

【一目了然学中医丛书】



针灸甲乙经 一学就通

让你轻松学习中医精华的入门书

◎林政宏博士 编著

是中国医学的重要组成部分，发展到汉晋时逐渐完备，



腋纵纹头上1寸

肩贞



太渊

腕横纹上，
桡侧凹陷中



腕骨

横纹头赤白肉际



商丘

内踝高点

1寸

广东省出版集团
广东科技出版社
全国优秀出版社

【一目了然学中医丛书】

针灸甲乙经

一学就通

● 林政宏博士 编著

广东省出版集团
广东科技出版社
· 广 州 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

针灸甲乙经—学就通/林政宏编著. —广州: 广东科技出版社,
2007.5

(一目了然学中医丛书)

ISBN 978-7-5359-4279-1

I. 针… II. 林… III. 针灸甲乙经—基本知识 IV. R245

中国版本图书馆CIP数据核字 (2007) 第031373号

广东科技出版社获得授权在中国大陆地区出版发行本书的中文
(简体字) 版。版权所有, 侵权必究。

广东省版权局著作权合同登记

图字: 19-2007-23号

责任编辑: 应中伟

封面设计: 李康道

责任校对: 雪 心

责任印制: 严建伟

出版发行: 广东科技出版社

(广州市环市东路水荫路11号 邮码: 510075)

E-mail: gdkjzbb@21cn.com

<http://www.gdstp.com.cn>

经 销: 广东新华发行集团股份有限公司

印 刷: 佛山市浩文彩色印刷有限公司

(南海区狮山科技工业园A区 邮码: 528225)

规 格: 889 mm × 1 230mm 1/32 印张6.5 字数130千

版 次: 2007年5月第1版

2007年5月第1次印刷

印 数: 1 ~ 10 000册

定 价: 32.00元

如发现因印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系调换。



作者：林政宏博士

学历：

- 台湾高雄医学大学药学硕士
- 中国国际针灸师
- 广州中医药大学医学博士

著作：

- 《中医入门一学就通》
- 《黄帝内经一学就通》
- 《脉诊一学就通》
- 《瀕湖脉学一学就通》
- 《图解针灸一学就通》
- 《针灸甲乙经一学就通》
- 《一目了然学方剂》
- 《中医养生 洞悉肥胖症与高脂血症》
- 《99味常用中药入门》
- 《图解中医诊断入门》
- 《图解伤寒论》
- 《金匱要略一学就通》
- 《续99味常用中药入门》



序

针灸起源于中国，源远流长，中国历代以来擅用针灸的医家不在少数。

早在1800多年前，中国第一部针灸专著——《针灸甲乙经》，已经详细记载有古代的针灸之术，光是以针的形态来说，就有所谓“鑱针、员针、鍉针、锋针、铍针、圆利针、毫针、长针、大针”九种类型。

至于针刺的方法则更为讲究，比如：用于九种不同的病变，用于十二经脉的病证，以及用于五脏病变的针刺方法，各有不同。

除此以外，《针灸甲乙经》所论述的针灸处方有500多个，可以治疗的病证有200多种，这些说明，在当时，为了解除广大百姓的疾患，针灸的医疗技术已经达到相当高的水平。

然而，根据联合国世界卫生组织公布的针灸处方，却仅能用于治疗43种疾病。如下：

1. 上呼吸道：①急性鼻窦炎；②急性鼻炎；③伤风、感冒；④急性扁桃体炎。
2. 呼吸系统：①急性气管炎；②支气管哮喘。
3. 眼睛疾患：①急性结膜炎；②中心视网膜炎；③近视；④白内障。
4. 口腔疾患：①牙痛；②拔牙后牙疼；③齿龈炎；④急性与慢性咽炎。
5. 胃肠疾患：①食道与贲门痉挛；②打呃；③胃下垂；④急性与慢性胃炎；⑤胃酸过多；⑥缓解慢性十二指肠溃疡之疼痛；⑦急性十二指肠溃疡；⑧急性与慢性肠炎；⑨急性菌痢；⑩便秘；⑪下痢；⑫麻痹性肠阻塞。
6. 神经与骨骼肌肉疾患：①一般性头痛；②偏头痛；③三叉神经痛；④初期之颜面神经麻痹；⑤脑卒中后之轻微瘫痪；⑥末梢神经病变；⑦初期小儿麻痹后遗症；⑧美尼尔氏症候群；⑨神经性膀胱功能不良；⑩夜间遗尿；⑪肋间神经痛；⑫颈臂神经症候群；⑬五十肩；⑭网球肘；⑮坐骨神经痛；⑯下背痛；⑰骨关节炎。

