



灸疗治百病



刘长江
隋殿军
主编

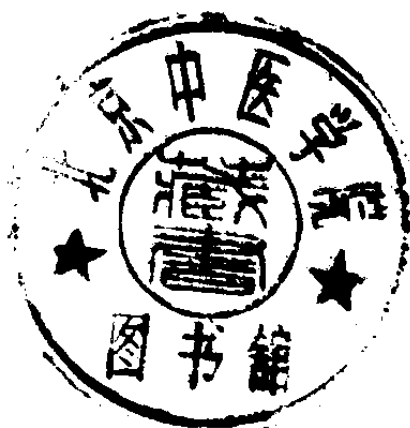
吉林科学技术出版社

样 本 库

Y147 23

灸 疗 治 百 病

主 编	刘长江	胡庆寅
副主编	黄晓杰	徐桂芹
编 者	于文平	颜耀东
	韩丽娟	贺 丽



吉林科学技术出版社

1218866

【吉】新登字 03 号

灸疗治百病

刘长江 胡庆寅 主编

责任编辑:齐 郁

封面设计:马腾骧

出版 吉林科学技术出版社 787×1092 毫米 32 开本 7 印张

150 000 字

发行 吉林省新华书店 1993 年 4 月第 1 版 1993 年 4 月第 1 次印刷
印数:1—11 140 册 定价:3.60 元

印刷 长春新华印刷厂 ISBN 7—5384—1080—5/R·215

目 录

一、经络概述	(1)	(三) 腧穴的作用	(10)
(一) 经络的概念 ...	(1)	1. 近治作用	(10)
(二) 经络的组成 ...	(2)	2. 远治作用	(10)
(三) 经络的作用 ...	(4)	3. 特殊作用	(10)
1. 在生理方面的作用	(4)	(四) 腧穴的取法	(11)
2. 在临床灸疗中的作用	(5)	1. 骨度分寸法	(11)
二、十二经概述	(6)	2. 解剖标志法	(13)
(一) 十二经名称分类	(6)	3. 手指同身寸法 ...	(13)
(二) 十二经循行规律及流注次序 ...	(7)	四、灸疗的一般知识	(15)
1. 走向交接规律	(7)	(一) 灸用材料	(15)
2. 表里关系和流注次序	(7)	1. 以艾为主的施灸材料	(15)
三、腧穴概述	(9)	2. 艾叶的药性及作用	(16)
(一) 腧穴的概念 ...	(9)	3. 艾叶的采集及艾绒的制备	(16)
(二) 腧穴的分类 ...	(9)	4. 艾炷的制备	(16)
1. 经穴	(9)	5. 艾条的制备	(17)
2. 奇穴	(9)	(二) 灸法的作用	
3. 阿是穴	(10)		

..... (18)	6. 隔附子饼灸 (28)
1. 温通经气，祛散阴寒	7. 隔胡椒饼灸 (28)
..... (18)	8. 骑竹马灸 (29)
2. 温补益气，扶阳固脱	(二) 艾条灸..... (30)
..... (19)	1. 温和灸 (31)
3. 行气活血，消瘀散结	2. 雀啄灸 (32)
..... (19)	3. 熨热灸 (32)
4. 预防疾病，保健强身	4. 雷火神针灸 (32)
..... (19)	5. 太乙神针灸 (33)
(三) 艾灸的补泻	(三) 温针灸..... (34)
..... (20)	(四) 灸器灸..... (35)
(四) 施灸的注意事项	1. 温盒灸 (35)
..... (21)	2. 苇管器灸 (36)
1. 注意禁灸部位及禁	3. 隔核桃皮眼镜灸
灸症 (21)	 (38)
2. 取穴要准确，体位	(五) 热源性非艾
要舒适 (21)	灸法..... (40)
3. 要掌握好施灸量	1. 香烟灸 (40)
..... (21)	2. 线香灸 (40)
4. 避免发生灸疮 ... (22)	3. 灯火灸 (41)
五、常用灸法..... (23)	(六) 天灸..... (42)
(一) 艾炷灸..... (23)	1. 斑蝥灸 (42)
1. 瘢痕灸 (23)	2. 蒜泥灸 (43)
2. 无瘢痕灸 (25)	3. 白芥子灸 (43)
3. 隔姜灸 (25)	4. 吴茱萸灸 (43)
4. 隔蒜灸 (27)	六、十四经常用腧穴
5. 隔盐灸 (27)	 (45)

