

一部最具有影响力的医药学巨著

# 实用中医治病

谭奇纹 编著

# 绝招

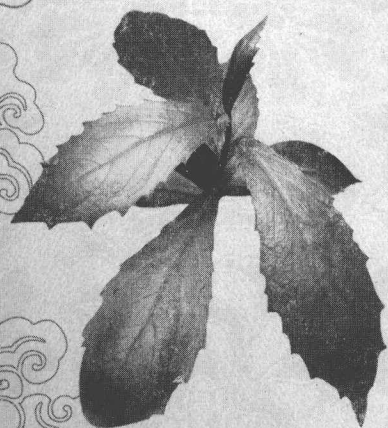
在长期的医疗实践中，中华医学形成了自己独特的治疗方法和理论体系，这些独特的治部方法形成了中医药自己得治病绝招，其特点是疗效显著持久、操作简便、适应不同患者和各类病症。

绝招

实用  
中医

治病  
绝招

中医诊病治病绝招



中医是一个伟大的宝库，是千百年来我国人民与疾病作斗争的经验总结，对中华民族的繁衍昌盛和人民的健康做出不可磨灭的贡献。方剂作为治疗疾病的最重要而直接手段和方法，是中医宝库中最耀眼的明珠。

中医古籍出版社

# 传承中医国粹、传播优秀文化、共享健康和谐 ——《中华实用方剂大典丛书》序言

中国医药学是一个伟大的宝库,具有悠久的历史、科学的理论、独特的方法、良好的疗效,为中华民族的繁衍昌盛做出了巨大的贡献。中国医药学在经受了现代文明的强烈冲击之后,非但没有消亡,反而卓然挺立,并越来越引起世界医学界的重视,形成学习和研究中医药学的热潮,这不仅表明中医药学无以取代的历史价值,同时更证明了她无以取代的现实价值。当前,医学界面临着诸多难题,气候变迁、大气污染、社会竞争日趋激烈等等,使人类疾病谱发生了重大变化:新发传染病不断出现,恶性肿瘤发病率急剧上升,心脑血管疾病死亡率居高不下……面对这一系列的问题,现代医学理论、医学模式、医学体制发生着深刻的变化。2003年中医药在防治非典型肺炎方面表现出的优势,使得古老的中华瑰宝在新世纪显示出勃勃生机。为了使更多的读者能够学习中医药学的基本知识,感悟中医药学的博大精深,体验中医药学的神奇疗效,山东中医药学会组织有关专家学者编著了这套《中华实用方剂大典丛书》。该丛书分为12分册,各分册既是丛书的组成部分,又各有特色。该套丛书有如下特点。

权威性。该丛书由作者阵容强大,各分册的主要作者都是在该领域有较深造诣的专家教授;编写体例、章节安排经过严格论证;各种治法、方剂来自中医历代文献,均注明来源出处。该丛书的权威性由此可见一斑。

科学性。中医药学是科学,这是不争的事实。否认中医的科学性,是对中医的无知,对科学的无知。“科学是人类智慧的最高贵的成果”,“科学是在社会实践基础上历史地形成的和不断发展的关于自然、社会和思维及其发展规律的知识体系”,“科学是对现实世界规律的不断深入的认识过程”……从各种对于“科学”概念的不同表述中,我们可以从中找出基本的、共同的东西,那就是:科学是一种理论知识体系,它是人类对于客观世界的正确反映,是人类认识世界和改

造世界的社会实践经验的概括和总结,同时,科学又是为社会实践服务的。中医学在漫长的发展过程中形成的系统的理论、发挥的强大的社会服务功能,就是中医科学性的最好证明。综观本书所列方药,即符合中医理论,又有现代药理研究资料,同时,还有作者应用方药的经验体会。我个人认为,这是本书科学性的体现。

普及性。本套丛书的作者不是高谈阔论空洞的理论,而是试图用通俗的语言把科学的中医防病治病知识送到千家万户,这也决定了本套丛书还有普及性的特点。读者面广,发挥的社会效益就大。本套丛书既适合广大基层中医、中西医结合工作者阅读,也可供社会各阶层人士学习防病治病知识之用。

