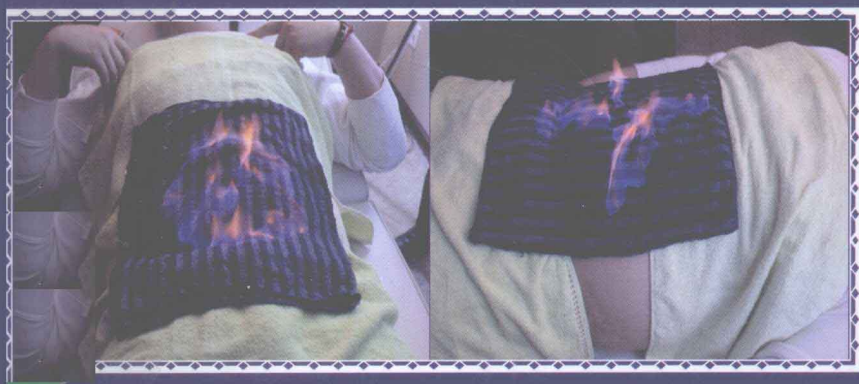


中医

经筋摩火痧

疗法全书

董宝强 陈以国 刘晓亭 李春日 主编



辽宁科学技术出版社
LIAONING SCIENCE AND TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

中医经筋摩火痧疗法全书

董宝强 陈以国 刘晓亭 李春日 主编

辽宁科学技术出版社

·沈 阳·

主 编 董宝强 陈以国 刘晓亭 李春日

主 审 薛立功

副主编 (以下按姓氏笔画排列)

编 委	王 飞	王 巍	王凌志	乔 铁	张小卿	张 军
	王 哲	王树东	王鸿琳	韦昭文	田 辉	田国伟
	白增华	刘 宏	孙江波	安晓宇	李宝岩	李 浩
	李 琳	李成林	吴兆利	谷忠悦	张书剑	张 鸥
	迟寿军	邵东梅	赵 钧	赵姗姗	袁建妹	黄凤云
	韩 红	韩国刚	解晓毅	慈洪飞	董 涛	

摄 影 田 琪 边青山

图书在版编目(CIP)数据

中医经筋摩火痧疗法全书 / 董宝强, 陈以国, 刘晓亭
等主编. —沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2012.1

ISBN 978-7-5381-7018-4

I. ①中… II. ①董… ②陈… ③刘… III. ①刮搓
疗法 IV. ①R244.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 115948 号

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路 29 号 邮编: 110003)

印 刷 者: 沈阳全成广告印务有限公司

经 销 者: 各地新华书店

幅面尺寸: 184mm × 260mm

印 张: 15.75

字 数: 200 千字

印 数: 1 ~ 4000

出版时间: 2012 年 1 月第 1 版

印刷时间: 2012 年 1 月第 1 次印刷

责任编辑: 寿亚荷

封面设计: 翰鼎文化 / 达达

版式设计: 袁 舒

责任校对: 李 霞

书 号: ISBN 978-7-5381-7018-4

定 价: 40.00 元

联系电话: 024-23284370

邮购热线: 024-23284502

E-mail: dlgs@mail.lnpgc.com.cn

http://www.lnkj.com.cn

本书网址: www.lnkj.cn/uri.sh/7018

前 言

中医经络火龙疗法是我国古代人民在同疾病斗争过程中常用于治疗疾病的自然疗法之一。其理论源于中医灸法，根据火性炎上、升腾向外的性质，达到温经散寒，沟通脏腑内外，疏通经络和气血的功效。具体来说，火龙疗法是指以皮肤作为施术部位，以温热的湿毛巾作为导热体，95%的医用酒精作为热源，按一定的经络循行及穴位（或特殊解剖部位）进行喷洒，有规律地点燃洒在导热体上的酒精和扑灭火焰，使毛细血管扩张，皮肤呈潮红色，再敷上特制介质（火龙液）以起到温通经脉、行气止痛、祛风除湿、活血化瘀、扶阳固脱、养颜美容等作用的治疗和保健方法。由于火龙疗法方法独特，效果显著，操作起来有一定的技巧性，所以，我们组织有关人员编写了《中医经筋摩火痧疗法全书》。

本书共分十四章，第一章介绍了人体解剖学的基本知识。第二章介绍了人体结构层次和皮肤。第三章介绍了中医基本理论，包括脏象学说和气血津液学说。第四章介绍了中医经络腧穴学基础。第五章介绍了十二经筋循行分布和结筋病灶点，第六章介绍了推拿概论，包括在应用火龙疗法时应使用的各种推拿手法。第七章介绍了中医经络火龙疗法。第八章介绍了中医刮痧疗法。第九至第十四章分别介绍了应用火龙疗法治疗内科疾病、筋伤科疾病、损美性疾病、妇产科疾病、男性疾病、五官科疾病的方法。全书内容丰富、实用，特点突出，配有经筋、穴位图片和火龙疗法的照片。可供各级中医针灸、按摩机构、美容机构人员使用。

