

实用医学百题丛书

100 Questions and Answers About
Acupuncture and Moxibustion

实用针灸百题

丛书主编 夏亚钦
本册主编 薛立功



外文出版社
海豚出版社

5

(京)新登字 192 号

实用针灸百题

薛立功 主编

外文出版社
海豚出版社 联合出版

(中国北京百万庄路 24 号)

邮政编码 100037

北京市密云春雷印刷厂印刷

787×1092 毫米 32 开 6.8 印张 153 千字

1995 年 1 月第一版 1995 年 1 月第一次印刷

印数:1-10000 册

ISBN 7-80051-993-7/R · 101

定价:6.00 元

丛书编委会

- 主 编:**夏亚钦,北医大人民医院内科副教授
- 副主编:**李月玺,北医大人民医院中医科主任,教授
张根腾,北京医院中医科副主任,副主任医师
- 编 委:**赵萍,北京协和医院保健科主治医师
薛立功,中国中医研究院针灸研究所副主任医师
岳开琴,中国中医研究院西苑医院妇科副主任,
副主任医师
张丰梅,北京中国语言文化学校医务室主治医师
聂效云,北医大人民医院综合内科副主任,
副主任医师
王云亭,中华医学会杂志社副社长,编辑
许秀玉,外文出版社副编审
- 顾 问:**朱传樵,北京协和医院儿科教授,主任医师
程辛农,全国政协委员
中国针灸学会副会长
爱因斯坦世界科学奖获得者
国外多所大学名誉教授
曹慧娟,中国中医研究院西苑医院妇科教授,
主任医师
张根腾,北京医院中医科副主任,副主任医师
王长举,北医大人民医院综合内科主任,副主任医师
北京亚当、夏娃保健中心董事长
王新德,北京医院神经内科主任,教授
中华医学会老年病学会副主任委员
中华老年医学杂志总编

前 言

随着改革开放的大潮，古老的东方巨龙焕发出从未有过的青春活力。社会在进步，经济在腾飞，科技在发展，整个中华民族的文化素质不断提高。因此，普及医疗知识、提高健康水平，是时代赋予医务工作者的使命。本套丛书从医学的不同角度，使人们了解生老病死这一人生自然规律，并能科学地把握它，为人类健康服务。

本丛书共六册：儿科、针灸、中医、妇科、老年和内科。每册百余问答题，均为常识性的，广大群众生活中最常遇到的医学问题，包括生理卫生、预防保健、疾病防治、家庭护理及生活常识诸多方面内容。由中央级各大医院对口科室编写并特邀著名教授为顾问。全书尽量突出实用性、知识性、科学性及普及性，力求通俗易懂、图文并茂，以确保丛书的医学指导作用。

《实用儿科百题》从小儿出生写到学龄前，包括六个部分：①新生儿疾病及护理；②婴幼儿喂养；③生长发育与微量元素；④预防保健；⑤小儿疾病的防治；⑥生活常识。

《实用针灸百题》包括：①针灸概况；②经络腧穴；③针灸方法；④预防保健。

《实用中医百题》包括：①中医基础；②内科常见病的调治；③妇科常见病的调治；④儿、皮科常见病的调治；⑤五官科常见病的调治；⑥药膳与其它。

《实用妇科百题》包括：①月经与月经病；②生殖器官的炎症与肿瘤；③不孕、不育与计划生育；④妊娠、分娩与产褥；⑤乳房疾病；⑥性传播性疾病。

《实用老年百题》包括：①老年人的健康与长寿；②老年人的营养与肥胖；③老年病的诊治；④老年人心血管系统疾病；⑤老年人呼吸与消化系统疾病；⑥老年人神经与内分泌系统疾病。

