

中医优势治疗技术丛书

◆ 总主编 周然 张俊龙

脐疗

脐疗是利用少量中草药敷贴于脐中穴，通过脐部对药物的吸收，激发经络之气，以疏通经络、调和气血、调整脏腑的阴阳平衡，从而达到治疗目的的一种古老的中医外治法。



编著
高海宁



科学出版社

中医优势治疗技术丛书

◆ 总主编 周 然 张俊龙

脐 疗

编著 高海宁



科学出版社

北 京

内 容 简 介

全书内容共分上、下两篇。上篇脐疗优势治疗技术概论,系统介绍了脐疗优势治疗的学术源流、基本原理、药物制备、技术规范、操作规程、适应证和禁忌证及注意事项。下篇脐疗优势治疗技术的临床应用收录了内、外、妇、儿、男性、皮肤、五官等科共约80种常见病证,在脐部运用传统药物敷脐法、膏药贴脐法、灸脐法、熨脐法等多种脐疗良方妙法,方法简单,可操作性强,且无毒副作用。

本书图文并茂,深入浅出,可适用于广大基层临床医生阅读,也可供适宜人群参考。

图书在版编目(CIP)数据

脐疗 / 高海宁编著. —北京: 科学出版社, 2014. 6

(中医优势治疗技术丛书/周 然, 张俊龙主编)

ISBN 978-7-03-041264-5

I. 脐… II. 高… III. 脐-中药外敷疗法 IV. R244. 9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 128442 号

责任编辑: 郭海燕 曹丽英 / 责任校对: 郭瑞芝

责任印制: 肖 兴 / 封面设计: 王 浩

绘图: 北京眺艺企业形象策划工作室

科学出版社 出版

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码: 100717

<http://www.sciencep.com>

新科印刷有限公司 印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2014 年 6 月第 一 版 开本: B5 (720×1000)

2014 年 6 月第一次印刷 印张: 13 3/4

字数: 243 000

定价: 39.80 元

(如有印装质量问题, 我社负责调换)

《中医优势治疗技术丛书》

总编委会

总 主 编 周 然 张俊龙

副总主编 张 波 冀来喜 郭 蕾 施怀生 田岳凤
赵建平 雷 鸣

成 员 (按姓氏笔画排序)

于晓强	王 军	王玉壁	王海军	韦 玲
毋桂花	成金枝	乔之龙	乔云英	任剑锋
刘 宁	闫川慧	关 芳	许凯霞	芦 玥
李 莉	李 蕾	李希贤	李建仲	李钦青
李晓亮	杨俊刚	吴秋玲	张卫东	张天生
张斌仁	陈筱云	武峻艳	金晓飞	孟立强
赵 琼	侯玉铎	贺文彬	贺振中	袁 叶
柴金苗	高海宁	曹玉霞	葛惠玲	韩国伟
程艳婷	焦黎明	窦志芳	樊凯芳	

总 前 言

中医学历经几千年的发展，形成了独特的理论体系和完善的治疗技术体系。其治疗技术体系大体分为两类，一为遣方用药。它被作为中医治疗疾病的主体方法。时至今日，我们中医临床工作者诊疗疾病多处方开药，人民群众也多选择服用汤丸膏散等内服药物祛病疗疾。概因理法方药为中医辨证论治体系的高度概括。二为中医优势技术。翻开一部中医学的发展简史，我们不难看到，人们在经历了长期的无数次实践以后，早在新石器时代，就已经会运用针法、灸法、按摩术、止血法这些原始的、朴素的、简单的医疗技术。从砭石到九针，从针刺到药物贴敷，从神农尝百草到丸散膏丹汤饮酒露的制剂技术，从推拿正骨手法到小夹板的应用，这些都是时代的创造、医家的发明，都是当时社会发展条件下的医学领域的领先技术。经过历代医家的不懈努力和探索，这些技术内容丰富、范围广泛、历史悠久，体现了其临床疗效确切、预防保健作用独特、治疗方式灵活、费用比较低廉的特点，传承着中医学的精髓和特色。

