

『智慧中医入门系列』

总主编 何清湖



人民军医出版社

智慧中医入门

巧学中医技法

主编

常小荣

【国家中医药管理局组织编写】

中国中医药出版社

智慧中医入门

巧学中医技法



第二版



中国中医药出版社

智慧中医入门系列

总主编 何清湖

智慧中医入门

巧学中医技法

ZHIHUI ZHONGYI RUMEN QIAOXUE ZHONGYI JIFA

主 编 常小荣

副主编 李铁浪 李国成 李增辉

编 委 (以姓氏笔画为序)

王超	王德军	艾坤	石佳
兰蕾	刘密	阳晶晶	杨舟
杨茜芸	何亚敬	张国山	易展
彭亮	谢文娟	谭静	

统 筹 徐鲜鲜



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目(CIP)数据

巧学中医技法/常小荣主编. —北京:人民军医出版社,2013.4
(智慧中医入门系列)
ISBN 978-7-5091-6534-8

I. ①巧… II. ①常… III. ①中医治疗学 IV. ①R242

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 060107 号

策划编辑:黄建松 文字编辑:米存君 袁朝阳 责任审读:周晓洲
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)51927270;(010)51927283
邮购电话:(010)51927252
策划编辑电话:(010)51927300—8057
网址:[www. pmmp. com. cn](http://www.pmmp.com.cn)

印、装:北京国马印刷厂
开本:850mm×1168mm 1/32
印张:11.5 字数:285 千字
版、印次:2013 年 4 月第 1 版第 1 次印刷
印数:0001—6000
定价:29.00 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

本书分上、下两篇,共40章,作者以要点形式和简明扼要的语言,从基本知识和技能与临床应用两个方面介绍了20种最具特色的中医技法。上篇简要介绍了每个技法的基本知识、基本技能、适应证与禁忌证、注意事项及特色等,下篇重点介绍了各种中医技法在适宜病症中的具体应用。全书结构简明合理,内容浅显易懂,适合广大基层医务人员及中医爱好者参考阅读。

《智慧中医入门系列》编委会名单

(以姓氏笔画为序)

于跃武	王 萍	王 超	王小娟
王平南	王雨林	王建湘	王德军
尹周安	艾 坤	石 佳	龙 玲
田浩梅	兰 蕾	朱 莹	朱久谊
朱传湘	朱利华	朱明芳	向丽平
刘 冰	刘 娟	刘 密	刘 翔
刘平安	刘旺华	刘凯军	刘建和
刘富林	衣伟峰	许 卉	许月球
孙贵香	孙智山	阳仁达	阳晶晶
李 亚	李 倩	李 彬	李 敏
李小莎	李江山	李铁浪	李梦溪
李媛媛	李鑫辉	杨 舟	杨志波
杨茜芸	杨燕平	肖 凡	肖 丹
肖子曾	肖碧月	肖碧跃	吴润秋
何 可	何亚敏	何军锋	邹 亮
张 泓	张 磊	张国山	张秋雁

洁展红辉甫琦婷生涛艳求颖程灿
郁易金郑胡袁徐郭曹彭曾雷黎瞿

元莉辉图芳伟慧霞娜亮璞洲静霞
范伏增鸿秦徐郭曹彭曾谢谭潘
岳周胡秦徐郭曹彭曾谢谭潘

婷建军辉青荣圆民璇虎宇荣娟洁旺
陈欧阳罗周赵贺莫郭陶彭喻谢谭潘
罗周赵贺莫郭陶彭喻谢谭潘

填生坚军婷龙红旋路荣辉扩明平云
张炳保坚军婷龙红旋路荣辉扩明平云
郁罗周屈贺袁郭唐常彭湛雷潘瞿

CONTENTS 前言

中医,既是中华民族几千年来与疾病斗争的结晶,也是凝聚中华民族五千年智慧的传统文化,它在保障中华民族繁衍生息的同时,也使中华民族悠久的文明闪耀着光辉。即使面对日新月异,并已成为当今社会主流医学的西方医学,中医学仍然有其不可取代的作用。随着当前医学模式的转变、疾病谱的变化及人们对化学药物毒副作用的不断认知,中医学这种具有“简、便、廉、验”特点,以追求“天人合一”为主体思想的医学又开始被人们重视,并成为很多疾病的诊治不可或缺的一门学科。

