

前 言

耳穴疗法是通过对耳廓特定点的刺激来达到防治疾病的一种医疗方法。它在我国历史悠久，并广泛流传于民间。现在世界上已有近百个国家加入了研究、发展、推广这一疗法的行列。该疗法能治疗的病症已达200种以上，内、外、妇、儿、神经、五官、皮肤各科的常见病、多发病几乎已包括其中。其治疗手段简单，主要通过针(刺)、压(按压)、灸(艾灸等)、脉冲电流等数种措施进行刺激；取材容易，经济价廉、便于携带，疗效确切，尤其对一些慢性病症，疗效较为卓著，而且具有安全、无痛苦、无副作用等优点，无论医疗机构或居家旅行，都能推广应用。

为了便于医务人员和一般群众学习掌握，我们根据自己多年的教学和临床经验，结合收集各地的好经验编写成书，不避浅陋献给读者。如有不足之处，诚望读者批评指正，不胜感激。

编 者

1989年10月

目 录

绪 论	(1)
第一章 耳穴治疗疾病的机理	(5)
一、中医学机理的探讨	(5)
二、现代医学机理的探讨	(6)
(一)神经、体液学说	(6)
(二)全息生物学说	(10)
第二章 耳廓的结构及形态	(12)
一、耳廓的结构	(12)
二、耳廓的前面形态	(12)
三、耳廓的背面形态	(14)
第三章 耳穴	(17)
一、耳穴的定义及分布规律	(17)
二、耳穴的命名及涵义	(18)
(一)以人体解剖名称命名	(18)
(二)以中医藏象名称命名	(18)
(三)以在耳廓上的部位和形象命名	(19)
(四)以功能作用命名	(19)
(五)以排列顺序兼用数字命名	(20)
三、耳穴的定位、主治及功能分类	(21)
(一)耳穴标准化方案	(21)
(二)标准化方案常用穴位功能发挥	(23)

(三) 主要参考穴.....	(41)
(四) 耳穴功能分类归纳.....	(54)
第四章 常用耳穴疗法.....	(58)
一、针刺法.....	(58)
(一) 针具.....	(58)
(二) 操作方法.....	(59)
(三) 疗程.....	(60)
附：电针疗法和脉冲电疗法.....	(60)
二、压丸法.....	(62)
(一) 材料准备.....	(62)
(二) 操作方法.....	(63)
(三) 注意事项.....	(63)
三、埋针法.....	(64)
(一) 材料准备.....	(64)
(二) 操作方法.....	(64)
(三) 注意事项.....	(65)
四、放血法.....	(65)
(一) 材料准备.....	(66)
(二) 操作方法.....	(66)
(三) 注意事项.....	(66)
五、灸法.....	(67)
(一) 药线点灸.....	(67)
(二) 线香灸.....	(69)
(三) 艾灸.....	(69)
(四) 灯心草灸.....	(70)
(五) 管器灸.....	(70)
六、按摩法.....	(71)

(一) 操作方法	(71)
(二) 注意事项	(72)
七、药物注射法	(72)
(一) 常用药物	(72)
(二) 注射方法	(72)
(三) 注意事项	(73)
八、贴磁法	(73)
(一) 材料准备	(74)
(二) 操作方法	(74)
(三) 注意事项	(75)
九、梅花针法	(75)
(一) 材料准备	(75)
(二) 操作方法	(75)
(三) 注意事项	(76)
十、耳夹法	(76)
(一) 材料准备及操作方法	(76)
(二) 耳夹适用部位及治疗时间	(76)
十一、贴膏法	(77)
(一) 材料准备	(77)
(二) 操作方法	(77)

第五章 耳穴治疗的常见反应和注意事项

及异常情况的处理	(78)
一、耳穴治疗的常见反应	(78)
二、耳穴治疗的注意事项	(80)
三、耳穴治疗的异常情况处理	(80)
(一) 晕针的处理	(81)
(二) 异常感觉的处理	(81)

