

自然疗法丛书

编者 © 裴红 常宇

耳压 治百病



是一种无针、无创伤、无副作用的物理疗法

过耳部穴位的贴压而达到治病防病、保健美容的目的

可以治疗内、外、妇、儿等200余种疾病，尤其对急性炎症和疼痛性疾病疗效显著

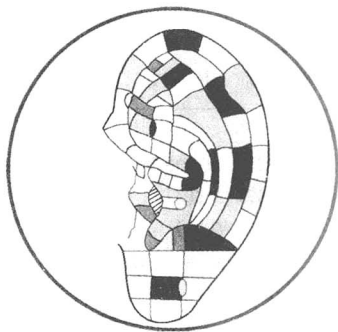


科学技术文献出版社
SCIENTIFIC AND TECHNICAL DOCUMENTATION PRESS

自然疗法丛书

耳压治百病

编者 © 裴红 常宇



耳压是一种无针、无创伤、无副作用的物理疗法

它通过耳部穴位的贴压而达到治病防病、保健美容的目的

耳压可以治疗内、外、妇、儿等200余种疾病，尤其对急性炎症和疼痛性疾病疗效显著



科学技术文献出版社
SCIENTIFIC AND TECHNICAL DOCUMENTATION PRESS

图书在版编目(CIP)数据

耳压治百病/裴红,常宇编. —北京:科学技术文献出版社,2011.9
(自然疗法丛书)

ISBN 978-7-5023-6966-8

I. ①耳… II. ①裴… ②常… III. ①耳-穴位按压疗法
IV. ①R244.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 148363 号

耳压治百病

策划编辑:樊雅莉 责任编辑:樊雅莉 责任校对:赵文珍 责任出版:王杰馨

出版者 科学技术文献出版社
地 址 北京市复兴路 15 号 邮编 100038
编 务 部 (010)58882938,58882087(传真)
发 行 部 (010)58882868,58882866(传真)
邮 购 部 (010)58882873
网 址 <http://www.stdp.com.cn>
发 行 者 科学技术文献出版社发行 全国各地新华书店经销
印 刷 者 北京雁林吉兆印刷有限公司
版 次 2011 年 9 月第 1 版 2011 年 9 月第 1 次印刷
开 本 710×1000 1/16 开
字 数 275 千
印 张 17
书 号 ISBN 978-7-5023-6966-8
定 价 27.00 元



版权所有 违法必究

购买本社图书,凡字迹不清、缺页、倒页、脱页者,本社发行部负责调换

前 言

耳压疗法是用质硬而光滑的植物种子或具有一定形状和质地的药物及制品粘贴在耳郭表面的穴位上,并施加一定压力,以达刺激耳穴、防治疾病的一种方法。此法是在耳毫针治疗疾病的基础上替代耳穴针刺或埋针的一种简易治疗法。它较耳穴针刺或埋针更为简便易行,安全可靠,无创伤、无副作用,且能起到持续刺激之效果,是目前临床最常用的一种耳穴治疗方法。

随着耳压疗法临床实践的不断发展,耳压疗法的治疗范畴除耳部本身的耳鸣、耳聋、耳痛等疾病外,还扩展到治疗内、外、妇、儿、皮肤、五官等多种学科中的多种疾病,在传统中医治疗体系中,发挥着重要的作用。

由于耳压疗法不需特殊设备,只需用酒精棉球、药籽或植物种籽、医用胶布、镊子即可进行治疗,费用极其低廉;不受环境影响及体位的限制,可随时随地应用,并且贴压后患者可随意活动;还可经过医生指导自己掌握治疗刺激的方法和强度,随时操作,既简单又方便,因此,可广泛地用于临床治疗和自我保健。

耳压疗法具有无创伤、无副作用、安全实用的特点,值得研究和大力推广,为此,我们将相关资料收集整理,奉献给广大读者这本简便易学、便于操作的耳压疗法书籍。

本书共分九章,第一章主要介绍耳压疗法的发展历史,常用耳穴,器具与操作及基本手法等;第二章至第九章主要介绍了内、外、妇、儿、男、五官、皮肤等科常见疾病的耳压疗法。在编写的过程中,参考了相关的书籍,在此一并致谢。

