DVD-ROM

图解

Tujie

Haozhen zhenci shoufa

毫针针刺手法

主编/常小荣



人民军医出版社
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

需要全本请访问 www.ertongbook.com

图解毫针针刺手法

TUJIE HAOZHEN ZHENCI SHOUFA

主　　编　常小荣
副 主 编　袁宜勤　艾　坤
编　　者　杨茜芸　王　超　兰　蕾　郭婷湘
光盘翻译　杨茜芸　兰　蕾　陈华初

人民軍醫出版社
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS
北　京

图书在版编目（CIP）数据

图解毫针针刺手法 / 常小荣主编. —北京：人民军医出版社，2010.4

ISBN 978-7-5091-3499-3

Ⅰ. ①图… Ⅱ. ①常… Ⅲ. ①毫针疗法－图解 Ⅳ. ①R245.31-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2010）第 010145 号

策划编辑：张伏震 **文字编辑**：张 强 **责任审读**：周晓洲

出 版 人：齐学进

出版发行：人民军医出版社 **经销**：新华书店

通信地址：北京市 100036 信箱 188 分箱 **邮编**：100036

质量反馈电话：（010）51927290；（010）51927283

邮购电话：（010）51927252

策划编辑电话：（010）51927300-8725

网址：www.pmmp.com.cn

印、装：三河市春园印刷有限公司

开本：850mm×1168mm 1/32

印张：2 **字数**：32 千字

版、印次：2010 年 4 月第 1 版第 1 次印刷

印数：0001～4000

定价（含光盘）：18.00 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书，凡有缺、倒、脱页者，本社负责调换

内容提要

本书详细介绍了毫针的构造、规格、检查和修藏；针刺法的练习；针刺前的准备；进针法；针刺的方向、角度和深度；行针与得气；针刺补泻；飞经走气四法；留针与出针；异常情况的处理和预防；针刺注意事项等内容。为了方便读者学习，作者特别对针刺手法的动作要领和操作方法等内容，用图文对照的形式进行了描述。全书内容通俗易懂，图文并茂（随书附有光盘），适合中医药院校学生以及针灸爱好者学习参考。

