

中国民间疗法丛书

敷脐疗法

李宗一 阿喆 江泓 编



中国中医药出版社



中国民间疗法丛书

敷 脐 疗 法

李宗一 阿 喆 江 泓 编



0107063

中国中医药出版社

00368001

(京)新登字025号

内 容 提 要

敷脐疗法是深受群众欢迎的民间疗法之一，其简便安全，疗效显著，在民间广为流传。(本书收集古今医籍脐疗方近千种，以内、儿、妇、男、五官、皮肤各科为纲，常见疾病为目编辑而成。)适合中医各科临床医师及广大群众参考阅读。

2k21/24

敷 脐 疗 法

李宗一 阿喆 江泓 编

中国中医药出版社出版

(北京市朝阳区东兴路7号)

邮编: 100027 电话: 415.1553 电挂: 3406

新华书店总店北京发行所发行 迁安县印刷厂印刷

787×1092毫米32开本 5印张 120千字

1994年10月第1版 1996年1月第2次印刷

印数1-9001-12000册

ISBN7-80089-322-7/R·323定价: 6.00元

目 录

绪论	1	水肿.....	46
一、敷脐疗法的源流 与发展.....	1	淋证.....	50
二、敷脐疗法的理论 基础.....	2	癃闭.....	53
三、敷脐疗法的常用 药物和剂型.....	3	关格.....	58
四、敷脐疗法的适应症.....	3	自汗 盗汗.....	60
五、操作方法.....	4	失眠.....	63
六、注意事项.....	4	癫痫.....	65
第一章 内科	5	中暑.....	66
感冒.....	5	疟疾.....	68
咳嗽.....	7	第二章 儿科	72
冠心病.....	10	小儿感冒.....	72
高血压.....	11	痘疹.....	76
胃脘痛.....	12	惊风.....	79
呕吐.....	16	疳积.....	82
吐血.....	18	蛔虫症.....	84
腹胀.....	19	夜啼.....	85
腹痛.....	21	厌食.....	87
腹泻.....	28	小儿腹泻.....	88
便秘.....	33	小儿遗尿.....	98
痢疾.....	36	小儿流涎.....	101
霍乱.....	43	小儿脐患.....	102
黄疸.....	45	小儿水肿.....	108
		小儿二便不通.....	109
		第三章 妇科	111
		月经不调.....	111

痛经·····	113
崩漏·····	116
带下病·····	117
妊娠病·····	120
难产·····	122
产后病·····	124
不孕症·····	126
乳腺疾病·····	127
第四章 男科 ·····	129
阳痿·····	129
遗精·····	133
阳缩·····	138

前列腺炎·····	140
第五章 五官科 ·····	141
口舌生疮·····	141
口臭·····	144
麦粒肿·····	145
第六章 皮肤科 ·····	146
皮肤瘙痒症·····	146
面部色斑·····	147
荨麻疹·····	147
疥疮·····	149
银屑病·····	149

绪 论

敷脐疗法是将药物放在脐部，上面用胶布或纱布等覆盖固定，以防治疾病的一种外治方法。它是以中医经络学说，脏腑学说为理论基础，根据病情需要，选择相应的药物治疗，制成丸、散、膏、丹、糊等剂型敷于脐部，通过疏通经络，调整脏腑功能，以达到防治疾病的目的。敷脐疗法是民间疗法的一种，是群众乐于接受的一种医疗方法，广泛应用于内、妇、儿、男各科的常见病。其疗效可靠，取材方便，操作简便，作用迅速而无痛苦，尤适用于小儿、妇女、老人等怕打针、吃中药者。其方法简、便、效、廉、快、安全，极宜推广应用，所以一直在民间广为流传。

一、敷脐疗法的源流与发展

敷脐疗法有悠久的历史和丰富的内容。在我国现存最早的医学著作——春秋战国时期的帛书《五十二病方》中，就有肚脐填药、敷药、涂药等疗法的记载，此可谓开脐疗法实际运用之先河。

