

# 针灸防治老年病

主 编 吴绪平 喻国雄

中国中医药出版社

• 北 京 •

## 图书在版编目(CIP)数据

针灸防治老年病/吴绪平主编. —北京:中国中医药出版社,1996.3

ISBN 7-80089-484-3

I. 针… II. 吴… III. 老年病-针灸疗法 IV. R245-0

中国版本图书馆 CIP 数据核字(96)第 01881 号

中国中医药出版社出版

发行者:中国中医药出版社

(北京市朝阳区东兴路七号 电话:4151553 邮码 100027)

印刷者:三河市科教印刷包装集团

经销者 新华书店总店北京发行所

开 本 787×1092毫米 32开

字 数 282千字

印 张·13

版 次 1996年3月第1版

印 次 1996年3月第1次印刷

册 数 4000册

书 号 ISBN7-80089-484-3/R·484

定 价 15.60元

|       |           |     |     |
|-------|-----------|-----|-----|
| 名誉主编  | 孙国杰       |     |     |
| 主 编   | 吴绪平       | 喻国雄 |     |
| 副 主 编 | 张红星       | 李万瑶 | 盛生宽 |
|       | 鄢根英       | 龚晖嵘 |     |
| 编 委   | (按姓氏笔画为序) |     |     |
|       | 王志兴       | 向志勇 | 伦 新 |
|       | 余召炎       | 李滋平 | 张莲珍 |
|       | 陈兴华       | 黄建平 | 龚 成 |
|       | 龚东方       | 曾 强 | 翟前军 |

针灸防治老年病

陈泽平题



## 序

我国是世界上最古老的文明国家之一。我国人民历来就有敬老尊老的传统美德,祖国医学又在养生、祛病、延年方面积累了丰富的经验。特别是针灸医学的整体调节和保健作用对防治老年病,延年益寿有无可比拟的优势。十分必要撰写一部针灸防治老年病的专著,供广大医务人员临床参考和老年人保健的需要。

由吴绪平、喻国雄两位副教授主编,全国十九位针灸医学临床工作者集体编写的《针灸防治老年病》,填补了针灸防治老年病方面的空白。该书在继承前人经验的基础上,有选择地吸收今人比较成熟的经验,突出了针灸防治老年病的优势与特色。全书系统连贯、实用性强,是一部理论紧密结合临床的较好著作。相信本书的出版,必将对针灸防治老年病的发展,保护老年人的健康,作出一定的贡献。今阅此书,甚感欣慰,故愿向广大读者推荐,是以为序。

湖北中医学院 孙国杰教授

1995年12月20日于武汉

# 前 言

人口老龄化已成为世界性问题,各国均十分关注,我国政府对此更为重视。据我国第四次人口统计预测,到本世纪末我国老龄人口将达 1.3 亿。届时,我国将进入老龄结构社会。老年病及老年病人的增多,已经成为当前临床工作者的重要课题。

从现有资料来看,老年病已发展成为一个重要的学科分支,随之而生的《老年病学》、《中医老年病学》等书相继问世,为中医老年病学的发展开辟了先渠,但还没有关于针灸防治老年病方面的专著问世,笔者有鉴于此,特组织 19 位国内外针灸学者,历时二年,潜心翻阅资料,在继承前人经验和有选择性吸收今人成熟经验的基础上,撰写成《针灸防治老年病》一书。旨在总结针灸防治老年病的发展成就,满足日益发展的老年病临床工作的需要,促进老年病防治水平的提高,从而为老年病的临床、教学、科研提供参考。

全书分上篇总论和下篇各论两个部分。总论系统地阐述了祖国医学对老年病学的认识和发展,针灸防治老年病概况,针灸防治老年病的原则,老年病的调养,老年人保健灸法及针灸防治老年病常用腧穴;下篇各论分述了 68 种常见老年病证,每一病证按照概述、临床表现、治疗方法、防护要点及现代研究的体例编写而成。

