

针灸易学难精，

辨证论治是疗效的关键。

专家体会点滴见功底，

实操指导入木三分。

杨朝义

编著

针灸

临床技巧与心得

——开启《灵枢》之门

中国医药科技出版社

杨朝义

编著

针灸

临床技巧与心得

——开启《灵枢》之门

中国医药科技出版社

内 容 提 要

本书以《黄帝内经·灵枢经》为指导，以作者临床经验为基础，理论联系实际，实践根于经典。全书将作者针灸应用体会全盘托出，点滴见功底，具有极强启发性，无论对于针灸初学者或爱好者，还是有一定经验的临床工作者，读后定会大有所获。

图书在版编目 (CIP) 数据

针灸临床技巧与心得：开启《灵枢》之门 / 杨朝义编著. —北京：中国医药科技出版社，2018.1

ISBN 978-7-5067-9621-7

I. ①针… II. ①杨… III. ①针灸疗法 IV. ①R245

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 247823 号

美术编辑 陈君杞

版式设计 张 璐

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 710×1000mm $\frac{1}{16}$

印张 12 $\frac{3}{4}$

字数 185 千字

版次 2018 年 1 月第 1 版

印次 2018 年 1 月第 1 次印刷

印刷 三河市双峰印刷装订有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978-7-5067-9621-7

定价 32.00 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

前言

在临床教学中，众多学员在几年前就一直鼓励我写一本自己的临床经验集，以便于他们临床时参考运用，但总感觉经验不足，所以一直没有行动。随着学员们日渐迫切的要求和教学的需求，以及针灸热潮的来临，本书的写作时机也日渐成熟。本书的写作目的就是把自己平常所学、临床所用尽可能较为真实地反映出来，将自己的针灸临床运用核心思想较为完善地表达出来。

本书分为7个部分，分别是：针灸要领、单穴妙用、特效组穴临床运用、临床巧治、针灸优势病种治疗、特色针法、疑难病针灸治疗心得。这7个方面既有理论性又有很强的实用性，可谓理论与实践相贯穿，基础与运用相结合，书中内容突出了实用性、学术性、系统性、全面性、继承性、启发性。

本书内容以笔者的临床实践经验为基础，以《黄帝内经》为指导，理论联系实际，虽不敢说是经典，但确为临床干货。愿本书能带给将要踏上针灸之路的同道和已在针灸之路上的同道一点启发，在临床治疗中有所帮助，能够给读者有所收益，也算是本书的价值所在。

笔者对本书的写作过程虽不敢有半点懈怠，竭尽尽心尽力，但由于本书的编写全是在临床、教学工作之余完成的，加之受个人知识和语言文字功底所限，不当之处在所难免，恳请读者批评指正，以助今后提高，在此表示诚挚的感谢！

杨朝义

于山东沂源净心斋

丁酉年交秋子时

目 录

第一章 针灸要领 / 001

- 第一节 如何学好《针灸学》 / 002
- 第二节 针灸治疗总则与治法 / 006
- 第三节 掌握腧穴要领，取穴宜少宜精 / 011
- 第四节 针灸治疗辨证施治方法 / 020
- 第五节 解读《内经》中针刺法的临床运用 / 027
- 第六节 针灸处方取穴法与配穴法 / 036
- 第七节 浅谈针灸治病的几个误区 / 044

第二章 单穴妙用 / 051

- 第一节 少商治疗咽喉肿痛 / 052
- 第二节 少泽治疗乳汁不足 / 053
- 第三节 至阴治疗胎位不正 / 054
- 第四节 大椎泻热 / 055
- 第五节 隐白治疗崩漏 / 056
- 第六节 条口透承山治疗五十肩 / 056
- 第七节 十七椎治疗痛经 / 058
- 第八节 印堂治疗颈、胸、腰椎病 / 059
- 第九节 后溪治疗面肌痉挛 / 060
- 第十节 手三里治疗痔疮 / 061

- 第十一节 涌泉贴敷治疗咳血、衄血 / 062
- 第十二节 角孙治疗腮腺炎 / 063
- 第十三节 下关治疗足跟痛 / 063
- 第十四节 丰隆治疗高脂血症 / 064
- 第十五节 攒竹治疗呃逆 / 065
- 第十六节 悬钟治疗晕车 / 066
- 第十七节 养老治疗消渴 / 066

