

QILIAOFA
FANGZHI JIBING
YIBENTONG

(第二版)

脐疗法 防治疾病 一本通

主 编

贾红玲 张永臣 李 勇



科学出版社

脐疗法防治疾病一本通

第二版

主编 贾红玲 张永臣 李 勇

科学出版社

北 京

内 容 简 介

脐疗法是中医学重要的外治法之一,也是国家重大基础发展计划(“973”计划)的技术推广项目。《脐疗法防治百病一本通》自2012年出版以来,广受读者好评,并荣获山东省保健科技协会科学技术奖三等奖。此次,应读者与出版社要求,对本书进行了修订,内容更加丰富,实用性也更强。

本书是广大读者应用脐疗法进行家庭自疗和保健的必备读物,也可作临床中医师、中医药院校师生的参考用书。

图书在版编目(CIP)数据

脐疗法防治疾病一本通/贾红玲,张永臣,李勇主编.--2版.--北京:科学出版社,2016.5

ISBN 978-7-03-048218-1

I. ①脐… II. ①贾…②张…③李… III. ①脐—外治法
IV. ①R244.9

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第097454号

责任编辑:潘志坚 朱 灵

责任印制:谭宏宇 / 封面设计:殷 靓

科学出版社 出版

北京东黄城根北街16号

邮政编码:100717

<http://www.sciencep.com>

苏州越洋印刷有限公司印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2012年8月第 一 版 开本:787×1092 1/16

2016年5月第 二 版 印张:14 1/4

2016年5月第三次印刷 字数:315 000

定价:35.00元

《脐疗法防治疾病一本通(第二版)》 编写组

主 审 高树中 田思胜

主 编 贾红玲 张永臣 李 勇

副主编 刘永波 卢承顶 葛 冠

编 委 卢 岩 张学成 杨镇帆 沈庆思

再版前言

脐是人体重要的体表标志之一,也是人生的第一枚印章,脐为人体头和足的“黄金分割点”,脐疗法在中医学中具有重要的实用价值,具有操作简便、疗效确切的特点,在临床诊疗和养生保健中越来越发挥着重要的作用。拙作《脐疗法防治百病一本通》于2012年8月出版以来,深受广大读者的欢迎和喜爱,且在2014年8月荣获山东省保健科技协会科学技术奖三等奖。读者在肯定本书切合实际、易学易用的同时,也提出了一些好的修订建议。为此,应出版社和读者的要求,我们对全书进行修订,修正了书中个别文字,调整了部分病证的科别归属,对数据重新进行了核实,并根据这两年在临床上的应用和发展,增加了“贾氏阴阳灸法”的相关内容。

本书第二版与第一版比较,内容更加丰富,编排更为合理,实用性也更强。我们殷切期望修订后的本书能够成为针灸医师、按摩师、保健师、美容师、社区医务工作者、中医爱好者、家庭自疗者以及从事养生、保健服务人员的有益参考书,从而为弘扬祖国脐疗法,普及和推广脐疗技术,为广大的人民的健康作出更大的贡献。由于编者水平所限,难免还有失误,恳请广大读者批评指正。

