

针灸口袋书



实用 针灸治疗 手册

郭长青 刘乃刚 主编



化学工业出版社



针灸口袋书

实用 针灸治疗 手册



化学工业出版社

北京· 100011

PDG

针灸治疗学是应用针灸治疗疾病的基础，是指导临床选穴和采取相应手法的实用性学科。

本书由北京中医药大学经验丰富的专家编写，选取临床上针灸治疗效果突出的病症，重点介绍临床表现，辨证分型和治疗方法，适宜从事针灸临床和科研工作的人员参考。

图书在版编目 (CIP) 数据

实用针灸治疗手册/郭长青，刘乃刚主编。

—北京：化学工业出版社，2008.10

(针灸口袋书)

ISBN 978-7-122-03561-5

I. 实… II. ①郭…②刘… III. 针灸疗法—手册 IV. K445.04

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 127703 号

责任编辑：严洁

装帧设计：尹琳琳

责任校对：周梦华

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：北京市彩桥印刷有限责任公司
787mm×960mm 1/32 印张 8 字数 139 千字
2009 年 1 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：16.00 元

版权所有 违者必究

目 录

第一章 内科病证	1
一、感冒	1
二、咳嗽	3
三、哮喘	6
四、胃痛	10
五、胃下垂	12
六、呕吐	14
七、呃逆	16
八、腹痛	18
九、痢疾	21
十、便秘	23
十一、胁痛	25
十二、水肿	27
十三、头痛	29
十四、三叉神经痛	32
十五、面瘫	34
十六、面肌痉挛	37
十七、眩晕	39
十八、高血压病	41
十九、低血压	44
二十、心悸	46
二十一、失眠	49

附：嗜睡	51
二十二、癫痫	52
二十三、痫病	54
二十四、瘰病	57
二十五、帕金森病	59
二十六、痹证	63
二十七、腰痛	65
二十八、坐骨神经痛	67
二十九、痿证	70
三十、脑卒中	72
三十一、糖尿病	75
三十二、单纯性肥胖症	78
第二章 外科病证	83
一、乳腺增生病	83
二、胆石症	85
三、痔疮	87
四、脱肛	89
第三章 妇科、男科病证	93
一、月经不调	93
二、痛经	95
三、闭经	97
四、崩漏	100
五、带下病	103
六、子宫脱垂	106
七、不孕症	108

八、妊娠呕吐	110
九、胎位不正	113
十、滞产	115
附：胞衣不下	117
十一、恶露不绝	119
附：恶露不下	121
十二、产后乳少	123
十三、更年期综合征	124
十四、经前期紧张综合征	127
十五、遗精	129
十六、阳痿	131
附：阳强	134
十七、早泄	135
十八、前列腺炎	137
十九、男性不育症	139
第四章 儿科病症	143
一、急惊风	143
二、厌食	145
三、疳证	146
四、遗尿	148
五、多动症	151
第五章 骨伤科病症	155
一、颈椎病	155
二、落枕	158
三、肩关节周围炎	161

四、颞下颌关节功能紊乱综合征	163
五、肱骨外上髁炎	166
六、腱鞘囊肿	168
附：腱鞘炎	170
七、跟痛症	171
八、扭伤	173
第六章 皮肤科疾病	177
一、神经性皮炎	177
二、皮肤瘙痒症	180
三、荨麻疹	182
四、湿疹	185
五、带状疱疹	188
六、痤疮	190
七、雀斑	192
八、黄褐斑	194
第七章 五官科病症	197
一、耳鸣、耳聋	197
二、近视	198
三、斜视	201
四、眼睑颤动	202
五、牙痛	204
六、咽喉肿痛	206
附图	209