实用性。本书所论诊法,通俗易懂,所列方药,简便廉效,所载治法,方便易行。实为人民群众的“家庭医生”。

近期,由国家中医药管理局联合十六部委局共同主办的“中医中药中国行”大型科普宣传活动正式启动,这项活动的主题是:“传承中医国粹、传播优秀文化、共享健康和谐”,愿本丛书的出版发行能为这次大型科普宣传活动增添新的内容,在普及中医知识、促进人类健康方面发挥重要作用。是为序。

**丛书主编:刘昭强 王圣贵 2007年6月**

## 《中华实用方剂大典丛书》编委会

主 编 刘昭强 王圣贵

副主编 韩 莉 王荣栓

编 委 (按姓氏笔画排列)

于 娟	王圣贵	王荣栓	刘和善	刘昭强	吕 璐
孙丰雷	宋业强	肖振良	陈宪海	周永坤	周海蓉
姜锡斌	宫本航	郭承伟	韩 莉	谭奇纹	潘月莉

## 《实用中医治病绝招》作者名单

主 编 谭奇纹

副主编 王锋 韩秀珍 王育峰

作 者 (以姓氏笔画为序)

王慧娟 王 峰 王育锋 王晓林 杨玉平

张 静 赵孔华 高 文 程 彪 董 凡

韩秀珍 谭奇纹

# 序 言

在长期的医疗实践中,中华医学形成了自己独特的治疗方法和理论体系,这些独特的治疗方法形成了中医药自己的治病绝招,这些绝招的最大特点是疗效显著持久,操作简便易行、适应不同患者和各类病症。为了总结和概括中华医学的这些治病绝招,编者写成了此书。

全书共分七章。第一、二、三、四章重点是阐述中医传统的、实用而有效的非药物疗法,以简、便、廉、验为特点,以大众、实用为原则。详细说明操作方法、适应范围及使用注意事项等,其中包括针刺疗法、艾灸疗法、推拿疗法和药物外治疗法等。第五章为常见疾病的防治,介绍百余种常见疾病运用上述各种中医疗法调治的内容;第六章介绍了饮食疗法对某些疾病治疗的作用;第七章介绍气功强身的作用。本书突出中医整体观念和辨证论治之特点,集中医多种疗法之精髓为主,辅以食疗、气功养生保健疗法,具有通俗易懂、简明易学、实用性强、疗效可靠之特色,对广大患者、中医爱好者、老龄大学保健专业教学及基层医务工作者,均有较好的实用参考价值。书中大多数疗法可在家庭基层自我运用,但也有某些疗法,因受时间、环境、操作工具与技术等方面的限制,故须在医生指导下进行。

在本书编写中,编者力求简便实用,知识点明确,内容精辟,语言简练。但由于水平所限,不足和错误之处在所难免,恳请各位读者提出宝贵意见,务求在以后修订中改进提高。

编者

# 目 录

<b>第一章 针刺篇</b> .....	1	七、耳针疗法	30
一、毫针疗法	1	(一)耳郭表面解剖	31
二、颈项针疗法	9	(二)耳穴的分布规律	31
(一)颈项部常用腧穴	10	(三)耳穴的名称、部位与主治	31
(二)取穴原则	13	.....	31
(三)操作方法	13	(四)耳穴在诊治疾病上的应用	39
(四)注意事项	13	.....	39
三、背俞针疗法	13	(五)耳穴操作	41
(一)背俞穴	14	(六)注意事项	43
(二)取穴原则与配穴方法	16	八、头皮针疗法	43
(三)操作方法	16	(一)概述	43
(四)注意事项	16	(二)标准穴线的定位与主治	44
四、脊针疗法	16	.....	44
(一)夹脊穴	17	(三)刺激区的定位与主治	45
(二)取穴原则	18	(四)头针的适应证	47
(三)操作方法	18	(五)头针操作	47
(四)注意事项	18	(六)注意事项	49
五、胸穴指压疗法	18	九、三棱针疗法	49
(一)穴位定位与主治	19	(一)针具	49
(二)取穴原则与配穴方法	23	(二)操作方法	49
(三)操作方法	23	(三)适应范围	50
(四)注意事项	24	(四)注意事项	50
六、腹针疗法	24	十、快速点刺疗法	51
(一)腹针常用穴位	24	(一)针的选择	51
(二)取穴原则	25	(二)操作方法	51
(三)操作方法	25	(三)注意事项	52
(四)注意事项	25	十一、放血疗法	52
(五)腹针的适应证	25	(一)消毒	53
(六)腹针的禁忌证	25	(二)体位	53
		(三)操作方法	53





