

CHANGJIAN  
TENG TONG  
ZHONGYI  
JIANBIAN  
ZHENZHI

常  
见  
疼  
痛  
中  
医  
简  
便  
诊  
治

梁华梓  
主编

金盾出版社

## 前 言

疼痛是临床上最常见的症状之一，人的一生中几乎没有不曾发生过疼痛的。疼痛所涉及的范围，可泛见于内、外、妇、儿、骨伤、肿瘤、神经、五官等科的所有疾病；出现的部位，从头至脚，遍及所有系统和器官；产生的原因，凡寒凝热壅、痰结湿阻、气滞血瘀、食积虫聚、跌仆损伤、气血亏虚、脏腑虚损等，均可导致疼痛发生。且当前临床对某些疼痛往往难于诊治，而剧烈的疼痛不但使患者经受精神和肉体上的痛苦，还可产生继发性损害，甚至出现厥脱之险，严重地危害着人们的身心健康。因此，开展对痛证深入系统的研究，已成为当前临床医学的重大课题，普及防治疼痛的知识，已成为医务人员不可推卸的责任和广大患者的期盼。

中医学对疼痛的认识和诊治，历史悠久，理论独特，治疗范围广泛，疗法众多，效果显著。尤其是针刺止痛，更为简便易行，历来为国内外学者和群众所钟爱。近年来，全国各地普遍设立了疼痛诊治专科，开展对疼痛的临床诊治和实验研究，并取得了可喜的成果。但有关疼痛的理论研究工作尚处于发展之中；古今诊治疼痛的经验及各种疗法，大多散存于历代医书之中；有些效果很好的简便止痛方药，还散落于民间，尚待发掘。有鉴于此，我们在多年临床工作中，注意收集这些资料，结合临床实践，汇集成《常见疼痛中医简便诊治》一书，旨在荟萃古今对疼痛诊治的精华，融会当今医家的经验，以适应临床之需求。

本书的编写特点是以疼痛的部位为纲,西医病名为目,简要地介绍了临床各科 48 种常见疼痛性疾病的简便诊治方法。对每种疾病又分别介绍了诊查要点、应急治疗、简便治疗、饮食调养及其它调护。书中所介绍的各种药物疗法,以及针灸、推拿、气功、火罐、捏脊、刮痧等非药物简便疗法,不仅止痛疗效显著,而且有些疗法还有药(针)到痛止之效。这些药物安全可靠,毒副作用甚小,可供临床医师借鉴及广大患者选用。本书在编写过程中参考了许多公开发表的书刊,有的还作了引用,在本书付梓之际,谨向原作者表示感谢。限于水平,书中疏漏和不足之处在所难免,我们热切地期待广大读者批评指正。

梁华梓

2000 年秋于北京

# 目 录

## 第一章 头面、颈项痛

第一节 头痛 .....	( 1 )
一、感冒头痛 .....	( 2 )
二、偏头痛 .....	( 7 )
三、高血压头痛 .....	( 16 )
四、脑震荡头痛 .....	( 24 )
第二节 面痛 .....	( 28 )
一、颜面疔痈 .....	( 28 )
二、头面丹毒 .....	( 32 )
三、流行性腮腺炎 .....	( 35 )
四、三叉神经痛 .....	( 40 )
第三节 眼痛 .....	( 47 )
一、角膜炎(角膜溃疡) .....	( 47 )
二、闭角型青光眼 .....	( 52 )
第四节 耳鼻痛 .....	( 57 )
一、化脓性中耳炎 .....	( 58 )
二、鼻前庭炎 .....	( 63 )
第五节 咽喉痛 .....	( 66 )
一、急性咽炎 .....	( 67 )
二、急性扁桃体炎 .....	( 72 )

第六节 口舌牙齿痛 .....	(76)
一、复发性口疮 .....	(76)
二、牙痛 .....	(82)
第七节 颈项痛 .....	(93)
一、落枕 .....	(93)
二、颈椎病 .....	(98)

