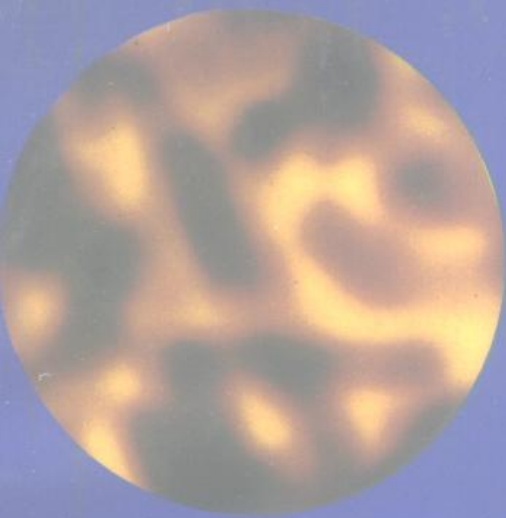


点穴祛病术

Dianxuequbingshu

□ 李长运 / 著

江西科学技术出版社



(赣)新登字第 003 号

点穴祛病术

李长运 著

江西科学技术出版社出版

(南昌市新魏路)

江西省新华书店发行 江西省地矿局测绘队印刷厂印刷

开本 787×1092 1/32 印张 5.125 字数 12 万

1993 年 5 月第 1 版 1993 年 5 月第 1 次印刷

印数 1—10,000

ISBN 7-5390-0640-4/R·137 定价:3.85 元

著者的话

笔者是名部队离休干部，原系南京炮兵学院的一名战术教员，从事教学 30 多年，是业余医学爱好者。60 年代初就开始自学一些卫生医学方面的知识，曾先后阅读过《基础医学问答》、《中医临床学》、《针灸新医疗法》、《推拿按摩疗法》、《点穴疗法》、《中医内科》、《中医临床学基础》、《解剖学》等几十本医学书籍，并多年订阅一些中外医学杂志。1984 年后又参加六次气功学习班，其中四次设置有中医理论课。我为什么对医学这么感兴趣呢？在我的心目中，总认为医生是最高尚的，他们终身不为权、不为名、不为利，专为人民解除疾病的痛苦，若我亦能为人民解除点病痛那该多好啊！但我苦于不是专职医务工作者，没有进修的条件，虽有许多医学上的问题待解决提高，兴趣浓，但心有余而力不足。

1969 年后，我相继患上了高血压、高血脂症、神经炎、冠心病、胃病、糖尿病、颈椎病、腰椎、脚后跟骨质增生等十几种慢性病，曾先后做过三次手术，受尽了疾病的折磨，即便是有个“保健医生”天天跟着我，也解决不了我病患的痛苦。在干校劳动时，不少同志对我说：“你可能回不去了。”这更促使我下定决心学医的决心，决心要懂医，要自救。于是我拿起针具，首先在自己身上行针刺治疗，后发展到为别人行针治病，当为他人解除了病痛，特别是刚开始治好了几例病人时，我心中有说不出的高兴，比为自己解除一种病痛还要高兴。我能为人治病的事实，更激发了我学医

的决心，提高了我用针灸治病的信心。

从1969~1975年，用针灸为患者治疗各种常见病在700人次以上，总有效率达95%左右。在为患者治病过程中，也曾出现过几例晕针现象，这无疑对我用针灸治病是个警告、打击，虽然我思想早有准备，及时作了处置，使晕针现象得到缓解，但那种场面，对我思想压力甚大。我不是专门搞医的，出了问题怎么办？以后，我是否还要行医？这些问题使我顾虑重重，曾一度失去了为人治病的信心。可是当病人找上门来，我虽然犹豫过多次，但每次还是给患者治了。每当患者高兴而去的时候，我总有说不出的愉快感，这又对我是个无形的鼓励。干！决心干！怕承担责任、怕困难，畏惧不前，哪还能谈得上为人民服务呢？只要遵循医道，不装懂、不蛮干、不去拿病人做试验，不会就去请教别人，迎难而上，沿着医学的阶梯踏踏实实地向上攀登，就一定有所作为。

