

1121152



中研 B0002801



祖国丛书

# 中国的针灸

徐又芳 著

人民卫生出版社



封面设计 郭振华  
(本书采用计算机排版)

**中国的针灸**

ZHONGGUO DE ZHENJIU

徐又芳 著

人民卫生出版社出版、发行  
北京朝内大街166号

北京新华印刷厂印刷  
新华书店经销

787×1092毫米 32开  
1987年9月第1版

1.75印张 88,000字  
1987年9月北京第1次印刷

印数 0,001—6,400

书号 17001·162 定价 0.87元

---

## 引 言

---

1975年3月,苏丹上尼罗河省军区一位青年军官,忽然感到右下肢不适:从腰部开始,经右臀部、右股后正中、沿小腿外侧到脚趾,都象烧灼一般的麻痛,以致彻夜不眠。他由住地比保县坐直升机来到上尼罗河省陆军医院时,要由士兵们抬入治疗室。他的右侧患肢不能着床,稍一压碰,就象触电般麻痛难忍。医院的主管医师和院长要求中国医疗队的医生用针灸治疗。中国医生用一根细长的银针在他的新环跳穴(大转子和尾骶骨端联线的中点上)扎了下去,针刺半小时后起针,又在针眼处拔火罐十五分钟。取掉火罐时,这位军官已感到疼痛减轻多了,可以不用别人搀扶,自己由治疗室走回到病房去了。

这是我国医疗队在海外治病的一个实例。象这种例子,在国内那就更多了。

1945年抗日战争期间,延安有一位农民忽然痛得两手捂住肚子,缩成一团。村里人慌了,急忙用门板把他抬到白求恩和平医院,经诊断是胃神经痛。于是医生在他两条小腿的足三里穴上,各扎了一针。病人紧紧皱着的眉毛立即

舒展了，手也不捂肚子了。医生又在他肚脐上的中脘穴下了一针，肚子痛就全好了。他说着笑着，自己扛着门板回去了。也是在延安，有一位姓马的同志，曾在雪天刮风的早晨出门，半个月以后，半边脸常感觉发冷，嘴向右歪斜，就连水也含不住，水从半边嘴角流出来。医生诊断为面神经麻痹，就给他扎了嘴角两边的地仓穴，又在右侧颊部的颊门穴下了一针，大约过了十几分钟，起针以后，他再含水漱口，水就不往外冒了，再看他的脸，也不歪斜了。

当然，更多的病例是经过多次治疗，逐渐好转直至痊愈的，但象这种手到病除的病例也不少，古代的医案中也常有记载。例如明代针灸学家杨继洲曾记录了这样一个医案：明代甲戌（1574年）夏季，员外郎熊可山患痢疾，同时又吐血不止，身体高热并且咳嗽，肚子周围还出现了一个痞块，痛得几乎昏死过去，脉息都快要断绝了。很多医生都束手无策。杨继洲去给熊可山看病，他看到病情虽然很危重，高高隆起的痞块有拳头那么大小，但是胸口还是温暖的，便赶忙进行急救。他也顾不上当天正赶上所谓的“忌针日”（禁止针刺的日子），急忙针刺气海穴，另外又在气海穴上灸了五十壮（壮，施灸的单位：每燃烧一个艾炷称为一壮），病人竟然苏醒过来了，那个痞块也随即消散，痛也就止住了。病情稳定后，又给病人治痢疾，然后再治咳嗽吐血，最后终于使病人恢复了健康。

上面介绍的几个病例，尽管国家不同、时代不同，但把病治愈的效果是相同的，采用的治疗方法也相同，都用的是

针刺法和艾灸法,也就是我们常说的针灸。

针灸实际包括我国两种古老的治病方法:针法和灸法。针法古称“砭刺”。它是利用不同的针具,在人体一定的部位上(称为腧穴)给予刺激,或者刺入机体,或者叩击体表,以激发经络之气,调整机体的机能,有时也用以刺破脓肿,刺放瘀血,从而使机体恢复健康。灸法是采用艾绒等对腧穴进行烧灼或熏熨,并通过这种温热刺激来调整机体的机能,扶正祛邪,防治疾病。针法和灸法同属于中医外治法的范围,而且这两种方法常常配合使用,因此,人们往往统称之为针灸。