## 第二章 胸胁痛

第一节 胸痛 .....	(106)
一、大叶性肺炎 .....	(106)
二、心绞痛 .....	(111)
第二节 乳房痛 .....	(120)
一、急性乳腺炎 .....	(120)
二、乳房囊性增生病 .....	(127)
第三节 肋肋痛 .....	(130)
一、肋间神经痛 .....	(131)
二、带状疱疹 .....	(135)
三、胆石病 .....	(142)

## 第三章 肩背腰胯痛

第一节 肩背痛 .....	(151)
一、肩关节周围炎 .....	(151)
二、强直性脊柱炎 .....	(159)
第二节 腰及腰胯痛 .....	(163)
一、急性腰扭伤 .....	(164)
二、慢性腰肌劳损 .....	(171)
三、腰椎间盘突出症 .....	(178)

四、肾结石 .....	(185)
五、坐骨神经痛 .....	(191)

## 第四章 腹痛

第一节 胃痛 .....	(199)
一、胃炎 .....	(199)
二、消化性溃疡 .....	(207)
第二节 腹痛 .....	(214)
一、急性胰腺炎 .....	(215)
二、急性阑尾炎 .....	(219)
三、细菌性痢疾 .....	(224)
四、溃疡性结肠炎 .....	(232)
五、蛔虫病 .....	(238)
六、盆腔炎 .....	(245)
七、痛经 .....	(251)

## 第五章 四肢关节痛

第一节 关节痛 .....	(260)
一、风湿性关节炎 .....	(260)
二、类风湿性关节炎 .....	(269)
三、痛风性关节炎 .....	(277)
四、肱骨外上髁炎 .....	(283)
第二节 足痛 .....	(288)
一、踝关节扭伤 .....	(288)
二、跟痛症 .....	(294)
三、血栓闭塞性脉管炎 .....	(299)

# 第一章 头面、颈项痛

## 第一节 头 痛

头痛是泛指全头或局部发生的以疼痛为主证的自觉性症状而言,是临床最常见的症状之一,既可单独出现,也可出现于内、外、精神、神经、五官等各科的多种急、慢性疾病之中。常由头部疾病或全身疾病或精神因素引起,也可以是五官病变的一种反射症状,还可能是某些严重疾病的一种信号。头面部的皮肤、肌肉、骨膜、脑膜、血管、神经及各种器官等颅内、外组织均属疼痛敏感组织,故凡炎症刺激、颅脑损伤、肿瘤、脑血管及其它全身疾病等均可引起颅内、外敏感组织受累而产生头痛症状,或源于五官疾病的眼源性、耳源性、鼻源性和牙源性疼痛的刺激,通过神经元的兴奋中枢扩散作用或颅内血管扩张,使这些组织结构受到牵拉、推移、挤压、扩张或炎性刺激而致头部不同部位的疼痛。临床出现头痛症状的最常见疾病主要有外感发热、血管神经性头痛、脑炎、脑膜炎、高血压、脑血管病、脑瘤、脑震荡、青光眼、额窦炎、三叉神经痛、肌肉收缩性头痛等。

中医文献中除有“头痛”记载外,还有“头风”、“首风”、“脑风”、“脑痛”、“真头痛”等名称,均以头痛症状为主要表现,认为“头为诸阳之会”,“清阳之府”,又为髓海所居,五脏精华之血,六腑清阳之气,皆上注于头,若气血充盈,脏腑协调,阴阳

平秘，无外感内伤，则无头痛之虞。故凡邪犯巅顶、热毒上攻、痰浊上蒙、清阳被阻，或阴阳失调、气血逆乱、肝火上扰、肝阳上亢、肝风内动、瘀阻脑络，或脏腑虚损、气虚清阳不升、血虚脑髓失荣、肾虚髓海不充等均可发生头痛。临床根据病因不同，可分为外感头痛和内伤头痛两大类。外感头痛多因风寒湿热及疫毒等外邪引起，证候类型有风寒头痛、风热头痛、风湿头痛；内伤头痛与肝、脾、肾三脏的阴阳平衡失调及气血盛衰有关，证候类型有肝阳头痛、痰浊头痛、瘀阻头痛、气虚头痛、血虚头痛、肾虚头痛等。此外，手足三阳经脉皆循行于头面，厥阴经脉上于巅顶，故亦可运用经脉辨证，按疼痛部位分为三阳头痛和厥阴头痛进行治疗。

