

## 内 容 提 要

本书作者均为首届中国中医药文化博览会举办的“百名中医专家特邀门诊”的大夫，长期在中医针灸临床治病，积累了丰富的实践经验，钻研了大量古代有关针灸文献，广泛撷取了各地针灸刊物的新发现，编著了《实用灸疗》。上编概述，分为：灸疗的渊源与发展，简要介绍了古代的各种灸法、灸的材料、施灸用量、灸的补泻手法、灸疗的作用、应用范围、注意事项和对热证可灸及禁灸穴的看法等问题；下编重点讲了常用灸法的临床应用及艾炷灸有直接灸和隔物灸二类，还有灸器灸、艾条灸和药艾条灸、温针灸、骑竹马灸、敷灸、烧灼灸等，并有应用现代科学技术的电灸器灸，保持了灸疗的特色，减轻了患者的疼痛，针和灸在应用新技术中结合得更加紧密，值得研究。全书贯穿辨证施治，详略得当，内容丰富，方便实用，诚为临床医生和针灸爱好者的宝贵参考书。

弘揚灸法

為民造福

宋任窮



一九九零年冬

内经、官能，有云：‘针所不刺，灸之所宜’，说明在临证中凡不通因创注泄痿疾属时，则应用灸法祛寒，针施灸各有收宜，或相辅相成，相得益彰，兹有近若干年中重研往灸之风，相沿及岐名，为针灸解，实质二物已成为针解，以释此注得深悉：

成书：碧英俩住同道，有米于斯，常研灸法，易于实践，曾侍多年，心得體會，写成：常用灸法，从未应用，若十篇，呈交中医学刊，中途停刊，引起读者重视，并希望迅速成书，正式出版，因无内容，定名为：常用灸法，就其编写内容，不尚空谈，

以实用为主，诚乃名实相符，预计此书问世，不仅静候大医，因灸法多临床，大有裨益，抑且指经灸云，风有所影响，特书数语，以表其志，以展其侍！

庚子中秋澄怀程莘农于晴书

## 前 言

艾灸疗法历史悠久，应用广泛，是针灸学的重要组成部分。其特点是操作简便，疗效迅速，易普及。不仅能治疗疾病，而且还能防病健身，是一种既古老又实用的一种疗法。

先父叶心清老大夫，生前非常注重灸法的治疗。他经常教诲我们：“针药无效，必须灸之。”在先父的影响下，我们在临床工作中常将针、灸并用，受益非浅。

但是在当前针灸临床工作中，有这样二种现象，一是重针轻灸，二是不加辨证，不注意灸的补泻、施灸用量的问题，因此就影响了灸疗的效果。

去年春季，我们在《中国针灸》杂志编辑部主办的全国高级针灸进修班，讲授“灸法的临床应用”，受到学员们的欢迎。恰逢《中级医刊》编辑同志在场，他认为讲课内容较好，有必要扩大影响。于是应邀按讲座形式刊登在《中级医刊》，全文共分十二讲。文章详细地介绍了目前临床常用的二十余种灸法，内容包括古代文献记载、现代临床报道及实验研究。此外还阐述了灸的补泻，施灸的用量等问题，并附有我们的治疗验案。文章发表后，受到了广大读者（其中有不少患者）的好评，纷纷来信要求整理成册。为了满足读者的要求，我们将“讲座”的内容再次整理并加以充实，改名为“实用灸疗”。希望本书出版后，能为推广艾灸疗法起到一定作用。由于我们的水平有限，错误之处在所难免，恳请广大

读者提出宝贵意见。

从“讲座”到成书的过程中，得到雷顺群同志的鼎力相助，在此表示感谢。

承蒙中共中央顾问委员会副主任薄一波为本书题写书名，中共中央顾问委员会副主任宋任穷题词，全国政协委员、针灸学会副会长、北京国际针灸培训中心主任程莘农教授作序，在此一并表示深切感谢。

