



国际音乐大师打造十一道音乐处方  
激活、降压、止痛、提高免疫……伴你艾灸全程

Moxibustion | 千年古法 | 中医绝学 |  
Systemic Health Warm Moxibustion

# 艾 灸

千年古法，中医绝学

集治、寻、养三位一体，  
驱、补、通、调四效合一

二十一世纪最佳绿色疗法，

名医名师数十年行医经验总结

艾疗专家为你开奇效处方

寻病、祛病、养生艾灸自疗法，

取穴、施治全面详解

梁朵 编著  
成都时代出版社

Moxibution



图书在版编目(CIP)数据

艾灸 / 梁朵编著. —成都: 成都时代出版社,  
2010.11

ISBN 978-7-5464-0221-5

I. ①艾… II. ①梁… III. ①艾灸 IV. ①R245.81

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 198869 号

# 艾灸

AIJIU

梁朵 编著

---

出品人	段后雷
责任编辑	曾绍东
特约编辑	伍泽荣
责任校对	李航
装帧设计	◎中映·良品 (0755) 26740502
责任印制	莫晓涛
出版发行	成都传媒集团·成都时代出版社
电 话	(028) 86619530 (编辑部) (028) 86615250 (发行部)
网 址	www.chengdusd.com
印 刷	深圳市华信图文印务有限公司
规 格	787mm×1092mm 1/16
印 张	10
字 数	160千
版 次	2010年11月第1版
印 次	2010年11月第1次印刷
印 数	1-15000
书 号	ISBN 978-7-5464-0221-5
定 价	29.80元

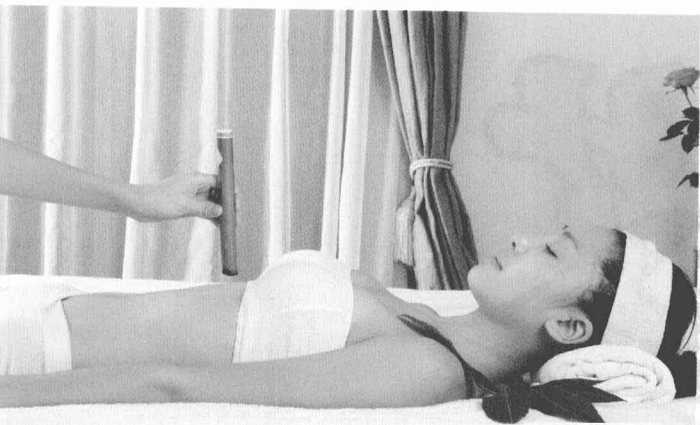
---

著作权所有·违者必究。举报电话:(028)86697083

本书若出现印装质量问题,请与工厂联系。电话:(0755)29550097

本书从艾灸的基础知识、艾绒的选择与制造、灸疗的治疗原理和治疗方法、艾灸在各腧穴的作用说开去，对使用艾灸治疗疾病、养生保健、活络美容等方面进行介绍。书中详细列举了各种病症及对应的灸疗方式，病例分类详细，而且都是日常生活中经常遇到的，能够对症下药地进行治疗。既可自己动手，又可由旁人加以辅助，通俗易懂，方便实用，图文并茂地对中医艾灸进行讲解和宣扬，为读者提供了有效的防病治病、养生保健之法。

让艾灸这朵中医奇葩，在新时代重新绽放出勃勃生机；让艾灸这朵中医奇葩，使我们的生活更加美好！



# 序言

## Prologue

艾灸灸法又名灸疗，是传统中医宝贵的治疗保健方法之一，与针疗并称「针灸」。它是使用艾绒、艾炷（或兼有其他药物），用烧灼、温熨的方法作用于体表的腧穴或疼痛处，借灸火的温和热力及药物作用，通过经络的传导，以温通经脉、调和气血、协调阴阳、扶正祛邪，达到治疗疾病、防病保健、养生美容之功效。

