

赤脚医生针灸手册

延安地区人民医院 编著

62

样 本 库

# 赤脚医生针灸手册

延安地区人民医院 编著



陕西人民出版社

1033813

## 毛主席语录

这次无产阶级文化大革命，对于巩固无产阶级专政，防止资本主义复辟，建设社会主义，是完全必要的，是非常及时的。

千万不要忘记阶级和阶级斗争

把医疗卫生工作的重点放到农村去。

中国医药学是一个伟大的宝库，应当努力发掘，加以提高。

# 目 录

<b>第一章 概 说</b>	
<b>第一节 针灸学及其发展简介</b> …………… 1	
<b>第二节 针灸治病的道理及其主要内容</b> … 3	
<b>第二章 针灸术</b>	
<b>第一节 一般针灸工具</b> … 5	
<b>第二节 针刺法</b> …………… 7	
一、针刺准备及持针手势…………… 7	
二、进针法…………… 8	
1.一般进针法…………… 8	
2.管针进针法…………… 9	
三、进针后的手法…………… 11	
1.基本手法…………… 11	
2.补泻手法…………… 12	
开阖补泻…………… 12	
呼吸补泻…………… 13	
烧山火补法…………… 13	
透天凉泻法…………… 13	
3.平补平泻法…………… 15	
四、起针法…………… 15	
轻捻拔针法…………… 15	
平稳起针法…………… 15	
五、针感与针刺深度、留针的关系…………… 15	
六、针刺的异常情况… 16	
1.出血与不适感…………… 16	
2.晕针…………… 17	
3.滞针…………… 17	
4.弯针…………… 18	
5.断针…………… 18	
七、针刺注意事项… 18	
<b>第三节 灸法</b> …………… 19	
一、艾炷灸法…………… 19	
直接灸法…………… 19	
间接灸法…………… 21	
二、艾卷灸法…………… 21	
温和灸法…………… 21	
熨热灸法…………… 22	
雀啄灸法…………… 22	
三、针柄灸法…………… 22	

### 第三章 经络与腧穴

#### 第一节 经络浅说·····23

##### 一、经络与十二经脉·····23

##### 二、十二经脉的重要 性·····24

##### 三、十二经脉的命名·····24

##### 四、十二经脉与任、 督脉的循行和衔接 次序·····25

#### 第二节 腧穴浅说·····26

##### 一、腧穴分类·····26

##### 经穴·····27

##### 经外奇穴·····27

##### 阿是穴·····27

##### 二、腧穴的取法·····28

##### 1.骨度分寸折量法·····28

##### 2.指寸法·····31

##### 3.体位取穴法·····32

#### 第三节 十四经循行与 腧穴·····32

##### 一、手太阴肺经循行

##### 与经穴·····32

##### 1.循行·····32

##### 2.所属经穴名称·····32

##### 3.常用经穴定位与 应用(选七穴)·····33

中府·····34

尺泽·····34

孔最·····35

列缺·····35

太渊·····36

鱼际·····36

少商·····36

##### 二、手阳明大肠经循

##### 行与经穴·····37

##### 1.循行·····37

##### 2.所属经穴名称·····37

##### 3.常用经穴定位与 应用(选十穴)·····37

合谷·····39

阳溪·····39

偏历·····40

温溜·····40

手三里·····41

曲池·····41

臂臑·····41

肩髃·····42

巨骨·····42

迎香·····43

##### 三、足阳明胃经循行

##### 与经穴·····43

##### 1.循行·····43

##### 2.所属经穴名称·····45

3.常用经穴定位与	太白·····55
应用(选十八穴)···45	公孙·····56
四白·····45	商丘·····56
地仓·····46	三阴交·····56
颊车·····46	地机·····57
下关·····46	阴陵泉·····57
头维·····47	血海·····58
天枢·····47	
水道·····48	<b>五、手少阴心经循行</b>
归来·····48	与经穴·····58
髀关·····49	1.循行·····58
梁丘·····50	2.所属经穴名称·····59
犊鼻·····50	3.常用经穴定位与
足三里·····50	应用(选五穴)·····60
上巨虚·····52	极泉·····60
下巨虚·····52	少海·····60
丰隆·····52	通里·····61
解溪·····53	阴郄·····61
冲阳·····53	神门·····61
内庭·····54	<b>六、手太阳小肠经循</b>
<b>四、足太阳脾经循行</b>	行与经穴·····62
与经穴·····54	1.循行·····62
1.循行·····54	2.所属经穴名称·····62
2.所属经穴名称·····54	3.常用经穴定位与
3.常用经穴定位与	应用(选九穴)·····62
应用(选八穴)·····54	后溪·····64
隐白·····55	腕骨·····64
	养老·····65

