

王炫荣 编

针灸基础理论及方法



广西师范大学出版社

前 言

二十多年前,由于生理卫生学教学的需要,我开始接触了针灸学,从此建立了深厚的感情。通过学习针灸学,我深感到祖国医学是世界医学宝库中的宝贵财富,而针灸学又是祖国医学百花丛中的一朵绚丽的奇葩。为继承和发扬针灸学做一些工作,我在学生学习《人体组织解剖学》的基础上,开设了《针灸基础知识》的选修课,并自编了讲义。现在教学实践的基础上,结合解剖学、生理学及生物化学的知识,并广泛收集有关的资料,把自编讲义改编成本书。

本书着重介绍脏腑、经络腧穴学说的基本理论及其实质研究近况、针灸治病机理、针灸疗法以及与针灸疗法相关的其他方法。并着重介绍了张颖清教授的研究成果——生物全息诊疗法,以及与此疗法有密切关系的头针、耳针疗法和足部健身法等内容,以增强本书的理论性和实用性。愿读者通过阅读本书,对针灸的基础理论有深一层的了解,并能将针灸疗法和其他疗法应用于实践中,这也是我编写本书的心愿。

由于本人知识有限,书中必有错误和纰漏,希望专家与读者批评与指教。

王炫荣

1993年3月

目 录

绪 论	(1)
第一章 脏腑	(4)
第一节 五脏	(5)
一、心	(5)
二、肺	(6)
三、肝	(8)
四、脾	(9)
五、肾	(11)
第二节 六腑	(13)
一、胆	(13)
二、胃	(13)
三、小肠	(13)
四、大肠	(14)
五、膀胱	(14)
六、三焦	(14)
第二章 经络	(15)
第一节 经络系统的组成	(16)
一、经络系统	(16)

二、经络的功能	(19)
第二节 经络的实质	(20)
一、经络实质研究简介	(20)
二、经络实质假说	(30)
第三章 穴位	(33)
第一节 穴位的定义、命名、分类及作用	(33)
一、穴位的定义	(33)
二、穴位的命名	(33)
三、穴位的分类	(34)
四、穴位的作用	(34)
第二节 穴位定位与取穴方法	(35)
一、骨度分寸与取穴方法	(35)
二、体表标志定位取穴法	(37)
三、手指同身寸取穴法	(38)
第三节 十四经脉及其主要穴位	(39)
一、手太阴肺经	(40)
二、手阳明大肠经	(44)
三、足阳明胃经	(49)
四、足太阴脾经	(58)
五、手少阴心经	(62)
六、手太阳小肠经	(66)
七、足太阳膀胱经	(72)
八、足少阴肾经	(81)
九、手厥阴心包经	(86)
十、手少阳三焦经	(89)
十一、足少阳胆经	(94)
十二、足厥阴肝经	(103)
十三、督脉	(108)
十四、任脉	(112)
第四章 针灸治病的机理	(117)

第一节 针灸的调理作用	(118)
一、针灸对消化功能的影响	(118)
二、针灸对呼吸功能的影响	(119)
三、针灸对泌尿、排尿功能的影响	(119)
四、针灸对血液循环功能的影响	(120)
五、针灸对内分泌功能的影响	(124)
六、针灸对神经系统机能的影响	(126)
第二节 针灸的防御和免疫作用	(126)
一、针灸的抗炎作用	(126)
二、针灸的退热作用	(127)
三、针灸对免疫反应的影响	(127)
第三节 针刺的镇痛作用	(129)
一、针刺止痛	(129)
二、针刺麻醉	(130)
三、针刺镇痛的机理	(130)
第五章 针灸治疗的基本知识	(133)
第一节 针灸治疗的原则	(133)
第二节 选穴配方原则	(134)
一、近部取穴	(134)
二、远部取穴	(135)
三、随症取穴	(135)
第三节 常用配穴法	(135)
一、本经配穴法	(135)
二、表里配穴法	(136)
三、前后配穴法	(136)
四、上下配穴法	(136)
五、左右配穴法	(136)
第六章 针灸疗法	(137)
第一节 针刺疗法	(138)
一、针具	(138)