针灸在我国已有几千年的历史,具有疗效明显、适应症广、安全简便等特点,是我国医学宝库中的重要组成部分,在维护我国人民的健康、促进民族的发展上有过巨大的作用并继续发挥着重要的作用。

祖国医药学是一个伟大的宝库。而针灸则是这个宝库中一颗璀璨的明珠。

---

# 目 录

---

|                 |      |
|-----------------|------|
| 引 言·····        | (1)  |
| 一、中国针灸史话·····   | (1)  |
| 针灸溯源·····       | (1)  |
| 针灸的早期发展·····    | (14) |
| 针灸学术结硕果·····    | (20) |
| 针灸的荣枯盛衰·····    | (30) |
| 二、不用麻醉药的麻醉      |      |
| ——针刺麻醉·····     | (37) |
| 针麻的问世和发展·····   | (37) |
| 针麻的优点与存在        |      |
| 的问题·····        | (40) |
| 针麻的穴位选择·····    | (43) |
| 针麻在国外·····      | (45) |
| 三、遍及世界的针灸热····· | (47) |
| 针灸在日本·····      | (47) |
| 针灸在苏联·····      | (51) |

|                 |       |
|-----------------|-------|
| 针灸在欧洲·····      | (53)  |
| 针灸在美国·····      | (57)  |
| 针灸在国外的发展·····   | (63)  |
| 四、针灸治病的秘密·····  | (68)  |
| 脏腑、经络与腧穴·····   | (68)  |
| 针灸为什么能治病·····   | (82)  |
| 五、奇异的经络现象·····  | (91)  |
| 循经感传现象·····     | (92)  |
| 其它经络现象·····     | (97)  |
| 众说纷纭的经络实质·····  | (98)  |
| 六、针灸与长寿·····    | (104) |
| 针刺减肥·····       | (104) |
| 针刺戒烟·····       | (107) |
| 针刺美容·····       | (110) |
| 保健灸·····        | (111) |
| 七、针灸一般治疗方法····· | (116) |
| 常见的针具·····      | (116) |
| 毫针的选择及收藏·····   | (119) |
| 体位的选择·····      | (121) |
| 毫针刺法·····       | (122) |

|               |       |
|---------------|-------|
| 针刺治疗应注意       |       |
| 些什么·····      | (130) |
| 常用灸法·····     | (134) |
| 手指点按(指针)····· | (139) |
| 后    记·····   | (143) |

---

## 一、中国针灸史话

---

### 针 灸 溯 源

#### (一)从砭石到金针

针,作为生活用品,人们是很熟悉它的;但作为医疗器具,就未必都了解得那么清楚了。

“针”这个字,也写作“箴”。从箴字的竹字头来看,针在它发展过程中,可能曾经有用竹子为原料的阶段。但是,作为针灸的针具,最原始的、最古老的针具却不是竹子做的竹针,而是用石头做的“砭石”。

在古代文献中,有关砭石的记载是很多的。如《山海经·东山经》说:“高氏之山,其上多玉,其下多箴石。”《淮南子·说山训》提到“医之用针石”。《汉书·艺文志》中也有“医经者……用度箴石汤火之所施”的记载。从这些记述可以看出砭石的古老。据考证,它起源于新石器时代。

是谁首先想到用砭石治病的呢?

