

图解国医绝学丛书

总主编 郭长青

艾灸疗法

治百病

Aijiu Liqifa Zhibai bing

主编 郭长青 郭妍 张伟

艾灸是将艾绒、药物或其他灸材点燃后放置在腧穴或病变部位进行熏灼或温熨，通过温热刺激及药物作用，调整经络脏腑功能，进而达到防治疾病的目的。



中国医药科技出版社

艾 灸

治百病
疗法

总主编 郭长青

主编 郭长青 郭妍 张伟

中国医药科技出版社

内 容 提 要

本书由北京中医药大学针灸推拿学院专家团队精心打造。在概述部分，作者对艾灸疗法的历史渊源、理论依据、操作方法及注意事项等内容作了简要介绍；在治疗部分，侧重介绍了艾灸疗法在呼吸系统、心血管系统、消化系统、泌尿生殖系统、内分泌系统、血液系统、神经系统等疾病中的应用，对于书中涉及的穴位均配以人体穴位图。本书图文并茂，实用性强，可供临床医生及广大中医爱好者阅读参考。

图书在版编目 (CIP) 数据

艾灸疗法治百病 / 郭长青, 郭妍, 张伟主编. — 北京: 中国医药科技出版社, 2017. 3

(图解国医绝学丛书)

ISBN 978-7-5067-8917-2

I. ①艾… II. ①郭… ②郭… ③张… III. ①艾灸—基本知识 IV. ①R245.81

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 306385 号

美术编辑 陈君杞

版式设计 锋尚设计

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行: 010-62227437 邮购: 010-62236938

网址 www.cmstp.com

规格 880×1230mm 1/32

印张 10 1/4

字数 287 千字

版次 2017 年 3 月第 1 版

印次 2017 年 3 月第 1 次印刷

印刷 三河市汇鑫印务有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978-7-5067-8917-2

定价 35.00 元

版权所有 盗版必究

举报电话: 010-62228771

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换



编委会

主 编

郭长青 郭 妍 张 伟

副主编

刘乃刚 韩森宁 赵瑞利

编 委（按姓氏笔画排序）

马 田 刘福水 安 娜 杜宁宇

芦 娟 李忠龙 陈 晨 胡 波

徐 菁 梁靖蓉

前言

灸法，古称灸炳，是中医针灸学的重要组成部分，灸法以其卓越的临床疗效，在几千年的临床实践中发挥了重要的作用，为中华民族的繁衍昌盛做出了巨大贡献。

灸法是指将艾绒、药物或其他灸材料点燃后放置在腧穴或病变部位进行熏灼或温熨，通过温热刺激及药物作用，调整经络脏腑功能，达到防治疾病的一种方法。

灸法有着悠久的历史，它的产生与火有密切的关系。《说文解字》说：“灸，灼也，从火音久，灸乃治病之法，以艾燃火，按而灼也。”在原始社会，火的发现和使用，为人类的生活、生存繁衍提供了必要条件，同时也是灸法产生的渊源。人们在烤火取暖时，身体某部位的病痛随之减轻或消失，如关节冷痛，从而发现烧灼熏烤可以治病，灸法便由此起源。灸法是随着火的应用而萌芽，并在其应用实践中不断发展的。最初的灸，是采用树枝、柴草作灸材，以燃烧的明火熏烤。后来，发现艾绒性温易燃，燃烧持久而穿透力强，且没有明火，不会爆出火星而烫伤皮肤，便把艾绒作为主要灸材。

现代灸法有了长足发展，为了减轻患者灸疗时的痛苦，多采用小艾炷少壮灸，并衍化出各种各样丰富多彩的灸疗方法，如艾条灸、药条灸（包括太乙神针灸、雷火神针灸等）、温灸器灸、温针灸、天灸、灯火灸等。根据病情不同，还常采用间接灸法，所隔物品多为姜片、蒜片、食盐、豆豉饼、附子饼等。

