

R2.75
3.25
7

全新非经穴针灸疗法

张 喜 李惠洁 著



0096404

中国华侨出版社

0315901

内 容 提 要

本书是一位专攻针灸的医师，在中外针灸学习班上的讲稿及多年临床经验的总结，主要介绍了不以针灸十四经穴为主，而用一些不必记忆的病灶区、~~在~~痛点、动痛点、有效点、阳性点以及一些经验穴等部位治疗疾病的全新的一种简易针灸方法。在书中还重点介绍了三棱针妙用、注射器针头妙用、火罐的妙用。这种针灸法的特点是不用记忆穴位，因症施针用穴，简单易行，易学易用，特别适合于国内外非专业针灸医生及初学针灸者快速掌握的一种简易非经穴针灸治病方法。

本书稿经中国针灸专家讲师团副教授王玉堂审定。

序

随着人们自我保健、回归自然意识日益增强，针灸科学越来越引起世界各国人民关注和国内各界人士的兴趣，由于其博大精深，非一朝一夕所能掌握。为使初学者和针灸爱好者在短时间内亦能用针灸有效的治疗部分病症，青年针灸医师张喜，博览群书、采众家之长为己用，经多年临床求索积累，撰成《全新非经穴针灸疗法》一书。作者查寻、使用压痛点、动痛点、病灶区、对称点、阳性点、经验穴等施针，多能针到病除。此书对初学者及针灸爱好者大有益处，对针灸临床家们也不无帮助和启发。

雏凤展翅，当刮目相看，该书付梓之际，欣然为序，以荐为祝。

北京针灸骨伤学院
针 灸 系 主 任
冯春祥教授

前 言

针灸学是祖国传统医学中的重要组成部分，是经过前辈数千年反复验证行之有效的防治疾病的方法之一。因针灸简单易行，疗效好，无副作用，又不受时间、地点的限制，引起了世界很多国家人民的关注，国际间掀起阵阵“针灸热”，来我国研习针灸的人员越来越多，我国很多非专业针灸人员也都希望掌握这种治疗方法。但因针灸学博大精深，非一朝一夕所能掌握，给初学针灸和非专业人员的学习带来极大的不便。作者经过多年的临床教学实践，总结出了一套针灸压痛点、动痛点、阳性点、对称点、经验穴等方法治疗疾病的针灸方法。它省略了记忆十四经穴的位置、解剖、主治等的烦恼，且在临床上取得了较满意疗效。这种非经穴的针灸疗法简便易行，初学者及非专业人员均能在短时间内快速掌握这种有效的针灸治病方法，为进一步学习针灸打下基础。

目 录

序	北京针灸骨伤学院 针 灸 系 主 任	冯春祥教授 (1)
前 言		(1)
第一章 取穴方法		(1)
第一节 局部取穴法		(1)
第二节 有效点取穴法		(5)
第三节 对称点 (区) 取穴法		(5)
第四节 神经取穴法		(8)
第五节 阳性反应点 (物) 取穴法		(10)
第六节 全息取穴法		(13)
附 临床取穴程序		(17)
第二章 毫针的应用		(19)
第一节 毫针的结构		(19)
第二节 进针方法		(20)
第三节 针感		(23)
第四节 针刺补泻手法		(26)
第五节 针刺镇痛手法		(28)
第六节 留针、出针		(29)

第七节 异常情况及其处理	(30)
第三章 艾灸疗法	(33)
第一节 艾灸的作用及分类	(33)
第二节 艾炷灸法	(34)
第三节 艾条灸法	(37)
第四节 其它灸法	(40)
第五节 其它	(41)
第四章 三棱针的妙用	(43)
第一节 三棱针针具	(43)
第二节 三棱针的作用及适应症	(43)
第三节 三棱针的操作方法	(44)
第四节 注意事项	(51)
第五章 注射器针头的妙用	(53)
第一节 注射器针头	(53)
第二节 临床上的妙用	(54)
第三节 注意事项	(56)
第六章 火罐疗法及其妙用	(57)
第一节 火罐的种类及排气方法	(57)
第二节 火罐的应用	(60)
第三节 注意事项	(65)
第七章 其它疗法	(67)
第一节 运动针灸疗法	(67)
第二节 火针疗法	(71)
第三节 放血疗法	(75)
第四节 穴注疗法	(81)
第五节 皮肤针疗法	(86)