编著者

2011年5月

目 录

第一章 正常人体解剖学

- 第一节 人体各部位名称及体表标志 ... 1 第三节 关节结构知识 5
第二节 骨骼结构知识 2 第四节 肌肉系统知识 6

第二章 人体结构层次和皮肤

- 第一节 人体的结构层次 8 第二节 皮肤 9

第三章 中医基本理论

- 第一节 脏象学说 13 第二节 气血津液学说 14

第四章 中医经络腧穴学基础

- 第一节 十二正经 16 第四节 经筋系统 34
第二节 奇经八脉 30 第五节 皮部理论 35
第三节 经外奇穴 33

第五章 十二经筋循行分布和结筋病灶点

- 第一节 概述 36 第八节 手太阳经筋的结筋病灶点 ... 66
第二节 足太阳经筋的结筋病灶点 ... 38 第九节 手少阳经筋的结筋病灶点 ... 68
第三节 足少阳经筋的结筋病灶点 ... 48 第十节 手阳明经筋的结筋病灶点 ... 71
第四节 足阳明经筋的结筋病灶点 ... 54 第十一节 手太阴经筋的结筋病灶点 ... 73
第五节 足太阴经筋的结筋病灶点 ... 62 第十二节 手心主（厥阴）经筋的
第六节 足厥阴经筋的结筋病灶点 ... 63 结筋病灶点 75
第七节 足少阴经筋的结筋病灶点 ... 64 第十三节 手少阴经筋的结筋病灶点 ... 77

第六章 推拿概论

- 第一节 推拿概述 79 第四节 推拿手法介绍 81
第二节 推拿手法原理 80 第五节 推拿的禁忌 89
第三节 推拿手法作用 80

第七章 中医经络火龙疗法

- | | | | |
|---------------------------------|----|----------------------------------|-----|
| 第一节 中医经络火龙疗法概述 | 90 | 第四节 其他经络和部位火龙疗法 ... | 93 |
| 第二节 中医经络火龙疗法操作顺序及
选点方法 | 91 | 第五节 经络火龙疗法适应证、禁
忌证及注意事项 | 100 |
| 第三节 任、督二脉经络火龙疗法 ... | 92 | 第六节 火龙液的制备 | 101 |

第八章 中华刮痧疗法

- | | | | |
|-----------------------------|-----|-------------------------------|-----|
| 第一节 刮痧原理 | 102 | 第四节 常见刮痧方法 | 108 |
| 第二节 刮痧的体位、操作方法和
顺序 | 102 | 第五节 刮痧的现象与临床意义 | 110 |
| 第三节 刮痧的器具与介质 | 107 | 第六节 刮痧的适应证、禁忌证与
注意事项 | 110 |

第九章 内科疾病

- | | | | |
|--------------------|-----|---------------------------|-----|
| 第一节 感冒 | 112 | 第十二节 三叉神经痛 | 131 |
| 第二节 咳嗽 | 114 | 第十三节 面神经炎 | 132 |
| 第三节 支气管炎 | 116 | 第十四节 头痛 | 133 |
| 第四节 支气管哮喘 | 118 | 第十五节 失眠 | 136 |
| 第五节 呕吐 | 120 | 第十六节 冠状动脉硬化性心
脏病 | 137 |
| 第六节 便秘 | 121 | 第十七节 心律失常 | 139 |
| 第七节 腹泻 | 123 | 第十八节 高血压 | 141 |
| 第八节 慢性胃炎 | 125 | 第十九节 低血压 | 142 |
| 第九节 胃、十二指肠溃疡 | 126 | 第二十节 糖尿病 | 144 |
| 第十节 胃下垂 | 128 | 第二十一节 甲状腺功能亢进症 | 145 |
| 第十一节 面瘫 | 129 | | |

第十章 筋伤科疾病

- | | | | |
|----------------------------|-----|----------------------|-----|
| 第一节 落枕 | 148 | 第十二节 慢性腰肌劳损 | 163 |
| 第二节 颈椎病 | 149 | 第十三节 第3腰椎横突综合征 | 165 |
| 第三节 肩胛提肌损伤 | 151 | 第十四节 腰骶关节韧带损伤 | 166 |
| 第四节 大圆肌及大圆肌下滑囊
损伤 | 153 | 第十五节 股骨头坏死 | 167 |
| 第五节 菱形肌损伤 | 154 | 第十六节 臀上皮神经损伤 | 170 |
| 第六节 肩关节周围炎 | 155 | 第十七节 坐骨神经痛 | 171 |
| 第七节 胸椎关节突综合征 | 156 | 第十八节 股四头肌损伤 | 173 |
| 第八节 强直性脊柱炎 | 157 | 第十九节 膝关节骨性关节炎 | 174 |
| 第九节 肱骨内、外上髁炎 | 159 | 第二十节 膝内侧副韧带损伤 | 176 |
| 第十节 急性腰扭伤 | 160 | 第二十一节 膝外侧副韧带损伤 | 178 |
| 第十一节 腰椎间盘突出症 | 162 | 第二十二节 膝外侧疼痛综合征 | 180 |
| | | 第二十三节 半月板炎和半月板周 | |



第二十四节	围炎	181	第二十六节	跖肌断裂	186
第二十五节	膝脂肪垫炎	183	第二十七节	足跟痛症	188
	小腿三头肌的损伤		第二十八节	痛风	189
	与痉挛	184			

第十一章 损美性疾病

第一节	痤疮	191	第八节	面部皱纹	201
第二节	眼袋	192	第九节	视物昏花	202
第三节	上睑下垂	194	第十节	颈部老化	204
第四节	酒渣鼻	195	第十一节	丰胸	205
第五节	雀斑	196	第十二节	纤腰	206
第六节	黄褐斑	198	第十三节	美腿	207
第七节	斑秃	200	第十四节	乌发润发	209