(一) 手太阴肺经

..... (45)

1. 尺泽 (45)

2. 列缺 (47)

3. 太渊 (47)

(二) 手阳明大肠经

..... (47)

1. 商阳 (48)

2. 合谷 (49)

3. 阳溪 (49)

4. 偏历 (49)

5. 手三里 (50)

6. 曲池 (50)

7. 肩髃 (50)

(三) 足阳明胃经

..... (51)

1. 地仓 (51)

2. 颊车 (51)

3. 下关 (53)

4. 梁门 (53)

5. 天枢 (53)

6. 水道 (54)

7. 归来 (54)

8. 伏兔 (54)

9. 犊鼻 (54)

10. 足三里 (55)

11. 上巨虚 (55)

12. 丰隆 (55)

13. 解溪 (56)

14. 内庭 (56)

(四) 足太阴脾经

..... (56)

1. 公孙 (58)

2. 商丘 (58)

3. 三阴交 (58)

4. 阴陵泉 (59)

5. 血海 (59)

(五) 手少阴心经

..... (59)

1. 极泉 (60)

2. 少海 (61)

3. 通里 (61)

4. 神门 (61)

(六) 手太阳小肠经

..... (62)

1. 少泽 (62)

2. 后溪 (62)

3. 养老 (63)

4. 支正 (64)

5. 肩贞 (64)

6. 天宗 (64)

7. 听宫 (64)

(七) 足太阳膀胱经

..... (65)

1. 天柱	(65)
2. 大杼	(65)
3. 风门	(67)
4. 肺俞	(67)
5. 心俞	(67)
6. 膈俞	(68)
7. 肝俞	(68)
8. 胆俞	(68)
9. 脾俞	(69)
10. 胃俞	(69)
11. 三焦俞	(69)
12. 肾俞	(70)
13. 大肠俞	(70)
14. 关元俞	(70)
15. 膀胱俞	(71)
16. 承扶	(71)
17. 殷门	(71)
18. 委中	(71)
19. 膏肓俞	(72)
20. 志室	(72)
21. 承山	(72)
22. 跗阳	(73)
23. 昆仑	(73)
24. 至阴	(73)

(八) 足少阴肾经

..... (73)

1. 涌泉	(74)
-------------	------

2. 太溪	(74)
3. 照海	(74)
4. 复溜	(76)
5. 大赫	(76)

(九) 手厥阴心包经

..... (76)

1. 曲泽	(76)
2. 间使	(78)
3. 内关	(78)
4. 劳宫	(78)
5. 中冲	(78)

(十) 手少阳三焦经

..... (79)

1. 中渚	(79)
2. 外关	(79)
3. 支沟	(81)
4. 翳风	(81)
5. 角孙	(81)
6. 耳门	(81)

(十一) 足少阳胆经

..... (82)

1. 阳白	(82)
2. 风池	(82)
3. 肩井	(84)
4. 带脉	(84)
5. 环跳	(84)
6. 风市	(85)

