

# 针灸康复学

ZHEN JIU KANG FU XUE

唐赤蓉 著

陕西人民出版社



针灸康复学的发展概况  
针灸在康复保健医学中的地位  
经络及腧穴概述  
针灸法及其他疗法  
常见病症的针灸康复

# 针灸康复学

唐赤蓉 著

陕西人民出版社

## 图书在版编目 ( C I P ) 数据

针灸康复学 / 唐赤蓉著. —西安: 陕西人民出版社,  
2005

ISBN 7-224-07380-6

I. 针... II. 唐... III. 针灸学: 康复医学  
IV. R245

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 080493 号

## 针灸康复学

---

|      |                                   |
|------|-----------------------------------|
| 作 者  | 唐赤蓉                               |
| 出版发行 | 陕西人民出版社 (西安北大街 147 号 邮编: 710003)  |
| 印 刷  | 陕西省乾兴印刷厂                          |
| 开 本  | 850 mm×1168 mm 32 开 15 印张 4 插页    |
| 字 数  | 333 千字                            |
| 版 次  | 2006 年 6 月第 1 版 2006 年 6 月第 1 次印刷 |
| 印 数  | 1—1000                            |
| 书 号  | ISBN 7-224-07380-6/R·28           |
| 定 价  | 24.00 元                           |

---

责任编辑 张海潮  
封面设计 翟 竟  
版式设计 李又新

## 目 录

|                             |        |
|-----------------------------|--------|
| 概 论 .....                   | ( 1 )  |
| 一 针灸康复学的发展概况 .....          | ( 1 )  |
| 二 针灸在康复保健医学中的地位 .....       | ( 6 )  |
| 第一章 经络概述 .....              | ( 8 )  |
| 第一节 经络系统的组成 .....           | ( 8 )  |
| 一 十二经脉 .....                | ( 9 )  |
| 二 奇经八脉 .....                | ( 13 ) |
| 三 十五络脉 .....                | ( 14 ) |
| 四 十二经别、十二经筋、十二皮部 .....      | ( 15 ) |
| 第二节 经络的根结、标本与气街、四海 .....    | ( 16 ) |
| 一 根结与标本 .....               | ( 17 ) |
| 二 气街 .....                  | ( 18 ) |
| 三 四海 .....                  | ( 18 ) |
| 第三节 经络的生理功能、病理反应及临床应用 ..... | ( 19 ) |
| 一 经络的生理功能 .....             | ( 19 ) |
| 二 病理反应 .....                | ( 20 ) |
| 三 经络学说的临床应用 .....           | ( 21 ) |

|                            |      |
|----------------------------|------|
| <b>第二章 腧穴概述</b>            | (24) |
| 第一节 腧穴的概念和分类               | (24) |
| 一 腧穴的概念                    | (24) |
| 二 腧穴的分类                    | (24) |
| 第二节 腧穴的治疗作用                | (25) |
| 一 近治作用                     | (25) |
| 二 远治作用                     | (26) |
| 三 特殊作用                     | (26) |
| 第三节 特定穴                    | (28) |
| 一 特定穴的概念                   | (28) |
| 二 特定穴的分类和特点                | (28) |
| 第四节 腧穴的定位取穴方法              | (30) |
| 一 骨度分寸折量定位法                | (30) |
| 二 体表解剖标志定位取穴法              | (32) |
| 三 指寸定位取穴法                  | (33) |
| 四 简便定位取穴法                  | (34) |
| <b>第三章 十四经脉循行及针灸康复常用腧穴</b> | (35) |
| 第一节 手太阴肺经                  | (36) |
| 一 经脉循行                     | (36) |
| 二 所属经穴                     | (36) |
| 三 主治概要                     | (36) |
| 四 常用腧穴                     | (36) |
| 第二节 手阳明大肠经                 | (39) |
| 一 经脉循行                     | (39) |
| 二 所属经穴                     | (39) |
| 三 主治概要                     | (41) |

