

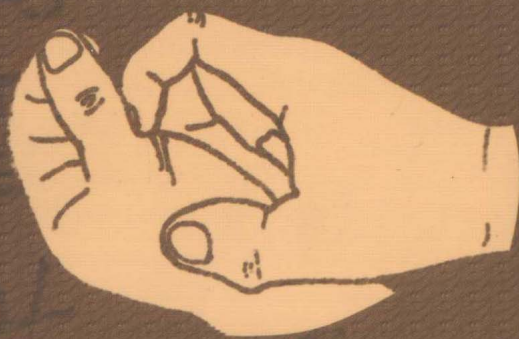
DIAN YA SHOU XUE ZHI BING JUE ZHAO

中医古籍出版社

点压手穴治病绝招



陈夷等著



点压手穴治病绝招

陈 夷 陈小雨 宋宝林 著

刘惠卿 张 敏 绘图

中医古籍出版社

(京)新登字 027 号

点压手穴治病绝招

陈 夷 陈小雨 宋宝林 著

责任编辑 费全培

封面设计 韩博玥

出版发行 中医古籍出版社

社 址 北京东直门内南小街 16 号 (100700)

印 刷 北京金信诺印刷有限公司

开 本 850mm × 1168mm · 1/32

印 张 5.625

字 数 130 千字

版 次 2009 年 2 月第 2 版 2009 年 2 月第 3 次印刷

印 数 45000 ~ 48000 册

ISBN 7-80013-396-6/R · 393

定 价 11.00 元

序 言

《点压手穴治病绝招》是著者 10 多年心血的结晶，大量临床经验的写实。对于许多的轻型的多发病、常见病的疗效确实可靠，尤其对于冠心病心绞痛，经过千人次以上的验证，没有发现无疗效的。著者提出了点压手穴前后心电图的对比，说明供血情况明显改善。这是这本书的特点之一。

经络学、全息医学、反射医学，三种体系穴位各有优点，三种体系穴位并用，选择其中疗效最好的穴位，这是中西医结合的一个新的成就。这是这本书的特点之二。

对于手部的许多穴位，按摩不停留在皮肤和肌肉层，要点压深及骨膜，以加强疗效。这是这本书的特点之三。

关于手的病理反射区的部位和功能，著者融合了国内外的零星报道，在自己的大量临床中验证和创新，手的反射区的设计比较合理，比较疗效确实。这是这本书的特点之四。

《点压手穴治病绝招》通俗易懂，操作简便，伸出手来就可以做，在公共汽车上，在电视机旁都可以做。这是一种很容易推广普及的科普技术，有病治病，无病保健，正符合我国的以预防为主卫生政策，是一种大众化的保健方法，将为人们的保健事业做出有益的贡献。

国际红十字会与红新月会协会副主席

原中华人民共和国卫生部副部长 谭云鹤

1992 年 1 月 12 日

序

近年来，随着现代自然科学的发展，人们的注意力开始转向东方文化、传统医学、天然药物和自然疗法。于是，中医药学的伟大成就日益引起世界科学界的普遍关注。中医中药被广泛用于多种疑难病证的治疗，针灸、推拿等中医保健方法已流传至世界大多数国家和地区，从而对实现世界卫生组织“2000年人人享有卫生保健”的目标发挥了重要的作用。

《点压手穴治病绝招》是一本手穴按摩保健法的创作，是长春中医学院陈夷副教授多年临证经验之结晶。其浅显易学、操作方便、无须设备、节约资金等优点自是不言而喻，而其治疗效果之奇特、保健作用之显著，更是令人惊叹。特别是对于心血管疾病如冠心病心绞痛、高血压等的治疗，书中作了重点介绍，此外还就100多种轻型的常见病、多发病提出了治疗措施。书中还介绍了点压手穴以促进健康、预防疾病的方法，从而使这一保健法成为所有的人们都能够使用的济世良方。

