

常见百病针灸点按 穴法图解



王毅刚 赵鸿鸣 编著
科学技术文献出版社重庆分社

样 本 库

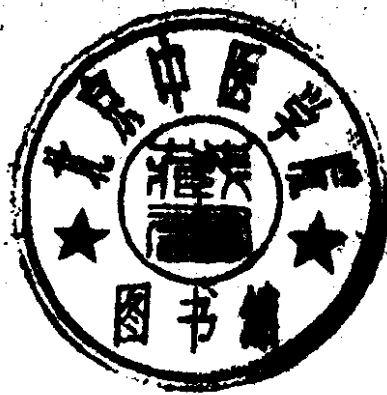
R246
125
4
221344

常见百病针灸点按

穴 法 图 解

王叔刚 赵鸿鸣 编著

YX134/07



科学技术文献出版社重庆分社

1200177

常见百病针灸点按穴法图解

王毅刚 赵鸿鸣 编著

责任编辑 李成平

科学技术文献出版社重庆分社	出版
重庆市市中区胜利路132号	发行
全国各地新华书店	经销
中国科学技术情报研究所重庆分所印刷厂	印刷

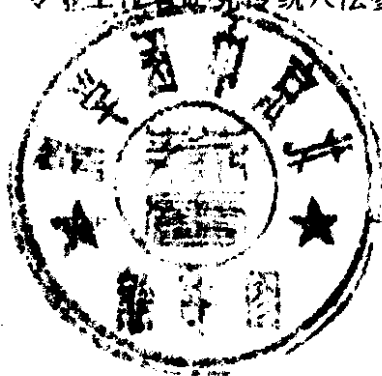
开本：787×1092毫米1/32 印张：7.75 字数：17万
1990年11月第1版 1990年11月第1次印刷
科技新书目：225—324 印数：1—15500

ISBN7-5023-1165-3/R·189 定价：3.40元

内容简介

本书介绍临床常见病、损、痿、痹、痿及内、妇、儿、外杂症近百种病症的针刺、艾灸、指压点按及其它简捷有效的穴位刺激治疗方法。对各病症的治疗选穴、穴位、取穴方法，以及具体操作技术和临床治疗要领，结合图解进行了详细叙述。所选穴位以临床实用效著为原则，包括传统经穴200余个，新穴和经验穴100余个。

本书适用于针灸临床医务人员、针灸疗法爱好者，亦可供针灸专业工作者研究传统穴法参考。



1500133

前言

所谓针灸穴法，是指针灸临床治疗中对病症选穴、取穴、及其施治的具体方法。针灸穴法流派是传统针灸学中的重要学术流派之一。实际上，人们在针灸临床实践中，或从理论推导，或从经验出发，无不对穴法方面的内容倍加重视。讲究穴法，能够配穴精当、刺穴必准、针必气至、应中取效。近代以来，人们对穴法的功用及其特异性更进行了深入细致的研究，使临床治疗配伍选穴更加有的放矢，提高了疗效。并相继发现许多新理论、新穴位、新方法，大大地丰富了古代穴法流派的内容。

由于针灸疗法具有工具简单、操作简便、疗效灵验、花费低廉等特点，和随着针灸疗法在预防保健中的广泛应用，近年来希望学习和实践针灸疗法的人越来越多。系统学习针灸经络的理论固然是实践针灸疗法的必由途径，但限于目前医学教育的条件，却不是所有针灸疗法的实践者和爱好者都能有此机会的，而“针灸穴法”则为此另辟溪径。

为适应我国农村广大基层医务工作者实践针灸疗法的需要，弘扬针灸穴法研究的成果，我们编著了这本《常见百病针灸点按穴法图解》。

本书不着眼于深奥复杂的理论而着眼于穴法的具体运

用。本书以病症为纲，设“治疗选穴”，径直介绍若干常用有效的选穴、配穴处方；设“穴法图解”，介绍所用穴位的位置、取穴及操作方法，并辅以图解，能一目了然。其未尽之意又在“临床治疗要领”中加以说明与补充，使前后联贯，一气呵成，简捷实用。得穴即已得法，依法施治，便可取效。故名“穴法图解”。