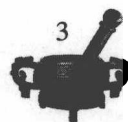
实用中医治病绝招



(四) 注意事项 .....	53	(一) 针具 .....	65
十二、小宽针疗法 .....	54	(二) 操作方法 .....	66
(一) 针具 .....	54	(三) 注意事项 .....	66
(二) 操作方法 .....	54	二十二、穴位注射法 .....	67
(三) 注意事项 .....	55	(一) 用具及药物 .....	67
十三、粗针疗法 .....	55	(二) 选穴与剂量 .....	67
(一) 针具 .....	55	(三) 操作方法 .....	68
(二) 操作方法 .....	56	(四) 疗程 .....	68
(三) 针刺原则 .....	56	(五) 适应范围 .....	68
(四) 注意事项 .....	56	(六) 注意事项 .....	68
十四、皮肤针疗法 .....	57	二十三、穴位埋线疗法 .....	69
(一) 针具 .....	57	(一) 用具的准备 .....	69
(二) 操作方法 .....	57	(二) 埋线方法 .....	69
(三) 刺激强度 .....	58	(三) 注意事项 .....	69
(四) 适应范围 .....	58	二十四、针挑疗法 .....	70
(五) 注意事项 .....	58	(一) 选择针挑点 .....	70
十五、皮内针疗法 .....	58	(二) 操作方法 .....	70
(一) 针具 .....	59	(三) 注意事项 .....	74
(二) 操作方法 .....	59	二十五、割烙疗法 .....	74
(三) 适应范围 .....	59	(一) 常用器材 .....	74
(四) 注意事项 .....	59	(二) 操作方法 .....	75
十六、鍱针疗法 .....	60	(三) 配合使用的药物 .....	75
(一) 针具 .....	60	(四) 注意事项 .....	75
(二) 操作方法 .....	60	二十六、结扎疗法 .....	76
(三) 注意事项 .....	61	(一) 操作方法 .....	76
十七、指针疗法 .....	61	(二) 注意事项 .....	76
(一) 操作方法 .....	61	二十七、面针疗法 .....	76
(二) 注意事项 .....	62	(一) 穴位定位 .....	77
十八、火针疗法 .....	62	(二) 取穴原则 .....	78
(一) 针具 .....	63	(三) 操作方法 .....	79
(二) 操作方法 .....	63	(四) 注意事项 .....	79
(三) 注意事项 .....	64	二十八、眼针疗法 .....	79
二十、割治疗法 .....	64	(一) 眼球经区定位 .....	79
(一) 割治部位 .....	64	(二) 观眼察病诊断法 .....	80
(二) 操作方法 .....	64	(三) 取穴规律 .....	81
(三) 注意事项 .....	65	(四) 操作方法 .....	82
二十一、芒针疗法 .....	65	(五) 注意事项 .....	82



