

家庭实用中医疗法 图解系列

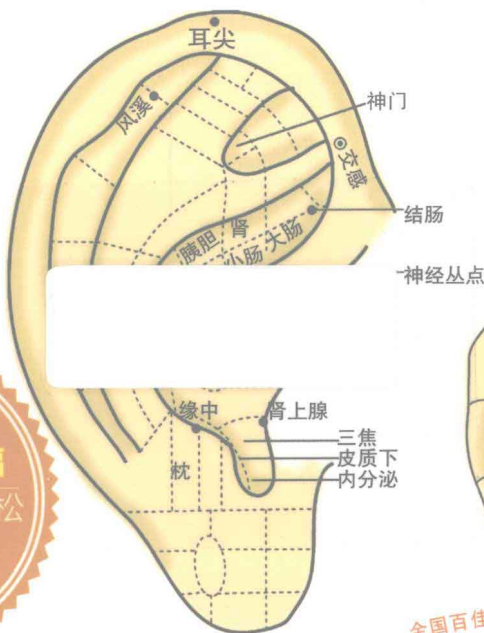
在家看图做



耳压



本书共三章，详细介绍了耳穴基础知识、耳压疗法基础知识及常见病耳压疗法。全书配图片120余张，让您在家轻轻松松看图治病痛。



全书配有
图片120余幅
让您在家轻轻松松
学会耳压

全国百佳图书出版单位
中国中医药出版社

家庭实用中医疗法图解系列

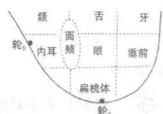
在家看图做

耳压

李 戈 主编

图例

- 示表面穴位
- 示表面穴位
- 示内侧面穴位
- 示被遮盖穴位



中国中医药出版社

· 北京 ·

图书在版编目(CIP)数据

在家看图做耳压 / 李戈主编. —北京: 中国中医药出版社,
2012.11

ISBN 978-7-5132-0890-1

I. ①在… II. ①李… III. ①耳-穴位按压疗法-图解 IV. ①R244.1-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 097163 号

中国中医药出版社出版

北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层

邮政编码 100013

传真 010 64405750

北京启恒印刷有限公司印刷

各地新华书店经销

*

开本 880×1230 1/32 印张 6.75 字数 158 千字

2012 年 11 月第 1 版 2012 年 11 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-5132-0890-1

