



ERXUE
ZHIBAIBING

耳穴治百病

陈抗美 高晓兰 著

人民军医出版社

耳穴治百病

——实用耳穴治疗学

陈抗美 高晓兰 著

人民军医出版社

1993·北京

内 容 提 要

本书是一部根据中医学理论，结合临床实践进行论述的耳穴治疗专著。详细介绍了254个耳穴和临床常见病的耳穴治疗。

对耳穴的性质、功能、作用以及近似穴的特点等都逐一进行了论述，设有较多的按语、注释、备考、病例等，配有插图284幅，图文并茂。每节的内容都可自成体系，使人阅后一目了然。书后还附有耳穴和病名索引。

责任编辑 姚 磊

耳穴治百病 ——实用耳穴治疗学 陈抗美 高晓兰 著

人民军医出版社出版

(北京复兴路22号甲3号·邮政编码100842)

北京孙中印刷厂印刷

新华书店总店科技发行所发行

开本：787×1092mm1/32·印张：11.5·字数：250千字

1993年9月 第1版 1993年9月(北京)第1次印刷

印数：1-8,000 定价：8.90 元

ISBN 7-80020-383-2/R·325

〔科技新书目：297—182④〕

前 言

近年来，耳针穴位治疗作为传统的中医治疗方法之一，在临床得到了广泛开展，接受耳针治疗的人日趋增多。为适应耳针治疗的临床实际需要和满足广大群众自我保健的要求，以中医理论为基础，对自己的临床实践经验和研究观察结果进行了总结，先于1989年在人民军医出版社出版了彩色《耳针穴位挂图》，随后，着手编写书稿，暂定名为《实用耳穴治疗学（耳穴治疗与家庭保健）》并与人民军医出版社约定在该社出版。书稿于1990年4月全部完成，正值此时，得悉海外对中医兴趣浓厚的广大读者朋友，很需要耳穴治疗方面的参考书，据此，由人民军医出版社推荐，书稿先交由香港海峰出版社出版海外版。海外版的出版工作于1992年底顺利完成。这样，在1992年底、1993年初，开始着手出版国内版。

在出版时，为了便于广大的普通读者接受本书，改用了更通俗化的书名《耳穴治百病》。但就内容而言，本书具有一定深度、广度，是具有相应的理论性和系统性的专业参考书，主要供医学专业人员参考，同时也兼供普通读者阅读学习。

全书采用耳穴治疗原理与临床具体病例相结合，文字论述与插图注释相配合的形式编写，重点介绍了耳穴治疗的基本功和实际应用，书中设有较多的按语注释，书后还备有索引以助于读者查找。

作者衷心期望本书能够对初学者的学习和医务工作者的临床、科研以及广大的耳针爱好者的保健等各个方面都有所裨益。

作 者
1993年1月
于北京

目 录

第一章 概 述

- | | |
|-------------------------------|---|
| 第一节 耳穴治疗的
主要内容…………… (1) | 第三节 耳穴治疗的适应
证、操作及注意
事项…………… (4) |
| 第二节 耳穴治疗的起源
和发展…………… (4) | |

第二章 常用耳穴

- | | |
|---|--|
| 第一节 耳穴区域分布… (9) | 12. 太阳…………… (18) |
| 第二节 耳穴作用的
性质…………… (10) | 13. 面颊区…………… (19) |
| 第三节 耳穴功用…………… (10) | 14. 脑点…………… (20) |
| 一、耳穴分区…………… (10) | 15. 脑干…………… (21) |
| 二、耳穴的功能与作用
(共254穴)…………… (11) | 16. 晕点…………… (22) |
| (一)耳垂、对耳屏及
耳屏部分(共34穴)
…………… (11) | 17. 顶…………… (23) |
| 1. 眼…………… (11) | 18. 颊…………… (24) |
| 2~3. 目 ₁ ,目 ₂ …… (12) | 19. 内耳…………… (24) |
| 4. 新眼 ₁ …………… (13) | 20. 扁桃体 ₄ …… (25) |
| 5~6. 上颌、下颌… (14) | 21~22. 轮 _{5,6} …… (26) |
| 7. 舌…………… (15) | 23~24. 甲状腺 _{5,4}
…………… (27) |
| 8~9. 上腭、下腭… (15) | 25. 腮腺…………… (28) |
| 10. 额…………… (16) | 26. 喉牙…………… (28) |
| 11. 枕…………… (17) | 27~28. 牙痛点 _{1,2}
(拔牙麻醉点 _{1,2})
…………… (29) |
| | 29. 神经衰弱点… (30) |

