

第一章 概 述

第一节 耳穴治疗的主要内容

祖国医学认为耳为宗脉之所聚，十二经脉皆上通于耳，全身各脏器皆连系于耳。现代医学证明耳廓有比较丰富的神经、血管和淋巴等组织分布，因而当人体某一脏腑或组织器官有异常或病变时，可以通过经络和神经体液等反应到耳廓的相应的穴位上，这些就是利用耳穴诊治疾病的物质基础。

耳穴（即通过外耳施治的刺激部位），在耳廓上的分布有其特定的区域。临床上可以通过耳穴来诊断和治疗疾病。

诊断疾病主要包括视诊、触诊和听诊等内容。

视诊是指医者用眼观察患者的耳廓，根据其有无颜色、形态、丘疹、血管充盈、脱屑等方面的变化情况而判断疾病的有无及其性质。在患实证、急性炎症时，可以在其相应的耳穴区域内见到具有光泽的点、片状红晕，丘疹、充血等阳性反应；在患虚证、慢性疾病时，可以在其相应的耳穴区域内见到无光泽或缺少光泽的白色的点、片状的凹陷、隆起、丘疹等反应；在患习惯性便秘和皮肤病等病症时，可在其相应的耳穴区域内见到不容易被擦去的糠皮状的脱屑等反应物；在患肿瘤时，可以在其相应的耳穴区域内出现点、片状的暗灰色的结节性隆起物。

触诊是指医者利用探棒（钝头的木质、金属、塑料或玻璃的小棒）触压患者的耳廓，或用点压法或用划动法，按着从

上向下，从内向外，从前向后的触诊顺序触压患者的耳廓，根据有无隆起和凹陷等阳性反应、有无色泽的改变、压痕的深浅以及压痕恢复平坦的时间长短等情况判定疾病的有无或病症的属性等。在患各种疼痛症及肿瘤时，可以在其相应的耳穴区域内触及点片状及条索状、圆形结节样的隆起反应物；在患消化系统炎症时，可在其相应的耳穴区域内触睹点、片状或不规则的凹陷反应；在患冠心病或高脂血症时，可在其相应的耳穴区域内出现耳皱 线状的凹陷等反应；在患胃炎、便秘、月经不调等的实证、轻症时，可以在其相应的耳穴区域内出现红色、压痕深（或浅）、恢复平坦的时间较快等的反应现象；在患水肿、贫血、糖尿病、内分泌功能紊乱等的虚证、重症时，可以在其相应的耳穴区域内出现白色、压痕浅（或深）、恢复平坦的时间较慢等的反应现象。

听诊是指医者利用探测耳穴的电子仪器探测患者的耳廓，根据患病时的相应的耳穴皮肤的阻抗降低的原理，凭借电测仪音响的有无或大小等的变化情况判断疾病的有无及严重程度。音响强度高、音调频率高及伴有触痛者为强阳性，具有诊断价值；音响强度低或无，音调频率低或不伴有触痛者为弱阳性或阴性，多无诊断价值或仅供参考。探查时要注意用力适中，除外因皮肤的干燥或汗湿而出现的假阴性或假阳性。

治疗包括选穴和方法等辨证施治的内容。选穴与方法都是在辨证立法之后而施行的处置手段。

选穴是指医者根据患者的病史、病性、病症情况所采取的配伍取穴。选穴或以阴性穴为主，或以阳性穴为主，或以平性穴为主，或重在于通，或重在于散，或重在于补，或重在于泻，可以随证而施之。以治疗便秘证为例，对患阴津不足的慢性便秘者可以选用脏腑同治，生津养液，润肠通便等

属于阴润性质的耳穴进行治疗，以治疗其阴液亏虚，大肠燥涩，便秘难下等症；对患胃肠功能失调的急性便秘者可以选用通腑升清，调理胃肠等属于阳通性质的耳穴进行治疗，以治疗其肠道气滞，腑气不通，便秘不下等症。

方法是指医者根据患者的病性、病情和治疗条件等所采取的施治方法。其包括治疗的方法和施治的手法等内容。

治疗方法可以根据治疗的形式区分为被动性和主动性治疗两类。所谓被动性治疗是指求助于他人（如医生）的治疗方法。主动性治疗是指自我（患者本人）进行的治疗方法。

施治手法包括各种施治的方法，按其内容可以分为施治的方式方法、刺激强度、刺激量、治疗的时间和疗程等。临证时所采用的针刺或按摩方法，用重刺激或适中的刺激量，治疗是以1日2次或隔2日1次等内容，皆属于此类。