作 者

1991年元旦

# 目 录

|                                |        |
|--------------------------------|--------|
| <b>上编 概述</b> .....             | ( 1 )  |
| 一、灸疗的渊源与发展.....                | ( 1 )  |
| 二、古代灸疗的种类.....                 | ( 4 )  |
| (一) 艾炷灸法.....                  | ( 4 )  |
| (二) 隔物灸法.....                  | ( 5 )  |
| (三) 熏脐灸法.....                  | ( 8 )  |
| (四) 烧灼灸法.....                  | ( 9 )  |
| (五) 艾条灸法.....                  | ( 9 )  |
| (六) 保健灸法.....                  | ( 10 ) |
| (七) 非艾灸法.....                  | ( 11 ) |
| 三、灸的材料和施灸用量.....               | ( 11 ) |
| (一) 以艾为主的施灸材料.....             | ( 11 ) |
| (二) 艾叶的药性及作用.....              | ( 12 ) |
| (三) 艾的选择.....                  | ( 12 ) |
| (四) 施灸的用量.....                 | ( 13 ) |
| 四、灸的补泻.....                    | ( 15 ) |
| (一) 灸有补泻.....                  | ( 15 ) |
| (二) 灸疗补泻的操作方法.....             | ( 17 ) |
| 五、对热证可灸和对古代禁灸穴的看法.....         | ( 21 ) |
| (一) 热证可灸.....                  | ( 21 ) |
| (二) 对禁灸穴的认识.....               | ( 23 ) |
| <b>六、灸疗的作用、应用范围及注意事项</b> ..... | ( 25 ) |

|                           |        |
|---------------------------|--------|
| (一) 古代医家对灸疗作用的认识·····     | ( 25 ) |
| (二) 从实验研究中对灸疗作用的认识·····   | ( 26 ) |
| (三) 艾灸疗法的应用范围及注意事项·····   | ( 29 ) |
| <b>下编 常用灸法的临床应用</b> ····· | ( 31 ) |
| <b>一、艾炷灸</b> ·····        | ( 31 ) |
| (一) 艾炷化脓灸(瘢痕灸)·····       | ( 31 ) |
| (二) 艾炷非化脓灸·····           | ( 40 ) |
| (三) 艾炷隔盐灸·····            | ( 51 ) |
| (四) 艾炷隔蒜灸·····            | ( 53 ) |
| (五) 艾炷隔姜灸·····            | ( 60 ) |
| (六) 艾炷隔药饼(片)灸·····        | ( 70 ) |
| <b>二、灸器灸</b> ·····        | ( 76 ) |
| (一) 温盒灸·····              | ( 76 ) |
| (二) 苇管器灸·····             | ( 85 ) |
| (三) 隔核桃皮壳眼镜灸·····         | ( 89 ) |
| (四) 固定熏灸器灸·····           | ( 96 ) |
| <b>三、艾条灸和药艾条灸</b> ·····   | (105)  |
| <b>四、温针灸</b> ·····        | (117)  |
| <b>五、骑竹马灸</b> ·····       | (129)  |
| <b>六、敷灸</b> ·····         | (133)  |
| (一) 蒜泥灸·····              | (133)  |
| (二) 斑蝥灸·····              | (145)  |
| <b>七、烧灼灸</b> ·····        | (150)  |
| (一) 灯心草灸·····             | (150)  |
| (二) 线香灸·····              | (158)  |
| <b>八、电灸器灸</b> ·····       | (163)  |

# 上 编 概 述

## 一、 灸疗的渊源与发展

灸疗法历史悠久，是针灸学中的重要组成部分。它是在我国劳动人民长期与疾病作斗争中所产生的。灸疗的出现为中华民族的健康和繁衍，与针刺、汤药等疗法起着同样不可忽视的作用。由于灸疗的特点是操作简便，材料廉价，疗效好，所以被历代医家所重视。在灸疗的发展过程中不断完善，直至形成具有基础理论、适应症、禁忌症、补泻方法及施灸用量等内容的治疗体系——灸疗学。

任何一种疗法都有它的起源和发展。关于灸的起源，古代文献中虽然没有明确记载，但一般都认为它起源于我国的原始社会。火的发明和使用让人们认识到，被熏烤或烧伤的部位，可以减轻或治愈某些病痛，于是就采取用火烧灼的方法去治疗某些疾病。从《说文解字》中理解灸的含义，“灸”，“灼也”，就是烧灼的意思。关于当时所用的材料，最早可能是用树枝。以后通过不断实践，才选出既易点燃又具有药理作用的“艾”做为艾灸的主要材料。

