

合，殊途同归。这种从原始社会萌

千年曲折发展的道路。至今在现代科学技术的渗透及

已呈现了一个崭新的局面，展现了无限广阔的发展前景。

本书选取了《理渝骈文》、《医宗金鉴》、《外治寿世方》、《本草纲目》、《疡医大

全》等古代著

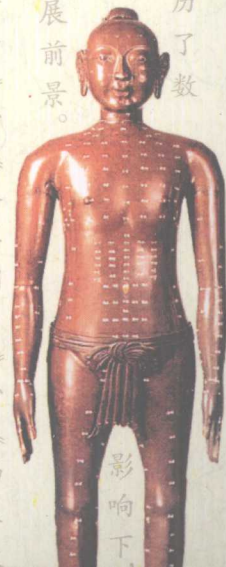
验，汇集了百余

诸多常见疾病的治

及方论，适合基层中医师

芽的疗法，经历了数

影响下



辛宝 主编

中医外治绝技



化学工业出版社

良医不废外治

一起效快，毒副作用少——简、便、效、廉



中医外治 绝招

辛宝 ● 主编



化学工业出版社

北京



天00.00 : 份 家

本书选取了《理瀹骈文》、《医宗金鉴》、《外治寿世方》、《本草纲目》、《疡医大全》等古代著名医籍中简便有效的外治法，结合编者们多年的临床经验，汇集了百余种外治方法，涉及内科、外科、妇科、儿科、五官科及皮肤科诸多常见疾病的治疗。每种方法均详细介绍了其方药组成、用法及方论，适合基层中医师参考使用，也可供中医药爱好者学习时参考。

图书在版编目 (CIP) 数据

中医外治绝技/辛宝主编. —北京: 化学工业出版社,
2009. 1

ISBN 978-7-122-04568-3

I. 中… II. 辛… III. 外治法 IV. R244

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 213682 号

责任编辑: 贾维娜
责任校对: 王素芹

装帧设计: 史利平

出版发行: 化学工业出版社 (北京市东城区青年湖南街 13 号 邮政编码 100011)
印 装: 三河市延风印装厂
850mm×1168mm 1/32 印张 12¼ 字数 316 千字
2009 年 4 月北京第 1 版第 1 次印刷

购书咨询: 010-64518888 (传真: 010-64519686) 售后服务: 010-64518899
网 址: <http://www.cip.com.cn>
凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

定 价: 36.00 元

版权所有 违者必究

前 言

中医外治法是祖国医学宝库中的一个重要组成部分，其与内治法可谓是珠联璧合，殊途同归。这种从原始社会萌芽的疗法，经历了数千年曲折发展的道路。如今在现代科学技术的渗透及影响下，已呈现出一个崭新的局面，展现了无限广阔的发展前景。应化学工业出版社之邀，兹以遵古验今、力求实用为原则，集合十数名中医临床博士、硕士以及资深中医工作者，以临床实践为依托，以古今医籍、现代临床应用报道为基础，历经一年有余，阅百种书籍期刊杂志，将中医临床各科常见外治方法精编成书，力求体现“简、便、效、廉”四字之精华；在选方上，以实用性、可操作性为原则，撷精摘要，多以经典及临床常用外治法为主体，突出中医外治法这一绝技。本书充分考虑实际应用和方法普及这一环节，在病症选择上体现了中医、西医病名混排的方法，还在一些病症后附录了专门的预防调养方法，以期为广大基层中医临床工作者、中医爱好者以及广大患者朋友解决实际问题提供一本现代版的外治“肘后备急方”。

