

零起点看图学操作系列丛书

65种常见病艾灸疗法

从零开始 看图轻松学 一看就会 会了就能用

艾群 主编

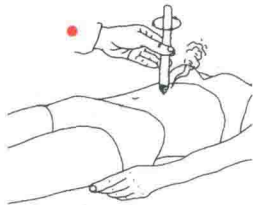
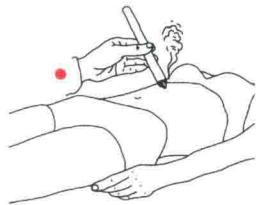
零起点看图学

艾 灸

温和灸

操作方法：将点燃的艾条对准要施灸的穴位或部位进行熏烤，艾条与皮肤相距2~3cm，连续灸50~15分钟，至皮肤温热稍起红晕为度。

功效：温经散寒，主要用于治疗风寒痹痛等症。



回旋灸

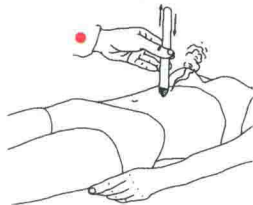
操作方法：将点燃的艾条对准要施灸的穴位，与皮肤保持2mm左右的距离，与皮肤平行，均匀地左右或上下回旋往返移动进行施灸，以皮肤温热潮红为度。

功效：用于治疗风湿痛、神经麻痹、软组织挫伤以及皮肤病等。

雀啄灸

操作方法：将点燃的艾条对准施灸的部位，进行一上一下、一远一近的移动，像麻雀啄食一样，使皮肤有温热感，一般5分钟左右即可。

功效：可用于治疗急性病、晕厥等疾病。



中国协和医科大学出版社

零起点看图学操作系列丛书

零起点看图学艾灸

主编 艾 群

编者 (按姓氏笔画排序)

于 涛 王丽华 刘 莉 刘志伟
孙丽娜 闫 云 李 东 李延军
李晓敏 张 彤 姚淑静



中国协和医科大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

零起点看图学艾灸 / 艾群主编. —北京: 中国协和医科大学出版社, 2017. 9
ISBN 978-7-5679-0556-6

I. ①零… II. ①艾… III. ①艾灸-图解 IV. ①R245.81-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 222824 号

零起点看图学操作系列丛书

零起点看图学艾灸

主 编: 艾 群

策划编辑: 吴桂梅

责任编辑: 王 霞

出版发行: 中国协和医科大学出版社

(北京东单三条九号 邮编 100730 电话 65260431)

网 址: www.pumcp.com

经 销: 新华书店总店北京发行所

印 刷: 北京玺诚印务有限公司

开 本: 710×1000 1/16 开

印 张: 10.5

字 数: 130 千字

版 次: 2017 年 9 月第 1 版

印 次: 2017 年 9 月第 1 次印刷

定 价: 23.00 元

ISBN 978-7-5679-0556-6

(凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页及其他质量问题, 由本社发行部调换)

前 言

艾灸是用野生植物艾叶，制成艾绒，并做成一定的形状，如捻成上尖下圆的艾炷，放在人体的一定部位或一定穴位上，燃烧艾叶，借助艾火发出的特有气味与红外线的刺激，熏烤人体特定的经络腧穴，达到舒经通络、祛病疗疾的效果。随着医疗改革的深入和人们生活水平的提高，现代人的健康观念不断更新，由被动地治病转向预防和保健，由单一的药物疗法走向寻求非药物疗法，尤其是对机体不良反应很小的“绿色疗法”。艾灸疗法便是建立在中医学基础理论上，并吸收了现代医学知识的简、便、验、廉的“绿色疗法”之一。

古书有云：“针所不为，灸之所宜”“药之不及，针之不到，必须灸之。”说明灸法在临床应用上的重要性。与按摩、针刺等方法相比，艾灸疗法简单易学、安全有效、费用低廉，是适合居家治病防病绝佳的保健方法。

