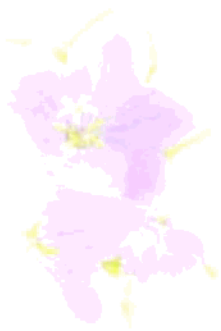


# 百病一针灵



主编  
许秀兰

河北科学技术出版社



# 百病一针灵

主 编 许秀兰

2/H45/13



河北科学技术出版社

150491



0150491

# 百病一针灵

主 编 许秀兰

---

河北科学技术出版社出版发行(石家庄市和平西路新文里8号)

正定县印刷厂印刷

新华书店经销

---

787×1092 1/32 9印张 191000字 1999年1月第1版

1999年1月第1次印刷 印数:1-5000 定价:9.00元

(如发现印装质量问题请寄回我厂调换)

## 写在前面

健康,可以说是目前人们使用最多且频率最高的字眼。老年人见面互祝健康长寿,中年人见面离不开注意身体、健康第一,青年人见面免不了问问孩子是否健康……。健康已成为人们最关注的话题之一。道一声多保重身体,这是发自内心的祝福。

大千世界,以人为本,健康则是本中之根本。没有健康的体魄,就谈不上实现理想、服务大众;没有强健的身躯,也谈不上奉献社会、造福人类;没有强壮的体质,更谈不上民族复兴、兴旺发达。中华民族的繁荣昌盛,有赖于提高全民族的健康水平与身体素质,这是一个永恒的主题。

提高健康水平,首先取决于自我保健意识的觉醒与医疗科普知识的普及。在我们这样一个人口大国,现有的医疗机构远远不能满足人们就医的需求,自我保健显得尤为重要。本书愿为千家万户送上一张通向健康之路的通行证,一份祛除疾病的保险卡。

愿天下人都健康、快乐!

编者

1998年5月

# 目 录

## 针刺基本技能

### 一、一般知识

1. 针刺为什么能治病····· ( 1 )
2. 针刺治病有什么特点····· ( 1 )
3. 经络····· ( 2 )
4. 腧穴····· ( 8 )

### 二、操作技能

1. 毫针刺法····· ( 15 )
2. 三棱针刺法····· ( 34 )
3. 皮肤针刺法····· ( 35 )
4. 电针刺法····· ( 36 )
5. 水针刺法····· ( 37 )

## 针刺一穴巧治病

### 一、内科疾病

- 昏厥····· ( 39 )
- 昏迷····· ( 41 )
- 休克····· ( 43 )
- 中暑····· ( 45 )
- 药物过敏反应····· ( 47 )

头痛	( 49 )
高脂血症	( 53 )
高血压病	( 55 )
冠心病	( 58 )
心律失常	( 60 )
面神经麻痹	( 63 )
脑血管意外及后遗症	( 65 )
神经衰弱	( 70 )
瘧病	( 72 )
癲病	( 76 )
精神分裂症	( 79 )
神经性呕吐	( 81 )
胃肠神经官能症	( 83 )
胃痉挛	( 85 )
急性胃肠炎	( 88 )
慢性胃炎	( 91 )
胃、十二指肠溃疡	( 93 )
胃下垂	( 95 )
膈肌痉挛	( 97 )
习惯性便秘	( 100 )
溃疡性结肠炎	( 101 )
慢性肝炎	( 103 )
慢性胆囊炎	( 105 )
胆道蛔虫症	( 107 )
慢性痢疾	( 110 )

慢性支气管炎·····	(112)
支气管哮喘·····	(114)
疟疾·····	(117)
泌尿系感染·····	(120)
肾绞痛·····	(122)
尿潴留·····	(124)
睾丸炎·····	(126)
前列腺病·····	(128)
阳痿·····	(129)
遗精·····	(132)
更年期综合征·····	(134)

