

家庭实用版

A

常见病 的针灸治疗

cupuncture and moxibustion



赖新生 陈兴华 等 编著

杜同仿 高汉森 编审



P
U
N
C
T
U
R
E

A
N
D

M
O
X
I
B
U
S
T
I
O
N

A

常见病 的针灸治疗

acupuncture and moxibustion



赖新生 陈兴华 陈振虎 编著
杜同仿 高汉森 编审

广东旅游出版社

图书在版编目(CIP)数据

常见病的针灸治疗/赖新生等编著. —广州:广东旅游出版社,
2002.7
(中西医诊疗与调养系列丛书)
ISBN 7-80653-335-4

I. 常... II. 赖... III. 常见 - 针灸治疗
VI. R246

中国版本图书馆CIP数据核字(2002)第046440号

常见病中西医诊疗与调养系列丛书编委会

主 任: 杜同仿

副主任: 高汉森

编 委: (按姓氏笔画排列)

丘勇超 冯金英 邝卫红 刘小斌 刘友章 李政木 全世建 杜同仿
杜晓红 何国梁 余杨桂 肖旭腾 吴玉生 周福生 冼绍祥 杨启琪
钟嘉熙 高汉森 梁直英 黄兆胜 谢桂权 赖新生 潘 毅

中西医诊疗与调养系列丛书 常见病的针灸治疗

*

编著: 赖新生 陈兴华 陈振虎

编审: 杜同仿 高汉森

策划: 林 德

责任编辑: 洪振快 张 懿

装帧设计: 天富恒

广东旅游出版社出版发行

(广州市中山一路30号之一 邮编: 510600)

中山市新华印刷厂有限公司印刷

(广东省中山市火炬开发区逸仙大道)

850×1168毫米 大32开 10.25印张 185千字

2002年7月第1版 2002年7月第1次印刷

印数: 1-10000册

书号: ISBN 7-80653-335-4/R·31

定价: 20.00 元

版权所有, 翻印必究





前 言

随着现代医药科学的迅速发展,人类与疾病斗争的方法与手段越来越先进,不少曾经严重威胁着人类生命的烈性传染病得到有效的控制。然而,就在人类不断取得与致病性细菌斗争胜利的同时,由于生态环境的改变,以及生活、饮食的改变,酿生了不少新的疾病,或是使许多原来不甚多发的疾病迅速蔓延开来。因此,时至今日,人类生命的主要威胁已由原来的各种急性传染疾病逐渐让位于因人类不良生活习惯及生态环境破坏所导致的疾病。这一新的变化给现代的预防及医疗卫生工作提出了新的课题。

如何有效控制现代高发疾病的发病率及病死、病残率,是当今每一位医药卫生工作者义不容辞的责任。然而,对许多现代疾病的防治,仅仅靠医药工作者努力是远远不够的,还必须让广大人民群众加入到与疾病斗争的行列,自觉地预防疾病,控制疾病的发生与发展,这样才能更好地控制疾病的发病率及病死率、病残率。为此,就必须切实加强了对广大人民群众医药卫生的宣传教育工作,在广大群众中普及医药卫生基本知识,让群众了解常见病、多发病一般发病规律、防治与调养的基本常识等。这样,就有可能使未发病的健康人群自觉地进行预防,以降低发病率;也使已患有某些疾病的人群懂得如何主动配合医生进行治疗与调养,防止疾病进一步恶化发展,加速康复痊愈过程,从而有效降低病死率与病残率。因此,社会越是发展,经济生活水平越是提高,就越是需要广大人民群众掌握必要的医药卫生基本知识,自觉地加强自我防护,使预防为主、群防群治的工作真正落到实处。只有这样,才能使人民群众的健康水平伴随着社会的发展、文明的进步而不断提高。

为了帮助广大人民群众掌握常见病、多发病的基本知识,应广东旅游出版社之邀,依上述之宗旨,我们组织编写了“常见病中西医诊疗与调养系列丛书”。本系列丛书包括冠心病、肝病、支气管炎与哮喘病、肾脏病、胃病、风湿病、高血压病、心力衰竭与心律失常、糖尿病、血液病、甲状腺病、中风病、神经官能症、肥胖病脂肪肝与高脂