30. 平喘…………… (31)
31. 肾炎点…………… (32)
- 32~33. 升压点_{1、2} (33)
34. 卵巢…………… (34)
- (二) 耳甲腔、耳甲艇
及对耳屏部分 (共
57穴)…………… (35)
35. 睾丸…………… (35)
36. 遗尿…………… (36)
37. 皮质下…………… (37)
38. 垂体…………… (38)
39. 兴奋点…………… (39)
40. 新眼₁ …………… (40)
41. 肺点…………… (41)
42. 气管…………… (41)
- 43~44. 支气管_{上、下}
…………… (42)
- 45~46. 肺_{1、2} …… (43)
47. 牙敏…………… (44)
48. 牙痛点…………… (44)
49. 肺气肿…………… (45)
50. 肺外侧…………… (46)
51. 结核点…………… (47)
52. 支气管扩张点… (48)
53. 心…………… (48)
54. 血液点…………… (50)
55. 血基点…………… (50)
- 56~57. 结肠_{1、2}… (51)
58. 三焦…………… (52)
59. 激素…………… (53)
60. 甲状腺₃…………… (54)
61. 内分泌…………… (54)
- 62~63. 上腹、下腹… (55)
64. 脐周…………… (56)
65. 醉点…………… (57)
66. 腹水点…………… (58)
67. 肝…………… (58)
68. 脾…………… (60)
69. 胰、胆…………… (61)
70. 胰腺点…………… (62)
71. 胆囊点…………… (63)
72. 肌松点…………… (64)
73. 血吸虫线…………… (65)
74. 肝炎区…………… (65)
75. 肝硬化肿大区… (66)
76. 口…………… (67)
77. 咽喉…………… (68)
78. 食道…………… (69)
79. 贲门…………… (70)
80. 胃…………… (70)
81. 幽门…………… (71)
82. 下垂点…………… (72)
83. 十二指肠…………… (73)
84. 小肠…………… (74)
85. 阑尾…………… (75)
86. 大肠…………… (76)
87. 直肠…………… (77)
88. 肾…………… (77)

89. 输尿管……………(79)
90. 膀胱……………(80)
91. 前列腺……………(81)
- (三) 耳轮、对耳轮、耳舟部分(共71穴)
……………(82)
92. 交感……………(82)
93. 尿道……………(83)
- 94~96. 阑尾_{1、2、3}
……………(84)
97. 甲状腺₁……………(85)
98. 肛门……………(85)
99. 直肠下段……………(86)
100. 外生殖器₁……………(86)
101. 耳中……………(87)
102. 支点……………(88)
103. 神经官能症…(89)
104. 膈……………(90)
- 105~107. 止血_{1、2、3}
……………(91)
108. 痔核点……………(92)
- 109~112. 轮_{1、2、3、4}
……………(92)
- 113~115. 扁桃体_{1、2、3}
……………(93)
116. 感冒……………(93)
117. 耳尖……………(94)
- 118~119. 肝阳_{1、2}
……………(95)
120. 枕小神经……(96)
121. 甲状腺₂……………(97)
122. 颈……………(97)
123. 肿瘤特异区…(98)
124. 胸外……………(99)
125. 胸闷……………(100)
126. 胸……………(100)
- 127~128. 乳腺_{1、2}
……………(101)
129. 肩疼……………(102)
- 130~131. 肩、肩关节
……………(103)
132. 锁骨……………(104)
133. 腋下……………(104)
- 134~135. 肘、腕
……………(105)
- 136~137. 荨麻区、
过敏点……………(106)
138. 腹……………(107)
139. 外腹……………(108)
140. 下腹……………(109)
- 141~144. 颈椎、胸椎、
腰椎、骶尾椎…(109)
- 145~147. 坐骨神经、
臀、腘窝……(110)
- 148~153. 髌关节、
膝关节、膝、腓肠、
踝、跟……(111)
154. 足心……………(112)