随着历史的前进，灸疗也在不断地发展。从单纯的治疗，逐步地过渡到经验的积累和理论的形成。1973年长沙马王堆三号汉墓出土的帛书《足臂十一脉灸经》、《阴阳十一脉灸经》、《五十二病方》中，就已经有了关于灸治所宜的记载。到《黄帝内经》一书出现，大约在战国时代对灸疗的作用更加



肯定。在《灵枢·官能篇》中指出：“针所不为，灸之所宜。”说明灸疗的作用的优越性，它能弥补针刺的不足。同时，人们在实践中还认识到灸疗还具有调整阴阳、升阳举陷的作用。如：《灵枢·官能篇》云：“阴阳皆虚，火自当之。”《灵枢·经脉篇》也指出：“陷下者灸之。”在治疗某些疾病的经验方面，某些书中也有较详细地记载。如：《素问·骨空论》云：“灸寒热之法，先灸项大椎。”《灵枢·癫狂篇》云：“治癫疾者，……灸穷骨二十壮。”

由于对灸疗的认识不断提高，人们不仅肯定了灸疗的优点及治疗作用，同时也看到了灸疗的不足之处。因此，在《伤寒论》一书中，对许多病、证方面又提出了“可火”，“不可火”，“不可以火攻之”的看法。这更进一步说明，灸疗在发展过程中不断地完善自己的理论。

到三国时期，曹操的儿子曹翁撰写的《曹氏灸方》是灸疗的专著。以后一直到清代，在不同的历史阶段，先后又出现了许多关于灸疗的专著和有关灸疗内容的文献。例如：西晋皇甫谧的《针灸甲乙经》，书中就详细地记载了针灸法的禁忌内容。葛洪所著的《肘后备急方》，记载了对霍乱吐利、急救等方面的灸疗方法。唐代，灸疗更加被重视。著名医师孙思邈大力提倡针灸并用，尤其特别注重灸量，施灸的壮数多至几百壮。他又将艾灸与药物相结合运用于临床，取得满意疗效。在他所著《千金方》一书，就有隔姜灸、隔蒜灸、隔豆豉灸、隔黄腊灸、隔盐灸、隔黄土灸等，使艾灸疗法更加丰富多采。在灸具方面也有创新，他在《千金要方》中就有用竹筒（箭箴）及苇筒塞入耳中，于筒口进行施灸治疗耳病的描述。此外，还有《骨蒸病灸方》、《新集备急灸经》等，都是当时灸疗的专著。宋代以后，又有许多灸疗专

著出现。如：《膏肓俞穴灸法》。就是在《针灸资生经》、《小儿明堂针灸经》、《明堂经》、《针灸经》等书中，也都大量地收集了灸疗的内容。尤其是窦材著的《扁鹊心书》，记载了用“睡圣散”，使人在昏睡中进行施灸的方法。还指出常灸关元、气海、中脘诸穴，可以收到保健、延年益寿的作用。

明代是我国针灸发展的全盛时期，针灸名家辈出，他们不仅重视针刺治疗，也非常提倡灸疗的运用，在他们的著作中，都有很多关于灸疗方面的论述。清代，又有一部灸疗专著《神灸经纶》问世，它的出现标志着我国灸疗学发展的新高度。

灸疗方法，虽然以其简便、有效、廉价等特点扎根于民众之中，但由于艾灸烧灼肌肤有一定痛苦，所以遭到统治阶级的反对，灸疗的地位下降到针法之下。到帝国主义侵略我国以后，灸疗更陷入了灾难之中，一度濒于灭迹之境。新中国成立以后，古老的灸疗方法才重新在医疗、科研、教学等方面都有了新的发展。