有这样一个传说:古时候有个人,患了头痛病,经久不愈,痛苦不堪。有一天,他走在路上,突然摔倒在地,小腿被



砭 石

尖利的石块划破，出了血。他的腿虽然有点痛，但折磨了他很长时间的头痛病却意外地好了。从此，他遇见头痛病人，就叫他们用尖石头把小腿刺破。于是，这种疗法就慢慢地传开了。

当然，传说毕竟只是传说。事实上，砭刺这种治疗方法可能并不

是哪一个人发明的，它是我们祖先在长期的生产劳动和生活实践中共同创造的。

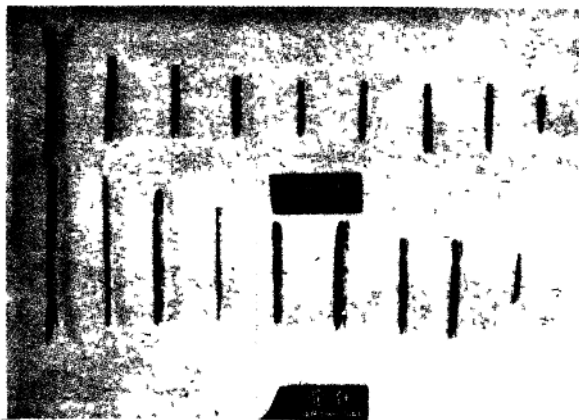
大约在一百多万年以前，我们的祖先就在伟大祖国这块土地上生活着、劳动着。他们用兽皮、树皮做衣服，靠采集野菜野果，猎取易捉的禽兽来充饥。为了生活的需要，他

们利用一些简单的、不加磨制的石块作为生活用具和抵御野兽的武器。这个时期就是历史上早期的原始社会。

在这个时期，我们的祖先还不懂得什么叫医学。在劳动或与野兽的搏斗过程中，身上出现了创痛，他们有时不自觉地按压它，或用随手拾到的石块去触刺它，以减轻疼痛，久而久之，他们发现某种形状的石块触刺到身体某个部位，疼痛减轻比较明显。因此，当他们掌握了打制、磨制石器的技术之后，就在创造出作用不同、形态各异的石斧、石刀等工具的同时，也制造出一些尖利的石器，供消除疼痛用，砭石于是产生了。

砭石最初只是用来按压痛处或破开痈肿，排脓放血，后来逐渐发展成为针刺治疗的工具。为适合穿刺和切割，砭石的形状也趋于多样化。由于形状不同，名称也不一样，于是就有了砭石、针石、铍(chān)石等。砭石是一边磨锐的刀形石块，针石是筒形类似针状的石棒，铍石是一端锥形，形如箭头的石器。但一般人们往往把它们统称之为“砭石”。南北朝时全元起注《素问》时就说过砭石是古外治之法，“有三名，一针石，二砭石，三铍石，其实一也。古来未能铸铁，故用石为针”。

近来考古工作中，还发现砭石的实物。1972年在河南新郑县一座春秋战国时期的郑韩故城遗址，就挖掘出一枚砭石，长六点三厘米，直径零点七到零点八厘米，它制作粗糙，是打制而成的，显然是较古老的针具——砭石。1963年在内蒙古自治区多伦旗头道洼新石器时代遗址出



骨 针

土了一根石针,这根磨制的石针比较精细,长四点五厘米,石针的一头有尖锋,呈四棱锥形,另一头扁平,有弧刃,刃宽零点四厘米。它的中段则是四棱略扁的形状,这大概是为了便于持拿操作吧。经专家鉴定,这枚石针是距今一万年至四千年前新石器时代的实物。

