

新世纪全国高等中医药院校教材

同步辅导系列丛书



方剑乔 主编

刺法灸法学

高质量、低价格、多专家、新版面、易记忆
精心塑造一个善学习、会考试、拿高分的你



科学出版社

www.sciencep.com

新世纪全国高等中医药院校教材同步辅导系列丛书

刺法灸法学

方剑乔 主编

科学出版社

北京

内 容 简 介

本书是《新世纪全国高等中医药院校教材同步辅导系列丛书》之一,紧扣《刺法灸法学》最新教学大纲,以章节为序,分重点难点提示、知识点精析、综合测试题、题解四部分,精简提炼教材内容,采用图、表等便于理解、记忆的形式巧解《刺法灸法学》知识点,再予以综合能力测试。书后附两套综合模拟试题。本书特点:形式新颖、重点突出、学练结合、讲究实效。

本书可供全国高等中医药院校本专科学生及中医药工作者应对各类考试使用。

图书在版编目(CIP)数据

刺法灸法学/方剑乔主编. —北京:科学出版社,2004.6
(新世纪全国高等中医药院校教材同步辅导系列丛书)
ISBN 7-03-013594-6

I. 刺… II. 方… III. ①刺法—中医药院校—教学参考资料
②灸法—中医药院校—教学参考资料 IV. R245

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第053457号

责任编辑:郭海燕 曹丽英 / 责任校对:陈丽珠
责任印制:刘士平 / 封面设计:卢秋红

科学出版社 出版

北京东黄城根北街16号

邮政编码:100717

<http://www.sciencep.com>

新蕾印刷厂 印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2004年6月第一版 开本:720×1000 B5

2004年6月第一次印刷 印张:10 1/4

印数:1—4 000 字数:260 000

定价:19.80元

(如有印装质量问题,我社负责调换〈环伟〉)

中医,让世界为你而感动

总

序

让

我们来个大胆的假设:如果世界没有中医,将是什么样子

没有了中医的存在,疾病将是多么的猖獗

没有了中医的理论,中国乃至世界文化将是多么的苍白

没有了中医的支撑,中华民族的历史会是怎样的寂寥和黯淡

没有了中医的辨证,世界将是多么的不可理解

……

因此,作为一个学习中医的学生,你该是多么的骄傲!应该为中医事业的发扬光大不懈地努力。你的任务深沉而伟大,艰辛而光荣!

为了帮助大家在学习中医的道路上少走弯路,《新世纪全国高等中医药院校教材同步辅导系列丛书》问世了。该系列的总体特点是:

- | | |
|---------------------------|-----------|
| 1. 3 000 多幅图表: | 简明扼要,清楚易记 |
| 2. 20 000 多道题目: | 覆盖全面,堪称题库 |
| 3. 300 多位资深教授编写: | 群英荟萃,优中之优 |
| 4. 10 多位专业编辑加工: | 呕心沥血,出版精制 |
| 5. 28 门主干课程全部覆盖: | 规模浩大,气势磅礴 |
| 6. 10 所全国一流中医院校主编: | 集体智慧,质量上乘 |
| 7. 10 余种题型涵盖所有考试常见题型: | 题型全面,解释精良 |
| 8. 3 类考试:本科、考研、执业医(药)师可用: | 举一反三,每考必中 |

《新世纪全国高等中医药院校教材同步辅导系列丛书》是以最新教学大纲为依据,由全国高等中医药院校联合编写、中国科学院科学出版社出版的高等中医药院校本科系列配套教学辅导图书。

为确保质量,专门成立的《新世纪全国高等中医药院校教材同步辅导系列丛书》编写委员会,对本系列教辅图书进行了整体规划,在主编遴选、编写大纲、编写

质量等方面进行了严格的审查、审定。在组织编写的过程中引入了竞争机制,每分册教辅书主编和参编人员实行公开招标,按照条件严格遴选,择优确定,形成了一支以长期工作在教学一线、具有丰富教学经验的专家为主体的编写队伍,并实行主编负责制,以确保书稿质量。

本系列教辅书紧扣最新教学大纲,以中医学专业、针灸推拿学专业、中药学专业的骨干课程为主线,以章节为序,按重点难点提示、知识点精析、综合测试题、题解、模拟试题体例编写,精简提炼教材内容,紧扣知识点,进行精辟分析,巧解其中的重点和难点,予以综合能力测试。从而极大地方便了学生的理解、记忆,有利于学生对该科目知识融会贯通,减少学习的盲目性,提高学习效率和应试能力。

