

 中国民间传统疗法丛书

耳穴疗法 治百病

程爵棠 编著

·第2版·

ERXUE LIAOFA
ZHI BAIBING



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

耳穴疗法治百病

ERXUE LIAOFA ZHI BAIBING

(第2版)



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目(CIP)数据

耳穴疗法治百病/程爵棠编著. —2 版. —北京:人民军医出版社,2010.3

ISBN 978-7-5091-3551-8

I. ①耳… II. ①程… III. ①耳—穴位疗法 IV. ①R245.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 034294 号

策划编辑:杨磊石 文字编辑:杨 竞 责任审读:杨磊石

出 版 人:齐学进

出版发行:人民军医出版社

经销:新华书店

通信地址:北京市 100036 信箱 188 分箱

邮编:100036

质量反馈电话:(010)51927290;(010)51927283

邮购电话:(010)51927252

策划编辑电话:(010)51927292

网址:[www. pmmp. com. cn](http://www.pmmp.com.cn)

印、装:三河市春园印刷有限公司

开本:850mm×1168mm 1/32

印张:11.5 字数:290 千字

版、印次:2010 年 3 月第 2 版第 1 次印刷

印数:5501~10000

定价:30.00 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

内 容 提 要

本书在第1版的基础上修订而成,分上、中、下三篇。上篇为概论,阐述了耳穴疗法的基本知识,包括耳穴疗法的历史、理论依据、作用原理、治疗范围,耳穴治病的三个关键,耳郭的形态和结构,标准耳穴和操作方法等;中篇为治疗篇,介绍了内科、妇科、儿科、男科、骨伤科、外科、皮肤科、五官科等190多种常见病症的耳穴针刺、注药、埋针、放血、艾灸、贴压、按摩等治疗经验;下篇为保健篇,简要介绍了耳部保健按摩法。本书是作者长期临床实践和四代家传、师授经验的总结,并参考了大量的医学文献,内容丰富,实用性强,可供临床医师、基层医务人员、中医药爱好者及城乡家庭自疗者阅读参考。

第 2 版前言

本书自 2005 年出版以来,因其治法多样、内容实用、操作简便、安全可靠、疗效确切而受到读者的厚爱;同时也接到一些读者来信或电话,既给予了鼓励、赞扬,也提出了一些改进意见与建议,希望修订再版。为此,我们在保留原版特色的基础上,根据读者的建议,本着“从严、从验、从简”的原则,对本书进行了修订再版。此次修订,一是精减压缩了少数疗效欠佳、操作复杂的配穴方 100 余首;二是增补了作者近年来一些新的经验体会和临床验证有效的新配穴方 11 首,新增疾病 3 种;三是将书名和概论中的“耳针疗法”改为“耳穴疗法”,这样更能概括本书的内容范围;四是修正了原版中的错漏,在编排方面亦做了一些改进。修订后,本书内容更加精练、实用。

在本书修订过程中,承蒙程功文、程美红、文力、刘一平、刘华、刘荷花、新苗、程华、程铭、程文、程平、李显平等协助校对与筛选整理工作,谨表谢意。但由于笔者学识浅薄,虽经修订,仍难免有疏漏之处,敬希读者批评赐正。

程爵棠

2009 年 10 月

第 1 版前言

耳针疗法,为民间疗法之精华,是祖国医学的重要组成部分。由于它具有操作简便、易学易懂、医具简单、药材易取、适用证广、无副作用、疗效快、花钱少,疗效显著,及兼具预防、诊断、治疗、保健等优点,并符合“简、便、灵、验”的原则,是一种最简单而有效的民间自然疗法,故能够长期在民间广泛流传和应用,且越来越受到医界同仁的关注和重视,在防病治病、保健强身方面发挥着越来越大的作用。

由于本疗法操作不受条件限制,又是在耳郭上施治,比较安全,所以不仅医院广泛应用,即便在城市、工矿、农村基层卫生单位,甚至家庭自我医疗保健也很适用,深受广大患者的欢迎。

