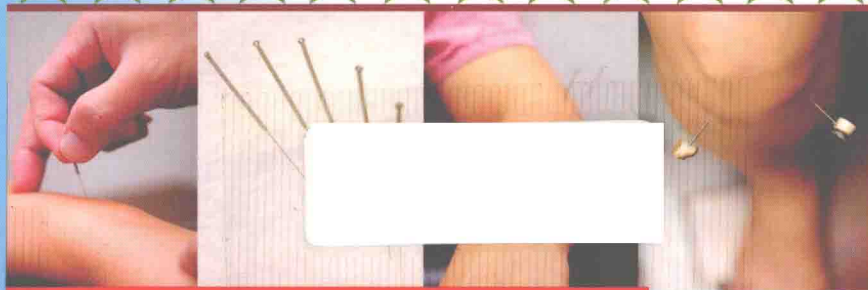


酸痛革命



宋文靖 医师 著



三十年经验，真实个案临床验证，

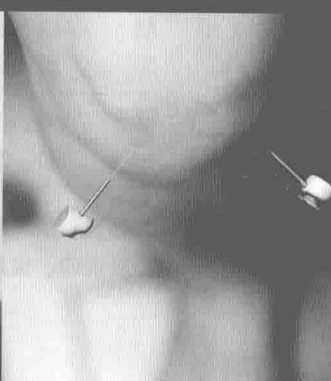
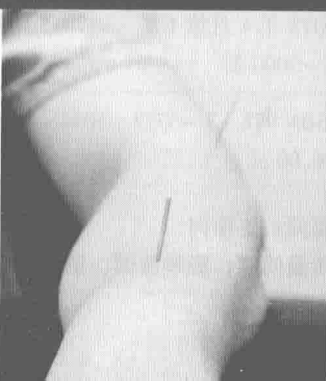
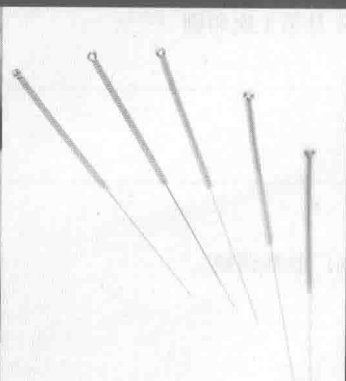
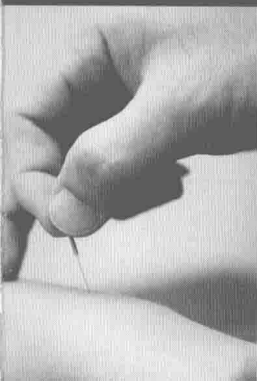
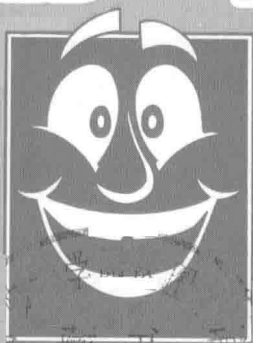
对应针法让你迅速摆脱酸痛困扰，

好学、好懂、易操作、立即见效。

山西出版传媒集团
山西科学技术出版社



酸痛革命



图书在版编目 (CIP) 数据

酸痛革命/宋文靖著. —太原:山西科学技术出版社,2015.4
ISBN 978-7-5377-5044-8

I. ①酸… II. ①宋… III. ①针灸疗法 IV. ①R245

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 035372 号

本书中文简体出版权由华志文化事业有限公司授权, 同意
由山西科学技术出版社出版中文简体字版本。非经书面同
意, 不得以任何形式任意重制、转载。

酸痛革命

出 版 人: 张金柱
著 者: 宋文靖
责 任 编 辑: 薄九深
责 任 发 行: 阎文凯
封 面 设 计: 杨宇光

出 版 发 行: 山西出版传媒集团·山西科学技术出版社
地 址: 太原市建设南路 21 号 邮编: 030012

编辑部电话: 0351-4922134

发 行 电 话: 0351-4922121

经 销: 各地新华书店

印 刷: 山西臣功印刷包装有限公司

网 址: www.sxkxjscbs.com

微 信: sxkjcbbs

开 本: 787mm×960mm 1/16 印张: 18.5
字 数: 261 千字
版 次: 2015 年 4 月第 1 版 2015 年 4 月第 1 次印刷
印 数: 1-3000 册

