

砭术学

甘笃 俞东青 杨华元 主编

图文并茂，数百幅高清彩图，零基础快速入门
祛病保健，专家解读绿色健康疗法，简便易学



中国健康传媒集团
中国医药科技出版社

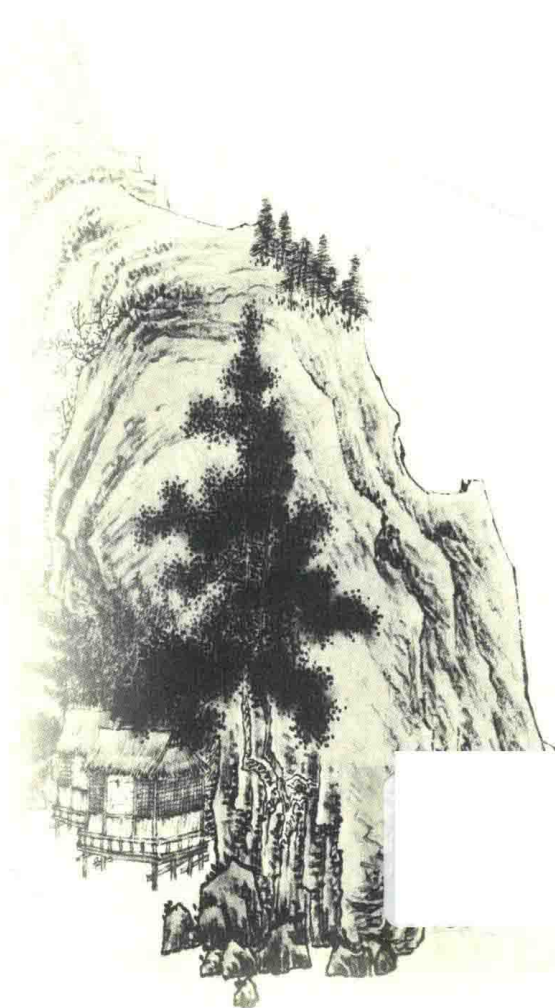
砭术学

非等丁农方

甘 笃 俞东青 杨华元 主编



中国健康传媒集团
中国医药科技出版社



内 容 提 要

本书是一部关于中医砭术理论与临床实践相结合的学术著作。书中图文并茂地将中医理论、西医理论与砭术操作手法通俗地展现给读者。易懂、易学、易操作，适合中医院校师生、中医临床医生、针灸医师、推拿按摩师、美容师及喜爱中医的读者阅读。

图书在版编目（CIP）数据

砭术学 / 甘笃，俞东青，杨华元主编. —北京：中国医药科技出版社，2018.9
ISBN 978-7-5067-8686-7

I . ①砭… II . ①甘… ②俞… ③杨… III . ①砭刺法 IV . ① R245.31

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2016）第 221729 号

美术编辑 陈君杞

版式设计 也在

出版 中国健康传媒集团 | 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行：010-62227427 邮购：010-62236938

网址 www.cmstp.com

规格 710 × 1000mm^{1/16}

印张 19

字数 530 千字

版次 2018 年 9 月第 1 版

印次 2018 年 9 月第 1 次印刷

印刷 北京瑞禾彩色印刷有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978-7-5067-8686-7

定价 80.00 元

版权所有 盗版必究

举报电话：010-62228771

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

中国医药学是一个伟大的宝库，应当努力发掘，加以提高。

——毛泽东

砚术学

程莘农方

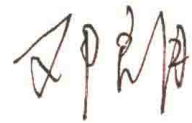
中国工程院院士

中国国医大师

中国中医科学院首席科学家

發展 岐術 醫學
造福 人類 健康

世界針灸學會聯合會前主席
中國中醫科學院首席研究員



《砭术学》

编委会

-
- 主 编** 甘 笃 中国针灸学会针灸器材专业委会名誉主任委员、
中国中医科学院研究员
- 俞东青 中国中医科学院望京医院副院长、
中国针灸学会针灸器材专业委会副主任委员
- 杨华元 上海中医药大学中医工程研究所所长
中国针灸学会针灸器材专业委会主任委员
-

- 副主编** 吴 霜 中国针灸学会针灸器材专业委会副主任委员、
北京泗滨砭石技术开发中心董事长
- 李立国 郑州卫生健康职业学院副教授
- 徐 刚 上海中医药大学针灸推拿学院讲师
- 高 明 中国针灸学会针灸器材专业委会秘书长
上海中医药大学针灸推拿学院副教授
- 杨晔颖 上海中医药大学附属龙华医院主治医师
- 陈悦婷 中国针灸学会理事、
中国针灸学会针灸器材专业委会副主任委员
-

