

21世纪学科发展丛书·针灸学

丛书主编 周光召

拯危救逆 之神针

山东科学技术出版社

21世纪学科发展丛书·针灸学

丛书主编 周光召

拯危救逆 之神针

谷世喆 李维衡 主编

朱江 图娅 副主编

山东科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

拯危救逆之神针：针灸学/谷世喆主编. —济南：
山东科学技术出版社，2001.10

(21 世纪学科发展丛书)

ISBN 7-5331-2950-4

I. 拯… II. 谷… III. 针灸学—普及读物
IV. R245-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 050193 号

21世纪学科发展丛书·针灸学

丛书主编 周光召

拯危救逆之神针

主 编 谷世喆 李维衡

副主编 朱 江 图 娅

出 版 者：山东科学技术出版社

(济南市玉函路 16 号)

邮 编：250002

电 话：(0531)2065109

网 址：www.lkj.com.cn

发 行 者：山东省新华书店

印 刷 者：山东新华印刷厂潍坊厂

版 次：2001 年 10 月第 1 版第 1 次印刷

印 数：1—3000

规 格：850mm×1168mm 32 开本

印 张：9.25

插 页：4

字 数：200 千

I S B N 7-5331-2950-4/R·913

定 价：17.10 元

(如印装质量有问题,请与印刷厂联系调换)

《21 世纪学科发展丛书》编辑委员会、 出版委员会名单

一、丛书主编、副主编

主 编:周光召

常务副主编:张玉台

副 主 编:徐善衍 常志海 张 泽 宋南平

宫本欣 马 阳

二、丛书编辑委员会

主 任:庄逢甘

副主任:闵桂荣 杨 乐 张 泽 宫本欣 马 阳

委 员:(按姓氏笔画排序)

王 铸 孙永大 刘 珩 朱道本 仲增墉

陈学振 张 鲁 汪稼明 李慧政 金明善

周 济 胡序威 赵 逊 相重扬 徐世典

谢荣岱 薛全福

各分册编审委员会主任(名单略)

三、丛书出版委员会

主 任:宫本欣

副主任:陈学振 张 鲁 李慧政

委 员:(按姓氏笔画排序)

王 铸 王昭顺 尹 铭 史 彬 刘传喜

张力军 宋德万 隋千存 董 正 韩 春

鲁颖淮

本书编辑委员会

主 编	谷世喆	李维衡			
副主编	朱 江	图 娅			
编 委	谷世喆	李维衡	朱 江	图 娅	
	张露芬	马文珠	刘清国	陈占录	

序

周光召

人类已跨进了新的千年,21世纪的曙光将给全球带来灿烂辉煌的新篇章。回顾过去的20世纪,科学技术的创新与进步引发了人类经济、社会的巨大变革,由此又带来了全球翻天覆地的变化。马克思曾在《资本论》中指出:“生产力的发展,归根结底总是来源于发挥着作用的劳动的社会性质,来源于社会内部的分工,来源于智力劳动特别是自然科学的发展”,人类社会实践有力地证实了这一精辟论断。

随着科学技术在近现代的蓬勃发展,新思维、新理念、新发现推动着新兴学科、交叉学科不断涌现。许多传统学科一方面派生出新的分支学科,另一方面又在与其他学科的融合中形成新的综合性学科。展望21世纪,信息科学技术、生物科学技术、纳米科学技术将成为发展迅速,带动社会经济科技快速进步的前沿学科。环境、能源、材料、航天、海洋等科学技术将继续发展,解决人类面临的持续发展课题。社会进步和经济发展的需求为人类今后如何驾驭科学技术的骏骑,如何继续攀登科技巅峰提出了新的课题。

一个国家的科技水平不仅体现在少数科学家的科技成就中,更要体现在广大群众对科学技术的理解、掌握和应用之中。“科技先行,以人为本”有赖于公众科技文化素质整体水平的提高。因此,弘扬科学精神、传播科学知识和科学方法

