

独特疗法

调治

耳鸣耳聋

主编 张欣 王广尧

吉林科学技术出版社



如果说眼睛是心灵的窗户，那么耳朵则是思维的大门。患有耳鸣耳聋，会影响与外界的交流。据统计，在我国耳鸣耳聋的发病率已经接近20%，有着耳鸣耳聋听觉障碍的人数已近2亿人，而且每年还有50万人因药物、炎症及年龄等原因加入这一行列。中医的独特疗法以其易学易做、操作轻松、疗效显著，给耳鸣耳聋患者带来了希望。



独特疗法 调治 耳鸣耳聋

创意策划 / 韩捷

主编 / 张欣 王广尧

副主编 / 尚坤 张红石 高山

编者 / 李秋明 胡亚男 王微 严兴科

张楠楠 吕悦 李冬梅 金阿宁

绘图 / 李者



吉林科学技术出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

独特疗法调治耳鸣耳聋 / 张欣, 王广尧主编. 一长春: 吉林科学技术出版社, 2010. 6
ISBN 978-7-5384-4701-9

I. ①独… II. ①张… ②王… III. ①耳鸣-中医治疗法②耳聋-中医治疗法 IV. ①R276. 144

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第068517号

独特疗法调治耳鸣耳聋

主编: 张欣 王广尧

责任编辑: 韩捷 珂丽 封面设计: 一行设计 于通

*

吉林科学技术出版社出版、发行
长春新华印刷集团有限公司印刷

*

720×990毫米 16开 10.25印张 172.2千字

2010年6月第一版 2010年6月第一次印刷

定价: 19.90元

ISBN 978-7-5384-4701-9

版权所有 翻印必究

如有印装质量问题, 可寄本社退换。

社址: 长春市人民大街4646号 邮编 130021

编辑部电话: 0431-85635170

传真: 0431-85635185

网址: [www. jlstp. com](http://www.jlstp.com)



前言



眼睛是心灵的窗户，耳朵则是思维的大门。患有耳鸣耳聋，会影响与世界的交流。据统计，在我国，耳鸣耳聋的发病率已经接近20%，目前患有耳鸣耳聋、听觉障碍的人数已近3亿人，而且每年还有500万人因药物、炎症及年龄等原因而加入这一行列！很多人对于自身耳部的一些不适感觉不以为然，殊不知，随着病情的进展，可能导致耳部听力损伤，甚至完全失聪！耳聋耳鸣一般还伴随肾炎、肾衰、糖尿病、心脏病等疾病，有可能是某种疾病前期的主要征兆。因此，一定要对耳鸣耳聋加以重视并及早加以预防和治疗。

本书是以普及耳鸣耳聋常识、传授简单实用自我医疗技巧为宗旨，旨在为耳鸣耳聋患者提供一本内容全面、易懂易学、操作轻松的医疗科普书籍。本书向读者介绍了中医的独特疗法，如艾灸疗法、按摩疗法、拔罐疗法、刮痧疗法、外敷疗法、熏洗疗法、滴耳疗法、气功疗法、饮食疗法等等，犹如一颗颗明珠光彩夺目，给耳鸣耳聋患者带来希望。

本书分为六大部分，第一、二部分为耳鸣耳聋的基本知识，介绍了其分类、病类、诊断、危害及预防；第三部分为看图找经络腧穴，介绍了其概念及耳鸣耳聋的相关腧穴；第四、五部分为独特疗法调治耳鸣耳聋，介绍了各种疗法的操作、制备、治疗及注意事项；第六部分为附录，介绍了治疗耳鸣耳聋的名医方、经验方、食疗方，可供读者根据中医原理，辨证选方用药。

本书内容新颖，科学实用，通俗易懂，图文并茂。一书在手，各种治疗方法囊括其中，可供读者选择。本书尤其适合中老年听力逐渐下降的患者。本书集中的各种独特疗法，一直在民间广为流传，深得百姓厚爱。

本书在编写过程中，我们得到韩捷编审的指导和支持，谨致谢忱。

我们期待着本书的出版，能给读者带来健康，带来快乐！

编 者

2010年3月

C 目录 CONTENTS



耳鸣的基本知识

一、何谓耳鸣	2
二、如何对耳鸣进行分类	2
(一) 按中医辨证分型	2
(二) 按病因分类	3
(三) 按声音大小分类	3
(四) 按表现特征分类	4
三、中西医对耳鸣病因的认识	4
(一) 中医病因	4
(二) 西医病因	5
四、如何对耳鸣进行诊断	6
(一) 根据耳鸣的时间	6
(二) 根据耳鸣的性质	6
(三) 根据耳鸣的病因	6
(四) 根据耳鸣的伴随症状	7
五、耳鸣有哪些危害	7
六、如何对耳鸣进行有效的预防	8