- 编 委** 王观涛 上海中医药大学附属曙光医院主治医师
- 汤峥冬 上海中医药大学附属曙光医院主治医师
- 李芳杰 上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院主治医师
- 李 静 上海市中医药研究院中医药国际标准化研究所讲师
- 王 波 上海中医药大学附属曙光医院副主任医师
- 范 嘉 中国针灸学会针灸器材专业委会委员、
北京泗滨砭石技术开发中心副总经理
- 张博娜 中国针灸学会会员、
高级按摩师、砭术师
- 杜 言 中国针灸学会会员、
高级按摩师、砭术师

序

砭术疗法产生于石器时代，是中医药的重要组成部分。砭术是运用砭石进行疾病预防和治疗的一种重要的医疗方法，在古代曾经广泛应用。但古砭术疗法自东汉失传至今已沉寂了两千多年。近年来，随着制作砭石材料的再发现，砭术疗法又悄然兴起，结合新的科学技术和医学理论，焕发新的青春，在医疗、保健、美容和调整亚健康等领域发挥了独特的功效和作用，成为继承发扬祖国医学遗产又一璀璨夺目的成果。

《砭术学》是一部关于中医砭术理论与临床实践相结合的学术著作。全书分为上中下三篇，上篇概述了砭术的历史源流及现代的整理发掘，将古代的砭术与现代科技相结合，详细论述了砭术治病的理论基础，体现了砭术治病的历史性、实用性和科学性。中篇首先记述了砭石的特性及理化检测分析，阐明了砭术疗法的科学依据，介绍了各种砭具，重点论述砭术的各种操作手法，具有很强的实用性。下篇为砭术应用，分别论述了砭术治疗原则、作用、适应病种和病案实例。临床病案记述详实，都是一些老专家的实践记载，真实可信。

本书将中医理论、现代医学理论与砭术操作手法通俗地展现给读者，易懂、易学、易操作，适合中医院校师生、中医临床医生、针灸医师、推拿按摩师、美容师及喜爱中医的读者阅读。本书介绍的砭术操作手法和治疗原则不仅能治病，同时还适用于养身保健、美容。

杨华元教授等人经过多年的探索，从实践到临床走过了一段十分艰辛的路程，付出了辛勤的汗水，《砭术学》的问世，说明了祖国医学的伟大且日久弥新，砭术疗法的重新发现和发扬必将为人类的健康事业做出贡献。愿读过本书的读者从中受益，健康快乐，在为实现“中国梦”的征程上阔步前进。

中国工程院院士、国医大师、针灸专家

杨华元 教授

2013.7.16.

目录

contents

| | |
|---------|---|
| 绪论····· | 1 |
|---------|---|

上篇 砭术应用基础

| | |
|--------------------|----|
| 第一章 解剖知识····· | 8 |
| 第一节 头面部····· | 8 |
| 第二节 颈部····· | 12 |
| 第三节 躯干部····· | 14 |
| 第四节 上肢部····· | 27 |
| 第五节 下肢部····· | 30 |
| 第二章 经络与腧穴····· | 35 |
| 第一节 经脉····· | 36 |
| 第二节 经筋····· | 42 |
| 第三节 皮部····· | 42 |
| 第四节 腧穴····· | 43 |
| 第三章 全息反射理论····· | 62 |
| 第一节 全息医学渊源与进展····· | 62 |
| 第二节 全息发射基本理论····· | 69 |
| 第三节 砭术与全息治疗····· | 75 |

中篇 砭石与砭术

| | |
|-----------------|----|
| 第四章 砭石····· | 82 |
| 第一节 砭石的再发现····· | 82 |

| | |
|----------------------------|-----|
| 第二节 砭石的理化特性 | 83 |
| 第五章 砭石器具及治疗仪器 | 86 |
| 第一节 砭石器具 | 86 |
| 第二节 砭石仪器 | 104 |
| 第六章 砭术操作手法 | 113 |
| 第一节 点法 | 113 |
| 第二节 拨法 | 115 |
| 第三节 拍法 | 116 |
| 第四节 振法 | 118 |
| 第五节 刮法 | 118 |
| 第六节 擦法 | 121 |
| 第七节 揉法 | 122 |
| 第八节 滚法 | 123 |
| 第九节 熨法 | 124 |
| 第十节 感法 | 127 |
| 第十一节 乐法 | 129 |
| 第十二节 拔罐法 | 129 |