本书中要求手穴点压到骨膜之上，而且在穴位选择上可以经络穴位，全息穴位、反射区穴位并用，这一创造性的发明，不仅在临证实践中，而且在理论研究方面均具有十分重要的意义。作者在“编后语”中提出的“骨膜信息、经气阴阳反馈体系”将为中医理论及人体科学的研究开拓崭新的领域。

本书末附“脚病理反射区按摩法”，是吸取了国内外最新医学成就，并经作者临证体验而进行的总结。尽管足部按摩远不如

手穴点压方便易行，但其对于泌尿生殖系统、脊椎四肢关节等多种疾患疗效显著，所以手足并用尤能相得益彰。

我们期待着点压手穴治病保健的方法，在陈夷副教授和广大中医工作者的努力下，能够流传后世、造福桑梓、光耀春城、泽及全球。

中国中医研究院 傅景华

1990 年 10 月

序

长春中医学院原副院长陈夷副教授致力于手部骨膜反应点的研究十余年，积累了大量的临床经验，对一些疾病有较高的疗效。1989年，中国针灸专家讲师团举办全国针灸绝招学习班时，我邀请陈夷副教授来学习班授课，并示范操作。讲课内容深受学员欢迎。示范所治的病人收到了惊人的疗效，在学员及病人中震动很大。《农民日报》作了如实报道，我曾用陈夷同志治疗冠心病心绞痛的方法治疗一些病人，疗效也很高。在给河南中医学院、菏泽地区中医针灸学会等地作学术报告均介绍了这种治疗方法。许多针灸工作者将这种方法用于临床，收效甚高，他们要求将陈夷副教授的研究形成文字。恰巧陈夷同志的以治疗心血管病为重点的《点压手穴治病绝招》已脱稿，我阅后认为很有研究价值及实用价值，乐于为序。

《针灸学报》总编辑 李复峰

1990年12月15日于哈尔滨

自序

《点压手穴治病绝招》（以下简称《绝招》），介绍一种简易、安全、疗效好的治病方法，是健康法的创新，是医学的新技术，也是医学科学发现的通俗化的科普读物。

笔者1989年在中国针灸专家讲师团全国针灸绝招学习班，讲授了本书的主要内容，受到好评。学员认真笔记，课后追逐辅导。学习班学员有副主任医师、主治医师、医师。《绝招》的名称，来自这次学习班。

讲课期间，正好采了一位患者。她患心肌炎后遗症：乏力、气短、心悸、心动过缓、二联律、早搏。在课堂为她诊治，取得满意疗效（详见典型病例），《农民日报》报道了这次课堂示范。不少读者来信要求学习和推广这种疗法。本书的出版满足了广大读者的要求。

《绝招》的治疗疾病有100多种，重点部分经过10年的验证。有正规数据的临床病例，如吉林省医院、吉林省中医中药研究院、吉林省油田职工医院等县团级以上医院的专科大夫的病例。治疗冠心病心绞痛，经过千人次以上的验证，没有发现无效的。心绞痛患者不发作时，心电图大多数没有变化。可是本疗法，能发现穴位异常，从而在心绞痛发作前，进行点压按摩，减轻或防止心绞痛的发作。

《绝招》点压技术的特点，手部的大多数的穴位，都要点压到骨膜上。选择穴位的特点，是经络穴位、全息穴位、反射区穴

位并用。三种体系穴位各有优点，一种病变常常在三种体系穴上都有反应。我们选择反应最强烈的穴位使用，也就是选择压痛最敏感的穴位使用。例如冠心病心绞痛，三种体系的穴位均有压痛出现，大多数人是反射区穴位压痛最敏感，少数人也有经络穴位或全息穴位最敏感的。因人而异，不套框框。三种体系并用，是现代医学和传统医学的结合，使点压手穴发挥更好的疗效。

《绝招》的特点之一，是吸收和发展了国内外新的医学成就。例如，治疗便秘的便秘点，是国外医学的新成就，治疗麻木的半边射点，是国内医学的新成就。这些穴位疗效确实可靠。我们加上自己新的发展，加上骨膜二字，说明这些穴位必须点压到骨膜上才能起到治疗作用，这点极为重要。