由于编者水平有限，疏漏之处恐在所难免，祈请广大中医同道、前辈先学提出宝贵意见，以便我们进一步修订完善。

编 者

2008年12月

目 录

概 论	1
-----	---

一、外治法历史概述	2
-----------	---

二、中医外治法的基本内容	6
--------------	---

第一章 内科疾病	11
----------	----

感冒	12
----	----

中暑	18
----	----

咳嗽	22
----	----

哮喘	28
----	----

冠心病	34
-----	----

高血压	37
-----	----

低血压	42
-----	----

糖尿病	44
-----	----

消化不良	47
------	----

呃逆	49
----	----

呕吐	52
----	----

胃痛	56
----	----

腹痛	60
----	----

泄泻	64
----	----

细菌性痢疾	70
-------	----

便秘	74
----	----

头痛	79
----	----

外感头痛	79
------	----

内伤头痛	82
------	----

眩晕	87
----	----

失眠	90
----	----

健忘	92
----	----

腰痛	93
----	----

淋证	97
----	----

阳痿	101
----	-----

遗精	104
----	-----

早泄	106
----	-----

水肿	108
----	-----

贫血	112
----	-----

便血	114
----	-----

尿血	116
----	-----

肥胖症	118
-----	-----

虚汗症	120
-----	-----

原发性血小板减少性	
-----------	--

紫癜	125
----	-----

第二章 外科疾病	127
----------	-----

疔	128	腹外疝	141
痈	131	泌尿系结石	143
丹毒	133	急性乳腺炎	145
痔疮	135	肩周炎	149
脱肛	138	落枕	150

第三章 妇科疾病 153

月经不调	154	不孕症	227
痛经	161	妊娠呕吐	239
闭经	173	先兆流产	243
更年期综合征	183	习惯性流产	248
白带异常	188	产后缺乳	250
外阴瘙痒	199	乳头皲裂	255
阴道炎	209	恶露不绝	258
盆腔炎	220		

第四章 儿科疾病 265

流行性腮腺炎	266	夜啼	295
百日咳	270	小儿多汗症	298
麻疹	273	鹅口疮	301
厌食症	277	小儿发热	304
疳积	279	水痘	308
婴幼儿腹泻	281	新生儿黄疸	310
寄生虫病	288	小儿呕吐	311
遗尿	291	小儿肺炎	314

第五章 五官科疾病 317

鼻炎	318	鼻出血	322
鼻窦炎	319	酒渣鼻	324

传染性结膜炎	326	牙痛	334
麦粒肿	328	口腔溃疡	336
夜盲症	330	口臭	338
青光眼	331	中耳炎	339
咽喉肿痛	333	耳鸣	340

第六章 皮肤科疾病 343

湿疹	344	脓疱疮	363
荨麻疹	347	疖子	365
带状疱疹	350	脱发	366
皮肤瘙痒症	353	头癣	368
冻疮	354	手癣	369
烧烫伤	358	足癣	370
疥疮	360	狐臭	371
毛囊炎	362	手足皲裂	372

附录 375

足疗穴位图	376	耳穴图	377
-------------	-----	-----------	-----

参考文献 379

概 论

一、外治法历史概述

中医外治法历史悠久，源远流长。在原始社会里人们外出采食，或与毒蛇猛兽搏斗，受了伤以后，限于当时生产力落后，无医无药，只好用泥土、树叶、草茎等涂于伤口上，久而久之，人们便发现一些行之有效的外用药品和相应的外治方法。这便是中医外治法的起源。

到了新石器时代，古人又有砭石为针的外治法，这是中医针法的起源。随着火的发现和应用，人类在烘火取暖的基础上，逐渐发现用兽皮、树叶、树皮包着烧热的石块或砂土作局部取暖时，既可保持更长的取暖时间，又达到缓解、消除某些局部病痛的目的，这就是最原始的热熨法。以后又经过无数次的实践，在与疾病的斗争中，古人不断总结经验教训，还发现用干草、树枝、树叶作燃料时对局部皮肤组织有温热刺激作用，可以用来治疗许多寒性疾病，这样又形成了后来的灸法。

随着社会生产力的发展，在大量的临床实践积累的基础上，人们的医疗水平得到进一步的提高，加之阴阳学说、五行学说、脏腑学说、经络学说的形成，使我国中医学体系逐渐确立，也使中医外治方法更进一步多样化。古代医家在临床应用汤药治疗的同时，也常常配合使用外治法，能更好地提高疗效。

如我国最早的中医著作《黄帝内经》中载有“其有邪者，渍形以为汗”的热汤浸渍发汗法，“形苦志乐，病生于筋，治之以熨引”的熨法，“导引按蹠”的推拿按摩法以及“桂心渍酒，热熨寒痹”、“马膏法缓筋急”、“白酒和桂以涂风中血脉”等外治方法与药物。尤其可贵的是《灵枢·四时气篇》最早记载了腹腔穿刺放液术；《灵枢·痈疽篇》最早提出脱疽要“急斩之，不则死矣”的截肢术，这些都为外治方法的发展提供了宝贵的资料。