书 号: ISBN 978-7-5377-5044-8
定 价: 26.00 元

本社常年法律顾问: 王葆柯

如发现印、装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

序一

针灸学是中国医学的一个重要分支，它起源久远且传播甚广，古代治病的原则是：一针二灸三用药，“针”法列为首要，可见针灸所占有的地位。

临床上常遇到许多多年无法治愈的酸痛病患，他们长年饱受病痛之苦，无论用推拿、指压，或是传统的针灸对病情的改善都不甚明显。面对酸痛病人无助的眼神作为中医师的我很是渐愧。近日在报上看到宋医师刊登针灸学习班的招生广告，非常高兴，特地去学习，就这样和宋老师结下了师生之缘。

上课时老师将《宋氏对应针法的酸痛治疗验证》中的每一种病症皆详加说明，并当场扎针加深学员的印象及体会。由于上课的学员并非全部是中医师，所以教学的难度相当大，但老师还是非常认真地倾囊相授，希望将自己所学全部教给学生，除针灸外，老师在内科的钻研也颇为精湛，他还是鼻科及痔科的行家呢！有这么一位学养丰富的老师，身为他的学生真是与有荣焉。

继《宋氏对应针法的酸痛治疗验证》一书出版之后，老师更不遗余力地精研及突破所遭遇的瓶颈，因此这段时日又有许多新的发现和体会。他决定将自己的临床心得集结成《酸痛革命》一书，提供给有心的人士参考。这是老师毕生的心血结晶，此次承蒙老师厚爱能够为老师的新书写序，是我前世修来的福，学生才疏学浅文笔不佳，深怕有负老师之托，但所言皆出自于肺腑，期盼新书的出版能获得中医界的掌声与肯定。

宋氏对应针法是一种取穴简单，用针又少，不必死记经络且不以痛处为腧的针灸疗法，临床上在短时间内即能见到显著的疗效，有效率可达80%~90%。尤其是痛点在针正经正穴无效或痛点不在经脉时，用此

法治疗可说是百发百中效如桴鼓。

在《宋氏对应针法的酸痛治疗验证》中本人对肱骨外上髁炎（俗称网球肘）有一个深切的体验，记得有一位小儿麻痹的患者，因下肢行动不便长期用手拄着拐杖，所以肘关节常发炎疼痛，此次前来看诊顺便提起他的痛处，于是我想老师上课讲的针同侧的二间、三间穴，针后再按患者痛点，顿时疼痛减轻了一大半，患者直呼好神奇！好神奇！另一则也是临床常见的脚踝扭伤，在治疗后虽然痛点已经不痛了，但总还有种怪怪的感觉，无疑那是脚踝扭伤的后遗症，记得老师曾说此时针对侧的小节穴（位于大拇指桡侧，向上方推至掌指关节前方凹陷的赤白肉际，为大鱼际的中央）最好不过，于是改针小节穴再请患者起身走动，那种怪怪的感觉居然消失了，老师曾言如仍稍感不适再加一针五虎穴即可立起沉疴。

因碍于篇幅无法一一举例说明，书上的每一个案例每一张图片都是老师精心的杰作，我在此强力的推荐《酸痛革命》，相信这本书绝对值得您作为临床的参考，更值得您永久珍藏。

中医师 黄秀凌

序二

常言道：“听君一席话，胜读万卷书”，是指虽然阅读了很多书籍，但仍然抓不到重点而有所迷惑，如能得到专家的一番指教，则将马上心领神悟而茅塞顿开。

我在数年前从加拿大回家，有幸拜读《宋氏对应针法的酸痛治疗验证》一书，书中发表了许多对应针法的临床实例，还附照片详细予以说明，让人易看易学易懂，甚至还可以现学现卖。此作不但可以当执业针灸医师的工具书，即使一般人看了也有帮助，若遇到酸痛时，按图索骥，在不痛处的对应位置下针，或做适当的按摩捏压，也可以马上缓解痛苦。

