

中华
灸要穴丛书

名穴、效穴、单验穴的极致诠释
古今经验的全面总结，中华医粹的完美继承

总主编◎ 巩昌镇 陈少宗

太冲穴



主编◎ 曲岩 王黎明



T A I C H O N G X U E

太冲穴

总主编 巩昌镇 陈少宗

主 编 曲 岩 王黎明

中国医药科技出版社

内 容 提 要

本书分为三部分：上篇穴位概述，中篇临床应用，下篇实验研究。全面介绍了太冲穴在临床各科的具体辨证使用。资料丰富，内容翔实，具有很强的临床实用性和文献参考价值。可供针灸临床工作者和爱好者参考使用。

图书在版编目 (CIP) 数据

太冲穴/曲岩, 王黎明主编. —北京: 中国医药科技出版社, 2012. 1
(中华针灸要穴丛书/巩昌镇, 陈少宗主编)

ISBN 978 - 7 - 5067 - 4928 - 2

I. ①太… II. ①曲… ②王… III. ①太冲穴 - 针灸疗法 IV. ①R224. 2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 027786 号

美术编辑 陈君杞

版式设计 郭小平

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行: 010 - 62227427 邮购: 010 - 62236938

网址 www.cmstp.com

规格 710 × 1020 mm $\frac{1}{16}$

印张 14

字数 225 千字

版次 2012 年 1 月第 1 版

印次 2012 年 1 月第 1 次印刷

印刷 三河市华新科达彩色印务有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978 - 7 - 5067 - 4928 - 2

定价 28.00 元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

《中华针灸要穴丛书》

编委会

总主编 巩昌镇 陈少宗

副总主编 刘伟 姜文

编委 (按姓氏笔画排序)

卜彦青	王黎明	古励	丛茜	巩昌靖
巩昌镇	曲岩	刘一凡	刘伟	刘鹏
闫冰	孙鹏	杜广中	杨凯	李君
李金龙	李艳梅	何新蓉	宋立中	迟程
张立娟	张秉芬	陈少宗	陈红	岳公雷
姜文	郭珊珊	郭振丽	唐代屹	储芹
路玉滨	阚俊祯			

分册主编

《风池穴》	卜彦青 李金龙	《肾俞穴》	郭振丽 丛茜
《关元穴》	李艳梅 宋立中	《中脘穴》	张立娟 李艳梅
《合谷穴》	丛茜 张秉芬	《委中穴》	杜广中 卜彦青
《内关穴》	张立娟 姜文	《丰隆穴》	刘鹏 郭珊珊
《曲池穴》	王黎明 曲岩	《天枢穴》	曲岩 王黎明
《三阴交穴》	郭珊珊 郭振丽	《阴陵泉穴》	李君 李金龙
《足三里穴》	郭振丽 郭珊珊	《阳陵泉穴》	郭珊珊 刘鹏
《太冲穴》	曲岩 王黎明	《大椎穴》	李艳梅 张立娟
《百会穴》	张秉芬 丛茜	《膻中穴》	丛茜 郭振丽
《太溪穴》	王黎明 曲岩	《气海穴》	岳公雷 闫冰 阚俊祯

| 自序 |

经穴的作用规律、作用范围、作用的特异性主要是由相关神经节段的支配空间决定的。这里必须要说明的是，在脊髓水平，由于脊髓中间神经元及脊神经节的中枢突在脊髓内的上下联系或交感干神经节之间的上下联系，因此任何一个脊髓节段的存在都不是孤立的，而是上下数个脊髓节段紧密联系在一起。从严格意义上讲，这种联系是神经节段性联系的重要形式，是产生针灸的“节段性效应”的重要途径。针灸的“节段性效应”既包括同一个脊髓节段水平内的“节段性效应”，也包括相邻近或密切相关联的数个脊髓节段之间的“节段性效应”。所以对于“腧穴的主治规律”，也就是“腧穴的主治范围主要是由相关神经节段的支配空间决定的”理论应当有一个全面认识。