1973年底，马王堆三号汉墓出土了大量医药帛书，是我国已发现的最早临证医方专书。书中的《五十二病方》内容丰

富，已涉及内、外、妇、儿、五官各科疾病，共载有 283 方，其中外治 137 方，外治方法有灸、熨、熏蒸、药浴、涂、敷贴、砭法、角法、按摩、手术以及香囊佩戴等 10 余种，如用“熬盐熨”使“寒汗出”以疗伤痛等，反映了西汉以前外治发展的情况。

战国时期著名医家扁鹊，医术高超，除应用汤药治疗疾病外，还善于选用针灸、按摩、熨帖及手术疗法等。他曾运用针、熨、敷等外治疗法，成功地挽救了虢太子“尸厥证”。

西汉名医淳于意精于望诊和脉诊，也善于辨证使用外治疗法。在他治齐中大夫蝮齿一案中采用了灸左侧阳明脉及苦参汤漱口的方法；治菑川王“厥证”时，针对其身热、头痛的主要症状，采用“寒水附其头”，并配合针刺阳明脉而获显效，说明我国早在 2000 多年前就已有使用物理降温治疗高热病人的外治方法。

汉代，医圣张仲景在其《伤寒杂病论》中记载了鼻内吹药、塞鼻、灌耳、舌下含药、润导、浸足、坐药、扑法、洗法、熏法、暖脐法、点药烙法、温覆取汗法、温粉止汗法、头风摩顶法以及救自维而死的类似现代人工呼吸法等 10 余种外治方法，其中有不少方法在此以前的古籍中尚未见到过记载。如首先应用了通便的栓剂和治妇女阴中生疮的阴道洗涤剂，以及治疗服用大青龙汤后出汗过多而以温粉扑法等；《金匱要略·痉湿喝篇》有：“病在头中寒湿，故鼻塞，内药鼻中则愈。”《金匱要略·阴阳狐惑篇》有：“苦参汤外洗，雄黄外熏疗狐惑。”《金匱要略·妇人病篇》有用蛇床子散作坐药治妇人阴寒。《金匱要略·脏腑经络先后病脉证篇》强调在临床中对导引、吐纳、针灸、膏摩的运用，丰富和发展了外治法的内容。且所列举的诸法有证有方，方法齐备。故吴师机将其誉为“外治之祖”。

东汉杰出医学家华佗，采用“麻沸散”施行腹部手术，开创了全身麻醉手术的先河。华佗在针灸方面的造诣也很深，曹操屡治无效的头风病，经华佗针刺后即能止痛。据《三国志·华佗传》载：华佗的针和灸取穴甚少，但疗效明显，“若当灸，

不过一二处；每处不过七八壮，病亦除。若当针，亦不过一二处”。

晋代葛洪著有《肘后备急方》，是专为急症而设。全书分为8卷，外治法随处可见。如：“救卒中恶死”，“以绵浸好酒中，须臾，置死人鼻中，手按令汁入鼻中，并持其手足，莫令惊”，或“取皂荚如大豆，吹其两鼻中，嚏则气通矣”；或“以管吹下部，令数人互吹之，气通则活”，记载了汁鼻法、吹鼻法和吹肛法。前人评价葛洪《肘后备急方》时说：“考古今医家之说，验其方简要易得，针灸分寸易晓。”可见，葛洪对外治法卓有贡献。

隋代巢元方的《诸病源候论》中也存有一部分外治的内容。其中小儿外治法包括熨法、灸法、浴法、粉法、摩法、涂法、枕法等，对后世儿科的外治影响久远，意义重大。另外，书中还记载了用导引的方法治疗“诸痔”、“瘰疬”、“乳痈”、“遗尿”等，这里不一一赘述。

