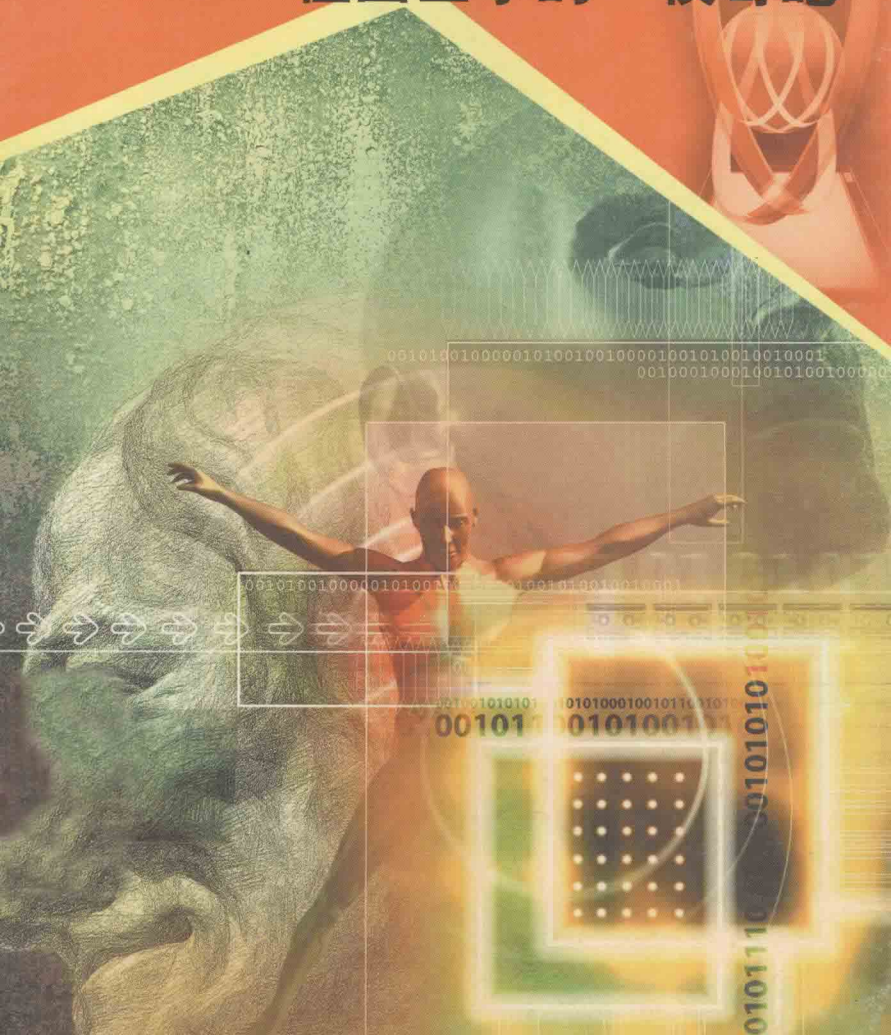


E XUE WEN GONG

科学文丛

针 灸

——祖国医学的一枝奇葩



科学文丛

针灸

——祖国医学的一枝奇葩

(36)

广州出版社出版

图书在版编目 (CIP) 数据

科学文丛. 何静华 主编. 广州出版社. 2003.

书号 ISBN7-83638-837-5

I. 科学... II. III. 文丛

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 082275 号

科学文丛

主 编: 何静华
形继祖

广州出版社

广东省新宜市人民印刷厂

开本: 787×1092 1/32 印张: 482.725

版次: 2003 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 1-5000 套

书号 ISBN 7-83638-873-5

定价: (全套 104 本) 968.80 元

目 录

针灸是怎样产生的	(1)
人体有多少条经络,是怎样分布的	(6)
经络是怎么被发现的	(9)
探索经络的奥秘	(12)
什么是腧穴、全身有多少腧穴	(18)
骨度分寸——独树一帜的取穴方法	(22)
包罗万象的腧穴命名	(24)
能够“侦察”癌症的穴位	(28)
古代九针与新九针	(33)
皇甫谧与《针灸甲乙经》	(39)
铜人与古代针灸考试	(42)
色彩纷呈的针灸治法	(47)
能诊治疾病的耳朵	(55)
观眼治病	(59)
不怕螫的病人	(65)
神奇的针刺麻醉	(68)

