

张振晖针法

ZHANG ZHENHUI ZHENFA

主 编 张振晖 张维奋

编 者 张维劲 张维勤 王建华

张 弘 张国荣 张青春



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北京

内 容 提 要

本书较详细地介绍了针灸临床家张振晖从医 60 年对针刺疗法的深刻理解、独特经验及培训学生的讲义精华。全书共 10 章,包括针灸概述、经络简述、常用腧穴与配穴方法、针具与针术、常用补泻手法、张氏十大针法与刺络疗法,以及临证验案等。本书内容丰富,阐述简明,图文并茂,操作简便,疗效确切,是学习和应用针法很有价值的参考书,适于临床医护人员、基层卫生人员、中医院校学生和针法爱好者阅读参考。

序

针灸临床家张振晖先生，出生于山西汾阳，长于天津，曾就读于天津教师学院。嗣后，拜晁福缘先生为师，专攻针灸。刻苦背诵《内经》《针灸大成》《医宗金鉴》等，从而打下了坚实的基础。深得晁先生真传，并有所创新。张氏倡导十大针法，即是明证。清代著名针灸家李守生云：“针灸之难，难不在穴，在手法尔。明于穴而手法不明，终生不医一疾，明于手法而因症寻穴，难者多而显易知者亦不少矣……习此首学手法，次学认症，而以寻穴为末务。”

古谚云“熟读王叔和，不如临证多”，说明实践出真知，临证出奇效的奥秘就在于此。张氏行医看病达60余年，从未脱离临床。不论是外出讲学，还是参与省、地市的培训班，往往是上午一讲完课，就即刻返回医院，不停地为广大病人解决病痛。若论在当地的口碑，他当为之榜首。这也为后学做出了榜样。

张老是个有心人，他把60余年的所见所闻如实地记录在案，整理成册。拜读之后，受益匪浅。在一定意义上讲，对针灸事业的传承是一个有意义的贡献。

吕景山

于山西省针灸研究所

2012年6月1日

前 言

针灸学是我国传统医药学的重要组成部分,历史悠久,源远流长。在先秦时期就奠定了坚实的临床和理论基础,后经历代发展,不断充实提高。尤其是近几十年来,随着现代科学的迅速发展,针灸的发展进入了一个全新的时期,国际医学界出现了“中国热”,特别是针灸学受到更多国内外人士的关注。目前,在亚洲、欧美等地已有 120 余个国家和地区应用针灸为本国人民治病,不少国家还先后成立了针灸学术团体、针灸教育机构和研究机构,著名的巴黎大学医学院就开设有针灸课。据报道,针灸治疗有效的病种达 307 种,其中效果显著的就有 100 多种。1980 年,世界卫生组织提出了 43 种推荐针灸治疗的适应病症。1987 年,世界针灸联合会在北京正式成立,针灸作为世界通行医学的地位在世界医林中得以确立。2010 年 11 月 16 日中医针灸列入《人类非物质文化遗产代表作名录》。

予 1952 年拜晁福缘先生为师,专修针灸。经晁老口传身授,深得其传。两年后开始执业行医,迄今从医已达 60 年。实践出真知。60 年来,我一直坚持在基层临床第一线,为广大群众解除病痛,被针灸的神奇疗效所折服。经过不断实践总结,逐渐形成了一套独特的针灸治病方法。为了让更多人了解和使用张氏针法,造福于民,现将我多年来的临床心得、经验体会整理成册,以飨读者。

全书主要内容分为 10 章。前 3 章主要复习历代针灸文献、经络学说及腧穴概论;第 4 章介绍予在临床常用的腧穴;第 5 章重点介绍张氏配穴八法;第 6、7 章介绍传统针法和针刺中常见的意外

情况以及预防处理方法；第8章着重介绍张氏十大针法；第9章介绍了张氏刺络放血疗法；第10章是予在临床中的验案总结。

本书在编写过程中，受到了多方关心和支持。特别是名老中医吕景山教授抱病审阅、修改，并为之作序；吕景山教授高足田佩洲副主任医师、吕玉娥副主任医师为本书的修改做了大量工作；吕景山全国名老中医药专家传承工作室的工作人员也付出了辛勤的劳动。特在此一并致谢！

