

XIUZHENZHENJIUSHOUCE

# 袖珍针灸手册

 河北科学技术出版社

王云凯 吴复苍 康锁彬 编  
杨医亚 指导

# 袖珍针灸手册

王云凯

吴复苍

康锁彬

编

杨医亚

指导

河北科学技术出版社

# 袖珍针灸手册

王云凯 吴复苍 康锁彬 编 杨医亚 指导

---

河北科学技术出版社出版 (石家庄市北马路45号)

廊坊日报印刷厂印刷 河北省新华书店发行

---

787×1092 毫米 1/64 6.525 印张 18,000 字 1988 年12月第1版

1988 年12月第1次印刷 印数: 1—23,300 定价: 2.50 元

ISBN 7-5375-0094-9/R·18

## 前 言

针灸学是中医学中的一个重要分科。针灸治病，在我国已有几千年的历史，具有简、便、廉、验的优点，因而深受患者欢迎。为了使更多的人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》。

在编写中，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）的取穴、主治和刺法。在治疗概要部分，阐述了针灸常用的工具和施治方法。为了突出“手册”的特点，因而少于说理，侧重于方法介绍。最后是常见病的治疗，介绍了内、外、妇、儿、五官科等107种多发病和常见病的辨证及治疗。在治疗部分，我们既

注意总结古人的经验，同时又注意介绍一些近人的新成果；在防治方法的选择上，也以简捷有效为原则，突出实用，力辟繁琐，使其紧密结合于临床。

由于学术水平有限，书中难免有失当之处，希望广大读者批评指正。

编者

1987年11月

# 目 录

## 经络与腧穴

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

|                 |        |
|-----------------|--------|
| (四)十五络 .....    | ( 6 )  |
| 二、腧穴 .....      | ( 7 )  |
| (一)分类 .....     | ( 7 )  |
| 1. 十四经穴 .....   | ( 7 )  |
| 2. 奇穴 .....     | ( 8 )  |
| 3. 阿是穴 .....    | ( 8 )  |
| (二)定位方法 .....   | ( 8 )  |
| 1. 骨度分寸法 .....  | ( 8 )  |
| 2. 自然标志法 .....  | ( 10 ) |
| 3. 手指同身寸法 ..... | ( 11 ) |
| (三)治疗作用 .....   | ( 12 ) |
| 1. 邻近效用 .....   | ( 12 ) |
| 2. 远道效用 .....   | ( 12 ) |
| 3. 全身效用 .....   | ( 12 ) |
| (四)十四经腧穴 .....  | ( 13 ) |
| 1. 手太阴肺经 .....  | ( 13 ) |

|                  |        |
|------------------|--------|
| 2. 手阳明大肠经 .....  | ( 19 ) |
| 3. 足阳明胃经 .....   | ( 26 ) |
| 4. 足太阴脾经 .....   | ( 42 ) |
| 5. 手少阴心经 .....   | ( 49 ) |
| 6. 手太阳小肠经 .....  | ( 54 ) |
| 7. 足太阳膀胱经 .....  | ( 61 ) |
| 8. 足少阴肾经 .....   | ( 80 ) |
| 9. 手厥阴心包经 .....  | ( 87 ) |
| 10. 手少阳三焦经 ..... | ( 92 ) |
| 11. 足少阳胆经 .....  | ( 99 ) |
| 12. 足厥阴肝经 .....  | (113)  |
| 13. 督脉 .....     | (120)  |
| 14. 任脉 .....     | (129)  |
| (五) 经外穴 .....    | (140)  |
| 1. 头颈部 .....     | (140)  |
| 2. 軀干部 .....     | (145)  |

|              |       |
|--------------|-------|
| 3. 四肢部 ..... | (148) |
|--------------|-------|

## 治 疗 概 要

|            |       |
|------------|-------|
| 一、刺法 ..... | (153) |
|------------|-------|

|               |       |
|---------------|-------|
| (一)毫针刺法 ..... | (153) |
|---------------|-------|

|               |       |
|---------------|-------|
| 1. 刺前准备 ..... | (154) |
|---------------|-------|

|              |       |
|--------------|-------|
| 2. 进针法 ..... | (155) |
|--------------|-------|

|                |       |
|----------------|-------|
| 3. 进针的角度 ..... | (157) |
|----------------|-------|

|                |       |
|----------------|-------|
| 4. 进针的深度 ..... | (158) |
|----------------|-------|

|                |       |
|----------------|-------|
| 5. 行针与得气 ..... | (158) |
|----------------|-------|

|               |       |
|---------------|-------|
| 6. 针刺补泻 ..... | (161) |
|---------------|-------|

|                |       |
|----------------|-------|
| 7. 留针与出针 ..... | (162) |
|----------------|-------|

|               |       |
|---------------|-------|
| 8. 注意事项 ..... | (163) |
|---------------|-------|

|                  |       |
|------------------|-------|
| 9. 异常情况的处理 ..... | (163) |
|------------------|-------|

|               |       |
|---------------|-------|
| (二)其他针法 ..... | (165) |
|---------------|-------|

|              |       |
|--------------|-------|
| 1. 三棱针 ..... | (165) |
|--------------|-------|

|                    |       |
|--------------------|-------|
| 2. 皮肤针 .....       | (167) |
| 3. 电针 .....        | (169) |
| 4. 水针 .....        | (170) |
| 5. 耳针 .....        | (172) |
| <b>二、灸法</b> .....  | (181) |
| (一)常用灸法 .....      | (181) |
| 1. 艾炷灸 .....       | (181) |
| 2. 艾卷灸 .....       | (184) |
| 3. 温针灸 .....       | (185) |
| (二)适应证 .....       | (186) |
| (三)注意事项 .....      | (186) |
| <b>三、拔罐法</b> ..... | (187) |
| (一)罐的种类 .....      | (187) |
| 1. 竹罐 .....        | (187) |
| 2. 陶罐 .....        | (187) |
| 3. 玻璃罐 .....       | (188) |