贾红玲 张永臣

2016年元旦于济南领秀城蜗居

目 录

再 版 前 言

第一章 脐 疗 概 述

脐是人体的第一枚印章 / 2

脐部的护理 / 2

脐部护理方法 / 3

新生儿脐部的护理方法 / 3

脐的生理功能 / 3

脐疗为什么能治病 / 4

第二章 脐疗的方法

脐疗的药物 / 6

脐疗的用药特点 / 6

脐疗的用药剂型 / 6

脐疗的操作方法 / 7

灸脐法 / 7

熨脐法 / 10

药物敷贴脐部法 / 11

按摩脐部法 / 12

脐部针刺法 / 12

脐部拔罐法 / 13

脐部物理疗法 / 13

贾氏阴阳灸法 / 14

脐疗的常见不良反应和注意事项 / 14

脐疗的不良反应 / 14

脐疗的注意事项 / 15

脐部的养生、保健法 / 15

脐部导引法 / 16

灸脐养生法 / 16

熏脐美容法 / 16

常用保健脐疗方 / 17

第三章 脐疗适应证

内科 / 22

感冒 / 22

支气管炎 / 23

支气管哮喘 / 25

高脂血症 / 27

高血压病 / 28

冠状动脉粥样硬化性心脏病 / 30

脊髓空洞症 / 33

急性传染性多发性神经根炎 / 34

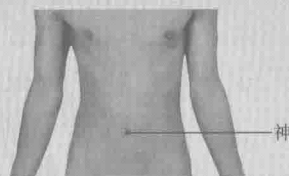
头痛 / 35

- 失眠 / 38
胆囊炎 / 40
慢性萎缩性胃炎 / 41
胃溃疡 / 43
口臭 / 44
慢性非特异性溃疡性结肠炎 / 46
甲状腺功能亢进症 / 48
甲状腺功能减退症 / 50
单纯性甲状腺肿 / 51
急性甲状腺炎 / 52
甲状腺癌 / 53
糖尿病 / 54
肥胖症 / 57
- 妇科 / 59
 月经先期 / 59
 月经后期 / 60
 月经先后无定期 / 62
 月经过多 / 64
 月经过少 / 65
 经间期出血 / 67
 痛经 / 68
 闭经 / 71
 经行发热 / 73
 经行头痛 / 74
 经行泄泻 / 76
 经行乳房胀痛 / 77
 经行情志异常 / 79
 经断复来 / 80
 胎漏 / 82
 滑胎 / 83
 产后腹痛 / 84
 产后痉证 / 85
 产后发热 / 86
 产后身痛 / 89
 恶露不绝 / 91
 产后小便不通 / 92
 产后尿失禁 / 94
 产后汗证 / 96
 产后乳汁自出 / 97
 缺乳 / 98
 产后劳 / 99
 回乳 / 100
 慢性盆腔炎 / 100
 子宫脱垂 / 102
 不孕症 / 104
 乳腺增生症 / 106
 急性乳腺炎 / 108
 乳腺癌 / 110
 女性更年期综合征 / 111
 高泌乳素血症 / 113
- 男科 / 115
 男性更年期综合征 / 115
 阳痿 / 117
 遗精 / 119
 早泄 / 121
 急性前列腺炎 / 122
 慢性前列腺炎 / 123
 前列腺增生症 / 125
 不射精症 / 128
 逆行射精 / 129
 阳缩 / 130
 阳强 / 132
 性感觉障碍 / 133
 性欲亢进 / 135
 急、慢性睾丸炎、附睾炎 / 137
 睾丸鞘膜积液、精索鞘膜积液 / 138
 少精子症 / 140
 精液不液化症 / 142
- 骨科 / 144
 腰椎间盘突出症 / 144
 慢性腰部劳损 / 145
 强直性脊柱炎 / 146
 老年性骨质疏松症 / 147
 不安腿综合征 / 148
- 外科、皮肤科 / 150
 泌尿系结石 / 150

- 肾下垂 / 151
- 外伤性截瘫 / 152
- 淋病 / 153
- 非淋菌性尿道炎 / 154
- 痔 / 156
- 脱肛 / 158
- 血栓闭塞性脉管炎和动脉粥样硬化闭塞症 / 159
- 带状疱疹 / 161
- 荨麻疹 / 162
- 痤疮 / 163
- 酒渣鼻 / 164
- 脂溢性皮炎 / 166
- 斑秃 / 167
- 白癜风 / 169
- 银屑病 / 169
- 黄褐斑 / 171
- 五官科 / 172
 - 上睑下垂 / 172
 - 眼睑痉挛 / 173
 - 冷泪症 / 174
 - 慢性结膜炎 / 175
 - 春季卡他性结膜炎 / 177
 - 老年性白内障 / 178
 - 视神经萎缩 / 179
 - 近视眼 / 181
 - 远视眼 / 182
- 慢性单纯性鼻炎 / 183
- 萎缩性鼻炎 / 184
- 变态反应性鼻炎(过敏性鼻炎) / 185
- 耳鸣 / 186
- 梅尼埃病 / 188
- 儿科 / 190
 - 脐部疾患(脐湿、脐疮、脐血) / 190
 - 小儿泄泻 / 191
 - 厌食 / 194
 - 食积 / 195
 - 疳证 / 197
 - 小儿夜啼 / 199
 - 汗证 / 200
 - 缺铁性贫血 / 202
 - 儿童多动综合征 / 204
 - 小儿水肿 / 205
 - 小儿遗尿 / 207
 - 五迟、五软 / 208
 - 维生素D缺乏性佝偻病 / 210
- 其他病证 / 211
 - 慢性疲劳综合征 / 211
 - 戒烟综合征 / 213
 - 戒酒综合征 / 214
 - 戒毒综合征 / 215
 - 竞技紧张综合征 / 215
 - 晕动症 / 217

