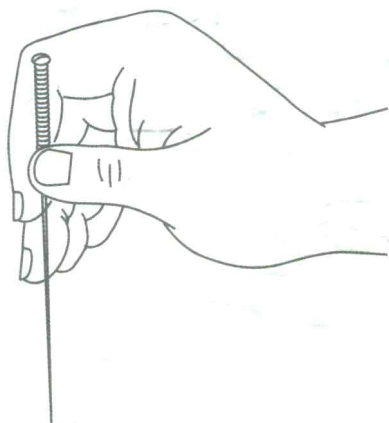


针
灸
止
痛

ZHENJIU ZHITONG
JINGYAN SHILU

经验实录

主
编·程为平



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

针灸止痛经验实录

ZHENJIU ZHITONG JINGYAN SHILU

主 编 程为平
编 者 肖 飞 马 莉
张 洋 李崖雪



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

针灸止痛经验实录 / 程为平主编. —北京: 人民军医出版社,
2013.1

ISBN 978-7-5091-6290-3

I. ①针… II. ①程… III. ①疼痛—针灸疗法 IV. ①R246

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 278976 号

策划编辑: 刘立 文字编辑: 冯彩丽 袁朝阳 责任审读: 陈晓平

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 — 8708

网址: www.pmmp.com.cn

印刷: 三河市世纪兴源印刷有限公司 装订: 京兰装订有限公司

开本: 850mm×1168mm 1/32

印张: 15.5 字数: 395 千字

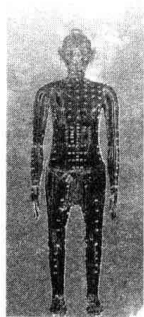
版、印次: 2013 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 0001—3500

定价: 49.80 元

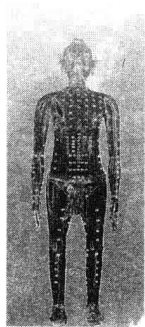
版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换



内容提要

本书针对头部、五官、颈肩部、胸背部、腹部、腰骶部、泌尿部、四肢部疼痛及妇科、癌症等疼痛疾病的针灸治疗思路和方法，从西医诊断要点，中医辨证要点、治则与处方，部分穴位定位，病例，诊治经过，病例分析等诸多方面进行了系统的阐述，使读者能由浅入深、由博返约、提纲挈领地迅速掌握疼痛疾病的诊断和治疗要旨。本书适合临床针灸医生及中医院校学生阅读参考。



前 言

余幼承家学，二七始蒙。年方弱冠，习业于黑龙江中医学院（黑龙江中医药大学原称）。余始刻苦精勤，行滴水穿石之功，盼能学有所成。自古天道酬勤，如是岁移中，续养其志，精勤不怠，经长年钻研精思，终有所成，除能经世致用，为患者解其苦，亦能续扬其志，为后进作传承，如以灯燃灯，灯灯相燃，照烛远近，愿无尽矣。

针灸治痛古已有之，上溯《灵枢》《难经》《针灸甲乙经》《针灸大成》，下及今人辨证临验之验方验穴。古法今方，汗牛充栋，灵兰探秘，磊磊结晶。余历三十余载临证施术，秉悬壶济世理念，平素除为升斗百姓疗伤诊病外，并博采众方以解析验案，累积验案逾千。本书系余从医36年针灸经验之总结，书中运用了主症定病名，次症定证型，兼症辨加减的总结方法。并采用头项针法、五区分明、点线面环、以穴分清的方法解析针灸治疗经验。《针灸大成》云：“上工守神，针分阴阳，提插捻转，补虚泻强，经络气血，迎随显彰。”本书疗痛之时，势行针之提插捻转手法为要旨。

