



边学边用 针灸治疗 常见病



介绍针灸的基础知识、操作要点、注意事项、常见病的针灸治疗
本书附大量穴位图 and 医案选要，适合初学针灸者阅读使用

蔚永运 周美玲 王 燕 主编



人民军医出版社

边学边用针灸治疗常见病

BIANXUE BIANYONG ZHENJIU ZHILIAO
CHANGJIANBING

主 编 蔚永运 周美玲 王 燕
编 者 王 莉 王爱华 卢亚宁
刘培俊 吕 刚



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

边学边用针灸治疗常见病 / 蔚永运, 周美玲, 王 燕主编. —北京: 人民军医出版社, 2010.8

ISBN 978-7-5091-4014-7

I. ①边… II. ①蔚…②周…③王… III. ①常见病—针灸疗法 IV. ①R245

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 148256 号

策划编辑: 于 岚 文字编辑: 王冬峰 责任审读: 吴 然

出 版 人: 齐学进

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) 51927300-8119

网址: www.pmmp.com.cn

印刷: 北京天宇星印刷厂 装订: 京兰装订有限公司

开本: 787mm×1092mm 1/16

印张: 11.5 字数: 206 千字

版、印次: 2010 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 0001~4500

定价: 27.00 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



本书系统地介绍了祖国传统医学的针灸经络理论，着重关注内科、外科、妇科、儿科等多学科的常见病、多发病，也涉及了一些亚健康的针灸保健疗法。对于每一种疾病，先阐述其发病机制，后列出所取腧穴，并介绍了取穴位置、操作手法及图示穴位，图文并茂，是针灸爱好者、大中专院校学生及研究生的良师益友。





前 言

疾病的产生是一个极其复杂的过程。对于疾病的治疗，目前提倡使用综合治疗方法。在医疗技术日新月异的情况下，能够使创新与传统相结合，从而更好地维护人们的健康，达到治愈疾病的目的，是我们的一个心愿。

自古以来，针灸就一直是中华民族促进健康、祛除疾病的有力武器。针灸有其自身的经络理论、辨证要点、施治原则和操作手法，每一位针灸师更有其自身的体会和经验。

能够博采众家之长，撷取独到经验，是写作本书的出发点。为了普及针灸知识、分享专家治疗经验，我们组织经验丰富的针灸师编写了这本书。

初学者最好在针灸医师的指导下学习应用。开始学习时，要一个一个熟悉、记忆针灸穴位，本书的插图，开始也多是提供单个穴位供读者参考。熟悉多个穴位之后，再熟悉人体的经络及穴位关系，这时可以多翻阅附录中的整体经络及穴位图。每一位医学生在学习针灸时，都曾拿自己的身体当作模型反复摸索练习。在学习的过程中，如果遇到实际病例，能够加以应用并取得一些疗效，就更能提起学习的兴趣。

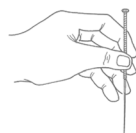
本书除了系统介绍针灸经络理论外，最大的特点是关注内科、外科、妇科、儿科的常见病、多发病，并谈及了一些亚健康的针灸保健疗法。“他山之石，可以攻玉”，西医工作者也可从本书中大获裨益。

编 者

2010年2月



第 1 章	针灸	1
一、	针灸的起源	1
二、	针灸的含义	2
第 2 章	腧穴	3
一、	腧穴的含义	3
二、	腧穴的分类	3
三、	腧穴的治疗作用	3
四、	腧穴的定位方法	4
第 3 章	灸法	7
一、	艾炷灸	7
二、	艾条灸	7
三、	灸法的适应证	8
四、	灸法的注意事项	8



第4章 针刺疗法	9
一、毫针刺法	9
二、三棱针刺法	13
第5章 其他疗法	15
一、电针疗法	15
二、穴位注射	15

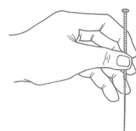


下 篇

第6章 急症	17
一、中暑	17
二、溺水	20
三、踝关节扭伤	23
四、胸胁逆伤	26
五、痉证	27
六、脱证	30
第7章 精神及神经性疾病	31
一、头痛	31
二、眩晕	33
三、失眠	35
四、癔症	36
五、郁病	37
六、癫痫	39
七、面神经麻痹	41
八、三叉神经痛	44
九、卒中	46
十、帕金森病	48



十一、痿病	51
十二、老年痴呆病	53
第 8 章 眼耳鼻咽喉及口腔疾病	55
一、睑腺炎	55
二、眼睑下垂	56
三、假性近视	58
四、视神经萎缩	60
五、神经性耳鸣	63
六、慢性鼻炎	64
七、咽喉痛	66
八、牙痛	68
九、口腔溃疡	71
十、颞下颌关节紊乱综合征	72
第 9 章 呼吸系统疾病	75
一、感冒	75
二、咳嗽	77
第 10 章 心血管疾病	80
一、心绞痛	80
二、低血压	81
三、高血压病	82
四、心律失常	83
五、血栓闭塞性脉管炎	85
第 11 章 消化系统疾病	87
一、胃痛	87
二、呃逆	88
三、呕吐	89
四、腹痛	89



