

针灸求医指南

陈业孟 编著



上海中医药大学出版社

21X140/16

针灸求医指南

陈业孟 编著



上海中医药大学出版社

1234857

(沪)新登字 206 号

针灸求医指南

陈业孟 编著

上海中医药大学出版社出版发行 (上海零陵路 53 号 邮政编码 200032)
新华书店上海发行所经销 上海市印刷七厂一分厂印刷

开本: 850×1168 厘米 1/32 印张: 6.75 字数: 200 千字

1994 年 10 月第 1 版 1994 年 10 月第 1 次印刷

印数 1-3 000

ISBN 7-81010-265-6/R·255

定价: 10.70 元



仁術濟世

葉孟先生屬

陳立天



1993年10月台灣中國醫藥學院董事長

陳立天先生為作者題詞

陈 序

针灸医学以其独特的经络腧穴理论、非药物性的治法和确实的疗效，自七十年代初针刺麻醉成果公之于世以来，已被公认为世界医学的重要组成部分。不仅如此，针灸在国内外均广泛应用于临床，为人类的医疗保健作出了贡献。

世界卫生组织曾制订了 43 种针灸有效病症向全世界宣传推广，使医学界及各阶层人士对针灸治病疗效有了新的认识，无疑为针灸的广泛应用起着积极的推动作用。现在人们已熟知针灸有良好的止痛作用，也了解到对于面神经瘫痪、中风等病症完全可用针灸治疗。然而还是有相当一部分人士，甚至一些非针灸专业的医学界人士，不甚了解针灸还能治疗其它不少内、外、妇、儿科病症。按照中医术语来讲，针灸不仅能治疗“经络病”，而且对“脏腑病”起主治或辅助治疗的作用。确实，针灸科的适应症相当广泛，而且不少都得到实验研究的证实，因此有必要客观地介绍针灸不同的适应病症。

近年来陈业孟医师在诊余撰写了数十篇针灸科普文章，屡见于我国大陆与港、台的报刊，在这方面已做了大量工作。这次他综合了国内数十年来各方面的针灸临床资料与最新针灸研究成果，以及他在临床中所积累的经验与体会，化了大量时间撰写了这本针灸科普性读物，对于人们进一步认识针灸、合理地选择针灸疗法来说，实属良举，精神可嘉。陈业孟医师是本市针灸界后起之秀，故在书成之际乐为其作序，愿此书能真正成为广大病员就医于针灸的向导。

上海市针灸学会理事长

上海中医药大学教授

陈汉平

1994 年 2 月

方 序

针灸疗法由于不凭借药物，而是运用针刺与艾灸对人体起到调节、平衡、激发、镇静等作用，以达到治疗、保健之目的，故在当今世界追求自然疗法的浪潮中，针灸尤为人们所重视。联合国世界卫生组织曾为此邀请专家对针灸疗法作科学论证后，确认针灸是一种无毒副作用的有效治疗方法，并向全世界一百几十个会员国推广运用。所以针灸其发源地虽在中国，但早已跨出国门，走向世界，成为世界医学的一个重要组成部分，形成世界性的“热点”。

但面对上述大好形势，我们从事针灸医疗工作的医生，在临床上却有时会遇到一些令人困扰的问题。其一是：就诊时机问题。例如：中风、面瘫等症，原应抓紧时机，及时治疗，但有人错认为要等病情稳定一段时间后，再予针灸，这就大大地错过了针灸治疗的最佳有效时机，从而影响了疗效的预后。其二是：错把针灸科当成“止痛科”。针灸镇痛固然有其特效，我国学者曾为阐明和验证针刺镇痛原理，作出举世瞩目的贡献，使人们了解针灸之所以能够镇痛，决非出于患者心理因素，而是确有其科学依据。但针灸疗法的适应症相当广泛，并非局限于痛症，而是涉及各大系统病症，遗憾的是有许多有效适应症，不尽为人们所了解，不知道选择针灸疗法以解除其自身疾病，从而影响了康复。其三是：错把针灸当作“仙丹妙药”。有时一些慢性病患者抱怨说：“针灸治病好是好，就是好起来太慢。”这种评价是不公正的，实际上针灸治某些急性病，见效之快常超过药物。例如：急性扁桃体炎、急性结膜炎、胃痉挛等症，一针之下，立竿见影；但如遇到一些慢性病，如肩周炎、腰肌劳损等，病程已久，需要有个恢复过程，岂能立见功效。这就需要患者对针灸治病的见效快慢作客观的评估，对自己的疾病有个正确的认识。还有其四、其五……等等，这些都说明在针灸治病的前前后后，患者或是对此有兴趣的人们，多么需要知道“针灸求医”这一门科普知识。