这些优势技术或散见于民间，或零散于古籍记录，或濒临失传，面临着传承和弘扬的两大难题。2009年，国务院出台的《关于扶持和促进中医药事业发展的若干意见》中就强调指出：“老中医药专家很多学术思想和经验得不到传承，一些特色诊疗技术、方法濒临失传，中医药理论和技术方法创新不足。”也有专家痛心疾首地指出，“近年来，中医药特色优势淡化，手法复位、小夹板等‘简、便、验、廉’的诊疗手段逐渐消失或失传。”由此可见，传承、发展并不断创新中医技术迫在眉睫、刻不容缓。

近年来的医改实践证明，中医药在满足群众医疗保健需求、减缓医药费用上涨、减轻患者和医保负担等方面发挥了很好的作用，缓解了群众看病就医问题，放大了医改的惠民效果。人民群众对中医药感情深厚、高度

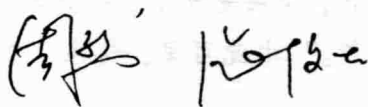


信赖，中医药作为一种文化已经深深地渗入中国百姓的日常生活当中。中医的一些技术特别是非药物方法，普通百姓易于接受、也易于掌握使用，可获得性强，适用于广大人民群众的生身保健和疾病治疗，很多人自觉不自觉地运用中医药的理念和优势技术进行养身健体、防治疾病。

传承和发展中医药技术是每一名中医药人的使命担当。正如国医大师邓铁涛教授所说：“中医之振兴，有赖于新技术革命；中医之飞跃发展，又将推动世界新技术革命”。我们山西中医学院将学科发展的主攻方向紧紧锁定中医药技术创新，不断深化学科内涵建设，凝练学科研究方向，组建优势技术创新研发团队，致力于中医药技术的研究、开发、规范制定和应用推广，以期推动中医药技术的创新和革命，为人民群众提供更多的中医药技术储备和技术应用。

因此，我们组织既有丰富临床经验，又有较高理论素养的专家学者，编写了这套《中医优势治疗技术丛书》。丛书以中医优势治疗技术为主线，依据西医或中医的疾病分类方法，选取临床上常见病、多发病为研究对象，突出每一种优势技术在针对这些常见病、多发病治疗时的操作规程，旨在突出每一项技术在临床实践中的知识性、实用性和科学性。

这套丛书既是国家“十二五”科技支撑计划分课题“基层卫生适宜技术标准体系和评估体系的构建及信息平台建设研究和示范应用”、国家中医药管理局重点学科“中医治疗技术工程学”和山西省特色重点学科“中医学优势治疗技术创新研究”的阶段研究成果，也是我们深入挖掘、整理中医药技术的初步探索，希望能够指导基层医疗卫生机构和技术人员临床操作，方便中医药技术爱好者和家庭自疗者参考使用。



2014年3月

目 录

上篇 脐疗优势治疗技术概论

1 脐疗的学术源流	2
2 脐疗的基本原理	4
3 脐疗的药物制备	6
4 脐疗的技术规范	7
5 脐疗的适应证和禁忌证	11
6 脐疗的优势和注意事项	13

下篇 脐疗优势治疗技术的临床应用

7 感冒	16
8 支气管炎	22
9 支气管哮喘	27
10 癫痫	32
11 失眠	35
12 胃痛	38
13 呕吐	43
14 膈肌痉挛	48
15 腹痛	51
16 泄泻	54
17 痢疾	59
18 便秘	63
19 头痛	67
20 偏头痛	71
21 眩晕	73
22 积聚	77
23 尿潴留	80
24 糖尿病	84