汉代医家张仲景在《金匱要略》中，首次采用了“屈草带，绕喝人脐，使三四人尿其中，命温，亦可用热泥”的脐疗法。公元281~361年间，晋代名医葛洪著的《肘后备急方》中，具体阐述了用盐纳脐中，灸二七壮，以治疗霍乱。到了公元682年，唐代医学家孙思邈在《千金要方》中，用东壁土敷脐，或用苍耳子烧灰敷脐，或用露蜂房烧灰敷脐，以治疗脐疮流水不止；用杏仁捣如泥，与猪颊车髓搅和均匀，敷脐，以治疗小儿肚脐红肿。另外唐·王焘的《外台秘要》中也记载了不少

敷脐疗法的独特应用。到了明清时期，名医辈出，脐疗法也不断发展，如李时珍的《本草纲目》、赵学敏的《串雅内外编》中，有敷脐疗法的丰富记载。至此脐疗法已达到较高的水平，在内容上日益丰富，方法也逐渐增多，应用范围更加广泛。

到了公元 1870 年，清代著名外治大师吴尚先在《理渝骈文》中收集了大量的民间敷脐疗法，如治疗男子精寒、阳痿、遗精、白浊和女子胞宫寒冷、赤白带下，以及男女虚寒泄泻等证，用硫黄 18 克，母丁香 15 克，麝香 3 克，独头蒜适量，共捣极碎如泥，作丸，如黄豆大，朱砂为衣，每用一丸纳脐中，外贴红缎膏固定，或用硫黄、胡椒、丁香、杏仁、麝香为末，枣泥为丸，敷脐，外用红缎膏固定，或用胡椒、硫黄为末，黄蜡为丸，纳脐中，外贴红缎膏固定。在该书中吴氏用脐疗治病的方药，有数百种之多，并对脐疗的作用机理、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，使敷脐疗法又提高到一个新的高度。可以说，《理渝骈文》的问世，是敷脐疗法经过历代医家不断努力，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，运用现代科学技术手段和方法，对脐疗法进行了多方面的研究，并取得了可喜的成果，使脐疗理论又有了新的发展。

二、敷脐疗法的理论基础

脐在腹部中央，婴儿初生时，系于胞衣者，谓之脐带，脐带脱落处谓之脐，亦称脐眼。脐带是联系胎儿与母体的营养通路，母体的营养进入胎儿后，通过脐动脉输送到全身各个部位，并通过脐静脉把代谢产物排出体外。胎儿出生以后，脱离了母体、脐动脉、脐静脉的作用，被体循环所代替。但脐为

先天之本源，脐部中医称为神阙穴，并认为“脐通百脉”正如经言：“五脏之动气，发于脐之上下左右也足阳明、冲脉皆挟脐，而督脉贯脐中央。任脉通肺以系脐带，故儿在胎中随母脐为呼吸也、冲督、任皆始于气冲，气冲起于胃脉，一源而分三歧。督行背，任行腹，冲脉起于肾下，出于气街，挟脐上行之胸中，上颡颥、渗诸阳、灌诸精，下行入足，渗三阴，灌诸络，为十二经之海，主血。带脉横围于腰如束带，总约诸脉”。所以脐与五脏六腑，十二经脉，奇经八脉有着密切联系，故可通过脐部给药，达到祛除病邪，促进机体康复的目的。

三、敷脐疗法的常用药物和剂型

敷脐疗法可根据病症的不同而选用不同的药物。如散表寒，有葱白、生姜等；温里寒，有肉桂、附子、干姜等；消食积，有莱菔子、莪术等；驱虫积，有乌梅、川椒、槟榔等；理气，有陈皮、木香、茴香等；活血，有当归、川芎、红花等；补虚，有人参、黄芪、甘草、大枣等；泻实，有大黄、巴豆、芒硝等；逐水，有大戟、甘遂、黑白丑等；利尿，有猪苓、轻粉、车前子等；收敛固涩，有五味子、五倍子、石榴皮、煅龙牡等；收涩止痒，有枯矾、硫黄、黄丹等；安神，有朱砂、茯苓等；开窍，有麝香、冰片等；解毒，有蟾蜍、雄黄等；泻火，有黄连、山栀等；止痛，有丁香、细辛等。

