

防治百病找耳穴

——家庭医生图示指南



刘士佩 编著
上海教育出版社

Prevent and Treat Various Diseases by
Acupoints on Auricle
— Acupoints Guide for Family Therapy



防治百病找耳穴
——家庭医生图示指南
Prevent and Treat
Various Diseases by
Acupoints on Auricle
— Acupoints Guide
for Family Therapy

《防治百病找耳穴》
贵在普及，通俗易懂。
图文并茂，便于自学，人人可试。
能减轻甚至治愈自己或家人之病。
是现代家庭必备之医学普及读物。



防治百病找耳穴

——家庭医生图示指南

刘士佩 编著

上海教育出版社出版发行

(上海永福路123号)

各地新华书店经销 上海市印刷二厂印刷

开本 787×1092 1/32 印张 8.25

1994年7月第1版 1994年7月第1次印刷

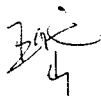
ISBN 7-5320-3439-9/G·3351 定价:5.55元

序

《防治百病找耳穴》的出版，为普及耳穴诊疗医学、促进“人人享有医疗卫生保健”事业做了十分有益的工作。

刘士佩医师从事耳穴诊疗卅余载，积多年临床之丰富经验与实验研究之心得，构成其独特的诊治技术。并勤于笔耕，多有著述，得誉于国内耳穴诊疗界。是书贵在普及、通俗易懂，且图文并茂，便于自学。学习之后，人人可试。若能减轻甚至治愈自己或家人之病痛，岂不乐哉！其实乃家庭应备之医学普及读物，并兼具耳穴诊疗及科教参考价值之文献。

故特欣然为序。



1992年5月于京华

编者的话

出版本书的目的，是为了推广、普及这种安全可靠简便实用的耳穴自我保健的方法。编辑根据作者提供的书稿内容，将本书设计成一幅幅照片图示，以较少的文字说明，将耳与人体的关系，每个耳穴的位置、功能，防治疾病的耳穴处方及操作方法提供给读者。

这本小册子，对不同文化层次的读者均适宜，读者只要对照图示，各取所需。比如医务工作者可以选择比较高级的治疗方法，如耳穴针灸法、放血法、压丸法进行操作；患者或家属可以选择普通的治疗方法，如耳穴按摩法、贴膏法、压丸法等进行操作。不论是哪一种方法，只要找准耳穴，对症治疗，均可达到显著的疗效。即使选穴不准，找错了穴位，也没关系，不会产生任何不良作用。至学用自如后，不论你发生了牙痛或是脚痛，胃炎或是感冒，不论你想健身美容或是戒断烟酒，本书有一百多种耳穴治病保健处方为你提供方便，可以不出家门，对照施治。

受作者的委托，本书的改编、制作等工作主要由我担任。在编辑制作过程中得到许多朋友的配合帮助，在此谨向黄大信、于永和、朱允中、周宏彪等同仁表示衷心感谢。

责任编辑 王琪霞



有病治病 无病防病

早就听说耳穴上贴一小方药膏能治病、防病，也见邻里亲戚中有耳穴上贴着药膏防治疾病的。但因自己当时尚无求医的需要，所以，听过也罢，见过也罢，并不在意。

经年之后，老话应验：人食五谷，难避病疾。一日，头晕脑胀，去医院问诊。医生说是患了过敏性鼻炎。手持处方禁不住问：“能否治愈？”那位医生朝我笑笑，笑得我心中凉意骤起。

回到家中，又服药、又用药水滴鼻，不敢稍有怠慢。尽管每天如此这般的做“功课”，费时、麻烦，也尽管那位医生，给了我一个含笑的直率的答案，但却病的欲望越趋强烈，服药、滴鼻无一日间断。

一天，偶见单位中有同事两耳也贴小方药膏，就趋前询问。原来她患哮喘多年，前几日发得利害，服药虽然有效，但反复发作，对服药，惰性也随之而生。闻耳穴贴膏有效，便去一试，果然症状缓解，病痛减轻。她说，此法简便，无副作用，只是不懂取穴方法，于是就去搜罗资料自学起来。自学也不难，只需按图索穴，对着镜子将剪成一小块、一小块的平常药膏贴在所取的穴位上，几天之后换一次药膏，直至自我感觉良好为止。