《绝招》的特点之一，手病理反射区部位和功能的设计，是经过验证的。手病理反射区是脚的病理反射区的对应，手和脚二者有同一性，拇指和□指都有大脑、小脑、垂体、鼻、三叉神经、颈等等的反射区。但差异性也很大，手背的胸腹区两侧治疗胃肠病消化不良，脚背没有这样功能的反射区。我们本着一切经过验证，反复验证的原则，确定手反射区各部位的穴位。现在许多国家推广脚病理反射区的按摩，我国这种疗法也在兴起，考虑到手脚反射区的对应关系，所以本书把脚的反射区的按摩法，在附录中介绍出来。如果有时间、有条件，手脚反射区穴位并用，选择最佳穴位，会收到更好的疗效。

《绝招》的特点之一，简明易学，操作方便，疗效显著。图示内容，有正确理解的图示，也有错误理解的图示，正反两方面列举出来，便于读者掌握鉴别。图示详细，皮肤部位图和骨骼部位图并列，便于读者对反射区的取穴准确。另外，对于点压的角

度、手势，也作了介绍，以便点压力量发挥最大的作用。疗效显著是因为一种新的信息、经气体系支配着这种疗法，这种体系就是骨膜信息经气阴阳反馈体系。我们在此介绍出来，供爱好医学理论的读者参考，进一步探讨这一高科技的发现。

我们推出这本书，不是工作的结束，而是点压手穴治病、保健工作全面铺开的起点。为了发展完善这门科学，我们欢迎广大读者评论指点和把自己的经验写成文章寄给我们，我们准备汇集成册，出版专著。凡录取的稿件，我们给以优厚的稿酬。

原中华人民共和国卫生部副部长、现国际红十字会与红新月会协会副主席、中国红十字会顾问谭云鹤，中国新技术创业投资公司专家委员会主任杨维哲，周家科委王若林同志，原吉林省卫生厅副厅长、现吉林省中医中药研究院顾问刘庆欣，长春中医学院副院长、教授王耀庭，多年指导我们的学术研究。谭云鹤和中国中医研究院图书情报研究所副所长、专家委员会副主任傅景华、中国针灸专家讲师团秘书长、教授、《针灸学报》总编辑、河南中医学院名誉教授；黑龙江科技出版社名誉编审、吉林科技出版社名誉编审李复峰为本书作序。原新华社东京分社社长陈理昂同志为本书英译，长春中医学院主治医师吴飞为本书日译，外语教研室主任张学库为日译审校，离休干部田垒、陈子微等同志为本书的出版作了大量工作，我们向以上同志致以衷心的感谢。

著 者

1990年12月

通讯处：长春市北安路11号102室

邮政编码：130042

目 录

第一章 概论	(1)
一、手是人体神志和脏腑的代表	(1)
二、手骨和韧带	(3)
三、骨膜对经气、信息的传感和治疗作用	(8)
(一) 骨膜	(8)
(二) 骨膜在点压按摩中的治疗作用	(9)
(三) 点压第二掌骨全息穴位的骨膜	(10)
四、中医学的三条基本规律	(11)
(一) 中医学的脏腑功能	(11)
(二) 脏腑之间的关系	(12)
(三) 两个基本概念	(15)
第二章 点压按摩技术	(16)
一、准备工作	(16)
二、探查穴位的方法	(18)
三、用手指尖点压骨膜	(20)
四、点压按摩的时间选择和频率	(25)
五、接受点压按摩的手和身体的姿势	(26)
六、关于点压疼痛问题	(27)
七、点压按摩的时间、次数和疗程	(27)
八、穴位疲劳问题	(29)
九、点压的辅助工具点压棒	(29)

