

简 便 效 廉

一书在手，取穴治百病，简单有实效

中医

传统疗法  
治百病系列

# 皮肤针 治百病

- 皮肤针疗法属于自然疗法，治疗范围广，简单易学，取效快，安全可靠，备受人们青睐。
- 详细讲解内、男、妇、儿、皮肤、五官等科的120余种常见病的皮肤针疗法。

向阳 向云飞 ◎ 编著



化学工业出版社

中医

传统疗法  
治百病系列

# 皮肤针灸 治百病



向阳 向云飞 编著



化学工业出版社

·北京·

本书介绍了皮肤针法的基础知识，内容涉及针具和持针法；手法、力度和补泻；操作程序和疗程；治疗原则、注意事项和禁忌等。详细讲述了内科杂症、痹证痛证、男性疾病、女性疾病、儿科疾病、皮肤疾病、五官疾病等120余种常见病的皮肤针疗法，内容包括病因病机、取穴和治疗方法以及注意事项。可供针灸师、专业院校师生和基层医务人员参考使用。

### 图书在版编目(CIP)数据

皮肤针治百病 / 向阳, 向云飞编著. —北京: 化学工业出版社, 2016.9  
(中医传统疗法治百病系列)  
ISBN 978-7-122-27706-0

I. ①皮… II. ①向… ②向… III. ①皮肤针疗法  
IV. ①R245.31

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第173645号

责任编辑: 刘亚军 邱飞婵  
责任校对: 王素芹

装帧设计: 史利平

出版发行: 化学工业出版社(北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)  
印 装: 三河市延风印装有限公司  
710mm×1000mm 1/16 印张11¼ 字数193千字 2017年1月北京第1版第1次印刷

购书咨询: 010-64518888(传真: 010-64519686) 售后服务: 010-64518899  
网 址: <http://www.cip.com.cn>  
凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

定 价: 39.00元

版权所有 违者必究

# 前言



中医传统疗法历经几千年的历史，依然“生机盎然”，其魅力在于它的疗效。通过中医的辨证论治，经过内病外治，以“外达内”而取得疗效，甚至有些是立竿见影的效果和令人意想不到的奇迹。为了弘扬、推广和普及中医传统疗法，我们编写了“中医传统疗法治百病系列”，共包括九册：《针刺治百病》《火针治百病》《埋线疗法治百病》《拔罐治百病》《皮肤针治百病》《刺血治百病》《艾灸治百病》《穴位贴敷治百病》《刮痧治百病》，希望广大读者可从中受益，防病治病。

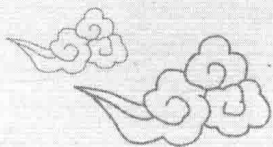
皮肤针疗法是中医药的重要组成部分，其以“正内一”、“傍内四”的针具，瞬息起落在皮肤间，“病有沉浮，刺有浅深，各至其理，无过其道”，从而治疗不同的病症。皮肤针疗法简单易学、疗效快捷、治疗广泛、安全可靠，属于自然疗法，最接近地气，从而受到人们的青睐。本书介绍了120余种常见病的皮肤针疗法，内容涉及病因病机、取穴、方解、方法和注意事项等内容，力求科学实用和简单易学，希望能对针灸师、医学院校师生、基层医务人员以及家庭自疗者有所帮助。

本书的编写得到了我的好友赵田雍、客永忠、吴家尧和陈安妮等的鼓励，在此一并致谢！

编著者

2016年7月

# 目录



- 皮肤针法的针具和持针法/1
- 皮肤针法的手法、力度和补泻/5
- 皮肤针法的操作程序和疗程/8
- 皮肤针法的治疗原则、注意事项和禁忌/11

## 内科杂症/14

- 1. 失眠/14
- 2. 健忘/15
- 3. 神经衰弱/16
- 4. 惊悸/18
- 5. 头痛/19
- 6. 眩晕/21
- 7. 咳嗽/22
- 8. 喘证/23
- 9. 精神萎靡/24
- 10. 高血压病/25
- 11. 低血压/27
- 12. 无脉症/28
- 13. 疟疾/29
- 14. 甲状腺肿大/31
- 15. 甲状腺功能亢进/32
- 16. 颈淋巴结核/34
- 17. 胃及十二指肠溃疡/36
- 18. 水肿/37
- 19. 肋痛/38
- 20. 胸膜炎/39
- 21. 慢性胃炎/40
- 22. 糖尿病/42
- 23. 肺气肿/43
- 24. 慢性肾炎/44
- 25. 淋证/45
- 26. 便秘/46
- 27. 震颤麻痹/47
- 28. 无汗症/49
- 29. 嗜睡症/50
- 30. 抑郁症/51

