

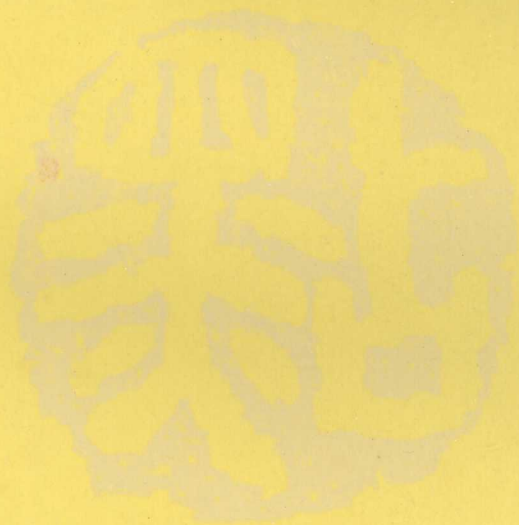
点到病除

独特点穴治病绝招

王若东 李延 主编

独特治病
绝招丛书

外借



中国医药科技出版社

· 独特治病绝招丛书 ·

点到病除

——独特点穴治病绝招

主 编 王若东 李 延
编 者 张春燕 苗大森 张巨明

中国医药科技出版社

登记证号(京)075号

点到病除——独特点穴治病绝招

王若东 李 延主编

*

· 中国医药科技出版社 出版

(北京市海淀区文慧园北路甲 22 号)

(邮政编码 100088)

保定市新市区建国印刷厂 印刷

新华书店首都发行所 发行

*

开本 787×1092mm 1/32 印张 8 $\frac{3}{4}$

字数 189 千字 印数 1—10000

1993 年 4 月第 1 版 1993 年 4 月第 1 次印刷

ISBN7-5067-0807-8/R · 0717

定价:4.90 元

《独特治病绝招丛书》

编辑委员会

主 编	王 凡	卢世秀	
副 主 编	杨 光	吴希进	赵东升
编 委	(按姓氏笔划为序)		
	王 凡	王 荔	王若东
	卢世秀	刘占国	李 延
	李 崑	吴希进	杨 光
	金宇安	赵东升	赵亚平
	张巨明	薛少敏	

编者的话

具有数千年悠久历史的祖国传统医学，以其博大精深的内涵和绚丽多姿的风采，在世界医学之林中独树一帜，在当今日益高涨的回归自然的呼声中显示出不同寻常的魅力。其防病治病的显著疗效赢得了人们愈来愈多的赞誉。在中医学蓬勃发展的今天，《独特治病绝招丛书》与大家见面了。这套丛书从临床实际出发，着眼于“独特”、“绝招”，从中药、方剂、针灸、按摩、点穴、气功、食疗、饮疗等8个方面介绍临床疗效卓著、简便易行、而又不同于一般的方法，目的是为广大医务工作者和患者多提供一些治疗疾病的方法及保健手段。我们最大的愿望，是想为祖国医学的发展，为大众的健康尽些绵薄之力。如果读书者能从本丛书中有收益的话，则我们的心愿足矣！

丛书编委会

1993年2月

前 言

点穴疗法以其独特的理论、多样的手法及其神奇的疗效为世人所瞩目。它历史悠久、源远流长，是中医学宝库中熠熠闪光的瑰宝。

论述点穴治疗的文字，从古至今，多散见于武术、气功、推拿等类著作中，其数量之多真可谓车载舟装，但大都内容分散、概念含混、系统性差。我们这本书，是在总结了前人经验的基础上，结合具体的临床医疗实践，参考了大量的国内外文献资料编撰而成的。该书的特点是：内容系统丰富、语言简洁明快、实用性强、可读性强。一书在手，基本上可以应付日常生活中身体上的各种“麻烦”。

该书共分为上、中、下三篇。上篇为基础篇，包括对点穴发展史的概述、点穴作用机理的分析、适应证、禁忌证、注意事项、配穴方法、取穴标准的详尽介绍，同时还介绍了八种常用的点穴手法及其补泻的操作；中篇为治疗篇，包括有内科、骨科、妇产科、男科、儿科、五官科、急症、美容与保健的百余种常见疾病的点穴治疗。下篇为集粹篇，集古今点穴法之精华，其中包括有佛道秘传之点穴绝技，还有早已散失于民间的点穴与解穴方法，琳琅满目，异彩纷呈，集此道之大成，含英咀华。但由于我们作者学识水平有限，时间仓促，手头资料局限，经验不足，书中肯定会有缺点和不足之处，诚望各位老师、前辈批评指正。

