



五官与指甲

主编 张秋臻
张振兴
麻 宏

WUGUAN YU
ZHIJIA ZHENBING

诊病



第二军医大学出版社

Second Military Medical University Press

五官与指甲

主编 王德明
副主编 王德明
编 王 德

WU GUAN YU
ZHIFA CHONGZHENG

诊病



浙江科学技术出版社

浙江科学技术出版社

五官与指甲诊病

主 编 张秋臻 张振兴 麻 宏

第二军医大学出版社

内 容 简 介

五官诊病、指甲诊病是诊断疾病的辅助手段。本书由多年从事耳压与五官贴压疗法、指甲诊病的医学专家编撰。五官诊病、指甲诊病贯穿了全息生物医学与中医学的基本理论,本书较全面地介绍了五官与指甲全息理论依据,并对五官贴压疗法、手指按压疗法这种非药物疗法进行了详细阐述,提供了常见病诊断方法、简易有效的治疗和保健方法。一册在手,你可以自我诊断一些常见病。本书适合普通读者、基层医务人员阅读。

图书在版编目(CIP)数据

五官与指甲诊病/张秋臻,张振兴,麻宏主编. —上海:第二军医大学出版社,2010.4
ISBN 978-7-81060-937-1

I. 五… II. ①张… ②张… ③麻… III. ①中医五官科学-诊疗 ②指(趾)甲-望诊(中医) IV. R276 R241.29

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 141495 号

策 划 钱静庄

责任编辑 钱静庄 一 玉

插 图 舒华生 钱铭源

五官与指甲诊病

主 编 张秋臻 张振兴 麻 宏

第二军医大学出版社出版发行

上海市翔殷路 800 号 邮政编码:200433

发行科电话/传真:021-65493093

全国各地新华书店经销

江苏句容排印厂印刷

开本:850×1168 1/32 印张:7.125 字数:185 千字

2010 年 4 月第 1 版 2010 年 4 月第 1 次印刷

印数 1~4 000

ISBN 978-7-81060-937-1/R·773

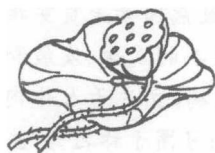
定价:16.00 元

编写人员

主 编 张秋臻 张振兴 麻 宏

参编者 艾方红 徐渝章 何世友
黄玉田 何隆武 李四宏
梁宝杰 陈细梅

前言



中国素以文明古国见称于世界。我们的祖先以其聪明才智和辛勤劳动,在长期的生产实践中创造了光辉灿烂的东方文化,而中医学就是其中的一个重要组成部分,被称为伟大的宝库。历代医家在长期同疾病作斗争的过程中,积累了丰富的临证经验,并创建了系统的医学理论,由此发明了许多可贵而独特的医疗方法。

时至 21 世纪的今天,各门新学科正以令人目眩的速度高速向前发展,但在人体科学方面的研究,则相对显得比较滞后。这是因为人体中存在着许多奥秘,尽管可以使用各种精密仪器检测和进行动物实验,但有许多问题仍然无法了解;而中医学通过对人体进行长期的实践观察,积累了大量宝贵的资料,通过不断总结与反复实践,从而掌握了不少有规律性的经验。例如中医学认为:人与自然界是息息相关的;人体内的各组织、脏器、系统是有着极为复杂联系的一个整体;邪正的关系更是灵活辨证而绝非如机械的不可变易等。这些观点在两千年前的中医古籍中早有明确载述;而西方医学直至最近才开始有所认识,乃有改变医学模式之说。

由于环境污染、老龄化社会的来临以及疾病谱的改变,人类疾病的防治及健康的维护,需要朝着多元化方向发展。化学药品毒副作用的反应,药源性疾病、医源性疾病的日益增多,引

起了人们的广泛关注。医学专家认为,解除人类不良生活方式这种“自我创造”的危险,应该从大自然的生态平衡和人类生态平衡的关系去考虑,从环境科学、药物学到临床医学,都要考虑到人体内外环境关系的变化以及人体天然防御功能这一变化中的主动性。于是,一种开发生命潜能的非药物治疗法悄然兴起。