不手术也不用药的美容减肥术	(76)
没有痛苦的戒烟戒酒戒毒	(81)
使人长寿的灸法	(87)
中国针灸是何时流传到国外的	(93)
享誉世界的中国针灸	(100)

针灸是怎样产生的

在祖国医学的宝库里，有一支极其绚丽的奇葩，那就是做为炎黄子孙引以为骄傲的针灸治法。针灸以它非常独特的治疗方式，为我们中华民族的繁衍昌盛起到了重要的作用。

说到针灸，许多人会立刻想到就是用针来刺激人体的穴位。这种认识不够完全，实际上针灸是两种不同的治疗方法，是针刺和艾灸的统称。而现代所说的针灸，它的含义、它所包括的内容就更加广泛了，凡是在针刺和艾灸两种治疗方法的基础上发展变化而来的所有治法，也都归于针灸治法之中了。那么，针灸究竟是怎么产生的呢？这就要追溯到几万年前的古人类所生活的时代了。

针刺的工具最初可不是金属制造的，那时人类还不知金属为何物，最早的针具是石块制作的。在远古的时候，人们靠打猎、或是采摘植物的果实、挖掘植物的茎根为生，有时不小心会被一些尖硬、锐利的石块，或是荆棘刺伤，尽管受伤的部位会出血，会有些疼痛，但有时也会使原来的病痛减轻或消失，这种情况多次、反复出现，人们就从最初的无意间受到刺激，开始主动地、有意识地用一些石块来刺激身体的一些部位，来减轻伤痛和疾病。比如，在打猎时被野兽咬伤，或是在追捕猎物时摔伤，受了伤的部位感染化脓，形成了一个大脓肿，非常疼痛。为了生存还要劳动，不能出去打猎，就在居处附近挖植物根茎，不慎

又被尖利的石块刺中,使脓肿破裂,脓血流出,结果反而使脓肿消退,伤口愈合。以后凡是遇到这种情况,人们就会用尖锐的石块刺破患处,使疾病治愈。有时可能患肚子痛,因荆棘刺伤了腿部某处(如足三里穴),一会儿肚子疼痛也止住了。久而久之,人们就认识到人体的有些部位有特殊作用,有了病痛就使用一些锋利的石块,或尖锐的植物茎刺进行扎刺,使病痛减轻或消失。

到了新石器时代(距今约一万至四千年前),人们已经不是简单地拾到什么样的石块就使用什么石块了,而是自己动手通过挖制、研磨,制成所需要的不同用途、形状各异的石器。这些磨制后加工出来的石器,比起原先随手而得的石块要精致了许多。考古发掘出来的就有:石斧、石铲、石铤、石凿、石镰、石刀、石镞、石矛等等。而用于治疗疾病的石器叫作“砭石”、“砭针”、“石针”。《说文解字》中解释:“砭,以石刺病也。”也就是说,砭石是古代人们用于刺激人体,治疗疾病的最古老的医疗工具。砭石刺病,最多的还是用于外科疾病,例如割刺脓疡、放血排毒等等。以后逐渐发展也用来治疗内科及其他科疾病了。近几十年来挖掘出来用于治疗疾病的砭石,也有许多。如1963年,在内蒙古多伦旗头道洼的新石器时代遗址中发现了一根磨制精细的石针,它一端有锋,呈四棱锥形,用来针刺,而另一端则为扁平有弧刃,可以切肿排脓。

在山东日照市两城镇龙山文化遗址中发现有两枚锥形砭石,其中一枚粗端为三棱锥体,细端为圆锥体。而另一枚则尖端为长而锐利的三棱锥体。

在山东营县陵阳河原始社会遗址中,出土了5枚砭石。其中三枚为玉质,二枚为石质,制作得光滑精细,锋端锐利。长的针10厘米,短的针5厘米,经专家考证是5000年前的遗物。