脐部给药的方法很多，常用的剂型有丸、散、膏、丹、酒、饼等，如丁桂散、玉枢丹、理中丸、暖脐膏等，根据病情的需要和所选的药物，给药方法有敷脐、贴脐、涂脐、熨脐、灸脐等。

四、敷脐疗法的适应症

敷脐疗法，通过五脏六腑、十二经脉、奇经八脉的联系，可以作用于全身上下、表里，产生治疗作用，临床运用十分

广泛。对头面五官、胸胁腰腹、四肢各部、五脏六腑，虚实寒热，诸症均可采用。如内科的感冒头痛、咳嗽气喘、胃痛腹痛、呕吐腹泻、便秘、霍乱、水肿、淋证、自汗盗汗、中暑、疟疾，几科的痘疹、惊风、厌食、夜啼、遗尿、二便不通、小儿腹泻。脐患，妇科的痛经、闭经、崩漏、带下、妊娠产后诸病，男科的阳痿、遗精，以及头面五官的各种病症，都可应用敷脐疗法治疗。

五、操作方法

把根据病情选定的药物研为极细末，或作散剂用，或用调和剂调和作膏剂用。如为新鲜湿润药物，可直接捣如泥，作膏剂用。将患者脐部洗净擦干，然后将配制好的药粉或药膏置入脐中，然后用胶布或纱布垫敷盖固定。根据病情，或一、二天换药1次，或3~5天换药1次。

六、注意事项

1. 采取仰卧位，充分暴露脐部，以方便取穴、用药。同时应注意保暖，尤其是冬季。

2. 严格消毒，预防感染。一般先用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. 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。