本系列教辅书按照中医药专业培养目标,结合国家中医药执业医师资格考试、国家执业中药师资格考试、国家中医药专业技术人员职称资格考试以及研究生考试的要求,以最新教学大纲为依据,门类齐全,适合全国各高等中医药院校中医学专业、针灸推拿学专业、中药学专业本科学生使用,也是国家中医执业医师资格考试、国家执业中药师资格考试、国家中医药专业技术人员职称资格考试和研究生考试的参考书,可满足各类考试需要。

值得提出的是,本系列教辅图书在审定时,编写委员会刘振民教授对教材书稿进行了严格把关,提出精辟的意见,对保证本系列教辅书质量起了重要作用;本套教辅书的编写出版,得到中国科学院科学出版社的大力支持,为编写出版创造了有利条件。各高等中医药院校,既是本教辅书的使用单位,又是编写任务的承担单位,在本教辅书建设中起到了主体作用。在此一并致谢!

教材形式的多样化是教改工作的重要组成部分,本系列教辅书在继承的基础上进行了一定力度的改革与创新,在探索的过程中难免有不足之处,甚或错漏之处,敬请各教学单位、各位教学人员在使用中发现问题,及时提出批评指正,以便我们重印或再版时予以修改,使教辅图书质量不断提高,更好地适应 21 世纪中医药人才培养需要。

总之,我们以高质量、低价格、多专家、新版面、易记忆,来精心塑造一个善学习、会考试、拿高分的你!

丛书总编委会

2004 年 5 月

前 言

本书是根据全日制本科针灸推拿专业刺法灸法学课程教与学的需要而编写的辅导用书。本书的编写是以刺法灸法学教学大纲的要求和内容为依据,在参照现行相应本科教材内容的基础上,以阐述知识点为目的。本书由浙江中医学院组织有关院校专家编写,供全国高等中医药院校七年制和本科、专科针灸推拿专业学生使用。

本书在编写体例上,分为重点难点提示、知识点精析、综合测试题及题解四部分。参编人员根据多年相关课程的教学经验和临床体会,提出各章节的重点和难点内容,以便教与学双方,尤其是学习者明确抓住该章节的重、难点,有的放矢地通过学习而掌握与熟悉。知识点精析部分是本书的重点,根据教学大纲要求及相关教材内容,展开分析、讨论或进行了强调、补充。在文字编写上,力求简明、扼要,适当运用图、表等进行表述。综合测试部分给学生提供自我测试知识点掌握、熟悉情况的试题,附相应答案以供参考。

本书的第一章由方剑乔编写;第二章由林咸明编写;第三章由杨丹红编写;第四章由叶德宝、林咸明编写;第五章由刘世明、吴涣淦、倪锋编写;第六章由吴涣淦、施茵、方剑乔编写;第七章由陈华德、方剑乔编写。第八章由方剑乔、邵晓梅编写;第九章由陈华德编写。编写过程中,得到了浙江中医学院针灸推拿专业硕士研究生梁宜、金慧芳、吴翔在文字处理等方面的支持,在此表示感谢!

教学参考用书的编写,是一份难度较高的工作。在本书的编写过程中,我们力求概念准确,强调知识点,处理好与原有教材的关系,体现出科学性、先进性和实用性。但由于水平有限,编写时间较短,不足和错误之处在所难免,恳请各位读者提出宝贵意见,以便今后修订提高。

编 者

2004年3月

目 录

总 序 前 言

第一章 刺灸灸法学概论	1	综合测试题	60
重点难点提示	1	题解	61
知识点精析	1	第六章 其他传统针法	63
综合测试题	2	重点难点提示	63
题解	3	知识点精析	63
第二章 毫针基本操作技术	4	综合测试题	71
重点难点提示	4	题解	74
知识点精析	4	第七章 现代针灸治疗技术	77
综合测试题	13	重点难点提示	77
题解	16	知识点精析	77
第三章 毫针刺法的临床应用	17	综合测试题	92
重点难点提示	17	题解	99
知识点精析	17	第八章 古代针法介绍*	103
综合测试题	32	重点难点提示	103
题解	35	知识点精析	103
第四章 针刺得气和针刺补泻	37	综合测试题	115
重点难点提示	37	题解	116
知识点精析	37	第九章 其他临床常用刺灸法介绍*	118
综合测试题	47	重点难点提示	118
题解	52	知识点精析	118
第五章 灸法和拔罐法	55	综合测试题	140
重点难点提示	55	题解	141
知识点精析	55		
《刺灸灸法学》综合模拟试题	143		
试题(一)	143		
试题(一)参考答案	145		
试题(二)	146		
试题(二)参考答案	149		

