



国家卫生和计划生育委员会“十二五”规划教材  
全国高等医药教材建设研究会规划教材

中医、中西医结合住院医师规范化培训教材

# 针灸推拿学

主编 王麟鹏 房敏



人民卫生出版社  
PEOPLE'S MEDICAL PUBLISHING HOUSE

国家卫生和计划生育委员会“十二五”规划教材

全国高等医药教材建设研究会规划教材

中医、中西医结合住院医师规范化培训教材

# 针灸推拿学

主 编 王麟鹏 房 敏

副主编 王艳君 金肖青 赵吉平 符文彬 龚 利

针灸学编委（按姓氏笔画为序）

王艳君 河北中医学院附属医院/河北省中医院

王麟鹏 首都医科大学附属北京中医医院

孙忠人 黑龙江中医药大学

孙敬青 首都医科大学附属北京中医医院

李 季 成都中医药大学附属医院/四川省中医院

沈卫东 上海中医药大学附属曙光医院

金肖青 浙江医院

孟智宏 天津中医药大学第一附属医院

赵吉平 北京中医药大学东直门医院

高希言 河南中医学院第三附属医院

符文彬 广州中医药大学第二附属医院/广东省中医院

章 薇 湖南中医药大学第一附属医院

梁凤霞 湖北中医药大学

焦 琳 江西中医药大学附属医院

裴 建 上海中医药大学附属龙华医院

推拿学编委（按姓氏笔画为序）

王华兰 河南中医学院

王金贵 天津中医药大学第一附属医院

吕立江 浙江中医药大学附属第三医院

刘玉超 首都医科大学附属北京中医医院

刘焰刚 北京中医药大学东直门医院

孙武权 上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院

何光远 安徽中医药大学中西医结合医院

陈水金 福建中医药大学附属康复医院

房 敏 上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院

赵 焰 湖北省中医院

龚 利 上海中医药大学

薛明新 南京中医药大学附属医院/江苏省中医院

人民卫生出版社

图书在版编目(CIP)数据

针灸推拿学/王麟鹏,房敏主编.—北京:人民卫生出版社,  
2015

ISBN 978-7-117-20279-4

I. ①针… II. ①王…②房… III. ①针灸学-技术培训-  
教材②推拿-技术培训-教材 IV. ①R24

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 025794 号

人卫社官网	<a href="http://www.pmph.com">www.pmph.com</a>	出版物查询, 在线购书
人卫医学网	<a href="http://www.ipmph.com">www.ipmph.com</a>	医学考试辅导, 医学数 据库服务, 医学教育资 源, 大众健康资讯

版权所有, 侵权必究!

针灸推拿学

主 编: 王麟鹏 房 敏

出版发行: 人民卫生出版社(中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E-mail: [pmph@pmph.com](mailto:pmph@pmph.com)

购书热线: 010-59787592 010-59787584 010-65264830

印 刷: 北京市安泰印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 787×1092 1/16 印张: 28

字 数: 699 千字

版 次: 2015 年 3 月第 1 版 2015 年 3 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-20279-4/R·20280

定 价: 52.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: [WQ@pmph.com](mailto:WQ@pmph.com)

(凡属印装质量问题请与本社市场营销中心联系退换)

## 出版说明

为了贯彻落实国务院《关于建立住院医师规范化培训制度的指导意见》，国家卫生和计划生育委员会、国家中医药管理局《住院医师规范化培训管理办法（试行）》《中医住院医师规范化培训实施办法（试行）》《中医住院医师规范化培训标准（试行）》的要求，规范中医、中西医结合住院医师规范化培训工作，全国高等医药教材建设研究会、人民卫生出版社在教育部、国家卫生和计划生育委员会、国家中医药管理局的领导下，组织和规划了中医、中西医结合住院医师规范化培训国家卫生和计划生育委员会“十二五”规划教材的编写工作。