读完此书后，我心中的很多“盲点”突被打开，运针技术也精进很快，以前的难题，大多能迎刃而解，内心觉得与此书有相见恨晚之感。数度越洋电话请益作者宋君诸多问题皆能获得满意的答案，继而有缘与宋君相识相交，我们变成亦师亦友。宋君为人不卑不亢，处事亦从容而不迫，是位谦恭儒雅和蔼可亲的君子。对应针法的精髓，乃至一些其他有关医疗方面之心得，皆不吝谆谆告诫于后学者，高超的行事风格，让人敬佩不已。

欣闻宋氏对应针法续集即将付梓，本人有幸先拜读原稿，虽然叙述范围不离对应针法的内容，但其中精髓则更为精密。宋君把前书可以运用对应之原理详加解说，将常用的对应穴一一定名，还增添了不少作者临床的新发现，以及更高难度的临床实例，并将成功的实例做更深入地探讨，期使读者不但能知其然，而更知其所以然，有识者更能举一反三。

宋君行医 30 年，救人无数，在用药的同时常思针术之突破，历经无数次的艰辛钻研及临床实验，终于发现诸多的人体奥秘可用对应针法

来破解，为加惠众多不幸罹患酸痛的人们，宋君责无旁贷于繁重工作之余，特牺牲小我，花费不少精神去收集有效及特殊的对应针法案例，整理成册，将珍贵的心得不藏己私，而默默奉献给爱好此道的人士，其做法真是功德无量。此书必是目前中医界专题引论对应针法最为完备的著作。

对应针法应用于酸痛症，最能得心应手。宋君遵从古法而不拘泥，跳脱了以痛为腧“阿是穴”的狭义范畴。曾在宋君之诊所，听过多位患者异口同声地说：“宋医师啊！我在别家诊所看了很久都没好，怎么你随便下几针就有效！”内行的人都知道，那不是随便下几针，而是生物“全息定律”人体奥秘的另一种发现与诠释，是除了十二正经穴、头皮针、耳针、董氏奇穴等之外的另一项新发现。

预祝此书能顺利出版，期待宋君的针灸临床新书能被喜爱针灸的人士认可，让这本新领悟的对应针法能发扬光大，进而成为 21 世纪针灸的主流，名扬海外，去加惠于更多的人士。

感谢宋君常关心本人海外之针灸事业，并常能随时提供支援，让我无后顾之忧而能勇敢向前迈进，感激他不嫌学生才疏学浅人卑言微，邀本人提笔为新书作序，我不但恭敬亦乐而从命为之作序。



学生 王益成于加拿大

序三

承蒙恩师，关怀厚爱，允之为序，蓦然回首，一年寒暑，稍纵即逝。回忆昔时，随侍跟诊，吾师针灸，自叹弗如，立起沉痾，不胜枚举。独树一帜，不离经法，随心所欲，针下病除，行医济世，当仁不让。承先启后，不遗余力，得窥堂奥，三生有幸。何谓“对应”，自然而已，无对而对，无所不对，验之临床，屡试不爽。若问心法，仁心仁术，若问针法，取法自然。针道无他，唯勤是岸，若问医道，体恤疾苦，视病犹亲，所学为何？知命造命，完成使命，吾师深感，世风日下，人心不古，遂启深愿，抛砖引玉，贡献所学，薪火相传，无使间断。后学识浅，正经董氏，宋氏对应，鼎足为三。若诸学人，行有余力，博通三门，悬壶济世，左右逢源，如虎添翼，指日可待。吾师叮咛，言犹在耳，尊师重道，己立立人，己达达人，己所不欲，勿施于人。末愿吾师，身体康泰，日益精进，永留杏林。



