

针灸理法 一点通

● 王家才 陈正道 编著
王晋平 赵晓京

● 甘肃民族出版社



(甘)新登字第02号

针灸理法一点通

王宏才 陈正道 王晋平 赵晓东 编著

甘肃民族出版社

(兰州第一新村81号)

甘肃省新华书店发行 兰州新华印刷厂印刷

开本787×1092毫米 1/32 印张10 插页1 字数209,000

1993年8月第1版 1993年8月第1次印刷

印数: 1—2,000

ISBN 7-5421-0088-2/R·15 定价: 6.00 元

前 言

针灸在祖国医学宝库中,是枚闪闪发光的瑰宝,古今针灸著作浩如烟海。但古代针灸大作文字深奥、让人费解;现今针灸之作,又越编越厚,因此学习者不是望而生畏,就是知难而退。其实掌握针灸大法,触类旁通,纲举目张,便可《针灸理法一点通》。

针灸是中国一大发明,在世界医学史是独有的绝技,不仅应用于治疗,还可应用于保健,百病一针虽属夸大之词,但针灸治疗范围之广,恐怕是任何治疗手段也望尘莫及的。方法之简单,疗效之神奇,甚至洋人也不得不远涉重洋前来求医。国人留学人员,也迫不及待想学学针灸,以便去医疗费昂贵的外边世界时,进行自身的医疗保护。

笔者根据这种社会需要,从针灸的书山学海之中,提炼升华,编辑成册,以献给心有灵犀的人们。

目 录

基础览要.....	(1)
一、基本概念	(1)
二、十四经的分布循行.....	(13)
三、经络的作用.....	(21)
四、经络学说的临床意义.....	(24)
五、腧穴的主治规律.....	(26)
六、如何取准穴位.....	(41)
奇效验穴	(45)
一、十四经穴.....	(45)
1. 手太阴肺经经穴	(45)
2. 手阳明大肠经经穴	(49)
3. 足阳明胃经经穴	(53)
4. 足太阴脾经经穴	(60)
5. 手少阴心经经穴	(65)
6. 手太阳小肠经经穴	(67)
7. 足太阳膀胱经经穴	(72)
8. 足少阴肾经经穴	(83)
9. 手厥阴心包经经穴	(86)
10. 手少阳三焦经经穴.....	(90)

11. 足少阳胆经经穴·····	(94)
12. 足厥阴肝经经穴·····	(102)
13. 任脉经穴·····	(106)
14. 督脉经穴·····	(112)
二、经外奇穴·····	(117)
针灸技法 ·····	(125)
一、毫针法·····	(125)
1. 毫针的结构及规格·····	(125)
2. 基本针法·····	(126)
3. 针刺的向度·····	(131)
4. 气至而有效·····	(134)
5. 针刺的补与泻·····	(136)
6. 针刺须知·····	(139)
7. 针刺异常情况的预防及处理·····	(143)
8. 针刺体位的选择·····	(145)
9. 针刺前准备·····	(147)
10. 指力练习·····	(149)
二、灸法·····	(150)
1. 施灸材料·····	(150)
2. 艾灸的作用·····	(151)
3. 各种灸法·····	(152)
4. 施灸注意事项·····	(158)
三、拔罐法·····	(159)
1. 火罐种类·····	(159)
2. 拔罐方法·····	(160)
3. 各种拔罐法的运用·····	(160)

4. 拔罐法的适应症及禁忌	(161)
5. 拔罐注意事项	(162)
四、三棱针、皮肤针	(162)
1. 三棱针	(162)
2. 皮肤针	(165)
五、耳针	(166)
1. 耳穴的分布	(166)
2. 耳穴的定位及主治功能	(168)
3. 耳针的临床应用	(176)
经络诊断	(178)
一、经络诊断的一般方法	(178)
二、经络诊断要领	(186)
三、常见疾病的经络诊断	(188)
施治概述	(206)
一、选择穴位的几种方法	(206)
二、施治原则	(211)
三、重要配穴法则	(215)
四、治疗时间	(217)
临证精要	(219)
一、针灸急救	(219)
1. 高热	(219)
2. 昏迷	(219)
3. 晕厥	(220)
4. 惊厥	(221)
5. 休克	(221)
6. 中暑	(222)