第三章 特效组穴临床运用 / 069

- 第一节 列缺、照海、廉泉治疗慢性咽喉疾病 / 070
- 第二节 支沟、照海、天枢治疗便秘 / 071
- 第三节 曲泽、委中治疗上吐下泻 / 072
- 第四节 神门、三阴交、百会治疗失眠 / 073
- 第五节 后溪、列缺治疗颈项痛 / 074
- 第六节 合谷、迎香、印堂治疗鼻炎 / 075
- 第七节 外关、风池、丝竹空透率谷治疗偏头痛 / 077
- 第八节 劳宫、内庭、照海治疗口舌生疮 / 078
- 第九节 曲池、太冲、百会治疗高血压 / 079
- 第十节 中极、三阴交、阴陵泉治疗小便不利 / 080
- 第十一节 关元、三阴交、太赫治疗不孕不育 / 081
- 第十二节 中脘、内关、足三里治疗胃痛 / 082

第四章 临床巧治 / 085

- 第一节 浮针与火针联合速治网球肘 / 086
- 第二节 神阙闪罐加拔刺血治疗荨麻疹 / 087
- 第三节 薄棉灸法配龙眼穴治疗带状疱疹 / 088
- 第四节 长蛇灸与夹脊穴针刺治疗强直性脊柱炎 / 089
- 第五节 巧用首尾取穴法治疗经脉起始与终止部位之病变 / 090

- 第六节 割治、挑刺、刺血法治疗痔疾 / 092
- 第七节 穴位敷贴、化脓灸与埋线三法结合治疗哮喘及慢性支气管炎 / 093
- 第八节 刺血、耳针、挑刺法综合治疗顽固性痤疮 / 096

第五章 针灸优势病种治疗 / 099

- 第一节 便秘 / 100
- 第二节 乳腺增生 / 102
- 第三节 面瘫 / 104
- 第四节 痛经 / 107
- 第五节 闭经 / 110
- 第六节 妊娠剧吐 / 113
- 第七节 乳汁不足 / 115
- 第八节 牙痛 / 116
- 第九节 腰痛 / 118
- 第十节 落枕 / 121
- 第十一节 颈椎病 / 123

第六章 特色针法 / 127

- 第一节 围刺法操作简单功效强 / 128
- 第二节 温针灸法事半功倍 / 130
- 第三节 阿是穴治疗经筋病 / 131
- 第四节 运动针法治疗痛证实效强 / 136
- 第五节 皮肤针在皮肤病中的运用 / 138
- 第六节 腹针补虚疗效好 / 142
- 第七节 腕踝针治疗急性腰扭伤 / 144
- 第八节 舌针治疗失语 / 146
- 第九节 火针疗法在痛证及皮肤病中的运用 / 148

第十节 浮针疗法在颈肩腰腿痛中的运用 / 155

第十一节 头针疗法治疗中风 / 161

第七章 疑难病针灸治疗心得 / 165

第一节 白癜风 / 166

第二节 眼睑下垂 / 169

第三节 糖尿病 / 171

第四节 坐骨神经痛 / 174

第五节 下肢静脉曲张 / 177

第六节 水肿 / 179

第七节 痿证 / 182

第八节 痹证 / 186

第九节 癌症 / 188

第十节 带状疱疹 / 191

第一章 针灸要领

针灸



第一节 如何学好《针灸学》

“针灸易学难于精”，这是对针灸学习最精准的概括。确实如此，《针灸学》是一门多学科集中体现，要想做好针灸不是一件容易的事情。不是说你知道了几个穴位，凭着胆大，敢去扎几针，或是扎得患者满身是针，就是会针灸了，这项多算是一个针灸匠而已，不能算是一个专业的针灸医生。当今导致我们针灸滞后最重要的原因就是从业人员技术水平普遍低下，得不到广大患者的认可，才使我们针灸综合水平越来越低下，也越来越得不到大家的认可，从而使我们的中华瑰宝——针灸开始衰退。因此现在很多人不了解、不相信针灸，患病后不知或不愿意接受针灸治疗，使针灸的医疗价值没有得到充分发挥，十分可惜。随着近几年国家高度重视中医的发展，以及中医针灸得到了世界的认可，故又引起了人类对中医学的再度重视。