迎随补泻手法为准则，虚则补之，实则泻之，不虚不实以经调之。

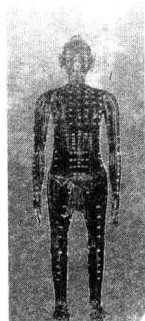
余曾追随诸针灸大家多方学习，各得其所传。行医迄今三十余载，以针灸治疗各类病证，疗效显彰，活人无数，又以治疗痛证收效尤佳。遂决以针灸治疗痛证之临床验案集结成书。于2011年10月至今，在我师门博士、硕士及本科生30余人齐心努力下，完成此书，在此感谢诸位共同之付出。余本着患者无愁之理念，苦其心志，百例汇编。祈愿同仁，加以扶正，亦愿广纳诸前贤、后进之意见，以期达大医精诚之道！令云云大众皆蒙其益。

六经八纲、四时七情，子母补泻、经络循行，论理周严而详尽。四气五味、升降浮沉，润泽枯燥、形色相貌，中空内实、质重质轻，总该药性之异同。木曰曲直、木喜疏达，火曰上炎，土援稼穡，金曰从革，水曰润下……巨观天地万物性类之别，藉以成阴阳五行之说，而能推其生克，论其消长，巧针妙灸，上工守神，提掣天地，把握阴阳。此乃针灸之枢机，中医之科学，形意之准绳。

另：李崖雪编写第一部分头部疼痛、第四部分胸背部疼痛，肖飞编写第二部分颜面五官疼痛、第六部分腰骶部疾病，马莉编写第八部分四肢部疼痛，张洋编写第十一部分其他疼痛，程为平编写第三部分颈肩部疾病、第五部分腹部疼痛、第七部分泌尿部疼痛、第九部分妇科疼痛、第十部分癌性疼痛。

黑龙江中医药大学 程为平

2012年7月12日



目 录

一、头部疼痛	1
1. 感冒后头痛	1
2. 偏头痛	7
3. 丛集性头痛	13
4. 紧张性头痛	17
5. 高血压性头痛	23
6. 低血压性头痛	28
7. 枕神经痛	31
8. 低颅压性头痛	37
9. 脑外伤后综合征	43
10. 虚劳头痛	48
11. 颈源性头痛	53
二、颜面五官疼痛	58
12. 鼻前庭炎	58



13. 鼻窦炎	62
14. 灼口综合征	68
15. 复发性口腔溃疡	73
16. 舌咽神经痛	78
17. 三叉神经痛	83
18. 牙痛	89
19. 耳痛	92
20. 颞颌关节痛	96
三、颈肩部疾病	101
21. 落枕	101
22. 颈椎病	105
23. 头颈夹肌肌炎	110
24. 颈部扭挫伤	114
25. 冈上肌痛	117
26. 肩关节周围炎	122
四、胸背部疼痛	127
27. 胸膜炎痛	127
28. 胸大肌筋膜炎	131
29. 心绞痛	136
30. 胸神经根性痛	140
31. 肋间神经痛	145
32. 心脏神经症	150
33. 胸椎棘突韧带炎	156
五、腹部疼痛	160
(一) 胃肠疾病	160
34. 胃痉挛	160



35. 消化性溃疡	164
36. 慢性胃炎	169
37. 急性肠炎	173
38. 慢性肠炎	177
39. 肠激惹综合征	182
40. 慢性阑尾炎	186
41. 功能性消化不良	191
(二) 肝胆疾病	196
42. 胆囊炎	196
43. 酒精性脂肪肝	201
六、腰骶部疾病	207
44. 急性腰扭伤	207
45. 腰椎间盘突出症	210
46. 第三腰椎横突综合征	216
47. 腰椎管狭窄症	221
48. 腰背肌筋膜炎	225
49. 强直性脊柱炎	230
50. 增生性脊柱炎	235
51. 骨质疏松症	241
52. 骶髂关节炎	246
53. 骶尾部痛	250
七、泌尿部疼痛	255
54. 尿道炎与膀胱炎	255
55. 尿潴留	260
56. 肾与输尿管结石	265
57. 前列腺炎	269