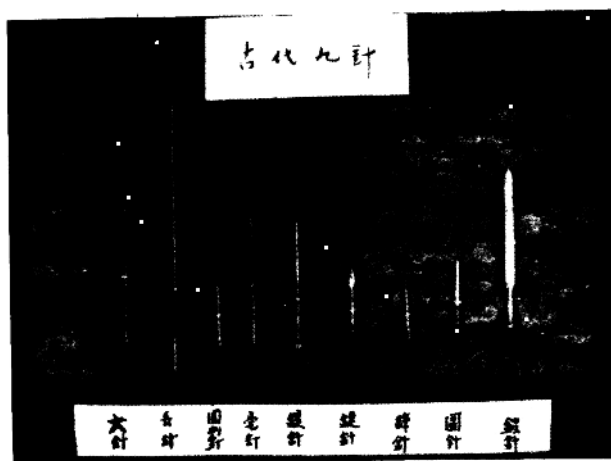
古代的针具除石针以外,还有骨针和竹针。大约在山顶洞文化时期,我们的祖先就能用石刀等工具制造比较精细的骨针了。这些骨针有的一端尖利,另一端无孔,有的两头尖尖。在距今六、七千年前的新石器时代遗址中,也发现了不少骨针的实物。但到现在为止,尚未挖掘出竹针的实物来,估计是由于竹针易于腐烂,难于保留的缘故。到了仰

韶文化时期，黄河流域以关中、豫西为中心的大片地区内，发展了彩陶文化，于是出现了陶针。直到现在，广西壮族自治区还保存有这种陶制的针具哩。

商周时代，发明了冶金术。当时的冶金术，主要是炼制铜器，于是金属针具——青铜针就随之出现了。我国最早的一部医学理论著作《内经》中记叙的“九针”就萌芽于这个时期。

九针是九种不同形状的金属医疗用针，包括按摩用的工具和外科用的小刀。它们的名称和特点是：

1、镵chán 针：是一种利锥。所以镵针也是头大末小



古代九针图

的。它有一分长的尖端,用于浅刺。为了治疗浅表的病症,针的形状就必须是针头大,针尖锐利,可用于浅刺皮肤。

2、圆针:针尖卵圆,用于按摩。为了适应治疗肌肉的病症,针身必须是圆柱形,针尖则是卵一样的椭圆形。如果外邪侵袭肌肉,就可用圆针去按摩它,使气血疏泄,又不至于损伤肌肉。

3、铍dī针:针头象黍粟一样,用于按压。为了适应治疗血脉的病症,针身必须较大,针头圆而微尖,象黍粟一样,长三寸半。主要是用来按摩经脉,使气血流通,正气充实,邪气排出,但不又至于刺入皮肤伤及肌肉。

4、锋针:针身呈圆柱形,针锋锐利,三面有棱,也叫“三棱针”。这种针可以刺络放血,主治痈疡痼疾。

5、铍pī针:针的尖端象剑锋一样锐利。此针长四寸,阔二分半,可用作切开排脓,主治痈疡和寒热不调的病症。

6、圆利针:针的尖端大,象牦牛的尾巴,圆而且锐。这种针长一寸六分,用它能协调阴阳,主治痈症和痺症,深刺,可治暴痛。

7、毫针:顾名思义,这种针细如毫毛。在这九种针具中,毫针最细,它的针尖象蚊虻的嘴,此种针长三寸六分。它可以刺入各经的孔穴,真气和邪气都可受到针刺的影响,出针后既可以散去邪气,又有扶养正气的补益作用。目前针灸治疗中应用最广泛的就是毫针。

8、长针:这种针长七寸。长针是治风邪深入,日久不愈病症的,所以,针尖锐利,针身特长。

9、大针：是治壅滞一类疾病的针，象手杖一样，针尖略圆，长四寸。主治水腫，用于泻水。后人也把这种针用作火针来治療癰、痈腫。

虽然九针出现了，但由于生产力的限制，在最初一段时期内，金属针的使用并不普遍，很多地区（尤其北方地区）仍沿用石针。从战国到秦汉，铁器出现并普遍使用了，砭石才逐渐被金属的九针取代。

1978年，在内蒙古自治区达拉特旗树林召公社，从一批古铜器中发现了一枚青铜针。这根针长四点六厘米，中身有四棱，横断而呈菱形。它的形状、大小与前面提到的在头道洼出土的砭石非常相似，因此，人们把它名为“青铜砭针”。据考证，这根“青铜砭针”是战国至西汉时的实物。