中医学的春天来了，越来越多的人开始喜欢中医，越来越多的人开始学习中医，尤其是针灸具有简、便、廉、验的特点，受到了更多国内外中医爱好者的青睐。这原本是一件好事，但是由于现代人的急功近利，导致了快餐式的医学学习，就如上面所言，从业人员仅掌握几个穴位，就开始从业，连最基本的经络腧穴理论都不明白，甚至也没有学过，更谈不上中医基本理论或医学专业知识的学习。这是一个非常可怕的问题，若长此以往发展下去，我们的针灸又会走到一个死胡同。那么怎样更快更好地学好针灸是一个既重要又现实的问题，就这个问题笔者结合自身学习针灸的感悟，借此与同道们商榷。

一、中医基础理论是学习针灸的先决条件

《针灸学》从属于中医学的一部分，其核心就是中医基础理论，因此要想学好针灸、做好针灸就必须首先学好《中医基础理论》。针灸治疗是在中医理论的指导下，运用经络腧穴理论和刺灸方法，以防治疾病的一门临床学科。《中医基础理论》

是中医人奠定中医思维的基础课，如果运用中医治疗离开了《中医基础理论》的学习，就一定偏离了中医的轨道，也正是时下我们针灸所面临最需要重视的问题。针灸治病，是在中医理论指导下，进行全面诊断、分析综合、辨证施治的。正如《素问·疏五过论篇》言：“圣人之治病也，必知天地阴阳，四时经纪，五脏六腑，雌雄表里，刺灸砭石，毒药所主，从容人事，以明经道，贵贱贫富，各异品理，问年少长，勇怯之理，审于分部，知病本始……守数据治，无失俞理能行此术，终身不殆。”在此已非常明确地阐明了中医治病的基本方法，这些原则不仅适合药物治疗，同样也适合针灸的运用。

辨证论治是中医学的特色和精华所在，适宜于中医各种方法的治疗，是保证治疗疗效的前提，针灸临床也不例外。早在《百症赋》就有记载：“先究其病原，后攻其穴道。”“先究其病原”就是指在针灸治疗疾病时，要以辨证诊断为首要，再决定如何用穴的针灸治疗要则。但是现代针灸临床对此却并不重视，错误地认为辨证是开中药的事情，对针灸医师没有用，正是这种错误的思想观念，才使得现代中医针灸如履薄冰，走入了今天之低谷。所以针灸界应当重视面临的错误问题，找准正确坐标。

针灸治病，是从整体观念出发，原理则是在于调和阴阳与扶正祛邪，从而起到治疗作用。也就是说，针灸治疗疾病，是在整体观念的指导下，进行中医辨证施治，使其“阴平阳秘”，邪祛正复。这个治疗过程完全是在中医基础理论为基本的前提下实施的，否则，离开了中医基本的理论，就会出现现代针灸临床所见的“头痛医头，脚痛医脚”的片面倾向。针灸的治疗离不开中医的辨证，辨证是论治的前提和依据，因此首先要做好辨证，做好中医的辨证首先离不开中医基础理论的学习，由此中医针灸医师对中医基础理论的学习之重要性可见一斑。总之，针灸临床证明，学好中医基础理论，是做好针灸的先决条件。

二、掌握经络循行是学习针灸的开始

针灸治病是通过经络的作用达到治病的目的。古医家在长期的医疗实践中发现，经络不通、气血运行受阻，是致病的根源。医家通过各种手段运用，使经络通畅，促使气血的正常运行，而达到治疗疾病的目的。由此可见，经络是人们用

来认识疾病和治疗疾病的途径，其重要性正如古医家窦材所言“学医不知经络，开口动手便错”。对经络之重要性，早在《灵枢·经别第十一》就总结得非常到位，本篇曾指出：“夫十二经脉者，人之所以生，病之所以成，人之所以治，病之所以起，学之所始，工之所止也。”意思是说：人之所以生成生长，是因为十二经脉；疾病的发生原因也是因为十二经脉；人们要想健康无病，也是需要十二经脉；疾病的治疗还是靠十二经脉的原理；开始学习医学，首先要知道十二经脉；医术水平再高超的大夫，还是没有离开十二经脉。通过《灵枢》所载得这句话，我们已经非常明确地知道了经络的重要性。只要学习医学就要明白经络，何况我们是针灸医师，经络更是核心，其重要性不言而喻。