## 痹证痛证/53

---

1. 颈椎病/53
2. 肩痛/54
3. 落枕/55
4. 岗上肌腱炎/56
5. 肩臂痛/56
6. 网球肘/57
7. 腕管综合征/58
8. 桡骨茎突狭窄性腱鞘炎/59
9. 腰痛/60
10. 腰肌劳损/61
11. 腰腿痛/62
12. 股外侧皮神经炎/63
13. 肢端动脉痉挛症/64
14. 红斑性肢痛症/65
15. 痛风/67
16. 皮炎/68
17. 类风湿关节炎/69
18. 三叉神经痛/70
19. 脑震荡后遗症/71
20. 扭伤/73

## 痿证疾病/74

---

1. 面瘫/74
2. 脑卒中后遗症/75
3. 痿证/76
4. 截瘫/77
5. 桡神经麻痹/78
6. 骨软化症/79
7. 增生性脊柱炎/80

## 男性疾病/82

---

1. 慢性前列腺炎/82
2. 前列腺增生/83
3. 遗精/85
4. 早泄/86
5. 阳痿/87

## 女性疾病/89

---

1. 乳腺炎/89
2. 经前期紧张综合征/91
3. 月经不调/92
4. 痛经/93
5. 闭经/94
6. 经行头痛/96
7. 妊娠小便不通/97
8. 妊娠呕吐/98



9. 子病/99
10. 产后排尿异常/100
11. 产后缺乳/101
12. 老年性阴道炎/102
13. 慢性盆腔炎/104
14. 崩漏/105
15. 功能性子宫出血/107
16. 更年期综合征/108

## 儿科疾病/110

---

1. 小儿感冒/110
2. 小儿哮喘/111
3. 小儿积滞/112
4. 小儿疳证/113
5. 百日咳/114
6. 小儿癫痫/115
7. 小儿多动症/116
8. 小儿遗尿/117
9. 小儿五迟五软/118

## 皮肤疾病/120

---

1. 少年白发/120
2. 斑秃/121
3. 脂溢性脱发/122
4. 痤疮/123
5. 雀斑/125
6. 酒渣鼻/126
7. 黄褐斑/127
8. 扁平疣/128
9. 神经性皮炎/129
10. 玫瑰糠疹/130
11. 荨麻疹/131
12. 带状疱疹/133
13. 白癜风/134
14. 银屑病/135
15. 湿疹/136
16. 药物性皮炎/137
17. 接触性皮炎/139
18. 结节性痒疹/140
19. 鱼鳞病/141
20. 皮肤瘙痒症/142
21. 稻田皮炎/144
22. 皮肤淀粉样变/145
23. 象皮腿/146
24. 硬皮病/147
25. 甲癣/148
26. 足癣/149
27. 体癣/150
28. 腮腺炎/151
29. 丹毒/153
30. 冻疮/154

## 五官病症/156

---

1. 近视/156
2. 老视/157
3. 夜盲症/158
4. 飞蚊症/160
5. 色盲/162
6. 白翳/163
7. 青盲/164
8. 斜视/165
9. 慢性鼻窦炎/166
10. 慢性咽喉炎/167

附1 夹脊/170

附2 十四经脉及穴位图/170



# 皮肤针法的针具和持针法

皮肤针法是同时用多枚针浅刺皮肤，从而疏通经络，调理气血，增强体质，以达到防病治病为目的，因其针刺仅作用于皮肤之上，故又被称为皮刺法。

皮肤针法在我国已有两千多年的历史，是祖国宝贵的医学文化遗产。皮肤针法是在我国古代九针的“毛刺”“半刺”“扬刺”基础上逐渐演变而来的。《灵枢·官针》篇有明确记载。毛刺之法贵在浅刺。在针刺时，要针刺浅浮的毫毛腠理，以不损伤筋肉为要。半刺在操作时，针不要全部刺入皮肤，而要浅刺快出，不伤肌肉，好像拔去毫毛样的感觉，以疏通皮气。一般讲，半刺的针法要比毛刺略深。扬刺，就是要浅刺速出，轻而扬之。操作时，要正中刺一针，上下左右各刺一针，五针齐下，用于治疗病变范围较大、病位较浅的病邪。