人体自身的防卫功能与致病因素是贯穿疾病始终的一对矛盾,影响着疾病的发生、发展和转归。利用人体自身功能抗病,立足于人体内因解决疾病矛盾的疗法,人们习惯于称之为“主体疗法”,这种主体疗法是合理的外因刺激,可以加强人体局部或整体的防御力,激发体内的抗病能力。例如运用耳压或指压等疗法,在有关经脉和穴位上进行刺激,就能疏通经络,行气活血,增强免疫,从而起到治病、健身、抗衰老的作用。

随着医学科学的发展,最近二三十年来,医学界有识之士对五官及指甲诊病产生了浓厚的兴趣。中医认为,内脏的病变可以反映到体表;同时通过对外部的观察,也可以推测内脏的变化。根据人体全息理论,五官是五脏六腑反应最集中的部位,通过观察五官的颜色、形状等,可以快捷准确地诊断疾病,所以五官被称为人体健康的“晴雨表”。指甲的结构、色泽、形态的异常往往和某些特定的疾病有关;通过观察指甲的某些变化,进而分析其可能发生或易于发生的疾病,为临床诊断提供可靠的依据。

在生活节奏不断加快的今天,许多人无法

关心自己的身体,主要是没有足够的时间去医院找医生检查自己的身体。从一定意义上来说,本书的出版就是为这些人关注自己身体和把握自身健康提供了一种参照、一种借鉴、一种简便而有效的方法,提供了一个不花钱聘用的“家庭医生”。

本书不仅对非药物治疗法作了概述;而且对五官疾病的诊断、五官贴压疗法、手部指压疗法进行了详细介绍;同时告诉您指甲的各种形态及病理变化,五官及手的防病与保健、常用自我按摩保健法,为您掌握有关诊病的方法提供帮助。

本书的作者多年从事耳压及体疗临床工作,有着丰富的临床经验。可以说,本书是医学专家多年来临床经验的总结。现汇集成册,以飨读者。但限于编者的水平,对于本书不足之处,敬请同行和广大读者不吝赐教,以便不断修改和提高。

本书在编写过程中,得到了钱静庄老师的鼎力相助,在此表示衷心的感谢!

编 者

2010年元旦

目 录



第一章 概说 (1)

- 一、认识经络 (1)
- 二、方兴未艾的全息生物医学 (5)
- 三、耳压疗法的理论依据 (7)
- 四、传统医学与新的健康追求 (9)
- 五、明天的医学向何处去 (10)
- 六、有待保护和开发的按摩术 (12)

第二章 观五官诊病 (14)

- 一、耳部诊病 (14)
- 二、鼻部诊病 (31)
- 三、口唇诊病 (38)
- 四、眼部诊病 (45)
- 五、面部诊病 (53)

第三章 五官贴压疗法 (58)

- 一、耳压疗法 (58)
- 二、术后耳压止痛 (66)
- 三、耳压治疗神经官能症 (68)
- 四、耳压调治痛经 (70)
- 五、耳压调治经前紧张综合征 (71)
- 六、耳压预防睡眠呼吸暂停 (72)
- 七、耳压自我保健 (73)
- 八、鼻压疗法 (75)

九、眼压疗法	(78)
十、面压疗法	(82)
十一、五官与寿命	(85)
十二、五官的防病与保健	(97)

第四章 手部指压疗法 (116)

一、什么是手部指压治疗	(116)
二、手部指压治疗的原理	(117)
三、手部指压治疗注意事项	(121)
四、准备工作	(123)
五、手部指压治疗常见病	(125)
六、手的防病与保健	(148)

第五章 观指甲诊病 (164)

一、指甲漫谈	(164)
二、指甲的结构与诊病原理	(166)
三、人体脏腑在指甲上的反映部位	(167)
四、观指甲诊病的方法	(169)
五、指甲的色泽与疾病	(170)
六、指甲的形态与疾病	(177)
七、指甲的形态与性格	(187)
八、指甲的全息诊病法	(188)

第六章 常用自我按摩保健法

.....	(193)
一、“三一二”健身法	(193)
二、固肾益精法	(195)

三、健脾益胃法	(196)
四、疏肝利胆法	(197)
五、宣肺通气法	(199)
六、宁心安神法	(200)
七、镇静催眠法	(202)
八、消除疲劳法	(203)
九、振奋精神法	(204)
十、调和阴阳法	(206)
十一、温润护发法	(206)
十二、养血荣目法	(207)
十三、开窍益聪法	(208)
十四、疏通鼻窍法	(209)
十五、利舌生津法	(210)
十六、润喉开音法	(210)
十七、手部按摩与保健	(211)