|                  |      |
|------------------|------|
| 四 常用腧穴 .....     | (41) |
| 第三节 足阳明胃经 .....  | (45) |
| 一 经脉循行 .....     | (45) |
| 二 所属经穴 .....     | (46) |
| 三 主治概要 .....     | (47) |
| 四 常用腧穴 .....     | (47) |
| 第四节 足太阴脾经 .....  | (56) |
| 一 经脉循行 .....     | (56) |
| 二 所属经穴 .....     | (57) |
| 三 主治概要 .....     | (58) |
| 四 常用腧穴 .....     | (58) |
| 第五节 手少阴心经 .....  | (62) |
| 一 经脉循行 .....     | (62) |
| 二 所属经穴 .....     | (63) |
| 三 主治概要 .....     | (64) |
| 四 常用腧穴 .....     | (64) |
| 第六节 手太阳小肠经 ..... | (66) |
| 一 经脉循行 .....     | (66) |
| 二 所属经穴 .....     | (66) |
| 三 主治概要 .....     | (68) |
| 四 常用腧穴 .....     | (68) |
| 第七节 足太阳膀胱经 ..... | (72) |
| 一 经脉循行 .....     | (72) |
| 二 所属经穴 .....     | (72) |
| 三 主治概要 .....     | (75) |
| 四 常用腧穴 .....     | (75) |

|                  |         |
|------------------|---------|
| 第八节 足少阴肾经 .....  | ( 89 )  |
| 一 经脉循行 .....     | ( 89 )  |
| 二 所属经穴 .....     | ( 90 )  |
| 三 主治概要 .....     | ( 90 )  |
| 四 常用腧穴 .....     | ( 91 )  |
| 第九节 手厥阴心包经 ..... | ( 95 )  |
| 一 经脉循行 .....     | ( 95 )  |
| 二 所属经穴 .....     | ( 95 )  |
| 三 主治概要 .....     | ( 96 )  |
| 四 常用腧穴 .....     | ( 96 )  |
| 第十节 手少阳三焦经 ..... | ( 100 ) |
| 一 经脉循行 .....     | ( 100 ) |
| 二 所属经穴 .....     | ( 101 ) |
| 三 主治概要 .....     | ( 101 ) |
| 四 常用腧穴 .....     | ( 102 ) |
| 第十一节 足少阳胆经 ..... | ( 106 ) |
| 一 经脉循行 .....     | ( 106 ) |
| 二 所属经穴 .....     | ( 106 ) |
| 三 主治概要 .....     | ( 107 ) |
| 四 常用腧穴 .....     | ( 108 ) |
| 第十二节 足厥阴肝经 ..... | ( 117 ) |
| 一 经脉循行 .....     | ( 117 ) |
| 二 所属经穴 .....     | ( 117 ) |
| 三 主治概要 .....     | ( 119 ) |
| 四 常用腧穴 .....     | ( 119 ) |
| 第十三节 督脉 .....    | ( 122 ) |

|                        |       |
|------------------------|-------|
| 一 经脉循行 .....           | (122) |
| 二 所属经穴 .....           | (122) |
| 三 主治概要 .....           | (124) |
| 四 常用腧穴 .....           | (124) |
| 第十四节 任脉 .....          | (131) |
| 一 经脉循行 .....           | (131) |
| 二 所属经穴 .....           | (132) |
| 三 主治概要 .....           | (133) |
| 四 常用腧穴 .....           | (133) |
| 第十五节 经外奇穴 .....        | (139) |
| 第四章 针灸法及其他疗法 .....     | (150) |
| 第一节 毫针刺法 .....         | (151) |
| 一 毫针的结构、规格、检查及收藏 ..... | (151) |
| 二 毫针针刺的练习 .....        | (152) |
| 三 针刺前的准备 .....         | (153) |
| 四 消毒 .....             | (155) |
| 五 毫针针刺法 .....          | (156) |
| 六 运针与得气 .....          | (160) |
| 七 针刺的补泻手法 .....        | (163) |
| 八 留针的时间与出针方法 .....     | (165) |
| 九 针刺异常情况的预防和处理 .....   | (166) |
| 十 针刺注意事项 .....         | (169) |
| 第二节 灸法 .....           | (170) |
| 一 灸法的功效 .....          | (170) |
| 二 灸法的分类与应用 .....       | (171) |
| 三 灸法的注意事项 .....        | (178) |