|               |       |
|---------------|-------|
| (二)拔罐法 .....  | (188) |
| 1. 火罐法 .....  | (188) |
| 2. 水罐法 .....  | (189) |
| (三)起罐 .....   | (190) |
| (四)注意事项 ..... | (190) |
| 四、治疗原则 .....  | (191) |
| (一)阴阳 .....   | (191) |
| (二)表里 .....   | (191) |
| (三)寒热 .....   | (192) |
| (四)虚实 .....   | (192) |
| 五、配穴处方 .....  | (193) |
| (一)选穴规律 ..... | (193) |
| 1. 近部取穴 ..... | (193) |
| 2. 远部取穴 ..... | (194) |
| 3. 随证取穴 ..... | (194) |

|                 |       |
|-----------------|-------|
| (二)常用配穴法 .....  | (195) |
| 1. 本经配穴法 .....  | (195) |
| 2. 表里配穴法 .....  | (195) |
| 3. 前后配穴法 .....  | (196) |
| 4. 上下配穴法 .....  | (196) |
| 5. 左右配穴法 .....  | (196) |
| (三)特定穴的应用 ..... | (197) |
| 1. 五输穴 .....    | (197) |
| 2. 俞、募穴 .....   | (199) |
| 3. 原、络穴 .....   | (201) |
| 4. 八脉交会穴 .....  | (201) |
| 5. 八会穴 .....    | (203) |
| 6. 郄穴 .....     | (203) |
| 7. 下合穴 .....    | (205) |

## 常见病的治疗

### 一、内科病证.....(206)

感冒(206) 咳嗽(208) 哮喘(210) 头痛(213) 眩晕(216)  
高血压(218) 中风(220) 昏迷(223) 休克(225) 心律失常  
(226) 冠心病(228) 失眠(230) 惊悸(233) 瘧病(234)  
神经衰弱(236) 癫狂(239) 痢证(240) 面神经炎(242) 胸  
痹(244) 胁痛(246) 呃逆(248) 呕吐(249) 胃痛(251)  
胃下垂(253) 噎膈(255) 腹疝(257) 泄泻(258) 痢疾  
(260) 急性胃肠炎(263) 便秘(264) 便血(266) 疟疾  
(268) 中暑(270) 水肿(271) 淋证(273) 癰闭(275) 遗  
尿(277) 消渴(279) 疝气(280) 脱肛(282) 遗精(283)  
阳痿(285) 痹证(287) 腰痛(290) 多发性神经炎(292)

### 二、外科病证.....(293)

疔疮(293) 乳痈(295) 肠疝(297) 胆囊炎与胆石症(298)  
胆道蛔虫症(300) 丹毒(302) 瘰疬(304) 瘰疬(306) 疝

癰(309) 落枕(311) 扭挫伤(313) 神经性皮炎(314) 脑震  
荡(316) 坐骨神经痛(318) 三叉神经痛(320) 筋结(321)  
破伤风(323) 截瘫(324) 风疹(326) 痔疮(328) 带状疱疹  
疹(330) 斑秃(332)

### 三、妇科病证.....(333)

月经不调(333) 痛经(336) 经闭(338) 崩漏(340) 带下  
(342) 妊娠呕吐(344) 胎位不正(345) 滞产(346) 产后  
血晕(348) 产后腹痛(349) 产后发痉(351) 产后便秘(353)  
缺乳(附:回乳)(354) 子宫脱垂(356) 盆腔炎(358)

### 四、儿科病证.....(360)

百日咳(360) 疟疾(362) 急惊风(363) 脐风(365) 小儿  
腹泻(366) 小儿疳积(368) 小儿麻痹症(370) 小儿舞蹈症  
(372) 小儿多动症(374) 小儿流涎症(375) 重舌(376)

### 五、五官科病证.....(377)

聋哑(377) 耳鸣(378) 耳闭(380) 脓耳(381) 美尼尔氏综  
合征(383) 鼻衄(384) 鼻塞(386) 鼻渊(387) 咽喉肿

痛(389) 梅核气(390) 失音(391) 牙痛(393) 暴发火  
眼(394) 迎风流泪(396) 近视(397) 眼睑下垂(398) 白  
内障(400) 眼底病(401)

附录：腧穴索引 ..... (404)

## 经 络 与 腧 穴

经络是人体运行气血、联络脏腑、贯串上下、通彻内外的径路；腧穴是经气输注交会于筋骨之间的部位，二者密切关联，不可分割。经络和腧穴的理论，无论对生理的研究，病理的探索，诊断的鉴别，预后的分析，治疗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，保护肌体的作用，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。

### （一）经络系统的组成

经络系统是由经脉和络脉组成。经脉包括十二经脉和奇经八脉，以及附属于十二经脉的十二经别、十二经筋、十二皮部。络脉有十五络、浮络、孙络等。十二经脉是经络系统的主体。

### （二）十二经脉

十二经脉即手三阴经（手太阴肺、手厥阴心包、手少阴心）、手三阳经（手阳明大肠、手少阳三焦、手太阳小肠）、足三阳经（足阳明胃、足少阳胆、足太阳膀胱）、足三阴经（足太阴脾、足厥阴肝、足少阴肾）的总称。共十二条，统称十二经脉。由于十二经脉是经络系统的主体，所以又叫做“正经”。