

实用

李 南(香港) 马汴梁 编著

常见病针药手册



人民军医出版社

实用常见病针药手册

SHIYONG CHANGJIANBING
ZHENYAO SHOUCHE

李 南(香港) 马汴梁 编著

人民军医出版社

1996·北京

(京)新登字 128 号

图书在版编目(CIP)数据

实用常见病针药手册/李南,马汴梁编著. —北京:人民
军医出版社,1996. 3

ISBN 7-80020-576-2

I. 实… II. ①李… ②马… III. ①常见病-针灸疗法-
手册 ②常见病-中药疗法-手册 IV. ①R245-62 ②R243-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(95)第 06081 号

人民军医出版社出版

(北京复兴路 22 号甲 3 号)

(邮政编码:100842 电话:8222916)

北京国马印刷厂印刷

新华书店总店北京发行所发行

*

开本:787×1092mm 1/32·印张:4.625·字数:98 千字

1996 年 3 月第 1 版 1996 年 3 月(北京)第 1 次印刷

印数:6001~12000 定价:9.50 元

ISBN 7-80020-576-2/R·512

[科技新书目:366-200〇]

(购买本社图书,凡有缺、损、倒、脱页者,本社负责调换)

内 容 提 要

本书对最常见的 35 种病症的针灸疗法、中药疗法和食物疗法进行了精辟的概括和论述。每一病症的概述部分简要介绍证候、分型及诊断要点；针灸疗法部分介绍穴位选择、针刺手法及耳针、水针等疗法，并附有标注准确、形象逼真的 48 幅人体模特穴位图；中药疗法部分推荐古代名医验方及作者最佳选方；食物疗法部分介绍各种简便易行、疗效确实的民间方法。全书内容翔实，文字简练，方便实用，适于中医、中西医结合医技人员，特别是基层卫生人员学习参考。

责任编辑 余满松 杨磊石

序

壬申年季夏，赴厦门参加“首届海峡两岸及港澳地区疑难病特色疗法学术研讨会”。幸识香港李南大医师，互以著作相赠，时知李南先生乃为港九著名中医针灸医师，对祖国医学素有造诣，为弘扬、发展扩大中医中药、针灸食疗在海外的影响，呕心沥血，不遗余力。曾先后接受国外诸多大学医学系、医院、学术团体等之盛邀，远涉美国、日本、澳大利亚、韩国等讲学，教授针灸神术，见解独立，医术精明，每起顽疾，异邦名士多有赞誉。

李先生不仅为著名针灸、食疗医师，更为港岛知名作家。所赐大作《实用新针医学》一书，为其临床经验汇集成册，撰写风格独特，内容简明扼要，编排层次分明，无长篇累牍之烦，书中附有人体模特插图，集实用性、学术性、观赏性为一册。余拜阅后受益良多，有意将此书奉献给陆内广大读者，并将此美意禀与先生，得到先生首肯及鼎力相助。

后在人民军医出版社杨主编磊石先生的指导下，本着基本尊重原稿撰写风格的原则，略作增删，易名为《实用常见病针药手册》。

今书稿将付梓，甚感快慰，愿是书能为加强陆内与港九中医药的交流，造福桑梓，尽微薄之力。至此，要感谢李南先生的真诚合作，同时要感谢人民军医出版社的大力帮助。是为序。

马汧梁

1995年3月

目 录

感冒	(1)
头痛	(5)
失眠症	(10)
神经衰弱	(14)
性无能与神经衰弱	(18)
支气管炎	(22)
哮喘	(26)
肺病	(30)
鼻病	(34)
牙痛	(38)
喉炎	(41)
消化不良	(44)
胃十二指肠溃疡	(48)
便秘	(52)
肾炎	(55)
肝炎	(59)
心动过速	(63)
高血压病	(67)
眩晕	(72)
遗尿	(76)
急性乳腺炎	(80)
子宫脱垂	(83)
女性经期痛	(87)
白带	(91)