本书所以又名为“针灸点按”，是指针刺、艾灸和以指代针而施以爪掐、点按的不同施治方法。针刺、艾灸、点按都是通过一定穴位产生刺激作用的不同手段。在一定的情况下，针刺、艾灸、点按，可以单用其一，亦可数法同施，可以相互取代，甚而还可以别的刺激手段替代，如贴以膏药、灼以烟蒂、刺以陶片。总之不拘于一法，只要按某病某症在找准的穴位上给予适当刺激，使经络畅通，便能调和气血、平衡阴阳、祛除邪气而愈病。记得16年前，在农村偶遇一妇“虚脱”突然昏厥于野，急无工具，便以未灭之烟蒂代艾灸灼额会而苏；另一小儿，夜啼不止，卷草纸蘸菜油点爆印堂而立愈。

70年代，联合国卫生组织(WHO)提出“2000年人人享有卫生保健”的全球战略目标，并认为针灸疗法是第三世界各国达到这一目标的可靠方法之一。希望本书能在推广应用针灸疗法的实践中为基层医务工作者提供入门的捷径，同时为专业工作者研究穴法、发皇古光提供参考。

编者于重庆市中医研究所

目 录

第一章 针灸点按方法介绍..... (1)

第一节 针刺疗法..... (1)

一、针具和体位..... (1)

二、针刺操作方法..... (3)

三、针刺疗法注意事项..... (8)

四、几种特殊的针刺技术..... (11)

第二节 灸法..... (14)

一、常用灸法..... (15)

二、灸法的应用与作用..... (18)

三、施灸注意事项..... (18)

第三节 点按治疗手法..... (19)

第四节 针灸点按疗法的临床应用及其替代原则... (22)

第二章 穴位的定位方法..... (24)

第一节 骨度法..... (24)

第二节 体表标志法..... (26)

第三节 手指比量法..... (28)

第四节 简便取穴法..... (29)

第三章 百病穴法图解..... (32)

第一节 痛症	(32)
一、头痛	(32)
附：按病治疗穴法	(37)
二、三叉神经痛	(38)
三、胁痛	(41)
四、心绞痛	(45)
五、肋间神经痛	(47)
六、腹痛	(49)
七、胃脘痛	(53)
八、肾绞痛	(55)
九、腰背疼痛	(58)
十、坐骨神经疼痛	(61)
十一、牙痛	(64)
第二节 痹证与损伤	(66)
一、痹证	(66)
二、颈椎病	(70)
三、肩周炎	(72)
四、网球肘	(74)
五、腕管综合征	(76)
六、腱鞘炎	(77)
七、膝部软组织损伤	(77)
八、踝部软组织损伤	(80)
九、足痛	(81)
十、落枕	(83)
十一、颞下颌关节功能紊乱综合征	(84)
十二、肋软骨炎	(85)
十三、急性腰扭伤	(86)
第三节 瘫痪诸症	(89)
一、中风瘫痪	(89)

二、截瘫	(94)
三、面瘫	(97)
四、面肌痉挛	(98)
五、小儿麻痹后遗症	(99)
六、多发性神经炎	(103)
七、急性多发性神经根炎	(105)
第四节 杂症	(106)
一、感冒	(106)
二、哮喘	(107)
三、咳嗽	(110)
四、心慌心悸	(113)
附：几种心律失常的治疗	(116)
五、高血压	(118)
六、神经衰弱	(121)
七、失眠	(123)
八、嗜睡	(124)
九、瘧症	(126)
十、眩晕	(130)
十一、呕吐	(132)
十二、呃逆	(134)
十三、胃下垂	(136)
十四、慢性腹泻	(138)
十五、便秘	(140)
十六、脱肛	(142)
十七、尿路感染	(144)
十八、前列腺炎	(146)
十九、遗精	(148)
二十、阳萎	(150)
二十一、泌尿系结石	(152)

第五节 妇儿科病症	(155)
一、月经不调	(155)
二、痛经	(157)
三、闭经	(159)
四、崩漏	(161)
五、带下	(164)
六、胎位不正	(166)
七、乳汁不足	(167)
附：回乳	(169)
八、子宫脱垂	(170)
九、小儿遗尿	(172)
十、小儿疳积	(174)
十一、百日咳	(176)
十二、疟腮	(178)
十三、小儿惊风	(181)
第六节 五官科及外科病症	(185)
一、目赤肿痛	(185)
附：电光性眼炎	(187)
二、近视	(188)
三、耳鸣、耳聋	(190)
四、耳脓	(193)
五、咽喉肿痛	(195)
六、鼻渊	(198)
七、鼻衄	(198)
八、针眼	(199)
九、风疹	(201)
十、神经性皮炎	(203)
十一、带状疱疹	(204)
十二、丹毒	(206)