概 说

一、认识经络

2500年前,中医学古籍记载已发现了人体内有经络。根据《黄帝内经》记载,所有经络者,乃行气血、营阴阳、调虚实、应天道、决生死、处百病,不可不通也。这就是说,古人概括的经络学说,指的是人体内除了神经系统、循环系统之外,还有一个总调度、总开关、总控制的系统,在不知不觉中时刻都在负责调控、监督并保证着人的身心健康,这个总控制生命信息的传输系统就名为经络。它在生理、病理、诊断和防治疾病方面具有非常重要的意义。因此我国著名经络学专家祝总骧院士提出了“生命之是否存在,决定于经络,疾病之所以发生以及得到治疗也决定于经络”之要说。

实际上,经络行走路线,早在《黄帝内经》中就详细阐述清楚了。人体最重要的有14条经脉线循行于全身,其中手三阴、手三阳各三条,足三阴、足三阳各三条,称为十二正经。另外前正中线和后正中线有任、督二脉各一条,这14条又有许多分支,称为络脉、孙脉,我们熟知的361个穴位就分布在14条经脉上,形成了一个人体功能联络、调节和反馈的网络系统,构成气血的运输通道,以维持全身各系统的生理功能。遍布全身的经络系统,是以14条经脉为主体,这内联五脏六腑,外及五官七窍、四肢百节、皮肉筋骨,沟通表里内外,将人体各部位紧密地联系在一起,构成了一个有机的活的整体。正如《内经素问·痹论》中所说:“经脉十二者,





伏行于分肉之间，深而不见，其浮而常见者皆络脉也。”其“脉行之逆顺，”在《灵枢·经脉》中这么论道：“手之三阴，从脏走手；手之三阳，从手走头；足之三阳，从头走足；足之三阴，从足走腹。”手足各经脉互相连接，形成手阴经通胸（肺、心），足阴经通腹（脾、肝、肾），手足阳经通头部，“阴阳相贯，如环无端”的“阴脉营其藏、阳脉营其腑”的气血流注关系和生物高能聚集线“髓道”（经隧），若“髓道”阻塞，脏气失调，元神受戕，则百病丛生。难怪有“人身无处不经络”之说，讲“医家不知经络，如瞎子摸象必处错。”

正是在这种理论指导下，历经几千年的中医、针灸、按摩、民间疗法等各种大量临床实践已雄辩证明并将继续证明：沿 14 条经络及各穴位施加物理刺激，确实能对脏腑全身的疾病发挥着神奇的治疗效应。古之精通脉理法则的医学家、健身家，如扁鹊、华佗、孙思邈、李时珍等，都对经络学烂熟于心，故能治病救人，著书立说，造福千秋。就在当今的现代人身上，通过国家攀登计划“经络研究”的实施，关于“针刺能出现循经感传”、速效疗疾的机制，已取得了突破性进展。现已提出了生命体间隙形态学的概念，揭示出古人所论的运行于“分肉之间”的气，应是实实在在存在于人体组织间隙中的由粒子和波共同组成的复合信息载体。因此经络学说是中华民族独有的中医基本理论的重要核心和特色医学，是中华文化宝库中极其宝贵的科学瑰宝，是我们先人在世界医学史上的一个伟大首创与特别贡献。尽管如此，然而当人们采用现代生物医学对人体解剖后，即使是用高倍率的乃至数千万倍的电子显微镜，在古典经络十二条循经线或经穴位置，从表皮到深部组织进行广泛搜索，在细胞水平上都没有见到有异于周围组织的“经络管状结构”。虽几千年来，小小银针不知使多少生命起死回生，又使多少久卧病床的患者解除了疾苦，但因经络是传统中医学对人体内部结构、生理过程和病理机制的一种唯象论的认识和解释，是看不见摸不着的。很自然地接受“眼见为实、不见为虚”束缚的人们，必将对高深莫测又充满神秘感的经络学说打入冷宫。于是乎，长期