第十二章 妇产科疾病

第一节	痛经	211	第六节	子宫脱垂	220
第二节	月经不调	213	第七节	慢性盆腔炎	222
第三节	闭经	215	第八节	不孕症	224
第四节	带下病	217	第九节	产后缺乳	225
第五节	乳腺增生症	218	第十节	更年期综合征	227

第十三章 男科疾病

第一节	阳痿	230	第四节	前列腺炎	235
第二节	遗精	232	第五节	前列腺肥大	237
第三节	早泄	234	第六节	男性不育症	238

第十四章 五官科疾病

第一节	耳聋、耳鸣	241	第三节	近视	244
第二节	鼻炎	242			

第一节 人体各部位名称及体表标志

人体的不同部位有着不同的名称（图 1-1-1）。头颈部的名称为头、颈；躯干部的名称为胸、背、腹、腰；上肢部的名称为肩、上臂、前臂、手；下肢部的名称为臀、大腿、小腿、足。

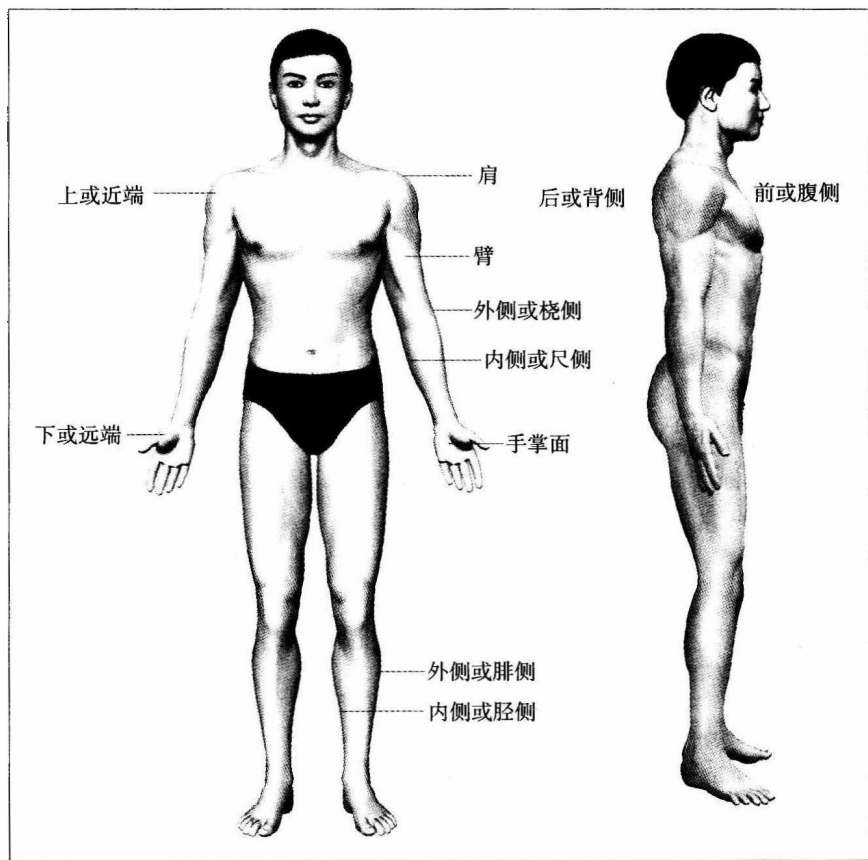
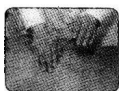


图 1-1-1

一、人体常用的方位术语

为了便于学习和研究人体各部位及其结构的位置变化，规定以身体直立，两眼向正前方直视，两足跟靠拢，足尖向前，上肢自然下垂于躯干两侧，手面向前为人体标准解剖姿势。



二、人体的切面 (图 1-1-2)

1. 正中矢状面 沿人体的前后径与水平面垂直所作的切面叫矢状面。当矢状面位于正中而将人体分为左、右两半，该切面称为正中矢状面。

2. 水平面 (横切面) 当与地面平行，将人体分为上、下两部分所作的切面叫水平面。

3. 额状面 (冠状面) 沿人体的左右径，将人体分为前、后两部分所作的切面叫额状面。

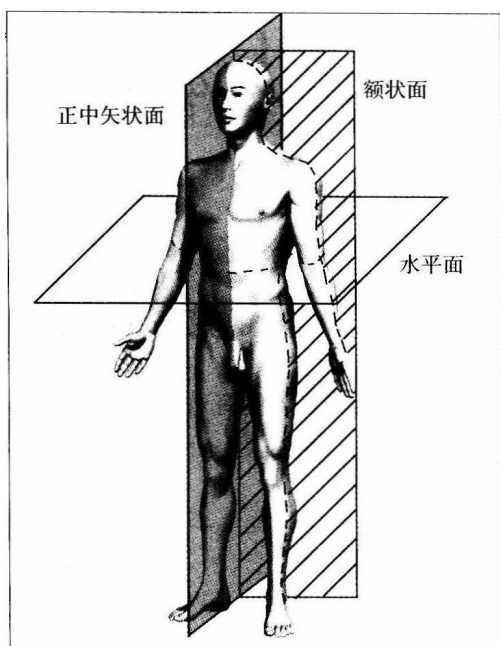


图 1-1-2

三、人体骨骼的体表标志

1. 头颈部的骨骼标志 乳突；枕外隆凸；颧弓；眶上、下缘；眶上切迹；眉弓；下颌角；舌骨。

2. 躯干部的骨骼标志 胸骨：胸骨柄、胸骨角、胸骨体、剑突；肋骨：第 2 到第 12 肋骨、第 1 到第 10 肋软骨；下肢带骨：髂前上棘、耻骨联合上缘、耻骨结节；椎骨：颈椎、胸椎、腰椎、骶骨、尾骨。

