

耳穴防

耳穴防治近视眼

王槐昌 编著

近视眼



百家出版社

耳 穴 防 治 近 视 眼

王槐昌 编著

百 家 出 版 社

责任编辑 曹桂珍
封面设计 卢蓓苓
插图: 王槐昌
潘宝珠

耳穴防治近视眼

王槐昌 编著

百家出版社出版发行

(上海绍兴路5号)

新华书店上海发行所发行 诸暨日报印刷厂印刷

开本787×1092 1/32 印张2 字数40000

1995年10月第1版 1995年10月第1次印刷

印数: 1—6000

ISBN7-80576-545-6/R·27 定价: 3.00元

(沪)新登字第120号

内 容 提 要

全书包括防治近视眼的理论和耳穴按摩的方法，以及各种耳穴疗法治疗近视眼的临床经验。全书图文并茂，通俗易懂，并附有标出 106 个耳穴、有人体图像的耳穴示意图；耳穴位置准确，便于患者正确掌握防治近视揉耳操；亦便于医师、卫生老师掌握各种防治近视的耳穴疗法。

前 言

据悉，上海市小学生视力不良率为 30%，中学生中为 60%，有的重点中小学已达到 70%，视力不良的发生率居高不下，而且发病年龄呈低龄化趋势。

在防治近视眼中有各种不同的方法，而“防治近视揉耳操”比较简便有效，在位育中学、向阳小学试点时，提高视力分别为 28.9%、88.33%。它比对照组眼保健操优越，且无新发病例。各地采用耳穴疗法防治近视眼，亦取得较好的疗效。

借助耳穴诊治疾病在我国已有悠久的历史，是中国医药学宝库中的一份珍贵遗产，是针灸学中的一个重要组成部分。

远在 2500 年前的帛书——《阴阳十一脉灸经》中，就载有与上肢、眼、颊、咽喉相联系的“耳脉”。远在 2100 年前的《黄帝内经》中，就载有“耳者，宗脉之所聚也。”“肾者主为外，使之远听，视耳好恶，以知其性。”“尸厥……不已，以竹管吹其两耳。”唐朝《外台秘要》：“清旦初起，以左右手交互，从头上挽两耳举，又引鬓发，即疏通，令头不白，耳不聋。”明朝《修龄要旨》载有：“搓熨摩两目颐上及耳根逆乘发际，各三九，能令耳目聪明，夜可细书。”上述文献所述，反映了耳与经络、脏腑的关系，以及借助耳穴诊治疾病的作用。

新中国成立 40 多年来，耳穴诊治疾病得到迅速发展，从基础研究到临床应用，已形成比较系统、比较完整的分支学科体系。耳穴诊治在国内应用很广，国外也在应用，实践证明耳穴疗法可以产生较好的疗效。为了更好地研究耳穴并推广耳

穴诊治研究的成果,于1991年9月在广州成立了中国针灸学会耳穴诊治专业委员会。

王槐昌先生经过多年探索和研究创造了耳穴贴膏疗法,编著了《耳穴贴膏保健法》、《耳穴贴膏疗法》,受到了欢迎。他设计并制作了新的耳穴模型,是耳穴诊治研究与应用中的重要成果,已获得国家专利。该耳模在耳背部穴位定位上有明显的特色,除定位明确外,基本上同耳廓前部穴位相对称。利用他的耳穴贴膏疗法,前来我所耳穴治疗专科就诊的大量病人中,大多均获得不同程度的效果。上海电视二台于1990年3月在《健康与长寿》专栏节目中,以《耳穴贴膏保健康》为题作了专题介绍。上海电视台亦于1995年4月在《上海滩》专栏节目中,以“神奇的耳穴”作了专题报道。他与我所合作期间,进行耳穴防治近视的研究,创编了《防治近视揉耳操》,经过中小学的试点,取得比较满意的效果,中国福利会儿童教育电视制作中心摄制了录像片发行。

最近,王先生编著了《耳穴防治近视眼》一书,它包括耳穴按摩防治近视眼的理论与方法,以及各种耳穴治疗近视眼的临床经验。介绍了王先生多年在实践中的经验,同时亦吸取了国内其他耳穴行家有效的方法。该书图文并茂,通俗易懂,它为广大青少年提供了一种有效防治近视的自我保健方法,亦为医务工作者、卫生老师提供了防治近视的各种耳穴疗法。