灸法为人类的医疗保健事业做出了较大的贡献。灸法操作方便，适应证广，既能治病，又可防病保健。尤其是在防病保健方面，灸法具有其他疗法无法比拟的优势。我国的历代医家也在灸法防病保健方面积累了丰富的临床经验。如唐代医学大家、药王孙思邈在《备急千金要方》有“凡宦游吴蜀，体上常须三两处灸之，勿令疮暂瘥，则瘴疠温疟毒气不能着人”；《扁鹊心书·须识扶阳》记载：“人于无病时，常灸关元、气海、命门、中脘，虽未得长生，亦可保百余年寿矣”；张杲的《医说》强调“若要安，三里莫要干”。意指反复在足三里穴施化脓灸可起到保健作用。民间谚语也有“艾灸足三里，胜吃老母鸡”之说，也说明艾灸具有很好的保健作用。

中医养生和一些治疗方法可以有效提高自身的元气，抵抗外邪，艾灸是中医治疗和保健方法之一，艾灸的作用有很多，如通经活络、行气活血、祛湿散寒、调节阴阳、回阳救逆、防病保健，这些作用都可以提高人体的元气，保护机体健康运行。为了便于艾灸疗法的临床推广应用，使其走进千家万户，笔者组织有关学者，在参阅了大量文献资料的基础上，结合二十余年临床经验，选择临床上艾灸疗法应用的有效病症，认真编写了本书。本书的最大特点就是通俗易懂、图文并茂。对于书中涉及的艾灸治疗穴位我们均配了清晰的真人穴位图和艾灸治疗图，读者可根据书中简单通俗的文字说明，结合真人插图，轻松掌握书中介绍的艾灸治疗方法。希望本书的出版，能对艾灸疗法的推广应用起到积极的促进作用，使艾灸疗法为更多人祛除病痛，带来健康。

编者

2016年11月

目录

第一章 认识灸法	001
灸法的历史渊源.....	002
灸法的作用、适应证及禁忌.....	003
第二章 灸法分类和操作	007
艾炷灸法.....	008
艾条灸法.....	012
艾绒灸法.....	015
其他灸法.....	017
温针灸法.....	018
温灸器灸法.....	019
灸法的操作.....	021
第三章 呼吸系统疾病艾灸疗法	029
急性上呼吸道感染.....	030
慢性支气管炎.....	034
肺炎.....	037
支气管哮喘.....	039
肺气肿.....	043
肺结核.....	045

第四章 心血管系统疾病艾灸疗法	049
心律失常.....	050
高血压.....	056
低血压.....	059
第五章 消化系统疾病艾灸疗法	065
慢性胃炎、消化性溃疡.....	066
功能性消化不良、胃下垂.....	070
呕吐.....	074
膈肌痉挛.....	079
肠易激综合征.....	082
细菌性痢疾.....	086
便秘.....	092
病毒性肝炎.....	097
胆囊炎.....	101
第六章 泌尿生殖系统疾病艾灸疗法	107
慢性肾小球肾炎.....	108
尿路感染、慢性前列腺炎.....	113
前列腺增生.....	119
勃起功能障碍.....	125
早泄.....	132
第七章 内分泌系统和代谢性疾病艾灸疗法	137
甲状腺功能亢进症.....	138
糖尿病.....	144
高脂血症.....	150
肥胖症.....	155

第八章 血液系统疾病艾灸疗法	163
缺铁性贫血.....	164
再生障碍性贫血.....	170
血小板减少性紫癜.....	175
第九章 神经系统疾病艾灸疗法	183
三叉神经痛.....	184
面神经炎.....	187
面肌痉挛.....	189
脑梗死后遗症.....	193
癫痫.....	195
第十章 骨伤科疾病艾灸疗法	199
落枕.....	200
颈椎病.....	203
肩周炎.....	209
腰椎间盘突出症.....	216
腰肌劳损.....	221
膝关节骨性关节炎.....	225
踝关节扭伤.....	231
第十一章 妇科疾病艾灸疗法	235
慢性盆腔炎.....	236
痛经.....	241
功能性子宫出血.....	247
更年期综合征.....	255
子宫脱垂.....	260

第十二章 儿科疾病灸疗法.....	265
小儿肺炎.....	266
百日咳.....	274
小儿腹泻.....	279
营养不良.....	287
小儿遗尿.....	293
惊厥.....	298
脑瘫.....	305
流行性腮腺炎.....	310