## 二、外科疾病

荨麻疹·····	(136)
带状疱疹·····	(138)
面肌痉挛·····	(140)
腓肠肌痉挛·····	(141)
颌关节功能紊乱症·····	(143)
颈椎病·····	(146)
乳腺炎·····	(148)
枕神经痛·····	(152)
三叉神经痛·····	(154)
肋间神经痛·····	(157)
坐骨神经痛·····	(159)
肩关节周围炎·····	(162)
梨状肌综合征·····	(165)

急性腰扭伤	(167)
风湿性关节炎	(170)
多发性神经炎	(172)
落枕	(174)
腰肌劳损	(177)
足跟痛	(179)
阑尾炎	(182)
痔瘡	(183)
脱肛	(186)
脑震荡后遗症	(189)

### 三、妇科疾病

痛经	(191)
闭经	(195)
月经不调	(197)
功能性子宫出血	(200)
不孕症	(201)
胎位不正	(203)
产后缺乳	(204)
子宫脱垂	(206)

### 四、儿科疾病

小儿发热	(208)
小儿惊厥	(209)
小儿厌食症	(211)
小儿消化不良	(212)
小儿营养不良	(214)



百日咳	(216)
儿童多动症	(218)
小儿麻痹症	(220)
小儿疝气	(222)
小儿流涎症	(223)
小儿遗尿	(225)
小儿夜啼	(228)
流行性腮腺炎	(230)
聋哑症	(232)

## 五、五官科疾病

牙痛	(234)
急性结膜炎	(238)
麦粒肿	(240)
近视眼	(243)
视神经炎	(245)
耳源性眩晕	(247)
耳鸣、耳聋	(250)
中耳炎	(252)
酒渣鼻	(254)
鼻炎	(255)
鼻出血	(258)
急性扁桃体炎	(261)
急性咽喉炎	(264)
慢性咽炎	(266)

附录：常用腧穴示意图	(269)
------------	-------

# 针刺基本技能

## 一、一般知识

针刺治病，这门古老的医学为中华民族的生存、繁衍、昌盛和世界医学的发展作出了巨大的贡献，临床实践证明，它具有简、便、廉、验的优点，因而深受患者欢迎。为了使更多的人更快地掌握这门技术，更好地发挥针刺防治疾病的作用，我们必须掌握基本技能，了解一般知识。

### 1. 针刺为什么能治病

针刺治病是用金属制成各种不同形状的针，在人体特定部位(经络、腧穴)上刺入肌肤后，根据病人体质和病情的不同，给予适当的手法，借以达到通经活络和祛邪扶正，调整人体机能，达到预防和治疗疾病的目的。

### 2. 针刺治病有什么特点

针刺治病具有许多优点。

(1) 疗效显著：针刺能治疗很多疾病，对一些疑难杂证治疗效果明显，尤其是针刺治疗疼痛类疾患，疗效尤为显著。大量的临床实践和科学研究证明，针刺具有良好的镇痛作用，针刺止痛有时有立竿见影的效果，这种作用和效果已为国内外医学界所公认。

(2) 适应症广：针刺疗法的治病范围比较广泛，不论内科、外科、妇科、儿科以及五官、皮肤等科，都有它能治疗的疾病，医学界一致公认能治百余种疾病。

(3) 简便经济：针刺工具相对比较简单，不需要特殊设备，只要随身带上针具和一些消毒物品，无论在任何场地，都可以随时随地急救、止痛和防治疾病。

(4) 易学易用：学习掌握针刺治病技能，相对而言易学易用，只要掌握生理、解剖知识，会诊断疾病，记住经穴部位和操作方法，就可以用针刺治病，这些学起来比较容易，用起来也不算困难。

(5) 安全可靠：了解了脏腑部位，注意严格消毒，依照针刺操作要求进行治病，一般都是安全的，没有什么大的危险。可靠是指疗效可靠，如疼痛疾患，针刺后痛止，这就是可靠的疗效。