治疗方法和施治手法是紧密相连的。以实例而论，对患急性落枕疼痛的病人，医生可以对其采用重刺激量的电针治疗，并要求患者配合协调性的转动颈部的运动，此即属于一种综合性的治疗方法，但就耳针治疗而言仍然属于被动性的治疗方式（患者被医生用电针取耳穴重刺激进行治疗）；对长期患失眠症或月经不调的病人，可以由患者本人主动地利用耳穴进行自我保健性的治疗，此即属于主动性的治疗方式（患者不经他人而是由自己本身对自己通过耳穴进行治疗）。两种治疗方式各具特点，被动治法具有取穴准确、治疗范围广泛等的特点；主动治法具有随手可治，灵活主动等的特点。对慢性疾病、属于虚证的病证可以用弱、中的刺激强度和稀疏变化的刺激频率，每次治疗的时间不宜过长，要有一定的间隔时间，或隔日治疗一次或隔两日治疗一次，疗程可以适当延长；对急性病、疼痛、属于实证的病证可以用中、强

的刺激强度和紧密单调的刺激频率，每次治疗的时间可相对的适当延长一点，可以每日进行一次或每日进行数次治疗，但治疗的疗程一般都比较短些，有的病症甚至仅治一次，没有疗程。

第二节 耳穴治疗的起源和发展

耳穴治疗与祖国医学的针灸一样，有悠久的历史。早在两千一百多年前的《阴阳十一脉灸经》中，就有耳与上肢、眼、颊、咽喉相联系的记述。

耳穴治疗既有古老的历史渊源，又有各个时期的发展补充。它是在不断地汲取当代新的科学成就的过程中向前发展的，然而它又是属于与现代医学理论不尽相同的祖国医学，近几十年来已经引起了世界许多国家的重视。有许多学者采用生理、解剖和组织学以及同位素、电刺激等现代的科学方法从经络、神经、体液等多种途径，探讨和研究耳穴与内脏以及肢体的关系；在治疗方法上除了针刺、艾灸、按摩外，还采用了激光、超声波、磁珠和药籽压迫等技术方法；已有许多关于耳穴治疗的学术报道和专著问世，还举办和成立了各种类型的学习班、研讨会和科研协作组织等，使耳穴治疗从实践到理论不断地完善，逐步形成了一个比较系统和完整的学科体系，这些都将会有助于耳穴治疗的进一步发展。

第三节 耳穴治疗的适应证、操作及注意事项

耳穴治疗的适应证是十分广泛的，包括内、外、妇、

儿、五官等各科的很多病症，如内科的消化、呼吸、循环、泌尿及生殖等系统的许多疾患，外科的各种疼痛等等；妇科的经、带、胎、产；儿科的生长、发育；五官科的眼、耳、鼻、喉、口腔的疾患以及老年病等，都可以采用耳穴疗法进行防治。

耳穴治疗的方法约有30余种，包括针刺、艾灸、电针、埋针、割治、水针、按摩、耳道塞药、贴敷、挑治、低频脉冲、电刺激、药物注射、磁疗、烧酒滴耳、超声波、离子透入、贴压药籽法等等。治疗方法虽多，但总体而论不外乎被动（求助他人）和主动（自我）二种形式。前者应用广泛，取穴精确，可以根据不同的病理而施以复杂的治疗手段，如埋针、压丸（药粒或磁珠）、注射、输电等等；后者方便灵活，随心所欲，可以根据自觉主症抬手即治，常用的有手指揉按和小棒触压等。

各种治疗方法大都按1~3天治疗一次，3~6次为一疗程计算时间。

临床上应用的比较多的有耳穴针刺、电针、药物注射、激光、按摩、贴压药籽法等。

耳穴针刺主要包括毫针法和点刺放血法两种，属于针刺方法中最常用的方法。

（1）毫针法：是选用0.5或1寸长规格的26号、28号、32号、34号的不锈钢针进行针刺，分直刺、斜刺、横刺三种。①直刺：是指针体与皮肤呈90度角垂直刺入皮肤，如直刺神门、心、脐周穴等；②斜刺：是指针体倾斜，与皮肤呈45度角沿皮刺入，如斜刺睾丸、兴奋点、腰椎穴等；③横刺：是指针体与皮肤呈15度角沿皮刺入，又称“沿皮刺”，多用于透穴治疗，如横刺腰椎、腰痛穴，常是腰椎透腰痛点

