

❖ 怎样提高耳针疗效

云南省中医中药研究院
管遵信

授课内容

- ❖ 一、耳穴的取穴原则
- ❖ 二、提高耳针疗效的几个基本因素
- ❖ 三、病例介绍

一、耳穴的取穴原则

取穴原则就是指在用耳穴治病时选取耳穴的依据。

- ❖ 当疾病确诊后，用哪些耳穴进行治疗？
- ❖ 根据什么原则选择穴位？

这是采用耳穴治疗疾病首先要解决的问题，取穴的正确与否直接关系到疾病的疗效。取穴原则一般根据下列5个方面考虑。

耳穴的取穴原则

- ❖ 按相应部位取穴
- ❖ 按藏象辨证取穴
- ❖ 按经络学说取穴
- ❖ 按现代医学理论取穴
- ❖ 按临床经验取穴

（一）按相应部位取穴

即根据人体的患病部位，在耳郭的相应部位(耳穴)取穴的方法。如胃病取耳穴“胃”，肩关节周围炎取“肩”穴，胆囊炎取“胰胆”穴等。

这种取穴方法，是应用耳穴治疗疾病时最基本、最重要的方法。许多疼痛性疾病、急性病，患病部位的相应耳穴，绝大多数可以找到敏感点，刺激这些敏感点，往往可以获得立刻缓解甚至消除病痛的效果。

（二）按藏象辨证取穴

即根据祖国医学中藏象学说的理论，按照各脏腑的生理功能进行辨证取穴的方法。

例如，藏象学说认为“心主神明”，故“心”穴可以用于治疗失眠、神经官能症、瘧病等；又如治疗脱发，藏象学说认为肾其华在发”，故可取“肾”穴来治疗脱发；又如治疗皮肤病，藏象学说认为“肺主皮毛”，故取“肺”穴来治疗各种皮肤病；再如治疗心血管疾病时，藏象学说认为“心与小肠相表里”，除取“心”穴外，再取“小肠”穴往往能取得满意的效果。

(三) 按经络学说取穴

- ❖ 即根据经络学说取穴的方法。分为循经取穴和经络病候取穴。
- ❖ 1. 循经取穴：是根据经络的循行部位取穴，如坐骨神经痛(后支)，其部位属足太阳膀胱经的循行部位，即取耳穴的“膀胱”穴治疗；又如臂之外侧痛，其部位属于少阳三焦经的循行部位，取耳穴“三焦”穴治疗，而三焦穴的发现和命名也是这样来的；再如偏头痛，其部位属足少阳胆经的循行部位，故取“胰胆”穴来治疗。

按经络学说取穴

2. 按经络病候取穴：是根据经络之“是动病”和“所生病”的病候来取穴。“是动病”：经脉病候的一类，出《灵枢·经脉》篇，包括：①经脉循行径路的病症，如手阳明大肠经“是动则病齿痛颈肿”。②经脉经气变动引致所连络脏腑的病症，如手太阴肺经“是动则病肺胀满，膨膨而喘咳”；又如足少阴肾经从肾上贯肝膈，入肺中，“是动则病……咳唾则有血，喝喝而喘”其病主要由经脉传来，非本脏腑所生，故名“是动”。

按经络学说取穴

“所生病”：经脉病候的另一类，也出自《灵枢·经脉》篇，包括：①经脉所络属脏腑本身的病症，如手太阴肺经“是主肺所生病者，咳，上气喘渴，烦心胸满”。②脏腑病延及所属经脉，反映在经脉循行路径的病症，如手太阴肺经所生病还有“孺臂内前廉痛、厥，掌中热”。其病一般由本脏腑所生，并非经脉传来，故名“所生”。

按经络学说取穴

“是动病”和“所生病”都是经脉及其所络属脏腑症候群，如手阳明大肠经的是动病为“大肠手阳明之脉……是动则病，齿痛、颈肿”，治牙齿痛和颈肿时可取耳穴“大肠”穴；又如手少阴心经的所生病为“心手少阴之脉……是主心所生病者，目黄、胁痛、臂内后廉痛、厥，掌中热痛”，故耳穴“心”可治疗目黄、胁痛、上肢的内侧面尺侧和掌中热痛等。