### 3. 经络

要想针刺治病取得好的效果，必须应了解经络理论。经络学说是研究人体经络系统的循行分布、生理功能、病理变化及其与脏腑相互关系的一种理论。它是中国人民几千年来同疾病作斗争的经验总结，是中医学基础理论的重要组成部分，对中医各科的临床治疗，特别是针刺治病具有指导作用。

(1) 经络的概念：经络是经脉和络脉的总称。经脉是经络系统的主干，络脉是经脉分出的分支，经与络互相衔接，纵横交错，遍布全身，是沟通人体内外、运行气血的通道。经络具有联络脏腑和肢体，营养周身，抗御外邪，保卫机体的

作用，同时又是反映病候，传注病邪的途径。针刺治病时的辨证归经，循经取穴，针刺补泻等，无不以经络理论为依据。

(2) 经络的组成：经络是由经脉和络脉两大部分组成。其中经脉包括十二经脉和奇经八脉，以及附属于十二经脉的十二经别、十二经筋、十二皮部。络脉有十五大络、浮络、孙络等。十二经脉是经络系统的主体，经穴都分布在十二经脉上，因此，针刺治疗应首先掌握十二经脉的有关内容。

(3) 十二经脉：十二经脉也称十二正经，即手三阴经（手太阴肺、手少阴心、手厥阴心包）、手三阳经（手阳明大肠、手太阳小肠、手少阳三焦）、足三阴经（足太阴脾、足少阴肾、足厥阴肝）、足三阳经（足阳明胃、足太阳膀胱、足少阳胆）的总称。共计 12 条，统称十二经脉。

十二经脉分别直属于某一脏或某一腑，因此，都以所属脏腑的名称，结合循行于手足、内外、前中后的不同部位，根据阴阳学说而给予不同名称。十二经脉中直属脏的称为阴经，直属于腑的称为阳经。

① 体表分布规律：十二经脉左右对称地分布于头面、躯干和四肢，纵贯全身。六条阴经分布于四肢内侧和胸腹，其中上肢的内侧是手三阴经，排列是手太阴肺在前（桡侧），手厥阴心包经在中，手少阴心经在后（尺侧）；上肢的外侧是手三阳经，排列是手阳明大肠经在前（桡侧），手少阳三焦经在中，手太阳小肠经在后（尺侧）；下肢的后外侧是足三阳经，排列是足阳明胃经在前，足少阳胆经在侧，足太阳膀胱经在后；下肢的内侧是足三阴经，足三阴经在小腿下半部及足背，其排列是足厥阴肝经在前，足太阴脾经在中，足少阴肾经在

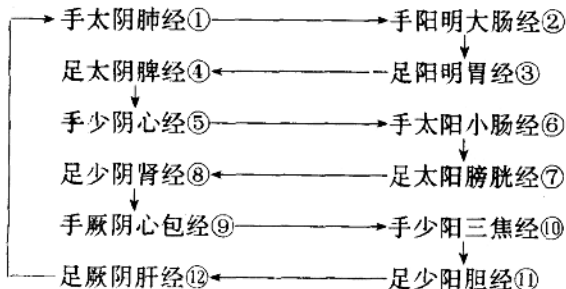
后，至内踝上8寸处足厥阴经与足太阴经交叉后，便成为太阴在前，厥阴在中，少阴在后。

②表里属络关系：十二经脉内属于脏腑，脏与腑有表里相互配合的关系，即手太阴肺经与手阳明大肠经相表里；足阳明胃经与足太阴脾经相表里；手少阴心经与手太阳小肠经相表里；足太阳膀胱经与足少阴肾经相表里；手厥阴心包经与手少阳三焦经相表里；足少阳胆经与足厥阴肝经相表里。互为表里的阴经与阳经之间通过支脉和络脉互相联络，构成脏与腑之间的“属络关系”，即阴经属脏络腑，如手太阴肺经属肺络大肠；阳经属腑络脏，如手阳明大肠经属大肠络肺等。这样在脏腑阴阳经脉之间就形成了6组表里属络关系。互为表里的经脉在生理上密切相联，病理上相互影响，治疗时相互为用。