为做好本套教材的出版工作，全国高等医药教材建设研究会、人民卫生出版社在相关部委局的领导下，成立了国家卫生和计划生育委员会中医、中西医结合住院医师规范化培训教材评审委员会，以指导和组织教材的编写和评审工作，确保教材编写质量；在充分调研全国近 80 所医疗机构及规培基地的基础上，先后召开多次会议对目前中医、中西医结合住院医师规范化培训的课程设置、培训方案、考核与评估等进行了充分的调研和深入论证，并广泛听取了长期从事规培工作人员的建议，围绕中医、中西医结合住院医师规范化培训的目标，全国高等医药教材建设研究会和人民卫生出版社规划、确定了 16 种国家卫生和计划生育委员会“十二五”规划教材。教材主编、副主编和编委的遴选按照公开、公平、公正的原则，在全国 65 家医疗机构 800 余位专家和学者申报的基础上，近 300 位申报者经教材评审委员会审定和全国高等医药教材建设研究会批准，聘任为主审、主编、副主编、编委。

全套教材始终贯彻“早临床、多临床、反复临床”，处理好“与院校教育、专科医生培训、执业医师资格考试”的对接，实现了“基本理论转变为临床思维、基本知识转变为临床路径、基本技能转变为解决问题的能力”的转变；着重培养医学生解决问题、科研、传承和创新能力；造就医学生“职业素质、道德素质、人文素质”；帮助医学生树立“医病、医身、医心”的理念，以适应“医学生”向“临床医生”的顺利转变。根据该指导思想，教材的编写体现了以下五大特点：

**1. 定位准确，科学规划** 以实现“5+3”住院医师规范化培训目标为宗旨，以体现中医医疗的基本特点为指导，明确教材的读者定位、内容定位、编

写定位,对课程体系进行充分调研和认真分析,以科学严谨的治学精神,对教材体系进行科学设计,整体优化,并确定合理的教材品种。

**2. 遵循规律,注重衔接** 注重住院医师规范化培训实际研究,以满足我国医药卫生事业的快速发展和中医师临床水平不断提升的需要,满足21世纪对中医药临床专业人才的基本要求作为教材建设的指导思想;严格遵循我国国情和高等教育的教学规律、人才成长规律和中医药知识的传承规律,立足于住院医师在特定培训阶段、特定临床时期的需求与要求,把握教材内容的广度与深度,既高于院校教育阶段,又体现了与专科医师培养阶段的差异。

**3. 立足精品,树立标准** 教材建设始终坚持中国特色的教材建设的机制和模式;坚持教材编写团队的权威性、代表性以及覆盖性;全程全员坚持质量控制体系,通过教材建设推动和完善中医住院医师规范化培训制度的建设;促进与国家中医药管理局中医师资格认证中心考试制度的对接;打造一流的、核心的、标准化的中医住院医师规范化培训教材。

**4. 强化技能,突出思辨** 以中医临床技能培训和思维训练为主,重在培养医学生中医、中西医结合的临床思维能力和独立的临证思辨能力,强调培训的整体性和实践性,旨为各级医疗机构培养具有良好的职业道德、扎实的医学理论、专业知识和专业技能,能独立承担本学科常见疾病诊治工作的临床中医、中西医结合医师。

**5. 创新形式,彰显效用** ①全套教材设立了“培训目标”,部分教材根据需要设置了“知识链接”、“知识拓展”、“病案分析(案例分析)”等模块,以增强学生学习的目的性、主动性及教材的可读性;②部分教材提供网络增值服务,增加了相应的病案(案例)讲授录像、手法演示等,以最为直观、形象的教学手段体现教材主体内容,提高学生学习效果。

全国高等医药教材建设研究会

人民卫生出版社

2015年2月

# 国家卫生和计划生育委员会

## 中医、中西医结合住院医师规范化培训

### 教材书目

序号	教材名称	主编
1	卫生法规	周嘉信 彬
2	全科医学	杨惠民 余小萍
3	医患沟通技巧	张捷 高祥福
4	中医临床经典概要	蒋健 李赛美
5	中医临床思维	柳文 王玉光
6	中医内科学	高颖 方祝元 吴伟
7	中医外科学	刘胜 陈达灿
8	中医妇科学	罗颂平 谈勇
9	中医儿科学	马融 许华
10	中医五官科学	彭清华 忻耀杰
11	中医骨伤科学	詹红生 冷向阳
12	针灸推拿学	王麟鹏 房敏
13	中西医结合传染病防治	周华 徐春军
14	中西医结合急救医学	方邦江 刘清泉
15	临床综合诊断技术	王肖龙 赵萍
16	临床综合基本技能	李雁 潘涛