第一章 内 科

感 冒

方一 银翘散

【药物组成】 银花、连翘各4克 桔梗2.4克 荆芥1.6克 薄荷2.4克 牛蒡子2.4克 淡豆豉2克 甘草2克 竹叶1.6克

【用法】 上药共研为细末，过筛，取药末适量，以纱布包裹，敷于脐中，胶布固定，每次贴药4~6小时，每日2次，连用3~4天为1疗程。

【主治】 风热感冒，症见发热、恶风、鼻塞流黄涕、咽痛音哑者。

【出处】 《中医外治法集要》

【按】 此方以银翘散为末，敷于脐中，治疗外感风热，方便有效，也可作煎剂同时内服。

方二 葱姜豆豉饼

【药物组成】 带须葱白、生姜、豆豉各6克

【用法】 上述3味药品捣烂，加食盐少许，作饼，烘热贴于脐上。

【主治】 风寒感冒，恶寒发热，头痛。

【出处】 《理渝骈文》

【按】 此方由葱豉汤加生姜、食盐，作饼贴脐，除辛温散风寒外，尚可理中焦气滞。

方三 羌活术矾散

【药物组成】 羌活 10 克 苍术、白矾各 6 克

【用法】 3 药共为细末，取适量以纱布包裹，敷于脐中，固定。每日 2 次，病愈即止。

【主治】 风寒挟湿型感冒，症见发热、恶寒、身痛、鼻流清涕，舌苔腻。

【出处】 《当代外治临床大全》

【按】 此方为祛风寒，而兼有燥湿之功，故以证挟湿邪者为宜。

方四 藿香正气散

【药物组成】 藿香 白芷 苏叶 陈皮 白术 厚朴 半夏曲 大腹皮 茯苓 生姜 大枣

【用法】 上药共研为末，水调敷于脐中。

【主治】 夏季暑湿型感冒。

【出处】 民间验方

【按】 藿香正气散为治暑季感触寒邪之良方，临床运用甚广，各种剂型均有，如丸，片散，酏剂。

方五 五积散

【药物组成】 白芷、陈皮、苍术、厚朴、半夏、麻黄、枳壳、桔梗、当归、川芎各 3 克 干姜、桂枝、吴萸各 1.5 克 甘草 1 克

【用法】 上药共研为末，炒熨，并敷脐上，以膏药盖之。

【主治】 外感风寒，内伤生冷，头痛身热，项背拘急，肚腹胀痛，似中寒而势稍缓者。

【出处】 《理渝骈文》

【按】 此方温中散寒，祛风解表，兼消滞化痰，内外并治，功效卓著。

方六 暖脐丸

【药物组成】 胡椒十粒 葱白 30 克 百草霜 15 克

【用法】 将 3 药捣为丸，每丸如梧桐子大，纳于脐中，汗出为度。

【主治】 外感风寒头痛。

【出处】 《中医外治法简编》

【按】 葱白辛散外寒，温通阳气，借胡椒温里之功，加百草霜和为丸，而收外散风寒之效。此方可治寒性腹痛。

方七 芥末填脐法

【药物组成】 白芥子适量

【用法】 将上药研末，温水调稠，填脐中，隔衣以壶盛热汤熨脐部，出汗即瘥。

【主治】 伤寒时疫，头痛初起，腹急痛牵及少腹。

【出处】 《中医外治法简编》

【按】 白芥子辛能入肺，温能发散，通行经络，发汗除寒暖中，此方甚效。

咳 嗽

方一 寒咳散

【药物组成】 白芥子 5 克 麻黄 5 克 半夏 3 克 肉桂 5 克 细辛 3 克 丁香 0.5 克

【用法】 上药共研为细末，脐部用 75% 酒精消毒后，将药物纳脐中，用胶布固定，每日换药一次。

【主治】 风寒入肺而作咳者。

【出处】 《中医药物贴脐疗法》

【按】 此方外散风寒，内化水饮，证属寒证者，均可用

之。

方二 热咳糊

【药物组成】 鱼腥草 15 克 青黛 10 克 蛤壳 10 克 葱白 3 根 冰片 0.3 克

【用法】 前 3 味药研为末，加葱白、冰片共捣烂如糊。敷于脐中，胶布密封。

【主治】 痰热咳嗽。

【出处】 《中医药物贴脐疗法》

【按】 本方鱼腥草、青黛清热解毒，除肺热而止咳，配以蛤壳清肺化痰，外敷用伍以冰片、葱白，通经走络，开其痰热之结。

方三 久咳膏

【药物组成】 罂粟壳 30 克 五味子 30 克 蜂蜜适量

【用法】 前 2 味药共研细末，入瓶密封备用。用时以蜂蜜调膏。贴脐上，每日一换。

【主治】 久咳不止。

【出处】 《中医药物贴脐疗法》

【按】 久咳不止，肺气日耗，故以罂粟壳、五味子收涩止咳，以治其标，而后再治其本。

方四 补骨脂散

【药物组成】 补骨脂适量

【用法】 上药 1 味，研为细末，掺膏药中，贴于脐部。

【主治】 阳虚水位咳嗽。

【出处】 《理瀹骈文》

【按】 补骨脂乃温补肾阳之品，可治肾阳虚性咳嗽。

方五 温肺散

【药物组成】 制半夏 10 克 白果 9 克 杏仁 6 克 细

辛 6 克

【用法】 上药共研细末，姜汁调为糊状，外敷脐部，纱布固定，每日换药一次。

