



# 独树一针

沈卫东针灸学术经验荟萃



上海科学技术出版社

主编

沈卫东

蔡娟





# 独树一帜

——沈卫东针灸学术经验荟萃

主编 沈卫东 蔡 娟

上海科学技术出版社

## 内 容 提 要

沈卫东教授为上海中医药大学附属曙光医院针灸科主任、康复科主任,上海市浦东新区名中医,海派中医杨氏针灸代表性传承人,创立了“项八针”“腰八针”“耳八针”“消渴针”等特色治疗技术。本书系统地总结了沈卫东教授的针灸学术思想、临床经验特色、经典医案医话,临床医案涉及内、妇、儿等临床诸科,内容博杂,治疗过程记述详备,对针灸临床实践具有极强的指导作用。最后还有沈卫东教授学术传承人的跟师心得,目的是更好传承和发扬沈卫东教授的学术思想和专业特长。

本书可供中医临床医师、中医院校师生及中医爱好者参考阅读。

### 图书在版编目(CIP)数据

独树一帜 : 沈卫东针灸学术经验荟萃 / 沈卫东, 蔡  
娟主编. — 上海 : 上海科学技术出版社, 2023. 9  
ISBN 978-7-5478-6307-7

I. ①独… II. ①沈… ②蔡… III. ①针灸疗法—中  
医临床—经验—中国—现代 IV. ①R246

中国国家版本馆CIP数据核字(2023)第165608号

---

独树一帜——沈卫东针灸学术经验荟萃

主编 沈卫东 蔡 娟

上海世纪出版(集团)有限公司 出版、发行  
上海科学技术出版社  
(上海市闵行区景路159弄A座9F-10F)  
邮政编码 201101 www.sstp.cn  
印刷

开本 787×1092 1/16 印张 17.5

字数 253千字

2023年9月第1版 2023年9月第1次印刷

ISBN 978-7-5478-6307-7/R·2828

定价: 98.00元

---

本书如有缺页、错装或坏损等严重质量问题, 请向印刷厂联系调换

# 编写委员会

---

主 编

沈卫东 蔡 娟

副主编

李亚娟 董晓薇

编 委

(按姓氏拼音排序)

蔡 娟	董晓薇	樊文朝	高 垣
顾启超	顾雪霞	胡 陈	李 琪
李亚娟	李一婧	林玉芳	刘 禾
马 文	潘 红	沈思佳	沈卫东
童秋瑜	王 佳	王文礼	魏溪芳
杨 佳	杨子越	喻益峰	詹 婕
张 莛	张 磊	张静若	朱小亮

## 前 言

沈卫东教授，是海派中医——杨氏针灸传承总基地负责人、杨氏针灸代表性传承人、全国名老中医学术继承人、全国优秀中医临床人才、上海市中医领军人才、上海市浦东新区中医领军人才、上海市浦东新区名中医。现任上海中医药大学附属曙光医院针灸科主任、康复科主任，曙光临床医学院针灸学教研室主任，曙光医院针刺与麻醉研究所所长，上海中医针灸质控组组长，中国针灸学会理事，上海市针灸学会常务理事，中国康复医学会针灸技术与康复委员会副主委，中国中医药研究促进会针灸康复分会副主委，中国针灸学会刺络与拔罐专业委员会副主委，世界中医药学会联合会亚健康委员会常务理事，中华中医药学会亚健康专业委员会常务理事，中国针灸学会针刺麻醉分会理事，中国针灸学会实验针灸分会理事，上海市针灸学会临床教育专业委员会主委，上海市康复医学会中西医结合康复专业委员会副主委，《中国针灸》《上海针灸杂志》编委，上海市黄浦区第2、第3届人大代表，浦东新区第2、第3届政协委员，中国民主促进会上海中医药大学委员会副主委。

