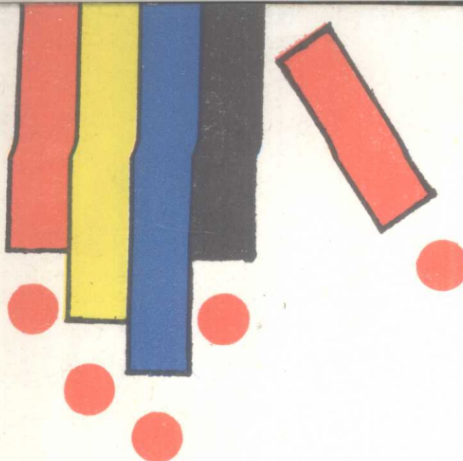
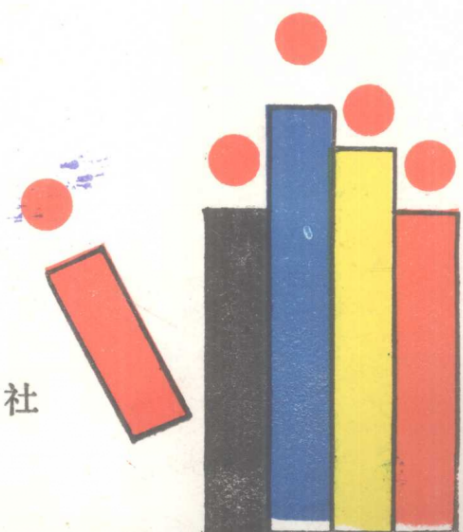


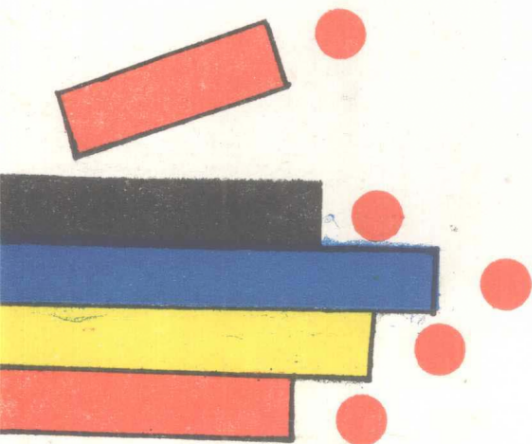


狄建新 编著
段生银 整理

点穴按摩与 时间治疗



甘肃科学技术出版社



ISBN 7-5424-0197-1/R·46 定价：0.96 元

点穴按摩与时间治疗

狄建新 编著
段生银 整理

甘肃科学技术出版社

责任编辑：李卫平

封面设计：林 斌

点穴按摩与时间治疗

狄建新 编著

段生银 整理

甘肃科学技术出版社出版

（兰州第一新村81号）

甘肃省新华书店发行

兰州新华印刷厂印刷

开本850×1168 1/32 印张2.875 字数56,000

1989年4月第1版 1989年4月第1次印刷

印数：1—20,360

ISBN 7-5424-0197-1/R·46 定价：0.96 元

序

省残疾人福利基金会理事、省盲人按摩医学会副会长、兰州医学院第一附属医院按摩主治医师狄建新同志，具有多年按摩的临床经验，近年来他把中医针灸学中子午流注与灵龟八法，运用到按摩治疗中，取得了较好的疗效，并富有新意。他参考医学著作，把自己的临床经验，整理成书。对一位残疾人来说，确非易事，这种精神确实感人。我们历来提倡一切医务工作者尤其是从事中医药工作多年的同志，应当把自己的经验总结成册，一来可以系统总结提高自己，二来把经验留于后人。

按摩学是祖国医学体系中特有的一门学科，治疗方法简便有效，对人无损伤，无药物疗法的副作用，值得大力学习和推广。狄建新同志的这本著作，对中医同道及爱好按摩者，不无裨益，故乐以为序。

石国璧

1988年6月24日

前 言

时间治疗是按照生物节律即生物钟的现象，进行按时用药治病的一种方法。目前，国内外专家对此有大量的研究，并有不少报道。令人感兴趣的是，早在两千年前，我们的祖先不仅认识到了生物钟现象，而且发现其规律性，并运用于治病。子午流注与灵龟八法就是我国古代的时间治疗学。子午流注与灵龟八法是一种逐日按时取穴针刺治病的方法。笔者将此理论运用于按摩临床上，取得了较好的经验。有关中医时间治疗在按摩临床中的运用，目前国内尚未见到此类专著。