二、练针·····	(139)
三、体位·····	(140)
四、针前准备·····	(141)
五、持针方法·····	(142)
六、进针方法·····	(143)
七、进针后的手法·····	(146)
八、行针方法·····	(148)
九、出针方法·····	(149)
十、针刺意外情况的处理及预防·····	(150)
十一、针刺的适应症及禁忌症·····	(154)
第二节 艾灸疗法·····	(156)
一、艾灸疗法的适应症·····	(156)
二、艾灸疗法的主要分类·····	(156)
三、艾灸疗法的注意事项及禁忌症·····	(160)
第七章 生物全息诊疗法·····	(161)
第一节 全息生物学简介·····	(161)
第二节 生物全息诊疗法的原理·····	(162)
第三节 第二掌骨侧的全息穴位群·····	(162)
第四节 第二掌骨侧速诊法·····	(166)
一、方法·····	(167)
二、检测结果推测·····	(168)
第五节 第二掌骨侧疗法·····	(169)
一、取穴·····	(169)
二、针刺法·····	(171)
三、按摩法·····	(172)
四、疗程·····	(173)
五、晕针的预防和处理·····	(173)
六、适应症·····	(173)
第六节 穴位全息律·····	(175)
第八章 头针疗法·····	(180)

第一节 刺激区的定位及主治	(180)
一、标准定位线	(181)
二、刺激区的定位及主治	(181)
第二节 头针的操作方法	(186)
一、选针	(186)
二、体位	(186)
三、操作方法	(186)
四、针感	(187)
五、疗程	(187)
六、注意事项	(187)
第九章 耳针疗法	(189)
第一节 耳廓的表面解剖	(189)
第二节 耳与经络、脏腑的关系	(191)
第三节 耳针诊治疾病的原理	(193)
第四节 耳针的操作方法	(194)
一、耳穴探测	(194)
二、穴位探测应注意的事项	(195)
三、耳穴的选择	(195)
四、操作方法	(196)
五、耳针的反应	(197)
第五节 耳针的适应范围与禁忌症	(198)
一、适应范围	(198)
二、禁忌症	(199)
第十章 足部健身法	(200)
第一节 足部健身法的基本原理	(200)
一、反射学说	(200)
二、循环学说	(201)
三、经络腧穴学说	(201)
四、全息胚学说	(201)
第二节 人体各部及器官与足部的对应排列关系	(202)

一、足底·····	(203)
二、足内侧·····	(209)
三、足外侧·····	(211)
四、足背·····	(213)
第三节 足部健身法的手法和应用原则·····	(215)
一、手法的技巧·····	(215)
二、手法的运用·····	(215)
三、应用原则·····	(217)
第四节 应用足部健身法判断病症·····	(221)
一、有痛判断法·····	(222)
二、无痛判断法·····	(222)
三、有痛与无痛判断结合法·····	(222)
第十一章 推拿疗法·····	(224)
第一节 概述·····	(224)
第二节 推拿治病的原理·····	(224)
第三节 推拿的适应症和禁忌症·····	(225)
一、适应症·····	(225)
二、推拿的禁忌症·····	(225)
第四节 常用手法及要领·····	(225)
一、常用手法·····	(225)
二、手法要领·····	(232)
第五节 推拿疗法的一般规则及注意事项·····	(232)
一、一般规则·····	(232)
二、注意事项·····	(233)
参考文献·····	(234)

绪 论

针灸,是针刺疗法和艾灸疗法的总称。

针刺疗法,是指用各种不同质地或型号的针刺工具,在人体体表穴位上,运用一定的手法进行刺激,以治疗和预防疾病的方法。艾灸疗法,是以艾绒等作为灸料,点燃后在人体体表穴位上熏灼灸烤,从而使疾病得到治疗和预防的方法。

针刺与艾灸都是在脏腑经络理论指导下产生和发展起来的;又都是通过激发脏腑经脉之气,调动人体气血阴阳的盛衰而发挥治疗作用的。两者在临床上各具特色,相互作用,故称为针灸疗法。

针灸治病具有如下特点:

1. 简、便、廉 用具简单,不需要复杂的设备;携带使用方便,不受时间和地点等条件限制;所用的器材价格低廉,经久耐用,一般不使用药物,减轻病人经济负担。

2. 治病广泛 利用针灸进行治病,范围广泛,包括功能失调的病症、器质性疾病、急性炎症以及各种疼痛症等达 300 多种,其中疗效明显的达 100 多种。

3. 收效迅速 对于神经痛症以及神经麻痹的症状,只要取穴和扎针手法适当,收效甚为迅速,尤以痛症更为显著,比注射镇痛

剂还要来得快些。

4. 安全 针灸没有化学药物难以避免的毒副作用,而且据现代研究证明,针灸主要是调整机体功能而达到治疗的目的。无论用于临床治疗还是进行针刺麻醉都很安全。只要按正规方法操作,也不会发生医疗事故。