（四）按现代医学理论取穴

耳穴中有许多穴位是根据现代医学理论命名的，如交感、皮质下、肾上腺、内分泌等，这些穴位的功能是与现代医学的理论是一致的。如交感穴，是现代研究发现此穴有近似交感神经和副交感神经的作用而命名的；又如肾上腺穴，是现代研究发现此穴有近似肾上腺的功能而命名的。因此，必须用现代医学的理论来理解和运用这些耳穴。如胃肠疾患与植物神经系统有关，可取“交感”穴；又如肾上腺所分泌的激素有抗过敏、抗炎、抗风湿等作用，可取“肾上腺”穴来抗过敏、抗炎、抗风湿等。

（五）按临床经验取穴

❖ 按临床经验取穴是指在临床实践中发现某个(或某些)穴位对治疗某病有效，取而用之。如腰腿痛，取“外生殖器”穴；胃痛，取“腕”穴；甲状腺疾患，取“肘”穴，肝昏迷取“耳尖”、“结节”放血；老花眼，取“枕”穴等。

❖ 每个病症取穴的多寡，应根据病情和上述5点取穴原则，进行全面考虑后选用。

二、提高耳针疗效的基本因素

提高耳针疗效主要取决于4个基本因素：

- ❖ 诊断明
- ❖ 配方好
- ❖ 穴位准
- ❖ 手法对

这简称“耳针疗效四要素”

诊断明

诊断明：是指要清楚地知道或懂得接受耳穴治疗的患者是患什么病，即对疾病要有明确的诊断。明代医家汪石山说：“既不认脉，又不察形，但问何病，便针何穴，以致误针成痼疾者有矣。间或获效，亦偶中耳！”，还指出：“病变无穷，灸刺之法也无穷”。我们古人就告诫要重视明确诊断，治法随证而变。

诊断明

- ❖ 要想提高疗效，首先必须明确诊断，不仅要知道是患什么病，还应辨明虚实寒热。只有在辨证的基础上才能决定配方和手法，否则就是无的放矢，根本谈不上什么疗效高低。
- ❖ 明确诊断、正确辨证(包括脏腑辨证、经络辨证、八纲辨证等)，是提高耳针疗效的基础和前提，是提高耳针疗效的第一个环节。

配方好

- ❖ 配方好：是提高耳针疗效的第二个环节，它要求在明确诊断的基础上，熟练地、灵活地运用上面所述的取穴原则。只有取穴对证，才能取得预期的疗效。

例如：张××，男，46岁，职工，1972年3月就诊。主诉：近几月来上腹部隐隐作痛，空腹尤甚，但食后又胀，经服用中西药无效，前来要求耳针治疗。第一次取穴考虑到患者胃痛近3个月，故以镇痛为主，**取穴**：胃、脾、神门、交感。针了1次，疼痛显著减轻，但腹胀加重了。分析第一次配方用胃、脾、交感穴是对的，神门穴虽有很好的镇痛作用，但它能减缓胃肠的蠕动，故导致腹胀加重。根据这个分析，将神门穴改成皮质下，因皮质下虽镇痛效果不如神门，但可增快胃肠蠕动，从而可减轻腹胀。

第二次取穴：胃、脾、交感、皮质下。针后，患者感觉轻快。后来，另一医生将皮质下误换成神门，针后患者又感腹胀，以后不再取神门，用第二次配方连续针**5**次，腹胀腹痛都显著减轻，但食欲仍不好。从现代医学分析，胰酶是主要消化酶，它包含蛋白酶、糖酶和脂肪酶；胆汁能使脂肪乳化，是脂肪消化过程中不可缺少的一环。

因此，把配方加了胰胆穴，又扎针**3**次，患者腹痛腹胀等症状消失，食欲倍增。为巩固疗效，又扎针几次，即告痊愈。这个病例的治疗过程，说明配方对提高耳针疗效的关系十分重要。

穴位准

- ❖ 穴位准：是提高耳针疗效的另一个基本因素。穴位准不是指机械地按耳穴的解剖部位扎准就算穴位准了，而是指在耳穴的这个区域内扎准敏感点。因为耳穴虽不大，但有它一定的区域，往往是这个区域中的一点，穴位准指的是扎准这个敏感点。这就需要在扎针前仔细地用压痛法寻找其压痛点，或用肉眼观察法寻找其阳性反应，或用良导法探测其敏感点，然后再准确地扎在敏感点上。