• 此部分内容部分院校列为考试内容,故将其主要内容列入,是为涵盖所有知识考点,以满足部分读者需要,供参考。



第一章 刺法灸法学概论



重点难点提示

1. 重点:

- (1) 刺法灸法学的定义。
- (2) 刺法灸法学的内容与特点。
- (3) 刺法灸法学的历史发展。

2. 难点:

- (1) 刺法灸法学的特点。
- (2) 刺法灸法学的历史发展。



知识点精析

刺法灸法学,是研究以防治疾病为目的多种针灸方法和操作技术及作用原理的一门学科。刺灸法主要阐述刺法、灸法等的基本知识及其具体操作技术,为针灸临床所必须掌握的内容。

一、刺法灸法学的内容

刺法灸法学的内容包括其研究内容和临床治疗内容。刺法的研究内容主要是对针具、针法和针治部位的研究,其中有关针刺手法的研究始于秦汉时期,较完善于金元至明代。针具研究是刺法研究的主要内容,从砭石至目前普通应用的不锈钢针,再发展多种非金属针具的刺激器材及结合声光电等,使针具的种类更为丰富。针治部位则从穴位刺激发展成为某一部位施术的特殊手法。灸法的研究内容为灸材、灸法或灸治部位。灸法研究目前主要侧重于中药穴位敷贴方法(包括发泡疗法),其研究带动了中药作为灸材的相关研究。

刺法灸法的临床治疗内容,根据其作用方式、作用部位、作用强度、作用原理的不同而有所不同。由于作用方式增多、作用部位的局部整体化(全息理论),对作用原理的新认识,扩大了刺灸法的治疗内容。

二、刺法灸法学的特点

刺法灸法学,是针灸基础理论与针灸临床治疗之间的桥梁课程,它既包含较深的中医针灸理论知识(包括中西医医学基础和经络腧穴学知识),更是刺法、灸法等具体操作的指南,是组成针灸学科的主体内容,是针灸专业学生动手能力培养的关键课程。学习这门课程首先应充分认识它在针灸学术中的地位。

刺法灸法既与针灸基础理论有关联,更与针灸临床疗效密切相关。正确取穴是施行刺法灸法的基础,而不同的刺灸方法则影响腧穴的主治功用;经络尤其是循经感传特性,是针灸感应获得与传导的基础,是提高临床疗效的关键,而惟有通过多种不同的刺法灸法,才能激发经气的运行。由于针灸效应呈双向调节的特点,在患者机体功能状态和腧穴特性明确的前提下,刺法灸法就显得十分重要。针灸临床处方,是以穴法(穴位选择组合)和刺法灸法为主要内容组成的。

因此正确并熟练地掌握刺法灸法成为学好针灸的关键。在充分认识到刺法灸法学学术地

位的基础上,必须针对本门课程的重要性的特点使用正确的学习方法。一般而言,《刺法灸法学》理论部分必须熟记,操作部分必须学练结合、课堂示教与课后训练结合,并以学生自练为主。

三、刺法灸法学的起源、形成与发展

(一) 针具发展的历史沿革

砭石(旧石器时代)→骨针(山顶洞人文化时期)→竹针(年代不详)→陶针(仰韶文化时期)→青铜针(夏、商、周时代)→铁针(春秋时代)→金针、银针(汉代)→不锈钢针(现代)→现代针具[电针仪(1934年),穴位离子导入治疗仪(1959年),穴位磁疗仪(20世纪60年代),激光穴位治疗仪(1974年),经络导频治疗仪(20世纪70年代),超声波治疗仪(20世纪70年代),微波治疗仪(20世纪70年代),灸疗仪(20世纪70年代)等]。

(二) 刺法发展的历史沿革

砭石刺病(旧石器时代)→九刺、十二刺、五刺等刺法,多种补泻手法(《内经》)→左右手配合行针(《难经》)→子午流注针法(金元时代)→针刺十四法(《针经指南》)→催气手法(《神应经》)、复式补泻手法(《金针赋》)→“刺有大小”、“大补大泻”、“平补平泻”等(《针灸大成》)→多种现代刺法。