本书如有疏漏、不妥之处，恳请读者批评指正。

张振晖

于山西汾阳市万寿堂中医骨病研究所

2012年6月

目 录

第 1 章 概述	(1)
第一节 针灸之定义	(1)
第二节 针灸之价值	(1)
第三节 针灸之功能	(4)
第四节 针灸之名著	(5)
第 2 章 经络简述	(22)
第一节 经络之概念	(22)
第二节 经络之内容	(23)
第三节 经络之作用	(24)
第四节 经络之流注阴阳表里相配	(27)
第五节 经络辨证	(44)
第六节 经筋辨证	(54)
第 3 章 腧穴	(76)
第一节 腧穴概述	(76)
第二节 特定穴	(78)
第三节 定穴之方法	(84)
第 4 章 常用腧穴	(88)
第一节 头面部	(88)
第二节 颈项部	(112)
第三节 腹胁部	(122)
第四节 肩背部	(141)
第五节 手臂部	(167)
第六节 足部	(204)
第七节 腿部	(230)
第 5 章 配穴之方法	(265)

第一节	传统配穴法	(265)
第二节	张氏配穴八法	(267)
第6章	针术	(274)
第一节	如何用针	(274)
第二节	针具	(276)
第三节	病人体位	(279)
第四节	针刺方向	(279)
第五节	进针手法	(280)
第六节	候气	(281)
第七节	退针	(284)
第八节	晕针的处理	(286)
第九节	滞针的处理	(287)
第十节	折针问题	(288)
第十一节	取穴多寡	(288)
第7章	几种常用的传统补泻手法	(290)
第一节	捻转补泻法	(290)
第二节	提插补泻法	(292)
第三节	徐疾补泻法	(293)
第四节	《内经》《难经》补泻法	(294)
第8章	张氏十大针法	(297)
第一节	进针法	(297)
第二节	候气法	(298)
第三节	辨气法	(300)
第四节	调气法	(300)
第五节	守气法	(302)
第六节	提拉推送法	(303)
第七节	多向刺法	(304)
第八节	单转法	(304)
第九节	久留法	(305)
第十节	退针法	(307)

第 9 章 张氏刺络疗法	(309)
第一节 概述	(309)
第二节 刺络放血的功能与作用	(309)
第三节 刺络要穴简介	(312)
第四节 放血的种类	(317)
第五节 刺络放血的适应证	(319)
结语	(324)
第 10 章 临证验案精选	(326)
排尿如丝如线	(326)
崩漏不止	(327)
强中(阳强不倒)	(328)
风痹症	(329)
下膈症	(331)
重症眼睛斜视(左侧黑眼珠消失)	(332)
眼睛干燥	(334)
视神经萎缩	(335)
鼻渊(鼻窦炎)	(336)
术后尿潴留(癃闭)	(337)
口疮(口腔溃疡)	(338)
鼻衄	(339)
小儿风池风	(339)
小儿急惊风	(340)
书挛	(341)
小儿厌食	(342)
中风挟颈(痉挛性斜颈)	(343)
瘖症失语	(344)
尿失禁	(345)
热痹(结节性红斑)	(346)
肌痹(股外侧皮神经炎)	(347)
筋痹	(348)

(20)	气痹(一).....	(350)
(20)	气痹(二).....	(351)
(20)	气中.....	(353)
(87)	背鸣.....	(354)
(87)	软腭麻痹.....	(355)
(91)	湿疹.....	(356)
(91)	破伤风.....	(357)
(91)	乳痈.....	(358)
(91)	大气下陷.....	(359)
(91)	瘦气.....	(360)
(88)	魇梦.....	(361)
(92)	霍乱(急性胃炎).....	(362)
(91)	眼睑下垂.....	(363)
(92)	流涎不止症.....	(364)
(92)	失语症.....	(365)
(92)	癩病(俗名气蒙心).....	(365)
(92)	腹内灼热.....	(366)
(92)	外伤致面瘫.....	(367)
(92)	头痛(脑震荡).....	(367)
(92)	外伤后上肢肌肉萎缩.....	(368)
(92)	鼻疽(鼻息肉).....	(369)
(92)	舌纵不收.....	(370)
(92)	阴吹.....	(370)
(92)	妇女阴跳症.....	(371)
	参考文献	(373)

第1章 概述

第一节 针灸之定义

针和灸是两种不同的医术。针术就是采用金属制成一定规格的针具在人体一定的部位，俗称穴位或穴道，刺入一定的深度，运用一定的手法，留到一定的时间，然后通过一定的手法将针拔出，从而达到治疗疾病的目的。所谓灸术，就是利用中草药中的艾叶制成艾绒，再制成大小不同的艾炷或艾卷，通过一定的操作方法点燃后，在人体一定的穴位进行熏烤，使患者感到温暖舒适，从而达到治疗疾病和预防保健的目的。由于这两种医术，都是通过人体经络、腧穴的特殊性能，促使经络通畅、气血和调，从而达到祛除病邪、恢复健康或预防保健的目的，因此，历代医家往往将这两种医术相提并论，总称“针灸疗法”或“针灸学”，简称“针灸”。