目　录

第 1 章　毫针的构造、规格、检查和修藏 …… *1*

一、毫针的构造 …… *1*

二、毫针的规格 …… *2*

三、毫针的检查 …… *3*

四、毫针的修藏 …… *4*

第 2 章　针刺法的练习 …… *5*

一、指力练习 …… *5*

二、手法练习 …… *6*

三、实体练习 …… *7*

第 3 章　针刺前的准备 …… *8*

一、针具选择 …… *8*

二、体位选择 …… *9*

三、消毒 …… *12*

需要全本请访问 www.ertongbook.com

第 4 章　进针法 …… *14*

一、单手进针法 …… *15*

二、双手进针法 …… *16*

三、透穴法 …… *18*

四、针管进针法 …… *20*

第 5 章　针刺的方向、角度和深度 …… *21*

一、针刺的方向 …… *21*

二、针刺的角度 …… *22*

三、针刺的深度 …… *23*

第 6 章　行针与得气 …… *25*

一、行针 …… *25*

二、得气 …… *30*

第 7 章　针刺补泻 …… *32*

一、单式补泻手法 …… *32*

二、复式补泻手法 …… *36*

第 8 章　飞经走气四法 …… *41*

一、青龙摆尾 …… *41*

二、白虎摇头 …… *41*

三、苍龟探穴 …… *42*

四、赤凤迎源……43

第 9 章 留针与出针……44

一、留针法……44

二、出针法……44

第 10 章 异常情况的处理和预防……46

一、晕针……46

二、滞针……48

三、弯针……49

四、断针……51

五、血肿……52

六、气胸……53

七、刺伤内脏……54

八、刺伤神经干……55

第 11 章 针刺注意事项……57

第1章

毫针的构造、规格、检查和修藏

一、毫针的构造

毫针是用金属制作而成的，以不锈钢为制针材料者最常用。不锈钢毫针，具有较高的强度和韧性，针体挺直滑利，能耐高热、防锈，不易被化学物品腐蚀，故目前被临床广泛采用。

毫针的构造，分为针尖、针身、针根、针柄、针尾5个部分（图1）。

1. 针尖　是针身的尖端锋锐部分，亦称针芒，是刺入腧穴肌肤的关键部位。

2. 针身　是针尖至针柄间的主体部分，又称针体，是毫针刺入腧穴内相应深度的主要部分。

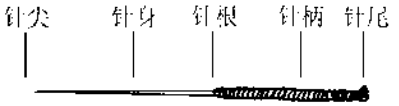


图 1　毫针的构造

3. 针根　是针身与针柄连接的部分，是观察针身刺入穴位深度和提插幅度的外部标志。

4. 针柄　是用金属丝缠绕呈螺旋状，为针根至针尾的部分，是医者持针、运针的操作部位，也是温针灸法装置艾绒之处。

5. 针尾　是针柄的末端部分，亦称针顶。

二、毫针的规格

毫针的规格，是以针身的直径和长度来区分的。详见表 1。

表 1　毫针的长度规格

寸	0.5	1.0	1.5	2.0	2.5	3.0	3.5	4.0	4.5
毫米	15	25	40	50	65	75	90	100	115

一般临床以粗细为 28～30 号（0.32～0.38mm）和长短为 1～3 寸（25～75mm）者最为常用见表 2。

表 2　毫针的粗细规格

号　数	26	27	28	29	30	31	32	33
直径(毫米)	0.45	0.42	0.38	0.34	0.32	0.30	0.28	0.26

《灵枢·官针》指出："九针之宜，各有所为，长短大小，各有所施也。不得其用，病弗能移。"说明不同针具有其各自的特点和作用，因此，不同病症应选用不同的针具。临床可根据患者的体质、体型、年龄、病情和腧穴部位等的不同，选用长短、粗细不同规格的毫针。

三、毫针的检查

每次使用之前，或使用之后，必须严格检查。如果发现针体有损坏现象应立即拣出，修理后再使用。

1. 检查针尖　检查针尖是否有卷毛或钩曲现象，可用右手拇、食、中三指执针柄一面捻转，一面用同手无名指端抵抹针尖，如有针尖卷毛钩曲即能觉察出来。已经消毒的毫针，可用左手执酒精棉球，裹住针身下段，右手持针柄，将针尖在棉球中反复旋转退出，如果发觉有不光滑处或退出后针尖上带有棉絮者，即是针尖毛钩。

2. 检查针身　针身弯曲或斑驳明显者，肉眼容易察觉。若弯曲少而不显著者，可将毫针平放在桌面上，慢慢滚动 360°，针身与桌面始终平贴者表示无弯曲，如发现滚动时某处不能与桌面紧贴，有拱形隆起者，即表示该处有弯曲，其弯曲程度与拱形隆起的高度成正比，高度越高则弯曲越多。

四、毫针的修藏

除了一次性应用的毫针外，每一患者反复使用的针具都应注意保养。保养针具是为防止针尖受损、针身弯曲或生锈、污染等。因此对针具应当妥善保存。藏针的器具有针盒、针管和针夹等。若用针盒或藏针夹，可多垫几层消毒纱布，将消毒后的针具，根据毫针的长短，分别置于或插在消毒纱布上，再用消毒纱布敷盖，以免污染，然后将针盒或针夹盖好备用。

需要全本请访问 www.ertongbook.com

第2章

针刺法的练习

针刺练习，主要是对指力和手法的锻炼。指力和手法必须常练，达到熟练程度后，则在施术时，进针快、透皮不痛，行针时，补泻手法运用自如。反之，指力与手法不熟练，则在施术时难以控制针体，进针困难，痛感明显，行针时动作不协调。针刺的练习，一般分三步进行。

一、指力练习

用松软的纸张，折叠成长 8 厘米、宽约 5 厘米，厚 2～3 厘米的纸块，用线如“井”字形扎紧，做成纸垫。练针时，左手平执纸垫，右手拇、食、中三指持

针柄，如持笔状地持 1～1.5 寸毫针，使针尖垂直地抵在纸块上，然后右手拇指与食、中指交替捻动针柄，并渐加一定的压力，待针穿透纸垫后另换一处，反复练习。纸垫练习主要是锻炼指力和捻转的基本手法（图 2）。