风湿痹症	(94)
肋间神经痛	(99)
坐骨神经痛	(103)
三叉神经痛	(108)
落枕	(113)
面神经麻痹	(116)
癫痫	(120)
细菌性痢疾	(124)
痔疮	(127)
牛皮癣	(132)
破伤风	(136)

感 冒

中医认为,感冒系风邪外袭,肺气失于宣降而致。可分为风寒感冒和风热感冒两大类型。风寒型见恶寒重,发热轻,头痛无汗,舌苔白,脉浮紧;风热型见恶寒轻,发热重,头痛少汗,舌苔干白或微黄,脉浮数。感冒症状朝夕变化,纵横交错,寒寒热热,虚虚实实,真寒假热,假寒真热,皆可用四诊八纲去归纳,用“温病”、“伤寒”之方去调治,脉证同参。

一、针灸疗法

1. 体针疗法

(1)选穴(见图1)

①风池:在枕骨粗隆直下凹陷处与乳突之间,当斜方肌与胸锁乳突肌之间取穴。

②合谷:拇食指分开时,掌背第1、2掌骨中点,稍偏食指侧取穴。

③大椎:第7颈椎与第1胸椎棘突间正中处。

④迎香:鼻翼旁,鼻唇沟中。

⑤太阳:眉梢与外眼角中间,向后1寸凹陷处。

⑥风门:第2胸椎棘突旁开1寸半处。

(2)方法:大椎、风池用点刺法,出针时摇大针孔,用开阖补泻手法。其余穴位留针15~20分钟,捻转重泻,每日1~2次。

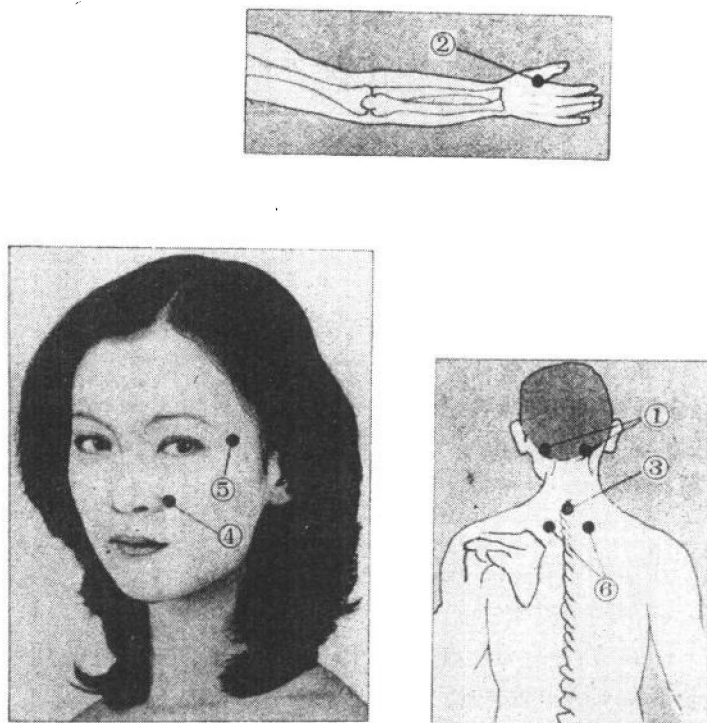


图 1

2. 耳针疗法

(1)选穴:肺、气管、内鼻、咽喉、额。

(2)方法:各穴均浅刺捻针,留针 30 分钟,亦可用埋压法。

3. 穴位注射疗法

(1)选穴:风池、合谷。

(2)方法:用维生素 B₁ 每穴注射 0.3~0.5 毫升。每日 1 次,5 次为 1 疗程。

二、中药疗法

1. 风寒感冒：无汗头痛，苔白，脉浮紧，发热轻恶寒重。

葱白 4 枚（拍） 荆芥 10 克 防风 10 克 生姜 3 片 甘草 6 克。服后盖被休息出汗。

2. 风热感冒：出汗不多，头痛，苔干白，脉浮数，口渴发热重，恶寒轻。

金银花 12 克 连翘 12 克 牛蒡子 10 克 薄荷 6 克（后下） 桔梗 10 克 甘草 6 克 茅根 30 克 竹叶 10 克。咳嗽加杏仁 10 克 前胡 6 克，口渴加花粉 12 克，咽痛加元参 10 克，恶食酸食滞加莱菔子 10 克 麦芽 10 克，苔黄高热加石膏 30 克，大便不通加大黄 10 克。