艾灸

第一章

认识灸法

灸法的历史渊源



灸法有着悠久的历史，它的产生与火有密切的关系，在几千年的发展过程中得到了提高与完善。

灸法，古称灸。《说文解字》说：“灸，灼也，从火音灸，灸乃治病之法，以艾燃火，按而灼也。”可见，灸法是用艾绒或药物为主要灸材，点燃后放置腧穴或病变部位，进行烧灼和熏熨，借其温热刺激及药物作用，温通气血、扶正祛邪，以防治疾病的一种外治方法。灸法是针灸医学的主要组成部分，也是我国重要的传统非药物治疗法之一。灸法治病在我国有悠久的历史。

灸法属于温热疗法，与火的关系非常密切。早在大约5万年前的原始氏族公社时期，我们的祖先就懂得了用火来取暖、加热食物，尤其是1.8万年前的“山顶洞人”已掌握了人工取火的方法。火的发现和使用，为人类的生活、生存繁衍提供了必要条件，同时也是灸法产生的渊源。人们在烤火取暖时，身体某部位的病痛随之减轻或消失，如关节冷痛，从而发现烧灼熏烤可以治病，灸法便由此起源。灸法是随着火的应用而萌芽，并在其应用实践中不断发展的。

最初的灸，是采用树枝、柴草作灸材，以燃烧的明火熏烤。后来，发现艾绒性温易燃，燃烧持久而穿透力强，且没有明火，不会爆出火星而烫伤皮肤，便把艾绒作为主要灸材。

灸法的作用、适应证及禁忌



一、灸法的作用

灸法是通过使用施灸材料刺激腧穴激发经气起作用，从而达到调整机体组织器官功能的目的。灸法的应用范围非常广泛，既可用于机体各种病证的治疗，又用于防病保健。

(1) 温经通络，行气活血：艾灸有温经散寒、行气活血、通络止痛的作用，主治风、寒、湿引起的一切病证。

(2) 补中益气，回阳固脱：艾灸有补益中气、回阳固脱的作用，可治疗久泻、久痢、遗尿、脱肛、崩漏、阴挺、脱证等。

(3) 解表散寒，温中止呕：隔姜灸有解表散寒、温中止呕的作用，可用于外感风寒表证，以及虚寒型呕吐、胃病、泄泻等。

(4) 温肾壮阳：隔附子饼灸有温肾壮阳的作用，可用于命门火衰而致的遗精、阳痿、早泄。

(5) 拔毒散结，祛腐生肌：艾灸有拔毒消肿、散结止痛、祛腐生肌的作用，既可用于乳痈、瘰疬、疮疡疔肿、毒虫咬伤初期未化脓者，又可用于疮疡溃后久不收口。

(6) 保健强身，预防疾病：艾灸有保健强身、预防疾病的作用，常灸关元、气海、足三里等穴，可以鼓舞人体正气，增强抗病能力，起到预防保健的作用。

二、灸法的适应证

古代针灸典籍中有许多关于灸法适应证的记载，现代针灸医师将其进行了验证和系统整理。

1. 古代灸疗适应证

《灵枢·官能》曰：“针所不为，灸之所宜。”表明针刺灸法各有所长，灸法有其特殊疗效和适应范围，而且可以补针药之不足，凡针药无效时，改用灸法往往能收到较为满意的效果。古人通过长期大量的临床观察，发现灸法不仅能治疗体表的病证，而且能治疗脏腑的病证；既可治疗多种慢性病证，也可救治一些急重危症；灸法主要用于各种虚寒证的治疗，同时也可治疗某些实热证。其应用范围涉及临床各科，大致包括：外感表证、咳嗽痰喘、咯血衄血、脾胃虚证、气滞积聚、风寒湿痹、上盛下虚、厥逆脱证、妇儿诸疾、顽癣疮疡、瘰疬肿毒等。

除此之外，历代医著多有灸疗急症的载述，《黄帝内经》提到灸治癫狂、痲疽，《诸病源候论》有灸治中风、心痛的记载，《备急千金要方》《外台秘要》倡导灸治急难诸证，《太平圣惠方》最早记载灸治小儿急症，多达47种，《备急灸法》详述了22种急症的灸治方法，为灸治急症的专著，《针灸资生经》创天灸截疟，《外科正宗》力倡灸治疡科急症，《神灸经纶》对伤寒发热、白虎历节风、癫狂、中暑、肠痈、乳痈、青盲、喉痹等诸多病证均施以灸法。