哮喘是常见的顽疾，过敏性鼻炎与之相差无几，我便萌生也去一试的念头。

先请人代劳取穴、贴膏，效果良好。第二天，头晕消失，一身轻松；第三天自觉鼻腔畅通。

过了几天，听说有本叫《防治百病找耳穴》的书稿正在编辑加工，准备出版。这无疑是一个福音。我近水楼台便先得月，在编辑处，得以一见原稿。这本书的作者刘士佩先生是从事耳穴诊疗三十余载的高年资医师。医学界著名学者王岱欣然为此书作序。

由此，我这才知道：借助耳廓诊治疾病、养生保健，在我国已有悠久的历史。早在《内经》成书之前，古代医学家就积累了不少耳廓与整体相联系的经验与论述。1973年我国文物考古工作者在湖南长沙马王堆西汉墓出土的大批医籍帛书中，发现了目前已知的最早的经脉学和灸疗学专著《足臂十一脉灸经》和《阴阳十一脉灸经》。而在《阴阳

十一脉灸经》中就有“耳脉”的记载。可见耳廓诊治，源远流长了。

如今，医疗保健网络普布，求医问药不是一件难事，但在某种情况下，一个简便有效，易学易用，毫无副作用的医疗保健法，还是很有生命力的。《防治百病找耳穴》可谓在普及这种人人能一学就会，效果显著的治病养生之法上，作出了十分有价值的努力。

有病治病，无病防病。《防治百病找耳穴》提供了一种极其简便易学、实用有效的方法，人人均可一试。

余鸿源

1992年12月

目 录

耳廓简解 1

耳廓倒置胚胎图(1)

耳廓正面解剖名称图(2)

耳穴标准化方案耳前示意图(4)

耳穴分布规律形象示意图(5)

耳穴标准化方案耳背示意图(6)

耳穴的定位及其功能 7

耳轮脚及耳轮13穴图

耳中(8) 直肠(9) 尿道(10) 外生殖器(11) 肛门(12) 耳尖(13) 肝阳(14) 耳轮1~6(15)

耳舟6穴图(16)

指(17) 风溪(18) 腕(19) 肘(20) 肩(21) 锁骨(22)

对耳轮6穴图(23)

颈椎(24) 胸椎(25) 腰骶椎(26) 颈(27) 胸(28) 腹(29)

对耳轮上脚5穴图(30)

趾(31) 跟(32) 踝(33) 膝(34) 髌(35)

对耳轮下脚3穴图(36)

臀(37) 坐骨神经(38) 交感(39)

三角窝5穴图(40)

神门(41) 内生殖器(42) 盆腔(43) 角窝中(44) 角窝上(45)

耳甲艇12穴图(46)

胃(47) 十二指肠(48) 小肠(49) 大肠(50) 阑尾(51)
肝(52) 胰胆(53) 肾(54) 膀胱(55) 输尿管(56) 艇

角(57)艇中(58)

耳甲腔9穴图(59)

心(60) 肺(61) 气管(62) 脾(63) 口(64) 食道(65) 贲
门(66) 三焦(67) 内分泌(68)

耳屏6穴图(69)

外耳(70) 外鼻(71) 屏尖(72) 肾上腺(73) 咽喉(74)
内鼻(75)

对耳屏6穴图(76)

对屏尖(77) 缘中(78) 枕(79) 颞(80) 额(81) 皮质
下(82)

耳垂10穴图(83)

牙(84) 舌(85) 颌(86) 垂前(87) 眼(88) 内耳(89) 面
颊(90) 扁桃体(91) 目1(92) 目2(93)

耳背4穴图(94)

上耳根(95) 下耳根(95) 耳背沟(96) 耳迷根(97)

耳穴治疗法 98

耳穴指压法(99)

耳穴棒压法(101)

耳穴贴膏法(103)

耳穴压丸法(104)

耳穴针刺法(105)

耳穴放血法(106)

耳穴处方 107

内儿科(108)

感冒(108) 气管炎(109) 支气管哮喘(110) 小儿百日
咳(111) 支气管扩张(112) 流行性腮腺炎(113) 肺
炎(114) 肺结核(115) 高血压病(116) 低血压病(117)
糖尿病(118) 心血管神经官能症(119) 冠心病、心肌梗