但是，也有这样一个事实，即有少部分腧穴特别是位于四肢部的一部分腧穴，除了能够治疗与之相同和相关节段内的疾病之外，还可以治疗与之相距较远节段区内的疾病，并且对有的疾病具有较好的治疗作用。这种情况主要是由高位中枢的超分节结构或体液因素决定的。高位中枢的超分节结构和体液因素是针灸的“整体性效应”产生的主要机制。这就是说，我们在认识到腧穴的主治范围与神经的节段性支配关系相吻合的同时，也注意到了由超分节结构的高位中枢及体液因素所决定的腧穴的某些特殊作用的存在。为了系统展示这部分腧穴的广泛作用，我们选择了其中的20个，就其临床应用及有关研究现状进行了系统汇集，以《中华针灸要穴丛书》形式奉献给广大读者。

由于篇幅所限，本套丛书并未纳入所有的相关文献，只是根据常用原则，主要纳入了对常见病种的治疗使用情况，这种处理极有可能漏掉部分好的经验。此等不足还望读者见谅，并批评指正！

山东中医科学院针灸研究所
陈少宗
2011年10月

前言

《中华针灸要穴丛书》是一套重要的针灸穴位学术丛书，由美国中医学院儒医研究所和山东中医科学院针灸研究所通力合作而成。本套丛书旨在通过立体式、多视角的研究为中医院校针灸专业学生、针灸医生、针灸理论研究者以及针灸爱好者提供切实有效的学习研究工具。

众所周知，穴位遍布人体。但是，在针灸理论和针灸临床上占据着显著而独特位置的，则是那些有着多种功能和广泛用途的穴位。这些穴位，坐落在人体动一点而牵全身的部位，举足轻重，受到历代医家的高度重视。反复的临床研究证实，正确和灵活地使用这些穴位可以收到“四两拨千斤”之效。惟其如此，针灸大夫每天口不离它们，手不离它们，而这些神奇的穴位也正是《中华针灸要穴丛书》的聚焦点。

确定什么穴位进入本套丛书，就我们而言，经历了一个反复筛选的过程。美国中医学院儒医研究所在美国发展针灸事业已近20年，多年来，儒医研究所一直关注着在临床上应用频率最高的穴位、临床医生天天使用的穴位、针灸学家研究最集中的穴位、针灸处方中出现次数最多的穴位，全面收集着这些穴位的理法方术的资料。在此基础上，丛书编委会又进而广泛查阅了从《黄帝内经》、《针灸甲乙经》、《针灸大成》到《针灸集成》的古代文献，通览了《中国针灸》、《针灸临床杂志》、《上海针灸杂志》、《针刺研究》、《国际针灸临床杂志》和众多的中医类杂志，参考了现代针灸医家的经验专著，还先后向几十位临床针灸学家进行了调查咨询，这样经过长期反复的筛选，足三里、三阴交、百会、合谷、太冲、风池、曲池、关元、内关、阴陵泉、阳陵泉、太溪、丰隆、委中、中脘、肾俞、天枢、气海、大椎、膻中20个穴位最终从十四条经脉的361个腧穴中胜出。

入选的20个穴位，每个穴位成书一册。各册皆分上、中、下三篇，从三个方面对每个穴位进行立体式、多视角的系统总结。上篇为穴位概述，介绍针灸穴位的起源、基础理论、历代针灸著作对该穴位的认识和理解，以及针术针法。中篇为临床应用，介绍穴位以及穴位组合在临床各科病证上的应用，

包括临床观察和临床案例。下篇为实验研究，介绍穴位的组织学和解剖学、针刺效应的研究、针刺穴位对身体各系统的影响等。针灸学的研究，尤其是针灸穴位的研究，不但需要超越针灸歌诀的古代水平，而且需要超越针灸机制研究的现代水平。《中华针灸要穴丛书》所建立的穴位概述、临床应用、实验研究三位一体的体系正是朝着这一方向努力的一个尝试。

《中华针灸要穴丛书》汇集了众多古今医家的研究成果。正是这些研究成果使得针灸医学得以成长、发展、繁荣。值此出版之际，丛书编委会谨向各位作者致以诚挚的谢意。

美国中医学院儒医研究所
巩昌镇博士
2011年10月

目 录 |

上篇 穴位概述

一、穴名释义与渊源	2
二、功能与治疗范围	3
三、经典著作的认识	3
四、刺激方法	7
五、穴位解剖结构及进针层次	11

中篇 临床应用

第一章 内科病证	13
一、呃逆	13
二、胃炎	19
三、胆石症	22
四、溃疡性结肠炎	27
五、单纯性肥胖	29
六、糖尿病	32
七、帕金森病	39
八、癫痫	43
九、脑梗死	49
十、头痛	53
十一、面瘫	69
十二、美尼尔病	79
十三、肋间神经痛	82
十四、抑郁症	85
十五、瘰病	92
十六、焦虑症	95