- 155~156. 腰椎、骶椎
..... (113)
157. 腰痛点 (114)
158. 趾 (115)
159. 指 (116)
160. 热穴 (116)
- 161~162. 肿瘤_{2、3}
..... (117)
- （四）三角窝部分
（共16穴）..... (118)
163. 股关 (118)
164. 肝炎点 (119)
165. 神门 (119)
166. 直肠上段 (121)
167. 直肠下段 (122)
168. 外生殖器₂ ... (122)
169. 尿道 (122)
170. 子宫颈 (123)
171. 子宫（精宫）
..... (124)
172. 附件 (125)
173. 盆腔 (126)
174. 便秘点 (126)
175. 喘点 (127)
- 176~177. 降压点_{1、2}
..... (128)
178. 耳平 (129)
- （五）耳屏、对耳屏部分
（共19穴）..... (130)
179. 外耳 (130)
180. 耳痒 (130)
181. 心脏点 (131)
182. 止痛点 (132)
183. 渴点 (133)
184. 饥点 (134)
185. 咽喉 (135)
186. 耳屏 (136)
187. 屏尖 (137)
188. 鼻眼净 (137)
189. 哑门 (138)
190. 增音 (139)
191. 神经点₁ (140)
192. 神经点₂ (140)
193. 外鼻 (141)
194. 内鼻 (142)
195. 肾上腺 (142)
196. 高血压点 (144)
197. 止血₄ (145)
- （六）耳舟、三角窝、耳甲
艇、耳甲腔等后隆起
及对耳轮后沟部分
（共22穴）..... (145)
198. 脑顶 (145)
199. 退热 (146)
- 200~201. 天顶、中枢
..... (147)
202. 脊柱 (148)
- 203~205. 头痛_{1、2、3}

..... (148)	229. 升压沟..... (163)
206. 疔肿..... (149)	230. 失眠..... (164)
207. 脑池..... (150)	231. 咽门..... (165)
208. 降压沟..... (151)	232. 烦..... (166)
209. 颈感..... (152)	233. 虚..... (167)
210. 镇静..... (153)	234. 溃疡..... (168)
211. 脊髓 ₁ (154)	235. 健脾胃..... (169)
212. 上耳根..... (155)	236. 胃肠..... (169)
213~215. 上背、中背、 下背..... (156)	237. 肾胞..... (170)
216~217. 背疼 _{1、2} (157)	238. 阳维..... (171)
218. 背脊..... (157)	239. 百灵 ₁ (172)
219. 肺平..... (158)	240. 百灵 ₂ (173)
(七) 耳轮尾、耳垂等背 面及屏间切迹后窝 和耳甲腔后隆起等 部分(共35穴) (159)	241. 阳合..... (174)
220. 咳喘..... (159)	242. 沉穴..... (174)
221. 腰痛..... (160)	243~244. 医山、 医仑..... (175)
222~224. 上腹、中腹、 下腹..... (161)	245~246. 会阴 _{1、2} (176)
225~227. 臀、下肢、 足..... (162)	247. 风湿线..... (177)
228. 心..... (163)	248. 脊髓 ₂ (178)
	249. 下耳根..... (178)
	250. 耳迷根..... (178)
	251. 肿瘤..... (180)
	252. 背特异区..... (180)
	253. 耳明..... (181)
	254. 新明 ₁ (182)

第三章 耳穴治疗的应用

第一节 内科 (183)	感冒 (183)
一、呼吸系统 (183)	支气管炎 (185)

