

■ 《常见病的中医特色综合疗法》丛书

总主编 赵 斌

副总主编 郑访江 祁 琴

Changjianbing de Zhongyi Tese Zonghe Liaofa

常见病的中医特色综合疗法

主 编 王瑜琴

副主编 李维彬 高 博

操作方法



兰州大学出版社



Changjianbing de Zhongyi Tese Zonghe Liaofa

常见病的中医特色综合疗法

操作方法

主 编 王瑜琴

副主编 李维彬 高 博

兰州大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

常见病的中医特色综合疗法. 操作方法 / 王瑜琴主编.
—兰州: 兰州大学出版社, 2013. 8
ISBN 978-7-311-04223-3

I. ①常… II. ①王… III. ①常见病—中医疗法
IV. ①R242

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 195965 号

策划编辑 陈红升
责任编辑 王曦莹
封面设计 杨佩哲

书 名	常见病的中医特色综合疗法·操作方法
总 主 编	赵 斌
主 编	王瑜琴
副 主 编	李维彬 高 博
出版发行	兰州大学出版社 (地址: 兰州市天水南路 222 号 730000)
电 话	0931-8912613 (总编办公室) 0931-8617156 (营销中心) 0931-8914298 (读者服务部)
网 址	http://www.onbook.com.cn
电子信箱	press@lzu.edu.cn
印 刷	兰州德辉印刷有限责任公司
开 本	880 mm×1230 mm 1/32
总 印 张	178
总 字 数	5480 千
版 次	2013 年 8 月第 1 版
印 次	2013 年 8 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 978-7-311-04223-3
定 价	358.00 元 (十七卷本)

(图书若有破损、缺页、掉页可随时与本社联系)

《常见病的中医特色综合疗法》丛书编委会

总 主 编：赵 斌

副 总 主 编：郑访江 祁 琴

编 委：（排名不分先后）

马喜凤	文卫东	王建峰	王 薇	王 莉	王瑜琴
王亚珠	王 晨	冯晓燕	冯俊珍	卢雨蓓	卢自林
边 宏	田三强	刘敏科	刘鹏飞	刘赛蓉	刘翠萍
关 锟	乔淑琴	李 钦	李正军	李润霞	李俊霄
李维彬	师 燕	祁 娜	张世睿	张军和	张永琴
张育琴	张 利	张呈祥	张甲武	吴尚华	吴得安
宋志靖	宋淑萍	杜自忠	陈照金	陈 遥	陆丽华
沈玉鹏	苏 莉	杨晓庆	杨 蕾	杨阿妮	杨维建
罗向霞	周建平	周 林	郑世铎	骆世光	赵琳蕾
赵自福	柳春玲	柳赅琥	姜 莉	胡永寿	高 博
席建珠	崔兰玲	程炜骅	蒋洪云	雷作汉	譙喜荣
樊 莹	魏进莲	魏秀玲			

序 一

细检原“医”字的造意,既在昭示中医诊法特点,更重在体现针药合用的要法与治疗思想;联想《素问·著至教论》有言:“黄帝坐明堂,召雷公而问之曰:子知医之道乎?……而道上知天文,下知地理,中知人事”,顿悟为医之道,不仅需要具备渊博的知识,尤须掌握丰富的诊疗技巧,并且能娴熟恰当而有效地用之于大众的疾病预防,才可谓近于“树天之度”。之所以如此言,乃缘于医者责任之重、使命之大!故而,从古至今的无数贤达为之付出了毕生的精力,不断创造出了数不胜数而且疗效卓著的诊疗技法,故能保佑先民数千年生存繁衍而经久不衰。