(三) 耳廓感染的处理·····	(81)
第六章 耳穴治疗的取穴原则及提高疗效	
的几个基本因素·····	(83)
一、耳穴治疗的取穴原则·····	(83)
(一) 相应部位取穴·····	(83)
(二) 按藏象学说理论取穴·····	(85)
(三) 按经络学说理论取穴·····	(86)
(四) 按现代医学理论取穴·····	(88)
(五) 按临床经验取穴·····	(89)
二、提高耳穴疗效的几个基本要素·····	(90)
(一) 配方好·····	(90)
(二) 穴位准·····	(92)
(三) 刺激方法对·····	(93)
第七章 常见病症的耳穴治疗·····	(95)
一、内、儿科病症·····	(95)
(一) 急症·····	(95)
昏厥(附休克)(95) 高热症(96) 惊厥(97)	
新生儿窒息(98) 咯血(98)	
(二) 传染病·····	(99)
感冒(99) 百日咳(99) 流行性腮腺炎(100)	
病毒性肝炎(100) 细菌性痢疾(102) 疟疾(102)	
肺结核(103)	
(三) 呼吸系统病症·····	(104)
支气管炎(104) 支气管哮喘(105) 肺炎(106)	
(四) 循环系统病症·····	(106)
高血压(106) 低血压症(107) 无脉症(18)	
雷诺氏病(108) 脉管炎(109) 红斑性肢痛症	

- (109)慢性心肌炎 (110) 风湿性心脏病(110) 冠心病(111) 心律失常(112)
- (五)消化系统病症…………… (112)
- 呃逆(112) 恶心呕吐(113) 胃炎(113) 溃疡病(114) 胃下垂(115) 胃神经官能症(115)
- 急性腹泻(116) 慢性腹泻(116) 便秘(117) 小儿疳积(118) 肠道蛔虫症(118) 急、慢性单纯性阑尾炎(119) 胆囊炎(120) 胆石病(120) 肠道蛔虫症(122)
- (六)泌尿、生殖系统病症…………… (123)
- 肾小球肾炎(123) 尿路感染(124) 尿石症(125) 尿潴留(126) 尿失禁(126) 神经性尿频(126)
- 遗尿(127) 遗精(127) 阳痿、早泄(128) 精索静脉曲张症(128) 前列腺炎、精囊炎(129) 睾丸炎、附睾炎(129)
- (七)神经系统病症…………… (130)
- 神经痛(130) 头痛(133) 多发性神经炎(135) 幻肢痛症(135) 面神经麻痹(136) 面肌痉挛症(137) 神经衰弱(137) 竞技综合症(138) 瘧病(139) 脑震荡后遗症(139) 脑中风后遗症(140) 脑炎后遗症(140) 癫痫(141) 精神病(141) 眩晕(142) 儿童多动症(143) 弱智儿(144) 多汗、盗汗症(145) 无汗症(145) 重症肌无力(145) 周期性麻痹(146) 小儿夜啼(146) 疲劳综合症(147) 食后困顿症(147)
- (八)内分泌系统病症…………… (147)
- 乳腺小叶增生症(147) 更年期综合症(148) 尿崩症(148) 甲状腺机能亢进症(149) 成人继发性甲状腺机能减退症(149)

- (九) 造血系统病症…………… (150)
 白细胞减少症(150) 血小板减少性紫癜(150) 过敏性紫癜(151)
- (十) 胶原性病症…………… (151)
 风湿性、类风湿性关节炎(151)
- (十一) 新陈代谢病症…………… (152)
 高脂血症(152) 糖尿病(153) 肥胖症(153)
- (十二) 物理、化学因素疾病…………… (155)
 中暑(155) 慢性外照射性放射病及化疗后的反应(155)
- 二、外伤科病症…………… (156)
 疮疡疖肿(156) 跌打、挤压、闪挫伤(156) 落枕(157) 颈椎病(158) 肩关节周围炎(158) 腰背痛(159) 急性乳腺炎(159) 痔疮(160) 脱肛(160) 冻疮(160) 小面积烧、烫伤(161) 脓肿疼痛(161)
- 三、妇产科病症…………… (162)
 痛经(162) 月经不调(163) 闭经(163) 功能性子宫出血(崩漏)(164) 白带过多(165) 子宫脱垂(165) 不孕症(166) 胎位不正(166) 盆腔炎(167) 产后缺乳(168) 难产(168) 产后恶露不净(169) 产后腹痛(169) 同房阴道痉挛症(170) 扩宫、止痛、预防人流综合征(170)
- 四、五官科病症…………… (171)
 耳鸣、耳聋(171) 中耳炎(171) 急、(慢)性鼻炎、鼻窦炎(172) 鼻衄(173) 急(慢)性咽炎、扁桃腺炎(174) 失音(175) 牙痛(175) 地图舌(176) 口腔粘膜溃疡(176) 多涎症(177) 颞下颌关节功能紊乱症(177) 近视眼(178) 老年性白