随着时代的进步，皮肤针法也在与时俱进。皮肤针由古代的“正内一，傍内四”，将五根针捆扎成一束，而演变成现在的梅花针、七星针、罗汉针、滚筒针、电动梅花针等；针具的针由过去的缝衣针变为现在的不锈钢针；皮肤针的针柄由过去的筷子，改为现在的塑料、尼龙、有机玻璃、胶木或电木等；治疗的范围由过去仅治疗皮肤麻木及病位较浅的寒痹等，发展为现在的内科、外科、皮肤科、五官科、妇科、儿科等各科都有对症治疗，尤其对神经系统、消化系统以及皮肤科疾病，疗效更加显著。

## 一、皮肤针法的主要工具

皮肤针法是浅刺法，其工具种类颇多。一般根据皮肤针所选用针数不同，称其不同的名称：五枚针组成的叫“梅花针”，七枚针组成的叫“七星针”，十八枚针组成的叫“罗汉针”以及滚筒式皮肤针，最常用的是梅花针。

### 1. 莲蓬状梅花针

其外形似莲蓬，圆形平面部分直径为1.5~2厘米，均匀、分散、固定有7枚不锈钢针；另一端有5枚针成束状固定；中间连接1个细而有弹性、长约20厘米的针柄，可供术者手持操作，此针多用于轻度刺激手法。



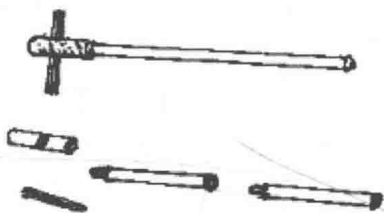
莲蓬状梅花针

### 2. 尼龙、塑料柄梅花针

取不锈钢针7枚，针长3厘米，直径0.3厘米，针尖钝，将其放入约为2/3针长的塑料管内，成一束，针尖戳齐，成为平面。

(1) **塑料柄** 选用塑料或有机玻璃制成针柄，形似筷子，但略粗，其长28~30厘米，细端安装一带小孔的螺丝帽，将针束放入螺丝帽的小孔内，拧紧固定在针柄细端即可。其特点是针柄粗，便于握持和操作，可施用于轻、中、重度刺激。

(2) **尼龙柄** 针柄选用尼龙制成，外形同塑料柄，全长26~30厘米，也有带孔的螺丝帽安装针束；但其针柄分两节，中间有螺丝口衔接，可拆开，其最大特点是便于携带。



塑料柄梅花针

### 3. 竹筷柄梅花针

选长26~28厘米的竹筷1根，在其细端距顶端0.5厘米处打一孔；另选7枚5~6号缝衣针，将针磨钝，用线捆扎成束、戳齐，放入筷子的小孔内，针束与筷子成垂直，外用线固定即可。此多为民间自制，现已少用。



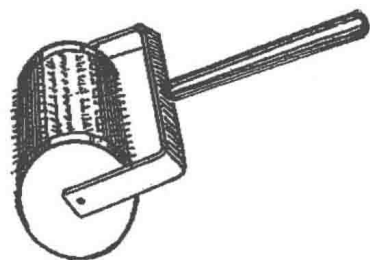
竹筷柄梅花针

### 4. 电动梅花针

其是将晶体管医疗仪作为输出电源，负极连接在梅花针上，正极则用另一根导线连接在铜棒上。操作时，术者让受术者一手握住连接导线的铜棒；同时术者调节输出频率，以受术者能耐受为宜，令梅花针在经络或俞穴的表面进行叩刺。

## 5. 滚筒式皮肤针

此种皮肤针是20世纪末，由国内老中医在临床实践中发明的。滚筒式皮肤针是用金属制成，外形似筒状，长5~6厘米，直径3~4厘米，筒上固定有若干排短针，筒中心用金属棒横穿而过，上弯曲连接针柄，与压路机相似，针柄长15~20厘米，可在皮肤上滚动。此针目前在中医美容院或养生馆较多采用，多用于面部祛斑或减少皱纹。