附	如何提高针灸疗效·····	(91)
第八章	常见痛症的简易治疗·····	(94)
第一节	头面颈项部痛·····	(94)
第二节	胸腹部痛·····	(101)
第三节	腰背部痛·····	(105)
第四节	上肢痛·····	(111)
第五节	下肢痛·····	(114)
第九章	常见病症的简易治疗·····	(121)
第一节	内科病症·····	(121)
第二节	外科病症·····	(134)
第三节	皮肤科病症·····	(148)
第四节	五官科病症·····	(155)
第五节	妇科病症·····	(159)
附	经验穴·····	(161)
第一节	常用经验穴 (单穴治验) ·····	(161)
第二节	急救穴·····	(172)

第一章 取穴方法

祖国传统医学中的针灸疗法已得到了世界各国人民的认可，对很多病症有立竿见影之效。针灸治疗主要是通过针灸器具给予穴位一定刺激而发挥治疗作用，针灸治病一离不开穴位，二离不开针具、针法，二者为针灸取效的关键，取穴是否适宜直接关系到疗效的好坏。常用穴（十四经穴和经外奇穴）有四五百之多，给快速掌握针灸增加了一定难度。我们通过多年的临床及教学实践，总结出了不用传统的取穴方法，而运用针灸对称点、压痛点、动痛点、有效点、阳性点等部位的方法治疗一些常见病、多发病，疗效满意，容易掌握。

我们常用的取穴方法有：局部取穴、有效点取穴、对称点取穴、神经取穴、全息取穴、阳性反应点取穴。

第一节 局部取穴法

局部取穴是在脏腑、四肢、头颈部位病症的局部或邻近的周围选取合适的腧穴进行针灸治疗，局部取穴方法在临床上常用，古已有之，《玉龙歌》：“眉间疼痛苦难当，攒竹沿皮刺不妨，若是眼昏皆可治，更针头维即安康。”《通玄指要

赋》：“大抵脚腕痛，昆仑解溪，股膝疼，阴市能医”。这里的眉间疼痛取攒竹，眼昏取头维，脚腕痛取昆仑，股膝疼取阴市，均是取局部穴位进行针灸治疗的例子。在现代针灸临床上也常用，如神经性皮炎选取病灶区，肱骨外髁炎选取压痛点。我们所介绍的局部取穴是指在患部及邻近周围，选取适宜局部针灸刺激部位如病灶区、压痛点、动痛点等，下面我们分别介绍一下。

一、病灶区

病灶区就是指病患局部处，如带状疱疹、神经性皮炎等在身体体表出现的皮损部；斑秃在头部出现的斑秃区域；疖肿在身体体表出现的疖肿处等均为病灶区。病灶区取穴法最容易、最简单，皮肤科病症多采用病灶区取穴法。

1. 适应症：

带状疱疹、神经性皮炎、疖肿、斑秃、冻疮、腱鞘炎、腱鞘囊肿等。

2. 针具：

梅花针、艾条、艾炷、火罐、火针、注射器针头。

二、压痛点

在临床上多取患部及周围的压痛点进行针灸治疗。即《内经》中所说的“以痛为腧”，也就是现在称的阿是穴，又称压痛点。《针灸学》：“阿是穴又叫‘压痛点’、‘天应点’，古代叫做‘以痛为输’。它既无具体的名称，又无固定的位置，而是以压痛点作为腧穴的。”《千金方》也有云“有‘阿是’之法，言人有病痛：即令捏其上，若里当其外，不问孔穴，即得快或痛处，即云‘阿是’，灸刺皆验。”也说明不问孔穴有效即可。通则不痛，痛则不通，有压痛之处说明该处经脉气