后学：刘丁郎笔

对应针法 境乎针藏 如随相正

如心应眼 安无现莫 处所瑞谈 世代相传

序四

在现今忙碌的工商社会中，由于文明的快速进步，大家普遍吃的好，熬夜晚睡，已成为流行的趋势了。但是，文明的进步却带来紧张的生活，除了工作压力大之外，又缺乏运动，文明疾病于是增加，因此，在实际的中医临床当中，碰到因肌肉软组织所造成的酸痛症即占了非常大的比例，这些软组织损伤所造成的酸痛症往往在经过传统的推拿康复及十二正经的针灸治疗，甚至西医的治疗后，疗效仍是有限，或是症状反反复复，时好时坏。为了找寻更佳的治疗方法，在偶然的机缘里，我有幸拜读宋老师的大作《宋氏对应针法的酸痛治疗验证》一书，试用于临床获益良多，真如书中所言，其中对于治疗酸痛的针法实令我惊叹不已！许多过去疗效不彰的酸痛疑难杂症都能获得突破性的疗效，但更令人高兴地是其所写的对应针法居然取穴简单、易学、易懂，迥然不同于传统针法，它也不是阿是，故不以痛处为腧，仅以健侧相对等部位去对应患侧即能立即发生疗效的针法，用针甚少，但功效却大，在治疗酸痛上常可补传统正经针灸的不足。

传统有关针灸的书籍，都是文字及少许图案的叙述，文义艰深难懂，而宋师的书却有许多不同之处，除了文字的详述易让人了解之外，更有实体治疗成功的病例照片以为佐证，这是我前所未见的针灸书籍。这些照片中所显示的针法内容又都是宋师个人精心的创见与巧思以及不断研究经验的累积，照片中的针法甚多是我所亲眼目睹，其中疗效诚令人惊叹不已。

今宋老师仁心仁术，于临证之余还不断研究创新，结合今人的新思维勇于突破传统，不断有新的发现，为了把这一套新的针法发扬光大，特在新书中给予合理的叙述，并将常用且有效之穴位给予命名，还举出许许多多的实例，更不吝于将他的独特经验与大家分享，这种无私与大

我的精神很令人感佩与尊敬！欣闻宋老师新书即将付梓，特邀我作序，我何其有幸，仅以虔诚之心恭书数言把临床心得与体会与大家分享，期盼新书问世能带给针灸界一股回响。



中医师 赖胜建于板桥

序五

对一个职业中医师而言，针灸无异是一项治病的利器，但在坊间保健中医诊所，肯花时间利用针灸技术照顾患者的医者，实在稀少。其原因除医师本身认知及素养外，良好医术传承者难寻也是原因之一。

老实说，宋老师是我个人行医以来所见到的中医师中针灸医术堪称炉火纯青者，他能将针灸发挥到淋漓尽致的地步；我有幸其门下，经常观察其针灸患者，几乎都能在瞬间达到所要求的成效；且观察其所使用的穴位，都是最精简、最扼要的，使用针法治病时绝不拖泥带水。不禁让我反省自己功力之不迨，宋老师不仅在传统中医针灸寻经取穴上造诣甚深，除能在瞬间取得最佳疗效之外，还能在临证之余，发现对应针法之奥妙应用在治疗疾病上，大大提升患者疾病的治愈率，诚属宝贵。尤其敬佩的是宋老师能在忙理偷闲写其新书，提出理论印证其所提之对应针法，并定下穴名，在 21 世纪的现代更是难得。其对应针法之思维虽缘自于《内经》，但《内经》“左病取之右，上病取之下”等条文，仍离不开正经正穴，仅仅提出离开正经正



穴时，应取之于络，并未言病人于络时之对应法则，其所作描述相当模糊，也缺乏大规模医案以资佐证，历代针灸家对于对应法则的取用亦仅限于片纸只字。今见宋老师，经长期针灸临床实践，确实疗效证明对应针法能助正经正穴不足，常能在正经不足以取效时发挥临门一脚之功夫，为新世纪以来，难得之针灸医家。今将其新领悟之针法用理论说明用实际照片解释，证明对应针法之实用就可见其苦心之不凡了。

