

内病外治腹穴疗法

Neibing Waizhi Fuxue Liaofa

杨兆民 董勤 穆艳云 王志刚 编著

腹位居人体之中部

汇聚着人生先天之本的肾和肝

后天之本的脾和胃 脐下肾间生气之源

十二经海的冲脉 五脏六腑之经气 生命根蒂之脐与丹田之气



 金盾出版社
JIN DUN CHU BAN SHE

内病外治腹穴疗法

杨兆民 董 勤

编著

穆艳云 王志刚

— 内 容 提 要 —

本书简要介绍了与内病外治腹穴疗法有关的人体腹部内外的解剖结构；重点介绍了腹部经络、腧穴、脏腑、器官等分布情况，腹穴的穴类、类穴，腹穴的定位、处方配穴、外治方法，腹穴疗法的特性、临床功效，腹穴配伍，腹内脏腑病症的诊断，适应证与禁忌证，以及腹穴“神阙”的脐疗方法等。其内容简明实用，安全有效，操作方便，可供社区医师，科研、教学人员及中医外治法爱好者参考阅读。

图书在版编目(CIP)数据

内病外治腹穴疗法/杨兆民,董勤,穆艳云,王志刚编著. -- 北京:金盾出版社,2012.2

ISBN 978-7-5082-7120-0

I. ①内… II. ①杨…②董…③穆…④王… III. ①腹部穴位—穴位疗法 IV. ①R245.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 155692 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京精美彩色印刷有限公司

正文印刷:北京画中画印刷集团

装订:北京画中画印刷集团

各地新华书店经销

开本:850×1168 1/32 印张:11.75 字数:210 千字

2012 年 2 月第 1 版第 1 次印刷

印数:1~8000 册 定价:29.00 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)



前言

亘古以来,中医临证治病,无论内病、里证、外病、表证,总以辨证论治、整体调节为核心理念。在治疗方法上,内病既用内治,亦可外治;外病既用外治,亦可内治。这种内外统一的整体观和圆机活法的方法论,反映了中医临床治疗的一大特色。内病外治在对临床各科的常见病、多发病、疑难病、急重病的应用中,发挥了极其重要的作用。内病外治法古已有之,早在《黄帝内经》就已有散在记载,如运用“导引”、“按蹻”、“药熨”、“微针”、“灸炳”、“马膏”、“桑钩”、“豕膏”等器物与方法治疗一些内科病症。之后的《针灸甲乙经》、《肘后方》、《千金要方》、《外台秘要》、《太平圣惠方》、《圣济总录》、《本草纲目》、《理瀉骈文》等医籍,记述颇多。迨至近代,则有更多名医专家擅长用内病外治之法,经验独到,治效显著,世代相传,长盛不衰。由于广泛应用内病外治的自然疗法,大大减少了长期服药内治带来的药物不良反应,所以内病外治法深受广大医者和患者的喜施乐用。

腹穴,是指中医传统的十四经穴、经外奇穴分布在腹部的数十个腧穴。腹位居人体之中,是机体极其重要的部分,腹腔内汇聚着人生先天之本的肾和肝,后天之本的脾和胃,以及“脐下肾间动气”的生气之源,“水谷之海”的胃,“五脏六腑之海”、“十二经之海”、“血海”的冲脉,“主胞胎”之任脉;“生命根蒂”之脐和呼吸之门、三焦之原、丹田之气等都集中于腹,共同承担着人体消化、吸收、排泄、生殖等重要的生理功能和生命活动,因而腹部的腧穴在全身腧

穴中占有重要的作用。腹穴即是腹内脏器在体表的生理投影点，又是腹内脏器在体表的病理反应点，也是腹内脏器病痛在体表的主要治疗点。清代医家吴师机曾指出，“外治之理，即内治之理”，“外治之药，亦即内治之药，所异者法耳！”经过长期临床观察，我们认为腹穴疗法安全有效，操作简便，值得普及推广。

