

ZHONGYIZHENJIUSHIYIJISHU
JIANMINGTUPU

中医针灸适宜技术 简明图谱

主编 齐昌菊 李荣华

通里
陰郛



中医古籍出版社

中医针灸适宜技术 简明图谱

主 编	齐昌菊	李荣华	
副主编	尚 云	李 明	顾关良
编 委	张 欢	卫新国	骆文玮
	沈 乐	杨芳玉	张小铁
主 审	孙行军	葛林宝	单永华

中医古籍出版社

图书在版编目(CIP)数据

中医针灸适宜技术简明图谱 / 齐昌菊等著. —北京: 中医古籍出版社, 2007. 7

ISBN 978-7-80174-541-5

I. 中… II. 齐… III. 针灸疗法—图谱 IV. R245-64

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第109645号

中医针灸适宜技术简明图谱

作 者: 齐昌菊 李荣华

责任编辑: 郑 蓉 李艳艳

封面设计: 陈 娟

出版发行: 中医古籍出版社

社 址: 北京市东直门内南小街16号(100700)

印 刷: 北京市凯鑫彩色印刷有限公司

开 本: 889mm × 1194mm 1/32

印 张: 5

字 数: 彩图480幅 16千字

版 次: 2007年7月第1版 2007年7月第1次印刷

印 数: 0001~3000册

ISBN 978-7-80174-541-5

定 价: 22.00元

序 言

为贯彻落实卫生部、国家中医药管理局《中医药事业发展十一五规划》的要求，并结合《国务院关于发展城市社区卫生服务的指导意见》，积极配合社区卫生综合改革，实现六位一体的服务功能定位，积极发挥区县中医医院在社区、农村中医药工作中的龙头作用，使其成为农村中医药医疗、预防、保健中心。大力推广安全有效、成本低廉、简便易学的中医药适宜技术，充分发挥中医适宜技术在社区卫生服务中的优势及中医药在新型农村合作医疗中的作用，为解决百姓多发病、常见病及“看病难、看病贵”的现实问题作出贡献。

以上海市南汇区医学重点专科针灸科学带头人齐昌菊副主任医师主持编撰，选择常见病针灸治疗，常用穴位主治功效为切入点，制作的《中医针灸适宜技术简明图谱》，其中包括“常用中医针灸适宜技术项目”、“临床常用腧穴”、“常见病针灸治疗”等部分，图文并茂，言简意赅，便于学习和

掌握。它将对于社区全科医生、乡村医生掌握中医药知识有一定的帮助。今后将继续依托社会各界力量，使中医针灸适宜技术项目得以推广应用，发扬光大。

目 录

第一部分 常用中医针灸适宜技术项目

一、针灸	1
(一) 针灸的三大效应	1
(二) 针灸术前准备	1
(三) 毫针消毒灭菌	1
(四) 操作步骤	2
(五) 针刺异常及防治	2
二、艾灸疗法	4
(一) 定义	4
(二) 艾灸作用	4
(三) 艾灸的适用症	4
(四) 艾灸注意事项	5
三、拔罐疗法	5
(一) 定义	5
(二) 方法	5
(三) 适应症	6
(四) 注意事项	6
四、耳穴疗法	6
(一) 概况	6
(二) 耳穴的分布和定位	6
(三) 适应症	6
(四) 选穴原则	6
(五) 常用方法	7

五、综合针法	7
(一) 电针疗法	7
(二) 水针疗法	7
六、天灸疗法	8
七、穴位敷贴疗法	9

第二部分 临床常用腧穴

一、手太阴肺经	11
1. 尺泽	12
2. 列缺	12
二、手阳明大肠经	13
1. 合谷	14
2. 曲池	14
三、足阳明胃经	15
1. 四白	16
2. 地仓	16
3. 下关	16
4. 颊车	17
5. 伏兔	17
6. 阴市	17
7. 梁丘	18
8. 犊鼻	18
9. 足三里	18
10. 丰隆	19
11. 解溪	19
四、足太阴脾经	20
1. 三阴交	21
2. 阴陵泉	21
3. 血海	21
五、手少阴心经	22
1. 神门	23

六、手太阳小肠经	24
1. 后溪	25
2. 臑俞	25
3. 肩外俞	25
4. 肩中俞	26
5. 听宫	26
七、足太阳膀胱经	27
1. 肺俞	28
2. 心俞	28
3. 膈俞	28
4. 肝俞	29
5. 胆俞	29
6. 脾俞	29
7. 胃俞	30
8. 肾俞	30
9. 气海俞	30
10. 大肠俞	31
11. 关元俞	31
12. 小肠俞	31
13. 膀胱俞	32
14. 委中	32
15. 承山	32
16. 秩边	33
17. 至阴	33
八、足少阴肾经	34
1. 涌泉	35
2. 太溪	35
3. 照海	35
九、手厥阴心包经	36
1. 内关	37
2. 劳宫	37
十、手少阳三焦经	38

