

中醫雜病內壯反射區調理絕技

總主編 袁健強 侯云山

顏面頸部穴位反射區 調理絕技

主編

云春
張喜林
楊金才

 人民軍醫出版社
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

中医治未病
穴位反射区调理绝技

颜面颈部穴位反射区 调理绝技

YANMIANJINGBU XUEWEI FANSHEQU TIAOLI JUEJI

总主编 袁健强 侯云山

主编 云春 张喜林 杨金才

副主编 张志让 赵昌雄 袁伟强 杜全全

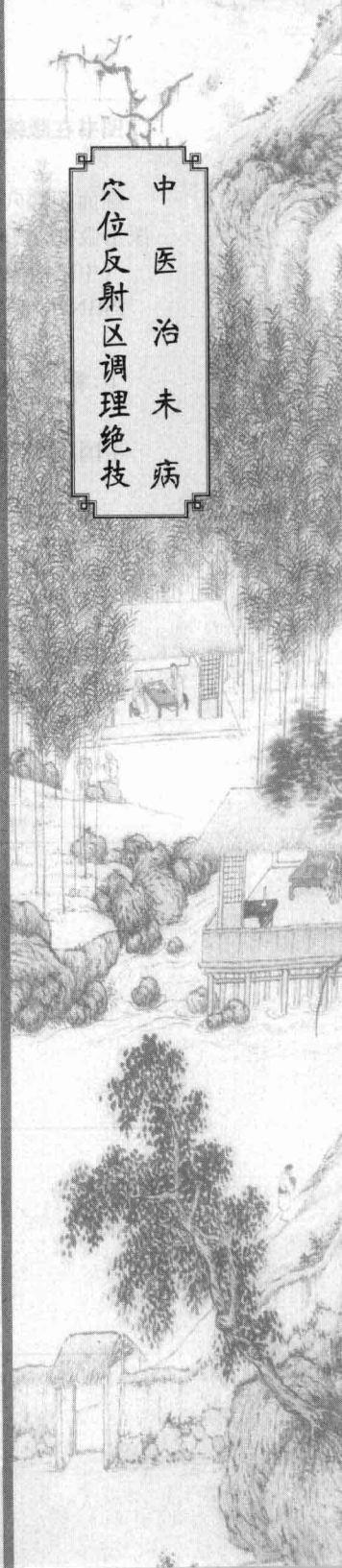
编委 龙壮艳 沈师锦 李光勇 谢长智

胡改凤 曾香红 陈溢满 袁伟玲

人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北京



图书在版编目 (CIP) 数据

颜面颈部穴位反射区调理绝技/云 春, 张喜林, 杨金才主编. —北京: 人民军医出版社, 2008.4

(中医治未病穴位反射区调理绝技/袁健强, 侯云山主编)

ISBN 978-7-5091-1676-0

I. 颜… II. ①云…②张…③杨… III. 颌面颈部—穴位按压疗法 IV. R245.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 037853 号

策划编辑: 郭伟疆 文字编辑: 贡书君 责任审读: 黄翔兵
齐学进 出版人: 齐学进

出版发行: 人民军医出版社 经 销: 新华书店

通信地址: 北京市 100036 信箱 188 分箱 邮 编: 100036

质量反馈电话: (010) 51927243; (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话: (010) 51927272

网址: www.pmmp.com.cn

印、装: 中国农业出版社印刷厂

开本: 710mm × 1010mm 1/16

印张: 10.5 字数: 156 千字

版、印次: 2008 年 4 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 0001 ~ 3500

定价: 29.00 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换

目录

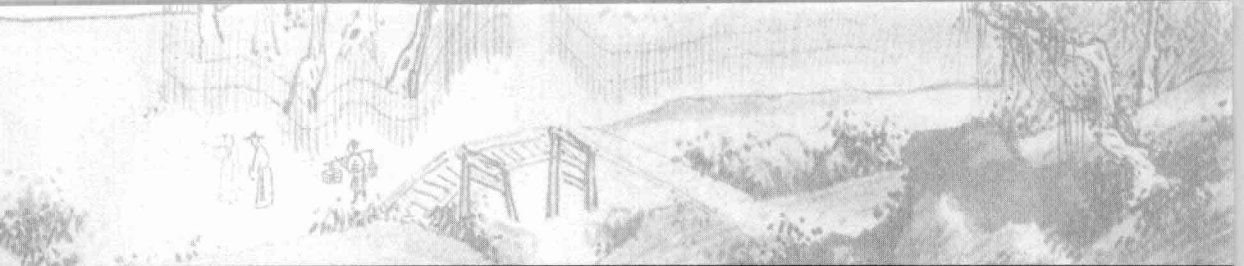
第一章 颜面部穴位反射区分布	1
一、颜面针灸法概述	1
二、眼针疗法概述	20
三、鼻穴疗法概述	28
第二章 颈项部的穴位反射区分布	36
一、颈项部的经络和穴位分布	36
二、颈项部的穴位反射区分布	39
第三章 耳针的穴位反射区分布	48
一、耳郭的解剖结构	48
二、耳郭的血管与神经	49
三、耳郭与经络脏腑的关系	49
四、耳穴的分布	50
五、耳穴的配方原则	65
六、耳穴的探查方法	66