| 脐疗法·防治疾病一本通 | 第一章

脐疗概述



脐是人体的第一枚印章

婴幼儿常常对自己的肚脐存有疑问,常盯着看并不时触摸自己的肚脐。有的人肚脐眼是内凹的,有的人肚脐是凸起的,有的大,有的小,这是为什么?

在母腹中,胎儿有嘴不能吃东西,有鼻无法呼吸,新生命在孕育过程中所需的一切营养和氧气,只能靠胎盘吸附在母体上摄取,通过脐带输送到胎儿体内。肚脐,就是婴儿出生后,脐带被结扎剪断,残端脱落后留下的永久疤痕。肚脐是人体的第一枚精美的印章。

肚脐,位于脐前上棘水平的腹部正中线上,直径为1厘米左右,通常可以是一个小凹陷或是一个小突起。尽管它已经完成了人生命中的重要作用,即在母体内传送营养物质,但它仍然是人体的重要器官之一。人的内脏可以通过肚脐获得部分的氧气,如果肚脐着凉、抠肚脐或者用胶带把肚脐贴上,人就会出现腹胀、腹痛、便秘、泄泻等疾病。

肚脐,对保持腹部的外形是非常重要的。年轻人的肚脐扁平而呈纵向,随着年龄的增长和脐周环形脂肪组织的堆积,而使肚脐呈凹陷状。宽而深的肚脐和过小的肚脐都不会令人青睐,最具吸引力的肚脐为中等大小即1厘米左右,且整个外观呈纵向。从美容角度分析,最有吸引力的肚脐是小巧呈“T”形的肚脐,而且上方要有皮肤突出部分为最佳。

肚脐,也是美学上的人体标志——黄金分割点。人体美学受到种族、社会、个人各方面因素的影响,牵涉到形体与精神、局部与整体的辩证统一,只有整体和谐、比例协调,才能称得上是一种完整的美。黄金分割律,是公元前6世纪古希腊数学家毕达哥拉斯所发现的,后来古希腊美学家柏拉图将此称为“黄金分割”。黄金分割律作为一种重要形式的美学法则,成为世代相传的审美经典规律。在研究黄金分割与人体关系时,发现了人体结构中有3个黄金点与脐有关,一是肚脐为头顶和足底之黄金分割点,咽喉为头顶和肚脐之黄金分割点,膝关节为肚脐和足底之分黄金割点。现代医学有研究表明,黄金分割点是调整人体功能的最佳作用点之一。

脐疗法对人体有强大的、不可忽视的作用,应加以深入研究和应用。

脐部的护理

肚脐和腹部其他部位不同,脐下无肌肉和脂肪组织,且血管丰富。作为腹壁的最后闭合处,脐部皮肤较薄,敏感度高,容易暴露、出汗、存污垢等。因此做好脐部的护理,对人体健康非常重要。

肚脐的结构。从外观上看,肚脐是体表的一个小凹陷,可形象地比做平地上一个小坑,坑上部的边缘叫脐檐,即与腹壁交界处;坑底的局部小突起称作脐乳突或脐珠;坑底与壁交界处的浅沟称脐内沟。

