

腕

踝

针

WAN

HUAI

ZHEN

(第三版)

张心曙 著

人 民 军 医 出 版 社

腕 踝 针

WAN HUAI ZHEN

(第三版)

张心曙 著

人民军医出版社

北 京

2412/18
(京)新登字 128 号

图书在版编目(CIP)数据

腕踝针/张心曙著. —3版. —北京:人民军医出版社, 1997. 11

ISBN 7-80020-788-9

I. 腕… II. 张… III. 针刺疗法 IV. R245.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(97)第 17106 号

人民军医出版社出版

(北京市复兴路 22 号甲 3 号)

(邮政编码:100842 电话:68222916)

人民军医出版社激光照排中心排版

空军指挥学院印刷厂印刷

新华书店总店北京发行所发行

*

开本:787×1092mm1/32·印张:6.375·字数:130 千字

1997 年 11 月第 3 版 1997 年 11 月(北京)第 1 次印刷

印数:1~6000 定价:9.80 元

ISBN 7-80020-788-9/R·717

〔科技新书目:442—83⑧〕

(购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换)

第一版前言

著者在中医经络学说启发下,总结西医电刺激疗法和传统针刺疗法经验,自 1966 年起经过反复实践,于 1972 年摸索出只在腕部和踝部 6 个点作皮下浅刺,用以治疗身体各部某些病症的一种新的针刺疗法,1975 年定名为“腕踝针”。腕踝针最初是在门诊和急诊条件下探索出来的,原先应用于神经科和其他临床科的一些病,1975 年起在学校和医院领导下逐步推广,在开门办学、医疗队下乡的实践过程中,受到医务人员和病员的欢迎。现将几年来所积累的资料加以整理,供读者参考。

腕踝针的出现目前仍处于萌芽状态,还存在许多需要改正的地方,方法需要进一步完善,治病范围尚需继续探索,针刺原理尤其值得研究。由于成稿时间短促,书中内容难免存在缺点和不足,请读者批评指正,以便再版时更改提高。

著 者

1978 年 3 月

于上海长海医院

第二版前言

本书是著者创立的腕踝针在临床应用的经验总结。原名《腕踝针》于1978年出版。现经充实内容改名《腕踝针疗法》重新出版，因此，实为《腕踝针》第二版。

腕踝针的探索初期，正值“文革”动乱时代，受当时环境及条件的影响，使探索工作旷日持久未能总结。1972年重新工作之后，著者整理了历年珍藏的原始资料，并继续探索，匆匆汇集成册，于1978年出版，受到国内外读者的欢迎与重视。1979年3月，日本现代中国医疗协会理事长杉 充胤先生将本书译成日文，至1987年3月先后出版发行4次。

10多年来，著者仍在继续探索，进一步完善操作方法，积累了大量病例资料，按类归纳进行统计分析。为了使这种简便的疗法得以推广应用，在原《腕踝针》的基础上全面改写成本书，以飨读者。

著者以精神医学为专业，曾在神经科工作，故腕踝针的临床应用范围以精神神经疾病为主，旁及临床各科病症。书中所引用的资料，绝大多数是著者本人20多年来亲自诊治的病例，少数由他人提供。为便于普及，数据统计仅采用百分比法，文字也力求通俗。

腕踝针虽是受经络学说及传统针刺疗法的启发演变而成，但著者不是针灸医生，对传统的针刺疗法未深入钻研，书

中仅就腕踝针的探索过程、操作方法、应用范围等进行叙述，无意与其他疗法相提并论。

本书的编写，吸收了国内外读者来信所提宝贵意见，特此鸣谢。

著 者

1990年2月
于上海长海医院

第三版前言

《腕踝针》第二版以后相隔 6 年,第三版终于奉献给读者。本版内容是以第二版为基础的全面改写。

自 1988 年秋至 1996 年春,作者退休后在上海长海医院康复部设立的精神神经疾病特约门诊工作,以腕踝针为治疗方法,几年来虽也收集了一些病例,但治疗范围总的仍以精神神经疾病及各种疼痛疾病为主,其它科疾病较少。作者整理了自 1972 年开始采用腕踝针疗法起至此阶段的病例,作为第三版改写的资料。

