

图解耳穴 按摩疗法

「图解民间传统独特疗法」丛书

梁鹤秀 编著

福建科学技术出版社

“图解民间传统独特疗法”丛书

图解耳穴按摩疗法

梁鹤秀 编著

福建科学技术出版社

(闽)新登字 03 号

“图解民间传统独特疗法”丛书

图解耳穴按摩疗法

梁鹤秀 编著

*

福建科学技术出版社出版、发行

(福州得贵巷 59 号)

福建省新华书店经销

福建省科发电脑排版服务公司排版

七二二八工厂印刷厂印刷

开本 787×1092 毫米 1/32 8.625 印张 177 千字

1995 年 12 月第 1 版

1995 年 12 月第 1 次印刷

印数:1—8 000

ISBN 7—5335—0954—4/R·198

定价:7.40 元

书中如有印装质量问题,可直接向承印厂调换

梁鹤秀老师从事按摩医疗、教学、科研工作二十余年，是我国中华内功按摩流派的有名学者。他医术精湛，临床经验丰富，治疗多种慢性疾病、功能性疾病和某些疑难杂症疗效显著。我认识梁老师，是在1991年。当时我内人双腿患骨质增生，不能上下楼梯，行路困难。后经梁老师按摩一个疗程（一个月）而痊愈（至今没有复发）。此后我便常介绍一些熟识而久治不愈的骨质增生、颈椎病、肩周炎、腰椎间盘突出症、腰肌劳损、坐骨神经痛、偏瘫、关节炎等患者请他治疗，多能得到根治或明显好转，深得病人赞扬。

1994年，梁老师的《中华内功按摩》一书，由福建科学技术出版社正式出版发行后，省内外许多医疗、教育机构和党政机关、人民团体纷纷邀请他前往讲学，举办中华内功按摩讲座。他在主讲中华内功按摩的同时，也谈到了耳穴按摩疗法的研究与实践，受到各主办单位和听讲者的普遍欢迎。

耳穴按摩疗法与中华内功按摩疗法一样，也是一种操作简单、掌握容易、疗效显著、安全可靠的民间传统独特疗法，既适合医务人员临床应用，也适合各界人士家庭自我医疗保健。为了让耳穴按摩疗法在各地医疗卫生机构和人民群众中得到进一步的推广应用，梁老师又编著了《图解耳穴按摩疗

法》一书。

本书介绍了临床各科 100 种常见病症的耳穴按摩医疗方法，内容丰富，通俗易懂，图文并茂，方法实用，可供临床医务人员、机关单位干部职工以及社会各界人士学习应用。我相信，本书的出版，将有益于中华医学传统疗法的学术交流，有益于临床医务人员的知识增长，有益于机关单位干部职工以及社会各界人士的家庭自我医疗保健。

福建省霞浦县第十届人民代表大会

常务委员会主任、原县人民政府县长

李喜荣

1995 年 5 月

前 言

耳穴按摩疗法用于临床医疗，适应症广，疗效显著，尤其是治疗各种慢性、功能性疾病和某些疑难杂症，更是作用超凡；用于家庭保健，可以提高人体抗病能力，对许多常见病有较好的预防和辅助治疗作用。本法操作简单，掌握容易，一般人都能学得会，用得上，安全可靠，随时随地均可实施，既能治病，又能健身，深受人民群众欢迎。

本人长期从事按摩教学、科研与医疗工作，对古今有关耳廓穴位按摩的文献资料进行深入研究，根据自己的临床医疗与教学经验，编著了《图解耳穴按摩疗法》一书，献给广大读者学习和参考。本书共分上、下二篇，以图文结合的方式，对耳穴按摩疗法作了比较系统的论述。本书以满足临床医务人员学习参考之用为出发点，并考虑到机关团体、大中小学、企事业单位的干部、教师、职工和社会各界人士自我医疗保健的实际需要，尽可能做到通俗易懂，方法简便实用，文字简明扼要，插图形象直观。