脐部护理方法

- ◎ **注意脐部清洁卫生** 夏日汗流量大,身体上的污垢很容易随汗液进入脐眼而沉积,而穿露脐装更易使腹部裸露,汇集污垢。发现脐部有污垢时,不能用手抠,应定期(每月1~2次)用温热的清水加中性沐浴液冲洗脐周及脐眼,以清除污垢,防止病菌滋生。但不宜用力搓揉,以免弄伤脐周皮肤而发生感染。
- ◎ **脐部防风、防寒** 早、晚天气较凉爽时或者阴雨天气温较低时,最好不要穿露脐装,电扇、空调的凉风不要直对着脐部吹,也不要让肚脐对着开着的窗户,穿露脐装骑车时车速不宜太快,睡眠时应在腹部盖上薄棉物或使用护脐带、护脐兜等。年轻女性,特别是经期女性,血管处于充血状态,更要注意脐部保暖,否则易因受凉而使盆腔血管收缩,导致月经血流不畅,时间长了会引起月经不调、痛经、闭经等妇科疾病。脐周是肠胃道的部位,脐部着凉、受风,易引起感冒、腹胀、腹痛、便秘、泄泻等疾病。
- ◎ **防止脐部外伤** 脐周部往往容易遭到意外损伤,如烫伤、擦伤、划伤等。日常生活和工作中要小心,注意保护脐部,加以衣物防护。
- ◎ **脐部尽量不要进行纹饰** 女性们往往觉得穿露脐装还不够吸引大众的眼球,喜欢在脐部贴饰图案,甚至纹饰永久性图饰,或加以肚脐环、肚脐扣等饰物。这些均可以引起脐部感染,造成一定的健康隐患。因为贴饰会妨碍皮肤的排泄功能,有可能引起湿疹、汗疹等皮肤病;纹饰的颜料往往含有一些对身体有害的化学成分;如在营业场所纹饰,公用纹针还有可能传染疾病。所以进行纹饰要慎重。

新生儿脐部的护理方法

新生儿的肚脐,是出生后的一个小小伤口。正常情况下,宝宝脐带结扎后,残留的脐带逐渐变干、萎缩,少则3~4天,迟则1~2周自然脱落。

家长或护理人员要做好新生儿脐部的护理,注意观察脐部的变化,尤其需注意脐疝等问题,一旦发现脐部突出物变色发青,肿大等异常情况,应马上到医院就诊。

脐的生理功能

胎儿在母体中生长、发育过程中全靠脐带吸收母气、输布精微,以维持正常的生命活动,因此称脐为先天之本、生命之源。脐及脐周围部分是道家、佛家练功、修炼精气的丹田所在,又是肾间动气的部位。脐中为古代道家练功过程所发现的玄关一窍,即气穴。人们出生以后,剪去脐带则一点真元之气聚于脐下,为生命的根本。

古代气功学家认为,人体有一个以脐为中心的太极图,直径为三寸大小,中间有两个对持相抱的阴阳鱼,产生阴阳感应,气血升降出入,生机周流不息,以脐为中心的九宫分布是生命的中枢,即生命之根。

脐为人体先天之命蒂,又为先天、后天联系的纽带。胎儿在发育期间是与母体合一

的,母体与胎儿的连接靠脐带的作用,所以脐为人体先天之命蒂。脐与丹田、命门相通,故又为先天、后天联系的纽带。

脐同脏腑相通,脏腑之气凝结于脐。清代程杏轩《医述·脏结》指出:“脐为立命之原,脐傍者,天枢之位,阳明脉之所合,少阳脉之所出。脾、肝、肾三脏之阴凝结于此。”

脐之上下、左右与五脏动气有密切的关系,脐属于脾。脐下为元气所聚、所生之处,脐及脐周与五脏动气密切相关,脐中及脐上、下、左、右分别对应脾、心、肾、肝、肺五脏的动气。