耳聋的基本知识

一、何谓耳聋	10
二、如何对耳聋进行分类	10
(一) 按中医辨证分型	10
(二) 按病位分类	11
(三) 按病因分类	11
三、中西医对耳聋病因的认识	13
(一) 中医病因	13
(二) 西医病因	13
四、如何对耳聋进行诊断	14
(一) 根据耳聋的发病时间	14
(二) 根据耳聋的程度	15
(三) 根据耳聋的伴随症状	15
五、耳聋的危害	16
六、耳聋的预防	17

看图找经络腧穴

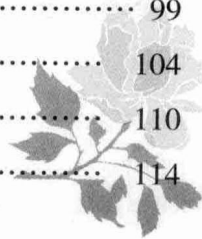
一、什么是经络	20
(一) 经络的概念	20
(二) 看图找经络	20
二、什么是腧穴	21
(一) 腧穴的概念	21
(二) 治疗耳鸣耳聋常用腧穴	22

独特疗法调治耳鸣

艾灸疗法	32
指针疗法	38
自我按摩疗法	42
外敷疗法	60
拔罐疗法	63
刮痧疗法	67
药茶疗法	71
气功疗法	73
药枕疗法	80
热熨疗法	84
发泡疗法	86
吹耳疗法	87
药捻疗法	89
鼓膜按摩疗法	90
控鼻鼓气疗法	91
滴耳疗法	93

独特疗法调治耳聋

艾灸疗法	96
点穴疗法	99
足部按摩疗法	104
耳穴压籽疗法	110
敷贴疗法	114



目录

拔罐疗法	116
撮痧疗法	120
药茶疗法	123
十二段锦功法	125
药枕疗法	131
发泡疗法	134
耳内吹粉疗法	135
药捻疗法	137
滴耳疗法	138

附录 方剂

治疗耳鸣耳聋名医方

治疗耳鸣名医方	142
治疗耳聋名医方	144

治疗耳鸣耳聋经验方

治疗耳鸣经验方	147
治疗耳聋经验方	148

治疗耳鸣耳聋食疗方

治疗耳鸣食疗方	150
治疗耳聋食疗方	152

参考文献	154
------------	-----

耳鸣 的基本知识



耳鸣虽然说起来不是什么大病，但是它对人体的危害不容忽视。耳鸣会影响人的听力，会产生渐进性听力下降。耳鸣还会影响人的精神生活，可使患者出现一系列精神和心理障碍，如失眠、健忘、性格改变、抑郁症等。

一、何谓耳鸣



耳鸣，即耳中鸣响，是听觉器官对声音的幻觉，中医称“聊秋”。患者自觉耳内有各种声响，如风吹、雷鸣、铃声等，即俗话所说的“耳朵里叫唤”。这些声响可单独出现，或多种并存，或随时间变化。

耳鸣虽然说起来不是什么大病，但是它对人体的危害不容忽视。首先，耳鸣能够影响人的听力。俗语讲“久鸣必聋”，在多数情况下，耳鸣会产生渐进性听力下降，高频听力尤甚。其次，耳鸣会影响人的精神生活。一旦患有耳鸣，可使患者出现一系列精神和心理障碍，如失眠、健忘、性格改变、忧虑症、抑郁症等。严重耳鸣者还会促使患者心态失衡、内分泌失调、免疫力低下，易诱发其他疾病。