|                      |       |
|----------------------|-------|
| 第三节 拔罐法 .....        | (179) |
| 一 火罐的种类 .....        | (179) |
| 二 拔罐的操作方法 .....      | (180) |
| 三 拔罐法的应用 .....       | (182) |
| 四 拔罐的功用和适应证 .....    | (183) |
| 五 起罐方法和拔罐的注意事项 ..... | (184) |
| 第四节 头针疗法 .....       | (185) |
| 一 刺激区的定位取穴和主治 .....  | (185) |
| 二 头针操作方法和疗程 .....    | (193) |
| 三 头针疗法的适应证 .....     | (194) |
| 四 头针疗法的注意事项 .....    | (195) |
| 第五节 耳穴疗法 .....       | (195) |
| 一 耳穴与脏腑经络的关系 .....   | (195) |
| 二 耳廓表面的解剖名称 .....    | (196) |
| 三 耳穴的分布规律 .....      | (197) |
| 四 常用耳穴的定位和主治 .....   | (198) |
| 五 耳穴疗法的临床应用 .....    | (211) |
| 第四节 其他针法 .....       | (215) |
| 一 七星针疗法 .....        | (215) |
| 二 皮内针疗法 .....        | (216) |
| 三 三棱针疗法 .....        | (218) |
| 四 电针疗法 .....         | (220) |
| 五 穴位注射疗法 .....       | (222) |
| 第五章 康复治疗概论 .....     | (225) |
| 第一节 针灸康复的作用 .....    | (226) |
| 一 疏通经络 .....         | (227) |

|                      |       |
|----------------------|-------|
| 二 调节阴阳 .....         | (228) |
| 三 扶正祛邪 .....         | (228) |
| 第二节 针灸康复原则 .....     | (229) |
| 一 标本缓急 .....         | (230) |
| 二 补虚泻实 .....         | (232) |
| 三 温寒清热 .....         | (234) |
| 四 同病异治与异病同治 .....    | (235) |
| 五 局部与整体 .....        | (236) |
| 六 因时、因地、因人制宜 .....   | (237) |
| 第三节 特定穴的内容及其应用 ..... | (238) |
| 一 五输穴的内容及其应用 .....   | (239) |
| 二 原穴的内容及其应用 .....    | (242) |
| 三 络穴的内容及其应用 .....    | (243) |
| 四 背俞穴的内容及其应用 .....   | (244) |
| 五 募穴的内容及其应用 .....    | (245) |
| 六 八脉交会穴的内容及其应用 ..... | (246) |
| 七 八会穴的内容及其应用 .....   | (247) |
| 八 郄穴的内容及其应用 .....    | (247) |
| 九 下合穴的内容及其应用 .....   | (248) |
| 十 交会穴的内容及其应用 .....   | (249) |
| 第四节 针灸康复配穴处方 .....   | (250) |
| 一 选穴原则 .....         | (250) |
| 二 配穴方法 .....         | (253) |
| 三 治疗时间 .....         | (257) |
| 第五节 辨证论治 .....       | (259) |
| 一 八纲证治 .....         | (260) |

|                            |              |
|----------------------------|--------------|
| 二 脏腑证治 .....               | (263)        |
| 三 经络证治 .....               | (270)        |
| 四 气血证治 .....               | (274)        |
| <b>第六章 常见疾病的针灸康复 .....</b> | <b>(277)</b> |
| 第一节 内科常见疾病 .....           | (277)        |
| 一 感冒 .....                 | (277)        |
| 二 咳嗽 .....                 | (280)        |
| 三 哮喘 .....                 | (284)        |
| 四 呕吐 .....                 | (287)        |
| 五 泄泻 .....                 | (290)        |
| 六 胃痛 .....                 | (294)        |
| 七 腹痛 .....                 | (298)        |
| 八 便秘 .....                 | (301)        |
| 九 脱肛 .....                 | (305)        |
| 十 癃闭 .....                 | (307)        |
| 十一 淋证 .....                | (310)        |
| 十二 水肿 .....                | (313)        |
| 十三 遗精 .....                | (317)        |
| 十四 阳痿 .....                | (319)        |
| 十五 消渴 .....                | (322)        |
| 十六 肥胖 .....                | (325)        |
| 十七 头痛 .....                | (327)        |
| 十八 面痛 .....                | (332)        |
| 十九 胸痹 .....                | (335)        |
| 二十 胁痛 .....                | (338)        |
| 二十一 痹证 .....               | (341)        |