另外,脐位于任脉上,为任脉的一个穴位神阙。通过任脉,脐既与十二经脉相联系,又与奇经八脉相通,也与脏腑相通,继而联系四肢百骸、五官九窍、皮肉筋膜。

脐疗为什么能治病

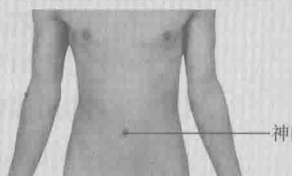
脐位于任脉上,为任脉的一个穴位神阙,脐联系人体先天与后天,脐既与十二经脉相联系,又与奇经八脉相通,也与脏腑相通,继而联系四肢百骸、五官九窍、皮肉筋膜。脐是经气之海、脏腑之本,是人体阴阳气化之枢纽,也是调整人体整体功能的最佳作用点之一。

明代医籍《医学入门·炼脐法》载:“夫人之脐也,受生之初,父精母血相受,凝结胞胎混沌……在母腹中,母呼儿呼,母吸儿吸,是一身脐蒂,如花果在枝而通蒂也。一月一周,真气渐足,既产胎衣未脱,脐带且缓断……所以立法蒸脐固蒂,如水灌土培草木,根本自壮茂也。人常根据法熏蒸,则荣卫调和,安定魂魄,寒暑不侵,身体可健,其中有神妙也。”此文形象地阐述了脐的生理作用和治疗机理,固脐如固树根,灌水培土,树木自然茂盛;脐疗为治本之法,用之可通调荣卫、培补元气,身体自然健壮。

一般说来,脐疗的治病作用是通过经络、腧穴的调节作用,药物调节作用,及各种方法的协同综合调节作用这三方面来体现的。

| 脐疗法·防治疾病一本通 | 第二章

脐疗的方法



脐疗的药物

脐疗的用药特点

- ④ **选用对皮肤刺激性较大、作用较强的药物** 外用药要经皮吸收。对皮肤刺激性较大的药物,可以使局部皮肤的血液循环加快,使其更好地被吸收并发挥较大的作用。
- ④ **选用具有芳香走窜性味的药物** 脐疗的方剂多为复方,每方都免不了有几味芳香药物。芳香的药物气味俱厚,药性走窜,可以醒脾透络、通经走络、开窍透骨,率诸药开结行气,直达病所。芳香药物如薄荷、细辛、高良姜、冰片、花椒、白芷、丁香、肉桂、川芎、当归、麝香等,均具有很好的促进透皮吸收的作用,且自身也具有一定的药效,一举两得。此外,药物敷脐后散发芳香药味,又可通鼻窍吸入肺,由肺脏吐故纳新而使药物的气味随血液循环而输布全身。
- ④ **选用温热类药物** 敷脐疗法选用温热药物,能兴奋呼吸中枢,加速血液循环,使阳气温通、经脉疏通或脱阳得固,从而达到回阳救逆的目的,可用于阳虚、脱阳、寒厥之证。选用温热药物贴敷治疗后,借用药物温通作用,可激发经络之气,通经活络、理气和血,达到“通则不痛”的目的。如附子、肉桂、干姜、细辛、丁香、胡椒、小茴香、吴茱萸、高良姜等,适用于阳虚证、阳脱证、痹证、手足麻木及诸酸痛之症。
- ④ **引经药物的运用** 引经药又称引药,指在药物归经基础上,引导诸药直达病所,起向导作用的药物。脐疗方剂中引经药可以使药物直达病所,力专而效捷。如病在胸膈以上,可以用白酒或黄酒调药;病在肠胃属寒者,可以用生姜汁调;属热者,用黄连浸液调;病在肝胆者,可用食醋调;病在肾经、膀胱经者,可用盐水调;病在下肢者,用牛膝浸液调等。引经药的药性特点是善走善行,能加强作用部位局部的吸收并减弱其他部位的吸收。

