

对症用穴图解

廣東省出版集團
廣東人民出版社

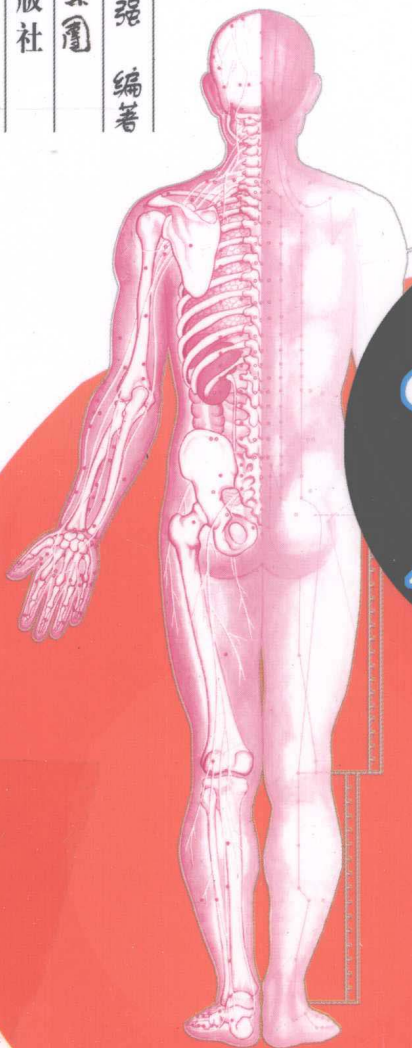
● 蔡洪光 主审

● 林仙凤 许克强 编著

● 廣東省出版集團

廣東科技出版社

(全國優秀出版社)



对症用穴图解

蔡洪光 主审
林仙凤 许克强 编著

广东省出版集团

广东科技出版社
· 广 州 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

对症用穴图解/林仙凤, 许克强编著. —广州: 广东科技出版社, 2008.8

ISBN978-7-5359-4062-9

I. 对… II. ①林…②许… III. 穴位疗法—图解 IV.R245.9-64

中国版本图书馆CIP数据核字 (2006) 第113052号

责任编辑: 邵水生

封面设计: 陈维德

责任校对: CX

责任印刷: 严建伟

出版发行: 广东科技出版社

(广州市环市东路水荫路11号 邮码: 510075)

E - mail: gdkjzbb@21cn.com

http: //www.gdstp.com.cn

经 销: 广东新华发行集团股份有限公司

印 刷: 肇庆市科建印刷有限公司

(肇庆市星湖大道 邮码: 526060)

规 格: 850mm × 1168mm 1/32 印张 10.5 字数 260千

版 次: 2008年8月第1版

2008年8月第1次印刷

印 数: 1~6000册

定 价: 20.00元

如发现因印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系调换。

序 言

《对症用穴图解》是林仙凤老师等根据中国传统医学理论，尤其是经络学说和千百年来中医针灸、推拿、按摩的经验和本人临床、教学的实践总结出的一本好书。这本书反映了中国医学的“简、便、廉、验”的优势，为中医工作者和广大人民群众的自我医疗保健作出了新的贡献。

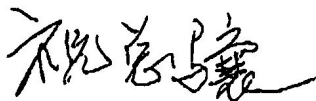
经络是中国医学最伟大的科学发现。早在2500年前，中国的第一部医学经典《黄帝内经》就明确指出，人体存在以十四条经脉为主线的网络，即经络系统。经络是人体的总调控系统。然而，直到今天西方医学因经络“看不见，摸不着”，而未能发现，甚至拒绝承认经络的存在。

50年前，我在北京医科大学、协和医科大学从事西医生理学教学和科研，也不认识经络。20世纪70年代，敬爱的周总理接待外宾时，尼克松等人参观了针刺麻醉手术而感到震惊。此后总理指示我国学者要把针灸和针刺麻醉的原理说清楚。我们接受了这个任务，在中科院生物物理所从中医基础理论——经络学说开始研究，终于用三种生物物理学方法证实古人发现的十四条经脉是具有高度定位性和精确性的科学（详情请参考：《针灸经络生物物理学——中国第一大发明的科学验证》，祝总驷等著，北京出版社，1989年）。

