

大中华中医传承工程



中医传统技法



韩冰凌 史百成 王振江 主编
李国平 刘从明 徐洪杰 审订



中医古籍出版社

中医传统技法

韩冰凌 史百成 王振江 主编
李国平 刘从明 徐洪杰 审订



中国第一部运用意会图解读《内经》十四经脉循布理论的书
中国第一部运用病质三态理论和自身打磨理论讲解针刺奥秘的书
中国第一部将带有浓郁的传承意味的针灸治疗技术引向家庭的书
中国第一部由没有项目资金却能攻克中医院校针灸课题的民间团队编著的书
中国第一部将健身疗法分类为体贴健身疗法、扶助健身疗法和自力健身疗法的书

中医古籍出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中医传统技法 / 韩冰凌等主编. —北京: 中医古籍出版社, 2017. 11

ISBN 978 - 7 - 5152 - 1641 - 6

I. ①中… II. ①韩… III. ①中医治疗法 IV. ①R242

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 287101 号

中医传统技法

韩冰凌 史百成 王振江 主编

责任编辑	焦浩英
封面设计	韩博玥
出版发行	中医古籍出版社
社 址	北京东直门内南小街 16 号 (100700)
印 刷	三河市华东印刷有限公司
开 本	889mm × 1194mm 1/16
印 张	18.75
字 数	300 千字
版 次	2017 年 11 月第 1 版 2017 年 11 月第 1 次印刷
印 数	0001 ~ 2000 册
书 号	ISBN 978 - 7 - 5152 - 1641 - 6
定 价	68.00 元



《工程》作品的主编史百成、韩冰凌与编审李国平教授合影



《工程》作品的主编韩冰凌先生



《工程》作品的副主编郑成奇



《工程》部分组创人员合影



中医古籍出版社·社长刘从明先生（右一），为“中华传统医学民间奇效医疗的收集整理及推广工程作品”题的词：好书好读，好思想，好作品，好文章。

好书好读，好思想，
好作品，好文章。



刘从明
2014年8月8日
于北京 中医古籍出版社

《工程》创始人韩冰凌先生与中医古籍出版社社长刘从明教授在共建“中华传统医学民间奇效医疗的收集整理及推广工程”合作协议书上签字后的合影，社长刘从明教授为《工程》作品题词“好书好读，好思想，好作品，好文章。”

《中医传统技法》编委会

主 编 韩冰凌 史百成 王振江

副主编 郑成奇 张 颖 刘静波

编 审 李国平 刘从明 徐洪杰

顾 问 王国禄 于 忠 苗先志

李 忠

编 委 张全彬 徐 晶 程宝锋

高 超 朴莲姬 何宝忠

王月红 王力娟 赵晓明

霍瑞麒

绘 图 韩冰凌 王振江

作者介绍

韩冰凌，《中医寸口诊法》《中医传统技法》《传统理念经络意会图解》《象素脉诊学》的作者，《中华传统医学民间奇效医疗的收集整理及推广工程》的设计者和发起人之一，《工程》作品的主编及著作权人，“中医病质理论、中医脉质理论、中医象素理论，脉体四纲理论、脉诊公式化理论和脉轴主病理论”的创立者，“十四经脉意会图”的创意者和绘制者，“中医自重网站”（www.zhongyizizhong.com）的创始人。

1996年他在贵州开展医疗扶贫，就是运用祖传的中医诊治技术，一个月内治愈了李盛荣二十多年的老胃病，一周内使患手足不遂近十年的王少清恢复了肢体功能，五日内使患中风半年之久的伍永明扔掉了双拐。

他创立的“中医病质理论”，从物质形态领域揭开了针刺治疗疾病的奥秘，同时也向世人揭示了人体的自身打磨与开启机关关节，恢复或改善肢体活动能力的自然规律。“脉体四纲理论”，从人体及人体运动结构中总结出脉象分析中的诸多规律，不仅丰富了中医脉学的基础理论，还填补了中医脉象分析理论中的一页空白。“中医象素理论”，不仅使象证分析变得更加的条理化、清晰化了，从而有效地提高了脉象的分辨率，还能使读者摆脱两千年以来靠背套脉条推病的传统模式；“脉诊公式化理论”，不仅使脉诊结构层次化和数据化了，还大大提高了诊脉的速度和准确性。

