

中医适宜技术操作入门丛书

图解

扫二维码

送

子午流注运算系统

子午流注针法

总主编 / 张伯礼 副总主编 / 郭义 王金贵

主编 / 赵雪



推荐
用书

世界中医药学会联合会
中医适宜技术评价与推广委员会

中国医药
出版社

图
解

子午流注针法

● 总主编 张伯礼

● 副总主编 郭义 王金贵

● 主编 赵雪



中医适宜技术操作入门丛书

中国医药科技出版社

内 容 提 要

本着“看得懂、学得会、用得上”的编写原则，本书重点突出子午流注针法的临床操作技术及相关知识。全书图文并茂，方便实用。读者还可扫描二维码进入子午流注针法开穴运算系统进行速查，适于广大针灸临床工作者、基层医师及中医爱好者参考使用。

图书在版编目（CIP）数据

图解子午流注针法 / 赵雪主编. —北京：中国医药科技出版社，2017.11
（中医适宜技术操作入门丛书）

ISBN 978-7-5067-9560-9

I . ①图… II . ①赵… III . ①子午流注—温针疗法—图解 IV . ① R224.3-64
② R245.31-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2017）第 208550 号

美术编辑 陈君杞

版式设计 也在

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行：010-62227427 邮购：010-62236938

网址 www.cmstp.com

规格 710×1000mm¹/₁₆

印张 12¹/₄

字数 161 千字

版次 2017 年 11 月第 1 版

印次 2017 年 11 月第 1 次印刷

印刷 北京盛通印刷股份有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978-7-5067-9560-9

定价 36.00 元

版权所有 盗版必究

举报电话：010-62228771

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换



丛书编委会

总主编 张伯礼

副总主编 郭 义 王金贵

编 委 (按姓氏笔画排序)

王 红 史丽萍 刘阳阳

孙 庆 李 岩 李 强

李迎红 李桂兰 张 磊

陈泽林 周 丹 宗振勇

房 纬 孟向文 赵 雪

姚 凯 耿连岐 郭永明

郭笑冬 谭 涛 翟 伟

潘兴芳

学术秘书 何芹芹



本书编委会

主 编 赵 雪

副 主 编 陈 波 李明月 周 丹
刘阳阳 章明星

编 委 (按笔画顺序排序)

于念岐 王定寅 王婷婷

刘 亮 安 琪 李鑫举

张 阔 郑嘉太 赵 悦

胡锦涛 曹 煜

王序

中医药是中国古代科学技术的瑰宝，是打开中华文明宝库的钥匙。一直以来，中医药以独特的理论、独特的技术在护佑中华民族健康中发挥着独特的作用。正如习近平总书记在全国卫生与健康大会上所强调的，中医学是我国各族人民在长期生产、生活和同疾病做斗争中逐步形成并不断丰富发展的医学科学，是我国具有独特理论和技术方法的体系。

“千淘万漉虽辛苦，吹尽狂沙始见金。”从针刺到艾灸，从贴敷到推拿，从刮痧到拔罐，这些技术经过历史的筛选，成为中医药这个宝库中的珍宝，以其操作便捷、疗效独特、安全可靠受到历代医家的青睐，并深深地融入人民群众的日常生活中。这些独特的技术不仅成为中医药独特的标识基因，更成为人民群众养生保健、疗病祛疾的重要选择。

党的十八大以来，以习近平同志为核心的党中央把中医药提升到国家战略高度、作为建设健康中国的重要内容，提出了一系列振兴发展中医药的新思想、新论断、新要求，谋划和推进了一系列事关中医药发展的重大举措，出台了《中华人民共和国中医药法》，印发了《中医药发展战略规划纲要（2016—2030年）》，建立了国务院中医药工作部际联席会议制度，发表了《中国的中医药》白皮书，推动中医药从认识到实践的全局性、深层次的变化。