血不通，用针灸刺激该处以通之。《肘后歌》有云：“打仆损伤破风，先于痛处下针攻”。也是取局部痛点为穴进行针刺疗病的例证。在临床上我们有深刻的体会，取患部的腧穴治疗，反而不如取患处的压痛点疗效好。压痛点消失，病痛亦多随之消失，如腕部急性扭伤引起的局部疼痛及功能障碍，针刺局部的阳溪穴、外关穴等，反而不如找准腕关节附近的明显压痛点刺之，并快速提插捻转后快速出针疗效高，往往一针见效。

1. 适应症：

颞下颌关节功能紊乱综合征、肱骨外髁炎、急性腰扭伤等。

2. 针具：

三棱针、毫针、火针、注射器针头。

三. 动痛点

动痛点顾名思义为患部活动时出现的疼痛点，是指按压时无疼痛之感，不活动患部时亦无疼痛之感，但当患部活动到某一动作时在某处出现疼痛，而超过这一动作时，该处疼痛消失，该处为动痛点。动痛点与压痛点不同，压痛点通过在患部按压即可确定，而动痛点则按压时无疼痛之感，须患者活动患部时方可找到。古人有云：“痛则不通，通则不痛。”说明动痛点处经脉气血不通。若针刺动痛点，须先嘱患者活动患部，确定动痛点的准确位置后针刺。

1. 适应症：

肩关节周围炎、肱骨外髁炎、落枕、梨状肌综合征、颞下颌关节功能紊乱综合征。

2. 针具：

毫针、火针、注射器针头、三棱针、艾条、艾炷。

四、肌肉起止点

肌肉一般是两端附着于骨上，肌肉在固定骨上的附着点称起点或定点，在移动骨上的附着点称为止点或动点。由于外伤或过度活动或其它的因素易导致肌腱的劳损、粘连、退变等慢性炎症疾患。当肌腱有劳损、粘连、退变时，引起疼痛、功能障碍。因针具直接刺激在肌肉的起止点，故有通经活络、活血止痛之功。

1. 适应症：

肱骨外上髁炎、冈上肌肌腱炎、弹响指、四肢肌肉损伤等病症。

2. 针具：

小针刀、粗针较适宜，在本书中暂不作介绍。

五、局部取穴适应症及针具

1. 适应症：

肩周炎、颈椎病、颞下颌关节功能紊乱综合征、咽喉肿痛、落枕、肱骨外上髁炎、腰肌劳损、面肌痉挛、四肢软组织损伤、急性腰肌扭伤、肩背痛、膝关节痛、腱鞘炎、带状疱疹、斑秃等病症。

2. 针具：

毫针、三棱针、梅花针、火针、注射器针头、艾条、艾炷、火罐。

在临床上还应注意，我们所讲的局部穴位的“局部”必须是患处及附近，如三角肌的损伤，腕踝关节周围软组织的损伤，急性腰肌扭伤，局部取穴就是在患处（三角肌、腕、踝、腰）及邻近周围取穴。如颈椎病引起的手臂疼痛、麻木，腰

椎间盘突出引起的下肢疼痛，虽然症状表现在上肢、下肢，但病因在颈、腰，而不在上肢、下肢。这样局部取穴应在颈、腰或邻近周围取穴才能取效。所以说，必须在真正的患部取穴，才能有效。