耳针疗法源远流长,远在 2 000 多年前成书的《黄帝内经》中就有记载。现代,尤其是建国以来,耳针疗法获得了长足的发展。通过不断医疗实践,其治疗范围日益扩大,疗效不断提高。笔者自幼受家传影响,特别是 20 世纪 60 年代有幸在农村工作多年,面对条件艰苦、缺医少药的情况,运用民间疗法,收效颇著,积累了许多经验。此后在临床中常单用或配用耳针疗法及其他民间疗法治疗疾病,不仅方便了患者就诊,减轻了病人经济负担,而且临床疗效大大提高。为了继承、发展、总结、提高、推广应用耳针疗法,根据本人 40 多年来临床实践,并广泛收集古今医学文献、期刊、医著,结合四代家传、师授经验,几经易稿,始编著成《耳针疗法治百病》一书。

全书分上、中、下三篇。上篇为概论篇,主要是介绍耳针疗法的历史、理论依据、作用原理、治疗范围,耳郭的形态和结构,标准

耳穴的分布、定位、特性、功能、主治与附记,耳针治病的三个关键,耳郭诊断、操作方法、优点和注意事项等。中篇为治疗篇,重点介绍了内科、妇科、儿科、男科、骨伤科、外科、皮肤科、五官科等 190 多种常见病的 1 300 多首配方、临床治疗经验。下篇为保健篇,简要介绍了耳部保健按摩法。

必须说明的是:对有的治疗经验(配方及治法),根据笔者临床体会做了增减。同时,在应用时,若能前后互参,根据具体情况灵活选用,融会贯通,则可疗之疾病必然会远远超出本书收治范围。

本书在编写中,承蒙程功文、程华、程美红、文力、程文、新苗、程铭、程平、刘一平、刘华等协助做了大量的资料收集整理工作,谨表谢意。由于笔者学识浅薄、经验不足,书中错漏之处,恳请同仁高贤和广大读者不吝教言,批评指正。

程爵棠

2004 年 10 月写于景德镇

目 录

上篇 概 论

一、耳穴疗法的渊源与展望..... (1)	部位和功能主治..... (33)
二、耳穴疗法的理论依据和作用原理..... (4)	五、耳穴诊断法..... (35)
(一)理论依据..... (4)	(一)视诊..... (35)
(二)作用原理..... (7)	(二)触诊..... (38)
三、耳郭的形态与结构..... (8)	(三)听诊..... (39)
(一)耳郭的形态与解剖名称..... (8)	六、耳穴治病的三个关键..... (42)
(二)耳郭的结构与神经、血管、淋巴管的分布..... (11)	(一)刺激手法与常见反应..... (42)
四、标准耳穴名称、部位和功能主治..... (13)	(二)刺激的部位..... (46)
(一)耳穴的定义、分布、分区和特性..... (13)	(三)有效刺激点..... (48)
(二)耳郭正面标准耳穴名称、部位和功能主治..... (19)	(四)提高耳针疗效的五大要素..... (57)
(三)耳郭背面耳穴名称、	七、操作方法..... (62)
	(一)耳穴治病常用针具与材料..... (62)
	(二)术前准备工作..... (63)
	(三)耳穴治法的种类、操作方法与注意事项

..... (64)	(一)晕针 (81)
八、耳穴疗法的适应证	(二)异常感觉 (82)
与禁忌证 (80)	十、耳穴疗法的优点和
(一)适应证 (80)	注意事项 (82)
(二)禁忌证 (81)	(一)优点 (82)
九、异常情况的预防和	(二)注意事项 (84)
处理 (81)	

中篇 疾病的耳穴疗法

一、内科疾病 (87)	高血压病 (117)
感冒 (87)	低血压 (119)
流行性感冒 (89)	眩晕 (120)
头痛 (90)	高脂血症 (121)
偏头痛 (94)	脑动脉硬化症 (122)
三叉神经痛 (96)	中风(脑血管意外) ... (123)
支气管炎 (97)	面神经麻痹 (125)
支气管哮喘 (101)	面肌痉挛 (127)
肺气肿 (103)	冠状动脉粥样硬化性心
支气管扩张 (104)	脏病 (128)
肺炎 (105)	风湿性心脏病 (131)
肺结核 (106)	心律失常 (131)
咯血 (107)	病毒性心肌炎 (133)
急性肝炎 (108)	心脏神经官能症 (134)
慢性肝炎 (110)	坐骨神经痛 (135)
肝硬化 (111)	肋间神经痛 (137)
胆囊炎、胆石症 (112)	神经衰弱 (138)
胆道蛔虫症 (115)	肥胖症 (142)