就成为科技工作者又一不可推卸的、任重而道远的职责。中国科学技术协会作为党领导下的科技群团组织，肩负着促进学科发展、推动科技进步和普及科学知识、提高全民科技文化素质的重要责任。编写《21 世纪学科发展丛书》是使这种重要责任有机融合的一次新尝试。科学普及的对象可分为若干社会群体，其中青少年群体的科普教育尤为重要，因为他们是 21 世纪的后备人才，是攀登科技高峰的生力军。让广大青少年了解自然科学和技术科学的发展历程、卓越成就，对人类文化、社会、经济发展的巨大贡献，培养他们对科学技术的兴趣、爱好，以及为科技事业献身的精神，是老一辈科技工作者义不容辞的责任，也是我们编撰此套丛书的初衷所在。因此，专家学者们对编著此套丛书表现了极大的热情与关注。68 个全国性学会参与了丛书的组织编写，很多院士、知名科学家在百忙中亲自挥笔，运用通俗的语言、生动的描绘、深入浅出的方式，将科学的奥秘揭示给读者。全套丛书介绍了 60 多个不同学科的起源、发展历程、著名科学家、重大科技成就，以及未来学科发展的态势，为广大读者特别是高中以上文化程度的各阶层读者提供了一套科学性、知识性、前瞻性、趣味性和可读性相统一的科普读物。希望通过浏览这套丛书，不仅能够帮助广大青少年读者拓宽知识领域，而且对于他们选择未来发展方向起到引导和参考作用。同时，此套丛书通俗易懂，也适合其他不同社会群体的干部与公众阅读。丛书将由山东省出版总社于 2001 年分两批出版发行。

跨入 21 世纪的中华民族将面临重新崛起的机遇和挑战，衷心地祝愿充满希望的一代丰获知识的硕果，为我国的繁荣富强贡献出才智和力量，作出无愧于伟大中华的重大业绩！

2001 年 1 月 16 日

前 言

针灸学是中国医药学的重要组成部分，它是研究如何运用针刺和艾灸等方法以防治疾病的学科。因其疗效确实，方法简便快速，又无毒副作用，深受广大群众的欢迎，几千年来被广为传播应用。我国近三十年来在针灸镇痛、针灸麻醉、针灸治疗疾病的机理研究方面取得了很大的成就。作为一种疗法，针灸正逐渐走向世界，并开始进入欧美日各国的医疗保险体系。全世界从事针灸的医师正在大批涌现和不断提高层次，除中国以外的一些国家和地区已施行针灸医师注册。1989年世界卫生组织（WHO）确定针灸是世界医学的一部分。一个世界性的“针灸热”正方兴未艾。

为了进一步普及科学知识，繁荣和发展我国科学文化事业，迎接知识经济时代的挑战，实现人人拥有健康保护的目标，我们受中国针灸学会的委托和支持，按照中国科协学会部的要求，组织北京中医药大学部分专家编写了《拯危救逆之神针》一书，以期更加普及针灸学知识。

本书分别由“针灸发展趣话”、“经络与针灸”、“腧

前言

穴与针灸”、“针灸方法和工具”、“针灸治疗常见病”以及“现代针灸治病机理研究”六章组成。文字力求生动活泼，又具有知识性、科学性、趣味性；力求图文并茂，章节独立，易于接受，开卷有益。相信读后必能使读者有所收获，甚至能掌握几种治疗常见病的方法。

本收在编写过程中得到徐立鹏、郝晋东、林磊、衣华强、王美卿、金春兰、程金莲等研究生的帮助，得以在短期内脱稿。因时间仓促，书中的缺点谬误，请读者不吝指正。

山东科学技术出版社及北京中医药大学针灸学院对本书的编辑出版给以大力支持和帮助，在此一并致谢。

编者

目 录

第一章 针灸发展趣话	1
第一节 针灸医术 源远流长	2
一、从火的使用说起	2
二、高氏山下砭石出	5
三、伏羲制九针	8
四、针灸学理论的形成	12
五、汉墓帛书的出土	15
第二节 精诚大医 拯危救逆	19
一、起死回生赖神针	19
二、一代名医的悲惨遭遇	22
三、皇甫谧与《针灸甲乙经》	26
四、妙手回春孙思邈	29
五、铜人见证历史	34
六、《针灸大成》的辉煌成就	37
七、针灸学的艰难岁月	41
第三节 国粹医道 风靡世界	44
一、形形色色的针灸方法	44
二、针灸的现代研究	50
三、针灸在国外	57