支正	65
小海	66
肩贞	66
天宗	66
乘风	67
听宫	67

## 七、足太阳膀胱经循

行与经穴·····67

1. 循行·····67

2. 所属经穴名称·····69

3. 常用经穴定位与

应用(选二十三  
穴)·····69

睛明·····69

攒竹·····70

天柱·····70

肺俞·····71

心俞·····71

肝俞·····72

脾俞·····72

肾俞·····72

大肠俞·····73

小肠俞·····73

膀胱俞·····73

八髎(上髎、次  
髎、中髎、下  
髎)·····74

承扶·····74

委阳·····75

委中·····75

膏肓·····75

秩边·····76

承山·····76

飞扬·····77

昆仑·····77

申脉·····78

京骨·····78

至阴·····78

## 八、足少阴肾经循行

与经穴·····78

1. 循行·····78

2. 所属经穴名称·····80

3. 常用经穴定位与

应用(选六穴)·····80

涌泉·····80

然谷·····81

太溪·····81

照海·····81

复溜·····82

阴谷·····82

## 九、手厥阴心包经循

行与经穴·····83

1. 循行·····83

2. 所属经穴名称·····84

3. 常用经穴定位与 应用(选六穴)·····84	肩井·····93
曲泽·····84	日月·····94
郄门·····85	带脉·····94
间使·····85	五枢·····94
内关·····85	环跳·····95
大陵·····86	风市·····95
劳官·····86	阳陵泉·····96
十、手少阳三焦经循 行与经穴·····86	光明·····96
1. 循行·····86	悬钟(绝骨)·····97
2. 所属经穴名称·····88	丘墟·····97
3. 常用经穴定位与 应用(选六穴)·····88	足临泣·····98
中渚·····88	十二、足厥阴肝经循 阳池·····89
外关·····89	行与经穴·····98
支沟·····89	1. 循行·····98
天井·····90	2. 所属经穴名称·····98
翳风·····90	3. 常用经穴定位与 应用(选七穴)·····98
十一、足少阳胆经循 行与经穴·····90	行间·····99
1. 循行·····90	太冲·····99
2. 所属经穴名称·····92	蠡沟·····100
3. 常用经穴定位与 应用(选十二穴)·····92	中都·····100
风池·····93	曲泉·····100
	章门·····101
	期门·····101
	十三、督脉循行与 经穴·····102
	1. 循行·····102



2. 所属经穴名称 …	102
3. 常用经穴定位 与应用 (选九 穴) …	103
长强 …	103
腰俞 …	103
腰阳关 …	104
命门 …	104
至阳 …	104
大椎 …	105
百会 …	105
上星 …	105
人中(水沟) …	106
<b>十四、任脉循行与</b>	
经穴 …	106
1. 循行 …	106
2. 所属经穴名称 …	106
3. 常用经穴定位 与应用 (选十 穴) …	106
中极 …	107
关元 …	108
石门 …	108
气海 …	109
阴交 …	109
神阙 …	110
中脘 …	110

巨阙 …	110
膻中 …	110
天突 …	111
<b>第四节 常用经外奇</b>	
穴定位与应用 …	111
印堂 …	111
佻脊 …	112
喘息 …	112
血府 …	112
十二井穴 …	113
十宣 …	114
三商 …	114
迎香点 …	114
鬲尾穴 …	115
肝爽点 …	115

## 第四章 经络病候与治疗

### 第一节 十四经脉病

候 …	116
一、手太阴肺经病	
候 …	116
二、手阳明大肠经	
病候 …	117
三、足阳明胃经病	
候 …	117
四、足太阴脾经病	
候 …	118

五、手少阴心经病	一、急症及传染病 …… 125
候 …… 118	中暑 …… 125
六、手太阳小肠经	休克 …… 126
病候 …… 119	晕厥 …… 127
七、足太阳膀胱经	感冒 …… 123
病候 …… 119	流行性腮腺炎 …… 129
八、足少阴肾经病	细菌性痢疾 …… 130
候 …… 119	疟疾 …… 131
九、手厥阴心包经	二、地方病 …… 131
病候 …… 120	克山病 …… 131
十、手少阳三焦经	大骨节病 …… 132
病候 …… 120	单纯性甲状腺
十一、足少阳胆经	肿 …… 133
病候 …… 120	三、内、儿科疾病 …… 134
十二、足厥阴肝经	支气管炎 …… 134
病候 …… 121	哮喘 …… 135
十三、督脉病候 …… 121	高血压 …… 136
十四、任脉病候 …… 121	半身不遂 …… 137
第二节 针灸治疗选	胃脘痛 …… 138
穴与辨证施治	关节炎 …… 140
原则 …… 122	肋间神经痛 …… 141
一、穴位的选取 …… 122	癩痢 …… 141
1. 循经取穴 …… 122	瘧病 …… 142
2. 随症取穴 …… 123	头痛 …… 143
二、辨证施治原则 …… 123	遗精、阳痿 …… 145
第三节 常见病、多	婴儿泄泻 …… 145
发病的治疗 …… 125	疝积 …… 146