(三) 灸法发展的历史沿革

火的应用“灸法的萌芽”(年代不详)→艾灸(先秦时代)灸法与针刺、药物举重,灸法的主治范围和作用性质初步明确(《内经》)→禁灸、误灸的记载、艾炷大小与疗效关系和灸治取穴法(《小品方》),急症用灸、多种灸法的记述(《肘后备急方》)→针灸与药物并用,保健灸法(《千金要方》),艾炷灸壮数因病因部位而宜的提出(《外台秘要》)→艾炷大灸(《扁鹊心书》)→发泡灸(《针灸资生经》)→艾条灸(《寿域神方》),太乙神针等实按灸(《太乙神针》)→艾条灸之悬起灸(《温热论》)→灸盏灸(《灸法秘传》)→现代多种灸法。



综合测试题

2

- 九针首载于
 - 《内经》
 - 《难经》
 - 《针灸大成》
 - 《金针赋》
- 在《金针赋》首次提出的补泻手法是
 - 开阖补泻
 - 提插补泻
 - 呼吸补泻
 - 复式补泻(烧山火、透天凉)
- 刺法研究的主要内容是
 - 针治部位
 - 针法
 - 针具
 - 以上都不是
- 以温热刺激和药性作用为主的刺灸法是
 - 火针
 - 艾灸
 - 毫针
 - 三棱针
- 首先提出“刺有大小”的是
 - 《金针赋》
 - 《针灸大成》
 - 《千金要方》
 - 《针经指南》
- 《扁鹊心书》为何人所著
 - 窦材
 - 窦汉卿
 - 扁鹊
 - 孙思邈
- 有专门施灸的医生,称为“灸师”,起于何代
 - 清代
 - 明代
 - 唐代
 - 汉代

- 刺法的研究内容包括

- A. 针具 B. 针法 C. 针治部位 D. 灸材 E. 以上都不是
2. 刺法灸法学的内容主要包括
- A. 针刺技术 B. 灸法技术
- C. 耳针、头皮针、腕踝针 D. 腧穴特种治疗技术
- E. 以上都不是
3. 以下哪些属于九针
- A. 锋针 B. 圆针 C. 毫针 D. 雷火针 E. 长针
4. 以下哪些不是针
- A. 毫针 B. 圆利针 C. 大针 D. 太乙针 E. 雷火针

填空题

1. 灸法的研究内容为 (1)、(2) 或 (3)。灸法研究主要侧重于 (4) 方法(包括发泡疗法),其研究带动了中药作为灸材的相关研究。
2. 针刺手法,包括 (1)、(2)、(3) 和各种相应的单式、复式手法。
3. 灸法技术由 (1) 和 (2) 两部分组成。

名词解释

刺法灸法学

简答题

1. 简述刺法发展的历史沿革。
2. 简述灸法发展的历史沿革。
3. 试述刺灸法在针灸学术中的地位。

题解

单项选择题

1. A 2. D 3. B 4. B 5. B 6. A 7. C

多项选择题

1. ABC 2. ABCD 3. ABCE 4. DE

填空题

1. (1)灸材 (2)灸法 (3)灸治部位 (4)中药穴位敷贴 2. (1)得气法 (2)行气法
(3)补泻法 3. (1)艾灸法 (2)非艾灸法

名词解释

刺法灸法学,是研究以防治疾病为目的多种针灸方法和操作技术及作用原理的一门学科。刺灸法主要阐述刺法、灸法等的基本知识及其具体操作技术,为针灸临床所必须掌握的内容。

简答题

1. 见知识点精析之刺法发展的历史沿革。
2. 见知识点精析之灸法发展的历史沿革。
3. 见知识点精析之刺法灸法学的特点。



第二章 毫针基本操作技术



重点难点提示

1. 重点:

- (1) 毫针结构和规格及其临床意义。
- (2) 患者体位的选择及其临床应用。
- (3) 持针手法及要领。
- (4) “押手”的临床运用。
- (5) 导气法和平补平泻法的操作要领及应用。
- (6) 留针、出针的操作、临床应用和注意要点。

2. 难点:

- (1) 练意、练气。
- (2) 指力的练习。
- (3) 常用的进针手法及应用和练习。
- (4) 针刺的角度、方向、深度及临床运用。
- (5) 提插法和捻转法的操作要领及应用。



知识点精析

一、毫针的结构和规格

目前临床使用的不锈钢毫针是在古代九针的基础上发展起来,在结构和规格上渐趋精巧。熟悉毫针结构和规格,一方面便于毫针的检查,另一方面便于临床应用时选用适宜的毫针,以提高疗效。临床上应根据患者不同病种、不同体质选用不同规格的毫针,因为不同规格的针具,会影响针刺得气感应、刺激量以及针刺深度等,会直接影响临床疗效。如贺普仁的“三通法”即是根据临床实际情况选用不同规格的针具及刺法以提高疗效的代表。