改写后全书内容仍主要分三部分:一、方法探索;二、针刺方法;三、临床应用。

一、方法探索 叙述了自 1966 至 1968 年探索过程中各阶段经验小结,每一阶段总是在发现缺点以后作进一步改进。但每前进一步均非容易,首先要克服思想中的惰性及自我束缚,遇到难以逾越的问题时,只好借助设想。但设想也不是轻易能形成的,一个设想的形成要经过多方面的思考,以零星的诸事实作起点,逐步缩短其间的距离,并尽可能使之系统化,还要考虑有无其它设想可资借鉴。设想既初步形成,不论其是否合理,要经过多次反复验证以确定其可行性,这时设想才能完成。腕踝针定在腕踝部的六个针刺点与身体分六个纵区相对应的设想,是根据动物进化史中脊椎动物从无肢向有肢发

展,是体现身体机能的延伸,以及动物都有阴阳面,中医有三阴三阳之说,从而提出身体按阴阳面,将躯干和上下肢分六个纵区,由此阐明两者各区具有密切对应关系。经 10 余年的临床验证获得成功,即使对复杂的病症也能据此模式选取针刺点,从而极大地推动了临床应用的进展。这一设想是探索史中的核心,故增写以补充第二版中叙述的不足。

二、针刺方法 原方法基本未变,只在文字上作了修改。

三、临床应用 增写较多。为求醒目,病症不分类,但按类统一编排。每一类病症前增加了一段简短概述,有的病症与疗效作了一些分析与比较,大多数病类附有一个或几个有不同特点的同类病例,也插入了治疗无效的病例以帮助认识。为了熟识区与点的对应关系,每种病例都列出症状定位与针刺点。各例都写了治疗经过,阐明治疗中症状变化。

临床应用中的体会:

一、腕踝针在临床应用的地位 作者通过 20 多年的临床应用,深感即使在现代医学条件下,对有些病症针刺仍然是一种快速有效的疗法。作为西医若能掌握腕踝针,将会感到是一种非常有用的治疗手段,并能进一步加深对疾病的认识。

二、不能单纯迷信药物 不少疾病非单纯依靠药物所能奏效,尤其对一些机能受抑制的病症更是如此。另外,对有些常见疾病,药物即使有效,当前药价日益昂贵,使病家经济负担增重,至于疗效如何则又另当别论。腕踝针却常能达到更好效果,例如对头痛的治疗、促进伤口愈合等。对不宜服药的病例,如孕妇、哺乳期、药物过敏、患有精神疾病的孕妇等,均不宜服药,用腕踝针常是首选的治疗方法。

三、利于推广应用 腕踝针的出现虽仅 20 余年,已显示在临床应用中的优越性。若能在统一方法基础上推广应用,选

择各科适当病例进行治疗探索,集思广益,前景将会更广阔。

四、教学与培训 若将腕踝针列入对医学生的教学或培训,安排3天时间,其中授课4学时,其余时间见习,就能使学生基本掌握此项疗法,从而缩短教学时数。

作者限于接触面及应用范围局限,深感不足,也难免有众多缺点,“但祈抛砖能引玉,杏林春色满乾坤”。

本版能提前付印,得力于在西安陕西省妇幼保健院工作的女儿张亚平、女婿任尔庭和尚在读高中一年级的外孙任沁明,他们在繁忙工作及学习中,抽时间用电脑打印文稿并校对常至深夜,特此铭记。更对远在海外澳大利亚墨尔本的蒋庆棠先生(曾任世界卫生组织全球针灸名词标准化科学组主席)对本版尚在初稿时所提宝贵意见并慷慨应邀作序,深表感谢。