韩氏认为，中医的特色即是中医的诊治优势，临床主要表现在“脉诊、针灸、中药”三个方面；发展中医当从中医的实际情况出发，立足于根本，着实提高基层中医的辨证能力和技术能力，努力做到中药和针灸的同步发展；中西医结合，首先是指“中西医辨证理念”的结合，在结合中共同分析和研究患者的病情，商讨和制定合理的治疗方案，而不是一见患者就这边用中医治一治，那边又用西医治一治，更不能单纯地理解为中西医的治疗手段齐上；中西医结合也是指临床中的中西医诊治优势的结合，中西医要协调发展就必须坚持“优势发展”的战略方针，切实做到中西医间的“优者先行”。

相关信息

工程网站：www.zhongyizizhong.com（“中医自重”网站）

博客地址：<http://blog.sina.com.cn/u/3931976531>

电子信箱：hanbingling.doc@163.com

微信账号：17710290248（预约咨询）

语音联系：13763768005、13194552285（语音咨询）

序 言

皇甫谧在《黄帝三部针灸甲乙经》之序中曰：“黄帝咨访岐伯、伯高、少俞之徒，内考五脏六腑，外综经络血气色候，参之天地，验之人物，本性命，穷神极变而针道生焉。其论至妙，雷公受业传之于后……”。斯“黄帝三部”，即《素问》、《针经》、《明堂》三部医书。黄帝三部医书的问世，为针灸技法的广泛运用奠定了理论基础。

承远古之恩，行仙人医道。熠此，韩冰凌同志将全书分“〈传统技法概论〉〈绿色健身疗法〉和〈传统针刺疗法与家庭实用灸法〉”三篇，着重讲解了“传统针刺疗法、传统灸熨疗法和绿色健身疗法”。作者竭尽能力，以其简而精确的语句，从通俗易懂的基础理论到精妙适用的操作技法，引导读者一步步地走入临床。

《中医传统技法》是自《中医寸口诊法》之后，由冰凌同志执笔撰写的又一部中医学专著。从脉诊到中医传统技法，随后便是作者的又一部专著《中医针灸临床》。韩冰凌同志是“中医病质理论、中医象素理论、脉体四纲理论和脉诊公式化理论”的创立者，由此被誉为建国以来在针灸界推出创新型理论的第一人。1996年他在麻山腹地开展医疗扶贫，就是运用传统的针灸疗法，一个月内治愈了李盛荣的二十多年的老胃病，一周内使患手足不遂近十年的王少清恢复了肢体功能，五日内使患中风半年之久的伍永明扔掉了双拐。他所创立的“中医病质理论”，从物质形态领域揭开了针刺治疗疾病的奥秘，从而赢得了中医界众多同仁的赞赏。

除此之外，韩冰凌同志也是“十四经脉意会图”的创意者和绘制者。他的意会图所表达的是《内经》中的原版内容，这给读者学习《内经》的经脉循布理论带来了很多方便。韩冰凌同志的“十四经脉意会图”并没有人体的外部轮廓，却能将十四经脉的内行情况和外行情况清晰而准确地表达出来，让我们一眼看上去就有一种心清目爽的感觉。几千年传承下来的中医经络理论，在今天能让后人以意会图的形式进行清晰的解读，这是时代所创造的一个奇迹。

韩冰凌、史百成都是我的学生，他们对中医的执着的奉献精神，及其对中医理论的研究成就是令人钦佩和赞赏的，他们是时代的楷模。我坚信在不久的将来，他们的创新理论一定能对中医的传承和发展产生积极的影响。

李国平

2014年12月24日于家中

韩冰凌同志心中的全民健康梦

李国平

2003年的12月份，我收到了由徐洪杰同志推荐的名为“对针刺关节痹证的探究”的医学论文，当时我任《黑龙江中医药》杂志的编审。这篇论文被刊登在《黑龙江中医药》2004年第2期上，作者是韩冰凌。文章中推出两个创新型理论，即病质三态理论和自身打磨理论，统称为中医病质理论。从文章的结构到内容，以及作者着实的创作精神，超前的健康意识，无不让人赞叹。文章登出后，我破例给他写了封信，对它的创新型理论给予了很高的评价，希望他再接再厉，多写一些这样的文章。2004年的4月份，韩冰凌同志特意到哈尔滨来看我，他给我的第一印象是刚毅、文气，也有几分帅气。让我没有想到的是，年仅30几岁的年轻人竟然写出了这样颇有建树的文章。从那天起我俩就建立了师生关系，至今已有12年了。

