

ZHENJIU
TUINAXUE

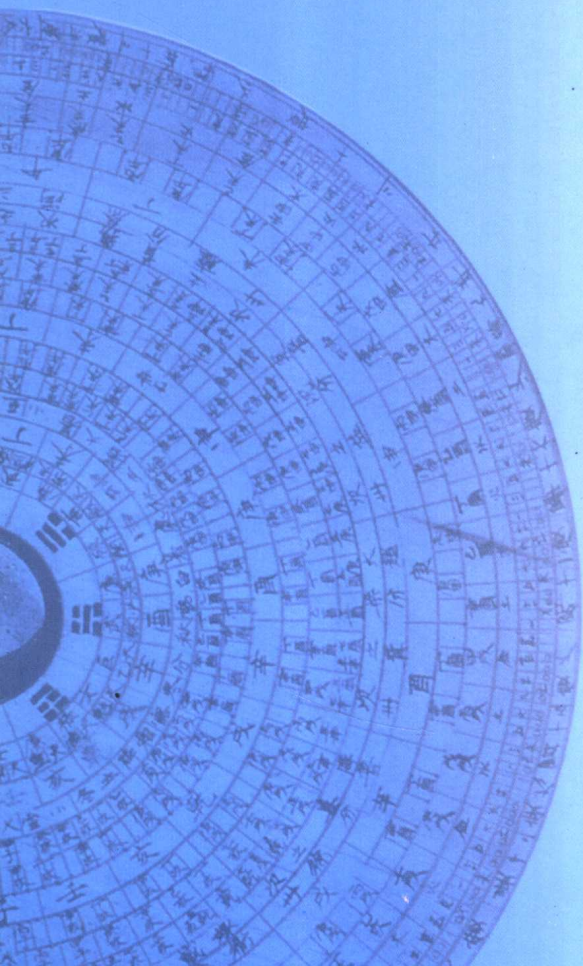
全国中等中医药教育规划教材

针灸推拿学

邵湘宁 ◆ 主编

中国中医药出版社

供中医药类专业用



全国中等中医药教育规划教材

针灸推拿学

(供中医药类专业用)

主 编 邵湘宁
副主编 张志忠
编 委 (以姓氏笔画为序)
那继文 陈美仁 郑 勇 郑春启
主 审 刘开运

中国中医药出版社

北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

针灸推拿学/邵湘宁主编. —北京: 中国中医药出版社, 2002.8
全国中等中医药教育规划教材
ISBN 7-80156-356-5

I. 针… II. 邵… III. ①针灸学-专业学校-教材②推拿学
(中医)-专业学校-教材 IV. R24

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 033610 号

中国中医药出版社出版

发行者: 中国中医药出版社

(北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 电话: 64405750 邮编: 100013)

(邮购联系电话: 84042153 64065413)

印刷者: 河北省欣航测绘院印刷厂

经销者: 新华书店总店北京发行所

开本: 787×1092 毫米 16 开

字数: 570 千字

印张: 23.75

版次: 2002 年 8 月第 1 版

印次: 2006 年 1 月第 8 次印刷

册数: 60001-70000

书号: ISBN 7-80156-356-5/R·356

定价: 31.00 元

如有质量问题, 请与出版社发行部调换。

HTTP: //WWW.CPTCM.COM

中等中医药教材建设指导委员会

主任委员：李振吉

副主任委员：贺兴东 吴恒亚 胡国臣

委员：(以姓氏笔划排序)

马金生	王书林	王立坤	王学明	王明来	王宝富	王辅民
于明江	方家选	公茂有	李广才	李立	李光耀	李玉柯
李聪民	刘化侠	江世平	江震声	吉传旺	朱铁宝	杜兆雄
曲晓波	杨万英	杨静化	张为佳	张邦帅	张志峰	陈中熊
陈代启	余甘霖	苏保松	邵湘宁	尚志云	郑兴泽	郑建华
宝音	周晓明	林康球	赵文鼎	赵伟光	郭鲁义	秦国东
徐金香	阎健民	盖长清	黄吉庆	谢华民	曾庆琦	鲁昌贵
傅淑清	濮传文					

医疗类专业编审委员会

主任委员：吴恒亚

副主任委员：黄吉庆 傅淑清

委员：(以姓氏笔划排序)