③循行走向与交接：十二经脉的循行走向有一定规律，即手之三阴从胸走手；手之三阳从手走头；足之三阳从头走足；足之三阴从足走腹（胸）。

十二经脉的交接也有一定的规律，即阴经交阳经在手，阳经交阴经在头，阳经交阴经在足，阴经交阴经在腹（胸）。

④气血运行流注顺序：



(4) 奇经八脉：奇经八脉是指十二正经以外的 8 条经脉，即督脉、任脉、冲脉、带脉、阴维脉、阳维脉、阴跷脉、阳跷脉，它们既不属于脏腑，又无表里配合关系，故称“奇经”。在奇经八脉中，除督脉和任脉各有其所属穴位外，其他 6 条奇经的腧穴都寄附于十二正经。因此，历代医家主张把督脉和任脉与十二正经并论，合称“十四经脉”。

奇经八脉的作用主要体现于两个方面：其一，奇经八脉将部位相近、功能相似的经脉联系起来，起到了统摄有关经脉气血、协调阴阳的作用。其二，奇经八脉对十二正经的气血运行有蓄积和渗灌的调节作用。如果十二经脉气血满溢时，那就由奇经八脉把多的气血蓄存起来，当十二经脉气血不足的时候，再由奇经八脉来给以补充。

督脉循行于脊背正中，十二经脉中的手足阳经都和督脉有交会，因此，督脉有统帅诸阳经的作用，所以称之为“阳脉之海”；任脉循行于腹胸正中，足三阴经在脐下部都和任脉交会，因此，任脉有总任阴经的作用，所以称之为“阴脉之海”。冲脉与足少阴肾经相并上行，环绕口唇；带脉起于胁下，环行腰间一周；阴维脉起于小腿内侧，沿腿股内侧上行，至咽喉与任脉会合；阳维脉起于足跗外侧，沿腿膝外侧上行，至项后与督脉会合；阴跷脉起于足跟内侧，随足少阴等经上行；阳跷脉起于足跟外侧，伴足太阳等经上行。

(5) 十五络脉：十二经脉和任脉、督脉各自别出一络，加上脾之大络，总计 15 条，称为十五络脉，它们分别以其发出处的腧穴命名。十二经脉的别络均从本经四肢肘膝关节以下的络穴分出，走向其相表里的经脉，即阴经别络于阳经，阳

经别络于阴经。任脉的别络从鸠尾分出后散布于胸腹；督脉的别络从长强分出后散布于头，左右别走足太阳经；脾之大络从大包分出后散布于胸胁。此外，还有从络脉分出的浮行于浅表部位的浮络和细小的孙络，遍布全身，难以计数。四肢部的十二经别络，加强了十二经中表里两经的联系，从而沟通了表里两经的经气，补充了十二经脉循行的不足。躯干部任脉络、督脉络和脾之大络，分别沟通了腹、背和全身经气，从而输布气血以濡养全身的组织器官。

(6) 经络的生理功能：经络是人体运行气血、联络脏腑、沟通内外、贯穿上下的径路，其主要生理功能体现在以下三个方面。

① 联络脏腑，沟通内外：人体的五脏六腑、四肢百骸、五官九窍、皮肉筋骨等组织器官，之所以保持相对的协调与统一，完成正常的生理活动，是依靠经络系统的联络沟通而实现的。

② 运行气血，营养周身：气血是人体生命活动的物质基础，全身各组织器官只有得到气血的濡养，才能完成正常的生理功能。而经络是人体气血运行的通道，它能将其营养物质输布到全身各组织器官，从而完成了运行气血，营养全身的作用。

③ 抗御外邪，保卫机体：营气行于脉中，卫气行于脉外，这样营卫之气密布周身。外邪侵犯人体由表及里，先从皮毛开始，卫气充实于络脉，络脉布散于全身，密布于皮部，当外邪侵犯机体时，卫气首当其冲发挥其抗御外邪，保卫机体的屏障作用。

