

中医技法规范化操作系列

总主编 朱 兵 常小荣
主 审 严 洁 孙国杰

耳压疗法 规范化操作图解

主 编 余曙光 谭 静 陈日新



配套示范操作视频



DVD光盘

人民军医出版社
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

ERYA LIAOFA
GUIFANHUA CAOZUO TUIJIE

■ 中医技法规范化操作系列 ■

总主编 朱 兵 常小荣

Erya Liaofa Guifanhua Caozuo Tujie

耳压疗法 规范化操作图解

主 编 余曙光 谭 静 陈日新

副主编 田岳凤 吴 强 刘迈兰

编 者 (以姓氏笔画为序)

艾 坤 石 佳 田岳凤 田浩梅

刘 梨 刘迈兰 孙忠人 吴 强

余曙光 沈 菁 张国山 陈日新

陈楚淘 赵 钊 胡 薇 阎卉芳

曾序求 谢 慎 谭 静 潘思安

主 审 孙国杰 严 洁



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目(CIP)数据

耳压疗法规范化操作图解/余曙光, 谭静, 陈日新主编. —北京: 人民军医出版社, 2014.11

ISBN 978-7-5091-7600-9

I. ①耳… II. ①余…②谭…③陈… III. ①耳—穴位按压疗法—技术操作规程—图解 IV. ①R244.1-65

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第157578号

策划编辑: 黄建松 文字编辑: 刘兰秋 责任审读: 黄栩兵

出版发行: 人民军医出版社 经销: 新华书店

通信地址: 北京市100036信箱188分箱 邮编: 100036

质量反馈电话: (010)51927290; (010)51927283

邮购电话: (010)51927252

策划编辑电话: (010)51927300-8057

网址: www.pmmp.com.cn

印、装: 三河市潮河印业有限公司

开本: 850mm×1168mm 1/32

印张: 6.375 字数: 144千字

版、印次: 2014年11月 第1版 第1次印刷

印数: 00001-10000

定价: 25.00元

版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换

内容提要

本书分基础篇、应用篇两部分，共41讲。基础篇阐述了耳压疗法的相关基础知识，包括耳压疗法的作用原理、功能特点、治疗范围、耳郭的形态和结构、耳穴定位选用原则及操作方法等；应用篇按“概述、辨证分型、治疗方案、腧穴定位、操作流程、重点提示、技术要领、专家点睛”几大部分重点介绍了感冒、咳嗽、哮喘等39种优势病症的耳压治疗。全书内容深入浅出、简明实用，操作示范步骤详细、动作规范，可作为基层医务人员及中医养生保健从业人员培训教材，也可供中医爱好者参考阅读。

《中医技法规范化操作系列》编审委员会

(以姓氏笔画为序)

- | | |
|-----|-----------------|
| 马铁明 | 辽宁中医药大学教授、主任医师 |
| 王富春 | 长春中医药大学教授、主任医师 |
| 王瑞辉 | 陕西中医学院教授、主任医师 |
| 方剑乔 | 浙江中医药大学教授、主任医师 |
| 田岳凤 | 山西中医学院教授、主任医师 |
| 朱 兵 | 中国中医科学院研究员、主任医师 |
| 许能贵 | 广州中医药大学教授、主任医师 |
| 孙国杰 | 湖北中医药大学教授、主任医师 |
| 孙忠人 | 黑龙江中医药大学教授、主任医师 |
| 严 洁 | 湖南中医药大学教授、主任医师 |
| 李江山 | 湖南中医药大学教授、主任医师 |
| 李铁浪 | 湖南中医药大学副教授、主任医师 |
| 杨金生 | 中国中医科学院教授、主任医师 |
| 吴 强 | 福建中医药大学教授、主任医师 |
| 吴富东 | 山东中医药大学教授、主任医师 |
| 何清湖 | 湖南中医药大学教授、博导 |
| 余曙光 | 成都中医药大学教授、主任医师 |
| 沈雪勇 | 上海中医药大学教授、主任医师 |
| 陈日新 | 江西中医药大学教授、主任医师 |

范郁山 广西中医药大学教授、主任医师
岳增辉 湖南中医药大学教授、主任医师
周国平 南方医科大学教授、主任医师
赵吉平 北京中医药大学教授、主任医师
赵百孝 北京中医药大学教授、主任医师
胡志希 湖南中医药大学教授、主任医师
袁宜勤 湖南中医药大学教授、主任医师
倪光夏 南京中医药大学教授、主任医师
高希言 河南中医学院教授、主任医师
郭 义 天津中医药大学教授、主任医师
郭春秀 湖南中医药大学副教授、主任医师
常小荣 湖南中医药大学教授、主任医师
崔 瑾 贵阳中医学院教授、主任医师
章 薇 湖南中医药大学教授、主任医师
统 筹 徐鲜鲜 刘韶清