本书承福建省霞浦县第十届人民代表大会常务委员会主任、原县人民政府县长李喜荣同志撰序，在此表示衷心的感谢！

梁 鹤 秀

1995年6月于福建霞浦

目 录

上篇 总 论

一、耳穴按摩疗法概述·····	(1)
二、耳穴按摩疗法常用穴位及取穴法·····	(3)
(一) 耳穴按摩疗法常用穴位·····	(3)
1. 耳穴按摩疗法常用主穴·····	(3)
2. 耳穴按摩疗法常用配穴·····	(14)
(二) 耳穴按摩疗法取穴法·····	(29)
1. 耳廓解剖名称·····	(29)
2. 手指同身寸·····	(32)
三、耳穴按摩疗法的基本手法及操作规程·····	(33)
(一) 耳穴按摩及其配穴按摩的基本手法·····	(33)
1. 按法·····	(34)
2. 摩法·····	(34)
3. 推法·····	(35)
4. 拿法·····	(36)
5. 揉法·····	(37)

6. 擦法	(38)
7. 振法	(39)
8. 扯法	(39)
9. 摇法	(40)
10. 抖法	(42)
11. 扳法	(42)
12. 点法	(43)
13. 掐法	(43)
14. 搓法	(43)
15. 弹法	(44)
16. 拍法	(44)
17. 捻法	(44)
18. 刮法	(44)
19. 背法	(45)
20. 捏法	(46)
(二) 耳穴按摩疗法的操作规程	(47)

下篇 各 论

1. 感冒	(48)
2. 中暑	(50)
3. 咳嗽	(52)
4. 哮喘	(55)
5. 慢性支气管炎	(57)
6. 呕吐	(59)
7. 呃逆	(61)

8. 急性胃肠炎	(63)
9. 痢疾	(65)
10. 便秘	(67)
11. 胃下垂	(69)
12. 慢性胃炎	(71)
13. 胃和十二指肠溃疡	(73)
14. 头痛	(75)
15. 眩晕	(77)
16. 失眠	(80)
17. 遗精	(82)
18. 阳痿	(84)
19. 心律失常	(86)
20. 低血压	(88)
21. 高血压	(90)
22. 冠心病	(92)
23. 肥胖症	(95)
24. 糖尿病	(97)
25. 腹痛	(100)
26. 三叉神经痛	(101)
27. 肋间神经痛	(103)
28. 坐骨神经痛	(105)
29. 面瘫	(108)
30. 偏瘫	(110)
31. 癫痫	(113)
32. 瘧病	(116)
33. 神经衰弱	(118)

34.	梦游症	(119)
35.	类风湿性关节炎	(121)
36.	风湿性关节炎	(124)
37.	膝关节骨性关节炎	(126)
38.	急性肾炎	(129)
39.	慢性肾炎	(130)
40.	肾盂肾炎	(133)
41.	膀胱炎	(135)
42.	尿潴留	(137)
43.	泌尿系统结石	(139)
44.	睾丸炎	(140)
45.	血栓闭塞性脉管炎	(142)
46.	胆囊炎和胆石症	(145)
47.	前列腺炎	(147)
48.	前列腺肥大	(150)
49.	颈椎病	(152)
50.	落枕	(155)
51.	肩关节周围炎	(157)
52.	急性腰扭伤	(160)
53.	腰椎间盘突出症	(162)
54.	腰肌劳损	(164)
55.	脊椎骨质增生	(167)
56.	膝关节半月板损伤	(169)
57.	踝关节扭伤	(171)
58.	梨状肌综合征	(174)
59.	颞颌关节功能紊乱症	(176)

60. 脑震荡后遗症	(178)
61. 胸部挫伤	(180)
62. 肱骨外上髁炎	(182)
63. 腓总神经损伤	(184)
64. 乳腺炎	(187)
65. 乳腺增生病	(189)
66. 盆腔炎	(192)
67. 子宫脱垂	(194)
68. 功能性子宫出血	(196)
69. 月经不调	(198)
70. 痛经	(200)
71. 闭经	(202)
72. 带下	(205)
73. 乳汁不足	(207)
74. 产后发热	(208)
75. 更年期综合征	(211)
76. 子宫颈炎	(213)
77. 小儿百日咳	(215)
78. 小儿夏热	(216)
79. 小儿营养不良	(218)
80. 小儿遗尿	(220)
81. 小儿慢惊风	(223)
82. 流行性腮腺炎	(225)
83. 急性结膜炎	(227)
84. 麦粒肿	(229)
85. 近视眼	(230)