本书内容包括艾灸疗法基础知识，艾灸疗法与经络穴位，临床内科、外科、妇科、儿科、男科、皮肤科、五官科常见病艾灸疗法以及日常保健艾灸法。本书从实用的角度出发，内容通俗易懂，科学实用；方法简便易行，操作性强。书中通俗的穴位讲解和操作图片，使读者只要按照书中的方法和操作步骤就能进行实践，做到“从零开始，看图轻松学，一看就会，会了就能用”。

本书适合于基层医务人员及中医养生保健从业人员，也可供一般家庭艾灸爱好者阅读参考。

由于时间仓促，编者经验水平有限，不足之处在所难免，恳请读者批评指正。

编者

2017年1月

目 录

第一章 艾灸疗法基础知识	(1)
第一节 艾灸疗法概述	(1)
一、艾灸疗法的概念	(1)
二、艾灸疗法的特点	(1)
三、艾灸疗法的起源与发展	(3)
四、艾灸疗法的功效	(4)
五、艾灸疗法的作用机制	(5)
六、艾灸疗法的治疗原则	(7)
第二节 艾灸疗法常用材料及辅助工具	(8)
一、艾草	(8)
二、艾绒	(9)
三、艾炷	(9)
四、艾条	(10)
五、艾灸器具	(10)
第三节 常用艾灸疗法的种类	(13)
一、艾炷灸	(13)
二、艾条灸	(16)
三、温针灸	(18)
四、温灸器灸	(19)
第四节 艾灸的用量	(20)
一、根据病情确定艾灸量	(20)
二、根据患者性别年龄和身体素质确定艾灸量	(20)
三、根据季节、天气来确定艾灸量	(21)

四、根据穴位位置确定艾灸量	(21)
五、根据艾炷大小确定艾灸量	(21)
六、根据患者感受确定艾灸量	(21)
七、根据施灸次数确定艾灸量	(21)
第五节 艾灸疗法常用体位和艾灸顺序	(22)
一、艾灸常用体位	(22)
二、艾灸先后顺序	(24)
第六节 艾灸疗法的禁忌和注意事项	(25)
一、禁忌	(25)
二、注意事项	(25)
第七节 灸疮的处理及灸后调养	(26)
一、灸后处理	(26)
二、灸后调养	(27)
第二章 艾灸疗法与经络穴位	(29)
第一节 艾灸疗法与经络的关系	(29)
第二节 艾灸疗法与穴位的关系	(29)
一、穴位的取穴方法	(29)
二、穴位的配穴原则	(33)
三、艾灸疗法的取穴原则	(34)
四、艾灸疗法的配穴法	(35)
第三节 常用艾灸保健穴位	(37)
一、大椎	(37)
二、足三里	(38)
三、关元	(38)
四、中腕	(38)
五、曲池	(39)
六、三阴交	(39)
八、神阙	(40)

九、命门	(41)
十、涌泉	(41)
第三章 内科常见病艾灸疗法	(43)
第一节 感冒	(43)
第二节 咳嗽	(45)
第三节 支气管哮喘	(48)
第四节 呃逆	(49)
第五节 腹痛	(51)
第六节 腹泻	(53)
第七节 便秘	(55)
第八节 慢性胃炎	(58)
第九节 冠心病	(60)
第十节 心悸	(61)
第十一节 高血压	(63)
第十二节 糖尿病	(65)
第十三节 高脂血症	(67)
第十四节 头痛	(69)
第十五节 眩晕	(71)
第十六节 中暑	(73)
第十七节 失眠	(75)
第十八节 神经衰弱	(77)
第十九节 脑中风后遗症	(79)
第四章 外科常见病艾灸疗法	(82)
第一节 落枕	(82)
第二节 肩周炎	(83)
第三节 颈椎病	(84)
第四节 腰椎间盘突出症	(86)
第五节 腰肌劳损	(88)