经络的科学证实为中医各科，尤其是针灸、推拿、气功以及各种民间疗法，甚至武术和体育锻炼等找到了现代科学根据。经络系统实际上是人体的总控制系统，是保证人体健康、长寿的关键。中医各种医疗保健法，实际上都是因为激发了经络系统的调控作用，使人体恢复健康状态。

《对症用穴图解》根据经络学说，针对人体各种疾病和症状，采用简便有效的穴位，并以鲜明的图像显示其定位，进行点穴治疗，就取得手到病除、健身长寿的作用。这就再一次验证了《黄帝内经》指出经络具有“行血气、营阴阳”、“决死生、处百病”的重大作用。故在此书出版前夕，特作序以示祝贺。我热切推荐广大读者将这一既简便又科学有效的经络点穴疗法付诸实践，相互传播，普及推广应用，发扬光大，使我国首先进入人人百岁健康的21世纪，为国争光，造福人类！

中国科学院生物物理所
北京炎黄经络研究中心

 教授谨序

2005年5月3日

序

原肇庆市委党史研究室副主任林仙凤老师离休后，于1991年，61岁的她参加广州市老干大学第二届蔡洪光经络点穴班学习。结业后，在广州市、肇庆市等地一直坚持学习实践，并且在广州市、肇庆市连续开办了实用经络点穴学习班，深受当地干部群众支持和欢迎，也取得很好的效果，使经络学说这门传统的医学在当地得到了发扬。

在教学过程中，林仙凤老师潜心钻研，认真学习，找出许多规律性的东西，使广大学员更加容易学习、理解，特别是经过几年的整理后，在《实用经络点穴疗法》一书基础上，又参考了许多医书，整理了这本《对症用穴图解》一书，使本人所著的《实用经络点穴疗法》一书更加相得益彰。由于本书图文并茂，使许多同学一看就懂，一用就会，一点就灵。实是功德无量，造福百姓的一件好事。

林仙凤夫妇自学习经络以后，十多年来，坚持不断地认真学习，不但双双解决了自身的许多老人疾病，老当益壮。难能可贵的是今年已经75岁还不辞劳苦，不顾年纪老迈，整理出这本三十多万字《对症用穴图解》的书。此书的整理，花费了林仙凤夫妇多年的心血。

在本书出版之际，特别要为林仙凤夫妇作序，以感谢他们为中医经络事业所作的成就。

广东省人体科学学会
经络点穴专业委员会会长
蔡洪光

2005年4月28日

编者的话

经络点穴疗法是祖国的宝贵医学遗产。它是一种来自民间又用于民间的独特外治疗法。此法，易学易懂，简便廉验，适应证广，疗效显著，既无损伤又无痛苦，无副作用，安全可靠，男女老少皆宜，深受广大人民群众、特别是老年人的欢迎和厚爱。

编者自从学习和应用经络点穴疗法以来，健康状况大大改善，家人和友人受益多多：孙女过去经常反复感冒发热，要到医院打针、吊针、吃药。现在，只需自己点按人中、迎香、风府、大椎四个穴位即可防治伤风感冒。编者林仙凤患顽痔20多年，经久无法医治，大医院认为非手术不可。后来用点穴疗法，一共点按了长强、承山、孔最、会阴共4个穴位，花了15天时间，在全无痛苦情况下痊愈了，10多年从未复发过。一台湾厂商李伯，在贵州黄果树游览船上头痛欲裂，服止痛药未见效的情况下，林仙凤给他点按了肩井穴，只用了5分钟，头痛止住了。一博士生准备出国留学，他顾虑膝盖疼痛影响出国学习和生活。过去他已精心医治过，但10年过去了，疗效仍不明显。林仙凤给他点了膝眼、膝关、鹤顶、犊鼻4个穴位，足足治疗了1个月痊愈了，15年来从未复发。