7. 呼吸衰竭	(223)
8. 食物中毒	(223)
9. 一氧化碳中毒	(224)
二、传染性疾病	(224)
1. 流行性感	(224)
2. 流行性腮腺炎	(225)
3. 细菌性痢疾	(226)
4. 颈淋巴结结核	(227)
5. 小儿麻痹后遗症	(228)
三、呼吸系统疾病	(229)
1. 肺炎	(229)
2. 支气管炎	(229)
3. 支气管哮喘	(230)
四、消化系统疾病	(232)
1. 急性胃炎	(232)
2. 慢性胃炎	(233)
3. 胃下垂	(233)
4. 贲门痉挛	(234)
5. 胃痉挛	(234)
6. 膈肌痉挛	(235)
7. 呕吐	(235)
8. 胃肠神经官能症	(236)
9. 慢性肠炎	(236)
10. 急性胆囊炎、胆石症	(237)
11. 胆道蛔虫症	(238)
12. 直肠脱垂	(239)

13. 便秘	(239)
五、心血管、血液系统疾病	(240)
1. 慢性风湿性心脏病	(240)
2. 冠心病	(241)
3. 过早搏动	(242)
4. 心动过速	(242)
5. 心动过缓	(242)
6. 高血压	(242)
7. 白细胞减少症	(244)
8. 贫血	(244)
六、神经、精神系统疾病	(245)
1. 脑血管意外	(245)
2. 癫痫	(247)
3. 精神分裂症	(249)
4. 神经衰弱	(250)
5. 失眠	(251)
6. 癔病	(252)
7. 三叉神经痛	(253)
8. 头痛	(254)
9. 面神经麻痹	(255)
10. 面肌痉挛	(256)
11. 坐骨神经痛	(256)
12. 肋间神经痛	(258)
13. 多发性神经炎	(259)
14. 重症肌无力	(260)
15. 臂丛神经痛	(260)

16. 晕车	(261)
17. 职业性痉挛	(261)
七、运动系统疾病	(262)
1. 急性腰扭伤	(262)
2. 慢性腰背痛	(262)
3. 风湿性关节炎	(263)
4. 肩关节周围炎	(264)
5. 肩峰下滑囊炎	(264)
6. 肱二头肌长头腱鞘炎	(265)
7. 岗上肌腱炎	(265)
8. 肱骨外上髁炎	(266)
9. 颈椎病	(266)
10. 落枕	(267)
11. 腱鞘囊肿	(268)
12. 膝关节软组织损伤	(268)
13. 踝关节软组织损伤	(269)
14. 足底痛	(270)
八、泌尿、生殖、内分泌系统疾病	(270)
1. 慢性肾炎	(270)
2. 前列腺炎	(271)
3. 尿潴留、尿失禁	(272)
4. 泌尿系结石	(272)
5. 遗精	(273)
6. 阳痿	(274)
7. 早泄	(275)
8. 阳强	(275)

9. 射精不能症·····	(276)
10. 甲状腺机能亢进·····	(276)
11. 糖尿病·····	(277)
12. 更年期综合症·····	(278)
九、外科、皮肤病科疾病·····	(279)
1. 急性乳腺炎·····	(279)
2. 阑尾炎·····	(279)
3. 急性肠梗阻·····	(280)
4. 痔疮·····	(281)
5. 血栓闭塞性脉管炎·····	(281)
6. 荨麻疹·····	(282)
7. 神经性皮炎·····	(283)
8. 带状疱疹·····	(283)
9. 皮肤瘙痒症·····	(284)
10. 湿疹·····	(284)
11. 斑秃·····	(285)
十、妇科疾病·····	(285)
1. 月经不调·····	(285)
2. 闭经·····	(286)
3. 痛经·····	(287)
4. 功能性子宫出血·····	(287)
5. 子宫下垂·····	(288)
6. 白带·····	(289)
7. 妊娠呕吐·····	(289)
8. 胎位不正·····	(290)
9. 滞产和胎盘滞留·····	(290)

10. 少乳	(290)
11. 乳腺增生病	(291)
十一、儿科疾病	(291)
1. 小儿惊厥	(291)
2. 小儿厌食症	(292)
3. 婴儿腹泻	(292)
4. 小儿流涎症	(292)
5. 小儿疝气	(293)
6. 小儿遗尿	(293)
十二、眼、耳鼻喉、口腔科疾病	(294)
1. 近视	(294)
2. 弱视	(294)
3. 电光性眼炎	(295)
4. 视神经炎、视神经萎缩	(295)
5. 斜视	(296)
6. 耳鸣耳聋	(297)
7. 聋哑	(297)
8. 内耳性眩晕症	(297)
9. 鼻出血	(298)
10. 鼻炎	(298)
11. 嘶哑	(299)
12. 咽炎	(299)
13. 急性扁桃体炎	(300)
14. 牙痛	(300)
十三、针灸戒烟与美容	(301)
1. 戒烟	(301)