然而,近些年盲目的“中医热”及“按方索骥”应用中医的方式,也让我们深为忧虑。中医学是一个以阴阳五行学说、藏象学说、人体经络腧穴学、四诊合参等所构成的严密学科体系,具有很强的专业性,需要系统学习和掌握方可灵活应用。一知半解的应用,不仅难以奏效,甚至会贻误病情。为了给“西学中”的医务人员及广大群众提供既简明实用,又系统全面的自学教材,我们编写了本套丛书。该套丛书共分8个分册,以“巧悟、巧读、巧识、巧记、巧学、巧解、巧用、巧治”八个词诠释了学习中医的智慧,提示了每个分册的学习方法。为了更好地引导基层“西学中”的医务人员及广大群众学习中医,各分册的编者还准备在书出版后,以书为教案录制专家讲座视频,免费提供给广大读者学习使用,以期热爱中医学的人们得到更多的正确指导。

值得一提的是,本书的编者虽然均是致力于中医高等院校学历教育与临床工作的教授,但是编写面向“西学中”的医务人员及广大群众的中医教材也是一大挑战。希望本套系列丛书出版能起到抛砖引玉作用,博得更多学者和专家的积极参与,给予修改的意见和建议,以便再版时不断完善。

湖南中医药大学 何清湖

(何清湖:湖南中医药大学副校长、教授、博士生导师)

绪 论

第一节 中医保健技能的	一、整体观	(7)
理论基础	二、辨证观	(8)
一、中医理论基础	三、治病求本观	(9)
二、现代医学的理论基础	四、自然观	(9)
.....	五、多样性和实用性	
		(4)
第二节 中医保健技能的		(10)
学术特点		(7)

上篇 各种特色技法

第1章 艾灸疗法	四、适应证	(29)
一、分类及操作方法	五、禁忌证	(29)
.....	六、特点	(29)
二、操作规程	七、注意事项	(29)
三、适应证	第3章 刮痧疗法	(31)
四、禁忌证	一、刮痧疗法常用的器具	
五、特点	及介质	(31)
六、注意事项	二、常用刮法	(33)
第2章 拔罐疗法	三、适应证	(35)
一、罐的种类	四、禁忌证	(35)
二、罐的吸附方法	五、特点	(36)
三、拔罐方法	六、注意事项	(36)

第4章 放血疗法	(37)	一、叩刺部位	(59)
一、器械准备	(37)	二、操作方法	(60)
二、消毒	(38)	三、检查法	(61)
三、放血方法	(38)	四、阳性物及阳性反应区	
四、适应证	(40)	梅花针疗法	(63)
五、禁忌证	(40)	五、适应证	(63)
六、特点	(41)	六、禁忌证	(63)
七、注意事项	(41)	七、特点	(64)
第5章 捏脊疗法	(42)	八、注意事项	(64)
一、捏脊疗法常用体位		第8章 足部按摩疗法	
.....	(42)		(65)
二、常用的介质	(43)	一、常用操作手法	
三、捏脊的手法要领			(65)
.....	(44)	二、足部反射区	(67)
四、常用部位及穴位		三、适应证	(82)
.....	(47)	四、禁忌证	(82)
五、适应证	(49)	五、特点	(82)
六、禁忌证	(49)	六、注意事项	(83)
七、特点	(50)	第9章 药物贴敷疗法	
八、注意事项	(50)		(84)
第6章 耳穴贴压疗法		一、常用器具、基质与渗	
.....	(52)	透剂的准备	(84)
一、药籽贴压法	(52)	二、常用剂型与制备	
二、贴磁法	(55)		(85)
三、适应证	(56)	三、操作方法	(86)
四、禁忌证	(57)	四、适应证	(86)
五、特点	(58)	五、禁忌证	(87)
六、注意事项	(58)	六、特点	(87)
第7章 梅花针疗法	(59)	七、注意事项	(88)