艾灸的历史悠久，早在《黄帝内经》的《灵枢·官能》就曾提到过：「针所不为，灸之所宜。」《医学入门》亦说：「药之不及，针之不到，必须灸之。」无论是医学界还是民间，对艾灸都很重视。俗话说「若要安，三里常不干」、「三里灸不绝，一切灾病息」。灸疗可温阳补虚、回阳救逆、温经通络、行气活血、祛湿除寒、消肿散结。比如灸足三里、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。再比如艾灸命门和关元、气海穴可使人阳气足、精血充，从而增强了身体抵抗力，病邪难犯，达到防病保健之功。

艾灸非常符合现代社会追求健康的要求，因此流传极广。艾灸疗法操作简单、取材方便、安全性高、无毒副作用，适合家庭操作。坚持常年施灸，可以养生保健、延年益寿。春夏每周1~2次，秋冬每周2~3次，若能持之以恒，便可以延缓衰老，延长青春。艾灸还可以激发、提高机体的免疫功能，增强机体的抗病能力，有防病治病、保健养生的良好效果，是传统中医之中不可忽视的部分。

# 目录 Contents

## 第一章

### 温艾概述

一、艾灸的基础知识	2	二、艾灸的治疗作用	5
三、艾灸的保健作用	6	四、艾灸治疗的原则	7
五、艾灸的禁忌	10	六、艾灸的等级与灸量	11
七、艾灸的方法	12	八、居家健康宝典——艾灸	19

## 第二章

### 保健艾灸：全身温艾

一、全身保健温艾	22
(一) 全身温艾概述	
(二) 全身温艾部位	
二、脐疗	25
(一) 脐疗是什么	
(二) 脐疗温灸的过程	
(三) 脐疗的治疗疾病及范围	

## 第三章

### 治疗艾灸：居家常见病艾灸

一、内科疾病灸法	30
日常疾患	30
<b>艾条灸</b> 1.感冒 2.咳嗽 3.头痛 4.落枕 5.胃痛 6.腹痛	
7.腹泻 8.贫血 9.便秘 10.失眠 11.神经衰弱	
常见顽症	51
<b>艾条灸</b> 1.心绞痛 2.高血压 3.糖尿病 4.肺结核 5.帕金森综合征	
6.中风偏瘫 7.遗精 8.阳痿 9.脱肛	
<b>艾炷灸</b> 1.消化性溃疡 2.急性胃肠炎 3.慢性胃炎 4.风湿性关节炎	
5.类风湿关节炎 6.前列腺炎 7.肝硬化 8.遗尿 9.癫痫	