801

181

史德福 文 三

第一章 内科病证

一、感冒

感冒是常见的呼吸道疾病，因病情轻重不同而分为伤风、重伤风和时行感冒。四季均可发生，尤以冬、秋两季多发。

【临床表现】

以鼻塞、流涕、咳嗽、头痛、恶寒发热、全身酸楚等为主症。

【辨证分型】

风寒证：症见恶寒重，发热轻，无汗，头痛，肢体酸重，口不渴或虽渴但喜热饮，鼻塞，流清涕，咳嗽，痰液清稀，咽喉微痒，喷嚏，舌苔薄白，脉浮或浮紧。

风热证：症见恶寒轻，发热重，有汗热不解，头痛或昏胀，面红目赤，口干渴欲冷饮，鼻塞而干，少涕或流浓涕，咳嗽声重，咳痰色黄而黏，咽喉肿痛，舌苔薄黄，脉多浮数。

暑湿证：症见身热不扬，汗出不畅，咳声重浊不扬，咳吐白色黏痰，肢体酸重，头昏重而胀，胸脘痞闷，纳呆，腹胀，大便溏泻，尿少色黄，舌苔白腻或淡黄腻，脉濡。

【治疗方法】

1. 基本治疗

治则：风寒证，祛风散寒、宣肺解表，针灸并

用，针用泻法；风热证，疏散风热、清利肺气；暑湿证，清暑化湿、疏表和里；均只针不灸，用泻法。

处方：风池 大椎 列缺 合谷 外关

加减：风寒证加风门、肺俞，祛风散寒；风热证加曲池、尺泽，疏散风热；暑湿证加中脘、足三里，和中化湿；邪盛体虚加肺俞、足三里，扶正祛邪；鼻塞流涕加迎香，宣肺通窍；头痛加印堂、太阳，祛风止痛；咽喉肿痛加少商，清热利咽。

操作：风寒者大椎、风门、肺俞、足三里针灸并用；风热者于大椎、少商用三棱针点刺出血；其他腧穴常规针刺。伤风每日1次，重伤风和时行感冒每日1~2次。

2. 其他疗法

三棱针：取耳尖、委中、尺泽、太阳、少商。每次选1~2穴，点刺出血。适用于风热证。

拔罐：取肺俞、风门、大椎、身柱。每次选2~3穴，留罐10分钟，或于背部膀胱经走罐。适用于风寒证。

耳针：取肺、内鼻、气管、咽喉、额、肾上腺。每次选2~3穴，毫针浅刺，留针30分钟；也可用王不留行子贴压。

【专家提示】

① 本病须与流行性脑脊髓膜炎、流行性乙型脑炎、流行性腮腺炎等传染病的前驱症状作鉴别诊断。

② 针灸治疗本病疗效明显，但若出现高热持续不退、咳嗽加剧、咳吐血痰等症时，宜尽快采取综合治疗措施。

③ 感冒流行期间应保持居室内空气流通，少去公共场所。并可灸大椎、足三里等穴进行预防。

二、咳嗽

“咳”指肺气上逆，有声无痰；“嗽”指咳吐痰液，有痰无声。临床上多声痰互见，故并称“咳嗽”。常见于西医学的上呼吸道感染，急性/慢性支气管炎，支气管扩张等。

【临床表现】

根据发病原因可分为外感咳嗽和内伤咳嗽两大类。外感咳嗽多属急性病症，起病较急，病初干咳，咽喉或痒或痛，数日后咳出少量黏痰或稀痰；可伴有发热、恶寒、流涕、头身酸痛等表证。调治失当可转为慢性咳嗽；内伤咳嗽多为慢性病，复感外邪亦可急性发作。若迁延不愈，或年老体弱，肺气大伤，则可并发喘息，遂成“咳喘”。

【辨证分型】

1. 外感咳嗽

风寒束肺：咳嗽痰白，鼻塞流涕，恶寒发热，头痛，全身酸楚，舌淡苔薄白，脉浮紧。

风热犯肺：咳嗽痰黄，黏稠难以咳出，口干咽痛，头痛身热，舌尖红，苔薄黄，脉浮数。

燥热伤肺：干咳无痰或痰少而黏，甚则痰中带

血，咳痰不爽，鼻燥咽干，胸闷而痛，头痛发热，便干尿赤，舌红少津，苔薄白，脉细数。

2. 内伤咳嗽

痰湿阻肺：咳嗽痰多，色白，呈泡沫状，易于咳出，咳声重浊，胸部满闷或喘促短气，纳呆腹胀，舌淡苔白腻，脉濡滑。

肺肾阴虚：干咳无痰或少痰，痰黏带血，口干咽燥，五心烦热，潮热盗汗，形体消瘦，舌红少苔，脉细数。

脾肾阳虚：咳嗽气喘，动则尤甚，痰液清稀，面色淡白，形寒肢冷，或肢体水肿，小便不利，舌淡，苔薄白微腻，脉沉细。

肝火灼肺：咳嗽气逆，阵阵而作，痰少而黏，咳吐不易，甚则痰中带血，胁肋胀痛，咽喉干痒，目赤口苦，便秘尿赤，舌边尖红，苔薄黄，脉弦数。

【治疗方法】

1. 基本治疗

治则：外感咳嗽，宣通肺气、驱邪止咳，以针刺为主（风寒可加灸），泻法。内伤咳嗽，调理脏腑机能，补肺、健脾、益肾、清肝、化痰止咳，痰湿阻肺者针灸并用，泻法；脾肾阳虚者针灸并用，补法；肺肾阴虚者只针不灸，平补平泻；肝火灼肺者只针不灸，泻法。