现代研究证明,冰片穿透力较强,可以透过皮肤等组织,在脐疗方药中可以适量添加,以提高疗效。

- ④ **虚证运用血肉有情之品** 血肉有情之品的补益作用极为突出,可补人体精、气、神,填补下元,达到调整阴阳、补益气血、调补冲任之目的。在脐部贴敷治疗虚损性疾病的过程中,可酌加血肉有情之品,以大补人体正气,而祛沉痾痼疾。如治疗消渴气阴两虚者,可用猪胰低温烘干,研末,用人乳调和,敷于脐部;肝脾肿大、肝硬化患者,可以隔鳖甲灸脐,起到软坚化结的作用;治疗男性阴囊萎缩和女性阴唇萎缩,可用母鸡剖胸脯喷烧酒贴脐。

脐疗的用药剂型

脐疗法古已有之,中药传统剂型多为鲜药、汤剂、散、丸、膏、丹等。散剂组方灵活,给

药相对方便,所以临床多用,多调制成膏状或糊状。赋形剂使药物分散性更好,使药物缓慢释放药效,缓和药物的毒性,还有发泡作用,易于有效成分的溶出、透皮和吸收。赋形剂主要有:水、茶水、醋、酒、蜜、葱、姜汁、蒜、鲜辣椒、莴苣汁、芭蕉汁、芸苔汁(油菜叶捣烂取汁)、麻油、枣肉、胭脂、羊油、净水、猪油、鸡蛋清以及田螺肉、活蚯蚓、活蟾蜍、鸡血。

如今,现代医学的经皮给药系统理论为脐疗法提供了科学依据和技术支持。脐疗法随着药物的提取、精制,及新辅料、新基质、促透皮吸收剂及外固定贴敷材料等的采纳和应用,研制出了更多符合脐部经皮给药的最适宜剂型。新型脐疗中药制剂既遵循中医药基本理论,同时采用现代先进的科技手段,吸取现代药学成果,改革脐疗法的外治剂型,促进药物充分吸收,主要包括酊剂、膏剂、栓剂、磁盘和磁珠等。

脐疗的操作方法

灸 脐 法

在脐部进行艾灸的方法称为灸脐法。灸脐法分为直接灸脐法、间接灸脐法和温灸器灸脐法。

直接灸脐法

- ◎ **艾炷灸脐法** 将大小适宜的艾炷直接放在脐部进行艾灸的方法称为艾炷灸脐法。施灸壮数因病、因人而异,注意不要烫伤皮肤。
- ◎ **灯火灸脐法** 用灯芯草蘸麻油燃着,迅速烧灼肚脐(神阙穴)的方法称为灯火灸脐法。该法手法必须迅速,一触及皮肤便即离去,多用以治疗小儿科疾病,如脐风、惊痫、风痰闭证、小儿惊风、疳积、厌食等。
- ◎ **艾条温和灸脐法** 将艾条的一端点燃,对准脐部(距皮肤2~3厘米)进行熏烤的方法称为艾条温和灸脐法。该法要求使患者施灸局部有温热感而无灼痛为宜,一般每处灸5~10分钟,以皮肤出现红晕为度。温和灸多用于灸治慢性病。
- ◎ **艾条回旋灸脐法** 将艾条点燃的一端与脐部的皮肤虽然保持一定距离,但不固定,而是向左右方向移动或反复旋转地施灸的方法称为艾条回旋灸脐法。该法多用于灸治慢性病。
- ◎ **艾条雀啄灸脐法** 将艾条点燃的一端与脐部的皮肤并不固定在一定距离,而是像鸟雀啄食一样,一上一下活动地施灸的方法称为艾条雀啄灸脐法。该法多用于灸治急性病。

间接灸脐法(隔物灸脐法)

用药物或其他材料将艾炷与脐部的皮肤隔开,进行施灸的方法称为间接灸脐法或隔物灸脐法。所用间隔药物或材料很多,如以生姜间隔者称隔姜灸脐法;以蒜间隔者称为隔蒜灸脐法;用食盐间隔者称隔盐灸脐法;以附子间隔者称隔附子灸脐法;还有以其他药物研末填脐,或制成药饼盖于脐上,称为隔药饼灸脐法。常用的有以下几种。

