

现代实效针灸验方精选

● 宋如英

编著

中国科学技术出版社

现代实效针灸验方精选

宋如英 编著

中国科学技术出版社

内 容 提 要

该书是一本实用针灸验方集。所收验方是从国内40余种权威性中医期刊上精选出来的，内容包括内、妇、儿、外、皮肤、五官等科病症165种，验方376首。验方是按主治、取穴、针灸方法、临床资料、治疗效果、典型病例、资料来源、按语等八部分编写而成。所有验方都具有“小”、“简”、“实效”三个特点。“小”即取穴少；“简”指针灸的操作手法简便，易于掌握；“实效”指验方经大量临床资料验证，治疗病症范围广，效果显著，方法安全可靠，易于推广，实用性强。

(京)新登字175号

现代实效针灸验方精选

宋如英 编著

责任编辑：陶 翔

技术设计：孙 俐

中国科学技术出版社出版(北京海淀区白石桥路32号)
新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售
北京市燕山联营印刷厂印刷

开本：787×1092毫米 1/32 印张：13.5 字数：302千字

1992年7月第1版 1992年7月第1次印刷

印数1—3 500册 定价：7.00元

ISBN 7-5046-0688-X/R·134

前 言

随着现代针灸医学的迅猛发展，针灸临床治疗经验硕果累累，涌现出大量有效的针灸验方。这些验方是经过临床反复验证，确有实效的针灸治疗经验的总结，也是针灸学中的精粹部分，在临床实践中发挥着巨大的作用。然而，这些针灸验方如同零金碎玉散见于各种医学期刊和资料文献中，为了总结针灸科学的临床成果，为医护人员提供一实效验方集，编者从建国以来，特别是近十几年国内公开发行的四十余种较有影响的医学期刊中广泛搜集，并结合自己二十余年的临床实践和验证，纳精汇萃，博采众长，从数千则针灸验方中精选出验之有据、确有实效、小而精巧的针灸验方376首，包括内、妇、儿、外、皮肤、五官等各科病症165种，其中除各科常见病、多发病外，还有部分疑难病症。这些针灸验方凝聚着全国各地几百名临床针灸医师治疗各科病症实践经验的结晶，是取之于临床，再广泛应用于临床，扩大视野，开拓思路，提高临床治疗水平的珍贵资料。故本书是广大针灸工作者临床时必备的参考书。另外，这些针灸验方在一定程度上也反映了现代针灸的新进展、新成果，对针灸教学和科研人员，也可作为一本提供信息的参考资料。

本书所选针灸验方，具有治疗病症广泛，取穴少（最少取一穴，至多不超过三穴），收效快，经济简便，容易学习等特点。在广大的城市和农村，特别是缺医少药的地区，这些针灸验方更适宜普及和推广，使之随时随地为人民解除病

痛，更好地保障人民的身体健康。

本书是以病症为纲，以方为目。每首针灸验方是按主治、取穴、取穴法、刺灸方法、临床资料、治疗效果、典型病例、资料来源、按语等体例编写。需要说明的是取穴法一项，主要是介绍临床较少应用的经外奇穴以及原作者临床中新发现的经验穴，而对常用腧穴，因一般针灸书籍中都有记载，故不再赘述。有些验方还列有注意事项一栏，说明本方在治疗过程中，针刺深度、方向等应注意的问题，以免发生意外事故。编著者还在方后加了按语，对本方主治病症、使用原则、穴位的运用及其理论根据，注意事项和对疗效的评议等方面作了概括的论述，部分验方还试从现代医学观点对其治病机理进行探讨，可供读者参考。本书内容上忠实于原始文献，仅在文字上略加修改。

鉴于目前国内针灸学中针刺深度还沿用分寸制单位，故本书仍采用此法，少数以公制“厘米”为单位的验方，为便于读者使用，编著者将其分寸制的大约数字注写在括号内，以供参考。