## 二、外科疾病灸法..... 79

**艾条灸** 1. 颈椎综合征 2. 肩周炎 3. 网球肘（肱骨外上髁炎）  
4. 慢性腰肌劳损 5. 足跟痛 6. 痔疮

**艾炷灸** 1. 扁桃体炎 2. 腰椎间盘突出症 3. 坐骨神经痛 4. 扭挫伤

## 三、妇科疾病灸法..... 94

**艾条灸** 1. 乳少 2. 产后腹痛 3. 习惯性流产 4. 子宫脱垂  
5. 带下 6. 痛经 7. 月经不调 8. 经闭  
9. 崩漏 10. 经期头痛 11. 更年期综合征

**艾炷灸** 1. 妊娠呕吐 2. 乳腺增生 3. 慢性盆腔炎 4. 子宫肌瘤 5. 不孕症

## 四、儿科病症灸法..... 119

**艾条灸** 1. 小儿夜啼 2. 小儿流涎症 3. 小儿厌食症 4. 婴幼儿腹泻 5. 小儿肺炎

**艾炷灸** 小儿哮喘

### 第四章

## 美容艾灸

### 一、艾灸美容的功效..... 128

### 二、损美性疾病..... 128

**艾条灸** 1. 面色枯黄 2. 眼袋、黑眼圈 3. 黄褐斑  
4. 麦粒肿（针眼） 5. 红眼病（急性结膜炎） 6. 面肌痉挛  
7. 面瘫（面神经炎） 8. 流泪症 9. 斑秃 10. 白癜风

**艾炷灸** 1. 面部皱纹 2. 面部疔肿 3. 毛囊炎 4. 荨麻疹  
5. 神经性皮炎 6. 牛皮癣（银屑病） 7. 丹毒 8. 全身减肥  
9. 腹部减肥 10. 腰部减肥 11. 臀部减肥

### 附录

## 艾灸意外处理

1. 晕灸 2. 灸疗过敏 3. 灸疗中毒 4. 艾灸的注意事项

# 第一章 Chapter One

# 温艾概述

Preview of Moxibustion



艾灸疗法是中华传统医学的治病方法，在我国应用历史悠久，相传先秦时代就已经形成了完整的理论体系，《黄帝内经》中就有大量关于艾灸疗法的记载。艾灸是使用无火焰燃烧的艾柱熏灸穴位以治病。在倡导绿色、环保、健康、自疗的当代，艾灸疗法再一次成为流行健康医学的新宠，受到人们广泛青睐，形成了新的居家疗病、保健的艾灸热潮。





# 艾灸的基础知识

Basic Knowledge of Moxibustion

## 什么是艾灸

艾，有温经通络、行气活血、祛湿除寒、消肿散结、回阳救逆及防病保健等功效。艾灸，是将艾炷燃烧后熏灸穴位以治病防病的中医疗法，有温阳补气、温经通络、消淤散结、补中益气的作用，适应范围十分广泛，在中国古代便是治疗疾病的主要手段。它常用于治疗内科、外科、妇科、儿科、五官科疾病，尤其对乳腺炎、前列腺炎、肩周炎、盆腔炎、颈椎病、糖尿病等有特殊功效。

艾灸还具有奇特的养生保健作用。用灸法预防疾病、延年益寿，在我国已有数千年的历史。《黄帝内经》“大风汗出，灸意喜穴”，说的就是一种保健灸法。《庄子》记载圣人孔子“无病而自灸”，也是指用艾灸养生保健。艾灸可以使皮肤组织中潜在的抗癌作用得到活化，起到良好的作用。

## “针”与“灸”的区别

艾灸的作用机理和针疗有相近之处，并且与针疗有相辅相成的治疗作用，通常针、灸并用，称为“针灸”。针灸治病在

国内外有着深远的影响，但现代人说针灸，多数时候仅指针疗，已经很少包含艾灸的内容了。人们通常认为针和灸是同一种疗法，其实并不是这样。虽然它们都是建立在人体经络穴位的认识之上，但针疗产生的只是物理作用，而艾灸是药物和物理的复合作用。而且两者治疗的范围也不一样，所谓“针所不为，灸之所宜”，指的就是其中的区别。

近年来，随着人们对艾灸疗效独特性的认识，艾灸疗法重新得到了医学界的重视，现代化研究的步伐也在加快。现代化的艾灸治疗仪是传统艾灸材料与光电仪器的结合，在现代新型热源的作用下（如红外线、磁疗）充分发挥艾的药物效用，并具有使用方便、操作简单、不会烧灼皮肤产生疤痕的特点。

## 中医瑰宝艾叶

### 艾叶的特性

经过先代医学家的实践应用，选用艾叶进行艾灸是最佳的施灸媒介，先人积数千年的经验所得，艾灸必须选用艾叶。

“灸”是拿艾草点燃之后去熏、烤穴道。

艾叶是多年生草本菊科植物艾的干燥叶片，全国各地山野之中均有生长。其春天生苗，茎高可长至45~120厘米，茎直立，圆形，质硬，基部木质化，被灰白色软毛，从中部以上分枝。叶片形如菊叶，有羽状深裂，裂片椭圆状披针形，边缘有不规则粗锯齿；叶表面为深绿色，背面为灰白色，叶与茎中有许多细胞孔，上有油脂腺，可以发生特有的香气。夏秋之时，在茎梢上开淡褐色花，花呈圆筒状花冠，呈小头状花序排列，微有气息，花期多在农历六至九月。