在本书的编写过程中,自始至终得到了湖北中医学院副院长、博士生导师孙国杰教授的支持和指导,并为本书作序,

特此致以诚挚的谢意。本书承蒙中国针灸学会副会长、上海针灸研究所所长、博士生导师陈汉平教授题写书名,特致以衷心的感谢。

限于编者水平,缺点错误难免,恳请广大同道和读者批评指正。

《针灸防治老年病》编写委员会

1995年12月20日

# 目 录

## 上篇 总 论

|     |                      |        |
|-----|----------------------|--------|
| 第一章 | 祖国医学对老年病的认识及发展 ..... | ( 3 )  |
| 第二章 | 针灸防治老年病概论 .....      | ( 19 ) |
| 第三章 | 针灸防治老年病的原则 .....     | ( 28 ) |
| 第四章 | 老年病的调养 .....         | ( 35 ) |
| 第五章 | 老年人保健灸 .....         | ( 51 ) |
| 第六章 | 针灸防治老年病常用腧穴 .....    | ( 63 ) |

## 下篇 各 论

|            |                 |         |
|------------|-----------------|---------|
| 第一章        | 老年人常见内科病证 ..... | ( 91 )  |
| 一、中风       | .....           | ( 91 )  |
| 二、老年头风     | .....           | ( 98 )  |
| 三、震颤麻痹     | .....           | ( 103 ) |
| 四、三叉神经痛    | .....           | ( 107 ) |
| 五、老年人感冒    | .....           | ( 112 ) |
| 六、慢性支气管炎   | .....           | ( 116 ) |
| 七、老年性哮喘    | .....           | ( 120 ) |
| 八、慢性阻塞性肺气肿 | .....           | ( 126 ) |
| 九、冠心病      | .....           | ( 131 ) |
| 十、心律失常     | .....           | ( 136 ) |
| 十一、慢性心功能不全 | .....           | ( 140 ) |
| 十二、高血压病    | .....           | ( 144 ) |



|                       |       |
|-----------------------|-------|
| 十三、高脂血症 .....         | (150) |
| 十四、肥胖病 .....          | (153) |
| 十五、糖尿病 .....          | (158) |
| 十六、老年性甲状腺瘤 .....      | (164) |
| 十七、慢性胃炎 .....         | (169) |
| 十八、消化性溃疡 .....        | (174) |
| 十九、胃下垂 .....          | (179) |
| 二十、病毒性肝炎 .....        | (184) |
| 二十一、老年泄泻 .....        | (189) |
| 二十二、老年性便秘 .....       | (194) |
| 二十三、老年性阳痿 .....       | (199) |
| 二十四、老年前列腺疾病 .....     | (204) |
| 二十五、老年失眠 .....        | (209) |
| 二十六、老年人腰痛 .....       | (214) |
| 二十七、老年夜尿频多 .....      | (218) |
| 二十八、肌萎缩性侧索硬化症 .....   | (220) |
| 第二章 老年人常见外科病证 .....   | (225) |
| 一、急性阑尾炎 .....         | (225) |
| 二、胆石症 .....           | (230) |
| 三、泌尿系结石 .....         | (234) |
| 四、癯闭 .....            | (240) |
| 五、痔疮 .....            | (246) |
| 六、脱肛 .....            | (251) |
| 第三章 老年人常见妇科病证 .....   | (255) |
| 一、子宫脱垂 .....          | (255) |
| 二、更年期综合征 .....        | (259) |
| 三、老年性阴道炎 .....        | (263) |
| 四、外阴瘙痒 .....          | (266) |
| 第四章 老年人常见骨、关节病证 ..... | (270) |

|                      |       |
|----------------------|-------|
| 一、落枕 .....           | (270) |
| 二、颈椎病 .....          | (273) |
| 三、肩周炎 .....          | (281) |
| 四、腰椎间盘突出症 .....      | (286) |
| 五、慢性腰骶关节劳损 .....     | (293) |
| 六、脊柱骨关节炎 .....       | (296) |
| 七、急性腰扭伤 .....        | (300) |
| 八、风湿性关节炎 .....       | (305) |
| 九、坐骨神经痛 .....        | (309) |
| 十、膝关节增生性关节炎 .....    | (314) |
| 十一、老年型类风湿性关节炎 .....  | (318) |
| 十二、髌骨下脂肪垫劳损 .....    | (323) |
| 十三、老年足底痛 .....       | (327) |
| 第五章 老年人常见五官科病证 ..... | (331) |
| 一、青光眼 .....          | (331) |
| 二、老年性白内障 .....       | (334) |
| 三、老年性耳鸣耳聋 .....      | (337) |
| 四、内耳性眩晕 .....        | (343) |
| 五、急性喉炎 .....         | (348) |
| 六、鼻咽 .....           | (352) |
| 七、慢性鼻炎 .....         | (357) |
| 八、牙痛 .....           | (360) |
| 第六章 老年人常见皮肤科病证 ..... | (366) |
| 一、荨麻疹 .....          | (366) |
| 二、神经性皮炎 .....        | (371) |
| 三、带状疱疹 .....         | (375) |
| 四、老年瘙痒症 .....        | (379) |
| 第七章 老年人常见精神病证 .....  | (384) |
| 一、老年痴呆 .....         | (384) |