86. 老年性白内障	(232)
87. 耳鸣和听力减退	(234)
88. 慢性鼻炎	(236)
89. 慢性鼻窦炎	(239)
90. 过敏性鼻炎	(241)
91. 萎缩性鼻炎	(243)
92. 鼻出血	(245)
93. 急性扁桃体炎	(247)
94. 慢性咽炎	(249)
95. 声音嘶哑	(251)
96. 牙痛	(253)
97. 荨麻疹	(255)
98. 皮肤瘙痒症	(257)
99. 带状疱疹	(259)
100. 痤疮	(260)

上篇 总 论

一、耳穴按摩疗法概述

耳穴按摩疗法，又称耳廓穴位按摩疗法。它流传于民间，是中国传统医学手法的宝贵遗产之一。本法主要是取人体耳廓穴位为主穴，取人体其他部位穴位为配穴，用手或棒针按各种特定的压力、频率和技巧动作，在主穴和配穴进行手法操作。主穴和配穴遥相呼应，将手法所产生的生物信息输入体内，通过耳与经络的感传联系，疏通气血，平衡阴阳，使脏腑及人体各部的功能保持相对的协调，提高人体组织相应的抗病能力，从而达到有病治病，无病健身之目的。

耳穴按摩疗法具有方法简便、易学易懂、收效快捷、安全可靠等特点，一般无副作用和不良反应，人人可行，随时随地均可施术。由于本法所取主穴（耳穴）的分布有一定的规律，所取配穴（体穴）的定位容易掌握，只要肯学习，通常都能在较短的时间内学会。

耳穴按摩疗法的适应证很广，临床各科均可应用。本法

用于医疗,对各种常见病和某些疑难杂症具有独特的疗效;用于保健,能使体弱者增强体质,体健者延年益寿。本法没有绝对的禁忌症,但施术部位如有溃疡、化脓或细菌感染而致严重发炎,均不宜进行手法操作。本法既适合各界人士家庭自我医疗保健,也适合医疗卫生机构临床应用。

运用耳廓穴位按摩进行医疗保健,在我国具有悠久的历史。早在秦汉时期成书的医学著作《内经》,就对耳与经络脏腑及人体各部的生理、病理关系作了比较系统的论述。而在《内经》成书之前,古代医家已在《阴阳十一脉灸经》中,记载了与上肢、眼、颊、咽喉相联系的“耳脉”。

魏晋南北朝时期盛行道教,道家追求永恒的生命,把耳廓按摩视为重要的养生祛病方法。道家许逊在其所著《灵剑子引导子午记》中记载的“营治城郭法”,就属于耳廓按摩法。明万历年间的《东医宝鉴》,还把我国道家的耳廓按摩法介绍到朝鲜。东晋张处度在其所著《养生要集》中,也对耳廓按摩法有所介绍。这种耳廓按摩法,在此后的许多医学著作中,都相继引述。

明清时期,耳廓按摩得到广泛应用,尤其是用于小儿,许多著名医家都把耳廓作为施术部位。作为我国现存最早的按摩专著,明《小儿按摩经》记述了“赤凤摇头”法、“二龙戏珠”法等耳廓按摩复式手法。明·龚云林《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》所载“黄蜂入洞法”和“猿猴摘果”法,亦属于耳廓按摩复式手法。此外,明·周于藩著、清·张振鋆重编的《厘正按摩要术》所载“双凤展翅”法,以及夏鼎著的《幼科铁镜》所载“揉耳摇头”法等耳廓按摩复式手法,都结合了体穴按摩进行综合操作,这说明古代医家已认识到耳廓