上海市针灸学会理事长 陈汉平
上海市针灸经络研究所所长

1995年6月

目 录

前言

第一章 防治近视揉耳操	1
第一节 神奇的耳穴	1
第二节 耳朵像倒置的胎儿	2
第三节 奇妙的耳穴分布	7
第四节 眼与内脏的密切关系	11
第五节 眼的结构与近视眼的形成	12
第六节 近视眼的苦恼	14
第七节 用眼卫生要则	15
第八节 防治近视揉耳操	16
第二章 近视眼的耳穴疗法	29
第一节 耳针	29
第二节 小颗粒植物种子贴压耳穴	32
第三节 小颗粒药丸贴压耳穴	39
第四节 磁疗	41
第五节 综合疗法	43
附录一 耳穴国际标准化方案穴区分布示意图	49
附录二 标准耳穴定位示意图	50
附录三 常见治疗近视眼的耳穴示意图	51
参考文献	53

第一章 防治近视揉耳操

第一节 神奇的耳穴

当你在医院治病时，会发现一些病人在耳朵上扎上耳针；当你在街上行走时，会看到有的人在耳朵上贴一小块一小块的药膏；当你在公园游玩时，会看到一些中老年人在按摩耳朵，这是什么道理呢？

作者在解放军医院，亲眼看到一位在劳动时扭伤腰部的农民，他弯着腰躺在平板车上不断地叫痛，一位军医在他耳上扎了几根银针后，只过了几分钟，这位农民就伸直了腰站了起来，事后他自己推着平板车回家了，这多么神奇啊！

根据几千年来人类活动的实践证明，耳朵不仅是个听觉器官，在收集声音和辨别音源上起重要作用，而且辨别耳朵的形态、颜色就可诊断疾病，刺激耳穴可达到治疗疾病的作用。

在长沙马王堆汉墓中出土的 2500 年前的帛书，其中有《阴阳十一脉灸经》，记载着与上肢、眼、颊、咽喉相联系的“耳脉”。在 2100 年前成书的《内经》中，就载有听宫、耳中、多所闻、窗笼等耳穴名称，书中指出：“耳者，宗脉之所聚也”。“夫十二经脉者，内属于脏腑，外络于肢节”。并说：“耳大小，高下，厚薄，偏圆则肾应之。”说明耳与全身脏腑、肢体密切相联系；而且自古以来，就有刺激耳穴治疗疾病的记载。

战国时期的《内经》载有：“厥头痛，头痛甚，耳前后脉涌

有热，泻其出血……。”

晋朝的《肘后备急方》载有：“救卒死而目闭者，捣薤汁灌之耳。”

唐朝的《千金方》载有“耳中孔上横梁，针灸之，治马黄黄疽，寒暑疫毒等病。”

元朝的《卫生宝鉴》载有：灸“耳后青丝脉”可治“小儿惊痫。”

明朝的《针灸大成》载有：“艾灸耳尖穴，可以治疗角膜生翳。”

清朝的《理论骈文》载有：“衄血（伤寒衄血）延胡塞耳，左衄塞右，右衄塞左。”在清宫医案中，记载着用磁石、麝香、生地黄等药物为光绪帝塞耳治疗耳鸣、耳痛、耳聋等病。

在我国民间早已流传着许多利用耳穴治疗疾病的经验，如针刺耳垂治疗红眼睛，针挑耳后静脉治疗目赤痛，陶针划刺耳周治疗肋痛、泄泻，手捏耳垂可治小儿惊风，双手提拉耳垂可治头痛，用新鲜薄荷捣汁可治中耳炎，用葱汁滴耳可治外伤性耳聋等。

新中国成立后，由于重视中医、中药，促进了耳穴疗法的发展，刺激耳穴治疗疾病的方法多达 20 余种，如针刺法、压丸法、贴膏法、磁疗法、放血法、按摩法、激光法等，可治疗一二百种病症，这真是神奇的耳穴。

第二节 耳朵像倒置的胎儿

从 2000 年以前发现耳穴以来，经过人类长期的实践，不断地探索，终于发现了耳穴在耳廓中分布的规律，它像一个在母亲腹中倒置的胎儿，头部朝下，手足朝上，内脏和肢体的分布都有一定的规律性。