点穴疗法很有生命力，群众迫切要求编者多办班、传授。为了满足部分群众要求，编者曾于1992年、1994年，开办家庭经络保健班。1995年、1997年、1998年间，开办了经络点穴保健班、出国人员经络点穴速成班，培养了不少学员，受益者数以千计，但仍不能满足广大群众的需求。他们当中有些人，不时从美国、加拿大、中国台湾地区等地来函、来电请求帮助。编者只好口传、笔授并附上穴位图。这样长此下去便积累了大量的资料和经

验，现乘着离休得来的宝贵时光，集中精力和时间，完整地、系统地编著《对症用穴图解》一书，供广大读者、医者参考应用，使他们能看图识医，达到健康共享、健康长寿的目的。这项工作，正是编者的人生夙愿。

编者在广东省人体科学学会经络点穴专业委员会会长蔡洪光老师指导下，按照蔡洪光编著的《实用经络点穴疗法》、《特效穴及疾病常用穴穴位图》、《经络穴位全图》、《经外奇穴》以及《古歌配方临床分部取穴》等多本著作，着眼于“实用”二字，整理、编纂了《对症用穴图解》一书。全书从头、四肢、五脏、六腑、临床各专科以及各种难治病症所涉及的主治穴位排列出来，并附上穴位图，以方便广大读者学习、应用。

在编著本书过程中，得到了蔡洪光老师的直接指导，并且承蒙肇庆市第二人民医院康复科何青副主任医师、专家和肇庆市博爱医院中医科龙源辉主任的认真审阅，提出了许多宝贵意见。同时，还得到肇庆市经络点穴班全体学员的大力支持和广大群众以及亲人的鼎力帮助、鼓励。最难能可贵的是，中国科学院生物物理所、北京炎黄经络研究中心祝总骧教授，不顾年事已高，从百忙中抽出时间专门为本书作序，十分荣幸。在此，特表示衷心的感谢。

由于编著的时间和水平所限，如有错漏之处，欢迎批评指正。

林仙凤 许克强
2005年4月于肇庆

绪 言

经络学是中国医学的宝贵遗产，是中华文化的瑰宝，也是中国的第一发明，在世界上独树一帜。

经络是一种多层次、多功能、多形态的立体结构调控系统，也是人体当中层次最高的综合系统。经络对于防病、治病起着整体的、综合的、治本的作用。预言家预言：经络学将走向世界。21世纪将是经络防病、治病的世纪，谁掌握了它，谁就成为21世纪健康的主人。

经络学是中医学的重要组成部分。经络穴位治病防病的运用和效果，经过历史长河的伟大实践中，早已被群众公认。针灸治病已有五千年历史，经络学说也在二千五百年已经形成。《黄帝内经》和《铜人图经》的描述，其精确程度和科学水平，是现代科学难于达到的。经络穴位疗法早已为人类的生育繁衍和人体健康作出了贡献。

在《对症用穴图解》书中，作者给广大读者推崇“经络点穴疗法”，因为这种疗法是一种“不用花钱，无需器具，简便易行，效果显著”的防病治病方法。这种方法，主要是通过点穴的手法，刺激经络穴位，激发人体内在的潜能和自我修复的功能，从而起到防病、治病的作用。由于这种手法刺激的力度有轻有重：轻则反应为酸、麻、胀；重则反应为软、痹、痛、蹿跳。手法的力度大小，可由各人自己掌握和控制。点穴时，各种手法可同时作用于人体的经络、血管、神经等系统，而产生一种特有的综合反应。正是这种特有的综合反应，形成了经络点穴疗法的独特治疗手段。这本书中主要介绍和推荐常用的十种手法。这十种手法是：爪切法、点打法、压放法、循按法、平揉法、拍打法、

推法、拿捏法、搓法、摇法。这十种手法易学、易记、易做、易见效。它是一种无创伤、无痛苦、无副作用的安全手法。这些手法作用于经络穴位，可影响脏腑功能，调节经络气血，改善血液循环，促进新陈代谢，调整阴阳平衡，从而达到固本、扶正、祛邪、防病、治病的目的。