承蒙经络学专家祝总骧教授为本书封面题字，使本书增辉不少，在此表示由衷的谢意。

由于本人水平所限，书中缺点和错误之处，敬希读者批评指正。

宋如英

1990年10月于天津

目 录

一、内科

(一) 感冒 (五方)	1
(二) 急性黄疸型肝炎 (一方)	6
(三) 痢疾 (三方)	7
(四) 疟疾 (三方)	12
(五) 哮喘 (五方)	15
(六) 咯血 (五方)	22
(七) 胃痉挛 (三方)	28
(八) 胃炎、胃溃疡 (一方)	30
(九) 胃下垂 (两方)	31
(十) 膈肌痉挛 (六方)	34
(十一) 呕吐 (五方)	40
(十二) 腹泻 (三方)	46
(十三) 便秘 (三方)	50
(十四) 心动过速 (四方)	53
(十五) 风湿性心脏病 (一方)	58
(十六) 冠心病 (两方)	59
(十七) 高脂血症 (一方)	61
(十八) 惊悸 (一方)	63
(十九) 高血压 (三方)	64
(二十) 血小板减少症 (一方)	68
(二十一) 遗尿、小便失禁 (三方)	70

(二十二) 尿潴留(五方)	74
(二十三) 男子性功能障碍(两方)	79
(二十四) 头痛(八方)	82
(二十五) 三叉神经痛(三方)	92
(二十六) 眶上神经痛(一方)	96
(二十七) 肋间神经痛(一方)	97
(二十八) 坐骨神经痛(六方)	98
(二十九) 痹证(一方)	105
(三十) 痛证(一方)	107
(三十一) 面神经麻痹(两方)	109
(三十二) 面肌抽搐(一方)	110
(三十三) 腓肠肌痉挛(两方)	112
(三十四) 手足抽搐症(一方)	114
(三十五) 手痉挛症(一方)	115
(三十六) 脑血管疾病(七方)	116
(三十七) 癫痫(两方)	127
(三十八) 失眠(两方)	131
(三十九) 发作性睡病(一方)	133
(四十) 癔症(五方)	135
(四十一) 精神病(一方)	141
(四十二) 失语症(七方)	142
(四十三) 梅核气(两方)	149
(四十四) 多汗症(一方)	151
(四十五) 昏厥(两方)	153
(四十六) 药物过敏反应(一方)	155
(四十七) 一氧化碳中毒(一方)	156
(四十八) 肥胖症(两方)	157

二、妇科

- (一) 痛经(七方) 162
- (二) 经闭(一方) 169
- (三) 崩漏(三方) 170
- (四) 带下(一方) 173
- (五) 胎位不正(一方) 175
- (六) 引产(一方) 176
- (七) 胎盘滞留(一方) 177
- (八) 产后尿潴留(四方) 178
- (九) 妇产科失眠症(一方) 182
- (十) 产后乳汁不足(四方) 183
- (十一) 回乳(一方) 186
- (十二) 急性乳腺炎(四方) 187
- (十三) 乳房痛(一方) 191
- (十四) 不孕症(一方) 192

三、儿科

- (一) 新生儿窒息(一方) 194
- (二) 新生儿鼻塞(一方) 195
- (三) 小儿高烧(一方) 196
- (四) 惊厥(两方) 197
- (五) 小儿夜啼症(两方) 199
- (六) 夜游症、哭夜病(一方) 200
- (七) 流行性腮腺炎(五方) 202
- (八) 百日咳(两方) 206
- (九) 小儿肺炎(一方) 209
- (十) 小儿哮喘(一方) 210
- (十一) 婴幼儿腹泻(五方) 211

