

神奇的中华经穴疗法丛书



奇
穴
疗
法

赵永祥 邓 媛 编著
李彦知 杨建宇

中原农民出版社

图书在版编目(CIP)数据

奇穴疗法/赵永祥,邓媛等编著. —郑州:中原农民出版社,
2007.2

(神奇的中华经穴疗法丛书)

ISBN 978-7-80641-982-3

I. 奇… II. ①赵… ②邓… III. 奇穴—针灸疗法
IV. R245

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第085309号

出版社:中原农民出版社

(地址:郑州市经五路66号 电话:0371—65751257

邮政编码:450002)

发行单位:全国新华书店

承印单位:河南省瑞光印务股份有限公司

开本:890mm×1240mm A5

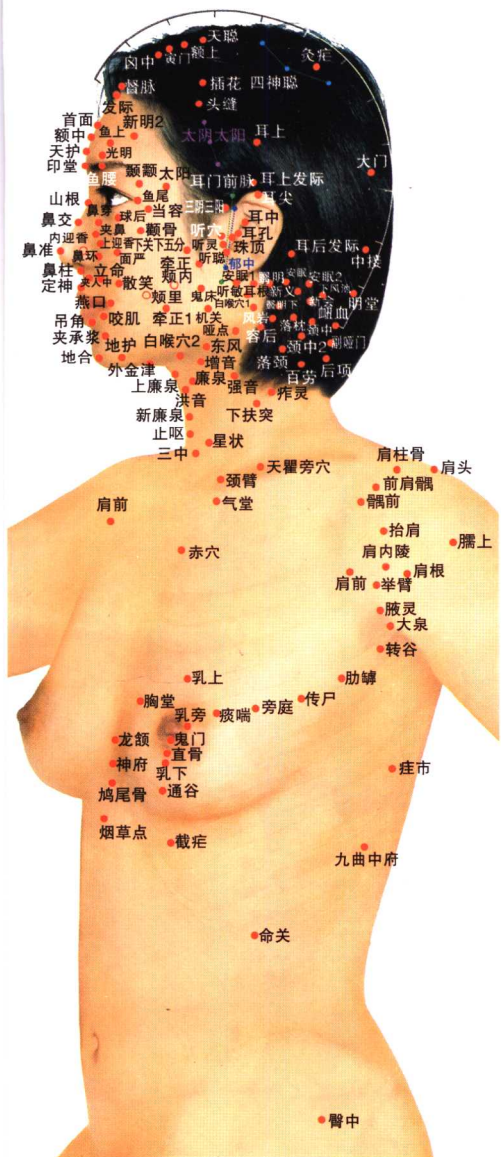
印张:3.5 插页:2

字数:78千字 印数:1—5000册

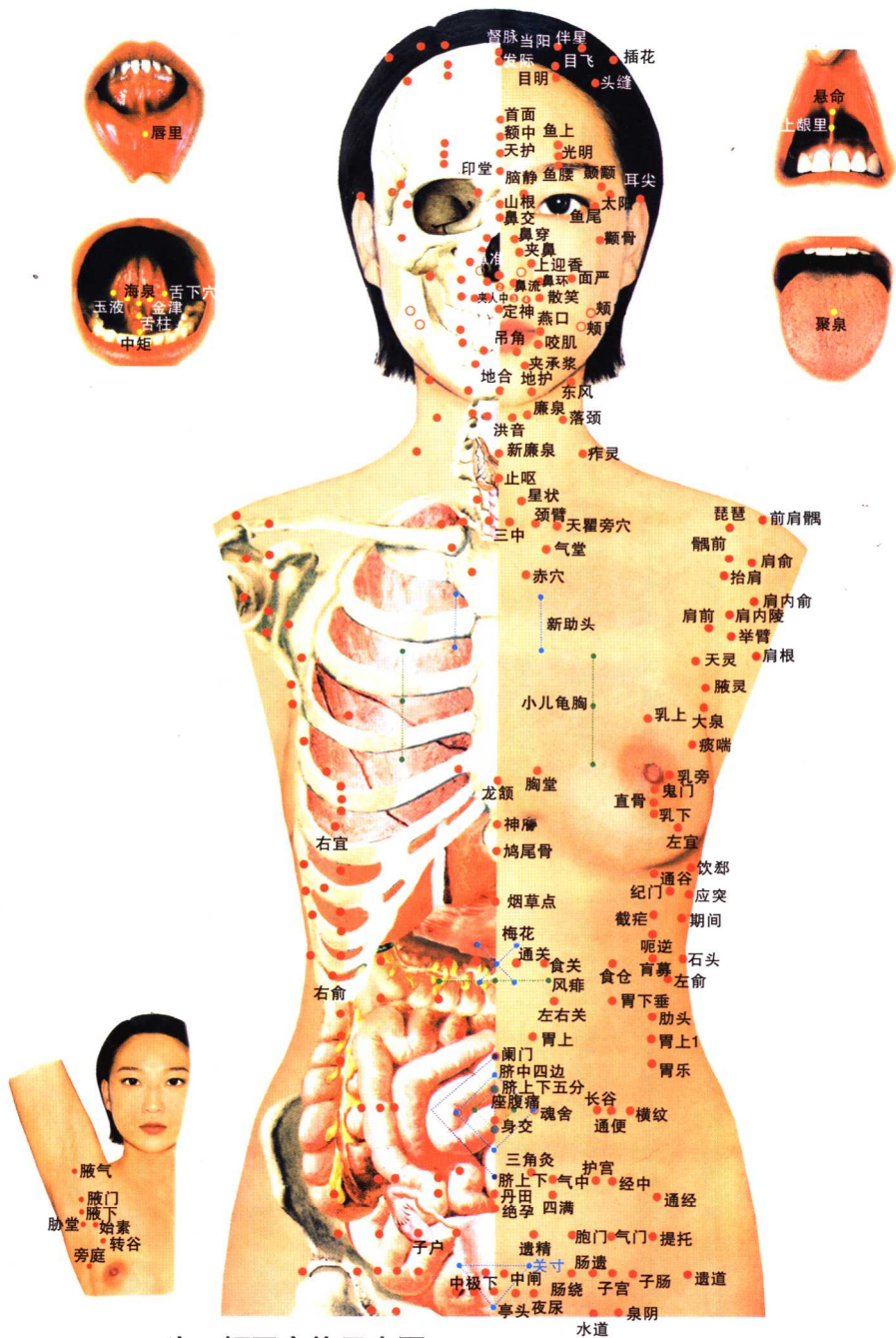
版次:2007年2月第1版 印次:2007年2月第1次印刷

书号:ISBN 978-7-80641-982-3 定价:11.00元

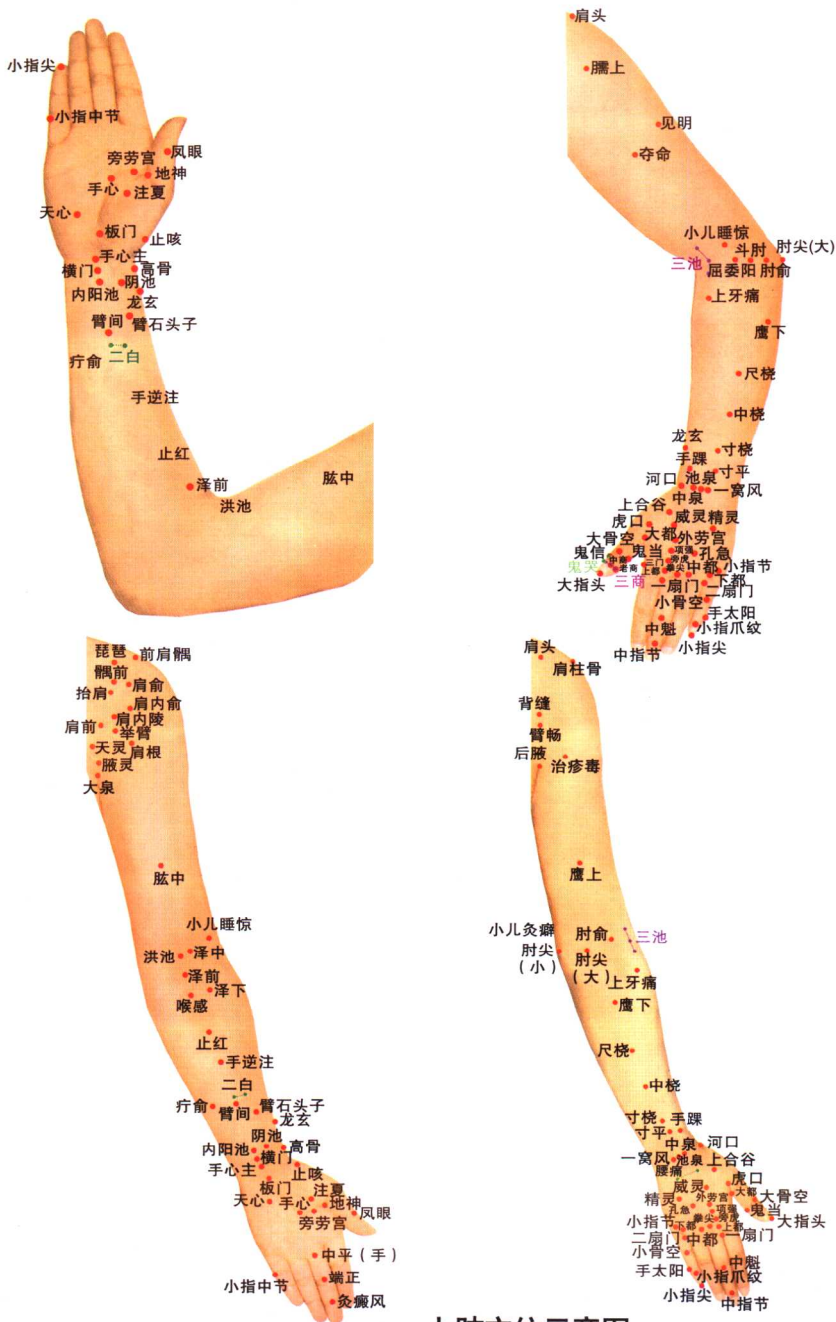
本书如有印装质量问题,由承印厂负责调换



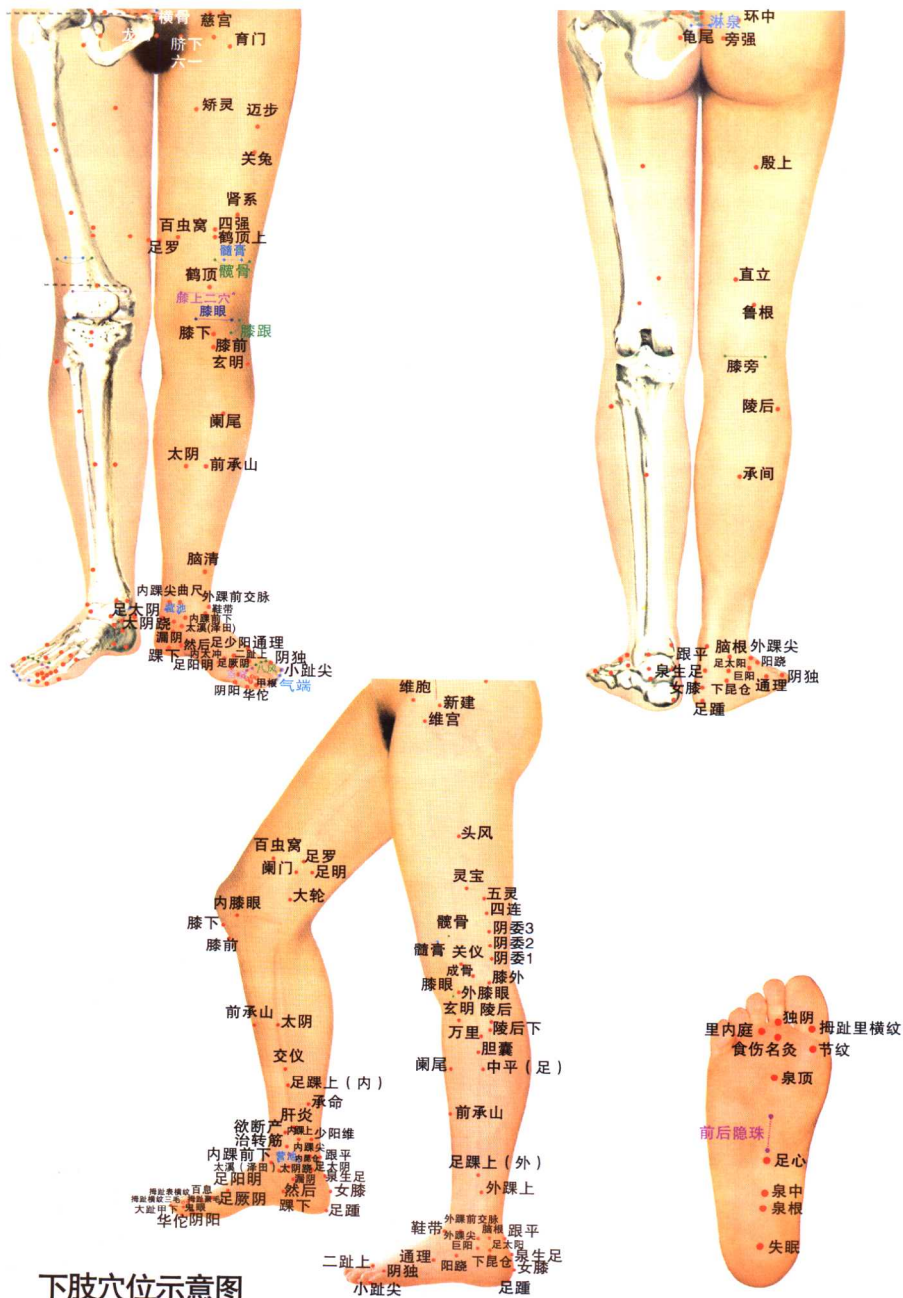
头、躯干穴位示意图