*

定价 25.00 元

网址 www.cptcm.com

如有印装质量问题请与本社出版部调换

版权专有 侵权必究

社长热线 010 64405720

购书热线 010 64065415 010 64065413

书店网址 cslm.net/qksd/

新浪官方微博 <http://e.weibo.com/cptcm>

目 录

1

第一章 耳穴基础知识

第一节

耳郭与耳穴 3

耳与脏腑经络的关系 3

耳郭的表面解剖名称 5

耳穴 9

第二节

耳穴的分布与定位 9

耳穴的分布规律 9

耳穴标准化方案 10

耳穴的定位 16

耳穴的取穴原则 27

第三节

耳穴的主治及

功能归类 30

耳穴的主治归类 30

耳穴的功能归类 44

2

第二章

耳压疗法基础知识

第一节

耳压疗法概述 51

耳压疗法 51

耳压疗法的特点 53

第二节

耳压疗法的适应证与

禁忌证 54

耳压疗法的适应证 54

耳压疗法的禁忌证 56

第三节

耳穴压迫的方法 56

耳穴贴压法 56

耳穴指压法 61

第四节

耳压疗法的常见反应 62

耳郭反应 62

患部反应 62

经络反应 62

全身反应 63

适应反应 63

迟钝反应 63

连锁反应 63

“闪电”反应 64

3

第三章

常见病耳压疗法

第一节

呼吸系统疾病 67

- 感冒 67
- 支气管炎 68
- 急性上呼吸道感染 70
- 肺炎 71
- 支气管哮喘 73

第二节

消化系统疾病 74

- 胃炎 74
- 消化性溃疡 76
- 呃逆 78
- 呕吐 79
- 胃肠炎 80
- 腹泻 82
- 便秘 83
- 肝炎 85
- 胆囊炎 86

第三节

内分泌、代谢系统

疾病 88

- 糖尿病 88

- 单纯性肥胖 89

第四节

血液、循环系统

疾病 91

- 高血压 91
- 低血压 92
- 冠心病 94
- 心律失常 95

第五节

泌尿系统疾病 97

- 肾炎 97
- 尿频 98

第六节

精神、神经系统

疾病 100

- 头痛 100
- 精神分裂症 101
- 神经衰弱 103
- 面神经炎 105
- 三叉神经痛 106

第三章

常见病耳压疗法

重症肌无力	107
脑震荡后遗症	109
癔症	110

第七节

传染性疾病 111

细菌性痢疾	111
百日咳	113
流行性腮腺炎	114

第八节

外科、骨伤科疾病 115

颈椎病	115
肩周炎	117
落枕	118
腰痛	119
坐骨神经痛	121
风湿性关节炎	122
肋软骨炎	123
急性乳腺炎	125
痔疮	126
阑尾炎	127
泌尿系结石	129
术后疼痛、腹胀	130

第九节

五官科疾病 132

急性结膜炎	132
青光眼	133
白内障	135
近视眼	136
视神经炎	138
视神经萎缩	139
眼底病	141
耳鸣、耳聋	142
中耳炎	143
口腔溃疡	145
牙痛	146
急性咽炎	147
慢性咽炎	149
扁桃体炎	151
咽喉异物感	152
过敏性鼻炎	153
慢性鼻炎	155

第十节

妇科疾病 156

痛经	156
月经不调	158
闭经	159
白带过多	161

3

第三章

常见病耳压疗法

功能性子宫出血	162
子宫脱垂	163
子宫颈炎	165
盆腔炎	166
产后少乳	168
更年期综合征	169
经前期紧张综合征	171
绝经后骨质疏松	172

第十一节

男科疾病 173

前列腺增生	173
阳痿	175
早泄	176
遗精	178

第十二节

皮肤科疾病 179

痤疮	179
----	-----

黄褐斑	180
荨麻疹	182
扁平疣	183
湿疹	185
白癜风	186
神经性皮炎	188
带状疱疹	189
脂溢性皮炎	191
皮肤瘙痒症	192
接触性皮炎	193
酒渣鼻	195

第十三节

其他 196

晕车、晕船	196
输血反应	197
戒断综合征	199

者，肾之官也。”《灵枢·脉度》说：“肾气通于耳，肾和则耳能闻五音矣。”《千金方》说：“心气通于舌，非窍也，其通于窍者，寄见于耳，荣华于耳。”《证治准绳》说：“肾为耳窍之主、心为耳窍之客。”《杂病源流犀烛》说：“肺主气，一身之气贯于耳。”而《厘正按摩要术》在汇集前人经验基础上，提出了耳背与五脏的关系，指出“耳珠属肾，耳轮属脾，耳上轮属心，耳皮肉属肺，耳背玉楼属肝”的生理联系。

耳与脏腑的病理密切相关。如《素问·脏器法时论》说：“肝病者，两胁下痛引少腹，令人善怒，虚则目无所视，耳无所闻。”《素问·玉机真脏论》说：“脾为孤脏……其不及则令人九窍不通。”《证治准绳》说：“肺气虚则少气……是以耳聋。”而察耳的形态、色泽等改变，可“视其外应，以知其内脏”的病变，如《灵枢·本脏》说：耳“黑色小理者肾小……耳薄不坚者肾脆。”《证治准绳》说：“凡耳轮红润者生，或黄或黑或青而枯燥者死，薄而白、薄而黑者皆为肾败。”

《厘正按摩要术》进一步将耳朵分为心、肝、肺、脾、肾五部，其云“耳珠属肾，耳轮属脾，耳上轮属心，耳皮肉属肺，耳背玉楼属肝”。以上引述的内容体现了耳与脏腑在生理方面是息息相关的，在病理方面是表里相达的。

