

中



ENCYCLOPEDIA

OF

SPECIAL

TREATMENT

IN

TRADITIONAL

CHINESE

MEDICINE



主編：裘沛然

上海文匯出版社 出版

ENCYCLOPEDIA OF SPECIAL

独特疗法大全

TREATMENT IN TRADITIONAL CHINESE MEDICINE

• 针灸类 • 推拿类 • 外用类 • 内服类 • 食疗类 • 气功类
• 体疗类 • 情志调治类 • 房事调摄类 • 杂治类

中

医

中國中醫獨特療法大全



中国中医独特疗法大全

主 编 裘沛然

责任编辑 吕明方 沈启煜

装帧设计 陈华沙

文汇出版社出版发行

(上海市虎丘路 50 号文汇大厦

邮政编码 200002)

新华书店上海发行所经销

吴江伟业印刷厂印刷

开本: 850×1168 1/32

字数: 920 千字

印张: 36.75

印数: 45,001—50,000

1991 年 3 月第 1 版

1995 年 10 月第 4 次印刷

ISBN7—80531—137—4/R·8

定价: 40.00 元

出版说明

中华医学源远流长，是中国传统文化的精髓之一，随着年代的推移，愈益显示出其独特的优势，并为海内外学术界所瞩目。《中国中医独特疗法大全》是文汇出版社已出版大型工具类图书《中国中医秘方大全》的姐妹篇，旨在从中医治疗方法的角度较为系统地发掘、整理、总结中医药学的学术精华。本书由上海中医学院专家委员会主任、著名医家袁沛然教授主编，10余位各科专家、教授等集体编撰而成。

承上海市卫生局副局长、上海中医药研究院副院长施祀教授为本书作序，谨此致谢。

由于编撰时间仓促和资料的有限，本书尚会遗漏不少值得发掘整理的中医独特疗法，祈请各地医家和读者不吝赐教，以便在以后的重版中不断臻于完善。

希望本书能够促进和推动中医药的国际学术交流，并祈广大读者提出批评建议。

文汇出版社

一九九一年三月

凡 例

一、本书所载中国中医独特疗法共有 265 种，多系清代以前有医药文献记录可考者，兼收现代根据中医理论并融合其他学科有关内容发展而成者，在临床各科疾病的治疗和保健养生中具有广泛的实用价值。

二、为便于教学、临床、科研和国内外中医药爱好者应用，本书将所载疗法分列针灸类、推拿类、外用类、内服类、食疗类、气功类、体疗类、情志调治类、房事调摄类、杂治类等 10 大类。

三、每一疗法除首列概述说明定义及沿革外，所列各项依次为基本内容、临床应用、注意事项及按语。

四、每一疗法名称原则上依从约定俗成，个别易于混淆或定义不明者，由本书另行定名。对于名称虽异而内容大致相同者，则删繁就简，予以合并。

五、本书所载独特疗法，有些较为简单，只适用于某一病症，有些则可广泛适用于多种疾患；有些可自我应用，有些则必须在医师指导下进行。

六、考虑到小儿体质及疾病治疗等特殊性的，本书将有关小儿病治的独特疗法专题列出，以利应用。

七、本书附有“常见病症索引”，以备读者检索。

中国中医独特疗法大全

主 编 袁沛然

副主编 夏 翔 朱邦贤 吕明方

本书编撰人员名单(以姓氏笔画为序)

王卜雄	王志煜	王霞芳	石印玉	朱邦贤
朱宝贵	许国光	汝丽娟	沈丽君	单永华
吴耀持	赵善祥	唐汉钧	夏 翔	盛康毅

责任编辑 吕明方 沈启煜

序 一

PREFACE I

中国，素以文明古国见称于世界。我们的祖先以其聪明才智和辛勤劳动，在长期的生产和生活实践中创造了光辉灿烂的东方文化。它的辉煌成就，远不只是四大发明，在天文、气象、历法、数理、冶炼、建筑、医学以及农牧种植等诸多方面都曾作出了卓越的贡献。特别是先哲们有关伦理道德和精神修养的重要学说，如阐述忠恕仁爱以及重信义、明廉耻等精湛的理论，深深教育了炎黄子孙，它不仅是中华民族生存团结的精神凝聚力，也是全世界人类的一份极其珍贵的精神财富。作为中华儿女，不仅要继承这个优良传统，而且负有弘扬光大的责任。