- ① **隔姜灸脐法** 将鲜姜切成直径 2~3 厘米,厚 0.2~0.3 厘米的薄片,中间以针刺数孔,然后将姜片置于脐部,再将艾炷放在姜片上点燃施灸,或将药物研末,填于脐部,再在上方盖一姜片施灸。当艾炷燃尽,再易炷施灸,灸完所规定的壮数,以使皮肤红润而不起泡为度。该法有温胃止呕、散寒止痛、温肠止泻的作用,常用于虚寒性疾病,如寒性呕吐、腹痛、急慢性泄泻、痛经、宫冷不孕、阳痿、遗精、早泄、精少不育、精液不液化、风寒痹痛等。

- ② **隔蒜灸脐法** 用鲜大蒜头,切成厚 0.2~0.3 厘米的薄片,中间以针刺数孔(捣蒜如泥亦可),置于脐部,然后将艾炷放在蒜片上,点燃施灸。待艾炷燃尽,易炷再灸,直至灸完规定的壮数。此法有清热解毒、杀虫等作用,多用于治疗外科疮毒、肺癆、瘰癧、腹中结块等。

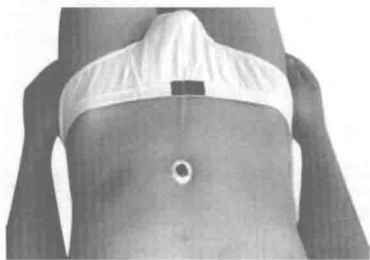


图 2-1 隔盐灸脐法

- ③ **隔盐灸脐法** 用干燥的食盐(以青盐为佳)填敷于脐部,或于盐上再置一薄姜片,上置大艾炷施灸。多用于治疗伤寒阴证或吐泻并作、中风脱证、急性寒性腹痛、痢疾、四肢厥冷、虚脱等症。此法有回阳、救逆、固脱之力,但须连续施灸,不拘壮数,以期脉起、肢温、矢气而作(见图 2-1)。

- ④ **隔葱灸脐法** 用新鲜的葱茎,捣烂制成饼状,填敷于脐部,上置大艾炷施灸。多用于治疗伤寒阴证或吐泻并作、中风脱证、急性寒性腹痛、痢疾、泄泻、四肢厥冷、虚脱、阳痿、早泄等症。此法有散寒止痛、温阳救逆、回阳固脱的功效。

- ⑤ **隔核桃皮灸脐法** 用沉香、木香、丁香、乳香、麝香、穿山甲共为末,取适量装入半圆的核桃壳内,放于脐部,以面粉糊护卫周边,上用荷叶覆盖,以艾炷灸之,以感到热气从脐部入腹内为度。此法有温胃止呕、散寒止痛、温肠止遗的作用,常用于治疗寒性呕吐、腹痛、急慢性泄泻、痛经、闭经、宫冷不孕、阳痿、遗精、早泄、精少不育、精液不液化、遗尿、遗精等。

- ⑥ **隔槐树皮灸脐法** 将槐树皮做成钱币大小的薄片,并穿数孔,放于脐上,再放艾炷直接灸;或者脐中放有药物,药物上再放一大小适宜的槐树皮,槐树皮上放艾炷直接施灸。此法可健脾胃,提高机体抗病能力。

- ⑦ **隔药饼(膏)灸脐法** 将药物研末,制成药饼或药膏放于脐上,称为隔药饼(膏)灸脐法(见图 2-2)。

- ⑧ **隔附子饼灸脐法** 将附子研成粉末,用酒调和做成直径约 3 厘米、厚约 0.8 厘米的附子饼,中间以针刺数孔,放在脐部,上面再放艾炷施灸,直至灸完所规定壮数。附子辛温大