要 诀

针法灸法非一桩 针乃针刺灸艾燃
通调经络和气血 祛除病邪又保健

第二节 针灸之价值

一、历史悠久，闻名中外

针灸学是中医药学宝库中的一颗璀璨明珠，是中华民族历代

祖先与疾病斗争的宝贵经验结晶。几千年来,不仅深受我国广大人民群众的爱戴,而且早已闻名世界,在国际医学界也受到了相当的重视。尤其是近年来,我国接连不断地举办了多期国际针灸班,许多国家纷纷派遣专家学者前来学习交流,同时,我国政府还组织了援外医疗队,援助许多国家并无私传授针灸技术,从而大大丰富了世界医学内容,也为人类健康事业作出了巨大贡献。

二、治疗广泛,奏效迅速

针灸治疗疾病的范围很广,不论男女老少,内科、外科、妇科、儿科、五官科、皮肤科等疾病,如内科的偏瘫、痿病、风寒湿痹(风湿、类风湿关节炎等)及各种疼痛、麻木,外科的肠痈(阑尾炎)、胆石症,妇科的月经不调、赤白带下、痛经、阴挺(子宫脱垂),五官科的暴盲、夜盲、鼻渊(鼻窦炎、额窦炎)、鼻衄、齿痛、喉痛、耳聋、耳鸣、耳痛,消化系的食欲缺乏、胃寒、胃痛、腹泻、便秘等疾病,大都可以取得满意的疗效。对某些一时不省人事、小便癃闭、妇人血崩、鼻衄出血如泉如涌的危急重症,给以对症治疗,往往可以收到手到病除、起死回生的独特疗效。往往还有其他各科不易奏效的某些疾病,针灸却有独到的疗效。

三、携带方便,随处可行

针灸疗法用的工具相当简单,只需几枚长短不同的不锈钢针,再带点艾绒和艾卷、乙醇(酒精)棉球,不受时间条件的限制,随时随地可以进行治疗。尤其对交通不便、缺医少药的地区,更是特别方便。

四、节约药物,减少麻烦

针灸疗法对其适应证,不需要借助药物,单纯针刺、艾灸即可安全治愈。例如身体各部的疼痛,口眼喎斜、半身不遂等,针灸治疗可以取得很好的疗效。又如农村中群众所谓的“霍乱子”(即今

之急性肠胃炎),只用三棱针在肘窝或腘窝的紫筋上点刺出几滴黑血,即刻获得痊愈。对于一些缺医少药的山区或小村庄,如果运用针灸治疗,就可以减少配药的麻烦,也可以取得相同的疗效。

五、帮助诊断,预测疾病转归和预后

在一些突然昏倒不省人事的危急病症中,经验丰富的针灸医生,根据病人针下得气的有无、气至之速度与得气之强弱,即可判断疾病的转归和预后;对于一些慢性病、久病的病人,根据针下经气的左虚右实或右虚左实或下虚上实、上虚下实等差异,然后制定相应的治疗方案,更有其独特的临床价值。

六、预防保健,却病延年

古人云:“若要安,三里永不干。”就是说,想要身体健康,少病无病,那就经常艾灸足三里穴。这种说法一点也不夸张。日本学者对此非常信任,报道也比较多,尤其是原志免太郎编著的《灸法医学研究》一书中记载“三河国宝郡,水泉村之百姓满平……”全家灸足三里长寿之故事,简直让人不可思议。

刘正才先生编著的《道家针灸》一书中记载:“据承淡安之高足,现年83岁的承邦彦教授来信说,承淡安于1934年访日,在东京三河地区访问了20来名长寿人,最高者194岁,130~150岁16人。这些人长寿主要是长期灸(足)三里,他们将(足)三里称为长寿穴。”

七、细心操作,安全无患

针灸治病是一件非常严肃、细致的工作,医者必须小心谨慎地按照一定的规程进行,万万不能草率行事。但只要严密消毒,不滥针滥灸,随时观察病人的反应及表情,防止晕针、折针等不良现象的发生,就无不良反应及不安全的顾虑。群众说的“针火不伤人”,即此意也。