笔者继承祖国医学遗产，以现代生物钟理论为科学依据，总结28年来的按摩临床经验，特别是近年来应用子午流注与灵龟八法的经验，参考了有关专著，并巧遇笔者的朋友段生银因病在我院住院，帮助整理成书。本书问世，将在中医时间治疗在按摩临床中的运用方面起到抛砖引玉的作用。本书除上述内容外，还介绍了按摩者手部保健的一些方法，这个问题和按摩者的手部锻炼同样重要。

本书在编写过程中得到甘肃省民政厅、卫生厅、残疾人福利基金会和兰州医学院第一附属医院等单位领导的大力支持，同时得到兰医一院理疗科同志和广大患者的大力协助，在此示表衷心感谢。

目 录

第一章 按摩与针灸	(1)
一、点穴按摩与针刺的区别	(1)
二、一般点穴按摩与按时点穴按摩的区别	(1)
三、点穴按摩的特点与它的局限性	(2)
四、适应症和禁忌症	(3)
第二章 生物钟与时间治疗	(4)
一、生物钟与时间治疗	(4)
二、子午流注与灵龟八法的简史和基本概念	(7)
三、干支推算的方法	(8)
第三章 子午流注的临床应用	(13)
一、纳子法	(13)
二、纳甲法	(16)
三、临床运用子午流注的体会	(22)
第四章 灵龟八法的临床应用	(24)
一、八脉交会穴	(24)
二、八卦与九宫	(25)
三、灵龟八法的临床应用	(26)
四、临床运用灵龟八法的体会	(27)
第五章 五输穴与八脉交会穴	(30)
一、五输穴	(30)
二、八脉交会穴	(57)

第六章 点穴按摩的常用手法和补泻 (61)

一、常用手法 (61)

二、点穴按摩的操作步骤与补泻手法 (74)

第七章 点穴按摩的手法练习和手部保健 (76)

一、手法练习 (76)

二、按摩医生的手部保健 (78)

附录：常用配穴的位置及所属经脉 (80)

(1)	灸得已事处	章一第
(1)	原阳穴	一
(1)	原阳穴	二
(8)	原阳穴	三
(8)	原阳穴	四
(1)	灸得已事处	章二第
(2)	灸得已事处	一
(7)	灸得已事处	二
(8)	灸得已事处	三
(13)	灸得已事处	章三第
(13)	灸得已事处	一
(16)	灸得已事处	二
(22)	灸得已事处	三
(24)	灸得已事处	章四第
(24)	灸得已事处	一
(26)	灸得已事处	二
(28)	灸得已事处	三
(28)	灸得已事处	四
(30)	灸得已事处	章五第
(30)	灸得已事处	一
(36)	灸得已事处	二

第一章 按摩与针灸

点穴按摩与针灸都是祖国医学的宝贵遗产，是在中医理论指导下的不同的治疗手段。

一、点穴按摩与针刺的区别

点穴按摩与针灸都属于物理机械刺激范围，都是在经络学说的指导下，在一定的刺激点——穴位上进行刺激，经过经络全身调节作用，以达到治疗疾病的目的，也都有得气感。不同点有以下几点：

1. 范围：点穴按摩刺激范围大，针刺刺激范围小。

2. 方式：点穴按摩是用手指在人体表皮进行加压、揉、推等手法使刺激逐步传入深层组织的一种间接刺激方式。而针刺是以银针直接刺入皮下组织及深层组织进行捻、转、提、插等手法的一种直接刺激方式。

3. 临床效果：点穴按摩对行气活血，解除痉挛效果较好。而针刺对于消除某些急性炎症、止血、止痛效果比较好。

二、一般点穴按摩与按时 点穴按摩的区别

一般点穴按摩就是医生根据患者的病情，选定某些穴位

用手或肘进行揉、点等手法的一种方法。此外，还有一种点穴按摩就是医生根据患者来就诊的日时干支，推算某日某时开某穴的理论来进行治病的一种点穴治病的方法，子午流注及灵龟八法就属于这种方法。

三、点穴按摩的特点与它的局限性

点穴按摩特点就是可以治疗一些一般手法按摩不能解决的问题。例如，对于荨麻疹可以点曲池、血海穴有一定疗效。再如，口舌生疮可以点合谷、曲池穴。应用按时取穴效果更好。笔者认为这个方法尤其对某些功能性疾病及软组织损伤有意想不到的效果。

这个方法初学时比较难，但只要掌握正确的方法并经常进行练习，熟练后也并不难。在半分至一分钟内就可以推算出所用的穴位。

这个方法与其它治疗方法一样，也有一定的局限性。例如，椎间盘突出症用此法只能临时止痛、缓解痉挛，而解决不了根本问题。还必须用其它按摩手法，使突出之椎间盘还纳才能解决问题。