内障(179) 麦粒肿(180) 霰粒肿(180) 睑缘炎
(181) 结膜炎(181) 电光性眼炎(182) 角膜
炎(182) 视神经炎、视神经萎缩(185) 中心性视
网膜脉络膜炎(183) 原发性青光眼(184) 色盲、
色弱(184)

五、皮肤科病症…………… (185)

荨麻疹(185) 神经性皮炎、银屑病(185) 湿疹
(187) 痤疮(187) 白癜风(188) 扁平疣
(189) 带状疱疹(189) 单纯性疱疹(190) 稻
田性皮炎(190) 脓疱疮(191) 丹毒(191) 瘙
痒症(192) 斑秃(192) 黄褐斑(193) 外阴白
斑(193)

六、其他…………… (194)

戒烟(194) 戒酒(195) 防治输液(血)反应(195)
耳穴麻醉施行纤维内窥镜检查(196)

七、耳穴保健按摩法…………… (197)

(一) 耳穴痛点和病痛相对应穴区按摩…………… (197)

(二) 耳廓分区按摩(常规用搓摩法)…………… (197)

(三) 全耳按摩…………… (198)

绪 论

耳穴疗法是在耳廓上有关部位进行刺激，从而达到治疗疾病的一种方法，是中医学的一个重要组成部分。该疗法简便易学，适应范围广，疗效显著，副作用少，很受广大群众欢迎。近几十年来，中外学者对耳穴疗法的基础理论、临床实践进行了深入的研究，使之发展成为一门世界共同拥有的自成体系、颇具特色的医学新学科。

我国耳诊治病的历史源远流长，可追溯到2100多年前。1973年文物考古工作者在湖南马王堆三号汉墓出土的帛书中，发现在我国最早的医学专著《阴阳十一脉灸经》中，就有“耳脉”的记载。我国第一部系统的医学基础理论专著《黄帝内经》上还通过观察耳廓的部位、大小、厚薄、形态和颜色来判断内脏，尤其对于肾的情况，认为“（耳）黑色小理者肾小，粗理者肾大，耳高者肾高，耳后陷者肾下，坚者肾坚，耳薄不坚者肾脆”，“耳上起青筋者主肝风”，“耳间青脉起者掣痛”。唐代药王孙思邈著的《备急千金要方》对《内经》作了进一步阐释，指出：“耳大小、高下、厚薄、偏圆则肾应之”，“小即安难伤”，“坚者肾不受病，不病腰痛”，“大则虚，虚则肾寒，耳聋或鸣，汗出腰痛不得俯仰，易伤以邪”，“高则实，实则肾热”，“下则腰尻痛，不可俯仰，为狐疝”，“偏软则善腰尻痺”，“耳薄则肾脆，脆则伤热，热则耳聩，善病消瘠”；清代张振鋈氏的《厘正按摩要术》更汇集了古代医著之经验，将耳背分为

心、肝、脾、肺、肾五部，配合五色（红、青、黄、白、黑）、测温及对耳背静脉的观察，对痘疹进行辨治。在治疗方面，历代医著还记载了取耳背青脉放血治胁中掣痛、湿疹，以艾条或灯心草灼灸耳尖治眼病、腮腺炎，以艾炷灸耳垂治面瘫，以手按摩耳尖、耳垂等部位为小儿退热除痰，用烧酒滴耳治牙痛，以管吹耳救猝死尸厥、自缢、溺水，吹气入耳止鼻血等方法。其中许多有效的治法早已普及在民间，尤其是广大的农村中。耳穴用于预防疾病和强身健体在宋代的《苏沈良方》也有记载：“摩慰耳目，以助真气”；元代的《世医得效方》说：“蓖麻子、大枣肉、人乳和作枣核大（注：药粒）棉裹塞耳以治全身气血衰弱，耳聩鸣”；明代万历年间朝鲜许浚的《东医宝鉴》中也引用我国道家的方法：“以手摩耳轮，不拘遍数，所谓修其城廓以补肾气，以防聋聩也。”可见，耳穴诊疗法确是中医学的一个重要组成部分。