十七、失眠	98
十八、高血压病	101
十九、眩晕	111
二十、尿潴留	118
二十一、痛风性关节炎	122
二十二、慢性咽炎	129
第二章 外科病证	134
一、麦粒肿	134
二、痤疮	138
三、鼻衄	141
四、荨麻疹	142
五、带状疱疹	146
六、湿疹	156
七、急性腰扭伤	159
八、腰椎间盘突出症	163
第三章 妇科病证	167
一、经前期综合征	167
二、痛经	171
三、慢性盆腔炎	181
四、崩漏	185
五、乳腺增生	187
六、更年期综合征	192
第四章 儿科病证	201
一、乳蛾	201
二、小儿惊风	202
三、小儿癫痫	204
四、小儿疝气	205

下篇 实验研究

一、组织学与解剖学研究	209
二、针刺太冲穴的相关基础研究	210
三、针刺太冲穴的相关临床研究	212

上

篇

穴位概述

一、穴名释义与渊源

1. 穴名释义

太冲穴，为足厥阴肝经之腧穴。太，大也；冲，指冲盛。太冲穴为肝经之原，为冲脉之支别处。肝主藏血，冲脉为血海，肝与冲脉气脉相应合而盛大；又与冲阳傍近，进步抬足，首当其冲，故名之以“冲”。

2. 太冲穴的历史渊源

太冲穴的临床应用具有悠久的历史，最早见于《灵枢·本输》：“注于太冲，太冲，行间上二寸，陷者之中也，为俞”。《灵枢》为中国现存最早的医学典籍之一，它与《素问》共同构成中医经典医学理论著作《黄帝内经》。该书创立的中医学理论体系和针法原理，成为中医理论和针灸学发展的核心，始终指导着中医临床实践，直到今天仍具有重要的研究和实用价值。《素问·水热穴论篇》言太冲穴：“三阴之所交，结于脚也。踝上各一行，行六者，此肾气之下行也。名曰太冲。”魏晋时期皇甫谧编纂了中国现存最早的针灸学专著《针灸甲乙经》，此书全名为《黄帝三部针灸甲乙经》，是汇集《素问》、《针经》及《明堂孔穴针灸治要》三部书分类整理而成，经络所属穴和交会穴均详见于该书。该书以“头身分部，四肢分经”的排列方式，对十四经穴进行整理和归类，是基础理论和针灸治疗内容相结合的古代理论专著，也是皇甫谧对针灸学的重大贡献。书中言太冲穴：“在足大指本节后二寸，或曰一寸五分陷者中。”唐代孙思邈毕生治学严谨，博学多才，编著《千金要方》、《千金翼方》各30卷。其中《千金要方》云：“女子疝及小腹痛，泄泻癃闭遗尿阴痛，面尘黑目皆漏血，刺太冲入三分，灸三壮”，《千金翼方》亦云：“虚劳浮肿，灸太冲百壮”，还提及太冲治疗“黄疸，热中善渴”。宋代对经络腧穴的整理研究甚为重视，天圣四年由王惟一编成《铜人腧穴针灸图经》三卷，共载354经穴。其中，提及太冲穴可治疗“胸胁支满，足寒大便难，呕血，女子漏血不止，小儿卒疝呕逆”等症。到了元代，王国瑞编纂的《扁鹊神应针灸玉龙经》将八脉交会穴结合日时选用，称为“飞腾八法”或“灵龟八法”，其中提及“女人漏下不止，太冲、三阴交”。明代徐凤的《针灸大

全》中有“天星十二穴并治杂病歌”，是在王国瑞《扁鹊神应针灸玉龙经》“天星十一歌诀”的基础上增加了太冲一穴并修改而成，云：“太冲足大趾，节后二寸中。动脉知生死，能医惊痫风；咽喉并心胀，两足不能动；七疝偏坠肿，眼目似云蒙，亦能疗腰痛，针下有神功。”