要 诀

针灸由来数千年 闻名中外有奇传
携带方便省药物 奏效迅速治疗广
诸痛暴疾病难言 针到病除屡不鲜
或针或灸依法施 病若不愈也无妨

第三节 针灸之功能

明·杨继洲云：“天地之道，阴阳而已矣。夫人之身，亦阴阳而已矣”。“天地之气不能以恒顺，必待于范围之功；人身之气不能以恒平，而必待于调摄之技。”

中医学认为，人体是阴和阳对立而又统一的机体，天地间一切事物的发生、发展、变化以至灭亡，无一不是阴阳互相制约、互相生化、运动的结果。例如春温、夏热、秋凉、冬寒，风、雨、阴、晴，春生，夏长、秋收、冬藏等，都是阴阳对立统一的结果。

人体内五脏六腑，气血津液，五官九窍，筋肉皮毛，四肢百骸，都是在人体阴阳对立统一、平衡协调的环境下，进行着统一、恒平的生命活动，身体当然也健康无恙。人体一旦由于外感六淫、内伤七情等致病因素，使体内阴阳平衡遭到破坏，使体内的某一脏腑或经络气血等功能发生障碍或功能失调，因而气血运转阻滞不畅，疾病就随之发生。针灸疗法正是因为它能通过经络系统、腧穴特性以及巧妙的操作手法等综合利用，激发和调整了机体的固有功能，从而使人体阴阳失调的局面，通过“虚则补之，实则泄之，苑陈则除之，邪盛则虚之”等治疗原则得到调整，使失去恒平局面的阴阳复归于平衡，达到“阴平阳秘，精神乃治”的效果。针灸疗法岂不是“调摄之技”的高技乎？

要 诀

天地之道阴与阳 人身之气亦使然

阴阳和顺身体健 百病不生喜洋洋
六淫七情内外伤 阴阳失调体遭殃
针刺艾灸阴阳调 平衡和顺自然安

第四节 针灸之名著

一、《内经》

《内经》是我国现存最早的一部医书。众多学者认为,该书约起始于春秋、战国,而成书于秦、汉。《针灸大成》的作者杨继洲云:“《素问》十二卷,世称黄帝、岐伯问答之书,及观其旨意,殆非一时之言,而所撰述,亦非一人之手。”这一认识是非常科学的。

《内经》包括《灵枢》《素问》两部分,各 81 篇。其中《灵枢》记载针灸内容较多,故亦称《针经》。《素问》亦有一些专篇重点讨论针灸。总之,《内经》是一部开创针灸学术的著作,为中医必修课程之一。其对针灸方面的最大贡献,可概括为以下 10 个方面。

其一,创立了世界上独一无二的经络学说,详述了各正经与内脏之联属关系及脏腑之间表里相配、十四经流注程序的规律、十四经走行方向的规律。《灵枢·经脉第十》将十二经脉与十二经筋、十五络、奇经八脉等循行部位以及病候等,都做了详细的论述,并根据各经发生病变时出现的复杂病候,归纳出“是动病”“所生病”等辨症理论,形成了一套独特的经络诊断理论,大大地补充了四诊八纲之不足。尽管直至今今天还不能在解剖刀下找到经络的存在,亦还不能在理论上做出完全符合现代科学原理解释,经络学说仍然是指导针灸临床实践的重要理论依据。古人云:“不识十二经络,开口动手便错。”

其二,提出单穴 25 个,左右两侧双穴 135 对,并定出每个穴的名称。

其三,规定了体表各部位距离的分寸,作为取穴的标准。《灵

《灵枢·骨度第十四》就将人体全身各部距离规定出具体的分寸,作为针灸取穴的依据。各部位骨度的尺寸虽经2 000年之不断改进和完善,但直至目前,其在针灸治疗实践中仍有一定的指导、参考意义和实用价值。

其四,详细介绍了鑱针、圆针、鍤针、锋针、铍针、圆利针、毫针、长针、大针 9 种针具的名称、形状及临床不同的用途。同时,还对针刺前的准备工作、进针、留针、出针、针刺的方向、刺入的深浅、用针宜忌及补泻手法的施术原则、具体操作、如何辨别下针得气后的虚实表现等,都做了详细的阐述。

其五,确定了针灸治病,“虚则补之,盛则泄之,陷下则灸之,苑陈则除之,热则疾之,寒则留之,不盛不虚以经取之”等具体准则,一直沿用至今,仍是指导临床实践的无价之宝。

其六,详述了九刺、十二刺、五刺等著名的《内经》二十六刺针法及疾徐、开合、迎随、呼吸等补泻法则的具体操作。迄今2 000年来,除后世个别巧立名目、故弄玄虚、越衍越繁、越演越乱的糟粕外,大体上仍未超越这一范畴。

