

现代

针灸

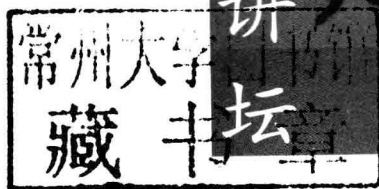
讲坛

赵荣 著

云南大学出版社

云南省中医院后备学科带头人培养基金资助出版

现代 针灸 讲坛



赵荣 著

云南大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

现代针灸讲坛 / 赵荣著. —昆明: 云南大学出版社, 2011
ISBN 978-7-5482-0560-9

I. ①现… II. ①赵… III. ①针灸疗法—基本知识
IV. ①B245

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第170460号



赵荣 著

责任编辑 荣 伟

装帧设计: 猎鹰创想 | 书籍设计

出版发行: 云南大学出版社

印 装: 昆明佳迪兴隆印务有限公司

开 本: 787mm × 1092mm 1/32

印 张: 7.5

字 数: 160千

版 次: 2011年11月第1版

印 次: 2011年11月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5482-0560-9

定 价: 28.00元

地址: 云南省昆明市翠湖北路2号云南大学英华园内 (650091)

电话: 0871-5033244

网址: <http://www.ynup.com>

E-mail: market@ynup.com

自序

写这本书的目的就是让更多的人尽量真实地、客观地了解针灸，认识针灸，接受针灸，受益针灸，让已经为中华民族的繁衍昌盛作出5000年贡献的针灸，成为现代人健康的首选。

2009年初夏我参加云南省首届中医药技能大赛，荣获“云南省针灸专业技术状元”称号。2009年仲夏我到北京参加国家中医药管理局举办的“针灸适宜技术省级师资培训班第一期”，学习国家中医药管理局历时3年，耗资上亿，从众多的针灸技术中筛选出来的临床疗效好、简便适用的针灸技术。在北京期间，几个大学同学小聚了一下，让我意想不到的是，当晚的话题既不是叙旧，也不是房价、发财等热门话题，而是“针灸治疗疾病”，而更让我诧异的是，津津乐道针灸治病的竟是那些在我的记忆当中读大学时对针灸不感兴趣而且也不是那么好学的同学。作为一个热爱针灸并决定将自己的一生献给针灸事业的普通针灸从业人员来讲，这

一切给了我巨大的鼓励，我像一艘扯满了帆的船，急于借助这东风在针灸的海洋上快速航行。

我知道，这一切关于中医针灸的盛事绝不是偶然，它既让我兴奋，又让我悲哀。让我兴奋的是今后几年我们可能将盼来真正利好中医发展的政策，而且我们将面临着大量发展针灸和弘扬中医文化的机遇。悲哀的是针灸作为中国的国粹，起源于中国，完善于中国，扎根于中国，发展于中国，历经了数千年的临床实践，造福了一代又一代华夏子孙，像这样的“宝贝”，竟然还要靠国际上的“针灸热”来引起中国政府、中医药管理高层的重视。为什么我们的好东西在我们手里的时候我们都不觉得很好，不懂得要珍惜，总是当别人发现它们是宝贝的时候，我们因为害怕失去，才猛然间意识到要保护它，要重视它，要珍惜它？这究竟应当是制定政策的人的职责，还是执行政策的人的职责，还是我们这些在这样政策下工作的普通的针灸从业人员的职责？

不能否认，国际上的“针灸热”正以一种温和而蕴涵着绵绵不断的力量的态势对国内针灸的发展起着巨大的促进作用。从20世纪80年代改革开放初，那时几乎每个出国工作人员都要临时突击学习两门手艺：烹调和针灸。到今天，这些淘金海外的创业者几乎把中国的美食和针灸传播到了世界上每一个国家和大部分城市。在北京期间同学们热议的还有一个话题，那就是他们正在寻找到目前为止还没有开设针灸治疗的国家或城市，他们要把针灸诊所开设到那里去，可是好像太难了，现在似乎已经很难找到到目前为止仍没有开设针灸治疗的国家或条件不算太差的城市了。我们的针灸几乎受到了所有国家和绝大多数城市的欢迎，用同学的话来讲是这样的：“针灸在国外是有钱人的享受。”

“针灸热”的现象同样引起了国外医疗相关部门和研

究机构的重视，很多国家和城市已经为中医针灸人员从业立法，进行规范化的管理，中医（针灸）学校的开设已是屡见不鲜，很多知名大学已经开设中医针灸专业，开始进行中医针灸的规范教育。美国有100多家中医学校，英国有3000多家中医诊所，即使是在荷兰也有1500多家中医诊所。但是中医的“根”毕竟是在中国，在国外学习针灸的学员，只要条件允许，他们都把毕业临床实习的地点选择在中国，即使在云南这样经济相对并不发达的地区，每年接待的中医临床实习人员也有上百人之多。