二、功能与治疗范围

1. 功效

有平肝熄风，健脾化湿，调气疏郁之功。

2. 治疗范围

太冲，为足厥阴肝经之输穴，输主体重肢痛，故本穴可治急性腰扭伤后出现的疼痛，同时伴有腰肌紧张、不可俯仰，以及少腹胀满者，用之甚效。《素问·咳论》曰：“治脏者，治其俞。”太冲乃肝经之输，其对调节和改善肝脏及相关脏腑功能有一定的作用，故临床多用之治疗肝胆疾病、精神疾患以及眼疾等病。近年来，刺灸太冲穴已经广泛应用于治疗高血压病。

太冲亦是肝经的原穴。原穴有发源、原动力的意思，也就是说，肝脏所表现的个性和功能都可以从太冲找到形质。肝为刚脏，不受佛郁；主筋，易生内风；开窍于目；主藏魂。故太冲穴可以治疗肝阳上亢导致的头痛、眩晕、目赤肿痛、耳聋、耳鸣、青盲等头面五官疾病；肝气不足、脾虚湿滞导致的月经不调、崩漏等妇科病，及疝气、遗尿、下肢痿痹；肝阳化风导致的癫痫、小儿惊风、中风；肝气郁滞导致的胁痛、郁闷、急躁易怒等。

三、经典著作的认识

中医学认为，经络是运行气血、联系脏腑和体表以及全身各部的通道，是人体功能的调控系统。在正常情况下，经络能起到运行气血、协调阴阳的作用，并将信息传递到人体各部；当气血不和、阴阳失衡时，也是通过经络将疾病的信息反映出来。针灸等治法就是通过激发经络本身的功能，疏通经气的传导，使机体阴阳处于平衡状态。如果把整个经络系统看作是一张纵横交错的网，那么穴位就是这张网赖以支撑和维系的网结。因此，采用不同的方法刺激穴位，即可达到疏通经络、调理气血、协调脏腑功能、平衡阴阳、祛邪扶正、强身健体的目的。肝经起于足大趾爪甲后丛毛处，向上沿足背到内踝前，上沿胫骨内缘，沿膝关节和大腿内侧，进入阴毛中，环绕阴器，到达小腹，挟胃旁，属肝脏，联络胆腑，向上通过横膈，分布于胁肋，沿喉咙后面向上进入鼻咽部，连接于目系，向上出于额前，与督脉会于巅顶。该经腧穴主要用治肝胆、妇科、前阴病及经脉循行部位的其他病证。临床使用时，



治疗胸胁胀满疼痛、肝胆病、情志病，常用太冲、期门；治疗疝气、生殖系统疾病、小腹疼痛，常用太冲、大敦；治疗眩晕、目疾，常用行间、太冲。可见，太冲具有疏肝解郁、平肝潜阳的功能。

古代文献选摘

《千金要方》：女子疝及小腹肿，泄泻癃闭遗尿阴痛，面尘黑目皆漏血，刺太冲入三分，灸三壮。

《千金翼方》：虚劳浮肿，灸太冲百壮。

《针灸资生经》：治小儿卒疝，呃逆发寒，咽干壅肿，内踝前痛，淫泆胫酸，腋下肿。

《针灸资生经》：申脉、太冲、曲泉、阳溪，主（目）赤肿痛。

《卫生宝鉴·通玄指要赋》：且如行步难移，太冲最奇。

《针灸直指·刺水热穴论》：三阴之所交，结于脚也。桌上各一行，行六者，此肾脉之下行也。名曰太冲，凡五十七穴者，皆脏之阴络，水之所客也。

《难经》：厥阴脉，动太冲、五里、阴廉。

《医经小学·周身经穴赋》：厥阴在足，肝经所钟。起大敦于行间，循太冲于中封，蠡沟、中都之会，膝关、曲泉之宫，袭阴包于五里兮，阴廉乃发，寻羊矢于章门兮，期门可攻。

《针经指南·标幽赋》：心胀咽痛，针太冲而必除。

《针灸大全·席弘赋》：手连肩脊痛难忍，合谷针时要太冲。脚痛膝肿针三里，悬钟二陵三阴交，更向太冲须引气，指头麻木自轻飘。用针补泻分明说，更用搜穷本与标，咽喉最急先百会，太冲照海及阴交。