唐代孙思邈的《备急千金要方》全书共30卷，其中23卷均有外治法的内容，一般将其列在每卷之后或列于某病内治法后作专门介绍，使医者便于检索。《备急千金要方》首论妇科病诊治，在卷二、卷三出现了57首外治方药，11种外治方法，丰富了妇科疾病的治疗内容。卷五少小婴孺篇中有190余首外治方药，采用了22种外治方法，给小儿病的治疗提供了有效的给药途径。全书共收集医方4500多首，其中有1200余首外治方，运用了50多种外治方法，涉及内、外、妇、儿、五官、皮肤各科及备急的各种病症。该书载有许胤宗治王太后中风不语，用大剂黄芪防风汤熏蒸而得语的内科病症。另外在鼻不利、鼻塞气息不通证8方中就有6首外治方。《备急千金要方》还录有对尿潴留患者以葱管作导尿器械的记载。

与孙思邈同一时代的王焘在《外台秘要》中也收集了大量外治方，如用苦参煎汤淋浴治小儿身热等。这些都极大地促进了中医外治方法的实践应用。

明清也有不少医籍对中医外治法作出了巨大贡献，如李时

珍的《本草纲目》是一部内容丰富、影响深远的医药学巨著，辑录了大量古代文献，外治方药也占了很大比重。在“百病主治药”所列的各种病症中，经初步统计，其外治方法就有 80 余种，除皮肤外（伤）科外，其余各科还约有 1600 余首外治方药。书中记载了不少穴位敷药疗法，使药物外治法与经络俞穴相结合，提高了临床疗效。

清代，外治法的研究与实践产生了质的飞跃。清代赵学敏《串雅外编》第二卷还专门介绍了许多简、便、验、廉的民间外治法。

吴师机所著的《理瀹（yuè）骈文》是清代成就最大、最具影响的一部外治专著，于 1864 年刊行。该书原名《外治医说》，作者取“医者理也，药者瀹也”之意，又因是以“骈体文”写成，故刊成后，改名《理瀹骈文》。书中除收集了近百种外治方法外，重点介绍他用膏药治病的经验。作者不仅系统整理和总结了千余年来的外治经验，并从理论上进行了探讨，他强调外治法同样要贯彻中医的整体观念和辨证施治的原则。认为：“凡病多从外人，故医有外治法，经文内取外取并列，未尝教人专用内治也”，“外治必如内治者，先求其本”，“外治之理即内治之理，外治之药，亦即内治之药，所异者，法耳。医理药性无二，而法则神奇变幻”。这些精辟的论述，初步形成了外治的理论，有效地指引着临床运用外治法治疗内病的方向。综观全书，其主要贡献有三：①进一步研究和探索了外治法的理论；②明确阐述了外治法和内治法之间的相互关系；③系统总结了外治法，形成专门理论，并用其治疗一切内外科疾患。该书是一本独具一格的中医文献，对外治法的继承和发展有较大影响，后人将其誉为“外治之宗”。

中华人民共和国成立以后，不仅中医内治法得到大力发展，而且外治法亦不断得到改进，并增添了不少新的内容。如利用磁疗、光疗等疗法结合中医药治疗某些疾病，收到了较好的疗效。

随着医学科学技术突飞猛进的发展，在数千年祖国医学历

史长河中形成的这枝奇葩——中医外治法，显示了越来越广阔的前景。“良医不废外治”。我们深信，中医外治法在挖掘、整理和提高过程中，将会得到大力地推广、普及和应用，能更好地为人民的保健事业服务。

二、中医外治法的基本内容

（一）外治法的概念和作用机理

外治是在中医学基本理论指导下，主要运用中药的各种不同的制剂形式，通过机体、肌表、孔窍、穴位，作用于经络、气血、脏腑、局部病灶，从而达到祛除机体内在疾患、调整和提高机体机能的一种治疗方法。由于外治的内容相当丰富，因此这种治疗方法理所当然地含有多种具体治疗手段。

外治法是与内服药物治病相对而言的一种治病方法。除口服以外，诸如针灸、推拿、伤外科手术以及用药物熏、熨、敷、贴等均属中医外治法的范畴。经过历代医家在临床实践中不断创新与发展，其内容更加丰富，种类更多，涉及面更广。近代所谓的外治法，一般是指选用药物、手法或配合适当的器械，作用于体表或九窍等处进行治病的方法。从历史和现今实际出发，笔者认为：中医外治法可以分为广义和狭义两种。广义的外治法仍包括针灸、推拿甚至气功等治疗方法。狭义的外治法则指用药物、手法或器械施于体表或从体外进行治疗的方法。在治疗科别上则可概括地分为“内病外治”、“外病外治”；在治疗方法上，又可分为“药物外治”与“非药物外治”两类。