沈教授从事中医针灸医教研工作30余年，擅长中医针灸诊疗与研究。其学术特色具有以下特点：①用穴精炼，擅用组方。注重用穴精炼，针刺选穴和中药处方一样，穴位讲究“少、精、效、便”，他认为穴位过多不仅不能达到良好疗效，还会无的放矢，徒增患者痛苦。他注重“调神、守气”，选穴过多不利于意守感传。且穴位少，操作可以更加专一，便于掌握，利于在临床上推广。②以“虚”立论，以“通”为治，调衡复健。在临床工作中，以“虚”立论，以“通”为治，兼及其他，注重调衡来改善亚健康的状态，取得明显的临床效果。如耳鸣耳聋一般认为是肾虚之证，但临床上往往单用补肾之药效果不甚理想，以针灸活血通络为主，辅以补肾中药效果明显。人体诸多疾病，均由失衡引起，而经络气血失衡致“瘀”、致“郁”为诸病之根，凡气、痰、血等失去原先的功能状态或运行受阻则会变生他病。因此，采用针灸的方法，使原本运行欠畅的气血在针灸的作用下恢复活力，达到

原有的功能状态,恢复身体的平衡状态,纠正亚健康状态。③ 稳中求变,温阳通督,脑骨兼治。针对缺血性中风的康复,早在 20 年前沈教授就提出针灸早期介入治疗——针灸时间窗的观点,并将这一研究成果运用到临床实践中,带领全科医师在脑病方面开展建设性工作,开设了中风专病、小儿脑瘫专病、智能衰退专病、周围神经病变专病、颤证专病等针灸特色脑病门诊。同时灵活运用中医骨伤名家石印玉教授“十三科一理贯之”的思想,在临床上以“温阳通督”为治疗原则,采用督脉及其穴位配合温阳中药来治疗颈椎、腰椎等病症取得了很好的临床效果。自创“项八针”“腰八针”治疗颈椎病、腰椎间盘突出症,以简捷的取穴和适宜的手法,使大量的患者摆脱了疾病的痛苦,取得很好的社会效果。

《独树一帜——沈卫东针灸学术经验荟萃》全书共分五个部分,包括沈教授对针灸学术的传承与发展、学术思想特色、临床经验特色、经典医案医话、传承人跟师心得五个部分。本书的编写人员以沈卫东浦东名中医工作室的成员为主,内容涵盖沈卫东教授的主要学术观点和临证经验,也包含了浦东名中医工作室成员们的临床体会和实战经验。相信该书的出版能够引起针灸同道的共鸣,促进临床交流,提高学术水平。

蔡 娟

2023 年 5 月

# 目 录

第一章 传承与发展.....	001
第一节 授业名师,流派融合 .....	003
一、潜心医术,夯实基础 .....	003
二、丰富学识,追求卓效 .....	005
三、热爱针灸,毅然深造 .....	006
四、骨伤疾病,重视疗效 .....	007
五、跟师学习,传承发展 .....	009
六、融会贯通,博采众长 .....	010
第二节 杨氏传承,独树一帜 .....	012
第三节 开拓创新,自成一家 .....	015
第二章 学术思想特色.....	017
第一节 用穴精炼,擅用组方 .....	019
一、“项八针”疗法 .....	019
二、擅用“天牖五部”治疗中风失语 .....	019
三、其他内科杂病的诊治 .....	020
第二节 以“虚”立论,以“通”为治 .....	020
一、机体正气有“虚实”之分 .....	020
二、以“虚”立论缘由 .....	021
三、脏腑经络气血通畅为益 .....	021
四、以“通”为治内涵 .....	022
五、早期糖尿病治疗理论渊源 .....	023
六、“以通为治”前提条件 .....	023
第三节 以阳为先,通督强脊 .....	024



