

家庭治病小窍门丛书 (八)

家用药物贴脐治病小窍门

主编 阎国杰 赵东升 王利平



中国中医药出版社

• 家庭治病小窍门丛书 •

家用药物贴脐治病小窍门

主 编

阎国杰 赵东升 王利平

编 者

(以下按姓氏笔划为序)

王利平 李军武 庞国胜

赵东升 范 征 阎国杰



中国中医药出版社

1223187

ZJ66 300P

(京)新登字 025 号

内 容 提 要

该书本着博收约取，取精用宏的原则，从古今大量医著及医学期刊中精选出简、便、廉、验，便于掌握，易于推广，适合家庭运用之脐疗便方 800 首，分治内、儿、妇、男、皮肤、五官等科常见病症 80 余种。并分科论病，以病统法，以法统方，每方均按组成、操作、适应症、出处等编排，条理清晰，实用性强。读者按病索骥，即可找到所需良方，实为广大医务人员临床上的好帮手，家庭防治常见病的好参谋。

家用药物贴脐治病小窍门

闫国杰 赵东升 王利平 主编

中国中医药出版社出版

(北京市东城区东直门内大街 11 号)

保定市满城兴华印刷厂印刷 全国各地新华书店经销

787×1092mm 32 开本 10.125 印张 219 千字

1993 年 8 月第 1 版 1993 年 8 月第 1 次印刷

印数 1—9300 册

ISBN7-80089-196-8/R·197 定价：6.96 元

《家庭治病小窍门丛书》

编辑委员会

总 编

建 中 振 中

编 委

(以下按姓氏笔划为序)

刘静宇 吴希进 张庆伟

杨 光 郑万善 范思行

赵东升 阎国杰 韩建涛

前 言

《家庭治病小窍门丛书》共分 20 册：《家用鸡蛋治病小窍门》、《家用药粥治病小窍门》、《家用葱姜蒜醋治病小窍门》、《家用鱼肉禽蛋治病小窍门》、《家用谷物果菜治病小窍门》、《家用九窍给药治病小窍门》、《家用拔罐治病小窍门》、《家用药物贴脐治病小窍门》、《家用药物外敷治病小窍门》、《家用灸法治病小窍门》、《家用单方治病小窍门》、《家用偏方治病小窍门》、《家用点穴按摩治病小窍门》、《家用熏洗治病小窍门》、《家用耳压治病小窍门》、《家用手指压穴治病小窍门》、《家用足底按摩治病小窍门》、《家用头部点穴按摩治病小窍门》、《家用药浴治病小窍门》、《家用情绪调节治病小窍门》，从今年 9 月起将陆续与大家见面了。这套丛书从 1991 年 8 月开始制定计划、组织编写，由于作者队伍涉及几个省市，审、修、编、校，邮路往来，耽误了不少时日，几个主要作者还同时承担出版社其它大型医学专著的编写任务，且不能影响日常的临床、科研工作，因而，原准备于今年 8 月全套一起推出的计划便难以成为现实。好在，我们的作家是十分努力的，繁忙的工作之余，挑灯夜战，一丝不苟，就凭着一片为大众健康的仁爱之心；我们的出版社是十分支持的，三年来帮助鼓励，一如既往，认真负责，她们认为将治病保健的方法普及到大众家庭是人类健康的百年大计，是医药出版工作者的心愿。一种无形的默契维系着百余位默默笔耕的健康天

使之心。她们围绕的是一个白衣工作者朴素的愿望——人人健康。

本套丛书的前 10 本由中国中医药出版社于今年 9 月开始正式发行，后 10 本将由中国医药科技出版社于今年 12 月起陆续推出。

让我们为每个生命的健康，为每个家庭的幸福奉献自己绵薄之力，用我们的生命热能去融化他人门前的雪、屋上的霜。

建中 振中

1993 年 8 月于北京丰台

目 录

绪 论

第一章 内 科

咳嗽 (9)

支气管哮喘 (13)

肺结核 (17)

胃痛 (19)

胃下垂 (27)

呕吐 (28)

吐血 (30)

腹泻 (32)

腹痛 (40)

腹胀 (49)

积聚 (52)

便秘 (56)

痢疾 (62)

霍乱 (70)

慢性非特异性溃疡性

结肠炎 (73)

病毒性肝炎 (74)

肝硬化 (76)

高血压病 (82)

冠心病 (83)

眩晕 (84)

失眠 (86)

癫痫 (87)

癃闭 (89)

水肿 (98)

关格 (103)

淋证 (107)

自汗 (111)

盗汗 (114)

面神经炎 (118)

疟疾 (120)

中暑 (127)

蛔虫症 (129)

第二章 儿 科

小儿感冒 (132)