第二节 有效点取穴法

有效点是指能够减轻症状或治愈疾病的点，在临床上经常遇到患慢性病的病人，诉说按压某部位（点）时，症状减轻，且有重复性，这个点我们称之为有效点。面肌痉挛是临床上常见病、疑难病，目前尚无特效针灸方法，针灸治疗该病有一定的疗效。我一位老师，她擅长治疗面肌痉挛，她在治疗前，先在患者痉挛侧逐点按压，当按压到一点，可使痉挛减轻或消失时，用紫碘作一记号，该点常规消毒后，用毫针直刺，留针30—40分钟，每日一次，疗效不错。在临床上，我也常遇到疑难病症，仔细寻找有效点，做记号，再用针具刺激，往往取得较好疗效。针灸有效点治疗疾病古已有之，《灵枢·五邪》云：“以手疾按之，快然乃刺之。”亦是此意。

一. 适应症

面肌痉挛、头痛、肩关节周围炎、枕神经痛、失眠症等。

二. 针具

毫针、三棱针、注射器、火针、艾条、艾炷。

第三节 对称点（区）取穴法

对称点（区）取穴是指选取与患部某点（或区域）相对

应的点（或区域）进行针灸治疗。对称点取穴法包括左右对称点取穴法，上下对称点取穴法，前后对称点取穴法。早在《内经》中就有：“……夫邪客大络者，左注右，右注左，上下左右与经相干，而布于四末，其气无常处，不入于经俞，命名缪刺。帝曰：愿闻缪刺，以左取右，以右取左。……邪客于经，左盛则右病，右盛则左病，亦有移易者，左痛未已而右脉先病，如此者，必巨刺之，必中其经，非络脉也。”其中的巨刺、缪刺就是左病取右，右病取左的取穴方法。关于上下取穴法，《灵枢·终始》有云：“病在上者，下取之；病在下者，高取之；病在头者，取之足；病在腰者，取之膂。”这就是上病下取，下病上取的取穴方法。关于前后取穴法，在《针灸大成》有：“目赤肤翳：……风池。冷目：……风池……”。“阳病取阴，阴病取阳”这也是前病后取的取穴方法，前病后取，后病前取，上病下取，下病上取，左病右取，右病左取的取穴方法在现代针灸临床上较常见，我们下面介绍的前后对称点取穴法，左右对称点取穴法，上下对称点取穴法是前病后取，后病前取，上病下取，下病上取，左病右取，右病左取的一部分。下面我们详细介绍左右对称点取穴法，上下对称点取穴法，前后对称点取穴法的取穴总则。

一. 左右对称点（区）取穴法

所谓左右对称点（区）取穴法，是指用正中矢状面将人体分为左右两半部分，这样在人体（除正中矢状线）任何一点在其另半部上都有一个对称点（区），如右曲池穴，在左半部也有一个左曲池穴与之对称，左肩部，在右半部就有一个右肩部与之相对称。这样，人体上（除正中矢状线外）任何一个点或区域均在另半部有一点或区域与之相对称。如左半

部某部有一痛点，可在右半部与之相应的点针灸治疗。

二. 前后对称点（区）取穴法

前后对称点（区）取穴法：是指用正中冠状面将人体分为前后两半部分，这样在人体（除正中冠状线上）任何一点在其另一侧有一对称点，如神厥穴为前，命门穴为后等，如腰部某点疼痛，可在腹部寻相对应的点进行针灸治疗。

三. 上下对称点（区）取穴法

上下对称点（区）取穴法：是指通过神厥穴的横切面，将人体分为上下两半部分，我们所说的上下对称点（区）取穴法分为同侧上下对称点（区）取穴法，异侧上下对称点（区）取穴法。

这里介绍一下四肢上下对称点（区）取穴法。

1. 同侧上下对称点（区）取穴法：

同侧上下对称点（区）具体取穴方法是：左上肢与左下肢相对应，右上肢和右下肢相对应，肩部与髋部相对应，肘部与膝部相对应，腕部与踝部相对应，手与足相对应。

2. 异侧上下对称点（区）取穴法：

异侧上下对称点（区）具体取穴方法是：左上肢与右下肢相对应，右上肢与左下肢相对应，左肩部与右髋部相对应，右肩部与左髋部相对应，左肘部与右膝部相对应，右肘部与左膝部相对应，左腕部与右踝部相对应，右腕部与左踝部相对应。