二十九、鼻针疗法 .....	83	(五)取穴原则与配穴方法 .....	102
(一)鼻部穴位定位 .....	83	(六)操作方法 .....	103
(二)选穴原则与配穴方法 .....	84	(七)注意事项 .....	103
(三)操作方法 .....	85	三十六、暖针疗法 .....	103
(四)注意事项 .....	86	(一)操作方法 .....	103
三十、人中针疗法 .....	86	(二)注意事项 .....	104
(一)穴位的定位 .....	86	三十七、陶针疗法 .....	104
(二)取穴原则 .....	86	(一)操作方法 .....	104
(三)操作方法 .....	86	(二)注意事项 .....	105
(四)注意事项 .....	87	三十八、传统时间针灸法 .....	105
三十一、口针疗法 .....	87	(一)子午流注 .....	105
(一)穴位定位 .....	87	(二)灵龟八法 .....	112
(二)取穴原则 .....	87	(三)飞腾八法 .....	114
(三)操作方法 .....	88	(四)注意事项 .....	115
(四)注意事项 .....	88	<b>第二章 灸 疗 篇</b> .....	117
三十二、舌针疗法 .....	88	一、艾炷灸 .....	118
(一)穴位定位 .....	88	(一)直接灸 .....	118
(二)取穴原则与配穴方法 .....	89	(二)间接灸 .....	119
(三)操作方法 .....	90	二、艾卷灸 .....	123
(四)注意事项 .....	90	(一)悬灸 .....	123
三十三、手针疗法 .....	91	(二)实按灸 .....	123
(一)穴位定位 .....	91	三、温针灸 .....	125
(二)取穴原则与配穴方法 .....	92	四、温灸器灸 .....	125
(三)操作方法 .....	93	五、灯火灸 .....	125
(四)注意事项 .....	93	(一)施灸材料 .....	126
三十四、足针疗法 .....	93	(二)操作方法 .....	126
(一)穴位定位与主治 .....	94	(三)注意事项 .....	127
(二)取穴原则与配穴方法 .....	97	(四)适应范围 .....	127
(三)操作方法 .....	98	六、天灸 .....	127
(四)注意事项 .....	98	七、骑竹马灸疗法 .....	127
三十五、手象针与足象针疗法 .....	98	(一)定穴法 .....	128
(一)手部划线 .....	98	(二)操作方法 .....	128
(二)穴区的命名 .....	99	八、三角灸疗法 .....	128
(三)穴区的定位 .....	99	(一)操作方法 .....	128
(四)作用与主治 .....	101	(二)适应症 .....	128





九、苇管器灸疗法 .....	128	(二)拔罐法的应用 .....	140
(一)灸器的制作 .....	129	(三)拔罐的作用和适应范围 .....	141
(二)操作方法 .....	129	(四)拔罐的注意事项 .....	141
十、肛灸疗法 .....	129	<b>第三章 推拿篇</b> .....	142
(一)灸器的制作 .....	129	一、伤科、正骨推拿疗法 .....	142
(二)操作方法 .....	129	(一)伤科、正骨推拿疗法的作用	
(三)注意事项 .....	129	原理 .....	142
十一、药熏蒸气灸疗法 .....	130	(二)伤科、正骨推拿疗法的作用	
(一)药物处方 .....	130	手法 .....	143
(二)注意事项 .....	131	(三)具体操作方法 .....	143
十二、阳燧铤灸疗法 .....	131	(四)伤科、正骨推拿疗法的作用	
(一)药物配制 .....	132	部位 .....	147
(二)使用方法 .....	132	(五)注意事项 .....	147
十三、硫磺灸疗法 .....	132	二、捏脊疗法 .....	147
(一)硫磺灸料的制作 .....	132	(一)捏脊疗法的作用手法 .....	147
(二)硫磺灸法操作规程 .....	132	.....	147
十四、硫朱灸疗法 .....	133	(二)捏脊疗法的作用部位 .....	148
(一)硫朱灸料的制作 .....	133	(三)注意事项 .....	148
(二)操作方法 .....	133	三、捏筋弹拨拍打疗法 .....	149
十五、麝火疗法 .....	133	(一)捏筋弹拨拍打疗法的原理	
(一)药物配制 .....	133	.....	149
(二)施治方法 .....	134	(二)捏筋疗法的作用手法 .....	150
(三)注意事项 .....	134	.....	151
十六、火柴头灸疗法 .....	135	(三)拍打疗法的作用手法 .....	151
(一)选定穴位 .....	135	.....	151
(二)操作方法 .....	135	(四)捏筋弹拨拍打疗法的作用部	
(三)注意事项 .....	135	位 .....	151
十七、燎灸法 .....	135	(五)捏筋弹拨拍打疗法的操作步	
(一)取穴规律 .....	136	骤 .....	151
(二)操作方法 .....	136	(六)注意事项 .....	152
(三)注意事项 .....	136	四、振击疗法与“药指”疗法 .....	153
十八、抓火疗法 .....	137	(一)振击工具 .....	154
(一)操作方法 .....	137	(二)振击手法 .....	154
(二)注意事项 .....	137	(三)振击部位 .....	155
十九、拔罐疗法 .....	138		
(一)罐的种类 .....	138		
(二)拔罐的方法 .....	139		

