



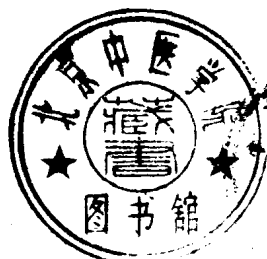
灸 針 灸 大 法

陕西人民出版社

样 本 库

大 众 针 灸

陕西省中医研究所编



陕 西 人 民 出 版 社

1071861

大 众 针 灸

陕西省中医研究所编

陕 西 人 民 大 学 出 版

陕西省新华书店发行 西安新华印刷厂印刷

开本 787×1092 1/32 印张 3.75 字数 54,600

1978年12月第1版 1978年12月第1次印刷

印数 1—15,250

统一书号: 14094·38 定价: 0.27元

前 言

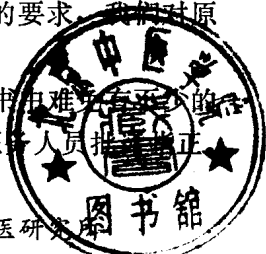
伟大领袖和导师毛主席教导我们说：“中国医药学是一个伟大的宝库，应当努力发掘，加以提高。”针灸学就是这个宝库中的精华之一。由于它历史悠久，治疗范围广泛，方法简便，疗效好，花钱少，数千年来，一直深受广大劳动人民的欢迎，不论在国内还是在国际上都有良好的影响。

为了继承和发扬祖国针灸学遗产，使其能够更好的为广大工农兵服务，为社会主义革命和社会主义建设服务。因此，我们曾于1959年编写出版了《大众针灸》一书，并于1965年再版时，作了部分修订。随着我国社会主义革命不断深入，社会主义建设和科学技术事业的逐步发展，一个发掘祖国医学伟大宝库，创造我国新医药学的群众运动，正在蓬勃兴起。在这个大好的形势下，根据广大群众的要求，我们对原书又作了补充和修订，现予以出版。

我们的政治水平和业务水平有限，在书中难免有不足之处和缺点和错误，希望广大读者、赤脚医生和医务人员指正。

陕西省中医研究所

一九七七年十二月



目 录

第一章 针灸的基本知识 (1)

一、什么叫针灸疗法 (1)

二、针刺 (1)

(一) 针具 (1) (六) 进针的方法 (5)

(二) 指力的练习 (2) (七) 针刺的感觉 (6)

(三) 针刺的角度 (3) (八) 针刺的强度 (7)

与深浅 (3) (九) 出针 (7)

(四) 体位 (3) (十) 异常现象的 (8)

(五) 消毒 (5) 处理 (8)

三、艾灸 (9)

第二章 经络和常用穴位 (11)

一、经络的概念 (11)

(一) 经络的重要性 (11) (四) 十四经的走向与循行 次序 (13)

(二) 经络的含意与内容 (11) (五) 十四经的分布 (14)

(六) 经络的作用 (16)

(三) 十四经的命名与分 类 (12) (七) 十四经的循行与主治 (17)

二、穴位 (25)

(一) 取穴方法 (25)

(二) 常用穴位 (28)

1. 手太阴肺经 (28)

(1) 中府 (2) 尺泽 (3) 孔最 (4) 列缺

(5) 太渊 (6) 少商

2. 手阳明大肠经 (30)
- (1) 商阳 (2) 合谷 (3) 阳溪 (4) 曲池
(5) 臂臑 (6) 肩髃 (7) 扶突 (8) 迎香
3. 足阳明胃经 (33)
- (1) 四白 (2) 地仓 (3) 颊车 (4) 下关
(5) 头维 (6) 人迎 (7) 乳根 (8) 天枢
(9) 归来 (10) 气冲 (11) 髀关 (12) 伏兔
(13) 梁丘 (14) 犊鼻 (15) 足三里 (16) 阑尾
(17) 上巨虚 (18) 丰隆 (19) 内庭
4. 足太阴脾经 (39)
- (1) 隐白 (2) 公孙 (3) 三阴交 (4) 阴陵泉
(5) 血海
5. 手少阴心经 (41)
- (1) 少海 (2) 通里 (3) 神门 (4) 少府
(5) 少冲
6. 手太阳小肠经 (43)
- (1) 少泽 (2) 后溪 (3) 肩贞 (4) 听宫
7. 足太阳膀胱经 (44)
- (1) 睛明 (2) 攒竹 (3) 天柱 (4) 风门
(5) 肺俞 (6) 心俞 (7) 膈俞 (8) 肝俞
(9) 胆俞 (10) 脾俞 (11) 胃俞 (12) 肾俞
(13) 大肠俞 (14) 殷门 (15) 委阳 (16) 委中
(17) 志室 (18) 秩边 (19) 承山 (20) 昆仑
(21) 至阴
8. 足少阴肾经 (51)
- (1) 涌泉 (2) 太溪 (3) 照海 (4) 外金津、玉液
(5) 金津、玉液
9. 手厥阴心包络经 (52)
- (1) 曲泽 (2) 间使 (3) 内关 (4) 大陵