## 一、感冒头痛

感冒有普通感冒和流行性感冒(流感)，都是病毒感染引起的急性上呼吸道传染性疾病。两者症状基本相同，均以发热恶寒，头痛，全身酸痛，鼻塞流涕，喷嚏咳嗽等为主要症状。但病情轻重不同，轻者中医俗称“伤风”，重者称“重伤风”。若病情较重，且在一段时间内广泛流行，证候类似，就称“时行感冒”。感冒头痛是指感冒或流感出现以头痛为主的证候，属外感头痛范畴，多因感受风寒热湿及疫毒等外邪造成经脉闭塞，气血流行不畅，或热毒上扰，或湿蒙清空而出现头痛诸疾。临床主要证候有风寒头痛、风热头痛、风湿头痛、热毒上攻头痛。

### 【诊查要点】

#### (一)临床表现

发病前多有受凉、劳累，或与流感患者接触。发病急，轻者全身不适，鼻塞流涕，鼻痒喷嚏；重者发热恶风寒，头痛，全身酸痛，咽痛，咳嗽。流感可并发肺炎等症。

## (二) 实验室及其它检查

白细胞计数正常或减少,淋巴细胞相对增多,病毒分离、补体结合试验阳性,荧光抗体试验可作出快速诊断。

## (三) 鉴别诊断

感冒,尤其是流感极易与某些急性传染病初起症状相混淆,故临床除区分普通感冒及流感外,更重要的是排除麻疹、流行性脑脊髓膜炎等急性传染病。

### 【简便治疗】

#### (一) 应急治疗

头痛剧烈时,可针刺头痛点、太阳、印堂、风池、合谷,或加耳尖、少商点刺放血,即能缓解头痛。

#### (二) 简便治疗

##### 1. 验方治疗感冒头痛

(1) 风寒头痛:①川芎、白芷、赤芍各 15 克,羌活 12 克,延胡 10 克,三七粉 6 克(分冲),细辛 3 克;或川芎、白芷各 10 克,葱白 3 根,生姜 3 片,水煎服。②制川乌、白芷、僵蚕各 6 克,甘草 10 克,共研细末,每次 2 克,每日 3 次,清茶送服。

(2) 风热头痛:①桑叶、菊花、黄芩、蔓荆子各 9 克。②生石膏 30 克,川芎、白芷、菊花各 9 克,细辛 3 克。③生石膏 100 克(先煎),黄芩 20 克,知母、荆芥、防风、菊花、薄荷、川芎、白芷、枳实各 15 克,丹参、白芍、葛根、梗米各 30 克,甘草 10 克(适用于风热夹瘀头痛,范德斌验方)。任选 1 方,水煎服。

(3) 风湿头痛:野菊花、夏枯草各 20 克,稀莩草 30 克;或羌活、苍术、川芎、白芷、荆芥、防风、藁本各 9 克,细辛 3 克,水煎服。

2. 针刺治疗感冒头痛:主穴取阿是穴、太阳、风池、风门、大椎、合谷。风寒加外关;风热加曲池、列缺;风湿加足三里、阴

陵泉、三阴交；前头痛加上星、印堂、攒竹、内庭；头顶痛加百会、四神聪、内关、太冲、涌泉；后头痛加天柱、后溪、申脉；偏头痛加悬颅、头维、率谷、外关、足临泣；全头痛加百会、列缺、委中、昆仑，用泻法，强刺激，留针 20 分钟，每日 1 次。