血症、结肠病、结核病、常见肌肉疾病、男性功能障碍、妇科病、常见儿科病、常见肿瘤病、常见老年病、常见皮肤病、常见眼科病、常见耳鼻喉病等。分别扼要介绍其发病规律、中西医诊断治疗常识，以及调养康复的基本原则与方法，预防的主要措施等；还着重介绍了饮食疗法，中医药治疗的各种经验方，以及常用的中药、中成药和西药。同时还专篇介绍常见病的针灸及推拿按摩疗法。本丛书行文力求深入浅出，通俗易懂，使一般读者都能通过本套丛书了解某些疾病防治调养的基本常识，懂得如何自我防护、自我调养。同时，亦可供基层医生及一般住院医师阅读参考。

本丛书各分册的主编大都是我校的专家、教授，他们都有较高的学术水平和丰富的临床经验，都曾主持或参加过部级或省市级科研工作，在各自的领域中对某些病症的诊疗都有良好的自己的特色和前沿知识，因此，我们相信，本丛书能给读者带来一定帮助。当然，由于时间仓促及科技的发展，本丛书还会有不足之处，敬请广大同道及读者批评指正。

杜同仿 高汉森
于广州中医药大学





序

传说伏羲氏制九针、神农氏尝百草，远古的神州华夏因之有了针灸医学与中医中药学的发端。当然，这只是一种通俗的说法。实际上，针灸疗法是劳动人民在与疾病的长期斗争中的临床实践与智慧的结晶，是一种伟大的发明。几千年来，它为中华民族的繁衍昌盛作出了巨大的贡献。对于先人留给我们的这一份宝贵的遗产，我们理当继承并使之发扬光大，为广大民众的健康和幸福发挥更大的作用。

作为一种独特的医疗技术，针灸通过对人体体表穴位的刺激，进行整体调节，从而达到医疗和保健的作用，具有安全、有效、适应范围广、无副作用等特点。近代以来，特别是经过近代中医和现代医学的有机结合，针灸疗法得到了长足的发展。目前，针灸疗法已经在全球一百多个国家得到推广使用。在西方发达国家，针灸已被逐渐纳入其医疗体系之中，成为现代医学的一个重要组成部分。

去年“9.11”之前，我应美国东西方医学部的邀请去作针灸学术演讲，在近二个月的交流中，我在思考美国文化模式和比较东西方文化差异的同时，惊异地看到，作为自然疗法的针灸学普遍被美国的各个阶层人士接受，他们接受针灸治疗的人数趋增、学习和研究针灸的意愿提高，以往的疑虑被热情所取代。看到这一可喜的状况，我既为针灸学感到自豪，同时也感到要真正普及针灸、使针灸走向世界是这样的任重道远。随着中国加入WTO，针灸医学的交流和发展必然更具实质性和现实性，同时，针灸学规范化、现代化、国际化的紧迫性也更形突出。基于这一认识，我们编撰此书，为普及针灸医学略尽一己之力。

本书在编撰上突出中国传统针灸学的基本理论，着眼于临床疗效，以针灸的普及为宗旨，实为居家旅行、劳动和生活中的大众健康保健需求而撰写。文字力求浅显，方法力求简单有效。内容不仅包括针灸治疗的基本知识、基础理论、基本规律和基本技术技能训练，还配有近百幅插图，力求做到通俗易懂，有较强的可读性。具体内容分为上、中、下三篇。上篇为总论部分，介绍了针灸的发展简史、经络、





常用腧穴的定位、主治、功用、针法、灸法，及临证时的治疗原则、辨证论治纲要和选穴。中篇为各论部分，列出了100余种临床常见，针灸治疗有一定疗效的疾病。内容包括每一疾病的概述、病因病机、辨证施治、其他针灸法、预后与调养等。为了适应临床需要，各科病证均以现代医学的病名列出，并于概述中说明与之相对应的中医病证。下篇为预防保健部分，介绍了常用的保健灸法及针灸治病的秘方、验方选要。