老问题解决了，可新问题又出现了。一部分患者非常害怕针灸，他们见针就畏惧，宁愿忍受着病痛折磨，也不愿接受针灸治疗。有时我拿针先在自己身上行针刺，让患者看，尽管如此，他们也还是有这样那样的顾虑。为了消除患者对针灸的畏惧心理，促使我寻求新的医疗方法。1974年一个偶然的机，使我得到启发，导致了手穴点穴疗法的产生。南京炮兵学院有位干部的家属王××患牙痛，痛得坐卧不安，我在她手上取穴行针刺后，全部缓解了。第二天早上她对我说，睡到半夜时，牙痛复发了，痛得难忍，在无可奈何的情况下，她用一只手卡住另一只手上的我曾给她针灸过的穴位，十几分钟后，牙痛减轻了。这一席话给我极大启发，使我联想到能否利用手上的穴位进行点穴治疗，若这种方法能成功，则可不用针具，不用消毒，不会晕针，也消除了患者对针具的畏惧心理，定会受到患者的欢迎。从此我开始探索手穴

点穴疗法。经过16年的摸索和临床应用，终于成功了，仅在手上取穴，采用“点穴疗法”，为患者治疗常见病达2600多人次，一般在十几分钟后（多则达二十来分钟），就可使病情明显减轻或缓解，总有效率达96%以上。实践证明，在手上取穴行“点穴疗法”是行之有效的，其最大的特点是：不用药物，不用针具，不用消毒，不受时间、地点、场所的限制，在乘车、乘船、乘飞机之途中，无论是山川、平地，甚至在行进间边走边治疗都可以，随时可给患者解除病痛，而且有些病还可达到治愈之目的，操作方法极其简便，不分男女老少，人人都可以掌握。

在我教办的多期气功学习班上，运用手穴点穴疗法为许多患者治病，都收到了良好的效果。不少人认为这种治疗方法好，易掌握。他们把手穴标记到手上，有的把手盖于纸上，画出一张手图来标记穴位。当我把《手针疗法》的小册子拿出给大家看时，每次都有许多人拿去复印，少则几十份，多则百份以上，都被抢售一空。为此，我令特系统编写成册，让它为千家万户服务，为千万患者解除病痛，即便你在旅途中，在上班时，在半夜里，偶然生了病，一般也无需求医服药，只要运用这种方法，即可解除病痛。为了让人们方便地查找穴位，我特地把穴位顺序作了调整，按穴位治病的名称，从头部往下排，即头、喉、胸、腹、腿，直至脚跟。

由于自己十几年来坚持学练气功，钻研中医理论，将气功与中医结合，为自己强身治病，现在不仅我身上十几种慢性病、疑难病症得到了控制、稳定和明显好转，而且一天步行几十里路也不感劳累，有几次一天骑自行车去南京往返一百二三十里，也没有倦意，总感浑身有用不完的劲。我由原来的一名病号成为今天的一名气功师，并多处传授气功，这除了我跟王瑞停老师、尹耀奎老师等坚持学练气功外，还与炮兵学院的各级领导、卫生科的医务工作者对我的关怀是分不开的。

手穴(18个穴位)点穴疗法治病范围还不够广,只能对常见的五六十种病有效,如各种头痛、眼疾、咽喉痛、牙痛、颈项痛、咳嗽、胸痛胸闷、胃痛胃胀、肚痛腹胀、腰腿痛、肋间神经痛、会阴痛、肝区痛、脾区痛、膝关节痛、脊椎痛、肩痛、踝关节痛、足后跟痛等等,而且对有十多种常见病,多年来在医疗实践中,还无一例不见效的。但对某些疑难病例则接触较少,没有实践的机会,是个很大的遗憾,有待人们今后共同去探索。

本书在撰写过程中,张德发、张德和、张从东、刘辅绍、蒿徽、万宗成、谢兆雄、刘汉中、潘龙元等同志给予了多方面的支持和帮助,在此表示感谢。

南京医学院第二附属医院,中医科主任、主任医师、著名老中医韩慕康同志为本书题词,本人感到十分荣幸,对本书评价如此之高,心中又感到内疚,在此向韩老先生表示衷心的感谢。

“手穴点穴疗法”于1989年10月就已完稿,有的同志主动帮助送往出版社联系出版,但因为文字太少、篇幅短,不能成册,到处搁置。直到1991年下半年,刘辅绍、谢兆雄同志及一些曾被治疗过的患者,都鼓励我,让我把给患者治病的其他方法也撰文出来。在此情况下,我又补写了两个部分,即“按摩点穴疗法”及“发放外气治疗伤病法”,虽然经过千例以上验证,疗效皆好,尤其对某些病疗效更佳,可缩短正常治疗时间的若干倍,但毕竟是我一人实践出来的,有它一定的局限性;在医学的园地里、在社会上它还是一株正在成长发育的新苗;需要更多的园丁来灌溉,促使它健壮成长。