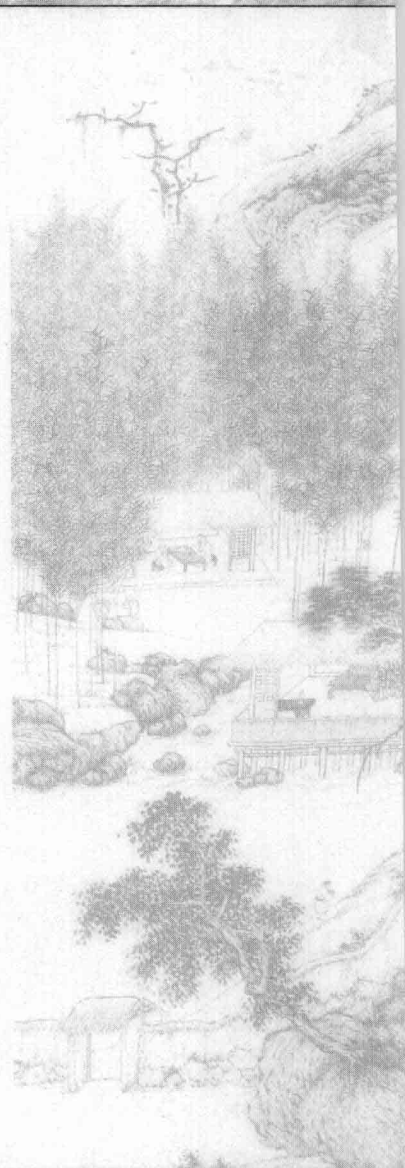
第四章 颜面穴调理绝技

一、头面部典型亚健康症状的耳针调理	72	二、颈肩部典型亚健康症状的耳针调理	74
三、胸背部典型亚健康症状的耳针调理	74	四、腰腹部典型亚健康症状的耳针调理	76
五、四肢部典型亚健康症状的耳针调理	77	六、泌尿生殖系典型亚健康症状的耳针调理	78
七、其他特殊部位典型亚健康症状的耳针调理	79	八、疲乏	79
九、脱发	80	十、梅核气	81
十一、颈肩背痛	81	十二、腹泻	82
十三、月经不调	83	十四、感冒	84
十五、腰痛	85	十六、胃脘痛	87
十七、高血压	87	十八、低血压	89
十九、自主神经功能紊乱	89	二十、抑郁症	90
二十一、失眠	91	二十二、疲劳	93
二十三、头痛	94	二十四、耳鸣	95