第三章 择优选用穴位治疗疾病	(31)
一、三种体系穴位各有优点	(31)
二、选择压痛最敏感的穴位	(33)
三、经络和手穴	(33)
(一) 手穴有经络的“根”	(33)
(二) 从点压按摩的角度看经络穴位的针灸功能	(35)
(三) 手部经络穴位	(36)
1. 手太阴肺经(拇指穴位)	(36)
2. 手厥阴心包经(中指穴位)	(38)
3. 手少阴心经(小指穴位)	(40)
4. 手阳明大肠经(食指穴位)	(43)
5. 手少阳三焦经(无名指穴位)	(44)
6. 手太阳小肠经(小指穴位)	(46)
7. 奇穴	(50)
(四) 第二掌骨骨膜全息穴位	(62)
1. 全息概念	(62)
2. 全息诊疗学	(63)
3. 第二掌骨骨侧全息穴位	(63)
(五) 手部病理反射区	(66)
1. 手脚病理反射区、点的概念和定义	(66)
2. 关于反射区疗法的许多观点	(67)
3. 反射和反射弧	(68)
4. 手足反射区的对应关系和差异	(70)
5. 淋巴	(70)
6. 手部病理反射区的部位和功能	(72)

7. 手部病理反射区	(78)
8. 人体的对应关系	(81)
(六) 关于穴位编号的说明	(83)
(七) 点压穴位治疗疾病和健康法	(83)
1. 神经系统	(83)
(神经衰弱 失眠 眩晕 头痛 坐骨神经痛 晕车呕 吐 抽搐 面额角痛 两眉角痛)	
2. 内分泌系统	(85)
(甲状腺疾病 甲状腺肿大 甲亢 手脚发凉 手脚发 热 骨质疏松 儿童发育不良 缺钙)	
3. 心血管系统 (详见第四章)	(86)
(心绞痛 窦性心动过缓 窦性心动过速 二联律 早 搏 高血压 低血压 心脏疾病的辅助治疗手段 脑动 脉硬化 静脉曲张 贫血 脉管炎)	
4. 消化系统	(87)
(食欲减退 营养不良 消化不良腹胀腹痛 胃炎 胃 痉挛 呃逆 恶心 呕吐 口臭 烧心 十二指肠溃疡 下腹部胀气 肝炎 黄疸 肝区疼痛 肝硬化 胆囊炎 糖尿病 肠炎 腹泻 便秘 痔疮 脱肛)	
5. 泌尿系统	(88)
(阴茎痛 小便不利 尿频 肾炎初起 阳痿 女性性 冷淡)	
6. 呼吸系统	(89)
(肺心病 咳嗽 咳嗽呕沫 肺中热 痰多 咳喘)	
7. 运动器官	(89)
(颈椎病 颈软组织损伤 颈椎增生 颈项强直 落枕 脊背痛 腰背痛 腰痛 腰肌劳损 腰腿痛 脊背痛)	



点压手穴治病绝招

腰背痛 腰痛 腰肌劳损 腰腿痛 骶骨痛 四肢痛
 骨节痛 上肢关节痛 上肢麻木 肩部酸痛 肩背痛
 肩痛手不能后弯 肩臂痛 臂外侧痛 臂外侧痛手不及
 头 肘臂内侧痛 前臂痛 臂痛拘挛 肘肩痛 肘臂痛
 肘痛 肘腋拘挛 肘肩关节痛 臂肘痛不举 肘挛 手
 连肩痛 手腕痛 手背红肿 手卷不伸 五指不能伸屈
 指痉挛 掌中热 腕软组织损伤 腕肘指关节痛 手不
 能握物 一二指痛 三四五指痛 指端麻木 手掌多汗
 足缓不收 乏力腿重 下肢麻木 小腿痉挛 膝酸冷痛
 膝腘窝痛 踝关节软组织损伤 足跗肿 足跟痛 手足
 拘挛 手颤)

8. 眼、耳、鼻、喉、口腔…………… (92)

(眼痛 角膜炎 目赤肿痛 目黄 青光眼 近视 眼
 睑震颤 迎风泪下 口歪眼斜 眼干眼痛 老年性白内
 障 耳鸣耳聋 鼻衄 鼻炎 口干 口噤 口苦 舌卷
 舌缓 舌强 口疮 牙痛 牙龈痛 嘶哑 咽喉肿痛
 扁桃体炎 咽炎 咽中如梗)