2. 减肥..... (301)

3. 美容..... (302)

·附注: 经络——脏腑; 气血流注——时辰

关系圖图 (306)

基础览要

一、基本概念

1. 经络

经络是人体气血运行的通路。它内属脏腑，外连四肢百骸，五官九窍、筋、骨、皮、毛，沟通内外、上下，像网络一样分布全身，将人体各部分联系成统一的、协调的、相对稳定的有机整体。

经络是由经脉和络脉组成的。二者就根本功能来说都是运行气血，联系机体上下内外。但是可从以下三方面加以区别。从形态上讲，经脉较粗大，为主干，络脉细小，为分支。从循行的部位上讲，经脉分布较深，络脉分布较浅。从分类讲，二者各有其内容。经脉分为十二经脉，十二经别与奇经八脉；络脉分为十五络脉，进而又分出的细支为孙络；孙络中浮现于皮者为浮络。从数量上讲，经脉少而可以计数，络脉多而无计其数，除十五大络外，孙络和浮络均无计数。

2. 经气

气，是中国古代人们用来解释自然现象的一种朴素认识观，认为气是构成世界的最基本的物质，宇宙间一切事物，都是由气的运动变化产生的。这一观点运用在医学领域，便对中医的形成发展产生了巨大的影响。中医学所说的气，概括

起来有两个含义：一是指构成人体和维持人体生命活动的精微物质；二是指功能活动。精微物质是功能活动的基础，精微物质是微小难见的，又正是通过功能来表现其存在。所以气是构成人体的基本物质，并以气的运动变化来说明人的生命活动。

经气，顾名思义即指经络之气。按照最经典的解释，经气就是真气。真气是先天的元气与后天饮食水谷所化生的精微之气相合而生的气，根据它的运行部位及功能的不同，又分为以下几种：

原气：原气又称“元气”，主要由先天之精化生而来，出生之后，又需水谷精微之气的滋养和补充。原气根于肾，经三焦而敷布周身，激发和推动人体各个脏腑组织的功能活动。因此，原气愈是充沛，脏腑组织功能愈健旺，身体便健康，反之，如果先天禀赋元气不足，或久病损伤元气，就会出现由元气衰惫而产生的各种病变。

宗气：宗气是由肺吸入的清气与脾胃运化而来的水谷之气结合而成。宗气积于胸中，主要功能：一是促进肺主呼吸功能，凡语气、声音、呼吸的强弱，均与宗气的盛衰有关；二是促进心主血脉的功能，凡气血的运行，肢体的寒温与活动能力，都与宗气有关。

营气：营气是由脾胃运化的水谷精微之气所化生，循行于脉中，主要功能是化生血液，与血同行，发挥其营养作用。由于营气与血液二者关系极为密切，故常“营血”并称。

卫气：卫气也是由水谷精微之气所化生，它运行散布于脉外，主要功能是护卫肌表，抗御外邪侵入，主管汗孔的开合，润泽皮毛，调节体温，温煦脏腑等，因其主要作用是防

御外邪，所以叫卫气。

综上所述，经气是营气、卫气、宗气和原气的总称，实际上就是水谷化生的精微，吸入肺的大自然之气和藏于肾的先天之气的综合功能体现。在生理情况下，经气能使气血调和，运行正常；相反，一旦经气失常，气血在经络中运行就会发生障碍，表现出相应的病证。

3. 脏腑

脏腑，是人体内脏的总称。包括五（六）脏六腑和奇恒之腑。心、肺、脾、肝、肾和心包合称“六脏”；胆、胃、小肠、大肠、膀胱、三焦合称“六腑”；脑、髓、骨、脉、胆、女子胞称为“奇恒之腑”。由于心包在生理、病理上与心脏相似，为心脏的外卫，奇恒之腑分别从属在其他脏腑，所以，一般只称“五脏六腑”。五脏的主要生理功能是生化和储藏精、气、血、津液等精华营养物质；六腑的主要生理功能是受纳和腐熟水谷，传化和排泄糟粕。五脏者，藏精气而不泻，故满而不能实；六腑者，传化物而不藏，故实而不能满也。这即脏与腑总的功能，及脏与腑在功能上的基本区别。