《实用内科百题》包括：①呼吸系统疾病；②消化系统疾病；③循环系统疾病；④神经与内分泌系统疾病；⑤血液与泌尿系统疾病；⑥其它。

由于时间和水平所限，缺点和错误之处在所难免，望同道批评指正。

夏亚钦

1994年8月于北京

目 录

一、针灸概况

1. 什么是针灸学？它是怎样形成的？ (1)
2. 我国最有影响的针灸专著有哪些？
其主要内容是什么？ (2)
3. 古代针具有多少种？各有什么用途？
现代常用的针具有哪些？ (4)
4. 怎样选择毫针？怎样消毒与保养？ (6)
5. 手指可以代针吗？
指针疗法的基本内容是什么？ (8)
6. 针灸可以自学吗？怎样自学？ (11)
7. 针灸治病有哪些优点？ (14)
8. 针灸治病应该遵循哪些原则？ (15)
9. 针灸选穴处方有哪些规律？举例说明？ (16)
10. 针灸对哪些疾病有特效？ (17)
11. 针灸能治疗急症吗？ (19)
12. 近代有影响的针灸著作有哪些？ (20)
13. 国际的针灸概况如何？ (23)
14. 承认针灸的国家有哪些？
针灸穴名国际化的要素是什么？ (25)
15. 世界卫生组织推广
哪些疾病适合用针灸治疗？ (27)

二、经络腧穴

16. 什么是经络学说？它包括哪些内容？ (29)

17. 所有的经络都是相通的吗?
它们是怎样相互衔接的? (30)
18. 十四经在体表的循行有什么规律? (33)
19. 手太阴肺经是怎样循行的?
它主要治疗什么病症? (34)
20. 手阳明大肠经是怎样循行的?
它主要治疗什么病症? (36)
21. 足阳明胃经是怎样循行的?
它主要治疗什么病症? (38)
22. 足太阴脾经是怎样循行的?
它主要治疗什么病症? (39)
23. 手少阴心经是怎样循行的?
它主要治疗什么病症? (42)
24. 手太阳小肠经是怎样循行的?
它主要治疗什么病症? (42)
25. 足太阳膀胱经是怎样循行的?
它主要治疗什么病症? (44)
26. 足少阴肾经是怎样循行的?
它主要治疗什么病症? (46)
27. 手厥阴心包经是怎样循行的?
它主要治疗什么病症? (49)
28. 手少阳三焦经是怎样循行的?
它主要治疗什么病症? (49)
29. 足少阳胆经是怎样循行的?
它主要治疗什么病症? (51)
30. 足厥阴肝经是怎样循行的?

- 它主要治疗什么病症? (53)
31. 督脉是怎样循行的?
它主要治疗什么病症? (55)
32. 任脉是怎样循行的?
它主要治疗什么病症? (55)
33. 什么叫腧穴? 腧穴是怎样命名的?
人体穴位有多少? (58)
34. 腧穴的定位方法有哪几种?
是怎样应用的? 我国对腧穴部位有何规定? (61)
35. 特定穴位有哪些? 其含义及分布如何? (63)
36. “四大要穴”的临床意义是什么? (65)
37. “马丹阳十二穴”的临床意义是什么? (66)
38. 手太阴肺经的常用腧穴有哪些?
其定位、主治如何? (67)
39. 手阳明大肠经的常用腧穴有哪些?
其定位、主治如何? (68)
40. 足阳明胃经的常用腧穴有哪些?
其定位、主治如何? (70)
41. 足太阴脾经的常用腧穴有哪些?
其定位、主治如何? (72)
42. 手少阴心经的常用腧穴有哪些?
其定位、主治如何? (73)
43. 手太阳小肠经的常用腧穴有哪些?
其定位、主治如何? (74)
44. 足太阳膀胱经的常用腧穴有哪些?
其定位、主治如何? (75)