刚刚胜利闭幕的党的十九大，作出了“坚持中西医并重，传承发展中医药事业”的重大部署，充分体现了以习近平同志为核心的党中央对中医药

工作的高度重视和亲切关怀。这为我们在新时代推进中医药振兴发展提供了遵循、指明了方向。

习近平总书记指出，坚持中西医并重，推动中医药与西医药协调发展、相互补充，是我国卫生与健康事业的显著优势。近年来，我们始终坚持以人民为中心的发展思想，按照深化医改“保基本、强基层、建机制”的要求，在基层建立中医馆、国医堂，大力推广中医适宜技术，提升基层中医药服务能力。截至2016年底，97.5%的社区卫生服务中心、94.3%的乡镇卫生院、83.3%的社区卫生服务站和62.8%的村卫生室能够提供中医药服务。“十三五”以来，我们启动实施了基层中医药服务能力提升工程“十三五”行动计划，把大力推广中医适宜技术作为工作重点，并提出了新的更高的要求。

在世界中医药学会联合会中医适宜技术评价与推广委员会、中国健康传媒集团和天津中医药大学的大力支持下，张伯礼院士、郭义教授组织专家对21种中医适宜技术进行了系统梳理，包括拔罐疗法、推拿罐疗法、皮肤针疗法、火针疗法、刮痧疗法、耳针疗法、电针疗法、水针疗法、微针疗法、皮内针疗法、子午流注针法、刺络放血疗法、穴位贴敷疗法、穴位埋线疗法、艾灸疗法、自我康复推拿、小儿推拿、推拿功法、伤科病推拿、内科病推拿、食养食疗法，从基础理论、技法介绍、临床应用等方面详细加以阐述，编纂成《中医适宜技术操作入门丛书》。该丛书理论性、实用性、指导性都很强，语言通俗，图文并茂，还配有操作视频，适合基层医务工作者和中医爱好者学习使用。

希望这套丛书能够让中医适宜技术“飞入寻常百姓家”，更好地造福人民群众健康，为健康中国建设作出贡献。

国家卫生计生委副主任
国家中医药管理局局长
中华中医药学会会长

2017年10月

张序

2016年8月，全国卫生与健康大会在北京召开。这是新世纪以来，具有里程碑式的卫生工作会议，吹响了建设健康中国的号角。习近平总书记出席会议并发表重要讲话。他强调，没有全民健康，就没有全面小康。要把人民健康放在优先发展的战略地位，以普及健康生活、优化健康服务、完善健康保障、建设健康环境、发展健康产业为重点，加快推进健康中国建设，为用中国式办法解决世界医改难题进行了具体部署。

习近平总书记指出，在推进健康中国建设的过程中，要坚持中国特色卫生与健康发展道路。预防为主，中西医并重，推动中医药和西医药相互补充、协调发展，努力实现中医药健康养生文化的创造性转化、创新性发展。中医药要为健康中国建设贡献重要力量。

中医学是中华民族在长期生产与生活实践中认识生命、维护健康、战胜疾病的经验总结，是中国特色卫生与健康的战略资源。广大人民群众在数千年的医疗实践中，积累了丰富的防病治病经验与方法，形成了众多有特色的中医实用适宜技术。前几十年，由于以药养医引致过度检查、过度医疗，使这些适宜技术被忽视，甚至丢失。这些技术简便验廉，既可以治病，也可以防病保健；既可以在医院使用，也可以在社区家庭应用，在健康中国的建设中大有可为，特别是对基层医疗单位具有重要的实用价值。

记得 20 世纪六七十年代有一本书，名为《赤脚医生手册》，这本深紫色塑料皮封面的手册，出版后立刻成为风靡全国的畅销书，赤脚医生几乎人手一册。从常见的感冒发热、腹泻到心脑血管疾病和癌症；从针灸技术操作、中草药到常用西药，无所不有。在长达 30 年的岁月里，《赤脚医生手册》不仅在经济不发达的缺医少药时代为我们国家培养了大量赤脚医生和基层工作人员，解决了几亿人的医疗问题，立下汗马功劳，这本书也可以说是全民健康指导手册。

编写一套类似《赤脚医生手册》的中医适宜技术丛书是我多年的夙愿。现在在医改深入进程中，恰逢其时。因此，我们组织天津中医药大学有关专家，在世界中医药学会联合会中医适宜技术评价和推广委员会、中国针灸学会刺络与拔罐专业委员会的大力协助下，在中国医药科技出版社的支持策划下，对千百年来医家用之有效、民间传之已久的一些中医适宜技术做了比较系统的整理，并结合医务工作者的长期实践经验，精心选择了 21 种中医适宜技术，编撰了这套《中医适宜技术操作入门丛书》。