3. 上肢部的骨骼标志 肩胛骨：肩峰、肩胛冈、肩胛下角；肱骨：肱骨大结节、肱骨小结节、肱骨内上髁、肱骨外上髁；尺骨：尺骨鹰嘴、尺骨头、茎突；桡骨：桡骨头、茎突；手骨：腕骨、掌骨、指骨。

4. 下肢部的骨骼标志 坐骨结节；股骨：股骨大转子、股骨内侧髁、股骨外侧髁；髌骨；胫骨：胫骨内侧髁、胫骨外侧髁、胫骨粗隆、胫骨内侧面、内踝、腓骨小头、外踝。

第二节 骨骼结构知识

人体共有 206 块骨骼，分为颅骨、躯干骨和四肢骨三大部分。它们分布在全身各部位，支撑着身体，保护内部器官，同时肌肉收缩时，牵引骨移动位置，产生运动。人体所有的骨骼，由于功能的不同而有不同的形状。从形状上大致可分为四种：长骨、短骨、扁骨、不规则骨。扁平状的骨起保护内脏器官的作用，如颅骨保护大脑等；长骨负责人体运动，如四肢的骨骼等。

一、骨的构造

骨由骨质、骨膜、骨髓以及关节软骨构成，并有神经和血管分布。

1. 骨质 骨质是骨的主要成分，骨质表层为密质，内层为松质。密质质地致密，抗压、抗扭曲力强。松质呈海绵状，布于骺部和骨内部。

2. 骨膜 由致密结缔组织构成的膜，包裹除关节面以外的整个骨面。骨膜内层的一些细胞能分泌成骨细胞和破骨细胞。它们在骨的发生、生长、改造、修复时功能最为活跃。

3. 骨髓 充填于长骨髓腔及松质腔隙内，分红骨髓和黄骨髓。红骨髓内有红细胞和白细胞，红骨髓有造血功能，6岁前后，长骨内的红骨髓逐渐转化为黄骨髓，成为脂肪的贮存库，红骨髓仍保留在椎骨、肋骨、胸骨、髭骨及肱骨和股骨上端等骨松质内继续造血。

二、全身各部位的骨骼

全身的骨骼按部位可分为颅骨、躯干骨和四肢骨。四肢骨又分为上肢骨和下肢骨。

1. 颅骨 由 23 块骨组成。颅骨以眶上缘至外耳门下缘的连线为界，分成上、下两部分，上部为脑颅，下部为面颅（图 1-2-1）。

2. 躯干骨 是由 24 块椎骨、1 块骶骨、1 块尾骨、1 块胸骨、12 对肋骨构成（图 1-2-2）。

3. 四肢骨 由上肢骨和下肢骨构成。

(1) 上肢骨：由肩带骨和游离上肢骨组成。

肩带骨：由锁骨和肩胛骨组成（图 1-2-3）。

锁骨位于胸廓前上部两侧，全长于皮下均可触及。水平位，内端粗大，与胸骨柄构成关节；外端扁平，与肩胛骨构成关节。肩胛骨前面凹陷，叫肩胛下窝，后面隆起，叫肩胛冈，并分成冈上窝与冈下窝。肩胛冈外端的增高与膨大部分叫肩峰，锁骨与其相连。外侧角有一浅凹叫关节盂，与肱骨头构成关节。关节盂的内侧上方有一指状突起叫喙突。

游离上肢骨：由肱骨、尺骨、桡骨和手骨组成（图 1-2-4）。

肱骨：是典型的长骨。肱骨上端的膨大叫肱骨头。肱骨头前下方粗糙的突起叫小结节，外方的突起叫大结节。肱骨体中部外侧粗糙的隆起叫三角肌粗隆。肱骨远端后面的窝叫鹰嘴窝，前面内侧的窝叫冠突窝，外侧的窝叫桡窝。冠突窝下方的突起叫肱骨滑车，桡窝下方圆形的突起叫肱骨小头，两者均有关节。在肱骨远侧端的内侧的突起叫内上髁，外侧的突起叫外上髁。