现代实验研究与临床实践也证明了耳与脏腑的联系。当人体脏器发生病变时，在耳郭的相应穴区就会出现色泽变化、低电阻、压痛等改变。这也证明了耳郭与脏腑有着密切的联系。

◆ 耳与经络的关系

耳与经络有着密切的关系，经络是人体运行气血的通道，沟通表里，联系内外，将人体的脏腑、器官、孔窍及皮肉筋骨等联结成

表 1-1 耳郭的表面解剖名称及其形态特点

名称	形态特点
对耳轮	与耳轮相对呈“Y”字型的隆起部，由对耳轮体、对耳轮上脚和对耳轮下脚三部分组成
对耳轮上脚	对耳轮向上分支的部分
对耳轮下脚	对耳轮向前分支的部分
耳轮结节	耳轮后上部的膨大部分
对耳轮体	对耳轮下部呈上下走向的主体部分
三角窝	对耳轮上、下脚与相应耳轮之间的三角形凹窝
耳舟	对耳轮与耳轮之间的凹沟
耳轮	耳郭卷曲的游离部分
耳轮前沟	耳轮与面部之间的浅沟
耳轮脚	耳轮深入耳甲的部分
耳轮脚切迹	耳轮脚前方的凹陷处
耳甲艇	耳轮脚以上的耳甲部
耳甲腔	耳轮脚以下的耳甲部
屏上切迹	耳屏与耳轮之间的凹陷处
上屏尖	耳屏游离缘上隆起部
下屏尖	耳屏游离缘下隆起部
对耳屏	耳垂上方、与耳屏相对的瓣状隆起

续表

名称	形态特点
对屏尖	对耳屏游离缘隆起部
屏间切迹	耳屏与对耳屏之间的凹陷
外耳门	耳甲腔前方的孔窍
耳屏	耳郭前方呈瓣状的隆起
轮屏切迹	对耳轮与对耳屏之间的凹陷处
耳轮尾	耳轮向下移行于耳垂的部分
轮垂切迹	耳轮与耳垂后缘之间的凹陷处
耳垂	耳郭下部无软骨的部分
耳垂前沟	耳垂与面部之间的间隙
耳轮背面	耳轮背面平坦部分
耳轮尾背面	耳轮尾背面平坦部分
耳垂背面	耳垂背面的平坦部分
耳舟隆起	耳舟背面隆起的部分
三角窝后隆起	三角窝在耳背的隆起部分
耳甲艇隆起	耳甲艇在耳背的隆起部分
耳甲腔隆起	耳甲腔在耳背的隆起部分
对耳轮上脚沟	对耳轮上脚在耳背呈现的凹沟
对耳轮下脚沟	对耳轮下脚在耳背呈现的凹沟
对耳轮沟	对耳轮体在耳背呈现的凹沟
耳轮脚沟	耳轮脚在耳背呈现的凹沟
对耳屏沟	对耳屏在耳背呈现的凹沟

续表

部 位	序	耳穴名称	定 位	主 治
耳甲	耳甲腔	46 心	耳甲腔中央	心动过速、心律不齐、心绞痛、无脉症、神经衰弱、癔症、口舌生疮
		47 肺	耳甲腔中央周围	咳喘、胸闷、声音嘶哑、痤疮、皮肤瘙痒症、荨麻疹、扁平疣、便秘、戒断综合征
		48 气管	在耳甲腔内，外耳道口与心穴之间	咳嗽
		49 脾	耳甲腔的后上方	腹胀、腹泻、便秘、食欲不振、功能性子宫出血、白带过多、内耳性眩晕症
		50 内分泌	耳甲腔底部屏间切迹内	痛经、月经不调、更年期综合征、痤疮、间日疟、甲状腺功能减退或亢进症
		51 三焦	耳甲腔底部内分泌上方	便秘、腹胀、上肢外侧疼痛
		52 口	耳轮脚下方前 1/3 处	面瘫、口腔炎、胆囊炎、胆石症、戒断综合征
		53 食道	耳轮脚下方中 1/3 处	食管炎、食管痉挛
		54 贲门	耳轮脚下方后 1/3 处	贲门痉挛、神经性呕吐
		55 胃	耳轮脚消失处	胃痉挛、胃炎、胃溃疡、失眠、牙痛、消化不良
	耳甲艇	56 十二指肠	耳轮脚上方后部	十二指肠溃疡、胆囊炎、胆石症、幽门痉挛
		57 小肠	耳轮脚上方中部	消化不良、腹痛、心动过速、心律不齐
		58 阑尾	大、小肠两穴之间	单纯性阑尾炎、腹泻
		59 大肠	耳轮脚上方前部	腹泻、便秘、咳嗽、痤疮
		60 肝	在耳甲艇的后下部	胁痛、眩晕、经前期紧张症、月经不调、更年期综合征、高血压、假性近视、单纯性青光眼
		61 胰胆	肝、肾两穴之间	胆囊炎、胆石症、胆道蛔虫症、偏头痛、带状疱疹、中耳炎、耳鸣、听力减退、急性胰腺炎