尽管针灸在国内还没有那么热，很少有人知道针灸能治疗461种疾病，其中对100多种疾病有着很好的疗效，也很少有人知道针灸能够防病保健，能在病变的早期就先于现代的诊疗手段发现疾病，并将疾病治愈在“未发”之时，更很少有人知道针灸是世界上最为理想的治疗方法，因为它完全是依靠激发患者自身的防御免疫功能和潜力来治疗疾病的，它是启动机体自身保护的开关，它是打开人身潜能的钥匙。一个不容忽视的现象是：在国内琳琅满目的保健书架上，一本本非针灸专业人员或仅仅有过针灸学习经历的人员所编撰的书籍不仅占据了主要位置，而且还上了畅销书的榜首。让我们这些针灸专业人员不得不反思，为什么这些书能畅销？它们所介绍的不过是一些零碎的、浅显的、临床很常见而且很普通的针灸保健治疗作用的一小部分而已。但至少目前这种现象说明了两点，一是普通大众对针灸有热情，感兴趣；二是针灸专业人员所写的书籍高高在上，严重脱离了大众。我想起了自己的经历，每当被别人介绍我是一个针灸医生时，大部分人的反应都会有好奇的成分：“啊，你是一个针灸医生啊？”随着这些年科学技术的发展，人们对自身保健意识的增强，西医的基本知识普及很快、很广，而来源于大众，

流传于民间，历经上千年临床实践的中医学，尤其是针灸学已渐渐被置于神秘的境地了。这是我们针灸专业人士的悲哀，也是中医药管理层的悲哀，更是普通大众的损失。

受到中央台“百家讲坛”栏目的启发，我想写一本“针灸讲坛”，让更多的人，尤其是那些对针灸感兴趣，对自身保健感兴趣的人，尽可能真实地了解针灸，受益针灸。尽管我从开始学习针灸，到临床应用针灸、研究针灸治病的原理，已整整20年，然而我却仍不敢说我已掌握了针灸学的真谛，只能说尽量贴近真实地反映针灸。由于受自身能力所限，我不知这小小的一本书是否真正词能达意，可以比较真实地反映针灸，从而让人们比较系统地了解真正的针灸，并从针灸中受益，但我知道这是作为一名针灸专业人员应当做的工作之一，我把它看做是自己的责任。并真诚地希望借此可以唤起更多的有识之士，为中医的普及和发展，写出更多更好的书籍。

为让华夏文明的精华不再束之高阁，为让这些对人类健康有着巨大益处的治疗保健方法距离人们越来越近，此生我将不懈追求。

赵 荣

于2011年初

目 录

自 序 001

第一讲 针灸的基础

内容一 千古之谜——经络学说 002

- (一) 经络的反应——内脏疾患的必然表现 003
- (二) 经络学说——针灸学的基础 006
- (三) 经络的循行——能够推导的规律 008
- (四) 十四条线——十四经简易体表循行线路 012

内容二 贯穿人体的网络——经络系统 015

- (一) 经络——中医学的解剖 016
- (二) 循经感传——经络存在的依据 016
- (三) 经络的实质结构——仍在探索 019

内容三 神奇的体表反应点——腧穴 024

- (一) 大姐的困惑——按腰骶部为什么可以帮助排便? 024
- (二) 腧穴概论——定义与分类 025
- (三) 腧穴是什么——腧穴的研究现状 030
- (四) 腧穴按诊法——常见疾病的腧穴反应 030

内容四 微妙的经气感应——得气 032

- (一) 得气的概念——感受得气 032
- (二) 得气的研究——目前对得气的认识 035
- (三) 隐性感传——也同样有效 037

第二讲 针灸的作用

内容一 宝藏探秘——针灸作用机制探讨 040

- (一) 针灸治疗妇科炎症——针灸能消炎吗? 041
- (二) 针灸治疗子宫肌瘤——针灸能消除肿瘤吗? 045
- (三) 针灸治疗前列腺增生——针灸能使增大的前列腺变小吗? 049
- (四) 案例分析1——针灸不是通过杀死细菌来治疗炎症的 051
- (五) 案例分析2——针灸不是通过去除肿瘤来消除肿瘤的 053
- (六) 案例分析3——针灸不是通过直接作用于增大的前列腺使之变小的 054
- (七) 一个针灸案例——它告诉我们什么? 056
- (八) 现在的科学证据——针灸机理的现代研究 057
- (九) 针灸治疗的病种——2002年世界卫生组织的数据 058