人们对经络存在的客观物质性和本质是什么,一直成为现代科学难解的千古之谜。

值得令人欣喜的是,随着高科技的迅猛发展,经中国科学院生物物理所和北京经络研究中心等单位近 20 年的现代经络物理研究,通过专家们用声、光、热、电、核等多种高科技检测 and 同位素示踪显示,已取得举世瞩目的成果,终于证实了中国先哲发现并创造的针灸经络学是高度精确的具有科学实证的理论,经络是否客观存在之谜已经解开。现代科学实验手段真实地证明了经络穴位形态学的位置,是在以致密结缔组织为基础,连带其中的血管、神经丛和淋巴管等交织而成的人体分数维间隙空间中,形成具有与生命息息相关的物质、能量、信息于一身的超循环功能的复杂生理结构。研究还进一步发现与穴位位置相对应的深层致密结缔组织结构中,钙的含量要比非穴位的其他组织高数十倍乃至上百倍,恰恰是人体“第二信使”钙离子的富集区。实验还充分证实结缔组织中呈液晶态纳米级颗粒结构的胶原纤维细胞,是“低流阻的网状间隙”,是一个具有高效率传输红外光的特征波段,预示人体内可能存在一个生物光子系统,在物质能量的传输交换等生理活动中起着极其至关重要的作用。从以上实验发现与论证,有充分理由使人相信,中医讲的主宰全身气血运行的经络学说,正是这个“低流阻髓道间隙”的溶致液晶系统,即古人讲的“伏行于分肉之间”的经络实质的中肯论述,这与早在 2 500 年前《黄帝内经》讲的经络乃是“决生死,处百病”的结论是完全一致之说。

既然我国的经络学专家通过多学科检测和独特的实验法,准确地揭示出人体经络的分布位置,证实了古典经络图谱的高度科学性与实在性,同时又提出了“经络是多层次、多功能、多形态立体结构的调控系统”的理论,并成功地运用于临床之中,已取得了良效。经络之谜的揭开,是神奇而传统的经络学再发现,是对现代生命的最大挑战,将给人类自己主宰生命健康带来了新的福音。因此依据“经络系统是各种保健法的根本控制系统”的动因理论,我





们应将“经络健身疗法”进行深入开发性研究。因为中医辨证论治的药物归经，针灸推拿的循经取穴，气血流注的导引施术等等，所具有的医疗保健效果，都无不是以经络为依据，以调整经络平衡而祛病健身的。无论脏腑、气血任何一方功能失调，都会是“经络阻塞、百病丛生”之归因。可以说，人类诸多疾病发生的根本原因都是生命信息传导失常所致。“一脉不通，周身不遂”，若经络通顺，则百病自消。为此，提出的“认识经络”，强调“治病必求于本”，“本”就是指经络疗法，是一切健身大法之根本。一个病例，有一定之理，无一定之法，“治则”恒一，治法多变。所以治则必须“循经导数”，运用治法则可“法无定法”。古今中外的治病之法虽繁多庞杂，但务必坚持“依经导病，依病循经，分经辨证，标本兼治”的施治总则，这样才能“纲举目张”、“术到病除”。

人们常说：“人的生命在于运动。”法国名医蒂索说过：“运动就其作用来说可以代替药物，但所有的药物都不能代替运动的作用。”我们这里讲的运动实质，是强化经络的运动，并不是只有单一强度锻炼的纯体育运动。现代研究提出了新的理念：“生命的过静、过动、过用，都是对人体有害的；而动静结合，形神兼备，才是符合养生科学。”研究表明：每个人都有一定的“生存能”，它的释放快慢与寿命长短成正比，即释放越慢，寿命越长，反之则短。“龟鹤延年”就是例证，好动的动物比喜静的动物寿命要短。从这个意义上讲，人的生命在于运动，也在于静止，关键是动静结合，把握一个“度”，至关重要。祝总骧院士指出：“确切地说，人的生命在于经络的锻炼运动”。这是对“生命在于运动”的最新认识。

人的生命功能具有潜在的医疗价值和巨大的能量场，如上所述，人体内部的经络和脏腑等组织器官在统一的生理活动过程中，会产生一种“机体自动调节功能”，我们要充分利用自身具有“受馈于合理的刺激而生或增强”的生理感传属性之机制，可常用“循经施治，泄邪通神”的按摩点穴术去刺激经络；可常用“治病之道，气纳之宝”的经气导引周天切法去疏通经络；可常用“户枢不蠹，流





