



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

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



人民军医出版社

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

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，能耐高温、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。

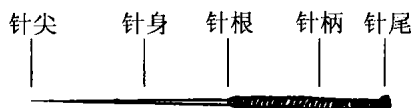


图 1 毫针的构造

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。

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）。

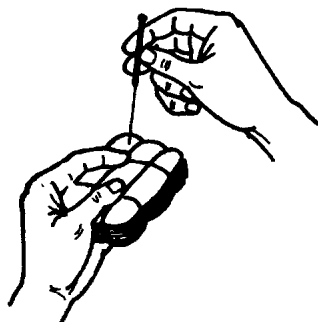


图 2 纸垫练习

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）。

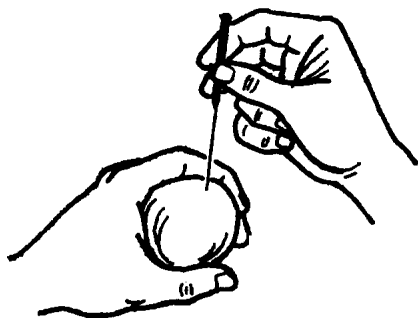


图3 棉团练习

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. 俯卧位 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）。

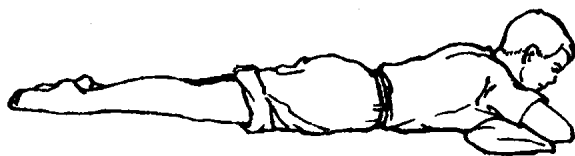


图 6 俯卧位

4. 仰靠坐位 适宜于取前头、颜面和颈前等部位的腧穴（图 7）。

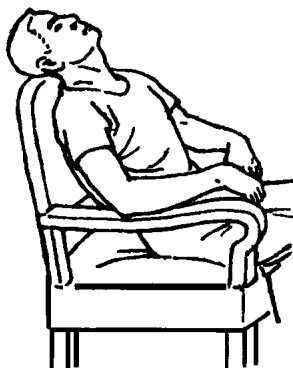


图 7 仰靠坐位