内容二 针灸最直接的作用——祛痛治病 063

- (一) 小试牛刀——针灸治牙痛 063
- (二) 疼痛是好还是坏——关于疼痛 065
- (三) 不通则痛——中医对疼痛的认识 068
- (四) 走出国门——针灸在外交史上的重要作用 069
- (五) 神奇的针灸——针刺麻醉 070
- (六) 针灸镇痛的机理——韩济生和他的研究队伍 074
- (七) 痛证就吃止痛药行吗? ——两个病案 076
- (八) 针刺镇痛主要是心理暗示作用吗? ——谈针刺治神 078

(九) 以痛为输——做自己的医生, 治疗疼痛 082

内容三 针灸“治未病”——针灸的预防保健作用 086

(一) 防疫病——针灸对传染性疾病的防治 087

(二) 保健灸——针灸强身健体的作用 088

(三) 治未病——针灸对亚健康的作用 088

内容四 针灸美容美体——最天然的美容美体方法 090

(一) 产后减肥——针灸效果理想 090

(二) 认识肥胖——不仅仅是脂肪 091

(三) 针灸减肥的优势——节食不再那么痛苦 094

(四) 针灸减肥与节食和运动——节食和运动并不是一定必需 097

(五) 针灸减肥的现代研究——调整内分泌, 促进脂肪代谢 098

(六) 针灸减肥常用的疗法——体针和耳针 100

(七) 针灸祛皱除痘——你意想不到的功效 101

内容五 针灸大师——技高一筹的要点 102

(一) 常对患者说的一句话——关于针灸疗效 103

(二) 辨证论治的体现——配穴至关重要 103

(三) 体质的差异——疗效不同的原因 104

(四) 至精至微——针刺手法的重要性 105

(五) 针灸治疗的现状——针刺治疗的程序化 106

(六) 针灸治疗不应单一化——综合疗法的应用 108

(七) 培养针灸大师——任重道远 109

内容六 从砭石到九针——多种多样的针灸疗法 110

(一) 第一根“针”的发现——最早的针具是砭石 110

(二) 古代九针——形状各异的针 112

(三) 现代针灸——种类繁多的针灸疗法 114

第三讲 “864” 经络诊疗法

内容一 令人眼花缭乱的保健方法 118

(一) 药物保健——繁华散尽后的沉思 118

(二) 食品保健——价格昂贵的所得 119

(三) 运动保健——生命在于运动 120

内容二 绿色的保健疗法——经络保健法 123

(一) 纠正胎位不正的至阴穴 125

(二) 通经下乳的少泽穴 126

(三) 益气止泻的神阙穴 128

(四) 助阳延寿的关元穴 130

(五) 急救要穴人中穴 131

(六) 推拿要穴天宗穴 132

(七) 理气要穴膻中穴 133

(八) 妇科要穴三阴交 134

(九) 补脑要穴悬钟穴 135

(十) 美容要穴颧髎穴 136

内容三 “864” 经络诊疗法——既可诊断又可保健的方法 138

(一) 请你沉思——有多久没有观察自己的身体 138

(二) 经脉的简易体表循行——不可忽略的8条线 139

(三) 做自己的医生——经脉循按 141

(四) 疾病六总穴歌——穴位按压 142

(五) 保健四总穴歌——保健的四个穴位 143

(六) “864” 经络诊疗法——既可诊断又可治疗的保健方法 143

第四讲 针灸在海外

内容一 蓬勃发展的国际针灸热 154

(一) 外事带教——两个奥地利皇家医学院的学生 154

(二) 世界卫生组织 (WHO) 对针灸的态度——高度重视 156

(三) 针灸传遍五大洲——包括南极 157

(四) 针灸的国际组织——世界针灸联合会 158

(五) 针灸大事——20余年的关注 159

(六) 清醒的认识——针灸在国际的地位 (针灸治疗的病种和地位) 161

内容二 针灸在美国 166

(一) 美丽的传说——拉开“国际针灸热”的序幕 166

(二) 针灸在美国的发展历程 169

(三) 针灸立法——考试与管理 172

(四) 针灸在美国的医学地位——已得到NIH和FDA的认可 176

(五) 美国对针灸的研究——侧重临床疗效 178

(六) 美国的针灸教育——已进入知名学府 179

内容三 针灸在日本 181

(一) 中医针灸在日本的演变——汉方医学 181

(二) 中医针灸在日本的现状——类医疗行为 184

(三) 日本的中医针灸教育——自成体系 186

(四) 针灸疗法在日本的应用——比较稳定 187

内容四 针灸在法国——正统医学的一部分 188

(一) 针灸文献——历史的记载 189