遗尿 .....	147	落枕 .....	159
四、 妇产科疾病 .....	143	急性腰扭伤 .....	160
月经不调 .....	143	慢性腰背痛 .....	160
痛经 .....	149	肩关节周围炎 .....	161
盆腔炎 .....	150	腕管综合征 .....	162
子宫脱垂 .....	151	腱鞘囊肿 .....	162
白带 .....	152	膝关节痛 .....	163
妊娠呕吐 .....	153	踝关节扭伤 .....	163
胎位不正 .....	154	荨麻疹 .....	164
乳少 .....	154	六、 眼、耳鼻咽喉、	
回乳 .....	155	口腔科疾病 .....	165
人工流产 .....	155	急性结膜炎 .....	165
五、 外、皮肤科疾病 .....	155	麦粒肿 .....	165
急性乳腺炎 .....	155	慢性鼻炎 .....	166
急性阑尾炎 .....	156	耳鸣、耳聋 .....	166
胆道蛔虫症 .....	157	急性扁桃体炎 .....	167
痔疮 .....	158	面瘫 .....	168
脱肛 .....	158	牙痛 .....	169

# 第一章 概 说

针灸学是研究如何运用针刺和艾灸，进行防病治病的一门科学。

在修正主义卫生路线的干扰下，它处于被排斥和打击的境地。经过伟大的无产阶级文化大革命，在毛主席的革命卫生路线的指引下，针灸疗法大大普及，针灸学获得新的发展。在城乡防病治病中，充分发挥了“一根针、一把草”的作用，有力地配合了三大革命运动，特别是农业学大寨群众运动。针灸真是古树红花，果实累累。

## 第一节 针灸学及其发展简介

伟大领袖毛主席教导我们说：“中国医药学是一个伟大的宝库，应当努力发掘，加以提高。”针灸学是祖国医学中的一门重要学科，它是几千年来我国劳动人民同疾病作斗争的宝贵经验的结晶，是祖国医学宝库中光彩夺目的珍宝之一。

祖国医学主要分为内治法与外治法两大类。内治法是指内服药物治疗疾病，针灸是属于外治法的范围。在古老的年代里，人们用天然锐利的小石片，刺压或刺破人体某部，

进行治疗。这叫做针刺术，或称针法。这是针刺术的萌芽阶段。随着社会生产的进步，针刺术的用具逐步由石针、骨针、竹针，发展到铜针、铁针、银针、金针，目前常用的，有合金、合银、不锈钢针等数种，以不锈钢针最为普遍。

灸法，是采用艾叶制成艾绒，以烧灼熏熨体表一定的部位，通过温热的刺激而起到防治疾病的作用。在防治疾病的过程中，针和灸往往同时使用，两种疗法的理论与实践结合起来，就成为针灸学科。

针灸治病，在我国已有悠久的历史。它以安全简便，疗效迅速，应用广泛，深受群众欢迎而世代流传不绝。我国最早的一部医书《内经》，是秦汉以前，医学实践经验的总结。这部书，对经络、穴位、针具、刺法等，都有详细的叙述。晋代的《针灸甲乙经》，是针灸学的最早专著，它第一次确定了针灸穴名349个，穴位计有649个。唐代的“太医署”，已设有针灸专科。宋代铸造了两座针灸铜人，使针灸穴位有了明确的标准。明代的《针灸大成》，总结了以前针灸学的成就，并使某些混淆的穴位和作用，得到了一次较详细的清理和统一。一八四〇年鸦片战争以后，由于清代统治者的轻视和国民党反动政府的打击、排斥，使针灸学的发展受到严重阻碍。但是，针灸治病确实有明显的效果，所以仍然在民间广泛流传应用。