王周碧	王贵英	王振亚	刘开运	刘慧瑾	邬义德	何晓晖
张清河	汪安宁	汪瀛乐	肖振辉	苏保松	邵湘宁	周力
庞景三	金晓东	侯晞	胡小怡	胡显亚	赵小平	赵体浩
秦智义	袁银根	梁伟澜	盖一峰	傅贞亮	傅国兵	彭勃
鲁昌贵	谭万信	戴万亨				

护理类专业编审委员会

主任委员：马锦璋

副主任委员：曲晓波

委员：(以姓氏笔划排序)

刘秀英	向承美	吕淑琴	何宝昌	李绍桂	单兆伟
殷明	顾红卫	曹秋茹	盖国忠	傅友丰	

前 言

为适应全国中等中医药教育发展的需要，根据教育部和国家中医药管理局组织制订的中等中医药专业目录和各专业教学计划，在国家中医药管理局指导下，由全国中医药职业技术教育学会组织编写了全国中等中医药教育规划教材。本次编写出版的教材有《中医基础学》《中药学》《方剂学》《人体解剖生理学》《药理学》《诊断学基础》《中医内科学》《外科学》《中医妇科学》《儿科学》《针灸学》《推拿学》《针灸推拿学》《中医伤科学》《内科学》《中医基础护理学》《内科护理学》《外科护理学》《妇科护理学》《儿科护理学》《常见急症处理》《中医学概要》《卫生防疫概论》《常用护理技术》等中医类专业主干课程教材共 24 门。

本次教材是在国家中医药管理局 1988 年统一组织编写出版的中等中医药教材基础上重新编写的全国中等中医药教育规划教材。进入 21 世纪，我国职业教育有较大的发展，人才培养模式、教学内容和课程体系的改革不断深入。为适应新形势的需要，本套教材编写出版遵循了坚持以市场为导向，岗位需要为前提，综合职业能力为基础，强化专业目标，淡化学科意识，突出职业教育特点等基本编写原则，根据中等中医药人才培养目标的要求，在教材编写形式和内容方面都有了较大的改进，在教材编写的组织管理、质量评价和出版发行上亦体现了改革意识，引入了竞争机制。为了保证本套教材的质量，国家中医药管理局科技教育司和全国中医药职业技术教育学会多次召开有关教材编写出版的会议，认真学习了教育部《关于制定中等职业学校教学计划的原则意见》等文件，制定下发了《中等中医药教育教材建设的指导性原则》《中等中医药专业教材编写基本原则》《中等中医药教育教材建设管理暂行办法》和《中等中医药教材出版基本原则意见》等相关文件，成立了各专业教材编审委员会和教材建设办公室，加强了对教材编写出版的组织与管理，力求提高本套教材质量，更好地为中等中医药教育和中医药人才培养服务。

鉴于本次教材编写从组织管理、运行机制到编写要求与内容都进行了较大改革，因此，存在不足之处在所难免，希望中等中医药教育战线的教育工作者和广大读者在使用过程中，提出宝贵意见，以利再版修订时日臻完善。

全国中医药职业技术教育学会

2002 年 4 月 27 日

编写说明

本教材是国家中医药管理局科技教育司和全国中医药职业技术教育学会共同组织编写的全国中等中医药教育规划教材，供全国中医药中等教育中医医疗、中西医结合、针灸推拿、中医骨伤等医疗类专业使用。各专业可根据教学大纲对本课程的不同要求选用。

针灸推拿学是中医学的重要组成部分，针灸推拿疗法历史悠久，使用方便，适应症广，疗效显著，在中医临床中占有重要地位，是中医药类各专业的必修课。在本书编写中，我们力求贯彻“中等中医药教育规划教材编写基本原则”，其一，注意保持和发扬中医特色，反映本学科的基本知识、基本理论和基本技能；其二，强调以能力培养为重点，突出职业教育特点，突出针灸推拿实践技能训练；其三，注意吸收本学科新成果、新技术，保持教材的先进性；其四，考虑到本书为一书多用，在内容的取舍上尽量注意满足不同专业的需求。

本书除绪言外，共分2篇11章，其中，第1~6章为针灸篇，主要介绍经络、腧穴、针灸方法及针灸治疗；第7~11章为推拿篇，主要介绍练功、推拿手法、推拿常用穴位、推拿治疗及保健推拿。

