

子午流注针法

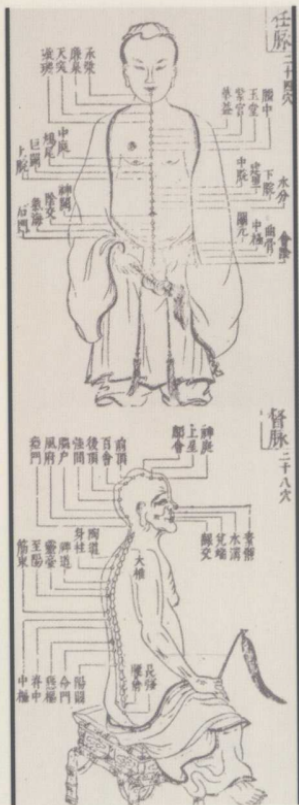
入门

Ziwu liuzhu

ZHENFA

Rumen

编著 肖进顺




人民军医出版社

子午流注针法

入门

Zi wu liu zhu
Rumen
ZHENFA

策划编辑：周文英

封面设计： 设计工作室

销售分类：中医针灸

ISBN 978-7-5091-1401-8



9 787509 114018 >

定价：18.00元

子午流注针法入门

ZIWULIUZHU ZHENFA RUMEN

肖进顺 编著

 人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北京

图书在版编目(CIP)数据

子午流注针法入门/肖进顺编著. —北京:人民军医出版社,
2008. 1

ISBN 978-7-5091-1401-8

I. 子… II. 肖… III. 子午流注针法 IV. R224.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 180404 号

策划编辑:周文英 文字编辑:蒲晓锋 责任审读:李 晨
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)51927270;(010)51927283

邮购电话:(010)51927252

策划编辑电话:(010)51927300—8058

网址:[www. pmmp. com. cn](http://www.pmmp.com.cn)

印刷:京南印刷厂 装订:桃园装订有限公司

开本:850mm×1168mm 1/32

印张:5.875 字数:145千字

版、印次:2008年1月第1版第1次印刷

印数:0001~4000

定价:18.00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



作者简介

肖进顺 河北宣化人。出身于中医世家，行医近50年，积累了丰富的临床经验。对糖尿病、风湿病、妇科病、乙肝病等治疗成效显著，尤其擅长针灸，以子午流注与灵龟八法为主。发表过中医学学术论文百余篇，出版个人医著如《中医脉学三字诀》、《傅青主女科新解》、《肖进顺医案医论医话精选》、《实用时间针法秘要》等。曾荣获“全国知名中青年中医师”、“当代世界传统医学杰出人物”、“第四届世界传统医学大会国际优秀成果奖”、“首届国际民族医药科技研讨会及展览会医学论著国际一等奖”等。兼任中国特效医学研究会首届国家级资深委员、全球执照中医师联合会会员、《世界传统医学杂志》特约编辑、中华华佗医药研究会高级研究员等。

内 容 提 要

本书作者出身中医世家,尤其擅长针灸子午流注针法,具有丰富的临证经验。为普及子午流注针法,作者着重介绍子午流注针法的基本知识及临床应用,内容包括子午流注针法概念、时间针法源流、子午流注理论根据、子午流注基础知识、纳甲法、纳子法、灵龟八法以及临床应用实例。内容浅显易懂,学用方便,适于广大针灸医师学习实践。

编写说明

子午流注针法,也叫“时间针法”,是中国古代的一种针刺疗法。它是以干支计时取穴,治疗效果优于普通针灸疗法,具有取穴少、疗效高的特点。但是,由于此疗法的取穴方法比较复杂,并且受时间因素的限制,很多专业针灸医师弃而不用,从而阻碍了子午流注针法的正常发展。为便于广大针灸医师和广大中医爱好者学习实践,我将子午流注针法避其繁杂,取其精华,以浅显易学,学用结合为原则编写本书,并愿将其真髓以飨读者。对于希望更进一步研究此针法的读者,可参照我同时编写的《实用时间针法秘要》一书,有利于对子午流注针法的全面掌握。

本书内容力求通俗易懂,只需查找所列各表,按穴位寻时间,就可以应用于临床,是初学者最方便的参考书。愿本书能够帮助初学者了解“子午流注针法”,为学习和研究时间针法,打下良好的基础。