由于著者水平所限,书中错误之处难免,敬请广大读者批评指正。

著者 李长运

1992年3月5日

目 录

第一部分 手穴点穴疗法

概 论

| | |
|------------------------|---|
| 一、手穴点穴祛病的一般原理 | 1 |
| 二、手穴点穴疗法的特点 | 3 |
| 三、手穴点穴疗法与疗效有关的问题 | 3 |
| 四、手穴点穴疗法的有关问题说明 | 5 |

手穴穴位主治疾病及操作方法

| | |
|---------------|---|
| 一、前头痛穴 | 6 |
| (一)穴位介绍 | 6 |
| (二)主治疾病 | 6 |
| (三)操作方法 | 6 |
| (四)注意事项 | 7 |
| (五)病例介绍 | 7 |
| 二、头顶痛穴 | 7 |

| | |
|---------------|----|
| (一)穴位介绍 | 7 |
| (二)主治疾病 | 7 |
| (三)操作方法 | 7 |
| (四)病例介绍 | 8 |
| 三、偏头痛穴 | 8 |
| (一)穴位介绍 | 8 |
| (二)主治疾病 | 9 |
| (三)操作方法 | 9 |
| (四)注意事项 | 9 |
| (五)病例介绍 | 9 |
| 四、后头痛穴 | 10 |
| (一)穴位介绍 | 10 |
| (二)主治疾病 | 10 |
| (三)操作方法 | 11 |
| (四)病例介绍 | 11 |
| 五、眼痛穴 | 11 |
| (一)穴位介绍 | 11 |
| (二)主治疾病 | 11 |
| (三)操作方法 | 11 |
| (四)注意事项 | 12 |
| (五)病例介绍 | 12 |
| 六、肩痛穴 | 13 |
| (一)穴位介绍 | 13 |
| (二)主治疾病 | 13 |
| (三)操作方法 | 13 |
| (四)注意事项 | 14 |
| (五)病例介绍 | 14 |
| 七、颈项痛穴 | 14 |
| (一)穴位介绍 | 14 |

| | |
|---------------|----|
| (二)主治疾病 | 15 |
| (三)操作方法 | 15 |
| (四)注意事项 | 15 |
| (五)病例介绍 | 15 |
| 八、咽喉痛穴 | 16 |
| (一)穴位介绍 | 16 |
| (二)主治疾病 | 16 |
| (三)操作方法 | 16 |
| (四)注意事项 | 17 |
| (五)病例介绍 | 17 |
| 九、咳喘穴 | 18 |
| (一)穴位介绍 | 18 |
| (二)主治疾病 | 18 |
| (三)操作方法 | 18 |
| (四)病例介绍 | 19 |
| 十、胸痛穴 | 19 |
| (一)穴位介绍 | 19 |
| (二)主治疾病 | 19 |
| (三)操作方法 | 19 |
| (四)注意事项 | 20 |
| (五)病例介绍 | 20 |
| 十一、脊柱痛穴 | 20 |
| (一)穴位介绍 | 20 |
| (二)主治疾病 | 21 |
| (三)操作方法 | 21 |
| (四)病例介绍 | 21 |
| 十二、胃肠痛穴 | 22 |
| (一)穴位介绍 | 22 |
| (二)主治疾病 | 22 |

| | |
|-----------------|----|
| (三)操作方法 | 22 |
| (四)病例介绍 | 22 |
| 十三、腰腿痛穴 | 23 |
| (一)穴位介绍 | 23 |
| (二)主治疾病 | 23 |
| (三)操作方法 | 23 |
| (四)注意事项 | 24 |
| (五)病例介绍 | 24 |
| 十四、坐骨神经痛穴 | 24 |
| (一)穴位介绍 | 24 |
| (二)主治疾病 | 24 |
| (三)操作方法 | 24 |
| (四)注意事项 | 25 |
| (五)病例介绍 | 25 |
| 十五、夜尿穴 | 26 |
| (一)穴位介绍 | 26 |
| (二)主治疾病 | 26 |
| (三)操作方法 | 26 |
| (四)注意事项 | 26 |
| (五)病例介绍 | 27 |
| 十六、会阴痛穴 | 27 |
| (一)穴位介绍 | 27 |
| (二)主治疾病 | 27 |
| (三)操作方法 | 27 |
| (四)病例介绍 | 28 |
| 十七、踝痛穴 | 28 |
| (一)穴位介绍 | 28 |
| (二)主治疾病 | 28 |
| (三)操作方法 | 28 |