但是,自“鸦片战争”以来,在与不断迅速强大的西方医学相比之下,中医学很难让患者感到有如现代医学疗法的多组输液或多法结合治疗那种连续不断、眼见心领的踏实感,加之其他多方面的原因,公信度的严重危机出现,引致中医事业发展日益走进低谷。面对这种境况,不少的中医人进入了深度困惑和重新选择,但可喜的是,除有一大批以老中医为主的“铁杆中医”力量在苦苦坚持外,尚有相当一些满怀民族感情、对中医学的科学价值及实用意义深信不疑的中青年后生,在大量的深刻反思、实践证伪之后,勇敢地选择了取长补短、开拓崛起之路,而且以他们的成功探索昭示了中医学辉煌的未来。《常见病的中医特色综合疗法》丛书编写组成员就是这支队伍中的代表者之一,当然,总主编赵斌主任医师是值得多注一笔的。

赵斌主任医师出身于世代崇尚文治武功的家庭,他的祖父曾于1933年在“华北国医学院”以优异成绩毕业,父亲曾在上世纪从事教育卫生管理,岳父则从上世纪70年代初起,就以德高术精享誉陇上杏林40余年。受此殊因影响,他从1972年就开始正式拜师进入中医界,后来几经专业深造,都随父命返回家乡,在参与创建的全省第一所县级中医院——成县中医院里学习实践,30余年如一日,不论职务有何变化,坚守临床一线从不懈怠,不管条件怎么样,坚持“理论与实践相依、继承与创新并举”的目标毫

002 常见病的中医特色综合疗法·操作方法

不动摇。“功夫不负有心人”。1984年他来甘肃省中医院进修时,我们有缘相识,从他那尊敬老师、勤奋进取、睿智善思的言行里,我就发现他有一种以振兴中医来实现强国梦的强者气息,如今,丰富出奇的临床效验已遍传其家乡老少口碑,卓越的学术成果已令众人刮目相看,而中共甘肃省委、甘肃省人民政府等党政机关授予的“甘肃省优秀专家”、“甘肃省名中医”等一系列荣誉称号更是掷地有声。特别值得一提的是,他着眼于从过去的诸多医籍记载,乃至现今绝大多数中医生们的临床救治现象来看,治疗的主流规程往往都显得比较简化、单一,即使有所配合,也多是被动、机械的拼凑,缺乏积极、有机的整体部署和严密安排实施,因而客观上在面对急重症和疑难病的救治时,往往就显示出治疗力量、速度、规模和患者心理感受的相对不足,一定程度上也就削弱了中医学的绝对优势,遂遵仲圣“感往昔之沦丧,伤横天之莫救”、“勤求古训,博采众方”启训,在既往诸多创新的基础上,在中医界第一个建立了将多种疗法最简约、最优秀地组合应用,最大化地实现中医科学强有力的扶正祛邪作用的“中医综合疗法”理论体系,堪称当前中医学学术发展的重大创举!现在,他与同道集思广益编著的、反映中医综合治疗思想的、广采百家切近实用的巨著将要付梓,我作为他的老师,自感十分欣慰,不由地要期许他和他的编著团队在中医药学领域创造出更加辉煌的成就,为护佑百姓的健康再创佳绩,并且期许这部著作能为当代中医发展探出新路、抛砖引玉,是以欣然作序。