第六节	梨状肌综合征	(90)
第七节	坐骨神经痛	(91)
第八节	膝关节痛	(93)
第九节	网球肘	(94)
第十节	风湿性关节炎	(96)
第十一节	痔疮	(97)
第五章	妇科常见病艾灸疗法	(100)
第一节	痛经	(100)
第二节	月经不调	(101)
第三节	闭经	(103)
第四节	带下病	(105)
第五节	慢性盆腔炎	(107)
第六节	乳腺增生	(108)
第七节	妊娠呕吐	(110)
第八节	女性更年期综合征	(111)
第六章	儿科常见病艾灸疗法	(113)
第一节	小儿便秘	(113)
第二节	小儿厌食	(114)
第三节	小儿腹泻	(116)
第四节	小儿遗尿症	(117)
第七章	男科常见病艾灸疗法	(120)
第一节	前列腺炎	(120)
第二节	前列腺增生症	(121)
第三节	阳痿	(123)
第四节	早泄	(124)
第五节	遗精	(126)
第八章	皮肤科常见病艾灸疗法	(128)
第一节	湿疹	(128)

第二节 荨麻疹	(130)
第三节 神经性皮炎	(131)
第四节 带状疱疹	(133)
第九章 五官科常见病艾灸疗法	(135)
第一节 近视	(135)
第二节 耳鸣	(137)
第三节 慢性鼻炎	(139)
第四节 复发性口腔溃疡	(140)
第五节 牙痛	(142)
第十章 日常保健艾灸法	(145)
第一节 补肾强腰灸法	(145)
第二节 健脾和胃灸法	(145)
第三节 益智健脑灸法	(147)
第四节 养心安神灸法	(149)
第五节 滋肝明目灸法	(150)
第六节 小儿保健灸法	(151)
第七节 女性保健灸法	(152)
第八节 男性保健灸法	(152)
第九节 老年保健灸法	(154)

第一章 艾灸疗法基础知识

第一节 艾灸疗法概述

一、艾灸疗法的概念

俗话说“针灸”中，针代表的是针刺法，灸就是指艾灸疗法，是用野生植物艾叶制成的艾炷、艾条熏烤人体一定部位或一定穴位，以达到舒经通络、祛病疗疾的功效。艾灸疗法中使用的中药材料艾叶具有温经散寒、除湿消瘀止痛的药性。

二、艾灸疗法的特点

艾灸对人体的保健功效十分明显，具体包括通经活络、行气活血、祛湿逐寒、消肿散结等，还能补充人体阳气。人体阳气旺盛，抗病能力就强，就能达到养生防病的目的。

此外，艾灸易操作、简单方便，所用艾草比较常见，便于购买；效果更为直接，内外结合治疗更为系统全面；无毒副作用，只要严格按照书中的要求进行，对人体一般不会产生不良反应。

1. 有效

(1) 艾灸效用不凡：根据艾叶和艾灸的特点，灸疗法对于一些急性病，如受寒、瘀肿之证确有温阳散寒、舒经通络、散瘀消肿的功效。对于很多慢性病，如各种慢性炎症、功能失调等，包括养生保健，如果坚持使用艾灸，其远期疗效也较为显著。艾灸时感觉温暖舒适，患者容易接受，如果操作恰当，也会产生与针刺一样的得气感，达到治疗疾病的目的。

(2) 可以弥补针刺疗法的不足，扩大针灸治疗的适用范围。古人云：“针所不为，灸之所宜”“药之不及，针之不到，必须灸之。”均说明灸法

在临床应用上的重要性，特别是对于虚寒类的病证，艾灸疗效比单纯针刺疗效要好，所以经常代替或配合针刺疗法使用。对于实热证，也可以应用艾灸，以引热外达。对于某些穴位，如强壮要穴神阙，或者治疗瘰疬、痈肿的肘尖穴，都只适用于灸法。艾灸除了常用于养生保健、抗衰老以外，适应证广泛，遍及内、外、妇、儿、男、骨伤、眼、耳鼻喉、皮肤等科，可谓“防治百病”。