《对症用穴图解》一书是从1995年至2004年的10年间，在广东省人体科学学会经络点穴专业委员会会长蔡洪光老师直接指导下，广泛收集资料，从中整理和归纳出来的。为了方便广大读者学习和应用，我们进行了系统的、完整的分科分目，按图索骥，即可找到最佳治病的穴位组合。本书按头及四肢病症（包括头部、面部、颈部、五官部；上部、下部）、五脏六腑病症（包括心、肝、脾、肺、肾；胆、胃、小肠、大肠、膀胱、三焦）、专科病症（包括小儿科、妇产科、男性科、皮肤科）和难治病症等23个科目编排，共收入1 000多种病症及其所涉及的主穴、常用穴、专用穴和配用穴等。内容丰富、完整、系统，为广大读者应用经络穴位疗法带来了极大的方便，被群众称为“普及穴位疗法字典”。

书中的穴位疗法，主要分为专用穴和配用穴两个方面。专用穴是指专用一个穴位主治一种疾病的穴位。在专用穴治疗疾病未见疗效时，可采用配用穴。配用穴是为配合专用穴治疗某种疾病，增强疗效的搭配穴位。此外，文中还提及几种用穴名称：主穴、要穴和常用穴是指治病的主要穴位、重要穴位和常用穴位。在临床上，医者往往采用各种各样的穴位搭配，时而用单穴，时而用配穴，以加强疗效，这是很自然的事。同时，也不排除采用专用一个穴位治病而出现的奇迹。作者在实践中，许多事实充分说明这一点，显示了经络点穴疗法的神奇！例如：作者采用肩井穴，治好了100多名顽固性头痛的病人；用合谷穴帮助了几十名妇女进行催产和人工流产，效果非常显著，博得一致好评。以上事实，深受广大干部和群众的认同和欢迎。

目 录

第一部分 头及四肢病症

一、头部	2	3. 落枕	11
1. 头痛	2	4. 颈项强痛	11
2. 前头痛	4	5. 枕神经痛	14
3. 后头痛	4	6. 颈项拘急	14
4. 偏头痛	4	7. 颈淋巴结炎	14
5. 偏正头痛	4	8. 颈强瘰癧	14
6. 巅顶头痛	4	9. 甲状腺肿大	14
7. 头项痛	5	10. 颈部其他疾病	14
8. 头痛头晕	5	11. 颈淋巴结核	15
9. 头痛目眩	5	四、五官部	16
10. 头部其他疾病	6	（一）眼	16
二、面部	8	1. 眼疾	16
1. 面瘫	8	2. 近视	16
2. 面肿	8	3. 假性近视	17
3. 腮腺肿	8	4. 斜视	17
4. 三叉神经痛	9	5. 青光眼	17
5. 面肌痉挛	9	6. 青光眼眼压高	17
6. 面痒	9	7. 视神经萎缩	17
7. 面部其他疾病	11	8. 视网膜炎	17
三、颈部	11	9. 视网膜出血	20
1. 颈椎综合征	11	10. 视神经炎	20
2. 甲状腺功能亢进		11. 急性结膜炎	20

12. 结膜炎	20
13. 角膜炎、角膜白斑	20
14. 目眩	20
15. 目赤痛	20
16. 目翳	20
17. 白内障	21
18. 夜盲症	21
19. 眼烂、眼痛、眼痒痛	23
20. 色盲	23
21. 眼红肿	23
22. 雀目	23
23. 睛痛	23
24. 眼黄	23
25. 目昏	23
26. 视物不清	23
27. 视力减退	24
28. 流泪	24
29. 眼部其他疾病	24
（二）耳	26
1. 耳疾	26
2. 耳鸣	26
3. 耳聋	26
4. 耳源性眩晕	26
5. 神经性耳聋	26
6. 内耳性眩晕	27
7. 耳中蝉噪	27
8. 中耳炎	27
9. 耳聋气闭	27
10. 耳聋气痞	27