张心曙

1997年3月

于上海长海医院

第三版序

20 世纪末,科学技术取得空前的进步,医学科技更是日新月异推出了令人惊叹的各种治疗奇迹,不论是身体那一个部位的疾病都能有办法用各种仪器来检查或治疗。尽管如此,世界上的医生仍然每天继续面对着许多不能解决的问题,简单的头痛就常常使家庭医师到脑科专家都束手无策,而且科技的进步和复杂的仪器也带来了不可避免的庞大费用,不但超出了个人负担的范围,甚至会使整个国家的医药负担也面临危机。一个新的现象出现了,病人开始搜寻医术上其它的途径,医师们也在正统医学以外找答案,在这种气氛中,神妙的中国针灸很快的不径而走,被西方病人和医师接受了。针灸虽然在中国有数千年的历史,可是一直滞留在阴阳五行等玄妙的学术里,不但在科学实验观点上很难被接受,而且在临床实践中也不是一般西医能接受运用的。就是受过训练的中医也不敢对脉诊有十分信心,更毋论所谓赤脚大夫和函授而学的中医,西医就更不必谈了。最近 20 年因为针灸在西方受到广大病人的要求而且临床考验的确有效,许多医科大学进行了实验工作,至少对以针灸医治疼痛有了相当的了解,能够局部解释针灸治痛的原理,使施针者有个指南。可是对其他疾病还是不明白,只是靠传袭下来的病例在暗中摸索,大有像求签

摇彩似地在三百六十个穴道里碰运气的现象。无怪乎，有时一针见效神乎其技，有时病人像个刺猬满身是针令人裹足。而且针刺并不好受，不但入针时会痛，而且“得气”的酸麻不适感觉也非很多病人所能忍受。因此，各种代替方法蜂起，诸如电极、激光等五花八门，各有所长，但基本上仍不能跳出阴阳五行和三百六十个穴位的枷锁。

1991年我卸脱了世界卫生组织全球针灸名词标准化科学组主席的任务之后，第一次看到张心曙教授的腕踝针法。数年来该科学组多次开会，为了达到三百六十个穴位再加上奇经八脉等名词的标准化和世界各国针灸专家反复的讨论和折衷调解，曾耗费了千百个小时，有时从清晨到深夜常常为了争论几个穴位而搞得不但唇干舌枯而且头昏脑胀。当我看到张教授的腕踝针法只有六个腕穴和六个踝穴，而且针法简单，尤其是不必依照阴阳气血一套理论，只要按照症状或者病症的身体部位依图索骥就可以了。真是令我有不可自信的惊喜，一口气从头到尾看完他的腕踝针法，然后再详细的研读一遍，才再临床试用。起初我没有信心，总觉得这个简单的针术如果能奏奇效，真是好得不可自信的话，就正如英国人说的“好的不可能是真的”了(Too Good To Be True)。可是在我连续试用了几次以后，虽然我不知道我的针法是否符合张教授的要求，临床结果却是出乎意外的好。尤其是病人患头、颈、肩痛症的，至少有半数以上真的是一针见效，而且是当场立刻见效，不是一个小时后或者十分钟后而是立刻有效，不但我惊异，病人更认为是神针。如果仅是少数病人有效，很可能是心理作用或者是碰巧，可是半数以上的成绩不是偶然的，我决定和张教授联系，继续讨教和研究。

因为腕踝针法不属于传统针灸之内，而是张教授自己从

临床经验中体会出来的结果,所以很少针灸医师听过它,采用它的人更属鲜有。我虽然和国内很多针灸同仁很熟,可是没有人能帮我联系到张教授。结果还是人民军医出版社替我辗转递送了一封信给上海第二军医大学附属长海医院的张教授。我开始写信向他讨教和询问各种有关腕踝针法临床的问题,可是书信上毕竟有时词不达意,俗语说百闻不如一见,我决定到上海亲自移樽就教。1994年炎热的夏季我到了上海,坐了3小时的车,抵达了长海医院,可惜时间有限,只谈了数小时,没有机会看到临床诊治。第二年我再赴上海,这一次张教授为我安排了住在长海医院康宾楼五天。每天早晚一起,不但看到了病人们感激的笑脸,更能好好地学习了针刺的技巧。我们花了很多时间讨论各种疾病的治疗措施。张教授不但肯倾囊相授,而且也虚怀若谷地接受建议。那时,他正在修编腕踝针法第三版,我曾有微末而浅薄的建议。同时还提议把他的针法翻译成英文,使国外医者有机会学习这一项简单却有效的疗法。在今天这个一切都是越来越复杂和昂贵的医药景况中,腕踝针法的简易和经济可说是医疗上的一朵奇葩。