|                   |       |
|-------------------|-------|
| 二十二 痿证 .....      | (345) |
| 二十三 眩晕 .....      | (349) |
| 二十四 高血压 .....     | (353) |
| 二十五 面瘫 .....      | (356) |
| 二十六 半身不遂 .....    | (359) |
| 二十七 不寐 .....      | (363) |
| 二十八 郁证 .....      | (366) |
| 二十九 癲狂 .....      | (369) |
| 三十 痫证 .....       | (373) |
| 第二节 内伤科常见疾病 ..... | (376) |
| 一 落枕 .....        | (376) |
| 二 颈椎病 .....       | (378) |
| 三 漏肩风 .....       | (381) |
| 四 肘劳 .....        | (384) |
| 五 腱鞘囊肿 .....      | (386) |
| 六 扭伤 .....        | (387) |
| 七 腰痛 .....        | (389) |
| 八 坐骨神经痛 .....     | (392) |
| 第三节 妇儿科常见疾病 ..... | (395) |
| 一 月经不调 .....      | (395) |
| 二 痛经 .....        | (399) |
| 三 经闭 .....        | (402) |
| 四 崩漏 .....        | (405) |
| 五 绝经期前后诸证 .....   | (408) |
| 六 带下病 .....       | (410) |
| 七 不孕 .....        | (413) |

|                   |       |
|-------------------|-------|
| 八 胎位不正 .....      | (415) |
| 九 阴挺 .....        | (416) |
| 十 乳少 .....        | (419) |
| 十一 小儿惊风 .....     | (420) |
| 十二 遗尿 .....       | (423) |
| 十三 疳积 .....       | (425) |
| 第四节 外科常见疾病 .....  | (427) |
| 一 风疹 .....        | (427) |
| 二 湿疹 .....        | (430) |
| 三 蛇丹 .....        | (432) |
| 四 粉刺 .....        | (434) |
| 五 牛皮癣 .....       | (437) |
| 六 扁平疣 .....       | (439) |
| 七 斑秃 .....        | (441) |
| 八 痔疮 .....        | (443) |
| 九 肠痛 .....        | (445) |
| 第五节 五官科常见疾病 ..... | (447) |
| 一 目赤肿痛 .....      | (447) |
| 二 近视 .....        | (449) |
| 三 耳鸣、耳聋 .....     | (451) |
| 四 聤耳 .....        | (454) |
| 五 聋哑 .....        | (456) |
| 六 鼻渊 .....        | (457) |
| 七 牙痛 .....        | (459) |
| 八 咽喉肿痛 .....      | (461) |

## 概 论

针灸康复医疗有悠久的历史，长期以来在历代医家的努力下，针灸康复学的内容不断得到补充、完善，逐步发展成为独立的一门学科。其康复理论与治疗方法对临床康复有着良好的指导作用，为我国医疗事业的发展作出了重要的贡献。

### 一 针灸康复学的发展概况

针灸康复学是以中医理论为指导，通过运用针刺、艾灸等方法作用于人体一定的穴位上，以调节脏腑、经络、气血的功能，达到防治疾病、促使病人身体康复的一门临床学科。它是中医康复医疗的重要手段，祖国医学的重要组成部分。