3. 暑湿感冒：夏天感冒而病，肠胃困湿，四肢困重，倦怠，胸闷，用藿香正气散。

大腹皮 10 克 藿香 10 克 紫苏叶 6 克 白芷 6 克 川朴 6 克 陈皮 6 克 半夏 10 克 桔梗 6 克 甘草 6 克 煎服。经络暑热，表皮有寒，症见头痛，口渴胸闷，加香薷饮。

扁豆花 12 克 香薷 12 克 川朴 10 克 连翘 10 克 金银花 10 克。

4. 流行性感冒：可照风热感冒方加减治疗。有苔黄，口渴，高热谵语者，可用白虎汤医治。

5. 感冒咳嗽：风寒咳嗽用小青龙汤，金沸草散，杏苏散，随意选择；风热咳嗽用桑菊饮，银翘散，麻杏石甘汤，随意选择。介于风寒与风热之间者用止嗽散。

三、食物疗法

1. 葱白 4 枚（拍） 淡豆豉 20 克 加米加盐熬粥食。

2. 生姜 15 克 冰糖 15 克 煎服(用于风寒型)。

3. 大梨 1 枚 生姜 1 小块 同捣汁入童便 1 碗 煎服。

4. 因男女房事后感寒邪得病,阳衰阴盛,六脉沉伏,或腹痛、肢冷、呕吐,或烦躁、眼红、假热,用大豆 30 克酒炒 人参 6 克 附子 15 克 干姜 10 克 同煎服。切不可服表散及寒凉之药物。

头 痛

头痛由外感或全身性疾病引起者居多,由头部本身疾病引起者较少。中医分为外感头痛和内伤头痛两大类,外感头痛包括风寒、风热、风湿等;内伤头痛包括肝阳、气虚、血虚、血瘀等。

各种病因所致的脑膜炎及中毒性脑病引起的头痛,属风热头痛。脑膜炎头痛,有剧烈的颈后疼痛。吴又可名医用大量生石膏医治之,沿今中医亦遵此法,往往一剂药用至 500 克之多。

高血压的头痛伴有轻度颈硬,头部有紧箍感,是头部肌肉收缩之故,中医称肝阳头痛。

神经衰弱头痛,兼有神经衰弱综合症状,如心慌、手震、多汗、情绪低落、多梦烦躁等,精神容易兴奋,亦容易衰退。这种头痛与脑供血不足引起的头痛,中医统称血虚或气虚型头痛。

脑震荡、脑肿瘤、颅内转移癌和脑血管瘤引起的头痛,中医称血瘀型头痛。

一、针灸疗法

1. 体针疗法

(1)选穴(见图 2)