(四)药酒配制与使用方法 .....	155	第四章 外治篇 .....	166
(五)注意事项 .....	155	一、擦牙开噤法 .....	166
五、外用药物推拿疗法 .....	155	(一)操作方法 .....	166
(一)外用药物推拿疗法的作用原	理 .....	(二)注意事项 .....	166
(二)外用药物推拿疗法的作用手	法 .....	二、催嚏开窍法 .....	166
(三)外用药物推拿疗法的作用部	位 .....	(一)操作方法 .....	167
(四)注意事项 .....	156	(二)注意事项 .....	167
六、脚踩按摩法 .....	157	三、冰敷法 .....	167
(一)踩前准备 .....	157	(一)操作方法 .....	167
(二)脚踩循经点穴法 .....	157	(二)注意事项 .....	168
(三)主治病症 .....	159	四、灌肠点滴法 .....	168
(四)注意事项 .....	159	(一)操作方法 .....	168
七、抓扯刮痧推拿疗法 .....	159	(二)注意事项 .....	170
(一)抓扯刮痧推拿疗法的作用原	理 .....	四、点眼法 .....	170
(二)抓扯刮痧推拿疗法的作用手	法 .....	(一)操作方法 .....	171
(三)抓扯刮痧推拿疗法的作用部	位 .....	(二)注意事项 .....	171
(四)注意事项 .....	161	五、咽鼻法 .....	171
八、子午流注推拿法 .....	161	(一)操作方法 .....	172
(一)纳子法 .....	161	(二)注意事项 .....	172
(二)补母泻子配穴法 .....	162	六、塞鼻法 .....	172
(三)主客配穴法 .....	162	(一)操作方法 .....	172
(四)母子经配法 .....	162	(二)注意事项 .....	173
(五)开穴通闭六法 .....	162	七、含漱法 .....	173
(六)外经脉相引法 .....	163	(一)操作方法 .....	173
(七)注意事项 .....	163	(二)注意事项 .....	173
九、气功推拿法 .....	163	八、鼻嗅法 .....	173
(一)常用练功方法 .....	164	(一)操作方法 .....	173
(二)气功推拿手法 .....	164	(二)注意事项 .....	174
(三)注意事项 .....	165	九、刷牙法 .....	174
		(一)操作方法 .....	174
		(二)注意事项 .....	174
		十、噙化法 .....	175
		(一)操作方法 .....	175
		(二)注意事项 .....	175
		十一、吹耳法 .....	175
		(一)操作方法 .....	175





实用中医治病绝招

(二) 注意事项 .....	175	(一) 划点方法 .....	183
十二、滴耳加压法 .....	175	(二) 划点部位 .....	183
(一) 操作方法 .....	176	(三) 疗程 .....	183
(二) 注意事项 .....	176	(四) 注意事项 .....	184
十三、酒醋法 .....	176	二十四、蜂毒法 .....	184
(一) 酒疗法 .....	176	(一) 操作方法 .....	184
(二) 醋疗法 .....	177	(二) 注意事项 .....	185
(三) 注意事项 .....	177	二十五、药捻法 .....	185
十四、淋洗法 .....	177	(一) 操作方法 .....	185
(一) 操作方法 .....	177	(二) 注意事项 .....	186
(二) 注意事项 .....	177	二十六、药棒疗法 .....	186
十五、浸洗法 .....	177	(一) 操作方法 .....	186
(一) 操作方法 .....	178	(二) 注意事项 .....	187
(二) 注意事项 .....	178	二十七、扑粉法 .....	187
十六、沐浴法 .....	178	(一) 操作方法 .....	188
(一) 操作方法 .....	178	(二) 注意事项 .....	188
(二) 注意事项 .....	178	第五章 治疗篇 .....	189
十七、蒸气疗法 .....	179	一、急症 .....	189
(一) 全身蒸熏 .....	179	(一) 高热 .....	189
(二) 局部蒸熏 .....	179	(二) 中暑 .....	190
(三) 注意事项 .....	179	(三) 中风 .....	191
十八、坐药法 .....	179	(四) 溺水 .....	194
(一) 操作方法 .....	180	(五) 煤气中毒 .....	194
(二) 注意事项 .....	180	(六) 食物中毒 .....	195
十九、热罨法 .....	180	二、内科病症 .....	195
(一) 操作方法 .....	180	(一) 感冒 .....	195
(二) 注意事项 .....	180	(二) 支气管炎 .....	197
二十、热烘疗法 .....	181	(三) 支气管哮喘 .....	198
(一) 操作方法 .....	181	(四) 肺结核 .....	200
(二) 注意事项 .....	181	(五) 高血压 .....	201
二十一、握药法 .....	181	(六) 心率失常 .....	202
(一) 操作方法 .....	181	(七) 三叉神经痛 .....	203
(二) 注意事项 .....	181	(八) 周围性面神经麻痹 .....	204
二十二、涂擦法 .....	181	(九) 面肌痉挛 .....	206
(一) 操作方法 .....	182	(十) 头痛 .....	206
(二) 注意事项 .....	182	(十一) 偏头痛 .....	210
二十三、白降丹划点法 .....	182		



