

中医足心疗法大全

中国传统医学独特疗法丛书

高树中 编著

济南出版社

(鲁)新登字 14 号

中医足心疗法大全

高树中 编著

责任编辑:胡瑞成
济南出版社出版发行
(济南市经七路 251 号)

封面设计:李兆虬
德州地区新联印刷厂印刷

开本:850×1168 毫米 1/32
印张:8.875
字数:220 千字

1994 年 12 月第 1 版
1994 年 12 月第 1 次印刷
印数 1—6000 册

ISBN7—80572—919—O/R·63

定价:7.80 元

(如有倒页、缺页、白页,直接到印刷厂调换)

《中国传统医学独特疗法丛书》

编辑委员会

顾问 周凤梧 吴震西 王秀英

策划 刘崇刚

主任 高树中 朱连学

主编 高树中

副主编 张洪木 刘 晶

编委 (以姓氏笔画为序)

王 英 王 燕 孙建英 刘 明

刘静君 张庆祥 张晓莲 姜永平

徐云生 魏凤琴

本书作者 高树中 王 英

序

在祖国医学这一伟大的宝库中，蕴藏着现代医学所没有的许许多多独特有效的治疗方法，这也正是中医学的独特优势所在。纵观历代名医，如扁鹊、华佗、张仲景、葛洪、孙思邈、张从正、李时珍、吴师机等莫不重视之。回首我从医至今，已近六十载，益信扁鹊所语“医之所病，病道少”，诚为至理名言。但由于种种历史原因，这些独特的治疗方法一直没能得到应有的继承和发扬，殊为憾事。

1991年夏，山东中医学院高树中硕士以其所著《中医脐疗大全》索序于我，并谈及他有全面系统地整理研究中医学中一些独特疗法的设想，我深以为然，并深为赞许，因为我知道这是一件很有意义的事情，也是一件工作量很大、难度很大的事情。没想到仅时隔二年余，他们十几位青年中医博士、硕士就以《中国传统医学独特疗法丛书》洋洋数百万言的近十本专著示余并即将陆续出版了。

该丛书是医学理论和临床实践相结合的重要研究成果，具有重要的历史价值，各分册大都分别为各治疗方法的第一部专著，填补了各治疗方法研究的空白。该丛书首次对各治疗方法的古今文献进行了全面系统的整理，并在此基础上对各治疗方法的理论进行了开创性的研究，探幽索奥，大胆阐微，新意叠出，发前人所未发，明前贤所未明，非思维深邃、学识渊博之士所不能为之。相信该丛书的出版，将使各独特疗法的理论和临床研究提高到一个新的水平，为保持和发扬中医特色，为祖国医学走向世界做出贡献。

吾以为该丛书为巨著也，也可预卜为传世之作也，更感到了他们这些年轻人的志大谋远和蓬勃朝气，不嚙喟然叹曰：“后生可畏也！”吾垂然老矣，力不从心，然窃思树中诸君，不正亦杏苑之希望乎？爰不计工拙，欣然命笔而为之序。

周凤梧 时八十三岁
于泉城四乐斋

目 录

上篇 足心疗法概论

第一章	足心疗法简介.....	(1)
第二章	足心疗法的历史沿革.....	(2)
第三章	足心疗法的理论基础.....	(7)
一、	中医脏腑理论	(7)
二、	经络理论	(8)
三、	神经生物学.....	(17)
四、	现代数学理论(黄金分割定律).....	(19)
五、	气功理论.....	(19)
六、	系统论.....	(20)
第四章	足心疗法的作用机理	(22)
一、	穴位刺激和调整作用.....	(22)
二、	药物治疗作用.....	(23)
三、	综合作用.....	(24)
第五章	足心疗法的常用方法	(25)
一、	足心贴药法.....	(25)
二、	足心涂药法.....	(26)
三、	足心踏药法.....	(26)

四、足心熏洗法.....	(27)
五、足心热熨法.....	(27)
六、足心针刺法.....	(27)
七、足心灸疗法.....	(28)
八、足心按摩法.....	(29)
九、足心意守法.....	(30)
第六章 足心疗法的用药特点与剂型	(31)
一、足心疗法的用药特点.....	(31)
二、足心疗法的常用剂型.....	(31)
第七章 足心疗法的功用与适应症	(33)
第八章 足心疗法的优点与注意事项	(35)
一、足心疗法的优点.....	(35)
二、足心疗法的注意事项.....	(36)

中篇 足心疗法的临床应用

第一章 传染病	(37)
一、流行性感胃.....	(37)
二、疟腮(流行性腮腺炎).....	(38)
三、流行性乙型脑炎(乙脑).....	(42)
四、流行性脑脊髓膜炎(流脑).....	(43)
五、痢疾.....	(43)
六、麻疹.....	(46)
七、肺结核.....	(48)
八、血吸虫病.....	(49)
九、破伤风.....	(49)
十、霍乱.....	(50)
十一、疟疾.....	(51)