五、便秘	90
六、腹泻	92
七、消化不良	93
八、肠痛	94
九、胆绞痛	95
十、胃下垂	97
十一、脱肛	98

第 12 章 妇科疾病 101

一、月经不调	101
二、痛经	103
三、经行头痛	104
四、带下病	105
五、不孕症	107
六、功能性子宫出血	109
七、闭经	110
八、慢性盆腔炎	111
九、绝经期综合征	112
十、阴挺	113

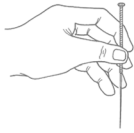
第 13 章 产科病 115

一、妊娠恶阻	115
二、胎位不正	115
三、胞衣不下	116
四、恶露不下	117
五、恶露不净	118
六、缺乳	119
七、乳痈	120

第 14 章 儿科病 122

一、腹泻	122
------	-----

二、疳积	123
三、遗尿	125
四、注意缺陷障碍 [伴多动]	125
五、脑瘫	126
第 15 章 泌尿及生殖性疾病	129
一、尿失禁	129
二、尿潴留	130
三、阳痿	131
四、遗精	132
五、慢性前列腺炎	134
六、男性不育症	136
第 16 章 代谢性疾病	138
一、高脂血症	138
二、糖尿病	138
三、肥胖症	140
四、甲状腺功能亢进	142
第 17 章 皮肤病	146
一、荨麻疹	146
二、带状疱疹	147
三、痤疮	148
四、斑秃	149
第 18 章 亚健康	151
第 19 章 贫血	152
第 20 章 肌肉及骨关节疾病	154
一、关节疼痛	154



二、落枕	156
三、肩周炎	157
四、网球肘	157
五、腱鞘囊肿	159
六、颈椎病	160
七、腰痛	161
八、慢性腰肌劳损	162
九、坐骨神经痛	163
十、跟痛症	165
十一、风湿性关节炎	166
十二、强直性脊柱炎	167
十三、外伤性截瘫	169
 附录 A 人体经络穴位图	 172



上篇



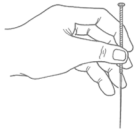
第 1 章 针 灸

一、针灸的起源

针灸在中国古代文献中，虽没有明确记载其起源年代，但有针刺最早使用的工具，即一种称为“砭石”的石头。《山海经》一书中有“高氏之山，其上多玉，其下多箴石”。在 2 000 年前写成的《黄帝内经》一书中就有很多关于针灸的记载。

从目前出土的大量古代文物中，也可证明针灸的起源是很早的。在中国的石器时代，已有了针灸的雏形。除用石针外，还有骨针、陶针、竹针。

关于灸的起源，是在古人发现火之后。据推测，古人在火旁发现身体病痛之处疼痛减轻，从而得到启示，但为什么很早就选择用艾作为灸的材料，至今还不清楚。《黄帝内经》一书中关于艾灸的记载已很多，如“针所不为，灸之所宜”。可见，在中国几千年前针刺和灸法已相当广泛地应用了，中国民间也有“一针、二灸、三服药”的民谚流传。



二、针灸的含义

1. 传统针灸 传统针灸包括针刺和艾灸两种治疗方法。针刺是利用不同的针具作用于人体，施以机械性刺激以治疗疾病的方法；艾灸是将艾叶加工而成的纤细部分做成块状或卷成条状，点燃后产生燃烧热，熏灼体表的腧穴以治疗疾病的方法。针刺和艾灸两者虽方法不同，但都是依据中医经络腧穴理论，均为十分相近的中医外治法，常相互结合应用，故自古以来就被相提并论，合称为针灸。

2. 现代针灸 现代自然科学和中医药学的发展丰富了传统的针灸医疗技术，针灸的含义随之扩大。在传统的针灸基础上，又增加了头针、耳针等疗法。同时，还创制了电针和穴位注射（水针）、穴位照射（红外线和紫外线）、穴位埋线、穴位结扎、穴位药物透入、穴位磁疗、穴位激光照射等治疗方法。现代针灸是现代科学技术与传统针灸相结合产生的新一代针灸学，但仍属于针灸学的范畴。

第2章 腧穴

一、腧穴的含义

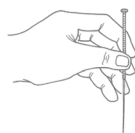
腧穴即针灸施术的部位，是人体脏腑经络气血输注出入的地方，古人又称为“砭灸处”“孔穴”“气穴”等。腧穴通过经络与脏腑密切联系，既可以反映体内生理病理变化，用于腧穴诊断，又可以接受外来各种刺激，用于治疗疾病、调整机体功能状态、改善生理活动、预防保健。