由于作者学识浅薄,不足之处,请各位同道不吝斧正,特此表示谢意。

目 录

第一章 子午流注概述	(1)
一、什么是子午流注	(1)
二、子午流注针法的由来	(2)
三、子午流注针法的理论根据	(3)
(一)人体气血流注学说.....	(3)
(二)人体经络学说.....	(5)
(三)人体节律与生物钟学说.....	(8)
(四)因时制宜	(10)
四、子午流注针法的基本知识.....	(11)
(一)阴阳学说	(11)
(二)五行学说	(13)
(三)干支学说	(16)
五、日时干支简易速算法.....	(19)
(一)日干支简易速算法	(19)
(二)时干支简易速算法	(21)
六、子午流注针法.....	(22)
(一)纳甲法	(22)
(二)纳子法	(36)
第二章 灵龟八法	(40)
一、什么是灵龟八法.....	(40)
二、周易八卦简述.....	(40)
三、灵龟八法的内容	(41)
(一)奇经八脉与八脉交会穴	(41)
(二)八穴与八卦的配合关系	(44)

(三) 灵龟八法与干支的配合关系	(46)
(四) 灵龟八法按时取穴推算法	(47)
第三章 子午流注针法的临床应用	(61)
一、感冒	(61)
(一) 风寒型	(61)
(二) 风热型	(62)
(三) 病案举要	(62)
二、头痛	(62)
(一) 风邪袭表	(62)
(二) 肝阳上亢	(63)
(三) 瘀血停滞	(63)
(四) 气虚头痛	(63)
(五) 血虚头痛	(64)
(六) 肾虚头痛	(64)
(七) 痰湿头痛	(64)
(八) 病案举要	(65)
三、眩晕	(65)
(一) 阴虚阳亢	(65)
(二) 心脾两虚	(65)
(三) 肾阴不足	(66)
(四) 痰湿中阻	(66)
(五) 病案举要	(66)
四、胃脘痛	(67)
(一) 肝气犯胃	(67)
(二) 食滞胃痛	(67)
(三) 寒凝胃痛	(67)
(四) 脾胃虚寒	(68)
(五) 气滞血瘀	(68)
(六) 胃阴不足	(68)

(七)病案举要	(69)
五、呕吐	(69)
(一)寒邪犯胃	(69)
(二)宿食停滞	(69)
(三)肝逆犯胃	(70)
(四)痰饮内阻	(70)
(五)病案举要	(70)
六、泄泻	(71)
(一)湿热下迫	(71)
(二)寒湿下注	(71)
(三)饮食内伤	(72)
(四)脾气虚弱	(72)
(五)脾肾阳虚	(72)
(六)肝旺犯脾	(73)
(七)病案举要	(73)
七、痢疾	(73)
(一)湿热痢	(73)
(二)寒湿痢	(74)
(三)噤口痢	(74)
(四)休息痢	(74)
(五)病案举要	(75)
八、心悸	(75)
(一)气虚心悸	(75)
(二)血虚心悸	(76)
(三)痰火心悸	(76)
(四)瘀血心悸	(76)
(五)病案举要	(76)
九、失眠	(77)
(一)心脾两虚	(77)

(二) 阴虚火旺	(77)
(三) 胃中不和	(77)
(四) 肝火上亢	(78)
(五) 病案举要	(78)
十、卒中	(78)
(一) 闭证	(79)
(二) 脱证	(79)
(三) 半身不遂	(79)
(四) 口眼喎斜	(80)
(五) 病案举要	(80)
十一、腰痛	(80)
(一) 寒湿腰痛	(80)
(二) 血瘀腰痛	(81)
(三) 肾虚腰痛	(81)
(四) 病案举要	(81)
十二、痹证	(82)
(一) 风痹(行痹)	(82)
(二) 痛痹(寒痹)	(82)
(三) 湿痹(着痹)	(83)
(四) 热痹	(83)
(五) 病案举要	(83)
十三、尿闭	(84)
(一) 实证	(84)
(二) 虚证	(84)
(三) 病案举要	(84)
十四、痛经	(85)
(一) 寒湿凝滞	(85)
(二) 肝郁气滞	(85)
(三) 肝肾亏损	(86)