塞(120) 心肌炎(121) 风湿性心脏病(122) 心律失常(123) 单纯性白细胞、血小板减少症(124) 食道炎(125) 胃炎(126) 胃、十二指肠溃疡(127) 胃神经官能症(128) 急性肠炎(129) 慢性肠炎(130) 结肠炎(131) 过敏性肠炎(132) 食欲减退(133) 便秘(134) 小儿营养不良(135) 膈肌痉挛(136) 病毒性肝炎(137) 肝病综合症(138) 肾炎(139) 尿路感染(140) 乳糜尿(141) 膀胱炎(142) 肾、输尿管结石(143) 小儿遗尿症(144) 脑血管疾病(145) 神经衰弱(146) 脑震荡后遗症(147) 瘰病(148) 性神经衰弱(149) 遗精(150) 儿童多动症(151) 竞技综合症(152) 更年期综合症(153)

外科(154)

胆囊炎、胆结石(154) 阑尾炎(155) 胆道蛔虫症(156) 急性乳腺炎(157) 乳腺小叶增生(158) 前列腺炎、前列腺肥大(159) 无脉症(160) 雷诺氏症(161) 血栓闭塞性脉管炎(162) 蜂窝组织炎(163) 痔疮、肛裂(164) 脱肛(165) 睾丸炎(166)

骨伤科(167)

落枕(167) 颈椎病(168) 肩关节周围炎(169) 扭伤、挫伤(170) 腰肌劳损(171) 关节炎(172) 坐骨神经痛(173) 足跟痛(174) 颞颌关节功能紊乱症(175)

妇科(176)

经前期紧张综合症(176) 月经不调(177) 闭经(178) 功能性子宫出血(179) 带症(180) 子宫内膜炎(181) 妊娠呕吐(182) 产后乳汁不足(183) 子宫脱垂(184) 女性不孕症(185)

皮肤科(186)

过敏性荨麻疹(186) 带状疱疹(187) 神经性皮炎(188) 皮肤搔痒症(189) 湿症(190) 多汗症(191)

五官科(192)

急性扁桃腺炎(192) 急慢性咽炎(193) 急性结膜炎(红眼病)(194) 麦粒肿、霰粒肿(195) 近视眼(196) 早期白内障(197) 美尼尔氏综合症(198) 耳鸣(199) 化脓性中耳炎(200) 慢性鼻炎(201) 过敏性鼻炎(202)

美容、戒断综合症及其他(203)

减肥(203) 痤疮(204) 面神经瘫痪(205) 黄褐斑(206) 扁平疣(207) 斑秃(208) 戒烟(209) 晕车晕船(210) 冻疮(211)

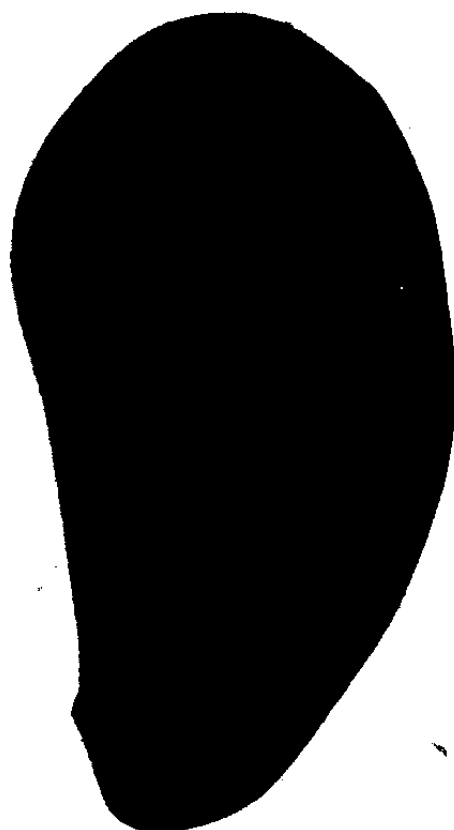
止痛、急症(212)