王自立

2013年7月10日于甘肃省中医院

序 二

打开恢弘的世界文明历史,中华文明显得格外鲜艳夺目,而在此中,中医学既表征着悠久的东方优秀文化,又作为最卓越的传统医学代表,一直有力地推动着人类社会的快速前进。俗言道:“水有源,树有根”。追溯中医学的发端,甘肃自位榜首,因为这里有创立阴阳大论的天水“羲皇故里”,有著成中医学奠基之作《黄帝内经》的庆阳庆城“岐伯医学”,有著成针灸学奠基之作《针灸甲乙经》的平凉灵台“皇甫谧针灸医学”,有与《伤寒杂病论》年代及成就相近的“武威汉代医简”,还有堪称世界医学文化宝库的“敦煌医学”,即使我们站在今天的科学起点上看,大家公认的中医学主干和体系,仍然无出其道,作为陇上一员,能不顿生感叹吗?当然,大家更能觉察到的是使命感。由此,甘肃中医人从未忘记自己承前启后的重任,特别是在走进新世纪以来,一些人乘着新医改的东风,从探索制度创新上大显身手,于发展中医事业领域已经作出了诸多盛享美誉的成就;另有一些人则执着于临床实践或学术研究,他们除乐于为民众解除病痛外,更把眼光放在了中医科学振兴上,尤当可喜可贺的是,在全国中医事业发展正以“中医综合治疗室”为浪花时,我省的一些佼佼者早已经在“中医综合疗法”学术理论体系研究上稳居鳌头,他们的成果,除了早在诸多国内学术刊物与大型研讨会上分项交流外,本期的《常见病的中医特色综合疗法》系列丛书亦将是一次较大规模的系统展示。

说到本系列丛书的写作,不能不提到他的编写班子——由诸多在临床实践与理论研究方面都颇有造诣的优秀中医专家组成,这就确立了他的知识丰富程度、所述之言的先进性和可行性,进而铸成了他一定的权威性和影响力。同时,也还要对他的总主编有一个了解——出身于世代崇尚中医的陇南文化世家、正式拜师从医41年余的赵斌主任医师,虽然历任甘肃省陇南市成县中医院副院长、院长达22年有余,并先后兼任中华中医药学会脑病分会一、二届委员,甘肃省中医药学会第六届理事会副会长,甘肃省第四、五批老中医药专家学术经验继承指导老师及省市县十余项职务,

004 常见病的中医特色综合疗法·操作方法

但却从未离开临床一线,特别是长期的急诊救治和疑难病攻关经历,使他从1987年就确立了中医要真正站起来走出去,就必须积极倡导推广中医综合疗法的学术思想,之后的坚持不懈,不仅铸成了“四个学说”(中医学物质理论体系、中风病辨证论治新体系、输液反应辨证论治体系、中医异物病因学说)和“四大疗法”(中医综合疗法、覆吸疗法、小剂量速治法、中医灌肠突击疗法),而且进一步厘定了中医综合疗法的学术理论体系。他的许多创新成果,可从其先后发表的60余篇学术论文,独、合著出版的《杏林探幽》、《中国中医药最新研创大全》等6部专著,8项省市县级“科技进步奖”,以及中共甘肃省委、甘肃省人民政府先后授予的“甘肃省名中医”、“甘肃省优秀专家”等称号,更多的是广大公众的口碑,足证他是我省医疗界的新一代铁杆中医。

本系列丛书著者的着眼点,旨在针对中医界既往片面追求单一性、简朴化治疗,从而忽视或遗忘了丰富多彩的先贤创造成果,其结果是既淡化了中医学应有的卓越疗效,又引起了社会公众对中医学的误解、对中医住院治疗的心理缺憾,进而把中医推向尴尬境地的严重问题,满腔激情地提出有效对应的“中医特色综合疗法”,启发读者根据患者的病情,在一定原则的指导下,选取一种以上的、中医为主的治疗方法实施防治和救治,一方面力求切中病位,另一方面也保证治疗的足量持续进行,之外并能使患者满足心理期盼,从而达到用中医疗法高效防治疾病的目的;同时,也坚决反对无原则的、特别是把中医当作空招牌的“大杂烩”用法,确是其新意及科学性所在。其苦心之所至,犹如仲圣所云:“虽未能尽愈诸病,庶可以见病知源。若能寻余所集,思过半矣。”切望读者缘此而入,则作者甚幸,中医事业甚幸!