尺骨：位于前臂内侧。上端前为冠突，后为鹰嘴。两者之间

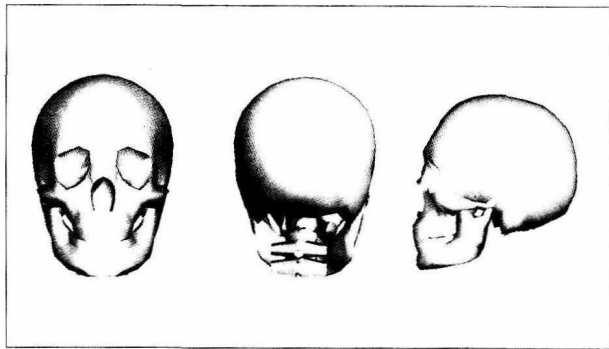


图 1-2-1

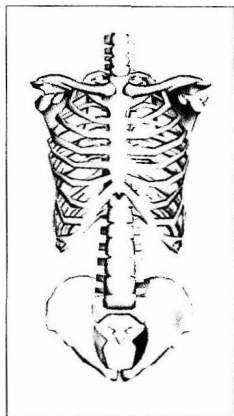


图 1-2-2

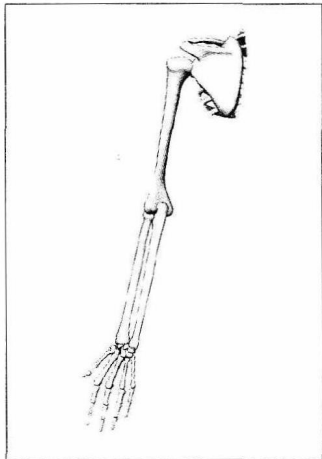


图 1-2-3

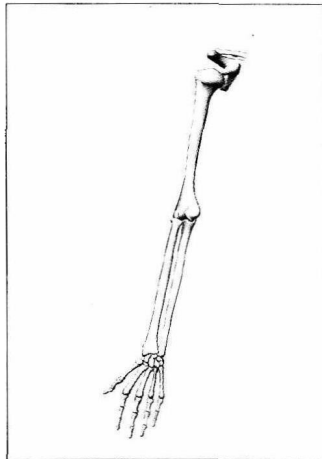


图 1-2-4

的深凹叫滑车切迹（半月切迹）。冠突的外侧有一凹陷的关节面叫桡切迹。冠突的下方有一粗糙的面，叫尺骨粗隆。尺骨干上有一个锐利的外侧缘叫骨间缘。尺骨远端呈圆盘状，叫尺骨头。内侧小突起叫尺骨茎突。

桡骨：位于前臂外侧。上端呈圆盘状，叫桡骨头，头的周围有环状关节面，头的上面有凹陷关节面，叫桡骨头关节凹。头的内侧下方有桡骨粗隆。桡骨体有一个锐利缘叫骨间缘，下端肥大。外侧有一向下的突起叫桡骨茎突，内侧有尺切迹，与尺骨头构成关节。

手骨：由腕骨、掌骨、指骨组成。腕骨由8块短骨组成，排成2列，每列4块。由桡侧向尺侧，近侧列依次为手舟骨、月骨、三角骨、豌豆骨，远侧列依次为大多角骨、小多角骨、头状骨和钩骨。掌骨共5块，近端与腕骨相关节，远端与指骨相关节。指骨共14块，拇指有2节指骨，其余均有3节指骨。

(2) 下肢骨：由下肢带骨和游离下肢骨组成。

下肢带骨：主要由髌骨组成。每侧髌骨均由位于上方的髌骨、后方的坐骨、前下方的耻骨组成（图1-2-5）。

髌骨位于髌骨上外侧。骨的上部宽而扁薄，叫髌骨翼，翼上缘变厚，叫髌嵴，髌嵴前方突起部叫髌前上棘，下方突起部叫髌前下棘，髌骨内面的凹陷叫髌窝，髌窝后部的两个粗糙面分别称耳状面和髌粗隆，髌骨内面稍显弯曲的部分叫弓状线。耻骨是髌骨的前下部分，有上支、下支和耻骨体三部分，耻骨体构成髌臼的前下部和小骨盆的侧壁，由耻骨体向前下内方伸出的骨条叫耻骨上支，继而以锐角转折向下外方叫耻骨下支。坐骨是髌骨的后下部分，分坐骨体、坐骨支两部分，其相接的外面有一粗糙结节为坐骨结节。髌臼由髌、耻、坐三骨的骨体构成，深陷呈环状的窝。闭孔是坐骨与耻骨围成的卵圆形大孔。骨盆由前外侧的两块髌骨和后方的骶尾骨构成。

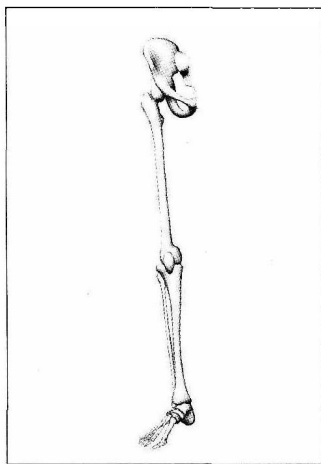


图 1-2-5

游离下肢骨：由股骨、髌骨、胫骨、腓骨和足骨组成（图1-2-6）。

股骨：是人体骨骼中最大的长骨，分为上、下端和中间的骨体。上端似球形叫股骨头，头下方较细的部分叫股骨颈。骨体上方较大隆起叫大转子，在大转子后下方的小突起叫小转子。股骨后面的骨的长轴上有一条股骨粗线。股骨下端膨大，其后方的两个隆起分别叫内、外侧髁。髁间的凹陷叫髁间窝。两髁上各有一隆起，分别叫内、外上髁。

髌骨：是人体内最大的籽骨。位于股四头肌腱内，在皮下可以触及。

胫骨：是小腿内侧的粗大长骨，其上端膨大，由内、外侧髁组成。两髁的上面是光滑、稍凹的关节面，两关节面之间有一小突起叫髁间隆起。胫骨上端前面有一大的突起叫胫骨粗隆。胫骨下端的下面有一胫骨下关节面，其外侧有三角形凹陷面叫腓切迹。胫骨下端内侧有一突起叫内踝尖。