急性胃绞痛(212) 急性胆绞痛(213) 急性肠绞痛(214) 心绞痛(215) 急性肾绞痛(216) 急性扭、挫伤痛(217) 骨折痛(218) 多发性毛囊炎痛(219) 牙痛(220) 口舌生疮痛(221) 头痛(222) 肋间神经痛(223) 三叉神经痛(224) 痛经(225) 产后宫缩痛、人工流产痛(226) 产后尿潴留(227) 肛门刺痛(228) 鼻衄(229) 外耳廓疼痛(230) 失音症(231) 昏厥(232) 休克(233) 输液、血反应(234) 癌症疼痛(235)

中老年常见病、多发病综合病例(236)

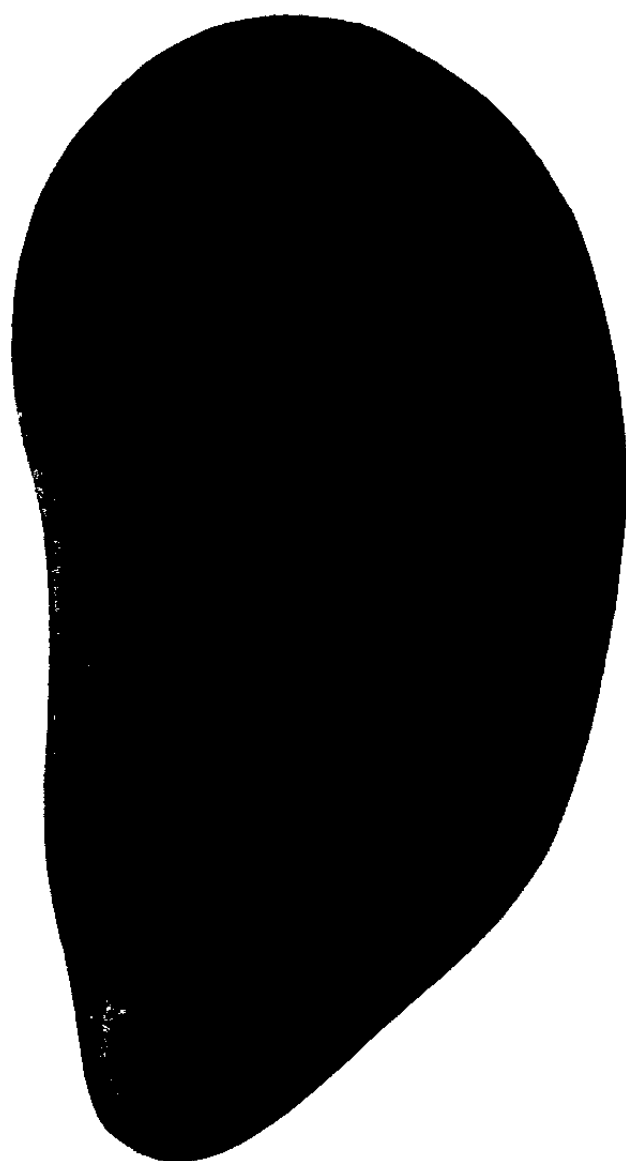
糖尿病与冠心病、前列腺炎(236) 高血压病与冠心病、肥胖症(238) 心肌梗塞与低血压、腰腿疼(239) 慢性肝炎与慢性胃炎、颈椎病(239) 胆石症与十二指肠溃疡、便秘(240) 高血脂症与老年痴呆症、肠炎(241) 肝硬化与心脏病、脑神经衰弱(242) 慢性肾盂炎与慢性气管炎、月经不调(243) 子宫内膜炎与胆囊炎、过敏性荨麻疹(244) 前列腺炎与冠心病、慢性肠胃炎(245) 高血脂症与脑血管硬化、心悸、失眠(246) 风湿性关节炎与白带过多、头晕头痛(247) 乳腺小叶增生与迁延性肝炎、胃脘痛(248) 更年期综合症与颈椎病、耳鸣(249) 过敏性鼻炎与肩周炎、偏头痛、呃逆(250) 颈椎病与附件炎、胃肠神经官能症(251) 性功能减退与脑神经衰弱、心律不齐(252)