那么如何学习经络呢？首先我们要把每条经脉的具体循行按《灵枢·经脉》的原文熟背，能张口就来，所指到身体每一个部位，都能立即明确是哪条经络所行，其前后经脉如何循行都能明确，并能用现代文非常熟练地翻译。然后再把奇经八脉、十二经别、十二经筋、十二皮部、十五络脉的内外循行、属络、联系、分支、交接、交叉之处，细细阅读，反复理解，加强记忆，这样才能全面了解复杂的经络系统。如此对我们诊断疾病及治疗疾病就打下了坚实的基础。

三、熟记十四经腧穴是针灸必备的武器

通过上面所谈，我们已经明确了经络的重要性，但是经络离不开穴位，穴位也离不开经络，经络离开穴位就失去了意义，穴位离开了经络就会成为一盘散沙，所以二者相辅相成，构成针灸之核心。临床上不论针刺、艾灸、拔罐、刮痧、按摩、各种经络养生等，都必须在穴位上施行，“工欲善其事，必先利其器”，所以针灸治疗的首要任务就是掌握穴位。如何尽快掌握穴位是很关键的问题，因为十四经穴分布于周身，错综复杂，若不找出其规律性，就会杂乱无章，难以记忆，往往学前忘后，费力大而收效小，有时记住了穴位定位，而不知道是哪一经的穴位；有时记住了穴名，但是却不知穴位的定位。那么如何既快又能准确地记住这些内容呢？只有一个办法，那就是下苦功，如背经络循行一样，先背诵十四经分寸歌，如果能把十四经中各条经脉分寸歌熟背了，就能非常明确地知道穴位之穴名、部位、归经及定位，这样一般也不会忘记，多能伴随自己一生。现在新版的

《经络腧穴学》教材中，多数都有穴位分寸歌诀记载，对此一定要熟背，在学习中更重要得是不但要熟背，而且还要经常在自己身上或别人身上点穴实践，反复练习，能达到提到哪个穴位，就可以正确点到哪个穴位，即能得心应手熟练地将穴位准确定位为止。

穴位有很多，要想达到各个穴位能熟练掌握，是一件很难的事情，为了更好地运用穴位、有效地运用穴位，在学习时可有重点的掌握一些重要穴位，这一点在学习初期就必须明确。抓住要领，掌握原则，对于重点穴位要明确其穴性、知穴之属、辨穴之长、熟穴之伍、明穴之用、穴尽其用，而充分发挥穴位的治疗作用。这一点对于初学者来说尤为重要，这样就会在全面学习的基础之上有重点的掌握。

四、针法练习是迈向临床的第一步

以上所谈均是理论的学习，学习理论的最终目的是为了运用到临床，走向临床的第一步就是针刺练习。针灸是通过医者的手技操作发挥治疗作用，所以针刺练习是重要的环节，是迈向针刺开始的第一步。只有练好了手法，有了指力，操作熟练，临床操作才会让患者无痛或微痛，得气才会迅速，疗效当然就会提高；反之，指力弱，则进针时往往针身弯曲，不能一刺透过皮肤，患者的痛苦必然因此加深；同时手法不熟练，得气就会迟缓，奏效自然缓慢，甚或没有疗效。所以古代医家都非常重视针刺练习，凡学习针灸者必须经过一段很长时间的针刺手法练习，只有手法练习过关了，才能在人身上施以针刺。现在学习的针灸医生则不然，刚刚知道一个穴位，就拿着人去针刺练习，更不愿意花时间去练习，认为是浪费时间，而完全省去了这一个环节，甚至教课的老师也不再强调这一方面的重要性，不再让学生去练习，以至于导致了今天针灸医生的一个共同现象，普遍的针刺手法不过关，针刺时患者痛苦较大，难以得气，导致疗效降低。对此，应该引起广大针灸医生的足够重视，加强针刺练习，练好持针姿势与持针方法，做好指力的练习，练好进针法及出针法，并且做到熟练掌握各种针刺手法。只有熟练掌握了这些实际操作技能，才能开始迈向临床的第一步——实际操作。