古人在强身健体、预防疾病方面也积累了丰富的经验。保健灸在唐代开始得到重视，《千金翼方》云：“一切病皆灸三里三壮。”《外台秘要》进一步指出：“凡人年三十以上，若不灸足三里，令人气上眼暗。”到宋代灸疗的保健作用已被充分认识，《针灸资生经》提及：“气海者，元气之海也，人以元气为本，元气不伤，虽疾不害，一伤元气，无疾而死矣。宜频灸此穴，以壮元阳，若必待疾作而后灸，恐失之晚也。”除气海穴外，针灸医家还总结了其他的一些腧穴，如《扁鹊心书》云：“人于无病时，常灸关元、气海、命门、中脘……亦可保百余年寿矣。”张杲的《医说》强调“若要安，三里莫要干”。意指反复在足三里

穴施化脓灸可起到保健作用。元代医家王国瑞所编《玉龙经》载有：“膏肓二穴治病强，此穴原来难度量，斯穴禁针多着艾，二十一壮亦无妨。”

总之，古人认为艾灸对寒热虚实诸证都可应用，但无论用于何种疾病，医者都必须详察病情，细心诊断，根据患者的年龄和体质，选择合适的腧穴和施灸方法，运用适当的补泻手法和灸量，以辨证施灸为原则。

2. 现代灸疗适应证

(1) 内科病证：感冒、慢性支气管炎、支气管扩张症、支气管哮喘、缺血性心脏病、高血压、膈肌痉挛、慢性胃炎、胃下垂、慢性溃疡性结肠炎、腹泻、急性细菌性痢疾、食物中毒、病毒性肝炎、肝硬化、慢性肾炎、肾下垂、白细胞减少症、血小板减少性紫癜、糖尿病、肥胖病、甲状腺功能亢进症、类风湿关节炎、风湿性关节炎、硬皮病、雷诺病、脑血管疾病、癫痫、共济失调、急性脊髓炎、周围性面神经麻痹、面肌痉挛、股外侧皮神经炎、肌萎缩性侧索硬化症、精神分裂症、恶性肿瘤、放射反应、阳痿、功能性射精不能症、精液异常症等。

(2) 外科病证：急性炎症感染、急性淋巴管炎、急性乳腺炎、慢性前列腺炎、褥疮、血栓闭塞性脉管炎、血栓性浅静脉炎、腹股沟斜疝、痔、直肠脱垂、乳腺增生、前列腺肥大症、输血输液反应、冻疮等。

(3) 骨科病证：颞下颌关节紊乱症、颈椎病、肩周炎、肱骨外上髁炎、狭窄性腱鞘炎、强直性脊柱炎、急性腰扭伤、骨结核、骨关节炎等。

(4) 皮肤科病证：银屑病、神经性皮炎、带状疱疹、寻常疣、黄褐斑、腋臭、鸡眼、白癜风、斑秃等。

(5) 妇产科病证：慢性盆腔炎、功能性子宫出血、痛经、子宫脱垂、胎位不正、习惯性流产等。

(6) 儿科病证：小儿厌食症、婴幼儿腹泻、小儿遗尿、流行性腮腺炎、脑积水等。

(7) 五官科病证：睑腺炎、近视眼、青光眼、白内障、过敏性鼻炎、萎缩性鼻炎、急性扁桃体炎、急性化脓性中耳炎、内耳眩晕症、复发性口疮等。

(8) 健身保健：抗衰老、抗疲劳、戒烟等。

三、灸法的禁忌

灸法的禁忌大致包括以下几方面。

(1) 禁灸病证：无论外感热病或阴虚内热证，凡脉象数疾者禁灸；某些传染病期间出现大量吐血、高热、昏迷、抽搐，或身体极度衰竭忌灸；自发性出血或损伤后出血不止忌灸；无自制行为能力的精神病患者忌灸。

(2) 禁灸部位：颜面部不宜着肤灸；心脏虚里处、大血管处、关节部位、睾丸、乳头、阴部不可灸；妊娠期妇女下腹部以及腰骶部慎灸；皮肤感染、溃疡、瘢痕等部位不宜灸。

(3) 其他：过饱、过饥、过劳、大汗淋漓、大渴、大惊、大恐、大怒、醉酒者慎灸；妇女经期，慎用灸疗；少数对艾叶等灸材料过敏者可采用热艾仪或其他穴位刺激法。

第二章

灸法分类和操作