八、四肢部疼痛	275
58. 桡管综合征	275
59. 腕管综合征	279
60. 腕尺综合征	285
61. 肘管综合征	289
62. 旋后圆肌综合征	294
63. 肱骨内上髁炎	298
64. 肱骨外上髁炎	302
65. 肩胛上神经卡压综合征	306
66. 跖管综合征	309
67. 股神经卡压综合征	314
68. 梨状肌综合征	318
69. 股外侧皮神经痛	322
70. 股骨头缺血性坏死	327
71. 增生性膝关节炎	333
72. 膝内侧副韧带损伤	338
73. 踝关节扭挫伤	342
74. 跟腱炎	346
75. 跟痛症	351
76. 残肢痛	356
77. 幻肢痛	360
九、妇科疼痛	366
78. 痛经	366
79. 经行乳痛	370
80. 乳腺小叶增生病	375
81. 产后关节痛	380



十、癌性疼痛	385
82. 脑肿瘤性头痛	385
83. 乳腺癌术后痛	389
84. 胃癌术后痛	393
85. 癌痛的诊断评估和针灸治疗	399
十一、其他疼痛	404
86. 帕金森病疼痛	404
87. 多发性硬化	409
88. 脊髓空洞症疼痛	414
89. 中风后丘脑痛	420
90. 痛性眼肌麻痹	425
91. 酒糟鼻	431
92. 肌纤维痛	436
93. 痉挛性肛门直肠痛	440
94. 带状疱疹	444
95. 带状疱疹后遗神经痛	449
96. 痛风	455
97. 痔疮术后痛	460
98. 糖尿病周围神经病变	464
99. 皮炎	468
100. 雷诺病	474
101. 红斑肢痛症	479



一、头部疼痛

1. 感冒后头痛

【概述】感冒后头痛，又称“外感头痛”，是以头痛为主要症状的感冒病症。

中医学认为头为“诸阳之会”“清阳之府”，又为髓海之所在，居于人体之最高位，五脏精华之血，六腑清阳之气皆上注于头，手足三阳经俱上会于头。故风、寒、湿、热等外邪上犯清窍，阻遏清阳，而致头痛，其中以“风邪”为主。所谓“伤于风者，上先受之”。又因风为百病之长，多夹时气而发病。若夹寒邪，寒凝气滞，血行不畅，而为头痛；若夹热邪，风热炎上，上扰清空，而致头痛；若夹湿邪，湿邪凝滞，阻遏清阳，引起头痛。

根据头痛的部位归经：太阳头痛，多为枕部痛，下连项背；阳明头痛，痛在前额及目眶；少阳头痛，多在头之颞侧，并累及两耳；厥阴头痛，痛在巅顶部或连及目系。

西医的上呼吸道感染、流行性感冒、肺炎等发热性疾病引起的头痛均属此范畴。

【西医诊断要点】

- (1) 有外感病史，以头痛为主症。
- (2) 头痛部位：前额及目眶、两颞、巅顶，枕部或全头痛。
- (3) 疼痛性质：为胀痛、跳痛、重痛、昏痛等。
- (4) 排除脑血管病头痛，颅内占位性病变，外伤头痛，内伤头



痛或眼、耳、鼻及牙等引起的头痛等。

【中医辨证要点、治则与处方】

(1) 风寒头痛：头痛时作，痛连项背；恶风畏寒，苔薄白，脉浮；遇风尤剧，口不渴。治则：祛风散寒止痛。处方：主穴，百会、太阳、风池；配穴，风门、列缺、曲池。

(2) 风热头痛：头胀痛，甚则头痛如裂；发热或恶风，舌红苔黄，脉浮数；面红目赤，口渴欲饮，便秘溲黄。治则：祛风散热止痛。处方：主穴，百会、太阳、列缺；配穴，曲池、大椎、外关、通天、络却、前顶、囟会。

(3) 风湿头痛：头痛如裹；遇阴雨天加重，苔白腻，脉濡；肢体困重，纳呆胸闷，小便不利，大便或溏。治则：祛风除湿止痛。处方：主穴，百会、太阳、丰隆；配穴，阴陵泉、率谷、中脘。