(十二) 疝积(三方)	216
(十三) 小儿厌食症(一方)	218
(十四) 蛔虫症(一方)	219
(十五) 小儿遗尿症(六方)	220
(十六) 小儿脱肛(一方)	226
(十七) 小儿睾丸鞘膜积液(两方)	227
(十八) 小儿急性腮肌损伤(一方)	229
四、外科	
(一) 胸部进伤(一方)	230
(二) 胸胁痛(一方)	231
(三) 肋软骨炎(一方)	232
(四) 颈部软组织损伤(两方)	233
(五) 落枕(七方)	236
(六) 颈椎病(一方)	242
(七) 肱骨外上髁炎(两方)	244
(八) 臂痛(一方)	246
(九) 肩背痛(一方)	247
(十) 肩周炎(四方)	248
(十一) 腰扭伤(十一方)	254
(十二) 腰痛(三方)	264
(十三) 腰椎横突综合症(两方)	268
(十四) 棘突过敏症(一方)	270
(十五) 髌骨软化症(一方)	271
(十六) 红斑性肢痛症(一方)	272
(十七) 咳引尻痛(一方)	273
(十八) 腕、踝关节扭伤(两方)	274
(十九) 足底痛(五方)	276

(二十) 瘰癧(一方)	281
(二十一) 急性淋巴管炎(两方)	283
(二十二) 腱鞘囊肿(一方)	285
(二十三) 手足指(趾)感染(一方)	286
(二十四) 手指骨髓炎(一方)	288
(二十五) 甲下血肿(一方)	289
(二十六) 痛疽(两方)	290
(二十七) 精索囊肿(一方)	291
(二十八) 疝气(五方)	292
(二十九) 急性睾丸炎(一方)	297
(三十) 慢性前列腺炎(一方)	298
(三十一) 肛肠疾病术后并发症(一方)	300
(三十二) 痔疮(四方)	301
(三十三) 胆绞痛(一方)	305
(三十四) 胆囊炎、胆石症(两方)	306
(三十五) 胆道蛔虫症(三方)	308
(三十六) 阑尾炎(一方)	312
(三十七) 腹部手术后腹胀(两方)	313
(三十八) 急腹痛(三方)	315
(三十九) 肾绞痛(四方)	318
(四十) 注射后臀部疼痛(一方)	322

五、皮肤科

(一) 荨麻疹(三方)	324
(二) 带状疱疹(一方)	327
(三) 口唇疮疹(一方)	328
(四) 面部痤疮(三方)	329
(五) 疖肿(两方)	332

(六) 头癣(一方)	334
(七) 足癣(一方)	336
(八) 脚气感染(一方)	337
(九) 鸡眼(一方)	338
(十) 疣(两方)	339
(十一) 白癜风(一方)	343
(十二) 毛囊炎(一方)	344
(十三) 担疮(一方)	345
(十四) 褥疮(一方)	346
(十五) 冻疮(一方)	347
(十六) 皮肤瘙痒(一方)	348

六、五官科

(一) 耳聋(一方)	349
(二) 耳鸣(一方)	350
(三) 美尼尔氏综合症(一方)	351
(四) 慢性鼻炎(两方)	352
(五) 过敏性鼻炎(一方)	354
(六) 鼻蛆(五方)	356
(七) 扁桃体炎(八方)	360
(八) 急性咽炎(三方)	363
(九) 慢性咽炎(一方)	370
(十) 声带肥厚(一方)	371
(十一) 白喉后遗软腭瘫痪(一方)	372
(十二) 冷泪症(一方)	374
(十三) 溢泪症(两方)	375
(十四) 麦粒肿、霰粒肿(十一方)	377
(十五) 先天性上眼睑下垂(一方)	387

(十六) 急性结膜炎(四方)	388
(十七) 中心性视网膜炎(一方)	391
(十八) 视网膜色素变性(一方)	394
(十九) 视神经萎缩(一方)	395
(二十) 玻璃体出血、混浊(一方)	396
(二十一) 虹膜睫状体炎(一方)	396
(二十二) 青光眼(一方)	397
(二十三) 屈光不正(三方)	397
(二十四) 电光性眼炎(两方)	402
(二十五) 中心性视网膜病变(两方)	404
(二十六) 口疮(三方)	407
(二十七) 牙痛(七方)	410
(二十八) 牙齿敏感症(一方)	416
(二十九) 颞颌关节扰乱症(一方)	417