(十二) 脑血管意外及后遗症 …	212	三、外科、皮肤科病症 ……………	251
(十三) 神经衰弱 ……………	212	(一) 急性乳腺炎 ……………	251
(十四) 失眠症 ……………	213	(二) 急、慢性阑尾炎 ……………	251
(十五) 瘰疬 ……………	215	(三) 肠梗阻 ……………	252
(十六) 震颤麻痹 ……………	215	(四) 痔疮 ……………	253
(十七) 肋间神经痛 ……………	216	(五) 直肠脱垂 ……………	254
(十八) 股外侧皮神经炎 ……	217	(六) 落枕 ……………	254
(十九) 坐骨神经痛 ……………	217	(七) 颈椎病 ……………	256
(二十) 桡神经麻痹 ……………	221	(八) 肩关节周围炎 ……………	257
(二十一) 正中神经麻痹 ……	221	(九) 冈上肌腱炎 ……………	259
(二十二) 急性胃肠炎 ……	222	(十) 肱骨外上髁炎 ……………	260
(二十三) 慢性胃炎 ……………	225	(十一) 腕管综合征 ……………	261
(二十四) 胃及十二指肠溃疡 …	226	(十二) 腱鞘囊肿 ……………	261
(二十五) 胃下垂 ……………	226	(十三) 肋软骨炎 ……………	262
(二十六) 神经性呕吐 ……	228	(十四) 急性腰扭伤 ……………	262
(二十七) 胃神经官能症 ……	230	(十五) 腰肌劳损 ……………	263
(二十八) 膈肌痉挛 ……………	232	(十六) 腰椎间盘突出症 ……	264
(二十九) 肠炎 ……………	233	(十七) 梨状肌综合征 ……	266
(三十) 便秘 ……………	236	(十八) 骨性膝关节炎 ……	266
(三十一) 胆囊炎、胆石症 …	236	(十九) 跟痛症 ……………	266
(三十二) 肾小球肾炎 ……	238	(二十) 斑秃 ……………	267
(三十三) 肾盂肾炎 ……	238	(二十一) 痤疮 ……………	267
(三十四) 泌尿系结石 ……	239	(二十二) 神经性皮炎 ……	268
(三十五) 急性尿潴留 ……	239	(二十三) 多发性神经炎 ……	269
(三十六) 前列腺炎 ……	240	(二十四) 丹毒 ……………	270
(三十七) 阳痿 ……………	241	(二十五) 湿疹 ……………	270
(三十八) 遗精 ……………	242	(二十六) 皮神经炎 ……	272
(三十九) 甲状腺功能亢进 ……	243	(二十七) 荨麻疹 ……	272
(四十) 甲状腺功能减退 ……	244	(二十八) 带状疱疹 ……	273
(四十一) 高脂血症 ……	244	(二十九) 扁平疣 ……	274
(四十二) 糖尿病 ……	245	(三十) 老人斑 ……	274
(四十三) 肥胖症 ……	246	(三十一) 白癜风 ……	275
(四十四) 白细胞减少症 ……	247	(三十二) 颈淋巴结核 ……	276
(四十五) 风湿性关节炎 ……	247	(三十三) 外伤性截瘫 ……	278
		四、妇科病症 ……………	280
		(一) 月经不调 ……………	280
		(二) 痛经 ……………	282