小儿支气管炎 (138)

小儿腹泻 (139)

麻疹 (167)

水痘 (169)

惊风 (170)

疳积	(178)	不孕症	(258)
厌食	(184)	急性乳腺炎	(261)
流涎	(188)	乳腺增生病	(262)
夜啼	(190)	子宫脱垂	(264)
小儿遗尿	(195)	第四章 男 科	
小儿脐患	(200)	阳痿	(271)
小儿湿疹	(206)	遗精	(280)
鹅口疮	(207)	早泄	(289)
吻口疮	(209)	阳强	(290)
胎黄	(211)	阳缩	(291)
小儿自汗、盗汗 ..	(213)	睾丸鞘膜积液	(296)
小儿水肿	(217)	前列腺炎	(297)
小儿二便不通	(219)	第五章 皮肤科	
第三章 妇 科		疥疮	(300)
痛经	(223)	荨麻疹	(300)
闭经	(228)	银屑病	(303)
崩漏	(232)	神经性皮炎	(305)
带下病	(235)	皮肤瘙痒症	(306)
妊娠呕吐	(238)	面部色斑	(308)
妊娠小便不通	(241)	第六章 五官科	
难产	(246)	麦粒肿	(310)
胞衣不下	(250)	口疳	(311)
产后小便不通	(253)	口疮	(312)
产后晕厥	(257)	口臭	(315)

绪 论

概 述

脐疗，是中医外治领域一种古老的治疗方法。它是中医经络学说、脏腑学说为理论基础，根据病情的需要，选择相应的治疗药物，制成丸、散、膏、丹、糊等剂型敷于脐部，或在脐部给以艾灸、热熨、拔罐等物理刺激，以激发经气，疏通经络，促进气血运行，调整人体脏腑功能，从而达到防治疾病的目的。

脐疗的源流与发展

脐疗法，历史悠久，源远流长。在我国现存最早的医学著作一春秋战国时期的帛书《五十二病方》中，就有肚脐填药、敷药、涂药等脐疗法的记载，此可谓开脐疗法实际运用之先河。中医学经典著作《黄帝内经》、《难经》具体阐述了脐与十二经脉、五脏六腑之间的关系，为后世脐疗的发展奠定了生理学、解剖学基础。

汉代医圣张仲景在《金匱要略》中，首次采用了“屈草带，绕喝人脐，使三、两人溺其中，命温。亦可用热泥”的熨脐疗法。晋代名医葛洪在《肘后方》中具体阐述了“以盐纳脐中，灸二七壮”的灸脐疗法。大器晚成的针灸学家皇甫谧在《针灸甲乙经》中首次提出“脐中，神阙穴也……灸三

壮，禁不可刺”的脐疗宜忌。唐、宋、明、清，名医辈出，脐疗之法不断发展。从孙思邈《千金要方》、王焘《外台秘要》到李时珍《本草纲目》、赵学敏《串雅内编》，脐疗法在内容上日益丰富，方法逐渐增多，应用范围更加广泛。

时至晚清，吴师机的外治学专著《理瀉骈文》的出现，使脐疗法提高到一个新的高度。吴氏在书中对脐疗之作用机理、药物选择、用法用量、注意事项及辨证施治等方面，都作了系统的阐述。他认为“上焦之病，以药物粗末炒香，布包敷脐上为第一捷法”。指出此可“转运阴阳之气”、“外治之理，即内治之理；外治之药，亦即内治之药，所异者法耳”。使脐疗法形成了较为完善的理论体系。在临床运用方面，具体介绍了贴脐、填脐、纳脐、涂脐、敷脐、掺脐、蒸脐、灸脐等脐疗方法，并用于通治一切内、外、妇、儿、五官、皮肤等疾患。可以说，《理瀉骈文》的问世，是脐疗法经过历代医家不断探索，实践，逐步走向成熟的一个标志。

到了当代，脐疗法愈来愈受到国内外学者们的重视。在大量临床实践的基础上，运用现代医学科学技术的手段和方法，对脐疗法进行了多方面的探索，并取得了可喜的成果。研究表明：脐疗有提高机体免疫力、抗衰老、抗肿瘤、抗过敏、调节植物神经、改善微循环的作用。使脐疗理论又有了新的进展。

脐疗的理论基础

脐中神阙穴是任脉的要穴，任脉为阴脉之海，循行胸膈正中，上联心肺，中经脾胃，下通肝肾，与督、冲脉“同源而三歧”，联系周身经脉，故有“脐通百脉之说”。中医学认

为，脐为先天之本源，后天之气舍，神阙穴为经气的汇海，与十二经脉相连，与五脏六腑相通。正如《医学源始》中所说“人之始生也，生于脐与命门，故为十二经脉始生，五脏六腑之形成故也”。所以施治于脐能起到健脾温肾、和胃理肠、回阳救逆等作用。