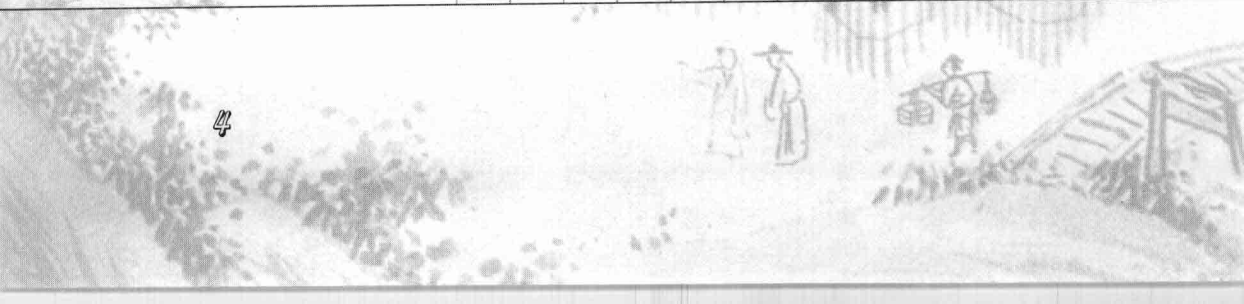


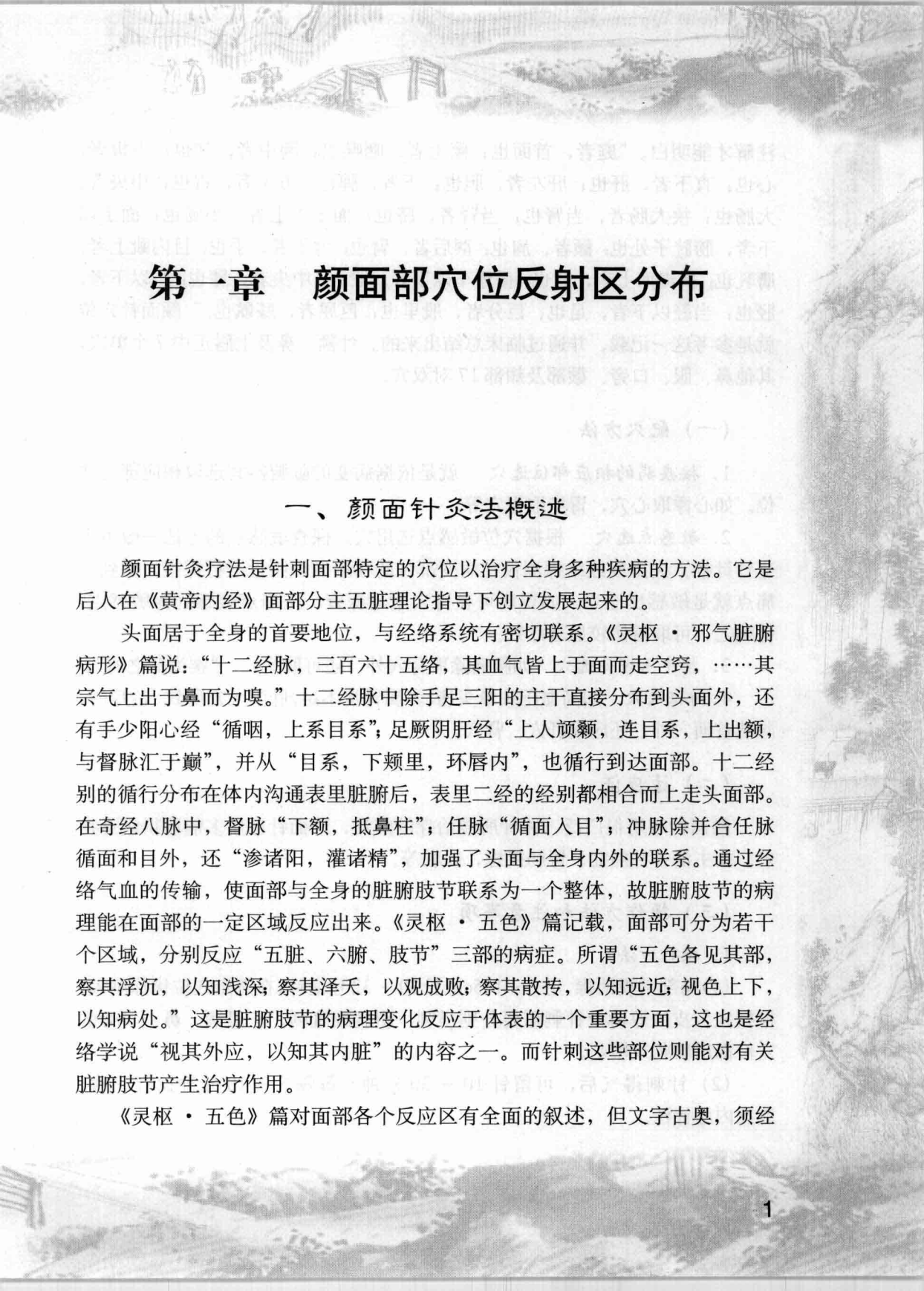
二十五、遗尿	97	二十六、神经衰弱	98
二十七、眩晕	99	二十八、视力疲劳	100
二十九、性功能衰退	101	三十、痔疮	102
三十一、便秘	103	三十二、痤疮	104
三十三、功能性消化不良	105		
第五章 耳针颈项针调理绝技			
一、慢性疲劳综合征	108	二、肥胖	110
三、办公室综合征	112	四、电视综合征	112
五、计算机病	114	六、高楼综合征	115
七、考试综合征	116	八、空调病	117
九、离退休综合征	118	十、神经衰弱	119
十一、失眠	121	十二、抑郁症	124





