



# 中医适宜技术

淮 安 市 中 医 院

针 灸 科

刘 永 涛

# 案例一



卢，女，26岁。在美国读书，回国探亲。受凉后发热，头痛，无汗，精神倦怠，电子口表测得 $39.4^{\circ}\text{C}$ 。中医诊断：风寒袭表。予针刺，取穴：风池，曲池，外关，合谷，足三里，均为双侧。得气留针半小时。中药：生石膏（先煎）25g，知母10g，生地10g，山栀子10g，柴胡10g，荆芥10g，板蓝根10g，防风10g，桔梗10g，生甘草5g。二剂。次日，体温 $38.4^{\circ}\text{C}$ ，再予前方针刺一次，中药服用而愈。



# 一、概念

- “安全有效、成本低廉、简便易学”的中医药技术，又称“中医药适宜技术”。也称为“中医传统疗法”，“中医保健技能”，“中医特色疗法”或称为“中医民间疗法”，是中医学的重要组成部分，其内容丰富、范围广泛、历史悠久，经过历代医家的不懈努力和探索，取得了巨大的成就。

## 二、特点

- 简、
- 便、
- 效、
- 廉。



# 三、疗法分类



## 一、针法类

含有：体针疗法、放血疗法、头针疗法、耳针疗法、足针疗法、腕踝针疗法、梅花针疗法、火针疗法、电针疗法、穴位注射疗法、针刀疗法等。



## 三、疗法分类

- 二、灸法类：“灸”是指艾灸。用艾绒或其他药物点燃后直接或间或在体表穴位上熏蒸、温熨，借灸火的热力以及药物的作用，通过经络的传导，以起到温通气血，疏通经络、调和阴阳、扶正驱邪、行气活血、驱寒逐湿、消肿散结等作用，达到防病治病的一种治法。



### 三、疗法分类

- 艾灸不但可以治疗疾病，而且也能够预防疾病，延年益寿。“人于无病时常灸足三里、三阴交、关元、气海、命门、中脘、神阙等穴，亦可保百余年寿也”。艾灸神厥穴可使人延年健康。



## 三、疗法分类

- 三、按摩疗法，属于“手法类”，其中包括头部按摩、足底按摩、踩跷疗法、整脊疗法、捏脊疗法、拨筋疗法、护肾疗法、小儿推拿疗法、点穴疗法等。

如：按摩“涌泉穴”能够起到养生保健，益寿延年的功效。





## 三、疗法分类

- 四、中医外治疗法：包括刮痧疗法、灌肠疗法、火罐疗法、药摩疗法、天灸疗法、盐熨疗法、熏洗疗法、药浴疗法、香薰疗法、火熨疗法、芳香疗法、外敷疗法、膏药疗法、中药蜡疗、敷脐疗法、蜂针疗法等。

# 三、疗法分类



- 五、中医内服法；还包括方药应用（老中医验案、民间土、单验方应用、古方今用、中成药应用、临床自拟方应用）等。以及中药雾化吸入疗法、中药茶饮法、中药药酒疗法、传统背脊疗法、饮食药膳、养生保健、中医护理、膏方疗法以及冬病夏治等



## 四、理论基础

- 中医适宜技术有较深的理论基础，它以中医脏腑学说、经络学说、中医体质辨识理论等理论基础。
- 一、脏腑学说；脏腑，也称为“藏象”。藏是指藏于内的五脏六腑等；象是指征象或形象，这里是指脏腑的生理、病理所表现于外的征象。

## 四、理论基础



- 二、经络学说；经络是人体运行气血，沟通内外，贯穿上下的通路。经络纵横交错，遍布于全身，将人体的五脏六腑、四肢百骸、五官九窍、筋脉肌肤联系成了一个有机的整体。

## 四、理论基础



- 三、中医体质辨识理论：中医对体质的论述始《黄帝内经》，2009年国家组织有关专家开始从事中医体质学说的理论、基础与临床研究，确定了平和质、气虚质、阳虚质、阴虚质、痰湿质、湿热质、瘀血质、气郁质、特禀质等9种基本类型，不同体质类型在形体特征、生理特征、心理特征、病理反应状态、发病倾向等方面各有特点。

。

# 中医适宜技术治疗常见病介绍



- (一) 感冒头痛
- 毫针刺：太阳、风池、合谷、列缺
- 按摩：太阳、风池及疼痛部位
- 刮痧：前额、太阳穴、背部脊柱两侧，可配刮肘窝、腘窝。

## (二) 偏头痛



- 毫针刺：太阳、风池、率谷、头维、外关
- 按摩：太阳、风池及疼痛部位

## (三) 落枕



- 毫针刺：天柱、大椎、后溪、落枕穴
- 按摩：疼痛部位
- 拔罐：疼痛部位
- 刮痧：疼痛部位



## （四）急性胃痛



- 毫针刺：中脘、足三里、梁丘
- 艾灸：中脘、足三里、神阙；隔姜灸适用于寒性胃痛
- 刮痧：背部：脾俞、胃俞；腹部：中脘、天枢；上肢部：内关、手三里；下肢部：足三里



- 拔罐：脐周、背俞穴

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/815020342112011310>