中医学是我国文化的一个重要组成部分，被称为伟大的宝库。历代医家在长期同疾病作斗争的过程中，积累了丰富临证经验，并创建了高深医学理论，由此而发明许多种可贵而独特的医疗方法。“水之积也不厚，则其浮大舟也无力。”像我们这样有亿万人口的大国，如果没有众多为人民保健治病的优良医疗手段，将何以保障民族的生存和繁衍？！中医学术的优越性，正是在数千年的临床实践考验中所证明

了的。虽然,近百年来西方在自然科学领域出现迅猛发展的势头,西医学也随之而有长足的进步,其中有不少内容可供我们借鉴和吸收。然而国内不少有识之士则认为中医学宝藏丰厚,其中某些精辟理论和许多行之有效的疗法,还无法以目前的科学水平所能解释。因此,有人甚至认为中医学是世界的未来医学的希望!在国外,特别是现代科学发达国家的有关专家,也对中医学引起日益浓厚的兴趣,世界上许多国家和地区所掀起的一股“中医热”,似乎也说明了这一问题。

时至20世纪90年代,各门新学科正以令人目眩的速度发展,但在人体科学方面的研究,则相对显得比较落后。这是因为人体中存在着许多奥秘,尽管可以使用各种精密仪器检测和进行动物的实验试验,但有许多问题仍然无法了解。而中医学则来源于在人体上进行长期的实践观察,积累了大量资料,通过不断总结与反复体验,从而掌握不少规律性的东西。例如中医学认为:人与自然界是息息相关的;人体内的各种组织、脏器、系统是有着极为复杂联系的一个整体;社会环境和精神情志的变化对人体有着极大的影响;邪正的关系更是灵活辨证而绝非如机械的不可变易等。这些观点在两千年前的中医古籍中早

有明确载述,而西方医学直至最近才开始有所认识,乃有改变医学模式之说。当然,中西医学互有短长,彼此都应取长补短,而从发掘意义上来说,中医学对病人的全方位观察方法和与之相应的灵活变化的治疗措施,是值得我们深入探索和认真研究的。

中医学虽然已经逐步引起国内外有关人士的重视,而人们最为关心的则是如何更好地解决疾病问题,中医学中蕴藏着丰富多采的各种疗法就显得更为读者所需要。同人等有鉴于此,乃有本书的编写。书中内容共分10个大类,即针灸、推拿、外用、内服、食疗、气功、体疗、情志调治、房事调摄和杂治等,共计整理收录独特疗法265种。在所载独特疗法中,有的比较简单,只适用于某一病症,有的则可广泛适用于多种疾患;有的可以自己应用,有的必须在医生指导下进行。在每一大类中又胪列各种疗法,以供医生或病家选择运用。另有名称虽异而内容大致相同者,则删繁就简,并成一条,既保存其内容又避免繁琐之弊。又如内服类中所收的多为中医临床最常用的汤、丸、膏、散等疗法,中医学中方剂多逾10万,本书只能举例作扼要的介绍。编写此书的目的,旨在发掘中医疗病的繁富多法,以供医家、病家以及国内外的爱好中医学人士的参考应用。书中所列独特疗法。

其临床应用有得自家传或师承，也有编撰者自己的经验心得，然其大多则皆有历代文献记录可考。疗法所列内容，务求允当，取精用宏，唯便读者。

本书作者均为上海的中医各科专家，故其所述独特疗法，大都能切合临床应用。作者成稿以后，复由夏翔、朱邦贤同志冒着炎夏酷暑，昼夜奋战，备尝统稿之劳；吕明方同志对本书的发起编写、全面审改和焚膏继晷的编辑工作，厥功尤多；王卜雄同志为修改气功类疗法而深宵不寐。此书之所以能如期完成，除了诸位作者的精心撰写外，以上诸君之劳，盖不可没。终以本人的水平有限，又兼体弱事冗，书中错误难免，疏漏恐多，因各方需求颇急，故仓促付梓，深望海内博雅，有以教之。