外治必本于内治之理，其疗法虽多，亦有一定规律可循。这里，可以从外治的作用机理和分类加以探讨。

目前比较权威的观点是：外治法具有整体调节作用、经络调节作用、药物的药理作用等。人体是一个有机的整体，从生理上看，有表里相配，脏腑相属，筋、骨、脉、肌、皮也分属于肝、肾、心、脾、肺。从病理上看，肝热者目赤；脾虚者，面色萎黄；心热下移小肠，则溲赤；肾精不足，则面色晦暗；

肺气不足，则面色皤白。即所谓“有诸内必形诸外”。仲景曾言：“腠者，是三焦通会元真之处，为血气所注；理者，是皮肤脏腑之纹理也。”人体的皮肤腠理与五脏六腑“元真”相通，药物可以通过体表，透过腠理达到脏腑，起到调整机体、抗病祛邪的作用，实现治病的目的。

外治法的整体调节作用是客观存在的。据报道，有人用药液熏洗法治疗跟骨骨折，止痛效果满意。还有人用中药外敷内关穴，治疗小儿疳积，可收到健脾疏肝的效果。

经络内联脏腑，外络体表肢节，是气血运行的通道。人体的手足三阳经、手足三阴经，冲、任、督、带及阴跷、阳跷、阴维、阳维等奇经八脉，均与脏腑有密切的联属关系。药物通过体表穴位、继而通过相应的经络，到达病变脏腑，从而调整机体，抗病祛邪。针灸治疗疾病的机理在于此，其他外治法的作用机理也在于此。人体经络的腧穴遍布体表，根据辨证选择适当的穴位，通过经络的调节作用，发挥药力的功效，前人已经积累了相当多的经验。运用“脐疗法”治疗多种急/慢性疾病，也已为今人所公认。实践证明，药物外敷脐部后，既可以起到持久的良性刺激作用，又有直接的治疗作用，因而适应证最为广泛。

药物作用于体表穴位或表面病灶，其中尚与药物的药理作用密切相关。中药的性能、气味厚薄、归经及药理作用，也是外治法疗效是否确切的重要环节。外治法所用的药物，常以性味峻烈之品为猛药，或以新鲜采集未加炮制、气味俱厚者为主药，或以气味芬芳、性善透窍、走窜者为香药，掺入各种外治药物之中，所谓“假猛药、生药、香药率领群药，开结行滞，直达病所”，能够加强吸收效果，更充分、快速地发挥诸药的药理作用。这种方法在外治法中较为关键，往往直接影响疗效，在外治法的研究中历来备受重视。

总之，外治法的作用机理除以上三个方面外，可能还有许多，但无论其机理如何，终究离不开辨证论治，理、法、方、药。因此，外治法的研究与实践，必须以中医基本理论为指

导，以治病、防病、延年益寿为原则，在具体作用机理的具体环节上狠下功夫，才能使这一疗法更加系统，更加规范，具有广泛的临床意义和学术价值。

（二）外治法的分类

中医外治法种类繁多，功效各异，在治病时应辨证论治，合理选用，才能收到药到病除的功效。现将临床上常用的外治法简介如下。

（1）外敷法 这是临床上最常用的外治法之一。其方法是将鲜药捣烂，或将干药研成细末，以水、酒、醋、蜜、麻油、凡士林等调匀，直接涂敷于患处或穴位上。由于经络有“内属脏腑、外络肢节、沟通表里、贯串上下”的作用，所以不但能治疗局部病变，而且还可通过外敷达到治疗全身性疾病的目的。使用时，最好能结合中医“上病下取、下病上取、中病旁取”的治疗原则，按经络循行走向选择穴位，疗效会更加显著。比如贴法，又名帖法，古称“薄贴”，是指用黏稠状膏药，或将药物调制成药饼状，外贴穴位或患处以治疗疾病的方法。清《医学源流论》中云：“今所用之膏药，古人谓之薄贴。”