今闻宋老师不吝其私，愿将对应针法医案成书公布，其带给中医针灸界之回响定能期待，有幸先拜读大作诚属荣幸，承蒙门下定当以恭敬谦卑之心学习，并把所学造福患者病家，才不枉费宋老师一番苦心。

中医师 陈恒修

前言

我国的医学一向博大精深，针灸一门，从古演变至今，最早的有十二正经的体针系统，以及耳针，后来发展成头皮针、眼针、面针、手针、脚针、脐针、腕踝针、竖横针、莽针、微针，以及结合针与刀的小针刀等多种，如果再加上作者所归纳演绎出来的对应针法，那么针灸的内容可就更加丰富了。

对应针法早在《内经》里就有片段性的描述，不过其描述词汇都散见于各个篇章，并非专章论述。内容原则不离“以左治右，以右治左”、“交经缪刺，左有病而右畔取”、“病在上，取之下；病在下，取之上”、“高者抑之，下者举之”以及“前病后治，后病前治”等等的叙述，并没有任何一个篇章做过完整的描述。但是根据这些原则性的记载，就足以发展演绎成有系统的对应针法了，这个对应针法应用在治疗酸痛方面常能效如桴鼓，尤其具有针下立起沉疴的功效。这个针法的最高指导原则是：不在痛处下针而能立即治好病痛，只取病位而不取穴位的方法。若再配合其他针法及伤科手法之长处以弥补本针法之不足，则对应针法就可以变得更完美无缺。

当初为什么会想到用对应针法？这得从台湾的中医界医疗生态说起。因近二十几年来，台湾的中医诊所若要屹立于中医界，必定要以治疗伤科酸痛起家才能生存，这是老百姓对中医的观念还徘徊在中医只会推拿的死胡同里，不知道中医可以治很多病所致。另外老百姓因五劳的关系容易罹患扭挫伤及其后遗症也是事实，他们常因长时间的工作引发肌腱或韧带的劳伤，致使肌腱及韧带的长期劳损而并发各种酸痛症，诸如颈项强硬、肩周围炎、腰背酸痛、手臂无力、手脚麻木、膝脚无力等。患此症的民众必须连续治疗不可间断，这样方能产生疗

效。天天上门的结果门诊量自然就会增加，申请医保量当然也就跟着增加，这是生意人开联合诊所只为钱的心理，把整个市场打乱。还有一种现象是医师诊治这种疾病可以不必花上太多的脑筋，大都交给伤科师傅处理，伤科患者多了自可带动内科人数的增加，这种现象让民众的观念里普遍认为中医只会推拿，不知道中医一样可以看内科的疾病，这是很令人遗憾的事。在外受顾期间或自行开业，经常碰到各类的伤科酸痛患者，自然在所难免。有一次，我碰到一个大拇指本节骨膜炎发酸痛的患者，屡治不愈，来就诊时，我灵机一动，向他解说既然敷药甚久未效，可否愿意试试针灸？他表示愿意。刚开始时，我仅扎阿是，仍以痛为输，因为之前，我对“对应”尚没有什么概念，更谈不上了解，仅仅听说“左有病，右畔取”这个道理，未曾试过。当这位患者连续扎几次的阿是之后，病情只是稍微减轻，因针的伤口会痛，要求不要再给予针灸。因此，我灵机一动不如扎对侧试试，看看“左有病则右畔取”的道理是不是真的，不料对侧一扎，原痛点的疼痛随即消失。这给了我很大的启示，原来人体左右存有对应的原理，这事我一直挂在心里，后来在学习头皮针之后，知道足跟痛可以扎大陵，风池穴病可以扎申脉，这样的针法启示了我初步“对应”概念。直到有一次在偶然的机缘里看到花莲徐医师正在扎一个手腕正中扭伤的患者，他把针扎在对侧脚的解溪以为对应，居然马上获得缓解，这才使我恍然大悟，原来《内经》所言的“左有病，右畔取”、“上病下取”的道理是存在的。这个经验给了我很大的信心去尝试，日后凡有机会便试，一点一滴的思求突破的结果，终于使我针灸取穴思维的范围日益扩大，终而集合了临床的经验，将它演绎归纳，最后发展成为今日的对应针法。