韩冰凌，当代最优秀的民间中医之一，当代青年之楷模。1996年他在贵州麻山腹地开展医疗扶贫，运用家传的中医诊治技术，一个月内治愈了李盛荣二十多年的老胃病，一周内使患手足不遂近十年的王少清恢复了肢体功能，五日内使患中风半年之久的伍永明扔掉了双拐，这些成绩在紫云县政府、镇政府出具的扶贫鉴定中都有记载。

贫困地区不仅是缺医少药，还缺少医疗技术。那里的很多疾病都应当由中医来诊治，尤其是肢体病症，可是由于缺少中医，很多患者都因西医的诊治不当而致残。触目惊心的医疗状况，使他产生了立志为中医的技术传承做些事情的想法，于是他开始了对中医理论进行深层的探究和对中医理论作品的创作。屈指一数已经整整20年了，他推出了很多创新型理论，诸如“中医病质理论、中医脉质理论、中医象素理论，脉体四纲理论、脉诊公式化理论和脉轴主病理论”等，这对中医的技术传承起到了不可忽视的带动作用。

说他是中医中的奇才，一点都不夸张。在《中医寸口诊法》中，他说：“孝敬父母，关爱老人，是中华民族的传统美德。为了家人的健康，我们不妨效仿古人的自修医道。此举能使您在家中，对老人可表孝敬之心，对爱人可表体贴之情，对儿女可表仁慈之爱。崇尚科学，纯正民风，利国利民。”这一超前的思想意识，与国家的“大卫生、大健康，促进健康中国建设”的理念是相吻合的。

最令人敬佩的是他做事的远见性和着实性，20年来他一直都在为“中医技术传承”的远大梦想辛勤地工作着。我们知道，中医的传统特色是“脉诊、针灸和方剂”，可是从实际讲，由于中医被西化，使中医的临床诊治失去了传统特色。尤其是脉诊，由于诊脉不准确，使临床辨证失去了最重要的信息渠道。脉诊好比裁缝的量体定尺寸，脉诊不准确则会使临床辨证及治疗进入误区，从而不仅会影响到针灸组方，还会影响到方剂的药物配伍。脉诊是中医临床必须注重的一项技术，中医用“大处方”，是因为医生不精通脉诊，从而无法把握用药的尺度，便自以为“大处方药”治病疗效来得快，忽略了中医的平衡用药理念。

2010年国家中医药管理局颁发了《“治未病”健康工程实施方案》，决定在各级医院设立中医“治未病”科室。从实际讲，“治未病”的临床诊断的难度要比“治已病”大得多，由于是未来疾病，医生的诊断怎样才能让患者信服，这就得靠疗效说话。诊断不准确，治疗就不会贴合病情，疗效就不会让患者满意，相反还会使患者失去最佳的治疗时机。于是，治未病科的中医一定得精通脉诊，否则就无法担当这一责任和使命。

韩冰凌同志从全民的健康需求出发，富有远见地推出了“中华传统医学民间奇效医疗的收集整理及推广工程”，这是一个旨在将一些珍贵的中医诊治技术推向社会的健民工程。工程拟定推出六部作品，即《中医寸口诊法》《中医传统技法》《传统理念经络意会图解》《象素脉诊学》《中医针灸临床》和《中医用药理念与组方》。根本意图有三个：一是通过《中医寸口诊法》和《象素脉诊

学》，大幅度地提升中医的脉诊技术；二是通过《中医传统技法》《传统理念经络意会图解》和《中医针灸临床》，规范中医传统技法的技术操作，尤其是针灸临床技术，将一些珍贵的针灸治病秘方推向社会；三是通过《中医寸口诊法》《象素脉诊学》和《中医用药理念与组方》，规范中医的用药理念，全面提升中医辨证用药的技术能力。