7. 阳陵泉	(85)	9. 中脘	(95)
8. 光明	(85)	10. 上脘	(96)
9. 悬钟	(85)	11. 膻中	(96)
(十二) 足厥阴肝经	(86)	12. 天突	(96)
1. 行间	(86)	附: 常用经外奇穴	(97)
2. 太冲	(86)	1. 四神聪	(97)
3. 曲泉	(88)	2. 印堂	(97)
4. 章门	(88)	3. 太阳	(97)
5. 期门	(88)	4. 定喘	(97)
(十三) 督脉	(89)	5. 腰奇	(98)
1. 长强	(89)	6. 腰眼	(98)
2. 命门	(89)	7. 气门	(98)
3. 脊中	(89)	8. 子宫穴	(98)
4. 身柱	(91)	9. 十宣	(99)
5. 大椎	(91)	10. 落枕	(99)
6. 百会	(91)	11. 二白	(99)
7. 神庭	(91)	12. 胆囊穴	(100)
(十四) 任脉	(92)	13. 阑尾穴	(100)
1. 会阴	(92)	14. 耳尖	(100)
2. 曲骨	(92)	七、常见病证的治疗	(101)
3. 中极	(93)	(一) 常见症状的	(101)
4. 关元	(94)	治疗	(101)
5. 气海	(94)	1. 头痛	(101)
6. 神阙	(94)	2. 眩晕	(102)
7. 下脘	(95)	3. 失眠、多梦	(103)
8. 建里	(95)		

4. 咳嗽	(105)	5. 脱肛	(133)
5. 哮喘	(107)	6. 糖尿病	(134)
6. 心悸	(109)	7. 慢性支气管炎	(135)
7. 心区痛	(110)	8. 支气管哮喘	(137)
8. 恶心、呕吐	(111)	9. 肺结核	(138)
9. 膈肌痉挛 (呃逆)	(112)	10. 痢疾	(140)
10. 胃痛	(113)	11. 慢性肝炎	(141)
11. 腹痛	(115)	12. 慢性肾炎	(143)
12. 腹泻 (泄泻)	(116)	13. 血栓闭塞性脉 管炎	(145)
13. 便秘	(119)	14. 坐骨神经痛 ...	(146)
14. 尿潴留 (癃闭)	(119)	15. 面神经麻痹 ...	(148)
15. 淋证	(121)	16. 重症肌无力 ...	(149)
16. 遗精	(121)	17. 风湿、类风湿性关 节炎 (痹证)	(150)
17. 阳痿	(123)	18. 颈椎病	(152)
18. 精子减少症 ...	(124)	19. 高血压病	(153)
19. 腰痛	(125)	20. 中风后遗症 ...	(156)
20. 体质虚弱	(126)	21. 癫痫	(157)
(二) 常见内科疾病 的治疗	(127)	22. 雷诺氏病	(159)
1. 胃、十二指肠溃疡	(127)	(三) 常见外科 (皮肤 科) 疾病的 治疗	(160)
2. 急性胃肠炎	(129)	1. 疔疖	(160)
3. 慢性结肠炎	(130)	2. 慢性阑尾炎	(161)
4. 胃下垂	(132)		

3. 肩关节周围炎 (162)	9. 慢性盆腔炎..... (188)
4. 荨麻疹 (163)	10. 白带异常 (带下) (189)
5. 神经性皮炎..... (164)	11. 习惯性流产、 不孕症 (190)
6. 带状疱疹 (165)	(五) 常见儿科疾病
7. 湿疹 (166)	的治疗 (193)
8. 急性毛囊炎..... (168)	1. 婴幼儿腹泻..... (193)
9. 疣 (瘰子) (169)	2. 小儿消化不良 (194)
10. 颈淋巴结核 ... (170)	3. 小儿疳积证..... (194)
11. 乳腺炎 (171)	4. 小儿遗尿 (196)
12. 疝气 (172)	5. 急性腮腺炎..... (197)
13. 痔疮 (174)	(六) 常见五官科疾病
14. 急性腰扭伤 ... (175)	的治疗 (198)
15. 落枕 (176)	1. 青少年近视..... (198)
(四) 常见妇科疾病的 治疗 (177)	2. 视神经萎缩..... (200)
1. 月经不调 (177)	3. 老年性白内障 (201)
2. 闭经 (178)	4. 慢性鼻炎 (202)
3. 痛经 (180)	5. 鼻衄 (204)
4. 胎位不正 (181)	6. 急性扁桃体炎 (205)
5. 功能性子宫出血 (182)	7. 慢性扁桃体炎 (206)
6. 子宫脱垂 (184)	8. 急性咽炎 (207)
7. 乳汁不足 (乳少) (185)	9. 慢性咽炎 (208)
8. 更年期综合征 (186)	