三十五、心律失常	154	三十六、过敏性鼻炎（鼻塞喷嚏）	155
三十三、带下病	149	三十四、颈椎病	150
三十一、月经失调	146	三十二、痛经	149
二十九、腰肌劳损	143	三十、坐骨神经痛	145
二十七、落枕	141	二十八、第3腰椎横突综合征	142
二十五、盗汗	138	二十六、肩关节周围炎	140
二十三、心脏神经官能症	136	二十四、神经性厌食症	136
二十一、慢性腹泻	134	二十二、神经官能症	135
十九、慢性胃炎	131	二十、胃、十二指肠溃疡	132
十七、感冒	130	十八、慢性支气管炎	131
十五、腹胀	128	十六、便秘	128
十三、头痛	126	十四、眩晕	127





第一章 颜面部穴位反射区分布

一、颜面针灸法概述

颜面针灸法是针刺面部特定的穴位以治疗全身多种疾病的方法。它是后人在《黄帝内经》面部分主五脏理论指导下创立发展起来的。

头面居于全身的首要地位，与经络系统有密切联系。《灵枢·邪气脏腑病形》篇说：“十二经脉，三百六十五络，其血气皆上于面而走空窍，……其宗气上出于鼻而为嗅。”十二经脉中除手足三阳的主干直接分布到头面外，还有手少阳心经“循咽，上系目系”；足厥阴肝经“上人颞颥，连目系，上出额，与督脉汇于巅”，并从“目系，下颊里，环唇内”，也循行到达面部。十二经别的循行分布在体内沟通表里脏腑后，表里二经的经别都相合而上走头面部。在奇经八脉中，督脉“下额，抵鼻柱”；任脉“循面入目”；冲脉除并合任脉循面和目外，还“渗诸阳，灌诸精”，加强了头面与全身内外的联系。通过经络气血的传输，使面部与全身的脏腑肢节联系为一个整体，故脏腑肢节的病理能在面部的一定区域反应出来。《灵枢·五色》篇记载，面部可分为若干个区域，分别反应“五脏、六腑、肢节”三部的病症。所谓“五色各见其部，察其浮沉，以知浅深；察其泽夭，以观成败；察其散抟，以知远近；视色上下，以知病处。”这是脏腑肢节的病理变化反应于体表的一个重要方面，这也是经络学说“视其外应，以知其内脏”的内容之一。而针刺这些部位则能对有关脏腑肢节产生治疗作用。

《灵枢·五色》篇对面部各个反应区有全面的叙述，但文字古奥，须经

注解才能明白。“庭者，首面也；阙上者，咽喉也；阙中者，肺也；下极者，心也；直下者，肝也；肝左者，胆也；下者，脾也；方上者，胃也；中央者，大肠也；挟大肠者，当肾也；当肾者，脐也；面王以上者，小肠也；面王以下者，膀胱子处也；颧者，肩也；颧后者，臂也；臂下者，手也；目内眦上者，膺乳也；挟绳而上者，背也；循牙车以下者，股也；中央者，膝也；膝以下者，胫也；当胫以下者，足也；巨分者，股里也；巨屈者，膝髌也。”颜面针穴位就是参考这一记载，并通过临床总结出来的。计额、鼻及上唇正中 7 个单穴，其他鼻、眼、口旁、颧部及颊部 17 对双穴。

（一）配穴方法

1. 按疾病的相应部位选穴 就是依据病变的脏腑器官选取相应部位穴位。如心悸取心穴，胃痛取胃穴等。

2. 敏感点选穴 根据穴位敏感点选用穴。探查敏感点的方法一般可用毫针针柄、尖镊或经络探测仪在病变部位的相应区域附近进行探查，遇到压痛点就是敏感反应点。如胃痛可在胃穴附近探查，压痛点敏感处为敏感点，针刺之，可取得比较显著疗效。

3. 按中医理论选穴 如腰痛除取背穴外，还可取肾穴，“腰为肾之府”。

4. 辨证选穴 如高血压头晕头痛，多属肾水不足，肝阳上亢所致。治疗时，除选首面穴外，还应配肝穴、肾穴。

（二）适应证

颜面针应用很广泛，体针所能治疗的疾病，颜面针应用多能取得满意疗效。如主治各种痛症，胃肠疾患，缺乳等。

（三）操作方法和注意事项

1. 操作方法

(1) 局部常规消毒，用 1~1.5cm 长 30~32 号毫针，在选定穴位徐徐刺入，根据穴位皮肤厚薄及针刺需要分别横刺、斜刺或直刺。一般额、鼻、口旁的穴位都用斜刺或横刺。