二、如何对耳鸣进行分类

（一）按中医辨证分型

1. 肝胆火盛型 症见耳鸣如闻潮声，或如风雷声，耳聋时轻时重，每于郁怒之后突发加重，兼耳胀耳痛感，或有头痛，眩晕，目红面赤，口苦咽干，或夜

寐不安。

2. 痰火郁结型 症见两耳蝉鸣不息，或“呼、呼”作响，有时闭塞憋气，听音不清，头昏沉重，胸闷脘满，咳嗽痰多。

3. 风热上扰型 症见开始多有感冒等先期表现，起病较速。自感耳中憋气作胀，有阻塞感，耳鸣，听力下降而自声增强。大多伴有头痛、恶寒、发热、口干等全身症状。

4. 肾精亏虚型 症见耳内常闻蝉鸣之声，昼夜不息，夜间较甚，以致虚烦失眠，听力逐渐下降，兼见头晕目暗，腰膝酸软，男子遗精，在女子则白淫，食欲不振。

5. 清气不升型 症见耳中鸣响，劳而更甚，或在蹲下站起时较甚，耳内有突然空虚或发凉的感觉。倦怠乏力，纳少，食后腹胀，大便时溏，面色萎黄。

（二）按病因分类

1. 耳源性耳鸣 ①周围性耳源性耳鸣：包括外耳、中耳、内耳迷路及耳蜗神经等部位所引起的耳鸣，多为低频、宽频带耳鸣，有持续性或搏动性的特点。②中枢性耳源性耳鸣：中枢性耳鸣的病变部位在蜗神经核、中枢通路及大脑皮质听觉中枢，多为高频、窄频带耳鸣。

2. 非耳源性耳鸣 常见于邻近颞骨的动静脉发育畸形、颈静脉球体瘤、鼓室肌、咽鼓管肌及腭帆肌阵挛和颞颌关节功能紊乱等所引起。少数见于高血压、动脉硬化、神经官能症或某些精神因素的患者。

（三）按声音大小分类

1. 主观性耳鸣 又称自觉性耳鸣。耳鸣的声音只有患者自己能感觉到，检查者或他人用听诊器在耳周区头颈部听不到耳鸣声，可为一侧或双侧性。

2. 客观性耳鸣 又称为他觉性耳鸣。此种耳鸣的声音不但患者自己能感受到，而且检查者或旁人通过或不通过置于患者外耳道口的听诊器等同样能听到。此种病例很少见。

（四）按表现特征分类

1. 突发性耳鸣 突然出现耳中鸣响，部分病人有耳内发闷、胀满及阻塞感。
2. 持续性耳鸣 持续性耳鸣可有单一频率或多频率声调的混合，多为主观性耳鸣。
3. 节律性耳鸣 节律性耳鸣多与血管搏动一致，偶尔与呼吸节律一致，耳鸣的频率较低，如为肌肉收缩所引起，则耳鸣的频率较高。节律性耳鸣大多数为客观性耳鸣。

三、中西医对耳鸣病因的认识

（一）中医病因

1. 肾气不足 肾藏精、生髓、充脑，开窍于耳，主司听觉。若素体不足，或劳损过度，久病失养，或恣情纵欲，肾精耗伤，肾虚不能化精生髓充脑，髓海不足，则发为耳鸣，听觉失聪。
2. 脾胃虚弱 脾胃为气血生化之源，五脏六腑、四肢百骸均赖以充养。若饮食不节，劳倦内伤，损伤脾胃，脾失健运，则气血生化不足，清气不升，浊阴不降，耳窍失养，发生耳鸣。
3. 情志失调 因情志抑郁，肝失疏泄，或暴怒伤肝，肝胆之火循经上壅于耳；或肾阴素亏，阴虚阳亢，化火生风，上扰清窍，产生耳鸣。
4. 脾胃湿热 平素喜醇酒厚味，聚湿生痰，或脾失健运，痰湿内生，痰郁化火，痰火上升，壅塞清窍，出现耳鸣。
5. 风热外乘 风热外袭，或风寒化热，侵及耳窍，清空之窍遭受蒙蔽，终致耳鸣。

（二）西医病因

1. 药物因素 引起耳鸣的药物分为两类，一类药物仅引起耳鸣而不造成听力损失，如一些抗癌药，抗惊厥药，抗生素，麻醉性镇痛药等。另一类药物既引起耳鸣又造成听力损失，甚至造成全聋，如抗癌药物，抗生素与抗寄生虫药物，氨基糖苷类抗生素等。

2. 疾病因素 ①局部疾病因素：多见外耳与中耳疾病如外耳异物、血管畸形以及颈部疾病如颈部肿痛等。②全身系统性疾患原因：多见代谢性疾病如甲状腺功能减低或甲状腺功能亢进、脑外伤及神经性疾病如头部创伤和脑震荡、心血管病等。

3. 物理因素 引起耳鸣的物理因素主要是噪声原因。长期的噪声刺激大部分时候造成了内耳神经损伤。噪声引起的耳鸣主要表现为听神经纤维自发活动的紊乱。

4. 年龄因素 60岁以上人耳鸣发病率高达30%。主要原因是随年龄的增长，听觉神经系统的退行性变所致。

5. 精神因素 耳鸣与社会环境、心理因素明显相关。精神紧张，尤其是脑力劳动过度时可出现耳鸣或耳鸣加重。

四、如何对耳鸣进行诊断

（一）根据耳鸣的时间

1. 突发性耳鸣 突然出现耳中鸣响，以单侧耳鸣为多见，部分病人有耳内发闷、胀满及阻塞感，伴有眩晕。
2. 持续性耳鸣 可有单一频率或多频率声调的混合。
3. 节律性耳鸣 多与血管搏动一致，偶尔与呼吸节律一致，耳鸣的频率较低，如为肌肉收缩所引起，则耳鸣的频率较高。