10. 手少阳三焦经.....	(54)
(1) 关冲 (2) 液门 (3) 中渚 (4) 阳池	
(5) 外关 (6) 支沟 (7) 翳风	
11. 足少阳胆经.....	(56)
(1) 太阳 (2) 听会 (3) 完骨 (4) 阳白	
(5) 风池 (6) 居髎 (7) 环跳 (8) 风市	
(9) 阳陵泉 (10) 光明 (11) 绝骨 (12) 丘墟	
(13) 足临泣 (14) 侠溪	
12. 足厥阴肝经.....	(61)
(1) 大敦 (2) 行间 (3) 太冲 (4) 期门	
13. 任脉.....	(62)
(1) 中极 (2) 关元 (3) 气海 (4) 神阙	
(5) 水分 (6) 中脘 (7) 膻中 (8) 天突	
(9) 上廉泉 (10) 承浆	
14. 督脉.....	(65)
(1) 长强 (2) 十七椎下 (3) 腰阳关 (4) 命门	
(5) 陶道 (6) 大椎 (7) 哑门 (8) 百会	
(9) 印堂 (10) 人中	
15. 其它.....	(69)
(1) 四缝 (2) 十宣	

第三章 常见病症的治疗 (70)

一、辨证施治	(70)
二、针灸治疗的处方规律	(71)
三、常见病症的治疗	(72)
(一) 发烧	(72)
(二) 惊厥	(73)
(三) 眩晕	(74)
(四) 昏迷	(74)
(五) 休克	(74)
(六) 中暑	(75)

(七)头 痛	(75)		(86)
(八)落 枕	(76)	(二十八)胆 囊 炎	(86)
(九)肩 痛	(77)		(86)
(十)胸肋痛	(77)	(二十九)急性阑尾炎	(87)
(十一)腰背痛	(77)		(87)
(十二)关节炎	(78)	(三十)肠 梗 阻	(87)
(十三)腱鞘囊肿	(79)	(三十一)痔 疮	(88)
.....	(79)	(三十二)脱 肛	(88)
(十四)咳 嗽	(79)	(三十三)遗 精	(89)
(十五)感 冒	(80)	(三十四)阳 痿	(89)
(十六)支气管哮喘	(80)	(三十五)遗 尿	(90)
.....	(80)	(三十六)尿潴留、	
(十七)膈肌痉挛	(81)	尿失禁	(90)
.....	(81)	(三十七)水肿	(90)
(十八)胃及十二指肠		(三十八)荨麻疹	(91)
溃疡	(81)		(91)
(十九)胃下垂	(82)	(三十九)神经性皮炎	(92)
(二十)腹 痛	(82)		(92)
(二十一)腹 泻	(83)	(四十)淋巴结核	(92)
(二十二)细菌性痢疾	(84)		(92)
.....	(84)	(四十一)疟疾	(93)
(二十三)心 悸	(84)	(四十二)百日咳	(93)
(二十四)无脉症	(84)		(93)
.....	(84)	(四十三)流行性腮腺炎	(94)
(二十五)单纯性			(94)
甲状腺肿	(85)	(四十四)婴儿腹泻	(94)
(二十六)破 伤 风	(85)		(94)
.....	(85)	(四十五)小儿麻疹	(94)
(二十七)急性乳腺炎			(94)

(四十六)面神经麻痹	
.....	(95)
附：面肌痉挛	
(四十七)三叉神经痛	
.....	(96)
(四十八)肋间神经痛	
.....	(97)
(四十九)坐骨神经痛	
.....	(97)
(五十)多发性神经炎	
.....	(98)
(五十一)截瘫	(98)
(五十二)脑血管意外	
.....	(99)
(五十三)神经衰弱	
.....	(100)
(五十四)癔病	(100)
(五十五)癫痫	(101)
(五十六)精神分裂症	
.....	(101)
(五十七)月经不调	
.....	(102)
(五十八)痛经	(102)
(五十九)闭经	(102)