本书作者陈业孟医师有鉴于此，根据其多年从事针灸教学、临床

的丰富经验，深切了解患者及社会各界人士对针灸的需求，以“针灸面向人人，人人了解针灸”为目的，以科学客观的态度，用通俗易懂、深入浅出的语言，撰写本书，向社会介绍针灸，起到针灸求医指南作用。

陈医师年毕业于上海中医学院针灸系，与本人在上海医科大学及其附属华山医院共事多年，对针灸医疗、教学、科研均取得优异成绩。更以业余时间，在国内外医学杂志上发表过大量针灸论文。也曾和本人共同编写过《针灸有效病症》等书，均取得学术界好评。兹又应邀撰写本书，必将取得良好社会效益，将社会各界人士了解针灸作一实用之向导，诚为可喜。陈医师不仅精研针灸之学，且在书法篆刻上造诣亦深，诚为多才多艺之士，喜看此书行将问世，在乐观厥成之时，特撰联奉贺，以殿序文。其词云：

业精南阳东垣耿耿惻惻是抱

孟晋西冷北海孜孜乐在其中

上海医科大学教授

方幼安

1994年元旦

目 录

陈 序
方 序
写在卷首

上篇 针灸治病知识

- 一、现代针灸地位评估 (3)
 - 从衰微到复兴 (3) 自然疗法备受推崇 (4) 科学验证治病价值 (5) 镇痛治瘫显优势 (7) 治病·防病·保健·美容 (9) 跻身世界医学之林 (11)
- 二、针灸治病特色分析 (13)
 - 1. 独特的学说 (13)
 - 朴素辩证的“阴阳” (13) 相生相克的“五行” (14)
 - 彼此关联的“脏腑” (15) 恒动不息的“气血” (16)
 - 扑朔迷离的“经络” (17) 星罗棋布的“腧穴” (18)
 - 2. 奇特的功效 (20)
 - 协调平衡 (20) 安内攘外 (21) 疏导“交通” (22)
- 三、针灸治疗方法述评 (23)
 - 1. 经典针灸疗法 (23)
 - (1) 毫针疗法 (23)
 - 从砭石到针具 (23) 毫针的应用 (24) 不同针刺手法 (25)
 - (2) 艾灸疗法 (26)
 - 艾与灸 (26) 直接灸与间接灸 (27) 艾条灸与温针 (28)
 - 2. 其它变革疗法 (28)
 - (1) 不同刺激区域 (28)
 - 耳针疗法 (28) 头针疗法 (30) 眼针疗法 (31) 腕踝针疗法 (32) 其它微针疗法 (33)
 - (2) 不同刺激器械 (34)
 - 火罐疗法 (34) 皮肤针疗法 (35) 刺络疗法 (36)

皮内针疗法 (36)	芒针疗法 (37)	火针疗法 (37)
穴位注射疗法 (38)	穴位敷贴疗法 (38)	穴位穿线、埋线、结扎疗法 (39)
(3)	不同刺激仪器	(39)
脉冲电针疗法 (39)	穴位电极疗法 (40)	穴位激光照射疗法 (41)
穴位红外线照射疗法 (42)	穴位微波针灸疗法 (42)	穴位药物离子导入疗法 (42)
四、针灸治病思维过程		(44)
获取疾病信息 (44)	明确中西医诊断 (45)	确定治疗原则 (46)
制订治疗方案 (47)		
五、合理应用针灸		(51)
针灸非适应症 (51)	针灸禁忌范围 (52)	针灸配合其它疗法 (53)
针灸疗效影响因素 (54)		
六、针灸就医须知		(57)
就诊前准备事项 (57)	就诊时注意事项 (57)	治疗后注意事项 (59)
针灸消毒事宜 (60)		

下篇 针灸适应病症

七、首选针灸病症	(63)
1. 内科	(63)
呃逆 (63)	呕吐 (64)
急性胃痉挛 (65)	晕厥 (65)
2. 外科	(66)
手术并发症 (66)	急性尿潴留 (67)
3. 妇产科	(68)
痛经 (68)	子宫脱垂 (69)
胎位不正 (69)	
4. 儿科	(71)
小儿惊厥 (71)	小儿疳积 (72)
遗尿症 (73)	脊髓灰质炎 (74)
5. 骨伤科	(76)
落枕 (76)	颈椎病 (77)
肩关节周围炎 (79)	肱骨外上髁炎 (80)
急性腰扭伤 (81)	腰肌劳损 (81)