本书在介绍经络及常用腧穴的基础上，重点介绍针灸方法、推拿手法及常见病证的针灸推拿治疗，同时考虑到近年来保健推拿的迅猛发展，另辟专章予以介绍。书中所涉及的病名，以中医病名为主，同时考虑到临床病症与针灸推拿相结合的特殊性，也有个别西医病名。每病证下设病因病机、临床表现、针灸或推拿治疗、注意事项等项目分别叙述。

本书采取分工编写、集体审定的形式完成，具体编写分工：绪言、推拿手法、保健推拿部分由湖南省中医药学校邵湘宁编写；经络总论、腧穴总论及经络腧穴各论部分由山东省中医药学校张志忠编写；针刺法、灸法及拔罐法部分由安徽省中医药学校郑勇编写；针灸治疗部分由湖南省中医药学校陈美仁编写；练功、推拿常用穴位部分由黑龙江省中医药学校那继文编写；推拿治疗部分由北京市中医学校郑春启编写。在本书编写过程中，湖南省中医药学校郭翔老师应邀参加了部分章节的撰写及统稿工作，谨在此表示感谢。

编写全国中等中医药教育规划教材尚属首次，由于我们水平有限，时间仓促，书中错误和缺点在所难免，希望各校在使用过程中，提出宝贵意见，以便进一步修订提高。

编者

2002年3月

目 录

绪言	1	四、八会穴	18
第一章 经络总论	5	五、郄穴	18
第一节 经络的概念	5	六、下合穴	19
第二节 经络系统的命名和组成	5	七、八脉交会穴	19
一、经脉的命名	5	八、交会穴	19
(一) 十二经脉	5	第五节 腧穴的定位方法	19
(二) 奇经八脉	6	一、体表解剖标志定位法	19
二、经络系统的组成	6	二、骨度折量定位法	19
(一) 十二经脉	7	三、指寸定位法	20
(二) 奇经八脉	8	四、简便取穴法	22
(三) 十五络脉	9	第三章 经络腧穴各论	23
(四) 十二经别	9	第一节 督脉与任脉	23
(五) 十二经筋	9	一、督脉	23
(六) 十二皮部	9	(一) 经脉循行	23
第三节 经络的作用	10	(二) 主治概要	23
一、联络脏腑, 沟通肢窍	10	(三) 腧穴	23
二、运行气血, 濡养周身	10	1. 长强	23
三、抗御病邪, 反映病候	10	2. 腰俞	23
四、传导感应, 调整虚实	10	3. 腰阳关	23
第二章 腧穴总论	11	4. 命门	24
第一节 腧穴的概念	11	5. 悬枢	24
第二节 腧穴的分类	11	6. 脊中	24
一、十四经穴	11	7. 中枢	24
二、经外奇穴	12	8. 筋缩	25
三、阿是穴	12	9. 至阳	25
第三节 腧穴的主治作用	12	10. 灵台	25
一、近治作用	12	11. 神道	25
二、远治作用	12	12. 身柱	25
三、特殊作用	12	13. 陶道	25
第四节 特定穴的意义	18	14. 大椎	25
一、五输穴	18	15. 哑门	25
二、原穴、络穴	18	16. 风府	25
三、俞穴、募穴	18	17. 脑户	26