针灸疗法是祖国医学的重要组成部分,有着悠久源长的历史,它的形成与发展经历着一个漫长的过程。从新石器时代至战国时期,针灸从'石'为针过渡到金属针具,从以痛为腧的感性认识向着沿经论治的理论升华。战国至东汉时期是一个针、石并用,针、灸并用,针灸远胜于汤药的时期。砭石逐渐被不同质地的金属针具所代替,经络学说的系统形成,针灸临床治疗学的开拓。东汉至西晋时期,出现了众多的著名学者和针灸学家如华佗、张仲景等。他们对经络知识进行了系统的整理,形成了较完整的针灸学专著。西晋至1949年,经络腧穴理论进一步完善,针灸方法更为丰富,其教育和出版事业兴盛。解放后,针灸从停顿的厄运、处于奄奄一息的困境中获得了新生,针灸教育迅速发展,针灸治疗和研究机构大量建立,临床治疗和针灸基础理论研究取得显著成绩和重大突破,针灸疗法遍布全世界。

针灸学是以中医理论为指导,以经络腧穴学说为核心,遵循辨证施治的规范,以针刺和艾灸为手段进行治病防病,并阐明其作用机理的一门学科。其主要内容分为两大部分:一为基础理论,一为临床医疗。在基础理论方面,针灸学是以中医理论中的阴阳、五行、脏腑、经络、腧穴、营卫、气血、津液、四诊、八纲方面的学说等为基本理论的。其中经络腧穴学说是针灸学的核心,对针灸临床具有根本性的指导意义。经络腧穴理论中的古典部分早成体系,并不断发展,更趋完整;其现代部分,涉及到多种学科,如解剖学、生理学、生物化学、神经生物学、神经化学、生物物理学、分子生物学、生物控制论、生物磁场理论等。在临床医疗方面,主要是:①针灸临床,包

括针灸方法和补泻手法,针灸配方配穴原则和方法、各种疾病临床治疗学知识等;②针麻临床,包括针刺麻醉与针刺复合麻醉方面的知识,如针麻效果预测、操作方法、辅助用药、针麻手术方法、手术后护理、适应症与禁忌症等。

第一章 脏 腑

脏腑学说是中医基础理论的重要组成部分,在针灸临床实践中,具有十分重要的指导作用。脏腑可分为五脏六腑。所谓五脏是指心、肝、脾、肺、肾(附心包),所谓六腑包括胆、胃、小肠、大肠、膀胱和三焦。

脏腑都是指人体的器官,但与现代解剖学所指的器官有所不同。中医所指的脏腑是具有一定的涵义的,脏是指具有储藏精气功能,而无直接传化水谷功能的器官。腑是指具有内纳、转输、传化水谷功能的器官。

脏腑具有密切联系和不可分割的关系,这种关系表现在脏与脏、腑与腑、脏与腑、脏腑与五官、肢体上。这种关系又与自然界四时气候的转移变化有着密切的关系。所以说,脏腑间是相互生制的关系,既互相资生,又相互制约,从而维持机体的平衡状态。

腑与腑之间是传化关系,脏与腑之间是表里关系。

综上所述,中医对脏腑的认识,一方面是指实质的脏器,更重要的另一方面是指脏器的功能活动和病理的种种反应。所有的这

些反应不完全代表实质脏器的活动和作用,而是指某一系统的活动和作用。这个系统并不是现代解剖学的系统。

第一节 五 脏

一、心

心居于胸中,有心包护卫于其外,为脏腑中最重要脏器,是人体生命活动的中心。中医所指的心,实质上包括了现代医学中的循环系统和中枢神经系统中的大脑部分功能。心的功能有:

(一)“心藏神”、“主神志”

实质上是说,心是人体生命活动的主宰,居脏腑首位。人的一切精神意识、感觉、思维、情绪等精神活动与心有关,都是心的功能。心的功能正常、神志清醒、精神正常;心的功能障碍,往往出现心悸、失眠、烦乱、多梦、健忘、谵语、神志昏迷,甚至神经错乱,意识障碍、胡言乱语等症状。上述症状选与心或心包有关的穴位治疗,就可以取得好的效果。