按摩与体穴按摩互相配合、相辅相成的临床意义。

历史进入当代，中国传统医学手法焕发出勃勃生机。随着耳穴研究的深入，耳廓穴位按摩也在不断的医疗实践中逐渐发展成熟，成为一种深受人民群众欢迎的民间传统独特疗法。

二、耳穴按摩疗法常用穴位及取穴法

(一) 耳穴按摩疗法常用穴位

耳穴按摩疗法常用穴位包括常用主穴与常用配穴。

1. 耳穴按摩疗法常用主穴

耳穴按摩疗法是以耳廓部位和耳廓穴位为主穴。耳廓部位按耳廓解剖名称予以划分，作为常用主穴施术的有耳轮部、耳舟部、对耳轮部、三角窝部、耳屏部、对耳屏部、耳甲部、耳垂部、耳背部。耳廓穴位即耳穴，是指耳廓与人体各部组织器官、经络脏腑互相沟通的部位。

耳穴在耳廓的分布有一定的规律，与身体各部相应的穴位在耳廓的分布好像一个在子宫内倒置的胎儿。一般而言，与头面部相应的穴位在耳垂，与上肢相应的穴位在耳舟，与下肢和躯干相应的穴位在对耳轮，与内脏相应的穴位多集中在耳甲。(图1)

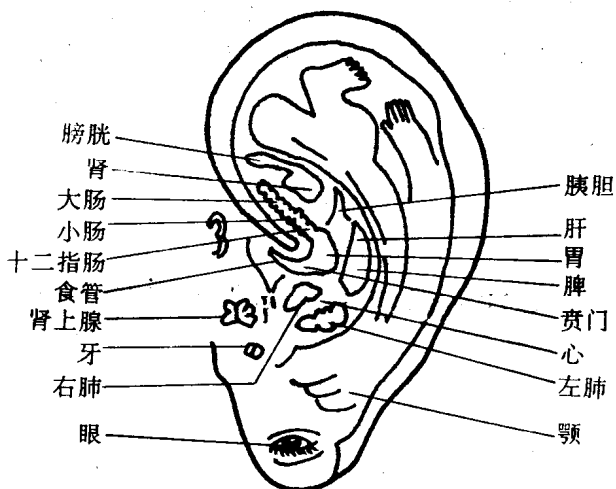


图1 耳穴分布规律示意图

耳穴按摩疗法将常用耳穴作为常用主穴施术，现以《耳穴标准化方案》穴区分布为依据（图2），将耳穴按摩疗法常用耳穴的定位及主治列表介绍如下。

常用耳穴的定位及主治表

解剖名称	耳穴名称	曾用名称 合并穴名	定 位	主 治
耳轮脚 (1穴)	耳中	零点、膈、 神经官能 症	耳轮脚	呃逆、遗尿、咯 血、皮肤病

续表

解剖名称	耳穴名称	曾用名称 合并穴名	定 位	主 治
耳轮 (12 穴)	直肠	直肠下段	近屏上切迹的耳轮处,与大肠同水平	便秘、腹泻、痢疾、脱肛
	尿道		直肠上方,与膀胱同水平的耳轮处	尿频、尿急、尿痛、尿潴留
	外生殖器		尿道上方,与交感同水平的耳轮处	阳痿、睾丸炎、阴道炎
	肛门	痔核点	与对耳轮上脚前缘相对的耳轮处	脱肛、痔疮
	耳尖	扁桃体 1	耳轮顶端,与对耳轮上脚后缘相对的耳轮处	炎症、发热、高血压、眼疾
	肝阳	肝阳 1、2, 枕小神经	耳轮结节处	高血压、头痛、眩晕、胸肋痛
	轮 ₁ ~轮 ₆		在耳轮上,自耳轮结节下缘至耳垂下缘中点划为五等分,共六个点,由上而下依次为轮 ₁ 、轮 ₂ 、轮 ₃ 、轮 ₄ 、轮 ₅ 、轮 ₆	感冒、发热、咽喉肿痛