另：阳明头痛加印堂、阳白、合谷；少阳头痛加率谷、角孙，外关；太阳头痛加天柱、后溪、申脉；厥阴头痛加太冲、内关、行间；各部头痛均可取阿是穴。

【部分穴位定位】见图 1-1-1，1-1-2。



图 1-1-1 太冲



图 1-1-2 通天、络却、百会、前顶、囟会



(1) 通天

【标准定位】在头部，当前发际正中直上 4.0 寸，旁开 1.5 寸处。

【取法】正坐仰靠位，先取曲差，于其后 4.0 寸处取穴；或先取百会，在百会穴旁开 1.5 寸，再向前 1.0 寸处取穴。

【刺灸法】刺法：平刺 0.3~0.5 寸。

(2) 络却

【标准定位】在头部，当前发际正中直上 5.5 寸，旁开 1.5 寸。

【取法】正坐或仰卧位，先取百会，在百会穴旁开 1.5 寸，再向后 0.5 寸处取穴。

【刺灸法】刺法：平刺 0.3~0.5 寸，局部酸胀。

(3) 太冲

【特异性】五腧穴之一，本经腧穴。肝经之原穴。

【标准定位】在足背侧，当第一跖骨间隙的后方凹陷处。

【刺灸法】刺法：向上斜刺 0.5~1.0 寸，局部酸胀或麻向足底放射。

(4) 囟会

【标准定位】在头部，当前发际正中直上 2 寸。

【刺灸法】刺法：平刺 0.3~0.5 寸，局部胀痛。小儿囟门未闭或闭合不久者，禁止针灸。

(5) 前顶

【标准定位】在头部，当前发际正中直上 3.5 寸，百会穴前 1.5 寸。

【取法】正坐或仰卧位，百会穴前 1.5 寸处是穴。

【刺灸法】刺法：平刺 0.3~0.5 寸，局部沉胀。小儿囟门未闭者禁刺灸。

(6) 百会

【特异性】交会穴之一，手足三阳、督脉、足厥阴俱会于此。



【标准定位】在头部，当前发际正中自上 5 寸，或两耳尖连线的中点处。

【取法】正坐位，于前、后发际连线中点向前 1 寸处是穴。

【刺灸法】刺法：平刺 0.5~0.8 寸局部胀痛，也可向四神聪透刺，针感可扩散至头顶部。

【经验精选】

(1) 祝方鉴^[1]报道用刺血法治疗急性头痛主穴取百会、太阳(双)、印堂。外感头痛加少商(双)、商阳(双)、关冲(双)、少泽(双)、风池(双)；以三棱针点刺放血，出血量视病情而定。治疗结果发现此法对外感头痛、外伤头痛的效果较佳。

(2) 王玉明^[2]治疗头痛 391 例，以取四关穴为主，阳明头痛加印堂；少阳头痛加太阳；厥阴头痛配百会；太阳头痛配风池。痊愈率为 74.94%，总有效率达 97.95%。

【古医论语】

(1) 《仁斋直指方·诸风》首记感冒之名。

(2) 《针灸大成》载：“头巅顶痛：百会、后顶、合谷。”

(3) 《济生拔粹》载：“伤寒三阳头痛”“如脉浮而头痛，过在手足太阳，刺腕骨、京骨。”“如脉浮而长，过在手足阳明，刺合谷、冲阳”“如脉浮而弦，过在手足少阳，刺阳池、丘墟、风府、风池。”

【病例】陈某，女，26 岁，营业员。初诊：2005 年 6 月 2 日。主诉：头重痛 2 周。

病史：病人于 2 周前适值经期，室外工作中被大雨淋浇。返家后，自觉周身疼痛，头痛。第二天发热、咳嗽、流清涕，自服维 C 银翘片、阿莫西林、速效伤风胶囊等药，发热、咳嗽、流涕、周身酸楚痛诸症消失。但现自觉巅顶部疼痛，有异物重压感，按揉后稍减轻。若用木梳梳头，也能减轻症状。曾服抗病毒口服液、元胡止



痛颗粒、正天丸等药，未见好转。现病人腹泻1周，每天5~7次。大便溏薄，轻度脐周痛，泻后痛减。口淡乏味，纳呆。四肢仍乏力，有时腰酸。

检查：来诊时，病人体温 36.3℃，呼吸：12 次/分，心率：72 次/分，节律整齐，血压：125/85mmHg。VAS：4 分。无项强，无克氏征。头 CT 平扫未见异常。血常规：单核细胞略增高。脑神经检查：未见异常。巴宾斯基征阴性。四肢肌力 5 级。舌淡红、胖大齿痕，苔白、微厚腻，脉濡。