《针灸大全·马丹阳天星十二穴治杂病》：太冲足大指，节后二寸中，动脉知生死，能医惊痫风，咽喉并心胀，两足不能行，七疝偏坠，肿眼目似云朦，亦能疗腰痛，针下有神功。

《针灸大全》：急惊风，印堂、百会、人中、大敦、太冲、合谷。

《针灸聚英·玉龙赋》：腿脚重疼，针髌骨膝关膝眼，行步艰楚，刺三里中封太冲，取内关与照海。

《针灸聚英·杂病十一穴歌》：四肢无力中邪风，眼目难开百病攻，精神昏倦多不语，风池合谷用针通，两手三间随后泻，三里兼之与太冲，各入五分于穴内，迎随得法有奇功。

《针灸聚英·肘后歌》：股膝肿起泻太冲。

《针灸聚英·徐氏子午流注逐日按时定穴歌》：己丑太白太冲穴，辛卯经渠是肺经。

《针灸聚英》：腹痛，实痛宜刺泻之，太冲、三阴交、太白、太渊、大陵。

邪客经络，药不能及者，宜灸气海、关元、中脘。

《针灸逢源》：痉，百会、风池、曲池、合谷、复溜、昆仑、太冲。

《神应经·百穴法歌》：行间骨尖动脉中，太冲节后有脉据。

《神应经·丑足厥阴肝经》：太冲，在大指本节节后二寸，有络连横至地五会二寸，骨缝隙间，动脉应手陷中，针三分，灸三壮。

《神应经·伤寒门》：腹寒，热气，少冲、商丘、太冲、行间、三阴交、隐白、阴陵泉。

《神应经·痰喘咳嗽门》：唾血内损，鱼际、尺泽、间使、神门、太渊、劳宫、曲泉、太溪、然谷、太冲、肺俞、肝俞、脾俞。呕吐，曲泽、通里、劳宫、阳陵泉、照海、太冲、大都、隐白、通谷、胃俞、肺俞。

《神应经·腹痛胀满门》：引腰痛，太冲、太白。

《神应经·肿胀门》：黄疸，百劳、腕骨、三里、涌泉、中脘、膏肓、大陵、劳宫、太溪、中封、然谷、太冲、复溜、脾俞。

《神应经·肠痔大便门》：溏泄，太冲、神阙、三阴交。痢疾，曲泉、太溪、太冲、太白、脾俞、小肠俞。便血，承山、复溜、太冲、太白。大便不通，承山、太溪、照海、太冲、小肠俞、太白、章门、膀胱俞。五痔，委中、承山、飞扬、阳辅、复溜、太冲、侠溪、气海、会阴、长强。

《神应经·阴疝小便门》：疝，曲泉、中封、太冲、商丘。阴疝，太冲、大敦。阴茎痛，阴陵泉、曲泉、行间、太冲、阴谷、三阴交、大敦、太溪、肾俞、中极。梦遗失精，曲泉、中封、太冲、至阴、膈俞、脾俞、三阴交、肾俞、关元、三焦俞。小便不禁，承浆、阴陵、委中、太冲、膀胱俞、大敦。阴挺出，太冲、少府、照海、曲泉。