第二节 针灸治疗总则与治法

一、针灸治疗总则

针灸治疗总则即针灸治疗作用，就是在针灸治疗时最终要达到的目的，无论用什么方法或手法均以实现治疗疾病为根本目的，只要达到了这个目的，疾病就会消失，人体就会健康，所以称之为治疗总则。

1. 调气通经

《灵枢·刺节真邪》言：“用针之类，在于调气。”针灸治病以调气为要，气血是人体最重要的物质，气行则血行，气滞则血瘀，所以说“气为血之帅”。气在人体内无处不在，无时不有，周流运转，维持正常的生理功能。《难经》言：“气者，人之根本也。”气乱，则百病丛生。杨士瀛说：“人之一身，调气为上。”正如《景岳全书》所说：“所以病之生也，不离乎气；而医治疾病，也亦不离乎气。”《黄帝内经》言：“正气存内，邪不可干。邪之所凑，其气必虚。”针灸治病不外乎扶助正气和祛除邪气两个方面，根据不同的病证施以不同的方法，以扶正或祛邪来达到使人体正气恢复到正常的目的。针灸就是利用人体正气治病的一种方法，即通过对腧穴的刺激，补其不足，泻其有余，调其虚实，以通其道，而去其邪，达到调整机体的阴阳偏盛偏衰，使之恢复平衡，促使正气运转旺盛而抵御病邪的侵害。

2. 调和阴阳

阴阳是我国古代朴素的辩证法，是对自然界某些事物和现象对立双方的属性概括，也是中医学用以解释对立关系的一种学说。人体在正常情况下，保持着阴阳相对平衡的状态。如果因某种因素使阴阳平衡遭到破坏时，就要出现阴阳偏盛偏衰的病理状态；当阴阳平衡遭到破坏时，就会出现“阴胜则阳病，阳胜则阴病”的病理状态。针刺治病的关键就在于调节阴阳的偏盛偏衰，使机体阴阳调和，保持精气充沛、行气相合、神气内存，从而达到治愈疾病的目的。《素问·生气通天

论篇》曰：“阴平阳秘，精神乃治。”从而可知，阴阳失调是疾病发生、发展的根本原因，调和阴阳是针灸治疗的最终目的。故《灵枢·根结》曰：“用针之要，在于知调阴与阳。调阴与阳，精气乃光。”调理阴阳，使之保持或恢复相对平衡，达到阴平阳秘，是防治疾病的最高境界，用针灸调和阴阳的作用主要是通过经穴配伍和针刺手法来实现的。

综上所述，针灸治疗疾病的关键是调节气机的通畅，促使机体保持阴阳气血的平衡，因此调气通经、调和阴阳是针灸治疗的总则。

二、针灸治疗方法

针灸治疗方法就是我们所说的施治原则，即针灸治疗疾病时所依据的基本原则，是针灸临床治疗时必须遵从的一个基本纲要，是古代医家经过长期临床实践而总结出的治疗基本规律，是确立治疗方法的基础。早在《灵枢·官能》篇记载：“用针之服，必有法则。”针灸治疗的病种众多，针灸方法也多种多样，尤其是近代针灸百花齐放，产生了众多新的针法，但万变不离其宗，无论用什么样的针刺方法，在治疗时必须遵从一定的规律，这个规律就是施治的基本要求。

针灸治病的基本原则是：盛则泻之，虚则补之，寒则留之，热则疾之，陷下则灸之，宛陈则除之，不盛不虚以经取之。这个基本原则虽然仅有几句话，看起来好像很简单，但其实这个基本治则的概括既全面又实用。不仅指出了怎样具体治疗疾病，也明确指出了如何明确辨证，但具体实施起来又非常复杂，所以应当深刻领悟其内涵，具体到临床中辨证实施。这一原则具有确实的临床实用性，几千年来一直指导着针灸临床的治疗，明确这个基本治则是做好针灸治疗的前提。