随着人们智慧的发达,制作技术也有了长足的进步,逐渐懂得使用动物的骨骼、植物中坚韧的竹子,或用陶土烧制等,制作比砭石更加先进的针刺工具。虽然目前出土文物中没有发现过竹针,这是由于它难以长久保藏的缘故。《山海经》中记载:“高氏之山,其上多玉,其下多箴石”。箴就是针的意思。从字的结构上讲,其上有竹字头,字从竹,说明古代曾用竹子作过针具。但出土的骨针却有不少。像北京周口店龙骨山,山顶洞中就发现了有两端尖锐圆滑的骨针。在城子崖龙山文化遗址中,还出土有灰黑色陶针。这些针具都是古代人们用于治疗疾病的工具。

伴随着社会的进步,生产力的发展,我们聪明的祖先又学会了冶炼技术,金属制品的出现,针具也从原始的砭石、竹针、骨针、陶针发展成了更加精制耐用的金属针了。

1978年在内蒙古达拉特旗树林召公社,出土的一枚青铜针,它的形状和大小与1963年多伦旗头道洼出土的石针十分相似。

1968年在河北满城西汉刘胜墓,出土了九根金银和银针。

直到近代针具才改用不锈钢制作。针具的发展经历了砭石→竹针、骨针→陶针→青铜针→铁针→金针、银针→不锈钢针的演变过程。

冶炼术的发明,不仅为制造各种金属针具创造了物质基

础,而且也为制造各种用途和各种形状的针具提供了条件。《黄帝内经》中就记载了古代的九针。它根据所患病症的不同,治疗部位的深浅不同,而选择不同的针具。九针有:镵针、圆针、鍤针、锋针、铍针、圆利针、毫针、长针、大针。九针的产生和应用,不仅增加了针刺治疗的各种疗法,还扩大了针刺治疗的适应症,同时也提高了针刺治疗的效果。因此,九针的出现,成为古代针刺治疗技术进一步发展的标志。

说到灸法,它的产生是在人类学会使用火之后。《说文解字》解释:“灸,灼也。”说明灸疗是用烧灼熨烫的方法治疗疾病。据考古发现,我国在距今 50 万年前就已经开始使用火,以北京周口店发掘“北京猿人”的含骨化石的地层中发现有旧石器时代晚期遗留的灰烬、烧过的动物骨骼、和燃烧过的土石,火的应用为灸法提供了条件。

原始人在烤火取暖时逐渐发现,用兽皮或树皮包上烧热的石块或砂土,捂在身上可以驱寒并长久保暖,经过很长时间,人们逐渐体会到,将土石烧热贴敷在身体上除了能够取暖之外,还能减轻或消除某些病痛。比如,因受寒引起肚子疼痛,或是因寒冷潮湿造成的关节疼痛等。这就是原始的热熨法。在湖南长沙下麻战国墓中出土的扁圆形石器,两端有琢磨的痕迹和火烧的裂纹,一面光滑如镜,经考证是煨热后作热熨用的。古代的一些医书,如《五十二病方》、《砭经》中就有用石器热熨的记载。

另外,在烤火取暖、烧烤食物时不小心还会被火烫伤皮肤,但有时被烧烫伤后会使原有的病痛减轻,这种情况多次反复出

现,就经「原始人以启发,使他们开始有意识地用一些干枯的树枝和杂草点燃,熏烤患病部位,这就是最早的灸法。

后来又发展到用木炭灸、竹篾灸、硫黄灸、雄黄灸、灯心草灸等等,但使用最多的还是艾灸。艾灸,是古代人们长期治疗疾病的过程中,经过反复筛选,千万年的实践,发现艾是最理想的施灸材料。