(一) 毫针的结构

毫针的结构分为5个部分,判断毫针的质量关键部位是针尖、针身、针根3部分(表2-1)。

表 2-1 毫针构造与质量要求

毫针结构	质量要求
针尖	端正不偏,光洁,尖中带圆,圆而不钝,形如“松针”
针身	光滑挺直,坚韧有弹性
针根	牢固,无锈斑、伤痕
针柄	牢固无松动,长短粗细适宜
针尾	整洁,无松散

（二）毫针新旧规格对照

毫针的规格就是毫针的粗细和长短,对于毫针的直径“号”数及长度“寸”数与对应的新规格的“毫米”数,做到换算熟练,特别是1~2寸、28~32号针的新规格。

不同规格的毫针刺,对穴位的刺激也不同,一般来讲,粗针刺激强,细针刺刺激弱。临床上对不同的病种、不同证型、不同体质患者均要选择不同规格的毫针。目前,由于对针刺的不了解或恐惧,针灸师为迎合患者,临床有用针越来越细的趋势,这是值得引起注意的。中医学的特色是辨证论治,那么针灸临床就要辨证选穴、辨证选针。

（三）毫针的质地

目前常用的毫针是不锈钢材质的,也有其他的合金材料或金、银等金属制作的毫针。在一般情况下,不同材料的毫针针刺疗效无太大差别,但在做温针灸时,由于不同的金属材料的导热性的不同,金、银针的导热性较佳,适用于风寒湿痹证的温针灸治疗。

生产针灸针的厂家多数集中在苏、沪一带,其中“华佗”、“佳辰”等牌针灸针临床应用较多。另外,陕西的“三元”磁极针灸针临床有一定的特殊作用。

二、毫针操作基本功

练针是掌握针刺技术的最重要的基本功之一。练针包括练意、练气、练神,指力的练习,持针法,基本行针手法及其协调性练习。

（一）练针姿势

正确的练针姿势对初学者十分重要,常用的练针姿势有坐位和站位两种姿势。

1. 坐位:坐位练针,两脚平放,自然坐在椅子上,沉肩垂肘,肘部稍离桌面,上身适度前倾,注意调整呼吸,意守丹田。常见的错误姿势有:坐姿歪斜、搁起“二郎腿”、肘部紧靠桌面、意念不集中。

2. 站位:站位练针,两脚分站与肩平,最好取半马步站姿,沉肩垂肘,上身适度前倾,注意调整呼吸,意守丹田。常见的错误姿势有:姿势歪斜、肘腕部位置不协调、意念不集中。

（二）关于练神

古代医家十分重视练针时意、气、神的锻炼,强调针灸医生必须练功。我们主张针灸操作者平素应进行一定的气功锻炼,如静坐呼吸法等内养功或太极拳等以积聚丹田之气。练针时可进行守神练气法、运气练针法、意气运针法等练习。这样才有利于针灸操作时守神、治神,从而提高临床疗效。

（三）指力的练习

毫针细软,操作者需要一定的指力和熟练的技巧,才能做到进针自如,防止弯针,减少疼痛。所谓指力,即是身体之力经过肩、肘、腕关节及手指,通过针身到达针尖的力量和用力技巧的协调性,具有用力大小和用力技巧两个方面,缺一不可。用力大小包括手指的力量和手腕的力量,持针靠手指的力量,进针靠手腕的力量,结合肩、肘、腕关节及手指等协调配合才能操作灵活自如。良好的指力可以通过操作者体质包括气功的锻炼、保持正确的练针姿势以及手指力量的锻炼如十指对抗力量练习等获得。

（四）练针的方法

1. 纸垫练针法:纸垫练针法是毫针练法的第一步,其目的在于通过在纸垫上的练习,具备一定的指力,掌握手法的基本功。

纸垫练针初时可用1.0~1.5寸*

短毫针,指力加强后可改用2.0~3.0寸毫针练习。还应进行双手行针练习,以适应临床持续运

*按记载古代九针的使用年代不应晚于汉代,根据吴承洛《中国度量衡史》周代1寸 \approx 1.99cm,秦、西汉1寸 \approx 2.77cm,东汉1寸 \approx 2.30cm。本书后指针长寸数均同此义。

针需要。

(1) 进针指力练习:一手平执纸垫,一手如执笔式持针,使针尖垂直抵于纸垫上,拇、食、中三指前后交替捻动针柄,来回刺入纸垫内,同时手指向下渐加压力,刺透纸垫,再捻动退针另换一处如前再刺。目标:练至针身可垂直刺入纸垫,并保持针身不弯、不摇摆、进退深浅自如。