(2) 针刺得气后，可留针 10~30 分钟，每隔 5~10 分钟捻针一次，或皮内埋针法。

(3) 每日或隔日针刺一次, 10 次为 1 个疗程, 2 个疗程间休息 5 ~ 7 日。

2. 注意事项

(1) 针前要严格消毒, 防止面部感染。

(2) 由于面部血管丰富, 起针时, 注意按压针孔, 防止出血。

(四) 颜面针灸穴位区的分布

1. 颜面穴位的分布

(1) 穴位简介: 穴位又称腧穴, 腧穴是人体脏腑经络之气输注于体表的特殊部位。“腧”与“输”义通, 有转输、输注的含义; “穴”即孔隙的意思。腧穴在《黄帝内经》中又称作“节”、“会”、“气穴”、“气府”、“骨空”等。人体的腧穴既是疾病的反应点, 又是针灸的施术部位。经穴分别归属于各经脉, 经脉又隶属于一定的脏腑, 故腧穴—经脉—脏腑间形成了不可分割的联系。

① 穴位在检查诊断上的临床应用。《灵枢·九针十二原》记载: “五脏有疾也, 应出十二原, 而十二原各有所出, 明知其原, 睹其应, 而知五脏之害矣。”强调了人体脏腑发生疾病时在十二经相应的原穴上出现一些病理反应。反之, 按压某些相应的特殊穴位, 出现明显压痛时则可有助于诊断疾病。如肠道疾病患者, 可在募穴天枢出现压痛; 肝病患者可在背俞穴肝俞出现压痛, 即所谓的“诊募察俞”; 又如急性阑尾炎患者, 往往在足三里下 1 ~ 2 寸或大肠下合穴上巨虚找到压痛。此外, 还可以在相应的腧穴进行循按、触摸以探其阳性反应, 如局部硬节结、隆起、凹陷、条索状、圆状反应物等, 以推断何经何脏发生了疾病, 从而协助临床诊断。

② 检测穴位诊断疾病。由于脏腑发生的病理变化可以通过经络反应于体表相关的部位或穴位, 故人们由简单的按压、触摸而发展到仪器的检测。如采用电测定法探测体表原穴、募穴等相应的特定穴和耳穴的阻抗值变化, 以及对十二经井穴进行知热感度测定等, 以判断人体的经络气血失衡状况和相关脏腑经络的病情变化, 从而为诊断疾病提供参考。

(2) 穴位的治疗作用: 腧穴不仅是气血输注的部位, 当人体生理功能失调时又是邪气所客之处, 在防治疾病时又是针灸的刺激点。通过针刺、艾灸等对腧穴的刺激以通其经脉、调其气血, 使阴阳平衡、脏腑和调, 从而达到扶正祛邪的目的。在治疗上的作用主要有以下 3 个方面。

① 近治作用: 这是一切腧穴主治作用所具有的共同特点, 它们均可治疗

所在部位局部及邻近组织、器官的病症，如眼区及其周围的睛明、承泣、攒竹、童子髻等穴位均能治疗眼疾，胃脘部及其周围的中脘、建里、梁门等穴位均能治疗胃痛，膝关节及其周围的鹤顶、膝眼、阳陵泉等穴位均能治疗膝关节疼痛等。

②远治作用：这是十四腧穴主治作用的基本规律，在十四经所属腧穴尤其是十二经脉在四肢肘膝关节以下的腧穴，不仅能治疗局部病症，还能治疗本经循行所过处的远隔部位的脏腑、组织器官病症。如合谷穴不仅能治疗局部病症，还能治疗本经经脉所过处的颈部和头面部病症。

由于经脉的表里属络关系及其分布特点，腧穴在远治作用中除能治本经病变以外，还能治相表里经的疾患。如手太阴肺经的列缺穴不仅治本经的咳嗽、胸闷，还能治疗与其相表里的手阳明经的头痛、项强。

③特殊作用：临床实践证明，针灸腧穴所发挥的作用机制与用药不完全一致。它的特点在于针灸某些腧穴，对机体的不同状态有着双向的良性调整作用。如腹泻时针天枢穴可止泻，便秘时针天枢穴可以通便。又如实验证明，针刺足三里穴既可使原来处于弛缓状态或处于较低兴奋状态的胃运动加强，又可使原来处于紧张或收缩亢进的胃运动减弱。此外，腧穴的治疗作用还具有相对的特异性，如大椎穴退热、至阴穴矫正胎位、胆囊穴治疗胆绞痛等。