“大健康”是全民的健康，建设健康中国，实现“两个一百年”的中国梦，是十三亿中国人心中的共同愿望和追求。“中华传统医学民间奇效医疗的收集整理及推广工程”是全社会的健康工程，我们希望能有更多的人参与到我们的工程建设中来，大家齐心努力，一同将这一健康工程做大做强做好，同时我们也希望得到国家的政策扶持！

真诚的请求和呼唤

郑成奇

读了《中医寸口诊法》和《中医传统技法》的读者，都会了解我们这个团队的创作风格。我们创建“中华传统医学民间奇效医疗的收集整理及推广工程”（简称《工程》），并向全社会推出我们的《工程》作品，就是想为百姓做些实事儿，同时也想通过我们的劳动为国家和社会创造一点财富。我们这个团队有国内知名的专家教授、国际知名的中医古籍总编，还有世界著名的企业家、发明家及国家技能大师，以及民间的中医爱好者。要特别向读者介绍的是我们《工程》作品的创作者、主编及著作权人，也是《工程》的创始人韩冰凌先生，他是一名真正得到很多真传的特长中医，承家传和名师秘传，他创立了很多新理论，诸如“中医病质理论、脉体四纲理论、脉轴主病理论和脉诊公式化理论”等，为中医的传承和发展作出了突出的贡献。

他用知识和技能，朴实的中医辨证思想和新颖独特的创新理论创造了很多医疗奇迹，这是最珍贵的，也是最值得全社会推崇和赞扬的。

如今各国的医疗检测体系都与世界接轨，发达国家是这样，发展中国家也是如此。但是各国的治疗情况未必是统一的，有些国家有自己的特色医疗，比如中国有中医的特色“脉诊、针灸和中药”。然而从各国特色医疗的理论体系来看，中医的理论体系是最系统也是最庞大的，这是人类最宝贵的知识财富。作为炎黄子孙、龙的传人，我们既要继承，也有责任一代代地传下去，使中医的特色诊治技术像太阳和月亮一样永远发光。

国际医疗体系中有很多急需研究和攻克医疗课题，中医要积极地参与研究，不要受以西医为主的现代医疗体系的束缚。中医核心技术的力量是传统的而不是现代的，因而广大的中医一定要挺起腰杆做事，要在临床中充分发挥出自己的聪明才智和技术优势。对那些在临床中出现了医疗奇迹的中医，国家要给予政策等方面的支持，使其医疗成果及时地转化为生产力，为人类的健康服务。

此书中有韩冰凌老师的一篇文章，题目是“关节痛证的中医治疗理念”，文章中讲述了四川宜宾的小患者张巍翰，一家三口千里迢迢来黑龙江求医治病真实故事。文章中清晰地记载了小患者张巍翰的治疗情况，检验也都是国际化的标准。让人振奋和惊喜的是，伟大的中医治疗奇迹就出现在张巍翰和韩医生的身上。经过3天的针灸和三个月的中药治疗，小患者张巍翰身上的抗“O”（ASO）值，从563降到了292，使这个孩子基本上摆脱了关节痛的折磨。张巍翰的爸爸张全兵发信息说，“尊敬的韩先生，您好。我今天带孩子去医院检查了，刚得到结果，抗链球菌溶血素O（ASO）为292（正常值0~200），我来黑龙江前为563（正常值也是0~200），这两次检查在同一个医院同一个检验科，是非常可信的。您的药的效果会大大超出西医的预料，尊敬的韩先生，您创造了奇迹，中医创造了奇迹，您救了我儿一命，我们全家终身难忘”。

这个治疗结果绝对不是巧合，这是韩医生在治疗之前就与孩子的爸爸谈论过的。由于治疗理念的偏差，从而使小患者在7年的治疗中病情始终不见好转。血清检验中的“抗链球菌溶血素O（ASO）值”的成倍增加，是国际医疗体系中正在研究和探讨的课题。以往的治疗都是以西医为主，病情严重时西医都要给患者注射“长效青霉素”进行控制，再严重则要注射“免疫球蛋白”。对小患者张巍翰，西医也多次建议过注射长效青霉素，但是张巍翰的爸爸没有同意。因为他的同事的孩子就是长期注射了长效青霉素，今年刚满17岁，已经残了。令人感动的是，小患者张巍翰的爸爸为了孩子一直在自学中医，孩子是2岁时得的病，今年孩子9岁，他自学中医已经整整7年了。