灸疗方法不仅对我国人民的健康和民族繁衍，起到了巨大作用，而且对世界各国也有广泛影响。公元562年(陈文帝天嘉三年)秋八月，吴人知聪携《明堂图》等书一百六十卷越海东渡，将我国的医学传入日本。公元692年古朝鲜在医学教育中以《甲乙经》、《针经》、《明堂经》等，做为教课书向学生教授。以后又相继传到东南亚、印度次大陆、欧洲等国。近年来，在北京、南京、上海成立针灸国际培训中心，先后为五大洲的外国学员举办针灸学习班，使我国的传统医疗技术传遍世界各地，为全世界人民的健康做出了巨大贡献。

## 二、 古代灸疗的种类

古代灸疗的应用非常广泛，种类繁多。从灸的方法上大致分二大类：一是艾炷灸法，包括艾炷灸法、隔物灸法、烧灼灸法、艾条灸法等。另一类是非艾灸疗法，就是不用艾而是用其它物质涂在施灸的穴位上，或用其它物质烧灼穴位或患处，以达到治疗目的。如“天灸”、“内灸”、“敷灸”、“灯心草灸”、“线香灸”等。有些灸法目前临床上仍然沿用，这里作重点介绍。

### （一）艾炷灸法

#### 1. 圆锥形艾炷

把艾绒捏成上尖下圆的圆锥，放在施灸的部位上点燃施灸。用艾绒捏成的圆锥体叫做“艾炷”，也叫“艾团”、“艾丸”或“艾圆”。艾炷的大小又因人的体质强弱、年龄大小、病的虚实、施灸部位的不同而做成大小不等的艾炷。古代艾炷的大小有：“粟米大”、“小豆大”、“绿豆大”、“椒粒大”、“小麦大”、“大麦大”、“梧桐子大”、“苍耳子大”、“半个枣核大”、“莲子大”、“楝子大”、“枣大”、“梅杏大”、“银杏大”、“鸡卵黄大”、“蒜头大”等等。

#### 2. 牛角形艾炷

牛角形艾炷，即空心艾炷。清·廖润鸿补编《针灸集成》卷二小儿门，当婴儿生后7天，脐带脱落的日子，灸脐中以防腹痛，“以熟艾，形如牛角内空，灸脐中七壮，其艾炷每火至半即去”。

#### 3. 纺锤形艾炷

纺锤形艾炷的形状是两头尖的，如同鼠粪一样。《千金翼方》卷二十六治中风口喎，“灸手交脉三壮，左灸右，右灸左。其炷如鼠矢，横安之，两头放火烧之。”

## （二）隔物灸法

隔物灸是在艾炷底下隔垫某种物质，隔什么就叫“隔×灸”，总称为隔物灸。古代隔物灸法多种多样，广泛应用于内、外、妇、儿、五官等科，特别在外科应用较多。

### 1. 隔姜灸

《针灸大成》卷上，灸聚泉穴治咳嗽，方法是把生姜切成铜钱厚，搭于舌上穴中，然后灸之。

### 2. 隔蒜灸

葛洪《肘后备急方》：“灸肿令消法，取独颗蒜，横截，厚一分，安肿头上。炷如梧桐子大，灸蒜上百壮，不觉消，数数灸，唯多唯善。勿大热，但觉痛即擎起蒜，蒜焦更换新者，不用灸损皮肉。”

### 3. 隔薤灸

《千金方》卷二十二治恶露疮方，“捣薤叶敷疮口，以大艾炷灸药上，令热入内即差。”

### 4. 隔葱灸

明·刘纯《玉机微义》治诸疝，“用葱白泥一握，置脐中，上用熨斗熨之，或上置艾灼之妙。”

### 5. 隔甘遂灸

《普济方》卷四百二十三引《存仁方》，“尝记一人小便不通者三日，小腹胀几死，百药不效，余用甘遂末、大蒜，捣细和成剂，安脐中，令竇以艾灸二七壮。随后通用此方，无不效。”

## 6. 隔豆豉饼灸

《千金要方》卷二十二云：“治发背及痈肿已溃未溃方，香豉三升，少与水，和，熟捣成强泥。可肿作饼子，厚三分已上，有孔勿覆孔上，布豉饼。以艾列其上灸之，使温温而热，勿令破肉。如热痛，即急易之，患当减快得安稳。一日，二度灸之。如先有疮孔，孔中得汁出，即差。”