由于编者水平有限,难免有错误疏漏之处,望广大读者批评指正。

目 录

第一章 耳压疗法基本知识	1
第一节 耳压疗法的发展历史	3
第二节 耳压疗法的理论基础	4
第三节 耳郭表面解剖名称	6
第四节 耳压疗法的常用耳穴	9
第五节 耳诊法	19
第六节 耳压的器具与操作	25
第七节 耳压疗法常用手法	27
第八节 压疗法的适应证与禁忌证	29
第二章 内科疾病的耳压疗法	31
第一节 感冒	33
第二节 咳嗽	35
第三节 支气管炎	36
第四节 支气管哮喘	38
第五节 肺结核	39
第六节 咯血	41
第七节 胃脘痛	41
第八节 慢性胃炎	42
第九节 胃、十二指肠溃疡	43
第十节 呃逆	45
第十一节 呕吐	46
第十二节 胃下垂	47
第十三节 便秘	49
第十四节 急性胃肠炎	52
第十五节 慢性腹泻	53



第十六节	细菌性痢疾	54
第十七节	胃肠神经官能症	55
第十八节	食欲不振	55
第十九节	肠道蛔虫症	56
第二十节	病毒性肝炎	57
第二十一节	急性黄疸性肝炎	58
第二十二节	慢性活动性肝炎	58
第二十三节	慢性胆囊炎	59
第二十四节	胆石症	61
第二十五节	胆道蛔虫症	68
第二十六节	心律失常	69
第二十七节	慢性心肌炎	71
第二十八节	风湿性心脏病	72
第二十九节	冠心病	72
第三十节	心绞痛	74
第三十一节	高脂血症	75
第三十二节	高血压	76
第三十三节	低血压	79
第三十四节	白细胞减少症	80
第三十五节	血小板减少性紫癜	81
第三十六节	过敏性紫癜	82
第三十七节	再生障碍性贫血	82
第三十八节	糖尿病	83
第三十九节	肾小球肾炎	84
第四十节	尿路感染	85
第四十一节	尿潴留	87
第四十二节	尿失禁	87
第四十三节	尿频	88
第四十四节	泌尿系结石	89
第四十五节	尿崩症	91
第四十六节	单纯性肥胖	92
第四十七节	单纯性甲状腺肿	95

第四十八节	甲状腺功能亢进症	96
第四十九节	甲状腺功能减退症	97
第五十节	神经衰弱	97
第五十一节	失眠	101
第五十二节	嗜睡	104
第五十三节	多梦	105
第五十四节	健忘	105
第五十五节	头痛	106
第五十六节	脑震荡后遗症	110
第五十七节	脑炎后遗症	111
第五十八节	脑中风后遗症	112
第五十九节	癫痫	113
第六十节	肋间神经痛	114
第六十一节	三叉神经痛	114
第六十二节	多发性神经炎	115
第六十三节	自主神经功能紊乱	116
第六十四节	面神经炎	117
第六十五节	面肌痉挛	118
第六十六节	癔症	119
第六十七节	精神病	120
第六十八节	美尼尔综合征	121
第六十九节	多汗、盗汗症	123
第七十节	无汗症	124
第七十一节	周期性麻痹	125
第七十二节	重症肌无力	125
第七十三节	食后困顿症	126
第三章	外科疾病的耳压疗法	127
第一节	落枕	129
第二节	急性扭挫伤	130
第三节	肩关节周围炎	132
第四节	肩胛肋综合征	133
第五节	斜颈	134