1974年笔者在带学员实习中遇到这样1例患者：李××，女，38岁，干部。在炉前坐一矮凳煽火，站立时突感腰部有点痛，随后疼痛加剧，经贴伤湿止痛膏和服止痛片无效，第二天发展到不能弯腰和下蹲，步行艰难，前来就诊。第一、二次学员针后有点疗效，但不显著，查其处方是：神门、皮质下、肾、腰骶椎。显然，配方是正确的。后发现神门和腰骶椎针的穴位不对，笔者仍用此方，重点探查肾和腰骶椎两穴的压痛点，力求穴位准确。针后每穴捻转1min，患者即感到轻快并可下蹲和站起。留针1h，每10min行针1次，并嘱患者活动腰部，患者即能下蹲起立和弯腰。第二天再用此配方，改针另一侧耳穴，两次即告痊愈。这个病例说明穴位准也是提高耳针疗效的重要因素。

手法对

❖ 手法对：是指耳针手法、耳压手法等，现重点从针刺方向、针感和刺激量3个方面论述针刺手法。

1. 针刺方向：要根据不同的穴位和不同的病种选择针刺的方向，如针刺胃穴时，若是为了止吐(如防止晕车、晕船，或耳针麻醉作胃肠手术时的恶心呕吐)，针尖应刺向贲门穴方向；若是为了治疗消化性溃疡，针尖应刺向十二指肠方向。临床经验证明，按这样的方向刺，疗效就较好。

2. 针感：耳针与体针一样，要求获得一定的针感，疗效才好，一般的针感是痛、胀、热、酸、麻等。有些病症则要求针感直达病所，疗效才佳。如治疗坐骨神经痛、牙痛、腰背痛等病，最好针感能到达病所：如用耳针治疗坐骨神经痛，针刺坐骨神经穴时，一般要求针感应使患肢有热感，或冷，或酸麻，或胀，或疼痛突然消失(或大大减轻)等感觉。若无上述针感则应调整针尖方向，或拔出针另寻敏感点针刺或捻转针(顺一个方向捻转或左右捻转)，以获得预期针感。临床经验告诉我们，若针感好，常可获得“针到病除”的良好效果。

3. 刺激量：刺激量=刺激强度×刺激时间，故对各耳穴的刺激量就是指对各耳穴给予多大的刺激强度，以及刺激时间和留针时间的长短。我们对某疾病进行临床辨证后，必须正确决定对各个耳穴的刺激量，这是耳针手法的重要组成部分。

例如：肖××，男，35岁，技术员。患胃肠病已9年，长期以来，纳差、胃部不适、饮食稍不慎便腹泻，怀疑是消化性溃疡，曾钡餐透视检查过2次，均未发现溃疡，诊断为胃肠功能紊乱。9年来患者曾服过许多中西药，都无明显疗效，要求耳针治疗。来诊时，面色萎黄、消瘦、腹泻，已服合霉素2天无效。

根据病情，**取穴**：胃、脾、交感、大肠、小肠，扎针2次后，食欲增加，大便次数减少，但每天仍有稀便3~5次。后把交感换成胰胆穴，但疗效仍不理想。通过认真分析认为：此患者病程已久，脾虚胃弱，应补虚固脱，健脾扶正，助胃祛邪；在原来配穴的基础上，改变了针刺手法，对胃、脾、小肠三穴采用弱刺激加温针灸，数分钟即出针，对大肠、胰胆采用强刺激，一穴扎2根针，留针1h。针1次，腹泻即止。针4次，患者饮食增加1倍，胃部舒适，从这个病例可以看到针刺手法也是提高耳针疗效不可忽视的一个因素。

大量临床实践证明：诊断明、配方好、穴位准、手法对，是提高耳穴治病疗效的4个基本因素。

只有认真抓住这个“四要素”，才能获得良好的治疗效果。当在临床中遇到疗效不佳时，在诊断明了的基础上应从取穴配方先检查，确认处方是对证和正确的以后，再进一步认真检查取穴是否准确。若配方和取穴都无问题，则要在手法上下功夫。根据这4个基本因素，沿着这个思路检查自己的治疗方案和治疗过程，即可大大提高疗效；并能找到自己疗效低的原因。