（二）根据耳鸣的性质

1. 主观性耳鸣 主观性耳鸣性质多样，可呈铃声、嗡嗡声、哨声、气笛气、虫鸣声等。引起主观性耳鸣的常见病因有外耳道的炎症、鼓室内病变、耳毒性药物中毒、老年内耳退行性变、内耳道及颅内的炎症及一些内科疾病如贫血、高血压、甲状腺功能亢进等。
2. 客观性耳鸣 客观性耳鸣可为有节律的马蹄声、钟摆声或其他无节律杂音。引起他觉性耳鸣的原因有颅内及颈部的动静脉瘘或动脉瘤软腭及听小骨痉挛等。

（三）根据耳鸣的病因

1. 中医认为 一般高音调耳鸣多为虚证，低音调者多属实证。声音尖细者为虚，鸣声大者为实。新病暴发者为实，久鸣时轻时重者为虚。耳鸣实证者，见于风邪入络、肝火上扰、痰火上壅、气滞血瘀；虚证见于肝肾阴虚，肾阳亏损、脾肺气虚、心脾血虚、瘀血阻闭等。耳病所致的耳鸣，多以实证为主。其他或全身病变的耳鸣常为虚证。

2. 西医认为 根据发病原因分为耳源性耳鸣和非耳源性耳鸣。①耳源性耳鸣：包括周围性耳源性耳鸣和中枢性耳源性耳鸣。②非耳源性耳鸣：常见于邻近颞骨的动静脉发育畸形、颈静脉球体瘤、鼓室肌、咽鼓管肌及腭帆肌阵挛和颞颌关节功能紊乱等所引起。

（四）根据耳鸣的伴随症状

1. 肝胆火盛 耳鸣，每于郁怒之后突发加重，兼耳胀耳痛感，或有头痛，眩晕，目红面赤等。
2. 痰火郁结 两耳蝉鸣不息，或“呼、呼”作响，伴有胸闷脘满，咳嗽痰多。
3. 肾精亏虚 耳鸣，开始多有感冒等先期表现，多为风热上扰；耳内常闻蝉鸣之声，昼夜不息，夜间较甚，以致虚烦失眠，听力逐渐下降。
4. 清气不升 耳中鸣响，劳而更甚，或在蹲下站起时较甚，倦怠乏力。

五、耳鸣有哪些危害

目前，耳鸣的发生率很高。患者不仅精神痛苦，而且正常的生活与工作也会受到影响。

1. 耳鸣可能是某一疾病的先兆症状 如外耳道因耵聍、异物、肿瘤或炎症肿胀等堵塞，均可导致耳鸣。中耳疾病中，少数慢性中耳炎患者可有轻微耳鸣。
2. 老年人感觉系统退化或高血压 在老年人的感觉系统退行性变化中，耳鸣常是耳聋的先兆症状。高血压引起的耳鸣，一般为双侧性。
3. 某些肿瘤 颈动脉体瘤的耳鸣为单侧性。动脉硬化、心瓣膜病变等也可引起搏动性耳鸣。在因鼻咽癌就诊的人中，约有半数的病人有耳鸣现象。

因此当出现耳鸣症状时，应予以重视，及时查找原因，以便控制疾病的发展和防止疾病对人体的危害。

六、如何对耳鸣进行有效的预防

按中医传统理论，从饮食、情志、起居等方面加以注意仍是十分必要。

1. 调畅情志 对肝气郁结而致耳鸣者尤要注意精神调理，使其心情舒畅。
2. 注意饮食 对痰火郁结者，要注意减少肥甘饮食，以防积滞成痰，加重病情。脾虚病人尤要注意饮食调理。
3. 劳逸结合 对肾虚耳鸣耳聋者，尤要注意养息及减少房劳。
4. 热水洗脚 因耳鸣多于夜间更甚，令人心烦，妨碍睡眠，故睡前用热水洗脚，有引火归元作用，可减轻耳鸣症状。
5. 避免刺激性饮料 睡前忌饮浓茶、咖啡、可可、酒等刺激性饮料。