肥大性脊柱炎 (83)	腓肠肌痉挛 (84)	
6. 神经、精神科		(85)
三叉神经痛 (85)	周围性面神经麻痹 (86)	多发性神
经炎 (88)	周围神经损伤 (90)	股外侧皮神经炎 (91)
坐骨神经痛 (92)	神经性膀胱功能失调 (94)	(95)
中风头痛 (97)	偏头痛 (99)	瘰病 (100)
7. 皮肤科		(101)
带状疱疹 (101)		
8. 眼科		(102)
电光性眼炎 (102)	急性结膜炎 (103)	
9. 口腔科		(103)
牙痛 (103)	急性扁桃体炎 (104)	颞下颌关节功能紊乱
(105)		
八、针灸有效病症		(107)
1. 内科		(107)
感冒 (107)	急性病毒性肝炎 (108)	急性菌痢 (109)
疟疾 (110)	急性慢性支气管炎 (111)	支气管哮喘 (113)
心律失常 (114)	高血压病 (116)	慢性胃炎 (117)
消化性	溃疡 (118)	胃下垂 (119)
急性慢性肠炎 (120)	便秘	(121)
类风湿性关节炎 (122)	放疗化疗反应 (123)	
2. 外科		(125)
急性乳腺炎 (125)	溃疡病急性穿孔 (125)	急性肠梗阻
(126)	急性阑尾炎 (127)	急性胆囊炎 (129)
胆石症	(130)	胆道蛔虫病 (132)
前列腺炎 (133)	男性性功能	障碍 (134)
3. 妇产科		(135)
功能失调性子宫出血 (135)	白带异常 (137)	外阴瘙痒
(138)	不孕症 (138)	产后缺乳 (139)
4. 儿科		(139)
流行性腮腺炎 (139)	婴幼儿腹泻 (140)	小儿脱肛 (141)
新生儿臂丛神经损伤 (141)		
5. 骨伤科		(142)

膝鞘囊肿 (142) 四肢软组织扭伤 (143) 肥大性膝关节炎 (144)

6. 神经、精神科 (145)

面肌痉挛 (145) 格林—巴利综合征 (146) 肋间神经痛 (146) 急性脊髓炎 (147) 外伤性截瘫 (148) 假性延髓麻痹 (149) 脑动脉硬化 (150) 神经衰弱 (151)

7. 皮肤科 (152)

荨麻疹 (152) 寻常疣 (153) 斑秃 (153)

8. 眼科 (154)

近视 (154) 麦粒肿 (155) 中心性视网膜病变 (156) 视神经炎 (156)

9. 耳鼻喉科 (157)

美尼尔氏病 (157) 过敏性鼻炎 (157) 急性鼻窦炎 (158) 急性咽喉炎 (158)

九、针灸辅助病症 (160)

1. 内科 (160)

冠心病 (160) 高脂蛋白血症 (162) 甲状腺功能亢进症 (163) 糖尿病 (164) 雷诺氏病 (166)

2. 外科 (166)

单纯性甲状腺肿 (166) 乳腺增生病 (167) 急性胰腺炎 (168) 泌尿系统结石病 (169) 痔疮 (170)

3. 妇科 (171)

盆腔炎 (171) 子宫肌瘤 (172)

4. 儿科 (173)

脑性瘫痪 (173) 精神发育不全 (174)

5. 神经、精神科 (176)

流行性乙型脑炎 (176) 癫痫 (177) 震颤麻痹 (178) 脑血管性痴呆 (179) 精神分裂症 (181)

6. 皮肤科 (182)

银屑病 (183) 痤疮 (184)

7. 眼科 (184)

白内障 (184) 青光眼 (185) 视神经萎缩 (186)

8. 耳鼻喉科	(187)
感音性耳聋 (187) 急性化脓性中耳炎 (188)	
9. 口腔科	(189)
复发性口疮 (189)	
十、针灸其它应用	(190)
针刺麻醉 (190) 针刺应用于胃镜检查 (191) 耳针戒烟	
(192) 针灸保健 (192) 针灸美容 (193) 针灸治疗艾滋	
病 (195)	

写在卷首——

也许您听说过针灸这一名词，她是祖国传统医学中的一枝奇葩
.....

也许您听说过针灸的历史很悠久，她千百年来一直被人们应用于医疗保健，在古代是如此，在科学昌明的今天仍是如此，尤其是当今世界兴起了“针灸热”，针灸已在全球的一百多个国家和地区生根、发芽、开花.....