裘沛然

1990年8月

序 二

PREFACE II

中国医药学历史悠久，内涵丰富，此世人所知也。其防治疾病方法之多，且历经数千载临床实践之验证，选优汰劣，形成独特疗法而享誉医界者亦难以胜数。然每一疗法之创立与更替无不闪烁着中华民族文化之光辉。如有谓舞乃中华原始医学之先导，颇为耐人寻味。诸如先民们模仿禽兽之动作以御寒，遂有熊经鸟伸、鳃浴猿跃、鸱视虎顾之舞蹈，而开导引保健养生诸疗法之先河。以中华民族灿烂文化珠玑为深厚底蕴之殊多医法方术，不仅内容浩瀚，且医文相通，互为渗透，更是中国医药学之特色。其参之道儒，引借释家，法则天地，融通古今，探究生命，穷神极变，万宝繁汇，千载相加，蕴藏之富，寰宇无与伦也。今日振兴中医，发扬继承我民族之瑰宝，造福于民，贡献于世，实为历史之重任也。然整理我国中医药独特疗法亦非举手之劳，或因其隐没深渊，秘藏石室，保守不传，外界鲜知，更兼文字脱讹，识别艰辛，又杂陈玄说，真假相渗，自非博学而难窥其秘。有鉴于此，上海中医学院裘沛然教授率诸同人后学共事发掘，探其精粹，复又椽笔奋书，遂成《中国中医独

特疗法大全》之巨著，以为《中国中医秘方大全》之姐妹篇，凡10大类 265 种，可谓大要咸备。用以启秘籍福苍生，洵为弘扬中医药之一大贡献。闻之且喜且慕，当为寿世之宝。

裘翁寿高古稀，乃上海名医。先生学有渊源，宏博精深，其宏述医理，剖析病案，颇能得其肯綮，绛帷师授，令学者闻之，如沐春风，如沾甘露，领其所指，终可明经义而应临诊。先生于医学尤以治顽疾见长，每视疑难穿穴膏肓，则呼肺腑而对话，用药出奇制胜，其功夫之深犹神施鬼设，斩关夺隘，若奇兵天降，令方家目瞠心骇，二竖慑服。今鸿著业已杀青，书成示余，捧读之余深感嵇山独鹤，为今日书海之罕见也。相随执管者，皆申城秀出之才，踔厉风发，各擅草创敷述之能，藉显碧梧翠竹之姿。如斯煌煌巨著，付梓面世，可卜纸贵洛阳。掇管濡毫，敬以数语而欣然为之序。

施 杞

书于一九九〇年深秋

目 录

凡例 序一 序二

一、针灸类

- | | |
|-----------------------|------------------------|
| 1. 体针疗法·····(1) | 18. 陶针疗法·····(141) |
| 2. 头针疗法·····(66) | 19. 芒针疗法·····(149) |
| 面针疗法·····(75) | 20. 鍤针疗法·····(153) |
| 眼针疗法·····(78) | 21. 点刺疗法·····(155) |
| 3. 鼻针疗法·····(82) | 22. 割疗法·····(157) |
| 4. 耳针疗法·····(87) | 23. 挑疗法·····(161) |
| 5. 舌针疗法·····(101) | 24. 刺络拔罐疗法·····(169) |
| 6. 脊背针疗法·····(105) | 25. 砭镰疗法·····(172) |
| 7. 手针疗法·····(109) | 26. 麦粒灸疗法·····(174) |
| 8. 足针疗法·····(114) | 27. 疤痕灸疗法·····(175) |
| 9. 腕踝针疗法·····(119) | 28. 隔姜灸疗法·····(178) |
| 10. 皮内针疗法·····(124) | 29. 隔蒜灸疗法·····(180) |
| 11. 温针疗法·····(127) | 30. 药饼灸疗法·····(183) |
| 12. 火针疗法·····(129) | 31. 艾条灸疗法·····(185) |
| 13. 巨针疗法·····(132) | 32. 雷火针灸疗法·····(187) |
| 14. 七星针疗法·····(135) | 33. 太乙针灸疗法·····(189) |
| 15. 三棱针疗法·····(138) | 34. 拔罐疗法·····(191) |
| | 35. 走罐疗法·····(196) |
| | 36. 脉冲电针疗法·····(198) |
| | 37. 声电针疗法·····(210) |
| | 38. 穴位电板疗法·····(215) |
| | 39. 冷针冷灸疗法·····(221) |
| | 40. 微波针疗法·····(226) |