是为序。

裴正学

2013年7月18日于甘肃省医学科学研究院

自序

人类社会发展的历史,说到底是人类在与自然世界和同类适应、协作或抗争过程中生存延续的历史,他的基本保障,不仅有生存空间,有衣食住行的生活资料,更因为人类大脑智慧的特殊功能存在,所以在同等程度的物质世界需求之外,精神世界的需求比之其他动物显得异常重要,而居于这诸项要素之间的人身安全保护与生命安全延续,则动员了古今有限世界全部的资源,其中,用于防治疾病、延年益寿的医学科学不仅应运而生,而且伴随在人类生命活动的始终;在中国及其曾予以诸多影响的广大地域,中医科学则与之结缘甚深,无法剥离,而且越来越多的重大发现与辉煌成果,都在不断地证实着中医理论的科学性和先进性,更多的临床救治实例都在有力地说明中医学术不但有效,尤其在相当一些病种的防治上独领风骚。

但当人类社会步入20世纪以来,随着西方医学的不断发展与普及,人们一方面对其由被动适应转为主动迎合,另一方面也对各民族医学展开了更多的认识和思考,尤其是在对具有主流代表意义的中医学与现代医学的比较中,相对公认的结论是:中医理论“博大精深”,中医学术“简便验廉”。毫无疑问,这一评价的出台,给在近代以来备受艰难的中医学人注射了一支十分高效的强心针,使大家能够在此招牌之下顽强拼搏,以自己之长继续为广大民众的健康服务。然而,随着国家的对外开放(无论是被动性的列强侵入,还是主动性的开关入世),不少人对以西方文化为主的医学体系表现出极大的好奇、兴趣,同时在回望祖国医学体系时,“废医存药”论调出现了——他的逻辑是中医理论古奥艰涩、推理重于实验,不如西医的直接显见,只是中草药确实还能治疗一些疾病;“废止旧医”、“告别中医中药”论调出现了——他的逻辑是中医中药不仅全然无用,而且干扰破坏科学世界和文化世界,依据是不仅大多数理论不能像西医那样在实验室证明,而且很少看到中医方法能用于救治危急重症。就这样,中医学又一次被无奈地逼近了存亡境地。

当我们冷静地察看当代中医声誉和地位每况愈下的现状时,不难发现,虽然不能否认一些人文化观念的扭曲致害,而相当一些社会公众的态

度,首先发源于对中医治疗现状过简、单一、缓慢的不解和失信,最为致命的是,众多中医人对本门学术一味“简便”的偏见及习惯运用,诚如李振华先生所示:“国民党政府下令消灭中医,未能得逞。西方医学传入中国,但也替代不了中医。可怕的是中医自己乏术,不能运用中医药治疗疾病,这将必然淡化人民群众对中医药疗效的承认和信赖,甚至日久将不知中医能否治病。这是中医自身毁灭,较之以往最危险之路。”^①,实有振聋发聩之功!

然而,解决乏术问题,从何处入手?也是一个不小的论题。可以说,自古到今,我们的祖先就在不停地探讨解决这一问题,有对各种理论的认识和再认识,有对病因病机的反复探讨,有对防治方法的多方研究与不断创新,现在看来,似乎真是无懈可击。所以,诸多中医人不是面对已有成果夜郎自大,就是面对现代医学的新鲜成果甘愿堕落,更多者是离经叛道,共同的结局,都是使中医日益陷入封闭保守境地,直至自取灭亡。

科学发展的规律告诉我们,一切问题的真正解决,来源于对情况实质的深入调查研究。我们既已明晰当代中医出现低迷状况的种种缘由,尤知中医学术实现跨越乃为根本大计,而入手之处之一,就是针对过度的“简便”之弊“随证治之”——积极推行多法合用的特色综合治疗,亦即“中医综合疗法”。细览经典著作,以及古今遗传医籍,不可谓无此思想,但终归未能形成主流,及至当今,决然单一与“大杂烩”背道并存的不切当治疗正在充斥一切中医学空间,为中医界“正风”已是迫在眉睫。故而,诸位有志者集结一聚,倾囊而出,是为《常见病的中医特色综合疗法》一书,虽曰举病例法繁简不一,终然不乏思路系统、治法宏观、方术相继、朴中见秀之优,读者若能大体其旨,真得鱼贯而治之巧,则提高疗效、推陈为新、欣悦患者的目标达到也就为期不远了。如果说,任何科学都是在不断的完善之中,中医科学更需要升华不止,那么,本系列丛书当是大跨越时代的基石之一。