本书分为六章。第一章简要介绍了腹的外形、范围、分区、骨度分寸，腹部的腹壁、腹腔脏器组织的解剖结构，腹部的经络分布、脏腑属络，腹部的“气街”、“四海”“根结”的内容，腹与全身的整体关系等基础知识。第二章重点介绍了腹穴的“穴类”是“巨针系统”的重要组成部分，是脏腑器官气血结聚灌输的重要腧穴，腹穴的“类穴”相对集中，其功效直接作用于腹腔众多脏腑器官生理功能，详细列出对所有腹穴的穴名、别名、属经、类穴、位置、取穴、功效、主治、外治方法、配穴等，便于处方选用。第三章介绍了腹穴的特性、功效、处方、配伍，腹穴的中医、西医的临床诊断内容，腹穴疗法的适应范围和禁忌证等基本知识。第四章主要介绍了当前常用的毫针法、灸法、拔罐法、推拿法、贴敷法、照射法、埋线法、磁疗法、刮痧法等 11 种腹穴外治方法，便于临床对症选用。第五章分别介绍消化系统、泌尿系统、妇科、男科、其他科的 30 个病症的临床特征、病因病机、西医辨病、中医辨证、治疗、按语等内容。第六章特别介绍脐穴神阙的基本概念、腧穴特性、脐穴疗法的治病原理、外治方法，还专门推荐现代临床脐疗良方以飨读者。

笔者经验有限，诊余写作，疏漏谬误在所难免，诚请读者指正。

作 者



目 录

第一章 腹	(1)
第一节 腹的外形与范围	(1)
一、腹的外形	(1)
二、腹的范围与分区	(1)
三、腹的骨度分寸	(2)
第二节 腹部解剖结构	(5)
一、腹壁	(5)
二、腹腔脏器	(7)
第三节 腹部的经络分布	(8)
一、十二经脉、奇经八脉的分布	(8)
二、腹部经脉与腹内脏腑属络关系	(14)
三、腹部的“气街”、“四海”、“根结”	(15)
四、腹部经脉与全身的整体关系	(16)
第二章 腹穴	(19)
第一节 腹穴是“巨针系统”腧穴的重要部分	(19)
一、腹穴含义	(19)
二、腹穴是脏腑气血结聚于腹部的腧穴	(19)
三、外治法用于腹穴可直接作用于相关脏腑	(20)
第二节 腹穴的穴类与类穴	(21)
一、穴类	(21)
二、类穴	(22)
第三节 腹穴的定位与主治	(23)
一、上腹穴位	(23)



二、脐腹穴位·····	(35)
三、侧腹穴位·····	(47)
四、少腹穴位·····	(49)
五、小腹穴位·····	(52)
六、小儿推拿腹穴·····	(61)
第三章 腹穴疗法的基本知识 ·····	(63)
第一节 腹穴的特性与功效 ·····	(63)
一、腹穴特性·····	(63)
二、腹穴功效·····	(64)
三、腹穴的临床功效归类·····	(66)
第二节 腹穴疗法的处方配穴 ·····	(67)
一、上腹穴、下腹穴配伍法·····	(67)
二、纵向腹穴、横向腹穴配伍法·····	(68)
三、腹部穴、四肢穴配伍法·····	(68)
四、腹募穴、背俞穴配伍法·····	(68)
五、腹部穴、微针穴配伍法·····	(69)
第三节 腹部疾病诊断 ·····	(69)
一、中医学诊断方法·····	(70)
二、西医学诊断方法·····	(96)
第四节 腹穴疗法的适应证和禁忌证 ·····	(115)
一、适应证·····	(115)
二、禁忌证·····	(116)
第四章 腹穴疗法的外治方法 ·····	(117)
第一节 毫针法 ·····	(117)
一、针刺前的准备·····	(117)
二、进针方法·····	(120)
三、针刺的角度、方向、深度·····	(120)
四、行针手法·····	(122)



五、针刺得气	(123)
六、针刺补泻	(124)
七、留针	(126)
八、出针	(127)
九、腹穴针刺注意事项	(128)
十、其他针刺法	(128)
第二节 灸法	(132)
一、艾炷灸	(132)
二、艾条灸	(136)
三、温针灸	(137)
四、温灸器灸	(138)
五、其他灸法	(139)
六、注意事项	(140)
第三节 拔罐法	(140)
一、吸拔方法	(141)
二、拔罐法的应用	(142)
三、起罐法	(143)
四、注意事项	(144)
第四节 推拿法	(144)
一、单式手法	(145)
二、复合式手法	(148)
第五节 贴敷法	(149)
一、贴敷药物	(150)
二、操作方法	(151)
三、注意事项	(152)
第六节 电针法	(153)
一、操作程序	(153)
二、注意事项	(154)