一、阳气之生理功能 .....	024
二、阳气虚损之缘由 .....	024
三、阳气与脊柱病的联系 .....	026
四、“项八针”“腰八针”之理论溯源 .....	027
第四节 钻研郄穴,擅用五输 .....	028
一、郄穴的治病规律 .....	029
二、郄穴乃本经脏腑气血深聚之处 .....	029
三、五输穴是经脉气血流注的关键部位 .....	029
四、五输穴的分类命名,反映出“天人合一”的整体观念 .....	030
五、五输穴能够反映人体的整个机体状态 .....	031
第五节 注重望诊,调气治神 .....	031
一、善治者必善诊 .....	031
二、经络及穴位望诊 .....	032
三、诊法合参 .....	032
四、“调气治神”的理论基础 .....	033
五、“调气”内涵 .....	033
六、“治神”内涵 .....	034
七、“守神勿失” .....	034
第三章 临床经验特色 .....	037
第一节 常见病诊治经验 .....	039
一、腰椎间盘突出症 .....	039
二、混合型颈椎病 .....	041
三、落枕 .....	043
四、膝骨关节炎 .....	044
五、肩关节周围炎 .....	046
六、神经性耳鸣 .....	048
七、突发性耳聋 .....	050
八、面神经炎 .....	052
九、中风后吞咽障碍 .....	055
十、中风后肌张力增高 .....	058

十一、老年痴呆 .....	060
十二、抑郁症 .....	063
十三、失眠 .....	065
十四、肥胖症 .....	066
十五、2 型糖尿病 .....	068
十六、呃逆 .....	069
十七、月经不调 .....	070
十八、不孕症 .....	072
十九、小儿遗尿 .....	073
第二节 特色治疗技术 .....	074
一、沈氏“项八针” .....	074
二、沈氏“腰八针” .....	076
三、沈氏“耳八针” .....	078
四、沈氏“消渴针” .....	079
第四章 经典医案医话 .....	083
第一节 医案 .....	085
一、三叉神经痛 .....	085
二、落枕 .....	086
三、颈椎病 .....	088
四、肩周炎 .....	095
五、腰痛 .....	101
六、四肢关节痛 .....	110
七、中风 .....	117
八、面瘫 .....	120
九、面肌痉挛 .....	127
十、颤证 .....	131
十一、眼肌型重症肌无力 .....	133
十二、抑郁症 .....	134
十三、失眠 .....	136
十四、心悸 .....	140



十五、呕吐 .....	141
十六、呃逆 .....	143
十七、泄泻 .....	145
十八、良性前列腺增生 .....	147
十九、泌尿道感染 .....	148
二十、甲状腺结节 .....	149
二十一、肺结节 .....	151
二十二、汗证 .....	151
二十三、月经先后无定期 .....	152
二十四、痛经 .....	154
二十五、乳房胀痛 .....	156
二十六、子宫肌瘤伴月经过多 .....	157
二十七、妊娠剧烈呕吐 .....	158
二十八、小儿遗尿 .....	161
二十九、小儿多动症 .....	162
三十、小儿焦虑症 .....	162
三十一、脑发育不全 .....	164
三十二、小儿语言发育迟缓 .....	165
三十三、荨麻疹 .....	166
三十四、湿疹 .....	167
三十五、耳鸣耳聋 .....	168
三十六、干眼症 .....	177
三十七、近视 .....	178
三十八、外展神经麻痹 .....	179
三十九、慢性疲劳综合征 .....	180
第二节 医话 .....	181
一、金津、玉液归经考辨 .....	181
二、论人迎寸口脉诊法的针灸临床意义 .....	184
三、三伏贴理论源流及现代运用 .....	187
四、论针刺刺激量 .....	191
五、论疼痛病因病机 .....	195