3. 耳针治疗感冒头痛：常用耳穴有敏感点、皮质下、内鼻、外鼻、耳尖（放血）、额、枕，每次取 2~3 穴，用泻法，强刺激，留针 30 分钟，每日 1 次。

4. 手针治疗感冒头痛：可根据头痛的部位选取手穴前头点、前顶点、偏头点，直刺或斜刺，中强刺激，留针 3~5 分钟。

5. 腕踝针治疗感冒头痛：可根据头痛的部位选取腕踝穴，前头痛取上 1，头顶痛取上 4，后颞痛取上 5，后头痛取上 6，先快速捻转刺入皮下，再沿皮下向上推进 1.5~2 寸，留针 1~2 小时。

6. 电针治疗感冒头痛：取穴同针刺疗法，每次取 1~2 对穴，或取头痛点、风池，或头痛点、合谷，每次取 1 组穴，针刺得气后，接电针仪，针感调至患者最大耐受度，每日 1 次。

7. 水针治疗感冒头痛：常用穴有阿是穴、攒竹、风池、身柱、曲池，每次选取 2~3 对穴，各注入维生素 B<sub>1</sub> 注射液 0.3 毫升~0.5 毫升，亦可选用川芎、柴胡、防风、当归等注射液，每日或隔日 1 次。

8. 梅花针治疗感冒头痛：叩刺阿是穴、印堂、太阳、合谷、背部膀胱经循行线（风池~膈俞），以皮肤潮红或微出血为度，隔日 1 次。

9. 激光照射治疗感冒头痛：取穴同针刺疗法，每次选取 2~4 穴，用功率 1~30 毫瓦的氩-氟激光各照射 2~5 分钟，每日 1 次，重者 2 次。

10. 拔火罐治疗感冒头痛：在印堂、太阳、风池、大椎、肺

俞、曲池等穴拔火罐 15 分钟，亦可先用梅花针叩刺后再拔火罐，每日 1 次。

11. 刮痧治疗感冒头痛：先刮百会、风池、大椎、天柱，点揉头维、太阳；继刮肩井、风门、曲池、外关，点揉列缺、合谷；再刮血海、阴陵泉、足三里、丰隆、三阴交。

12. 艾灸治疗感冒头痛：风寒头痛可在太阳、风池、大椎、合谷等穴施艾炷隔姜片各灸 3~5 壮，或艾条温和灸 20 分钟。亦可采用温针灸，每穴 1~2 壮，每日 1 次。

13. 灯火灸治疗感冒头痛：可在阿是穴、印堂、太阳、阳白、攒竹、前发际、后发际、百劳、合谷等穴各灼 1 焦。

#### 14. 药物热敷治疗感冒头痛

(1) 风寒头痛：①取生姜切片(或内夹雄黄)，煨热后敷贴太阳穴 60 分钟，每日 1 次。②取白芷末(或加细辛末)30 克，加面粉适量调制成药饼烘热，趁热敷患处，每次 60 分钟，每日 1 次。③取生附子、青盐各 15 克，共捣碎炒烫，布包热敷患处，每次 30 分钟，每日 2 次。④取苏叶、紫菀、菖蒲、莱菔子、牛蒡子、猪牙皂各 15 克，水煎，用纱布浸药液后稍拧干，趁热敷患处及胸部，每次 30 分钟，每日 1 次。⑤取皂角适量研末，加麝香(或冰片代)少许，用绵纸包裹置头顶，然后取青盐 250 克炒烫，布包压放头顶绵纸包上，热敷 20~30 分钟，每日 2 次。

(2) 风热头痛：①取生石膏 60 克，晚蚕砂 30 克，用盐水或醋调，炒烫布包热敷患处 60 分钟，每日 1 次。②取萝卜叶适量，冰片少许，共捣烂，焙热敷患处。

#### 15. 药物外敷治疗感冒头痛

(1) 风寒头痛：取川芎、白芷(或加麻黄)各 3 克，共研细末，加葱白 1 段共捣烂；或取生川乌、生南星各等份，共研细末，用生姜汁或大蒜汁调成糊状，敷贴太阳穴或患处 60 分钟，

