



寻回迷失的经络



传统针灸单靠继承是不够的，还必须运用现代科学的知识与方法去发展，去提高，实现它由较多艺术成分到较多科学成分的飞跃。“现代针灸”不同于传统针灸，但可以由传统针灸发展而来。中国中医科学院首席研究员、中国中医科学院针灸研究所前所长朱兵教授在《系统针灸学》一书中对现代针灸医学的研究对象作了如下表述：“系统针灸学研究的重点是机体的调节、整合和反馈性控制过程中的交互作用；阐述体表刺激对生物分子、细胞、组织、器官和系统层面彼此之间的相互联系，以及它们在疾病时的变化和在治疗过程中的转归；探索针灸等体表干预从基因到整体器官功能调控的机制”。

我们倡导的“现代针灸医学”除以上内容外，还包括十四经穴及其经穴、经外奇穴、新穴的生理解剖基础；经络系统的形成过程与经络实质；穴位效应的证实与分类以及具有相似功能穴位的分布规则；体表-内脏相关及身体不同部分之间的关系；针灸的主要功能及其机理；针灸疗法的适应症及其治疗方法的标准化等。

所以，狭义地说，凡应用现代

科学理论解释或表述传统针灸或经络实质的都属于现代针灸医学的范畴；广义地说，凡在现代医学的认知基础上创造与发展起来的新针疗法（外治法）也都属于现代针灸医学的范畴。

此外，现代针灸的主要功效也已经有相当明确的认识，大致可以分为以下几大类。

(1) 镇痛、抗炎作用。针灸的镇痛效应，除与提高内源性吗啡样物质或其它镇痛物质水平相关之外，还与其能够刺激身体局部释放抗炎因子有关。临床上，除急性损伤或手术引起的疼痛外，对于慢性炎症或神经压迫所致的疼痛，针灸都有十分明显的镇痛效果。

(2) 康复作用。不论是由周围神经损伤引起的局部瘫痪，还是中枢性原因导致的运动功能丧失，针灸都有相当程度的康复功效。如周围性面神经麻痹、中风引起的偏瘫等，且越早干预越利于康复。

(3) 双向调节作用。这是一种良性、双向的调节，其影响主要决定于针灸刺激前的机体功能状态。若原有功能状态处于亢进时，针灸可以抑制它；当原有功能状态低下时，针灸又可能兴奋它。例如，针

刺内关穴，既可以治疗心动过速，也可治疗心动过缓。

总之，在系统论催生下正在崛起的系统医学，为现代针灸的研究与实践灌注了新的活力。目前发展“现代医学针灸”的条件已经成熟，因为我们不仅有先进理论的指导，科研硬件也都达到了国际先进水平。最重要的，一支支高素质的针灸科研团队正在形成，20多年来，国内的中医药大学培养出了一大批具有现代医学科研素质的中医药博士、硕士，他们大多具有创新精神，有强烈的欲望与能力在发掘传统中医药宝库的基础上去传承与发展中医药，包括现代针灸医学。

金观源

缓解旅途疲劳 按按翳风穴



翳风穴

走亲访友、出门在外，难免舟车劳顿，人在疲劳状态下，特别容易晕车晕船。感到疲劳困倦或恶心欲呕时，按按耳垂后的翳风穴，或用风油精涂擦此穴，均可很快缓解不适症状。

翳风穴位于耳垂后方耳后高骨和下颌角之间的凹陷处，把耳垂向后按，耳垂遮盖的部位就是翳风穴。翳风穴属手少阳三焦经，刺激该穴可调理上、中、下三焦之气，有醒神开窍、祛风散寒、活血通络的功效，非常适合人在旅途时困倦劳累、舟车晕吐的自我治疗。

感到不适时，可以拇指或食指用力按压该穴，或以缓和的力度作旋转动作，以感到喉咙发紧、唾液分泌增多为宜，每次1-3分钟。若自行按压不便或头晕欲呕严重者，也可在该穴涂擦风油精，可获得同样的效果。