丛书总体编写的原则是：看得懂，学得会，用得上。所选疗法疗效确实，安全性好，针对性强，重视操作，力求实用，配有技术操作图解，清晰明了，图文并茂，并把各技术操作方法及要点拍成视频，扫二维码即可进入学习。本丛书详细介绍了各种技术的操作要领、操作流程、适应证和注意事项，以及这些技术治疗的优势病种，使广大读者可以更直观地学习，可供各级医务工作者及广大中医爱好者选择使用。当然，书中难免会有疏漏和不当之处，敬请批评指正，以利再版修正。

中国工程院院士
天津中医药大学校长
中国中医科学院院长



2017 年 7 月

前言

中医是中华民族在长期的生产与生活实践中认识生命、维护健康、战胜疾病的宝贵经验总结。广大人民群众在数千年的医疗实践中积累了丰富的防病治病的方法，从而形成了众多中医特有的实用疗法。它们是我国传统医学宝库中的一大瑰宝，也是中医学的重要组成部分。

为了继承和发扬这些中医特有的宝贵经验，普及广大民众的医学保健知识，满足广大民众不断增长的自我保健需求，中国医药科技出版社和世界中医药学会联合会组织有关专家，根据中医药理论，对千百年来民间传之已久、医家用之于民、经实践反复验证而使用至今的一些中医实用技术做了系统整理，并结合医务工作者们的长期实践经验，精心选择了21种中医实用疗法，编撰了这套《中医适宜技术操作入门丛书》。

本丛书所选疗法疗效确实，针对性强，有较高的实用价值。本着“看得懂，学得会，用得上”的原则，我们在编写过程中重视实用和操作，文中配有操作技术的图解，语言表达生动具体、清晰明了，力求做到图文并茂，并把各技术操作方法及要点拍成视频，主要阐述它们的技术要领、规程、适应证和注意事项，使广大读者可以更直观更简便地学习各种技术的具体操作流程。这些适宜技术不但能够保健治病，在关键时刻还可以救急保命，具有疗效显著、取材方便、经济实用、操作简便、不良反应少等特点，非常适合基

层医疗机构推广普及，有的疗法老百姓也可以在医生的指导下用来自我治病和保健。

作者在编写本丛书过程中得到了世界中医药学会联合会和中国医药科技出版社的大力支持，中医界众多同道也提出了许多有建设性的建议和指导，由于条件有限，未能一一列出，在此我们深表谢意。由于编者水平有限，书中难免会有疏漏和不当之处，敬请批评指正。

丛书编委会

2017年7月

说明 | 编写

子午流注针法是以时间为条件，根据人体经脉气血流注次序，结合阴阳、五行、天干、地支等学说而形成的循经按时取穴的独特针法。其理论源于《黄帝内经》的天人相应、气血按时流注、因时制宜等思想，体现了干支学说在中医针灸学中的具体应用。该方法用穴精简，疗效显著，在针灸临床实践中被广泛应用。

本书为《中医适宜技术操作入门丛书》之一，采用图文并茂的形式对子午流注针法进行了介绍，以满足广大针灸临床工作者和针灸爱好者的学习需求。

本书分为基础篇、技法篇和临床篇三部分内容。基础篇主要介绍子午流注针法的意义、历史源流、基本理论、所用穴位及基本应用方法；技法篇介绍了干支推算法、纳甲法和纳子法两种开穴方法及毫针基本操作方法；临床篇在收集了大量临床资料的基础上，选择了该疗法治疗效果较好的 29 种病证进行了介绍。

本书主要有以下特点。

1. 在编写内容上，本书在基本开穴法的基础上，增加了两种纳甲法的补穴方法；在腧穴定位和毫针操作方面均以相关的国家标准为指导进行编写，以确保内容的规范性和专业性；由于本法是基于脏腑经脉的气血流注时辰来选穴治疗，故在临床篇先简要介绍了脏腑病证的辨治要点及逐日按时取穴方法，以期为本法的使用提供一定指导，再以病案形式展现了其在临床各科的应用情况。

