

赠光盘



王富春 主编

图解针灸美容

国医精萃 养颜驻容 精要秘穴 名师示范

辽宁科学技术出版社

1



9 787538 149975 >

定价:28.00 元(赠光盘)

王富春 主 编



图解针灸美容

赠光盘

辽宁科学技术出版社

· 沈阳 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

图解针灸美容 / 王富春主编. — 沈阳: 辽宁科学技术出版社,
2008.1

ISBN 978-7-5381-4997-5

I. 图… II. 王… III. 美容—针灸疗法—图解 IV.
R246.7-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 121542 号

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路 29 号 邮编: 110003)

印刷者: 辽宁彩色图文印刷有限公司

经销者: 各地新华书店

幅面尺寸: 140mm × 203mm

印 张: 9.5

字 数: 180 千字

印 数: 1 ~ 4000

出版时间: 2008 年 1 月第 1 版

印刷时间: 2008 年 1 月第 1 次印刷

责任编辑: 寿亚荷

封面设计: 刘 枫

版式设计: 袁 苏

责任校对: 周 文

书 号: ISBN 978-7-5381-4997-5

定 价: 28.00 元 (赠光盘)

联系电话: 024-23284370

邮购热线: 024-23284502

E-mail: dlgsz@mail.lnpgc.com.cn

http://www.lnkj.com.cn

主编简介



王富春，男，1961年生。现任长春中医药大学针灸推拿学院院长、教授、博士生导师。中国针灸学会理事、吉林省针灸学会常务副会长，吉林省重点学科带头人，吉林省有突出贡献专家，长春市第四批有突出贡献专家，全国优秀教师、《针刺研究》杂志编委、《中华推拿疗法杂志》专家编委、《中国中医骨伤科杂志》专家编委、美国《TCM》杂志编委、《亚太传统医药》杂志编委。曾主编出版学术专著70余部，代表作有《中国新针灸大系丛书》、《现代中医临床必备丛书》、《腧穴类编》、《针方类辑》、《临床针方》、《刮痧疗法》、《中国手针疗法》等，发表学术论文百余篇。完成科研成果10余项，有6项成果获得国家 and 吉林省科技进步奖。

王富春教授从事针灸临床工作20余年，首先在国内提出了“合募配穴治疗六腑疾病”、“俞原配穴治疗五脏病”、“郄会配穴治疗急症”、“健脾祛湿法治疗肥胖症”、“镇静安神针法治疗失眠”、“振阳针法治疗阳痿”等新的特定穴配伍理论，并取得了良好的临床疗效。在颈椎病、腰椎间盘突出症、肩关节周围炎等临床常见病、多发病的治疗过程中，针药并施，疗效显著。尤其对于针灸疗法治疗肥胖症有丰富的经验和独到的见解。在理论创新与技术创新方面，为针灸推拿学科的发展做出了积极贡献。

主 编	王富春		
副 主 编	高 颖	徐晓红	
编写人员	段晓英	刘 磊	岳公雷
	王朝辉	郑 鹏	
参录人员	刘立克	顾悦善	刘美思
	刘 实	林 玉	



前言

随着生活水平的提高，人们不只满足于温饱，而逐步追求生活的多样化，尽情享受社会进步所带来的物质、文化和精神文明。人们更加注重自身形象，通过各种手段来使自己青春永驻、美丽常在。在众多方法如运动、食物、化妆品、中药偏方等充斥美容市场的今天，越来越多的人认识到，操作最简便、安全性最高、纯绿色没有任何副作用的针灸疗法，是最重要的美容方法之一。

所谓针灸美容，就是运用针灸的方法，疏通经络，调理气血，扶正祛邪，从而减轻或消除影响容貌的某些生理性缺陷或病理性疾病，进而达到强身健体，延缓衰老，美容益颜的一种方法。针灸美容是以中医经络学说为基础的，《灵枢·经脉篇》说：“夫十二经脉，人之所以生，病之所以成，人之所以治，病之所以起。”说明了人的生长与健康，致病与治病，皆与经络有着不可分割的关系。而针灸美容就是通过针刺、艾灸经穴来调整经络气血，对人体一定的穴位进行适量的刺激并运用迎、随、补、泻的手法以激发经气，使人体的新陈代谢旺盛，面部的血液循环加快，激发经络气血的运行，借以协调脏腑，濡养面部肌肤，达到美颜润泽的目的。古代关于用针刺治疗面部疾患如痤疮、黑痣等的记载较多，而直接用针刺美容的记载较少。但近年来，随着人民生活水平的提高，对保健养生的需求增加，一些医家开始从古典医籍中挖掘并在临床实践中摸索出一些针刺美容法，使这门古老的技术重放光彩。针灸美容侧重于增进机体代谢能力、疏通经络、调节脏腑气血、滋养容颜。其意在滋养、调节。故美容施针、选穴多以具有补益调和功效的穴位为