|              |       |
|--------------|-------|
| 二、老年癔证 ..... | (390) |
| 三、老年郁证 ..... | (393) |
| 四、老年脏躁 ..... | (397) |
| 五、老年健忘 ..... | (400) |

# 上篇 总 论



# 第一章 祖国医学对老年病的认识及发展

老年病是指老年人特发疾病和常见病而言。老年病和老年病学虽然不是祖国医学的传统名词概念,但就其研究内容而论,在中医理论和临床实践中,却有着极其丰富的内容。追溯其源就不难发现,祖国医学对老年病的认识和发展 and 中医其他学科一样,有着悠久的历史,经过了一个漫长的历史过程而逐步发展起来的。其发展过程大体可概括为:起源于先秦,形成于汉唐,发展于宋元,充实于明清,又得到近现代系统的整理和研究,从而形成了具有我国传统特色的中医老年病学的理论体系。

## 一、先秦时期

春秋战国时期,诸子蜂起,百家争鸣,不少人热心于生命的探索,提出了许多认识自然、解释生命现象的观点和理论。尤其是道家学派的创始者——老子和庄子,他们一方面崇尚自然,提倡“返朴归真”、“清静无为”的处世哲学,一方面又提倡养生,希望能够祛病延年、长生久视,并编制了导引、吐纳等一整套方法,对后世影响颇大。

《老子》的重点在论述“道”。道为客观物质世界的发展变化的规律,人们讲究养生,就必须顺应这一规律,即所谓“天乃道,道乃久,殒身不殆。”(《老子·十六章》)其又云“见素抱朴,

少私寡欲。”(《老子·十九章》)这种“返朴归真”的观点,为后世历代养生家所重视。由于老子是道家,讲究吐纳之术,即今日气功之类。诸如“虚其心,实其腹”(《老子·三章》);“致虚极,守静笃”(《老子·十六章》);“塞其兑,闭其门”(《老子·五十二章》)等,均与气功有关。

庄子继承了老子的思想,指出在顺乎自然的前提下,自由自在的生活,就有益于养生。如《庄子·天运》中云:“夫至乐者,先应之以人事,顺之以天理,行之以五德,应之以自然,然后调理四时,太和万物,四时迭起,万物循生。”不仅如此,庄子还提倡活动身体,以求益寿延年。如《庄子·刻意篇》说:“吹响呼吸,吐故纳新,熊经鸟伸,为寿而已矣”。这里包括两方面养生的方法:一是充分认识到吸纳新鲜空气,吐出废浊之气,才能维持生命,保健延年;一是提倡运动,以加强新陈代谢,促进机体各方面的功能。

管子认为“精”是气的物质基础,是人生命之源泉,故主张存精以养生。如《管子·内业篇》:“精也者,气之精者也”、“精存自生,其外安荣,内脏以为泉原”。此外,他还提出存精的具体方法“爱欲静之,遇乱正之,勿引勿摧,福将自归”,即节欲存精。庄子亦主张保精延寿,故他引广成子语:“必静必清,无劳女形,无摇女精,乃可以长生”(《庄子·在宥》)。《左传》曾载,医和给晋侯诊病,认为晋侯之病“疾如蛊”,是因“近女室”,并告诫他应“节之”。由上可知,先秦诸子对节欲保精以长生的问题,已有比较深刻的认识。

《吕氏春秋》强调精、气、神和形体的统一,是生命的根本。如《尽数篇》说:“故精神安乎形,而年寿得长也”。同时吕氏主张“动”以养神可长生,以为“流水不腐、户枢不蠹。形气亦然:形不动则精不流,精不流则气郁。郁处头则为肿、为风;处耳则