下篇 砭术应用

| | |
|-------------------------|-----|
| 第七章 砭术治疗总论 | 134 |
| 第一节 砭术治疗作用 | 134 |
| 第二节 砭术治疗原则 | 136 |
| 第三节 砭术辨证论治 | 138 |
| 第四节 砭术诊法 | 163 |
| 第五节 适应证、禁忌证与注意事项 | 163 |
| 第八章 常见病的调治 | 167 |
| 第一节 慢性疲劳综合征 | 167 |
| 第二节 电脑综合征 | 169 |
| 第三节 失眠 | 171 |
| 第四节 神经衰弱 | 173 |

| | |
|---------------------------|-----|
| 第五节 郁证 | 176 |
| 第六节 更年期综合征 | 177 |
| 第七节 习惯性便秘 | 180 |
| 第八节 考试综合征 | 182 |
| 第九节 性功能障碍 | 183 |
| 第十节 痛经 | 186 |
| 第十一节 小儿营养不良 | 187 |
| 第十二节 习惯性落枕 | 190 |
| 第十三节 体位性低血压 | 191 |
| 第十四节 高血压 | 192 |
| 第十五节 高血脂 | 195 |
| 第十六节 糖尿病 | 196 |
| 第十七节 中风后遗症 | 200 |
| 第十八节 小儿脑瘫 | 203 |
| 第十九节 胃痛 | 204 |
| 第九章 砭术美容养生 | 208 |
| 第一节 砭术经络养生法 | 208 |
| 第二节 砭术美容法 | 209 |
| 第三节 砭术瘦体法 | 212 |
| 第十章 常见病症验案操作 | 215 |
| 第一节 胃部病症四则 | 215 |
| 第二节 胸部病症两则 | 219 |
| 第三节 发热两则 | 222 |
| 第四节 咳嗽两则 | 224 |
| 第五节 睡眠病症四则 | 226 |
| 第六节 妇科病症两则 | 230 |
| 第七节 外科痛症五则 | 233 |
| 第八节 耳鼻喉病症两则 | 238 |
| 第九节 杂症六则 | 240 |
| 第十一章 砭石电员针 | 247 |
| 第一节 《内经》有关员针的论述 | 247 |

4 砭术学

| | |
|--------------------|-----|
| 第二节 技术参数 | 248 |
| 第三节 取穴方法 | 249 |
| 第四节 治病机制和操作 | 251 |
| 第五节 砭石电员针的宜忌 | 253 |
| 第六节 临床病症治疗 | 254 |
| | |
| 附录..... | 273 |
| 护膝红外热图对比图 | 273 |
| 砭石粉负氧离子检测报告 | 278 |
| 微量元素检测报告 | 281 |
| 可溶性重金属检测报告 | 284 |
| 致敏性检测报告 | 288 |
| 后记..... | 291 |
| 参考文献..... | 292 |

绪论

砭术一词早见于《黄帝内经》，位于我国古代并存的“砭、针、灸、药、导引按跷”五大医术之首。砭术疗法，是依据中医经络腧穴理论为指导，使用砭具在人体的一些穴位、部位上采用压、刮、擦、滚、摩等手法来强身健体、治疗疾病的一种疗法。古时砭具有铲形、镰形、刀形、圆形、菱形、和尖针形等。由于古代冶金技术的发展以及制造砭具的石材的减少，导致古砭术疗法自东汉起失传。

直至 20 世纪 90 年代，依靠系列国家课题“遥感用于地震预报的基础实验研究”的力量，才找到了一种古称泗滨浮石的岩石，可以称之为砭具佳石。使用泗滨浮石制作的砭具对人体进行治疗时，除对人体经络、穴位、反射点有力学刺激外，还有超声刺激与远红外辐射效应。从此，开启了砭术疗法的新篇章，丰富了中华民族的传统文化，并正在为世界人民的医疗保健事业发挥的越来越大的作用。

一、砭术源流考

中国古砭术疗法产生于石器时代。而石器时代的医疗保健的产生和发展是人类为了生存，在长期的生产和生活实践中对疾病和治病认识过程的总结，而这一认识过程早在石器时代就开始了。1965 年在云南元谋县境内发现我国最早的——距今 170 万年前的原始人类，即元谋猿人。在险恶的环境中，他们凭着稍加敲打的简陋石器“聚生群处”以生存。在对自然界和与猛兽的长期斗争中，开始逐步积累医疗保健知识。

原始群居时代的人类对自然界的依赖性极大，当时的生产活动只能是到处寻找现成的食物或猎取一些容易捕获的小动物，过着狩猎和采集的生活。如《淮南子·修务训》所述：“古者民茹草饮水，采树木之实，食羸蚌之肉……”。到了 40 万~50 万年前的北京猿人时期，人们将各种砾石和自然破碎的石块，打制成有棱角的石片，用作武器和生产工具。到了距今 20 万年至 5 万年前的“古人”阶段，人们在制作工具的过程中，偶然发现加工石块时有火花溅出和钻木、锯木、刮木时木头会发热，甚至发生烟火，从中获得了有益的启示。经过长期的经验积累，终于发明了人工取火的方法、这时期的远