【主治】 慢性支气管炎，症见咳嗽喘满，吐痰清稀色白者。

【出处】 民间验方

【按】 咳嗽为水饮所致者，当以温药化之，半夏、细辛、姜汁温肺化饮，白果温肺益气，定喘嗽，杏仁微温止咳降气平喘，故治疗慢性支气管炎，证属痰饮者效果较好。

方六 石杏蚯蚓薄荷膏

【药物组成】 生石膏 10 克 杏仁 5 克 薄荷 3 克 活蚯蚓适量

【用法】 上方共捣烂如糊状，敷脐部外以纱布覆盖，胶布固定。每日换药 1 次。3 日为 1 疗程。

【主治】 风热咳嗽，痰黄粘稠难出，并有发热、咽痛、口渴者。

【出处】 民间验方

【按】 此方清热散风止咳，方中蚯蚓有清热息风、平喘之功，现代研究有扩张支气管的作用，故还可用于肺热型的支气管哮喘。

方七 参蛭五香糊

【药物组成】 人参 2 克 蛤蚧 2 克 五味子 1 克 麝香 0.12 克

【用法】 上述药品共研细末，敷于脐部，外以胶布固定。

【主治】 气虚咳嗽，症见咳声低微，气短喘急，痰多清稀，语言无力者。

【出处】 《中医敷脐疗法》

【按】 人参益气，蛤蚧补肺益肾，纳气定喘，五味子敛肺止咳，佐以麝香，行气通络，使药物迅速作用于人体。

方八 理中散

【药物组成】 白术 6 克 党参 3 克 干姜 3 克 炙甘草 3 克

【用法】 上方共研细末，填敷于脐中，外以胶布固定。

【主治】 慢性支气管炎，证属肺脾气虚者。

【出处】 《国医论坛》1986；(4)：47

【按】 虚则补其母，实则泻其子，此方益脾土而养肺金，不治咳而咳自止。

冠 心 病

方一 冠心糊

【药物组成】 山楂浸膏 20 克 甘草浸膏 8 克 葛根浸膏 10 克 白芍 270 克 厚朴 100 克 鸡血藤挥发油 6 毫升 细辛挥发油 1 毫升 乳香没药醇液 70 毫升 冰片少许 黄酒 适量

【用法】 将白芍、厚朴研成细末，加余药混匀后阴干。先将脐部洗净，擦干，然后取药面 0.2 克，用黄酒调匀成糊状，放入脐中，上用胶布覆盖，每 2 天换药 1 次，7~10 天为 1 疗程。

【主治】 冠心病心绞痛。

【出处】 《中国民间疗法》

【按】 此方是行气活血，通经止痛的外用剂，故多用浸膏及挥发油。

方二 川芎甘油散

【药物组成】 川芎 12 克 冰片 7 克 硝酸甘油 10 片
丹参注射液数支

【用法】 前 3 味药共研末备用，用时每次取 0.5 克，用丹参注射液调为糊状，敷于脐中，外盖纱布，胶布固定，隔日换药 1 次。

【主治】 心绞痛。

【出处】 经验方

【按】 该方不拘于中、西医药之界限，为圆活变通之法。

高 血 压

方一 降压散

【药物组成】 吴茱萸 30 克 川芎 30 克 白芷 30 克

【用法】 将上药研成细末，过筛，取药末 15 克，以脱脂棉薄裹如小球状，填入脐孔内，用手向下压紧，外以纱布覆盖，胶布固定，每日换药 1 次，10 天为 1 疗程。

【主治】 原发性高血压。

【出处】 《中医师物贴脐疗法》

【按】 吴茱萸能温中下气，醋调敷足心，引火下行，可治口舌生疮。本方配以川芎、白芷活血祛风之品，故可降上逆之气，而息内动之风。故适用于肝阳上亢所致的原发性高血压。

方二 脐压散

【药物组成】 胆汁制吴茱萸 500 克 龙胆草醇提取物 6 克 硫黄 50 克 醋制白矾 100 克 朱砂 50 克 环戊甲噻嗪 175 克

【用法】 将以上药物混合研极细粉末备用。用时，先将肚脐用温水洗净擦干，每次用 0.2 克，倒入脐窝内，上盖棉球，外用胶布固定，每周换药 1 次。

【主治】 高血压病 I～II 期。

【出处】 新中医 1981；(3):33

【按】 此方用朱砂清心安神，龙胆草泻肝火，吴茱萸引火下行，白矾降浊，硫黄温元阳于下，加环戊甲塞啉加强镇静作用。

方三 桂芎麻龙膏

【药物组成】 桂枝 3 克 川芎 2 克 罗布麻叶 6 克 龙胆草 6 克

【用法】 将以上药物共研为细末，以酒调为膏状，敷于脐中，外以伤湿止痛膏固定，每天换药 1 次，10 次为 1 疗程。

【主治】 高血压。

【出处】 民间验方

【按】 此方用罗布麻平肝清热，降血压，龙胆草清泻肝火，川芎行气活血，祛头风，少佐桂枝温通经络。

胃 脘 痛

方一 麝香暖脐膏

【药物组成】 当归、白芷、乌药、小茴香、大茴香、香附各 4 克 木香 2 克 乳香、没药、丁香、肉桂、沉香各 1 克 麝香 0.15 克

【用法】 将以上药物常规制膏备用，用时将膏药烘热，贴于脐部，每日 2 次，痛止即停用。