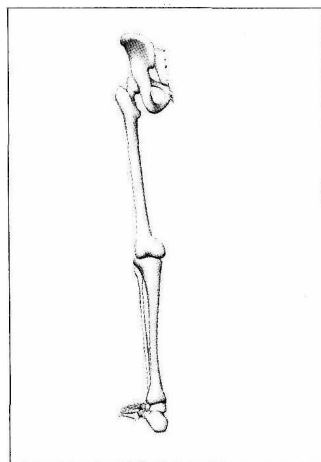


图 1-2-6

腓骨：位于股骨的外侧，上端膨大的叫腓骨头，下端较长，超过胫骨部分叫外踝。

足骨：分为跗骨、跖骨和趾骨。跗骨共 7 块，分别是距骨、跟骨、足舟骨、骰骨和 3 块楔骨。跗骨位于足的后半部。跖骨共 5 块，近端与跗骨相关节，远端与趾骨相关节。趾骨共 14 块，脚趾有 2 节趾骨，其余均有 3 节趾骨。

|| 第三节 关节结构知识 ||

骨与骨之间连接称为关节，能活动的叫“活动关节”，不能活动的叫“不动关节”。这里所说的关节是指活动关节，如四肢的肩、肘、指、髋、膝等关节。

1. 关节的基本结构 尽管人体的关节有多种多样，但其基本结构不外有关节面、关节囊和关节腔。

(1) 关节面：各骨相互接触处的光滑面。关节面为一层关节软骨覆盖。

(2) 关节囊：由结缔组织组成，它包围在关节外面。

(3) 关节腔：关节软骨和关节囊间所密闭的窄隙。

2. 辅助结构 由关节盘（或称关节内软骨垫）、关节唇、滑膜皱襞和关节韧带等。

(1) 关节盘：由纤维软骨构成，常似圆盘状或半月状。中间薄周边厚，位于两关节面之间，周缘与关节囊愈合。具有减轻冲撞和震动的作用。

(2) 关节唇：是附着在关节窝周缘的纤维软骨环。有增大关节面、加深关节窝，使关节更加稳固的作用。肩关节、髋关节均有之。

(3) 滑膜皱襞：起着补充关节空隙和分泌润滑液的作用。

(4) 关节韧带：分布在关节周围或关节内。具有连接相邻两骨、限制关节运动的作用。

3. 人体主要关节结构

(1) 肩关节：由关节囊包围肱骨头和肩胛骨的关节盂而成。因肱骨头的关节面大，呈半球形，肩胛骨关节盂小而浅，加上关节囊松而薄，所以，肩关节活动灵活，是全身易脱位的关节之一。

(2) 肘关节：是一个复关节，由三个关节共居同一关节囊而成。

肱尺关节：是肘关节的主关节，由肱骨滑车与尺骨滑车切迹构成，可展伸 140° 。

肱桡关节：由肱骨小头和桡骨的关节凹构成。只能做屈伸和回旋运动。

桡尺近侧关节：由桡骨环状关节面与尺骨上端的桡切迹构成。

伸肘时，前臂与上臂不在一条直线上，前臂与上臂之间形成一开向外侧的角度，这个角叫提携角（男性约为 165° ，女性约为 135° ）。

(3) 桡腕关节：由桡骨的腕关节面与舟骨、月骨和三角骨构成，可做屈伸、内收、外展和环转运动。

(4) 腕掌关节：由下排腕骨与掌骨构成。除拇指腕掌、小拇指掌关节能做屈伸、收展、对掌及环转（仅拇指腕掌关节有）等运动外，其余三个腕掌关节基本不动。

(5) 髋关节：由髋臼和股骨头构成。由于髋臼较深能容纳股骨头的 $2/3$ ，而且髋关节囊及周围的肌肉又比较强厚，因此，稳固性比肩关节大。髋关节脱位也仅次于肘关节和肩关节。

(6) 膝关节：由股骨下端的关节面、胫骨上端的关节面和髌骨关节面构成。滑膜腔被两条交叉韧带分割。前、后两条交叉韧带具有防止胫骨前、后移位的作用。膝关节内有月牙状的关节盘，叫半月板，其内侧大，外侧小。当膝关节半屈，内旋或外旋位时，突然的强力伸膝运动可使半月板损伤。膝关节囊坚韧，关节囊的前壁有髌骨和髌韧带；两侧有胫、腓侧副韧带；后方有斜韧带。

(7) 踝关节：由胫骨下端及内踝、腓骨外踝与距骨构成，属于滑车关节。踝关节负重最大，关节面较小，但踝关节囊有韧带加强，内侧韧带从内踝开始，呈扇形向下展开，附于足舟骨、距骨和跟骨。因踝关节周围韧带强而有力，以致在踝扭伤时，即使内、外踝发生骨折，韧带也不易受损。

|| 第四节 肌肉系统知识 ||

肌组织的肌细胞呈细丝状，称为肌纤维，其特征是将化学能转变为机械能，使肌纤维缩短，产生收缩，以保证机体的各种运动。

肌组织按其形态与功能，分为平滑肌（分布在内脏和血管壁上）、心肌（分布在心脏）、骨骼肌（分布在骨骼上）。肌细胞之间排列紧密，细胞之间有少量结缔组织、毛细血管和神经纤维。当肌肉损伤时，可引起出血损伤。

肌肉在人体内的分布极其广泛，全身肌肉约有 639 块，其重量约占体重的 40%，而四肢肌肉约占肌肉总重量的 80%。肌组织的基本特征是收缩和舒张。收缩时肌肉缩短，横断面增大，松弛时则相反。由于中枢神经系统持续兴奋使肌肉经常保持持续性的轻微收缩状态，这种状态叫肌紧张，肌紧张可使身体维持一定的姿势。实际上，人在静止时，肌肉仍然处于稍微收缩的状态。

