

胸穴指压疗法

安徽人民出版社

指压疗法

临泉县中医学研究所编



安徽人民出版社

胸穴指压疗法

临泉县中医药科学研究所 编

*

安徽人民出版社出版

安徽省新华书店发行 安徽省合肥印刷厂印刷

*

开本：787×1092 1/32 印张：1 $\frac{1}{4}$ 字数：20,000

1976年1月第1版

1976年1月第1次印刷 印数：1—30,000

统一书号：14102·87 定价：0.10元

前 言

在无产阶级文化大革命中，为了落实毛主席“六·二六”光辉指示，广大革命医务人员深入农村，防病治病。1967年，我县医务人员中成立了“六·二六新针小组”。他们在工作中发现，农村中头痛、胸腹痛、腰腿痛和胳膊痛等“四痛”病症较多见，有些病人用了阿托品、颠茄片等药物或针灸治疗效果不很理想；有的病人怕扎针、怕吃药，往往眼看着病人呻吟痛楚而束手无策。为了解除贫下中农的疾苦，他们在毛主席革命路线指引下，大胆实践，勇于创造，决心要寻找出一种简便可靠的止痛方法来。

1967年夏，新针小组中的一位医生患了结肠炎，呈现阵发性腹痛。他想：胸部经络、神经纵横密集，可能与内脏密切相关。于是用手指按遍了胸壁各个部位，忽然触及肋下一个痛点，压之则腹痛缓解。以后即以指压该点来治疗腹痛，每收速效。在此启发下，新针小组的同志会同他们所联系的农村基层卫生人员，探寻了胸部其他各压痛点（即胸穴，现已发现了43个），并扩大了治疗范围，逐步形成胸穴指压疗法。

几年来，通过数千病例的临床验证，证明这种疗法对胃痛、腹痛、急性腰扭伤等十多种常见病症，均有显著疗效。比起其他治疗方法来，具有以下优点：一、见效快 特别是对痛症，90%以上都在三至五分钟内起效。二、方法简便，不需任何设备，田头地边随时可以施行；赤脚医生一天可以学会，很多病

人在接受治疗过程中就学会了，不但自己会治，还能给别人治疗。三、比较安全，没有副作用，病人容易接受，特别是不愿意打针吃药的病人。四、省钱，省药，减轻贫下中农负担，有利于巩固和发展农村合作医疗，因而深受广大基层卫生人员和贫下中农的欢迎。为此，临泉县和阜阳地区先后举办了学习班，推广这一疗法；很多公社也相继举办了赤脚医生、卫生员学习班。基层卫生人员在学习运用的过程中，对选穴方法和治疗范围，不断有所发现，有所创造，更加丰富和发展了这一疗法。

“思想上政治上的路线正确与否是决定一切的。”胸穴指压疗法的产生和发展，再次证实了毛主席这一英明指示。正是在毛主席无产阶级革命路线的指引下，革命医务人员批判了修正主义卫生路线和资产阶级世界观，明确了为什么人的问题，急广大贫下中农之所急，才能在探索新疗法的斗争中获得了巨大的动力。他们批判了民族虚无主义，明确了继承发扬祖国医学遗产，走中西医结合的道路，才能从经络、神经与内脏的联系上，得到了探索新疗法的启示。他们批判了资产阶级的“天才史观”和“知识技术私有论”，明确了认识来源于实践，群众才是真正的英雄，才能坚持科学研究与群众运动相结合的道路，在各级党组织的领导下，充分发挥专业人员、赤脚医生、卫生员以至接受治疗的贫下中农的积极作用，使这一疗法在群众广泛实践的基础上不断发展和提高。

胸穴指压疗法这一新生事物，是在两个阶级、两条道路的激烈斗争中出现的，它的发展壮大，同样需要经过艰难曲折的斗争，幻想一帆风顺，容易地得到成功，是不切实际的。但是新生事物方向对头，具有强大的生命力和广阔的发展前途。我们相信，在毛主席关于学习理论反修防修、安定团结和把国民