# 国家卫生和计划生育委员会 中医、中西医结合住院医师规范化培训教材 评审委员会名单

## 主任委员

胡鸿毅 陈贤义

## 副主任委员 (按姓氏笔画为序)

方祝元 刘清泉 杜 贤 杨关林 陈达灿  
钟 森 高 颖

## 委 员 (按姓氏笔画为序)

马 融 王 阶 王启明 方邦江 吕 宾  
向 楠 刘 胜 李 丽 李灿东 杨思进  
连 方 吴 伟 冷向阳 张 瑞 张允岭  
陈昕煜 罗颂平 周 华 周景玉 房 敏  
唐旭东 彭清华 樊粤光

## 秘 书

何文忠 张广中 张 科

# 前 言

为深入实施《国家中长期教育改革和发展规划纲要（2010—2020年）》和国务院《关于建立住院医师规范化培训制度的指导意见》，全面实施以“5+3”为主体的临床医学人才培养体系，培养高素质、高水平、应用型的中医药临床人才，以适应我国医疗卫生体制改革和发展的需要，更好地服务于人民群众提高健康水平的需求，在国家卫生和计划生育委员会和国家中医药管理局的指导下，全国高等医药教材建设研究会、人民卫生出版社经过广泛调研，组织来自全国40多所临床机构900位专家教授编写了国内首套“国家卫生和计划生育委员会中医、中西医结合住院医师规范化培训教材”。

中医住院医师规范化培训制度作为我国临床医学人才培养的重要组成部分，对建设一支高素质中医医疗卫生服务队伍，提高中医医疗卫生整体服务质量，意义重大。

《针灸推拿学》住院医师规范化培训教材由全国范围内20余家中医院校及附属医院的多位针灸推拿知名专家集体编写而成。本教材坚持与院校教育对接、与专科医师培训对接、与执业医师考试对接，为培养合格的中医针灸推拿专业住院医师提供临床培训指导；有助于受训者巩固针灸推拿基础理论，完善针灸推拿临床技能，掌握临床必备诊疗技术；以期达到中医针灸推拿住院医师临床培训标准。同时，本教材注重创新性、科学性、针对性、实用性与适用性相结合。

本教材彰显“针灸推拿”同源同理，中医藏象、经络理论为其核心，各种针法、灸法、手法为其外治手段，疏通经络气血、调和脏腑功能、祛病养生延年为其治疗总则。全书分为上、中、下三篇，上篇基础篇为针灸推拿基础知识，中篇技能篇为针灸推拿临床技能，下篇治疗篇为针灸推拿特色治疗篇；全面和切实体现了中医住院医师针灸推拿专业规范化培训大纲要求，并充分展示了全国各地针灸推拿治疗、技术特色，力求真实反映目前全国针灸推拿临床诊



疗的现状。

在本教材编写过程中，我们强调临床思路第一、临床应用第一、临床规范第一，适度反映本学科国内外前沿动态与进展。但由于水平有限，难免有不足之处，恳请广大读者指正。

王麟鹏 房敏

2014年12月

# 目 录

## 上篇 基础篇

绪论 .....	1
第一章 经络总论 .....	5
第一节 经络系统的组成 .....	5
一、十二经脉 .....	5
二、奇经八脉 .....	8
三、十五络脉 .....	9
四、十二经别 .....	9
五、十二经筋 .....	10
六、十二皮部 .....	10
七、经络的标本、根结、气街、四海 .....	11
第二节 经络的作用和经络学说的临床应用 .....	11
一、经络的作用 .....	11
二、经络学说的临床应用 .....	12
第二章 腧穴总论 .....	14
第一节 腧穴的分类 .....	14
第二节 腧穴的主治特点、规律与特定穴 .....	15
一、主治特点 .....	15
二、主治规律 .....	15
三、特定穴 .....	17
第三节 腧穴定位法 .....	22
一、骨度分寸定位法 .....	22
二、体表解剖标志定位法 .....	23
三、手指同身寸定位法 .....	24
四、简便取穴法 .....	24
第三章 经络腧穴各论 .....	25