10. 耳鸣、耳聋 … (209) 附：穴名索引 ……… (212)
11. 牙痛 …………… (210)

一、经络概述

经络学说是几千年来我国劳动人民和古代医学家，在长期同疾病作斗争的医疗实践中，并结合当时的解剖学知识，逐渐积累和发展起来的。它来源于实践，反过来又指导临床实践。但它的实践意义不仅是针灸学的理论基础，而且对指导中医临床各科均有重要的意义，故《灵枢·经脉》说：“经脉者，所以决死生，处百病，调虚实，不可不通。”历代医家对经络学说都十分重视，正如《医学入门》所说：“不通十二经络，开口动手便错。”

（一）经络的概念

经络，是经脉和络脉的总称。经，有路径之意，经脉是经络系统的纵行干线，大多循行人体的深部。络，有网络之意，络脉是经脉的分支，纵横交错，网络全身，无处不至，循行于较浅部位。经络相贯，遍布周身，形成一个纵横交错的联络网，通过有规律的循行和错综复杂的联络交会，把人体的五脏六腑、四肢百骸、五官九窍、皮肉筋脉等脏腑组织器官紧密地联结成一个统一的有机整体，从而保证了人体生命活动的正常进行。所以说，经络是沟通表里上下，运行气血，联络脏腑肢体，调节机体各部功能的一种特殊通路系统。

(二) 经络的组成

经络是由经脉和络脉组成的。其中经脉分为正经和奇经两大类，为经络的主要部分。正经有十二，即手足三阴经和手足三阳经，合称十二经脉。奇经有八，即督、任、冲、带、阴跷、阳跷、阴维、阳维，合称“奇经八脉”。络脉有别络、浮络、孙络之分。别络较大，共有十五，其十二经脉与任、督二脉各有一支别络，再加上脾之大络，合为“十五别络”。别络有别走邻经之意，可以加强表里阴阳两经的联系与调节。络脉浮行于浅表部位的称为“浮络”。络脉最细小的分支称为“孙络”。此外，还有十二经别、十二经筋、十二皮部。十二经别是十二经别出的正经，也属于经脉的范畴，他们能够加强表里两经的联系，同时还能通达某些正经未能行经的器官与形体部位，以补正经的不足。十二经筋，是十二经脉循行部位上分布的筋肉系统的总称，有联缀百骸，维络周身，主司关节运动的作用。十二皮部，是十二经脉在体表一定皮肤部位的反应区。由于十二经筋、十二皮部的分区，基本上和十二经脉体表的循行部位一致，因此它们都是按着十二经脉命名的。其组成详见（表1）。

表 1 经络系统简表

经络系统	经脉	十二正经 (十二经脉)	手三阴经	手太阴肺经	气血运行的主要通道，同内在脏腑有直接的络属关系
			手三阴经	手厥阴心包经	
				手少阴心经	
				手三阳经	
			手少阳三焦经		
			手太阳小肠经		
			足三阴经	足太阴脾经	
				足厥阴肝经	
				足少阴肾经	
			足三阳经	足阳明胃经	
				足少阳胆经	
				足太阳膀胱经	
络脉	奇经八脉	十二经脉以外的另一些重要经脉，包括任脉、督脉、冲脉、带脉、阴跷脉、阳跷脉、阴维脉、阳维脉，有统率、联络和调节十二经脉的作用。			
	十二经别	从十二经脉别出的经脉。有加强十二经脉中相为表里的两经之间联系的作用。			
	十五别络	从十二经脉及任脉、督脉各分出一支别络，再加上脾之大络。有加强表里两经在体表的联系和渗灌气血的作用。			
	孙络	细小的络脉			
	浮络	浮现于体表的络脉			
十二经筋		十二经脉之气结、聚、散、络于筋肉、关节的体系。有联缀四肢百骸，主司关节运动的作用。			
十二皮部		十二经脉的功能活动反映于体表的部位。			