处方：以手太阴肺经腧穴和肺的俞、募穴为主。

肺俞 中府 列缺 太渊

加减：风寒束肺加风门、合谷，祛风宣肺；风热犯肺加大椎、曲池、尺泽，祛风清热；燥热伤肺加太溪、照海，润燥止咳；痰湿阻肺加足三里、丰隆，化痰止咳；肝火灼肺加行间、鱼际，泄肝清肺；肺肾阴虚加肾俞、膏肓、太溪，滋阴降火；脾肾阳虚加脾俞、肾俞、关元、足三里，培补脾肾；胸痛加膻中，宽胸理气；胁痛加阳陵泉，疏利少阳；咽喉干痒加照海，滋阴利咽；痰中带血加孔最，清肺止血；盗汗加阴郄，滋阴敛汗；肢体水肿、小便不利加阴陵泉、三阴交，健脾利湿。

操作：针刺太渊注意避开桡动脉；中府、风门、肺俞、脾俞、肾俞等穴不可直刺、深刺，以免伤及内脏；其他腧穴常规操作。外感咳嗽者每日治疗1~2次，内伤咳嗽者每日或隔日治疗1次。

2. 其他疗法

皮肤针：取项后、背部第1胸椎至第2腰椎两侧足太阳膀胱经、颈前喉结两侧足阳明胃经。外感咳嗽者叩至皮肤隐隐出血，每日1~2次；内伤咳嗽者叩至皮肤潮红，每日或隔日1次。

拔罐：取肺俞、风门、膏肓等穴。留罐10~15分钟。适用于外感风寒咳嗽者。

穴位敷贴：取肺俞、膏肓、大椎、大杼、身柱、定喘、天突、中府、膻中。用白芥子、甘遂、细辛、延胡索、肉桂、天南星等制成膏药，每次敷贴3~4穴，3日换药1次。适用于内伤咳嗽者。

耳针：取肺、脾、肾、气管、神门、肾上腺、皮质下。每次选2~3穴，毫针刺，外感咳嗽者用强刺激；内伤咳嗽者用中等刺激；留针30分钟。也可用王不留行子贴压。

电针：按针灸处方或加减每次选2~3对穴，外感咳嗽者用密波，较快频率；内伤咳嗽者用疏密波，每次通电20~30分钟。外感咳嗽者每日治疗1~2次，内伤咳嗽者每日或隔日治疗1次。

【专家提示】

① 内伤咳嗽病程较长，易反复发作，应坚持长期治疗。急性发作时宜标本兼顾；缓解期从调整肺、脾、肾三脏功能入手，重在治本。

② 本病若出现高热、咳吐脓痰、胸闷喘促气短等重症时，应采用综合治疗措施。

③ 感冒流行期间应减少外出，避免因感冒诱发本病。咳嗽发作时应注意休息，谨防病情加重。

三、哮喘

哮喘是一种以发作性喉中哮鸣、呼吸困难甚则喘息不得平卧为特点的过敏性疾病，相当于西医学的支气管哮喘、喘息性支气管炎和阻塞性肺气肿等疾病。“哮”为喉中痰鸣有声，“喘”为气短不足以息。可发生于任何年龄和任何季节，尤以寒冷季节和气候骤变时多发。

【临床表现】

多数病人在发作前可出现鼻咽发痒，咳嗽，喷

嚏，胸闷等先兆症状。典型发作时突感胸闷，呼吸困难，喉中哮鸣，呼气延长，不得平卧，烦躁，汗出，甚则紫绀。发作可持续数分钟、数小时或更长时间。发作将停时，常咳出较多稀薄痰液，随之气促减轻，哮喘缓解。发作时胸部多较饱满，叩诊呈过度反响，听诊两肺布满哮鸣音。