(2) 捻转练习:将针刺入纸垫,拇指与食、中两指前后交替捻转针柄。目标:捻转角度均匀,运用灵活,快慢自如,一般每分钟捻转可达 150 次左右。

2. 棉团练针法:棉团练针法与纸垫练针法一样,是毫针练法的第一步,其目的在于通过在棉团上的练习,具备一定的指力,掌握手法的基本功。

(1) 提插练习:以执毛笔式持针,将针刺入棉团,在原处作上提下插的动作。目标:深浅适宜,幅度均匀,针身垂直。

(2) 提插捻转配合练习:在提插练习基础上,将提插与捻转动作配合练习。目标:提插幅度上下一致,捻转角度来回一致,操作频率快慢一致,动作协调、得心应手、运用自如、手法熟练。

3. 自身练针法:自身练针法是毫针练针法的第二步。通过纸垫、棉团练针掌握一定指力和手法后,可在自身四肢肌肉较丰厚处试针练习,仔细体会持针手指的感觉和受刺部位的感觉,自己的指力,进针、手法与得气的关系。目标:逐渐做到进针无痛或微痛,针身挺直不弯,刺入顺利,提插、捻转行针自如,指力均匀,手法熟练。亲身体会不同穴位,不同针刺深度的针感。

4. 相互练针法:相互练针法是毫针练针法的第三步。

在自身练习比较成熟的基础上,学生之间按照规范操作方法,模拟临床相互交替试针练习。练习内容同“自身练针法”。目标:手法熟练,实际操作心中有数。

练针是一个长期实践的过程,要持之以恒,可以说是“活到老,练到老”的事。另外针刺练习也要有一个循序渐进的过程,可先在纸垫、棉团进行基础练习,再过渡到人体穴位练习,不可操之过急,同时,多观摩或请教针灸名家的手法和经验也是一条行之有效的途径。

三、针刺前的准备

该部分内容包括针具的准备和选择、患者体位的选择、穴位的选定及消毒。

(一) 针具的准备和选择

毫针的规格以针身的长短和针身的粗细来分。临床应根据病人的性别、年龄、形体的胖瘦高矮、体质的强弱、病情之虚实、病变部位的深浅、所取腧穴的部位等,选择不同长短、不同粗细规格的针具。一般的原则是:头面部、肌肉浅薄处穴位以及体质较弱者或初次针刺者多选用短针、细针;臀部、腿部肌肉丰厚处穴位以及体质壮实者多选用长针、粗针。

(二) 患者体位的选择

医生要根据疾病的诊断、处方中所选腧穴的部位来确定患者的体位,体位的选择基本要求是:①便于正确取穴;②便于正确操作;③便于患者长久留针而不至于疲劳或感到痛苦。常用的体位见表 2-2。

另外,四肢部穴位根据其取穴要求应在适当的体位下取穴,如取上肢掌侧腧穴,可以掌心向前或向上。还有某些腧穴需要特定的体位才能取准,如曲池、养老等穴。

(三) 穴位的选择和定穴

医者根据疾病的诊断,开列穴位处方,定穴。腧穴的揣定,首先要具备扎实的经络腧穴基本功,特别是腧穴在人体位置的立体感的体会。在取穴时,医者以手指对腧穴进行揣摸、按压等,特别位于骨缝或酸胀感明显的穴位点,以确定取穴的正确与否。常用的揣穴方法见表 2-3。

表 2-2 常用体位及应用

体位	卧位			坐位		
	仰卧位	侧卧位	俯卧位	仰靠坐位	侧伏坐位	俯伏坐位
临床应用	针刺前头、面、颈、胸、腹、上肢掌侧、下肢前面及两侧、手足等部位的腧穴	针刺侧头、侧胸、侧腹、臀部及下肢外侧等部位的腧穴	针刺后头、项、肩背、腰骶及下肢后面和两侧等部位的腧穴	针刺前头、面、颈和胸上部、上、下肢前面及两侧等部位的腧穴	针刺侧头、颈部等部位的腧穴	针刺头顶、后头、项部、肩背等部位的腧穴