45. 足少阴肾经的常用腧穴有哪些?
其定位、主治如何? (77)
46. 手厥阴心包经的常用腧穴有哪些?
其定位、主治如何? (79)
47. 手少阳三焦经的常用腧穴有哪些?
其定位、主治如何? (80)
48. 足少阳胆经的常用腧穴有哪些?
其定位、主治如何? (81)
49. 足厥阴肝经的常用腧穴有哪些?
其定位、主治如何? (83)
50. 督脉的常用腧穴有哪些?
其定位、主治如何? (84)
51. 任脉的常用腧穴有哪些?
其定位、主治如何? (85)
52. 常用经外奇穴有哪些?
其定位、主治如何? (86)
53. 什么是头针疗法? 它的标准定位线怎样划定? 运动区和感觉区怎样划定? 各有何主治功能? (89)
54. 言语区有哪些? 舞蹈震颤控制区、晕听区、运用区和足运感区怎样划定? 各有何主治功能? (91)
55. 视区、平衡区、胃区、胸腔区和生殖区怎样划定? 各有何主治功能? (92)
56. 头针疗法有哪些刺法?
怎样操作? 有何注意事项? (94)
57. 什么是耳针疗法?
耳廓表面解剖如何? 耳穴分布规律如何? (96)

58. 耳舟、对耳轮、三角窝各穴区怎样划定？
各有何主治功能？ (100)
59. 耳屏、对耳屏各穴区怎样划定？
各有何主治功能？ (101)
60. 耳甲艇、耳甲腔各穴区怎样划定？
各有何主治功能？ (103)
61. 耳轮、耳垂、耳背各穴区怎样划定？
各有何主治功能？ (104)
62. 耳针疗法的刺法有哪些？
怎样操作？有何注意事项？ (106)
63. 怎样探查耳穴？有何注意事项？ (108)
64. 什么是经络现象、
循经感传和经络敏感人？ (109)
65. 经络与神经、血管、
淋巴等组织有什么关系？ (112)
66. 国外学者对经络实质的看法有哪些？ (115)
67. 从中医学体系怎样认识经络的实质？ (116)
68. 从现代医学体系怎样认识经络的实质？ (117)
69. 经络现象和经络实质的关系如何？ (119)

三、针灸方法

70. 针灸常采用的体位及进针、
出针手法有哪些？ (122)
71. 常用的针刺手法有哪些？
什么是“烧山火”和“透天凉”？ (124)
72. 什么叫得气？得气与否决定于哪些因素？不得气会有治疗

- 作用吗？针刺疗效与留针时间有关吗？ (125)
73. 何为行针？常用的行针手法有哪些？
怎样操作？ (127)
74. 怎样掌握进针的角度和深度？ (128)
75. 针刺的注意事项有哪些？ (130)
76. 常见的针刺事故有哪些？怎样防治？ (131)
77. 什么是灸法？灸法有哪些？
各有何主治功能？ (133)
78. 什么是隔物灸？常用的隔物灸有哪些种？
隔物灸有何好处？ (135)
79. 灸法有哪些注意事项？ (136)
80. 什么是拔罐疗法？有何特点？ (138)
81. 罐的种类及用途有哪些？ (139)
82. 怎样起罐？拔罐的适应症有哪些？家庭拔罐必备哪些物品？拔罐有哪些注意事项？ (141)

四、防治保健

83. 家庭针灸保健怎样起步？ (143)
84. 家庭施灸要注意什么？ (144)
85. 如何看待众多的市售
针灸保健治疗工具？ (145)
86. 保健穴有哪些？
有何作用？怎样应用？ (147)
87. 怎样用针灸防治感冒？ (148)
88. 针灸治疗鼻塞有效吗？ (149)
89. 针灸治疗咳嗽有效吗？ (150)