新中国成立以后，祖国医学的丰富宝库得到了发掘、发展和推广，耳穴疗法在基础理论和临床应用方面也得到了长足的进展。1956年法国医学博士诺吉尔（P·Nogier）提出了42个耳穴点和形如胚胎倒影的耳穴图，经叶肖麟氏摘译介绍于《上海中医药》杂志1958年12月号后，对我国针灸学者有所启发。此后，我国在推广普及耳穴疗法中，不断提出了许多新耳穴，同时对诺吉尔的耳穴进行了验证、筛选，丰富了对耳穴的认识，逐步充实了我国的耳穴图，耳穴数量由原来的数十个发展到200多个。目前，我国的耳穴图已被世界近百个国家所采用。在研究和推广耳穴疗法中，由于人们对耳穴作用的认识各异，作用机制尚未完全定论，致使耳穴的名称和定位较为混乱，有些耳穴同一部位却名称多个，有些

同一名称却部位差异，给国内和国际研究交流带来了一定困难。为解决这个问题，世界卫生组织西太区办事处委托中国针灸学会总结归纳了国内外几十年来的耳穴研究成果，去粗存精，选取了临床上常用的、疗效好的、不能被其它穴位所代替的耳穴，于1987年制定公布了“耳穴标准化方案”，初步统一了相当数量的耳穴的名称和定位。至此，耳穴经历了一个由少到多，又由多到少的发展过程，理论认识也进一步提高。

目前，我国用耳穴治疗病症已达200种以上，病种遍及内、外、妇、儿、神经、五官、皮肤各科，总有效率达90%左右，显效率约为50%，其中以痛症的治疗效果为佳，显效率可达80%左右。用耳穴预防一些常见传染性流行性疾病，如流感、传染性结膜炎、腮腺炎等，也获得了较成熟的经验。临床实践证明，耳穴疗法具有调理阴阳气血以恢复平衡，扶正祛邪以使机体增强抗病能力的作用，不仅可治疗功能性病变，对于许多器质性病变以及奇难杂症也有较好的疗效。在治疗方法上，在原来（银）毫针、艾灸、放血、吹振、按摩的基础上，增添了电针、埋针、穴位药物注射、割治、压丸、药线灸、磁疗、贴膏、光针等近二十种疗法，其中耳穴压丸疗法因其有效、方便、无痛，深受患者喜爱，而药线灸法因其简、验、捷、廉又形成了广西耳穴疗法的一大特色。在耳穴的基础研究方面，用解剖学、组织学、生理学、同位素等现代科学的方法进行了研究，探讨了耳穴与经络、内脏、神经、体液、胚胎发育等内在联系，肯定了耳穴疗法的镇痛、抗炎、防御免疫、调节躯体内脏功能等作用，为耳穴临床打下了坚实基础。尤其值得提出的是，近几年来随着全息生物医学研究的深入，对耳穴分布的特点、耳穴信息传递

机制、耳穴阳性反应机制、耳穴的特异性等问题探讨又有了新的进展，进一步揭示了耳穴诊断和治疗疾病的原理。

然而，耳穴疗法还处在一个发展阶段，许多基础理论和临床问题还有待深入探讨。在今后的发展中，耳穴疗法必将成为一门系统、完整的新医学科学体系，为人类的卫生保健事业作出更多、更大的贡献。

第一章 耳穴治疗疾病的机理

一、中医学机理的探讨

耳穴总的功能是行气活血，疏通经络，调平阴阳，其治病作用是通过经络系统来实现的。

经络是人体运行气血的通道，是四通八达，联系内外，沟通表里，将人体的脏腑、器官、孔窍以及皮肉筋骨等组织联结成一个统一的有机整体的庞大联络系统。人体发生病变，相应部分的经络就会气血运行不畅，甚至壅塞不通，致使脏腑之间的精气不能交通、相互资助，脏腑的精气不能外达滋养有关组织器官，同时，病气还可通过经络内传外达，将病变反映到体表的相关部位上来。