25	自汗、盗汗	87
26	高血压病	90
27	腰痛	93
28	风湿性关节炎	95
29	月经不调	98
30	痛经	102
31	闭经	105
32	带下病	108
33	崩漏	111
34	不孕症	114
35	妊娠呕吐	117
36	产后血晕	120
37	产后腹痛	122
38	产后小便不通	124
39	产后瘀病	127
40	子宫脱垂	129
41	新生儿黄疸	132
42	新生儿脐患	135
43	小儿感冒	138
44	小儿支气管炎	140
45	小儿支气管哮喘	143
46	小儿泄泻	145
47	小儿厌食	148
48	小儿遗尿	150
49	百日咳	152
50	小儿口疮	154
51	小儿汗证	156
52	脱肛	158
53	急性乳腺炎	160
54	乳腺增生病	162
55	胆囊炎、胆石症	164
56	疝气	166
57	皮肤瘙痒症	169

58	荨麻疹	171
59	疥疮	174
60	面部雀斑	176
61	口臭	178
62	口疮	180
63	遗精	183
64	早泄	186
65	阳痿	188
66	前列腺肥大	192
67	慢性前列腺炎	196
68	针眼	199
69	急性结膜炎	201
70	慢性咽炎	203
71	过敏性鼻炎	205
72	面肌痉挛	207

上

篇

脐疗优势治疗技术概论



1 脐疗的学术源流

脐疗法有着悠久的历史，它是在古代药熨、敷贴的基础上发展起来的。在原始社会里，人们为了生存，常常与猛兽做斗争，受伤后他们用树叶、草茎、兽皮、泥灰等涂敷伤口，发现有些植物外敷能减轻疼痛和止血，甚至可以加快创伤的愈合；使用砭石刺血治病，这便是外治法的起源，也可以说是医疗的萌芽。

随着社会生产力的发展和文字的出现，医学经验的积累和传播得以突破性发展。殷商时期，巫医盛行，有巫医太乙真人和巫医彭祖，分别创有太乙真人熏脐法和彭祖熏脐法，以防治疾病、养生延年，使彭祖年寿八百。此说的真实性有待考虑，但脐疗法能防治疾病、益寿延年却是可能的事。

春秋战国时期的帛书《五十二病方》，全书共300方，现整理好283方，其中外治法达一半以上。在外治法中，有熏、浴、洒、沃、敷、涂、膏、封等用法，诸法中就包括肚脐填药、敷药、涂药及角灸脐法。

秦汉时期，脐疗法开始从一般运用逐渐上升到理论上的初步探索。《黄帝内经》对脐的论述中有脐与十二经脉、五脏六腑相关学说的论述，也有脐的生理、病理、诊断、治疗和预后等，为脐疗法的发展奠定了坚实的理论基础。

晋代，皇甫谧在其所著的《针灸甲乙经》中，明确指出脐中禁刺，并运用灸脐疗法治疗不孕症、水肿、腹水、腹痛、肠鸣等病症，至今仍有临床指导意义。晋代医家葛洪在《肘后备急方》中开始运用食盐等填入脐以治疗疾病，“（霍乱）苦烦闷凑满者……以盐内脐中灸二七壮”，这实际上开创了药物灸脐法的先河。

隋唐时期，孙思邈《千金要方》和《千金翼方》，王焘《外台秘要》等书籍，广泛记载了脐疗法，如《千金要方》中有“治虚寒腹痛，上吐、下泻，以吴茱萸纳脐，帛布封之”。此外，孙氏的宝贵经验，足以为我们临床提供借鉴。在此时期，还发明了许多脐疗膏药，如今仍然用的“紫金膏”、“太乙膏”等均源于此时。

宋金元时期，脐疗法得到了更好的发展。在《太平圣惠方》、《圣济总录》、《本事方》、《扁鹊心书》、《南阳活人书》等医籍中，对脐疗的记载颇多，其运用之验，制法之精，是前所未有的。如《太平圣惠方》治“卒中，不知人，四肢厥逆，附子研末置脐上，再灸之，可活人。”《圣济总录》中“腹中寒冷，泄泻久不愈，暖脐膏贴脐，则病已。”可见宋金元时期脐疗已得到了普遍的应用。