(四)病案举要	(86)
十五、产后缺乳	(86)
(一)虚证	(86)
(二)实证	(87)
(三)病案举要	(87)
十六、牙痛	(87)
(一)实证	(87)
(二)虚证	(88)
(三)病案举要	(88)
十七、咽喉肿痛	(88)
(一)实证	(88)
(二)虚证	(89)
(三)病案举要	(89)
十八、鼻衄	(89)
(一)实证	(89)
(二)虚证	(90)
(三)病案举要	(90)
十九、耳鸣耳聋	(90)
(一)实证	(90)
(二)虚证	(91)
(三)病案举要	(91)
二十、急性腰扭伤	(92)
病案举要	(92)
附录 A 常用经穴穴位及主治表	(93)
(一)手太阴肺经	(93)
(二)手阳明大肠经	(94)
(三)足阳明胃经	(95)
(四)足太阴脾经	(96)
(五)手少阴心经	(97)

(六)手太阳小肠经	(98)
(七)足太阳膀胱经	(99)
(八)足少阴肾经.....	(101)
(九)手厥阴心包经.....	(101)
(十)手少阳三焦经.....	(102)
(十一)足少阳胆经.....	(103)
(十二)足厥阴肝经.....	(104)
(十三)任脉.....	(105)
(十四)督脉.....	(106)
附录 B 2007—2040 年逐日干支速查表	(109)

第一章 子午流注概述

一、什么是子午流注

“子午”是指古人利用十二地支计时中子、丑、寅、卯、辰、巳、午、未、申、酉、戌、亥的“子”与“午”两个时辰而言。“子”代表十二时辰中第一个时辰(夜半 23:00~1:00);“午”代表十二时辰中第七个时辰(日中 11:00~13:00)。每个时间是现代钟点的两个小时。一昼夜的 24 小时用十二地支来计时,是中国古代的一种计时方法,用于“时间针法”更具特色(表 1-1)。

表 1-1 十二时辰地支与现代钟点对照表

十二辰	子	丑	寅	卯	辰	巳
十二时	夜半	鸡鸣	平旦	日出	食时	隅中
现代钟点	23:00~ 1:00	1:00~ 3:00	3:00~ 5:00	5:00~ 7:00	7:00~ 9:00	9:00~ 11:00
十二辰	午	未	申	酉	戌	亥
十二时	日中	日昃	晡时	日入	黄昏	人定
现代钟点	11:00~ 13:00	13:00~ 15:00	15:00~ 17:00	17:00~ 19:00	19:00~ 21:00	21:00~ 23:00

十二地支计时的方法是固定不变的,其中“子午”表示了一昼夜中阴消阳长的过程。如《针灸大全》中说:“子时一刻,乃一阳之生;午时一刻,乃一阴之生。故以子午分之而得乎中也。”夜半为子时,为阴之极,阴极为阳,故子时一刻为阳之始生;日中为午时,为

阳之极，阳极为阴，故午时一刻为阴之始生。从子时到午时，又从午时到子时，阴阳转变，明暗转化，冷热交替，即表示了阴阳消长转化过程，故以“子午”作为阴阳起始的焦点。

“流”是流动之意；“注”是灌注之意。如《针灸大全》中说：“流者往也，注者住也。”“子午流注”是指从子时到午时，或从午时到子时，人体气血在经脉中循行灌注，随着时间、阴阳的转化而出现的气血流注盛衰变化规律。某个穴位如果逢开时就气血旺盛，逢闭时则气血衰退。如果能够掌握其时机而取其穴，就可以提高治疗效果。这也是“子午流注”因时施治的重要性。

二、子午流注针法的由来

“子午流注针法”最早源于春秋战国时代的《黄帝内经》。如《灵枢·官能》中说：“用针之服，必有法则，上视天光，下司八正，以辟奇邪而观百姓，审于虚实，无犯其邪，是得天之露，遇岁之虚，救而不胜，反受其殃，故曰必知天忌，乃言针意。”可见古人针刺治病就已经注意到，必须首先了解自然界的各种现象，需要观察日月星辰的运行规律。如果能够了解到天时的宜忌，然后再决定施行针刺。这就是“因时制宜”时间针法的开端。又如《灵枢·五禁》中说：“黄帝曰：何谓五禁？愿闻其不可刺之时。岐伯曰：甲乙日自乘，无刺头，无发蒙于耳内；丙丁日自乘，无振埃于肩、喉、廉泉；戊己日自乘四季，无刺腹，去爪泻水；庚辛日自乘，无刺关节于股膝；壬癸日自乘，无刺足胫。是谓五禁。”以上更具体地提到，如果逢到甲乙、丙丁等日时不能针刺的部位，体现了时间针法的治疗法则。