90. 怎样根据头痛部位循经取穴? (152)
91. 怎样辨证治疗牙痛? (153)
92. 怎样用针灸治疗咽喉肿痛? (154)
93. 怎样用针灸治疗耳鸣耳聋? (156)
94. 针灸治疗麦粒肿的方法有哪几种? (157)
95. 偏瘫急性期能不能针灸? (158)
96. 心脑血管疾病怎样用针灸防治? (159)
97. 中风后遗症怎样用针灸治疗? (161)
98. 糖尿病怎样用针灸治疗? (163)
99. 健忘怎样用针灸治疗? (164)
100. 呕吐是怎样辨证选穴的? (165)
101. 针灸可以治疗痢疾吗? (167)
102. 针灸怎样治疗遗尿? (168)
103. 针灸治疗男性不育症有何办法? (169)
104. 针灸治疗落枕有何方法? (170)
105. 网球肘怎样用针灸治疗? (172)
106. 腰腿痛怎样用针灸治疗? (173)
107. 针灸治疗足底痛的效果如何? (175)
108. 截瘫怎样进行针灸治疗? (176)
109. 痿证怎样进行针灸治疗? (178)
110. 痹证怎样进行针灸治疗? (181)
111. 针灸可以治疗出血症吗? (183)
112. 针灸治疗红斑狼疮有何进展? (185)
113. 哮喘怎样进行针灸治疗? (186)
114. 针灸可以治疗月经不调吗? (188)
115. 小儿消化不良怎样进行针灸治疗? (189)

- 116. 针灸能戒烟吗? (191)
- 117. 针灸的美容效果如何? (193)
- 118. 针灸能减肥吗? (194)
- 119. 针灸能治近视吗? (196)
- 120. 针灸在治疗艾滋病方面有哪些作用? (197)
- 121. 针灸在治疗肿瘤方面有哪些作用? (199)
- 122. 什么是针麻? 目前应用于哪些手术? (203)

一、针灸概况

1. 什么是针灸学？它是怎样形成的？

针灸学是在中医理论指导下，运用针刺和艾灸等方法来治疗和预防疾病的一门临床学科。它包括经络学说、腧穴理论、刺灸方法以及临床治疗等方面的内容。

针灸起源于中国，历史悠久。早在石器时代，人们就用锐利的小石片（砭石）来刺入人体的某些部位，达到治疗疾病的目的，如使用磨制的砭石来切割痈肿、排脓解痛等。这是针灸术的萌芽阶段。

随着社会的发展和冶炼技术的发明，针灸的用具也由石针、骨针发展到金属针，并且逐渐形成了针刺治疗的方法学。我国现存最早的一部医书《内经》（著于公元前 7—3 世纪）中，对于经络学说已经有了比较完整的叙述。而且还记载了针灸穴位 295 个（穴名 160 个）。同时还描述了针具、刺法以及刺灸的禁忌等。

灸法的起源在火的发明与应用之后，人们就发现由于温热烘烤能使皮肤感到舒适，而且可以消除或减轻疼痛，从而人们意识到灼热可以治病。经过长期的摸索、观察、实践、总结，终于找到了火力温和、渗透力强、具有温通血脉作用的中药“艾”，以及用艾施灸治疗和预防疾病的方法，从而形成了“灸法”和“艾灸术”。在《素问》中就有“艾灸术”的专门论述。

由于人们不断实践，医疗经验也不断的丰富，起初“以痛

为腧”、“砭灸处”逐渐有了固定的位置和穴位名称,并按穴位的主治作用,结合针刺感应以及解剖等知识,把具有相同或大致相同的、散在的腧穴进行归纳与整理,并且把它们有规律地排列到一条线上,从而形成了经络的联线和经络的理论。早在魏晋时(公元 215—282 年),皇甫谧著的《针灸甲乙经》对腧穴的排列采取了头身分部、四肢分经的方法。这本书是我国最早的一部针灸学专著。到了宋代(公元 1027 年),王惟一铸造了两座针灸铜人,并著述《铜人腧穴针灸图经》一书,使经络和穴位有了明确的标准,为针灸教学和医疗实践创造了良好的条件。历史发展到元代、明代更有大量的针灸专著出版,历代医家对针灸理论的阐述也更加完善,形成了一整套包括经络学说、腧穴理论、刺灸方法以及临床治疗等方面内容的完整体系,形成了中国医学宝库中的一个专门的临床学科。

针灸学不仅对中国人民的繁衍生息作出了重大的贡献,而且对世界各国人民的医疗保健事业也作出了巨大贡献。早在公元 541 年,针灸就传到了朝鲜。同一时期,吴人知聪也携带《明堂图》、《针灸甲乙经》东渡日本,把针灸传播到日本。公元 17 世纪末,针灸又传到了欧洲。到目前为止,世界上已经有一百多个国家正在使用和研究针灸。随着针灸医学的不断普及和发展,针灸医学也必将会更加丰富和完善,也必将会成为人类保健事业的一门重要学科。

2. 我国最有影响的针灸专著有哪些? 其主要内容是什么?