主,以达到美容驻颜的目的。因此,针灸美容疗法适应各个社会阶层的人士来学习、掌握及运用,我们编写《图解针灸美容》这部专著就是为了推广普及这一绿色医疗保健美容方法。

本书介绍了针灸美容的发展概况、针灸美容常用操作方法、针灸美容常用的经络和腧穴以及针灸美容常用的解剖学基础等,对毫针法、艾灸法、耳针法等十余种针灸美容应掌握的方法进行了系统的介绍。重点介绍了针灸保健美容方法、针灸治疗损美性皮肤病、针灸治疗损美性五官科疾病等,对常见的影响面部美容的问题皮肤和疾病的针灸治疗方法进行了详细的介绍。配有动态光盘,可使读者更好地掌握针灸美容的方法。本书通俗易懂,图文并茂,适用于各级水平的读者,是一本实用性与操作性都很强的参考书。

由于我们水平有限,书中肯定存在许多不足之处,希望广大读者提出批评指正,以使本书更加完善,为人们的美容健康事业做出应有的贡献。

王富春

2007年12月



目 录

第一章 针灸美容基础 1

第一节 针灸美容发展概况 2

第二节 中医美容的理论基础 5



一、整体观念，辨证论治 6

二、阴阳、五行学说在美容学上的应用 7

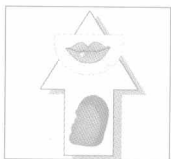
三、脏腑与美容 9

四、气血津液与美容 15

五、经络与美容 17

六、病因与发病 19

七、中医美容的调治原则 22



第三节 针灸美容的作用机理 25

一、经脉与脏腑的关系 26

二、经脉与头面的关系 29

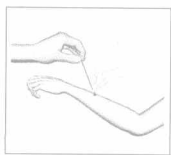
第二章 针灸美容常用操作方法 34

第一节 毫针法 35

一、针具 36

二、操作方法 37

三、注意事项 47

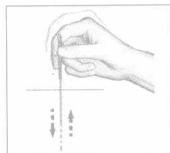
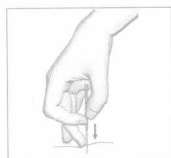
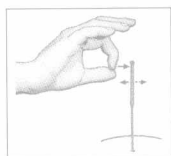


第二节 艾灸法 48

一、艾灸法 49

二、非艾灸法 60

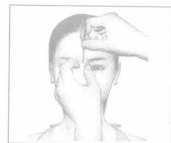
三、注意事项 62



第三节 耳针法	63
一、美容常用耳穴	63
二、耳针的操作方法	65
三、耳穴贴压的操作方法	66
第四节 皮肤针法	66
一、针具	66
二、操作方法	67
三、注意事项	68
第五节 刺络法	68
一、针具	68
二、操作方法	69
三、注意事项	70
第六节 火针法	71
一、针具	71
二、操作方法	71
三、适应证	72
四、注意事项	72
第七节 电针法	73
一、电针器的选择	73
二、操作方法	74
三、选穴原则与适应证	75
四、注意事项	75
第八节 穴位注射法	76
一、常用的注射液	76
二、操作方法	77
三、注意事项	77
第九节 皮内针及埋针法	77

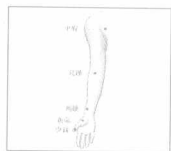


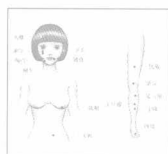
一、操作方法	78
二、注意事项	79
第十节 穴位贴敷法	79
一、用药特点	80
二、药物剂型	80
三、注意事项	81
第十一节 穴位磁疗法	81
一、磁疗器具	82
二、常用的几种磁疗方法	82
第十二节 拔罐法	84
一、器具	84
二、操作方法	85
三、注意事项	86
第十三节 穴位激光法	86
一、常用的几种激光医疗机	87
二、适应证	88
三、注意事项	88



第三章 针灸美容常用经络与腧穴

第一节 十二正经	90
一、手太阴肺经	90
二、手阳明大肠经	91
三、足阳明胃经	92
四、足太阴脾经	94
五、手少阴心经	96
六、手太阳小肠经	97
七、足太阳膀胱经	98
八、足少阴肾经	101