从现代医学解剖位置看，脐在胚胎发育过程中为腹壁最后闭合处，表皮角质层最薄，屏障功能最弱，皮下无脂肪组织，皮肤和筋膜、腹膜直接相连，脐部皮肤除局部微循环外，脐下腹膜还布有丰富的静脉网，浅部和腹壁浅静脉、胸腹壁静脉相吻合，深部和腹壁上下静脉相连。再者脐凹陷形成隐窝，药物敷贴后形成自然闭合状态，利于药物较长时间存放，这些均利于药物穿透弥散而被吸收入血，进入体循环，发挥药物的直接作用。此外，脐部布有第10肋间神经前皮支的内侧支，在皮肤中脐部的神经敏感度最强，施治脐部刺激了神阙穴周围的神经，也是产生治疗效果的一个重要因素。除此之外，脐疗的过程，借助药物刺激皮肤，通过神经反射，激发人体的调节功能，使机体某些抗体形成，免疫力提高，从而增强人体的抗病能力和防御机能。

凡此种种，可以这样认为，脐疗的治病机理即是在给予脐部以物理或化学因素刺激下，以中医脏腑经络系统为中心，通过脐与整个机体血管、神经的内在联系，达到祛除病邪，促进机体康复的目的。

脐疗的常用施治方法

纵观古今脐疗施治方法，种类繁多，归纳起来基本方法有药敷、灸脐、熨脐、火罐等4种，简述如下。

药物敷脐法

敷脐疗法是将药物制成一定的剂型，敷贴于脐部。是脐疗中最主要也是最常用的一种方法。

1. 药物的选择与制作：①根据病情辨证选药。由于脐部给药用量较少，故一般选择气味俱厚之品。②将选定的药物研为细末，或作散用，或用赋形剂调成糊、膏或制成药丸。如为新鲜药物，可直接捣烂为泥，或捣烂取汁应用。③用药要点：脐疗用药，大多温通，气味芳香，且配合气味俱厚，善于通经走络，开窍透骨，拔毒外出之品。若采用膏药贴脐时，多选用血肉有情之品。

2. 操作方法：①先洗净擦干患者脐部，然后将配制好的药物置入脐眼或敷于脐部，再用胶布或纱布等敷料垫盖固定。②根据病情和实际情况，更换敷药。或1~2天换1次，或3~5天换1次。如天气炎热，使用芳香易挥发的药物，也可以每日换2次药。

熨脐疗法

熨脐法是将加热后的物体或药物放在脐部，使加热物体的热度或药物的药气透入腹内，起到温中祛寒、活血通络、扶正驱邪的治病作用。

临床常用于熨脐的材料有药末、盐、葱、姜、麸、土、砂、酒糟、芥末等松散状熨料及砖、蛋、烧饼、熨斗等块状熨料。一般方法是根据病症的不同选择相应的材料加热，布包外熨脐部，近年来，临床上还采用能产生温热效应的理疗仪器，如红外线，超短波等放于脐部施治。家庭常用的热水袋暖脐也属于脐疗法的范畴。

灸脐法

灸脐法是利用燃烧艾条或艾柱产生的温热，或利用某些材料直接与脐中接触，产生刺激而起到防病治病的作用。灸脐法分悬起灸、隔物灸、熨灸、日光灸等数种。

1. 悬起灸：点燃艾条，手持之在脐部上方悬起灸之，距离以脐部觉热但又能耐受为度。根据手法不同，又可分为温和灸、回旋灸和雀啄灸。

2. 隔物灸：先在脐部放置药物或蒜片、姜片、葱末、盐等物品，再放艾或艾条灸之。即艾柱与脐部皮肤之间有药物间隔。产生艾条和药物敷贴双重作用。隔物灸是灸脐疗法中较常用的一种。

3. 熨灸：将艾绒平铺于脐部，再盖几层布，用熨斗在上面熨之，可发挥热熨和艾的双重作用。

4. 日光灸：将艾绒平铺在脐腹部，在日光下曝晒的方法。既有日光浴又有艾的作用。

灸脐法除上述艾灸以外，还有一种非艾灸法，叫做天灸，又称发泡疗法。据考证，此法最早见于宋朝，王执中《针灸资生经》。即采用对皮肤有刺激性的药物敷贴脐部，使局部充血，起泡如灸疮，以其能发泡如火燎，故名曰灸，常用的药物有白芥子、吴茱萸、甘遂、蓖麻子等。后世医家在运用此法时，多先在脐部涂上一层凡士林，以免灸后起泡。

