

袖珍

# 针灸手册

XIUZHEN ZHENJIU SHOUCHE

康锁彬 主编

河北出版传媒集团  
河北科学技术出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

袖珍针灸手册/康锁彬主编. —石家庄: 河北科学技术出版社, 2011. 6

ISBN 978 - 7 - 5375 - 4431 - 3

I. ①袖… II. ①康… III. ①针灸疗法—手册 IV. ①R245 - 62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 078248 号

### 袖珍针灸手册

康锁彬 主编

---

出版发行	河北科学技术出版社
地 址	石家庄市友谊北大街 330 号(邮编:050061)
印 刷	河北新华第一印刷有限责任公司
经 销	新华书店
开 本	787 × 1092 1/64
印 张	7.25
字 数	208000 字
版 次	2012 年 9 月第 1 版 2012 年 9 月第 1 次印刷
定 价	16.00 元

---

## 再 版 前 言

针灸学是中国传统医学的一个重要组成部分，历经数千年而兴盛不衰，其根本缘由在于临床疗效显著，操作方法简便易行，自身调理无毒副作用，因而深受广大群众欢迎。为了使广大医务工作者更快地掌握针灸技术，更好地发挥针灸学在防治疾病中的作用，我们编写了这本《袖珍针灸手册》。本书自1988年12月第1版，2000年9月第2版以来，到目前为止先后印刷了6次。由于医学迅速发展，国内外读者越来越多，原书内容已不能满足读者需要，故此，我们对本手册进行了重新编写。

在修订中，我们着眼于临床，力求简便实用。在经络与

腧穴部分，着重介绍了常用腧穴（经穴 198，经外穴 33，耳穴 13）的标准定位、主治和刺法。在治疗概要部分，阐述了针灸常用的器具和施治方法。为了突出“手册”的特点，在编写上少于说理，侧重方法介绍。最后是常见病的治疗，着重介绍了急症、内、外、妇、儿、五官科百余种针灸疗效显著的多发病和常见病。病因与辨证，理论简明扼要，针灸治疗重点论述，既注意总结古人的经验，同时又介绍了一些现代的研究成果；在防治疾病方法的选择上，也以简捷有效为原则，突出实用，力避繁琐，使其紧密结合于临床，力求成为医务工作者针灸临床的实用手册。

由于作者水平所限，书中不当之处在所难免，希望广大读者批评指正。

康锁彬

# 目 录

## 经络与腧穴

一、经络 .....	( 3 )
(一) 经络系统的组成 .....	( 4 )
(二) 十二经脉 .....	( 4 )
1. 体表分布规律 .....	( 5 )
2. 表里属络关系 .....	( 5 )
3. 循行走向与交接 .....	( 6 )
(三) 奇经八脉 .....	( 7 )
1. 循行 .....	( 8 )

2. 作用 .....	( 8 )
(四) 十五络 .....	( 9 )
二、腧穴 .....	( 9 )
(一) 分类 .....	( 10 )
1. 十四经穴 .....	( 10 )
2. 奇穴 .....	( 10 )
3. 阿是穴 .....	( 11 )
(二) 定位方法 .....	( 11 )
1. 骨度分寸法 .....	( 11 )
2. 自然标志法 .....	( 14 )
3. 手指同身寸法 .....	( 15 )
(三) 治疗作用 .....	( 16 )
(四) 十四经腧穴 .....	( 17 )
1. 手太阴肺经 .....	( 17 )
2. 手阳明大肠经 .....	( 23 )

3. 足阳明胃经 .....	( 31 )
4. 足太阴脾经 .....	( 47 )
5. 手少阴心经 .....	( 54 )
6. 手太阳小肠经 .....	( 59 )
7. 足太阳膀胱经 .....	( 65 )
8. 足少阴肾经 .....	( 84 )
9. 手厥阴心包经 .....	( 91 )
10. 手少阳三焦经 .....	( 96 )
11. 足少阳胆经 .....	( 104 )
12. 足厥阴肝经 .....	( 117 )
13. 督脉 .....	( 124 )
14. 任脉 .....	( 133 )
(五) 经外穴 .....	( 143 )
1. 头颈部 .....	( 143 )
2. 躯干部 .....	( 149 )

3. 四肢部 .....	(152)
--------------	-------

## 治 疗 概 要

一、刺法 .....	(159)
(一) 毫针刺法 .....	(159)
1. 刺前准备 .....	(159)
2. 进针法 .....	(161)
3. 针刺的角度 .....	(163)
4. 针刺的深度 .....	(164)
5. 行针与得气 .....	(165)
6. 针刺补泻 .....	(167)
7. 留针与出针 .....	(169)
8. 注意事项 .....	(169)
9. 异常情况的处理 .....	(170)
(二) 其他针法 .....	(172)

1. 三棱针 .....	(172)
2. 皮肤针 .....	(174)
3. 电针 .....	(176)
4. 水针 .....	(178)
5. 耳针 .....	(179)
<b>二、灸法</b> .....	(188)
(一) 常用灸法 .....	(189)
1. 艾炷灸 .....	(189)
2. 艾卷灸 .....	(192)
3. 温针灸 .....	(193)
(二) 适应证 .....	(194)
(三) 注意事项 .....	(194)
<b>三、拔罐法</b> .....	(195)
(一) 罐的种类 .....	(195)
1. 竹罐 .....	(195)