18. 强间	26	第二节 手三阴经	30
19. 后顶	26	一、手太阴肺经	30
20. 百会	26	(一) 经脉循行	30
21. 前顶	26	(二) 主治概要	31
22. 囟会	26	(三) 腧穴	31
23. 上星	26	1. 中府	31
24. 神庭	26	2. 云门	31
25. 素髻	26	3. 天府	31
26. 水沟	27	4. 侠白	32
27. 兑端	27	5. 尺泽	32
28. 龈交	27	6. 孔最	32
二、任脉	27	7. 列缺	32
(一) 经脉循行	27	8. 经渠	32
(二) 主治概要	27	9. 太渊	32
(三) 腧穴	27	10. 鱼际	32
1. 会阴	27	11. 少商	32
2. 曲骨	27	二、手少阴心经	33
3. 中极	28	(一) 经脉循行	33
4. 关元	28	(二) 主治概要	33
5. 石门	28	(三) 腧穴	33
6. 气海	28	1. 极泉	33
7. 阴交	28	2. 青灵	33
8. 神阙	28	3. 少海	34
9. 水分	28	4. 灵道	34
10. 下脘	28	5. 通里	34
11. 建里	29	6. 阴郄	34
12. 中脘	29	7. 神门	34
13. 上脘	29	8. 少府	34
14. 巨阙	29	9. 少冲	34
15. 鸠尾	29	三、手厥阴心包经	35
16. 中庭	29	(一) 经脉循行	35
17. 膻中	29	(二) 主治概要	35
18. 玉堂	29	(三) 腧穴	35
19. 紫宫	29	1. 天池	35
20. 华盖	30	2. 天泉	36
21. 璇玑	30	3. 曲泽	36
22. 天突	30	4. 郄门	36
23. 廉泉	30	5. 间使	36
24. 承浆	30	6. 内关	36

7. 大陵	37	9. 上廉	42
8. 劳宫	37	10. 手三里	42
9. 中冲	37	11. 曲池	42
第三节 手三阳经	37	12. 肘髎	42
一、手太阳小肠经	37	13. 手五里	42
(一) 经脉循行	37	14. 臂臑	42
(二) 主治概要	37	15. 肩髃	43
(三) 腧穴	37	16. 巨骨	43
1. 少泽	37	17. 天鼎	43
2. 前谷	38	18. 扶突	43
3. 后溪	38	19. 口禾髎	43
4. 腕骨	38	20. 迎香	43
5. 阳谷	38	三、手少阳三焦经	44
6. 养老	39	(一) 经脉循行	44
7. 支正	39	(二) 主治概要	44
8. 小海	39	(三) 腧穴	44
9. 肩贞	39	1. 关冲	44
10. 臑俞	39	2. 液门	44
11. 天宗	39	3. 中渚	45
12. 秉风	39	4. 阳池	45
13. 曲垣	39	5. 外关	45
14. 肩中俞	40	6. 支沟	45
15. 肩外俞	40	7. 会宗	45
16. 天窗	40	8. 三阳络	45
17. 天容	40	9. 四渎	45
18. 颧髎	40	10. 天井	45
19. 听宫	40	11. 清冷渊	46
二、手阳明大肠经	40	12. 消泺	46
(一) 经脉循行	40	13. 臑会	46
(二) 主治概要	41	14. 肩髎	46
(三) 腧穴	41	15. 天髎	46
1. 商阳	41	16. 天膃	46
2. 二间	41	17. 翳风	46
3. 三间	41	18. 瘰脉	46
4. 合谷	41	19. 颊息	47
5. 阳溪	41	20. 角孙	47
6. 偏历	41	21. 耳门	47
7. 温溜	42	22. 耳和髎	47
8. 下廉	42	23. 丝竹空	47

第四节 足三阳经	47	35. 会阳	53
一、足太阳膀胱经	47	36. 承扶	53
(一) 经脉循行	47	37. 殷门	53
(二) 主治概要	48	38. 浮郄	53
(三) 腧穴	48	39. 委阳	53
1. 睛明	48	40. 委中	53
2. 攒竹	48	41. 附分	53
3. 眉冲	49	42. 魄户	54
4. 曲差	49	43. 膏肓	54
5. 五处	49	44. 神堂	54
6. 承光	49	45. 谿谿	54
7. 通天	49	46. 膈关	54
8. 络却	49	47. 魂门	54
9. 玉枕	49	48. 阳纲	54
10. 天柱	49	49. 意舍	54
11. 大杼	49	50. 胃仓	54
12. 风门	50	51. 肓门	54
13. 肺俞	50	52. 志室	55
14. 厥阴俞	50	53. 胞肓	55
15. 心俞	50	54. 秩边	55
16. 督俞	51	55. 合阳	55
17. 膈俞	51	56. 承筋	55
18. 肝俞	51	57. 承山	55
19. 胆俞	51	58. 飞扬	55
20. 脾俞	51	59. 跗阳	56
21. 胃俞	51	60. 昆仑	56
22. 三焦俞	51	61. 仆参	56
23. 肾俞	51	62. 申脉	56
24. 气海俞	51	63. 金门	56
25. 大肠俞	52	64. 京骨	56
26. 关元俞	52	65. 束骨	56
27. 小肠俞	52	66. 足通谷	56
28. 膀胱俞	52	67. 至阴	56
29. 中膂俞	52	二、足阳明胃经	57
30. 白环俞	52	(一) 经脉循行	57
31. 上髎	52	(二) 主治概要	58
32. 次髎	52	(三) 腧穴	58
33. 中髎	52	1. 承泣	58
34. 下髎	52	2. 四白	58