编 者

1993年2月

目 录

上篇 基础篇

一、概说点穴疗法	八会穴	(7)
法	八脉交会穴	(8)
二、点穴疗法的作用机理	局部取穴	(8)
调和阴阳	远道取穴	(8)
扶正祛邪	循经取穴	(8)
活血通络	五俞配穴	(9)
三、点穴疗法的适应症及禁忌症	八、点穴治疗的手法与补泻	
项	点法	(9)
四、点穴疗法的注意事项	掐法	(10)
项	捣法	(11)
五、点穴疗法的取穴标准	击法	(11)
准	按法	(12)
六、点穴疗法的取穴原则	挤法	(13)
近部选穴	打法	(13)
远部选穴	揉法	(14)
对症取穴	九、点穴治疗的常用穴位	
七、点穴疗法的配穴方法	头颈部	(15)
脏腑俞穴和募穴	胸腹部	(25)
穴	腰背部	(33)
原络交会穴	上肢	(38)

下肢 (51)

中篇 治疗篇

一、内科

- 感冒 (63)
咳嗽 (66)
心悸 (68)
冠心病 (70)
头痛 (73)
眩晕 (76)
高血压 (78)
中风后遗症 (81)
失眠 (86)
胃脘痛 (90)
胃下垂 (93)
慢性胆囊炎 (95)
胆道蛔虫症 (96)
便秘 (97)
腹泻 (99)
消渴 (101)
面瘫 (103)
面肌痉挛 (105)

二、骨伤科

- 落枕 (106)
颈椎病 (109)
肩关节周围炎 ... (111)

- 网球肘 (115)
腕关节扭伤 (116)
腱鞘炎 (117)
腰椎间盘突出
 症 (119)
急性腰扭伤 (121)
腰肌劳损 (124)
坐骨神经痛 (128)
梨状肌损伤综合
 征 (130)
膝关节骨质增
 生 (131)
腓肠肌痉挛 (133)
踝关节扭伤 (134)
足跟痛 (135)
岔气 (136)

三、妇产科

- 月经失调 (138)
痛经 (140)
闭经 (143)
经前期紧张综合
 征 (144)
妊娠恶阻 (145)

缺乳 (147)

产后身痛 (148)

产后腹痛 (149)

产后发热 (150)

产后排尿异常 ... (151)

更年期综合征 ... (152)

性冷感症 (153)

不孕症 (155)

阴痒 (156)

子宫下垂 (157)

乳腺增生 (158)

四、男科

阳萎 (159)

遗精 (161)

阳强不倒 (162)

不育症 (163)

前列腺肥大 (164)

五、儿科

小儿感冒 (166)

小儿咳嗽 (167)

小儿流涕症 (169)

小儿哮喘 (169)

小儿呕吐 (170)

小儿便秘 (171)

小儿腹泻 (172)

小儿厌食 (175)

疳积 (176)

小儿惊风 (176)

儿童多动症 (179)

小儿麻痹后遗

症 (179)

小儿斜颈 (182)

小儿遗尿 (184)

小儿夜啼 (185)

六、五官科

耳鸣 (187)

老年性耳聋 (188)

鼻窦炎 (189)

咽喉肿痛 (190)

颞下颌关节功能

紊乱综合征 (193)

牙痛 (194)

迎风流泪 (198)

暴盲 (198)

七、急症

晕厥 (200)

昏迷 (201)

中暑 (203)

醉酒 (203)

烦躁不安 (204)

呃逆不止 (205)

癍病突发 (207)

鼻衄不止	(208)	除皱消斑	(214)
齿龈出血不止 ...	(210)	消除痤疮	(215)
眼睑颤动不止		乌发防脱	(216)
(眼跳)	(211)	明目醒神	(218)
突发抽搐	(211)	轻身减肥	(220)
八、美容与保健		洁牙固齿	(222)
润肤嫩肤	(213)	丰乳隆胸	(223)

下篇 集粹篇

点穴气功筑基		少林寺点穴秘	
法	(224)	传	(250)
武当派点穴秘		武功点穴法和解	
法	(242)	法	(259)
“武当派”点穴穴			
谱	(248)		

上篇 基础篇

一、概说点穴疗法

随着科学技术的迅猛发展，人们生活的节奏正日益加快，这就使人们更加迫切地要求拥有一个健康的身体来完成工作和愉快地生活。而当今紧张的劳动、空气的污染、饮食习惯的改变又不断地给人的肌体找来许多新的“麻烦”。现代社会中人们盼望一种更加省时、简便、安全和有效的治病手段，点穴疗法这一古老的瑰宝又再现了它的光彩。

点穴又称指压术，是用手指（掌）着力于人体的穴位之上，施以不同的手法，来达到通经活血、祛病健身的作用。

说到点穴的起源，它一支源于古代按摩术中的按法，另一支源于中国武术中的点穴术与解穴术。此法在欧美及东南亚各国都有它自成体系的发展。目前全世界正有越来越多的人学习和运用点穴疗法来强身健体、提高生活质量。同时人们也正在逐步发现它在美容、健美、长寿等方面的特殊功效，“点穴热潮”正在世界范围内蓬勃兴起、方兴未艾。