滚筒式皮肤针



普通皮肤针

## 6. 普通皮肤针

此为目前最常使用，多为市售产品。

## 二、皮肤针法的辅助工具

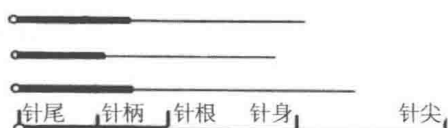
皮肤针法在操作过程中，除了使用主要工具外，还必须备有辅助工具，以相辅相成。

### 1. 火罐

多用于皮肤针施中度或重度刺激后使用。其利用火罐产生的负压，让瘀血充分溢出，从而达到瘀血祛、新血生的治疗目的。火罐分为玻璃罐、竹罐和抽气罐，一般多选用玻璃罐。其按大小分为5个规格：一般面、颈部多选用1号罐；四肢多选用2号、3号罐；胸腹部多选用3号罐；背部多选用4号罐；臀部多选用5号罐。

### 2. 艾条

多用于皮肤针叩刺后使用。艾条有温通血脉、活血化瘀、舒筋活络、祛痹止痛作用。其有纯艾条、药艾条和念盈艾条之分，术者可根据症状需求而选用。



毫针

### 3. 毫针

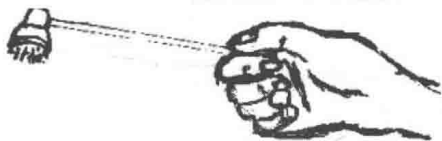
一般多选用1寸或1.5寸毫针。

### 三、皮肤针法的持针法

皮肤针由于式样各不相同，其持针方法也不尽一致。一般来说，不同的持针方法都是由前辈医家在实践中得出的宝贵经验。如果弃之不用或随意操作，轻者术者会感到不便；严重者会影响治疗效果。

#### 1. 莲蓬状梅花针

术者右手中指、无名指和小指弯曲于掌内，以拇、食两指相对，将针柄尾端捏住，拇指前节压于食指第二节之上相对用力，即可操作。



莲蓬状梅花针持针法

#### 2. 尼龙、塑料和竹筷柄梅花针

右手握针柄，食指伸直压在针柄上面，以中指和拇指挟持针柄，再用无名指和小指将针柄末端固定于手掌小鱼际处，针柄尾端略出手掌1~1.5厘米。这样可以固定针柄，防止左右摇摆，可充分、灵活地操作。



普通皮肤针（梅花针）持针法

#### 3. 滚筒式皮肤针

术者右手握拳，用拇、食指捏住针柄中部，其余三指将针柄末端握在掌心，将其放在皮肤的一定部位上来回滚动即可。

# 皮肤针法的手法、力度和补泻

## 一、皮肤针的手法

皮肤针的手法是用手腕力量进行均匀而有节奏地弹刺。弹刺时落针要稳准，针尖与皮肤垂直接触；提针要快，如弹出皮肤，并发出短促而清脆的“哒”声。这种弹刺的力量，来自腕部的弹力，既不能用臂力，也不能用压力。还要防止慢刺、压刺、斜刺和拖刺等不正确的操作方法。也有人形容其手法动作如“乌雀啄食”，或如“蜻蜓点水”，这尚需术者领悟。针刺时还要掌握频率不可过快或过慢，一般每分钟叩击90~100次。