十二、白喉.....	(52)
十三、百日咳.....	(52)
十四、水痘.....	(53)
十五、脊髓灰质炎.....	(56)
十六、流行性出血热.....	(57)
十七、瘟疫.....	(57)
第二章 内科病症	(58)
一、感冒.....	(58)
二、中暑.....	(62)
三、咳嗽(急、慢性支气管炎)	(62)
四、咳血.....	(69)
五、哮喘.....	(71)
六、呕吐.....	(75)
七、呕血.....	(79)
八、胃下垂.....	(80)
九、呃逆(膈肌痉挛).....	(81)
十、泄泻.....	(81)
十一、腹痛.....	(83)
十二、胃痛.....	(84)
十三、腹胀(腹水).....	(84)
十四、水肿.....	(85)
十五、肾炎.....	(87)
十六、癃闭(尿潴留).....	(88)
十七、头痛.....	(89)
十八、眩晕.....	(90)
十九、高血压病.....	(92)
二十、不寐(失眠).....	(96)
二十一、中风、半身不遂(脑血管意外及其后遗症)	(97)

二十二、失语	(99)
二十三、冠心病	(99)
二十四、心悸	(100)
二十五、癫痫	(100)
二十六、高热	(101)
二十七、痹证	(103)
二十八、腰痛	(105)
二十九、淋证(泌尿系感染)	(106)
三十、脚气病	(106)
三十一、阳强不倒(强中)	(109)
三十二、血小板减少性紫癜	(110)
三十三、自汗	(110)
三十四、盗汗	(111)
三十五、关格	(111)
三十六、瘰病	(111)
三十七、内科杂症	(112)

第三章 外科病症 (118)

一、脱疽(血栓闭塞性脉管炎)	(118)
二、疝气	(118)
三、急性腰扭伤	(119)
四、乳痈、乳疔(急性乳腺炎)	(120)
五、阴部水肿	(120)
六、瘰癧(淋巴结核、淋巴结炎)	(121)
七、疔毒	(121)
八、血瘤	(122)
九、脱肛	(122)
十、骨髓炎	(122)
十一、流注(肌肉深部脓肿)	(123)

十二、副睪肿大	(123)
十三、足部疾患	(124)
第四章 妇产科病症	(130)
一、月经不调	(130)
二、痛经	(131)
三、倒经	(131)
四、闭经	(132)
五、崩漏	(132)
六、胎动不安	(133)
七、子悬(胎气上逆)	(133)
八、妊娠中毒症	(133)
九、难产	(134)
十、胞衣不下(胎盘滞留)	(137)
十一、死胎	(139)
十二、堕胎	(139)
十三、产后身痛	(140)
十四、脏躁	(141)
十五、产后腰痛	(141)
十六、子宫脱垂	(142)
十七、不孕症	(142)
十八、妇科杂症	(143)
第五章 儿科病症	(144)
一、小儿感冒	(144)
二、小儿高热	(146)
三、小儿咳喘(急慢性支气管炎)	(150)
四、小儿肺炎	(153)
五、小儿夜啼	(155)
六、小儿夜惊	(156)

七、小儿客忤	(157)
八、小儿惊风	(158)
九、小儿呕吐	(162)
十、小儿吐乳	(165)
十一、小儿泄泻	(165)
十二、小儿消化不良	(167)
十三、小儿滞颐(小儿流涎症)	(167)
十四、小儿积滞	(170)
十五、小儿疳疾	(171)
十六、小儿厌食症	(173)
十七、小儿囟肿、解颅(脑积水)	(174)
十八、小儿囟陷	(175)
十九、小儿脐风(新生儿破伤风)	(176)
二十、小儿赤眼(急性结膜炎)	(177)
二十一、小儿先天性喉喘鸣(吸门闭合不良)	(178)
二十二、小儿口疮、鹅口疮	(179)
二十三、小儿遗尿	(184)
二十四、小儿水肿	(185)
二十五、小儿疝气	(185)
二十六、初生儿不吮乳	(185)
二十七、小儿五迟症	(186)
二十八、婴儿湿疹	(186)
二十九、小儿科杂症	(187)
第六章 皮肤科病症	(191)
一、脓疱疮	(191)
二、梅毒	(191)
第七章 五官科病症	(192)
一、目赤肿痛(急性结膜炎)	(192)

二、拳毛倒睫	(194)
三、角膜溃疡	(194)
四、口疮	(195)
五、鹅口疮	(208)
六、走马牙疳	(210)
七、咽喉肿痛	(211)
八、牙痛	(213)
九、鼻渊	(214)
十、鼻衄	(215)
十一、鼻鼈(过敏性鼻炎)	(217)
十二、耳痛	(218)
十三、舌疾	(218)
十四、唇疾	(220)
第八章 足疗通治方	(221)
一、涌泉膏(海龙膏)	(221)
二、延年涌泉膏	(222)