第一节 十二经脉 .....	25
一、手太阴肺经 (Lung Meridian of Hand-Taiyin, LU.) .....	25
二、手阳明大肠经 (Large Intestine Meridian of Hand-Yangming, LI.) .....	27
三、足阳明胃经 (Stomach Meridian of Foot-Yangming, ST.) .....	31
四、足太阴脾经 (Spleen Meridian of Foot-Taiyin, SP.) .....	38
五、手少阴心经 (Heart Meridian of Hand-Shaoyin, HT.) .....	42
六、手太阳小肠经 (Small Intestine Meridian of Hand-Taiyang, SI.) .....	43
七、足太阳膀胱经 (Bladder Meridian of Foot-Taiyang, BL.) .....	46
八、足少阴肾经 (Kidney Meridian of Foot-Shaoyin, KI.) .....	57
九、手厥阴心包经 (Pericardium Meridian of Hand-Jueyin, PC.) .....	61
十、手少阳三焦经 (Sanjiao Meridian of Hand-Shaoyang, SJ.) .....	63
十一、足少阳胆经 (Gallbladder Meridian of Foot-Shaoyang, GB.) .....	67
十二、足厥阴肝经 (Liver Meridian of Foot-Jueyin, LR.) .....	74
第二节 奇经八脉 .....	76
一、督脉 (Du Meridian, DU.) .....	76
二、任脉 (Ren Meridian, RN.) .....	81
三、冲脉 (Chong Meridian) .....	85
四、带脉 (Dai Meridian) .....	85
五、阴维脉 (Yinwei Meridian) .....	85
六、阳维脉 (Yangwei Meridian) .....	86
七、阴跷脉 (Yinqiao Meridian) .....	86
八、阳跷脉 (Yangqiao Meridian) .....	86
第三节 十五络脉 .....	86
第四节 十二经筋 .....	88
一、足太阳经筋 .....	89
二、足少阳经筋 .....	89
三、足阳明经筋 .....	89
四、足太阴经筋 .....	90
五、足少阴经筋 .....	90
六、足厥阴经筋 .....	90
七、手太阳经筋 .....	90
八、手少阳经筋 .....	91
九、手阳明经筋 .....	91
十、手太阴经筋 .....	91
十一、手厥阴经筋 .....	91
十二、手少阴经筋 .....	91
第五节 常用奇穴 .....	92
一、头颈部穴 .....	92
二、胸腹部穴 .....	94
三、背部穴 .....	94

四、上部穴 .....	96
五、下部穴 .....	97
第六节 小儿推拿特定穴 .....	99

## 中篇 技能篇

第四章 刺灸法总论 .....	117
第一节 刺灸法的概念 .....	117
第二节 刺灸法的起源与发展 .....	117
一、针刺的起源与发展 .....	117
二、灸法的起源与发展 .....	120
第五章 刺灸法各论 .....	121
第一节 毫针刺法 .....	121
一、毫针的构造、规格、检查和保养 .....	121
二、针刺的练习 .....	122
三、针具的选择 .....	122
四、选择体位 .....	123
五、消毒 .....	124
六、进针方法 .....	124
七、针刺的角度、方向、深度 .....	125
八、行针手法 .....	126
九、得气、候气、催气和守气 .....	127
十、针刺补泻 .....	128
十一、留针与出针 .....	130
十二、针刺异常情况的处理与预防 .....	130
十三、针刺注意事项 .....	133
第二节 灸法 .....	134
一、灸法的作用 .....	134
二、灸用材料 .....	135
三、灸法的分类 .....	135
四、灸法的操作方法 .....	135
五、灸法注意事项 .....	139
第三节 拔罐法 .....	140
一、罐的种类 .....	140
二、拔罐方法 .....	140
三、拔罐法的应用 .....	141
四、拔罐的作用和适用范围 .....	142
五、起罐方法和注意事项 .....	142
第四节 锋钩针、皮肤针、三棱针、芒针、火针、针刀 .....	142
一、锋钩针 .....	142