艾灸有许多优点。艾是一种草本科植物,叶入药。它的叶子像菊叶,表面是深绿色,背面有灰色的茸毛,每年五月采集。艾的气味芳香,易于燃烧,热力温和。民间主要用于艾燃烧驱蚊子。而艾灸治病则能穿透皮肤,直达深部。它能通行十二经脉、调整气血、驱逐寒湿、温暖子宫、调经安胎、止血温中、回阳救逆、可除百病。古代的医生还发现,保存了几年的陈艾,比新鲜的艾有更好的治疗效果,所以古人有“七年之病,求三年之艾”的说法。也就是说,对于一些多年不愈的慢性疾病,治疗时要选用放置了三年以上的陈艾,这样才能有好的疗效。

现代科学实验也证明,艾叶含有挥发油,熏艾叶对某些致病的细菌,可以产生不同程度的杀灭和抑制作用。

针法与灸法在发展过程中,逐渐地形成了许多一致的地方,它们都是按照中医的经络学说,选择有关的穴位进行治疗,虽说两种治疗方法各有不同,但治疗疾病时又相互补充,取长补短。古代医书中就有:“针所不为、灸之所宜”,“药之不及,针之不到,必须灸之”的论述。它说明:灸法可以弥补药物和针刺治疗的不足之处,能够治疗针刺效果差的一些病症。针刺与艾灸又常常配合应用,以提高疗效,于是,针与灸就结下了“不解

之缘”，人们也就常将针与灸相提并论，合称为针灸了。

人体有多少条经络，是怎样分布的？

经络是人体气血运行的通路。全身各部的生长、活动都需要气血来营养，气血则需要经络来运送，说明全身各处经络无所不到。那么，全身到底有多少条经络，它们是怎么分布的呢？经脉是经络系统中的骨干，经脉都是上下行的，贯穿着人体的上下、联系内外，是气血运行的主干道。络脉则是经脉的细小分支，它纵横交错，达于全身。经络行于体内与脏腑相通，行于体外联系四肢关节，五官九窍，把人体各部分联结成一个统一的整体，以保持人生命活动的协调和平衡。一旦平衡被破坏，就会导致疾病的发生。这样一个结构完整的系统就是经络系统，

全身的经脉共有 56 条，大的络脉共有 15 条，而小的络脉就多得难以记数。

十二经脉在体表的分布、循行是有一定的规律的，它们对称地分布在人身的左右两侧。在四肢部，阴经分布在内侧面，阳经分布在外侧面。大致是手、足太阴经、阳明经在肢体的前缘；手、足少阴经、太阳经在肢体的后缘；手、足厥阴经、少阳经在肢体的正中线上。在头部，手、足阳明经行于面部、前额部，手、足太阳经行于面颊、头顶、后头部；手、足少阳经行于头侧部。在躯干部，手三阳经行于肩胛部、足三阳经则是阳明行于

前(胸、腹面);足太阳行于后(背面);足少阳行于侧面。手三阴均从腋下走出,足三阴经均走腹面。循行于胸腹部的经脉,从人体的前后正中line起,自内向外的顺序为足少阴、足阳明、足太阴、足厥阴。

这十二条经脉构成了经络的主体,被称为十二正经。它们是气血运行的主要通道,与内在脏腑有直接的络属关系,相互之间还有表里关系。

奇经八脉是另一种重要的经脉,它们是督脉、任脉、冲脉、带脉、阴跷脉、阳跷脉、阴维脉、阳维脉的总称。它们在人体的分布是:督脉行于身后,沿脊柱而行。任脉行于身前、沿腹部胸部正中line而行。冲脉行于任脉旁,从腹部直冲向上。带脉如束带,环绕腰部一周。阴跷脉伴足少阴肾经而行。阳跷脉伴足太阳经而行,阴维脉伴足太阴脾经而行,阳维脉伴足少阳胆经而行。

由于这八条经脉的分布不像十二经脉那样规则,与脏腑也没有直接的联系相互之间也没有表里关系,与十二正经不同,因此称为奇经。奇:异之意。因为有八条,故称之为“奇经八脉”。又由于这八条经脉纵横交叉于十二经脉之间,因而加强了人体各经脉间的联系,及调节气血的分布作用。