也许您听说过针灸是一种物理治疗方法，她最大的优势在于没有毒性作用和副反应，不会损害人们的器官，因而受到人们的普遍欢迎
.....

也许您听说过针灸的治疗范围很广，她涉及内、外、妇、儿各科，最新统计对 300 多种疾病有治疗作用，其中对 100 多种病症效果明显，世界卫生组织还专门制订针灸有效病症向全世界宣传、推广...
...

也许您曾接受过针灸治疗，认识到针灸其实是一种运用针、灸或其它器械对人体某些特定部位进行刺激而对机体产生调节作用的方法；您也许已体会过针刺时产生的酸、麻、重、胀等感觉，已经感受过针灸神奇疗效所带来的喜悦.....

也许您对以上情况不甚了解，然而您确实应该知道针灸对哪些疾病最有效，哪些疾病首先应该想到用针灸治疗，哪些疾病单纯应用针灸治疗就可解决问题，哪些疾病在手术、服药或其它治疗过程中可配合针灸以增加疗效，哪些疾病的何种症状运用针灸治疗最理想。这不仅仅是因为了解这些内容可以增长知识，也不仅仅是针灸学为中国传统的“国粹”，更主要的是，了解这些内容对您或他人的健康有益。

如今医学发展迅速，分科更为细致，现代人应该摆脱那种盲目求医的陋习，而应对生理、病理知识以及医学上的各种分科、各种治疗手段有一定的了解，做到有的放矢，使自己在最短的时间内得到最简捷、最有效的方法治疗，而尽早康复。

因此，“针灸面向人人，人人了解针灸”是本书的主要目的。世界卫生组织曾提出 2000 年人人享有卫生保健的伟大战略目标，这不仅要求每个人和每个家庭都能享有基本卫生保健，而且要求每个人都有机会享有各种卫生保健手段。世界卫生组织还着重提出每个人应懂得保持健康的金钥匙在自己手中。为了达到上述目标，普及医学知识是一项重要措施，本书愿在这方面尽绵薄之力。

“科学、客观”是本书的特色。针灸的神秘面纱已被揭开，其治病的机理已由科学研究所阐明，对于针灸治病的疗效同样也应作客观的评估与分析，本书将就针灸治疗不同疾病的优势以及局限性——作介绍。

“通俗、实用”是本书的又一特点。作为求医针灸的“向导”，本书简洁明了，使您不仅能了解一些实用的基础医学知识，而且能获得各种有效治疗手段的信息，真正能够在本书中“按病索治”。

历经数千年沧桑
并未被历史的尘埃所湮没
在科学昌明的今天
焕发出勃勃生机

一、现代针灸地位评估

从衰微到复兴 针灸是门古老的学科，历史悠久，源远流长，然而针灸到底是什么时候开始治病的呢？由于没有明确的记载，很难说出具体的时间。

不过以下一些史料足以证明针灸年代之久远：考古学家们挖掘出土了针灸最早的工具——砭石，而这些均是新石器时代之物，距今已有一万年至五六千年；文字学家发现距今三千多年的商代甲骨文里已出现有关针灸的象形文字；而历史学家们发现史书里记载的最早针灸治病病例是在公元前 581 年。

不过针灸理论的形成是在战国、秦汉时期，那时金属医针已代替了砭石，作为针灸学术理论核心的经络学说已形成，在《黄帝内经》这部中医经典里有了专门谈论针灸的《灵枢》部分。针灸学理论体系的确立，是在汉代以后的魏晋时期，当时有位名医皇甫谧撰写了《针灸甲乙经》，对针灸学进行了全面系统的总结。

从唐朝开始，针灸已被列为独立的医学分科，当时由太医署主管医学教育，规定了针科所学的课程，并有严格的考试程序。这是早期的针灸教学，开始于公元 626 年。

针灸在以后的千百年里均有不断发展，针灸学至明代可谓发展到高潮，名家辈出，著述甚多，学派林立，研究更为深入、全面，针灸在临床各科应用均有长足的进展。

然而针灸到清代后却日趋衰落，特别是清代中叶后封建礼教观念对人们思维束缚进一步加剧，针灸疗法被视为医家小道，一些封建卫道士们认为袒胸露背有伤大雅，不合礼教，而贵为君王的皇族更是至高无上，在“龙体”身上进行针刺、火灸有失体统。1822年，清朝道光皇帝认为针灸“终非奉君之所宜”，一纸禁令在太医院永远废止针灸科，堪称针灸历史上的黑暗期。当然，在客观上由于西医的不断传入，也出现一股排斥、歧视针灸的暗流，无疑也对禁止针灸起了推波助澜的作用。在本世纪初叶，还有一股势力欲废止中医，这对于针灸学来讲，真可谓是雪上加霜，诚如民国一位针灸家所叹的那样，“中医日就式微，而中医中之针法一科，更式微中之尤式微者”。