十三、急性乳腺炎.....	(207)
第七节 急症与抢救.....	(210)
一、急性阑尾炎.....	(210)
二、急性胃肠炎.....	(212)
三、痢疾.....	(213)
四、中暑.....	(215)
五、急性尿潴留.....	(217)
六、昏迷.....	(219)
七、晕厥.....	(222)
八、休克.....	(223)
附：穴图索引.....	(225)

第一章 针灸点按方法介绍

第一节 针刺疗法

一、针具和体位

针刺疗法是用毫针刺入穴位引起一定刺激，借以治病的方法。

目前常用的毫针，大多由不锈钢丝制成。毫针可分为针身和针柄两部分。针身的尖端叫针尖，与针柄相连的一端叫针根；针柄的末端叫针尾（图1），毫针的长短粗细是按规格来区分的，其长度以“寸”计算，寸越大，针身就越长；其粗

细以“号”计算，号数越大，针身就越细。常用的毫针规格（见表1、表2）为1~3寸、28~30号。

毫针的使用范围很广，除用作传统体针外，还用作皮下埋针，电针、头皮针及耳针等。毫针的选用必须以患者形体的胖瘦、年龄大小和穴位所在部位的深浅而

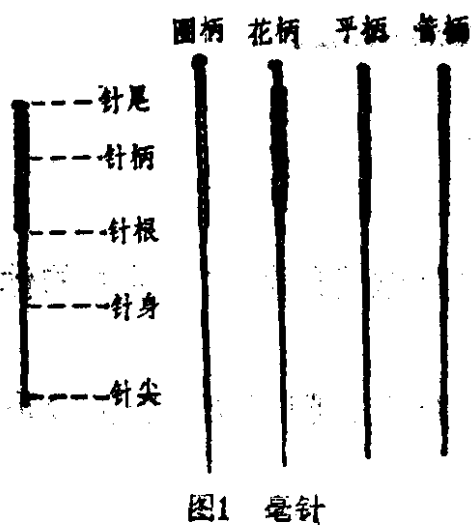


图1 毫针

表1 毫针长短规格

旧规格	$\frac{1}{2}$	1	$1\frac{1}{2}$	2	$2\frac{1}{2}$	3	4	5	6
新规格	英寸	英寸	英寸	英寸	英寸	英寸	英寸	英寸	英寸
针身长度 (mm)	15	25	40	50	65	75	100	125	150