经济搞上去三项指示的指引下，随着无产阶级在上层建筑各个领域里对资产阶级全面专政的不断加强，胸穴指压疗法象卫生战线其他新生事物一样，一定会有广阔的发展前途。

为了推广胸穴指压疗法，使它配合“一根针、一把草”，在农村医疗卫生事业中发挥作用，并提供城市、工厂、部队医疗单位和广大读者参考，现由我县中医药科学研究所的同志，把这一疗法初步总结成书。由于胸穴指压疗法产生时间还不久，对其作用原理、各胸穴的具体主治范围、远期疗效等，都还不甚清楚；对影响疗效的一些因素，正在探讨之中，有待今后在实践中逐步认识和解决。欢迎广大读者提出批评和改进意见。

中国共产党临泉县委员会

1975年6月

目 录

什么是胸穴指压疗法·····	1
一、胸穴指压疗法为什么能治病·····	1
二、胸穴指压疗法的适应范围·····	3
胸穴指压疗法的穴位·····	4
一、胸 穴·····	4
二、反应压痛点·····	16
怎样应用胸穴指压疗法·····	17
一、治疗原则·····	17
二、指压手法·····	18
三、指压时间和疗程·····	18
四、与其他治疗的配合应用·····	19
五、注意事项·····	19
常见病症的治疗选穴·····	21
附一：胸穴指压疗法疗效分析·····	26
附二：典型病例·····	31

什么是胸穴指压疗法

胸穴指压疗法，是以手指按压胸部的压痛点，通过经络、神经而起治疗作用的一种新疗法。它是无产阶级文化大革命的产物，是广大革命卫生人员从医疗实践中探索和总结出来的。

一、胸穴指压疗法为什么能治病

祖国医学认为，经络内联脏腑，外通肢节，内脏与体表密切相关，胸、背部的一些特定穴位，就是脏腑的经气输注和聚集处，所以脏腑与胸、背的关系甚为密切。内脏的病变，往往通过经络反映到胸、背体表；而胸、背体表的一些治疗性刺激，也能通过经络传导到内脏及有关部位。根据这个原理，指压胸、背部的相应部位（压痛点），即可通过经络而发挥其调整脏腑功能的作用，并且还能治疗局部疾患及与脏腑有关的其他疾病。

胸、背部的压痛点与内脏联系的实质是什么呢？解剖学证明，这种联系可能与节段性的神经支配有关。因为某一内脏器官的感觉神经纤维，与一定的皮肤、肌肉区的感觉神经纤维，都进入相同的脊髓节段。内脏与体表可能是通过这条途径，在植物神经的参与下而相互联系的。因而当内脏患病时，常在体表的一定区域出现反射性疼痛或压痛点。这种痛点，出现在胸、背部的，有些就成了指压的穴位，也就是本书所称的“胸穴”。临床实践证实，这些胸穴按主治功能分区，大都符合神

神经节段的划分，穴位区域的神经所属节段，与其主治内脏的神经所属节段也基本一致，因而指压胸穴可以治疗相应的内脏疾患。这与祖国医学的经穴作用原理和现代医学的神经节段的理论相吻合(图1)。