(7) 经络的病理变化：经络在病理方面，与疾病的发生、

发展、转变等有着密切关系，它主要表现为传导作用，即传注病邪，反映病候。当外邪侵犯人体时，如经络之气卫外功能低下，病邪就可以沿经络通道内传脏腑，疾病由浅入深。例如，风寒之邪侵犯肌表，则出现恶寒、体痛、流涕等症状，若内传脏腑，便会出现咳嗽、吐痰、气短、胸闷等症状。但这种传变是相对的，是否传变，要看病邪的轻重及人体正气的盛衰，同时和治疗是否得当等因素也有关，但经络是传变的途径之一。

由于经络在人体有内外相联的特点，故内脏发生病变时也可通过经络由里达表，从而在其相应的体表部位出现不同程度的症状与体征，所以在病理情况下，经络又是病理变化的反映系统。例如，肝有病变，就可出现胁痛；肝经有热，就可出现目赤肿痛。

(8) 经络指导临床：经络是中医学理论体系的重要组成部分，它贯穿于整个中医理论体系当中，几千年来指导着各科的临床实践，发挥着非常重要的作用。

①辅助临床诊断：由于经络内属脏腑，外络肢节，有其一定的分布部位，根据病变的反应部位，即可测知其病在何经；根据经络循行路线上某一部位的特殊感觉，即可测知某一脏腑的病变。如阑尾炎，常在足三里下、上巨虚上的部位有明显压痛；肺结核，常在中府穴处有明显压痛。另外，在经络循行的路线上或经气聚结的某些穴位上，出现异常反应物，如条索状、结节样等阳性敏感物，这都可以帮助诊断。

②指导辨证归经：由于经络有一定的循行部位和所属络的脏腑，故根据体表相关部位发生的病理变化，可以推断疾病的所在经脉。例如头痛一证，头顶痛多与厥阴经有关；前额痛多与阳明经有关；两侧痛多与少阳经有关；后头痛多与



太阳经有关。临床也可根据所出现的证候，结合其所联系的脏腑，进行辨证归经。例如咳嗽、鼻流清涕、胸闷气短，或胸外上方和上肢内侧前缘出现疼痛，这与手太阴肺经关系密切，这就可以指导辨证归经。

③决定治疗方法：经络既为全身气血的运行通路，与脏腑各部相联，对人体生理功能和病理变化都起着重要作用。因此，在临床治疗方面也必然有其重要意义。针刺治病是通过针刺激络、腧穴，以疏通经气，调节人体脏腑气血功能，从而达到治疗疾病的目的。在临床治病，通常根据经脉循行、属络脏腑、主治特点等，来决定治疗方法和穴位的选取。

#### 4. 腧穴

腧穴也称“孔穴”、“穴位”、“穴道”、“气穴”等。腧与输义通，有转输、输注的意思；穴即孔隙、间隙的意思。腧穴是脏腑、经络之气输注交会于体表的部位，也是针刺施术的部位。针刺穴位能治疗疾病，这是通过经络的作用，来调动人体内在的抗病能力，调节机体的虚实状态，从而达到临床效果，这就是我们掌握腧穴内容的意义所在。常用腧穴部位详见附录常用腧穴示意图。

(1) 腧穴的发展：腧穴是人们在长期医疗实践中陆续发现的，并逐步加以积累，是由“以痛为输”的无定位、无定名阶段，发展到有确定位置和主治病证的定位、定名阶段。随着时间的推移，医学的发展，对腧穴主治性能知识的积累，古代医家把腧穴的主治作用进行归类，并与经络相联系说明腧穴不是体表孤立的点，而是与经络脏腑相通，关系密切，于是通过总结、分析、归纳，使腧穴更为系统化，即定位、定名、归经、主治等成熟阶段。

(2) 腧穴的分类：人体腧穴很多，概括起来可分为十四