九、手厥阴心包经..... 102

十、手少阳三焦经..... 103

十一、足少阳胆经..... 104

十二、足厥阴肝经..... 106

第二节 奇经..... 108

一、督脉..... 108

二、任脉..... 109

第三节 经外奇穴..... 110

第四节 腧穴定位法..... 112

第四章 针灸美容常用解剖学基础..... 115

第一节 面部浅结构..... 116

一、皮肤、浅筋膜和面肌..... 116

二、腮腺咬肌区..... 117

三、血管..... 117

四、淋巴管和淋巴结..... 118

五、神经..... 118

第二节 皮肤结构..... 119

一、表皮..... 120

二、真皮..... 121

三、皮下组织..... 121

四、皮肤的附属器..... 121

第三节 眼部的结构..... 123

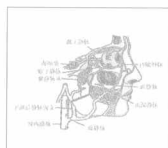
一、眼睑..... 123

二、结膜..... 124

三、泪器..... 125

四、眼外肌..... 126

五、眼眶..... 127





第四节 外鼻的结构····· 128

一、皮肤····· 128

二、血管····· 129

三、神经····· 129

四、骨····· 130

第五节 外耳的结构····· 130

一、耳廓····· 130

二、外耳道····· 130

第五章 针灸保健美容操作····· 132

第一节 保湿润肤····· 133

一、概述····· 133

二、取穴····· 133

三、操作方法····· 134

四、其他疗法····· 134

五、日常保健····· 135

第二节 美白护肤····· 137

一、概述····· 137

二、取穴····· 137

三、操作方法····· 138

四、其他疗法····· 139

五、临床应用····· 139

第三节 祛皱驻颜····· 140

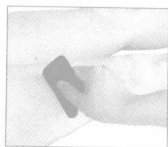
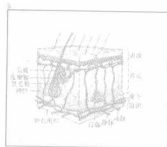
一、概述····· 140

二、取穴····· 141

三、操作方法····· 141

四、其他疗法····· 141

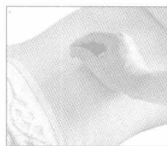
五、临床应用····· 142





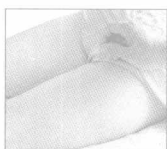
第四节 乌发润发····· 143

- 一、概述····· 143
- 二、取穴····· 143
- 三、操作方法····· 144
- 四、其他疗法····· 145
- 五、临床应用····· 145



第五节 掉发过多····· 146

- 一、概述····· 146
- 二、取穴····· 146
- 三、操作方法····· 146
- 四、其他疗法····· 146
- 五、临床应用····· 148

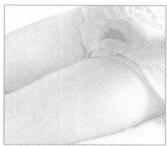


第六节 祛除黑眼圈····· 149

- 一、概述····· 149
- 二、取穴····· 149
- 三、操作方法····· 149
- 四、其他疗法····· 150
- 五、日常保健····· 151

第七节 丰胸····· 152

- 一、概述····· 152
- 二、取穴····· 152
- 三、操作方法····· 152
- 四、其他疗法····· 154
- 五、日常保健····· 155



第八节 全身减肥····· 156

- 一、概述····· 156
- 二、取穴····· 157



三、操作方法	157
四、其他疗法	157
五、临床应用	160
第九节 增肥与健美	164
一、概述	164
二、取穴	164
三、操作方法	166
四、其他疗法	166
五、临床应用	168
第十节 祛眼袋	169
一、概述	169
二、取穴	169
三、操作方法	170
四、其他疗法	170
五、日常保健	171
第十一节 缓解皮肤粗糙	172
一、概述	172
二、取穴	172
三、操作方法	172
四、其他疗法	172
第六章 针灸治疗损美性皮肤病	174
第一节 痤疮	175
一、概述	175
二、治疗方法	175
三、其他疗法	177
四、临床应用	180
第二节 白癜风	181





一、概述	181
二、临床表现	182
三、治疗方法	182
四、其他疗法	184
五、临床应用	186
第三节 银屑病	187
一、概述	187
二、临床表现	188
三、治疗方法	188
四、其他疗法	190
五、临床应用	191
第四节 湿疹	193
一、概述	193
二、临床表现	193
三、治疗方法	194
四、其他疗法	195
五、临床应用	197
第五节 带状疱疹	200
一、概述	200
二、临床表现	200
三、治疗方法	200
四、其他疗法	202
五、临床应用	203
第六节 黄褐斑	204
一、概述	204
二、临床表现	205
三、治疗方法	205

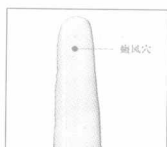


四、其他疗法	207
五、临床应用	208
第七节 雀斑	209

一、概述	209
二、临床表现	210
三、治疗方法	210
四、其他疗法	211
五、临床应用	213

第八节 寻常疣	214
---------	-----

一、概述	214
二、临床表现	214
三、治疗方法	215
四、其他疗法	215
五、临床应用	217



第九节 扁平疣	218
---------	-----

一、概述	218
二、临床表现	218
三、治疗方法	219
四、其他疗法	220
五、临床应用	221

第十节 传染性软疣	223
-----------	-----

一、概述	223
二、临床表现	223
三、治疗方法	224
四、其他疗法	224
五、临床应用	225



第十一节 风疹	226
---------	-----