序

中医学凝集着中华民族的哲学思想和千年智慧，是中华民族与疾病长期斗争的经验总结和智慧结晶。它的辨证思维方法缜密而周全，严谨而入微，富于哲理而深奥，为中华民族繁衍生息提供了有力保障。中医学与汉语言文字有别于其他语言文字一样，自成体系，独立发展和完善，成为中华民族的瑰宝。阴阳五行学说、藏象学说、人体经络腧穴学、四诊合参等构建了完整的中医学体系，为中医临床诊治提供了理论指导依据。然而，在中医为大众健康和人员就业作出极大贡献的同时，也暴露出种种问题，这些问题的出现，归根结底是相关人员缺乏正规的专业技能培训。朱兵、常小荣教授等专家编辑出版的《中医技法规范化操作系列》丛书，好似一剂良方，急大家之所需，故我乐为作序。

翻阅全书，显而易见其下特点。

一是作者权威性高。该系列丛书的作者来自国内20余所中医院校和科研机构，各分册主编、副主编多数是我所熟悉的专家，他们长期工作在教学和临床一线，具有极高的学术造诣和丰富的临床经验。

二是体例新颖规范。该系列丛书文字简练，配备了大量的示范操作图，形象、生动、精辟地介绍了9种中医技法及其常见病症的诊治，体例规范、结构合理、层次清晰、步骤详细、易学易做，适合无中医专业知识基础的基层医务人员、中医养生保健从业人员及中医爱好者学习使用。

三是读者现学现用。每个分册中的优势病症诊治部分内容

相对独立，读者不用前后翻阅即可快速掌握辨证分型要点和选穴配穴处方，根据腧穴定位、操作流程、重点提示、技术要领、专家点睛介绍即可完成一切操作。

我非常期待本系列丛书的正式出版发行，也非常愿意将该系列丛书推荐给广大基层医务人员、中医养生保健从业人员及中医爱好者。同时，我也期望更多从事学术研究和临床一线的专家、学者也能积极参与到惠及广大民众的普及工作中来。一套好的教材还需要经过长期的实际应用，虚心倾听读者心声和同道反馈，不断修改提升方可成为精品。因此，该系列丛书出版后，我希望各位编者能够将其广泛应用到中医养生保健从业人员、中医爱好者的培训中去，并不断从中发现不足，积极改进。



(刘保延：中国中医科学院常务副院长，首席研究员，主任医师，博士生导师；中国针灸学会会长，世界针灸学会联合会主席，全国针灸标准化技术委员会主任委员等)

前 言

由于人们工作生活节奏的加快、身体锻炼的弱化、不健康生活方式危害的袭扰、环境污染的加重等因素，亚健康群体日益庞大，心脑血管疾病、代谢疾病（如糖尿病）及恶性肿瘤发病率也呈快速上升趋势，加之社会老龄化，医疗卫生保障形势严峻。中医作为中华民族繁衍生息的重要保障力量，在这一历史时刻又被推到前沿，尤其以“绿色环保”及“简便、廉价、效验”为特点的中医技法更是被人们所推崇，成为当前人们调养身心、舒缓压力、祛病强身的重要手段。然而，在中医养生保健产业应运而生、蓬勃发展，各种中医诊所及按摩、刮痧、艾灸、足疗养生馆遍地开花的同时，也折射出其行业的诸多问题，甚至是乱象频出。如何帮助基层医疗服务人员、中医养生保健从业人员及中医爱好者正确掌握规范的相关技能操作，已成为相关学术机构与行业管理者必须高度重视的课题和任务。

在刘保延教授的大力支持下，在中国中医科学院针灸研究所、湖南中医药大学及其他20余所中医药院校的30余位专家、近百位中青年学者的积极参与下，我们组织编写了该系列丛书，以群众喜闻乐见的图解形式介绍了最为常用的9种中医技法，以期望为基层医疗服务人员、中医养生保健从业人员及中医爱好者提供规范的学习和参考教材，加强相关医学专业指导，弘扬和促进中医药健康事业的发展。为了实现这一目标，本系列丛书借第5届中国针灸学会学术年会各位专家、学者云集之机召开了第一次编委会议。此次会议共有30余位专家参加，会议确定了各分册主编人选及参编者资格要求，讨论了编写特

色和体例、样稿，并对书稿的编写和图片拍摄进行了分工，大家并一致推举德高望重的严洁教授、孙国杰教授担任丛书主审。此次编委会议的召开，为本系列丛书的高标准编写、出版奠定了坚实基础，提供了有力保障。