为搯、为聾；处目则为瞶、为盲；处鼻则为軌、为窒；处腹则为胀、为府；处足则为痿、为蹶”。吕氏还指出气不宜达与血脉壅塞都是不能长寿的原因，所以“作为舞以宣导之”。强调“动”对于健康的重要性。

孔子重视饮食卫生，他在《论语·乡党》中指出：“食不厌精，脍不厌细。食馐而餲，鱼馁而肉败不食。色恶不食，臭恶不食。失饪不食，不时不食”。这些饮食卫生要求，是减少疾病，增进健康的重要环节。他还强调少年戒色、老年戒劳，如《论语·季氏》中云：“君子有三戒，少之时，血气未定，戒之在色；及其壮也，血气方刚，戒之在斗；及其老也，血气既衰，戒之在得”。

诸子还都认识到自然环境与人体健康的关系，提出了“天人相应”的观点。如老子说：“人法地，地法天，天法道，道法自然”；庄子说：“天地者，万物之父母也”；管子说：“人与天调，然后天地之美生”；荀子认为居住环境与人类健康密切相关，为了“防邪僻而近中正”，主张“居必择乡”（《荀子·劝学》）。

在先秦时期，我国就已经有了专门治疗老人疾病的医生。《史记·扁鹊仓公列传》：“扁鹊名闻天下。过邯郸，闻贵妇人，即为带下医；过雒阳，闻周人爱老人，即为耳目痹医；入咸阳，闻秦人爱小儿，即为小儿医，随俗为变”。所谓“耳目痹医”，大概是由于耳鸣、耳聋与眼花、目瞑等症状为老年人常见，故称为老年人治病的医生为“耳目痹医”，以示其专长。同时也可以看出，当时对老年人的常见疾病有了一定认识和掌握了一定的治疗方法。

先秦诸子对于养生防老的思想与实践，到了《黄帝内经》可谓作了一个大的总结，对中医老年病学的理论发展产生了重大影响，它从医学理论方面，对于老年界限、衰老过程、早衰



缘由、老年人生理病理特点、摄生防病等诸方面内容，都进行了系统的论述。

《黄帝内经》首先提出老的年龄界限。《灵枢·卫气失常第五十九》中说：“人之肥瘦大小寒温，有老壮少小，别之奈何？伯高对曰：人年五十已上为老”。把老的年龄界限定为五十岁以上。

《黄帝内经》详尽叙述了老年人衰老过程。《灵枢·天年篇》云“五十岁，肝气始衰，肝叶始薄，胆汁始灭，目始不明。六十岁，心气始衰，苦忧悲，血气懈惰，故好卧。七十岁，脾气虚，皮肤枯。八十岁，肺气衰，魄离，故言善误。九十岁，肾气焦，四脏经脉空虚。百岁，五脏皆虚，神气皆去，形骸独居而终矣。”指出机体从40岁开始，随着年龄的递增，脏腑、组织、器官逐渐衰退老化，每隔10年，就有一个明显的变化。

《黄帝内经》明确指出了人之寿夭，关键在于机体素质。《灵枢·天年篇》云“五脏坚固，血脉和调，肌肉解利，皮肤致密，营卫之行不失其常，呼吸微徐，气以度行，六腑化谷，津液布扬，各如其常，故能长久”。“其不能终寿而死者，何如？”“其五脏皆不坚，使道不长，空外以张，喘息暴疾；又卑基墙薄，脉少血，其肉不石，数中风寒，血气虚，脉不通，真邪相攻，乱而相引，故中寿而尽也。”只有脏腑生命活力强，气血周流，经脉疏通，各部分新陈代谢正常，则可长寿。反之，则易于发病而早夭。

《黄帝内经》高度概括了老年病的病理机制——血气虚，脉不通，真邪相攻，乱而相引。《灵枢·营卫生会》云：“老者之气血衰，其肌肉枯，气道涩，五脏之气相搏，其营气衰少而卫气内伐，故昼不精，夜不瞑。”《灵枢·决气》云：“精脱者，耳聋；气脱者，目不明；津脱者，腠理开，汗大泄；液脱者，骨属屈伸不