

针灸治病取穴 熟记歌诀

ZHENJIU ZHIBING QUXUE SHUJI GEJUE

◎石凤阁 石今元 编著



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

针灸治病取穴熟记歌诀

ZHENJIU ZHIBING QUXUE SHUJI GEJUE

石凤阁 石今元 编著



人民军医出版社

People's Military Medical Press

北 京

图书在版编目(CIP)数据

针灸治病取穴熟记歌诀/石凤阁,石今元编著.
—北京:人民军医出版社,2005.9
ISBN 7-80194-662-6

I. 针… II. ①石…②石… III. 针灸疗法-
穴位 IV. R224.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 032007 号

策划编辑:黄建松 文字编辑:黄栩兵 责任审读:周晓洲
李晨

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:北京市复兴路 22 号甲 3 号 邮编:100842
电话:(010)66882586(发行部) 51927290(总编室)
传真:(010)68222916(发行部) 66882583(办公室)
网址:www.pmmpp.com.cn

印刷:三河市春园印刷有限公司 装订:春园装订厂

开本:787mm×1092mm 1/36

印张:8.75 字数:141 千字

版次:2005 年 9 月第 1 版 印次:2005 年 9 月第 1 次印刷

印数:0001~4000

定价:16.00 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

电话:(010)66882585 51927252

内容提要

作者以自己长期从事针灸临床的经验和熟记针灸取穴的体会,较详细地介绍了常见急症,传染病,呼吸、消化、循环、泌尿、生殖、神经、内分泌、血液系统疾病,精神疾病,以及外科感染、肛肠疾病、疼痛、妇科疾病、儿科疾病、皮肤科疾病和五官科疾病的针灸取穴歌诀,并对取穴要点、针灸方法、疗程、疗效等进行了详尽的解释。本书对针灸临床医师熟记取穴将有较大帮助,适合各级基层医师、中医科医师及医学生阅读参考。

责任编辑 黄建松 黄栩兵

目 录

第一章 急症	1
一、休克	1
二、呼吸骤停	2
三、高热	3
第二章 传染病	5
一、流行性感胃	5
二、流行性腮腺炎	6
三、百日咳	9
四、急性细菌性痢疾	10
五、急性黄疸性肝炎	12
六、疟疾	12
第三章 呼吸系统疾病	15
一、感冒	15
二、咳嗽	17
三、支气管哮喘	19
四、咯血	21
第四章 消化系统疾病	23
一、胃脘痛	23
二、胃痉挛	25



三、噎膈	27
四、呃逆	27
五、呕吐	33
六、急性肠梗阻	35
七、慢性浅表性胃炎	37
八、胃下垂	38
九、急性胃肠炎	42
十、消化性溃疡	44
十一、慢性结肠炎	45
十二、腹泻	46
十三、便秘	49
十四、肝脾脏疼痛、腹水、病毒性肝炎、 黄疸	51
十五、胆绞痛	53
第五章 循环系统疾病	57
一、心绞痛	57
二、心悸	59
三、心律失常	61
四、高血压	62
五、高脂血症	66
六、心脏神经官能症	67
七、血栓闭塞性脉管炎及下肢发凉	68
第六章 泌尿生殖系统疾病	70
一、泌尿系感染	70
二、尿潴留	71



三、尿失禁·····	74
四、肾绞痛·····	77
五、慢性前列腺炎·····	80
六、阳痿·····	82
七、遗精·····	85
第七章 神经系统疾病 ·····	87
一、急性脑血管疾病·····	87
二、眩晕·····	90
三、晕厥·····	93
四、癫痫·····	94
五、癔症·····	97
六、椎-基底动脉供血不足·····	102
第八章 精神疾病 ·····	104
一、精神分裂症·····	104
二、失眠症·····	105
三、梅核气·····	109
四、发作性睡病、嗜眠症·····	111
第九章 内分泌疾病 ·····	113
第十章 血液系统疾病 ·····	116
第十一章 风湿性和类风湿关节炎 ·····	118
一、风湿性关节炎·····	118
二、类风湿关节炎·····	119
第十二章 外科感染性疾病 ·····	121
一、疖及疖病·····	121
二、颈淋巴结结核·····	122



三、急性淋巴管炎	124
第十三章 肛肠疾病	126
一、脱肛	126
二、痔	128
第十四章 疼痛	132
一、头痛	132
二、面神经麻痹	136
三、面肌痉挛	140
四、三叉神经痛	142
五、胁痛	145
六、颈椎病	146
七、肩关节周围炎	149
八、肱骨外上髁炎	153
九、急性腰扭伤	155
十、落枕	159
十一、腰肌劳损	163
十二、坐骨神经痛	166
十三、肋间神经痛	169
十四、足跟痛	171
十五、枕神经痛	175
十六、梨状肌综合征	176
十七、腰椎间盘突出症	178
十八、第3腰椎横突综合征	179
十九、踝关节软组织损伤	180
第十五章 妇科疾病	183
一、痛经	183