四、独具特色的针灸临床	60
第二章 经络与针灸	65
第一节 针灸与针灸热	66
第二节 中医对人体的认识	68
第三节 经络的发现	71
第四节 帛书经脉与西汉木人	74
第五节 经络的生理功能	76
第六节 经络系统概貌	77
一、十二经脉	78
二、奇经八脉	98
三、十五络脉	102
四、十二经筋	103
五、十二皮部	104
第七节 经络实质的现代研究	104
一、肯定现象	105
二、为阐明本质进行现象的客观观察	107
三、经脉——脏腑相关的研究	111
四、透过现象看本质	112
五、经络研究展望	116
第三章 腧穴与针灸	119
第一节 腧穴 ABC	120
第二节 肺和大肠经主要腧穴的定位和应用	125
第三节 胃和脾经主要腧穴的定位和应用	128
第四节 心和小肠经主要腧穴的定位和应用	132
第五节 膀胱和肾经主要腧穴的定位和应用	136
第六节 心包和三焦经主要腧穴的定位和应用	142
第七节 胆和肝经主要腧穴的定位和应用	145
第八节 任督主要腧穴与经外奇穴的 定位和应用	148
第九节 四总穴、保健穴及其他	153

第四章 针灸方法和工具	165
第一节 毫针刺法	168
第二节 特种针法	176
第三节 微针疗法	181
第四节 灸法	186
第五节 拔罐法	188
第五章 针灸治疗常见病	191
第一节 针灸治疗内科病症	193
一、针灸治疗中风	193
二、针灸治疗头痛	195
三、针灸治疗面瘫	197
四、针灸治疗面痛	198
五、针灸治疗腰痛	199
六、针灸治疗痹证	200
七、针灸治疗癫痫	202
八、针灸治疗癲狂	203
九、针灸治疗失眠	204
十、针灸治疗感冒	205
十一、针灸治疗咳嗽	206
十二、针灸治疗哮喘	207
十三、针灸治疗胃痛	208
十四、针灸治疗泄泻	209
十五、针灸治疗痢疾	210
十六、针灸治疗便秘	211
十七、针灸治疗淋证	212
十八、针灸治疗遗精	213
十九、针灸治疗阳痿	214
二十、针灸治疗瘕证	214
二十一、针灸治疗剧痛证	215
第二节 针灸治疗妇儿科病症	217
一、针灸治疗月经不调	217

目
录

二、针灸治疗痛经·····	219
三、针灸治疗经闭·····	220
四、针灸治疗更年期综合征·····	221
五、针灸治疗胎位不正·····	222
六、针灸治疗小儿遗尿·····	222
七、针灸治疗小儿疳积·····	223
八、针灸治疗小儿脑性瘫痪·····	224
九、针灸治疗小儿多动症·····	225
十、针灸治疗疳腮·····	226
第三节 针灸治疗皮肤科、外科病症·····	227
一、针灸治疗带状疱疹·····	227
二、针灸治疗荨麻疹·····	228
三、针灸治疗痤疮·····	229
四、针灸治疗神经性皮炎·····	230
五、针灸治疗落枕·····	231
六、针灸治疗扭伤·····	231
第四节 针灸治疗五官科病症·····	232
一、针灸治疗目赤肿痛·····	232
二、针灸治疗近视·····	232
三、针灸治疗鼻渊·····	233
四、针灸治疗牙痛·····	234
五、针灸治疗咽喉肿痛·····	234
第五节 针灸时间治疗学·····	235
第六章 现代针灸治病机理研究·····	237
第一节 针灸作用的基本特点及其 影响因素·····	238
一、针灸作用的基本特点·····	239
二、影响针灸作用的因素·····	240
三、针灸效应的过程·····	244
第二节 针刺镇痛作用·····	246
一、针刺镇痛作用的一般规律·····	247