2. 方便

艾灸疗法具有操作方便、及时的优点。只要身边有艾绒或艾条，就可以随时拿来治疗。使用艾灸时，不需要专门消毒。即便配用物品（如隔物灸常用的垫物姜、蒜、盐等），取材也很方便，温灸盒、温灸筒等温灸器在市场上也很容易购买到。对于养生保健爱好者或某些慢性病患者来说，不用专门去医院，在家里就可以轻松自疗或互疗。对于某些发作性疾病，如偏头痛等，如能得到及时、按时灸治，还可预防其发作，既省时又省事且疗效显著。

3. 简单

艾灸疗法操作简单，容易学习，便于推广。在进行艾灸疗法时，只要知道灸治部位、时间和常见的艾灸方法，无论是温和灸、隔物灸还是温灸器灸，均可以学习及操作；患者自己也很容易进行自我灸疗，以便于调节艾灸温度，因而非常适合家庭保健及治疗。

4. 价廉

艾灸的主要材料是艾叶，取之广泛，价格便宜，使用时常用艾叶的加工品艾绒，其制作工艺简单，使用操作便捷。人们也可以自己采集艾叶，并加工成艾绒，进而制成艾炷、艾条等，用于自我保健和治疗疾病。这样就极大地降低了经济成本，节约了就诊时间，节省了药物、药材开销。在使用时还可配合隔物灸，常用垫物姜、蒜、盐等均为日用作料，取材便利又实惠。因此艾灸疗法可谓物美价廉，尤其适用于医疗条件较为匮乏的穷困偏远地区的人群。

5. 安全

本疗法没有不良反应。比针刺更加安全，不会有弯针、断针、滞针的现象。初学者可能对于艾灸穴位及操作流程不是很熟悉，因而在疗效方面可能稍有欠缺，但只要能注意艾灸的部位、温度和操作时间，则不会有任

何事故发生，所以，艾灸是非常适合作为家庭保健治疗的方法。

三、艾灸疗法的起源与发展

艾灸疗法是世界上最古老的医疗方法之一，在我国已有 2000 多年的历史。艾灸起源于我国原始社会，是在人类掌握和利用火以后的产物。远古先民风餐露宿缺乏治疗手段，遇有病痛人们只是用手掐按，或用石头敲击痛处，有时还会用火烤。久而久之，便积累了一系列治病方法，灸疗的雏形也在此时产生了。

战国、秦汉时期是中国传统医学理论的奠基时期，这一时期产生了《黄帝内经》《难经》等重要理论著作。如《黄帝内经》中有记载：“大风汗出，灸意喜穴。”这说的是一种用于养生保健的艾灸疗法。

东汉时期艾灸有了进一步发展。张仲景所撰写的《伤寒杂病论》中记载了不少用艾灸治疗某些三阴虚寒证的方法。成书于西汉末年至东汉延平年间的《黄帝明堂经》是我国第一部有成熟体系的、针灸并重的腧穴学经典著作，该书为艾灸对症取穴治疗奠定了基础。

三国时期，曹翕著《曹氏灸经》七卷，是最早的灸疗专著。书中所载灸孔穴增多，施灸的禁忌也比以前诸书具体，并论述禁灸原因。

西晋的皇甫谧在《内经》《难经》的基础上，经过长期的针灸实践编纂的《针灸甲乙经》是我国现存最早的灸疗专著，书中详细地论述了艾灸疗法对各类疾病的作用。

晋代名医葛洪的著作中则强调了艾灸对传染病以及急救的作用。

公元 552 年，陈文帝将《黄帝内经·灵枢》即《针经》赠送给日本钦明天皇，艾灸术从此开始在日本流传。公元 562 年秋，吴人知聪携《黄帝明堂图》等医书 160 卷越海东渡，以后，日本多次派人来我国学医。灸术传入日本后深受朝野重视，发展迅速。