该系列丛书各分册主题突出，特色鲜明，每分册均设“基础篇、应用篇”两部分。基础篇简要介绍了相关技法的基本知识、作用原理、适应证和禁忌证、器具和相关仪器、基本操作技术要领、注意事项等；应用篇一般按“概述、辨证论治（辨证分型、治疗方案）、腧穴定位、操作流程、重点提示、技术要领、专家点睛”几大部分深入浅出地介绍相关技法的优势病症诊治。在编撰过程中，各位专家、学者密切联系，不断进行学术交流和写作技巧探讨，同心协力，使得本系列丛书很快就得以完成；在图片拍摄和技术处理中，年轻学者们发挥了自身的摄影和计算机操作技能所长，并敢于奉献，充当模特，是你对中医药事业的热忱和聪明才智才使得本套教程的插图制作如此精美。对于你们的辛勤付出，我们在此深表感谢！对于你们的奉献精神，我们在此表示崇高的敬意！

由于编写时间有限，成稿后未能召集更多专家进行深入讨论，如有偏颇甚至错误之处，还望各位同道及广大读者予以指正。同时，我们也寄希望能以此与各位同道展开进一步的学术交流，使本系列丛书的内容不断完善，质量不断提高。

The image shows a handwritten signature in black ink. It consists of two names written in a cursive style: '朱兵' (Zhu Bing) on the left and '常小荣' (Chang Xiaorong) on the right.

（**朱兵**：中国中医科学院首席研究员，中国针灸学会副会长，国家“973”针灸研究项目首席科学家等。**常小荣**：湖南省针灸重点学科带头人，湖南中医药大学教授，主任医师，博士生导师，湖南省教学名师，湖南省针灸学会常务副会长等。）

目 录

第一部分 基础篇

第1讲 耳压疗法简介	2
一、理论依据	2
(一) 耳与经络的关系	2
(二) 耳与脏腑的关系	3
(三) 耳穴相关学说	4
二、功能及特点	5
三、适应证与禁忌证	6
(一) 适应证	6
(二) 禁忌证	7
四、耳压材料	7
(一) 中药、粮食种子类	7
(二) 中成药类	10
(三) 磁铁类	11
五、耳压手法	11
六、材料准备	13
七、操作流程	14
八、疗程	14
九、注意事项	15
十、常见反应及处理方法	15

第2讲 耳及耳穴	17
一、耳郭形态与解剖	17
(一) 耳郭正面	17
(二) 耳郭背面	18
(三) 耳根	19
(四) 耳郭的血管、淋巴、神经分布	19
二、耳穴的命名	21
三、耳穴定位与主治	23
(一) 耳舟部穴位	23
(二) 对耳轮上脚部穴位	24
(三) 对耳轮下脚部穴位	25
(四) 对耳轮部穴位	25
(五) 三角窝部穴位	26
(六) 耳屏部穴位	27
(七) 对耳屏部穴位	28
(八) 屏间切迹部穴位	30
(九) 耳轮脚周围部穴位	31
(十) 耳甲艇部穴位	32
(十一) 耳甲腔部穴位	33
(十二) 耳轮部穴位	34
(十三) 耳轮脚部穴位	35
(十四) 耳垂部穴位	35
(十五) 耳郭背面穴位	37
四、耳穴选用原则	38

第二部分 应用篇

第 3 讲 感冒耳压疗法	40
第 4 讲 咳嗽的耳压疗法	44
第 5 讲 哮喘的耳压疗法	48
第 6 讲 高血压病的耳压疗法	52
第 7 讲 中风耳压疗法	56
第 8 讲 头痛耳压疗法	60
第 9 讲 冠心病耳压疗法	64
第 10 讲 失眠症耳压疗法	68
第 11 讲 胃痛耳压疗法	72
第 12 讲 泄泻耳压疗法	76
第 13 讲 便秘耳压疗法	80
第 14 讲 更年期综合征耳压疗法	83
第 15 讲 糖尿病耳压疗法	87
第 16 讲 单纯性肥胖症耳压疗法	91
第 17 讲 遗精耳压疗法	96
第 18 讲 阳痿、早泄耳压疗法	99
第 19 讲 坐骨神经痛耳压疗法	102
第 20 讲 落枕耳压疗法	105
第 21 讲 颈椎病耳压疗法	108
第 22 讲 肩周炎耳压疗法	111
第 23 讲 腰痛耳压疗法	114
第 24 讲 湿疹耳压疗法	118
第 25 讲 痤疮耳压疗法	121
第 26 讲 带状疱疹耳压疗法	124
第 27 讲 近视耳压疗法	128