本书的完成，首先得感谢我的二位研究生，即陈兴华副教授和陈振虎主治医生，在他们的通力合作下得以短时间内完成。若有不妥之处，敬请读者批评指正！

进入新的21世纪，古老的针灸仍透过历史的尘埃闪闪发光，我们祈愿针灸学为人类的健康保健与时俱进，作出更大的贡献！

赖新生

2002年4月于广州中医药大学



目 录

上篇 总论

第一章 概述	(10)
第一节 针灸简史	(10)
第二节 针灸疗法的保健治疗作用	(12)
第二章 经络	(16)
第一节 经络系统的组成	(16)
第二节 十二经脉	(16)
第三节 奇经八脉	(28)
第四节 经络的临床应用	(32)
第三章 腧穴	(33)
第一节 腧穴的定位方法	(33)
第二节 腧穴的治疗作用	(36)
第三节 特定穴	(37)
第四节 常用腧穴	(39)
第四章 针法和灸法	(68)
第一节 毫针刺法	(68)
第二节 灸法	(79)
第三节 其他针法	(83)
第五章 针灸治疗原则与选穴方法	(102)
第一节 针灸治疗原则	(102)
第二节 针灸辨治纲要	(105)
第三节 针灸选穴、配穴方法	(116)

中篇 各论

第一章 内科常见病证的针灸治疗	(120)
-----------------	-------



第一节	感冒	(120)
第二节	支气管炎	(121)
第三节	支气管哮喘	(123)
第四节	心绞痛	(125)
第五节	阵发性心动过速	(126)
第六节	高血压病	(128)
第七节	血管性偏头痛	(129)
第八节	胃脘痛	(131)
第九节	腹痛	(133)
第十节	胃下垂	(134)
第十一节	神经性呕吐	(136)
第十二节	膈肌痉挛	(137)
第十三节	急性胃肠炎	(139)
第十四节	慢性结肠炎	(141)
第十五节	细菌性痢疾	(142)
第十六节	便秘	(144)
第十七节	尿失禁	(145)
第十八节	尿潴留	(146)
第十九节	男子性功能障碍	(148)
第二十节	糖尿病	(149)
第二十一节	甲状腺机能亢进	(151)
第二十二节	高脂血症	(153)
第二十三节	晕厥	(154)
第二十四节	中暑	(156)
第二十五节	神经衰弱	(157)
第二十六节	中风偏瘫	(159)
第二十七节	癫痫	(161)
第二十八节	面肌痉挛	(163)
第二十九节	面神经麻痹	(164)
第三十节	三叉神经痛	(166)



第三十一节	肋间神经痛	(167)
第三十二节	急性脊髓炎后遗症	(169)
第三十三节	白细胞减少症	(172)
第二章	骨科常见病证的针灸治疗	(174)
第一节	脑震荡后遗症	(174)
第二节	颈椎病	(175)
第三节	颈性眩晕	(177)
第四节	落枕	(178)
第五节	肩关节周围炎	(180)
第六节	腰痛	(181)
第七节	腰椎间盘突出症	(183)
第八节	坐骨神经痛	(185)
第九节	外伤性截瘫	(187)
第十节	腓神经麻痹	(188)
第十一节	膝关节退行性关节炎	(189)
第十二节	踝关节扭伤	(190)
第十三节	风湿性关节炎	(191)
第十四节	类风湿性关节炎	(193)
第十五节	强直性脊椎炎	(195)
第三章	妇科常见病证的针灸治疗	(198)
第一节	痛经	(198)
第二节	闭经	(199)
第三节	月经不调	(201)
第四节	经前期紧张综合征	(202)
第五节	更年期综合征	(203)
第六节	功能性子宫出血	(205)
第七节	子宫脱垂	(208)
第八节	慢性盆腔炎	(209)
第九节	乳腺增生	(211)
第十节	不孕症	(213)





第十一节	妊娠呕吐	(214)
第十二节	胎位不正	(216)
第十三节	滞产	(217)
第十四节	缺乳	(219)
第十五节	产后排尿异常	(220)
第四章	儿科常见病证的针灸治疗	(222)
第一节	小儿遗尿	(222)
第二节	小儿营养不良	(224)
第三节	婴幼儿腹泻	(226)
第四节	蛔虫病	(228)
第五节	高热惊厥	(229)
第六节	小儿智能落后	(233)
第七节	小儿多动症	(233)
第五章	五官科常见病证的针灸治疗	(235)
第一节	过敏性鼻炎	(235)
第二节	急、慢性鼻炎	(236)
第三节	牙痛	(239)
第四节	近视	(240)
第五节	斜视	(242)
第六节	视神经炎	(244)
第七节	麦粒肿	(245)
第八节	聋哑	(247)
第九节	耳鸣、耳聋	(250)
第十节	耳源性眩晕	(251)
第十一节	急性扁桃体炎	(253)
第十二节	急性咽炎	(255)
第十三节	慢性咽炎	(256)
第十四节	急性喉炎	(258)
第十五节	慢性喉炎	(259)
第十六节	声带麻痹	(261)