(六十)功能性子宫	
出血	(103)
(六十一)子宫脱垂	
.....	(103)
(六十二)妊娠呕吐	
.....	(104)
(六十三)胎位不正	
.....	(104)
(六十四)催产	(104)
(六十五)少乳	(105)
(六十六)急性结膜炎	
.....	(105)
(六十七)近视	(105)
(六十八)斜视	(106)
(六十九)色盲	(106)
(七十)视神经萎缩	
.....	(106)
(七十一)耳鸣	(107)
(七十二)聋哑	(107)
(七十三)鼻炎	(107)
(七十四)急性扁桃腺	
炎	(108)
(七十五)牙痛	(108)

第一章 针灸的基本知识

一、什么叫针灸疗法

针灸，就是指用金属制成的针，在人体的一定部位——穴位上刺入后，运用手法，起到治病作用的，叫做针刺法；把艾叶制成的艾绒，点燃后烧灼或熏烤某些部位皮肤表面，起到治病作用的，叫做艾灸法。这是两种不同的治病方法。由于它们刺激的部位都是经络、穴位，而且根据病情，既可单独使用，又可针灸并用，所以习惯上就叫做针灸疗法。

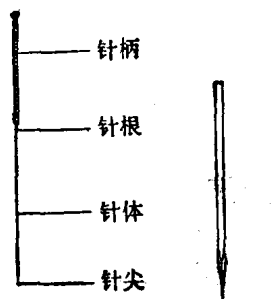
针灸疗法，具有治疗范围广泛，不论内、外、妇、儿、五官及皮肤等科，都有许多疾病可以治疗，而且疗效显著。另外，经济简便，花钱少，容易学，好掌握，安全稳当等优点。因此，长期以来深受广大劳动人民欢迎。

二、针 刺

(一) 针 具

针刺治病用的针，大部分都是用不锈钢制成的。

一般采取对人体损伤轻微的细针，叫做毫针。另一种，就是放血用的三棱针（图一）。



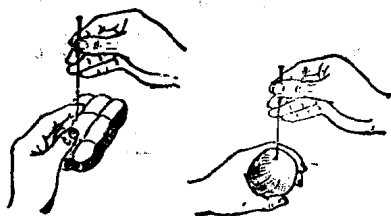
1. 毫针 2. 三棱针

图一 针具

毫针由针柄、针根、针体和针尖四个部分组成。根据针的粗细，有二十六号、二十八号、三十号、三十二号等的区别。长短有五分、一寸、一寸半、二寸、三寸的不同。保存时，针要放在固定的针夹里，避免弯曲。如果针根生了锈，针刺时容易造成折针，这种针不能再继续使用。针体生了锈，要用细砂纸磨擦。针体弯曲时，要用手捻直。

（二）指力的练习

右手的拇、食二指，或拇、食、中三指挟持针柄，如拿毛笔一样，在纸簿或棉花包上来回反复地上下提插，左右捻转，力求达到熟练的程度。这样，不仅可以避免或减少针刺时病人的疼

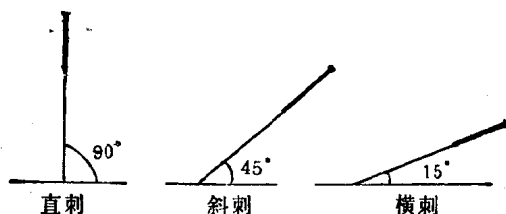


图二 指力练习法

痛，而且是锻炼针刺技术，提高疗效的好办法。特别是初学的，更要先经过锻炼，才能在人身体上扎针(图二)。

(三) 针刺的角度与深浅

由于穴位所在部位和病情的不同，针刺的角度也不一样。一般分直刺、斜刺和横刺三种(图三)。四



图三 针刺角度

肢、躯干，肌肉丰厚的地方多直刺；头面、肌肉瘦薄或离某些内脏较近的地方多斜刺或横刺。一般的来说，头面部穴位，直刺二至三分，斜刺或横刺五至八分；四肢穴位，直刺八分至一寸半；胸背部穴位直刺三至五分，斜刺或横刺五至八分；腹部穴位，直刺八分至一寸。