第 28 讲 过敏性鼻炎耳压疗法	131
第 29 讲 牙痛耳压疗法	135
第 30 讲 慢性咽炎耳压疗法	138
第 31 讲 功能性子宫出血的耳压疗法	142
第 32 讲 盆腔炎耳压疗法	145
第 33 讲 月经不调耳压疗法	148
第 34 讲 痛经耳压疗法	152
第 35 讲 乳腺增生耳压疗法	156
第 36 讲 小儿营养不良耳压疗法	160
第 37 讲 小儿遗尿耳压疗法	164
第 38 讲 小儿夜啼耳压疗法	167
第 39 讲 流行性腮腺炎耳压疗法	170
第 40 讲 儿童多发性抽动症耳压疗法	174
第 41 讲 戒断综合征耳压疗法	178
附录：常见病症耳压疗法一览表	182

第一部分



基础篇

第1讲 耳压疗法简介

耳压疗法就是用质地坚硬并且光滑的植物种子或具有一定形状和质地的药物及其制品贴压在耳郭表面的穴位上，并施加一定的压力通过刺激耳穴达到防治疾病的目的的一种方法。此法有简便易行、花费少、安全无不良反应、适应证广、起效迅速等诸多优点，尤为老年、幼儿及畏惧针刺的患者欢迎。

一、理论依据

（一）耳与经络的关系

根据《黄帝内经》所记述的经脉循行分布，可以说明耳与经络间存在着紧密的联系。近年来的耳穴经络感传实验，也可反映耳与经络的相关性。在手足六阳经经脉循行中，部分直接入耳中，部分于耳郭周围分布。如《灵枢·邪气脏腑病形》篇中记载：“十二经脉三百六十五络，其气血皆上于面而走空窍，其精阳之气上走于目而为睛，其别气走于耳而为听”。

《灵枢·经脉》篇记载：“小肠手太阳之脉，……其支者，却入耳中。”“三焦手少阳之脉，……其支者，……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，……其支者，从耳后入耳中，出走耳前。”“手阳明之脉，……入耳，会于宗脉。”“胃足阳明之脉，……上耳前。”“膀胱足太阳之脉，……其支者，从颠至耳上角。”手足六阴经经脉循行，虽然不直接上行至耳，但通过各自的经别与阳经相合，间接地上达于耳。故《灵枢·口问》说：“耳者，宗脉之所聚也”，可见在《黄帝内经》时期就有耳与经络关系的记载。后世医著又多有阐述，如《医学真经》记载：

“十二经脉，上终于耳，其阴阳诸经，适有交并”，《丹溪心法》记载：“盖十二经络，上络于耳”“耳为诸宗脉客所附”，《类经国翼》记载：“手足三阴三阳之脉皆入耳中”，《奇经八脉考》一书还从奇经八脉角度，阐述了耳和经络的关系。如阴阳二跷脉循行“入耳后”；阳维脉“循头入耳”。由此可见，耳与经脉之间存在着十分密切的联系，是经络通过、终止及会合的重要部位。因而为耳压疗法的形成、发展奠定了坚实的理论基础。压按耳穴常会出现一定的经络感传现象，已有大量报道资料。通过经络普查也可看到，刺激十二井穴的时候，有些经络感传可通达耳部，说明经络有其物质存在性，也可说明耳与经络的相关性。

（二）耳与脏腑的关系

人体是一个有机的整体，耳与脏腑的生理、病理有着密切的联系，也不是一个独立的听觉器官。与生理相关的如《素问·金匱真言论》说：“南方赤色，入通于心，开窍于耳，藏精于心”；《灵枢经·五阅五使》说：“耳者，肾之官也”；《灵枢·脉度》说：“肾气通于耳，肾和则耳能闻五音矣”；《备急千金要方》说：“心气通于舌，非窍也，其通于窍者，寄见于耳，荣华于耳”；《证治准绳》说：“肾为耳窍之主、心为耳窍之客”；《杂病源流犀烛》说：“肺主气，一身之气贯于耳”。而《厘正按摩要术》在汇集了前人的经验基础上，提出了耳背与五脏的关系，指出“耳珠属肾，耳轮属脾，耳上轮属心，耳皮肉属肺，耳背玉楼属肝”的生理联系。与病理相关的如《素问·玉机真脏论》说：“脾为孤脏，……其不及则令人九窍不通”；《证治准绳》说：“肺气虚则少气，……是以耳聋”。而察耳的形态、色泽等改变，可“视其外应，以知其内脏”的病变，如《灵枢·本脏》说：耳“黑色小理者肾