(三) 闭经 .....	283	(十二) 耳源性眩晕 .....	307
(四) 功能性子宫出血 .....	285	(十三) 鼻炎 .....	307
(五) 子宫脱垂 .....	286	(十四) 急性扁桃体炎 .....	309
(六) 盆腔炎 .....	287	(十五) 咽喉肿痛 .....	310
(七) 宫颈炎 .....	288	(十六) 牙痛 .....	311
(八) 子宫肌痛 .....	289	(十七) 口腔溃疡 .....	313
(九) 胎位不正 .....	289	<b>第六章 食疗篇</b> .....	314
(十) 产后腹痛: 产后子宫收缩疼 痛 .....	290	一、药粥 .....	314
(十一) 乳少 .....	290	(一) 药粥制作方法 .....	315
(十二) 更年期综合征 .....	291	(二) 主治病症 .....	316
<b>五、儿科病症</b> .....	291	(三) 注意事项 .....	325
(一) 小儿惊风 .....	291	二、药酒 .....	325
(二) 小儿高热 .....	292	(一) 药酒制作方法 .....	327
(三) 小儿疳积 .....	293	(二) 使用方法 .....	328
(四) 小儿腹泻 .....	293	(三) 主治病症 .....	328
(五) 小儿遗尿 .....	294	<b>三、药饼</b> .....	333
(六) 小儿夜啼 .....	295	(一) 药饼制作方法 .....	334
(七) 小儿消化不良 .....	295	(二) 主治病症 .....	334
(八) 小儿麻疹后遗症 .....	296	(三) 注意事项 .....	337
(九) 小儿多动症 .....	297	<b>四、药茶</b> .....	337
(十) 小儿脑瘫 .....	297	(一) 药茶的制用方法 .....	338
(十一) 百日咳、顿咳 .....	298	(二) 主治病症 .....	338
(十二) 腮腺炎 .....	298	(三) 注意事项 .....	346
(十三) 佝偻病 .....	299	<b>五、膏滋</b> .....	346
<b>六、五官科病症</b> .....	299	(一) 膏滋制作方法 .....	347
(一) 近视 .....	299	(二) 主治病症 .....	348
(二) 麦粒肿 .....	300	(三) 注意事项 .....	354
(三) 急性结膜炎 .....	301	<b>六、动物脏器食疗法</b> .....	354
(四) 斜视 .....	302	(一) 动物脏器处理方法 .....	355
(五) 眼睑下垂 .....	303	(二) 主治病症 .....	355
(六) 白内障 .....	303	(三) 注意事项 .....	373
(七) 视神经萎缩 .....	304	<b>七、鸡蛋</b> .....	373
(八) 目中云翳 .....	304	(一) 操作方法 .....	373
(九) 夜盲 .....	305	(二) 主治病症 .....	374
(十) 眼睑痉挛 .....	305	(三) 注意事项 .....	380
(十一) 耳鸣、耳聋 .....	306		



# 第一章 针 刺 篇



## 一、毫针疗法

### 1. 毫针的构造和规格

毫针是用金属制作成的,以不锈钢为制针材料者最常用。不锈钢毫针,具有较高的强度和韧性,针体挺直滑利,具有能耐高热、防锈、防腐蚀等优点。毫针的构造,分为针尖、针身、针根、针柄、针尾5个部分。

根据毫针针柄与针尾的构成和形状不同,可分为四种:环柄针、花柄针、平柄针、管柄针。其中平柄针和管柄针主要在进针器或进针管的辅助下使用。

### 2. 毫针的规格

毫针长度规格

寸	0.5	1.0	1.5	2.0	2.5	3.0	3.5	4	4.5
毫米	15	25	40	50	65	75	90	100	115

毫针粗细规格(直径)

号数	26	27	28	29	30	31	32	33
毫米	0.45	0.42	0.38	0.34	0.32	0.30	0.28	0.26

临床一般以粗细为28~30号(直径0.32~0.38毫米)和长短为1~3寸(25~75mm)者最为常用。短毫针主要用于耳穴和浅在部位的腧穴浅刺,长毫针多用于肌肉丰厚部位的腧穴深刺和某些腧穴作横向透刺;毫针的粗细与针刺的强度有关,一般针越粗,刺激强度大,针越细,刺激强度小。

### 【毫针刺法的练习】

针刺练习,主要是对指力和手法的锻炼。指力是指医者持针之手进针操作的力度。良好的指力是掌握针刺手法的基础,熟练的手法是运用针刺治病的条件。指力和手法必须常练,达到熟练程度后,则在施术时进针快、透皮不痛,行针时补泻手法运用自如。反之,指力与手法不熟练,则在施术时难以控制针体,进针困难,痛感明显,行针时动作不协调,影响针刺治疗效果。针刺的练习,一般分三步进行。