一、耳廓的结构

耳廓是由弹性软骨、韧带、肌肉、脂肪和皮肤组成。耳廓的表皮由生发层、颗粒层、透明层和角质层组成；真皮较厚，是致密的结缔组织，内有毛囊、皮脂腺、汗腺、血管、神经和淋巴管。在软骨膜及靠近软骨的皮下组织中存在较多的神经纤维，多与血管伴行，越往表皮分支越细，最后成为游离神经末梢和其他型末梢。

耳廓的血液供应相当丰富，耳廓的动脉主要来自颈动脉的颞浅动脉和耳后动脉。耳廓前面的细小静脉汇入颞浅静脉，耳廓后面的静脉流入耳后静脉。

耳廓神经分布极为丰富，有来自脑神经的三叉神经（耳颞神经支）、面神经、舌咽神经、迷走神经，以及来自脊神经的耳大神经、枕小神经。

耳廓的淋巴管亦比较丰富，多呈网状，耳廓前面的淋巴管注入到腮腺淋巴结，耳廓后面的淋巴管大部分注入耳后淋巴结。

二、耳廓的外部形态及名称

耳廓分正面和背面两部分，耳廓正面可划分为 17 个大区（图 1），其解剖名称与形态如下：

耳轮：耳廓最外圈的卷曲部分。

耳轮脚：耳轮深入到耳腔内的横行突起部分。

耳轮尾：耳轮外下缘无软骨的部分。

耳轮结节：耳轮外上方较肥大的突出部分。

对耳轮：与耳轮相对的隆起部分。

对耳轮上脚：对耳轮向上分叉的上支。

对耳轮下脚：对耳轮向上分叉的下支。

三角窝：对耳轮上下脚之间的三角形凹窝。

耳舟：耳轮与对耳轮之间的凹沟。

耳甲艇：耳轮脚上面的耳腔部分。

耳甲腔：耳轮脚下面的耳腔部分。

耳屏：耳廓前面的瓣状突起处，又称耳珠。

对耳屏：对耳轮的下面，与耳屏相对的隆起处。

耳垂：耳廓下部，无软骨的皮垂。

屏上切迹：耳屏上缘和耳轮之间的凹陷。

屏间切迹：耳屏与对耳屏之间的凹陷。

轮屏切迹：对耳轮与对耳屏之间的凹陷。



图1 耳廓正面解剖名称图

耳廓背面可划分为
8个大区(图2), 其主要名称与形态如下:

耳甲腔后隆起;
耳甲艇后隆起;
耳舟后隆起;
对耳轮后沟;
对耳轮上脚后沟;
对耳轮下脚后沟;
三角窝后隆起;
耳垂背面。

三、耳廓正面和背面的人体投影规律

通过长期的观察,
耳廓正面耳穴的分布,
像一个在子宫内倒置的

胎儿, 头部朝下、手脚朝上, 脏腑和肢体器官的分布都有一定的规律性(图3)。形象示意图如下:

耳垂: 相当于面部。
耳屏: 相当于鼻咽部。
对耳屏: 相当于头部。
对耳轮: 相当于躯体。
对耳轮上脚: 相当于下肢。
对耳轮下脚: 相当于臀部。
耳舟: 相当于上肢。
耳甲腔: 相当于胸腔。
耳甲艇: 相当于腹腔。

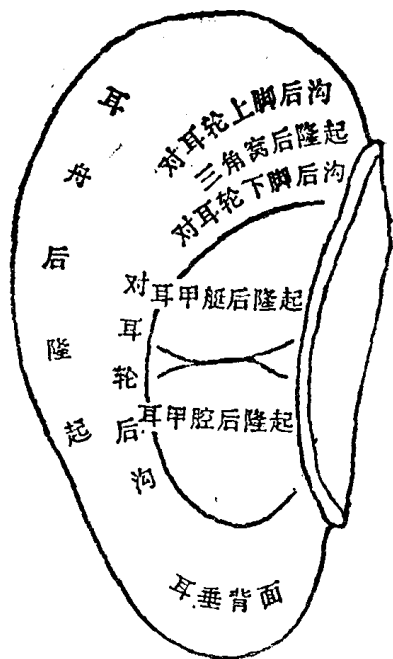
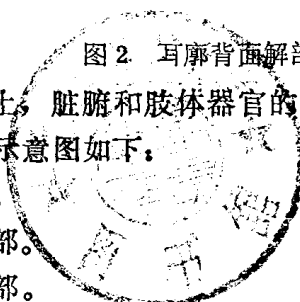
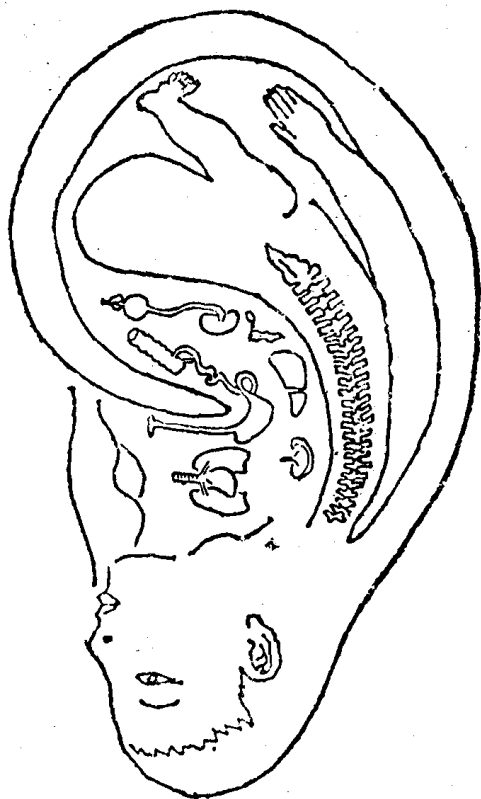