谈起“对应”，相信尚有很多爱好针灸的同道所不解，因为坊间少有这种针法传授，亦少有系统的专书专门介绍，因而仅能一知半解，就算书中有此记载，也仅止于片段的描述而无针法的实录，因而作者有鉴

于此，特将临床行之有效的对应针法，除了文字的叙述之外，再加上实际图片的讲解，融入自己领悟，归纳为一个有系统的学术，汇编成书，期能使读者一望便知的境地。希望将来，对应针法能融入针灸的领域，把针灸内容更为充实丰富，去造福更多的病家。

继《宋氏对应针法在酸痛上的治疗验证》出版之后，由于在台湾的中医界及针灸界爱好者的反应良好，因此为了加惠广大爱好针灸的同道，特再出一本新领悟的对应针法专书，除了原有的内容再加以更详细的描述之外，还增添了许多个人的新发现，将用之有效者载于其中，期使新书内容更为丰富，作为前书之续集，意在对针灸界能做出小小的贡献，期盼这本书能在将来造成另一股回响，则吾愿已足！

在此顺便一提，不管是什么针法，都有它独特的一面，也各有其盲点存在，不是每一种针法都适合任何一种酸痛的病症！针法跟用药或伤科手法一样，都有它的适应证，某些人用这种方法有效，某些人就不一定皆然，任何一种针法都不能包括治百病，只有取长补短才是上上之策。我的经验认为要治好酸痛病症，必须要有很多因素配合，固然医师的详细辨证之后再采取适当的治疗手段相当重要，但没有病人的愈后保养与预防也是枉然。如果医师的治疗态度欠缺谨慎，而病人的反应又懒于配合，那么再次患酸痛症的概率可能增高，有的人问我“酸痛会不会根治？”我的答案是，有的好治有的不好治，但是，如果不是难症，绝大部分的酸痛若能在医师的悉心治疗下，再加上病人耐心的配合，治好应该不是什么难事。

又有人说，对应针纯属表演性质，针的时候有效，拔针后又是一种感觉！这句话不全对，在我的众多经验里，用对应针法完全治愈患者的酸痛还不在少数，这就看当事者如何辨证，如何用针，如何采取适当的治疗措施了。

这本书的完成非常辛苦，因正值健康不佳之际，虽常有突如其来的心得想要随即记录却又心有余而力不足，常让神来之思慢慢消失于记忆

之中，因此写此续集常断断续续，个中辛酸非外人所能道也。本书的完成还要感谢吾儿柏均从旁不厌其烦的替我打字以及内人在旁不断的鼓励，在此一并衷心的致谢。

中医师 宋文靖





- 一、酸痛の克星——对应针法/1
- 二、有关古时候の相应诸穴/5
- 三、古时相应诸穴释义/7
- 四、扁鹊神针法相应诸穴释义/12
- 五、其他经穴の对应/14
- 六、对应针法概论/18
- 七、对应针法原理の思维/20
- 八、对应针法源起/29
- 九、对应针法の对应法则/33
- 十、对应针法应用の时机/34
- 十一、对应针法の穴位定名/36
- 十二、对应针法新穴发表/42
- 十三、头皮针の介绍及临床治验心得/45
- 十四、针法在头痛上の临床应用/56
- 十五、落枕经验治法/61
- 十六、浅谈手脚麻木の成因及治疗/65
- 十七、脚麻の成因与论治/74
- 十八、肩臂酸痛の论治(含五十肩)/78
- 十九、肩关节抬举不利の治疗经验/84
- 二十、肩峰锁骨疼痛の治法/86
- 二十一、肩前喙肱韧带扭挫伤后遗症の处理方法/87