十四经穴的主治作用，归纳起来是：本经腧穴能治疗本经病，表里经穴能治互为表里的经脉、脏腑病，经穴还能治局部病。各经腧穴的主治既有特殊性，又有共同性。如手三阴经穴各有其特殊作用，即手太阴肺经穴治肺、咽喉疾病及上肢内侧前缘痹痛；手厥阴心包经穴治心、胃病及上肢内侧中间痹痛；手少阴心经穴治心痛及上肢内侧后缘痹痛。但它们又有共同主治特点，即均能治胸部疾病。

(3) 颜面的穴位分布

①任脉穴位共 2 个。

廉泉(liánquán, RN23)

定位：在颈部，当前正中线上，结喉上方，舌骨上缘凹陷处，见图 1-1。

解剖：针刺层次，皮肤→皮下组织→下颌舌骨肌→颏舌肌。穴位神经、血管，浅层有颈横神经分布；深层有下颌神经支、舌下神经、舌动脉和甲状腺上动脉分布。

主治：舌下肿痛、舌纵流涎、舌强不语、暴暗、喉痹、吞咽困难。

操作：向舌根斜刺 0.5 ~ 0.8 寸；可灸。

承浆 (chéng jiāng, RN24)

定位：在面部，当颏唇沟的正中凹陷处，见图 1-1。

解剖：①针刺层次，皮肤→皮下组织→口轮匝肌；②穴区神经、血管，浅层有颏神经分布；深层有面神经下颌支和下唇动脉分布。

主治：口眼喎斜、齿龈肿痛、流涎、暴暗、癫狂。

操作：斜刺 0.3 ~ 0.5 寸；可灸。



图 1-1 承浆，廉泉



图 1-2 神庭

②督脉穴位共 6 个。

上星 (shàngxīng, DU23)

定位：在头部，当前发际正中直上 1 寸，见图 1-2。

解剖：针刺层次，皮肤→皮下组织→枕额肌额腹。穴区神经、血管，浅层有滑车上神经分布；深层有面神经颞支和眶上动脉分布。

主治：头痛、目痛、鼻渊、鼻衄、癫痫、疟疾、热病。

操作：平刺 0.5 ~ 1 寸；可灸。

神庭 (shéntíng, DU24)

定位：在头部，当前发际正中直上 0.5 寸，见图 1-2。

解剖：同上星穴。

主治：头痛、晕眩、失眠、鼻渊、癫痫。

操作：平刺 0.5 ~ 0.8 寸；可灸。

素髻 (sùliáo, DU25)

定位：在面部，当鼻间的正中央，见图 1-3。

解剖：针刺层次，皮肤→皮下组织。穴位神经、血管，有眶下神经和鼻背动脉分布。

主治：鼻渊、鼻衄、喘息、昏迷、惊厥、新生儿窒息。

操作：向上斜刺 0.3 ~ 0.5 寸，或点刺出血。

水沟 (shuǐgōu, DU26)

定位：在面部，当人中沟的上 1/3 与中 1/3 交点处，见图 1-3。

解剖：①针刺层次，皮肤→皮下组织→口轮匝肌；②穴区神经、血管，浅层有眶下神经分布；深层有面神经颊支和上唇动脉（面动脉分支）分布。

主治：昏迷、昏厥、癫狂痫、小儿惊风、口角喎斜、腰脊强痛。

操作：向上斜刺 0.3 ~ 0.5 寸，或用指甲按掐。

兑端 (duìduan, DU2)

定位：在面部，当上唇的尖端，人中沟下端的皮肤与唇的移行部，见图 1-3。

解剖：同水沟穴。

主治：癫狂、齿龈肿痛、口眼喎斜、鼻衄。

操作：向上斜刺 0.2 ~ 0.3 寸。

龈交 (yínjiāo, DU28)