图2 耳廓背面解剖名称图





1

对耳轮后沟：相当于脊椎。

对耳轮上脚后沟：相当于下肢。

对耳轮下脚后沟：相当于臀部。

耳舟后隆起：相当于上肢。

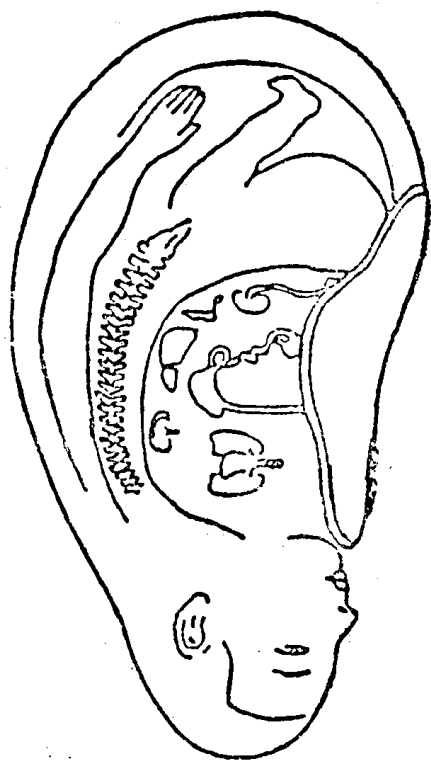


图4 耳廓背面人体投影示意图

第三节 奇妙的耳穴分布

由于耳廓是全身经络集中的地方，因而人体脏腑及肢体器官患病时，在耳廓上一定部位会出现变色、变形、丘疹、脱屑、血管怒张、压痛明显、电阻变低等反应，观察它的变化，可

用来诊断疾病；刺激这些病变耳穴，可起到治病的作用，这是多么奇妙的耳穴。

一、耳廓正面的耳穴分布

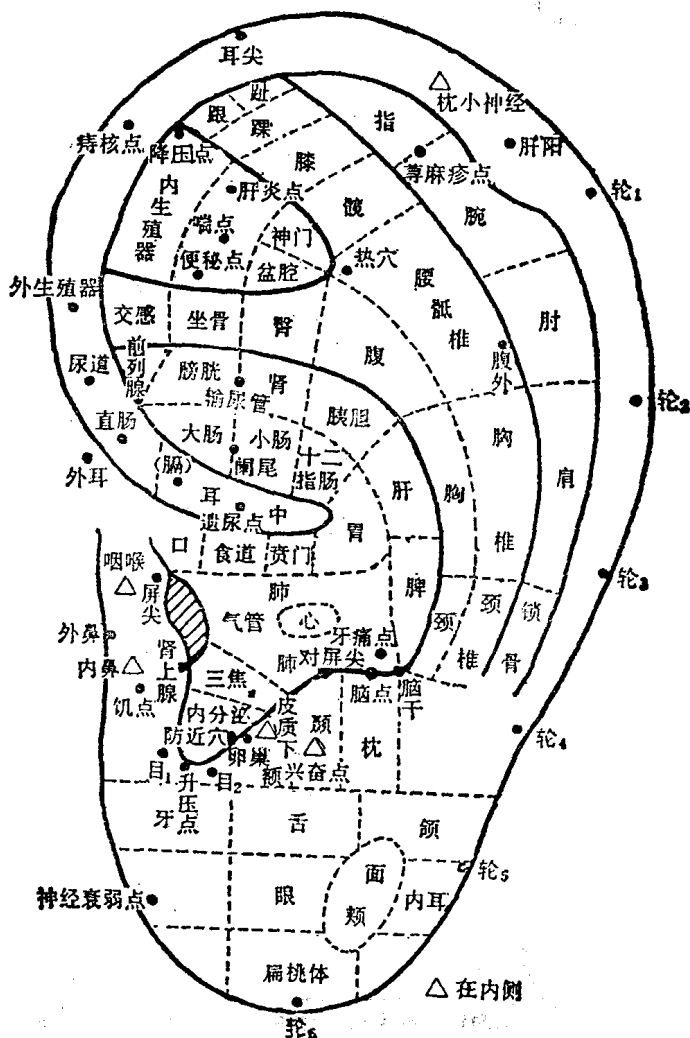


图5 耳廓正面耳穴分区示意图

二、耳廓背面的耳穴分布

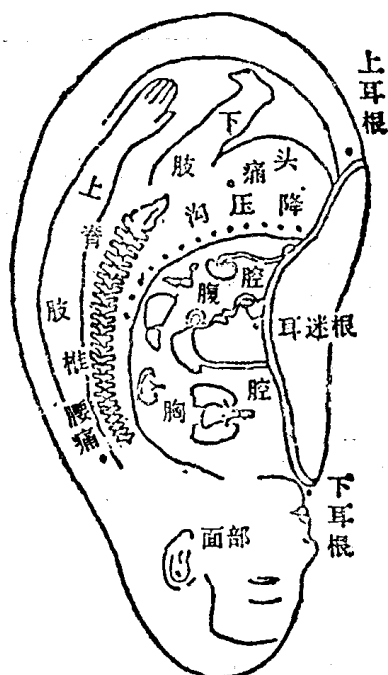


图6 耳廓背面耳穴分区示意图

三、常用耳穴的功能

在耳穴疗法中,有些经常应用的耳穴,为了掌握它的功能和主治疾病,特列表如下:

耳 穴	功 能	主治疾病
心	心血管脉,宁心安神,清泄心火	心脏疾病、神经疾病、精神病、咽炎、舌炎
肝	储藏和调节血液,明目利胆	肝胆疾病、血液病、眼病