下篇 足心疗法古今文献选编

第一章 足心疗法古文献选摘	(223)
一、《马王堆汉墓医书》论足与足心疗法	(223)
二、《黄帝内经》论足与足心疗法	(224)
三、《华佗神医秘传》论足与足心疗法	(228)
四、《小品方》论足与足心疗法	(229)
五、《千金要方》论足与足心疗法	(230)
六、《世医得效方》论足与足心疗法	(233)
七、《本草纲目》论足与足心疗法	(234)
八、《集验良方》论足与足心疗法	(240)

九、《急救广生集》论足与足心疗法	(241)
十、《验方新编》论足与足心疗法	(244)
十一、《奇效简便良方》论足与足心疗法	(247)
十二、《理瀹骈文》论足与足心疗法	(248)
第二章 足心疗法论文索引	(254)

第一章 足心疗法简介

足(脚)心疗法是一种颇具祖国医学特色的外治疗法,又称“涌泉疗法”,是以足心(即涌泉穴)处为用药或刺激部位,以激发经气,疏通经络,促进气血运行,调节人体阴阳与脏腑功能,从而防治疾病的一种治疗方法。但足心疗法对涌泉穴的刺激,已不局限于针刺和艾灸,故是对针灸疗法的发展。

足心疗法是祖国医学的瑰宝。其历史悠久,源远流长,在历代医学书籍中均有大量散见记载,并在民间广泛流传。几千年的实践和现代研究证明,足心疗法可以通治全身一百多种疾病,并且具有简、便、廉、验、捷等许多优点,是中医学的一个重要组成部分。

足心疗法是祖国医学宝库中的一门古老而又新兴的分枝学科。说它古老,是因为它已有数千年的悠久历史;说它新兴,是因为它一直没有登上医学的大雅之堂。这是历史的原因造成的,我们没有任何理由来责备古人,因为任何一门学科都有其自身的发展规律,任何一门学科的盛衰也都离不开当时的社会历史背景;相反,我们应该庆幸祖先给我们留下了这么多宝贵的财富。在我们为“2000年人人享有卫生保健”而努力的今天,足心疗法必将得到进一步的发展和充实、完善,这并不是由几个人所能左右的,这是历史发展的必然。

可见,对足心疗法进行挖掘、整理、研究、探索,使其尽快地上升到理论的高度,进而更好地在临床中普及应用,使祖国医学宝库中这一耀眼的明珠发出更加灿烂的光彩,是医者的责任,是患者的渴求,也是祖国医学走向世界的需要。

第二章 足心疗法的历史沿革

足心疗法有着悠久的历史。有文字记载的是,1973年在湖南长沙马王堆三号古墓出土的《五十二病方》中,有用被蜂子活活螫死的幼鸡和枣泥制成的药巾按摩足部,可以使人增强体力的记载。此书还曰:“践而瘡者,燔地而入足,如食顷而已,即以(此处缺一字)葱封之;若蒸葱熨之”。意思是说先在地上挖一个坑,用火把坑烧热,然后将脚放入坑内熏烤,可治疗足部疮肿。该书还记载了治疗“伤痉”和“血疽”等病症,发汗时须“汗出到足,乃已”。同时出土的《脉法》、《足臂十一脉灸经》和《阴阳十一脉灸经》,都对足疗有记载。《脉法》说:“故圣人寒头而暖足,治病者取有余而益不足也。”这说明古代医家已经认识到了足部保暖在防治疾病中的重要性。《足臂十一脉灸经》和《阴阳十一脉灸经》则记载了足部和足三阴三阳经脉的联系,以及灸疗各经脉在足部的穴位可治疗多种病症。

战国至秦汉,足心疗法已从初步应用逐渐转向理论的初步探索。成书于战国时期的中医经典著作《黄帝内经》,对足心的论述颇多,其中有足心与十二经脉和五脏六腑的联系,以及足心的生理、病理、诊断、治疗和预防保健等。如明确指出:在生理上“肾出于涌泉,涌泉者,足心也”,“少阴根于涌泉”,“阳脉者起于足五指之表,阴脉者集于足下而聚于足心”;在病理上“清湿地气之伤人也,必从足始”;在诊断上“阴气盛则足下热”,“阴并于下则足寒,足寒则胀也”;在养生保健上“惟贤人上配天以养头,下象地以养足,中傍人事以养五脏”;在治疗上不仅足病可治足,而且也可“病在上者,下取之;……病在头者,取之足”,运用足心涌泉穴治疗全身多种病