第六节 颈椎病	135
第七节 坐骨神经痛	137
第八节 血栓闭塞性脉管炎	138
第九节 风湿性关节炎	139
第十节 腰肌劳损	139
第十一节 乳腺增生症	140
第十二节 急性乳腺炎	142
第十三节 痔疮	143
第十四节 慢性单纯性阑尾炎	144
第十五节 手术后腹胀	145
第十六节 手术及产后尿潴留	146
第十七节 术后切口痛	147
第十八节 幻肢痛	148
第四章 妇科疾病的耳压疗法	149
第一节 痛经	151
第二节 月经不调	153
第三节 闭经	155
第四节 功能性子宫出血	156
第五节 经前期紧张综合征	158
第六节 白带过多	158
第七节 盆腔炎	160
第八节 不孕症	160
第九节 胎位不正	161
第十节 难产	163
第十一节 产后缺乳	163
第十二节 产后宫缩痛	164
第十三节 产后恶露不净	165
第十四节 更年期综合征	165
第十五节 子宫脱垂	167
第十六节 外阴白斑症	168
第五章 儿科疾病的耳压疗法	169
第一节 小儿高热	171

第二节 小儿肺炎	171
第三节 百日咳	172
第四节 流行性腮腺炎	173
第五节 遗尿	174
第六节 小儿厌食	176
第七节 积滞	178
第八节 疳证	178
第九节 小儿腹泻	179
第十节 小儿肠痉挛	180
第十一节 小儿夜啼	181
第十二节 儿童多动症	181
第十三节 弱智儿	183
第十四节 小儿脑性瘫痪	184
第六章 男科疾病的耳压疗法	187
第一节 阳痿	189
第二节 遗精	190
第三节 精索静脉曲张症	191
第四节 前列腺炎、精囊炎	191
第五节 男性不育症	192
第七章 五官科疾病的耳压疗法	195
第一节 牙痛	197
第二节 牙周炎	198
第三节 复发性口腔溃疡	199
第四节 扁桃体炎	200
第五节 慢性咽炎	201
第六节 失音	203
第七节 慢性喉水肿	203
第八节 颞下颌关节功能紊乱症	204
第九节 口臭	205
第十节 急性结膜炎	206
第十一节 麦粒肿	207
第十二节 睑缘炎	208

第十三节	霰粒肿	209
第十四节	春季卡他性结膜炎	209
第十五节	慢性泪囊炎	210
第十六节	眼睑痉挛	210
第十七节	上睑下垂	211
第十八节	近视	212
第十九节	色觉障碍	216
第二十节	老年性白内障	216
第二十一节	青光眼	217
第二十二节	中心性浆液性视网膜脉络膜炎	218
第二十三节	视神经萎缩	218
第二十四节	球后视神经炎	219
第二十五节	眶上神经痛	220
第二十六节	过敏性鼻炎	220
第二十七节	慢性鼻炎	222
第二十八节	鼻窦炎	223
第二十九节	嗅觉丧失	224
第三十节	鼻衄	224
第三十一节	耳鸣	225
第三十二节	耳聋	226
第三十三节	化脓性中耳炎	227
第八章	皮肤科疾病的耳压疗法	229
第一节	荨麻疹	231
第二节	皮肤瘙痒症	232
第三节	湿疹	234
第四节	神经性皮炎	235
第五节	扁平疣	236
第六节	寻常疣	237
第七节	传染性软疣	238
第八节	带状疱疹	238
第九节	白癜风	239
第十节	接触性皮炎	240

第十一节 剥脱性皮炎	241
第十二节 脱发	241
第十三节 斑秃	242
第十四节 痤疮	242
第十五节 痱子	244
第十六节 毛囊炎	245
第十七节 脓疱疮	245
第十八节 丹毒	246
第十九节 结节性红斑	246
第二十节 黄褐斑	247
第二十一节 酒渣鼻	248
第二十二节 雷诺病	249
第二十三节 红斑性肢痛症	249
第二十四节 冻疮	250
第九章 其他疾病的耳压疗法	251
第一节 输液(血)反应	253
第二节 晕动病	253
第三节 竞技综合征	254
第四节 疲劳	256
第五节 戒烟	256
第六节 戒酒	258
第七节 戒断综合征	258
第八节 慢性外照射性放射病及化疗后的反应	259
参考文献	260



第一章 耳压疗法基本知识

第一节 耳压疗法的发展历史

在耳郭上有一些既能反应疾病、又能治疗疾病的特定耳穴,是耳郭与机体经络、脏腑、组织器官、四肢百骸相互沟通的部位,也是经络、气血内外输注的所在。《灵枢》中就有关于望耳诊病的记载:“耳轮焦枯如受尘垢者,病在肾……耳间青脉起者,掣痛。”