1. 阳池	39
2. 外关	39
3. 支沟	40
4. 翳风	40
十一、足少阳胆经	41
1. 上关	42
2. 阳白	42
3. 风池	42
4. 环跳	43
5. 风市	43
6. 膝阳关	43
7. 阳陵泉	44
8. 悬钟（绝骨）	44
9. 足窍阴	44
十二、足厥阴肝经	45
1. 太冲	46
十三、督脉	47
1. 腰阳关	48
2. 命门	48
3. 身柱	48
4. 大椎	49
5. 哑门	49
6. 风府	49
7. 百会	50
8. 人中	50
十四、任脉	51
1. 中极	52
2. 关元	52
3. 气海	52
4. 神厥	53
5. 下脘	53

6. 中脘	53
7. 上脘	54
8. 膻中	54
9. 天突	54
10. 廉泉	55
11. 承浆	55
 第三部分 常见病针灸治疗	57
一、症状治疗	57
1. 感冒发热	57
2. 头痛	58
3. 胃痛	59
4. 腹痛	60
5. 呕吐	60
6. 高热	61
7. 眩晕	62
8. 关节痛	62
9. 瘫痪	66
二、急症治疗	67
1. 昏迷	67
2. 晕厥	68
3. 休克	69
4. 虚脱	69
5. 高热	70
6. 毒蛇咬伤	71
7. 痉症	71
8. 溺水	72
三、呼吸系统疾病	73
1. 咳嗽病	73
2. 支气管哮喘	73
3. 慢性支气管炎	74

4. 慢性阻塞性肺气肿	74
四、循环系统疾病	75
1. 窦性心动过速（过缓）	75
2. 多发性大动脉炎（无脉症）	75
五、消化系统疾病	77
1. 急性胃肠炎	77
2. 急性胃痉挛	78
3. 胃下垂	79
4. 胃肠神经官能症	80
5. 慢性腹泻（溃疡性结肠炎）	81
6. 呃逆	81
7. 急性胆囊炎	82
8. 急性胰腺炎	83
六、造血系统疾病	84
1. 再生障碍性贫血	84
七、泌尿与生殖系统疾病	85
1. 尿潴留	85
八、内分泌系统与代谢疾病	86
1. 痛风	86
2. 单纯性肥胖	87
九、神经系统疾病	88
1. 坐骨神经痛	88
2. 面神经炎	90
3. 神经性头痛（偏头痛）	91
4. 股外侧皮神经炎	92
5. 眼睑下垂	92
6. 中风后遗症（偏瘫）	93
7. 脑瘫	95
8. 小儿麻痹后遗症	96
9. 三叉神经痛	97
10. 多发性神经炎	98
11. 脊髓炎	100

12. 面肌痉挛	101
十、精神科疾病	102
1. 神经衰弱	102
2. 癔病	103
十一、运动系统疾病	108
1. 颈肩综合症	108
2. 颈椎病	108
3. 肱骨外上髁炎	109
4. 肩周炎	109
5. 腱鞘炎	110
6. 落枕	110
7. 急性腰扭伤	111
8. 腱鞘囊肿	111
9. 腰椎间盘突出症	112
10. 腰痛(老寒腰)	112
11. 腓肠肌痉挛	113
12. 颞颌关节炎	113
13. 肋软骨炎	114
14. 腰肌劳损	114
15. 足跟痛	115
16. 颈椎小关节紊乱	115
17. 骨折(新、旧性骨折)	116
18. 风湿性关节炎	117
19. 类风湿性关节炎	119
十二、外科疾病	121
1. 下肢静脉曲张	121
2. 臁疮(老烂脚)	121
十三、皮肤科疾病	122
1. 带状疱疹	122
2. 脱发	123
3. 湿疹	124
4. 风疹	125