其叶入药，多选在农历四五月，花未开、叶茂盛时采摘。艾全国各地均有，但以湖北蕲州所产者为最好，主要得益于其水土之宜，其艾叶厚而绒毛多，性质浓厚，功力最大，故被称为蕲艾。

艾叶味苦、辛，性温；归肝、脾、肾经。《名医别录》中载：“味苦，微温，无毒，主灸百病。”《唐本草》中载：“生寒，熟热。”《本草纲目》中载：“苦而辛，生温，熟热。”艾叶有温经通络、行气活血、祛湿除寒、消肿散结、回阳救逆及防病保健等功效。

对于腹中冷痛、小腹寒痛、子宫寒冷、久不受孕、虚寒性痛经、月经过多、崩漏、胎动不安、湿疹、皮肤瘙痒等症，艾叶都有比较好的疗效。《本草备要》曰：“艾叶苦辛，生温熟热，纯阳之性；能回垂绝之阳，通十二经，走三阴，理气血，逐寒湿，暖子宫，上诸血，温中开

郁，调经安胎……以之艾火，能透诸经而治百病……”

过去民间一直认为艾具有驱邪辟秽的作用，端午节将艾扎好悬挂在门上，亦或点燃烟熏，以驱病逐邪，确保家宅祥和人丁平安。现在的南方农村仍保留有端午前后用艾叶煮水来洗浴的习俗，认为这样可以祛邪除秽保平安。

### 艾叶的选制

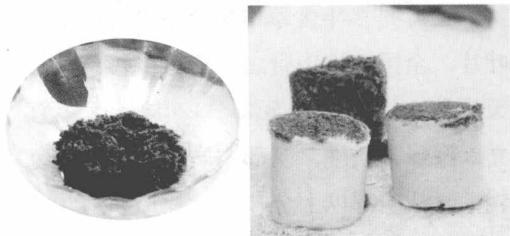
《本草纲目》记载“凡用艾叶，须用陈旧者，治令细软，谓之熟艾。若生艾，则易伤人肌脉”。吴亦鼎的《神灸经论》论述精辟，其曰：“凡物多用新鲜，惟艾取陈久者良。以艾性纯阳，新者气味辛烈，用以灸病，恐伤血脉。故必随时收蓄、风干、净去尘垢，捣成熟艾，待3年之后，燥气解，性温和，方可取用。”所以，采摘选用艾叶应选择农历四五月，要选新鲜、肥嫩的艾叶，连茎刈取，曝干收叶。发霉或腐烂艾叶不用。采摘后拣除杂质，筛去尘土，进行存放，艾叶存放时间越长久越好。



将采摘来的艾叶晒干或放入干燥箱中烘干，然后放置石臼内或碾槽内碾压碎成絮状，筛去灰尘、杂质及纤维。反复制作多次，成纯艾绒。

艾绒制成后，必须储存在干燥、密闭的容器内一段时间才可使用。注意艾绒要防潮、防霉烂、防虫，天气晴朗时可取出曝晒。存放3年以上的陈艾，使用最佳。

这样做出的优质艾绒，艾线柔软、干燥、无杂质、易成团。便于捏成大小不同的艾炷，易于燃烧，气味芬芳宜人，热力温和，能穿透皮肤，直达深部。存放时间长，久经日晒的艾绒，油分挥发已尽，火力柔和，多用于直接灸，令人感觉快适；没做好或没保存好的劣质艾绒则含有较多