“心主神志”其意是说其它脏腑都是在心的统一支配下,进行分工合作,相互协调工作。心功能正常,则各脏腑活动正常运转,反之,脏腑活动会发生紊乱。

(二)“心主血脉”

“血脉”指血液和血管。脉为血液运行的管道,血液能在脉中运行不息,有赖于心 and 脉的共同作用,而心为主导。心脏功能正常,血液才能正常运行。若心的功能失常,就会影响脏器功能活动的正常。胸闷、气急、心前区疼痛,可能因心气闭塞、血脉阻滞所致。心气的强弱、心血的盛衰都可以从经脉上反应出来,出现心气不足、气来不匀、脉搏不整等症状,宜选取与心有关的穴位如心俞、厥阴俞、内关等治之。

(三)“主汗液”

汗是津液经过心脏功能所生化的，散发于皮肤。津液又是血液的重要组成部分，故有“汗为心液”和“血汗同源”之说。治疗时，如出汗过多，容易伤津耗血，反之津亏血少的病人，汗源不足，便不宜出汗。过多的出汗，也能伤心阳，可见心慌、心悸的症状，心脏气血不足，也可引起自汗、盗汗。

(四)“开窍于舌，其华在面”

开窍是指体内脏器官与其外部器官或组织的联系。内脏器官功能如何，通过其外部器官反映出来。心虽位于胸中，其气血与舌相通，以维持舌体的生理功能。心脏的某些病变，可以通过舌体上反映出来。例如心气不足，舌质浅色；心火上炎，舌尖红，甚至糜烂；心血瘀滞、舌质紫暗或有瘀点、瘀斑；心受邪热或痰迷心窍，则见舌强不语。心脏功能的强弱，可影响身体的营养状况，通过面部表现出来。若心血充足，面色红润、光泽；心与血脉虚弱，面色萎黄无光泽；气绝则脉不通、血不流，心血瘀阻则面色青紫。

(五)心与小肠与肾的关系

心与小肠借经络相联络，互为表里关系。正常情况下，心与肾处于相互协调，保持平衡的关系，两者任一器官功能不正常均会影响到另一器官。临床上常见的失眠、多梦、遗精等症状，属于“心肾不交”的症候。

[附]心包

心包又称心包络，是心脏的外围组织，对心脏起保护作用。所以，邪气犯心，常先侵犯心包，心包受邪后出现的病症，与心受邪后的病症是一致的。如温邪内陷、出现神昏、谵语等症状，称为“热入心包”。

二、肺

肺位于胸腔内，属上焦器官，借助于经络与大肠联络，互为表

里关系。肺的功能概括了现代医学呼吸系统和部分血液循环系统的功能,并关系到水代谢的平衡。

(一)“肺主气,可呼吸”

肺是机体与外界进行气体交换的重要器官,也包括呼吸系统的功能,吸入清气(氧气),呼出浊气(二氧化碳),以维持机体的正常生命活动。肺还主身之气,这气是指宗气,是肺所吸入的清气与水谷的精气相结合而成的,积聚于胸中。它的作用有二:一是上出于喉而行呼吸,关系到语言、声音和呼吸的强弱;二是贯注于心脉而行气血,因脉虽与心结合,而汇集于肺,故有“肺朝百脉”之说。宗气通过血脉散布全身,以保存机体各组织功能活动。气血的运行,肢体的活动能力,脏腑的功能发挥等,都与宗气有关。

肺主气,气宜宣畅发散,又以清肃下降为顺。如受风寒外邪的侵袭,肺气不宣,可见胸满、鼻塞;肺失肃降,可见咳嗽、气喘等。

(二)通调水道

肺的通调水道就是人体水液的通利,也要靠肺气的通行,才能通畅流利,输注于膀胱,以维持水液代谢的平衡。因此,肺气清肃下行,水道通畅,则水液的传输与排泄不至于失调,如果肺脏受邪,气机失于宣降,也可导致小便不利,甚至水肿等症。