### 针刺的练习

指力练习:主要在纸垫上练习。主要是锻炼指力和捻转的基本手法。

手法练习:主要在棉团上进行。可以练习提插、捻转、进针、出针等各种毫针操作手法的模拟动作。

自身练习:在自己身上进行试针练习,以亲身体会指力的强弱、针刺的感觉、行针的手法等。

#### 【毫针的选择与消毒】

##### 1. 毫针的选择

毫针选择,应根据病人的性别、年龄、形体的肥瘦、体质的强弱、病情的虚实、病变部位的表里深浅和腧穴所在的部位,选择长短、粗细适宜的毫针。

##### 2. 消毒

针刺前的消毒范围应包括:针具器械、医者的双手、病人的施术部位、治疗室用具等。

#### ①针具器械消毒

##### 消毒方法

高压蒸气灭菌法	药液浸泡消毒法	煮沸消毒法
将毫针等针具用布包好,放在密闭的高压蒸气锅内灭菌。一般在 98 ~ 147kPa 的压强,115℃ ~ 123℃ 的高温下,保持 30min 以上,可达到消毒灭菌的要求。	针具放入 75% 乙醇内浸泡 30 ~ 60min,取出用消毒巾或消毒棉球擦干后使用。也可置于一般器械消毒液内浸泡,如“84”消毒液,可按规定浓度和时间,进行浸泡消毒。直接和毫针接触的针盘、针管、针盒、镊子等,可用戊二醛溶液(保尔康)浸泡 10 ~ 20min,达到消毒目的时才能使用。	一般在水沸后再煮 15 ~ 20min,亦可达到消毒目的。但煮沸消毒法对锋利的金属器械,易使锋刃变钝。如在水中加入重碳酸钠使成 2% 溶液,可以提高沸点至 120℃,且可降低沸水对器械的腐蚀作用。

针具、器械的消毒方法很多,以高压蒸气灭菌法为佳。

#### ②医者手指消毒

在针刺前,医者应先用肥皂水将手洗刷干净,待干再用 75% 乙醇棉球擦拭后,方可持针操作。

#### ③针刺部位消毒

在患者需要针刺的腧穴皮肤上用 75% 乙醇棉球擦拭消毒,或先用 2% 碘酊涂擦,稍干后,再用 75% 乙醇棉球擦拭脱碘。擦拭时应从腧穴部位的中心点向





外绕圈消毒。当腧穴皮肤消毒后,切忌接触污物,保持洁净,防止重新污染。

**【针刺体位的选择】**

体位选择以患者舒适并能持久,便于医者取穴和操作为原则。

临床上针刺的常用体位主要有:仰卧位、侧卧位、俯卧位、仰靠坐位、俯伏坐位、侧伏坐位。

**【进针法】**

在进行针刺操作时,一般应双手协同操作,紧密配合。《难经·七十八难》:“知为针者信其左,不知为针者信其右。”

**进针手法**

刺手	押手
临床一般用右手持针操作,称为“刺手”。 作用:掌握针具,施行手法操作。	左手爪切按压所刺部位或辅助针身,故称为“押手”。 作用:固定腧穴的位置,协助刺手进针,减少刺痛和协助调节、控制针感。

临床上常用的进针方法可分为单手进针法、双手进针法和管针进针法三种。

**双手进针法**

指切进针法	夹持进针法	舒张进针法	提捏进针法
适宜于短针的进针	适用于长针的进针	主要用于皮肤松弛部位的腧穴。	主要用于皮肉浅薄部位的腧穴。

**【针刺的角度和深度】**

针刺的角度是指进针时针身与皮肤表面所形成的夹角。

**针刺的角度**

直刺	斜刺	平刺
针身与皮肤表面呈90°垂直刺入。此法适用于人体大部分腧穴。	针身与皮肤表面呈45°左右倾斜刺入。此法适用于肌肉浅薄处或内有重要脏器、或不宜直刺、深刺的腧穴。	针身与皮肤表面呈15°左右或沿皮以更小的角度刺入。此法适用于皮薄肉少部位的腧穴,如头部的腧穴等。