第十七节 口腔溃疡	(262)
第十八节 颞、下颌关节功能紊乱	(264)
第六章 外科、皮肤科及其他病证的针灸治疗	(266)
第一节 急性阑尾炎	(266)
第二节 急性乳腺炎	(267)
第三节 痔疮	(269)
第四节 带状疱疹	(271)
第五节 丹毒	(272)
第六节 疔疮	(274)
第七节 鸡眼	(275)
第八节 神经性皮炎	(277)
第九节 皮肤瘙痒证	(279)
第十节 荨麻疹	(281)
第十一节 湿疹	(283)
第十二节 斑秃	(285)
第十三节 痤疮	(286)
第十四节 酒渣鼻	(287)
第十五节 扁平疣	(289)
第十六节 黄褐斑	(290)
第十七节 冻疮	(292)
第十八节 戒烟	(294)
第十九节 减肥	(295)

下篇 预防保健

第一章 保健灸法	(297)
第二章 针灸秘方验方精选	(302)
附录 主要参考书目	(326)



中国医学史话

上篇 总论

第一章 概述

针灸学是以中医理论为指导,继承和发扬古代针灸学术思想和宝贵实践经验,运用传统与现代科学技术来研究经络、腧穴、操作技能、治疗法则、作用机制及防治疾病的一门学科。因其具有适应证广、疗效明显、操作方便、经济安全等优点,为人类的健康起了重大的作用。

第一节 针灸简史

针灸医学是祖国医学的重要组成部分,它对中华民族的繁衍昌盛起到了巨大的作用,对世界医学也有很大的贡献。这门医学科学是我们的祖先在劳动中发明创造出来的。针与灸,是两种不同的治疗方法,它们作用的部位都是经络、腧穴,既可以单独使用,也可以配合应用。一般习惯上把它们相提并论,总称针灸。针法起源于新石器时代,大约在5000年前就为人们所掌握了,那时候用的是石针,所以叫作“砭石”。至于灸法的发明则更早,大约是在人类会利用火之后逐渐产生的。总之,不论灸法、针法都比汤药要早得多。

远在公元前3世纪左右,针灸就有系统的文字记载了。在《黄帝内经·灵枢》上,就已经详细阐述了经络、腧穴等针灸理论基础。此后历代都有所发展,针灸名家代有传人,战国时期的扁鹊,后汉三国的华佗,晋代的皇甫谧,唐代的孙思邈,宋代的王惟一,明代的杨继洲,都是当时的名医,且擅长针灸技术。他们有的留有许多生动的治验故事,传为医林佳话;有的留有成套的针灸著作,迄今仍然有很大的实用价值。

这门学术发展到唐代已成为专科。当时太医署里设有针博士、针





师。到公元1027年的宋仁宗时代，铸成铜人，作为考试和点穴之用，开世界模型教学之先声。

这种疗法具有易学、经济节约、安全速效、治病范围广等特点，深受民众欢迎，历朝历代在民间广泛应用。可是到了清代，由于封建思想特别浓厚，当时的上层人物认为针灸的时候要宽衣解带，赤身露体，非奉君之道，竟于道光二年（1822年）下令在太医院取消了针灸科。这样一来，这门学术的发展就受到了影响。可是在民间却受广大劳动人民的喜爱，所以一直传留下来了。

解放前，统治者根本不关心人民的疾苦，再加上崇洋媚外、“民族虚无主义”以及“中医不科学”等错误思想的影响，对祖国的文化遗产横加摧残，甚至于1929年要下令取缔中医，所以这门有效的医疗方法几乎被取消。在这一段时期内，形成了湮没不彰、守旧不前的局面。此时，中医界有志之士纷纷奋起，据理力争，保护国粹。如江苏澄江承淡安氏，继承家传，擅长针灸，热心提倡，私人成立中国针灸学研究社，首创中国针灸专门学校，开办针灸疗养院，大力著述和培养人材，编辑《针灸杂志》、《针灸医学》57期，曾东渡扶桑考察针灸医学，向全国及海外传播，成效颇著。