第七节 照射法	(155)
一、激光照射法	(155)
二、微波照射法	(156)
三、红外线照射法	(157)
四、特定电磁波照射法	(158)
第八节 磁疗法	(159)
一、操作方法	(159)
二、注意事项	(161)
第九节 埋线法	(161)
一、操作方法	(162)
二、注意事项	(162)
第十节 注射法	(163)
一、操作方法	(163)
二、注意事项	(164)
第十一节 刮痧法	(165)
一、操作方法	(165)
二、注意事项	(166)
第五章 常见病腹穴疗法	(168)
第一节 消化系统疾病	(168)
一、胃炎	(168)
二、膈肌痉挛	(173)
三、肠炎	(176)
四、便秘	(181)
五、肠易激综合征	(185)
六、胆囊炎	(188)
七、胃下垂	(193)
八、消化性溃疡	(198)
第二节 泌尿系统疾病	(202)



一、尿路感染	(202)
二、尿路结石	(208)
三、慢性肾炎	(214)
四、尿失禁	(219)
五、尿潴留	(222)
第三节 妇科疾病	(226)
一、功能性子宫出血	(226)
二、痛经	(230)
三、闭经	(234)
四、经前期紧张综合征	(238)
五、盆腔炎	(241)
六、不孕症	(246)
七、子宫内膜异位症	(251)
八、子宫脱垂	(255)
九、多囊卵巢综合征	(259)
十、更年期综合征	(262)
第四节 男科病	(266)
一、前列腺炎	(266)
二、前列腺增生	(271)
三、男性不育症	(275)
四、男性性功能障碍	(280)
五、疝气	(284)
第五节 其他疾病	(288)
一、单纯性肥胖	(288)
二、肿瘤放、化疗消化道反应	(292)
第六章 脐穴疗法	(295)
第一节 概述	(295)
一、脐疗概念	(295)



二、脐疗特点	(295)
第二节 脐穴疗法的治病原理	(297)
一、脐穴特殊功效	(297)
二、脐穴对药物的渗透吸收	(301)
三、艾灸等对脐穴的刺激作用	(302)
第三节 脐穴疗法的外治方法	(304)
一、脐穴贴敷法	(304)
二、脐穴熏灸法	(305)
三、脐穴拔罐法	(305)
四、脐穴推拿法	(306)
第四节 脐穴疗法的作用及注意事项	(306)
一、脐穴疗法的作用及适应证	(307)
二、脐穴疗法的注意事项	(308)
第五节 现代临床脐疗良方	(309)
一、内科病症	(309)
二、妇科病症	(337)
三、儿科病症	(344)
四、其他科病症	(355)
主要参考书目	(366)



第一章 腹

内病外治腹穴疗法,首先必须熟悉腹部内外的基本解剖学知识,了解腹壁的组成及腹腔内的脏腑器官。

第一节 腹的外形与范围

一、腹的外形

从体型角度看腹部的形状,腹部的外形大致有以下几种情况:

1. **肥胖形** 腹部膨隆,平卧时也可见上腹部高出身体水平面。
2. **瘦长形** 体形较瘦长,腹部外形亦相应呈现为瘦长状。
3. **桶腹形** 腹部外形均匀圆滑,平卧时可见上腹部稍高出身体水平面。
4. **扁腹形** 腹部扁平,平卧时腹部平平,或凹陷如舟。

二、腹的范围与分区

中医学认为,腹部属阴,肝、脾、肾三阴脏都在腹内,腹的分区是上腹属太阴,脐腹属少阴,左右少腹属厥阴,脐下小腹属冲任奇经。临床上多依据腹部的分区属性与部位,结合病因、症状进行诊治。



1. 腹部的范围 上起于膈,下至骨盆之耻骨,前面及侧面为腹壁,后面为脊柱及腰肌。

2. 腹部的分区 临床上将腹部分为如下几个区域。

(1)上腹:从肚脐以上至膈以下的区域。

(2)脐腹:是以肚脐为中心,向上、下各2寸,左、右各旁开4寸以内的区域。

(3)侧腹:是腋窝前线与后线之间的腹部。

(4)少腹:是下腹部的两侧,左、右各旁开4寸以外至髂嵴高点的区域。

(5)小腹:是肚脐与耻骨毛际之间的区域。

3. 腹部的标志线和分区 在腹部前面,通常用2条横线和2条纵线将腹部分为9区。上横线是通过两侧第十肋的最低点所做的连线;下横线是通过两侧髂结节所做的连线。这2条横线将腹部分为腹上、中、下3部。2条纵线是通过两侧腹股沟韧带中点所做的两条垂直线,与上述横线相交,将腹上部分为中间的腹上区和两侧的左、右季肋区;腹中部分为中间的脐区和两侧的左、右腰区(外侧区);腹下部分为中间的腹下区(耻区)和两侧的左、右腹股沟区(髂区)(图1)。