我们创建“中华传统医学民间奇效医疗的收集整理及推广工程”，也是设想通过《工程》的实际建设将一些珍贵的中医诊治技术传播出去，为人类的健康服务，为中医的发展服务，使那些时时受着病魔折磨的患者尽快摆脱疾苦。一个患者至少要影响一个家庭，这不仅仅是个人的健康问题，

也是家庭的幸福问题，同时也是共建和谐社会中的社会财富的积累问题。在此我们真诚请求国家给我们一点鼓励和支持，从而使更多的人参与我们的《工程》建设。同时，遵照习近平主席“让中医药走向世界”的指示精神，利用民间中医的传承力量和诊治优势，与科研机构一同开发和推广高端的中医药产品，从而让世界更深层地认识中医，让中医的伟大事业更加繁荣光大。

谢谢你们，同时祝福大家身体健康，工作顺利，家庭幸福！

目 录

第一篇 传统技法概论	(2)
第一章 中医传统技法	(2)
第一节 针灸疗法	(2)
第二节 拔罐疗法	(5)
第三节 揪捋疗法	(7)
附：口吮疗法	(8)
第四节 绿色健身疗法	(8)
第五节 火手指针气功疗法	(10)
第六节 中医传统舒适性疗法	(12)
第二章 中医传统针法	(14)
第一节 古今针具	(14)
第二节 针刺的禁忌	(19)
第三节 针刺异常情况的处理	(20)
第四节 针刺前的准备与要求	(23)
第五节 针刺的角度、方向、深度	(26)
第六节 针刺中的补泻	(27)
第三章 中医传统灸法	(29)
第一节 灸法概论	(29)
第二节 艾炷灸	(30)
第三节 艾条灸	(31)
第四节 其它灸法	(32)
第二篇 经络系统理论	(35)
第一章 经络系统理论	(35)
第一节 经络系统	(35)
一、经络概要	(35)
经络系统简述图	(36)
(一) 经脉的分布与走向	(36)
十四经气血流注图	(37)
(二) 从经脉别出的经别与别络	(37)
(三) 经络系统中的经筋与皮部	(38)
(四) 人体经络的内外联系	(38)
人体经络内外联系简述图	(39)
(1) 气街	(39)
(2) 腠理	(39)
(3) 溪谷	(39)
(4) 开阖枢	(39)
(5) 四关八虚	(40)
(6) 标本四街	(40)
二、经络气血	(43)

(一) 人体正气	(43)
(1) 营气	(43)
(2) 卫气	(43)
(3) 宗气	(44)
(4) 原气	(44)
(5) 经气	(44)
(6) 神	(44)
(二) 精血津液	(45)
(1) 精	(45)
(2) 血	(45)
(3) 津液	(45)
(4) 经水	(46)
三、经络气穴	(49)
气穴分类简述图	(49)
(一) 经脉根结	(49)
(1) 根结	(49)
(2) 根溜注入	(50)
(3) 出溜注行人	(52)
(二) 特定穴一	(55)
(1) 五腧穴	(55)
(2) 八会穴	(57)
(3) 交会穴	(57)
(4) 下合穴	(57)
(5) 背俞穴	(58)
(6) 募穴	(59)
(三) 特定穴二	(59)
(1) 十二原穴	(59)
(2) 十六络穴	(60)
(3) 十六郄穴	(61)
(4) 八脉交会穴	(61)
(5) 四总穴	(61)
(6) 经外奇穴	(62)
(四) 不定穴	(62)
(1) 阿是穴	(62)
(2) 扶助穴	(62)
四、经络诊治系统	(64)
(一) 实用理论	(64)
(1) 经络相通理论	(64)
(2) 经络感传理论	(64)
(二) 诊治系统	(64)
(1) 人体诊病系统	(64)
人体诊病系统简述图	(65)
(2) 人体治病系统	(65)