耳压疗法是用质硬而光滑的植物种子或具有一定形状和质地的药物及制品粘贴在耳郭表面的穴位上,并施加一定压力,以达刺激耳穴、防治疾病的一种方法。此法是在耳毫针治疗疾病的基础上替代耳穴针刺或埋针的一种简易疗法。它较耳穴针刺或埋针更为简便易行,安全可靠,无创伤、无副作用,且能起到持续刺激之效果,是目前临床最常用的一种耳穴治疗方法。

通过对耳郭的刺激来防治一些疾病,在我国古代文献中早有记载。如《灵枢·原病》载:“耳聋无闻取耳中。”唐代孙思邈在《千金要方》中记述:“耳中穴,在耳门孔上横梁是,针灸之,治马黄、黄疸、寒暑疫毒等病。”明代杨继洲《针灸大成》曰:“耳尖二穴,在耳尖上,卷耳取尖上是穴,治眼生翳膜,用小艾炷五壮。”张介宾的《类经图翼》也记载:“阳维治耳聋雷鸣。”仅明清以前见于古籍中的耳穴就有 10 余个。后世医家在古代用耳穴治疗疾病的启发下,又进一步发展用耳穴治疗头痛、眼病、牙痛、衄血、臂痛、哮喘、癫痫、不寐等多种疾病,临床中均取得较好效果。

耳穴诊治在国外也颇受重视,1957 年法国医学博士 P. Nogier 发表了《耳针治疗点图》,在法国、前西德、奥地利、日本、美国等国家地区也陆续出版了耳穴挂图及专著。随着国际间的学术交流,我国耳穴图在世界许多国家流传应用。但由于人们对耳穴作用的认识各异,致使耳穴的定位和命名出现混乱现象,如一穴多名、多穴一名、经穴与耳穴混称等。为了便于研究和交流,中国针灸学会受世界卫生组织西太区办事处的委托制定了《耳穴标准化方案》,并于 1987 年 6 月在韩国汉城召开的世界卫生组织西太区第三次针灸穴名标准化会议上基本获得通过。1992 年 9 月我国在北京召开了国家标准耳穴名称与部位审定会议,国家标准《耳穴名称与部位》于 1993 年 5 月 1 日颁布实施。

耳压疗法具有无创伤、无副作用、安全实用的特点。耳压疗法疼痛轻微,不损伤皮肤,故不会引起感染。所贴压的药丸或制品为一次性的,又不会产生交

又感染。刺激作用持久,疗效稳定,因此,是一种易为病人接受、安全实用的治疗方法。耳压疗法无任何不良反应,是一种安全可靠、无痛苦、无伤害、无副作用的治疗技术。耳穴诊断更具有独特优势,基本上在无痛或轻度疼痛的情况下完成。

耳压疗法适应证广,疗效高、见效快。耳压疗法不但能治疗疾病,还可用于预防疾病和保健美容。根据有关文献报道,应用耳压治疗的疾病达 200 余种,涉及内、外、妇、儿、五官、皮肤等各科疾病,并有较好的疗效,尤其对急性炎症和疼痛性疾病疗效更为显著。如胆绞痛、牙痛、扭伤痛等,在耳压后几分钟,疼痛即可缓解或消失;有的神经衰弱及失眠的患者,在耳压后 1~2 天内睡眠即可改善。

耳压疗法易学易用、操作方便、费用低廉,设备简便,一般用光滑、质硬的小珠形物体,如绿豆、红小豆、王不留行籽等贴敷耳穴即可,十分简便经济。由于耳穴分布有一定的规律,大都以中医脏腑和解剖部位命名,易于学习记忆。只要有一定的中西医理论知识,即使非医务人员,经过短期学习,就能掌握 30~50 个穴位和常用的治疗方法,应用耳压治疗一些病症。尤其是在耳穴国家标准化的今天,由繁入简,耳压疗法被越来越多的医务工作者及耳医学爱好者掌握和应用,必将为人类的卫生保健事业做出更多、更大的贡献。