针灸疗效真的只限于此吗？

针灸理论源自于《黄帝内经》。《黄帝内经》以阴阳五行学说为基础，由于西方人不懂得中医所讲的“阴、阳、气、血”，他们看来，针灸的治疗范围自然会受到极大的限制，这是可以理解。

如今，随着针灸疗法被世人所肯定，我们再回溯中国古代的经典著作，越发感到不胜唏嘘，中医与针灸的精华虽然曾因清朝国力的衰败而黯淡，却未曾因此而彻底失去光芒，笔者相信，终有一天，这颗曾被埋没的瑰宝，必定会再现灿烂的辉煌！

由于《针灸甲乙经》的内容过于冗长而繁琐，本书去其糟粕，取其精华，节选目前临床常见的病证，以及重要的针灸理论，详细论述每个穴位的定位与特点，盼望能帮助读者用最有效率的方式，轻松地学习《针灸甲乙经》的精华内容。

林政宏博士

《针灸甲乙经》简介

《针灸甲乙经》，原书10卷，后改为12卷，共128篇。晋·皇甫谧所撰，原名为《黄帝三部针灸甲乙经》。

在《针灸甲乙经》之前，虽然已经存在有号称为《针经》的《灵枢经》，但《灵枢经》对于腧穴的论述，却只提到了150多个穴名，对于腧穴的位置、取法、主治与针刺深浅等甚少提及；由于其论述的内容仍不尽完善，故皇甫谧广泛收集《灵枢经》、《素问经》，以及《明堂孔穴针灸治要》三书的精要编辑而成《针灸甲乙经》。

《针灸甲乙经》主要论述脏腑经络、脉诊理论、腧穴部位、针灸方法、禁忌、病因病理，以及各类病证、针灸取穴等，特别是对经穴的归纳，不仅统一了腧穴的名称与作用，对于内科、妇科、儿科、外科、五官科的针灸论治处方更为详尽，是我国现存最早且内容比较完整的一部针灸著作。

值得一提的是，针灸处方的出现，是《针灸甲乙经》的主要贡献之一。也就是说，《针灸甲乙经》在前人的基础上，更加深入地从简单的个别穴治疗，发展到相互配穴的运用，大大加强了针刺治疗的效果。书中论述了500多个针灸处方，200多种病证，比如：衄血取腕骨；咳血取大陵；痔疾取攒竹；乳痈取太冲、复溜；失眠取浮郄；遗尿取神门、委中；大便艰难取中渚、大钟等取穴经验，都广为后人所沿用。

《针灸甲乙经》总结了魏、晋代以前的医家经验，是现存最早的针灸巨著，虽然至今已有1800多年，但视其内容，可见当时的针灸水平已经极高，它所阐述的针灸理论内涵，甚至超越了现今医疗科技发达的时代；因此，笔者将之推荐给有志于研究针灸者。《针灸甲乙经》确是一本值得深入探讨与钻研的针灸著作。




目 录

一 针灸原则

1. 针灸禁忌第一上····· 1
2. 针刺方法（九针九变十二节五刺五邪）····· 3
3. 缪刺····· 7
4. 针道····· 9

二 针灸处方

1. 头痛····· 11
2. 心痛、胸痹、心病····· 19
3. 咳喘、气逆····· 28
4. 肝病与胸痛····· 37
5. 口苦、悲恐等心胆诸证····· 50
6. 四肢不用之脾病····· 57
7. 腹胀、肠鸣等脾胃病····· 59
8. 腹胀、腰痛等肾病····· 72
9. 小便不通、腹肿等三焦病····· 87
10. 大小便不通等三焦病····· 91
11. 胸中发寒····· 94
12. 突然昏厥····· 96
13. 腹泻下痢····· 98
14. 消渴、黄瘁等气滞病····· 104
15. 崩中、瘀血等血病····· 111

- 
- 
- 
16. 痲痘、痲风等寒邪入络病_上.....119
17. 痲痘、痲风等寒邪入络病_下.....123
18. 耳鸣、健忘等诸病.....131
19. 说不出话之病.....141
20. 失眠、喘息等诸病.....145
21. 眼病.....155
22. 耳聋、耳鸣.....165
23. 流鼻血.....174
24. 喉痹、咽痛.....178
25. 妇女杂病.....182