经过数年的修正、改编和增加,腕踝针法第三版即将功成问世。作者改写了许多内容,使腕踝针法更易被了解和运用。我深信这第三版将会推广腕踝针法,使更多的医界同仁为更多的病者造福。我希望针灸同仁们能排除门派观念,而采用这项新针术,并且从事研究其中原理。回忆短短20多年前,当针灸初被介绍给西方国家的时候,一般西医都嗤之以鼻,但经过科学实验研究,今日针灸被证实是的确有效,被医学界接受和承认。我相信,如果腕踝针法被广泛采用,必会受人重视,一样会吸引科学家们的注意和研究,而发掘出这简单易用的针法原理,进而促进使它像传统针灸一样在医学界中占有一个固

定的位置。那时,张心曙教授对医学的贡献也将会不可磨灭地永载医史。

蒋庆棠

1997年1月

澳大利亚墨尔本

内容提要

腕踝针是著者首创的一种简明易学、安全方便、应用范围较广的针刺疗法。本疗法的特点是将身体分为6个纵区,在手腕和足踝部各定6个针刺点,根据病症表现部位按区选点,进行皮下浅刺,以取得治病效果。著者根据自己30余年的临床应用经验,总结介绍了腕踝针的探索史、腕踝针的治疗方法和应用范围,第三版内容有补充和改进。可供医院各科医生、医学院校学生和基层医务工作者参阅应用。

责任编辑 姚 磊 周国泰

目 录

第一章 腕踝针的特点、优点和探索史	(1)
第一节 特点和优点	(1)
第二节 探索史	(2)
第二章 腕踝针的治疗方法	(11)
第三章 腕踝针的临床应用	(30)
第一节 前言	(30)
第二节 临床应用	(32)
一、头痛	(32)
二、三叉神经痛	(39)
三、颈臂丛综合征	(41)
四、腕管综合征	(42)
五、坐骨神经痛	(43)
六、感觉异常性股痛	(46)
七、带状疱疹和疱疹后神经痛	(47)
八、关节痛	(50)
(一)颞下颌关节痛	(51)
(二)脊柱痛	(51)
(三)颈项痛	(52)
(四)腰痛	(52)
(五)尾椎痛	(54)
(六)肩关节痛	(54)
(七)肘关节痛	(55)

(八)腕关节痛	(55)
(九)指掌关节痛	(56)
(十)膝关节痛	(57)
(十一)踝关节痛	(58)
(十二)足及趾痛	(58)
(十三)多发性关节—肌痛综合征	(59)
九、腓肠肌痉挛	(61)
十、眩晕与头昏	(62)
十一、面神经炎	(64)
十二、面肌痉挛	(67)
十三、睑痉挛	(68)
十四、痉挛性斜颈	(69)
十五、书写痉挛	(71)
十六、桡神经麻痹	(73)
十七、腓总神经麻痹	(74)
十八、多发性神经炎	(75)
十九、感觉障碍	(77)
二十、重症肌无力	(83)
二十一、抽动症	(85)
二十二、癫痫	(88)
二十三、脑卒中后遗症	(90)
二十四、偏身挥舞症	(94)
二十五、震颤与震颤麻痹	(95)
二十六、睡眠障碍	(97)
二十七、焦虑性神经症	(101)
二十八、恐怖性神经症	(104)
二十九、强迫性神经症	(106)
三十、癔症	(107)
三十一、立行不能症	(111)
三十二、精神分裂症	(115)

三十三、产后精神病	(119)
三十四、情感性疾病	(121)
三十五、周期性精神病	(126)
三十六、感冒	(127)
三十七、支气管炎	(128)
三十八、支气管哮喘	(130)
三十九、呃逆	(131)
四十、呕吐与厌食	(133)
四十一、便秘	(137)
四十二、脉管炎	(139)
四十三、遗尿	(139)
四十四、晕厥	(141)
四十五、急性乳腺炎	(142)
四十六、乳房胀痛	(143)
四十七、痛经	(144)
四十八、白带过多	(145)
四十九、瘙痒	(145)
五十、荨麻疹	(147)
五十一、接触性皮炎	(148)
五十二、冻疮	(149)
五十三、麦粒肿	(150)
五十四、流泪	(150)
五十五、眼痛	(151)
五十六、瞳孔障碍	(152)
五十七、视力障碍	(153)
五十八、复视	(156)
五十九、耳鸣与耳聋	(158)
六十、鼻炎	(159)
六十一、咽喉炎	(160)
六十二、癰症球	(161)