第二节 耳压疗法的理论基础

一、中医学基础

(一)耳与经络的联系

中医学认为耳与经络的联系非常密切。早在《内经》中就有很多相关的论述。如《灵枢·邪气脏腑病形》曰“十二经脉,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……”。《灵枢·论疾诊尺》曰“……耳间青脉起者掣痛”。《灵枢·经脉》指出了手足六阳经脉在耳郭的分布走行:“小肠,手太阳之脉……其支者,从缺盆循颈上颊,至目锐眦,却入耳中”;“三焦,手少阳之脉……其支者……上项系耳后,直上出耳上角……其支者,从耳后,入耳中,出走耳前”;“胆,足少阳之脉,走于目锐眦,上抵头角,下耳后……其支者,从耳后入耳中,出走耳前”;“手阳明之别……入耳,合于宗脉”;“胃,足阳明之脉……上

耳前”；“膀胱，足太阳之脉……其支者，从巅至耳上角”。《灵枢·阴阳二十五人》曰：“手少阳之上，血气盛者眉美以长，耳色美；血气皆少则耳焦恶色。”《灵枢·经筋》还论述了足阳明之筋、手太阳之筋、手少阳之筋与耳的联系。根据《灵枢》的记载，循行耳区的经脉与手足三阳经的关系最为密切，六条阴经虽不直接入耳，但却通过经别与阳经相合，间接上达于耳。这样，十二经脉都直接或间接与耳相联系，故《灵枢·口问》概括指出：“耳者，宗脉之所聚也。”现代的许多实验研究也表明，耳郭有经络存在，耳郭经络与全身经络相通。耳压疗法之所以能够治疗远隔部位的病症，正是由于耳郭与经络之间存在密切的联系。

（二）耳与脏腑的联系

耳与五脏均有生理功能上的联系。五脏之中，耳与肾脏关系最为密切，其次为心、肺。《灵枢·脉度》曰：“肾气通于耳，肾和则耳能闻五音矣。”《素问·金匱真言论》曰：“南方赤色，入通于心，开窍于耳，藏精于心。”《难经·四十难》曰：“肺主声，令耳闻声。”唐代孙思邈的《备急千金要方》中又进一步提出“心气通于舌，非窍也，其通于窍者，寄见于耳……”清代医家张振鋈汇集了许多古代医著的经验与论述，将耳背分为心、肝、脾、肺、肾五部，并绘制了耳背图。现代实验研究与临床实践也证实了耳与脏腑的联系。

二、神经学基础

耳郭的神经分布非常丰富。有来自脊神经颈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、舌咽神经和迷走神经的分支，以及随颈外动脉而来的交感神经。耳郭皮肤含有各种神经感受器，耳肌腱上和耳肌中有单纯型和复杂型丛状感觉神经末梢。因此，耳郭的穴位对各种刺激的反应有高度的敏感性。

有关的临床实验研究证实，神经系统是耳穴与内脏、肢体联系的重要途径。当内脏或躯体发生疾患时，病理性刺激的传入冲动与接受这些冲动的相应神经元之间发生病理性联系，并大大提高这些神经元的兴奋性，这些神经元又与相应耳穴相连，其兴奋性的提高就影响了投射于该神经元或邻近神经元的感觉阈，使其敏感性增高，甚至产生压痛。耳压疗法对耳穴的刺激所产生的强烈传入冲动，在影响中枢神经系统功能状态的同时激发体内非特异性防御反应，广泛动员机体内各种免疫因素，从而调动内因的主观能动性，抗御病邪，恢复健康。

第三节 耳郭表面解剖名称

耳郭为外耳的一部分,以纤维软骨为支架,并附以韧带、结缔组织及退化的肌肉等结构,外覆皮肤和极薄的皮下组织。其皮下分布着丰富的神经、血管与淋巴管。耳垂部分没有软骨,只含脂肪和结缔组织。

(一) 耳部正面解剖名称(图 1)

1. 耳垂部

耳垂前沟:耳垂与面部之间的浅沟。

耳垂:耳郭下部无软骨的部分。



图 1 耳郭正面解剖名称示意图