## 7. 隔附子灸

《千金要方》卷二十二治痈肉中如眼，诸药所不效者方，“取附子，削令如碁子，安肿上，以唾帖之，乃灸之。令附子欲焦，复唾湿之，乃重灸之。如是三度，令附子热气彻内，即差。”

## 8. 隔萆薢根灸

《普济方》卷四百二十三，“治瘰癧结核，宜灸萆薢根法。用萆薢根一两粗者，切，厚约三四分，安痈子上，紧作艾炷灸之，热彻则易。五六炷，频频灸之，当即减退矣。”

## 9. 隔香附饼灸

清·许克昌《外科证治全书》卷五，隔香附饼灸治瘰癧痰毒或风寒袭于经络红肿方，“生香附为末，生姜自然汁和，量患大小作饼，覆患处，以艾灸之。”

## 10. 隔木香饼灸

前书又载，隔木香饼灸治扑损闪肭、血瘀气滞方，“以木香五钱为末，生地黄一两杵膏，和匀，量患处大小作饼，置肿上，以艾灸之。”

## 11. 隔桃叶灸

《医心方》卷十四引《集验方》治疗疟疾，“桃叶二七枚安心上，艾灸叶上十四壮。”

## 12. 隔苍术灸

《璠潜骈文》治暴聋，“苍术削下尖上平式，插耳内，艾烧之，耳有微热为度。”

### 13. 隔槟榔灸

前书治暴聋法，“用槟榔削尖，挖孔纳麝少许，插耳内，艾烧同。”

### 14. 隔川椒灸

《肘后备急方》卷五，疗一切肿毒疼痛不可忍者，“搜面团肿头如钱大满中安椒，以面饼子安头上，灸令彻，痛即立止。”

### 15. 隔白附子灸

《本草纲目》卷十七，白附子条引《杨起简便方》，“偏坠疝气，白附子一个为末，津调填脐上，以艾灸三壮或五壮即愈。”

### 16. 隔矾灸

《神灸经纶》卷四，载秘传痔漏隔矾灸法，“皂矾一斤，用新瓦一片，两头用泥作一堤，先以香油刷瓦上，焙干，却以皂矾置瓦上，煨枯为末；穿山甲一钱，入紫罐内煨存性为末；木鳖子亦如前法煨过，取末二钱五分；乳香、没药各一钱五分，另研。右药和匀，凉水调，量大小作饼子，贴疮上，用艾柱灸三四壮。”

### 17. 隔盐灸

《千金翼方》卷二十八，治淋病，“着盐脐中灸三壮”。

### 18. 隔蚯蚓泥灸

《普济方》卷四百二十三，治瘰癧“用韭菜畦中蚯蚓粪和水为饼子，量疮大小用之，过疮二三钱地位，贴疮上，外以艾圈灸之。患人觉疮热或痛，止火，除去饼子，上以膏药固定。”

## 19. 隔纸灸

《普济方》卷四百二十二，“治久喘咳、咯脓血、有痰不愈者，右用白表纸数重折之，于冷水内浸湿了，然后燃艾炷，仍蘸些许雄黄末同燃。艾炷子安在纸上，用火点着，随即放在舌头上正中为妙。下手灸人拿着一个铜匙头，于患人口内上腭隔住艾烟，呼吸令患人如常。”

## 20. 隔核桃灸

《理渝骈文》：“凡肩背腰胁手臂腿膝环跳贴骨等处疼痛，用沉香、木香、丁香、乳香、麝香、山甲末，裹核桃壳，覆患处，飞面做圈护住，上用荷叶遮盖，以防火落，烧艾一二炷，觉热气入内即散。”