穴。

(2) 点刺放血法：是用三棱针，依据病情利用耳穴进行点刺放血，主要用于实热证，如外感发热者点刺耳尖、枕穴等放血退热。操作时先对耳穴进行常规消毒，然后用针轻微的点刺，进入耳穴2~4毫米深，再退出针，挤压孔周围的皮肤，使之出血2~3滴为宜。注意，体弱、久病者不宜应用。

耳穴电针法：是指毫针刺法结合脉冲电流刺激的治疗方法，主要用于疼痛病症和麻醉等。操作时先用毫针刺入耳穴，然后加上脉冲电流刺激。治疗时间在5~25分钟之间，刺激强度以病人能够耐受为度。对重度疼痛者，可适当延长治疗时间和增强刺激量。注意，孕妇、体弱、年迈者不宜应用本法。

耳穴药物注射法：又称“水针”穴位注射法，是根据不同的病情，选用微量的药液，注射于相应的耳针穴位内，以达到治疗疾病的目的。如选用异烟肼、链霉素等注射液，注射于结核点、肺等穴内，以治疗肺部结核病；选用黄氏注射液等注射于虚、健脾胃等穴内，以治疗久病、产后体质虚弱等症。操作时对耳廓进行常规消毒，用2毫升注射器或皮试针注射器按注射要求进行，每穴约注射药液0.1~0.3毫升，以局部隆起似绿豆或黄豆大小的药物肿泡为宜。注意，使用链霉素等药必须在皮试阴性时才可应用。对年迈、体弱者进行治疗的穴位和注射的药量均不宜过多。

耳穴激光照射法：是将现代的激光技术应用于耳针穴位上的一种治疗方法。耳穴激光法主要用于五官科和内科疾病，如近视眼、哮喘、以及用于戒烟等。操作时主要利用国产的氮-氦激光仪对耳穴进行照射治疗，每次每穴可照射2~5

分钟。注意，激光照射的时间不宜过长。医务人员及病人应穿戴防护工作服或配戴防护面具或深色眼镜等，以减少激光对人体的损害，尤其应当重视和避免激光的反射光线进入眼内。对激光照射病灶以外的组织器官还可以用生理盐水纱布保护起来。要注意保护激光仪器，在不用时仍需定期检查，每周启动点燃激光管1~2次，每次通电半小时，以保持激光管的正常放电功能。

为适应广大读者进行耳穴治疗和自我保健的实际需要，下面重点介绍耳穴贴压药籽法和穴位揉按触压这两种最常用的方法。

1. 耳穴贴压药籽法：又名“压丸”，俗称“埋豆”。操作很简单，具体可分两步，分述如下：

(1) 准备工作：①裁剪5~10mm²的医用胶布若干块；②备王不留行籽若干，注意不用开花的，也可用绿豆代替；③取小尖镊子一把；④有条件者可备电子探测仪一部。

(2) 操作及注意事项：①根据病情确定耳穴或利用探测仪探测耳穴，二者互相参考；②用镊子夹胶布的边取起胶布；③按照耳穴分布的形状把药粒粘在胶布上，谓之“制版”，如头痛穴的三角形

(见图1)；④擦去被治疗者耳廓皮肤表面的油垢，将带药粒的胶布贴在耳廓上，用手指轻轻捏按胶布，使之粘牢；⑤根据病情和体质情况进行医嘱，如失眠或夜间多发性皮肤瘙痒症的病人，均需在入睡前按摩有关的耳穴