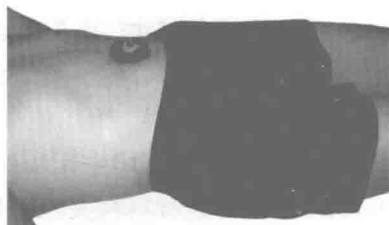


图 2-2 隔药饼(膏)灸脐法

热,有温肾补火的作用,故用来治疗各种阳虚病证,如外科疮疡久溃不愈、阳痿、早泄、宫冷不育、精冷不育、精液不液化症等阳虚证。

- ◎ **隔鳖甲灸脐法** 将鳖甲放于脐上，上置大艾炷，灸之，以穴位及其周围有温热感并现红晕为度，如感到太温热，可以提起鳖甲离皮肤少许。用于腹中癥瘕积聚，如肝脾肿大、子宫肌瘤、脏腑癌症等(见图 2-3)。

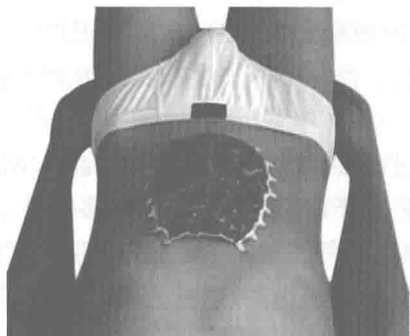


图 2-3a 隔鳖甲灸脐法

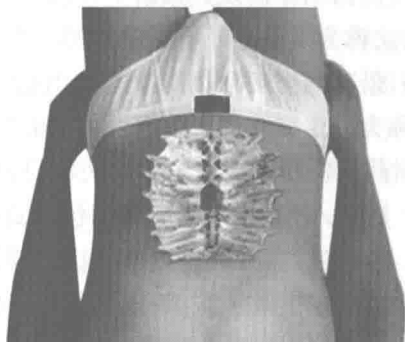


图 2-3b 隔鳖甲灸脐法

- ◎ **蒸脐法** 将药物(单方或复方)研成细末，填满脐部，上置艾炷进行施灸的方法称为蒸脐法，也称炼脐法、温脐法。如太乙真人熏脐法、彭祖小续命蒸脐法、温脐种子法等。确切地说，蒸脐法属于隔物灸脐法的一种(见图 2-4)。

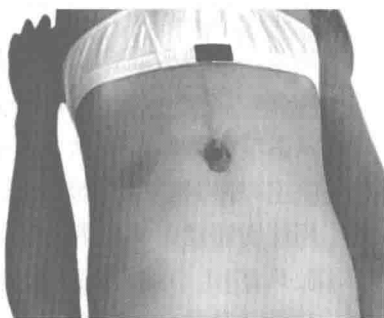


图 2-4 蒸脐法

- ◎ **熏脐法** 将药物做成药捻，并点燃，然后对着脐部进行熏烤的方法称为熏脐法。

- ◎ **面圈隔药灸脐法** 先以温开水调麦面粉成圆圈状(周长约 12 厘米，粗约 2 厘米)，面圈的中间孔应与患者本人脐孔大小一致(直径约 1.5 厘米)，备用。令患者仰卧位，充分暴露脐部，用 75% 酒精在脐部常规消毒后，将面圈绕脐一周，取适量药物粉末(8~10 克)，填满脐孔，用艾炷(直径约 2 厘米，高约 2 厘米)置于药末上，连续施灸。此法操作方便，可行性强，临床疗效较好。

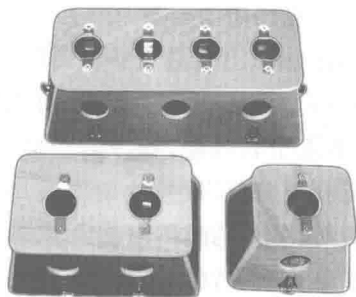


图 2-5 温灸器

温灸器灸脐法

用专门制作的灸疗器械在脐部施灸的方法称为温灸器灸脐法。此法应用方便、操作简单、疗效可靠，尤其适用于体弱多病、慢性疾病、慢性疲劳综合征、亚健康状态的调整(见图 2-5)。

日光灸脐法

将艾绒平铺在脐及脐周围，在日光下暴晒的方法称为日光灸脐法。

常用于体弱多病、慢性疾病、虚寒腹痛、小儿缺钙、皮肤色素变性等病。此法适用于夏季，并要注意不要使腹部受凉。