3. 巨髎	58	42. 冲阳	63
4. 地仓	58	43. 陷谷	63
5. 大迎	58	44. 内庭	63
6. 颊车	58	45. 厉兑	63
7. 下关	58	三、足少阳胆经	63
8. 头维	59	(一) 经脉循行	63
9. 人迎	59	(二) 主治概要	64
10. 水突	59	(三) 腧穴	64
11. 气舍	59	1. 瞳子髎	64
12. 缺盆	59	2. 听会	64
13. 气户	59	3. 上关	64
14. 库房	59	4. 颌厌	64
15. 屋翳	60	5. 悬颅	65
16. 膺窗	60	6. 悬厘	65
17. 乳中	60	7. 曲鬓	65
18. 乳根	60	8. 率谷	65
19. 不容	60	9. 天冲	65
20. 承满	60	10. 浮白	65
21. 梁门	60	11. 头窍阴	65
22. 关门	60	12. 完骨	65
23. 太乙	61	13. 本神	65
24. 滑肉门	61	14. 阳白	66
25. 天枢	61	15. 头临泣	66
26. 外陵	61	16. 目窗	66
27. 大巨	61	17. 正营	66
28. 水道	61	18. 承灵	66
29. 归来	61	19. 脑空	66
30. 气冲	61	20. 风池	66
31. 髀关	61	21. 肩井	67
32. 伏兔	62	22. 渊腋	67
33. 阴市	62	23. 辄筋	67
34. 梁丘	62	24. 日月	67
35. 犊鼻	62	25. 京门	67
36. 足三里	62	26. 带脉	68
37. 上巨虚	62	27. 五枢	68
38. 条口	62	28. 维道	68
39. 下巨虚	63	29. 居髎	68
40. 丰隆	63	30. 环跳	68
41. 解溪	63	31. 风市	68

32. 中渚	68	二、足少阴肾经	74
33. 膝阳关	68	(一) 经脉循行	74
34. 阳陵泉	69	(二) 主治概要	74
35. 阳交	69	(三) 腧穴	74
36. 外丘	69	1. 涌泉	74
37. 光明	69	2. 然谷	74
38. 阳辅	69	3. 太溪	74
39. 悬钟	69	4. 大钟	74
40. 丘墟	69	5. 水泉	75
41. 足临泣	69	6. 照海	75
42. 地五会	70	7. 复溜	75
43. 侠溪	70	8. 交信	75
44. 足窍阴	70	9. 筑宾	76
第五节 足三阴经	70	10. 阴谷	76
一、足太阴脾经	70	11. 横骨	76
(一) 经脉循行	70	12. 大赫	76
(二) 主治概要	70	13. 气穴	76
(三) 腧穴	70	14. 四满	76
1. 隐白	70	15. 中注	76
2. 大都	71	16. 育俞	77
3. 太白	71	17. 商曲	77
4. 公孙	71	18. 石关	77
5. 商丘	71	19. 阴都	77
6. 三阴交	71	20. 腹通谷	77
7. 漏谷	71	21. 幽门	77
8. 地机	71	22. 步廊	77
9. 阴陵泉	72	23. 神封	77
10. 血海	72	24. 灵墟	78
11. 箕门	72	25. 神藏	78
12. 冲门	72	26. 彘中	78
13. 府舍	72	27. 俞府	78
14. 腹结	72	三、足厥阴肝经	78
15. 大横	72	(一) 经脉循行	78
16. 腹哀	73	(二) 主治概要	78
17. 食窦	73	(三) 腧穴	79
18. 天溪	73	1. 大敦	79
19. 胸乡	73	2. 行间	79
20. 周荣	73	3. 太冲	79
21. 大包	73	4. 中封	79