此外,临床亦常通过脐部做相互垂直的横线和垂直线,将腹部分为左上腹、右上腹、左下腹和右下腹4个区(图2)。

三、腹的骨度分寸

在针灸古籍里记载了人身体各部位关节之间骨的长度即为骨度,以此来作为测量身体长短的依据。临床上依据骨度来量取穴位,称为骨度分寸定位法,具体是指以骨节为标志,将两骨节之间的长度折量为一定的分寸,用以确定腧穴的位置。不论男女、老少、高矮、胖瘦,均可按一定的骨度分寸为其自身测量。目前采用

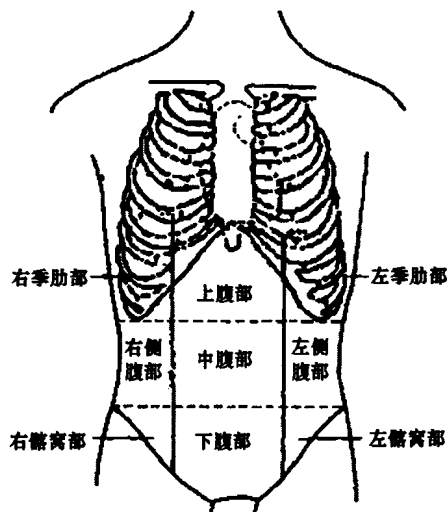


图 1 腹部九分区法

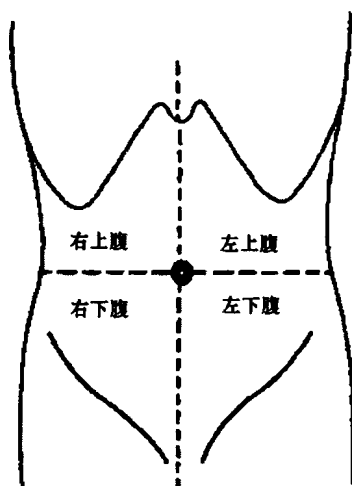


图 2 腹部四分区法



的骨度分寸是以《灵枢·骨度》所规定的人体各部的分寸为基础，结合历代医家创用的折量分寸而确定的。在腹部的骨度分寸主要有以下几个(图 3、图 4)。

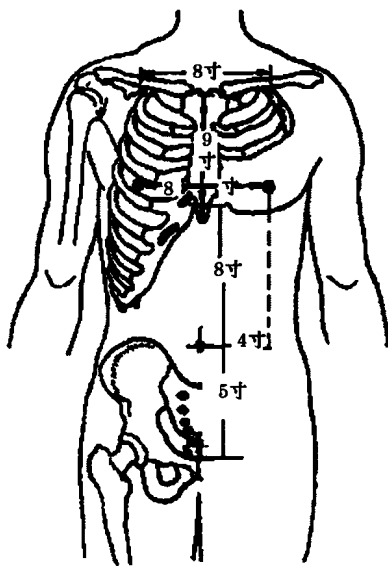


图 3 腹部骨度分寸

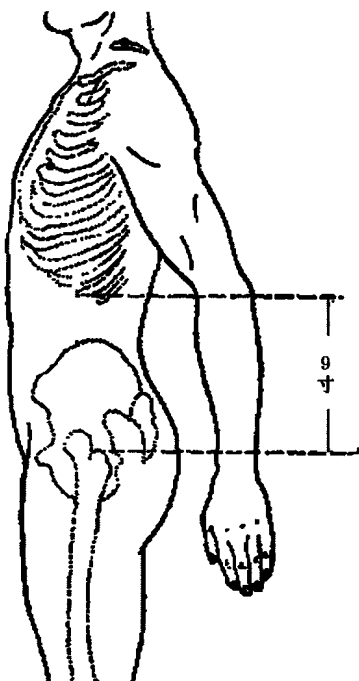


图 4 侧腹骨度分寸

(1) 胸剑联合中点(歧骨)至脐中为 8 寸,用于确定上腹部经穴的纵向距离。

(2) 脐中至耻骨联合上缘(曲骨)为 5 寸,用于确定下腹部经穴的纵向距离。

(3) 季肋(第 11 肋端)至髀枢(股骨大转子)为 9 寸,用于确定侧腹部经穴的纵向距离。

(4) 脐中至乳直下的垂线间的水平距离为 4 寸,用于确定腹部



经穴的横向距离。

第二节 腹部解剖结构

一、腹 壁

腹前壁的厚薄因人而异,它的层次由浅及深依次为:皮肤、浅筋膜、深筋膜和肌层、腹横筋膜、腹膜外组织及壁腹膜。腹前壁各层间还有神经、血管、淋巴管等走行。

1. 腹部筋膜

(1)浅筋膜:在腹壁上部为1层,在脐平面以下分浅、深2层。浅层含有脂肪,深层含有的弹性纤维为膜性层。

(2)深筋膜:覆盖在腹壁各肌的浅面和深面。

(3)腹内筋膜:是贴附在腹壁肌层最内面的一层深筋膜。按其依附的肌肉名称而命名。如膈下筋膜、髂腰筋膜、盆筋膜和腹横筋膜等。其中腹横筋膜范围较大,贴附在腹横肌、腹直肌鞘及腹直肌(半环线以下)的内面。