明代，脐疗的应用更加普遍。李时珍在《本草纲目》中载有大量的脐疗方剂，用于许多疾病。如治“小儿盘肠，内钩腹痛，用葱汤洗儿腹，仍以炒葱捣贴脐上，良久，尿出痛止。”“治大腹水肿，以赤根捣烂，入元寸贴脐心，以帛束定，得小便利，则肿消”。张介宾《类经图翼》，对脐的生理及其重要性做了理论上的阐述。此外，李中梓《医宗必读》、杨继洲《针灸大成》均有脐疗的论述或记载。说明明代对脐疗的应用更加普遍，方剂日益增多，内容更加充实。

清朝，脐疗法得到了空前的应用。清政府组织编写的医学丛书《医宗金鉴》中，明确指出神阙穴“主治百病”，用葱白捣烂加麝香少许敷脐，加以冷热刺激，治疗小便癃闭点滴难出之证。足见脐疗在当时已被宫廷广泛接受。晚清，这一疗法已经被普遍应用，当时浙江外治专家吴师机的专著《理渝骈文》的出现，使脐疗法发展到了更臻于完善的境界。在脐疗理论方面，吴师机对脐疗的作用原理、药物选择、用法用量、注意事项及辨证施治等方面，都从莅临上做了系统的论述，使脐疗形成了独特的理论体系。在临床治疗方面，记载有贴脐、填脐、纳脐、涂脐、敷脐、掺脐、蒸脐、灸脐等疗法的验方达数百之多，并用以通治内、外、妇、儿、五官、皮肤等各科疾患。学习和研究脐疗者，《理渝骈文》是第一部必读之著作。

当代，随着中医事业的发展，脐疗在理论探讨和临床应用中都有了不少发展和创新。但在20世纪70年代以前，较少有人问津，至70年代后期和80年代初期，人们才又逐渐重新发现和注意到这一宝贵遗产，尤其是近年来，越来越多的人开始意识到脐疗的优越性。现代医学科学技术对脐疗法进行了多方面的探索，也取得了可喜的成果。研究表明：脐疗有提高集体免疫力、抗衰老、抗肿瘤、抗过敏、调节自主神经、改善微循环的作用。

2 脐疗的基本原理

脐疗法，是中医治疗疾病的一种古老的外治方法，是利用少量中草药敷贴于脐中穴，通过脐部对药物的吸收，激发经络之气，以疏通经络、调和气血、调整脏腑的阴阳平衡，从而达到治疗目的的一种疗法。对于其基本原理，概括诸多医家认识，有以下看法：

2.1 经络作用

经络学说认为，经络是特有的人体结构和组成部分之一，是人体运行气血的通道，是沟通内外、上下的一个独特系统，它内属于脏腑，外络于肢节，遍布全身，将人体脏腑组织器官联系成为一个有机的整体。经络系统包括十二经脉、奇经八脉、十二经别、十五络脉及其外围所联系的十二经筋和十二皮部。其中十二经脉是主题，奇经八脉具有沟通、联络和统帅十二经脉的作用，可以主导调节全身经脉、脏腑气血的盛衰。

脐，即是奇经八脉之一“任脉”上的一个重要穴位，名神阙，又名脐中、气舍、维会、命蒂、前命门等。脐既与十二经脉相连，也与十二脏腑和全身相通，为经络之总枢，经气之汇海，通过任、督、冲、带四脉而统属于全身经络，联系五脏六腑。在正常情况下，任督冲带经气相通，阴阳相济，调节各脏腑、经脉的正常生理活动。若各部气血阴阳发生病理改变，通过刺激神阙穴调整任督冲带的功能，可达到“阴平阳秘，精神乃治”的目的。

2.2 药物作用

药物脐疗法是将药物敷于脐窝而防治疾病的一种疗法，药物通过脐穴皮肤的渗透和吸收作用，使药物进入血液，参与血液循环，发挥治疗作用。同时通过药物对脐穴的刺激，以激发经络之气，通过血管的吸收和输送，发挥明显的药理作用。所以，清代外治专家吴师机的《理渝骈文》中说：“外治之理，即内治之理；外治之药，亦即内治之药；所异者，法耳！”其意是说贴脐疗法是属于外治之法，虽然给药途径和方法与内治法不同，但其治疗疾病的原理是一致的。脐联系全身经脉，药物经脐部皮肤吸收后，可循经络贯穿全身，直达病所而起治疗