支气管哮喘 …………… (187)	早泄 …………… (231)
肺结核 …………… (189)	遗精 …………… (233)
戒烟 …………… (191)	阴茎异常勃起 …… (235)
预防感冒 …………… (193)	附:阴茎自行勃起…… (237)
二、血液循环系统 … (195)	前列腺炎 …………… (238)
高血压病 …………… (195)	五、血液系统 …………… (241)
低血压病 …………… (197)	贫血 …………… (241)
心律失常 …………… (198)	血小板减少性紫癜
冠心病 …………… (201)	…………… (243)
病毒性心肌炎 …… (203)	白细胞减少症 …… (245)
风湿性心脏病 …… (204)	第二节 神经科、精神病科
三、消化系统 …………… (206)	…………… (246)
食管炎 …………… (206)	神经官能症 …………… (246)
急性胃肠炎 …………… (208)	癫痫 …………… (249)
胃下垂 …………… (209)	三叉神经痛 …………… (251)
慢性胃炎 …………… (211)	面神经麻痹 …………… (254)
胃、十二指肠溃疡病	面肌痉挛 …………… (256)
…………… (213)	坐骨神经痛 …………… (258)
胃肠神经官能症 … (215)	脑血管意外后遗症
习惯性便秘 …………… (216)	…………… (261)
膈肌痉挛 …………… (219)	头痛 …………… (263)
戒酒 …………… (221)	(1) 额头痛 …… (265)
胆囊炎、胆石症 … (223)	(2) 颞头痛 …… (267)
四、泌尿、生殖系统	(3) 头顶痛 …… (268)
…………… (225)	(4) 枕部头痛… (269)
急、慢性肾炎、泌尿系	(5) 脑仁痛 …… (271)
感染 …………… (225)	失眠 …………… (272)
遗尿症 …………… (228)	第三节 内分泌系统及代
阳痿 …………… (229)	谢疾病 …………… (275)

甲状腺机能亢进 … (275)	一、眼科 …………… (314)
糖尿病 …………… (277)	近视 …………… (314)
高脂血症 …………… (279)	二、耳科 …………… (318)
肥胖症 …………… (280)	耳痒 …………… (318)
第四节 外科 …………… (284)	三、鼻科 …………… (319)
一、骨科疾病 …………… (284)	鼻炎 …………… (319)
落枕 …………… (284)	(1) 急性鼻炎… (320)
肩关节周围炎 …… (286)	(2) 慢性鼻炎… (322)
二、一般外科疾病 … (288)	四、咽喉科 …………… (324)
乳腺炎 …………… (288)	扁桃体炎 …………… (324)
三、常见急腹症 …… (290)	五、口腔科 …………… (326)
阑尾炎 …………… (290)	牙痛 …………… (326)
四、肛门直肠病 …… (292)	第八节 皮肤科 …………… (330)
痔 …………… (292)	一、色素障碍性皮肤病
第五节 妇科 …………… (294)	…………… (330)
一、月经病 …………… (294)	黄褐斑 …………… (330)
痛经 …………… (294)	二、分泌失调性皮肤病
闭经 …………… (297)	…………… (332)
二、产后疾病 …………… (300)	痤疮(粉刺) …… (332)
产后乳汁不足 …… (300)	第九节 老年病 …………… (334)
第六节 儿科 …………… (302)	一、心血管疾病 …… (335)
一、消化系统 …………… (302)	冠心病 …………… (335)
小儿食积 …………… (302)	高血压 …………… (338)
小儿消化不良 …… (305)	心律失常 …………… (340)
二、神经系统 …………… (308)	二、消化系统 …………… (344)
小儿多动症 …… (308)	便秘 …………… (344)
三、其他 …………… (312)	三、神经系统 …………… (346)
小儿遗尿 …………… (312)	失眠症 …………… (346)
第七节 五官科 …………… (314)	耳穴、病名索引 …………… (349)

第一章 概 述

第一节 耳穴治疗的主要内容

祖国医学认为耳为宗脉之所聚，十二经脉皆上通于耳，全身各脏器皆连系于耳。现代医学证明耳廓有比较丰富的神经、血管和淋巴等组织分布，因而当人体某一脏腑或组织器官有异常或病变时，可以通过经络和神经体液等反应到耳廓的相应的穴位上，这些就是利用耳穴诊治疾病的物质基础。