解放后，党和国家非常关心人民的健康事业，号召继承和发扬祖国医学遗产，针灸医学才得到空前的发展。我国除各中医院校设有针灸课或针灸系以外，还受世界卫生组织委托成立了国际针灸进修学院，专门招收国外学员，有许多专家、博士、医师来我国学习针灸，目前已举办数十期。解放后30年来发表的针灸文章已达一万多篇，发行的针灸图书有几百种。

在北齐清河元年（562年），我国的针灸疗法就传到日本，1400多年来，日本人民一直在广泛使用，而且结合现代医学对针灸进行了大量的科学研究。日本现有针灸专科学校47所，还有两所针灸大学，全国约有5万多名针灸医师和不少学术团体，发行了许多汉方医学和针灸刊物。

据有关文献记载，公元541年中国医学传到朝鲜。他们历代都是以汉方针灸医学来防治疾病。1956年朝鲜民主主义人民共和国保健部





通令全国卫生工作者，要重视汉方、汉药的研究，并派留学生来我国学习。

300多年前中国医学又相继传到了欧美等国。20世纪初以来，许多国家都使用了中国的针灸。美国于1947年6月9日召开全美医业联合大会，各地医师代表1500名，专门讨论了中国针术。旧金山中医院成立后，也特设针灸治疗专科，到现在，他们发行《针刺法杂志》已有多年了。国外从1973年到1981年世界性的针灸会议就开过20次之多。

由此可见，针灸发展到现代已成为世界医学重要内容。经统计，目前有一百多个国家提倡针灸治疗。

第二节 针灸疗法的保健治疗作用

针灸包括针刺和灸法，它是用各种针具或灸火的热力刺激人体的穴位，达到强身保健、治疗疾病目的的方法。千百年来，我国劳动人民和医学家在针灸保健治病方面进行了大量的探索，积累了丰富的经验。那么，针灸不用药物，为什么可以养生保健，防病治病呢？概括地说，是针灸具有调和阴阳，扶正祛邪，疏通经络的作用。

一、调和阴阳

阴阳学说是中医理论的重要组成部分。它认为宇宙的任何事物，都包含相互对立的两个方面，即阴和阳。阴阳两方面的变化，构成了宇宙间的一切事物，并推动着事物的发展和变化。正如《素问·阴阳应象大论》所说：“阴阳者，天地之道也，万物之纲纪，变化之父母，生杀之本始。”这就是说，无论是自然界，还是人，都是以阴阳为根本，阴阳是生命之源。

人体的生命活动，就是以阴阳的变化为依据的。在正常情况下，人体中的阴阳，一静一动，一降一升，维持着动态平衡，保持人体中各组织、器官、脏腑的正常生理功能，人体才能健康无病，不易衰老，寿命得以延长。若人体的阴阳失去相互制约和相互依存的关系，便是“阴阳离决”，人的生命也就停止了。既然阴阳的偏盛和偏衰是疾病发



生发展的根本原因，因此调理阴阳，泻其有余，补其不足，保持阴阳的相对平衡，就是中医针灸保健治病的基本原则。阴阳偏盛者，针刺采用泻法，以损其盛；阴阳偏衰者，针刺采用补法，或用灸法，以补其衰，通过针灸调和阴阳的作用，使人体精气充沛，身体健康，从而达到治病保健的目的。

针灸调和阴阳的作用，是通过经络腧穴的作用和针灸的具体方法来实现的。例如：胃火炽盛引起的牙痛，属阳热偏盛，治宜清泻胃火，取足阳明胃经荣穴内庭，针刺采用泻法。寒邪伤胃引起的胃痛，属阴邪偏盛，治宜温中散寒，取足阳明胃经合穴足三里和胃之募穴中脘，针刺泻法，并灸。肾阴不足，肝阳上亢引起的眩晕，属阴虚阳亢证，治宜滋阴潜阳，取足少阴肾经原穴太溪，针刺补法以滋养肾阴，取足厥阴肝经荣穴行间，泻之以平肝潜阳。元阳外脱的中风脱证，取阴脉之海的任脉与足三阴经之交会穴关元大艾炷重灸，或取真气所在的神阙穴隔盐灸以回阳固脱。