2. 陶罐 .....	(196)
3. 玻璃罐 .....	(196)
(二) 拔罐的方法 .....	(196)
1. 火罐法 .....	(197)
2. 水煮法 .....	(198)
(三) 起罐 .....	(198)
(四) 注意事项 .....	(199)
<b>四、治疗原则</b> .....	(199)
(一) 阴阳 .....	(200)
(二) 表里 .....	(200)
(三) 寒热 .....	(201)
(四) 虚实 .....	(201)
<b>五、配穴处方</b> .....	(202)
(一) 选穴规律 .....	(202)
1. 近部取穴 .....	(202)

2. 远部取穴 .....	(203)
3. 随证取穴 .....	(203)
(二) 常用配穴法 .....	(204)
1. 本经配穴法 .....	(204)
2. 表里配穴法 .....	(205)
3. 前后配穴法 .....	(205)
4. 上下配穴法 .....	(205)
5. 左右配穴法 .....	(206)
(三) 特定穴的应用 .....	(206)
1. 五输穴 .....	(207)
2. 俞、募穴 .....	(209)
3. 原、络穴 .....	(211)
4. 八脉交会穴 .....	(213)
5. 八会穴 .....	(214)
6. 郄穴 .....	(214)

7. 下合穴 ..... (215)

## 常见病的治疗

一、急症 ..... (219)

昏迷(219) 休克(221) 中暑(222) 中风(224) 头痛(228)

二、内科疾病 ..... (231)

感冒(231) 气管炎(233) 支气管哮喘(236) 高血压病(239)

冠心病(241) 心律失常(244) 心神经官能症(246) 瘧症(249)

神经衰弱(252) 老年性痴呆(255) 精神分裂症(258) 癲癇(260)

面神经炎(263) 面肌痉挛(265) 膈肌痉挛(268)

神经性呕吐(270) 慢性胃炎(272) 溃疡病(275) 胃下垂(278)

急性胃肠炎(280) 习惯性便秘(282) 胃肠神经官能症(285)

痢疾(288) 疟疾(291) 尿潴留(293) 遗尿(296)

遗精(298) 阳痿(300) 早泄(302) 多发性神经炎(305)

周期性麻痹(307) 痹证(310) 腰痛(312)

- 三、外科疾病 ..... (315)
- 乳腺炎(315) 阑尾炎(317) 胆囊炎与胆石症(320)
  - 胆道蛔虫症(322) 直肠脱垂(324) 单纯性甲状腺肿(326)
  - 肩关节周围炎(328) 落枕(331) 扭挫伤(333)
  - 神经性皮炎(335) 丹毒(338) 脑震荡(340) 颈椎病(342)
  - 截瘫(346) 坐骨神经痛(348) 三叉神经痛(350)
  - 肋间神经痛(352) 股外侧皮神经炎(354)
  - 腱鞘囊肿(357) 破伤风(359) 痔疮(360) 带状疱疹(363)
  - 斑秃(366) 荨麻疹(368) 脂溢性皮炎(371)
- 四、妇科疾病 ..... (373)
- 月经不调(373) 痛经(376) 经闭(379)
  - 功能性子宫出血(382) 妊娠呕吐(384) 胎位不正(386)
  - 缺乳(387) 子宫脱垂(390) 盆腔炎(393)
  - 更年期综合征(395) 不孕症(398)
- 五、儿科疾病 ..... (402)
- 百日咳(402) 腮腺炎(404) 急惊风(406)

小儿腹泻(408) 小儿营养不良(411) 小儿麻痹症(413)

小儿舞蹈症(416) 小儿多动症(417) 小儿流涎症(419)

## 六、五官科疾病 ..... (421)

聋哑症(421) 耳鸣症(422) 非化脓性中耳炎(424)

梅尼埃病(426) 鼻出血(428) 慢性鼻炎(430) 鼻窦炎(432)

急性咽喉炎(434) 慢性咽炎(436) 失音(438) 牙痛(440)

急性结膜炎(442) 近视(444) 眼睑下垂(445) 眼底病(447)

# 经络与腧穴



经络是人体运行气血、联络脏腑、贯串上下、沟通内外的径路；腧穴是经气输注交会于筋骨皮肉之间的部位，二者密切关联，不可分割。经络和腧穴的理论，无论对人体生理的研究，病理的探索，诊断的鉴别，预后的分析，治疗的原则和治法的确定等，都具有重要意义，特别是在针灸的辨证论治上，其作用就显得更为重要。

## 一、经 络

经络是经脉和络脉的总称。经脉是经络系统的主干，络脉是经脉别出的分支，经与络互相衔接，纵横交错，遍布全身，是沟通人体内外，运行气血的通道。经络具有联络脏腑和肢体，营养周身，抗御外邪，保护机体的作用，同时又是反映病候，传注病邪的途径。针灸治病时的辨证归经、循经取穴、针刺补泻等，无不以经络理论为依据。