耳廓与经络有着密切的联系。人体有五脏六腑，每个脏腑都有一条同名的经脉，连心包经在内，共有十二条脏腑经脉，“十二条经脉，三百六十五络，其血气皆上于面而走空窍，……其别气走于耳而为听”，这是说经络气血上达于耳，是耳司听觉功能的物质基础。十二经脉直接或间接地上达于耳，如：三焦经、胆经、小肠经直接循行进入耳中，胃经、膀胱经循行分布于耳的周围，大肠经通过经别也与耳相连，心经、心包经、肺经、肾经、肝经、脾经虽不直接进入耳，却通过经别与阳经相合而与耳相通。其次，耳与奇经八脉

(经络系统中不同于十二经脉的部分)也有一定的联系,如:阳跷脉统帅左右侧的阳经脉,并循行“下耳后”,阳维脉象罗网一样联络全身的阳经,也“循头入耳”。由于奇经八脉错综行于十二经脉之间,阳跷、阳维脉还分别统率和维系全身的阳经脉,更加强了耳与十二经脉的联系。由此可见,耳是人体经络经过、终止、会合的场所。在现代经络实质研究和针灸临床中,发现针刺耳穴可诱发循十二经脉的感传,而针刺十二经脉,感传亦可以远达于耳,进一步证明了耳与经络的密切联系。

耳与脏腑也有密切的关系。心、肝、脾、肺、肾五脏之精气都通过经络上注于耳,故耳才能闻声响,若它们发生病变,精气不足或精气闭塞不能上荣,则发生耳的听觉机能障碍,同时,耳也反映了脏腑的机能。

由于耳与经络、脏腑有如此密切的联系,于是,人体任何一处发生病变,都可通过经络反映到耳廓的有关区域(穴、区)来。那么,通过对这些有关的耳廓穴区进行适当的刺激,使通往病灶的经络之气血畅通,以推动、驱散病灶中郁滞的气血和病气,从而使阴阳恢复平衡,达到预防和治愈疾病的目的。

二、现代医学机理的探讨

(一)神经、体液学说

神经系统是身体内的主导系统。完整的有机体,通过神经系统的支配调节,各组织器官、系统之间才能互相联系、协调统一,进行各种机能活动。耳廓有丰富的神经分布,有

来自脊神经丛的耳大神经和枕小神经，有来自脑神经的耳颞神经、面神经、舌咽神经、迷走神经的分支，以及交感神经的分支等。其中耳轮、对耳轮和耳舟的大部分由耳大神经分布，仅上方一小部分由枕大神经分布。三角窝内的神经来自耳颞神经、耳大神经和枕小神经，并在三角窝的皮下形成神经丛。耳甲艇和耳甲腔的神经，除有耳大神经的少数分支外，主要是面神经、迷走神经和耳颞神经分支，并在此交积成丛。耳垂的神经来自耳大神经和耳颞神经。耳廓后面上1/3为枕小神经分布，下2/3为耳大神经分布，还有迷走神经和舌咽神经的耳支也分布于耳部的后面。耳廓的神经在真皮内形成较密的神经网络，由网发出神经纤维在表皮和毛囊周围，以及于真皮内形成多种感觉神经末梢，另外还有伴随血管的交感神经小束随血管走行分布。尤有意义的是，专门支配内脏和腺体机能活动的迷走神经在全身体表各部均无分布，唯独耳廓有其分布，意味着耳穴与内脏、腺体的联系较为密切。由于耳廓分布有丰富的神经组织，因此对各种刺激的反应有高度的敏感性。当人体发生病变时，病理性刺激通过神经系统的传导使相应耳穴发生生物电场改变和过敏、疼痛、血管张缩、汗腺和皮脂腺的分泌及立毛肌的收缩等反应，各种治疗方法产生的良性刺激也通过神经系统的传导、阻滞或抑制了原有的病理冲动的恶性循环，并代之以正常的生理调节，致使病变减轻或消失。

耳穴的良性刺激对全身各组织器官所起的效应，在相当程度上是通过神经和体液的综合调节作用而实现的，在这个过程中，有乙酰胆碱、17-羟皮质类固醇、三磷酸腺苷、儿茶酚胺、内源性吗啡样物质等参与了对全身的调节和整合作用。对机体机能的一个突出特点是双相调整作用。所谓双相