二、功能失调性子宫出血	186
三、带下病	188
四、闭经	190
五、妊娠呕吐	190
六、胎位不正	192
七、乳腺炎	193
八、缺乳	196
九、乳腺增生	198
十、产后便秘与产后失眠	200
十一、子宫脱垂	201
十二、外阴瘙痒	202
第十六章 儿科疾病	204
一、高热惊厥	204
二、急性支气管炎	205
三、小儿哮喘	206
四、厌食	207
五、夜啼	207
六、婴幼儿腹泻	208
七、婴幼儿营养不良	211
八、小儿鞘膜积液	212
九、疝气	213
十、小儿脱肛	214
十一、儿童脑功能轻微失调	214
十二、小儿肠套叠	215
十三、吐乳、呕吐	216
十四、遗尿症	217



第十七章 皮肤疾病	220
一、带状疱疹	220
二、荨麻疹	221
三、湿疹	224
四、疣	225
五、真菌性皮肤病	227
六、皮肤瘙痒症	228
七、痤疮	229
八、神经性皮炎	231
第十八章 五官科	233
一、睑腺炎	233
二、急性结膜炎	235
三、中心浆液性视网膜病	238
四、近视眼	240
五、其他眼病	243
六、内耳眩晕症	249
七、耳鸣、耳聋.....	251
八、慢性鼻炎	252
九、慢性鼻窦炎	253
十、过敏性鼻炎	254
十一、鼻衄	256
十二、急性扁桃体炎	259
十三、牙痛	262
十四、慢性咽炎	264
十五、颞下颌关节功能紊乱综合征	266
十六、复发性口腔溃疡	267

第一章 急 症

一、休 克

休克是急性循环功能不全综合征，常为临床各科严重疾病的并发症。休克的主要临床表现有血压下降，皮肤湿冷，面色苍白，四肢厥冷，脉搏细数微弱，尿量减少，神志模糊，甚至昏迷。

【歌诀】

休克百关元，水沟素气关。

【注释】

1. 百会 两耳尖连线的中点处。用艾炷或艾条直接灸，直至休克缓解，如停灸后病情反复，仍可再灸。

2. 关元 在下腹部，前正中线上，当脐中下3寸。以艾炷或艾条灸，不计壮数，至脉回汗为止。一般需20~30分钟。

3. 水沟 在面部，当人中沟的上1/3与中1/3交点处。针刺入后施强刺激，捻转法。



4. 素髻 当鼻背下端之鼻尖处。用三棱针点刺素髻穴,使其出血 10 余滴。

5. 气舍 锁骨内侧上端,当胸锁乳突肌的胸骨头与锁骨头之间凹陷处取穴。用毫针刺入穴位,捻转提插,得气后,拇指向后,示指向前,然后向上刮针柄部,往返操作 3 次,每次刮针柄 6~8 下为宜。

6. 内关 在前臂掌侧,当曲泽与大陵的连线上,腕横纹上 2 寸,掌长肌腱与桡侧腕屈肌腱之间。取双侧内关穴,呈 75° 角向心性刺入,使针感向上传导,施平补平泻。

二、呼吸骤停

呼吸骤停是指某种病因导致的呼吸中枢麻痹而引起的呼吸暂时停止。

【歌诀】

呼停选人迎,关元效立应。

【注释】

1. 人迎 在颈部,结喉旁,当胸锁乳突肌的前缘,颈总动脉搏动处。用 1.5 寸毫针针刺双侧人迎,后接电针治疗,频率 20 次/分,每次通电持续约 30 秒。

2. 关元 在下腹部,前正中线上,当脐中下 3 寸。针刺于穴位后,手法模拟呼吸频率而补泻交替进行,直至自主呼吸出现。



三、高 热

高热是指体温骤升或渐升达 39°C 以上的各综合征。可见于各种感染性疾病、传染病、胶原性疾病、肿瘤等。

【歌诀】

高热曲大椎，神阙涌百合。

【注释】

1. 曲池 屈肘，肘窝横纹桡侧端与肱骨外上髁的中点是穴。于穴处用注射针直刺，得气后，每穴注入清开灵注射液 2 毫升。半小时体温不降者，可重复给药。

2. 大椎 在后正中线上，第 7 颈椎棘突下凹陷中。患者取侧卧位，用 2 寸毫针直刺 1~1.5 寸，即行提插捻转，施以平补平泻。待酸胀感下传时，即停止行针，留针 30~40 分钟，其间每 10 分钟捻转 1 次。每日 1 或 2 次，视体温而定，但中间应间隔 3 小时。