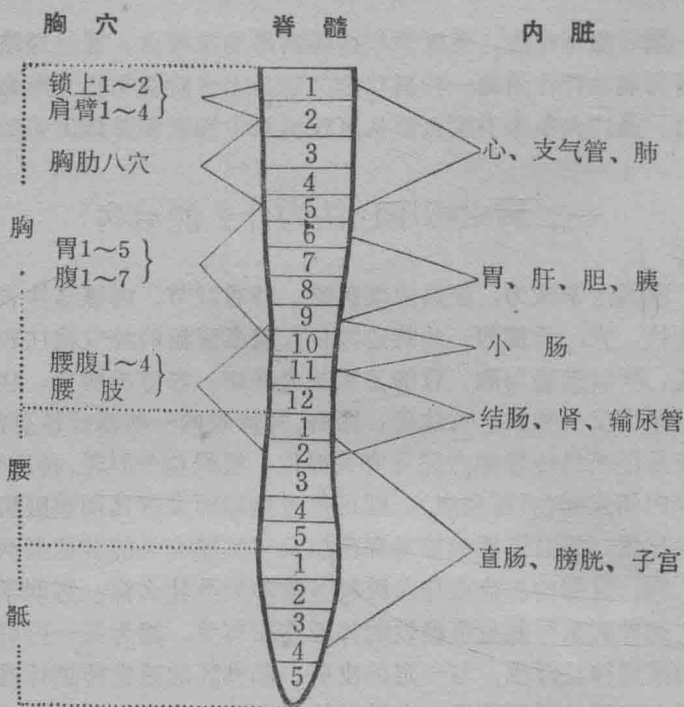


图1 内脏传入神经的脊髓节段与胸穴的关系

此外，对于痛症和扭伤，在患处及附近胸穴上指压，可以调整局部机能；有些穴位指压，可以刺激神经干或神经丛，从而达到镇静止痛、治疗疾病的目的。

二、胸穴指压疗法的适应范围

胸穴指压疗法主要适用于一些痛症。对于内脏和身体的某些部位因机能失调而引起的急性头痛、胸痛、胃痛、腹痛，以及肩臂、腰、骶部的软组织扭伤等，疗效显著。对慢性痛症，如能坚持治疗，亦能获得较好疗效。对一些器质性疾患如胃、十二指肠溃疡、肾结石等所引起的疼痛，可用以临时止痛。此外，对膈肌痉挛、心悸、胸闷、腹胀等常见病症，也有一定疗效。

胸穴指压疗法的穴位

一、胸 穴

1. 胸、背部解剖、体表经线及自然标志

胸穴多分布在胸、背部的骨骼表面和边缘。为了便于掌握这些穴位，先介绍一下胸部解剖、体表经线及自然标志。

(一)胸廓解剖：胸廓形似鸟笼，上窄下宽，由胸骨(胸前)、胸椎(胸后)及十二对肋骨所组成(图2)。

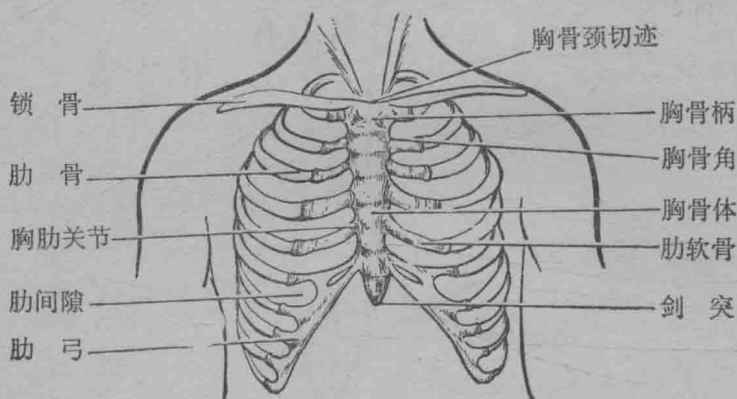


图2 胸廓

肋骨：弓形，扁薄，分内、外面和上、下缘。其前端接连胸骨：上七对肋骨，由肋软骨直接与胸骨相连，形成胸肋关节；第八至第十肋，其本身的软骨则依次附着在上一个肋软骨上，

形成所谓肋弓；第十一、十二肋，前端游离，称之为浮肋。肋骨的后端连于胸椎。两肋之间为肋间隙(图2、3)。

胸骨：扁长，位于胸部正中。自上而下分为胸骨柄、胸骨体和剑突三部分。其上缘为胸骨颈切迹。稍下方，即柄与体相接处，有一横形隆起，叫胸骨角(图2)。

在第一肋骨的上方，有一对“~”形骨，即锁骨。锁骨内侧端连接胸骨，形成胸锁关节。外侧端连接一突起的高骨，即肩胛骨之肩峰(图2)。

人体背面，脊柱(俗叫脊梁骨。胸椎是脊柱的组成部分)两侧，各有一块三角形的肩胛骨。肩胛骨两角在上，一角在下。靠近脊柱的一边为内侧缘，近腋部的一边为外侧缘。肩胛骨的上部有一隆起的横行三角骨板，叫肩胛岗(图3)。