糖尿病	(145)	疟疾	(185)
再生障碍性贫血	(147)	中暑	(185)
缺铁性贫血	(148)	腰腿痛	(186)
慢性胃炎	(149)	痛证	(187)
胃及十二指肠溃疡	(151)	自汗与盗汗	(189)
呕吐	(153)	精神分裂症	(190)
胃下垂	(155)	癫痫	(191)
胃痉挛	(157)	癰疽	(193)
胃神经官能症	(158)	急性脊髓炎	(194)
翻胃	(159)	周期性麻痹	(195)
食管炎	(160)	重症肌无力	(196)
上消化道出血	(161)	强迫症	(197)
膈肌痉挛	(162)	竞技综合征	(198)
急慢性肠炎	(165)	戒断综合征	(199)
腹痛	(167)	晕车、晕船、晕机	(201)
腹胀	(168)	便秘	(201)
痢疾	(169)	其他疾病	(204)
急性胃肠炎	(170)	二、妇科疾病	(206)
肠痉挛	(171)	月经不调	(206)
肠粘连	(172)	痛经	(208)
肠梗阻	(173)	闭经	(211)
肾炎	(173)	崩漏	(212)
肾盂肾炎	(175)	经前紧张征	(213)
膀胱炎	(177)	难产	(215)
尿道炎	(178)	带下	(217)
瘰疬	(179)	妊娠恶阻	(218)
尿失禁	(180)	女性不孕	(218)
泌尿系结石	(181)	产后缺乳	(219)
甲状腺功能亢进	(183)	盆腔炎	(221)

绝经期综合征.....	(223)	肩关节周围炎.....	(262)
外阴瘙痒.....	(225)	腰椎间盘突出症.....	(265)
子宫脱垂.....	(226)	骨质增生.....	(266)
其他疾病.....	(227)	六、外科疾病.....	(268)
三、儿科疾病.....	(228)	乳腺炎.....	(268)
小儿感冒.....	(228)	乳腺小叶增生.....	(270)
小儿哮喘.....	(230)	疮疖.....	(271)
百日咳.....	(231)	急性阑尾炎.....	(272)
小儿腹泻.....	(232)	痔疮.....	(273)
小儿积滞.....	(234)	肛裂.....	(275)
小儿厌食症.....	(235)	血栓闭塞性脉管炎.....	(276)
小儿遗尿.....	(236)	七、皮肤科疾病.....	(277)
小儿夜啼.....	(238)	湿疹.....	(277)
流行性腮腺炎.....	(240)	荨麻疹.....	(278)
其他疾病.....	(242)	带状疱疹.....	(280)
四、男科疾病.....	(244)	神经性皮炎.....	(281)
前列腺炎.....	(244)	银屑病.....	(283)
前列腺肥大.....	(245)	过敏性皮炎.....	(285)
遗精.....	(247)	脂溢性皮炎.....	(286)
阳痿.....	(248)	皮肤瘙痒症.....	(287)
早泄.....	(250)	白癜风.....	(289)
睾丸炎与附睾炎.....	(251)	毛囊炎.....	(290)
五、骨伤科疾病.....	(253)	痤疮.....	(291)
落枕.....	(253)	色斑.....	(294)
颈椎病.....	(255)	扁平疣.....	(297)
软组织损伤.....	(256)	寻常疣.....	(298)
腰扭伤.....	(258)	痱子.....	(299)
腰肌劳损.....	(260)	脱发.....	(300)
脑震荡后遗症.....	(261)	八、五官科疾病.....	(301)