《神应经·鼻口门》：消渴，水沟、承浆、金津、玉液、曲池、劳宫、太冲、行间、商丘、然谷、隐白。

《神应经·手足腰腋门》：脚气，肩井、膝眼、风市、三里、承山、太冲、丘墟、行间。

《神应经·妇人门》：女子漏下不止，太冲、三阴交。血崩，气海、大敦、阴谷、太冲、然谷、三阴交、中极。难产，合谷、三阴交、太冲。横生死胎，太冲、合谷、三阴交。

《神应经·小儿门》：卒疝，太冲。腋肿马刀疮，阳辅、太冲。

《神应经·疮毒门》：疔疮生背上，肩井、三里、委中、临泣、行间、通里、少海、太冲。

《神应经·杂病门》：腹痛有虚实、寒、气滞、死血、积热、风湿、宿食、疮、痧、疝。实痛，宜泻太冲、太白、太渊、大陵、三阴交。绿唇疮刺唇去

太

冲

穴

恶血，疝有因寒、因气、因湿热，痰积流下。针太冲、太溪、绝骨，灸大敦、三阴交、小腹、下横纹斜尖，灸一壮。

《医学入门·徐氏论子午流注法》：阳经有原，遇俞穴并过之，阴经无原，以俞穴即代之。是以甲出丘墟乙太冲之例。

《医学入门·治病要穴》：太冲主肿满，行步艰难，霍乱，手足转筋。

《针灸大成·脏腑井荣俞经合主法》：井身热，刺行间；荣体重节痛，刺太冲；俞喘嗽寒热，刺中封；经逆气而泻，刺曲泉。

《针灸大成·十二经之原歌》：甲出丘墟乙太冲，丙居腕骨是原中。

《针灸大成·督脉考穴治病》：手足俱颤，不能行步握物。阳溪、曲池、腕骨、太冲、绝谷、公孙、阳陵泉。

《针灸大成·带脉考穴治病》：手足麻痹，不知痛痒，太冲、曲池、大陵、合谷、三里、中渚。两足颤掉，不能移步，太冲、昆仑、阳陵泉。

《针灸大成·阳维脉考穴治病》：足趾节痛，不能行步，内庭、太冲、昆仑。

《针灸大成·任脉考穴治病》：小儿急惊风，手足抽搐，印堂、百会、人中、中冲、大敦、太冲、合谷。

《针灸大成·阳跷脉考穴治病》：老人虚损，手足转筋，不能举动，承山、阳陵泉、临泣、太冲、尺泽、合谷。寒湿脚气，发热大痛，太冲、委中、三阴交。

《针灸大成》：膝胫酸痛，足临泣、行间、绝骨、太冲、膝眼、三里、阳陵泉。

《考正穴法》：太冲足大指本节后二寸，或云一寸半，内间动脉应手陷中，足厥阴肝脉所注，为俞土。素问女子二七，太冲脉盛，月事以时下，故能有子，又诊患者太冲脉有无，可以决生死。铜人针三分，留十呼，灸三壮。主心痛脉弦，马黄瘟疫，肩肿吻伤，虚劳浮肿，腰引小腹痛，两丸挛缩，溇泄遗溺，阴痛，面目苍色，胸胁支满，足寒肝心痛，苍然如死状，终日不休息，大便难，便血，小便淋，小肠疝气痛，积疝，小便不利，呕血呕逆，发寒噬干，善渴，肘肿，内踝前痛，淫泆胫酸，腋下马刀疡痿，唇肿，女子漏下不止，小儿卒疝。

《针灸集成》：尿血，胃俞、关元、曲泉、劳宫、三焦俞、肾俞、气海随年壮，太冲三壮、少府三壮、膀胱俞、小肠俞。

《针灸集成》：夹脊痛，太冲、内庭、委中、昆仑。

《类经图翼》：癰，三焦俞、小肠俞、阴交、中极、中封、太冲、至阴。

《传悟灵济录》：声哑，天突、期门、间使、合谷刺、太冲刺所谓四关者

太冲也。

《备急千金要方》：阳谷、太冲、昆仑，主目急痛赤肿。

四、刺激方法

(一) 针刺法

运用针刺法刺激太冲穴是临床最常用的方法。具体操作方法是：常规消毒后，运用28~30号毫针，直刺0.5~1.0寸，或向外下斜刺1.0~1.5寸，局部可产生酸胀感，有时出现触电感向足底放射。

(二) 艾灸法

1. 艾炷灸法

首先要制做艾炷。艾炷的制作方法是：将纯净的艾绒放在平板上，用拇、食、中三指撮捏成圆锥形小体，要求撮捏紧实，耐燃而不易散裂，其大小需因人（年龄大小、体质强弱）、因病（病性、轻重）而异。艾炷的单位为“壮”，一个艾炷即称“一壮”。年老体弱者及小儿宜用小壮，年龄中年、壮年及体质较强宜用大壮。其小者如麦粒，中等者如黄豆，大者如蚕豆大小。