二、腧穴的分类

1. 十四经穴 简称“经穴”，即分布在十二正经和任脉、督脉循行路线上的腧穴，是临床最常用的穴位，目前公认的经穴共有 361 个。
2. 经外奇穴 也称“奇穴”，是指既有穴名，又有明确的位置，但尚未列入十四正经的腧穴。这些腧穴对某些病证具有特殊的治疗作用，其数量较多，且发展较快，以致难以计数。
3. 阿是穴 又称“压痛点”“不定穴”，是经穴和奇穴之外的穴。这一类腧穴既无具体名称，又无固定位置，是以压痛点或反应点作为针灸的部位。因此，古人有“以痛为腧”的说法。

三、腧穴的治疗作用

1. 近治作用 人体一切腧穴均有这一作用，均能治疗该穴所处部位及邻近组织、器官的病证。如头部穴治头部病，腹部穴治腹部病，四肢部穴治四肢部病证。
2. 远治作用 指部分穴除具有近治作用外，还具有治疗较远部位病证的作用。位于肘、膝以下的穴位，大多具有这种作用。如手部的合谷能治疗头面、五官病，膝关节下的足三里能治疗腹部病等。相对来说，头面部、躯干部穴无远治作用。
3. 特殊作用 某些穴位对机体的不同状态，起着双向的良性调节作用，即同一穴位因机体状态不同，出现两种截然相反的作用。如针刺合谷既能发汗又能止汗，针刺天枢既能止泻又能通便等。此外，腧穴的特殊性还表现在某穴对某病的相对特殊治疗作用，



如大椎的退热作用等。

四、腧穴的定位方法

1. 解剖标志定位法 根据人体自然标志取穴的方法分为两种：一种是固定不移的标志，如眉毛、乳头、肚脐等，称作“固定标志”；另一种是需要病人采取一定姿势才会出现的标志，如皮肤的皱纹、肌肉的凹陷等，称作“活动标志”，是临床常用取穴法，如屈肘关节时，肘横纹出现后，即可凭借横纹取到多个腧穴。

2. 传统折量定位法 是古人将人体某部位人为地分为若干等分，每一等分称为1寸，作为取穴的方法。例如，前发际至后发际为12寸（前后头正中线位置）；腹部以肚脐中心，向上至剑突为8寸，向下至耻骨联合上缘为5寸；两乳头之间为8寸；背部以脊柱的棘突为准，一般低头第一高骨为颈7椎，以下胸椎、腰椎、骶椎棘突均作为取穴标志；两肩胛骨脊柱缘为3寸，两肩胛下角平第3胸椎，两髂嵴最高连线平第4腰椎棘突；腋前皱襞至肘横纹为9寸，肘横纹至腕横纹为12寸；臀横纹至腘横纹为14寸，外膝眼（髌骨外下方凹陷处）至外踝最高点为16寸，胫骨内髁下缘至内踝最高点为13寸，外踝最高点至足底为3寸（图2-1）。

折量法的优点是能够适应各种人体，无论人体高矮、胖瘦，均可按这一标准测量。需要注意的问题是，这里所称的长度单位“寸”不等于日常生活中的长度“寸”，实际上是一个等分。