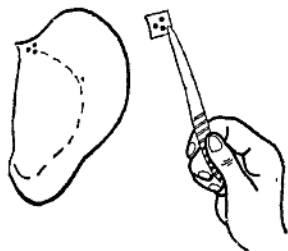


图1 用镊子取布制版

3~5分钟以加强安眠止痒之功效；⑥注意，耳廓有炎症或耳部患有皮肤病者禁贴；对胶布过敏者慎用或用短周期法及改用脱敏胶布；孕妇禁用或慎用。

2. 耳穴揉按触压法：是病人利用耳穴进行主动治疗和自我保健的最主要的方法，包括手指揉按和小棒触压两种。



**图2 患者面对镜子进行
自我保健**

具体作法：洗净手，用拇、食指指腹相对，揉按耳廓；或面对镜子用钝头小棒触压耳穴(见图2)。揉按触压时一压一松，节律均匀，揉压强度适中，以能耐受为度，每日1~3次，每次每穴揉压10~30次，双耳交替进行。注意，耳廓有湿疹及耳部皮肤有破溃者不宜应用。

第二章 常用耳穴

第一节 耳穴区域分布

耳针穴位在耳廓上有特定的分布区域，称为耳区，耳区在耳廓前面的分布形似母体子宫内倒置的胎儿，而其在耳廓后面的分布形似屈膝而跪，头低向内缘曲身而拜的形态（见图3、4）。

1989年出版的《耳针穴位挂图》（作者陈抗美，人民军医出版社出版，定价2.20元）详细介绍了各耳穴的标准位置，可供参考。

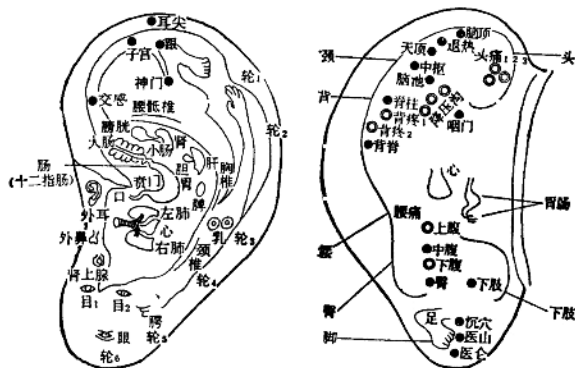


图3 耳穴区域分布 (耳廓前面) 图4 耳穴区域分布 (耳廓后面)

第二节 耳穴作用的性质

耳穴虽多，但按其治疗作用的性质可以区分为阴性穴、阳性穴及平性穴3类。凡是具有清热解毒，泻火，消炎，镇痛，镇静等作用的，都定属阴性穴，如耳尖、神经衰弱点穴等皆属此类；凡是具有温热，滋补，助阳，促进代谢、循环、分泌和生长的穴，都定属阳性穴，如兴奋点、下垂点穴等，均属此类；介于二者之间则为平性穴，虽称属平性，但多具有偏颇，或偏属于阴，或偏属于阳，如垂体、血液点、气管等穴，皆属于此类。

耳穴功用的性质和治疗的方向，取决于治疗穴位配伍的总和。一个穴位的性质会受其他穴位性质的影响，少数不同性质的穴位与大多数穴位配伍之后会去性存用，如：单个阳性穴与多个阴性穴相配，会使之阳性在治疗中不显，而只保留穴位的作用了。因此，掌握耳穴的作用性质和治疗方向以及穴位的配伍，是使用耳穴防治疾病的基本切。

第三节 耳穴功用

一、耳穴分区

为了便于论述和有利于耳穴的记忆，现将耳穴位置图分成7个区域进行叙述（见图5）。

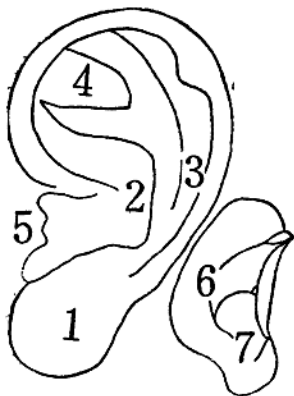


图5 耳穴叙述分区

- 1—多为头面部的穴位区；
- 2—多为内脏部位的穴位区；
- 3—多为躯干、四肢的穴位区；
- 4—多为下腹部的穴位区；
- 5—为杂穴区；
- 6—多为神经、循环系统的穴位区；
- 7—多为腰、腹、下肢等的穴位区。