2. 腹部肌肉 腹肌围绕腹腔四周,参与构成腹壁,可分为前外侧群肌和后群肌。前外侧肌群有腹外斜肌、腹内斜肌、腹横肌和腹直肌等;腹后群肌有腰大肌、腹方肌等。

3. 腹壁的淋巴管和淋巴结

(1)腹壁的淋巴管:可分为浅、深2组。浅组淋巴管在脐平面上注入腋淋巴结群,以下的注入腹股沟浅淋巴结;深组淋巴管向上注入胸骨旁淋巴结,向下注入髂外淋巴结。腹后壁的深淋巴管注入腰淋巴结。

(2)腰淋巴结:数目较多,位于腹主动脉和下腔静脉周围,收纳



腹后壁、腹腔成对脏器(肾、肾上腺、卵巢、睾丸和附睾的淋巴管,以及髂总淋巴结的淋巴输出管),其输出管形成左、右腰干,注入乳糜池。

4. 腹腔脏器的淋巴管和淋巴结

(1)腹腔成对脏器的淋巴管和淋巴结:腹腔成对脏器的淋巴管均注入腰淋巴结。

(2)腹腔不成对脏器的淋巴管和淋巴结:肝、胆囊、胰、肠以下的消化管和脾被膜的淋巴管分别注入沿腹腔干,肠系膜上、下动脉及其分支排列的淋巴结。

①沿腹腔干及其分支排列的淋巴结。有胃左、右淋巴结。沿胃左、右动脉排列,收纳胃小弯等处胃前、后壁的淋巴管;胃网膜左、右淋巴结,沿胃网膜左、右动脉排列,收纳胃大弯处胃前、后壁的淋巴管;幽门淋巴结,位于幽门的上、下方,收纳胃网膜右淋巴结的淋巴输出管,以及胃小弯、幽门、十二指肠上部和胰头等处的淋巴管;肝淋巴结,位于肝门处,沿肝固有动脉排列,收纳肝和胆囊的淋巴管;胰淋巴结,沿脾动脉排列,收纳胰体、胰尾的淋巴管;脾淋巴结,沿脾动脉分支排列,收纳胃网膜左淋巴结的淋巴输出管和脾被膜的淋巴管。

上述淋巴结的淋巴输出管均汇入腹腔淋巴结。该淋巴结位于腹腔干起始处,其淋巴输出管参与合成肠干。

②肠系膜上淋巴结。沿肠系膜上动脉及其分支排列,包括肠系膜淋巴结(沿空、回肠动脉排列)、回结肠淋巴结、右结肠淋巴结和中结肠淋巴结,分别沿同名动脉排列,收纳各相应动脉分布区域的淋巴管,它们的淋巴输出管汇入肠系膜上淋巴结,后者的淋巴输出管参与合成肠干。

③肠系膜下淋巴结。沿肠系膜下动脉及其分支排列,包括左结肠淋巴结、乙状结肠淋巴结和直肠上淋巴结,分别沿同名动脉排列,收纳各动脉供应区域的淋巴管,其淋巴输出管汇入肠系膜下淋