①风池:脑空穴直下,风府穴两侧之陷窝中。

②百会:头顶正中线与两耳尖连线的交点。

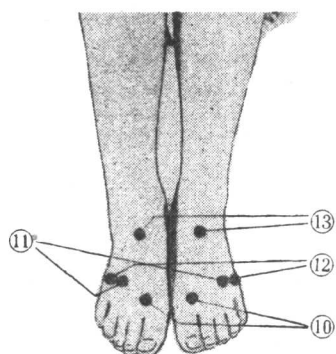
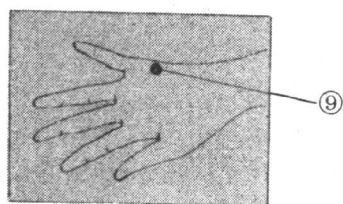
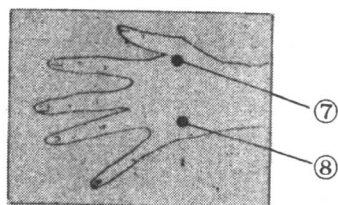
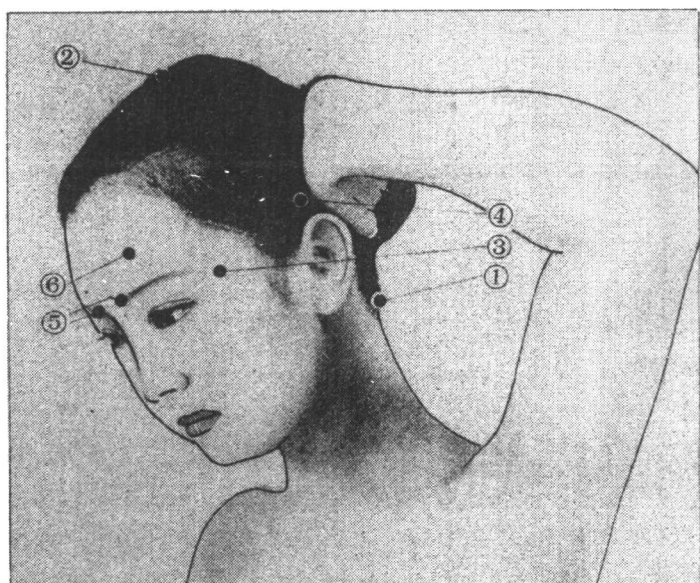


图 2

- ③太阳：眉梢与外眼角中间，向后约 1 寸凹陷处。
- ④率谷：耳直上，入发际 1 寸半。
- ⑤攒竹：眉毛之内侧，即眶上切迹处。
- ⑥阳白：眼平视，直对瞳孔眉上 1 寸。
- ⑦合谷：拇食指分开，第 1、2 掌骨中点，稍偏食指侧取穴。
- ⑧中渚：俯掌，在第 4、5 掌骨间，掌指关节后方凹陷处。
- ⑨后溪：手小指侧本节后，掌横纹头陷中。
- ⑩太冲：第 1、2 趾缝上 1.5~2 寸处。
- ⑪足临泣：第 4、5 跖骨结合部的前方凹陷处。
- ⑫束骨：足小趾外侧本节后赤白肉际。
- ⑬解谿：踝关节前横纹中点，两筋之间，与外踝尖平齐。

(2)方法：前额头痛以阳白、合谷、印堂为主；偏头痛以率谷、太阳、外关、足临泣为主；枕后痛以风池、后溪为主；头顶痛以百会、太冲、束骨为主；全头痛以风池、太阳、百会、合谷、中渚、解谿为主。手法以平补平泻为主，头痛严重者以中强刺激为主，留针 20~30 分钟，每日或隔日 1 次，5 次为 1 疗程。