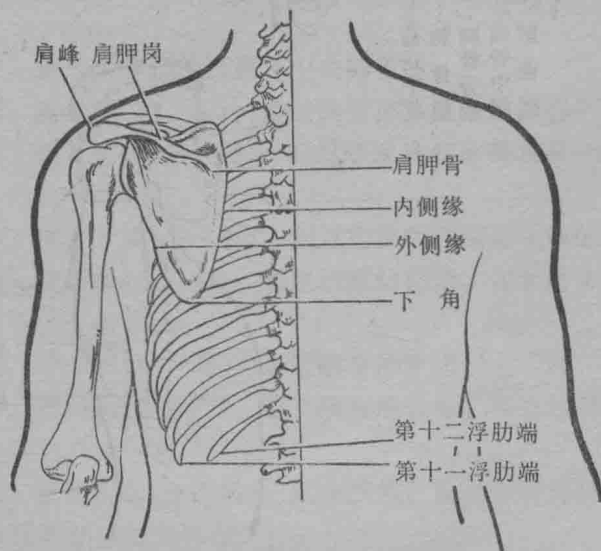


图3 人体背面及肩胛骨

(二)胸、背部体表经线：为便利胸穴的定位，我们在胸、背部假定几条垂直线(图4、图5、图6)。

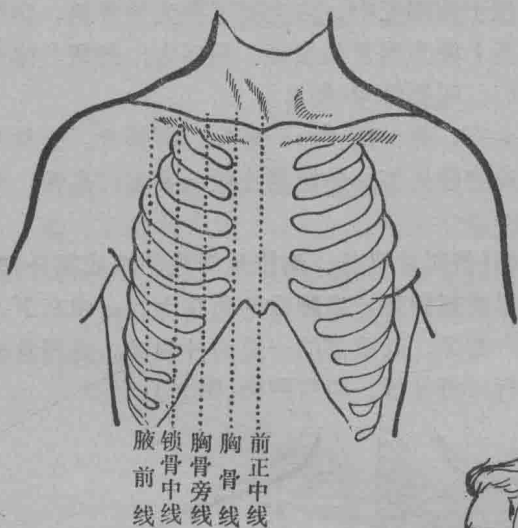


图4 体表前面经线划分法

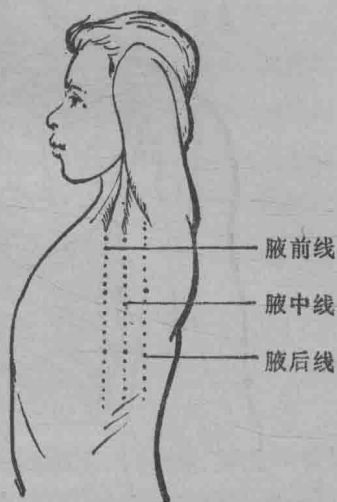


图5 腋线划分法

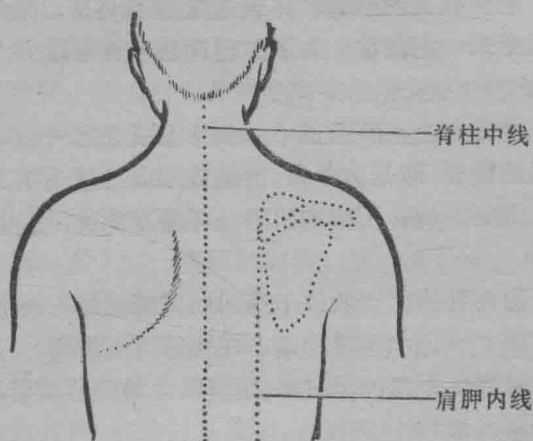


图 6 肩胛内线划分法

- (1) 前正中中线：通过胸骨中央的垂线。
- (2) 胸骨线(左、右)：通过胸骨两侧边缘的垂线。
- (3) 锁骨中线(左、右)：通过锁骨中点的垂线，一般与通过乳头的乳中线相符。
- (4) 胸骨旁线(左、右)：通过胸骨线与锁骨中线的中间。
- (5) 腋前线(左、右)：通过腋窝的前缘，即上肢下垂时腋窝前皱襞纹头的垂线。
- (6) 腋中线(左、右)：通过腋窝的中央。
- (7) 腋后线(左、右)：通过腋窝的后缘，即上肢下垂时腋窝后皱襞纹头的垂线。
- (8) 肩胛内线(左、右)：这条垂线，通过肩胛岗向肩胛骨内侧缘延续部分的突出点。