其七,强调下针后必须得气之重要性及其治疗价值。《灵枢·九针十二原第一》:“刺之要,刺之气至而有效。效之信,若风之吹云,明乎若见苍天。”这段经文的意思,就是指示后人,下针后针下必须有酸、麻、胀、痛等感觉,才会有疗效。疗效的显著,就好像风吹云散,天气由阴暗立即转为明朗的晴天。

其八,阐明了每个孔穴都是“神气所游行出入也”,并不是单纯的皮、肉、筋、骨之局部形态,更不是一般人们所想象的窟窿眼,而是人的神气进行内外活动的处所。在生理、病理等各方面,都有其独特的功能与作用。

其九,《灵枢·九针十二原第一》提出了“苑陈则除之”的放血疗法,对某些病症疗效显著,有时令人难以置信。例如,农村叫“霍乱子”的上吐下泻、腹痛剧烈,如用三棱针于委中等穴点刺放血,疼痛即刻消失。此外,《灵枢》《素问》中至少有 20 余篇文章中有点刺

放血疗法的详细记载。

其十，指出部分疾病的主治穴道、禁针部位及“凡将用针，必先诊脉象的缓急、滑涩、寒热”，然后采取相应的针法。对于阴阳形气俱不足的病人，不宜用针法，而应当选用甘药来充实胃气进行治疗。并特别强调“凡刺之法，必先本于神”的原则进行针刺，即所谓的“粗守形，上守神”也。

要 诀

针灸鼻祖始秦汉 灵枢素问最为先
经络腧穴刺灸术 金针妙法由此传

二、《难经》

《难经》亦是中医经典著作之一，比《内经》稍迟一些，多数注家认为是扁鹊（秦越人）所著，在《内经》基础上有所阐发。全书共分为八十一难，采用问答质疑的方式解释经义。自“二十三难”至“二十九难”论经络，“六十三难”至“六十八难”论腧穴，自“六十九难”至“八十一难”论刺法补泻等。并突出地强调押手在针刺时的重要性，“知其为针者信其左，不知其为针者信其右”。这一主张对指导临床实践，确有其独特价值。

要 诀

八十一难扁鹊编 阐发灵素有新添
有见如入有见出 独倡左手妙难言

注：“有见如入”即左手押在穴上，发现穴下经气来到，好像动脉搏动之状，而后才可下针入内；“有见出”是针入后发现邪气已散，乃可出针。

该书“七十八难”突出强调，“知为针者，信其左；不知为针者，信其右。当刺之时，必先以左手厌按所针荣俞之处，弹而努之，爪而下之，其气之来，如动脉之状，顺针而刺之……”这段经文的意思是说，一个善于用针法的人，是信赖运用其押穴的左手；而不善于

用针的人,就是只信赖持针而刺的右手。当进针的时候,必须先以左手按压在所要刺的穴位上,用手指弹击几下该处的皮肤,使局部脉络怒张,再用右手指切压住穴位,如指下感到好像动脉搏动时,顺势将针刺入……关于这一问题,予曾做过多例探索。这样做的结果,疗效十分理想,穴下搏动现象确实存在,但是有的病人几分钟搏动一下,有的病人几十分钟也等不到一次。临床宜根据具体情况而定。

三、《针灸甲乙经》

《针灸甲乙经》是晋代皇甫谧所著,是我国针灸史上第一部针灸专著。本书对针灸事业上的发展,奠定了磐石般的基础。

其一,总结出全身腧穴 649 个,其中单穴 49 个,双穴 300 对。

其二,详细指出每个穴位的名称、部位及取穴方法等。

其三,定出多种病症的主治穴位。

其四,规定了每穴刺入的深度、艾灸的壮数及留针的时间等。本书是继《内经》以后的又一次大总结,对针灸事业的发展起到了承前启后的巨大贡献。

要 诀

晋皇甫谧甲乙撰 针灸专著首开端

穴位症治深与浅 针灸史上新纪元

四、《备急千金要方》

《备急千金要方》简称《千金》,是唐代孙思邈所著。本书除在各种疾病中记载着针灸治疗之外,还在卷廿九、卷卅中列有针灸专篇。其主要贡献有以下几个方面。

其一,介绍了同身寸的理论及测穴方法。卷廿九“人有老少,体有长短,肤有肥瘦,皆须精思商量,准而折之,无得一概,致有差失,其尺寸之法,依古者八寸为尺,仍取病者男左女右手中指上第一节为一寸,亦有长短不定者即取手大拇指第一节横度为一寸,以