耳穴（即通过外耳施治的刺激部位），在耳廓上的分布有其特定的区域。临床上可以通过耳穴来诊断和治疗疾病。

诊断疾病主要包括视诊、触诊和听诊等内容。

视诊是指医者用眼观察患者的耳廓，根据其有无颜色、形态、丘疹、血管充盈、脱屑等方面的变化情况而判断疾病的有无及其性质。在患实证、急性炎症时，可以在其相应的耳穴区域内见到具有光泽的点、片状红晕，丘疹、充血等阳性反应；在患虚证、慢性疾病时，可以在其相应的耳穴区域内见到无光泽或缺少光泽的白色的点、片状的凹陷、隆起、丘疹等反应；在患习惯性便秘和皮肤病等病症时，可在其相应的耳穴区域内见到不容易被擦去的糠皮状的脱屑等反应物；在患肿瘤时，可以在其相应的耳穴区域内出现点、片状的暗灰色的结节性隆起物。

触诊是指医者利用探棒（钝头的木质、金属、塑料或玻璃的小棒）触压患者的耳廓，或用点压法或用划动法，按着从

上向下，从内向外，从前向后的触诊顺序触压患者的耳廓，根据有无隆起和凹陷等阳性反应、有无色泽的改变、压痕的深浅以及压痕恢复平坦的时间长短等情况判定疾病的有无或病症的属性等。在患各种疼痛症及肿瘤时，可以在其相应的耳穴区域内触及点片状及条索状、圆形结节样的隆起反应物；在患消化系统炎症时，可在其相应的耳穴区域内触睹点、片状或不规则的凹陷反应；在患冠心病或高脂血症时，可在其相应的耳穴区域内出现耳皱线状的凹陷等反应；在患胃炎、便秘、月经不调等的实证、轻症时，可以在其相应的耳穴区域内出现红色、压痕深（或浅）、恢复平坦的时间较快等的反应现象；在患水肿、贫血、糖尿病、内分泌功能紊乱等的虚证、重症时，可以在其相应的耳穴区域内出现白色、压痕浅（或深）、恢复平坦的时间较慢等的反应现象。

听诊是指医者利用探测耳穴的电子仪器探测患者的耳廓，根据患病时的相应的耳穴皮肤的阻抗降低的原理，凭借电测仪音响的有无或大小等的变化情况判断疾病的有无及严重程度。音响强度高、音调频率高及伴有触痛者为强阳性，具有诊断价值；音响强度低或无，音调频率低或不伴有触痛者为弱阳性或阴性，多无诊断价值或仅供参考。探查时要注意用力适中，除外因皮肤的干燥或汗湿而出现的假阴性或假阳性。

治疗包括选穴和方法等辨证施治的内容。选穴与方法都是在辨证立法之后而施行的处置手段。

选穴是指医者根据患者的病史、病性、病症情况所采取的配伍取穴。选穴或以阴性穴为主，或以阳性穴为主，或以平性穴为主，或重在于通，或重在于散，或重在于补、或重在于泻，可以随证而施之。以治疗便秘证为例，对患阴津不足的慢性便秘者可以选用脏腑同治，生津养液，润肠通便等

属于阴润性质的耳穴进行治疗，以治疗其阴液亏虚，大肠燥涩，便秘难下等症；对患胃肠功能失调的急性便秘者可以选用通腑升清，调理胃肠等属于阳通性质的耳穴进行治疗，以治疗其肠道气滞，腑气不通，便秘不下等症。

方法是指医者根据患者的病性、病情和治疗条件等所采取的施治方法。其包括治疗的方法和施治的手法等内容。

治疗方法可以根据治疗的形式区分为被动性和主动性治疗两类。所谓被动性治疗是指求助于他人（如医生）的治疗方法。主动性治疗是指自我（患者本人）进行的治疗方法。

施治手法包括各种施治的方法，按其内容可以分为施治的方式方法、刺激强度、刺激量、治疗的时间和疗程等。临证时所采用的针刺或按摩方法，用重刺激或适中的刺激量，治疗是以1日2次或隔2日1次等内容，皆属于此类。