(二) 两个第一——第一个针灸学会和第一家医院 190

(三) 今日针灸——法国中医针灸现状 191

(四) 针灸名人——德尼·科兰和朱勉生 193

(五) 法国人眼里的针灸——比较受欢迎 195

内容五 针灸在英国 196

(一) 从英国针灸师注册学会到英国针灸师联合会 196

(二) 罗鼎辉——掀起英国“中医热”的中国医生 197

(三) 英国政府及医学部门对针灸的态度——开明和接纳 198

(四) 英国针灸师的现状——欢迎中国大陆正规中医师 199

(五) 英国的中医教育——规范的中西医结合教育 199

(六) 英国中医疗法治疗的范围——慢性病及疑难杂症 201

内容六 针灸在德国 201

- (一) 针灸在德国的概况——发展较好 202
- (二) 针灸在德国的地位——普遍受欢迎 204
- (三) 针灸在德国的特点——门槛高, 收费高, 病种多, 研究深 205
- (四) 针灸在德国的发展——值得关注的几件事 208

内容七 针灸在澳洲、非洲、南美洲 209

- (一) 针灸在澳大利亚——第一个单独为中医立法的维多利亚州 209
- (二) 针灸在非洲——以中国援外医疗队为主 210
- (三) 针灸在阿根廷——渐入规范 211

附录

- 一、针灸治疗指南 214**
- 二、针灸适用的疾病 (英文) 220**
- 三、主要参考文献 225**



针灸疗法的两大理论基石是经络和腧穴。经络学说的完整性、规律性、严谨性、科学性让时至今日自以为科技已经很发达的我们，依然不得不赞叹，不得不深思，不得不努力。在经络和腧穴的研究中，我们深深感叹古人的智慧，苦闷现代科技的无能为力。我们按照西医的研究方法，以解剖学为基础，以分析论为指导，直至今日仍没有找到经络和腧穴的物质实体，但我们相信众多科学家们的研究已经为下一步工作铺垫了基础，拓宽了视野，探索了前进的道路，我们相信随着科技的发展，终有一天，我们能够掌握一种技术，运用一种知识科学地解释经络和腧穴。尽管我们现在还不能很权威地认识经络和腧穴，但在这一讲中我希望能够如实地向人们介绍关于经络和腧穴。



(插图1) 学习中医一定要有“象”的概念。

学习中医的人一定要有“象”的概念，象是什么？象是人体生命活动的外现，脏腑经络藏于体内而功能现于外，象是观其形而揣其意的取类比象。如果学习中医只有解剖的概念，而没有象的概念，那么学习中医无异于“瞎子摸象”。

内容一 千古之谜——经络学说

经络学说是针灸学的核心理论，它奠定了针灸学的基础。经络学说不仅涵盖了经络系统的构成、经络的功能，而且记载了经络系统病变的表现等。可以说了解了经络学说，就了解了针灸学的基础。这里的主要内容有：

经络的反应——内脏疾患的必然表现

经络学说——针灸学的基础

经络的循行——能够推导的规律

14条线——14经简易体表循行路线

（一）经络的反应——内脏疾患的必然表现

1. 望诊或循行经络可查找病源

人体内发生疾患后一定会在体外有所表现，而高明的医生通过仔细的望诊或诊察患者就能够察知患者体内的病情，《扁鹊见蔡桓公》就说明了这样的事例。但是，很多人可能都把扁鹊视为传说中的人物，对于通过望诊或诊察就可以诊断疾病，持怀疑的态度。事实上扁鹊是我国历史上第一个有正式传记的医学家，他的传记见于《史记·扁鹊仓公列传》。据考证，扁鹊约生于周威烈王五十九年（公元前407年），卒于赧王五年（公元前310年）。扁鹊善于运用四诊，尤其是脉诊和望诊来诊断疾病。

我曾经在西医院的抢救室学习过一段时间，那里经验丰富的医生都具备一个共同的本事，那就是预测患者的生与死。任何一个送进来急救的患者，他们只通过简单的望诊和查体，就可以比较准确地预知患者能否救活。可能有些人对此也不以为然，通过四大生命体征判断转归好像也不难。曾经在抢救室来了一个这样的患者，36岁，女性，以烦躁和上腹不适就诊。带我的老师看了她一眼就对我说这肯定是一个糖尿病引起的高渗，要马上准备相应的检查和治疗，结果一查血糖26mmol/L。今天更多的医生越来越依赖实验室和功能科、放射科的检查了，仿佛离开了这些化验单和检查单，他们已经无法看病了。医生与患者的关系就是，患者一进来就述说自己的不适，而医生在还没有听完患者的陈述，检查单就开好了，患者检查完了，把所有的检查单交给医生，医生根据检查单的提示，诊断病情，并开具处方。所以很多人预测，以后不需要医生了，只需要一台电脑就可以了，你输入症状，它开具检查单，你把检查结果输入，它输出诊断和治疗方案。可能很多医生会笑，会不以为然，然而忽略望诊