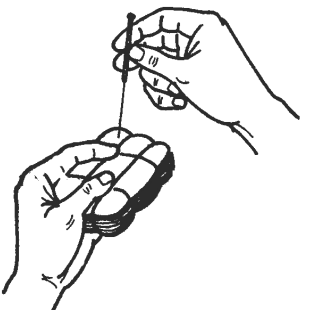


图 2　纸垫练习

二、手法练习

手法的练习主要在棉团上练习针法。取棉团一团，用棉线缠绕，外紧内松，做成直径 6～7 厘米的圆球，外包白布一层缝制即可练针。因棉团松软，可以练习提插、捻转、进针、出针等各种毫针操作手法的模拟动作。做提插练针时，以执笔式持针，将针刺入棉球，在原处做上提下插的动作，要求深浅适宜，幅度均匀，针身垂直（图 3）。

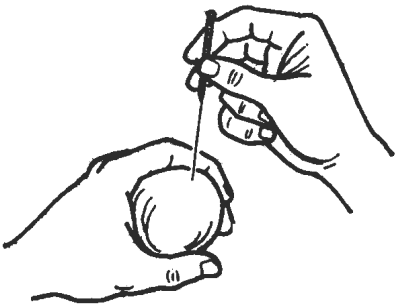


图 3　棉团练习

三、实体练习

通过纸垫、棉团的物体练针，掌握了一定的指力和手法后，可以在自己身体上进行试针练习，来亲身体会指力的强弱、针刺的感觉、行针的手法等。要求在自身练针时，能逐渐做到进针无痛或微痛，针身挺直不弯，刺入顺利，提插、捻转自如，指力均匀，手法熟练。

第3章

针刺前的准备

一、针具选择

在选择针具时，临床上应根据病人的性别、年龄、形体的肥瘦、体质的强弱、病情的虚实、病变部位的表里深浅和腧穴所在的部位，选择长短、粗细适宜的针具。如男性体壮、形肥、病变部位较深者，可选较粗、略长的毫针。反之，若女性体弱、形瘦，且病变部位较浅者，就应选用较短、较细的针具。至于根据腧穴的所在具体部位进行选针时，一般是皮薄肉少之处和针刺较浅的腧穴，选针宜短而针身宜细；皮厚肉多而针刺宜深的腧穴，宜选用针身稍长、稍粗的毫针。临床上选针常以将针刺入腧穴应至之深度，而针身还

应露在皮肤上少许为宜。如应刺入 0.5 寸，可选用 1 寸的毫针；应刺入 1 寸时，可选用 1.5～2 寸的毫针。

二、体位选择

针刺时患者体位选择的是否得当，对腧穴的正确定位，针刺的施术操作，持久的留针，以及防止晕针、滞针、弯针甚至折针等都有很大影响，如病重体弱或精神紧张的病人，采用坐位，易使病人感到疲劳，往往易于发生晕针。临床上针刺的常用体位主要有以下几种。

1. 仰卧位　适宜于取头、面、胸、腹部腧穴和上下肢部腧穴（图 4）。



图 4　仰卧位

2. 侧卧位　适宜于取身体侧面少阳经腧穴和上、下肢部分腧穴（图 5）。



图 5　侧卧位

3. 伏卧位　适宜于取头、项、脊背、腰骶部腧穴和下肢背侧及上肢部分腧穴（图 6）。



图 6　伏卧位

4. 仰靠坐位　适宜于取前头、颜面和颈前等部位的腧穴（图 7）。

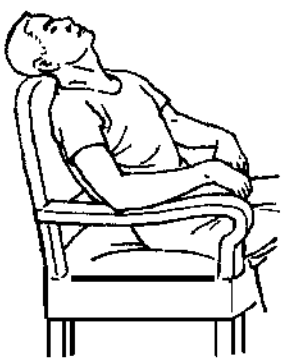


图 7　仰靠坐位

需要全本请访问 www.ertongbook.com