表 2-3 常用的揣穴方法

名称	操作	应用
指切揣穴法	左手拇指指甲用力掐压穴位	固定穴位,减轻疼痛
按压揣穴法	左手五指并拢或分开下压,将肌肉压平以定穴	肌肉松弛处,防止移位
分拨揣穴法	左手指向前后或左右推拨肌腱、血管等定穴	用于肌腱、血管附近
旋转揣穴法	将患者有关部位旋转,便于穴位暴露	穴位被骨骼、肌腱、血管覆盖时
滚摇揣穴法	左手拇指指住穴位,右手活动患者关节,左右或上下滚摇,使关节松弛以定穴	关节处穴位
升降揣穴法	右手活动患者关节,上下牵拉抖动,使关节松弛以定穴	关节处穴位
滚摇升降揣穴法	右手活动患者关节,上下左右旋转牵拉,并推拨穴位周围组织以定穴	关节、肌腱处穴位

(四) 针刺前的消毒

针具和穴位皮肤的消毒是针灸过程中不可缺少的一个环节,应严格高压消毒灭菌操作规范,杜绝仅用酒精搽拭消毒,而且医者手指皮肤的消毒不容忽视。在针灸临床操作过程中,注意操作的无菌概念,特别是操作者的持针姿势,手指的针体接触尤其要注意,在患者卫生意识日益提高的情况下,主张提倡“一人一套针”或使用一次性针灸针。

四、毫针基本操作技术

毫针基本操作技术包括针刺操作基本过程中的各种操作方法,包括持针、进针、行针、留针等操作,重点在于掌握进针、行针过程的基本操作方法练习和临床应用。

(一) 持针法

常用的持针法有两指持针法和多指持针法,可以根据操作者本人手指用力习惯和针具的规格灵活选择合适的持针法。各种持针法见表 2-4。

表 2-4 常用的持针法及应用

持针法	操作	应用
两指持针法(图 2-1)	拇指、食指指腹捏住针柄持针	1 寸以下短针
三指持针法(图 2-2, 图 2-3)	拇指、食指、中指同时指腹捏住针柄持针	1~3 寸针
四指持针法(图 2-4)	拇、食、中指指腹捏住针柄,无名指抵住针身持针	长针
持针身法(图 2-5)	拇指、食指将一消毒干棉球裹住针身近针尖处,用力将针刺入	长针
双手持针法(图 2-6)	右拇指、食、中指捏住针柄,左手固定针身近尖处,用力将针刺入	长针、芒针

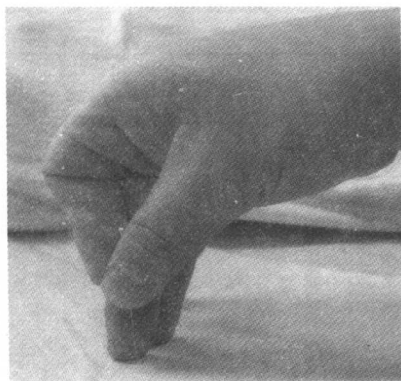


图 2-1 两指持针法



图 2-2 三指持针法



图 2-3 三指持针法

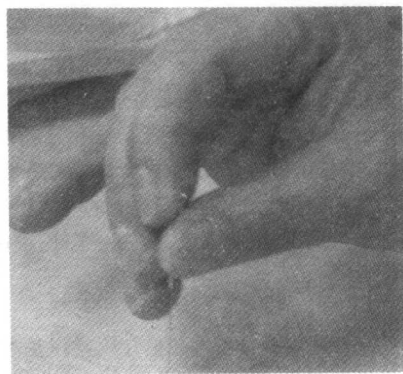


图 2-4 四指持针法

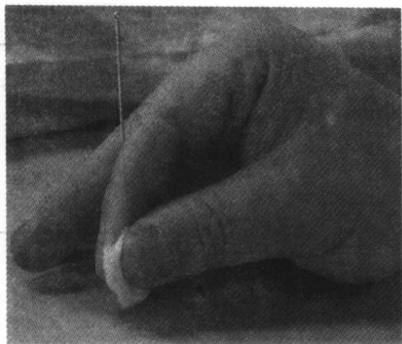


图 2-5 持针身法

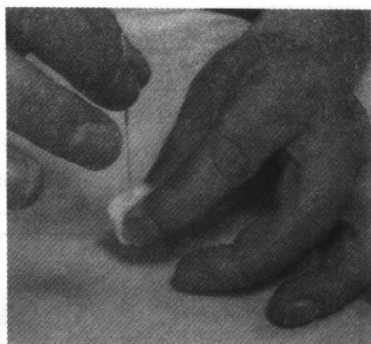


图 2-6 双手持针法

(二) 重视“押手”的作用

《难经·七十八难》所说：“知为针者信其左，不知为针者信其右”。《标幽赋》又说：“左手重而多按，欲令气散；右手轻而徐入，不痛之因”。都说明针刺操作中刺手和押手配合协作的重要性。