| | |
|------------------|----|
| (四)注意事项 | 29 |
| (五)病例介绍 | 29 |
| 十八、足跟痛穴 | 29 |
| (一)穴位介绍 | 29 |
| (二)主治疾病 | 29 |
| (三)操作方法 | 29 |
| (四)注意事项 | 30 |
| (五)病例介绍 | 30 |
| 手穴治疗示意图(一) | 31 |
| 手穴治疗示意图(二) | 32 |

第二部分 按摩点穴疗法

| | |
|----------------|----|
| 一、急性腰扭伤 | 33 |
| (一)病因 | 33 |
| (二)症状 | 33 |
| (三)治疗方法 | 33 |
| 二、腰肌劳损 | 40 |
| (一)病因 | 40 |
| (二)症状 | 41 |
| (三)按摩点穴 | 41 |
| (四)病例介绍 | 43 |
| 三、肩关节周围炎 | 43 |
| (一)病因 | 43 |
| (二)症状 | 44 |
| (三)穴位介绍 | 44 |
| (四)患者姿势 | 44 |

| | |
|--------------------|----|
| (五)操作方法 | 44 |
| (六)病例介绍 | 49 |
| 四、落枕 | 49 |
| (一)病因 | 49 |
| (二)症状 | 50 |
| (三)治疗方法 | 50 |
| (四)病例介绍 | 52 |
| 五、腹部疼痛 | 52 |
| (一)病因 | 52 |
| (二)症状 | 52 |
| (三)穴位介绍 | 53 |
| (四)患者姿势 | 53 |
| (五)操作方法 | 53 |
| (六)病例介绍 | 57 |
| 六、坐骨神经痛 | 58 |
| (一)穴位介绍 | 58 |
| (二)患者姿势及操作方法 | 58 |
| (三)病例介绍 | 63 |
| 七、恶心呕吐 | 64 |
| (一)穴位介绍 | 64 |
| (二)患者姿势 | 64 |
| (三)操作方法 | 64 |
| (四)病例介绍 | 64 |
| 八、鼻塞 | 65 |
| (一)穴位介绍 | 65 |
| (二)患者姿势 | 66 |
| (三)操作方法 | 66 |
| (四)病例介绍 | 66 |
| 九、颈椎病 | 66 |

| | |
|---------------|----|
| (一)病因 | 66 |
| (二)症状 | 67 |
| (三)穴位介绍 | 67 |
| (四)患者姿势 | 67 |
| (五)操作方法 | 67 |
| (六)病例介绍 | 69 |
| 十、痛经 | 69 |
| (一)穴位介绍 | 70 |
| (二)患者姿势 | 70 |
| (三)操作方法 | 70 |
| (四)病例介绍 | 71 |
| 十一、高烧 | 72 |
| (一)穴位介绍 | 72 |
| (二)患者姿势 | 72 |
| (三)操作方法 | 72 |
| (四)病例介绍 | 73 |

第三部分 内气外放治疗伤病法

概 论

| | |
|-----------------------|----|
| 一、气与血的关系 | 75 |
| 二、气的重要作用 | 75 |
| 三、练功多久能发放外气为人治病 | 76 |
| 四、发放外气应注意哪些事项 | 78 |

发放外气治疗常见病

| | |
|--------------------|----|
| 一、肩关节周围炎 | 84 |
| (一)穴位介绍 | 84 |
| (二)患者姿势 | 84 |
| (三)操作方法 | 84 |
| (四)病例介绍 | 88 |
| 二、踝部软组织急性损伤 | 90 |
| (一)穴位介绍 | 90 |
| (二)患者姿势 | 90 |
| (三)操作方法 | 91 |
| (四)病例介绍 | 91 |
| 三、小儿(儿童)头部受伤 | 92 |
| (一)穴位介绍 | 92 |
| (二)患者姿势 | 92 |
| (三)操作方法 | 92 |
| (四)病例介绍 | 93 |
| 四、骨折恢复期 | 94 |
| (一)穴位介绍 | 94 |
| (二)患者姿势 | 94 |
| (三)操作方法 | 94 |
| (四)病例介绍 | 95 |
| 五、落枕(包括其他原因引起的颈项痛) | 95 |
| (一)穴位介绍 | 95 |
| (二)患者姿势 | 95 |
| (三)操作方法 | 96 |
| (四)病例介绍 | 96 |
| 六、腕关节痛 | 97 |
| (一)穴位介绍 | 97 |