【辨证分型】

寒饮伏肺：症见遇寒触发，胸膈满闷，呼吸急促，喉中痰鸣，咳痰稀白，初起多兼恶寒发热，头痛无汗，鼻流清涕，舌淡苔白滑，脉浮紧。

痰热壅肺：症见喘急胸闷，喉中哮鸣，声高息涌，痰黄质稠，咳吐不爽，发热口渴，舌质红、苔黄腻，脉滑数。

肺脾气虚：症见咳喘气短，动则加剧，咳声低怯，痰液清稀，畏风自汗，神疲倦怠，食少便溏，舌淡苔薄白，脉濡细。

肺肾阴虚：症见短气而喘，咳嗽痰少，头晕耳鸣，腰膝酸软，潮热盗汗，舌红、少苔，脉细数。

心肾阳虚：症见喘促短气，呼多吸少，气不得续，畏寒肢冷，尿少水肿，甚则喘急烦躁，心悸，冷汗淋漓，唇甲青紫，舌质紫暗或有瘀点、瘀斑，苔薄白，脉沉细或微弱而结代。

【治疗方法】

1. 基本治疗

治则：寒饮伏肺者温肺散寒、止哮平喘，针灸并用，泻法；痰热壅肺者清热润肺、化痰平喘，只

针不灸，泻法；肺肾阴虚者滋阴润肺、平降喘逆，多针少灸，补法或平补平泻；肺脾气虚者培土生金、扶正固本，心肾阳虚者补益心肾、温阳平喘，均针灸并用，补法。

处方：以手太阴肺经腧穴和肺的俞、募穴为主。

肺俞 中府 天突 膻中 孔最 定喘 丰隆
加减：寒饮伏肺加风门、太渊，疏风宣肺；痰热壅肺加大椎、曲池、太白，清化痰热；肺脾气虚加脾俞、足三里，培土生金；肺肾阴虚加肾俞、关元、太溪，滋肾益肺；心肾阳虚加心俞、肾俞、气海、关元、内关，补益心气、振奋元阳；潮热盗汗加阴郄、复溜，滋阴敛汗。

操作：风门、肺俞、脾俞、肾俞、心俞等穴不可直刺、深刺，以免伤及内脏；心肾阳虚气海、关元加灸；其他腧穴常规针刺。顽固性哮喘可施行瘢痕灸。严重发作者每日针2次或数次，缓解期每隔1~2日治疗1次。

2. 其他疗法

皮肤针：取两侧胸锁乳突肌、第7颈椎至第2腰椎旁开1.5寸处足太阳膀胱经、鱼际至尺泽穴手太阴肺经。每个部位循序叩刺，以皮肤潮红或微渗血为度。适用于发作期。

穴位敷贴：取肺俞、膏肓、膻中、脾俞、肾俞。用白芥子、甘遂、细辛、肉桂、天南星等药制成膏药，在“三伏”期间贴敷。适用于缓解期。

耳针：取对屏尖、肾上腺、气管、肺、皮质下、交感。每次选3穴，毫针强刺激，留针30分钟。发作期每日1~2次；缓解期用弱刺激，每周2次。

电针：参照针刺法每次选2~3对穴，用疏密波刺激30~40分钟，哮喘持续者可适当延长刺激时间。多用于发作期。

穴位注射：发作期选大突、定喘，每穴注入0.1%肾上腺素0.2ml，每日1次；缓解期选胸1~7夹脊、肺俞、膏肓、脾俞、肾俞，每次选用2~3穴，用胎盘组织液、黄芪注射液按1:2比例混合，每穴注入0.5ml，每周2~3次。

【专家提示】

① 针灸治疗哮喘有较好的效果，在急性发作期以控制症状为主；在缓解期以扶助正气、提高抗病能力、控制或延缓急性发作为主。

② 哮喘发作持续24小时以上，或经针灸治疗12小时以上仍未能控制者，易导致严重缺氧、酸碱平衡破坏及电解质紊乱，出现呼吸、循环衰竭，宜采取综合治疗措施。

③ 在缓解期间，可用艾条灸风门、肺俞、膏肓、脾俞、肾俞、关元、气海、足三里等穴。每次选用3~5穴，灸至皮肤潮红为度。每日1次，连续灸治3~6个月，常有较好的防治作用。

④ 平时积极锻炼身体，增强体质，提高抗病能力。认真查找过敏原，避免接触而诱发；防寒保暖，力戒烟酒，不吃或少食肥甘厚腻之品及海腥发物。

四、胃痛

胃痛，又称“胃脘痛”。常见于西医学的急性/慢性胃炎、消化性溃疡、胃痉挛、胃扭转、胃下垂、胃黏膜脱垂症、胃神经官能症等疾病。

【临床表现】

以上腹胃脘部疼痛为主症。常伴有胃脘部痞闷或胀满、恶心呕吐、食欲不振、吞酸嘈杂等症状。

上消化道 X 线钡餐透视或纤维胃镜等检查可见胃、十二指肠黏膜炎症、溃疡等病变。

【辨证分型】

脾胃虚寒：胃痛发作较缓，隐隐作痛，喜暖喜按，空腹加重，食后痛减，劳累、受凉、生冷饮食后发作或加重，舌淡苔白，脉虚弱。

胃阴不足：胃脘灼痛，饥不欲食，咽干口燥，大便干结，舌红少津，脉弦细或细数。

寒邪犯胃：胃痛因感受寒邪而暴作，畏寒喜暖，苔薄白，脉弦紧。

食积伤胃：因暴饮暴食而胃脘疼痛，胀满拒按，暖腐吞酸，或呕吐不消化食物，吐后痛减，苔厚腻，脉滑。

肝气犯胃：胃脘胀满而痛，连及两胁，嗳气返酸，喜叹息，情绪不佳则痛作或痛甚，脉弦。

瘀血停滞：胃脘部刺痛，痛有定处，按之痛甚，舌质紫暗或有瘀点、瘀斑，脉涩不利。