2. 耳针疗法

(1)取穴：神门、心、脑、交感、枕、额、颞。

(2)方法：毫针强刺激，留针 20~30 分钟，每日 1 次，5 次为 1 疗程。

二、中药疗法

1. 风寒头痛：遇风冷时头痛加重，怕风、怕冷、低热，流清涕，舌苔薄白，脉浮紧，表寒症状。用川芎茶调散或：

防风 10 克 荆芥 10 克 白芷 10 克 羌活 6 克 川芎 6 克。

2. 风热头痛：高热口渴，口唇发红，喉痛，小便短少，舌苔

薄黄，脉浮数等风热症状。可用桑菊饮，银翘散或：

桑叶 10 克 菊花 10 克 黄芩 6 克 山枝 6 克 蔓京子 6 克 薄荷 3 克。便秘加大黄，热重加石膏，口渴加花粉。

3. 风湿头痛：头重痛，浑身疲倦沉重，胸闷，不思饮食，小便短，大便溏，舌苔白腻，脉濡缓。可用羌活胜湿汤或：

苍术 10 克 羌活 6 克 防风 6 克 荆芥 6 克。

4. 肝阳头痛：头眩胀痛，性情急躁易怒，睡眠不安，胸胁痛，面色潮红，口苦咽干，舌边红，苔黄，脉弦数。用龙胆泻肝汤、当归芦荟丸或：

天麻 12 克 钩藤 12 克 石决明 15 克 菊花 10 克 夏枯草 10 克 黄芩 6 克 怀牛膝 10 克。

5. 气虚头痛：自觉头里空痛，晨间加重或劳作时加重，精神疲倦，少食，怕冷，四肢无力，脉细弱。用补中益气汤加减：

北芪 10 克 党参 10 克 当归 10 克 升麻 6 克 丹参 12 克 川芎 6 克 白芍 10 克 细辛 2 克。

6. 血虚头痛：多出现于病后体弱者，头痛以夜间更甚，伴昏晕、心跳、心慌，面黄或苍白，舌淡，脉虚涩。用四物汤加减：

当归 12 克 生地 12 克 丹参 12 克 白芍 12 克 蔓京子 10 克 菊花 6 克 黄芩 3 克。

7. 血瘀头痛：头昏而胀，头痛时间较长，刺痛如劈，痛有定处，或时好时发，舌质紫暗或有瘀血点，脉涩。用桃红四物汤加麝香，或：

当归 12 克 丹参 12 克 川芎 10 克 红花 6 克 牛膝 12 克 蜈蚣 2 条 细辛 2 克。

8. 痰浊头痛：经常发作，阴天频发，昏昏沉沉，胸闷，痛时恶心呕吐，多痰涎，食欲不振，身体沉重感，舌苔白腻，脉弦滑。用半夏天麻白术汤加减：

陈皮 6 克 法夏 10 克 天麻 6 克 白术 10 克 云苓 10 克
苍术 10 克 甘草 3 克。

三、食物疗法

1. 力冲根(草药)熬瘦猪肉。
2. 淡豆豉,葱白煎服,令出汗,感冒风寒引起的头痛者尤佳。
3. 妇人头痛,可用川芎、白芷煮鱼头。
4. 厥阴头痛,附子为末。黑豆炒至豆皮裂开,浸酒,以此酒送附子末 3 克。

失眠症

失眠的原因很多,以神经衰弱为多见。思虑过度,所欲不遂,亦会失眠。痰湿阻遏,气机失调,亦是原因之一。超过半年不愈的,属顽固性疾患,造成精神上疲劳和痛苦,影响工作。

大凡失眠者都有其共同点,越想睡而又睡不入睡,人在床上,心里在想,辗转反侧,把很久远的事,如童年生活,都涌现出来,无止境地想,多姿多采,人物、事物、琐事,一一浮现翻腾。明早起来,一片空白,头晕心跳,上班没精打采。第二晚依然如此下去,形成失眠症。

失眠者大多有如下症状相关,血压过低,记忆减退,夜尿多,心悸、手汗、多汗、头痛、头晕、易怒、恐惧等等。很多都曾经去看西医、中医,每当第一、二次服药,初期见效,后来又故病如常,所以很多失去医治的信心,而越陷越深。

新法针灸,乃唯一既安全又可靠之实用治疗。据本人经验所得,针灸对治疗失眠,及有关神经衰弱、夜尿,乃有特殊效果,而见效快能根治,快者用针 1~3 次,有很好疗效,十多次能痊愈,其好处是不须服用任何药物,不至有副作用之影响,达到身体健康,心情愉快。

一、针灸疗法

1. 体针疗法

(1) 选穴(见图 3)