一、内 科

(一) 感冒 (五方)

第 一 方

【主治】 感冒

【取穴】 液门

【刺灸方法】 患者握拳手背四、五掌指关节前陷中取液门穴，避开可见浅静脉，用毫针顺掌骨间隙刺0.5~1寸，左右捻转数次，局部可有酸、胀、麻电感，向指和臂肘放射。一般取单侧即可，如10分钟后效果不好，可加刺对侧，留针15~30分钟。

【临床资料】 本组共394例。

【治疗效果】

疗效标准 痊愈：症状全部消失；基本痊愈：症状基本消失；显效：症状明显改善。

治疗结果 痊愈247例，基本痊愈82例，显效36例，好转20例，无效9例。总有效率达98%。

【典型病例】 韩某，女，52岁，1985年11月23日就诊。发冷、头痛、鼻塞流涕，咽喉灼痛，干咳不止，咽部红肿，舌红苔白，脉浮数，体温39℃。刺液门0.8寸，立即鼻通涕止，发冷头痛及干咳明显减轻；捻转、留针30分钟，诸症皆消，体温降至37.8℃，1次即愈。

【资料来源】 申 健：感冒一针灸。《河南中医》1988.4。

按语：感冒是由多种病毒引起的常见呼吸道传染病，以上呼吸道局部炎症为主要特征，祖国医学认为属于外感范畴。液门穴为手少阳三焦之荣穴，有清热泻火、疏筋利节定痛之功。《针灸甲乙经》曾记载治“热病汗不出”，临床观察针刺液门穴治疗感冒效果颇佳。

第 二 方

【主治】 风寒感冒

【取穴】 大椎

【刺灸方法】 先在大椎穴行常规消毒，持用三棱银针点刺局部2~3下，立即在针刺部位拔火罐，以溢血为度，留5~10分钟起罐，以患者自觉症状消除决定次数。如病情不减，在原部连续进行1~2次，待症除康复为止。

【临床资料】 本组风寒感冒共73例。

【治疗效果】 治疗效果令人满意。一般针到病除，效如桴鼓。

【典型病例】 马××，男，26岁。于1983年7月4日下午，烧锅炉，劳动汗出，入浴后乘凉，突然发生头眩、恶心、发呕面色苍白，汗出淋漓，四肢厥冷，僵麻，不能站立。检查：血压100/60毫米汞柱，体温36℃，听诊心肺正常，舌淡少苔，脉沉滑。及时针刺大椎穴拔罐后，患者欣慰若常，休息片刻，即能继续工作。

【资料来源】 郭子光：大椎穴针刺拔罐治疗风寒感冒73例观察。《新中医》1986.4。

按语：大椎属督脉经穴，为三阳经与督脉之会，《针灸甲乙经》记载治“伤寒热盛”，此穴有解表退热，发散风寒的作用。

三棱针点刺大椎穴拔罐，是一种常用的治疗重感的简便方法。

第 三 方

【主治】 流行性感冒

【取穴】 大椎、合谷(双)、足三里(双)

【刺灸方法】 体温在 38.1°C 以上者针大椎、合谷(双)、足三里(双)；体温在 38°C 以下者针大椎、合谷(双)。手法均为强刺激，不留针。大椎、合谷各刺入5~8分，足三里刺入2.5寸，其针感应以大椎麻至腰部，合谷麻至肩部，足三里麻至趾部为度。一般针刺1次，少数患者针刺2~3次。每日1次。

预防流感只取足三里(双)，刺入2.5寸，手法是弱刺激，留针15分钟，针时要求麻感达足趾部，每人只针1次。

【临床资料】 治疗组共治疗流感患者374例，预防组为流感发病区施行预防针刺者共1090例。

【治疗效果】 治疗组374例全部治愈。治愈率达100%。全部患者3日内体温恢复正常，无其它合并症，其中半数以上(53.08%)患者于24小时内退热，有51例于针刺后24小时随访自觉症状消失而重返岗位。