调整作用，通俗地说，如果机能处于亢进、紧张者，可以使之适当抑制、放松；如果处于衰退、低下者，可以使之适当促进、提高，以恢复到正常状态。例如神经衰弱病者，属于兴奋型的，表现特点为烦躁不安、易怒、失眠等，刺激耳穴可使之心情安定，容易入睡、睡好；属于兴奋不足型者，表现特点为精神困倦，情绪低下，多睡而睡眠质差，刺激耳穴可使之精神兴奋，睡眠时间缩短但质好。又如胃下垂和胃痉挛症，前者是胃肌张力不足，后者是肌张力过度，通过刺激耳穴，胃下垂者肌张力增强，胃痉挛者肌张力减弱（松弛）。这一效应，除得到大量的临床结果证实外，近些年来，有的医疗和科研机构还作了一些具有说服力的实验研究。安徽中医学院采用家兔胃体、胃窦、十二指肠和结肠浆膜下埋藏铂丝电极，观察针刺耳穴胃、十二指肠穴对胃肠生理机能的影响，结果表明，胃肠道出现兴奋和抑制的双相效应，该效应在不同个体和同一个体胃肠道不同部位同时存在，认为针刺对胃肠道机能活动具有不同生理节段机能状态选择性的双相调整作用。南京中医学院等让170例胃病患者自行以指尖揉按耳穴胃区，使觉轻度酸痛，持续2~3分钟，并在X线钡餐透视下观察胃蠕动机能，结果132例出现效应，原来蠕动波少的，促使增加；多的，可抑制使之减少；对于原来蠕动波多，但蠕动力弱者，还出现波数减少，而蠕动力增强的效应；对于其中38例波数正常者，则效应甚小，呈现了典型的功能双相调整作用。有部门在B型超声波检查仪观察下，以耳穴胰胆组合耳迷根穴行刺激，出现胆囊收缩力增强；以胰胆组合交感穴行刺激，反使胆囊收缩力降低。上海医专针刺9只兔的耳廓肾区和膀胱区均使其尿量分泌减少，后又给其静脉注入30%葡萄糖溶液20毫升，达到利尿目的，以及注射

垂体后叶素 0.5 毫升使尿量减少，这样处理后进行耳针，可以明显看出，在尿量多时，耳针有抑制作用，而在尿量少 的情况下，可以促进分泌，表明耳针对尿液分泌有调节作用，使之平衡。还有实验表明，刺激耳穴后，可使脑压增高组的脑压下降；脑压低组之脑压升高。这就解释了为什么同一组织器官，但性质不同的疾病，使用耳穴或使用相同的耳穴都能够收到疗效的问题了。

耳穴刺激还具有解毒、增强免疫力、抗炎、镇痛效应。上海市耳针协作小组在家犬实验性软组织炎的工作中，发现谷胱甘酸在针刺后的平均值比针刺前为低，这意味着机体的硫化氢化合物可能有了重新分布，使内脏中的含量增加，使琥珀酸脱氢酶活力也增加，从而产生了解毒功能。粘蛋白含量在针刺后一般较针刺前减低，而粘蛋白可能是血清蛋白的部分分解物。在炎症情况下，则加速它的分解，针刺后含量下降，可能是机体加强了防御作用。另外，丙种球蛋白在针刺后较针刺前有着不同程度的增加。有实验用耳针治疗急性阑尾炎或组织炎时，白细胞吞噬作用及调理系数、白细胞计数、加氢皮质素、丙种球蛋白等均增加，红细胞谷胱甘肽及粘蛋白含量降低。这说明了耳针确实能使人体的防卫免疫力增强。关于耳穴的镇痛作用，国内外都有实验研究，南京医学院将大鼠造成实验性关节炎后，行耳针镇痛试验，结果其痛阈为耳针前的 $145.9 \pm 14.6\%$ ，经统计学处理，耳针前后有显著差异，不针刺组则痛阈比病前下降。他们进一步实验，将吗啡的拮抗剂纳洛酮注入大鼠体内，然后耳针，则痛阈不再提高，认为耳针提高痛阈主要是通过促使内源性吗啡样物质的释放而起作用的。