续表

部 位	序	耳穴名称	定 位	主 治
耳甲	耳甲艇	62 肾	对耳轮上、下脚分叉处下方	肾孟肾炎、腰痛、耳鸣、神经衰弱、遗精、早泄、遗尿、月经不调、哮喘
		63 输尿管	肾与膀胱两穴之间	输尿管结石绞痛
		64 膀胱	肾与艇角穴之间	膀胱炎、遗尿症、尿潴留、腰痛、坐骨神经痛、后头痛
		65 艇角	耳甲艇前上角	前列腺炎、尿道炎
		66 艇中	耳甲艇中央	腹痛、腹胀、胆道蛔虫症
耳垂		67 目 ₁	耳垂正面，屏间切迹前下方	假性近视
		68 目 ₂	耳垂正面，屏间切迹后下方	假性近视
		69 牙	耳垂正面前上部	牙痛、牙周炎、低血压
		70 舌	耳垂正面中上部	舌炎、口腔炎
		71 颌	耳垂正面后上部	牙痛、颞下颌关节功能紊乱
		72 垂前	耳垂正面前中部	神经衰弱、牙痛
		73 眼	耳垂正面中央部	急性结膜炎、电光性眼炎、麦粒肿、假性近视
		74 内耳	耳垂正面后中部	内耳性眩晕症、耳鸣、听力减退
		75 面颊	耳垂正面眼区与内耳区之间	周围性面瘫、三叉神经痛、痤疮、扁平疣、腮腺炎
		76 扁桃体	耳垂正面对下部	扁桃体炎、咽喉炎
耳背		77 上耳根	耳根最上缘	鼻出血
		78 耳迷根	耳背与乳突交界的根部，耳轮脚对应处	胆囊炎、胆石症、胆道蛔虫症、腹痛、腹泻、鼻塞、心动过速
		79 下耳根	耳根最下缘	低血压、下肢瘫痪
		80 耳背沟	对耳轮上、下脚及对耳轮主干在耳背面呈“Y”字形凹沟部	高血压、皮肤瘙痒症
		81 耳背心	耳背上部	心悸、失眠、多梦
		82 耳背脾	耳轮脚消失处的耳背部	食欲不振、胃痛、消化不良