随着冶炼业的发展，黄金、白银等金属也相继出现，因而又有了金针和银针。

1968年在河北满城县西汉刘胜墓中发掘出医用的金针和银针。四根金针尚完好无损，针长六点五到六点九厘米，针身断面为圆形，针柄断面呈矩形，比针身略粗稍大，针锋的形状不同，一根针头锐利，三面有锋棱，象古代的锋针；一根针头微大，象古代的圆利针，另外二根针锋纤细得象毫毛一样，是古代的毫针。那五根银针都已残缺，很难确定它原来的形状，其中只有一根上部残缺，下部完好。这根针残长五点三厘米，比金针粗，横断面是圆形，末端钝圆，恰似古代的鍤针。

从金针和银针的发现，可以看出，早在二千多年前，我

们的祖先就已应用金、银制造医疗工具了。但是,黄金和白银成本较高,很难广泛应用,所以铁器问世之后,就广泛应用铁制针具了。

铁制针具多用马衔铁制成。古人认为,马嚼口上用过的铁,柔纯无毒,不易折断,宜于制针。现代通用的毫针,除金银制成的以外,更广泛应用的是不锈钢针。这种针具,既有钢铁的坚韧性,又有不易生锈、易于消毒、经久耐用等优点。

近年来随着针刺技术的发展,针刺工具也在不断改进,品种日趋多样化,现已先后研制出了一些针刺治疗仪器,如模拟手法运针的针刺手法仪、多种形式的电针仪等。

最近,我国又研制并投产了激光针灸机。这是一种把古老的中医针灸与现代化的激光技术融合在一起的新型医疗器械。它那与薄型收录机大小相仿的机身上,装有先进的可以自行寻找穴位的电子寻穴装置。施治的针头则是一块红宝石结晶体,机体内发出的激光束,就是通过这个特殊的针头而进入穴位,再对经络和脏腑起作用的。可以治疗神经性疼痛、风湿寒症、急腹症、高血压等多种疾病。有的医疗单位与学校联合试用激光针灸防治青少年近视性视力低下,也取得了好的效果,有效率达百分之九十一。

另一种由微电脑控制的针灸治疗仪——JLY—1型激发经络传感仪也已问世,这种新的针灸治疗仪器可根据治疗需要,由微电脑自动控制针灸脉冲的波形、时间和幅度,能够采用单点、隔点、多点等不同方式循环刺激经络传

感,促使病人“得气”。

## (二)火的妙用

《左传》中记载了这样一个故事:古时候昏庸的国君晋景公梦见了被他杀害的大夫赵同和赵括先祖的鬼魂,披头散发拖到地面,捶胸跳脚说:“杀死了我的孙子,你这坏蛋,上天让我报仇来了!”说完,就砸毁了晋景公的宫门和他的卧室门进来了。晋景公很害怕,躲到内室里去,这鬼又打毁内室的门,进到内室来。晋景公一下子被吓醒了,从此得了重病。他派人去请秦国的医生缓来给他治病。医缓看了景公的病,说:“疾不可为也,在肓 huāng 之上,膏之下,攻之不可,达之不及,药不至焉,不可为也。”这里的“攻”指的就是艾灸;达,指针刺,意思是说:“你这病不能治了。它处在膈膜的上面,心脏的下面,用灸治它不行,用针刺它又达不到,药力也不能到达,所以治不了。”

这事发生的时间是成公十年,即公元前 581 年。可见这时灸法已经流行了。而灸法的出现,还在春秋时期之前,它是和我们祖先使用火的历史相联系的。火的使用可以追溯到五十万年前的北京猿人时代。考古学家发现,在北京猿人居住过的山洞里,有被火烧过的石块和兽骨。这表明他们已经能掌握和使用火了。火的使用,使人类生活的各个方面发生了巨大的变化。例如用火之后生食变为熟食,食物来源扩大了,增强了人的体质;此外,由于火的使用,可以御寒,克服气候带来的困难等等。因此,无怪乎世界上曾