笔者在多年临床实践中体会到，用此法可以配合旋转复位效果更佳。在复位前，先用此法止痛、缓解痉挛，使复位容易成功。在复位后，用此法可舒筋活血，提高疗效，使疾病早日康复。

四、适应症和禁忌症

1. 适应症：点穴按摩对于许多病均适用。例如，漏肩风、某些功能性疾病和软组织损伤等。

2. 禁忌症：

(1) 相对禁忌症：就是说术者进行按摩时要慎重考虑的病症。如软组织损伤淤血严重者、疮、疖和妇女妊娠期、月经期等。

(2) 绝对禁忌症：

① 病程长者，病程已久患者体力衰弱，经不起轻微推拿者。

② 传染性或溃疡性皮肤病。如疥疮、麻疯癣。开放性损伤和火烫伤。

③ 极度饥饿和饮酒后。

④ 严重心肺病，良性和恶性肿瘤，化脓性关节炎和结核性关节炎。

⑤ 高热及中毒性疾病，如尿中毒等。

第二章 生物钟与时间治疗

一、生物钟与时间治疗

生物为了更好地适应环境的节律变化（季节、昼夜、时辰），在亿万年的生物进化过程中，逐渐形成了其有高度时间节律的生物活动特性，即“生物钟”现象。

“生物钟”现象在自然界非常普遍，鸡叫三遍天亮，牵牛花破晓开放，夜来香晚香扑鼻，桃花3月开放，这些都是常见的自然现象。

有的生物钟准确得令人惊奇，一种鲷鹭鸟生活在海边50公里的地方，它们每天飞到海边来的时间，总比前一天推迟50分钟，这样每当退潮时，它们总是海边上的第一批食客。为什么要推迟50分钟？原来潮汐时间恰好是每日向后推迟50分钟。

人类的生物钟现象也很普遍。象人体的体温、脉搏、血压、血糖含量、基础代谢率、内分泌激素的分泌、经络电势等都会发生昼夜性的变化，人对疾病、药物和针灸的敏感性，也都有周期性的规律。

本世纪初一德国医生威尔赫姆·弗里斯和奥地利心理学家赫尔曼·斯瓦波达，通过长期的临床观察，揭开了其中的奥秘。原来，在病人的病症、情感以及行为的起伏中，存在着一个以23天为周期的体力盛衰以及以28天为周期的情绪波

动。大约过了20年，奥地利因斯布鲁大学的阿尔弗累特·泰尔其尔教授，在研究了数百名高中和大学学生的考试成绩后，发现了人的智力是以33天为波动周期的。于是，体力、情绪与智力盛衰起伏的周期性节奏，便开始被揭示了。

一些学者根据人体内部周期性的盛衰，认为每个人从他诞生的那时起，直至生命的终结，都存在着周期分别为23天，28天、33天的体力、情绪和智力的变化，组成了一首协调、优美而又神秘的三重奏。科学家将这三重奏的“曲子”谱写在同一个座标谱系内，绘制出了三条波浪形的曲线图，下图表示的是一个在1951年6月15日出生的人，在1980年10月1日“生物节奏”变化的情况。

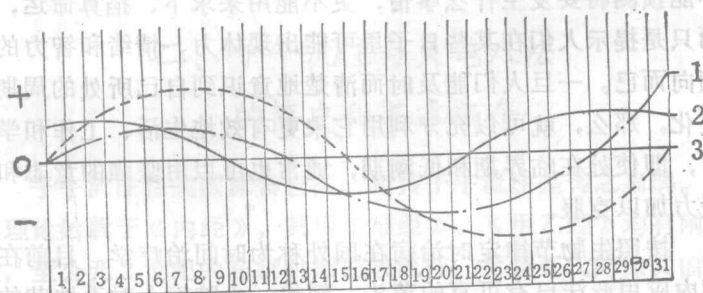


图1 “生物节奏”变化曲线图

1、情绪 2、智力 3、体力

请看图中的三条曲线和座标，曲线处于中线以上的日子，称为生物节奏的“高潮期”。此期人往往表现为精力旺盛，如体力周期曲线处于高潮期，就会感到精力充沛、生机勃勃；同样当情绪周期曲线处在高潮期，就会表现出强烈的创造力、丰富的艺术感染力，心情愉快、达观；当智力周期

曲线也处在高潮期，那时人的头脑灵敏、思维敏捷、记忆力强，更具有逻辑性和解决复杂问题的能力。

相反，处于中线以下的那段日子，称为生物节奏的“低潮期”。在这些日子里，体力容易疲劳、做事拖拉、畏却，在情绪方面往往表现为喜怒失常、烦躁、意志沮丧；在智力方面则出现注意力不易集中、健忘、判断率低等。