人体治病系统简述图	(65)
(三) 经络疗法	(66)
(1) 针刺治病的奥秘	(66)
(2) 灸熨治病的奥秘	(66)
附：中药与食疗	(66)
(1) 中药治病理论	(66)
(2) 食疗祛病理念	(66)
第二节 十四经脉	(71)
一、手太阴肺脉	(71)
(一) 【循布】	(71)
(二) 【病候】	(77)
(三) 【针灸】	(77)
二、手阳明大肠脉	(79)
(一) 【循布】	(80)
(二) 【病候】	(84)
(三) 【针灸】	(84)
三、足阳明胃脉	(85)
(一) 【循布】	(85)
(二) 【病候】	(89)
(三) 【针灸】	(89)
四、足太阴脾脉	(90)
(一) 【循布】	(90)
(二) 【病候】	(94)
(三) 【针灸】	(94)
五、手少阴心脉	(95)
(一) 【循布】	(95)
(二) 【病候】	(98)
(三) 【针灸】	(98)
六、手太阳小肠脉	(99)
(一) 【循布】	(99)
(二) 【病候】	(103)
(三) 【针灸】	(103)
七、足太阳膀胱脉	(106)
(一) 【循布】	(106)
(二) 【病候】	(110)
(三) 【针灸】	(110)
八、足少阴肾脉	(112)
(一) 【循布】	(112)
(二) 【病候】	(113)
(三) 【针灸】	(116)
九、手厥阴心包经	(117)
(一) 【循布】	(117)
(二) 【病候】	(121)

(三)【针灸】	(121)
十、手少阳三焦脉	(121)
(一)【循布】	(121)
(二)【病候】	(125)
(三)【针灸】	(125)
十一、足少阳胆经	(125)
(一)【循布】	(125)
(二)【病候】	(129)
(三)【针灸】	(130)
十二、足厥阴肝经	(131)
(一)【循布】	(131)
(二)【病候】	(134)
(三)【针灸】	(134)
十三、任脉	(138)
(一)【循布】	(138)
(二)【病候】	(142)
(三)【针灸】	(142)
十四、督脉	(142)
(一)【循布】	(142)
(二)【病候】	(145)
(三)【针灸】	(148)
第二章 腧穴定位方法	(150)
第一节 经脉循布的平面展示	(150)
一、经脉循布的平面认识	(150)
二、经脉图示的基本内容	(150)
第二节 腧穴定位的基本方法	(151)
一、解剖标志定位法	(151)
二、骨度折量定位法	(151)
三、同身尺寸定位法	(153)
第三节 实用型针灸解剖挂图	(154)
第三篇 绿色健身疗法	(156)
第一章 体贴健身疗法	(156)
第一节 动摩手法与动揉手法	(156)
一、动摩手法	(156)
(一) 操作要点	(156)
(二) 派生手法	(164)
1. 抓摩手法	(164)
2. 搓捋手法	(164)
二、动揉手法	(165)
第二节 推挤手法与夹挤手法	(166)
一、推挤手法	(166)
(一) 要点说明	(166)
(二) 派生手法	(167)

二、夹挤手法	(168)
(一) 要点说明	(168)
(二) 派生手法	(169)
第三节 捋捏手法与捏拿手法	(171)
一、捋捏手法	(171)
二、捏拿手法	(173)
第四节 扣拍手法与击打手法	(175)
一、扣拍手法	(175)
二、击打手法	(175)
第五节 指力点穴与重力指针	(175)
一、指力点穴	(175)
二、重力指针	(176)
第二章 扶助健身疗法	(179)
第一节 被动屈伸法	(179)
第二节 护体升降法	(181)
第三节 被动旋转法	(182)
第四节 推拉坐卧法	(184)
第三章 自力健身疗法	(186)
第一节 整体功能恢复法	(186)
第二节 肢节功能恢复法	(187)
第三节 颈项功能恢复法	(195)
第四节 自力健身保健操	(198)
第四篇 传统针刺疗法与家庭实用灸法	(208)
第一章 治理、治则与治法	(208)
第一节 治理	(209)
第二节 治则	(209)
第三节 治法	(210)
第二章 针刺运用理论	(212)
第一节 病质理论	(212)
第二节 针刺基理	(212)
第三节 分部刺法	(213)
第四节 针刺调理	(217)
第五节 刺手押手	(218)
第六节 补泻手法	(224)
第七节 针刺要求	(233)
第三章 针刺操作	(236)
第一节 毫针操作	(236)
第二节 三棱针操作	(238)
第三节 员利针操作	(240)
第四节 长针与粗针	(241)
第五节 毛针与扁柄针	(241)
第六节 温针与暖针	(242)
第四章 灸熨基理与家庭实用灸法	(243)