六、“骨强筋弱”理论及其临床运用 .....	198
第五章 传承人跟师心得 .....	201
千淘万漉虽辛苦,吹尽狂沙始到金 .....	203
仁心妙手传针道,师古创新学思用 .....	205
向阳而生 .....	208
针行效法,气血为先 .....	211
用穴精炼,平衡阴阳 .....	213
调气治神,解郁醒神 .....	217
以阳为先,调衡脏腑 .....	218
经络辨证明虚实,循经取穴耳八针 .....	221
辨经论治,妙用五输 .....	223
针药同治,任督通调 .....	226
根于经脉,本于气血,针药并用,重脾调衡 .....	228
勤取活水润桃李,化用典籍泽病患 .....	232
春风化雨,润物无声 .....	234
观师之道,行医路 .....	236
重视舌脉辨病证,中西交融强治疗 .....	238
经络辨证,调气治神,百病山移,万病一针 .....	239
微针调百病,深思明真义 .....	241
治病求本,把握神机 .....	243
针疗灸调治百病,妙语仁意暖人心 .....	245
附录 沈卫东浦东名中医工作室论文、著作、课题、获奖、专利 .....	249
参考文献 .....	263



## 第一章

# 传承与发展

---



## 第一节 授业名师,流派融合

### 一、潜心医术,夯实基础

1986年,沈卫东如愿考入上海中医学院。作为大一学生,刚刚学习中医基础理论,沈卫东便积极进行临床实践学习,跟师内科名家张效禹教授,成为入门中医的第一步。张效禹认为“十病九虚”,从虚损入手,辨证施治,活人无算。在近10年跟师过程中,沈卫东白天学习、抄方,夜间读书,常常夜以继日;潜心钻研医术,夯实基础(图1-1、图1-2)。



图1-1 大学学生时期的沈卫东

1991—1997年攻读硕博士期间,沈卫东师从我国著名针灸学家李鼎教授(图1-3、图1-4)。李鼎理论造诣深厚,且擅书文。他认为针灸基础理论的研究,着重在循经考穴;针灸临床治疗的研究,着重在调气治神。只有将两方面结合起来,才能照应全局,推进学科的发展。6年学习期间,沈卫东通过学习中医典籍,学习临床学科古代重要医籍及现代学术专著,加深对古籍的理解,奠定了深厚的传统文化基础,努力提高中医理论水平。



图 1-2 沈卫东与张孝禹教授



图 1-3 沈卫东与导师李鼎教授

李鼎用其文献研究成果来指导临床实践,同时通过临床实践印证文献研究,去其糟粕,存其精华,并总结出具有丰富内涵的“调气治神”之总纲。他认为《内经》中对气血的论述主要是从针刺出发,其认识是从针刺实践中来。通过刺血络而认识血的特点,就是很好的例证,即所谓“刺其血者”,或说“取血于营”。关于

气就较为抽象,但这是指可感知的有动态的现象。针刺中的感觉和反应(简称感应)就称为“气”。古代刺法就有“取血”和“取气”的不同,在“取气”中还要区分出各种的“气”。通过刺卫、刺营、刺谷气而达到调气治神,所说“神气”就包括卫气、营气和谷气。穴位是“神气之所游行出入”之处,也是“卫气之所留止”的所在,这是外的部分;“神气舍心”和“头者精明之府”以及“脑为元神之府”,是指其内的也是高的部分。《灵枢·本神》说的“凡刺之法,必先本于神”,以“神”为本是抓住了总的要领。



图 1-4 沈卫东跟师学习

沈卫东自研究生开始就从事脑病针灸研究,以智能衰退为相关研究课题,认为阿尔茨海默病以虚为本,与肾、肝、心、脾四脏关系尤为密切,且与三焦、胆亦有关,七情失调是形成本病的诱因。人到老年,肾精亏虚,精枯血少,脑海空虚,神明无主而发病;或肾阴不足,虚火上炎,心肾失交,水火不济,灼伤心阴;或心血不足,虚阳上越,神明不敛;抑或情志不遂,思虑过度,损伤脾胃,使水谷不化,精微气血反成浊蔽。治疗以健脑益智,补气养血,通瘀滞,敛心神,佐以平肝清热,对症治疗。取穴选用百会(灸)以健脑益智,镇静安神,益气开窍;神庭以宁神开窍;合谷以清利头面,清热调肠;神门宁心安神;间使宽胸宁神,清热和胃;三阴交以健脾和胃,益气养血;足三里以健脾益胃,安神补虚;太冲清肝泻火,祛风宁神,诸穴配合治疗阿尔茨海默病。通过动物实验研究和对阿尔茨海默病患者的心理学指标及临床症状的观测,证实了针灸治疗阿尔茨海默病确实有临床疗效,并成为国内第一位运用 Morris 迷宫研究针灸益智的学者。