在唐代，灸学发展成为一门独立学科，唐朝建有医科学校，并设有针灸科，有针博士教授，唐太宗又命甄权等人校订《明堂》，做《明堂人形图》，足见唐朝对针灸的重视。孙思邈撰集的《备急千金要方》《千金翼方》，提倡针灸并用，他特别注重灸量，施灸的壮数多至几百壮。此外，他还绘制了历史上最早的彩色经络腧穴图——《明堂三人图》。

宋代更加重视艾灸在医疗中的作用，并将艾灸列为十三科之一，使灸

学有了进一步的发展。此外，宋代的医学书籍中还有“天灸”或“自灸”的记载，这是一种不同于温热刺激的另类施灸方法。宋代的《太平圣惠方》《普济本事方》以及《圣济总录》等医方书中更多地收集了大量的灸疗内容。艾灸发展到元代并没有停滞，《西方子明堂灸经》为灸学发展做出了巨大的贡献。

明代是我国灸疗的全盛时期，其间灸疗学家辈出，参照古代树枝灸的方法，又有“桑枝灸”“桃枝灸”“神针火灸”以及艾条灸和药条灸。此外，明代还有灯火灸的记载，是用灯草蘸油点火在患者皮肤上直接烧灼的一种灸法；还有利用铜镜集聚日光，作为施灸热源的所谓“阳燧灸”。明代医学家李时珍在《本草纲目》中曾有 35 处提到艾和艾灸的用途及灸法，这说明艾灸在当时已经得到广泛的应用。

清代灸疗学发展到了一个新的高度。吴谦等人撰写的《医宗金鉴·刺灸心法要诀》用歌诀的形式表达刺灸的各种内容，便于初学和记诵。清代吴亦鼎的专著《神灸经论》是我国历史上又一部灸疗学专著。雷丰的专著《灸法秘传》对灸法的认识和应用更上一层楼。

新中国成立后，针灸在医疗、科研、教学等方面都得到了很大的发展，各级中医院开设了针灸科，综合医院以及卫生院也开展了针灸医疗，全国各省市均先后建立了一批针灸研究机构，一部分中医学院还专设了针灸系。

四、艾灸疗法的功效

艾灸作为传统中医疗法之一，其适应范围广泛，疗效迅速，安全有效，易学易用，特别适合家庭治疗和保健。灸法有温经通络、温阳起陷、行气活血、调和阴阳、补虚泻实、回阳固脱的作用。其临床疗效可以表述为以下几点。

1. 温经通络，祛湿散寒

人体的正常生命活动有赖于气血的作用，而气血的运行有遇温则散、遇寒则凝的特点。艾叶，本身属于温性，再加上点燃后的温热刺激，可以起到很好的温通经脉、祛散阴寒的作用，符合“寒者热之”的中医治疗基本原则，也是艾灸可以治疗很多虚寒型疾病的原因所在。

2. 行气活血，消瘀散结

正常的机体，气血在经络中周流不息，循序运行。如果由于风、寒、暑、湿、燥、火等外因的侵袭，人体或局部气血凝滞，经络受阻，即可出现肿胀疼痛等症状和一系列功能障碍。艾叶，芳香、辛散，本身就有通络作用，再加上点燃后的热力，具有很好的疏通经络的作用。经络疏通，气血得行，通则不痛，因此可起到通络止痛、消瘀散结的作用。

3. 温补中气，回阳固脱

艾，本身属于温性，可以温阳益气，具有顾护、升举和提托的作用，能使下陷的脏器得以升举而复位，此功效被古人用“陷下则灸之”加以概括。另外艾灸可以发挥其温通阳气的作用，使得阳散厥逆之人回阳救逆，转危为安。