人体气血流注的盛衰情况，是决定时间针法的首要条件。这在《黄帝内经》中，早有精辟论述。如《灵枢·逆顺》中说：“‘余闻气有逆顺，脉有盛衰，刺有大约，可得闻乎？’伯高曰：‘气之逆顺者，所以应天地、阴阳、四时、五行也；脉之盛衰者，所以候血气之虚、实、有余、不足；刺之大约者，必明知病之可刺，与其未可刺，与其已不

可刺也。’”可见人体气血的逆、顺、盛、衰和自然界各种现象以及阴阳、四时、五行的演变规律是相应的，所以施行针刺之法必须注意天人相应之时机。

继《黄帝内经》之后，秦越人在《难经》中更有发挥，补充并完善了《黄帝内经》中的内容和理论。如《难经》中，从“第六十二难”至“第六十八难”中，陈述了井、荣、输、经、合五输穴的命名意义、脏腑归属及如何配合十天干及其每一个穴位的阴阳五行属性等。

嗣后，有西晋时期的皇甫谧著有《针灸甲乙经》；金代的何若愚著有《子午流注针经》，窦汉卿著有《子午流注》、《针经指南》等；明代的徐凤著有《针灸大全》，杨继洲著有《针灸大成》。以上各家对于中国针灸学以及时间针法均有卓著的贡献。对于子午流注的研究与发展，以清代之前最为突出，清朝以后至解放初期，几乎陷于瘫痪的状态，濒临失传。

解放后，在党的中医政策的光照耀下，中国的针灸学术又获新生。解放初期（1951年3月）朱璠同志编写的《新针灸学》，书中内容虽然没有论及子午流注，但是此书的问世为新中国针灸学的发展奠定了坚实的基础。自20世纪50年代以后，全国各地的中医杂志也相继发表了有关子午流注针法的学术论文，为时间针法的研究和发展作出一定的贡献。

三、子午流注针法的理论根据

（一）人体气血流注学说

古人将气血在经脉中运行的情况，比喻为水液的流动。脉气的流注由小而大，由浅而深，分别借用井、荣、输、经、合五种名称来形容脉气的整个运行过程，说明每个穴位的特殊作用。如《灵枢·九针十二原》中说：“所出为井，所溜为荣，所注为输，所行为经，所入为合。二十七气所行，皆在五输也。”这就是说：脉气所出的地

方,如同水的源头,叫作“井”;脉气所流过的地方,像刚出泉源的微小水流,叫作“荣”;脉气所灌注的地方,像水流渐渐输注于深处一样,叫作“输”;脉气所行走的地方,像通渠流水般的迅速,叫作“经”;脉气所进入的地方,如同百川汇合入海,叫作“合”。十二经脉和十五络脉合为二十七气,所出入流注运行的地方都在井、荣、输、经、合五输特定的穴位之中。

根据阴阳刚柔配合及五行属性,特定阴经的井穴属木,阳经的井穴属金;阴经的荣穴属火,阳经的荣穴属水;阴经的输穴属土,阳经的输穴属木;阴经的经穴属金,阳经的经穴属火;阴经的合穴属水,阳经的合穴属土。兹将阴经、阳经、脏腑与五输穴的配合关系列表如下(表 1-2,表 1-3)。

表 1-2 手足阴经五输穴配合五行表

流注	穴别	五行	肺 (辛金)	心 (丁火)	心包 (丁君火)	肝 (乙木)	脾 (己土)	肾 (癸水)
出	井	乙木	少商	少冲	中冲	大敦	隐白	涌泉
溜	荣	丁火	鱼际	少府	劳宫	行间	大都	然谷
注	输	己土	太渊	神门	大陵	太冲	太白	太溪
行	经	辛金	经渠	灵道	间使	中封	商丘	复溜
入	合	癸水	尺泽	少海	曲泽	曲泉	阴陵泉	阴谷

表 1-3 手足阳经五输穴配合五行表

流注	穴别	五行	膀胱 (壬水)	胆 (甲木)	胃 (戊土)	三焦 (丙相火)	小肠 (丙火)	大肠 (庚金)
出	井	庚金	至阴	足窍阴	厉兑	关冲	少泽	商阳
溜	荣	壬水	通谷	侠溪	内庭	液门	前后	二间
注	输	甲木	束骨	足临泣	陷谷	中渚	后溪	三间
过	原	甲木	京骨	丘墟	冲阳	阳池	腕骨	合谷
行	经	丙火	昆仑	阳辅	解溪	支沟	阳谷	阳溪
入	合	戊土	委中	阳陵泉	足三里	天井	小海	曲池