脏与腑在功能上虽有区别，但在整个生理活动中，不仅脏与脏、腑与腑，而且脏与腑以至五脏与五官，五体等组织器官之间，是通过经络彼此密切相联系和相互协调的。

4. 十二经脉

十二经脉，是人体 12 条经脉的合称，简称“十二经”。它构成经络系统的主体，故又称“十二正经”。“经”在此有纵行和不变的含义。十二经脉包括手太阴肺经、手阳明大肠经、足阳明胃经、足太阴脾经、手少阴心经、手太阳小肠经、足太阳膀胱经、足少阴肾经、手厥阴心包经、手少阳三焦经、足

少阳胆经和足厥阴肝经。

十二经脉各有自己的独立循行路线，对称地分布身体的左右两侧。其中阴经在肢体屈侧，阳经主要在伸侧，而头颈部则多属于阳经。在四肢部位，大体上是太阴和阳明在前，少阴和太阳在后，厥阴与少阳居中。阴经与阳经在四肢末端相接，阳经与阳经在头面相接；阴经与阴经在胸部相接。这样，气血流注于十二经脉中，逐经相传，周而复始，如环无端。

人体十二经脉如同大地上的主干河流。十二经脉在体内各络属一定内脏，阴经属脏络腑，阳经属腑络脏，从而构成表里相配的特殊关系。在体表它们又各有各的经筋，皮部和腧穴等与之相连接，并通过多种交会聚散形式密切了各部分之间的运近联系。十二经脉实际上不仅是气血流注的主要通道，也成为沟通皮表肢节和体内脏腑之间的主要渠道，对于维持机体生命的正常生理活动发挥着重要作用。

机体在疾病的发生、发展和转归的全过程中，十二经脉都发挥着作用。特别是经脉本身或有关脏腑发病时，经脉会通过经气的活动表现出相应的系列病候。

5. 奇经八脉

奇经八脉是指不同于十二经脉的任脉、冲脉、带脉、阴维脉、阳维脉、阴跷脉、阳跷脉的总称。由于它们与十二经脉不同，既不直接与脏腑相连，又无表里配合关系，而是纵横交错于十二经脉之间，故名为奇经。奇经有八条，因而称为奇经八脉。

奇经八脉的作用主要是加强十二经脉之间的相互联系，对十二经脉气血起调节溢蓄作用，“正经之气隆盛则溢于奇经。”

奇经八脉的特点是：无阴升阳降规律；无表里配合关系；无脏腑络属关系；不直接与脏腑相联系，而是纵横交错于十二经脉之间，除任脉、督脉有自己的穴位之外，其余各经均无本身穴位。

6. 十五络脉

十五络脉又称十五大络，即十二络脉加上任脉、督脉的络脉和脾的大络。十二络脉是从十二经脉中分出的较大的横斜分布的络脉，每条都从十二经中的同名经脉分出，分出部位都在手腕或足踝以上的一定穴位，经过横斜扩散，再汇合于十二经脉。其分布特点，凡是从属表的阳经分出的，则走向其相合的里经；从属里的阴经分出的，则走向其相合的表经。这样就加强了表里经的联系。任脉的络脉，从胸骨剑突下分出，散布于腹部；督脉的络脉，从尾骨下分出，散布于头部，并走向背部两侧的足太阳经；脾的大络，出于腋下，散布于胸胁部。任脉的络脉联系各条阴经，督脉的络脉联系各条阳经，脾的大络，其分支细脉，网罗全身。

十五络脉的分支从分布特点上看，又可分为络脉、孙络、浮络等，其中孙络的分布是沿着十五大络分布的区域而向其周围横斜扩散，呈面状散布，主要扩散到周身体表，但也有分布到体腔内脏，并同经脉密切通贯和联系。浮络的分布都在身体浅表部位。

7. 十二经别

十二经别，是从十二经脉分出，具有“离(别)”、“入”、“出”、“合”循行分布规律的别行经脉。十二经别多从十二经脉四肢肘膝以上一定部位分出，这称“离(别)”；经过一段循行进入胸腹腔内，这称“入”；又从头颈部出来称“出”；再与其相应