三、病例介绍

(一) 神经衰弱

取穴 **主穴** 神门、心、肾、皮质下。

配穴 心脾两虚加脾、小肠

心肾不交加肝、肾

心气虚加肝、胰胆、交感

肝郁气滞加肝、三焦

肾阳虚加内生殖器、肾、内分泌、艇角

胃失和降加胃、脾、三焦、交感。

方义：神门镇静安神，皮质下调节大脑皮层的兴奋与抑制；心主神明为火脏，肾藏精为水脏，两者水火相济则神志安宁。此四穴为治疗神经衰弱和失眠的主穴，或称基本方。脾主运化，小肠与心相表里，此两穴可健脾、益心血补心气；肝为木，木生火，补肝可补心；胰胆可增强脾胃运化功能，以助气血化生而补心气；交感调节植物神经功能，改善烦躁、紧张及植物神经功能紊乱的症状，三焦司气化主持诸气以行气散郁；内生殖器、内分泌、艇角可调节内分泌而起补肾阳的作用。

(二) 头 痛

取穴：神门、皮质下、枕透额、交感；配穴 肝、胃、肾、脑干、心、脾、肺。

方义：神门、皮质下是镇痛主穴，两穴相配有较强的镇静止痛作用；交感调节植物神经，以缓解血管痉挛；枕透额为相应部位取穴，调节头部的功能状态；肝、胃清泻肝胃实热；肾穴补肾益精，治虚证头痛；心、脾补血行血；肺补气行血；脑干镇静止痛。

(三) 坐骨神经痛

取穴 坐骨神经、神门、肝；配穴 膀胱、臀、下肢(即髌透踝)、皮质下、肾

方义：坐骨神经是个经验穴，因治疗坐骨神经痛有很好效果，故曾称“坐骨神经特效穴”；神门穴镇静止痛；“肝主筋”，祖国医学视坐骨神经痛为“筋痛”，神经、血管等均属祖国医学“筋”的范畴，故取肝穴；沿坐骨神经走向属膀胱经，故取膀胱穴；臀、下肢是相应部位取穴；皮质下配神门是止痛的主穴和经验方；“肾主骨”，因椎间盘突出而引起的根性坐骨神经痛取肾穴。

（四）麦粒肿

取穴：眼、肝、屏间前、屏间后，神门、皮质下、肾、耳尖、胃、肾上腺

方义：眼、屏间前、屏间后三穴是相应部位取穴，用以调整眼睑气血，清热解毒；“肝开窍于目”，取肝穴以祛风泄热；胃穴清脾胃积热；耳尖穴消炎止痛；肾上腺穴清热解毒，有消炎的作用；肾穴对素体虚弱有健身作用，是一强壮穴，肾穴可滋肾水，起到“水涵木”的作用，则上炎之火自消；神门、皮质下是止痛要穴，可止痛消炎。

(六) 急性结膜炎

取穴：眼、屏间前、屏间后、肺、胃、耳尖、肝

方义：眼、屏间前、屏间后为相应部位取穴，以清眼之热毒；此病与肺胃积热有关，故取肺胃两穴，以驱其疫邪热毒；耳尖穴可消炎止痛、清热解毒，是古代传下来的治疗眼病的经验穴，沿用至今；“肝开窍于目”，故取肝穴明目清热。

(七) 牙 痛

取穴：颌、口、牙、三焦(近外耳门处的敏感点，曾用名：牙痛奇穴)、神门、皮质下、垂前。

配穴 风热牙痛加肾上腺、耳尖点刺放血

胃火牙痛加胃、脾、屏尖

虚火牙痛加肾、交感

方义：颌、口、牙等穴是相应部位取穴，对患部清热、解毒、止痛；垂前是经验穴，以前名叫“拔牙麻醉点”，临床经验表现此穴对止牙痛有较好效果，可用于拔牙麻醉；神门、皮质下清热止痛；肾上腺消炎；三焦穴区内近外耳门处，牙痛患者大都有敏感点，治牙痛有出奇的效果，以前起名为“牙痛奇穴”，是一个治牙痛的经验穴；耳尖和屏尖穴清热解毒、消炎止痛；胃穴清胃火；肾配交感补肾、滋阴潜阳、降虚火。