在跨越中线的那段日子，称为“临界期”，这是一个极不稳定的时期，身体正处在频繁的变化之中，或者说处在过渡状态。在这段临界期中，极易出现差错，粗枝大叶，容易感染疾病，机体各方面的协调性能较差，容易发生事故等等。

生物节奏虽是有节律地支配每个人，但是，这个理论并不能预测将要发生什么事情，更不能用来求卜、掐算命运，而只是提示人们在某些日子里可能出现体力、情绪和智力的倾向而已。一旦人们能及时而清楚地意识到自己所处的周期变化，那么，就可以充分利用它来更有效地生活、工作和学习，即使处在临界期和低潮期，通常也可以用坚强的意志和毅力加以克服。

按照生物节律定时治病在国外称为时间治疗学。目前国内应用此法已有可喜的苗头。例如：心脏病人对毛地黄的敏感性在上午4时大于平时40倍，糖尿病人也在上午4时对胰岛素最敏感。人得传染病最可能死亡的时间与对细菌毒素最敏感的时间是一致的，大约在早晨5时半左右；心肌梗塞病人往往在半夜发病。

研究生物钟对医学科学有很大的实践意义。近年来专门研究生物间周期性现象和周期性规律的生物学分支称为日历生物学。如何利用生物周期规律到医学领域来，这是现代医

学特别是现代内分泌学正在探讨的问题。

令人感兴趣的是，两千年前我们的祖先不仅已经认识到生物钟现象，而且发现其规律性，并运于治病。《灵枢·顺气一日分为四时》篇中说：“朝则为春，日中为夏，日入为秋，夜半为冬。”揭示了近似昼夜节奏的自然现象。且有“旦慧、昼安、夕加、夜甚”的病症的不同表现。同时创造了子午流注及灵龟八法逐日按时取穴的方法，这就是中医系统的时间治疗学。但由于历史局限，它不可能象现代科学认识的那么深刻，只能用朴素的阴阳学说及气血流注学说来解释。而生物钟学说的兴起，为我国古老的子午流注及灵龟八法的学说提供了现代科学的理论根据。

二、子午流注与灵龟八法

的简史和基本概念

子午流注在我国流传已久，相传子午流注是传之扁鹊。其理论始载于《内经》，其后《难经》、《甲乙经》均有阐述，至公元2世纪的东汉时期已较流行，后经五代的徐文伯撰写了“子午流注逐日按时定穴歌”，其理论与使用已趋完善，到金元而至明代，子午流注更是盛极一时，如何若遇的《流注指征赋》、窦汉卿的《针经指南》、杨继洲的《针灸大成》等书对子午流注针法都有进一步的发挥。解放初期，朱璉的《新针灸学》虽未论及子午流注，但把“刺激的时机”作为针刺疗法的三大关键之一加以重视，并进行了重点研究。

所谓“子午”是指时间而言，是十二地支时辰的第一数

与第七数，子为夜半，午为日中，子为阳之始，午为阴之始，子午含有阳极生阴，阴极生阳之意，而代表着阴阳的起始点和分界线。所谓“流注”是指人体气血在经脉中的周流和灌注。古人将气血的循环比作水流，以井、荥、俞（原）、经、合来作比喻，指云水流之初为井，渐成细流为荥，灌注深处为俞，通过河渠行经大流为经，然后汇合于泽海，以表示经脉气血的流注过程。这些都说明“子午流注”是将机体的气血循环，周流出入，象流水般，或从子到午，或从午到子，随着时间先后的不同，阴阳各经气血的盛衰也有固定的时间，气血迎时而至为盛，气血过时而去为衰，泻则乘其盛，补则随其去，逢时为开（气血流注开穴的时间，谓之逢时），过时为阖（某穴开时已过，谓之过时，则穴闭），定时开穴，补虚泻实，调和阴阳而治疗疾病。

至于灵龟八法是古人根据《洛书·九宫图》和《灵枢·九宫八风》篇的方位和八风对人体的侵害，配合奇经八脉的八个穴位，也是一种按日按时开穴治病的方法。

三、干支推算的方法

临床运用子午流注与灵龟八法按日按时开穴时，都是依据干支来定日、定时和定穴的。我们必须熟悉干支推算方法。

什么是干支？干支即天干地支，天干有甲、乙、丙、丁、戊、己、庚、辛、壬、癸10个天干；地支有子、丑、寅、卯、辰、巳、午、未、申、酉、戌、亥十二个地支。干支是我国传统用作表示次序的符号，又用来表示时间，年、月、日、时都可以用干支中的两个符号来表示。如甲子年、乙