头、躯干穴位示意图



上肢穴位示意图



下肢穴位示意图

“神奇的中华经穴疗法丛书” 编委会

名誉主编	程莘农			
主 编	杨建宇			
副 主 编	吴大真	周宜强	李俊德	李彦知
	张文范	刘从明	孙永章	程 凯
编 委	杨金生	尚志华	黄 涛	王仰宗
	王少松	魏素丽	赵建成	刘 平
	柳百智	徐菁鸿	(台湾)	

本书作者

赵永祥 邓 媛 李彦知 杨建宇



出版者的话

中华经穴疗法是祖国医学重要的组成部分,是医药学家和广大人民群众长期与疾病做斗争中创造的一种神奇疗法。以操作简便、适应证广、疗效明显、经济安全等优点,备受广大群众的欢迎。为了帮助大家熟练掌握这一古老而神奇的疗法,特请国家选定的著名老中医、学术继承导师、中国工程院院士、国家攀登课题经络研究首席科学家程莘农教授担任“神奇的中华经穴疗法丛书”的名誉主编。精选深受大家喜爱和简便有效的点穴疗法、经筋疗法、奇穴疗法、经穴灸法、刮痧疗法、经穴磁疗、经穴敷贴疗法、耳穴压豆疗法、经穴美容、经穴减肥 10 种疗法。每种疗法都单独成册,每册作者均为资深专业医师,解答读者最关心的问题。根据疾病和养生等情况所选的每一个经穴都详述具体位置,书中附有常用经穴图,便于读者查找。本丛书还用通俗的语言介绍了每种疾病的具体操作方法及特别提示等,使读者能够一看就懂、一学就会。如果你能掌握几种经穴疗法,为你和家人调理气血、通畅经络、平衡阴阳、治疗疾病、保健养生,将会使你的家庭更和睦、更温馨、更幸福,这也是我们组织编写本丛书的初衷。

最后,祝愿广大读者朋友们健康快乐每一天!