定位：在上唇内，唇系带与上齿龈的相接处，见图 1-4。

解剖：①针刺层次，黏膜→黏膜下层；②穴区神经、血管，有上颌神经

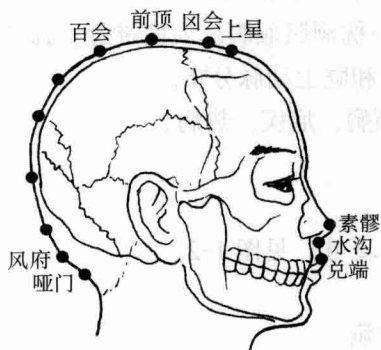


图 1-3 督脉穴位

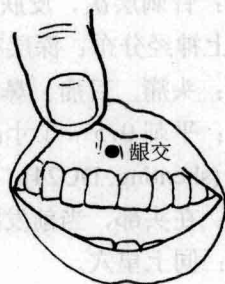


图 1-4 龈交穴

和上齿槽动脉分布。

主治：癫狂、齿龈肿痛、口眼喎斜、口臭、鼻渊。

操作：向上斜刺 0.2 ~ 0.3 寸，或点刺出血。

③大肠经穴位共 2 个。

口禾髎 (kǒuhéliáo, LI 19)

定位：在上唇部，鼻孔外缘直下，平水沟穴，见图 1-5。

解剖：①针刺层次，皮肤→皮下组织→口轮匝肌；②穴区神经、血管，浅层有眶下神经（下颌神经分支）分布；深层有面神经颊支和上唇动脉（面动脉分支）分布。

主治：口眼喎斜、鼻塞不通、鼻衄。

操作：直刺 0.3 ~ 0.5 寸；不宜灸。

迎香 (yíngxiāng, LI 20)

定位：在鼻翼外缘中点旁，当鼻唇沟中，见图 1-6。

解剖：①针刺层次。皮肤→皮下组织→提上唇肌；②穴区神经、血管，浅层有眶下神经分布；深层有面神经颊支、颧支和面动脉分布。

主治：鼻塞不通、口眼喎斜、鼻衄、面痒、鼻息肉。

操作：直刺或向上斜刺 0.2 ~ 0.5 寸；不宜灸。

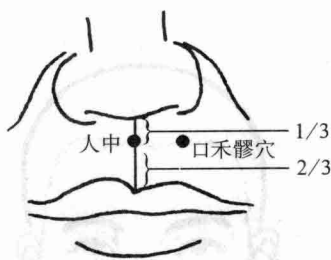


图 1-5 口禾髎穴

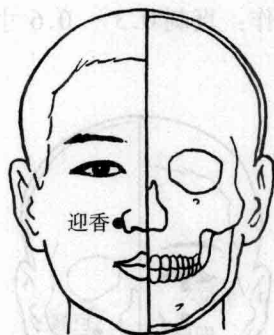


图 1-6 迎香穴

④胃经穴位共 9 个。

承泣 (chéngqì, ST 1)

定位：在面部瞳孔直下，当眼球与眶下缘之间。

解剖：①针刺层次，皮肤→皮下组织→眼轮匝肌→眶内眼球下直肌和下斜肌；②穴区神经、血管，浅层有眶下神经分布；深层有面神经颧支、眶下动脉分布；眶内有动眼神经和眼动脉分支分布。

主治：眼睑眶动、目赤肿痛、夜盲、口眼喎斜、迎风流泪。

操作：紧靠眶下缘直刺0.3～0.7寸；不宜灸。针刺时，应缓慢进针，不宜提插，以防刺破血管，引起眶内出血。

四白(sìbái, ST2)

定位：在面部瞳孔直下，当眶下孔凹陷处，见图1-7。

解剖：①针刺层次，皮肤→皮下组织→眼轮匝肌→提上唇肌→眶下孔；②穴区神经、血管，浅层有眶下神经分布；深层有眶下神经、动脉经过，并有面神经颧支分布。

主治：目赤痛痒、目翳、眼睑眶动、迎风流泪、头面疼痛、口眼喎斜。

操作：直刺0.2～0.4寸；不宜灸。

巨髎(jùliáo, ST3)

定位：在面部瞳孔直下，平鼻翼下缘处，当鼻唇沟外侧，见图1-7。

解剖：①针刺层次，皮肤→皮下组织→提上唇肌；②穴区神经、血管，浅层有眶下神经分布；深层有面神经颊支和面动脉分布。

主治：口眼喎斜、眼睑眶动、鼻衄、齿痛、面痛。

操作：直刺0.3～0.6寸；可灸。

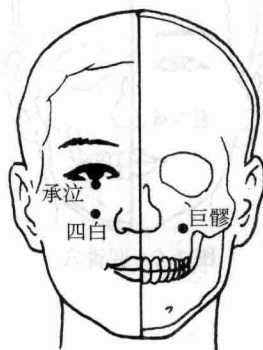


图 1-7 承泣、四白、巨髎穴



图 1-8 地仓穴

地仓 (dìcāng, ST4)