作用。

解剖学表明：脐在胎儿时期，表面包有羊膜，内有一对脐动脉、一条脐静脉以及结缔组织。胎儿出生切断脐带包扎后，脐动脉与脐静脉逐渐封闭。脐静脉在脐到肝的一段成为肝圆韧带，肝后缘到下腔静脉间的一段成为静脉韧带。脐动脉封闭后所残存的遗迹居脐外侧壁中，成为脐外侧韧带。脐的结构从外至内依次为皮肤、致密瘢痕组织、脐筋膜和腹膜壁层。内部是小肠。脐部腹部下有助动脉、静脉分支。脐区受第10肋间神经前皮支的内侧支支配。

随着皮肤生理、生化和理化研究的进展，人们发现肚脐具有皮肤薄、敏感度高、含有大量微血管、渗透性强、吸收力快等特点。脐在胚胎发育过程中为腹壁最后闭合处，表皮角质层最薄，屏障功能较差，且脐下无脂肪组织，皮肤筋膜和腹膜直接相连，故渗透力强。药物分子较易透过脐部皮肤的角质层，进入细胞间质，迅速弥散入血而通达全身。

从解剖部位来看，脐部靠近盆腔和腹腔，此处有腹腔丛、肠系膜间丛、腹下丛及盆腔丛等自主神经丛存在，还有最主要的神经节，如腹腔节、肠系膜节、主动脉肾节、肠系膜下节等。它们支配腹腔和盆腔内所有的脏腑器官和血管。

可见，脐部既是人体最重要的部位，也是最敏感、最有利于药物吸收的部位。

2.3 神经作用

根据近年尸体解剖观察发现，在穴位（包括脐中穴）的各层组织中，往往具有丰富的神经末梢、神经丛和神经束。根据各家对经络的见解，都认为经络与周围神经、中枢神经、神经节段有着密切的关系，因而药物贴脐作用于经络的同时，也必然作用于神经。现代研究表明，不断地刺激脐部皮肤，会使脐部皮肤上的各种神经末梢进入活动状态，以促进人体的神经、体液调节作用和免疫功能，改善各组织器官的功能活动，达到防治疾病的目的。

3 脐疗的药物制备

3.1 脐疗的用药特点

脐疗是常用的外治疗法。吴师机在《理渝骈文》中对外治法用药的特点有精辟论述，堪为脐疗用药之准则，因其与内服药物不同，故概述如下：

1) 必须配伍善于通经走络、开窍透骨、拔毒外出之品为引。如常用的有姜、葱、蒜、韭、白芥子、花椒、蓖麻子、凤仙草、轻粉、穿山甲、冰片等，可根据不同情况酌选1~3味即可。