表2 毫针粗细规格

号数	26	27	28	29	30	31	32	34
直径(mm)	0.45	0.42	0.38	0.34	0.32	0.30	0.28	0.23

定。如肌肉丰满的部位可用长一些的针深刺，而胸背部肌肉浅薄则只能短针浅刺。一般说来，头皮针可选用粗针，耳针则只宜用短而细的针浅刺。

临床还有一种专门用于刺络放血、祛邪泻热的针具，其尖端尖锐，呈三棱形，柄粗而圆，质地坚硬，叫三棱针（图2）。如果没有三棱针，又需要刺络放血，粗短的毫针也可以

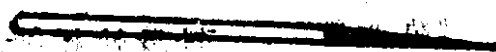


图2 三棱针

替代使用。

施行针刺治疗时，患者需要保持适当的体位。常用的体位有（图3）：

1. 仰靠坐位：适用于头面、颈部、胸部及四肢部分取穴及治疗。
2. 俯伏坐位：适用于头、项及背部取穴及治疗。

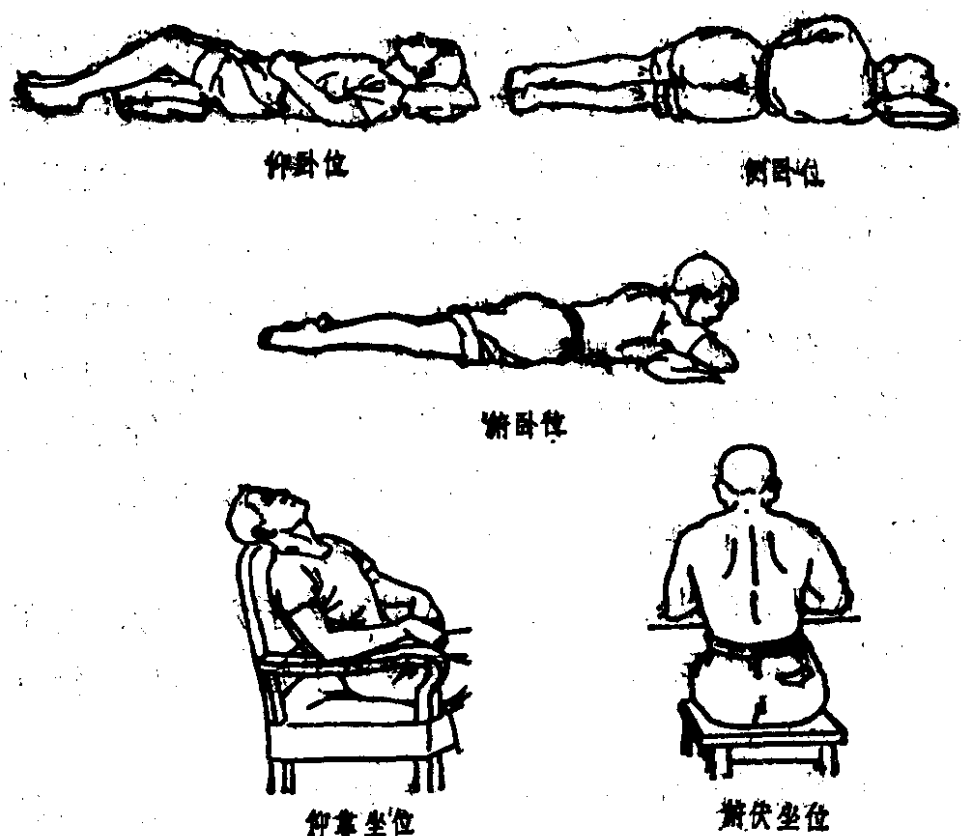


图3 常用针刺体位

3. 仰卧位：适用于头面、胸腹部及四肢部分取穴及治疗。

4. 俯卧位：适用于头项、背、腰、臀部及下肢后面部分取穴及治疗。

5. 侧卧位：适用于身体侧面部分取穴及治疗。

患者体位是否合适，应该以易于暴露和选取穴位，利于针刺操作，患者能感到舒适和便于持久留针为原则。防止在施术及留针过程中体位不当而移动肢体，发生滞针、弯针、断针，甚至晕针等。

二、针刺操作方法

(一) 进针方法

进针以能准确地刺入穴位，病人又很少觉得疼痛为原则。针刺操作时持针的手称为刺手，辅助针刺，按压或固定穴位局部的手称为押手。刺手主要是掌握针具，一般以右手拇、食指挟持针柄，运用指力使针尖快速刺透皮肤，达于皮下，并刺至适当的深度。进针时右手的中指和无名指也可参加辅助，抵住针身，帮助着力，尤其稍长一点的针刺入时，应注意协同。押手多以左手，固定穴位皮肤，使针能准确刺入穴位，并使长针针身有所依靠，不致摇晃和弯曲。

临床上常用的进针手法有以下几种：

1. 爪切进针法：左手拇指爪甲切按于穴位旁，右手持针紧靠爪甲缘刺入皮肤。此法主要适用于短针的进针（图4）。

2. 挟持进针法：左手拇、食指挟持针身下端、将针尖固定于穴位皮肤表面，右手持针使针体垂直，当刺手指力下压时，左手也同时着力下压，协同将针刺入皮肤。此法适用于长针进针（图5）。