第 10 章 药物熏洗疗法	 (112)
..... (90)	三、药摩的工具 (113)
一、器具准备 (90)	四、药摩手法 (113)
二、具体操作 (91)	五、适应证 (115)
三、适应证 (93)	六、禁忌证 (116)
四、禁忌证 (94)	七、特点 (116)
五、特点 (94)	八、注意事项 (117)
六、注意事项 (95)	第 14 章 脐部疗法 ... (119)
第 11 章 药浴疗法 ... (96)	一、常用的器具与剂型
一、常用剂型与制备	 (121)
..... (96)	二、常用方法 (121)
二、药浴方式 (97)	三、适应证 (124)
三、适应证 (98)	四、禁忌证 (125)
四、禁忌证 (98)	五、特点 (125)
五、特点 (98)	六、注意事项 (125)
六、注意事项 (99)	第 15 章 小儿推拿疗法
第 12 章 药酒疗法 ... (100)	 (127)
一、药酒的炮制和用法	一、特定穴 (128)
..... (101)	二、小儿推拿手法 ... (138)
二、酒送服法 (102)	三、适应证 (141)
三、药酒的用法 (103)	四、禁忌证 (141)
四、适应证 (103)	五、特点 (141)
五、禁忌证 (103)	六、注意事项 (141)
六、特点 (104)	第 16 章 第 2 掌骨侧穴位
七、注意事项 (105)	全息疗法 ... (142)
第 13 章 药摩疗法 ... (108)	一、穴位分布 (142)
一、药摩疗法常用剂型	二、取穴方法 (144)
..... (109)	三、取穴原则 (144)
二、常用部位与穴位	四、具体操作 (144)

五、适应证	(145)	三、特点	(161)
六、禁忌证	(145)	四、注意事项	(162)
七、特点	(146)	第 19 章 易筋经疗法	
八、注意事项	(146)		(163)
第 17 章 五禽戏疗法		一、功法操作	(163)
.....	(147)	二、适应证	(170)
一、功法操作及提示		三、特点	(172)
.....	(147)	四、注意事项	(172)
二、适应证	(154)	第 20 章 太极拳疗法	
三、特点	(155)		(173)
四、注意事项	(155)	一、功法操作	(173)
第 18 章 八段锦疗法		二、适应证	(189)
.....	(156)	三、特点	(189)
一、功法操作	(156)	四、注意事项	(189)
二、适应证	(161)		

下篇 各种特色技法的临床应用

第 21 章 艾灸疗法的		十一、痹证	(198)
临床应用 ...	(193)	十二、腰痛	(199)
一、感冒	(193)	十三、扭伤	(199)
二、咳嗽	(193)	十四、脱肛	(200)
三、哮喘	(194)	十五、月经不调	(200)
四、胃脘痛	(194)	十六、痛经	(201)
五、腹痛	(195)	十七、胎位不正	(201)
六、泄泻	(195)	十八、不孕症	(202)
七、便秘	(196)	十九、遗尿	(202)
八、遗精、早泄	(196)	第 22 章 拔罐疗法的	
九、阳痿	(197)	临床应用 ...	(204)
十、面瘫	(198)	一、感冒	(204)