二、针刺镇痛效应的外周机制·····	248
三、针刺镇痛的中枢机制·····	249
四、中枢神经递质在针刺镇痛中的作用·····	250
五、针刺镇痛产生耐受的可能机制·····	251
第三节 针灸对免疫功能的影响·····	253
一、针灸调控免疫功能的机制·····	253
二、针灸对免疫失调性疾病的作用机制·····	255
第四节 针灸抗炎退热作用·····	260
一、针灸的抗炎作用机制·····	260
二、针灸的退热作用机制·····	261
第五节 针灸对各器官系统功能的 调节作用·····	262
一、针灸对循环系统功能的调节作用·····	263
二、针灸对消化系统功能的调节作用·····	269
三、针灸对呼吸系统功能的调节作用·····	275
四、针灸对泌尿系统功能的调节作用·····	278
五、针灸对内分泌功能的调节作用·····	280
六、针灸对神经系统功能的调节作用·····	282
参考文献·····	285

第1章

21 世纪学科发展丛书

针灸发展趣话

第一节 针灸医术 源远流长

一、从火的使用说起

针灸学有着悠久的历史，是几千年来我国广大劳动人民在与疾病长期作斗争的实践中，逐渐创立和发展起来的。据考古学方面的考察和有关文献记载，针术大约起源在新石器时代，而灸术的使用，肯定是在人类发现和使用火之后的事。据考古学家发现，火的使用可以追溯到 50 万年前的北京猿人时代。在北京周口店北京猿人居住过的山洞里，有被火烧过的石块和兽骨。这表明他们当时已经能掌握和使用火了。后来人类从磨制工具时的摩擦生热和打造石器时迸发火星的现象中受到启发，逐渐发明了人工取火。火的使用，使人类生活的各方面发生了巨大的变化。例如用火之后，可以把生食变为熟食，食物的来源扩大，增强了人的体质；此外，使用火还可以御寒，克服气候带来的困难，抵御野兽侵袭，等等。因此，世界上流传有很多关于火的美丽神话

传说，像我国古代的燧人氏“钻木取火”的传说，像欧洲的普罗米修斯从天上偷火种给人间的神话等，都反映了人们对火的认识与赞美。恩格斯在《反杜林论》中曾经说过：“毫无疑问，就世界性的解放作用而言，摩擦生火还是超过了蒸汽机，因为摩擦生火第一次使人支配了一种自然力，从而最终把人同动物界分开。”由此可见，火的使用在人类进化史上，可看作是从猿人到人的分水岭。同时也可以想象，当时先民们的食物没有保障，在饥饿了数日后，有幸猎得一头大动物，急忙放在火上烧烤，在狼吞虎咽之后，有的人发生剧烈腹痛，特别是儿童更为多见。先民们尝试着用兽皮包裹篝火边烧热的卵石放在腹部，发现腹痛可以缓解。就这样在烤火取暖的生活过程中，经过多次的熏烤、烧灼之后，消除了某些痛苦，从而认识到用火烧灼皮肤可以治疗某些疾病，这可以看作是温灸疗法的开端。它是和我们的祖先使用火的历史相联系的。

火的使用的确给我们祖先的生活带来了翻天覆地的变化。当人们在烘火取暖的时候，发现了烘烤和偶然的烧灼竟会使身体上某些病痛减轻或消除，于是他们想到了用温热刺激可以祛邪镇痛。但怎样才能使热刺激保持较为长久的时间呢？后来他们发现用树皮包上烧热的石块和沙土，就可以使热度持久。这样就产生了原始的局部热敷的办法。热敷可以更有效地消除某些病痛，如因寒冷潮湿而致的关节疼痛，或因受寒而引起的腹痛等。这就是最早的热熨法。后来逐渐改进，形成了用干树枝和柴草取火，进行局部温热刺激的治疗方法，这就是最初的灸法。

灸法古称灸炳，汉代学者许慎寿在《说文解字》中解释说：“灸，灼也，从火，音久。”炳也是火烧的意