二、皮肤针 .....	143
三、三棱针 .....	144
四、芒针 .....	145
五、火针 .....	146
六、针刀 .....	147
第五节 电针 .....	149
第六节 穴位注射与埋线法 .....	151
一、穴位注射 .....	151
二、穴位埋线 .....	152
第七节 头针 .....	154
第八节 耳针 .....	156
第六章 推拿手法 .....	168
第一节 推拿手法总论 .....	168
第二节 推拿手法各论 .....	169
一、揉法 .....	169
二、一指禅推法 .....	170
三、推法 .....	170
四、拿法 .....	171
五、按法 .....	172
六、摩法 .....	173
七、揉法 .....	173
八、抹法 .....	175
九、擦法 .....	175
十、搓法 .....	176
十一、点法 .....	177
十二、拨法 .....	177
十三、扫散法 .....	178
十四、捏法 .....	178
十五、捻法 .....	178
十六、拍法 .....	179
十七、击法 .....	179
十八、抖法 .....	181
十九、振法 .....	181
二十、摇法 .....	182
二十一、扳法 .....	185
二十二、拔伸法 .....	190
第七章 推拿功法 .....	194
第一节 推拿功法总论 .....	194



一、功法与推拿功法 .....	194
二、推拿与导引 .....	194
三、推拿功法的作用 .....	195
四、推拿功法习练事项 .....	196
第二节 推拿功法各论 .....	196
一、易筋经 .....	196
二、少林内功 .....	209
<b>下 篇 治 疗 篇</b>	
第八章 针灸治疗总论 .....	213
第一节 针灸治疗作用和治疗原则 .....	213
一、治疗作用 .....	213
二、针灸治疗原则 .....	214
第二节 针灸临床诊治特点 .....	215
一、辨证与辨经结合 .....	215
二、辨证与辨病结合 .....	216
三、调神与调气并重 .....	216
第三节 针灸处方 .....	216
一、选穴原则 .....	216
二、配穴方法 .....	217
三、刺灸方法选择 .....	218
四、治疗时间 .....	219
第九章 针灸治疗各论 .....	220
第一节 内科病证 .....	220
中风 .....	220
眩晕 .....	226
头痛 .....	231
面瘫 .....	236
面痛 .....	239
痹证 .....	242
腰痛 .....	246
痿证 .....	250
哮喘 .....	254
呃逆 .....	257
呕吐 .....	261
功能性便秘 .....	264
泄泻 .....	268
不寐 .....	274
癱闭 .....	277

胸痹 .....	280
震颤麻痹 .....	283
第二节 妇儿科病证 .....	288
月经不调 .....	288
痛经 .....	291
闭经 .....	294
绝经前后诸证 .....	298
小儿遗尿 .....	300
小儿痿证 .....	303
第三节 皮外骨伤科病证 .....	307
蛇丹 .....	307
漏肩风 .....	310
落枕 .....	313
扭伤 .....	316
第四节 五官科病证 .....	319
上胞下垂 .....	319
近视 .....	323
针眼 .....	326
青盲 .....	330
耳鸣耳聋 .....	334
鼻渊 .....	338
鼻衄 .....	341
第十章 推拿治疗总论 .....	346
第一节 推拿治疗作用和治疗原则 .....	346
一、推拿治疗作用 .....	346
二、推拿治疗原则 .....	348
第二节 推拿临床诊治特点 .....	354
一、指导理论的多元化 .....	354
二、手法治疗与功法训练 .....	358
三、宽泛的适应证与严格的禁忌证 .....	358
第三节 推拿意外的处理 .....	359
一、软组织损伤 .....	359
二、椎体压缩性骨折 .....	360
三、神经系统损伤 .....	360
四、肩关节脱位 .....	361
五、肋骨骨折 .....	361
六、晕厥 .....	362
七、脑血管意外 .....	362