我国现存最早的针灸专著是魏晋时(公元 215—292 年)皇甫谧所著的《针灸甲乙经》。尽管在我国现存最早的一部医

书《内经》中,对针灸学已有了比较详细的论述,但它不是针灸方面的专门书籍,而皇甫谧所著的《针灸甲乙经》则是全面而系统地继承和总结了晋代以前针灸学的辉煌成就。其内容包括了中国古代生理学、诊断学、治疗学等,并在预防医学的思想基础上,说明针灸的理论和方法。对腧穴的排列采取了头身分部、四肢分经的方法,给后学者提供了方便。本书涉及了针灸学、经络学、腧穴学、刺灸学以及临床治疗学各个方面的内容,从而最早使针灸学成为一门独立的学科。

唐代医学家孙思邈所著《千金方》对针灸学的发展也有重大贡献。他研究和总结了唐代以前的针灸医学方面的宝贵经验,收录了针灸处方 400 余条,涉及病症 100 余种。他还最早绘制了彩色针灸经络穴位图,并首创出“阿是穴”的名称,且说明其取法和应用。孙思邈对经外奇穴进行了大量的补充。本书还记载了各种不同的针灸方法,提出了灸法预防疾病的理论。

北宋时期著名针灸学家王惟一于公元 1026 年编撰的《铜人腧穴针灸图经》一书,详细描述了十二经脉和任、督二脉的循行,确定了十四条经脉的腧穴位置、针刺深浅、功能及主治,还严格考证了 354 个腧穴,并附以经脉腧穴图。王惟一还于 1027 年铸造了两具针灸铜人,使经络和穴位有了明确的标准,为针灸教学和医疗实践创造了良好的条件。王惟一所铸的针灸铜人是针灸学的一大发明。他所编撰的《铜人腧穴针灸图经》,对经络、穴位的统一和针灸教学做出了很大贡献。

公元 1165 年,王执中编写的《针灸资生经》一书,记载 129 个内科病症的针灸治疗方穴,对各种病证的选穴作了详细的论述并举例案若干,内容多出自《千金要方》、《太平圣惠

方》、《铜人经》。这本书对针灸临床的发展起了很大的推动作用。

元代医家杜思敬辑《针经摘英集》，汇编了前人 52 个内科病症的针灸处方，许多穴下还根据《铜人经》注明了部位，说明了针刺的深浅及补泻，部分穴下也注明了灸法。其补泻方法多为呼吸补泻和迎随补泻。本书还录有不少伤寒病的针灸处方和针灸治疗妇女杂病的处方，并且化裁古方而出新意，师古人而有所发挥。

明清时代，针灸名医辈出，更加强调针刺手法，积累了大量的针灸临床经验。这一时期的针灸专著及一些综合性医书中，记载了大量的针灸治疗处方。明代杨继洲撰写了《针灸大成》，以《卫生针灸玄机秘要》为基础，精选历代针灸专著，并结合自身实践经验，共列 151 种病症的针灸处方，并以问答形式论述了疾病的病因、病机，还注明了前方不效更取何穴，颇便于临床应用。该书崇源而不泥古，重视经络对针灸临床的指导作用，取穴精要，善于运用透穴，处方配穴内容十分丰富；对针灸手法也有更为深入的论述，是明代以前最为完备的一部针灸专著，至今仍是学习针灸的主要参考著作之一。该书还被译成日文、法文、德文等多种文字，流传国外，对国际针灸学的普及与发展也有较大的影响。

3. 古代针具有多少种？各有什么用途？现代常用的针具有哪些？

针为治病的主要工具，古代有九针，其名称、用途各有不同，详述如下：