2. 在编写形式上，本书力求增强可读性，故以表格形式呈现子午流注针法中的干支推算及开穴等内容，并配以大量图片，清晰地展现了腧穴定位及毫针操作步骤，深入浅出，明了易懂。

3. 为便于使用，我们还制作了基于微信平台的子午流注针法开穴运算系统，读者可扫描书中提供的二维码进行查询。

感谢张翔宇、余楠楠、洪寿海、张溟忠为本书图片拍摄做出的贡献。本书在编写过程中，因编写者的经验和水平有限，难免存在不足之处，恳请同道及读者提出宝贵意见，以便今后修订完善。

编者

2017年6月



001~036

基础篇

- »» 第一章 子午流注的意义和源流 / 002
 - 第一节 子午流注的意义 / 002
 - 第二节 子午流注的源流 / 003
 - 一、萌芽于秦汉 / 003
 - 二、形成于宋金 / 004
 - 三、兴盛于明代 / 005
 - 四、复兴于现代 / 006

- »» 第二章 子午流注针法的理论基础 / 008
 - 第一节 基本理论 / 008
 - 一、天人相应思想 / 008
 - 二、阴阳五行学说 / 009
 - 三、因时制宜原则 / 010
 - 第二节 干支学说 / 011
 - 一、干支与六十环周 / 011
 - 二、干支与阴阳五行 / 012
 - 三、干支与十二经脉 / 012
 - 第三节 应用穴位 / 014
 - 一、五输穴 / 014
 - 二、原穴 / 015
 - 第四节 应用方法 / 035
 - 一、即时开穴 / 035
 - 二、定时开穴 / 035
 - 三、选取配穴 / 035



037~073

技法篇

第三章 推算法 / 038

第一节 历法知识 / 038

- 一、年月日的概念 / 038
- 二、阳历 / 039
- 三、阴历 / 039
- 四、农历 / 040
- 五、地方时间与标准时间 / 040

第二节 干支推算法 / 041

- 一、年干支的推算 / 041
- 二、月干支的推算 / 042
- 三、日干支的推算 / 043
- 四、时干支的推算 / 045

第四章 开穴法 / 046

第一节 纳甲法 / 046

- 一、基本开穴规律 / 046
- 二、合日互用取穴法 / 051
- 三、单氏 142530 开穴法 / 052
- 四、郑氏补穴法 / 053

第二节 纳子法 / 054

- 一、本经补母泻子取穴法 / 054
- 二、异经补母泻子取穴法 / 055
- 三、一日取六十六穴法 / 056
- 四、按时循经取穴法 / 057

第五章 针刺法 / 058

第一节 施术前的准备 / 058

- 一、针具选择 / 058
- 二、体位选择 / 059
- 三、消毒 / 061

第二节 施术方法 / 062

- 一、持针法 / 062
- 二、进针法 / 063
- 三、针刺角度 / 065
- 四、基本行针手法 / 066
- 五、针刺得气 / 067
- 六、留针和出针 / 068

第三节 常见针刺异常情况处理 / 069

- 一、晕针 / 069
- 二、滞针 / 069
- 三、弯针 / 070
- 四、折针 / 071
- 五、出血和皮下血肿 / 071

第四节 注意事项和禁忌 / 072

- 一、注意事项 / 072
- 二、禁忌 / 072



075~178

临床篇

第六章 脏腑病证辨治概要 / 076

第一节 肺系病证 / 076

- 一、肺系病证概述 / 076
- 二、辨治要点 / 076
- 三、逐日按时取穴方法 / 077

第二节 心系病证 / 079

- 一、心系病证概述 / 079
- 二、辨治要点 / 080
- 三、逐日按时取穴方法 / 080

第三节 脾胃病证 / 082

- 一、脾胃病证概述 / 082
- 二、辨治要点 / 083
- 三、逐日按时取穴方法 / 083

第四节 肾与膀胱病证 / 085

- 一、肾与膀胱病证概述 / 085
- 二、辨治要点 / 086
- 三、逐日按时取穴方法 / 087

第七章 具体病证的临床应用 / 089

第一节 头面躯体痛证 / 089

- 头痛 / 089
- 面痛 / 092
- 颈椎病 / 095
- 漏肩风 / 097
- 坐骨神经痛 / 103

第二节 内科病证 / 106

- 中风 / 106