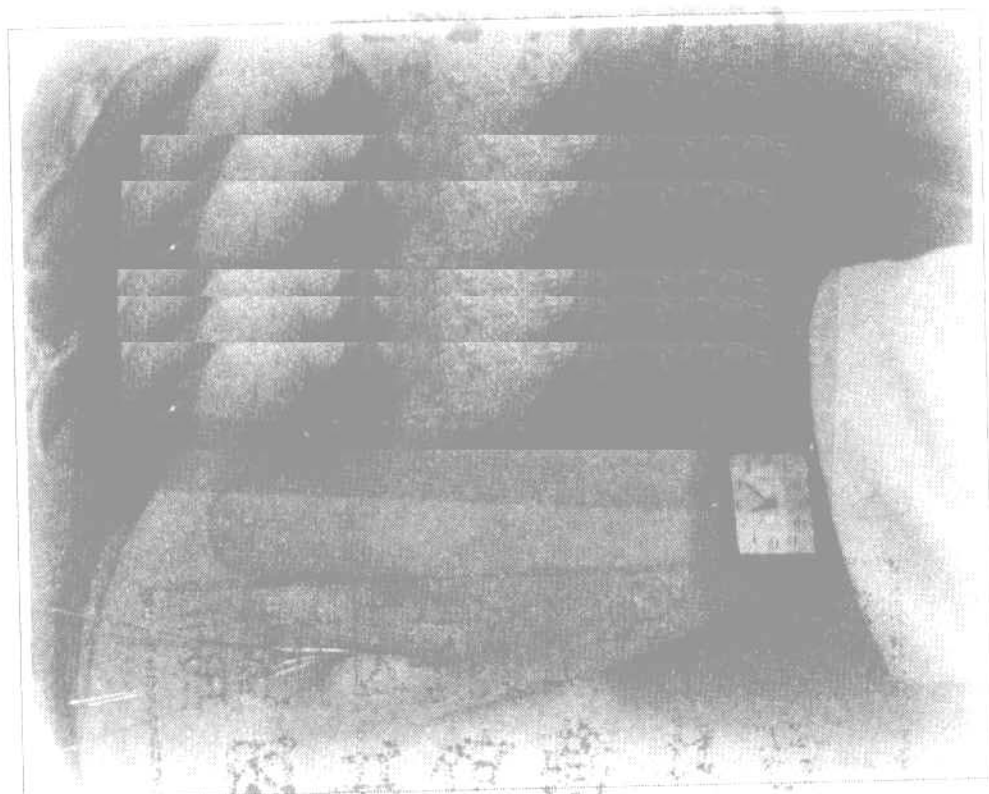
上海科学技术文献出版社

邵水金 主编

图解治病捷径丛书

R226.5-6
13

图解 针灸穴位辨认与治病 捷径



上海科学技术文献出版社

图书在版编目(CIP)数据

图解针灸穴位辨认与治病捷径/邵水金主编. —上海:
上海科学技术文献出版社, 2005. 5

ISBN 7-5439-2496-X

I. 图… I. 邵… III. 针灸疗法-图解
IV. R245-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 141507 号

责任编辑: 何兰林 应丽春

封面设计: 何永平

图解针灸穴位辨认与治病捷径

邵水金 主编

上海科学技术文献出版社出版发行
(上海市武康路 2 号 邮政编码 200031)

全国新华书店经销

江苏昆山市亭林彩印厂印刷

开本 850×1168 1/64 印张 4 625 字数 130 000
2005 年 5 月第 1 版 2005 年 5 月第 1 次印刷
印数 1—7 000

ISBN 7-5439-2496-X/R·694

定价: 10.00 元

<http://www.sstlp.com>

主 编：邵水金

编 委：牟芳芳 单宝枝 张黎声
杨才弟 姜 俊 毛根金

前 言

针灸学是中医学的重要组成部分,是运用针刺、艾灸等手段作用于人体穴位,达到防治疾病的一门重要学科。其历史悠久,适应证广,疗效显著、操作方便、经济安全,被广泛应用于临床,数千年来深受广大群众的欢迎,对中华民族的繁衍昌盛作出了巨大贡献。