（三）鼻	29
1. 鼻疾	29
2. 鼻炎	29
3. 急性鼻炎	29
4. 萎缩性鼻炎	29
5. 过敏性鼻炎	29
6. 慢性鼻炎	29
7. 鼻窦炎	29
8. 鼻衄（鼻黏膜出血）	29
9. 鼻痔	30
10. 鼻窦	30
11. 鼻疮、臭鼻症、嗅觉障碍	30
12. 鼻塞	30
13. 鼻渊	31
（四）口腔	32
1. 口腔疾患	32
2. 口禁不合	32
3. 口禁不开	32
4. 口禁咽风	32
5. 口干、口苦	33
6. 口臭	33
7. 口禁	33
8. 口疮	33
9. 口气	33
10. 口舌生疮	33
11. 舌裂出血	33
12. 舌本强痛	33
13. 舌强肿痛	33
14. 舌强	33

15. 舌舞风	33	6. 梅核气	38
16. 舌缓不语	34	7. 喉闭	38
17. 舌上生苔	34	8. 颌肿喉闭	38
18. 舌下肿痛、舌炎	34	9. 腮肿咽痛	38
19. 舌痛、舌纵、舌强不语、吞 咽困难、流涎（流口水）	34	10. 急性扁桃体炎	38
20. 下颌关节痛	34	11. 扁桃体炎	38
21. 口角溃烂、口腔黏膜溃疡	35	12. 咽炎	39
22. 口腔溃疡	35	13. 慢性咽炎	39
23. 口腔炎	35	14. 咽干	39
（五）牙	35	15. 咽痒、喉痒	39
1. 上牙痛	35	16. 暴音	39
2. 下牙痛	35	17. 失音、失音啞嚅	39
3. 牙痛咽痹	35	18. 声音嘶哑	39
4. 下颌牙痛	35	五、四肢部	41
5. 牙髓炎	35	（一）上肢	41
6. 牙关不利	35	1. 上肢肿痛	41
7. 牙关紧闭	35	2. 上肢麻痹	41
8. 龈肿	36	3. 上肢瘫痪	41
9. 齿槽脓漏	36	4. 上肢不遂	41
10. 蛀牙	36	5. 手难伸	41
11. 牙齿痛	36	6. 上肢酸痛	41
（六）咽喉	37	7. 手麻痹无力	41
1. 咽喉疾患	37	8. 手痿痹	42
2. 咽喉肿痛	37	9. 手颤臂麻	42
3. 喉痛	38	10. 手颤	42
4. 喉风	38	11. 心痛手颤	42
5. 喉齿痛	38	12. 手抽挛、手拘挛	42
		13. 手不如意	42
		14. 手指痉挛	42

15. 手指麻痛	42	42. 肘臂疼痛	45
16. 手指痛连背	42	43. 双臂顽麻	45
17. 五指不伸	42	44. 单臂痛	45
18. 手指不能伸屈	42	45. 前臂痛	45
19. 指挛臂痛	43	46. 臂掌痛	45
20. 手背肿痛	43	47. 臂红肿痛	45
21. 风湿性指关节炎	43	48. 臂疼背痛	45
22. 小指屈伸不利、手肿痒痛	43	49. 臂丛神经损伤	45
23. 手生疮	43	50. 臂关节痛	46
24. 掌中热	43	51. 臂肌肉痛	46
25. 掌中热腹胀痛	43	52. 肩关节炎	46
26. 手掌活动障碍、手掌多汗、鹅掌风	43	53. 肩臂痛	46
27. 腕无力	43	54. 肩痛连脐	46
28. 腕痛无力	43	55. 三角肌麻痹	46
29. 腕痛	43	56. 手连肩脊痛	46
30. 手腕酸痛、麻痹无力	43	57. 双肩难任	46
31. 腕骨疼痛	43	58. 肩红肿痛	46
32. 腕关节痛	44	59. 肩周炎	47
33. 腕痛难移	44	60. 肩痛	47
34. 腕臂痛	44	61. 肩背痛	47
35. 腕部腱鞘炎	44	62. 肩手凝	47
36. 肘关节挛痛	44	63. 肩膀僵硬	47
37. 肘痛	44	64. 肩胛疼痛	47
38. 双肘拘挛、肘掌痛	44	65. 肩臂痛	47
39. 肘疼痛筋紧	44	66. 肩背风劳	47
40. 肘臂冷痛	45	67. 肩脊痛	47
41. 肘臂屈伸不利	45	(二) 下肢	47
		1. 下肢疾患	47
		2. 下肢麻痹	48