二、点穴治疗的作用机理

调和阴阳

点穴疗法是在祖国医学理论的指导下进行治疗的。阴阳

学说在中医理论体系中占有重要的位置。从经络脏腑到病因病机乃至辨证施治，无一不包涵着阴阳对立统一的规律。

中医认为人体在正常的情况下，保持着阴阳相对平衡的状态。如果因七情六淫以及跌仆损伤等因素使阴阳的平衡遭到破坏时，就会导致“阴胜则阳病，阳胜则阴病”等病理变化，而产生“阳盛则热，阴盛则寒”的临床证候。治病的关键在于根据证候的属性来调节阴阳的偏盛偏衰，使机体转归于“阴平阳秘”，恢复其正常的生理功能，从而达到痊愈的目的。

点穴调和阴阳的作用，基本上是通过经穴配伍和点穴手法补泻来完成的。例如：由肾阴虚，肝阳上亢而引起高血压头痛，治当育阴潜阳，取太溪穴用补法，配太冲穴用泻法，来调整阴阳的平衡。

扶正祛邪

扶正，就是提高抗病能力；祛邪，就是祛除致病因素。疾病的发生、发展及其转归的过程，即正气与邪气相互斗争的过程。

“正气存内，邪不可干”、“邪之所凑，其气必虚”。如果正气旺盛，邪气就不足以致病。假使正气虚弱，邪气就会乘虚侵入而致病。得病之后若正能胜邪，则邪退而病向愈；若正不敌邪，则邪进而病恶化。点穴能通过手法的补泻来补充正气和泻除邪气，从而达到扶正祛邪的功效。

活血通络

经络有“内属于脏腑，外络于肢节”的特点。我们可以根据经络与脏腑在生理病理上相互影响的机理，在穴位上行手法以取得“通其经脉，调其血气”的作用，从而排除病理

因素，治愈疾病。

三、点穴疗法的适应症及禁忌症

适应症

1. 神经系统疾病：有大脑产伤后遗症、大脑外伤及手术后遗症、脊髓外伤合并不完全瘫痪症、脊髓灰质炎后遗症、多发性神经炎、蛛网膜粘连、各种原因所致之脑性瘫痪症、面神经麻痹、臂丛神经不完全麻痹、正中神经尺神经桡神经不完全损伤、坐骨神经及腓总神经不完全损伤等。

2. 脊椎疾病：颈椎综合征、落枕、肌源性斜颈、腰椎后关节紊乱症、第三腰椎横突综合征、腰椎间盘突出症、腰骶及骶髂关节损伤等症。

3. 上肢骨与关节疾病：肩关节周围组织炎、上下尺桡关节损伤、前臂缺血性疤痕挛缩、腕部腱鞘炎等。

4. 下肢骨与关节疾病：股内收肌挛缩、膝关节挛缩、马蹄内翻足畸形。

5. 杂病：头痛、牙痛、呃逆、癍病、小儿消化不良、感冒、急性咽喉炎、尿失禁、胃脘痛、失眠等。

禁忌症

1. 急性病：化脓性关节炎之急性期、急腹症、传染病等。

2. 严重的心脏病、肺结核、恶性肿瘤等。

3. 出血性疾病：血友病、血小板减少性紫癜、过敏性紫癜等。

4. 严重的皮肤病。

四、点穴治疗的注意事项

1. 接受点穴治疗的病人，应书写较为完整的病历记录，记述体征，必要时还应及是做化验检查、肌电图、体感诱发电位、脑电图等。以进行明确的诊断、辨证、分析，从而制立法、取穴、选择刺激线等。要做到取穴有据，施述有方，以期收到良好效果。

2. 在治疗前，向病人及其家属说明病情。治疗措施、疗程、治疗过程中出现的问题以及预后等。

3. 治疗时，应由轻到重，由缓到急，循序渐进，最后再以轻柔手法缓解。对小儿或久病体虚、过饥、过饱、初诊病人、经期妇人等尤应如此。如患者极度疲劳、醉酒时，暂不予点穴治疗。对畸形的矫正，不宜操之过急，以免造成损伤。

4. 施述时，手法的轻重要适宜，重病轻治固属无效，而轻病重治亦非所宜。

5. 点穴治疗后，施述部位常有酸、麻、热、胀、抽动等感觉，以及皮肤红润，甚则皮下瘀血、全身出汗、发烧等反应，对此无需处理，可自行恢复，皮下瘀血一周内也会逐渐消失。对反应较重者，如出现头晕、恶心、脸色苍白或休克现象者，一般按压鼻膈，快手法掐手指、足趾甲根，即可以缓解。如因重刺激背部而出现呼吸困难或停止者，立即拍打肩、背、头部或按压腰眼、抓腰三角、腹壁肌等，缓解反应。