古人类，有广东韶关的“马坝人”（距今 20 万年）、湖北长阳县赵家堰的“长阳人”及山西襄汾县丁村的“丁村人”。他们制造石制工具的技术已有了很大改进，不仅继续沿用北京猿人所常用的直接打击法和碰砧法，还打制出各种各样比较锋利的砍砸器，球形投掷器，大小不一的尖状器及三角形、四边形的刮削器等。

我们的祖先进入原始氏族社会，在距今万年以前的“山顶洞人”时期，生产有了显著提高，石器和骨器的制作有了很大进步。这个时期，人兽杂处、部落间械斗、劳动中的意外伤害、恶劣的生存环境，致使外伤和疾病的发生，他们寿命很短，据古人类学者对“北京猿人”遗址中发掘出的四十多具骨骼化石的研究，十四五岁死亡的占 1/3 还多。原始人遇有外伤和疾病如何处理，现已无从查证，但从一些出土的古代文献和文物中我们可以加以考察，推敲。湖南长沙马王堆西汉古墓出土的帛书古医籍《五十二病方》，据唐兰等学者考证是马王堆出土十几种简帛古医籍中最古老的一种，乃系《黄帝内经》之祖本，这已为学术界所公认。在《五十二病方》中，有“燔小隋（椭）石，淬醢中，以熨”之语。说明砭石在上古可用于按摩和热熨。梁代金息侯《砭经》记载：有球形砭石，先用水温法、火煨法或藏身法加热，然后用以热熨人体。这些加热法与原始人最早熟食加热的方法很类似。1964 年湖南长沙战国墓中出土一扁圆形石器，两端有琢磨痕和火烧痕，一面光滑如镜，据考证认为即属熨法所用砭石。而按摩所用砭石，一般为磨制成卵圆形的石器。1964 年湖南益阳桃博战国墓中出土的一凹形圆石，凹槽中可纳入一手指，经鉴定认为是原始按摩工具。1972 年河南新郑春秋战国时期的郑韩故城遗址出土一砭石，一端卵圆，可用于按摩。而且，从近代一些交通极其闭塞、经济文化极端落后的地区，人们往往以泥土、草木炭、树叶敷裹创口，用光滑石块摩擦痛处，用热石放置腰腹部等做法推断，原始人应该也是这样做的。

砭石当时的另一主要功用，则是切开脓肿，或切除赘瘤，即最早的手术刀，而且在相当长的时期内都是作为外科治疗工具而存在的。《管子·法法》中有“毋赦者，瘞睢（疽）之砭石也”。《战国策·秦策二》记载：“医扁鹊见秦武王，武王示之病。扁鹊请除。左右曰：‘君之病在耳之前，目之下，除之未必已也。将使耳不聪，目不明。’君以告扁鹊，扁鹊怒而投其石。君与知之者谋之，而与不知者败之，使此知秦国之政也。”这里所投之石当然是砭石。如果是针刺的“石针”，就不会是“除之”；仅仅是点刺，也不会顾虑伤及眼

或耳。所以秦武王面部的病当为赘瘤类，扁鹊准备用砭石切除它。这种砭石的形制似乎扁平锐缘，如刀如镰，韩愈《苦寒》诗有“铍刃甚割砭”句可证为镰状砭石。《韩非子·安危》中的“闻古扁鹊之治其病也，以刀刺骨”，又可证砭石如刀且有尖刺。

漫长的历史长河，人类在实践中不断发现、发明。以石器主要特征作为生产工具，并以治疗疾病，解除痛苦为主要目的，必然形成一种最重要的治疗手段，从而逐步创立了世界上最早的疗法之一——砭术疗法。

二、“砭刺”与“针刺”

《灵枢·九针十二原》说“余欲勿使被毒药，无用砭石，欲于微针，通其经脉，调其气血……”，由此可知，针的前身就是砭石。古人用以治病的砭石有很多种形态（这一点在下一章节中详细讨论）。