此外，按压翳风穴除可缓解疲劳、晕车晕船外，还可有效预防和治疗“风邪”引起的外感、面瘫、头痛、耳鸣、呃逆、耳聋、口眼歪斜等症。

李令

穴位埋线 治妇科病

痛经、月经不调、多囊卵巢综合征、更年期综合征等疾病严重影响女性的健康，随着内分泌学的发展以及脏腑经络本质研究的深入，越来越多的研究证实，中医微创穴位埋线作为一种简便、微创、高效的新疗法，能通过调节下丘脑-垂体-卵巢轴功能来治疗这些女性相关疾病，让女人摆脱这些疾病的困扰。

月经不调

治疗原则：调肝、健脾、益肾

选穴：肝俞、脾俞、肾俞、中脘、关元、气海、三阴交、子宫穴。

方法：根据病情和辨证，每次选择5-10个穴位，一般双侧取穴，依据经络循行和迎随补泻植入线体。需要提醒的是，肾俞穴应提捏进针斜向脊柱植入线体，而腹部子宫穴容易出现皮下瘀血，埋线后应延长压迫时间。15天1次，5次为1个疗程。

多囊卵巢综合征

治疗原则：补肾、健脾、疏肝、调理冲任

选穴：以任脉、督脉以及膀胱经、肾、脾(胃)、肝(胆)等经络上的穴位作为主穴，如膀胱经的肾俞、肝俞、脾俞、膈俞、气海俞、次髎等穴；脾

(胃)经的三阴交、血海、地机、足三里、丰隆、归来、水道等穴；肾经的大赫、四满、太溪等穴；肝(胆)经的太冲、期门、带脉等穴；任脉的关元、中极、气海、阴交、曲胃等穴；督脉的百会、大椎等穴；以及子宫穴、合谷、内关等。

方法：每次取8-10个穴位进行微创埋线，配合针刺、艾灸、中药等方法治疗，通过补肾精、调冲任、养胞宫，调整机体阴阳气血平衡，使肾-冲任-胞宫轴功能正常运行，从而恢复正常排卵。

痛经

治疗原则：行气活血、温通经络

选穴：关元、中极、肾俞、三阴交、血海穴。

方法：痛经发作时，可用针刺操作，宜用泻法，并适当延长留针时间，可留针30-60

长沙市中医医院
(长沙市第八医院)

星沙本部:0731-85259000
南门口南院:0731-85123831
火车站东院:0731-82637257
网址: http://www.csszyy.com/

千家药方

治带状疱疹验方

鲜马齿苋捣烂外敷于患处，每日2-3次，一般敷药次日疼痛即可减轻，渗出减少，连续使用3日即可结痂痊愈。

治带状疱疹后遗神经痛方

柴胡15克、白术、生苡仁、防风、防己、桑枝、当归、生地、金银花、连翘、车前子各10克，甘草5克，水煎服，每日1剂。一般服药5天见效，需连服15-30天。

治脓疱疮验方

先将患处用温开水洗净擦干，挑破水疱，再将云南白药粉涂撒于患处。轻者每日换药1次，重者可早晚各换药1次，一般用药2-3天可获痊愈。

江西省彭泽县中医院
刘国应 献方

友情提示

本版文章所列方药请在医师指导下使用。

分钟，一旦获效，可在主要穴位上进行埋线。穴位埋线可延长对穴位的刺激时间，以加强疏通经络、调和气血、温经止痛的作用。月经来潮前1周开始治疗，效果最好。

更年期综合征

治疗原则：补肾培元、益气和血、宁心安神

选穴：三阴交、肾俞、血海、关元。兼心神不安者加内关；兼肝气不舒者加太冲；兼肾虚肢肿者加太溪。

方法：在这些穴位埋入胶原蛋白线，可疏通经络，平衡阴阳，以补虚泻实，调和气血，调整脏腑功能，且注线所用针具较毫针粗大，可增强穴位刺激，最终达到愈病疗疾的目的。

长沙市中医医院
(长沙市第八医院)
东院针灸理疗康复科主任
副主任医师 高智颖