然而，针灸学并未因受挫而消亡。由于其治疗方法简便、有效，故在民间有广泛的基础，而一直被流传与应用。本世纪三十年代，承淡安、方慎斋等学者奋起力挽狂澜，大力提倡针灸学术。尤其是承淡安先生首先开展了大规模的针灸函授教育，培养了不少针灸人才，在此基础上还创办了中国针灸讲习所，亲自执教，对学员进行面授和临床实习，并出版有关书籍、杂志，对针灸学术的振兴作出了很大贡献。与此同时一些有识之士为保存和发展针灸学术，还创办了不少针灸学社，使得濒于衰亡的针灸学再次受到人们的重视。

1949年中华人民共和国成立以后，政府制订了一系列中医政策与措施，为中医学的发展提供了良机。各地相继成立了中医学院与中医研究所，针灸学也被正式列为高等中医院校主要课程之一，近年来各地中医学院还分别成立了针灸系或设置了针灸专业，并培养了许多针灸硕士、博士，真是盛况空前。在临床上，针灸的发展也很迅速，尤其是七十年代后，由于针刺麻醉研究成功与国际针灸热的兴起，更使针灸学得到了空前的发展，针灸的适应症不断扩大，不仅能治疗一些急症、重症，而且可以治疗许多疑难病症，在治疗手段方面有许多针灸创新与变革方法不断涌现并广泛使用，进一步提高了疗效，而且利用现代科学技术与方法对针灸原理作了深入的研究，使针灸学的发展进入了一个崭新阶段。可以这么认为，在针灸发展史上，本世纪尤其是下半叶是继明代以后的又一个兴盛时期。

自然疗法备受推崇 针灸治病不用药物，而是仅仅运用针刺或艾灸

在人体表面某些特定部位（即穴位）进行刺激以治疗各种疾病，所以一般不会导致机体内脏器官的损伤。

一般用药，或口服，或静脉注射，或肌肉注射，药物吸收后首先进入血液循环以后再分布于全身，经过肝脏这个“化工厂”进行处理，最后主要从肾脏排出体外，使用某些化学药物往往会造成一些脏器的损害，而肝脏、肾脏又首当其冲，一些经口服的消炎止痛药还会损伤胃肠道粘膜。当一些毒性很大的药物进入人体后，虽然在某些器官内药物浓度比较高，但总有一些会到达身体的其它部位而造成不同程度的损害。

滥用化学药物已成为现代医学的一个令人头痛的问题，而西方人对此更是惊恐不堪。滥用化学药物不仅会诱发某些疾病，如皮肤病、肝病、肾病、心脏病、血液病、精神病等一系列药源性疾病，而且可产生许多副反应，甚至还会引起更为严重的后果。有资料表明，美国联邦政府估计每年在美国发生的药物副反应超过 60 万人次，而半数以上需要住院治疗，有三分之二处方的药物对病人来说是无治疗价值的；耶鲁大学的研究报告显示，大约每周有二千名美国人死于药物的毒副作用；在中国，50 年代药源性疾病发生率在 15.6%，60 年代为 19.3%，70 年代为 22.4%，80 年代更为严重……。由此人们对自然疗法产生了极大的兴趣。

中药、针灸、推拿、气功等都是具有中国特色的自然疗法，它们均以调整机体功能而达到治病的目的，对某些疾病还有特别疗效。针灸时虽可产生皮肤损伤，但这种损伤微乎其微。它不存在副作用与对其它脏器的损害，对人体没有不良影响，因此针灸是人们乐于接受的一种物理治疗方法。

科学验证治病价值 数十年来，人们运用现代科学的方法对针灸治病原理进行了探索，大量研究资料显示针灸治病是有物质基础的。

药物进入人体后有一定的吸收途径，针灸能治疗疾病也有其特定的传导途径，而针刺的传导途径与神经或神经一体液有密切关系。

针刺以后能够达到相应的治疗效应，其整个过程总不外乎以下几个方面：针刺作用点、传入途径、中枢、传出途径。形态学研究发现：99.6% 的穴位有脊神经或脑神经支配，而穴位深部大多有感受