每日1次。

(2)热盛头痛:①取大黄、芒硝各9克,生石膏15克,共研细末,用醋调成糊状;或石膏60克,栀子15克,白芷、薄荷各10克,用浓茶水调成糊状,敷贴痛处、太阳、前额,每次60分钟,每日1次。②取桃仁、杏仁、栀子、枣仁各10克,共研细末,用艾叶水或陈茶叶水调成糊状,冷敷痛处、风池、大椎,每次60分钟,每日2次。

16. 药物敷脐治疗感冒头痛:取银花、连翘、钩藤各9克,栀子、黄芩、豆豉、荆芥各6克,薄荷、甘草各3克,共研细末,用鸡蛋清和蜂蜜调制成药饼,敷贴于神阙穴上(薛涛验方);或麻黄、香薷各15克,桔梗12克,板蓝根、蒲公英各10克,共研细末,取药末填满脐窝,外用胶布封固(张群才验方),均每日更换1次。

17. 药物涂擦治疗感冒头痛:风寒头痛取葱白、生姜各30克,食盐6克,共捣烂,加白酒调匀用纱布包裹,涂擦前额、太阳、风池、大椎、背部、前胸、肘窝、手足心后,盖被静卧,汗出而愈。

18. 药物塞鼻治疗感冒头痛:风寒感冒头痛取白芷末3克,冰片0.6克,共混匀,用药棉裹药末,塞一侧鼻孔,双侧交替塞药(韩家驹验方)。

19. 烟熏治疗感冒头痛:风寒头痛取白芷、冰片各等份,共研细末,制成药捻,点燃置鼻下熏吸。

20. 推拿治疗感冒头痛:用一指禅推法,先从印堂开始沿前额发际推至太阳,配合点按印堂、攒竹、阳白、鱼腰等穴;继用五指拿头顶至风池,并点按风池、天柱等穴;再沿膀胱经从风池拿至大椎;然后滚、按、揉、拿大椎、风门、肩井、肺俞、曲池、合谷,并拍击背部两侧膀胱经,每日1次。

### (三) 饮食调养

1. 饮食原则：饮食宜清淡，宜食姜、葱、豆豉、芹菜等有助疏风散邪的食品，可多食蔬菜、水果，发热者可食些清凉食品。忌食肥厚、粘滞、燥热、辛辣刺激的食物。

#### 2. 食疗选择

(1) 风寒头痛：可选食葱豉粥、川芎白芷炖鱼头、川芎糖茶等。

(2) 风热头痛：可选食绿豆粥、豆豉粥、芦根粥、绿豆汤、鲤鱼头汤、西瓜汁、薄荷糖、桑菊薄荷饮等。

(3) 风湿头痛：可选食荷叶粥、屈头鸡汤、银花茶、白芷糖茶、藿香芦根饮等。

### (四) 其它调护

1. 患病后适当休息，保证充足睡眠，发热时应卧床休息，多饮开水。

2. 积极锻炼身体，以增强体质，抵御外邪侵袭。气候急剧变化，适时增减衣服，预防感冒。

3. 经常开窗通风，保持居室空气清新。流感期间，不到公共场所，避免相互传染，并可服用板蓝根冲剂或用食醋熏蒸房间，主动预防。

## 二、偏头痛

偏头痛属于血管性头痛的一种，是头部血管舒缩功能障碍引起的一种反复发作性头痛。以女性多见，常于青春期发病，至中年以后逐渐减轻或停止。临床以单侧阵发性剧烈头痛，伴视觉异常，恶心呕吐等为特征。中医亦称“偏头痛”，文献中还有“少阳头痛”、“偏头风”、“头风”、“脑风”等名称，均有类似症状描述。头痛发作开始时，颈内动脉分支痉挛，引起相应