基础知识篇

1. 什么是奇穴? ……(1)
2. 奇穴的取穴方法有哪些? ……(1)
3. 常用奇穴的治疗方法有哪些? ……(4)

治疗疾病篇

- | | |
|-------------------|---------------------|
| 1. 麦粒肿……(5) | 2. 眼睑下垂……(6) |
| 3. 眼肌麻痹……(7) | 4. 假性近视……(8) |
| 5. 色盲症……(9) | 6. 角膜炎……(10) |
| 7. 老年性白内障……(11) | 8. 眼皮振跳……(12) |
| 9. 结膜炎……(12) | 10. 鼻塞不通……(13) |
| 11. 声音嘶哑……(14) | 12. 急性扁桃体炎……(15) |
| 13. 牙痛……(16) | 14. 下颌关节功能紊乱症……(17) |
| 15. 疔疮……(18) | 16. 急性腰扭伤……(19) |
| 17. 慢性腰背痛……(19) | 18. 落枕……(20) |
| 19. 肩胛部肌肉疼痛……(21) | 20. 三角肌疼痛……(22) |
| 21. 背部肌肉疼痛……(23) | 22. 腹部肌肉疼痛……(24) |
| 23. 臀部肌肉疼痛……(24) | 24. 肩周炎……(25) |

25. 网球肘……………(26) 26. 颈椎病……………(26)
27. 腰椎骨质增生……………(27) 28. 膝关节半月板损伤……………(28)
29. 膝关节创伤性滑膜炎……………(28) 30. 髋关节损伤……………(29)
31. 足跟痛……………(30) 32. 脚弱病……………(31)
33. 跟腱炎……………(31) 34. 痔疮……………(32)
35. 斑秃……………(33) 36. 寻常疣……………(35)
37. 带状疱疹(35) 38. 神经性皮炎……………(36)
39. 荨麻疹……………(36) 40. 银屑病……………(37)
41. 痤疮……………(38) 42. 头皮脱屑……………(39)
43. 小儿营养不良……………(40) 44. 小儿斜颈……………(41)
45. 小儿遗尿症……………(42) 46. 小儿麻痹症……………(43)
47. 小儿急惊风……………(44) 48. 小儿疝气……………(45)
49. 小儿脱肛……………(46) 50. 小儿消化不良……………(47)
51. 小儿流涎症……………(48) 52. 头痛……………(49)
53. 眩晕……………(51) 54. 高血压……………(52)
55. 脑血管意外……………(53) 56. 失眠……………(57)
57. 癫痫……………(58) 58. 面神经麻痹……………(59)
59. 脑震荡后遗症……………(60) 60. 神昏……………(61)
61. 神经官能症……………(62) 62. 面肌痉挛……………(63)
63. 上呼吸道感染……………(64) 64. 支气管炎……………(65)
65. 支气管哮喘……………(67) 66. 中暑……………(68)
67. 吐血……………(69) 68. 胸痛……………(70)
69. 心律失常……………(71) 70. 呕吐……………(72)
71. 腹泻……………(72) 72. 腹痛……………(73)
73. 便秘……………(74) 74. 胃痛……………(75)
75. 急性胃肠炎……………(76) 76. 泌尿系结石……………(77)
77. 肾炎……………(78) 78. 肥胖症……………(79)

- | | |
|----------------------|----------------------|
| 79. 多汗症……………(80) | 80. 贫血……………(82) |
| 81. 血小板减少症……………(83) | 82. 痛风……………(84) |
| 83. 风湿性关节炎……………(86) | 84. 糖尿病……………(87) |
| 85. 甲状腺功能亢进……………(88) | 86. 闭经……………(89) |
| 87. 痛经……………(91) | 88. 月经不调……………(92) |
| 89. 外阴瘙痒……………(93) | 90. 子宫脱垂……………(94) |
| 91. 盆腔炎……………(94) | 92. 不孕症……………(95) |
| 93. 妊娠呕吐……………(97) | 94. 胎位不正……………(98) |
| 95. 乳汁不足症……………(98) | 96. 更年期综合征……………(100) |



基础知识篇

1. 什么是奇穴?