杂质，生硬、不易团聚、油份尚存于内，燃烧时火力暴躁，不时有火星爆出，多用于间接灸。

## 艾炷、艾条的制作

### 艾炷

艾炷就是用艾绒制成下面大、上面尖呈锥形的艾团，以便于安放，并使火力逐渐由弱而强。

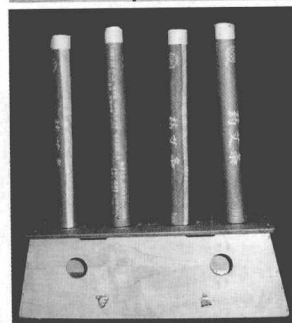
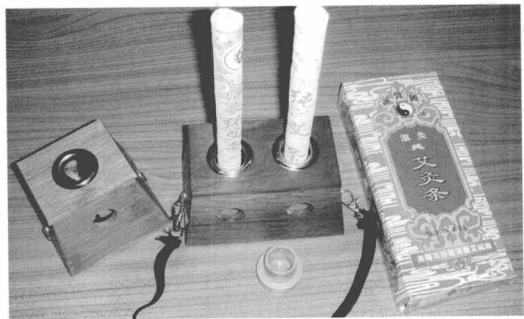
《明堂上经》云：“艾炷以小筋头作，如其病脉粗细，状如细线，但令当脉灸之，雀粪大者，亦能愈矣。”《明堂下经》又云：“凡灸炷欲下广三分，若不三分则火气不达，病不能愈。”这说明艾炷的大小应根据病情和施灸部位而定。

小如麦粒、雀粪的小艾炷，多用于头部及四肢部位。

如黄豆大小或半截枣核大小的中艾炷，多用于胸腹及背部。

如半截橄榄或筷头大小的大艾柱，多用于胸腹和腰背部。

艾炷可以用手工制作，用拇、食、中指拢捏艾绒，边捏边旋转，捏紧即成。也有用有机玻璃或塑料制成的艾炷器，外观呈长方体，上排列有圆锥形空洞。操作时，将艾绒填入洞孔，用圆棒压紧后，用



细铁丝从底面小孔顶出即可。还有用机器制作成小圆柱形的艾炷，如香烟粗，长约1厘米左右。

### 艾条

艾条的制作是将艾绒放在纸中，搓转成如同香烟状的细长圆柱形即成。艾条分为纯药条和药艾条2种。

取3厘米长、20厘米宽的桑皮纸或卷

烟用纸，将20克艾绒均匀放在纸上，用手搓转成直径为1.5厘米的圆柱形，搓得越紧越好，再用鸡蛋清或胶水将其粘好，晒干即成纯艾条。

药艾条是在制作艾条时，除放入艾绒外，再加入肉桂、干姜、丁香、独活、细辛、白芷、雄黄、苍术、没药、乳香、川椒等药粉，如上法卷制而成。

## 艾灸的治疗作用

Therapeutic Effects of Moxibustion

### （一）温通经脉、驱散寒邪

艾灸一般采用上等陈艾，加入数味中药合制而成，火柔而温，渗透力极强，能温经散寒，以火攻邪。传统中医认为人体正常生命活动有赖于气血的作用，气血不足、运行不畅就容易衰老生病。气血有“遇温则行，遇寒则凝”两大特点，温灸疗法正是利用艾火对经络穴位的温热刺激，使气血运行，以火攻邪，达到保健、养生、美容之功效。可用于治疗寒凝血滞、经络痹阴引起的各种病症，如风寒湿痹、痛经、经闭、寒疝腹痛等。

### （二）行气活血，消淤散结

温灸所用的药艾，燃烧时散发出的温热与特殊气味，能快速开通人体的经络，

加速人体的气血循环。可用于治疗外感风寒表证及中焦虚寒呕吐、腹痛、泄泻等。

### （三）温补益气，回阳固脱

温灸疗法补益强身，能激发人体免疫系统功能，促进新陈代谢，强内通外。温灸疗法具有特殊的纯阳之性，能使人阳气足，精血充沛，固体强身，增强人体消化、循环、排泄、生殖泌尿系统机能的作用。用于治疗脾肾阳虚、元气暴脱之证，如久泄、久痢、遗尿遗精、阳痿、早泄、虚脱、休克等。