麦粒肿	(301)	耳鼻疔肿	(324)
结膜炎	(303)	鼻出血	(325)
角膜炎	(305)	鼻炎	(327)
近视	(307)	过敏性鼻炎	(329)
青光眼	(311)	鼻渊	(331)
白内障	(312)	扁桃体炎	(333)
暴盲	(313)	咽炎	(335)
眶上神经痛	(314)	慢性喉炎	(338)
电光性眼炎	(315)	咽喉炎	(338)
耳源性眩晕	(317)	喉暗	(339)
耳鸣	(319)	悬雍垂水肿	(340)
耳聋	(320)	牙痛	(341)
化脓性中耳炎	(322)	口腔炎	(344)

下篇 耳部保健按摩

一、护耳保健	(347)	(六)忌进水	(349)
(一)防伤冻	(347)	(七)巧取虫	(349)
(二)戒掏挖	(347)	(八)多补肾	(349)
(三)避噪声	(348)	二、保健按摩	(350)
(四)慎用药	(348)	(一)按耳强身	(350)
(五)截病源	(349)	(二)揉耳健身	(351)

上篇 概 论

耳穴疗法,就是采用针刺、放血、按摩、艾灸、皮内埋针、压迫、药物贴压与注射等多种治疗方法,通过刺激耳郭穴位达到防治疾病和保健强身的目的。

耳穴疗法,全名为耳穴诊断治疗学或耳针学,又称耳郭穴位刺激疗法,是祖国针灸医学的一个分支学科和重要组成部分,是祖国医学宝库中的珍贵财富。它既是由祖国传统医学继承而来的独特而新奇的医疗技术,又是新中国成立后不断完善起来的有效的治疗方法,是应用耳穴诊断和治疗疾病的一门科学,是我国劳动人民在长期同疾病的斗争中发展和创立并逐步完善的智慧结晶。它的特点是:操作简便,取材容易,适应范围广,治法多样化,疗效快速,安全可靠,无副作用,没有经过特殊训练的普通群众,易学易懂,不花钱或少花钱,也能治好病。这种疗法,恰好又是当代世人刻意追求的非药物自然疗法之一,因此,才能日益被大众接受和采用,在我国民间长期、广泛流传。

一、耳穴疗法的渊源与展望

耳穴疗法在我国历史悠久、源远流长,它经历了一个长期的发展过程。我国现存最早、成书于战国至秦汉时期的经典医籍《黄帝内经》,包括《素问》和《灵枢》两个部分,其中就有有关耳穴疗法的记述,《素问》有 59 条,《灵枢》有 36 条。《黄帝内经·灵枢经》,又称《黄帝针经》,不仅首次提出耳穴诊治疾病的原理,而且还有耳穴的描述和应用耳郭治病的记载。由此可见,耳穴疗法在我国历史

悠久,也说明这种独特的疗法起源于中国。

随着祖国医学的发展,通过历代医家的不懈努力,应用耳穴诊治疾病的实践、研究与总结,又有了新的发展。相传在战国初期即已开始,晋代葛洪所著《肘后备急方》中引载秦越人治尸厥,“以管吹其左耳、中极三度,后吹右耳三度”的方法,并载有后汉张仲景“救卒死而目闭者,捣薤汁灌之耳”的经验。说明我国古代对耳郭可以治疗疾病的认识是较早的。其后唐代孙思邈所著《备急千金要方》和《千金翼方》中也有较多的运用耳郭治疗的记载,如取“耳中孔上横梁”(相当于下腹穴的上端),“针灸之,治马黄黄疸、寒暑疫毒等病”;灸阳维治疗“耳风聋雷鸣”等,由此载明耳中穴和阳维穴的位置、主治及施治方法。唐代中期陈藏器在《止疟方》中载有治疟疾“取蛇蛻塞两耳”。元代《卫生宝鉴》有灸“耳后青丝脉”治疗“小儿惊痫”之说。明代杨继洲编著的《针灸大成》(卷七)中也有耳穴的记载。经外奇穴中记述:“耳尖二穴,在耳尖上,卷耳取尖上是穴,治眼生翳膜,用小艾炷5壮。”详细阐明了耳尖的部位、取穴方法和主治。其穴名和取穴法一直沿用至今。明代万历年间周于蕃编著的《小儿按摩术》(又称《小儿推拿秘诀》),至清代张振鋆在《小儿按摩术》的基础上,校订补辑而成《厘正按摩要术》。其中有一卷名为《察耳》,详述了如何利用耳郭诊断疾病,并配插有耳背穴位图。这是世界上首次印载的耳穴图。有关耳穴诊治疾病的记载,是划时代的发现与创立,虽零星散见于历代古籍之中,但对耳穴疗法的创立,确具有重大历史意义,对世界医学也产生了很大影响和贡献。耳穴疗法虽起源于我国,但在漫长的年代里,发展缓慢,仍然缺乏系统而完整的专著问世。