一、肌肉的构造

每块肌肉都是由许多肌纤维集合起来组成一个肌束，再由许多小的肌束合并成一个大的肌束，最后由若干个大的肌束合并成整块肌肉。整块肌肉的外围都由结缔组织薄膜包裹着，称肌外膜，它向肌两端的延续部分称为肌腱。肌肉借肌腱附着于骨膜、筋膜和关节囊的表面。肌腱没有收缩能力，但有很强的抵抗力。

二、肌肉的分类

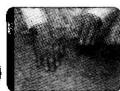
1. 按形状分类 以肌肉的外形轮廓可分为长肌、短肌、轮匝肌和阔肌。

2. 按肌头数目分类 有二头肌、三头肌、四头肌等。每个头各有一个起点，由两个头合成一个肌腹，为二头肌，其余依次类推。每块肌肉都有一个止点。

三、肌肉的物理特性

1. 伸展性与弹性 肌肉受外力时长度增加，这种特性叫伸展性。当外力解除后，肌肉恢复到原来的长度，称为肌肉的弹性。

2. 黏滞性 肌肉收缩时，肌纤维之间摩擦产生阻力，是由肌肉的黏滞性引起的。气候寒冷时，肌肉的黏滞性增大，所以在做各项运动前要做准备活动，使体温升高，以减



小肌肉的黏滞性。

四、肌肉的辅助结构

1. **筋膜** 筋膜有浅筋膜和深筋膜两种。浅筋膜位于皮下，是含脂肪成分的一层疏松结缔组织；通常所说的筋膜（或固有筋膜）位于浅筋膜的深层，由致密结缔组织构成，在四肢最发达，包被在每块肌肉的周围，并深入肌群之间，形成肌间隔，最后连于骨膜上。

2. **腱鞘** 腱鞘是由两层结缔组织构成的长管，套在肌腱上，两层膜之间有滑液，运动时可减少肌腱和骨之间的摩擦。

人体结构层次和皮肤

人体经络系统可分十二经脉、奇经八脉、十五络脉、十二经别、十二经筋、十二皮部，其中十二皮部是十二经脉功能活动反映于体表的部位，也是络脉之气散布之所在。摩火痧疗法施术于十二皮部，通过刺激皮肤，达到预防保健、治疗疾病的目的。

十二皮部，是指与十二经脉相应的皮肤部分，属于十二经脉及其络脉的散在部位。体表皮肤按手足三阴三阳划分，即形成十二皮部。它是十二经脉功能活动于体表的反应部位，也是络脉之气散布之所在。由于皮部位于人体最外部，所以是机体的卫外屏障。《素问·皮部论》云：“皮者脉之部也。邪客于皮则腠理开，开则邪入客于络脉，络脉满则注于经脉，经脉满则入舍于府藏也。”这样，皮→络→经→腑→脏，成为疾病传变的层次；脏腑、经络的病变也可反映到皮部。因此通过外部的诊察和施治可以推断和治疗内部的疾病。临床上的皮肤针、刺络、敷贴等法都是皮部理论的应用。由上可知，皮部具有抗御外邪、保卫机体和反映病候、协助诊断的作用。

摩火痧疗法正是利用皮部的分布特点和功能，施术于皮部，通过皮肤给药，达到预防保健、治疗疾病的目的。所以人体的结构、皮肤的解剖和组织及皮肤的功能有必要作以下介绍。

第一节 人体的结构层次

一、细胞

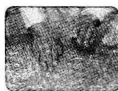
构成人体基本的结构和功能单位是细胞，细胞与细胞之间存在着细胞间质。细胞间质是由细胞产生的不具有细胞形态和结构的物质，它包括纤维、基质和流体物质（组织液、淋巴液、血浆等），对细胞起支持、保护、连接和营养作用，参与构成细胞生存的微环境。

二、组织

众多形态相似、功能相近的细胞由细胞间质组合成的细胞群体叫做组织，人体组织有多种类型，传统上一般将之分为四种基本组织，即上皮组织、结缔组织、肌组织和神经组织。

1. 上皮组织 简称上皮，由大量形态较规则、排列紧密的上皮细胞和少量的细胞间质组成。主要分为被覆上皮和腺上皮两大类。被覆上皮被覆于体表或内衬于体内各管、腔及囊的内表面，构成该器官的特征性结构；腺上皮是构成腺体的主要成分。上皮组织具有保护、吸收、分泌和排泄等功能。

2. 结缔组织 结缔组织由细胞和大量细胞间质构成。间质又可分为基质和纤维。基



质为均质状,纤维呈细丝状。在体内,结缔组织主要起连接、支持、营养、运输和保护作用。结缔组织是体内分布最广泛、形式最多样的一种组织,它包括固有结缔组织、软骨组织、骨组织和血液。

一般所说的结缔组织,是指存在于器官之间及组织与组织之间的纤维性结缔组织,如真皮。这种组织细胞较少,细胞间质较多,含大量的纤维,在人体中起充填、连接、支持和营养功能。纤维性结缔组织又分为疏松结缔组织(如真皮)、致密结缔组织(如关节的韧带)以及脂肪组织。