二、耳穴的功能与作用

下面按照上述的7个分区进行论述，共介绍254个穴。

（一）耳垂、对耳屏及耳屏部分（共34穴）

1. 眼

【分布】耳垂。

【位置】从屏间切迹底部起始，按等分划3条水平

方向的线，再按等分划2条垂直方向的线，将整个耳垂划成9等分。本穴在第5区内的正中间处（见图6）。

【穴性】 平。

【功能】 疏风清热，养血益阴，利胆明目。

【主治】

（1）眼病：急性结合膜炎，疱疹性结合膜炎，电光性眼炎，复视，慢性青光眼，霰粒肿，麦粒肿，近视眼。

（2）胆石症。

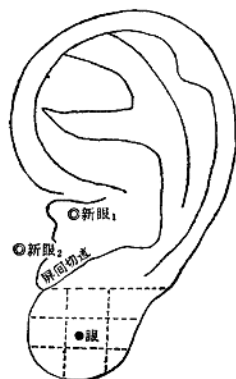


图6 眼穴的位置

【按语】

●直观可见穴；○内侧穴；◎序穴；○新穴。

（1）穴性平，稍有偏阴之性，故可解表滋补，清热利胆，多用于治疗眼病。

（2）本穴与新眼穴都能治眼病，穴性均属平性，但有偏颇之不同，眼穴偏阴，可以清热，能治疗各种眼炎和因肝胆湿热上犯于目的眼干涩痛等，新眼穴偏阳，能益气约胞，治疗睑肌无力、眼睑下垂等症。两穴临症，既可配伍应用，也可各自按病症特点分别施用。