新中国成立后,给耳穴疗法的进一步发展带来了春天。耳穴疗法与祖国医学事业一样,得到了党和国家的高度重视与扶持,应用耳穴防治疾病得到了普及推广,我国民间及医疗部门纷纷采用这种简便有效的诊疗方法治病或自疗。法国诺吉尔(P. Nogier)博士的耳穴图及其似“倒置胎儿”的耳穴分布规律于1958年传入

我国后,对我国耳穴的发展起到一定的促进作用。部分省市纷纷建立耳穴科研机构,开始运用现代科学方法研究耳穴疗法。同时,有关耳穴的论文和临床报道逐年增多,专刊与专著也相继问世,如20世纪70年代出版的《耳针学讲义》,逐步形成了较为完整的耳穴理论体系。

此外,在我国农村中也早已流传着许多利用耳郭治疗疾病的经验。如针刺耳垂治疗急性结膜炎(红眼);针挑耳后静脉放血治疗目赤痛;陶针划刺耳周治疗胁痛、泄泻;按摩中的运耳法,用双手提拉耳垂治疗头痛;手捏耳垂治疗小儿惊风等,都有显著疗效。

自20世纪80年代以来,随着我国科学技术的发展,耳穴学科也有了较大发展。1982年12月在全国针法灸法学术会议上成立了中国针灸学会全国耳针科研协作组,加强了耳穴学术指导与交流,培育了一批有专长的专职或兼职耳穴医师,建立了一支耳穴专业科技队伍。20世纪80年代中期,我国提出的《耳穴国际标准化方案》(草案)在国际上获得批准和推行,使耳穴这门科学日趋规范化。1992年10月16日经国家技术监督局批准,颁发了《中华人民共和国国家标准·耳穴名称与部位》,并于1993年5月1日实施。这一系列措施的出台,有力地把耳穴科学推上一个新台阶,从以往简单的“耳穴疗法”逐渐发展为“耳穴学”这样一门独立的学科,并屹立于医学之林。

随着耳穴科学技术的发展,逐步充实了“耳穴学”的内涵。具体表现在:一是在诊断上,由原来的耳郭视诊法、耳穴压痛法,发展到耳穴电探测法、耳穴染色法、耳穴日光反射法、耳穴示波法等多种传统的、现代的诊断方法。二是在治疗方法上,从原有的针刺、割治、艾灸法,发展到针刺放血法、电针法、排针法、耳夹法、指捏法、药物滴耳、塞耳、吹耳法、空气吹振法、耳穴压迫法、皮内针埋藏法、耳穴药物注射法、耳穴激光照射法、耳穴磁疗法等,从几种发展到30种以上。随着诊断技术的提高,诊断范围的扩大,治疗方法的多样化,既能对疾病做到早发现、早治疗,又能扩大本疗法的适

应范围,使可疗之疾涉及内、儿、妇、外、皮肤、骨伤科和五官科等临床诸多疾病,并可应用于麻醉,而且疗效显著。应用耳穴疗法治疗疾病的临床经验在中医期刊中亦做了较多的报道,有的医著中有较多的记载,而且增添了不少新的内容。凡此种种都为发展耳穴疗法作出了新的贡献。由此可见,耳穴疗法既有古老的历史渊源,又有各个时期的发展补充。它是在不断地汲取新的科学成就,总结新的实践经验的过程中,从实践到理论,不断地补充完善而向前发展的,逐步形成了一个比较系统和完整的学科体系。