治疗方法和施治手法是紧密相连的。以实例而论，对患急性落枕疼痛的病人，医生可以对其采用重刺激量的电针治疗，并要求患者配合协调性的转动颈部的运动，此即属于一种综合性的治疗方法，但就耳针治疗而言仍然属于被动性的治疗方式（患者被医生用电针取耳穴重刺激进行治疗）；对长期患失眠症或月经不调的病人，可以由患者本人主动地利用耳穴进行自我保健性的治疗，此即属于主动性的治疗方式（患者不经他人而是由自己本身对自己通过耳穴进行治疗）。两种治疗方式各具特点，被动治法具有取穴准确、治疗范围广泛等特点；主动治法具有随手可治，灵活主动等特点。对慢性疾病、属于虚证的病证可以用弱、中的刺激强度和稀疏变化的刺激频率，每次治疗的时间不宜过长，要有一定的间隔时间，或隔日治疗一次或隔两日治疗一次，疗程可以适当延长；对急性病、疼痛、属于实证的病证可以用中、强

的刺激强度和紧密单调的刺激频率，每次治疗的时间可相对的适当延长一点，可以每日进行一次或每日进行数次治疗，但治疗的疗程一般都比较短些，有的病症甚至仅治一次，没有疗程。

第二节 耳穴治疗的起源和发展

耳穴治疗与祖国医学的针灸一样，有悠久的历史。早在两千一百多年前的《阴阳十一脉灸经》中，就有耳与上肢、眼、颊、咽喉相联系的记述。

耳穴治疗既有古老的历史渊源，又有各个时期的发展补充。它是在不断地汲取当代新的科学成就的过程中向前发展的，然而它又是属于与现代医学理论不尽相同的祖国医学，近几十年来已经引起了世界许多国家的重视。有许多学者采用生理、解剖和组织学以及同位素、电刺激等现代的科学方法从经络、神经、体液等等多种途径，探讨和研究耳穴与内脏以及肢体的关系；在治疗方法上除了针刺、艾灸、按摩外，还采用了激光、超声波、磁珠和药籽压迫等技术方法；已有许多关于耳穴治疗的学术报道和专著问世，还举办和成立了各种类型的学习班、研讨会和科研协作组织等，使耳穴治疗从实践到理论不断地完善，逐步形成了一个比较系统和完整的学科体系，这些都将会有助于耳穴治疗的进一步发展。

第三节 耳穴治疗的适应证、 操作及注意事项

耳穴治疗的适应证是十分广泛的，包括内、外、妇、

儿、五官等各科的很多病症，如内科的消化、呼吸、循环、泌尿及生殖等系统的许多疾患，外科的各种疼痛等等；妇科的经、带、胎、产；儿科的生长、发育；五官科的眼、耳、鼻、喉、口腔的疾患以及老年病等，都可以采用耳穴疗法进行防治。

耳穴治疗的方法约有30余种，包括针刺、艾灸、电针、埋针、割治、水针、按摩、耳道塞药、贴敷、挑治、低频脉冲、电刺激、药物注射、磁疗、烧酒滴耳、超声波、离子透入、贴压药籽法等等。治疗方法虽多，但总体而言不外乎被动（求助他人）和主动（自我）二种形式。前者应用广泛，取穴精确，可以根据不同的病理而施以复杂的治疗手段，如埋针、压丸（药粒或磁珠）、注射、输电等等；后者方便灵活，随心所欲，可以根据自觉主症抬手即治，常用的有手指揉按和小棒触压等。

各种治疗方法大都按1~3天治疗一次，3~6次为一疗程计算时间。

临床上应用的比较多的有耳穴针刺、电针、药物注射、激光、按摩、贴压药籽法等。

耳穴针刺主要包括毫针法和点刺放血法两种，属于针刺方法中最常用的方法。

(1) 毫针法：是选用0.5或1寸长规格的26号、28号、32号、34号的不锈钢针进行针刺，分直刺、斜刺、横刺三种。①直刺：是指针体与皮肤呈90度角垂直刺入皮肤，如直刺神门、心、脐周穴等；②斜刺：是指针体倾斜，与皮肤呈45度角沿皮刺入，如斜刺睾丸、兴奋点、腰椎穴等；③横刺：是指针体与皮肤呈15度角沿皮刺入，又称“沿皮刺”，多用于透穴治疗，如横刺腰椎、腰痛穴，常是腰椎透腰痛穴