本书分上、中、下三篇。上篇为穴位辨认识识,主要介绍了 185 个常用穴位的辨认。中篇为穴位常用刺激方法,介绍了针刺、艾灸、三棱针、皮肤针、头针、耳针、电针、水针、火针、指针、拔罐、穴位敷贴等 12 种针灸疗法。下篇为常见疾病针灸治疗,介绍了内、外、妇、儿、五官、皮肤等科 103 种病症的针灸治疗。

本书图文并茂,内容丰富,通俗易懂。可作为广大临床针灸医生、夜大学生、针灸爱好者的

学习用书。由于本人水平所限,书中难免存在
不足之处,望广大同仁指正。

上海中医药大学

邵水金

2004 年 10 月

目 录

上篇 穴位辨认知识

一、穴位概要	(2)
(一) 穴位的概念	(2)
(二) 穴位的分类	(2)
(三) 穴位的作用	(3)
(四) 穴位的定位方法	(4)
二、常用穴位辨认	(10)
(一) 头颈部穴位	(10)
(二) 躯干部穴位	(23)
(三) 上肢部穴位	(44)
(四) 下肢部穴位	(59)

中篇 穴位常用刺激方法

一、基本疗法	(79)
(一) 毫针	(79)
(二) 艾灸	(97)
二、其他疗法	(103)

(一) 三棱针	(103)
(二) 皮肤针	(105)
(三) 头针	(106)
(四) 耳针	(112)
(五) 电针	(116)
(六) 水针	(117)
(七) 火针	(119)
(八) 指针	(121)
(九) 拔罐	(122)
(十) 穴位敷贴	(124)

下篇 常见疾病针灸治疗

一、内科疾病	(127)
(一) 痹证	(127)
(二) 腰痛	(128)
(三) 坐骨神经痛	(129)
(四) 痿证	(131)
(五) 中风后遗症	(132)
(六) 面瘫	(133)
(七) 三叉神经痛	(134)
(八) 头痛	(135)

(九) 眩暈	(137)
(十) 高血壓病	(138)
(十一) 貧血	(140)
(十二) 白細胞減少症	(142)
(十三) 心悸	(143)
(十四) 失眠	(144)
(十五) 痴呆	(146)
(十六) 癩病	(148)
(十七) 癰病	(149)
(十八) 震顫麻痺	(151)
(十九) 感冒	(153)
(二十) 咳嗽	(154)
(二十一) 哮喘	(157)
(二十二) 胃痛	(159)
(二十三) 胃下垂	(161)
(二十四) 嘔吐	(162)
(二十五) 呃逆	(164)
(二十六) 腹痛	(166)
(二十七) 泄瀉	(167)
(二十八) 便秘	(169)
(二十九) 肋痛	(170)

(三十) 黄疸	(172)
(三十一) 水肿	(173)
(三十二) 癃闭	(174)
(三十三) 淋证	(176)
(三十四) 遗精	(177)
(三十五) 阳痿	(179)
(三十六) 早泄	(180)
(三十七) 糖尿病	(181)
(三十八) 瘰病	(183)
(三十九) 单纯性肥胖症	(185)
二、外科疾病	(188)
(一) 乳腺炎	(188)
(二) 乳腺增生病	(189)
(三) 急性阑尾炎	(190)
(四) 胆石症	(191)
(五) 痔疮	(193)
(六) 脱肛	(194)
三、妇科疾病	(197)
(一) 经前期紧张综合征	(197)
(二) 月经不调	(198)
(三) 痛经	(200)

(四) 闭经	(201)
(五) 崩漏	(203)
(六) 带下病	(205)
(七) 胎位不正	(206)
(八) 产后乳少	(207)
(九) 子宫脱垂	(208)
(十) 不孕症	(209)
(十一) 更年期综合征	(211)
四、儿科疾病	(213)
(一) 百日咳	(213)
(二) 厌食	(215)
(三) 疳证	(216)
(四) 遗尿	(217)
(五) 脑瘫	(219)
(六) 多动症	(220)
五、骨伤科疾病	(222)
(一) 扭伤	(222)
(二) 落枕	(223)
(三) 颈椎病	(225)
(四) 肩周炎	(226)
(五) 肘劳	(228)