5. 蠡沟	79	二、针刺练习	86
6. 中都	80	(一) 纸垫练针法	86
7. 膝关	80	(二) 棉团练针法	86
8. 曲泉	80	(三) 自身试针法	86
9. 阴包	80	三、针刺前的准备	87
10. 足五里	80	(一) 针具的选择	87
11. 阴廉	80	(二) 体位的选择	87
12. 急脉	80	(三) 消毒	88
13. 章门	81	四、进针法	88
14. 期门	81	(一) 刺手与押手	88
第六节 常用奇穴	81	(二) 常用进针法	89
一、头颈部穴	81	五、针刺的角度、方向和深度	90
1. 四神聪	81	(一) 针刺的角度	90
2. 印堂	81	(二) 针刺的方向	90
3. 太阳	81	(三) 针刺的深度	91
4. 牵正	82	六、行针	91
5. 翳明	82	(一) 基本手法	91
二、背部穴	82	(二) 辅助手法	91
1. 定喘	82	七、得气	92
2. 夹脊	82	(一) 得气的临床表现	93
3. 腰眼	82	(二) 得气的意义	93
三、上肢穴	82	(三) 影响得气的因素	93
1. 腰痛点	82	(四) 促使得气的方法	93
2. 落枕	83	八、针刺补泻	93
3. 八邪	83	(一) 机体的机能状态	93
4. 四缝	83	(二) 腧穴特性	93
5. 十宣	83	(三) 针刺手法	93
四、下肢穴	83	九、留针法	94
1. 膝眼	83	十、出针法	94
2. 胆囊	83	十一、针刺异常情况的处理	
3. 阑尾	84	与预防	95
4. 八风	84	(一) 晕针	95
第四章 针刺法	85	(二) 滞针	95
第一节 毫针刺法	85	(三) 弯针	95
一、毫针的结构、规格与检修、		(四) 断针	96
保藏	85	(五) 血肿	96
(一) 毫针的结构	85	(六) 刺伤重要器官	96
(二) 毫针的规格	85	十二、针刺注意事项	97
(三) 毫针的检修与保藏	86	第二节 三棱针刺法、皮肤针刺法、	

电针刺法	98	(十一) 耳垂部	111
一、三棱针刺法	98	(十二) 耳背部	112
(一) 针具	98	三、耳穴的探查	113
(二) 操作方法	98	四、耳穴的选穴原则	113
(三) 适用范围	99	五、操作方法	113
(四) 注意事项	99	六、适应范围	114
二、皮肤针刺法	99	七、注意事项	114
(一) 针具	99	第五节 头针法	114
(二) 操作方法	99	一、头皮刺激线的定位及主治	114
(三) 叩刺部位	100	(一) 额中线	114
(四) 适用范围	100	(二) 额旁 1 线	114
(五) 注意事项	101	(三) 额旁 2 线	115
三、电针刺法	101	(四) 额旁 3 线	115
(一) 电针仪器	101	(五) 顶中线	115
(二) 选择刺激部位	101	(六) 顶颞前斜线	115
(三) 操作方法	101	(七) 顶颞后斜线	115
(四) 选择刺激参数	102	(八) 顶旁 1 线	116
(五) 适用范围	102	(九) 顶旁 2 线	116
(六) 注意事项	102	(十) 颞前线	116
第三节 穴位注射法	103	(十一) 颞后线	116
一、针具	103	(十二) 枕上正中线	116
二、选穴	103	(十三) 枕上旁线	116
三、药物的选择与剂量	103	(十四) 枕下旁线	116
四、操作方法	103	二、针具	116
五、适应范围	104	三、操作方法	117
六、注意事项	104	四、适应范围	117
第四节 耳针法	105	五、注意事项	117
一、耳穴的分布	105	第五章 灸法及拔罐法	118
二、常用耳穴的定位和主治	106	第一节 灸法	118
(一) 耳轮脚及耳轮部	106	一、灸用材料	118
(二) 耳舟部	106	二、灸法的分类和操作	118
(三) 对耳轮上脚	107	(一) 艾炷灸	119
(四) 对耳轮下脚	107	(二) 艾条灸	119
(五) 对耳轮部	108	(三) 温针灸	120
(六) 三角窝部	108	(四) 温灸器灸	120
(七) 耳屏部	108	(五) 非艾灸法	120
(八) 对耳屏部	109	三、灸法的适应范围	121
(九) 耳甲腔部	109	四、保健灸	121
(十) 耳甲艇部	110	(一) 足三里灸	121

