

# 傅氏秘灸

主编 于天源 傅宾平

中国中医药出版社  
· 北 京 ·

## 《傅氏秘灸》编委会

主 编 于天源 傅宾平  
副主编 罗会斌 刘 军 贾文端  
编 委 (按姓氏笔画排序)  
于天源 吕桃桃 刘 军  
刘瑄慈 闫金燕 孙瑞芳  
李 芳 杨 超 吴 凡  
吴 帅 贾文端 顾美琴  
傅 聪 傅泽宸 傅宾平  
图片拍摄 杨 洋

## 编写说明

随着科学技术的发展，自然、人文、社会、生物、物理、化学等领域的研究成果已被成功运用到医学临床中，于是医学技术飞速发展，医疗设备快速更新，临床中出现了多种多样的检查手段、仪器设备及治疗方法。但现代医学也无时无刻不被一种现象所困扰，那就是在各种疗法治病的同时，往往对人体产生了一定的毒副作用，甚至有时这种副作用所造成的伤害还大于治疗作用。

另外，在当今社会物质极大丰富、生活水平不断提高的同时，由于工作生活节奏的加快、身体锻炼的弱化、不健康生活方式危害的袭扰、环境污染的加重等因素，人们的健康也受到极大挑战，亚健康群体日益庞大，心脑血管疾病、代谢疾病（如糖尿病）及恶性肿瘤发病率也呈快速上升趋势，加之社会老龄化，医疗卫生保障事业形势严峻。中医作为中华民族繁衍生息的重要保障力量，在这一历史时刻又被推到前沿，尤其以“绿色环保”及“简便、廉价、效验”为特点的中医技法更是被人们所推崇，成为当前人们调养身心、舒缓压力、祛病强身的重要手段。

灸法，是一种不用吃药、不用打针且疗效十分显著的治疗方法，目前这种疗法已传播到了世界很多地方。灸法为中医外治法之一，通过发挥温经散寒、活血通络、回阳固脱、消肿散结等作用，而达到防病治病目的的一种简便有效的治疗方法，几千年来一直应用于临床各科疾病的治疗，对许多顽疾都有独特的防治作用。

人们用灸法防治疾病已有数千年的历史，它是中医学宝库中的重要组成部分。我国古典医籍——《黄帝内经·灵枢》中说：“针所不为，灸之所宜”，说明

灸法有其独到之处。

现代医学研究及实验证明，灸法能够活跃脑部功能，促进新陈代谢，对心脑血管、呼吸、消化、神经、血液、内分泌、生殖等系统的疾病都有明显的正向调节作用。灸法不仅能防病治病，还是居家养生、保健美容的绝佳方法，千百年来一直为医家所推崇，其养生保健机理也为现代科学研究所证实。

灸法一向被人们所重视，在我国流传很广，历代都有许多关于灸法的专科著作。灸法能防病治病，但却无药物之苦口、针刺之伤肤和刀割之伤肌，实为现代人理想的保健治疗方法。

傅氏秘灸是中医经络灸疗技术的一种，属于纯正的中医灸法范畴，乃傅氏家族医术精髓。该技术是以中医经络“通道”的理论为指导，通过通关开穴的方式，结合傅氏秘灸专用配方的外用，通过灸疗疏通经络、调理气血作用，有效清理和祛除“堵”的因素，使经络保持畅通，从而达到祛除疾病、改善体质、维护健康的目的的疗法。自南宋嘉定年间开始，至今已有 700 多年的家族传承史。被清朝康熙皇帝尊称为“先生”的清廷皇室御医——傅去非，将傅氏秘灸继续发扬光大，尤其擅长治疗各类久治不愈的慢性疑难杂症。同时，傅氏秘灸的养生灸疗在调理各类亚健康症状过程中，常常会收到让人意想不到的神奇效果。

为了传承傅氏灸法，我们编写了这本书，以期为防病、治病、保健养生有所帮助。

本书分为上篇、中篇和下篇三部分。

上篇为基础篇，重点讲述灸法的历史沿革、灸法功效、灸法适应证、灸法禁忌、灸用材料、常用灸法、灸法操作、取穴方法以及灸疗常用穴位等内容。

中篇为治疗篇，重点讲述内科、外科、妇科、伤科疾病的辨证分型及常用灸疗方法。

下篇为傅氏秘灸篇，详细介绍傅氏秘灸的发展源流、理论基础、治疗思路、用药和适应证，突出傅氏秘灸在颈椎病、腰痛，头痛、失眠，胃肠疾病和妇科疾病方面的特色诊疗方法，并以这六类疾病为重点，详细介绍相关疾病的辨证方法和傅氏秘灸特色调理方法。