(三) 经络的作用

1. 在生理方面的作用

经络的正常功能活动，称为“经气”。其生理功能，概括起来主要有以下四个方面：

(1) 联系全身各部：人体是由五脏六腑、四肢百骸、五官九窍、皮肉筋脉等所组成，它们虽各有不同的生理功能，但又共同进行着有机的整体活动，使机体内外上下保持协调统一，构成一个有机的整体。这种有机配合、相互联系，主要是依靠经络的沟通表里上下，联系脏腑器官的作用来实现的。由于十二经脉及其分支，纵横交错，出表入里，通上达下，相互络属于脏腑之间，奇经八脉联系沟通于十二正经；十二经筋，十二皮部联络全身的筋肉皮肤，从而使全身各个脏腑组织器官有机的联系起来，构成一个表里上下彼此之间紧密联系，协调共济的统一体。

(2) 通行气血，濡养全身脏腑组织：人体各个组织器官，均需气血以濡养，才能维持其正常的生理活动。而气血之所以能通达全身，发挥其营养脏腑组织器官，抗御外邪，保卫机体的作用，则又必须依赖经络的传注。所以《灵枢·本脏》说：“经脉者，所以行血气而营阴阳，濡筋骨，利关节者也。”

(3) 感应传导作用：感应传导，是指经络系统对于针灸或其他刺激的感觉和传递通导作用。经络凭借四通八达的信息传导网，可以把整体信息传达到每一个局部去，从而使每一个局部成为整体的缩影。感应，指经络系统的感觉反应，如

针灸“得气”时，局部的酸麻胀感，属经络的感应作用；传导，指经络系统将其感应传递与通导，如针灸“得气”后，其酸胀感沿经脉上下传导，即属经络的传导作用。当然经络的感应与传导作用，有时同时具备，不能绝然分开。

(4) 调节人体各部功能，使之平衡协调：经络通运行气血，协调阴阳，使人体机能活动保持相对的平衡。当人体发生疾病，出现气血不和及阴阳偏胜偏衰的证候时，可运用针灸等治法以激发经络的调节作用。实验证明，针灸有关经络的穴位，对各脏腑有调节作用，即原来亢进的可使之抑制，原来抑制的可使之兴奋。因此，针灸经穴通过经络的作用对机体的影响，是一种良性双向调节作用。

2. 在临床灸疗中的作用

经络学说自创立以后，就一直广泛而有效地指导着临床灸疗工作。在临床灸疗中，主要是根据某一经或某一脏腑的病变，采取循经取穴，局部取穴等，通过灸疗，以调整经络气血的功能，从而达到治疗疾病的目的。

二、十二经概述

(一) 十二经名称分类

十二经脉对称地分布于人体的两侧，每一条经脉的名称包括手或足、阴或阳、脏或腑三部分。行于上肢的经脉为手经，行于下肢的经脉为足经。阴经行于四肢内侧，阳经行于四肢外侧。阴经隶脏，阳经属腑。一阴衍化为太阴、厥阴、少阴三阴，故手足三阴经隶属于六脏（含心包）；一阳衍化为阳明、少阳、太阳三阳，故手足三阳经隶属于六腑。十二经脉根据各经所联系的脏腑阴阳属性以及肢体循行部位的不同，具体分为手三阴经、手三阳经、足三阴经、足三阳经四组。详见十二经脉名称分类表（表 2）

表 2 十二经脉名称分类表

	阴 经 (属脏)	阳 经 (属腑)	循 行 部 位 (阴经行于内侧,阳经行于外侧)	
手	太 阴 肺 经	阳 明 大 肠 经	上 肢	前 缘
	厥 阴 心 包 经	少 阳 三 焦 经		中 线
	少 阴 心 经	太 阳 小 肠 经		后 缘