(二) 神阙灸·····	121	(四) 八脉交会穴的内容	
(三) 气海灸·····	122	和应用·····	136
(四) 关元灸·····	122	(五) 八会穴的内容和应用·····	137
(五) 身柱灸·····	122	(六) 郄穴的内容和应用·····	137
(六) 风门灸·····	122	(七) 下合穴的内容和应用·····	137
五、注意事项·····	122	第二节 常见病证的针灸治疗·····	138
第二节 拔罐法(附:刮痧法)·····	122	一、内科疾病·····	138
一、罐的种类·····	122	(一) 感冒·····	138
(一) 玻璃罐·····	122	(二) 咳嗽·····	139
(二) 竹罐·····	122	(三) 哮喘·····	142
(三) 陶罐·····	123	(四) 中暑·····	145
(四) 抽气罐·····	123	(五) 呕吐·····	146
(五) 代用罐·····	123	(六) 呃逆·····	148
二、操作方法·····	123	(七) 胃脘痛·····	150
(一) 吸拔方法·····	123	(八) 泄泻·····	152
(二) 罐的用法·····	123	(九) 腹痛·····	154
(三) 起罐·····	124	(十) 便秘·····	156
三、适应范围·····	124	(十一) 胸痛·····	158
四、注意事项·····	124	(十二) 心悸·····	160
附:刮痧法·····	125	(十三) 失眠·····	162
第六章 针灸治疗·····	128	(十四) 头痛·····	164
第一节 针灸治疗概述·····	128	(十五) 面痛·····	166
一、针灸治疗原则·····	128	(十六) 面瘫·····	167
(一) 标本缓急·····	128	(十七) 眩晕·····	169
(二) 补虚泻实·····	129	(十八) 中风·····	171
(三) 三因制宜·····	129	(十九) 痹证·····	173
二、针灸治疗的作用·····	130	(二十) 腰痛·····	175
(一) 调和阴阳·····	130	二、妇科、外科、伤科疾病·····	176
(二) 疏通经络·····	130	(一) 痛经·····	176
(三) 扶正祛邪·····	131	(二) 经闭·····	178
三、配穴处方·····	131	(三) 崩漏·····	180
(一) 取穴原则·····	131	(四) 带下病·····	182
(二) 配穴方法·····	132	(五) 阴挺·····	184
(三) 处方变化规律·····	132	(六) 胎位不正·····	185
附:针灸处方的常用符号·····	133	(七) 脱肛·····	186
四、特定穴的内容和应用·····	133	(八) 乳痈·····	187
(一) 五输穴的内容和应用·····	133	(九) 痤疮·····	188
(二) 俞募穴的内容和应用·····	135	(十) 疔腮·····	189
(三) 原络穴的内容和应用·····	135	(十一) 风疹·····	191