9. 点压按摩手穴健康法…………… (95)

四、注意事项…………… (95)

第四章 择优选用穴位治疗冠心病和高血压…………… (97)

一、鉴别诊断…………… (97)

二、有关心血管疾病的穴位和主治…………… (98)

1. 心血管 1…………… (98)

2. 心血管 2…………… (100)

3. 心血管 3…………… (103)

4. 心血管 4…………… (106)

5. 心血管 5	(107)	
6. 心血管 6	(107)	
7. 心血管 7	(107)	
8. 肾 1	(109)	
9. 肾 2	(109)	
10. 肾上腺 1	(110)	
11. 甲状腺区 1	(112)	
12. 甲状腺区 2	(113)	
13. 肝 1	(114)	
14. 肝 2	(115)	
15. 肝 3	(116)	
16. 肝 4	(116)	
17. 中渚	(117)	
18. 后溪	(118)	
19. 阳溪	(119)	
20. 内关	(120)	
21. 郄门	(121)	
22. 阳池	(122)	
23. 头	(123)	
24. 中泉	(124)	
三、心血管疾病的治疗处方	(125)	
(心绞痛 窦性心动过速 窦性心动过缓 二联律 早搏 高血压 低血压 肾虚 眩晕 手脚发凉 手脚发热 手发热脚发凉 头痛 恶心)		
四、典型病例	(126)	
五、三项预防措施	(132)	
(一) 防止思想情绪激动		(132)

点压手穴治病绝招

(二) 防止劳累	(133)
(三) 防止吃得过多和受寒	(133)
附录 点压按摩脚部骨膜病理反射区疗法	(134)
一、简介	(134)
(一) 脚病理按摩法的优点	(134)
(二) 脚的骨骼和韧带	(134)
(三) 脚部骨膜病理反射区是人体全息의 投影 ...	(139)
(四) 脚部骨膜病理反射区的皮肤部位和骨骼部位	(139)
二、脚部骨膜病理反射区部位的说明和主治	(143)
三、脚部骨膜病理反射区的对症疗法	(152)
(一) 诊察疾病	(152)
(二) 点压技术	(152)
(三) 对症疗法处方	(152)
编后话 点压手穴发现手脚骨膜信息经气阴阳反馈体系	(163)

第一章 概 论

一、手是人体神志和脏腑的代表

手是人体运动的器官，我们的生产活动、科学技术的设计和实施都要用手。手是人类求生存，向自然斗争、社会生活竞争不可须臾离开的重要器官。人体的器官头和手都是裸露出来的。手和头脑、神志、思想感情有着密切的关联。手也是人体的感觉器官。

从生理病理学的角度看，手的经络和神志、神经有着密切的联系。手少阳三焦经的关冲，治头痛、心烦、舌强；中渚治头痛、眩晕；手厥阴心包经的中冲，主治中风昏迷、舌强不语、昏厥；手太阳小肠经的前谷、后溪治惊风、抽搐；少泽治头痛、昏迷；手少阴心经的少冲治癫狂；少府治悲恐善惊；神门治痴呆、恍惚、健忘；手阳明大肠经的三间治嗜眠；合谷²治失眠；阳溪治癫、狂、痫。《医宗金鉴》：“商阳治初中风跌倒，卒暴昏沉，痰盛不省人事，牙关紧闭，汤水不下”。

按照反射学体系，手的病理反射区五个手指头尖是额窦，大拇指第一节是大脑、小脑、三叉神经，手背第四、五掌指关节后方有内耳迷路，这些是人体神经的司令部的反射区。按全息医学，手背第二掌骨骨侧穴位群的头，反映头脑的病变。这些反射区和穴位是头脑、神经中枢的反应点，也是治疗点。

手指各有一条或两条经络贯穿其间，手指甲的颜色正常，