除此之外，在操作时必须注意以下两点：

**(1) 针力不及** 针尖刚刚接触到皮肤，但很快又被提起，使刺激力尚未渗透到皮层而针尖就已离开。

**(2) 针力太过** 皮肤针的刺激力已经渗透到皮层，提针速度太慢，而造成受术者的疼痛。

## 二、皮肤针的力度

施术者在操作时，要根据受术者的体质、病位和病情而运用不同的刺激强度。

### 1. 轻刺激法

手法：叩刺，腕力轻，冲力小，针体低抬，节奏轻快；

滚刺，压力轻，在皮肤上往来轻快。

标准：局部皮肤略有潮红。

适应范围：老人、女性、儿童、身体虚弱及久病者，多施术于头面部，用于虚症。

## 2. 重刺激手法

手法：叩刺，腕力重，冲力大，针体抬高，节奏较慢；

滚刺，压力大，在皮肤上往来滚动应缓慢。

标准：局部皮肤明显潮红和有微量出血。

适应范围：多用于年轻或体壮患者，多施术于背部、臀部或压痛点；一般用于实症或新病。

## 3. 中刺激手法

手法：叩刺和滚刺，介于轻、重刺激手法之间，冲力较大。

标准：局部皮肤潮红，但不出血。

适应范围：适用于一般患者和常见病。

对于个别感觉迟钝或麻痹者，应根据病情，适当增加刺激强度。

# 三、皮肤针的补泻

《灵枢·刺节真邪》篇曰：“用针者，必先察其经络之实虚……乃后取之而下之”。这就告诉我们：在施术前，先要明确虚实，确定补泻，然后施术，才能取得良好的治疗效果。

## 1. 刺激量的补泻

轻刺激量为补法；

重刺激量为泻法；

中刺激量为平补平泻。

## 2. 次数的补泻

补法：轻刺三下；

泻法：重刺四五下。

## 3. 针具的补泻

梅花针既可用于补法，又可用于泻法；

滚针用于补法。



#### 4. 穴位的补泻

根据五行“生我者为母，我生者为子”的理论，

补法：虚则补其母；

泻法：实则泻其子。

#### 5. 逆顺的补泻

根据《灵枢·终始》篇：“泻者迎之，补者随之”。

补法：顺着经脉走向叩刺；

泻法：迎着经脉走向叩刺。

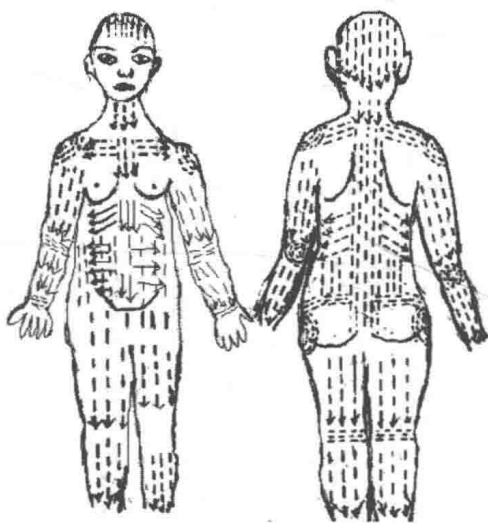
# 皮肤针法的操作程序和疗程

皮肤针法只有遵循操作程序、疗程与体位，才有助于取得较好的疗效，甚至事半功倍之效。

## 一、皮肤针的操作程序

### 1. 头面部

从前发际到后发际，叩刺数排；或沿督脉、膀胱经、胆经的循行方向，由前向后叩刺，也可加横排叩刺。额部：由前发际至眉上轻轻叩刺2~3行；颞部：以太阳为中心，向上、向后呈扇状叩刺3~5行；口唇部：沿口唇周围呈环状叩打2~3圈；颊部：沿颊部由后向前，平行叩打2~3行；眼区：沿眼眶上下缘，由内向外环行轻叩3~4行；鼻区：沿鼻梁两侧叩刺2~3行；颌下部：重点叩刺廉泉及两侧颌下腺部。



皮肤针美容法操作程序

### 2. 颈部

颈前由喉结两侧沿气管旁，自上而下各叩刺2~3行。

### 3. 项部

自枕骨粗隆下至颈7椎，先叩刺正中督脉，由后发际到大椎；再叩刺两侧膀胱经，由上向下，至第六颈椎。

#### 4. 背部

先叩刺背部督脉、华佗夹脊、膀胱经，叩刺时自上而下，自内而外，逐段下移，每一刺激点叩刺3~5下，穴位处可叩刺20~30下，手法由轻到重，由疏到密，可反复3~5遍。

#### 5. 腰部

沿腰椎1~5两侧各叩打3行。

#### 6. 骶部

骶骨两侧皮区各叩刺3行。

#### 7. 胸部

沿胸骨正中任脉及其两旁由上向下各叩刺1~2行，重点膻中。

#### 8. 腹部

自剑突向下至脐，沿任脉叩刺，再在任脉旁叩刺3~4行；再由内向外顺骨缘横向叩刺4~5行；下腹部由脐至耻骨，叩刺同上腹；腹股沟部自髂前上嵴向下沿腹股沟反复叩刺2~3行。

#### 9. 四肢

外侧按手三阳、足三阳经络循行线叩刺；内侧按手三阴、足三阴经络循行线叩刺。

#### 10. 肘、腕关节

肘关节，肘窝区横向叩刺2~3行，鹰嘴区环行叩刺3圈；腕关节，掌、背面各横向叩打2~3行。

#### 11. 膝、踝关节

膝关节，沿髌骨周围环行叩打2~3圈；踝关节，其内外踝区各环行叩打2~3圈。

#### 12. 手、足部

手掌面：沿大、小鱼际，肌肉纹理叩打2~3行；手背面：沿手背掌骨间隙各叩刺1~2行；足背部：沿跖骨间隙各叩打1行；足底部：沿足弓叩打2~3行。