4. 预防疾病，强身健体

艾灸通过艾本身及穴位的双重作用，可以调整经络气血，气血充足通畅，则人体正气充足，虚邪贼风不能侵袭机体，即中医所讲的“正气存内，邪不可干”。民间俗语亦说“若要身体安，三里常不干”“三里灸不绝，一切灾病息”。因为灸疗可温阳补虚，所以灸足三里、中脘，可使胃气常盛，而胃为水谷之海，荣卫之所出，五脏六腑，皆受其气，胃气常盛，则气血充盈；命门为人体真火之所在，为人之根本；关元、气海为藏精蓄血之所。艾灸上穴可使人胃气盛，阳气足，精血充，从而增强身体抵抗力，病邪难犯，达到防病保健之功。

5. 平衡阴阳，补虚泻实

阴阳失调，容易引发疾病。阴阳失调表现出经络系统的不同症状，如手足发热等。灸法具有广泛的调整作用，如肝阳上亢引起的头痛，则取足厥阴肝经穴位，用泻法灸疗，同时选用足少阴肾经穴位，采用补法灸疗，以补虚泻实。

五、艾灸疗法的作用机制

艾灸疗法可以治寒、热、虚、实证，并取得良好的效果。既然同样的灸法可治疗不同病症，那么灸法必然具有适用于治疗这些不同病症的作用机制。

1. 局部刺激作用

局部的温热刺激是治疗疾病的关键因素。灸疗是一种在人体某特定部

位通过艾火刺激，以达到治病防病目的的治疗方法，施灸点皮肤表面温度上升高达 130°C 左右，皮肤内温度最高在 56°C 左右。皮下与肌层内的温度变化和表皮不同，灸刺激不仅涉及浅层，也涉及深层。正是这种温热刺激，使局部皮肤充血，毛细血管扩张，进而改善局部血液循环和淋巴循环，加速细胞新陈代谢，促进炎症、粘连、渗出物、血肿等病理产物消散吸收，修复损伤组织，使肌肉、神经的功能与结构恢复正常，使机体内环境恢复相对平衡或建立一个新的平衡，从而达到调理及治疗疾病的目的；还可引起大脑皮质抑制性物质的扩散，降低神经系统的兴奋性，发挥镇静、镇痛的作用；同时温热作用还能促进药物的吸收。

2. 调节免疫功能的作用

艾灸疗法能够调节人体免疫系统，这是许多中外科学家都证实的一点。人们认为机体在艾灸温热作用下，激活了体内一些特殊物质，灸疗的许多治疗作用也是通过调节人体免疫功能实现的，这种调节的作用是双向的，且是平衡的。免疫系统较弱且效能低下的人群，通过艾灸可以使其升高；而免疫系统效能过强的人群，通过艾灸就能使其降低。有报道称，艾灸可以提高放、化疗患者白细胞的数量，且艾灸产生的白细胞成熟度高。对机体进行艾灸，可以增加白细胞、巨噬细胞等的数量，从而激活和增强机体免疫系统的功能，发挥其抵御外邪、杀伤细菌病毒、捍卫健康的作用。

3. 经络调节作用

人是一个整体，五脏六腑、四肢百骸是互相协调的，这种互相协调关系，主要是靠机体自控调节系统实现的。皮肤起着接收器和效应器的作用，经络起着传递信息和联络的作用。艾灸的温热刺激作用于经络腧穴，是对经气的一种激发，通过腧穴的双向良性调节作用，从而发挥其调节气血、平衡阴阳的功效。腧穴还具有储存药物的作用，药物的理化作用长时间停留在腧穴或释放到全身，并在一段时间内逐渐发挥效用，使病情得到缓解。

4. 应激反应作用

艾灸使机体产生了一些应激反应而达到治疗目的，艾灸产生的温热刺激对机体来说，属于一个外来刺激，机体作为一个有机整体，在接受这种外来刺激的时候，会产生一种冲动，激发机体产生神经体液等一系列调节