十二经别是从十二经脉别行而出,深入体腔的分支,所以又称为“别行的正经”。共有十二条。它的循行分布是:大都从十二经脉四肢部的肘关节、膝关节以上分出别行(称为离)、走人体腔、联络脏腑(称为入),然后出颈项(称为出)、仍合于原来分出的阳经。而阴经的经别、则归入与其互为表里的阳经,通

过阳经上达头面部(称为合)。

十二经别主要是加强了表里经脉之间的联系,加强了经脉与脏腑的联系,加强了体表与体内的联系,加强了阴经与头面的联系。

十二经筋是十二经脉连属于筋肉的经络。它的分布与十二经脉的循行基本一致。不同的是十二经筋都起于四肢末端走向头部和躯干,而且比较表浅,呈条带状。有聚散的特点,多在关节部位聚结,在肌肉丰满处又散开,主要是联络骨节,使其保持正常的运动。

十二皮部是按照十二经脉的循行线而划分的十二个皮肤分区。皮部居于人体最外层,所以是机体的卫外屏障,具有保护身体,抵抗外来侵犯之敌——邪气的作用。

络脉,全身有十五条大的络脉。它们是十二经脉从四肢部分出来的支脉,走向与它相联系的表里经脉,共十二条,它加强了表里经之间在四肢的联系。从任脉分出一支络脉散布于胸腹部。从督脉分出一支络脉散布于背腰部,另一支从脾经的大包穴分出,称为脾之大络,它散布于身体的侧面的胁肋部。这三条络脉主要是加强了人体前、后、侧面的统一联系。

这十五条是全身最大、最长的络脉,从这十五条络脉分出的细小的络脉是“孙络”,分布在体表的可以看到的叫作“浮络”。这些孙络、浮络就多得难以计数了。

络脉从大到小,呈网样扩散开,遍布于全身,它能够贮存人体的气血,发挥着营养全身的作用。

经络是怎么被发现的？

经络学说是中医学基础理论的重要组成部分，尤其是在针灸学中，它更占主要地位。它是临床诊断疾病，以及运针治疗疾病的主要依据。但是，它不像人体上的血管、神经、淋巴管等那样，见得着，摸得着。经络来无踪去无影，可在几千年来的医学实践又证明：经络是确确实实存在的一个生理系统。那么古人是怎样发现的经络，又是怎样将经络的循行线绘出来的呢？

经络是指经脉和络脉的统称。

中医认为经络是气血运行的道路。古代医家最早认识经络是从血管开始的。在劳动、生活或治疗中，不慎刺破人体皮肤表面后而发生出血现象，经观察发现：血是从身体皮肤表面上显露出来的管道中流出来的，因此，就把这些有血液流动的管道叫作“脉”，“血脉”“脉道”。这些脉道非常多，有纵行的，有横行的，有深层的，有浅表的，为了区别它们的不同，分别定名为经脉或络脉。

古人在耕田时，将南北耕作称为纵，东西耕作称为横。就是南北为经，东西为纬的意思。引伸到人体上，就把上下行的脉称为经。经，是路经、道路之意。经脉是较深的，纵行的，它是贯穿于人体的上下、通行于人体内的直行脉，是经络系统的骨干。它就像地面上的交通线一样，是大马路、直行线，主干道。

络,是联络、网络之意。络脉是表浅的、横行的。《灵枢、脉度》篇里说:“经脉为里,支而横者为络,络之别者为孙”。也就是说那些从主干,从经脉上分出来的、横行的、细小的称为络脉,更细小的分支则为孙络。这细小众多的络脉像网一样遍布于人体各部。它就像地面上的纵横交错的小胡同。

经络就是根据脉的深浅、大小、粗细、循行状态来区分的。人体就通过这样许多大大小小纵横交错、内外贯通、遍布全身的“经”和“络”构成了一个“经络系统。”共同完成人体各部的各种功能的调节作用。