本书力求精练实用，尽量兼顾专业读者、温灸爱好者及患者的需要，可作为灸疗基础入门以及傅氏秘灸学习的工具书。

由于编者水平有限，不足之处请广大同仁予以批评指正。同时，我们也希望能以此与同道展开进一步交流，使本书将来再版时不断完善，质量不断提高。

《傅氏秘灸》编委会

2016年9月

## 目 录

## 上篇 基础篇

第一章 灸法基础知识	3
第一节 灸法历史沿革	3
一、灸法起源	3
二、战国时期及汉代	4
三、三国两晋时期	5
四、唐宋元时期	6
五、明清时期	7
六、新中国成立后	8
第二节 灸法的功效	9
一、温阳散寒	9
二、活血散瘀	10
三、回阳固脱	10
四、消肿散结	10
五、防病保健	11
六、美容养颜	12
第三节 灸法适应证	12
第四节 灸法的禁忌	13
一、疾病禁忌	13

二、部位禁忌 .....	14
第五节 灸用材料 .....	14
一、艾绒 .....	14
二、其他材料 .....	16
第六节 常用灸法 .....	17
一、艾炷灸 .....	17
二、艾条灸 .....	24
三、灯火灸 .....	31
四、天灸 .....	32
五、黄蜡灸 .....	34
六、桑枝灸 .....	34
七、药捻灸 .....	35
八、药锭灸 .....	35
九、电热灸 .....	35
第七节 灸法操作 .....	36
一、灸法的补泻 .....	36
二、施灸顺序 .....	37
三、灸量的掌握 .....	37
第八节 灸疗常用取穴方法 .....	38
一、体表标志定位法 .....	38
二、简便取穴法 .....	39
三、骨度分寸法 .....	39
四、手指同身寸法 .....	42
第九节 灸疗常用穴位 .....	43
一、手太阴肺经 .....	43
二、手阳明大肠经 .....	46
三、足阳明胃经 .....	49
四、足太阴脾经 .....	56

五、手少阴心经 .....	60
六、手太阳小肠经 .....	63
七、足太阳膀胱经 .....	65
八、足少阴肾经 .....	72
九、手厥阴心包经 .....	74
十、手少阳三焦经 .....	77
十一、足少阳胆经 .....	80
十二、足厥阴肝经 .....	85
十三、任脉 .....	88
十四、督脉 .....	90
十五、傅氏秘灸经验穴 .....	94

## 中篇 治疗篇

第二章 内科病证 .....	101
第一节 肺系病证 .....	101
一、感冒 .....	101
二、喘病 .....	103
第二节 脾胃系病证 .....	106
一、呕吐 .....	106
二、胃痛 .....	108
三、腹痛 .....	111
四、泄泻 .....	113
五、便秘 .....	115
第三节 心脑系病证 .....	118
一、失眠 .....	118
二、中风 .....	120
三、眩晕 .....	123



第四节 肾系病证 .....	125
一、水肿 .....	125
二、癃闭 .....	128
第五节 其他病证 .....	130
一、痿证 .....	130
二、痹证 .....	132
第三章 外科病证 .....	136
第一节 疮疡及皮肤病 .....	136
一、风疹 .....	136
二、牛皮癣 .....	137
三、油风(斑秃) .....	139
四、疣 .....	140
五、蛇串疮 .....	142
六、疔疮 .....	144
七、冻疮 .....	146
八、疖肿 .....	148
第二节 其他外科病证 .....	150
痔疮 .....	150
第四章 妇科病证 .....	153
第一节 月经病 .....	153
一、痛经 .....	153
二、闭经 .....	155
第二节 妊娠病 .....	157
一、胎位不正 .....	157
二、妊娠恶阻 .....	158
第三节 产后病 .....	159
一、恶露不尽 .....	159
二、产后腹痛 .....	161

三、产后血晕 .....	162
四、缺乳 .....	163
第四节 其他病证 .....	165
一、阴挺 .....	165
二、不孕症 .....	166
第五章 伤科病证 .....	168
第一节 脊椎病 .....	168
一、颈椎病 .....	168
二、腰痛 .....	169
第二节 其他病证 .....	171
一、落枕 .....	171
二、漏肩风 .....	172