(三)肺主皮毛

皮毛,是皮肤、汗腺、毫毛的总称,为一身之表,有抗御外邪侵袭的作用。肺主皮毛是指肺的宣发作用,把水谷精微输布于全身,以滋养皮毛,调节汗腺的开合,起着保卫机体,抗御外邪的功能。肺气充盛,皮毛润泽,防御外邪的能力强。肺气虚弱,宣发不足,卫外抗御能力下降,易受外邪的侵犯,易受风寒、感冒、易出汗。所以,一些皮肤病常取与肺有关的穴位治疗。在针麻手术中,常取与肺有关的穴位,用以提高切皮、缝皮时的镇痛效果,就是根据“肺主皮毛”的理论,指导临床实践的。

(四)开窍于鼻

鼻是肺气呼吸出入的通道,有嗅觉功能,鼻又常是外邪侵肺的通道,肺受外邪侵犯,肺气不宜,出现鼻塞流涕、打喷嚏、嗅觉不灵。如果肺热壅盛常见鼻翼扇动等症状。

肺与声音关系密切,肺有疾患会影响声音变化,甚至语声不出,伤风咳嗽,兼有声音嘶哑。肺病后期,大都有声音嘶哑。持久高声歌唱,每每影响到肺,甚至造成肺胀咳喘等症。

三、肝

肝位于右肋下,属下焦器官。胆附于肝,有经络互相联系,互为表里关系。肝的功能相当于现代医学的血液循环、神经、消化等系统的部分功能。

(一)肝藏血

肝藏血指肝有储藏血液、调节血液的功能。祖国医学认为人体内各部分血液,常随不同情况而改变其血量。当人体在休息和睡眠时,机体对血液的需要就减少,多余下来的血液就归藏于肝内;当劳动工作时,机体对血液的需要量增加,肝脏就将贮藏的血液输出,以供机体活动的需要。肝不藏血,目不能视,足不能步,并可导致出血。妇女月经不调,高血压出现的头晕、头痛等属于肝阳上亢。大怒能伤肝,导致吐血,是由于情绪过于激动,使肝不能发挥藏血功能,血流便逆流外溢。

(二)肝主疏泄

“疏泄”有疏通、畅达或舒展、畅通的意思,是指肝气应有疏展、升发、柔和的性能,以维护气血平和,性情通畅。也就是相当于植物性神经系统的情绪活动。如肝郁气滞,可出现精神抑郁、神志不舒畅、易怒、胸闷、气逆、肋胀、失眠等。

肝的疏泄功能可以调畅脾胃的气机。若肝气郁结的患者,除了胸胁胀痛、烦躁郁闷等症状外,常兼见噯气、腹胀痛、纳减等胃气不

降等症状，称为“肝气犯胃”。或兼见腹部胀痛、大便溏泄等脾气不升的症状，称为“肝脾不和”。在治疗上有“疏肝和胃”、“调和肝脾”之说。

肝主藏血与肝疏泄的功能，两者是密切相关的。肝的疏泄功能，可以影响气血调畅。如肝气郁结，则血流不畅，形成气滞血瘀的病变，在妇女可见月经不调、经闭等症。暴怒伤肝，肝气上逆，血随气涌，可见面红、目赤、吐血、衄血及妇女月经暴崩等症。

（三）肝主筋，其华在爪

全身的筋依赖肝血的滋养，筋又是联络关节，司运动的组织。人体节肢运动虽是筋起的作用，但只有肝血充盈，才能使筋得到濡养，关节活动正常。肝有病引导筋的病变，导致运动失常，如筋骨酸痛、手足抽搐、角弓反张、舌卷等。四肢麻木、舌麻等都是由于肝风内动所致。

人体的爪甲受肝气营养，肝血足，筋强力壮，爪甲坚韧；肝血虚筋无力，爪甲多薄而软，甚则易脆。

（四）肝主胁肋

肝有病常出现胁肋部胀痛等症状。胁肋部位的症状常选用与肝有关的穴位进行治疗。

（五）开窍于目

肝与目有着内在的密切联系。目能发挥视觉的功能，是来源于肝脏气血的营养。因此，肝的某些病理变化，常可由目表现出来，如肝火上炎则眼红肿；肝血不足，两目干涩，视力模糊或夜盲；肝经热，可见目赤肿痛，一些眼病常取肝经和肝有关的穴位治疗。

四、脾

脾位于腹腔，属中焦器官，借助于经脉分支与胃相联络，成为互为表里关系的器官。脾的功能，相当于现代医学消化系统的大部分功能，并与水液代谢和造血系统等功能有关。