耳廓简解



耳廓倒置胚胎图

耳廓的形象颇像一个在子宫内倒置的胎儿，头面部朝下，臀部下肢朝上，胸腹躯干在中间。耳穴在耳廓上的分布是有一定的规律的。头面部的穴位，分布在耳屏和耳垂上；上肢的穴位分布在耳舟；躯干的穴位分布在对耳轮；下肢的穴位分布在对耳轮上脚和下脚；生殖盆腔的穴位分布在三角窝；消化道的穴位分布在耳轮脚周围；腹腔的穴位分布在耳甲艇；胸腔的穴位分布在耳甲腔；咽鼻的穴位分布在耳屏内；内分泌的穴位分布在屏间切迹。



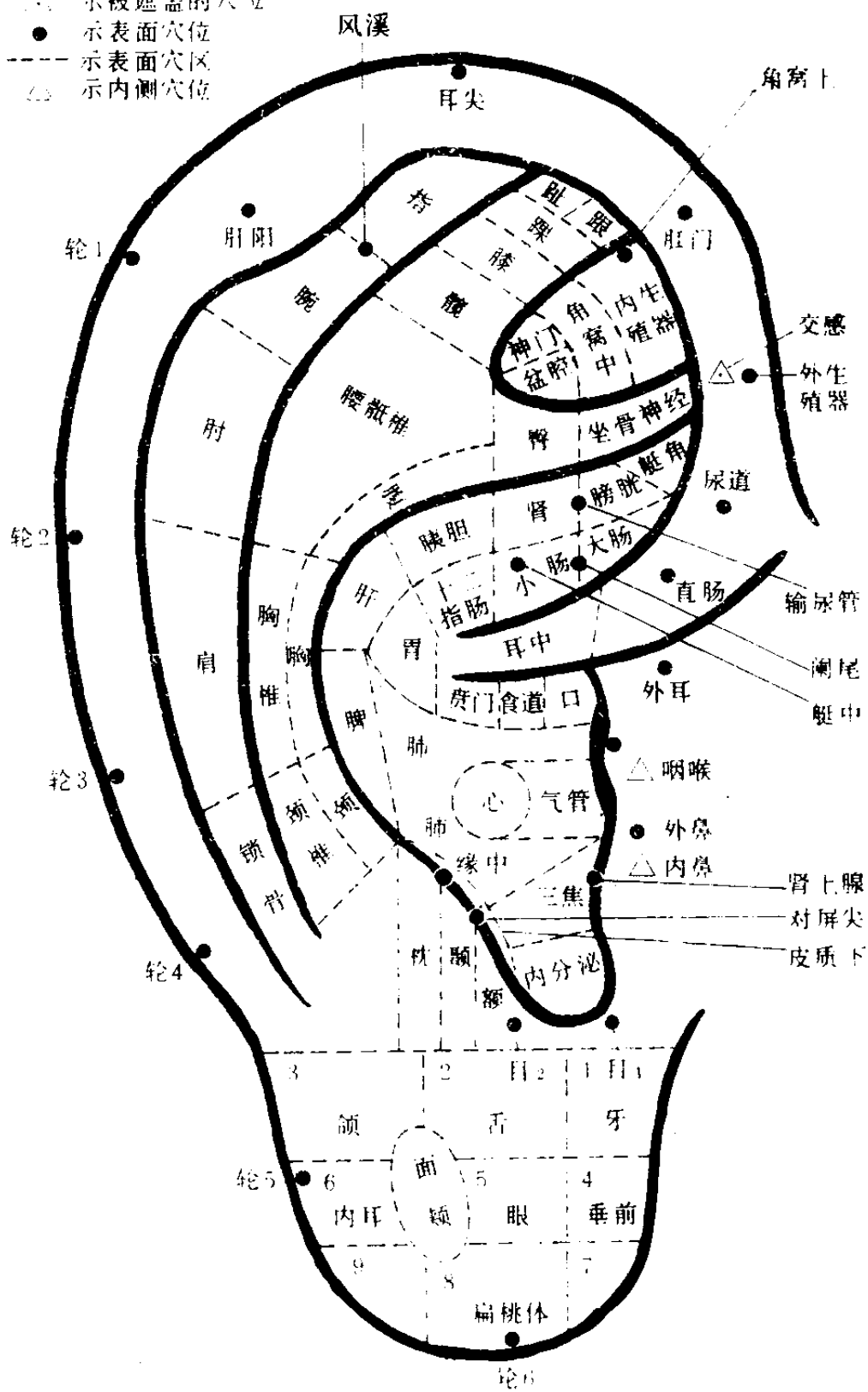
耳廓正面解剖名称图

- 耳轮——耳廓最外圈的卷曲部分。
- 耳轮脚——耳轮深入到耳腔内横行突起部分。
- 耳轮尾——耳轮外下缘无软骨部分。