艾炷灸法又分直接灸法和间接灸法两种，而直接灸法又可分为无瘢痕灸法和瘢痕灸法。

(1) 直接灸法

①无瘢痕灸法：将艾炷置于太冲穴，令其从顶端点燃，当燃烧至剩余1/3左右，或患者开始感到热烫时，立即用镊子将剩余的艾绒压灭或去掉，另换艾炷施灸。艾炷的灸量因人体质和病情而定。体质非常虚弱者，施灸量不宜太多，一般灸3~5壮/次；体质一般或较强，灸5~9壮/次。本灸法因不化脓，也不留瘢痕，故易被人接受。

②瘢痕灸法：古代人称“着肉灸”，现代人称“化脓灸”。因本疗法要在施灸穴位上留下瘢痕，且刺激量较大，故现今在临床上应用较少，但该疗法在古代是非常盛行的一种疗法。具体操作是：在患者的太冲穴涂以少量凡士林或葱液、大蒜汁，以增强黏附和刺激作用；然后放上艾炷施灸，每壮艾炷必须燃尽，除去灰烬后，再继续加炷施灸。因在施灸过程中疼痛较剧，灸后易化脓并留下瘢痕，故不易被现代人所接受。实行瘢痕灸必须征得患者的同意与合作。对施灸过程中产生的疼痛，可用手在施灸部位四周连续轻轻拍打，以缓解疼痛。亦可在施灸前皮下注射少量麻醉药，而后再行灸治。在实行瘢痕灸后，局部会出现伤痕痕迹，四周皮肤发红。灸治结束，应将局部拭擦干净，然后以消毒纱布覆盖或以玉红膏敷贴。一方面保护创面、防止污染，另一方面促使灸处产生无菌性化脓，形成“灸疮”。膏药可1~2日更换1次。



太

冲

穴

在正常情况下，灸后1周左右灸疮形成；1个月左右灸疮自行痊愈，结痂脱落，留下瘢痕。

(2) 间接灸法：该灸法是指将艾炷不直接放在皮肤上，而是在艾炷与皮肤之间用其他物品隔开进行施灸的一种方法。间隔物可以是葱、生姜、附子饼等，根据所治疗疾病需要的不同而选择不同的间隔物，具体操作如下。

①隔葱灸：取葱白适量，捣烂如泥放在太冲穴上，上置艾炷施灸。一般可灸5~7壮，感到局部温热舒适，不觉灼痛为度。

②隔姜灸：把生姜（鲜者为好）切成约2~3mm厚的薄片，中间以针刺穿数孔，置于太冲穴，上面放大艾炷灸之。当患者感到灼痛时，可用镊子将姜片夹起，离开皮肤数秒，然后放下续灸。一炷燃尽，则换炷再灸，至局部皮肤潮红湿润为度。

③隔附子饼灸：将附子切成2~3mm厚的薄片，或以附子末加黄酒做成硬币大小的药饼，中间刺穿数孔，置于太冲穴，上面放艾炷灸之。如药饼变干，应换湿药饼再灸。

2. 艾条灸法

艾条灸法指将艾条点燃进行施灸，艾条灸又可分为固定灸、雀啄灸、回旋灸、实按灸，现介绍如下。

(1) 固定灸：将艾条的一端点燃，对准太冲穴（约距2~4cm）进行熏烤，使患者局部有温热感而无灼痛。一般施灸10~20分钟左右，每日1~2次。

(2) 雀啄灸：将点燃的艾条对准太冲穴，距离不固定，像麻雀啄食一样，一上一下移动施灸。每日1~2次。

(3) 回旋灸：将点燃的艾条对准太冲穴，不停地做回转动施灸。

(4) 实按灸：先在施灸部位铺垫数层布或纸，将艾条一端点燃，按在所垫的布或纸上，使热力通过布或纸透达到肌肤深部。若艾火熄灭，再点燃续灸。

3. 温针灸法

温针灸法又称“热针”、“烧针尾”、“传热灸”，是针刺与艾灸结合使用的一种方法。当针刺得气后，将毫针留在适当的深度，取适量艾绒紧捏在针柄上，或在针柄上穿置一段长1.5cm左右的艾条，从下端将其点燃，直到艾燃完为止。此为一壮，根据病情可燃烧2~3壮，使热力通过针身传到体内，达到治疗目的。

4. 灯火灸法

(1) 操作方法：选择灼烧部位，定位后用有色笔在皮肤上做出标记。