3. 神阙 在腹中部，脐中央。取活蚯蚓 10 余条清水洗净后，放在白酒里浸一会儿取出，再撒上少许研细的白矾末，直接敷在肚脐上，盖上不透水的油纸或塑料薄膜，外用胶布固定，2~6 小时取下，睡前再敷 1 次。

4. 涌泉 卷足时，在足心前 $1/3$ 的凹陷中取



穴。每次用退热散(大黄、石膏、知母、黄芩、柴胡各等份)之细末 5~8g,以米醋调糊状,涂于伤湿止痛膏或塑料布上,敷贴双侧涌泉穴后固定,4~6 小时后取下。如无效或体温降而复升者,可连续敷贴。

5. 百会 正坐,前发际正中直上 5 寸是穴。用 1.5 寸毫针沿头皮刺入 1 寸,留针 6 小时,一般上午针刺,下午起针,隔日 1 次,7 次为一疗程。

第二章 传 染 病

一、流行性感胃

流行性感胃简称流感,是流感病毒引起的急性呼吸道疾病。病原体可为甲、乙、丙三型流感病毒。主要通过飞沫传播,有高度的传染性,人群普遍易感。婴儿、老年人和体弱者易发生肺炎等并发症。

其临床特点为发病急骤,寒战高热,四肢乏力,头痛,肌肉酸痛,咽部干痛,胸骨后烧灼感,多无鼻塞流涕。合并肺炎者,发热持续时间长。

【歌诀】

流感大椎风池谷,预防流感三里足。

【注释】

1. 大椎 患者俯卧或端坐低头,医者在其大椎穴温和灸,每次 20 分钟。或用隔姜灸,每次 3~5 壮,每天 2 或 3 次。初起者灸 1 或 2 次便可控制,一般灸 2~3 天即可治愈。或用三棱针在大



椎穴上及其周围散在点刺 3~5 针,用投火法拔罐,留罐时间一般 10~15 分钟,穴位出血量一般为 1~2 毫升,将出血用消毒干棉球擦去。

2. 风池 患者取俯卧位或坐位,针刺入风池穴皮肤后,针尖向鼻尖方向刺入 0.5 寸,得气后,在针柄上插入一段约 3 厘米的艾条,点燃施灸。每次施治换艾条 2 或 3 次,每日治疗 2 或 3 次。

3. 合谷 取双侧合谷穴,穴处局部常规消毒,用注射器吸取安痛定注射液 1~2 毫升,刺入穴位提插得气,使患者产生麻木胀感时缓缓推注药液。一般 1 或 2 次即可缓解症状。

4. 足三里 在流感流行期间,每天晨起于足三里穴施灸,以温和灸 15~20 分钟,每日 1 次,灸 1 侧,左右侧交替。施灸 4 次以上者,均未发病。

二、流行性腮腺炎

流行性腮腺炎,是由腮腺病毒引起的急性呼吸道传染病,主要通过飞沫传染。多见于儿童及青少年,患者及隐性传染者为传染源。

本病急性起病,有寒战发热,发病数小时至 1~2 日出现以耳垂为中心的腮腺肿大,表面皮肤发亮,不发红,温度升高,质地韧,有触痛,边界不清。常于一侧首先发病,继则对侧肿大。合并脑膜炎、胰腺炎、睾丸炎、卵巢炎等并发症者,可出现



相应临床表现。

【歌诀】

流行腮腺列少腮，涌泉翳合耳角海。

【注释】

1. 列缺 取患侧列缺穴，双侧患者取双侧。将小艾条一端蘸桐油少许(亦可以植物油代替)，点燃后对准穴位迅速点灸，一触即起，以发出清脆的“喳”声为成功标志，点灸局部留有小水疱，数日后结痂自愈。一般点灸1次后，疼痛即缓解，腮腺部位肿胀逐渐消失。

2. 少商 取患侧少商穴，双侧患者取双侧。放血前，先在患儿臂部由上向下至手腕部慢慢地推运10~20次，后用橡胶带将手腕扎紧，穴处常规消毒，用三棱针点刺2或3下，每日1次，直至病愈。一般2或3次即可治愈。

3. 腮腺炎 为奇穴，位于耳垂下点与下颌角连线的中点处。针刺入皮肤后，沿下颌角后缘向口腔上方直刺，深度0.5~0.9寸，一般只需刺患侧，也可取双侧均刺。进针得气后捻转1分钟，留针20分钟，泻法出针，以微出血为度。预防者，进针得气后稍行捻转即可出针。

该穴消肿、退热、止痛效果甚好。轻者1或2次治愈，重者2或3次。对流行期间预防腮腺炎效尤佳，且只需针刺1次即可。