1. 盛则泻之

“盛”指的是实证的意思，这一条指出了治疗实证的原则。一切实证当用泻法，凡能够祛除病邪的针刺手法谓之泻法。应用泻法祛除病邪，邪去正安，疾病自愈。如临床中见到的剧痛、高热、腹胀、胸满、便结等，都应当应用泻法进行治疗。临床常用的泻法有以下几种。

(1) 疏风解表法：用于表实证。

(2) 泻热通便法：用于里实证。

(3) 理气豁痰法：用于痰实证。

2. 虚则补之

这一条指出了治疗虚证的原则，凡能够增强机体抵抗力，改善虚弱证候的针刺手法谓之补法。应用补法，扶助人体正气，增强机体抗病能力，治愈疾病。如临床见到的久病体虚、肾虚腰痛、脾虚泄泻、心悸气短、自汗盗汗、肌肉萎缩等患者，均应该用补法。临床常用的补法有以下几种。

(1) 补益肾气法：用于肾气虚弱证。

(2) 补中益气法：用于脾胃气虚证。

(3) 补益肺气法：用于肺气虚证。

(4) 补益心脾法：用于心脾两虚证。

(5) 补益气血法：用于气血两虚证。

(6) 补益肾阴法：用于肾阴虚证。

3. 寒则留之

这一条指出了治疗阳虚寒盛，或风寒之邪侵袭经络的针刺治疗原则。对于这类病证在针刺时必须深刺留针，根据患者的病情可以适当延长留针时间，以激发经气，待阳气来复以祛除寒邪。如临床常见到的风寒湿痹证，在针刺时宜适当深刺并留针。寒证的常用治疗方法有以下几种。

(1) 温通经络法：用于寒凝经络证。

(2) 温中散寒法：用于胃寒证。

(3) 回阳救逆法：用于阳气衰微，四肢厥冷证。

4. 热则疾之

这一条指出了治疗热邪为病的针刺治疗原则，对于热邪而致的疾病要用浅刺疾出或点刺出血，少留针或不留针的针刺方法，以发越、疏泄热邪。如临床见到的发热、咽喉肿痛、感冒等病证，均可用“疾刺”之法。热证的常用治疗方法有以下几种。

(1) 清解表热法：用于表热证。

- (2) 清热解毒法：用于温毒热证。
- (3) 清热开窍法：用于热闭神昏证。
- (4) 清泻脏腑法：用于脏腑热证。

5. 陷下则灸之

首先明确“陷下”之含义，陷下有两层含义：一是指脉象之陷下，当脉诊时则见脉象沉伏，沉伏之脉则见于寒证或虚证，这种病证需要用灸法；第二层含义则是指穴位之凹陷，在某些虚性病证时可见穴位出现相应的变化，如肾虚时则见肾经的原穴太溪或其背俞穴松软凹陷。综合以上两点，本条原则主要用于阳气衰微、中气下陷固摄无力或寒邪直中所致疾病的一种方法，如脱肛、子宫脱垂、胃下垂、疝气以及阴寒腹痛等可用艾灸法，以益气举陷、回阳散寒而达治疗功效。

6. 宛陈则除之

“宛”同“瘀”之意，即瘀结、瘀滞。这一治疗原则实际是“实则泻之”的一种具体用法，经脉瘀阻的病证用清除瘀血的刺血方法治疗。当经脉瘀阻，或邪入血分，郁结不解，可选取络脉、十二井穴、合穴，或患病局部，以点刺出血治疗，祛瘀解毒，泻热开窍。如治疗热痹、外伤性腰痛、急性胃肠炎、中暑等，均可用泻血的方法。

7. 不盛不虚以经取之

是指十二经脉中某一经脉发生了相关异常的变动（就是发生了疾病现象），病经并没有涉及其他经脉或脏腑当中，临床治疗时仅可取用病经的相关腧穴进行治疗。

以上是针灸临床中最基本的治疗方法，在临床运用时要结合八纲辨证法具体运用，以此来确定治则和治法，一般按以下原则运用。

- (1) 阳证：为热为实，属于亢进性疾病，应泻应针。
- (2) 阴证：为寒为虚，属于功能低下，应补应灸。
- (3) 表证：病变部位较浅，宜浅刺。
- (4) 里证：病变部位较深，宜深刺。
- (5) 虚证：宜补宜灸。