(三)胸、背部体表标志：由于人体的肋骨有些被其他骨骼

所掩盖，肥胖病人的肋骨在体表显露更不明显，因此给胸穴定位和取穴带来一定困难。为了方便计数肋骨和取穴，可借助于体表的几个自然标志。

(1) 胸骨角：在胸前正中的胸骨上三分之一，可摸到一个向前隆起的横脊，即是胸骨角。沿胸骨角向外就是第二肋软骨。

(2) 剑突：胸骨下端的凹陷处可触及剑突。斜向下外，能摸到肋弓。

(3) 男性乳头：一般位于第四肋间隙或第五肋上。

(4) 第十一、十二浮肋端：在腰部可以摸到。

(5) 肩胛骨下角：平对第七肋间(上肢向后背转时，肩胛骨下角可显露出来)。

(6) 骶棘肌外缘：在腰部两侧，第十二肋前端的下后方可以触到。

2. 胸穴取穴方法

(一)我们已发现的胸穴中，大多数是传统经穴以外的，少数穴位如胃 5 穴虽与经穴中的大包穴相近，但传统的胸部经穴多位于肋间隙，刺激时敏感性较差，而指压所用的胸穴大都在肋骨下缘的骨边上或其他骨的表面，指压时远较经穴敏感。其治疗范围也有很大差别。

(二)取穴时，选定胸穴所在部位，将手指按入肋间隙，转向肋骨下缘抵压，并顺着肋骨左右滑动手指。这时，多可触到米粒大的结节或粗线样的东西，并伴有明显的敏感性压痛，这就是胸穴。

(三)胸部体表的一些经线，因人体胖瘦，姿势不一，胸廓类型有别，而在体表的划线亦有出入，故在依线取穴时不能死搬硬套，千篇一律。要根据病人的具体情况，在本书所规定的

胸穴周围细心寻找敏感压痛点，以确定穴位。

(四)无论健康人或病人，其胸穴所在部位一般均为敏感点。在临床上发现，病人身上与病变有关的胸穴往往更为敏感，而且在经过治疗病症缓解后，有关胸穴的敏感性可能减退。

3. 胸穴的分布及主治功能

目前已发现的胸穴有43个，其中除“剑上”穴为单穴外，其余均左右侧各有1穴，实际共85穴。这些穴位大多分布于胸部前面和侧面。在胸前的上部，第一、第二肋及锁骨处，分布着治疗头、颈和上肢疾患的诸穴。在胸前的中、下部，穴位多集中于胸骨线和锁骨中线附近。在胸侧面，各穴排列在腋前线、腋中线和腋后线(在这三条线上，自第四肋至第十肋的每条肋骨下缘，几乎都有3个穴)。这些穴位的主治功能有一定的规律，从大体上分，胸骨线和锁骨中线附近及腋前线、腋中线上的穴位，多数是治疗胸、腹部疾患的主穴。其中第五肋以上的胸穴以治胸部疾患为主，第五至第十肋的穴位以治腹部疾患为主。腋后线及背部各穴，多以治肩、背、腰部和下肢疾病为主。各胸穴的初步定名、定位及其主治功能，见表1、2和图7、8、9。

表1 胸部侧面穴位

穴 位		初步定位及取穴方法	主 治 功 能
胃 穴	胃 1	第五肋下缘，锁骨中线外一横指(以病人食指中间那个指关节，即第一指关节的宽度为准，后同)处。抵压肋骨下缘。	胃痛、恶心、呕吐、膈肌痉挛、心悸
	胃 2	第五肋下缘与腋前线交点。 取穴同胃 1。	

(续)

穴 位		初步定位及取穴方法	主治功能
胃 穴	胃 3	第六肋下缘, 锁骨中线外一横指处。取穴同胃 1。	胃痉挛、上腹痛、肝区痛、膈肌痉挛
	胃 4	第六肋下缘与腋前线交点。取穴同胃 1。	
	胃 5	第六肋下缘与腋中线交点。取穴同胃 1。	
腹 穴	腹 1	第七肋下缘与腋前线交点。取穴同胃 1。	上腹及脐周痛、肝胆疾患、腹胀、膈肌痉挛
	腹 2	第七肋下缘与腋中线交点。取穴同胃 1。	
	腹 3	第八肋下缘与腋前线交点。取穴同胃 1。	
	腹 4	第八肋下缘与腋中线交点。取穴同胃 1。	
	腹 5	第九肋下缘与腋前线交点。取穴同胃 1。	腹痛(以中、下腹痛为主)、腹胀、肠麻痹、肝胆疾患、痛经
	腹 6	第九肋下缘与腋中线交点。取穴同胃 1。	
	腹 7	第十肋下缘与腋中线交点。取穴同胃 1。	
腋 肋 部	腋肋 1	第三肋下缘与锁骨中线交点。抵紧肋下缘向外上方压。	胸上及腋窝部痛
	腋肋 2	第四肋下缘与腋前线交点。抵肋骨下缘。	腋窝及腋下疼痛