## 二、丰富学识,追求卓效

沈卫东在工作期间,偶然机会得到“盛氏六脉诊疗”盛善本教授青睐并得以倾囊相授。盛善本提出二十经脉假说,拓展了对于经络理论认识,其“盛氏六脉”由风门经、大杼经、督俞经、气海经、关元经、中膻经组成,每条经脉均有其循行路线、穴位、归属脏腑。六条新经脉根植且又区别于传统十二经脉,纳入了经外奇

穴与新穴位。盛善本提出的脊柱—经脉—四肢气血流注学说丰富了经络辨证诊断内容,并扩大了针灸临床诊断疾病谱。传统经络辨证在碰到没有经脉的部位出现病变,在治疗上缺乏理论根据。沈氏通过学习盛氏六脉诊断学说不仅解决了经脉病治疗的理论依据,而且学习了简便直观的针灸治疗技术。盛善本在脏腑病方面丰富了传统经络的治疗范围,脊椎—经脉—四肢气血流注方式使针灸治疗更全面和有效。如大杼经和风门经治疗肺系疾病,督俞经治疗心脏疾病等。常见虚实的诊断临床多以脏腑辨证为主,以及九种体质理论,在临床中具有一定的实用价值。经络是针灸治疗的灵魂,经络虚实的诊断依据脏腑辨证或经络循行、症状,使针灸选取经络及穴位存在一定局限性。该理论最显著特色是每一指趾都布有经脉,手足二十经相应第1椎到第20椎、二十个背俞。沈氏将“二十经脉测定自动诊断仪”应用到临床,为临床针灸治疗提供新思路和方法,同时专门申请了相关课题来验证。

### 三、热爱针灸,毅然深造

2002年沈卫东赴南京中医药大学博士后工作站,在李忠仁教授指导下开展博士后研究工作(图1-5)。李教授“思维不能局限,要发散”“敢于想,深入做”等思想为沈卫东日后在针灸科学研究方面奠定了坚实的基础。他以中风的分期治疗为研究方向,在博士后工作站进行研究工作,认为以阳明为主治关键,根据上下肢体经脉循行路线不同,分取手足阳明经的穴位,如肩髃、曲池、手三里、合谷、足三里、丰隆、解溪等穴,使标本兼顾、气血津液各归其道,具有调和经脉、疏通气血的康复偏瘫作用。同时,他根据“风病多在阳经”,指出督脉循行贯脊,统帅全身阳气,为阳经之海;针刺督脉穴位,既《灵枢·九针十二原》云:“刺之要,气至而有效。”针灸治疗中风偏瘫应使针感传导到患处才能获得良好疗效,故应适当选择近神经主干及分支周围的腧穴针刺,如颈臂、极泉、环跳、委中等,施针手法则易于得气,对肢体功能改善确有良效。在针刺操作方法上,对筋脉拘挛而影响肢体功能的患者,应深刺透穴,通利关节,如内关透支沟、环跳透承扶、阴陵泉透阳陵泉、条口透承山等。采用强刺深透、主配相辅、阴阳相配、健患交替的治则。另外针刺运针或留针同时,适当活动患肢,可促进经气通调、加速气血运行,利于气至病所。“凡刺之法,先必本于神”“用针之要,无忘其神”,李教授强调针刺过程中“调神”的重要性。正如《金针梅花诗抄》所云:“病者之精神治,则思虑蠲,气血完,使之信针不疑,信医不惑,则取效必宏,事半而功可倍也。”中医学理