- 耳轮结节——耳轮外上方较肥大的突出部分。
- 对耳轮——与耳轮相对的隆起部分。
- 对耳轮上脚——对耳轮向上分叉的上支。
- 对耳轮下脚——对耳轮向上分叉的下支。
- 三角窝——对耳轮上下脚之间的三角形凹窝。

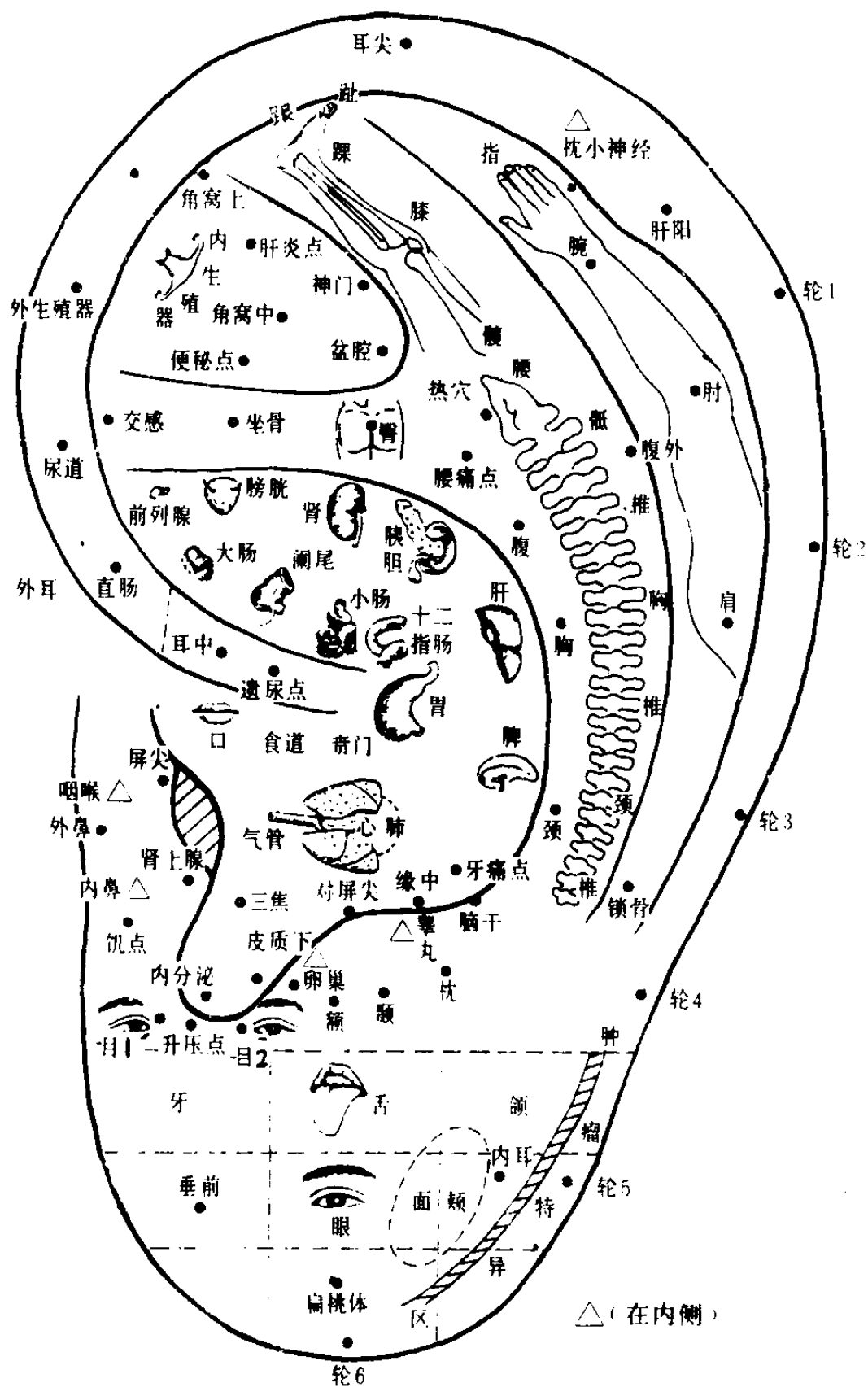
耳舟——耳轮与对耳轮之间的凹沟。
耳甲艇——耳轮脚上面的耳腔部分。
耳甲腔——耳轮脚下面的耳腔部分。
耳屏——耳廓前面的瓣状突起处。
对耳屏——对耳轮的下面,与耳屏相对的隆起处。
耳垂——耳廓下部,无软骨的皮垂。
屏上切迹——耳屏上缘和耳轮之间的凹陷。
屏间切迹——耳屏与对耳屏之间的凹陷。
轮屏切迹——对耳轮与对耳屏之间的凹陷。