(六) 腱鞘囊肿	(229)
(七) 外伤性截瘫	(230)
(八) 足跟痛	(232)
六、皮肤科疾病	(234)
(一) 神经性皮炎	(234)
(二) 皮肤瘙痒症	(235)
(三) 荨麻疹	(237)
(四) 湿疹	(239)
(五) 痤疮	(240)
(六) 带状疱疹	(242)
(七) 斑秃	(243)
七、五官科疾病	(246)
(一) 目赤肿痛	(246)
(二) 麦粒肿	(247)
(三) 眼睑下垂	(248)
(四) 近视	(249)
(五) 青光眼	(250)
(六) 耳鸣、耳聋	(252)
(七) 鼻炎	(254)
(八) 鼻衄	(256)
(九) 牙痛	(257)

(十) 咽喉肿痛	(259)
八、急性疾病	(261)
(一) 高热	(261)
(二) 中暑	(262)
(三) 抽搐	(263)
(四) 昏厥	(265)
(五) 虚脱	(266)
(六) 心绞痛	(268)
(七) 胆绞痛	(269)
(八) 泌尿系绞痛	(271)
九、其他疾病	(273)
(一) 戒烟综合征	(273)
(二) 戒酒综合征	(274)
(三) 戒毒综合征	(275)
(四) 慢性疲劳综合征	(277)
(五) 竞技紧张综合征	(278)
(六) 雀斑	(279)
(七) 黄褐斑	(280)
(八) 抗衰老	(281)

上篇 穴位辨认识识

一、穴位概要

(一) 穴位的概念

穴位是“腧穴”的通俗说法,是指人体脏腑经络之气输注于体表的部位。在历代文献中,穴位有“砭灸处”、“会”、“骨孔”、“气穴”、“穴道”等不同的名称。穴位既是针灸、推拿等疗法的施术部位,又是疾病的反映部位。

(二) 穴位的分类

穴位一般分为十四经穴、经外奇穴和阿是穴三类。

1. 十四经穴 简称经穴,是指分布于十四经上的穴位,共有 361 穴。

2. 经外奇穴 简称奇穴,是指既有一定的穴名,又有明确的位置,但尚未列入十四经的穴位。

3. 阿是穴 又称天应穴、不定穴、压痛点，这类穴位既无具体穴名，又无固定位置，而是“以痛为腧”。

(三) 穴位的作用

1. 近治作用 这是一切穴位主治作用所具有的共同特点，即每个穴位均能防治该穴所在部位及邻近组织、器官的病症。如：眼区的睛明、瞳子髎、承泣、四白、丝竹空穴可治目疾；耳区的耳门、听宫、听会、翳风穴可治耳疾；胃部的中脘、梁门、建里穴可治胃痛等。

2. 远治作用 这是十四经穴主治作用的基本规律，在十四经穴中，特别是肘膝关节以下的穴位，不仅能治局部病症，还可防治本经循行所及的远隔部位的脏腑、组织、器官的病症。此即“经脉所过，主治所及”。如：合谷穴不仅治腕部病，还治头面五官的病症；足三里穴不仅治下肢病，可治胃肠病症；昆仑穴治头痛等。

3. 特殊作用 某些穴位具有特殊作用。如：大椎穴可退热，丰隆穴可化痰，后溪穴

可止盗汗,至阴穴可矫正胎位,内关穴可治心动过速及心动过缓,天枢穴可治泄泻及便秘等。

(四) 穴位的定位方法

临床常用的穴位定位方法有骨度分寸法、体表标志法、手指比量法和简易取穴法四种。

1. 骨度分寸法 骨度分寸法古称“骨度法”,即以骨节为主要标志测量周身各部的大小、长短,并依其尺寸,按比例折算作为定穴的标准。常用的骨度分寸法又是根据《灵枢·骨度》并在医疗实践中经过修改和补充而来的。例如:内关穴,在腕横纹上2寸,掌长肌腱和桡侧腕屈肌腱之间。按骨度分寸法腕横纹至肘横纹规定为12寸,然后将其长度折算成12等份,内关穴就在腕横纹上2等份处。骨度分寸法的优点在于取穴准确,不论男女、老幼、高矮、胖瘦等体型的人均能适用。常用骨度分寸表及常用骨度折量法示意图,如表1-1和图1-1所示。