奇穴是指既有一定的名称,又有明确的位置,但尚未归入或不便归入十四经系统的穴位,这类穴位的主治范围比较单纯,多数对某些病症有特殊疗效,因未归入十四经系统,故又称“经外奇穴”。“奇”字是多音多义字,一音(qí),具有特殊、非常、变化莫测之义;一音(jī),具有零数、零星之义。“奇穴”一称最初可能是取义于后者,为十四经经穴以外的零星穴,后因奇穴医者往往用以出奇制胜,所以把奇穴音作功效奇异之穴,逐渐约定俗成。

“经外奇穴”同十四经穴一样,是在“以痛为输”的阿是穴(阿是原意是指当指压病人痛处时,病人会因疼痛而喊“啊”,故称压痛点为“阿是穴”),它可弥补十四经穴在临床治疗上的不足。“经外奇穴”并不意味完全脱离经络体系,有很多的奇穴如印堂、崇骨等就直接分布在经络循行路线上。奇穴与经穴的区别在于这类腧穴常常是独立存在的,有“奇零”之含义。奇穴之“奇”字的含义中还有对一些疾病有奇特效果的意思,故奇效腧穴被称奇穴。

2. 奇穴的取穴方法有哪些?

在临床上,治疗效果与取穴位置是否正确,有着密切联系,



在取穴时应从多方面去配合取穴,但最主要的方法应靠折量骨度等法。

◆骨度分寸定位法 是指主要以骨节为标志,将两骨节之间的长度折量为一定的分寸,用以确定腧穴位置的方法。不论男女、老少、高矮、胖瘦,均可按一定的骨度分寸在其自身测量,常用的骨度分寸见下表。

常用骨度分寸表

分部	起止点	常用骨度	度量法	说明
头部	前发际 至后发际	12寸	直寸	如前后发际不明,从眉心量至大椎穴18寸,眉心至前发际3寸,大椎穴至后发际3寸
	耳后两完 骨(乳突)之间	9寸	横寸	用于量头部的横寸
胸腹部	天突至歧骨 (胸剑联合)	9寸	直寸	1.胸部与肋部取穴直寸,一般根据肋骨计算,每一肋骨折作1.6寸 2.“天突”指穴名的部位
	歧骨至脐中	8寸		
	脐中至横骨 上廉(耻骨 联合上缘)	5寸		
	两乳头之间	8寸	横寸	胸腹部取穴的横寸,可根据两乳头之间的距离折量。女性可用左右缺盆穴之间的宽度来代替两乳头之间的横寸
背腰部	大椎以下 至尾骶	21椎	直寸	背部腧穴根据脊椎定穴。一般临床取穴,肩胛骨下角相当第七(胸)椎,髂嵴相当第十六椎(第四腰椎棘突)
	两肩胛骨脊 柱缘之间	6寸	横寸	





续表

上肢部	腋前纹头(腋前皱襞)至肘横纹	9寸	直寸	用于手三阴、手三阳经的骨度分寸
	肘横纹至腕横纹	12寸		
侧胸部	腋以下至季肋	12寸	直寸	“季肋”指第十一肋端
侧腹部	季肋以下至脾枢	9寸	直寸	“脾枢”指股骨大转子
下肢部	横骨上廉至内辅骨上廉(股骨内髁上缘)	18寸	直寸	1. 用于足三阴经的骨度分寸 2. “膝中”的水平线:前面相当于犊鼻穴,后面相当于委中穴
	内辅骨下廉(胫骨内髁下缘)至内踝高点	13寸		
	脾枢至膝中	19寸		
	臀横纹至膝中	14寸		
	膝中至外踝高点	16寸		
	外踝高点至足底	3寸		

◆手指同身寸法

中指同身寸:用患者中指同拇指屈成环状,以中指第二节侧面,两端纹头为1寸,适用于四肢所有的直向及背部的横向度量。

一夫法:是以患者食指、中指、无名指、小指四指并拢,以中指横纹处为标准,而折为3寸,可用于背部之横向,下肢、小腿





和下腹的直向度量。

拇指法:是以患者拇指节间横纹两端之长为1寸;或以大拇指甲根后横度为1寸,适用于四肢部的直寸取穴法。

3. 常用奇穴的治疗方法有哪些?