症，如“邪在肾，则病骨痛，阴痹。阴痹者，按之而不得，腹胀，腰痛，大便难，肩、背、颈、项痛，时眩；取之涌泉、昆仑”，“热病挟脐急痛，胸胁满，取之涌泉及阴陵泉”，“男子如蛊，女子如阻，身体腰脊如解，不欲饮食，先取涌泉见血”。并明确指出了针灸足心的体位是“取足心者使之跪”。

据《史记·扁鹊仓公列传》记载，西汉名医仓公淳于意，曾刺涌泉穴治疗济北王阿母之热厥足热症，立愈。

据民间传说和后世医籍的记载，三国时期的名医华佗，就经常应用足心贴药法治疗内、外、妇、儿、五官等各科病症，其中的一些方法一直流传至今，足见其影响之大。

晋代，皇甫谧编著的《针灸甲乙经》为我国第一部针灸学专著。该书除用足心涌泉穴治疗《内经》所载病症外，还详细记载了涌泉穴的别名、定位和针灸方法，指出：“涌泉者，木也，一名地冲；在足心陷者中，屈足卷指宛宛中，足少阴脉之所出也，为井；刺入三分，留三呼；灸三壮”。并且将足心涌泉穴的主治扩大至足厥、喘逆、足下清至膝、风入腹中、侠脐急、胸胁苦满、衄不止、五指端尽痛、足不得践地、咽痛不可内食、妇人无子等病症。医家葛洪在《肘后备急方》中，多用足心治疗急症，如“（霍乱）转筋者，灸脚心当拇指大聚筋上六七壮，名涌泉，……神验”。并较早的记载了渍足法。

南北朝医家陈延之著有《小品方》，今已佚，但从《千金方》、《外台秘要》等后世方书引用此书的内容看，陈氏已用附子敷足心引产，用盐敷儿足心治疗逆产。

隋唐时期，孙思邈《千金要方》、《千金翼方》，王焘《外台秘要》广泛地记载了足心疗法。其中贴敷足心法在防治小儿疾病中尤为常用。如《千金要方》“治小儿口疮不得吮乳方……又方：矾石，如鸡子大，置醋中，涂儿足下二七遍，愈”，“治小儿冷痢方……又方：捣蒜，薄两足下；又方：赤小豆末，涂足下，日三，油和亦得”。还创用“五味甘草生摩膏方”涂摩手足心和心口预防小儿感冒等。值得一

提的是,孙思邈已经充分认识到了涌泉穴绝非一般腧穴可比,故而他《千金要方》第三十卷中,专列“杂病第七”一节,专门论述了足心涌泉穴、膏肓俞、足三里这三个特殊重要穴位的主治功能,将足心涌泉穴的主治病症扩大至三十余种。

宋金元时期,应用足心疗法者更是不乏其人,对足心疗法所用药物和方剂之多,治症之广,医家之众,是前所未有的。如《太平圣惠方》用酒炒吴茱萸熨足下治疗阴毒伤寒;《丹溪心法》治虚火用附子末涂足心以引火归元;《世医得效方》用吴茱萸、地龙研末敷足心治疗口疮等。危亦林还对足心疗法多用于口疮等上焦火热之证有佳效进行了解释,如:“(小儿口疮)贴药吴茱萸末,醋调贴两足心,移时即愈,药性虽热,能引热至下,甚良”。

明代,足心疗法的应用更加普遍。我国历史上最大的方书《普济方》,记载了许多足心疗法的方剂。龚信《古今医鉴》,龚廷贤《寿世保元》、《万病回春》,李时珍《本草纲目》等,均视足心疗法为常用之法。如《寿世保元》:“治自缢气已脱,极重者,只灸涌泉穴,男左女右,灸脚三壮即活”。《本草纲目》所载足心疗法的处方则已达数百首之多,其中有一些可称之为足疗名方,如大蒜贴足心治鼻衄,黄连贴足心治目赤,黄柏贴足心治凶肿,南星贴足心治流涎,蓖麻子贴足心治难产等,皆具简、便、廉、验等特点,至今仍被临床所沿用。高武《针灸聚英》、杨继洲《针灸大成》等针灸专著,已将涌泉穴的主治病症扩大至四十余种。

清代,胡其重《急救危症简便验方》、陶东亭《惠直堂经验方》、赵学敏《串雅内外编》、云川道人《绛囊撮要》、周子芴《经验奇方》、孟文瑞《春脚集》、何惠川《文堂集验方》、罗越峰《疑难急症简方》、丁尧臣《奇效简便良方》、鲍相璈《验方新编》等方书,皆记载了不少足心疗法的简便验方。此外,随着清朝程鹏程《急救广生集》、吴师机《理瀹骈文》、邹存淦《外治寿世方》、陆晋笙《鲋溪外治方选》等外治专著的问世,足心疗法也得到了空前普遍的应用。如《急救广生