## 下篇 傅氏秘灸

第六章 傅氏秘灸概述 .....	177
第一节 傅氏秘灸发展源流 .....	177
一、起源 .....	177
二、发展状况 .....	178
三、发展前景 .....	179
第二节 傅氏秘灸理论基础 .....	180
一、经络理论 .....	180
二、作用原理 .....	181
三、灸法分类 .....	182
四、取穴方法 .....	183
第三节 傅氏秘灸调理基本思路和方法 .....	185
一、四季保养 .....	185
二、体质辨识 .....	190

第四节 基本操作步骤和介质、适应证 .....	193
一、傅氏秘灸基本操作步骤 .....	193
二、傅氏秘灸介质 .....	195
三、傅氏秘灸适应证 .....	196
第七章 傅氏秘灸特色调理 .....	197
第一节 妇科病调理 .....	197
一、月经不调 .....	197
二、痛经 .....	201
三、闭经 .....	203
第二节 肠胃病调理 .....	205
一、胃脘痛 .....	205
二、呕吐 .....	208
三、呃逆 .....	210
四、慢性泄泻 .....	212
五、腹胀 .....	214
六、便秘 .....	215
第三节 颈椎病、腰痛调理 .....	217
一、颈椎病 .....	217
二、腰痛 .....	218
第四节 头痛、失眠调理 .....	221
一、头痛 .....	221
二、失眠 .....	223
第五节 其他疾病调理 .....	226
一、感冒 .....	226
二、咳嗽 .....	228
三、鼻渊 .....	231
四、哮喘 .....	232
五、心悸、怔忡 .....	235

---

六、眩晕	238
七、痹证	241
八、痿证	244
九、癱闭	246
十、阳痿	248
十一、耳鸣、耳聋	249

上 篇

基础篇



# 第一章 灸法基础知识

灸法起源于远古时期，至今已有几千年的历史，常与针刺并用，合称针灸。灸法在其形成与发展的过程中，灸用材料不断增多，灸疗方法不断革新，治疗范围不断扩大，对其研究日渐加深，理论日臻完善。灸疗以其独特的治疗方法，神奇的治疗效果，越来越被人们所重视。目前，灸疗已成为中医学的重要组成部分，在治疗、防病、保健等方面起着重要作用。

## 第一节 灸法历史沿革

### 一、灸法起源

灸法产生于人类掌握了火的应用之后。人类早在原始社会就开始钻木取火，火给人类带来了温暖，改变了人类的饮食结构。人类在用火取暖或烘烤食物的过程中偶尔难免发生灼伤，结果却发现使原有的病痛减轻或消除，就这样在火的使用过程中人们无意中发现温热刺激可以治疗疾病，于是人类开始主动用火烧灼皮肤来治疗病痛，灸法从此起源（图 1-1）。

《说文解字》曰：“灸，灼也”，指出灸疗就是用火烧灼的意思。在殷商甲骨文中，还有表示用火灸下肢的象形文字。

施灸的原料最早为树枝，后来人们发现艾绒具有易燃、燃烧缓慢且稳定的特点，故而将艾绒作为灸法的原料。

我国现存最早记载灸疗的医籍是 1973 年长沙马王堆汉墓出土的帛书《足臂十一脉灸经》《阴阳十一脉灸经》。这两本医籍是目前发现最早记载灸法的医学文献，据考证，其成书年代早于《黄帝内经》。书中主要论述了人体十一脉的循行、