41. 激光针疗法·····(229)
42. 水针疗法·····(234)
43. 穴位埋线疗法·····(241)
44. 磁场药离子导入
 疗法·····(245)
45. 磁场敷贴穴位疗
 法·····(247)
46. 直流电药离子导
 入疗法·····(255)
47. 点穴疗法·····(261)
48. 耳压疗法·····(270)
49. 耳穴贴膏疗法·····(272)
50. 耳穴模压疗法·····(276)
51. 循经感传疗法·····(280)
52. 针刺麻醉疗法·····(283)
64. 喉科攀拿疗法·····(371)
65. 整脊疗法·····(374)
66. 捏脊疗法·····(377)
67. 按脊疗法·····(379)
68. 胸穴指压疗法·····(381)
69. 第二掌骨按揉疗
 法·····(390)
70. 尾椎按摩疗法·····(392)
71. 保健按摩疗法·····(393)
72. 眼保健按摩疗法·····(401)
73. 乳房按摩疗法·····(403)
74. 摩腹疗法·····(405)
75. 摩肾堂疗法·····(406)
76. 指压麻醉疗法·····(407)

三、外用类

二、推拿类

53. 推拿疗法·····(291)
54. 小儿推拿疗法·····(330)
55. 正骨推拿疗法·····(338)
56. 一指禅推拿疗法·····(345)
57. 攘法推拿疗法·····(350)
58. 内功推拿疗法·····(354)
59. 指拨疗法·····(360)
60. 推板疗法·····(363)
61. 拍击疗法·····(365)
62. 膏摩疗法·····(368)
63. 颠簸疗法·····(370)
77. 药熨疗法·····(410)
78. 热敷疗法·····(422)
79. 熨引疗法·····(426)
80. 热烘疗法·····(428)
81. 敷贴疗法·····(431)
82. 薄贴疗法·····(437)
83. 药膏疗法·····(439)
84. 箍围疗法·····(444)
85. 湿敷疗法·····(448)
86. 敷脐疗法·····(452)
87. 推擦疗法·····(457)
88. 擦药疗法·····(462)

89. 熏洗疗法(464)
90. 熏蒸疗法(469)
91. 冲洗疗法(472)
92. 药筒疗法(475)
93. 神灯照疗法(476)
94. 点眼疗法(478)
95. 金针拨障疗法 ...(481)
96. 吹耳疗法(485)
97. 滴耳疗法(488)
98. 塞鼻疗法(490)
99. 吹鼻疗法(493)
100. 搐鼻疗法(497)
101. 取嚏疗法(499)
102. 含漱疗法(506)
103. 喷雾疗法(508)
104. 吹喉疗法(511)
105. 咽部涂药疗法 ...(513)
106. 灌肠疗法(515)
107. 药栓疗法(518)
108. 插药疗法(521)
109. 药线疗法(524)
110. 拖线疗法(528)
111. 挂线疗法(529)
112. 枯痔疗法(531)
113. 痔核硬化疗法 ...(534)
114. 结扎疗法(537)
115. 引流疗法(541)
116. 垫棉压迫疗法 ...(542)
117. 缠缚疗法(544)
118. 切开疗法(546)
119. 放血疗法(548)
120. 发泡疗法(555)
121. 刀扎火罐疗法 ...(559)
122. 火烙疗法(562)
123. 割烙疗法(564)
124. 烧蚀疗法(566)
125. 整复疗法(568)
126. 包扎固定疗法 ...(574)
127. 夹板固定疗法 ...(577)
128. 撮痧疗法(585)
129. 刮痧疗法(587)
130. 小儿药熨疗法 ...(592)
131. 小儿药物吹吸疗
法(595)
132. 小儿药物敷涂疗
法(598)
133. 小儿药罐疗法 ...(608)
134. 小儿熏洗疗法 ...(610)
135. 小儿口腔挑刺疗
法(615)
136. 小儿蒂丁指压疗
法(618)
137. 小儿割掌疗法 ...(621)
138. 小儿针挑疗法 ...(623)
139. 小儿敷脐疗法 ...(627)
140. 小儿灌肠疗法 ...(636)