经过长期的医疗实践,人们发现经脉运行的不仅有血液,同时还运行着中医所说的“气”,并且由气推着血液的运行。进一步认识到了经络是气血运行的通路。

那么,经络究竟是依据什么绘制来的? 经络学说的理论体系又是如何建立起来的呢? 古代人们对经络的认识不仅仅限于对血脉的观察,经过国内学者们的考证和研究,推测还有古人对针灸治疗过程中针刺感传线的观察,对疾病的各种循经症候和体表反应点的总结,对穴位主治性能的归纳等,几个方面的观察结果综合而最后形成的。

针具的发展变化,对经络的发现是有着直接的关系。

由于针刺的工具不断地改革,最初使用的是比较粗钝的砭石,因主要用来割刺脓疡,所以它的刺激深度表浅,刺激的面积大。以后金属针具的出现,针可以制作得又细又长,还具有坚韧性,针刺的面积越来越小,针刺的深度也能够控制。因此,当针针刺到人体的一定部位和一定的深度时,病人就会感到针下

产生了一种酸、麻、胀、重、或是发凉、发热或似小虫在爬,这些感觉往往沿着一定的方向和部位扩散,并呈线状传导,这种现象被称为“得气”或是感传现象。古人讲:“中气穴,则针游于巷”。就是指当针刺到穴位后,就会产生一种针感,这种针感好像是在一条道路中行走。这种现象反复多次出现就引起古代医家的注意,经过重复针刺、感传现象就会再现,古人将这条针感所走的路线记录下来,就是我们所说的经络。

在长期的针灸治疗中人们还发现:有些穴位在针刺时具有相同或类似的作用,而且这些作用相近的穴位还常常成行地排列在人体的一定部位上。例如分布在上肢外侧前缘的腧穴都能治疗头面疾病、分布在上肢内侧前缘的腧穴,虽然与上肢外侧前缘的穴位相距很近,但治疗的病症截然不同,这些腧穴主要治疗咽喉,胸肺部疾病为主。于是,古人就把作用相近的穴位归纳、联系起来。将这些穴点连接成线,这个线就是经络线。由此也产生了“经络”的概念。

同时,由于在某一个穴位或几个穴位施行针刺后,能够治疗其他部位或脏器的病症,因而认识到:人体的一些脏器与一些部位之间,或是内脏与某些体表之间有特殊的关系。

还有,有时某一脏腑有病,在体表有关的部位会出现压痛、结节、皮疹、皮肤颜色的改变等等,古代医家认识到这两者之间一定有内在的联系。那么,起到这种联系作用的可能就是经络了。这种对体表部位的病理变化的观察和分析,也是发现经络系统的途径之一。

古代医家把所有发现的经络现象都记录下来,并且描画在

图上，一代一代地流传下来，这就是我们看到的经络图。

目前，最早关于经络的记载是 1973 年湖南长沙马王堆三号汉墓出土的医学著作《帛书》，其中有《足臂十一脉灸经》，《阴阳十一脉灸经》，这两部书中记载了十一条经脉，均描绘了各经脉的起点、终点和走向。这就是古人经过长期对疾病的治疗及对针刺感传线的观察，总结出了十一条线，称之为“脉”。据中国医学史研究者考证，它们是迄今所发现的记载经脉的最早的实物资料。可以说这就是经络学说形成的前身。

总之，古代医学对经络的认识是经过相当长的时间，通过对各种现象的观察，将其中带有规律性的部分综合起来，提出了经络的概念，并不断地完善它，从而建立起了经络学说。

探索经络的奥秘

为了探索经络的奥秘，破译针灸经络的千古之迷，我国科研工作者，做了大量的工作，最后选择了“循经感传现象”做为突破口，终于取得了重大的成果。

从 50 年代开始，我国的学者就观察到感传线与古典经络线相一致。1964 年，我国又发现了一名针刺其十二经脉和奇经八脉的穴位时，针刺感传可以通达经脉的整个循行线的典型病人。

什么是循经感传现象呢？当针刺人体的经穴时，人们常常会感到有一种特殊的感觉：如酸、麻、胀、痛、热、凉或电击样感