脑组织功能障碍，随后颈外动脉分支转为扩张，搏动增强而出现偏头痛。中医认为，“头为诸阳之会”，“清阳之府”，五脏精华之血、六腑清阳之气，皆上注于头。故凡外遭风邪侵袭，清阳被阻，或内伤七情，饮食、劳倦等造成气血逆乱，脉络瘀阻，气血运行不畅，脑络痹阻不通，或脏腑虚损，气血虚弱，肾精不足，脑髓不充等均可引起偏头痛。病机常与风、瘀、痰、虚等因素有关。临床所见有风邪入脑、瘀阻脑络、肝火上扰、肝阳上亢、痰浊上蒙、气血亏虚、肾精不足等证型。

### 【诊查要点】

#### (一) 临床表现

偏头痛常在精神紧张，情绪波动，气候变化，劳累过度，月经来潮及饮酒后诱发。典型偏头痛在发病前多有突然出现视觉异常，如畏光，眼前闪光冒火星，视野缺失或半身麻木，肢体感觉异常等现象，继而出现一侧额、颞及眼眶部胀痛、跳痛，渐扩散到半侧头部。少数病例为双侧或偶有左右侧交替发作者。严重时可发展至全头部及颈部，出现剧烈刺痛、牵掣痛，伴恶心呕吐，出汗，面色苍白或潮红，容易激动，疲劳无力，畏光流泪，便秘或腹泻等。每次发作时间从数小时至二三日，发作周期为数天、数月或数年不等，疼痛缓解后，常有乏力，精神不振。间歇期患者一如常人，多无阳性体征。

#### (二) 实验室及其它检查

发作时脑血流图检查可见脑血管呈收缩或舒张状态。必要时应摄头颅平片、脑血管造影、CT及磁共振(MRI)等检查，以除外器质性头痛。

#### (三) 鉴别诊断

临床首先应与其它血管性头痛、紧张性头痛及其它疾病如颅内疾病、脑血管畸形、癫痫性头痛、颈性头痛及五官科疾

病引起的头痛相鉴别。

### 【简便治疗】

#### (一) 应急治疗

1. 头痛发作时，急服速效救心丸 15~20 粒，头痛可停止；出现发作先兆时，口服 10 粒，有明显预防发作的效用(何天友经验)。

2. 取川芎、白芷、炙远志各 12 克，冰片 4 克，细辛 3 克，共研细末，取药末少许，用纱布包裹塞入健侧鼻孔 3~5 分钟后，头痛即可逐渐消失(时长才经验)。

3. 头痛发作时，急针刺患侧太阳透颞髃、太冲、健侧合谷等穴，捻针 1 分钟，中强刺激，留针 30 分钟，间歇运针 1~2 次。头痛较剧时，可加刺患侧风池、率谷(赵平平经验)。

#### (二) 简便治疗

##### 1. 验方治疗偏头痛

(1) 川芎、白芷各 15 克，羌活、蔓荆子各 12 克，防风 9 克，半夏、升麻、薄荷、甘草各 6 克，细辛 5 克。肝火偏盛加栀子、龙胆草；痰盛加胆星、陈皮；久痛入络加赤芍、桃仁，水煎服(王福林验方)。

(2) 珍珠母 30 克，生地 18 克，当归、白芍、地龙、牛膝、土鳖虫各 9 克，龙胆草、防风、川芎、全蝎各 5 克，水煎服。适用于肝火亢盛(陆芷青验方)。

(3) 川芎 30 克，当归、白芍、白芷、葛根、柴胡、僵蚕各 15 克，吴萸、甘草各 10 克，细辛 7.5 克。夹肝火加山栀、龙胆草、夏枯草；肝阳上亢去川芎、吴萸，加石决明、生龙骨、生牡蛎；夹痰湿加制南星、制半夏、羌活；夹瘀滞加桃仁、红花，水煎服(陈治水验方)。