定位：在面部口角外侧，上直对瞳孔，见图 1-8。

解剖：①针刺层次，皮肤→皮下组织→口轮匝肌→颊肌；②穴区神经、血管，浅层有眶下神经、神经（下颌神经分支）分布；深层有面神经颊支和面动脉分布。

主治：口眼喎斜、口角歪动、齿痛、流泪、唇缓不收。

操作：向颊车方向平刺 0.5 ~ 1.5 寸；可灸。

大迎 (dà yíng, ST5)

定位：在下颌角前方，咬肌附着部的前缘，当面动脉搏动处。

解剖：①针刺层次，皮肤→皮下组织→降口角肌→咬肌；②穴区神经、血管，浅层有颞神经分布；深层有面神经下颌支、下颌神经咬肌支和面动脉分布。

主治：牙关紧闭、齿痛、口眼喎斜、颊肿、面肿、面痛、唇吻歪动。

操作：直刺 0.2 ~ 0.4 寸；可灸。

颊车 (jiáchē, ST6)

定位：在面颊部，下颌角前上方约一横指（中指），当咀嚼时咬肌隆起，按之凹陷处，见图 1-9。

解剖：①针刺层次，皮肤→皮下组织→笑肌→咬肌；②穴区神经、血管，浅层有耳大神经、耳颞神经（下颌神经分支）分布；深层有面神经下颌支、下颌神经咬肌支和面动脉分布。

主治：口眼喎斜、颊肿、齿痛、牙关紧闭、面肌痉挛。

操作：直刺 0.3 ~ 0.5 寸，或向地仓斜刺 1 ~ 1.5 寸；可灸。

下关 (xiàguān, ST7)

定位：在面部耳前方，当颧弓与下颌切肌所形成的凹陷处，见图 1-9。

解剖：①针刺层次，皮肤→皮下组织→咬肌→翼外肌；②穴区神经、血管，浅层有耳大神经和耳颞神经分布；深层有面神经颞支经过，并有下颌神经支和颞浅动脉分布；再深层卵圆孔处有下颌神经干。

主治：牙关紧闭、下颌疼痛、口眼喎斜、面痛、耳鸣、耳聋。

操作：直刺 0.5 ~ 1.2 寸；可灸。

头维 (tóuwéi, ST8)

定位：在头侧部，当额角发际上 0.5 寸，头正中线旁 4.5 寸，见图 1-10。



图 1-9 率谷、下关、颊车、地仓穴等

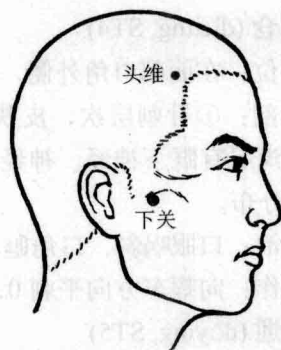


图 1-10 头维

解剖：①针刺层次，皮肤→皮下组织→帽状腱膜；②穴区神经、血管，浅层有眶上神经（眼神经分支）和耳颞神经分布。

主治：头痛、目眩、迎风流泪、眼睑眶动、视物不明、目痛。

操作：向后平刺 0.5 ~ 1.0 寸；不宜灸。

⑤小肠经穴共 2 个。

颧髎 (guānlíáo, SI18)

定位：在面部，当目外眦直下，颧骨下缘凹陷处，见图 1-11。

解剖：①针刺层次，皮肤→皮下组织→颧肌→咬肌→颞肌；②穴区神经、血管，浅层有眶下神经分布；深层有面神经颧支和下颌神经的肌支分布。

主治：口眼喎斜、眼睑眶动、齿痛、唇肿。

操作：直刺 0.3 ~ 0.5 寸，或斜刺 0.5 ~ 1 寸；可灸。

听宫 (tīnggōng, SI19)

定位：在面部，耳屏前，下颌骨髁状突的后方，张口时呈凹陷处，见图 1-11。

解剖：①针刺层次，皮肤→皮下组织→腮腺→外耳道软骨；②穴区神经、血管，浅层有耳颞神经和颞浅动脉的分支分布；深层有面神经的分支分布。

主治：耳鸣、耳聋、外耳道炎、齿痛、癰狂病。

操作：张口，直刺 0.5 ~ 1 寸；可灸。

⑥膀胱经穴位共 4 个。

睛明 (jīngmíng, BL1)

定位：在面部，目内眦角上方凹陷处，见图 1-12。