拔罐脐部法

拔罐脐部法是在脐部拔火罐的方法。通过罐内负压，使被拔的脐部皮肤充血、淤血，以达到防治疾病的目的。常用有架火法和闪火法2种。

1. 架火法：用不易燃烧和传热的物体，如瓶盖，小酒盅

等置于脐部，然后滴入 95% 的酒精数滴，或放入一酒精棉球，用火点燃后，迅速将罐扣在脐部。

2. 闪火法：用镊子夹酒精棉球一个，点燃后放在罐内绕 3 圈（勿将罐口烧热），将火退出，并迅速将罐扣在脐部。

脐疗除上述基本方法外，还有运用推拿手法刺激脐部的按摩脐部法，采用气功锻炼的意守脐部法。至于针刺脐部法，自晋《甲乙经》问世以后，历代医家一直把脐之神阙穴列为禁针穴，故很少采用。

脐疗的功效与适应症

脐疗之法，作用广泛，适应症广，根据临床运用，概括起来有以下几种。

1. 温通阳气，回阳苏厥：以温热药物贴脐，通过药物的温热刺激，或艾灸、热熨的传导作用，能兴奋呼吸中枢神经，使病人达到阳复厥苏的目的。对虚脱晕厥、休克、中风昏迷病人急救有功效。

2. 调理冲任，固经安胎：脐通冲、任、督、带四脉，冲为血海，任主胞胎。冲、任、督、带与妇女的经、带、胎、产诸疾息息相关。故脐疗在临床上可用于妇女月经不调、痛经、崩漏、带下、胎动等疾患。

3. 健脾和胃，降逆止泻：脐居中焦，为经络和气机的总枢，脐疗可促进脾和胃肠功能，使清阳得升，浊阴下降，故临床上对胃痛、痞满、呕吐、泄泻、痢疾等病症有较好的疗效。

4. 通经活络，行气止痛：脐通全身经脉，脐疗可使全身经络通畅，气血调和。适用于风湿性关节炎，手足麻木及诸

痛证。

5. 通调三焦，利水消肿：三焦为水火气机必通之道，脐居中枢，可转运阴阳之气，激发三焦的气化功能。临床上可治疗小便不通、腹水、水肿、黄疸等病症。

6. 强壮保健，养生延年：脐中穴为先天之本源，又为后天之气舍。脐疗能温肾壮阳，补中益气，提高机体的免疫功能，从而达到增强人体抗病能力，起保健、防病、益寿延年的作用。适用于虚劳，神经衰弱和预防保健。

脐疗的注意事项

1. 宜采取仰卧位，充分暴露脐部，以方便取穴、用药。
2. 严格消毒，预防感染。一般应先用 75% 的酒精棉球对脐部进行常规消毒，以免发生感染。
3. 询问病情，防止毒性反应，施药之前，宜详细了解患者全身情况，并询问过敏史及孕育胎产史，避免过敏反应或引起堕胎流产等副作用，孕妇一般应慎用。
4. 注意保暖，预防受凉。本法由于需要裸衣露脐，故应注意保暖。冬天室内宜生火，以免受凉感冒。
5. 本法用于小孩时，应加强护理，嘱其不能用手抓搔，防止敷药脱落。同时小儿肌肤娇嫩，不宜使用剧性药物，贴药时间也不宜过长，一般控制在 1~2 小时为宜。

综上所述，脐疗法在我国历数千年而不衰，正是因为其有取材容易，操作简便，方法灵活，价廉安全，适应症广，疗效卓著，无化学药物的毒副作用等优点。在“人类回归自然”的呼声日高，人们日益亲睐天然药物和传统自然疗法的今天，开发、研究和扩广脐疗法具有重要的现实意义。我们

应在脐疗的古今文献系统整理,脐疗机理的实验研究方面,继续努力,让这一古老的传统疗法,焕发青春,更快地为人们所掌握,更好地造福人类。

第一章 内 科

咳 嗽

咳嗽是机体对侵入气道的病邪的一种保护性反应。古人以有声无痰称为咳，有痰无声为之嗽。临床上二者常并见，通称咳嗽。约相当于西医所称急、慢性气管炎、支气管扩张、感冒以及部分以咳嗽为主的肺炎等疾病。

诊断依据：①以咳嗽为主诉或主要临床表现，伴见的其它症状不突出。②排除肺癆、肺痈、哮喘等肺部疾病引起的咳嗽。

一、敷脐法

方一 温肺散

【组 成】制半夏 10 克 白果仁 9 克 杏仁 6 克 细辛 6 克

【操 作】上方共研细末，用姜汁调为糊状，外敷脐部，纱布包扎。每日换药 1 次。

【适应症】慢性支气管炎。证见吐痰清稀色白，咳嗽喘满者。

【出 处】《脐疗》