(4) 牛膝 30 克，川芎、生石决明各 20 克，蔓荆子 10 克，僵

蚕、琥珀各 5 克。肝火旺者加龙胆草、生地、黄芩、柴胡；肝阳上亢者加天麻、钩藤；头痛甚者加菊花、白芷、藁本，水煎服（王文明验方）。

(5) 白芍、赤芍各 20 克，川芎 15 克，天麻 10 克，红花、全蝎各 9 克，细辛、甘草各 3 克，蜈蚣 1 条。兼风寒外袭加葛根、白芷、萆薢；夹肝火上扰加龙胆草、钩藤、牛膝；兼痰浊中阻加白术、制半夏、茯苓；肝郁气滞加柴胡、香附；气血不足加当归、黄芪；肝肾不足加生地、龟板、五味子，水煎服（蒋森等验方）。

## 2. 针刺治疗偏头痛

(1) 主穴取百会、悬颅、头维、太阳、合谷、阿是穴。风邪入脑加风池、风府、风门、外关；肝郁气结加期门、日月、支沟、阳陵泉；肝郁化火加风池、期门、神门、行间、侠溪、足窍阴；肝阳上亢加风池、肝俞、曲池、太溪、太冲；痰浊上蒙加中脘、列缺、足三里、丰隆；瘀血阻络加膈俞、血海、地机、三阴交；气血亏虚加肝俞、脾俞、章门、气海、关元、足三里、三阴交；肾精不足加肾俞、命门、关元、太溪，每次选 3~6 穴，用提插捻转强刺激，留针 30 分钟，间歇运针 2~3 次，每日 1 次。亦可配合电针。如能在头痛发作的先兆期针刺，则可取得理想效果。

(2) 主穴取局部痛点、丝竹空透率谷、颌厌透悬颅、列缺、合谷、足临泣。肝阳偏头痛加四神聪、翳风、风池；瘀血偏头痛加血海、地机；痰浊偏头痛加中脘、足三里、丰隆，每次选 4~6 穴，中强刺激，留针 20 分钟，间歇运针，每日 1 次。

3. 耳针治疗偏头痛：常用耳穴有额、枕、肾、胆、神门、皮质下、敏感点、枕小神经、耳背上 1/3 处第一条血管，每次取 3~4 穴，强刺激，留针 30 分钟，间歇运针 2~3 次，每日 1 次。也可埋针或贴压王不留行籽，5~7 日更换 1 次。顽固性偏头痛可在耳背血管放血。

#### 4. 头皮针治疗偏头痛

(1)偏头痛取头穴感觉区上1/5,血管舒缩区上1/2,用毫针刺后快速捻转1分钟,或通电15分钟;或取颞前线自颌厌至悬厘,颞后线自率谷向曲鬓透刺。

(2)血管性头痛取头穴安神穴、感觉区下2/3(双),用捻转补泻,留针15分钟,每日或隔日1次,7次为1个疗程。

5. 眼针治疗偏头痛:取眼穴上焦区,沿皮刺得气后即拔针,每日1次(注意勿刺伤眼球)。

6. 鼻针治疗偏头痛:取鼻穴心穴、首面穴,以轻缓捻转手法进针,得气后留针20分钟,刺首面穴时,可由额正中处向眉心透刺,每日1次。

7. 面针治疗偏头痛:取面穴首面点、肝点、肾点,徐徐进针,得气后留针30分钟,间歇运针3次,每日1次。亦可皮内埋针。

8. 腕踝针治疗偏头痛:前颞头痛取腕踝穴上2、后颞头痛取上5,快速捻转刺入皮下,沿皮向上推进1.5寸,留针1~2小时,每日1次。

9. 手针治疗偏头痛:可根据头痛的部位,取手穴前头点、后头点、前顶点、偏头点,直刺或斜刺入穴,中强刺激,留针3~5分钟,每日1次。或加电针,也可皮下埋针或手穴无痛按摩。

10. 足针治疗偏头痛:取足穴1、24、25号穴,速刺入0.5寸深,留针30分钟,左侧头痛刺右足穴,右侧头痛刺左足穴,每日或隔日1次。

11. 电针治疗偏头痛:常用穴取阿是穴、风池、列缺、合谷、太冲,针刺得气后,接电针仪,选疏密波,亦可在入迎刺入皮内后,选用连续波,刺激强度以患者能耐受为度,每次15分