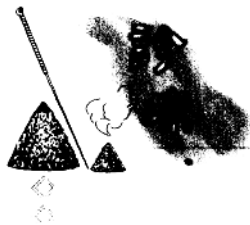
大量的临床和实验研究证明针灸对机体确有良性的调整作用，能使失调的脏腑器官机能得到调整，逐渐恢复正常的生理功能。如针刺内关等穴，可使心动过速者减慢心率，心动过缓者加快心率，恢复到正常水平。针刺中脘等穴，可使痉挛状态的胃变得较为弛缓，蠕动过强者变慢；又能使弛缓的胃收缩，不蠕动者发生蠕动。针灸关元、三阴交等穴，既能治疗尿潴留，又能治疗尿失禁，而且效果良好，说明针灸调整了膀胱的紧张度和括约肌的功能。针刺天枢、上巨虚等穴，既能治疗腹泻，又能治疗便秘。

针灸对于各器官组织功能活动的调整作用是明显的，特别是在病理状态下，这种调节作用就更明显。一般对亢进的、兴奋的、痉挛的器官组织有抑制作用，对衰弱的、抑制的、弛缓的组织器官有兴奋作用，这种调节作用是双向的和良性的，能使病理性的失衡调整为生理性的平衡，而这种对器官组织的调节作用，我们认为就是调整了人体阴阳的平衡。

二、扶正祛邪

任何疾病的发生，都是在一定条件下，正邪相争，正不胜邪的具





体反应。也就是说，当人体的正气不足以抵御外邪，或病邪侵袭人体的力量超越了人体的正气时才会发生疾病，正如《内经》所言：“正气存内，邪不可干”，“邪之所凑，其气必虚”。正气虚弱是疾病发生的根本原因。

在疾病的发展过程中，正邪双方的斗争不断地处于消长变化之中。一般地说，正气增长则邪气消退，而病情逐渐向愈；若邪气增长则正气衰退，而病情加重或恶化。扶正，就是扶助正气，提高机体的抗病能力；祛邪，就是祛除病邪，消除致病因素的影响。扶正适用于正虚而邪不盛的病证，祛邪适用于邪实而正未伤的病证。扶正祛邪，改变正邪双方力量的对比，有利于病情向痊愈方面转化。

针灸具有扶正祛邪的作用，而此作用主要是通过针刺手法的补泻和腧穴的配伍来实现的。在刺灸方面，大凡针刺补法和艾灸属补法范畴，有扶正的作用；针刺泻法和刺络放血属于泻法范畴，有祛邪的作用。例如：虚脱证，症见面色苍白，大汗淋漓，四肢厥冷，脉微欲绝，治宜回阳固脱，急取关元、神阙大艾柱灸之，并取足三里，针刺补法；肾阳亏虚之腰痛，取肾俞、命门、志室，针刺补法，多灸；瘀血阻络之头痛，可取太阳、上星、头维、率谷、阿是穴，针刺用泻法，或点刺出血以活络止痛。

临床和实验研究也证明针灸具有扶正祛邪的作用。针灸能增强机体的免疫功能，防御和抵抗各种致病因素的侵袭，而这种作用与中医的“扶正祛邪”相吻合。针灸对免疫的影响主要表现在提高了身体白细胞的吞噬能力和促进了抗体的形成，如针刺合谷、足三里等穴，可使白细胞总数增加，并观察到白血球对金黄色葡萄球菌的吞噬能力增强。有人针刺气海、天枢、上巨虚、曲池、合谷等穴位治疗细菌性痢疾，对血清总补体含量、免疫球蛋白的含量、血浆杀菌力、特异性抗体滴度等八项免疫指标进行观察，发现在针刺过程中，机体的免疫力不断增强，病情也逐渐好转。

在临床上，针灸能治疗病毒引起的感冒、腮腺炎、肝炎，能治疗细菌引起的痢疾、肠炎、破伤风，又能治疗疟原虫引起的疟疾，还能治疗各种急慢性炎症如咽喉炎、胃炎、结膜炎、中耳炎、鼻炎等。在