图例

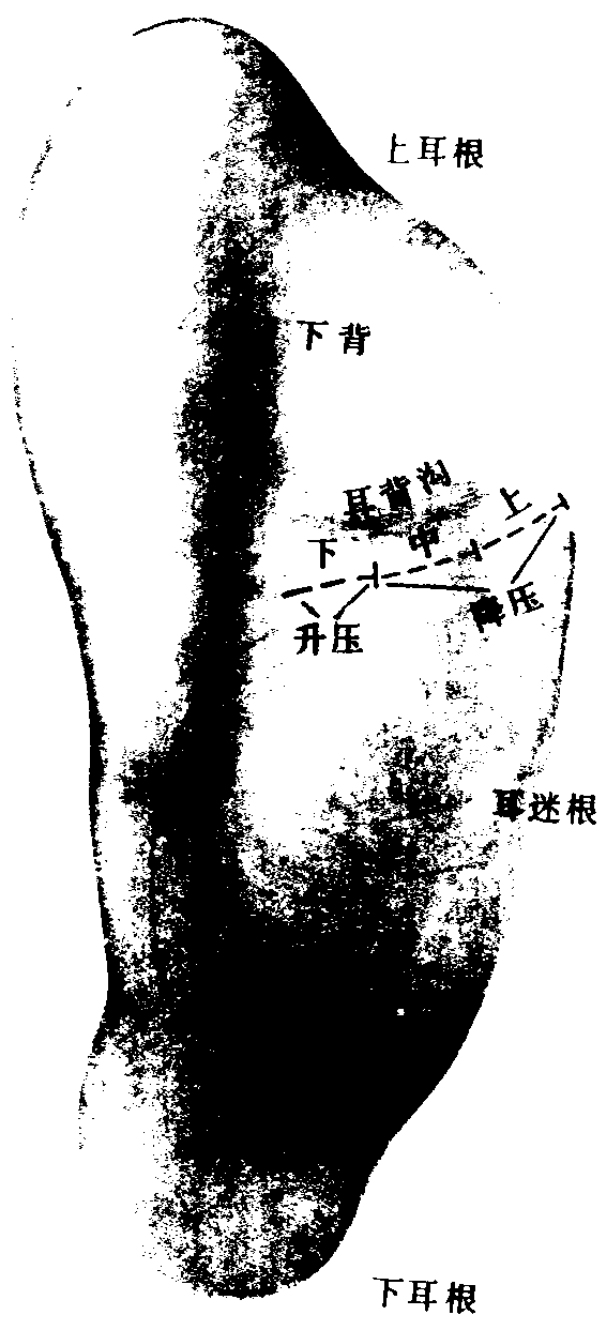
- | | |
|-----|----------|
| —— | 示耳廓解剖轮廓 |
| —— | 示所指部位的穴位 |
| · | 示被遮盖的穴位 |
| ● | 示表面穴位 |
| --- | 示表面穴位区 |
| △ | 示内侧面穴位 |



耳穴标准化方案耳前示意图



耳穴分布规律形象示意图



耳穴标准化方案耳背示意图