2) 脐疗用药，一般应是气味俱厚之品，或力猛有毒之药，且多生用，如半夏、苍术、吴茱萸等。因其药力从外而入，气味清淡之品不易收效。

3) 多用温通、有芳香气味的药物，如丁香、乳香、樟脑等，以有利于药物吸收和促进气血流通。

4) 脐部给药，热药较凉药效果好，攻药较补药见效快。

5) 若用膏药贴脐，选用补药时多用血肉有情之品，如羊肉、猪肾、牛胞衣等。

3.2 脐疗的用药剂型

1) 散剂：将药物制成细末。使用时取适量填脐内，外用纱布、胶布固定。

2) 糊剂：将药物研细末，再用适当的溶剂（如水、醋、酒、唾液、鸡蛋清、凡士林、蜂蜜等）调成糊状，外敷脐部，上盖纱布，胶布固定。

3) 饼剂：将药物研末后，加少许溶剂（多用水）调成饼状（比糊状硬）；或将药物研末后，加用一些鲜药（如葱白等）捣在一起，制成饼状。然后贴敷脐部。

4) 膏剂：是将药物研细末后配香油、黄丹等炼制而成。用时烘热烊化贴脐部。

5) 丸剂：药物研细末后，依法制成圆球形大小不一的药丸，同时取药丸填脐部。

4 脐疗的技术规范

4.1 贴敷脐部法

贴敷脐部法即将药物制成一定的剂型外敷于脐部的方法，是脐疗的最主要和最常用的方法，又简称为贴脐法。贴脐法又可分为以下数法：

1) 填法：将药物填于脐内。多用散剂或丸、丹剂，用药部位一般局限于神阙穴内。

2) 敷法：将鲜药捣烂敷于脐部；或用干的药末用水调和成膏状敷于脐部。用药部位可部局限于脐孔内，较填法范围较大。

3) 覆法：将用量较多的药物捣烂或研末或调糊膏，覆盖在脐部及脐周围，用药部位较大已不局限于神阙穴。

4) 涂法：将药汁、药膏、药稀糊等涂擦于脐部。

5) 滴法：将药汁根据病情需要温热或冰凉后，一滴滴徐徐滴入脐内，以达到治疗目的，称为滴法。

6) 熨法：用药物切粗末炒热布包，趁热外熨脐部。

7) 贴法：将药物制成膏药贴于脐部，如暖脐膏贴脐法。

8) 掺法：将药物少许研细末掺于膏药上，外贴于脐部的方法。

4.2 灸脐疗法

灸，烧灼的意思。灸疗，就是利用燃烧某些材料产生的温热，或利用某些材料直接与皮肤接触来刺激身体的一定部位而防治疾病的一种方法。因灸用材料多用艾，故可分为艾灸法和非艾灸法。在脐部运用灸疗的方法，称为灸疗脐部法（图1），简称为灸脐法。可分为以下数法：

1) 悬起灸：点燃艾条，手持之在脐部上方悬起灸之，距离以脐部感觉温热但又能耐受为度。根据手法的不同，又可分为温和灸、回旋灸和雀啄灸。

2) 隔物灸：先在脐部或脐内放置药物，再放艾炷或艾条灸之，即艾炷与脐部皮肤之间有药物间隔。脐疗法常采用隔物灸，如隔盐灸脐法、隔姜灸脐法、隔附子饼灸脐法等。



图1 灸脐

3) 蒸脐法：又称为熏脐法、温脐法。是将药物研细末填满脐部，上置艾炷灸的一种方法。多用于虚证、泌尿生殖系统疾病和用于养生保健。如太乙真人熏蒸法、彭祖小接命熏脐法等。

4) 熨法：将艾绒平铺于脐部，再盖几层布，用熨斗在上面熨之，可发挥热熨及艾的双重作用。常用于虚寒、痿、痹等证。

5) 日光灸：将艾绒平铺在脐腹部，在日光下暴晒的方法，既有日光浴，又有艾的作用。常用于虚寒腹痛、慢性虚弱疾病、小儿缺钙、皮肤色素变性等。

6) 温灸器灸：用专门制作的灸疗器械在脐部施灸。温灸器械的种类很多，可以根据不同的情况选择使用。

7) 天灸：又名自灸，近代称为发泡疗法。天灸脐部是用对皮肤有刺激性的药物敷贴脐部，使局部充血、起泡又如艾疮，以其能发泡如火燎，故名曰灸。常用的药物有白芥子、吴茱萸、甘遂、蓖麻子、蒜泥等。

4.3 拔罐脐部法

拔罐脐部法是在脐部拔火罐的方法，因拔罐古称角法，故拔罐脐部法又称为角脐法。角脐法是通过罐内负压，使被拔的脐部皮肤充血、瘀血，以达到防治疾病的目的。常用的拔罐法有：

1) 闪火法：用镊子夹酒精棉球一个，点燃后放罐内绕1~3圈，然后将火退出，并迅速将罐扣在脐部。

2) 架火法：用不易燃烧和传热的物体，如瓶盖、小酒盅等，置于脐部，然后滴入95%的乙醇溶液数滴，或放入一酒精棉球，用火点燃后，迅速将罐扣于