“康复”是恢复的意思，即“恢复到原来正常或良好的状态”。对某些伤残、慢性病、急性病后期和精神情志的恢复，并使之恢复到最佳状态，针灸在这方面有着悠久的历史和丰富的内容，而且具有适应证广、疗效显著、操作简便、容易掌握、安全无副作用、经济等优点，深受广大劳动人民的欢迎。它对中华民族的繁衍昌盛作出了巨大的贡献，同时对世界医学也产生了深远的影响。

中医古籍中虽无康复医学的名称，但针灸用于康复医学的内容却大量散见于多种医书中。古代许多针灸著作中记载了用针灸预防疾病的具体方法，如《灵枢·九针十二原》说：“毫针者……以取痛痹；长针者……以取远痹”等，都是针灸用于康复的内容。杨继洲在《针灸大成》中说：“或手足顽麻，此风邪入脏之候……几遇春秋二时，常灸此七穴，以泄风气，若素有风人，尤当留意。”指出有中风先兆时可在春秋二季施行灸法，并提出了具体施灸的穴位。此外，将针灸作为延年益寿的方法，如灸足三里等穴，也广为应用，效果很好。

将针灸法用于慢性疾病的康复，在《黄帝内经》中就有不少记载。历代针灸著作及现代临床上，不少慢性疾病的康复，如半身不遂、肢体关节疼痛、麻木、头痛、眩晕、慢性心血管疾病、胃肠道疾病、神经系统疾病等等，采用针灸促使其康复均有较好的效果。因此，针灸是康复医学的重要措施。

针灸康复医学起源于我国远古时代，针灸是我国历代劳动人民在长期与疾病作斗争中创造和发展起来的一门医学，也是我国医学家在医疗实践中的经验结晶。

早在我国远古时代（即石器时代），人们就开始用锐利的小石片（称为“砭石”，针的前身），来刺激人体的病痛部位，以治疗疾病。随着人类智慧和社会生产技术的不断发展，人们使用金属来制成金针、银针、铜针、铁针，代替了原始的石针。特别是九针的出现，更扩大了针灸的应用范围，促进了针灸学术飞越发展，针灸理论也不断得以升华。《灵枢》记载了九针的规格和用途。

远古，火的应用，人们逐渐发现身体的某一部位由于受到火的烘烤而感觉舒适或因此减轻了病痛，于是通过反复实践，

终于找到易于点燃、火力缓和，并具有温通血脉作用的艾蒿一类植物，作为施灸的原料，从而形成了灸法。春秋时期的孟轲在《孟子·离娄·桀纣章》中说：“犹七年之病，求三年之艾。”

随着生产力的发展，医学的进步，针灸用具、材料的不断改革，扩大了针灸治病的范围，提高了治疗效果，用于康复的内容也随之增多，其方法也多种多样，有力地促进了针灸康复与学术的发展。

目前，在针灸康复方面除毫针、灸法外，还有耳针、头针、皮肤针、电针、水针、挑治、指针、拔罐、磁疗、穴位敷药等，大大丰富了康复的内容。

1973年在湖南长沙市郊外马王堆三号汉墓（墓葬于公元前168年）出土的医学帛书中，有两种古代经脉著作，即《足臂十一脉灸经》和《阴阳十一脉灸经》是有关经络的最早记载。它论述了十一脉的循行分布、病候表现和灸法治疗，根据其足臂、阴阳的命名特点，称为“足臂十一脉灸经”和“阴阳十一脉灸经”，反映了针灸学核心理论经络学说的早期面貌。

秦汉时期的《黄帝内经》，是我国现存最早的一部医学经典著作。其内容包括《素问》和《灵枢》两部分，各有九卷计81篇。其中《灵枢》又称针经，大部分内容是讲针灸的理论和治疗经验。较为完善地论述了经脉、腧穴、刺灸方法、治疗原则以及针灸的适应证和禁忌证等，对针灸医学作了比较系统的总结。可见当时针灸学已经比较成熟，为后世针灸学术的发展奠定了坚实基础。

大约成书于汉代的《难经》，相传为扁鹊所著，其内容大部分是以《黄帝内经》为基础，以阐明《内经》为要旨。全书共有81条，对经络、腧穴等采用互相问答的方式对各种疑难问