脾	吸收和输送养料,健脾补气血	胃病、血液病、内脏下垂、脱肛、消化不良

(续表)

耳 穴	功 能	主治疾病
肺	肺管呼吸, 肺气营养皮肤	呼吸系统疾病、皮肤病、脱发, 针麻主穴
肾	强壮补脑, 利尿聪耳	泌尿系统疾病、神经系统疾病、针麻主穴
胃	受纳和消化食物	消化系统疾病、神经系统疾病
神门	镇静安神止痛, 消炎镇咳	失眠、精神病、癫痫、高血压、过敏性疾病, 针麻主穴
皮质下	调节大脑皮层, 止痛消肿, 抗休克	神经系统疾病、精神病、内脏下垂
内分泌	调节内分泌、抗风湿、抗过敏	内分泌紊乱疾病、妇科病、生殖泌尿系统疾病、皮肤病
交感	调节交感副交感神经, 镇痛解痉	内脏绞痛、无脉症、脉管炎、心绞痛, 针麻主穴
肾上腺	调节肾上腺和收缩血管, 抗风湿、抗过敏、抗休克	调节人体水、盐、糖、脂肪、蛋白质失调、无脉症、低血压、高热
枕	镇静、止痛、消炎、止咳、止喘、抗休克	神经系统疾病、脑膜刺激症、落枕、晕车、晕船
脑点	调节脑垂体, 镇静催眠	脑垂体功能障碍疾病、遗尿
脑干	镇痉熄风、益脑健神、镇痛止血	大脑发育不全, 脑震荡后遗症、脑炎后遗症、抽搐
膈	解除膈肌痉挛, 止血	膈肌痉挛, 内脏出血
三焦	综合五脏六腑的作用	循环、消化、泌尿生殖系统疾病、心胸疾病、各种水肿
耳尖	消炎退热、镇静止痛、降血压	高血压、高热