四、内服类

- 141. 汤剂疗法(641)
- 142. 丸剂疗法(651)
- 143. 散剂疗法(663)
- 144. 膏滋药疗法(669)
- 145. 丹剂疗法(673)
- 146. 人工周期疗法 ...(679)
- 147. 气雾吸入疗法 ...(687)
- 148. 小儿磨药疗法 ...(692)
- 149. 催吐疗法(694)
- 150. 倒仓疗法(696)
- 151. 药物麻醉疗法 ...(698)

五、食疗类

- 152. 食物疗法(704)
- 153. 药膳疗法(720)
- 154. 药饭疗法(745)
- 155. 药粥疗法(752)
- 156. 药酒疗法(760)
- 157. 药茶(饮)疗法 ...(771)
- 158. 药糖疗法(780)
- 159. 脏器疗法(785)

六、气功类

- 160. 食气疗法(790)
- 161. 胎息疗法(792)
- 162. 服气疗法(796)

- 163. 行气疗法(797)
- 164. 六字气诀疗法 ...(799)
- 165. 呼吸静功疗法 ...(801)
- 166. 睡功疗法(802)
- 167. 调息疗法(804)
- 168. 止观疗法(805)
- 169. 松静疗法(808)
- 170. 观空疗法(810)
- 171. 黄帝内视疗法 ...(811)
- 172. 服日月光芒疗法
.....(813)
- 173. 虚静疗法(814)
- 174. 守一疗法(815)
- 175. 存想避疫疗法 ...(817)
- 176. 化身坐忘疗法 ...(819)
- 177. 服紫霄疗法(820)
- 178. 影人疗法(821)
- 179. 一秤金疗法(822)
- 180. 东坡健身疗法 ...(823)
- 181. 因是子静坐疗法
.....(825)
- 182. 小周天疗法(827)
- 183. 意气功疗法(829)
- 184. 真气运行疗法 ...(831)
- 185. 内养疗法(835)
- 186. 无生经导引疗法
.....(836)
- 187. 规中引疗法(837)

188. 幻真先生内气疗法(841)
189. 彭祖导引疗法 ... (844)
190. 逍遥子导引疗法
.....(846)
191. 王子乔导引疗法
.....(849)
192. 灵剑子导引疗法
.....(853)
193. 灵剑子引导子午
记疗法(855)
194. 赤松子导引疗法
.....(857)
195. 宁先生导引疗法
.....(859)
196. 玄鉴导引疗法
.....(861)
197. 老子按摩疗法 ... (863)
198. 天竺国按摩疗法
.....(867)
199. 周身按摩疗法 ... (869)
200. 拍击脏腑疗法 ... (871)
201. 五脏导引疗法 ... (873)
202. 固精疗法(875)
203. 提肛疗法(877)
204. 太极内功疗法 ... (878)
205. 老人导引疗法 ... (884)
206. 二十四气导引坐

- 功疗法(887)
207. 分行外功疗法 ... (892)
208. 站桩疗法(897)
209. 布气疗法(899)

七、体疗类

210. 五禽戏疗法 ... (901)
211. 易筋经健身疗法
.....(904)
212. 八段锦疗法(911)
213. 十二段锦疗法 ... (914)
214. 十六段锦疗法 ... (916)
215. 太极拳保健疗法
.....(919)
216. 二十功式疗法 ... (932)
217. 练功十八法保健
疗法(940)
218. 少林内功疗法 ... (948)
219. 大调手疗法(956)
220. 体功疗法(958)

八、情志调治类

221. 言语开导疗法 ... (964)
222. 移精变气疗法 ... (973)
223. 情志相胜疗法 ... (980)
224. 暗示疗法(987)
225. 暗示入眠疗法 ... (992)
226. 顺意疗法(996)