一针灸原则



1. 针灸禁忌第一上

本部分主要阐述针刺治疗时，应当注意的各项禁忌。

《刺法》上说：当患者身体出现高热时，不要针刺；大汗淋漓时，不要针刺；脉象逆乱时，不要针刺；脉证不符时，不要针刺。

高明的医生，在疾病尚未形成时，便以针刺来预防它；

次一等的医生，在疾病仍严重时，进行针刺；

再次一等的医生，在病邪将去时，才进行针刺；

而拙劣的医生，有的是在病邪开始侵袭时针刺，有的是在病势正盛时针刺，有的是在脉证不符时针刺，如此任意针刺，贻患无穷。

在病邪正盛时，不要针刺，以免邪气未除，而正气先伤；必须在病邪渐衰时，乘胜刺之，疗效较佳。因此说：“上工治未病，不治已病。”

高热时，
不要针刺

大汗淋漓时，
不要针刺



脉象逆乱时，
不要针刺

脉证不符时，
不要针刺

在天气严寒时，由于血脉凝滞，不适合针刺；
在温暖的时节，人体的气血流畅，才是针刺的良机。

月生之时，人体气血较弱，此时不要用泻法；

月盈之时，人体气血较强，此时不要用补法；

月亏之时，人体气血衰微，不适合针刺。

刚行房完不可针刺，已针刺的不要行房。

大怒者不可针刺，已针刺的不要发怒。

劳累过度者不可针刺，已针刺的不要疲劳过度。

酒醉时不可针刺，已针刺的不要饮酒。

饮食过饱者不可针刺，已针刺的不要吃太多。

饥饿者不可针刺，已针刺的不要使其饥饿。

口渴时不可针刺，已针刺的不要使其口渴。

乘车来求医者，应当先让患者卧床休息，大约一顿饭的时间以后再针刺。

步行来求医者，应先让患者坐着休息，约等走5千米路的时间再针刺。

大惊大恐者，一定要等其情绪稳定后再针刺。

凡需要禁针者，通常都属于脉气逆乱，营卫不和，气运血行不畅的症状。

此时如果任意针刺，就会导致表浅的阳病因而深入阴分，而体内的阴病因而深入阳分，以至于表里同病，邪气更盛。

庸俗的医生不用心诊断，随便针刺，必然会损害人体的气血。因而导致肢体酸痛乏力，耗损骨髓与津液，失去水谷精气的营养，这就是所谓的“失气”。



2. 针刺方法 (九针九变十二节五刺五邪)

本部分主要阐述针刺治疗时，分别用于9种不同的病变，用于十二经脉的病证，用于五脏的病变的针刺方法。

针刺的方法有9种，能用于9种不同的病变：

第一种叫**腧刺**。腧刺，是指针刺分布在四肢的五输穴(井、荣、输、经、合)和背部两侧膀胱经上的腧穴。

第二种叫**道刺**。道刺，是指病在上部时，在离病所较远的下部取穴，针刺六腑所属的六阳经的输穴。

第三种叫**经刺**。经刺，是指直接针刺患部经脉的壅结处。

第四种叫**络刺**。络刺，是指浅刺皮下的浮络，以泻其瘀血的方法。

第五种叫**分刺**。分刺，是指针刺肌肉的间隙处。

第六种叫**大泻刺**。大泻刺，是指用针切开脓疡处，以排出脓血的方法。

第七种叫**毛刺**。毛刺，是指用针浅刺皮肤，以祛除浅表处痹气的方法。

第八种叫**巨刺**。巨刺，是指左病刺右，右病刺左的交叉针刺法。

第九种叫**焮刺**。焮刺，是指将针置于火上烧红，迅速刺入穴位后随即拔出，用来治疗寒痹。

1. 腧刺

背部两侧膀胱经上的腧穴



2. 道刺

病在上部时



3. 经刺

直接针刺患部经脉的壅结处



4. 络刺



浅刺皮下的浮络

5. 分刺



针刺肌肉的间隙处

6. 大泻刺



用针切开脓疡处

7. 毛刺



用针浅刺皮肤

8. 巨刺



左病刺右，右病刺左。

9. 焮刺



将针烧红，刺入后随即拔出。

针刺的方法共有12种，能用于十二经脉的病症：

第一种为**偶刺**。偶刺，是指用手按压病患者的前胸和后背，在压痛处进针，同时针刺前胸与后背，以治疗心悸等证。但应注意的是，针宜斜刺，不能直刺，以免刺中心脏。

第二种为**报刺**。报刺，是指用针直刺痛处，并用左手循按周围处，找到另一个痛处后，拔出前针，在后一痛处又复刺之。如此刺而再刺，故称报刺。能用来治疗痛无定处的疾病。