二、呕吐	(205)	十三、落枕	(218)
三、呃逆	(205)	十四、腰部扭伤	(218)
四、胃脘痛	(205)	第 24 章 放血疗法 ..	(220)
五、便秘	(206)	一、头痛	(220)
六、泄泻	(207)	二、中暑	(220)
七、肥胖症	(207)	三、昏迷、休克	(221)
八、头痛	(208)	四、腰痛	(221)
九、面瘫	(208)	五、急性胃肠炎	(221)
十、颈椎病	(209)	六、流行性腮腺炎 ..	(221)
十一、落枕	(209)	七、急性扁桃体炎 ..	(222)
十二、肩周炎	(210)	八、急性结膜炎	(222)
十三、急性腰扭伤 ..	(210)	九、麦粒肿	(222)
十四、腰痛	(211)	十、小儿疳积	(223)
十五、痹证	(211)	十一、痔疮	(223)
十六、痛经	(212)	十二、急性乳腺炎 ..	(223)
第 23 章 刮痧疗法的		第 25 章 捏脊疗法 ..	(224)
临床应用 ..	(214)	一、积滞	(224)
一、感冒	(214)	二、小儿泄泻	(224)
二、咳嗽	(214)	三、呕吐	(225)
三、中暑	(215)	四、小儿便秘	(226)
四、呃逆	(215)	五、小儿咳嗽	(226)
五、呕吐	(215)	六、小儿遗尿	(226)
六、胃痛	(216)	七、小儿夜啼	(227)
七、腹痛	(216)	八、急性胆囊炎	(227)
八、泄泻	(216)	九、泄泻	(228)
九、头痛	(217)	十、便秘	(228)
十、内伤发热	(217)	十一、遗尿	(229)
十一、肥胖症	(217)	十二、急性腰肌扭伤	
十二、颈部扭伤	(218)		(229)

第 26 章 耳穴贴压疗法的临床应用

- (230)
- 一、头痛 (230)
- 二、肝区痛 (230)
- 三、腕腹不适 (230)
- 四、坐骨神经痛 (231)
- 五、气喘 (231)
- 六、便秘 (231)
- 七、荨麻疹、瘙痒症
..... (231)
- 八、痛经 (232)
- 九、产后缺乳 (232)
- 十、肾或输尿管结石
..... (232)
- 十一、瘰疬 (233)
- 十二、牙痛 (233)
- 十三、耳鸣、耳聋 (233)
- 十四、慢性鼻炎 (234)

第 27 章 梅花针疗法

- (235)
- 一、感冒 (235)
- 二、胃脘痛 (235)
- 三、呕吐 (236)
- 四、呃逆 (236)
- 五、便秘 (236)
- 六、眩晕 (236)
- 七、头痛 (237)
- 八、坐骨神经痛 (237)

- 九、肩凝证 (238)
- 十、腰痛 (238)
- 十一、颈椎病 (239)
- 十二、落枕 (239)
- 十三、腱鞘炎 (239)
- 十四、急性扭挫伤 (240)
- 十五、神经炎 (240)
- 十六、多发性神经炎
..... (240)
- 十七、青盲(视神经萎缩)
..... (241)
- 十八、耳鸣 耳聋 (241)
- 十九、面瘫 (242)
- 二十、斑秃 (242)

第 28 章 足部按摩疗法

- (243)
- 一、感冒 (243)
- 二、哮喘 (243)
- 三、慢性胃炎 (243)
- 四、消化性溃疡 (244)
- 五、便秘 (244)
- 六、冠心病 (244)
- 七、高血压 (245)
- 八、头痛 (245)
- 九、失眠 (245)
- 十、尿路感染 (245)
- 十一、前列腺炎 (246)
- 十二、阳痿 (246)
- 十三、痛经 (246)