余因幼承祖训,早年即以振兴中医为终身大志,又从1972年8月正式拜师从医至今,于继承与发扬道路上实践与思考从不偏废,深悟综合治疗之大义,所以欣然跻身于是作墨砚之周,并试为序,谨亟抛砖引玉之功。

赵 斌

2013年6月于陇上成州

^①《中医战略·序八》,中医古籍出版社,2007年1月第1版,第1次印刷,39页。

目 录

第一章 穴位及主治	001
第一节 手太阴肺经	001
第二节 手阳明大肠经	002
第三节 足阳明胃经	005
第四节 足太阴脾经	010
第五节 手少阴心经	013
第六节 手太阳小肠经	014
第七节 足太阳膀胱经	016
第八节 足少阴肾经	023
第九节 手厥阴心包经	027
第十节 手少阳三焦经	028
第十一节 足少阳胆经	031
第十二节 足厥阴肝经	036
第十三节 任脉	038
第十四节 督脉	041
第十五节 经外奇穴	044
第十六节 耳穴	046
第十七节 足底反射区	057
第二章 按摩疗法	084
第一节 概述	084
第二节 操作方法	084
第三章 拔罐疗法	100
第一节 概述	100
第二节 操作方法	100

第四章 刮痧疗法	113
第一节 概述	113
第二节 操作方法	113
第五章 药浴疗法	123
第一节 概述	123
第二节 操作方法	123
第六章 手部疗法	129
第一节 概述	129
第二节 操作方法	137
第七章 足底疗法	137
第一节 概述	137
第二节 操作方法	137
第八章 足浴疗法	149
第一节 概述	149
第二节 操作方法	149
第九章 足针疗法	151
第一节 概述	151
第二节 操作方法	151
第十章 梅花针疗法	155
第一节 概述	155
第二节 操作方法	155
第十一章 刺血疗法	164
第一节 概述	164
第二节 操作方法	164

第十二章 体针疗法	169
第一节 概述	169
第二节 操作方法	169
第十三章 艾灸疗法	182
第一节 概述	182
第二节 操作方法	182
第十四章 点穴疗法	197
第一节 概述	197
第二节 操作方法	197
第十五章 耳穴疗法	216
第一节 概述	216
第二节 操作方法	216
第十六章 穴位贴敷	232
第一节 概述	232
第二节 操作方法	232
第十七章 指压疗法	236
第一节 概述	236
第二节 操作方法	236
第十八章 踩跷疗法	239
第一节 概述	239
第二节 操作方法	239
附录 中医保健技术操作规范	245
第一节 保健拔罐	245
第二节 保健刮痧	251
第三节 气色形态手诊	260

004 常见病的中医特色综合疗法·操作方法

第四节	手部保健按摩	264
第五节	头部保健按摩	270
第六节	耳部保健按摩	278
第七节	脊背保健按摩	287
第八节	足浴保健	293
第九节	足反射区保健按摩	295
第十节	中药药浴保健	310
第十一节	藏药药浴保健	314
参考文献		320
后 记		322

第一章 穴位及主治

在临床治疗中,一般都要循经取穴,因为针刺的感应是靠经络传递取得疗效的。为了便于记忆和实际应用,特列出十四正经、部分经外奇穴及耳穴、足底反射区之穴位的简介如下。

第一节 手太阴肺经

1. 中府 部位:在胸前壁的外上方,云门下1寸,平第1肋间隙,距前正中线6寸。功能:调理肺气,养阴清热。主治:咳嗽、胸闷、肺炎、喉痹、肺结核、肩背酸痛、气喘、胸痛、哮喘、腹胀等。操作:向肋缘斜刺或平刺0.3~0.5寸。