| | |
|---------------------------|-----|
| (二)患者姿势 | 97 |
| (三)操作方法 | 97 |
| (四)病例介绍 | 98 |
| 七、肋间神经痛 | 99 |
| (一)穴位介绍 | 99 |
| (二)患者姿势 | 99 |
| (三)操作方法 | 99 |
| (四)病例介绍 | 99 |
| 八、肘关节痛 | 100 |
| (一)穴位介绍 | 100 |
| (二)患者姿势 | 100 |
| (三)操作方法 | 101 |
| (四)病例介绍 | 102 |
| 九、牙痛 | 103 |
| (一)穴位介绍 | 103 |
| (二)患者姿势 | 103 |
| (三)操作方法 | 103 |
| (四)病例介绍 | 103 |
| 十、急性扁桃体炎 | 104 |
| (一)穴位介绍 | 104 |
| (二)患者姿势 | 104 |
| (三)操作方法 | 104 |
| (四)病例介绍 | 105 |
| 十一、腰痛(包括急性腰扭伤和腰肌劳损) | 106 |
| (一)穴位介绍 | 106 |
| (二)患者姿势 | 106 |
| (三)操作方法 | 107 |
| (四)病例介绍 | 107 |
| 十二、分娩期肩背疼 | 108 |

| | |
|--------------------|-----|
| (一)穴位介绍 | 108 |
| (二)患者姿势 | 108 |
| (三)操作方法 | 108 |
| (四)病例介绍 | 109 |
| 十三、眼疾 | 110 |
| (一)穴位介绍 | 110 |
| (二)患者姿势 | 110 |
| (三)操作方法 | 110 |
| (四)病例介绍 | 111 |
| 十四、浮肿 | 112 |
| (一)穴位介绍 | 112 |
| (二)患者姿势 | 112 |
| (三)操作方法 | 112 |
| (四)病例介绍 | 113 |
| 十五、指关节损伤 | 114 |
| (一)穴位介绍 | 114 |
| (二)患者姿势 | 114 |
| (三)操作方法 | 114 |
| (四)病例介绍 | 114 |
| 十六、痛经 | 116 |
| (一)穴位介绍 | 116 |
| (二)患者姿势 | 116 |
| (三)操作方法 | 116 |
| (四)病例介绍 | 118 |
| 十七、胃痛(含慢性胃病) | 118 |
| (一)穴位介绍 | 118 |
| (二)患者姿势 | 118 |
| (三)操作方法 | 118 |
| (四)病例介绍 | 120 |

| | |
|-------------------------|-----|
| 十八、腹泻下腹痛 | 120 |
| (一)穴位介绍 | 120 |
| (二)患者姿势 | 121 |
| (三)操作方法 | 121 |
| (四)病例介绍 | 122 |
| 十九、脑血管意外 | 123 |
| (一)穴位介绍 | 123 |
| (二)患者姿势 | 124 |
| (三)操作方法 | 124 |
| (四)病例介绍 | 128 |
| 二十、眩晕(含晕车晕船等) | 130 |
| (一)穴位介绍 | 130 |
| (二)患者姿势 | 130 |
| (三)操作方法 | 130 |
| (四)病例介绍 | 131 |
| 二十一、小儿厌食(也适用于成年人) | 132 |
| (一)穴位介绍 | 133 |
| (二)患者姿势 | 133 |
| (三)操作方法 | 133 |
| (四)病例介绍 | 133 |
| 二十二、感冒 | 136 |
| (一)穴位介绍 | 136 |
| (二)患者姿势 | 136 |
| (三)操作方法 | 136 |
| (四)病例介绍 | 137 |
| 二十三、发烧 | 140 |
| (一)穴位介绍 | 140 |
| (二)患者姿势 | 140 |
| (三)操作方法 | 141 |