第三种为**恢刺**。恢刺，是指在疼痛拘紧的筋肉附近斜针刺入，并且提插针体，扩大针孔，以缓解拘挛，用来治疗筋痹证。

第四种为**齐刺**。齐刺，又称为三刺，是指在患处正中刺一针，患处两侧各刺一针，三针齐下，用来治疗寒邪滞留范围较小而病位较深的病症。

第五种为**扬刺**。扬刺，是指在患处正中刺一针，上下左右旁开刺四针，均用浅刺法，用来治疗寒热邪气侵犯范围比较广泛而病情较重的疾病。

第六种为**直针刺**。直针刺，是指直接在患处沿皮针刺的刺法。即针刺时先将穴位局部皮肤捏起，然后针刺入皮下，用以治疗病位较浅的寒痹。

第七种为**腧刺**。腧刺，是指快速地进针和出针，取穴宜少，针刺宜深，以疏泻邪气，用来治疗实热证。

第八种为**短刺**。短刺，是指在进针时稍微摇动，逐渐深入至骨，然后在接近骨膜处进行上下短促提插，以治疗骨痹。

第九种为**浮刺**。浮刺，是指在患处侧旁斜刺，以治疗感受寒邪而导致的肌肉挛急的病证。

第十种为**阴刺**。阴刺，是指治疗寒厥证的左右配穴针刺法。如下焦寒厥，可以针刺两侧足内踝的太溪穴。

第十一种为**旁刺**。旁刺，是指在患处正中刺一针，旁侧又斜刺一针，以治疗慢性风湿痹痛。

第十二种为**赞刺**。赞刺，是指在患处直入直出、反复多次地浅刺出血的刺法，用来治疗痈肿等病证。

针刺的方法有5种，能用于五脏的病变。

第一种为**半刺**。半刺的手法为，浅刺入皮后，随即迅速出针，不能伤及肌肉，就好像拔掉毛发一样，以祛除皮肤的病邪。由于肺主皮毛，因此半刺与肺脏相应。

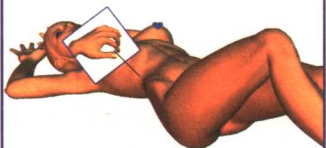
第二种为**豹文刺**。豹文刺的手法为，针刺的部位较多，即在患处的前后左右针刺，好像豹皮的斑点，以刺中络脉使出血为原则，用来疏散经络中的瘀血。由于心主血，因此豹文刺与心脏相应。

第三种为**关刺**。关刺的手法为，以针刺关节附近为主，直接针刺关节周围筋膜的尽端处，以治疗筋痹。针刺时应避免出血。由于肝主筋，因此关刺与肝脏相应。

第四种为**合刺**。又称为渊刺。合刺的手法为，针刺入肌肉之间，达一定深度后，将针提至皮部，然后从左右两侧各斜刺一针呈鸡爪形，以治疗肌痹。由于脾主肌肉，因此合刺与脾脏相应。

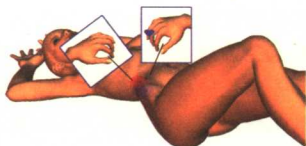
第五种为**腧刺**。腧刺的手法为，快速地进针和出针，深刺至骨，以治疗骨痹。由于肾主骨，因此腧刺与肾脏相应。

1. 半刺



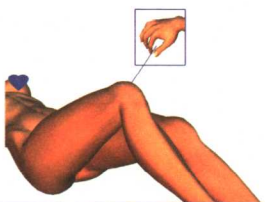
浅刺入皮后，随即迅速出针。

2. 豹文刺



在患处的前后左右针刺，使出血。

3. 关刺



针刺关节周围筋膜的尽端处。

4. 合刺



针刺入肌肉后，再提针从左右各斜刺一针。

5. 腧刺



快速地进针和出针，深刺到骨。



3. 缪刺

本部分主要阐述缪刺的针刺理论与方法，以及与巨刺的区别。



什么是缪刺呢？

当邪气侵入人体的皮毛后，如果邪气停滞不去，就会侵入孙络；如果邪气再停滞，就会侵入络脉；接着，又会侵入经脉与五脏，影响肠胃功能，导致五脏受损，阴阳偏盛。这是病邪由表入里的传变途径，对于这种症状，在治疗时应用十二经穴之正刺，而不能用缪刺之法。

当邪气侵入皮毛，传至孙络后，并且停滞于孙络而不能祛除，就会导致络脉闭塞不通，邪气不能内传于经脉，于是留滞于十五别络，因而出现各样的病证。

当邪气侵入十五别络后，可以从左边传入右边，也能从右边传入左边，上下左右走窜，影响经脉的传输，甚至流注于四肢。

由于邪气善动而且游移不定，又不能直接进入经脉，此时应当采取左病刺右、右病刺左的缪刺法。



3.
缪
刺

缪刺法：左病刺右，右病刺左。



邪气侵入停滞于经络，不能内传于经脉，于是留滞于十五别络。