5. 口周疱疹	126
十四、妇产科疾病	127
1. 痛经、月经不调	127
2. 闭经	127
3. 更年期综合征	128
4. 产后尿潴留	129
十五、儿科疾病	130
1. 小儿疳症（营养不良）	130
2. 小儿遗尿	130
3. 智障（弱智儿童）	131
4. 儿童胃寒腹痛	131
5. 百日咳	132
6. 婴幼儿摄生	133
7. 小儿助长	133
十六、眼耳鼻喉口腔疾病	134
1. 神经性耳鸣	134
2. 急性咽喉炎	135
3. 风火牙痛	135
4. 结膜炎	136
十七、其他	137
1. 晕车晕船	137
2. 美容祛斑	138
3. 美容除皱	139
4. 抗衰老	139
5. 旅游保健方	140
6. 戒烟	140
7. 戒酒	141
十八、单穴治病验方	142
1. 胎位不正	142
2. 小儿发热	142
3. 小儿腹泻	143
4. 痢证	143

5. 狂证	144
6. 胃肠痉挛	144
7. 失眠	145
8. 落枕	145

第一部分

常用中医针灸适宜技术项目

一、针灸

(一) 针灸的三大效应

1. 调和阴阳。
2. 扶正祛邪。
3. 通经活络。

(二) 针灸术前准备

1. 针具：根据针灸的部位、年龄、体质等因素，选择针的长短、粗细。
2. 针具消毒：2% 新洁尔灭浸泡 30 分钟以上。
3. 操作手消毒：用肥皂水洗刷，再用酒精棉球擦拭。
4. 穴位消毒：用酒精棉球擦拭。
5. 体位：坐位、站位，不可立位。

(三) 毫针消毒灭菌

在治疗台上放置一有盖容器，内盛 1210 或 2% 戊二醛消毒

液。前者每周两次，后者每周一次更换消毒液。

将用后的针，随时放入溶液中浸泡 30 分钟以上做初步消毒。

将已浸泡好的针捞出，用流动水冲去残留的消毒液，再烘干。

将烘干的针按不同的长度理出分开（同时理出有毛钩、弯曲等损伤严重的毫针，

弃之）。

用纸分别包成圆锥形的“独立”小包装。每小包不超过 50 支即可。

将小包装，按长短顺序，排列于有孔方盘内，送高温高压蒸汽灭菌（盘外贴 3M

指示带，注明消毒日期和有效期，并签全名）后使用。

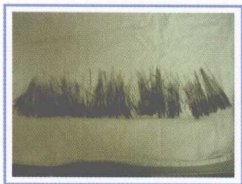
消毒后的针，一旦超过有效期，虽未打开小包装也必须重新灭菌后才可使用。

（四）操作步骤

1. 进针方法：单手、双手。
2. 针刺角度：直刺、斜刺、平刺。
3. 针刺深度：秋冬深刺；春夏浅刺。老弱妇幼、体瘦浅刺；壮实、体胖深刺。病在皮毛，属热、新伤者，浅刺；病在筋骨脏腑，属实、陈伤者，深刺。
4. 行针：提、插、捻、转。

（五）针刺异常及防治

1. 晕针：



原因：初针、体弱多病、紧张、过度疲劳、空腹、大泻、大汗出、体位不正和针刺手法过重。

症状：针刺、留针或出针后，出现突然头晕眼花，心慌欲呕，面色苍白，大汗淋漓，重者突然晕倒，四肢厥冷，血压下降，脉细欲绝。

处理：迅速出针，平卧休息，喝温开水或热茶，重者掐人中，灸治内关、百会、关元。

预防：初针者，选穴少，手法轻，多卧位。

2. 滞针：

原因：患者紧张、针部肌肉收缩、单向或过大幅度的捻转致肌纤维缠绕针体。

现象：捻转提插进退均难，局部疼痛，出针难。

处理：① 身体放松。② 针处附近按摩。③ 插对称穴，或向附近腧穴再扎一针。④ 反向捻转。

预防：嘱患者全身放松。术者不可单向大幅度捻转。

3. 弯针：

原因：留针后患者体位改变，术者手法不当或电针输出功率突然增大，均可致肌肉猛烈收缩，导致弯针。

现象：提插微动，捻转不动，进退困难，局部疼痛。

处理：① 患者体位还原。② 不可猛拔，不可捻转，顺着弯势慢慢退针。

预防：选用舒适持久的体位，手法适当，电针输出量由零开始加大，不可突然增大。

4. 断针或折针：

原因：针体尤其是针根部有损伤或弯曲锈蚀，或过大外力碰撞，体位改变大，肌肉强烈收缩。

现象：① 进针时折断。② 留针时撞击或肌肉收缩而致针体折断。③ 埋针者，因针位不牢而全针进入穴内。

处理：① 断端未伏没者，小心拔出。② 断端伏没者，在X线下，手术取出。

预防：术前仔细选择，切忌将针身全部没入肌体内。