### （四）补中益气，升阳举陷

用于治疗气虚下陷、脏器下垂之证，如胃下垂、肾下垂、子宫脱垂、脱肛以及崩漏日久不愈等。



### 三

## 艾灸的保健作用

Health Effects of Moxibustion

凡养生者都应以抚养正气为根本。疾病发生与人体的早衰，其根本原因就在于体内“正气”的虚损。传统中医认为，“气”是生命之源，正气足者，就能保持阴阳平衡，从而提高人体的免疫、调节、代谢等功能。所以“抚养正气”是延年益寿养生的根本法则。

艾灸具有增强体质、延缓衰老、延年益寿的功效，作为养生保健的一种有效方法，在我国医疗保健史上发挥了重要的作用。唐代，艾灸保健之法更加盛行，高寿

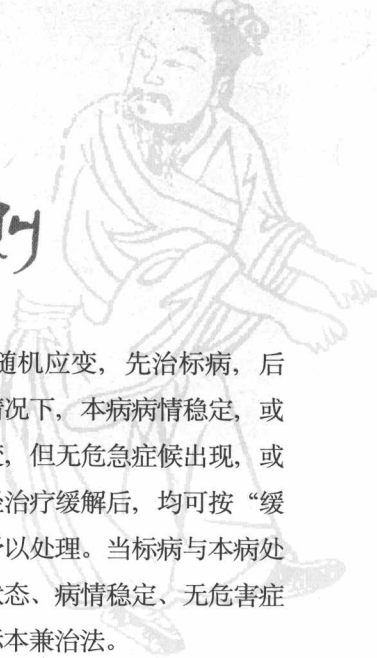
之人由此增多。孙思邈所著的《千金药方》中记载着：“宦游吴蜀，体上常引三两处灸疮，则瘴疠瘟虐不能着人。”宋代的太医窦材在其所著的《扁鹊心书》中指出：“人于无病时常灸，虽未得长生，亦可保年寿矣。”古人还有每月必有十日灸足三里穴，寿至一百余岁，至今还有“人若安，气海、三里常不干”的谚语。以上这些记载说明了灸法保健在我国已有悠久的历史，也更说明了艾灸对人体治疗疾病和保健的重要性。



## 四

# 艾灸治疗的原则

Principles of Moxibustion



## （一）治疗原则

艾灸治疗疾病应以治疗原则为指导。

艾灸的治疗原则归纳为辨证与辨经、标本缓急、补虚泻实和三因制宜等。

### 辨证与辨经

针灸治疗首先需掌握辨证与辨经的关系。疾病表现出的症状和体征，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。症候分属于阴阳经脉，阴阳经脉分为上下、手足，手足经脉又分为左右两侧。按六经皮部来分析病症部位，从疾病发展过程来分辨六经所属。

辨证与辨经，可以说是以经络理论为纲来分析全身症候。外证有部位可循，内证有脏腑可属，不能只顾局部而忽视整体，只顾眼前而忽视其发展过程。

### 标本缓急

标与本、缓与急是一个相对的要领，在疾病的发生、发展过程中，标本缓急复杂多变。在特殊情况下，标与本在病机上往往相互夹杂，其症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

证，论治时则应随机应变，先治标病，后治本病。在一般情况下，本病病情稳定，或虽可引起其他病变，但无危急症候出现，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。当标病与本病处于俱缓或俱急的状态、病情稳定、无危害症候时，均可采用标本兼治法。

### 补虚泻实

补虚泻实是指导灸疗的基本原则。

“虚”是指人体的正气虚弱，“实”是指邪气偏盛。补虚就是扶助人体的正气，增强脏腑器官的功能，补益人体的阴阳气血以抗御疾病；泻实就是驱除邪气，以利于正气的恢复。

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。取穴上补虚主要是通过补其本经、补其表里经和虚则补其母的方法选穴配伍，达到“补”的目的；泻实主要通过采取泻其本经、泻其表里经和实则泻其子的方法选穴配伍，达到“泻”的目的。