毛主席和中国共产党，一向重视祖国医学遗产。早在一九二八年，井冈山革命根据地的医院，就用中西两法治疗红军伤病员。一九四四年，毛主席在延安召开的陕甘宁边区文

教工作者会议上，曾明确的指出了中西医团结的伟大方针，会后有很多西医学习了针灸学，并在部队和地方的卫生机构中推广应用。在抗日战争和人民解放战争中，针灸对保障军民健康起着重要作用。中华人民共和国成立以后，党和政府制定了一系列正确的中医政策，先后在北京和许多省、市建立了针灸研究机构，很多医院还设立了针灸专科进行治疗，但由于修正主义卫生路线的破坏，针灸的运用和发展，受到严重影响和阻碍。伟大的无产阶级文化大革命摧毁了以刘少奇和林彪为头子的两个资产阶级司令部，批判了他们的修正主义路线及其反革命罪行，针灸术不仅得到普遍应用，而且有了新的发展，创造了针刺麻醉。针刺麻醉的广泛应用，推动了针灸理论——经络学说的研究工作，并对现代生理学、生物化学、解剖学等，提出了新的研究课题。

## 第二节 针灸治病的道理及其主要内容

针灸术能治疗疾病，主要是根据经络学说，通过体表的腧穴，施行一定的针灸操作技术，调整机体各部分的阴阳，使之从不协调的病理状态恢复为生理状态，从而达到防治疾病的目的。

针灸学主要内容，包括针灸治病的理论基础，操作方法和临床应用等知识。其理论基础，主要指经络学说。经络的实质是什么？目前还存在各种不同的看法，所以针灸为什么能治病，只能按古代经络学说来解释，用现代科学来阐明其

机制，尚有待进一步研究。

唯物辩证法认为，外因是变化的条件，内因是变化的根据，外因通过内因而起作用。针灸术是外因，只有通过调动人体内在的抗病因素，才能取得较好的效果。

## 第二章 针 灸 术

针灸术又称针灸法。针刺的关键在于“针感”，一般称为“得气”。有针感才能获得防治疾病的满意效果。这就是说，在针刺的时候，针感是个主要的要求。如果没有针感，那就得用各种手法，或延长扎针的时间，以促使针感的到来。有了针感，就可以起针。依据病情的不同，手法可分为补法、泻法和平补平泻法三种。

### 第一节 一般针灸工具

**针灸术工具：**主要是针和艾。针的种类很多，有毫针、三棱针、圆利针和火针等数种。毫针是主要的一种。毫针由于针细似毫毛，所以称为毫针，通常有如下几种：直径为0.45、0.42、0.38、0.34、0.32、0.30毫米的，分别称为26、27、28、29、30、31号针。针的号码小，针体较粗。针的号码大，针体较细。针的长短，以针体的长度来计算，有五分、一寸、一寸五分、二寸、二寸五分、三寸、四寸、五寸、六寸等数种。以二寸针为最常用。毫针的构造，可分为针柄、针根、针体和针尖等四个部分。针根易断，应注意检查。针尖应保持不过秃，但也不能过尖。



**针管：**用玻璃管或用圆珠笔芯的塑料管均可。其长度可根据毫针的长短，较针的全长略短二分。针管的粗细，以毫针能够通过即可。

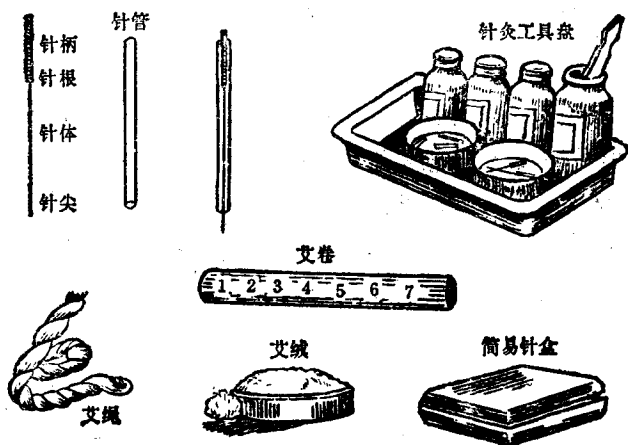


图1 一般针灸工具

**消毒工具：**针刺前，凡是与针接触的镊子、放针的器皿、棉花、纱布、针的本身，均应严密进行消毒。一般可采用煮沸、气锅或药物消毒。

**煮沸消毒：**将针、镊子、针管，包扎后放在煮锅的清水中，待水煮沸以后，再煮10—15分钟即可。

**气锅消毒：**将毫针、棉球，用纱布包好，放在高压蒸气锅内，一般在15磅气压，120℃高温下，保持15分钟以上，即可达到消毒要求。

**药物消毒：**将针具放在75%酒精内浸泡30分钟，或用新洁尔灭1:1,000溶液，浸泡五分钟以上，即可达到消毒要求。