我们深信,随着医学科学的飞速发展,在数千年祖国医学的历史长河中形成的这支奇葩——耳穴疗法,将显示越来越广阔的前景。“良医不废外治”,属外治范围的耳穴疗法,在挖掘、整理、实践和提高的过程中,通过民间和医家的不懈努力,结合和借鉴现代科学技术,必将会得到新的发展、普及、推广和应用,更好地为人民的卫生保健事业服务。

二、耳穴疗法的理论依据和作用原理

耳穴疗法为什么不仅能治好局部性疾病,也能治好全身性疾病,而且能治好临床各科诸多疾病,自有它的理论依据和作用原理。特分述如下。

(一)理论依据

1. 耳与脏腑相通 耳,不是一个孤立的器官,而是人体的一个重要组成部分,与脏腑生理相通、病理相累。《灵枢·脉度》云:“肾气通于耳,肾和则耳能闻五音矣。”《素问·阴阳应象大论》又云:“肾主耳,在窍为耳。”《素问·金匱真言论》则云:“心开窍于耳。”由此说明耳与肾、心二脏有生理联系。又肾为先天之本,心为君主之官,在脏腑中处于至关重要地位。《素问·玉机真脏论》云:“脾不及,则令人九窍(五官七窍加前后二阴)不通。”《素问·通评虚实论》则云:“头痛,耳鸣,九窍不利,肠胃之所生也。”均说明耳部和脾、胃、大肠、小肠等消化器官有密切的病理生理关系。《素问·

脏器法时论》还有“肝病者……虚则耳无所闻……气逆则头痛，耳聾不聪”的论述，指出耳和肝脏之间也有密切的病理联系。此外，在《灵枢·海论》中还有“髓海不足，则脑转耳鸣”的论述。髓海就是指脑髓，可见古人对耳和脑髓的联系也早就有了认识。至于五脏中的肺脏和耳的关系的叙述，首见于《难经·四十难》，其中有“肺主声……令耳闻声”的记载，说明肺与耳也有一定的联系；到了明代，《证治准绳》又云：“肺气虚则少气……是以耳聋”；清代《杂病源流犀烛》则云：“肺主气，一身之气贯于耳”，又从病理和生理现象阐明了耳和肺脏的关系。从以上祖国古代医学文献的记载来看，这些论述，充分说明耳和脏腑生理相通、病理相累的联系。也再次证明：耳在人体中不是孤立的，而是一个重要器官，与全身各部位及五脏六腑都有着紧密联系。耳居空窍，内通脏腑，奠定了耳与五脏六腑相联系的理论基础。

2. 耳与经络相连 耳与五脏六腑及四肢百骸的内在联系，除自身内通脏腑外，也是经络相连的结果。所以耳与经络的关系非常密切。例如，《灵枢·邪气脏腑病形》云：“十二经脉，三百六十五络，其血气皆上于面而走空窍……其别气走于耳而为听。”也就是说十二经脉和所属的三百六十五个穴位，它们的血气都上行渗灌于头部的五官七窍及脑髓……其中别行的血气灌于耳部，使耳能有听声的功能。这就概括地说明了耳部和全身经络的关系。《灵枢·经脉》则进一步对十二经脉与耳部的关系进行了更详细的阐述，并云：“手少阳之脉，上项，系耳后，出耳上角，从耳后入耳中，出走耳前”；“手太阳之脉，却入耳中”；“足阳明之脉，上耳前”；“足少阳之脉，从耳后，入耳中，出走耳前”；“足太阳之脉，至耳上角”；“手阳明之别（分支络脉），入耳，合于宗脉”。指出了十二经脉中六条阳经循行都通过耳部。而六条阴经之脉虽不直接通过耳，但可间接循行于耳。故在《灵枢·经别》中记载的十二经别，其循行路线都是阴经合入与它相为表里的阳经，而阳经的经别都是复合于它原来的经脉的。所以通过经脉的传注，六条阴经也间接与耳部产