【备考】 本穴为诊断和治疗眼病的参考穴；也有用于治疗斜视和白内障者。

2~3. 目₁、目₂

【分布】 耳屏、对耳屏。

【位置】屏间切迹的外侧前、后下方处（见图7）。

【功能】 益肝，利脾，明目。

【主治】 慢性青光眼、视神经萎缩、近视、复视、散光、麦粒肿、睑肌无力。

【按语】

（1）穴性属阴，故能养精血，明眼目。

（2）目₁穴又名“青光”，目₂穴又名“散光”。顾名思义，目₁主治青光眼，还治近视、视神经萎缩等眼底疾患；目₂主治散光，还可治疗眼炎等各种眼部疾患。

【备考】 本穴为诊断和治疗眼科病的参考穴。

4. 新 眼₂

【分布】 耳屏。

【位置】 外耳穴向下垂直引线与肾上腺穴向前水平引线的相交处（见图8）。

【穴性】 平。

【功能】 益肾，健脾，明目。

【主治】 近视、屈光不正、睑肌无力。



图7 目₁、目₂穴的位置

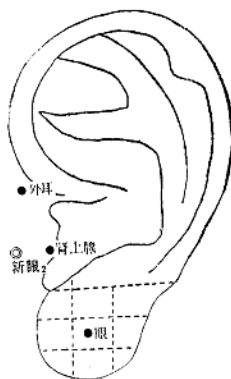


图6 新眼₂穴的位置

【按语】

本穴和眼穴均有明目功效，但各有偏重，本穴偏于补益而利眼目；而眼穴偏于清解而明眼目。

【备考】 本穴为诊断和治疗眼病的参考穴；还有用于治疗白内障者。

5~5. 上颌、下颌

【分布】 耳垂。

【位置】 从屏间切迹底部起始，按等分划3条水平方向的线，再按等分划2条垂直线，将整个耳垂划成9等分。上颌穴在第3区内的下部，下颌穴在第3区内的上部（见图9）。

【穴性】 阴。

【功能】 清热解毒，
消肿止痛，祛风通络。

【主治】

（1）牙部疾患：牙痛、
拔牙疼痛、牙关紧闭；

（2）颞颌关节疾患：颞
颌关节僵硬、下颌关节痛、
下颌关节炎；

（3）面颊、颌下疾患：
三叉神经痛、颌下淋巴
结肿。

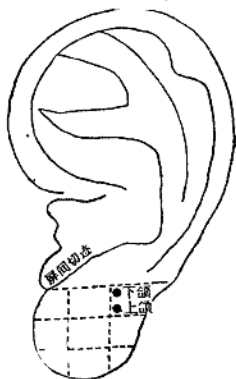


图9 上颌、下颌穴的位置

【按语】

（1）穴性属阴，有寒凉之性，可以清毒热，消肿痛，通经络。

（2）本组穴虽然穴性功用相同，都能治牙痛和下颌关节痛，但是因为络脉所属不同，故治之有所偏重，上颌穴偏

治上牙疼痛，下颌穴偏治下齿疼痛。二者同大异小，临证常联合应用。

【备考】 本穴为诊断和治疗牙部、颞颌、面颊等疾患的参考穴；还是拔牙针刺麻醉的穴位。

7. 舌

【分布】 耳垂。

【位置】 从屏间切迹底部起始，按等分划3条水平方向的线，再按等分划2条垂直方向的线，将整个耳垂划成9等分。本穴位于第2区内的正中（见图10）。

【穴性】 阴。

【功能】 养心阴，益心气，镇静安神，泻火利窍

【主治】 舌炎，神经性失语，舌体肿痛。

【按语】

(1) 穴性属阴，故能养阴益气，宁心泻火。

(2) 本穴与口穴，穴性都属阴，均有清热之功，皆能治疗舌炎，但本穴偏于滋益泻火；而口穴偏于通络解痉。二者虽有所异，但对同症者常常并用以加强清热之功。

【备考】 本穴为诊断和治疗舌体疾患的参考穴；还可用于治疗舌强语蹇。

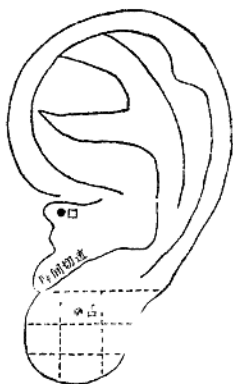


图10 舌穴的位置

8~9. 上腭、下腭

【分布】 耳垂。

【位置】 从屏间切迹底部起始，按等分划3条水平方向的线，再按等分划2条垂直方向的线，将整个耳垂划成9等分。本组穴在第2区内，下腭穴在舌穴的上方，上腭穴在舌穴的外下方（见图11）。

【穴性】 阴。

【功能】 清热，止痛，通络。

【主治】 牙周炎，牙龈肿痛，口腔溃疡。

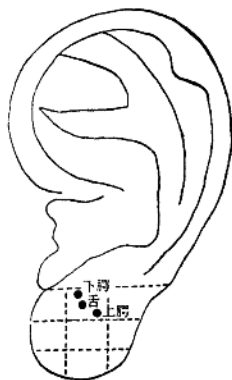


图11 上腭、下腭穴的位置

(1) 穴性属阴，有寒凉之性，故能清热消肿，通络止痛。

(2) 本组穴虽然穴性功用相同，都能治疗口腔科病，但是因为络脉所属不同，治之各有偏重，上腭穴偏治上腭部及上齿龈痛；下腭穴偏治下腭部及下齿龈痛，二者同大异小，临证常联合应用。

【备考】 本穴为诊断和治疗腭部和口腔疾患的参考穴，还可用于拔牙麻醉。

10. 额

【分布】 对耳屏

【位置】 对耳屏的内下方，目₂穴的外上方。目₂穴与太阳穴连线的内2/3点与卵巢穴垂直向下引线的相交处（见图12）。

【穴性】 平。

【功能】 疏风解表，
清热利窍，通络止痛，镇静
安神。

【主治】

(1) 感冒、头痛、额
窦炎、头昏、牙痛、面神经
麻痹、腰部麻醉后头痛。

(2) 神经衰弱、多梦、
失眠、头晕。

【按语】

(1) 穴性平，有偏阴
之性，故能疏风清解，利窍
镇静，通络止痛。

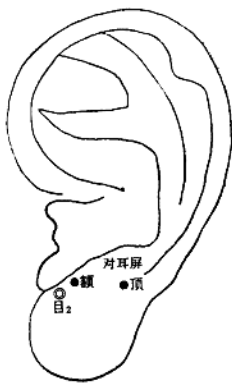


图12 额穴的位置

(2) 本穴与顶穴都有镇静、通络，治疗神经衰弱、头痛之功用。但本穴性平，具有疏解之功，可用于伤风感冒等症；顶穴性阴，具有滋养之功，可用于清窍失利，头顶作痛等症。两穴虽有不同，但对同证者常常合用，以加强治疗之功。

【备考】 本穴为诊断额部病痛的参考穴；还有用于治疗睑肌无力者。

11. 枕

【分布】 对耳屏。

【位置】 对耳屏的外下方，在平喘穴与轮穴连线的中间处（见图13）。

【穴性】 平。

【功能】 清热解表，降逆缓急，升清利窍，止痛安神。