(十二) 扭伤·····	193	三、功能锻炼的注意事项·····	214
(十三) 落枕·····	193	四、功能锻炼的方法·····	214
三、小儿及五官科疾病·····	195	(一) 颈臂争力·····	214
(一) 疳积·····	195	(二) 左顾右盼·····	214
(二) 麦粒肿·····	196	(三) 擦颈按摩·····	215
(三) 近视眼·····	198	(四) 左右开弓·····	216
(四) 耳鸣、耳聋·····	199	(五) 手指爬墙·····	216
(五) 咽喉肿痛·····	200	(六) 四面摆动·····	216
(六) 牙痛·····	202	(七) 体后拉肩·····	216
第七章 练功·····	204	(八) 抓空增力·····	217
第一节 自我练功·····	204	(九) 上跷下钩·····	217
一、基本裆势·····	204	(十) 叠掌摩腹·····	217
(一) 站裆·····	204	(十一) 按摩腰眼·····	217
(二) 马裆·····	205	(十二) 风摆荷叶·····	218
(三) 弓箭裆·····	205	(十三) 前屈后伸·····	218
二、少林内功·····	205	(十四) 飞燕点水·····	218
(一) 伸臂亮掌·····	206	(十五) 白鹤转膝·····	218
(二) 前推八匹马·····	206	(十六) 仰卧举腿·····	219
(三) 倒拉九头牛·····	206	(十七) 蹬空增力·····	219
(四) 凤凰展翅·····	207	(十八) 罗汉伏虎·····	220
(五) 霸王举鼎·····	207	(十九) 搓滚舒筋·····	220
(六) 风摆荷叶·····	207	第八章 推拿手法·····	221
(七) 饿虎扑食·····	208	第一节 成人推拿手法·····	221
三、易筋经·····	208	一、摆动类手法·····	222
(一) 韦驮献杵第一势·····	209	(一) 一指禅推法·····	222
(二) 韦驮献杵第二势·····	209	(二) 擦法·····	223
(三) 韦驮献杵第三势·····	209	(三) 揉法·····	224
(四) 摘星换斗势·····	210	二、摩擦类手法·····	225
(五) 倒拽九牛尾势·····	210	(一) 摩法·····	225
(六) 出爪亮翅势·····	210	(二) 擦法·····	226
(七) 九鬼拔马刀势·····	211	(三) 推法·····	227
(八) 三盘落地势·····	211	(四) 搓法·····	228
(九) 青龙探爪势·····	211	(五) 抹法·····	228
(十) 饿虎扑食势·····	212	三、振动类手法·····	229
(十一) 打躬势·····	212	(一) 抖法·····	229
(十二) 掉尾势·····	213	(二) 振法·····	230
第二节 医疗练功·····	213	四、挤压类手法·····	230
一、功能锻炼的分类·····	213	(一) 按法·····	230
二、功能锻炼的原则·····	214	(二) 点法·····	231

(三) 捏法·····	232	第二节 推拿特定穴·····	267
(四) 拿法·····	232	一、头面部穴位·····	268
(五) 踩跷法·····	232	(一) 攒竹·····	268
五、叩击类手法·····	233	(二) 坎宫·····	269
(一) 拍法·····	233	(三) 太阳·····	269
(二) 击法·····	234	(四) 山根·····	269
六、运动关节类手法·····	235	(五) 囟门·····	269
(一) 摇法·····	235	(六) 耳后高骨·····	270
(二) 背法·····	237	二、躯干部穴位·····	270
(三) 扳法·····	238	(一) 乳旁·····	270
(四) 拔伸法·····	242	(二) 腹·····	270
七、推拿手法练习·····	243	(三) 腹阴阳·····	271
(一) 沙袋上练习·····	243	(四) 脐·····	271
(二) 人体上练习·····	244	(五) 丹田·····	271
第二节 小儿推拿手法·····	246	(六) 肚角·····	271
一、小儿推拿基本手法·····	246	(七) 天柱骨·····	272
(一) 推法·····	246	(八) 七节骨·····	272
(二) 揉法·····	248	(九) 龟尾·····	272
(三) 按法·····	248	(十) 脊柱·····	273
(四) 摩法·····	249	三、上肢部穴位·····	273
(五) 掐法·····	249	(一) 脾经·····	273
(六) 捏法·····	249	(二) 肝经·····	274
(七) 运法·····	250	(三) 心经·····	274
(八) 拿法·····	251	(四) 肺经·····	274
(九) 搓法·····	251	(五) 肾经·····	274
(十) 捻法·····	251	(六) 大肠·····	275
(十一) 摇法·····	252	(七) 小肠·····	275
二、几种常用的复式操作手法·····	252	(八) 肾顶·····	275
(一) 黄蜂入洞·····	252	(九) 肾纹·····	276
(二) 揉脐及龟尾并擦		(十) 四横纹·····	276
七节骨·····	252	(十一) 小横纹·····	276
(三) 水底捞月·····	252	(十二) 掌小横纹·····	277
(四) 打马过天河·····	253	(十三) 胃经·····	277
(五) 大推天河水·····	253	(十四) 板门·····	278
(六) 运土入水·····	253	(十五) 内劳宫·····	279
(七) 运水入土·····	254	(十六) 内八卦·····	279
(八) 总收法·····	254	(十七) 小天心·····	279
第九章 推拿常用腧穴·····	256	(十八) 运水入土、运土	
第一节 十四经穴和经外奇穴·····	256	入水·····	280