“刺手”的作用：主要是掌握毫针，进针时将臂、腕、指之力集于刺手，使针尖快速透入皮肤，然后行针。

“押手”的作用：准确定穴，辅助进针，减轻进针疼痛，辨别针刺得气及控制得气感应的强弱和方向，协助刺手控制针刺方向和深浅，减轻组织损伤和意外情况的发生。

进针时，刺手与押手配合得当，动作协调，可以减轻痛感，行针顺利，并能调整和加强针感，提高治疗效果。

(三) 常用的进针手法

进针是针具刺透皮肤达到穴位深层的过程，是检验针刺施术基本技能的第一关。要求：迅速、准确，无痛或微痛。常用的进针法有(表 2-5)：

表 2-5 常用针法及应用

进针名称	操作要点	临床应用
双手进针法		
单手进针法 (图 2-7)	右手拇指、食指持针，中指紧靠穴位，用力下插时，中指屈曲，将针刺入	1 寸以下短针
爪切进针法 (图 2-8)	左手拇指或食指指甲掐压穴位，针尖沿指甲缘刺入	多用于短针进针
夹持进针法 (图 2-9)	左手拇、食指将一消毒干棉球裹住针身近针尖处，右手持针柄，用力将针刺入	适用于 3 寸以上长针进针
舒张进针法 (图 2-10)	左手五指平伸，食、中指分置于穴位两旁以绷紧皮肤，在左手食、中指间进针	皮肤松弛部位或长针深刺法
提捏进针法 (图 2-11)	左手拇、食指将穴位皮肤轻轻提捏起，右手从提起部上端进针	皮肤浅薄部位(如印堂、列缺)的进针
管针进针法 (图 2-12)	将针装入特制的管子，在针柄处快速弹击，将针刺入	基本无痛，适用于惧针者
快速进针法		
插入速刺法 (图 2-13)	右手拇、食指将一消毒干棉球裹住针身近针尖处，用力将针刺入	所有毫针
弹入速刺法 (图 2-14)	左手拇、食指将一消毒干棉球裹住针身近针尖处，右手指弹击针柄，将针弹入	2 寸以下毫针

续表

进针名称	操作要点	临床应用
缓慢进针法	左手爪切穴位,右手持针边用力边缓慢捻转,将针捻入皮肤	穴位皮肤下有血管等部位
压针缓进法	右手拇指、食指持针,中指指腹抵住针体,用指力缓慢地将针刺入	眼周穴位及天突穴等

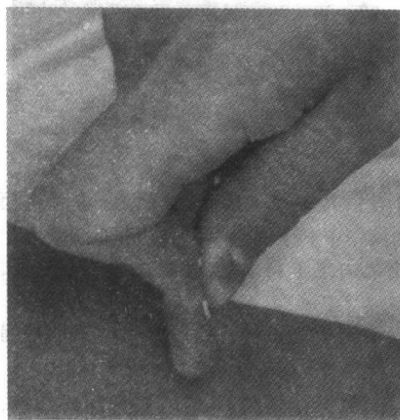


图 2-7 单手进针法



图 2-8 爪切进针法

1. 单手进针法:多用于 1 寸以下毫针的进针。

2. 双手进针法:左右双手密切配合,动作协调,使行针顺利,减轻疼痛,并能调整和加强针感,提高治疗效果。刺手:持针的右手称刺手,主要作用是掌握毫针,进针时集中臂、腕、指力迅速进针。押手:按压穴位局部辅助操作的左手称押手,主要作用是固定穴位,使毫针准确刺入穴位,并使长针针身有所依靠,不致摇晃弯曲。常用的双手进针法有:爪切进针法、夹持进针法、舒张进针法、提捏进针法四种。

3. 其他进针法:快速进针法及缓慢进针法。

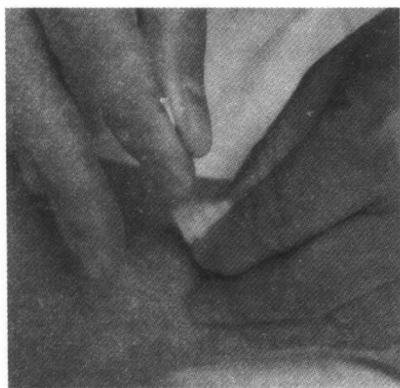


图 2-9 夹持进针法



图 2-10 舒张进针法