活动来适应这种变化，从而产生一种反馈性的良性调节作用，进而发挥治疗疾病的作用。

5. 药物本身的药理作用

艾灸疗法能够发挥其效能在很大程度上是因为药物本身的作用。灸法所采用的艾叶药性偏温，为纯阳之品，加之艾火产生的热力，使得灸法具有独特的温煦阳气、温通气血、温经散寒之功效。艾灸时产生的“药气”由皮肤表面和呼吸被身体吸收后，能起到抗菌、抗病毒及杀灭微生物的作用，也就是古人常说的，艾灸有直接“驱邪的效应”。此外，这种药气还具安神、醒神、通窍的效用。

6. 综合作用

艾灸作用于人体主要表现的是一种综合作用，是各种因素相互影响、相互补充、共同发挥的整体治疗作用。

(1) 艾灸的治疗方式是综合的。如冬病夏治，以白芥子等药物贴敷膻中、肺俞、膏肓治疗哮喘的化脓直接灸，以及用隔附子饼灸肾俞等穴的抗衰老等，方式都包括了局部刺激（局部化脓直接灸、隔物灸）、经络腧穴（特定选穴）、药物诸因素，它们相互之间是有机联系的，并不是孤立的，缺少其一即失去了原来的治疗作用。

(2) 治疗的作用是综合的。灸疗热的刺激对局部气血的调整，艾火刺激配合药物，必然增加了药物的功效，芳香药物在温热环境中特别易于吸收，艾灸施于穴位，则首先刺激了穴位本身，激发了经气，调动了经脉的功能，使之更好地发挥行气血、和阴阳的整体作用。

(3) 人体反应性与治疗作用是综合的。治疗手段（灸疗）——外因只能通过内因（人体反应性）起作用，研究人员发现，相同的灸疗对患相同疾病的患者，其感传不一样，疗效也不尽相同。究其原因，就是人体的反应性各有差异。

以上诸因素，在中医整体观念和辨证论治思想指导下，临证进行合理选择，灵活运用，方能发挥灸疗最大的效能。

六、艾灸疗法的治疗原则

艾灸疗法的治疗原则是艾灸治疗疾病必须遵循的准绳，是整个治疗过程的指导原则。灸疗治疗原则可以归纳为辨证与辨经、标本缓急、补虚

泻实。

1. 辨证与辨经

疾病总是表现出相关的症状和体征。证候表现于一定的部位，有寒热、虚实的不同性质，并发生在疾病的不同阶段，这些病位、病性、病程，都成为辨证的主要内容。辨经，即是辨识疾病的具体部位。

2. 标本缓急

标与本、缓与急是一个相对的概念，在疾病的发生、发展过程中，标本缓急，复杂多变。标本缓急的运用原则有以下四点。

(1) 治病求本：即针对疾病的本质进行治疗。临床症状只是疾病反映于外的现象，通过辨证，由表及里，由现象到本质进行分析，找出疾病发生的原因、病变的部位、病变的机制，概括出疾病的本质。

(2) 急则治标：在特殊情况下，标与本在病机上往往相互夹杂，其证候表现为标病急于本病，如未及时处理，标病可能转为危重病症，论治时则应随机应变，先治标病，后治本病。

(3) 缓则治本：在一般情况下，本病病情稳定，或虽可引起其他病变，但无危急证候出现，或标本同病，标病经治疗缓解后，均可按“缓则治本”的原则予以处理。

(4) 标本兼治：当标病与本病处于俱缓或俱急的状态时，均可以采用标本兼治法。

3. 补虚泻实

灸疗的“补虚”与“泻实”，是通过艾灸的方法激发机体本身的调节功能，从而产生补泻的作用，达到扶正祛邪的目的。

第二节 艾灸疗法常用材料及辅助工具

一、艾草

艾草又名艾蒿、家艾，是一种菊科多年生草本药用植物，表面深绿色，背面灰色有茸毛。自古以来，中国人很早就用艾草来祛风邪。在端午节，民间至今还有在门前插上艾草辟邪的习俗。中医认为艾草性温，味苦，有理顺气血、补中益气、祛湿化痰、生肌安胎、补阳滋阴的功效。艾