第十一章 推拿治疗各论 .....	363
第一节 落枕 .....	363
第二节 颈椎病 .....	366
第三节 胸椎后关节紊乱症 .....	372
第四节 急性腰扭伤 .....	376
第五节 慢性腰肌劳损 .....	381
第六节 腰椎间盘突出症 .....	385
第七节 腰椎骨性关节炎 .....	389
第八节 强直性脊柱炎 .....	393
第九节 骶髂关节紊乱症 .....	397
第十节 肩关节周围炎 .....	400
第十一节 肱骨外上髁炎 .....	404
第十二节 膝骨性关节炎 .....	407
第十三节 踝关节扭伤 .....	410
第十四节 失眠 .....	413
第十五节 中风后遗症 .....	416
第十六节 痛经 .....	422
第十七节 婴幼儿腹泻 .....	425
第十八节 小儿肌性斜颈 .....	429
主要参考书目 .....	432



## 绪 论

针灸推拿同源同理，源远流长，作为祖国传统中医学的重要组成部分（三大干预手段——中药、针灸、推拿），绵延发展数千年，为中华民族的繁衍做出了巨大贡献。

针灸推拿学属于临床学科，针灸推拿治病，是以中医藏象、经络理论为指导，运用各种不同毫针及刺法、不同灸法、不同手法作为外治手段，从而达到疏通经络气血、调整脏腑功能、祛病摄生的目的。针灸推拿疗法，不仅广泛适用于伤骨科疾患，且能治疗内、外、妇、儿科的许多病证。其术施治便捷，特色鲜明，疗效显著，蜚声海内外。

据文献记载，先秦时期曾有许多医书流传于世，但皆因兵事战火而亡佚。对此时期推拿学成就的了解，主要来自殷墟甲骨卜辞和长沙马王堆汉墓帛简医书的记载。长沙马王堆汉墓帛简医书有14种，今定名为：《足臂十一脉灸经》、《阴阳十一脉灸经》、《脉法》、《导引图》、《养生方》、《五十二病方》、《合阴阳》等，大都书写于汉初或秦汉之际，依内容而言，多早于《黄帝内经》，至少可以推测，在当时运用按摩术解决临床问题已十分普及。

针刺起源于砭石。《素问·异法方宜论》载：“东方之域……其民食鱼而嗜咸……其病皆为痲疡，其治宜砭石”，产生了砭石疗法，还有骨针、竹针、陶针等针刺工具，之后随着冶炼技术的进步，创制出铜针、铁针、金针、银针等金属针具。《灵枢·九针十二原》记载有九针——九种不同形状和不同用途的针具。金属针的创制，标志着针刺技术的划时代进步。

灸治起源于远古先民对火的利用。《庄子·盗跖》提到孔子劝说柳下跖：“丘所谓无病而自灸也。”这是“灸”字的最早记载。《素问·异法方宜论》载：“脏寒生满病，其治宜灸焫”，说明早期的灸法主要用于治疗因寒引起的病证。经过长期的医疗实践，古人筛选出艾作为灸料，形成了艾灸疗法。《素问·汤液醪醴论》载：“熨石针艾治其外”，表明在春秋战国时期，用艾施灸就颇为盛行。

《五十二病方》最早记载了拔罐法、药摩和膏摩。古代最早是以兽角作为吸拔工具，故称“角法”或“吸筒疗法”。后逐步发展为竹罐、金属罐、陶瓷罐、玻璃罐、抽气罐、多功能罐等多种材质的罐具，操作方法也有改进和发展；而使用介质进行按摩，通过皮肤吸收药物治疗病痛，是将按摩与药物外治法相结合的一大创举。除了使用工具之外，该书还记载了许多富有特色的按摩器具，如木椎、筑、铁椎、药巾等。

“经络”与“腧穴”是针灸推拿学理论的基础。马王堆汉墓帛简医书中的《足臂十一脉灸经》和《阴阳十一脉灸经》，均论述了人体内十一脉的循行和主病，据专家考证，其