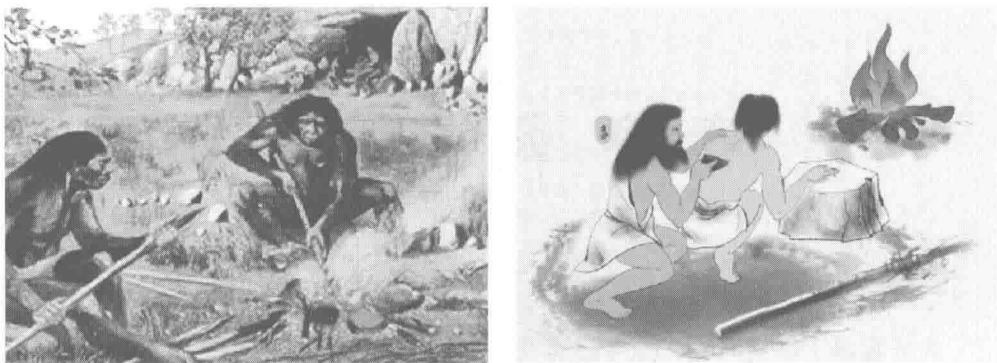


图 1-1 火的应用与灸法起源

主病和灸法。在出土的《五十二病方》中也有灸法、熨法的记载。说明灸法在那个时期已具备了一定的理论基础和临床经验。

## 二、战国时期及汉代

《黄帝内经》成书于战国时代，是我国现存最早的医学理论专著，是对早期中医学的一次大总结，其中就有很多关于灸疗的记载，为灸疗学的发展奠定了基础。《黄帝内经》首先阐述了灸疗产生的原因，《素问·异法方宜论》曰：“脏寒生满病，其治宜灸焫。故灸焫者，亦从北方来。”王冰注：火艾烧灼，谓之灸焫。《灵枢·官能》曰：“针所不为，灸之所宜。”《灵枢·经脉》曰：“陷下则灸之。”这些内容旨在说明灸疗可以补充针刺的不足，涉及灸疗的适应证、禁忌证等多方面。

《黄帝内经》还指出，灸法可补可泻，既治虚证又治实证，并描述了补泻灸法的具体操作。如《灵枢·背俞》曰：“以火补者，毋吹其火，须自灭也；以火泻者，疾吹其火，传其艾，须其火灭也。”《素问·骨空论》曰：“灸寒热之法，先灸项大椎。”又如《灵枢·癫狂》曰：“治癫狂者，灸穷骨二十壮。”均记载了某些疾病的具体灸法。

《左传》中记载了公元前 518 年医缓为晋景公治病时的情景：“疾不可为也，病在肓之上，膏之下，攻之不可，达之不及，药不治焉。”这里的“达”指的是针砭，“攻”指的是灸法；《孟子·离娄》曰：“今人欲王者，犹七年之病，求三年之艾也。”可见，灸法在春秋战国时期已经相当盛行。



汉代张仲景的《伤寒杂病论》一直被后世尊为辨证论治的准则，书中以内治为主，同时也涉及灸疗。张仲景很重视灸药并用以提高疗效，书中有 20 余条涉及灸法，其中第 117 条曰：“烧针令其汗，针处被寒，核起而赤者，必发奔豚，气从少腹上冲心者，灸其核上各一壮。”第 325 条曰：“少阴病，下利，脉微涩，呕而汗出，必数更衣，反少者，当温其上，灸之。”他提出对少阴病不论是表阳虚还是里阳虚，都宜灸疗。第 115 条曰：“脉浮热甚，反灸之，此为实。实以虚治，因火而动，必咽燥唾血。”指明了误灸的危害，可见其对灸疗禁忌的重视。

### 三、三国两晋时期

三国时期曹操之子曹翕曾撰集《曹氏灸方》七卷（已佚），《肘后备急方》《千金要方》等对该书内容有所收录。华佗著有《枕中灸刺经》（已佚），善灸术，取穴少而精，其所创华佗夹脊穴至今还在临床广泛应用。

晋代皇甫谧编著的《针灸甲乙经》是我国现存最早的针灸学专著，是根据《素问》《灵枢》《明堂孔穴针灸治要》三部书的内容总结整理而成。书中针刺与灸法并论，他认为：“盛则泻之，虚则补之，紧则先刺之而后灸之，代则取血络而后调之，陷下者则从而灸之。陷下者，其脉血结于中，中有着血则血寒，故宜灸。”还指出：“络满经虚，灸阴刺阳；经满络虚，刺阴灸阳。”并明确提出了禁灸腧穴，他认为如头维、承光、脑户等穴不可灸，共计 26 穴。

东晋医家葛洪所撰《肘后备急方》将灸法作为急症、危症的抢救措施，开辟急症抢救用灸之先河。如治疗卒死、霍乱等疾病，书中记载：“卒死而张目结舌者，灸手足两爪后十四壮，饮以五毒诸膏散有巴豆者……卒得霍乱先腹痛者，灸脐上一夫十四壮，名太仓，在心厌下四寸，更度之。”都是治疗急症的处方。他的《肘后备急方》记载了医方 109 条，其中 99 条是灸方，并首次记载了隔物灸（如隔蒜灸、隔面灸、隔盐灸等）的治疗方法。葛洪的选穴原则是简便实用，采用绳竹等为测量用具，擅长在体表标志处和患病局部施灸。其妻鲍姑是中国古代四位女名医（晋代鲍姑、西汉义妁、宋代张小娘子、明代谈允贤）之一，世传其生长于南粤（广东南海），擅长用灸法治疗赘瘤、赘疣而闻名。

晋隋医家陈延之也推崇灸法，所著《小品方》发展了葛洪的学说。两晋南