57. 踝关节痛	56	72. 坐骨神经痛	58
58. 足踝痛	56	(三) 四肢其他疾病	60
59. 脚腕痛	56	1. 四肢部其他疾患 (包括两	
60. 后跟痛	56	手、两脚。治疗四肢疾病	
61. 脚跟肿痛	56	时要运动取穴)	60
62. 脚跟痛	57	2. 四肢懒惰	60
63. 脚风缠	57	3. 手足麻痹	60
64. 脚掌痛	57	4. 手足末梢神经炎	60
65. 双足难移、步行艰难	57	5. 四肢无力	60
66. 足心热痛	57	6. 四肢抽搐	60
67. 脚气酸痛	57	7. 四肢困乏	60
68. 足垂	57	8. 四肢厥冷	60
69. 足内翻	57	9. 四肢水肿	60
70. 足外翻	57	10. 脚痛膝肿趾麻	61
71. 脚气	57	11. 腱鞘炎	61

第二部分 五脏六腑病症

一、五脏	64	10. 心动过缓	66
(一) 心 (含心包)	64	11. 心律不齐 (含早搏、失常)	
1. 心脏疾病	64		66
2. 心胸疾病	64	12. 心律过速	66
3. 心包炎	65	13. 心绞痛	66
4. 心脏神经官能症	65	14. 心痛	67
5. 心脏病 (急救)	65	15. 心胸痛	67
6. 心脏病 (日常保健及防治)	65	16. 心腹肋肋痛	67
.....	65	17. 心脾痛	68
7. 冠心病	65	18. 心悸	68
8. 风湿性心脏病	65	19. 心下痛、心惊	69
9. 心动过速	65	20. 心下寒	69

21. 心下痞满	69	11. 静脉曲张	73
22. 心下悲凄	69	12. 高脂血症	73
23. 心烦	69	13. 血瘀停滞	73
24. 气上烦心	70	14. 血管性头痛	73
25. 五心烦热	70	15. 心血虚弱失眠	73
26. 热病烦心	70	16. 气血不和、冲任失调	73
27. 心闷	70	17. 脑血管意外	73
28. 心胀咽痛	70	18. 脑血管病及后遗症	74
29. 心口灼热	70	19. 低血压及低血压头晕	74
30. 心跳	70	20. 高血压	75
31. 心惊心慌	70	(二) 肝	77
32. 肾气冲心	70	1. 肝病	77
33. 痰迷心窍、舌强不语	70	2. 肝痛	77
34. 心房纤颤	70	3. 肝区痛	77
35. 心腹胁痛	70	4. 肝血盛	77
36. 心胸痞满	72	5. 肝郁症	77
37. 心气不足	72	6. 肝气郁结	77
38. 心阴虚衰之脱症	72	7. 黄疸肝炎	77
附: 血管病症	72	8. 病毒性肝炎	77
1. 心血管疾病	72	9. 肝病胁痛	78
2. 血病	72	10. 肝硬化腹水	78
3. 贫血	72	11. 肝脾肿大	78
4. 衄血	72	12. 肝肾不足	78
5. 失血	72	13. 肝胃火盛	78
6. 血小板减少	72	14. 肝胃火盛之神志逆乱	78
7. 血小板减小及血沉增快	72	15. 黄疸	78
8. 热入血室	72	(三) 脾	79
9. 脉沉	72	1. 脾胃疾患	79
10. 脉管炎	73	2. 脾病	79