针源于砭之说的另一个主要依据来自于辞源学。东汉·许慎在《说文解字》中说：“砭，以石刺病也。”这个释义的确容易使人将“砭”与针刺疗法联系在一起，但是如果查阅一下许慎本人对“刺”和“病”的解释，就会发现这种理解是完全错误的。许氏在“刺”字条下云：“君杀大夫曰刺。刺，直伤也。”杀人只能用刀而不可能用针，怀挟匕首等兵器进行暗杀的人被称为“刺客”，现代汉语中也有“刺刀”的用法。因此，“以石刺病”的“刺”也可以理解为是用“刀”刺而不仅仅是用“针”刺。那么，许氏所谓的“病”又是什么呢？他说：“病，疾加也。”也就是说，这里的“病”不是指一般的疾病，而是指“严重的病”，具体又是什么病呢？比照马王堆古医书和《内经》可以看出，许氏所说的“病”具体是指痈、疽等皮肤感染化脓性疾病。在古代由于生存环境十分恶劣，这些病症很常见。马王堆古医书和《内经》均有专篇论述痈疽。痈疽的治疗可分为化脓前和化脓后两个阶段，前一阶段可采用祝由、灸、内服药和热敷等，后一阶段则只能采用砭石、锋针或铍针切痈排脓。

可以肯定的是，在晋代以前人们对砭的用途还是十分清楚的，无论从古医书还是其他古代文献中均可找到证据。如晋·郭璞在注解《山海经·东山经》“高氏之山，其上多玉，其下多箴石”时说：“可以为砥（砭）针，治痈肿者。”但是，作为注解《素问》第一人的金元起在注释《素问·宝命全形论》“制砭石大小”时说：“砭石者，是古外治之法。有三名：一针石，二砭石，三铍石，其实一也。古来未能铸铁，故用石为针，故名之针石。言工必砥砺锋针，制

其大小之形，与病相当。黄帝造九针以代鑿石。”唐·王冰甚至认为《内经》中的“砭石”就是“九针”的代称，他说：“古者以砭为针，故不举九针，但言砭石尔”。这些都成为后来学者对砭术的继承和研究的干扰因素之一。

三、近代砭术的发展概况

砭术疗法是中国劳动人民创造和发明的，虽然已经失传 2000 多年了。但近 10 多年来，随着考古发掘出已损坏编磬使用泗滨浮石复制成功后，这种岩石也成为制造砭具的佳石。经过科学的检测实现手段，并经过国内外临床试验证实，这种古老而又崭新的治疗手法可以调理人们的亚健康状态，治愈目前常见的当代文明病，甚至有研究表明砭石对于癌细胞也有很好的抑制作用。通过借由锥虫蓝（trypan blue）染剂来染细胞。由于活的细胞有完整细胞膜的保护，染色剂无法进入细胞而无法被染成蓝色，而死亡的细胞由于细胞膜遭到破坏而可以被染色剂染成蓝色的方法来计算细胞数量，进而评价细胞的生长速度。若以正常细胞人胚肺二倍体成纤维细胞的细胞数当成 100%，砭石对横纹肌肉瘤细胞株的抑制，在第六个继代培养中抑制效果达到 71%，倘若在实验过程中，操作者每日将手置于砭石之上，则四个继代培养中即可达到 60% 的抑制效果。砭石对肺腺癌细胞株的抑制，不管放置砭石的实验组还是未放置砭石的对照组，在 12 个继代培养中细胞数目并无明显差异，由此不难看出为何肺癌的发病率几乎等于死亡率的原因了。

无论中医或西医，其治疗方式大概都不外乎药物疗法和非药物疗法两大门类。而中医的非药物疗法是以“天人合一”“整体观念”“阴阳平衡”等传统的中医理论为出发点，在“辨证施治”的基础上，使用各种手法、器械等外治方法而达到强身健体、治疗疾病的方法。砭术又是作为传统中医药的重要组成部分，根据国家颁布的中医治法的国家标准（GB/T 16-51-3-1997）中规定：针灸疗法，其中就包括各类针、灸以及陶针疗法和砭镰疗法在内的 45 种非药物疗法。21 世纪是科技迅猛发展的时代，同时，人们也更加注重自身的健康问题，科技也越来越多的揭示人体奥秘。而近代砭术就是建立在现代科学研究基础之上，它具有无创、简便易学、无污染等特点，可以更好地改善人们的亚健康状态，为世界人民所认可，同时也填补了西医学的不足。

结合对古代砭术的考证和现代科技研究成果我们可以得出以下结论：

①砭石是一种医疗工具。②砭术是一种外治疗法。③砭、针、灸、药、引导

按跷是中国传统医学五大体系。④砭法早于针法。⑤砭石具有吸收转移、发射及渗透的功能。由此我们可以说“砭石”就是“一种具有吸收病邪之气，转换正向能量发射及渗透入经脉的石质医疗工具”，“砭术”就是“运用砭石进行疾病预防和治疗的保健医术”。