预防组针后39例发病，发病率仅为3.6%，低于用其它方法预防流感的发病率。

【资料来源】 高国巡：针刺防治流行性感冒的初步观察。《针灸杂志》1965.1。

按语：大椎为人体诸阳之会，能疏解表邪，宣清诸阳，主治风寒在表、三阳经气闭遏而引起之发热，同时又有通行诸阳经之气的功能；合谷为手阳明之原穴，具有发汗解表、清解内热之功；足三里为阳明胃经之合穴，可以调中焦，振奋胃气，以达扶正祛邪之目的。三穴合用，解表清热、扶正祛

邪，使阳气充沛，卫外之力增强，则外邪自除而病愈。

足三里是临床常用有效的强壮穴，通过实验证实确有增强人体抵抗力，预防流感病毒之作用。

第四方

【主治】 预防感冒

【取穴】 足三里(双)、石门

【刺灸方法】 当感冒症状消失后第3天，教会患者自用艾条温和灸足三里(双)各10分钟，石门5分钟，以皮肤发红、充血为度，每日2次，起床后及就寝前各1次。10天为1疗程，无效者停止治疗，有效者从第11天起改为每天1次(早晚均可)常年不断。

【临床资料】 本组53例均为易罹感冒的老人。

【治疗效果】

疗效标准 显效：首月内无1次感冒，以后1年内感冒不超过2次；有效：首月感冒2次以下，以后1年中感冒5次以下；无效：与治疗前无改变。

治疗结果 显效32例，有效17例，无效4例。总有效率达92%。

【资料来源】 潘文昭：艾灸预防感冒。《浙江中医杂志》1979. 1。

按语：艾灸有回阳、逐冷，益虚、祛邪，行血中之气和气中之滞等作用。足三里为阳明胃经之合穴，是临床常用的有效强壮穴，长期灸足三里能益后天而养先天之气，可使元气不衰，脾胃不败，有强身、壮体、防病、增寿的效益。石门又名丹田，脐下2寸，为任脉之气出入之门户，有补肾培元之功，故配足三里可防治老年人虚弱性感冒。

应注意的是：30岁以下之人，除必须艾灸治病外，一般不主张长期施灸足三里穴。李东垣说：“有人年少气弱，常于三里、气海灸之，节次约五七十壮，至年老热厥头痛，虽大寒犹喜风寒，痛愈恶暖处及烟火，皆灸之过也。”此可谓明鉴。又当注意，历代医家均指出石门穴“妇人禁刺灸，犯之终身绝孕”。

第五方

【主治】 胃肠型感冒

【取穴】 胸背部反应点

【取穴法】 在胸背处找寻，其形如丘疹样，稍突出皮肤表面，多为暗红、浅红、灰暗色，压之不退色。

【刺灸方法】 常规消毒后，用针柄压在丘疹上，使之凹陷，并将灯心草浸油（香油或豆油）点燃，迅速点血脉上随即离去，点处有粟米状伤痕。治疗期间嘱患者不要洗浴，注意清洁，以防感染。

【临床资料】 本组共150例。发病天数，1天37例，2~4天113例。临床症状以发热、恶心、呕吐、腹泻为主。

【治疗效果】

疗效标准 治愈：症状、体征完全消失；无效：治疗后症状、体征无明显改善者。

治疗结果 治愈147例，无效3例。治愈率达98%。1次治愈者135例，2次治愈者12例。

【典型病例】 王××，男，57岁，1987年9月5日就诊。患者于当晚8时出现发热、恶心、呕吐，四肢痠痛，舌苔黄腻，脉滑数，体温38.1℃。诊断为胃肠型感冒。用灯心草点治法治疗1次，症状、体征全部消失而告痊愈。

【资料来源】 张玉璞：灯心草点治法治疗胃肠型感冒150