【诊治经过】西医诊断：感冒后头痛。中医诊断：厥阴头痛。主症：巅顶部重痛；次症：腹泻，乏味，纳呆，四肢乏力，舌淡红，胖大齿痕，苔白，微厚腻，脉濡；兼症：轻度脐周痛，泻后痛减，有时腰酸。证型：风湿袭络，脾虚湿蕴。

治则：祛风除湿，健脾止痛。

处方：主穴，百会透后顶，囟会透前顶，络却透通天（双侧），目窗透头临泣（双侧），太冲；配穴，丰隆、阴陵泉、上巨虚、足三里、合谷（双侧）。

刺灸法：百会透后顶，囟会透前顶，络却透通天，目窗透头临泣，刺入得气后，行常规头部刺激手法。太冲逆经刺入，得气后，行强刺激。其余诸穴直刺，得气后行中等刺激。留针 30 分钟，每 15 分钟行针一次。出针后，病人头巅顶重压感明显减轻，头痛减轻，VAS：2 分。

二诊：6 月 4 日。病人腹泻同初诊，纳呆、乏力仍存在。舌脉同前。处方加双三阴交、双天枢，顺经刺入，得气后轻刺激。留针同前。针刺出针后，头部重痛消失。

三诊：6 月 6 日。昨日腹泻 3 次，纳呆减轻，乏力好转。舌淡红、胖大齿痕，苔薄白，脉缓。采用二诊体针针灸处方治疗，停止



针灸头部穴位。

病人又经过 2 次治疗后，大便成形，腹泻消失，纳食香甜。体力恢复。舌淡红、胖大齿痕，苔薄白，脉缓。处方：人参归脾丸 1 丸，每日三次，口服，连续服用 10 天巩固治疗。

【病例分析】该患者于经行之际，气血虚弱，又感寒湿，阻遏清阳，脉络不通，而致头痛；又经行之际，气血下注冲任，脾气受损，运化失司，水湿内停，下注大肠而致腹泻，脾胃相表里，脾气不足，胃气亦弱，脾不能运化，胃不能腐熟则纳呆乏味，脾主四肢，筋肌失养，则四肢乏力；舌淡红、胖大齿痕，苔白、微厚腻，脉濡均为脾气虚弱，湿邪内蕴之象。冲任空虚，受于寒湿之邪，寒性收引，湿性黏滞，聚于脐周，故轻度脐周痛，寒湿之邪随大便而下故泻后痛减；寒湿留着腰部，阻滞经络，影响气血再次灌注，任脉空虚而致腰酸。足厥阴肝经经咽喉上连目系，上行出于额部，与督脉交会于巅顶部，故诊断为厥阴头痛，西医诊断为感冒后头痛，辨证为风湿袭络，脾虚湿蕴，以祛风除湿，健脾止痛治疗为主。选用督脉之穴百会、后顶、凶会、前顶，督脉为阳脉之海，百会为百脉之会，贯达全身，百会透后顶、凶会透前顶可激发阳气，鼓邪外出，又可疏通头部经气，气血调达则痛止；目窗透头临泣，为足少阳阳维之会，补气升阳，降浊；络却透通天，祛湿通络，输布阳气；太冲逆经刺入，得气后，行强刺激，理气通络；丰隆、阴陵泉健脾利湿，和胃化痰，如《济生拔粹》载：“治风痰头痛，刺足阳明经丰隆二穴”；上巨虚、足三里健脾益气；合谷为手阳明大肠经的原穴，通与肺经，具有通经活络，解表的作用。

二诊病人腹泻、纳呆、乏力仍存在，舌脉同前。处方加双三阴交、双天枢，顺经刺入。三阴交与脾经交汇，行健脾益胃，疏调气机之功；天枢为大肠经募穴，阳明脉气所发，可调理肠腑，理气消