### 三因制宜

根据季节（包括时辰）、地理和治疗对象的不同情况而制定适宜的治疗方法。





一天内时辰的变化、季节的影响，都有取穴的不同或灸治方法的差异。

此外，还应把握灸疗的有效时机，如治疗痛经一般宜在月经来临前开始治疗。另外，由于地理环境、气候条件和生活习惯的不一样，人体的生理活动和病理特点也有区别，治疗方法亦有不同的选择。还有，需要根据患者的性别、年龄、体质等的不同特点制定适宜的治疗方法。男女性别不同，各有其生理特点，尤其是对于妇女患者经期、怀孕、产后等情况，治疗时应加以考虑。年龄不同，生理功能和病理特点亦不同，治疗时应予区别对待。

## （二）取穴原则

艾灸治疗是通过通过对一定的腧穴进行艾灸来完成的。人体有361个经穴和众多的经外奇穴，每个穴位都有一定的特性，其主治功能不尽相同，选取适当的腧穴是配穴处方的主要内容之一。灸疗处方中腧穴的选取，以脏腑经络学说为指导，以循经取穴为主，并根据不同症候选取不同腧

穴。取穴原则主要包括近部取穴、远部取穴和随症取穴。

### 近部取穴

近部取穴是指选取病痛的存在部位或邻近部位的腧穴，这一取穴原则是根据腧穴普遍具有近治作用的特点提出来的，其应用非常广泛。大凡其症状在体表部位反映较为明显和较为局限的病症，均可接近部取穴原则选取腧穴，予以治疗。例如，鼻病取迎香，口喎取颊车、地仓，胃病取中脘、梁门等，皆属于近部取穴。

### 远部取穴

远部取穴是指选取距离病痛较远处部位的腧穴，这一取穴原则是根据腧穴具有远治作用的特点提出来的。人体许多腧穴，尤其是四肢肘、膝关节以下的经穴，不仅能治疗局部病症，而且还可以治疗本经循行所及的远隔部位的病症。远部取穴时既可取所病脏腑经脉的本经腧穴，也可取表里经或其他相关经脉上的腧穴。例如，胃脘疼痛属胃的病证，可选取足阳明胃经的足三里，同时可选足太阴脾经的公

孙（表里经），必要时还可加取内关（即其他相关经脉上的腑穴），为远部取穴的具体应用。

### 随症取穴

随症取穴，亦名对症取穴，或称辨证取穴，是指针对某些全身症状或疾病的病因而选取腧穴，这一取穴原则是根据中医理论和腧穴主治功能而提出的。近部取穴和远部取穴适用于病痛部位明显或局限者，但临床上有许多疾病如失眠、自汗、盗汗等等，往往难以明确其病变部位，对于这一类病证，可以按照随症取穴的原则选取适当腧穴。例如，治失眠多梦可选取神门、大陵，治盗汗可选取阴郄、后溪等，均属随证取穴的范畴。

有些腧穴对某一方面的病症有特殊的治疗效果，在治疗中经常选用，如属血病的血虚、慢性出血等取膈腧，属筋病的筋骨酸痛等取阳陵泉，这些也都属随症取穴的范畴。上述取穴原则在临床上除可单独应用外，还常相互配合应用。

### （三）配穴法

配穴法是在选穴原则的基础上，选取具有协同作用的腧穴加以配伍应用的方法。历代医家非常重视并总结出多种行之有效的配穴方法，主要包括本经配穴、表里经配穴、上下配穴、前后配穴和左右配穴等。配穴时要处理好主与次的关系，坚持少而精的原则，突出主要腧穴的作用，适当配伍次要腧穴。