## （三）熏脐灸法

熏脐灸法也叫蒸脐灸法、炼脐灸法。是将药末敷在脐部，然后将艾施灸在药末上。古代用熏脐灸法一方面治疗某些疾病，一方面防病健身。例如：《医学入门》、《理渝骈文》等书中用麝香15克，丁香9克，青盐12克，夜明砂15克，乳香、木香各9克，小茴香12克，没药、虎骨、蛇骨、龙骨、朱砂各15克，雄黄9克，白附子15克，人参、附子、胡椒各21克，五灵脂15克，共研末。施灸时，将面做成一条围在脐周围，先将麝香1.5克放入脐眼内，再将上药末的三分之一放入面圈内按紧。药末上面再盖上一张槐树皮，然后用艾火施灸，灸至遍身出大汗为止。用此法可以治疗一切虚劳、遗精、白浊、阳痿、妇人赤白带下等病。《理渝骈文》中的处方无白附子、人参，而有两头尖。

《针灸大成》用熏脐法防病健身。处方是用生五灵脂24克，生青盐15克，乳香、没药各3克，夜明砂6克微炒，干葱

头6克，木通9克，麝香少许，按前法灸之。

#### （四）烧灼灸法

烧灼灸法在古代很盛行。其方法就是将艾炷置于被施灸的穴位上点燃，直至艾火烧灼皮肤引起水泡或使组织损伤，然后再促使其化脓、结痂。而灸后使组织损伤，古代称之为“灸疮”，把灸疮化脓的状态，叫做“发灸疮”或称“灸花”。烧灼灸的全部过程，在许多文献中都有较详细的记载。例如：关于灸后脓成的好坏与疗效的关系，《太平圣惠方》卷一百云：“灸炷虽然数足，得疮发脓坏，所患即差；如不得疮发脓坏，其疾不愈。”为了促进灸疮迅速成脓，在《针灸甲乙经》卷三指出：“欲令灸发者，灸履鞅熨之，三日即发。”对烧灼灸过程中产生的剧烈疼痛，采取的措施，《寿世保元》卷十为：“着艾火痛不可忍，预先以手指紧罩其穴处，更以铁物压之即止”。

古代的烧灼灸法，虽然在治疗过程中会产生较大痛苦，但确有很好的疗效。因此，一直沿用。目前，临床上对治疗一些疑难杂证，均收到较满意的效果。

#### （五）艾条灸法

艾条灸，在明初之际就开始应用于临床。最早记载见于明·朱权《寿域神方》卷三灸三阴证：“用纸实卷艾，以纸隔之点穴，于隔纸上用力实按之，得腹内觉热，汗出即差。”

随着灸疗的不断发展，又在艾绒中掺进药物，治疗时用几层纸或布包住火头，实按在穴位上。因其操作方法象针刺，故命名为“太乙神针”、“雷火神针”。

雷火神针见于《本草纲目》卷六，附载于“神针火”条



之末，多用于治疗风寒湿痹、闪挫肿痛。

太乙神针见于韩贻丰撰写的《太乙神针心法》。太乙神针是在雷火神针的基础上对药物组成做了改动，常治疗各科疾病。

此外，古代文献中还有“三气合痹针”、“百发神针”、“治痹神火针”、“阴证散毒针”等。这些均属艾条灸的范畴，只是在药物组成方面有些不同。

## （六）保健灸法

保健灸，是在未病之前就在某些穴位上进行施灸，从而达到延年益寿的目的。古人用保健灸，常取下列穴位：

神阙穴：《类经图翼》卷八记载：在神阙穴上用隔盐灸“若灸至三五百壮，不惟愈疾，亦且延年。”

气海穴：据《旧唐书》卷一百六十五载，柳公度年八十有余，步履轻便，别人问他养生之术，他说：“吾初无术，但未尝以元气作喜怒，气海常温耳。”

关元穴：《扁鹊心书》讲到“住世之法”云：“人至三十，可三年一灸脐下三百壮；五十，可二年一灸脐下三百壮；六十，可一年一灸脐下三百壮。”

足三里穴：《外台秘要》卷三十九云：“凡人年三十以上，若不灸三里，令人气上眼闇。”《医说》卷二云：“若要安，三里莫要干。”

膏肓穴：《针灸问对》卷下载民间谚语云：“若要安，膏肓、三里不要干。”《千金要方》卷三十指出：“膏肓俞无所不治”，“此灸炷，令人阳气康盛。”

说明常灸诸上穴，均可收到保健之效。