(四) 体 位

根据病情，选好穴位以后，按照穴位的不同位

置，采取恰当而正确的体位是非常重要的。这样，取穴就能够准确，病人感到舒服，同时，也便于医生操作。

临床常用的体位，有坐位和卧位两种。卧位又分仰卧、侧卧和俯卧。其中，以卧位较好，可以减少或避免晕针的发生(图四)。



1. 仰靠式



2. 俯伏式



3. 屈肘仰掌式



4. 横肱式



5. 侧卧式



6. 仰卧屈膝式

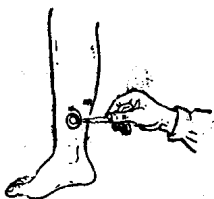


7. 伏卧式

图四 体位

(五) 消毒

针刺前，所用针具、医生手指和针刺的穴位，都要用百分之七十五的酒精棉球涂擦消毒。没有酒精时，也可用普通喝的白酒代替。消毒穴位时，应由穴位的中心向外旋转消毒(图五)。



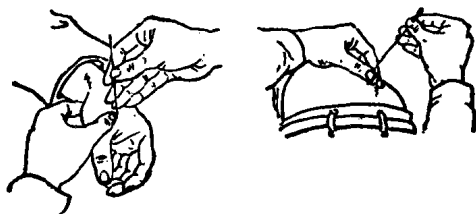
图五 消毒方法

1. 毫针：

(六) 进针的方法

(1)短针进针法：左手拇指或食指掐定穴位；右手拇、食二指挟持针柄，把针慢慢刺入。

(2)长针进针法：左手拇、食二指，用消毒的干棉球裹住针体下端，把针放在穴位上，右手持针柄，左手一压，右手一捻一压，缓慢刺入(图六)。



1. 短针进针法

2. 长针进针法

图六 进针法

2.三棱针：用左手拇指(或食指)掐定穴位，或左手拇、食指捏起放血的部位，右手拇、食二指持针，将针紧靠中指尖，以控制刺入的深浅，速刺速去。

(七) 针刺的感觉

针刺有没有感觉反应，是针刺治疗疾病取得效果的关键。反应快的，疗效好；反应慢的，疗效差。观察针刺感觉的反应，有以下三种方法：

1.医生针下有沉紧的感觉，象钓鱼时，鱼吞吃鱼钩上的东西一样。

2. 病人有酸、困、沉、胀、抽麻或触电样的感觉。
3. 扎针的周围或远处，由原来的松弛变得较前紧张，或出现抽动的情况。

(八) 针刺的强度

刺激的强弱，一般是根据医生的操作和病人的感觉程度，分为强刺激、弱刺激、中度刺激。

1. 强刺激：进针快，提插用力，捻转角度大，频率高，病人感觉强烈，或肢体肌肉震颤，或出现抽动，留针时间较长(二十到三十分钟)，每日针刺一次或一日数次，适宜于体质强壮的病人，适宜于各种急性炎症、发烧、疼痛、昏厥、瘫痪、癫狂、精神病等。

2. 弱刺激：进针慢，轻提插，缓捻转，频率低，病人感觉轻微，或仅有酸困沉胀，留针时间较短(十五至二十分钟)，间日或间二日针刺一次，适宜于体质虚弱的病人和妇女、幼儿以及初针的病人，也适宜于患心脏病、神经衰弱等病人。

3. 中度刺激：介于强弱刺激之间。一般情况下都适用。

(九) 出 针

留针时间已到，就可以出针。出针时，左手用消毒

的干棉球，按压在穴位的旁边，右手挟持针柄，慢慢地左右捻转，并向上退出，然后，用干棉球按揉针孔。

（十）异常现象的处理

1. 滞针：针刺时，由于病人精神过分紧张，或刺激过程中穴位周围肌肉发生痉挛，或针刺时病人体位的变动，致使针体弯曲等，引起在行针或出针时，发生捻转、提插不能动的情况，叫做滞针。发生这种现象时，可以在穴位的旁边，用指甲重掐，使酸麻感觉直到针刺的地方，就可以缓解。如果针体已经弯曲，就可顺着弯曲的方向，慢慢地将针拔出体外，决不要用力硬拔，以免局部损伤，甚至发生折针。

2. 折针：针刺前，应认真做好针具的检查。针根生锈的，不能再用；针体弯曲的，一定要捻直；并且要劝告病人不要精神紧张，或随便改变体位等。万一发生了折针，医生应当镇静，迅速处理。针体露在体外的，用镊子或手将针拔出。如果针体已完全陷入皮内，医生可将手指分开，在折针的两旁用力将肌肤向下按压，尽量使针露出皮外，迅速拔出。实在拔不出来时，应立即送到医院，开刀取出。

3. 晕针：针刺时，由于病人恐惧，精神紧张，饥饿，身体过分虚弱，或手法不合适等，而发生头昏、恶