2. 云门 部位:在胸前壁的外上方,肩胛骨喙突上方,锁骨下窝凹陷处,距前正中线6寸。功能:调理肺气。主治:咳嗽、哮喘、胸痛、肩臂疼痛、咽喉肿痛等。操作:向肋缘斜刺或平刺0.3~0.5寸。

3. 天府 部位:在臂内侧面,肱二头肌桡侧缘,腋前纹头下3寸。功能:调理肺气,清热凉血。主治:咳嗽、哮喘、吐血、鼻衄、甲状腺肿大、咽喉肿痛、精神病、上臂内侧痛苦。操作:直刺0.5~1寸。

4. 侠白 部位:在臂内侧面,肱二头肌桡侧缘,腋前纹头下4寸,或肘横纹上5寸处。功能:调理肺气。主治:胸痛、胸闷、咳嗽、气短、心痛、干呕、上臂内侧痛等。操作:直刺0.5~1寸。

5. 尺泽

部位:在肘横纹中,肱二头肌腱桡侧凹陷处。功能:调理肺气,清热和中。主治:咳嗽、咯血、潮热、气喘、咽喉肿痛、胸部胀满、小儿惊风、肘臂挛痛、鼻衄、腹痛、乳痛、吐泻、上肢瘫痪或麻痹等。操作:直刺1~1.5寸。

6. 孔最 部位:在前臂掌面桡侧,当尺泽与太渊连线上,腕横纹上7寸。功能:调理肺气,清热利咽。主治:咳嗽、气喘、咽喉肿痛、肘臂挛

002 常见病的中医特色综合疗法·操作方法

痛、痔疮、肺炎、身热无汗、冷痛、咯血等。操作:直刺 0.8~1.2 寸。

7. 列缺 部位:在前臂桡侧缘,桡骨茎突上方,腕横纹上 1.5 寸,当肱桡肌与拇长展肌腱之间。功能:调理肺气,疏通经络。主治:头痛、项强、咳嗽、感冒、荨麻疹、咽喉肿痛、口眼歪斜、齿痛、手痛无力、腱鞘炎、腕痛、上肢瘫痪等。操作:向肘部斜刺 0.3~0.5 寸。

8. 鱼际 部位:在拇指本节(第 1 掌指关节)后凹陷处,约当第 1 掌骨中点桡侧,赤白肉际处。功能:调理肺气,清热利咽。主治:咳嗽、咯血、身热、头痛、感冒、乳腺炎、鼻炎、肋间神经痛、哮喘、无脉症、肺炎、肘痛、咽喉肿痛、乳房肿痛、指挛等。操作:直刺 0.5~0.8 寸。

9. 经渠 部位:在前臂掌面桡侧,桡骨茎突与桡动脉之间凹陷处,腕横纹上 1 寸。功能:调理肺气。主治:咳嗽、哮喘、咽喉肿痛、腕痛、无力等。操作:直刺 0.2~0.5 寸。

10. 太渊 部位:在腕掌侧横纹桡侧,桡动脉搏动处。功能:调整肺气。主治:咳嗽、哮喘、胸满、肺癆咯血、头痛、咽痛、肋间神经痛、腕臂痛、无脉症等。操作:直刺 0.2~0.3 寸。针刺时宜避开桡动脉。

11. 少商 部位:在拇指末节桡侧,距指甲根角 0.1 寸(指寸)。功能:清热利咽,清热醒神。主治:中风、中暑、休克、癫狂、扁桃体炎、腮腺炎、鼻衄、咽喉肿痛、癰症、手指挛痛、咳嗽、发热、昏迷、膈肌痉挛等。操作:浅刺 0.1 寸,或点刺出血。