（2）热熨法 是将药物炒热后，用布、塑料膜或树叶包裹，趁热熨于人体肌肤的某一部位或穴位上，并时常加以移动，使皮肤受热均匀，以达到祛风、散寒、止痛、活络等功效。本法用于治疗风寒湿痹，脘腹冷痛等症，疗效甚佳。

（3）熏蒸法 是利用药物燃烧时产生的烟雾，或煎液沸腾后产生的蒸汽来熏蒸肌肤，与现代医学理疗中的水疗有某些相似之处。由于有热力和药物的协同作用，能促使其经络疏通，气血流畅，能改善局部和全身功能，以达到消肿、止痛、止痒、祛风的目的。本法适用于癣、疮、风湿痹痛或小儿麻疹疹出不透等病。

（4）浸洗法 将中草药煎成药汤滤渣倒入盆内，然后以浸泡或洗浴方式浸洗全身或局部，具有杀虫、消肿、止痒的作用。此法多用于皮肤病症或痔瘕病症等。

（5）爆灯火法 指用灯芯草蘸上植物油，点燃后在穴位或

皮肤上直接烧灼的一种外治法。这种疗法在我国民间，特别是少数民族地区应用得较为普遍。《理渝骈文》有“阳痧腹痛、手足冷、灯火爆身上红点”的记载。《小儿推拿广意》记述了21种病症可用爆灯火法治疗的例证。可见，爆灯火法适用的范围广，简便易行，对感冒、偏头痛、牙痛、疔腮（流行性腮腺炎）、三叉神经痛、小儿癫痫等都有不同程度的疗效。

(6) 药物摩擦法 是利用药物制成水剂、粉剂或药膏后，涂敷于患处，以医生的手掌进行摩擦，以达到舒筋止痛，通经活络的功效。此法常用于伤科或许多急性/慢性病症。

(7) 滴点法 是将药物制成药水或研成细粉末，然后滴入或点入眼、耳、鼻等窍道中，以达到清热、止痛的目的。但使用本法点眼时，点眼药水应用蒸馏法取汁，点眼的药粉应经过高压消毒才能使用。点眼时，只能将药点入眼内毗处，每次1~2滴。如果是眼药粉只能点1~2粒像芝麻大的药末，点后令患者闭目2~3分钟，就能收到较好的疗效。

(8) 扑粉法 是将药物研成粉末，然后扑在身上或患处，有解毒消炎、止痛止痒、收敛止汗等作用。如暑热天气，将“六一散”扑撒于婴幼儿的身上，有防治痄子的功效。

(9) 拔罐法 以玻璃罐或竹筒、牛角为工具，利用燃烧排除罐内的空气，造成负压，然后附着于治疗部位。由于拔罐时产生的负压所造成的吸力，能刺激局部组织，使之瘀血，从而达到治疗某些疾病的目的。因为此法最初是以牛角作罐，主要用于外科吸脓，故又称“角法”。《瑞竹堂经验方》中有“竹筒吸毒法”，《外科正宗》有“煮竹筒法”等记载。

(10) 挑刺法 是用三棱针将某些特定部位的皮肤或穴位表皮挑破，然后逐渐深入，随挑随作摆摇动作，并将白色的肌纤维拉长，缠绕在针身上，直至伤口微见血液渗出为止，最后用碘酒棉球轻按止血，用纱布包扎，防止感染。由于挑刺在穴位或反应点上，具有一定程度的良性刺激作用，所以用于治疗神经性头痛、痔疮、前列腺炎、感冒、甲状腺肿等，疗效比单纯用针刺法迅速而又持久。

(11) 枕药、铺药法 将药物装入枕头内或平铺在床上，让病人作枕或睡在床上，通过药物的芳香气味，达到舒筋活络、发散风寒，平肝潜阳的目的。民间常用此法治疗外感风寒引起的颈项强直、风湿骨痛、神经衰弱、高血压等。

(12) 其他治法 除上述提及的常用外治法外，还有鼻吸法、含漱法、敷脐法、催嚏法、缠腰法、坐药法、灌肠法、易法、塞法、针灸法、点穴法等。由于篇幅所限，不能一一赘述，可见正文病症详述。