某些患者接受点穴治疗后，症状加重，一般3~5天后加重之症状消失，但病情亦随之转好。对此应于治疗前预告患者，以免发生顾虑。

6. 疗程与疗期。一般病症每日治疗1次。反应重者隔日1次。发病时间短，病情较轻者10天为1疗程；病久形成慢性者1~2日为1个疗程。有些病人治疗到一定程度时，进展缓慢，可以停止一段时间，然后再继续治疗。

五、点穴疗法的取穴标准

点穴疗法的取穴，可用针灸的取穴方法，分述如下：

头面部：前发际至后发际长一尺二寸，眉心至前发际为三寸，大椎至后发际为三寸，为头部直寸的标准。耳后两完骨间为九寸，为横量头部的标准。

胸部：天突至膻中为七寸四分，为量胸部直寸的标准。两乳间距离折作八寸。为横量胸部的标准。

上腹部：胸骨尖下端至肚脐中心折作八寸，为上腹部直寸的标准。

下腹部：肚脐中心至横骨上边毛际部分折作五寸，为下腹部直寸的量取标准。

背部：以脊椎为背部直量穴位的标准，横量用横指由中线外开作一寸五分计算。

四肢：本人中指屈曲，取其中节两端横纹尖，相去作一寸计算，为四肢直寸的标准。

以上所列取穴的量度方法，临床应根据患者的体质胖瘦、身材大小而灵活运用，既不要离开量法的原则，也不要死守教条，这样方能够使得取穴比较正确。

六、点穴治疗的取穴原则

近部选穴：即在受病的脏腑、五官、肢体的部位，就近选穴或以痛点为穴进行点穴治疗。如胃痛就可取梁门；肩周炎可取肩髃、臑俞；膝关节痛可取膝关、膝眼；耳聋可取耳门、翳风。此法在临床上应用较广，即可单取一穴，也可数穴同取，旨在就近调整受病经络、器官的阴阳气血，使之平衡。

远部取穴：亦称远道取穴，即在受病部位的远距离取穴治疗。如心胸满闷可泻少府，脐腹有疾可取曲泉。凡取之穴可为患病之经，也可为其他经脉。

对症取穴：是针对个别症状的治疗措施，一般属于治标范畴。例如大椎重点则可退高热，人中重掐可苏厥，点神门可安神催眠。应用时应根据病情的标本缓急，适当地采用对症选穴法，也是点穴治疗中不可缺少的环节。

七、点穴疗法的配穴方法

穴位的配伍使用，在点穴治疗的临床中起着非常关键的作用。点穴的配穴方法同针灸的配穴原则大抵相同，多采用：脏腑俞穴、募穴、原络交会穴、八会穴、八脉穴。病若居上，则取之于下；病在左，取之右。另外，根据病情变化可采用局部取穴法、远道取穴法、五俞配穴和循经取穴等，以增进疗效，以期收点到病除之功。

脏腑俞穴和募穴

若五脏六腑有病，则可取俞穴和募穴。俞穴都在背部，如心俞、肝俞等穴，它是脏腑经气转输的地方。募穴都在胸腹部，如肺募中府、心募巨阙等穴，它是脏腑经气所聚的地方。

五脏六腑的俞穴，在太阳经背部脊柱中线两旁各一寸五分处，即肺俞、心俞、肝俞、胆俞、脾俞、胃俞、三焦俞、肾俞、大肠俞、小肠俞、膀胱俞。五脏六腑的募穴为：肺募中府，心募巨阙，肝募期门，脾募章门，肾募京门，大肠募天枢，小肠募关元，胆募日月，胃募中脘，膀胱募中极，三焦募石门。

原络交会穴

十二经的各经，都有原穴和络穴。原穴治疗本经的疾病效果好，配以络穴可兼治表里之病证。如肺与大肠为表里，以肺经为主时，就可取肺经原穴，并配以大肠经络穴；如以大肠为主时，就取大肠经的原穴，配肺经的络穴。其他各经，按此类推。

十二经的原穴：肺经太渊，大肠经合谷，胃经冲阳，脾经太白，心经神门，小肠经腕骨，膀胱经京骨，肾经太溪，心包经大陵，三焦经阳池，胆经丘墟，肝经太冲。

十四经的络穴：肺络列缺，大肠络偏历，胃络丰隆，脾络公孙，心络通里，小肠络支正，膀胱络飞扬，肾络大钟，心包络内关，三焦络外关，胆络光明，肝络蠡沟，任脉络会阴，督脉络长强，脾之大络大包。

八会穴

八会穴，指人体总的组成部分的八个方面：气、血、筋、脉、骨、髓、脏、腑等。这八个方面以八个穴为主要交会之