四. 适应症

颞颌关节功能紊乱综合征、落枕、肱骨外上髁炎、面肌痉挛、面瘫、四肢软组织损伤、急性腰肌扭伤、膝关节痛、肩背痛等病症。

五. 针具

毫针、艾条。

六. 小结

对称点（区）取穴法还可以细划分，这样，一点（区）有很多对应点（区），为了简化取穴方法，故我们在这里只介绍一些简单的对称点（区）取穴法。

第四节 神经取穴法

所谓神经取穴是指寻找身体内的神经干、神经丛、神经节，通过针灸刺激神经而治疗神经支配区域内及非支配区域内的病症。通过针灸刺激神经干、神经丛、神经节治疗一些病症取得了较好疗效，多立竿见影，临床常常用之。如针刺坐骨神经干治疗原发性坐骨神经痛，针刺腭腭神经节治疗鼻炎，针刺面神经干治疗面肌痉挛等取得较好疗效。这种方法在针灸临床上较常见，随着中西医结合，西医理论在针灸学上的应用越来越广泛。上海第一医学院对 324 个腧穴进行尸体解剖，发现与神经有关者达 323 个穴。其中与浅层皮神经有关者达 304 个穴，与深部神经有关者达 170 个穴（其间有交叉）。据有关实验资料证实，经络与周围神经、血管、肌肉、肌腱等关系密切。临床上也经常遇到针刺腧穴时刺在神经上，或针刺腧穴周围的神经上，也取得较好疗效，如治疗坐骨神经痛时不针刺环跳，而直接刺在坐骨神经干上，效果也很好，而且刺激神经疗法比针刺腧穴治疗疾病方法容易掌握，并且对某些疾病有特殊的疗效。

一. 适应症

坐骨神经痛、枕大神经痛、肩周炎、落枕、鼻炎、膈肌痉挛、尿潴留、面肌痉挛、偏瘫、三叉神经痛、前额痛、头痛、神经衰弱、恶心呕吐、面瘫等病症。

二. 针具

毫针、艾条、艾炷。

三. 常见病症及所选取的神经

1. 坐骨神经痛：

坐骨神经干、腓浅神经。

2. 枕大神经痛：

枕大神经、枕小神经。

3. 肩周炎：

臂丛神经、腓深神经。

4. 落枕：

指背神经。

5. 鼻炎：

蝶腭神经节。

6. 膈肌痉挛：

膈神经。

7. 尿潴留：

骶丛。

8. 面肌痉挛：

面神经。

9. 偏瘫：

臂丛神经、坐骨神经干。

10. 三叉神经痛：

半月神经节。第一支痛：眶上神经。第二支痛：眶下神

经。第三支痛：颌神经。

11. 前额痛：

眶上神经。

12. 头痛：

耳大神经、枕大神经、枕小神经。

13. 神经衰弱：

耳大神经、正中神经、枕小神经。

14. 恶心呕吐：

正中神经、腓总神经。

15. 面瘫：

面神经。

四. 注意事项

刺激神经时间不宜过长，否则会损伤神经。

第五节 阳性反应点（物）取穴法

《灵枢》云：“夫十二经脉者，内属于脏腑，外络于支节。”经络是运行全身气血，联络脏腑肢节，沟通上下内外，调节体内各部功能的通路，经络与全身的组织、血管相连，通过经络把全身组织器官联系成为完整的统一体，当某些致病因素侵袭人体而使脏腑功能失调时，由于经络内属脏腑外络肢节的作用，可在身体外表出现异常反应，古有“有病之于内必形诸于外”之说法就是这个道理。《灵枢·九针十二原》也有“五脏有疾也，应出十二原，而原各有所出，明知其原，睹其应而知五脏之害矣。”五脏六腑有疾病，身体外表可出现异