水不腐”的适度运动锻炼和习武修炼去调节经络,让平时处于低级状态的机体自动调节到高级自调最佳状态,经常保持人体“通则不痛”的经络平衡态,以实现“经络所通,主治所及”的人人健康长寿的神奇疗效。

二、方兴未艾的全息生物医学

全息生物医学是20世纪80年代由山东大学教授张颖清首创的一门边缘科学,它专门研究人体各相对独立的部分与整体之间的有机联系,并用于疾病的诊断和治疗。它一经创立,立即在国内外引起极大的反响,前世界针灸学会联合会主席、原卫生部副部长胡熙明认为,它是“本世纪生物学史上最重要的事件之一,它将使人们对生物体的认识发生一次根本性的改变。”现在以全息理论学基础和先导的研究,已深入到生物学、病理学、生物化学、诊断学和治疗学诸多领域,并且取得了令人惊叹的成果。

“全息”一词源于激光物理学。用激光感光后的底片具有这样一个特点:它的任何一块碎片,都仍然能够显示出原有物体的完整影像,而不会因底片的破裂而使影像残缺不全。就像我们照镜子那样,完整的镜子和破碎的镜片都有我们的像。全息生物医学认为:机体所有的器官在某一特定部分上都有各自的投影区,这些投影区有所对应的组织器官的名称来命名,则它们的分布使特定部分宛如整体的缩影。同时,如某些脏器、组织、器官等有病,在人体的特定的穴位、压痛点或反射区输入相应的信息,就能调节和改善对应组织器官乃至整个机体的生命活动,从而达到诊断和治疗疾病的目的。

全息生物医学与中医学的基本理论,从病因、诊断到治疗等各方面,都有许多相通之处。整体观是中医学的重要特征,它的理论体系始终贯穿着整体观念——系统思想。就基础理论而言,如天人相应、阴阳五行、脏腑经络、气血津液;人体与自然界的联系,如





地理环境,四季交替,昼夜更迭;就人体生理病理而言,如脏腑器官、经络腧穴、生理功能等,都以整体观念作主导。辨证论治同样把人体与大自然、机体内各个系统之间看作是一个有机整体,而且也认为脏腑有病可在体表某部位出现相应的反映,如五脏六腑之间互为表里的关系,肺主皮毛,脾主四肢等。中医学中关于头穴、耳穴、鼻穴、唇穴、手穴的分布以及头针疗法,耳针(耳压)疗法、足针疗法等,都是以局部观察全体,辨证治疗也无不闪烁着全息思想的光辉。

张颖清发明的生物全息诊疗法认为,人体有八大部位分布着反映全身状况的全息穴位群:头部、躯干部、上臂、下臂、手部、大腿部、小腿部、足部,它们均分别反映了、头、颈、上肢、心肺、肝、胃、十二指肠、肾、腰、下腹、腿、足 12 个区域的生理状况。为使这一诊疗方法简便易行加速推广,山东省人才开发服务中心医药科技开发部专门研制了全息诊断仪,它是以手部第二掌骨侧为基点,以这里的全息穴位群代表人体各个部位的生理、病理信息。同时基于凡是机体某一器官或部位有病,就必然要在特定穴位上有所表现,产生对痛刺激敏感、皮肤电阻降低、痛觉阈降低等生理、病理现象的认识,全息治疗仪以脉冲电流刺激特定的相应穴位,并产生磁场,以达到调整机体功能治愈疾病的目的。他们治疗万余例,均取得显著效果,尤其对慢性病、功能性疾病效果为佳。为此,全息诊疗仪还获得了萨格勒布第十五届国际发明博览会金奖。

这一仪器研制人之李敏大夫说,全息穴位与针灸穴位不同,但又贯穿着一定的中医理论。比如胃痛应取胃穴,但位于胃部附近的脾和胰脏有病,亦可取胃穴。另外,中医认为“肝开窍于目”、“肝主谋虑”,因而血液、筋、目、精神方面的疾病,一般亦可取全息穴位的肝穴。有一位因煤气中毒致脑梗死、视力障碍 6 年的老人,各大医院均认为其视力已无法恢复。经用全息诊疗仪检查后,发现肝穴的指标高得异乎寻常,“肝主目”,因而医生在肝穴上治疗,患者出现肝区发胀、腹泻(肝亦“主疏泻”)等症状,5 天后,以