3. 手指同身寸法 根据正常人的手指与身体其他部位有着一定比例的关系，以患者本人手指的某段长或宽度为标准单位，用以取穴的方法，称为手指同身寸法，一般有以下几种。

中指同身寸：以患者中指第一、二指节横纹桡侧端间距离作为1寸，用于四肢、背部取穴。

拇指同身寸：即以拇指两节之间指关节的横度作为1寸，多用于四肢部位取穴。

横指同身寸：又名“一夫法”，是以患者示指、中指、环指和小指并拢时，穿过中指中节近端纹处为准，此四横指作为3寸（图2-2）。

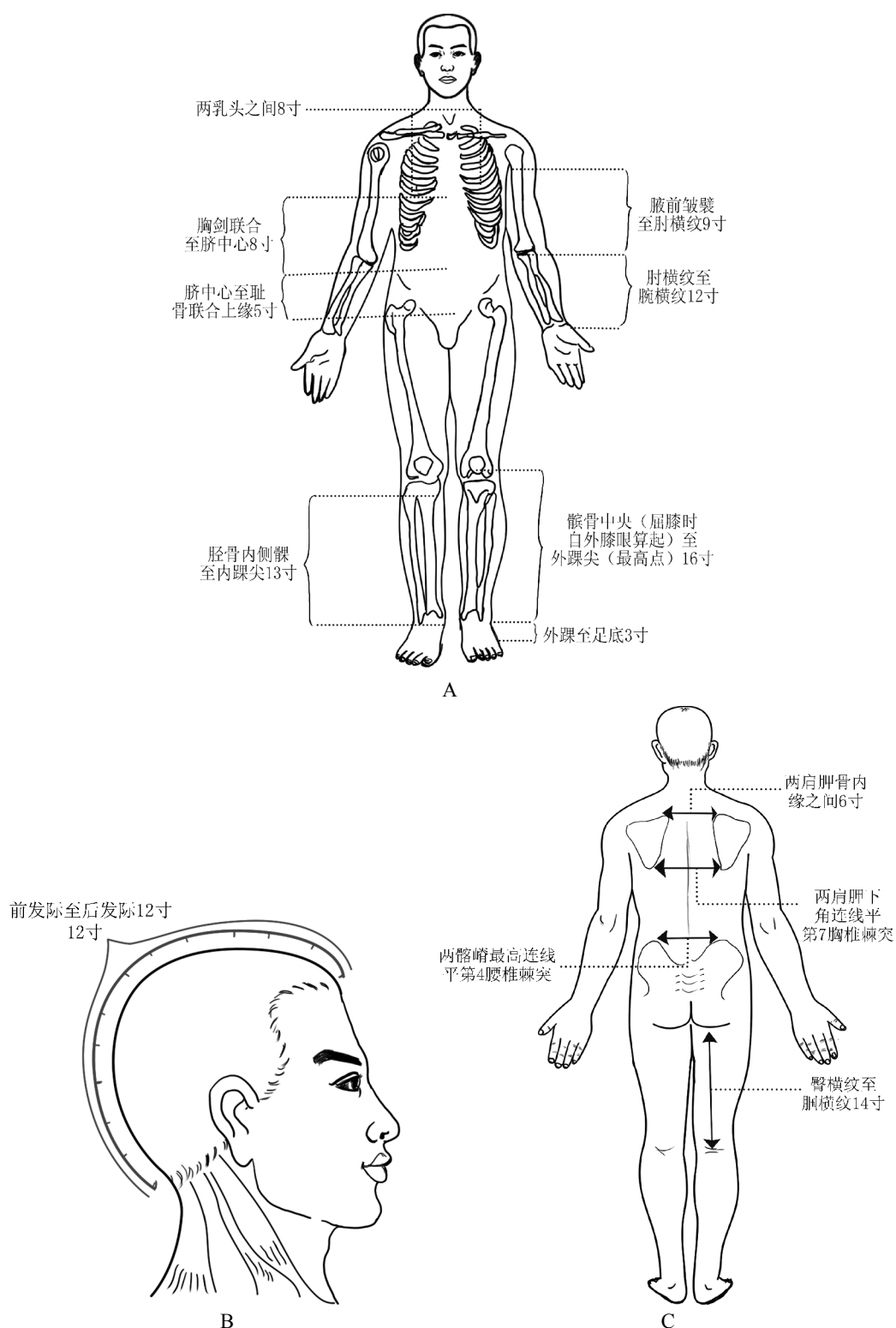


图 2-1 折量定位法

A. 正面; B. 侧面; C. 背面

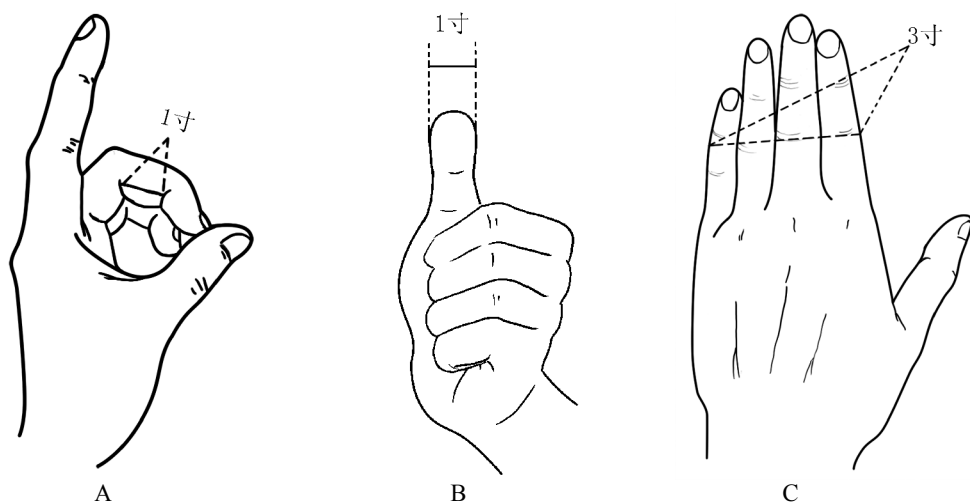
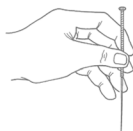


图 2-2 手指同身寸法

A. 中指同身寸；B. 拇指同身寸；C. 横指同身寸

4. 简便取穴法 简便取穴法，即临床医生的经验取穴法。如两手虎口交叉，在示指末端处取穴列缺。