第二节 手阳明大肠经

1. 商阳 部位:在手食指末节桡侧,距指甲根角 0.1 寸(指寸)。功能:清热醒神,疏泻阳明。主治:中风、昏迷、耳聋、目赤、咽喉肿痛、齿痛、腹痛、吐血、热病、扁桃体炎、鼻衄、腮腺炎、手指麻木等。操作:浅刺 0.1 寸,或点刺出血。

2. 二间 部位:微握拳,在手食指本节(第 2 掌指关节)前,桡侧凹陷处。功能:清阳明热。主治:鼻衄、口眼歪斜、咽喉肿痛、腮肿、食积、牙痛等。操作:直刺 0.2~0.3 寸。

3. 三间 部位:微握拳,在手食指本节(第 2 掌指关节)后,桡侧凹

陷处。功能:清热止痛,疏经利节。主治:咽喉肿痛、耳鸣、牙痛、腹泻、手指及手背肿痛或上肢瘫痪等。操作:直刺 0.3~0.5 寸。

4. 合谷 部位:在手背,第 1、2 掌骨间,当第 2 掌骨桡侧的中点处。功能:清泻阳明,通经开窍,疏风镇痛。主治:头痛、牙痛、咽喉痛、中风、口眼歪斜、便秘、经闭、吐泻、惊风、鼻衄、耳聋、热病无汗或多汗、腹痛、荨麻疹、丹毒、瘰疬、乳蛾、滞产、鹅掌风、胎衣不下、目赤生翳、聋哑、精神病、消渴、三叉神经痛、臂痛、手痉挛、上肢麻痹、难产、近视、夜盲、声带水肿、鼻炎、痛经、发热、腮腺炎、便秘、肠炎、皮肤瘙痒、乳汁少等。操作:直刺 0.5~1 寸。刺激此穴能促进子宫收缩,孕妇一般不宜用。

5. 阳溪 部位:在腕背横纹桡侧,手拇指向上翘起时,当拇短伸肌腱与拇长伸肌腱之间凹陷中。功能:清泻阳明,舒筋利节。主治:头痛、耳鸣、耳聋、目赤肿痛、咽喉肿痛、牙痛、食管痉挛、腕部腱鞘炎、臂痛、腕痛无力等。操作:直刺 0.3~0.5 寸。

6. 偏历 部位:屈肘,在前臂背面桡侧,当阳溪与曲池连线上,腕横纹上 3 寸。功能:舒筋活络。主治:牙痛、耳鸣、口眼歪斜、腕部腱鞘炎、上肢酸痛、瘫痪、目痛、鼻衄、咽喉炎、腮腺炎、水肿等。操作:直刺或斜刺 0.3~0.5 寸。

7. 温溜 部位:屈肘,在前臂背面桡侧,当阳溪穴与曲池穴连线上,腕横纹上 5 寸处。功能:清泻阳明,舒筋活络。主治:头痛、面肿、癫狂、扁桃体炎、上肢瘫痪、口腔炎、腮腺炎、舌炎、咽喉肿痛、肩背酸痛等。操作:直刺 0.5~0.8 寸。

8. 下廉 部位:在阳溪穴与曲池穴连线上,曲池下 4 寸处。功能:舒筋活络。主治:消化不良、腹痛、上肢酸痛、麻痹、瘫痪、头痛、眩晕、目赤等。操作:直刺 0.5~1 寸。

9. 上廉 部位:在阳溪穴与曲池穴连线上,肘横纹下 3 寸处。功能:舒筋活络。主治:胸满、腹痛、腹胀、半身不遂、上肢酸痛、瘫痪、肠鸣、腹泻等。操作:直刺 0.5~1 寸。

10. 手三里 部位:在前臂背面桡侧,当阳溪穴与曲池穴连线上,肘横纹下 2 寸处。功能:清泻阳明,疏风活络。主治:牙痛、颌肿、腮腺炎、上肢不遂、腰背痛、腹痛、腹泻、胃痛、原发性高血压病、上肢麻痹、