◆**毫针刺法** 一般来讲粗细为0.25~0.35毫米和长短为1~3寸者最为常用。毫针刺入穴位后,为使患者产生针刺感应,使针感向一方向扩散、传导而采取的一些方法。针刺部位有胀、麻、酸等自觉反应。

◆**三棱针** 是用于点刺放血。用它刺破患者身体的一定穴位或浅表血络,放出少量血液治疗疾病的方法称刺络法,也叫放血疗法。

◆**电针疗法** 是在针刺穴位后,在针上通过以接近人体生物电的微量电流,以加强对穴位的刺激,从而达到防治疾病的一种疗法。它的优点是针与电两种刺激相结合,故对某些疾病能提高疗效,电针的适用范围和毫针疗法基本相同,故其治疗范围较广,现今医院中常用于各种痛症、内脏器官功能失调、损伤性疾病等。

◆**皮肤针疗法** 又叫“梅花针”。为针浅刺法,是多以短针浅刺人体一定部位或穴位的一种针刺方法,促使机体恢复正常,从而达到防治疾病的目的。一般可穴位叩刺、局部叩刺,故应用范围较广。

◆**灸法** 以艾绒作主要原料制成艾条或艾炷,点燃后在体表一定部位或穴位进行灼、熨、熏、烧,给躯体以温热刺激,是防病和保健的一种疗法。灸法多用于寒证、虚证。隔姜灸就是切一片姜,厚度2~3毫米,大小约壹圆硬币大,再把艾炷放到姜上灸。隔盐灸用干燥的食盐填敷于脐部或于盐上置一片薄姜片,上置大艾炷施灸。





治疗疾病篇

1. 麦粒肿

(1) 针灸治疗

主穴

◆**麦粒肿** 第四、第五胸椎棘突之间旁开3寸,左右各1穴。

◆**太阳** 眉梢与目外眦之间向后约1寸处凹陷中。

配穴

◆**鱼腰**(眉毛的中心)、**耳后静脉**三条(耳壳内侧三条静脉,左右共6穴)。

方法

◆针麦粒肿穴和鱼腰穴,出针后针眼微出血,耳后静脉三条用粗针或三棱针点刺放血小滴,每日1次;太阳穴用艾条灸5~10分钟,以局部皮肤充血为宜,每日1次。

(2) 挑治疗法

◆在左右肩背处,寻找红色或淡红色丘疹,常规消毒后,挑出白色小点后稍挤出血即可。

(3) 拔罐疗法

选穴

◆**崇骨**(项部正中线,顶肌隆起间沟中,第六、第七颈椎棘



突之间凹陷中)、下百劳(大椎穴两侧各 1.3 寸处)。

方法

◆用三棱针点刺出血后拔罐,一般 3~5 分钟,皮下出现轻度瘀血即可,隔日 1 次。

(4) 特别提示

◆麦粒肿严禁捏挤,以免加重肿胀,个别因捏挤导致炎症,甚至危及生命。

2. 眼睑下垂

(1) 针灸治疗

主穴

◆**太阳** 眉梢与目外眦之间向后约 1 寸处凹陷中。

◆**鱼腰** 眉毛的中心。

◆**光明** 额部,瞳孔正视时之上方,眉毛之上缘。

配穴

◆发际(眼外眦直上前发际边缘,或前发际正中点两侧各 3 寸处)、气堂(胸骨柄颈静脉切迹上方凹陷两侧,锁骨与胸骨之关节部凹陷中)、阿是穴(以压痛点或其他反应点作为穴位)。

方法

◆进针后,留针 30 分钟,出针后使针孔微出血,上眼睑下垂较重者,可在局部用 0.5 寸毫针沿皮下向上透刺,并排 3 针,留针 30 分钟,每日 1 次。

(2) 梅花针疗法

选穴

◆**太阳**(眉梢与目外眦之间向后约 1 寸处凹陷中)。

方法

◆轻度刺激法叩刺太阳穴,使之微出血,隔日 1 次。