◆ 对耳屏部分 相当于人体的头部和脑部。

【定 位】将对耳屏从对耳屏尖向内、外两侧分成内下方和外上方两等份（图 1-5）。

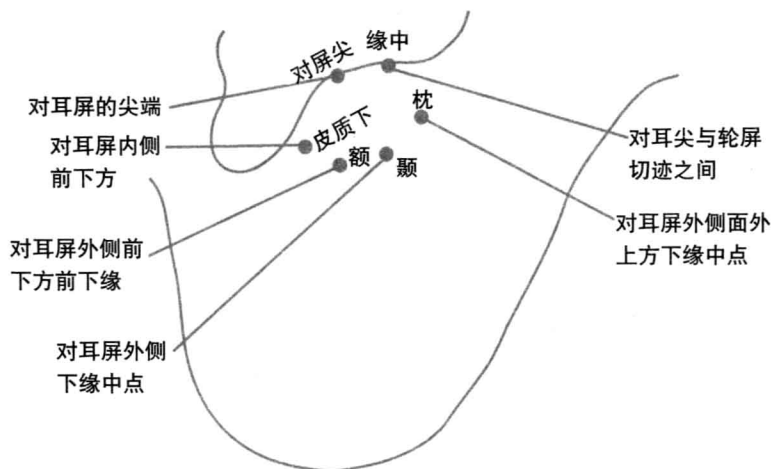


图 1-5 对耳屏耳穴分布

◆ 耳屏部分 相当于人体的咽喉、内鼻、肾上腺。

【定 位】将耳屏内外侧均分成上、下两等份（图 1-6）。

◆ 对耳轮（体）部分 相当于人体的躯干。

【定 位】对耳轮起始处（轮屏切迹）至对耳轮上下脚分叉处，共分五等份（图 1-7）。

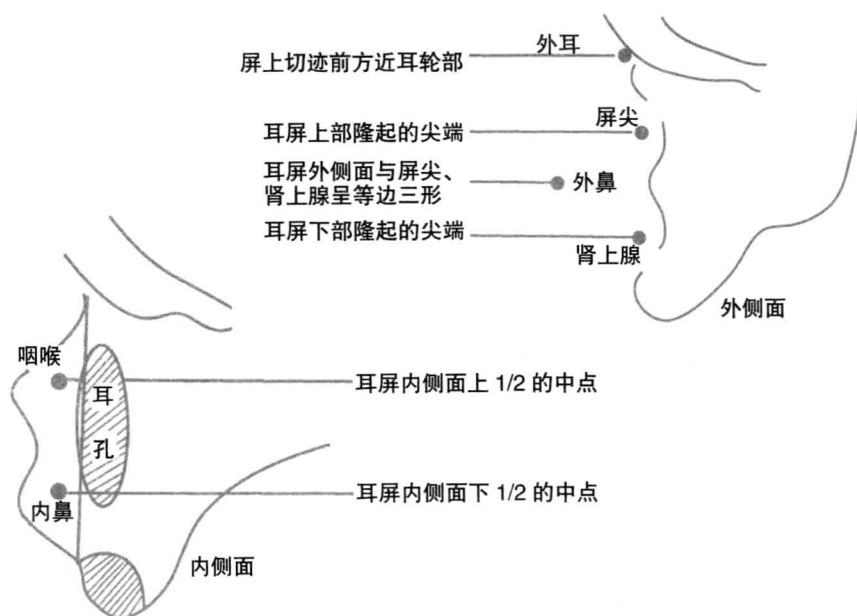


图1—6 耳屏耳穴分布

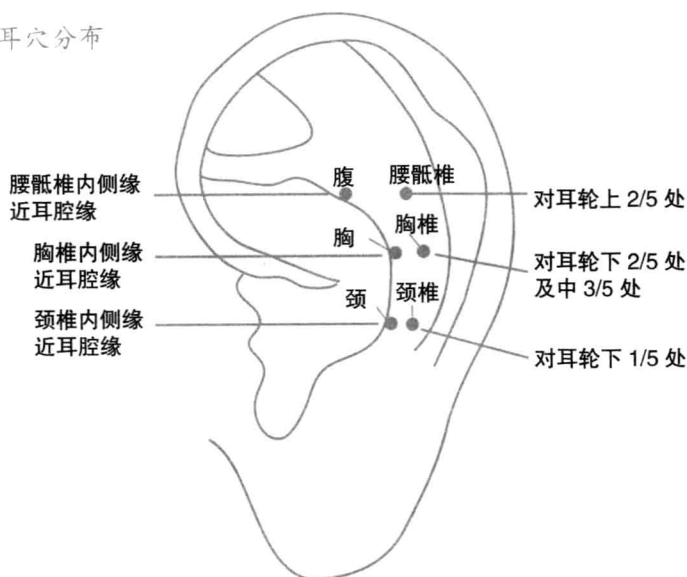


图1—7 对耳轮耳穴分布