十四、单纯性肥胖 … (247)	二十二、烧伤 …… (257)
十五、过敏性鼻炎 … (247)	二十三、湿疹 …… (258)
十六、颈椎病 …… (247)	二十四、癣 …… (258)
十七、肩周炎 …… (247)	二十五、冻疮 …… (259)
十八、腰痛 …… (248)	二十六、疥腮 …… (259)
第 29 章 药物贴敷疗法	二十七、鹅口疮 …… (259)
…………… (249)	二十八、小儿食积 … (260)
一、感冒 …… (249)	二十九、小儿遗尿 … (260)
二、咳嗽 …… (249)	第 30 章 药物熏洗疗法
三、哮喘 …… (250)	的临床应用
四、胃痛 …… (250)	…………… (261)
五、呃逆 …… (251)	一、风寒感冒 …… (261)
六、泄泻 …… (251)	二、寒湿头痛 …… (261)
七、便秘 …… (252)	三、泻痢 …… (262)
八、失眠 …… (252)	四、早泄 …… (262)
九、眩晕 …… (252)	五、风湿性关节炎 … (262)
十、头痛 …… (253)	六、慢性肾炎 …… (263)
十一、面痛 …… (253)	七、水肿 …… (263)
十二、面瘫 …… (253)	八、疮疡肿毒初起、红肿
十三、阳痿 …… (254)	疼痛 …… (263)
十四、遗精 …… (254)	九、疮疡溃烂、久不收口
十五、痹证 …… (255)	…………… (263)
十六、腰痛 …… (255)	十、皮肤瘙痒症 …… (263)
十七、漏肩风 …… (256)	十一、荨麻疹 …… (264)
十八、疖 …… (256)	十二、外阴瘙痒及滴
十九、痈毒、疔疮、丹毒	虫阴道炎 …… (264)
…………… (256)	十三、湿疹 …… (264)
二十、乳痈 …… (256)	十四、脱肛 …… (264)
二十一、痔疮 …… (257)	十五、乳腺炎 …… (265)

- | | |
|--------------------|------------------|
| 十六、冻疮 …………… (265) | 四十、跌打损伤 …… (270) |
| 十七、湿热脚气 …… (265) | 四十一、急、慢性软组织 |
| 十八、淋证 …………… (265) | 扭挫伤 …… (270) |
| 十九、寒冷性多形红斑 | 四十二、外伤后腕、肘关 |
| …………… (265) | 节僵化症 … (270) |
| 二十、漆疮 …………… (266) | 四十三、关节功能障碍 |
| 二十一、脓疱疮 …… (266) | …………… (271) |
| 二十二、疮疡 …………… (266) | 四十四、骨质增生及 |
| 二十三、疥疮 …………… (266) | 骨刺 …… (271) |
| 二十四、阴痒 …………… (266) | 四十五、肱骨外上髁炎 |
| 二十五、银屑病 …… (267) | 及桡骨茎突炎 |
| 二十六、冻伤 …………… (267) | …………… (271) |
| 二十七、寻常疣 …… (267) | 四十六、坐骨神经痛、肋 |
| 二十八、扁平疣 …… (267) | 间神经痛及神 |
| 二十九、脂溢性皮炎 | 经炎 …… (271) |
| …………… (267) | 四十七、麻疹重症(遍体 |
| 三十、急性淋巴管炎 | 黑疹) …… (271) |
| …………… (268) | 四十八、痘疹初期发热 |
| 三十一、血栓闭塞性 | …………… (272) |
| 静脉炎 …… (268) | 四十九、小儿外感发热 |
| 三十二、雷诺现象 … (268) | …………… (272) |
| 三十三、痔疮 …………… (268) | 五十、子宫脱垂 …… (272) |
| 三十四、肛裂 …………… (268) | 五十一、子宫颈糜烂 |
| 三十五、脱肛 …………… (269) | …………… (272) |
| 三十六、阴囊肿大 … (269) | 五十二、急性结膜炎 |
| 三十七、睾丸肿大 … (269) | …………… (273) |
| 三十八、小儿阴茎及阴囊 | 五十三、鼻塞不通或鼻 |
| 水肿 …… (269) | 流清涕 …… (273) |
| 三十九、外阴白斑 … (270) | 五十四、过敏性鼻炎 |