3. 肌组织 肌组织主要由肌细胞构成,肌细胞之间有少量结缔组织、血管、淋巴管和神经。肌组织分为骨骼肌、心肌、平滑肌三类。前两者的纵切面在光镜下可见明暗相间的横纹,故称横纹肌。骨骼肌一般附着在骨骼上,其舒缩活动受意识控制,迅速而有力,但不持久,易疲劳,故称随意肌。心肌仅分布于心壁,其舒缩活动不受意识控制,有自动节律性。平滑肌主要分布于内脏器官和血管,其舒缩活动不受意识控制,缓慢持久而有节律,不易疲劳,心肌和平滑肌又称不随意肌。

4. 神经组织 神经组织由神经细胞和神经胶质细胞构成。神经细胞是神经组织的主要成分,是高度分化的细胞,数量庞大,形态多样,结构复杂,在生理功能上具有能感受刺激和传导冲动(进行分析综合)产生反应的特点。它是神经组织的结构和功能单位,故神经细胞又称为神经元。神经胶质细胞是神经组织的辅助成分,多数细胞也有突起。神经胶质细胞的胞体一般比神经细胞的胞体小,而数量却为神经细胞的10倍左右,对神经细胞起支持。具有营养、绝缘、保护和修复等功能。

三、器官和系统

以一种组织为主体,几种组织有机地结合在一起,形成具有一定形态、结构和功能特点的物体被称为器官。一系列执行某种同一功能的器官有机地联系在一起,形成了具有特定功能的系统。

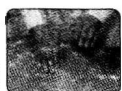
构成人体的系统有运动系统、消化系统、呼吸系统、泌尿系统、生殖系统、循环系统、神经系统等,以及作为特殊感受装置的感觉器官,它们感受人体内外环境的各种刺激并产生适当的应答。此外,还有散在于身体内功能各异的内分泌腺。人体各系统既具有本身独特的形态、结构和功能,又在神经系统的统一支配下和神经体液的调节下,相互联系,相互制约,协同配合,共同完成统一的整体活动和高级的意识活动,以实现与瞬息万变的内外环境的高度统一。

第二节 皮肤

一、皮肤的解剖

皮肤位于人体表面,是机体最大的器官,本身也具有多方面的功能。皮肤由表皮、真皮和皮下组织构成,并与其下的组织相连。皮肤总面积约为 1.5m^2 ,其总重量约占体重的16%。皮肤的厚度根据部位有所不同,通常 $0.5\sim 4.0\text{mm}$ 。

皮肤表面由许多皮嵴和皮沟形成,皮嵴部位常见许多凹陷小孔,称为汗孔,是汗腺



导管开口部位。皮沟深浅不一，将皮肤划分为许多三角形、菱形或多角形皮野。

皮肤颜色根据不同人种、性别、色调有所不同。即使同一人体的皮肤，在各种部位也深浅不一。

皮肤还附有毛发、皮脂腺、汗腺及指（趾）甲等附属器。

1. 毛发 可分为毛球、毛根和毛干。毛发分布很广，通常可分为硬毛、毳毛两种。硬毛又分长毛与短毛两种。

2. 皮脂腺 通常可分为三种类型：①附属于毛囊，开口于毛囊。②与毳毛有关，其导管直接开口于体表。③与毛发无关，称为独立皮脂腺。

3. 汗腺 又分大、小汗腺两种。①小汗腺几乎遍及全身。其导管多在表皮内呈螺旋状直行，开口于皮肤表面。②大汗腺仅分布在腋窝、包皮、阴囊、小阴唇、会阴等处。多在皮脂腺开口的上方开口于毛囊。

4. 指（趾）甲 是由致密而坚实的角质所组成，可分甲板、甲根。位于甲体下的基底组织部分称为甲床。位于甲根下的基底组织称为甲母质。

二、皮肤的组织学

皮肤结构分三层，最外层为表皮，中间层为真皮，最里层为皮下组织。

1. 表皮 属复层鳞状上皮。

(1) 角质层：由充满角质素的细胞如鱼鳞薄片互相重叠在一起，具有防止水分散失和水分渗透的功能。

(2) 透明层：由充满角质素的透明细胞组成，具有折射光线的功能，异常时会呈厚茧。

(3) 颗粒层：本层细胞排列与皮肤表面相平行，细胞呈梭形，细胞核椭圆形，位于中央，染色较浅，是开始退化的表现。

(4) 有棘层：表皮层中最厚的一层，由数层到十层左右重叠在一起的棘状细胞组成，细胞之间有淋巴液流通，可供给表皮营养，并防止射线伤害。

(5) 基底层：在表皮内侧排成一系列的圆柱细胞，可称为表皮的母体，具有产生新细胞的功能，并有色素母细胞排列，可分泌黑色素制造肤色，并抵抗紫外线的侵害。

表皮细胞的生长过程是：基底层→有棘层→颗粒层→透明层→角质层→皮屑脱落。这个过程一般为 28 天。它提示人们：如果皮肤受损未达到基底层，表皮是可以恢复生长的，而且不留痕迹。

2. 真皮 比表皮厚 7 倍。

(1) 乳头层：含有细小的圆锥乳头，上面布满血管、淋巴管和神经。借着乳头层和表皮的交错，使真皮和表皮两者结合得很牢固。

(2) 网状层：由弹性纤维与成胶原纤维所交织成的网状组织组成，使皮肤紧实和富有弹性。

(3) 附属器官：汗腺、皮脂腺、毛细血管、毛干、毛囊等。

3. 皮下组织 也称皮下脂肪层，由疏松结缔组织及脂肪小叶构成，对外来的重力等刺激具有软垫作用；皮下脂肪亦是很好的热绝缘体。