也可单用右手拇、食二指挟持针体下端，露出针尖四、五分，对准穴位，快速刺入（图6）。

3. 提捏进针法：左手拇、食指将针刺部位的皮肤捏起，右手持针从捏起的皮肤上端刺入。此法主要适用于皮肉浅薄的部位进针（图7）。

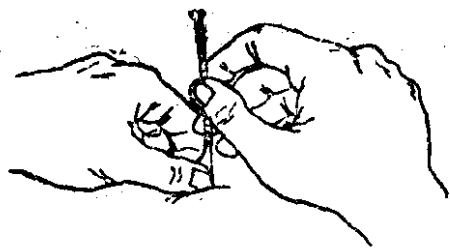


图4 爪切进针法

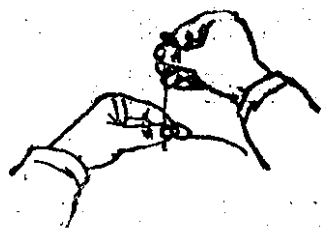


图5 挟持进针法

4. 舒张进针法：左手拇、食二指将针刺部位的皮肤向两侧撑开、绷紧，右手将针刺入。此法主要适用于皮肤松弛或有皱纹的部位（如腹部）进针（图8）。

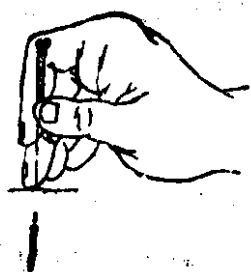


图6 单手进针法

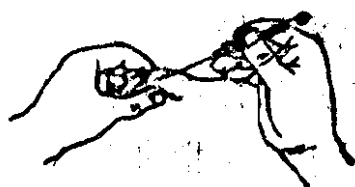


图7 提捏进针法

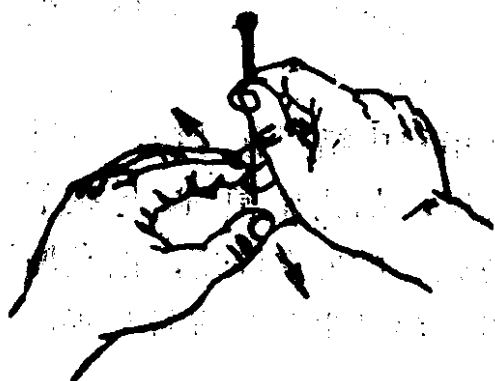


图8 舒张进针法

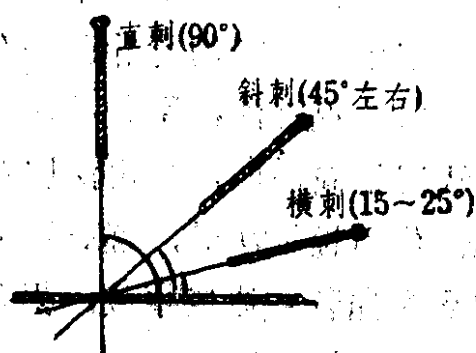


图9 针刺角度

（二）针刺角度

根据针刺穴位所在的部位和不同的治疗目的，针刺操作过程要求一个合适的针刺角度。即针身与穴位局部皮肤表面所成的角度。临床大多采用直刺、斜刺、横刺三种不同的角度（图9）。

1. 直刺：垂直刺入，针身与皮肤表面呈 90° 角。适用于全身大部分穴位，如四肢、腹部等肌肉比较丰厚的部位。使用三棱针、耳针时也多采用直刺。

2. 斜刺：针身与皮肤表面呈 45° 角左右刺入。常用于

胸背部等不宜直刺和深刺的部位。有时为了便于行针导行针感，也有意采用斜刺的方法。

3. 横刺：又称沿皮刺。针身与皮肤表面呈 15° 角左右刺入，施术时可将针身横卧刺入，或用提捏进针法进针。适用于头、面、胸肌肉浅薄的部位。使用腕踝针、头皮针特殊刺法时也采用横刺法。

（三）行针手法

行针手法是指进针达到适当的深度后，运用一定的技巧，使患者产生局部或较大范围的针刺感应（针感）。常见的针感有酸、胀、麻木、沉重、触电样等感觉。行针手法也同时起到调整针刺强度的作用，以加强或达到一定的治疗效果。常用于临床的行针手法有以下几种：

1. 提插法：用右手拇指、食指和中指捏住针柄，将针从浅层插向深层，再由深层提至浅层，如此反复地上提下插。使用提插法时，插针不应突破允许的安全深度，以免增加病人痛苦或造成事故，损伤脏器；提针也不应将针尖提出皮肤外（图10）。

2. 捻转法：用右手拇指、食指和中指捏住针柄，一前一后地来回捻转（图11）。

3. 刮针法：用拇指抵住针尾，以食指或中指的指甲上下来回地刮动针柄；或用食、中指抵住针尾，以拇指指甲刮动针柄，如此反复进行（图12）。

4. 震颤法：以右手拇指、食指和中指捏住针柄，作小幅度、快频率的提插捻转动作，使针身发生轻微震颤（图13）。

提插法和捻转法可以同时使用，即边提插、边捻转，也是为了增加刺激量和加强针感而采用的手法。

• 6 •