### 本经配穴法

某一脏腑、经脉发生病变时，即选某一脏腑经脉的腧穴，配成处方。如肺病咳嗽，可取局部腧穴中府，同时远取本经之尺泽、太渊，属于本法的具体运用。

### 表里经配穴法

以脏腑、经脉的阴阳表里配合关系作为配穴依据，即某一脏腑有病，取其表里经腧穴组成处方施治。在临床上常取表里经的腧穴配合应用。

### 上下配穴法

是指将腰部以上腧穴和腰部以下腧穴配合应用的方法。上下配穴法在临床上应用广泛，如治疗胃病取内关、足三里，治疗咽喉痛、牙痛取合谷、内庭、八脉交会穴配合应用等，都属于本法的具体应用。

### 前后配穴法

选取胸腹和背腰部腧穴配合应用的方法称为前后配穴法，亦名腹背阴阳配穴法。凡治脏腑疾患，均可采用此法。例如，胃痛前取中脘、梁门，后取胃腧、胃仓。

### 左右配穴法

选取肢体左右两侧腧穴配合应用的方法。临床应用时，一般左右穴同时取用，以加强协同作用，如出现面瘫、偏瘫、偏头痛、痹痛等，左右不同名腧穴也可同时并用，如左侧面瘫，取左侧颊车、地仓，并配合右侧合谷等。





# 五

## 艾灸的禁忌

Contraindications of Moxibustion

### (一) 禁忌症

凡属实热症或阴虚发热、邪热内炽等症，如高热、高血压危象、肺结核晚期、大量咯血、呕吐、严重贫血、急性传染性疾病、皮肤疔疮疖并有发热者，均不宜使用艾灸疗法。

器质性心脏病伴心功能不全，精神分裂症，孕妇腹部、腰骶部，均不宜施灸。

颜面部、颈部及大血管走行的体表区域、黏膜附近，均不宜直接灸。

### (二) 禁灸穴位

禁灸穴是指不可灸治的腧穴。它是针灸临床避免事故差错的根据，意义深远。

古人认为凡接近五官、前后二阴及大动脉的腧穴，均是禁灸穴，不宜用灸法施治。如脑户、风府、哑门、五处、承光、脊中、心膂、白环腧、丝竹空、承泣、素髻、人迎、乳中、渊腋、鸠尾、经渠、天府、阴市、伏兔、地五会、膝阳关、迎香、巨髻、禾髻、地仓、少府、足通谷、天柱、头临泣、头维、攒竹、睛明、颧髻、下关、天牖、周荣、腹哀、阳池、中冲、少商、隐白、漏谷、阴陵泉、条口、髌鼻、髌关、申脉、委中、承扶等。但这些都是古人的经验之谈。近代针灸临床认

为，除了睛明、素髻、人迎、委中等不宜灸外，余穴均可适当采用灸治法。

### (三) 注意事项

实施艾灸前，应让患者了解灸治的方法及疗程，尤其是会产生疤痕的瘢痕灸，只有取得患者的同意才能施治。在施灸前应用温水或酒精棉球清洗干净所选穴位，灸后注意保持局部皮肤适当温度，防止受凉而影响疗效。瘢痕灸后要保持清洁，必要时贴敷料，每天换药直至结痂为止。

在灸治过程中，要注意防止艾火灼伤皮肤，对幼儿患者更要注意。如有起疱时可用乙醇消毒后，用毫针将水疱挑破，外用消毒敷料，数日后可痊愈。

灸后如果感到身体不适，有身热、头昏、烦躁等症状，可令患者适当活动身体，饮少量温开水，或针刺合谷、后溪等穴位，可使症状迅速缓解。

以补法施灸时要等艾火自己熄灭，使火力缓缓透入深层，以补虚扶羸、温阳起陷。而泻法施灸时则要把火头吹燃使艾条迅速燃烧，不燃至皮肉即扫除，力促而短，以起消散作用。

施灸时注意安全用火，灸治结束后要将艾绒熄灭，以防烧坏衣服、被褥等。