

針灸療法的一般操作技術

焦 國 瑞

針灸療法是我們偉大祖國寶貴醫學遺產的重要內容之一，由於共產黨和毛主席對祖國的文化與科學遺產的關懷，在人民政府的重視和有計劃的推廣之後，針灸療法已在全國範圍內推廣和應用了，並在我國人民的衛生保健事業上發揮了一定作用。

針灸療法被廣泛的推廣和應用之後，就迫切地須要我們醫務人員把長期的散在民間的針灸治療經驗系統的蒐集起來，並加以整理和提高；與此同時，也同樣的需要把我們廣大醫務人員中間的在應用針灸治療工作中的經驗和體會（即使是點滴的也是有幫助的）加以交流，以期互相有所提高。這樣，將是有助於針灸療法的推廣的，從而，對人民的健康也將有所裨益。

本文的介紹，除了希望它能在這些方面起到些許的作用之外，還熱望讀者對本文內容的欠妥處加以指正和批評。

第一、刺針前的準備和操作流程

內容重點：

甲、刺針前的準備

乙、刺針前的操作流程

- 1 對初針患者作必要的解釋
- 2 檢 針
- 3 選出適當長度的針
- 4 指導患者採取適當體位
- 5 定 穴
- 6 刺針部位的消毒

甲 刺針前的準備

這裏所說的『刺針前的準備』，是指在刺針時所需用的各種用具和物品的一部份，因此，這裏提到的沒有這些用具和物品都包括治療室裏較大的設備（如治療床、治療椅等）和一些檢查的器械（如聽診器、血壓表、體溫表等）等。

1. 根據治療室的大小和工作人員的多少，要預備若干個消毒盤、消毒瓶（泡針或裝棉球）、平皿（裝針和棉球的）、大小鑷子、洗手盆、手刷、藥皂；艾絨捲、剪刀（剪艾火用的）、艾罐（裝艾灰的）、火柴。

2 要依據治療能力的大小（能治多少患者）準備一定數量的『醫針』，並須在開始治療前10—15分鐘左右，把針浸入泡針的酒精瓶內，以期能得到充分消毒的時間。（如果針質好時也可做

煮沸消毒）

3. 要準備一定數量的酒精、碘酒和棉球，並須將酒精棉球和碘酒棉球事先泡好；如果在酒精和碘酒不方便的地方，只用火酒消毒也可以。總之，應該進行嚴密的消毒。

乙 刺針前的操作流程

這裏將刺針前的操作流程，儘可能的結合實際操作的前後次序，按如下幾點分別記述。

1. 對初針患者作必要的解釋：對於沒有用過針灸治療的患者，因其對針灸不了解，常常產生恐懼，如果對這樣患者不進行必要的解釋，當進針以後產生反應時，則必將加深患者對針灸的恐懼心理，而容易發生暈針。

那麼，應如何對患者進行解釋工作呢？我認為必要的解釋應包括：要告訴患者進針時不很痛，如避開痛點即可不痛；進針以後如果產生痠（酸）、麻、脹、冷、熱或觸電樣等的感覺時，不要害怕，那是扎針時的反應；產生了感覺以後還要問好受（舒服）或是不好受（以便改變感覺）；感覺的大小（程度）如何？是重度的？中等度的？輕微的？如麻的很利害或只是輕微的麻，麻的難過或是舒服；感覺產生的範圍如何？如麻到什麼地方或脹到什麼地方；如果在臥針時感覺有了變化或不舒時，不要害怕也不要亂動，應該告訴醫生，看是否須要改變其感覺等。所有這些都是屬於必要的解釋範圍，因為只有這樣才能得到患者的配合，進行很好的治療。

2. 檢針：所謂『檢針』就是指在刺針以前，檢查『針體』是否有損傷的意思，這是在刺針前的一項很重要事情。檢針可以分為兩種場合，即刺針前和起針以後。檢針是一件經常的工

作。

刺針前的『檢針』，就是在沒有進針以前，首先要拿起針檢查一下針體是否有損傷，如果有就不能使用，以免刺入後發生折針。如果是針體不直（有小的彎曲）就應該把針體修直以後再進針。起針後的檢針，是當每次把針起出之後，都必須把針檢查一下，看針體是否受了損傷（氧化或彎曲等），如對於損傷不大的（無折針危險的），應即時加以修理，對已不堪使用者，即應另行放置，不要混在一起。

『檢針』最好是在起針之後即時加以檢查，以免在刺針前耗費修針的時間。

3. 選出適當長度的針：當決定了要針刺的穴位以後，就根據欲刺深度的需要選出適當長度的針。一般情況除刺入的部份以外，針體應露出皮膚外面3—5分長，這是防備在針根處折針時不易起出的緣故。選出的針過長過短都不相宜，因為過短時不易達到針治的目的；過長時，則針體露在外面太多，不但操作困難，而且由於針體容易搖動，常給患者增加不必要的疼痛。有的時候，會見到以二寸針刺「印堂」穴，以五分針刺「中脘」穴的情形，顯而易見，以這樣長度的針來刺這兩個部位是很不合適的。

另外，在針刺兩個相同的穴位時（如兩側足三里），應使用同樣長的針，因為這樣容易掌握刺針的深度。（譬如用三寸的就都應使三寸的，不應該用一個三寸的一個二寸的）

4. 指導患者採取適當的體位：指導患者採取合適於刺針的體位是很必要的，這主要是爲了：（1）便於測定穴位和固定體位；（2）減少患者在刺針過程中的疲勞；（3）易於防止暈針。此外，還應注意施術者自己的體位，這乃是爲了方便於正確的刺針和減少施術者的疲勞。

5. 定穴：按定穴法先定好欲行針刺的部位，一般的在「穴」的深部如果是淺在神經幹通過之處，在「穴」的部位上用手指押壓時（不需太重）能產生痠麻的感覺，如在合谷、小海、手三里、頰車、天容等穴用手指押壓，都能產明顯的感覺，並放散的較遠。因此可幫助在測定某些穴位時的準確性。將穴定好後，可用指甲輕輕壓一「十」字，做爲記號（定穴熟練後可以不用此法）以便進行消毒。

6. 刺針部位的消毒：這是在進針前的操作程序的後一個步驟。把刺針的部位（穴）消毒之後，即可進針。

第二、進針的方法

內容重點：

甲、避免或減輕刺針時的疼痛。

乙、持針方法。

（1）握食指持針法。

（2）握中指持針法。

（3）食指押手持針法。

（4）扶手持針法。

丙、進針方法。

1 捻進法：（1）用押手捻進法，

（2）不用押手捻進法。

2 刺入捻進法。

3 速刺法。

進針法是在刺針操作技術上一個重要的操作程序，如果在進針技術上不加注意，就會時常給患者帶來一些不應有的（可以避免的）痛苦。譬如，由於刺針過猛，引起難忍的刺痛，或產生突然的強烈感覺而造成暈針等等。不但如此、如果不注意進針方法，即使勉強將針刺入，而在進針以後也常給『進針後的操作』上造成很大的被動。譬如，在進針時如果不能很好的躲開『痛點』，不但在進針時患者感到疼痛，即使勉強的將針刺入之後，當找感覺時也往往在刺針處繼續產生疼痛，妨得到適當的感覺。因此，對於進針的操作，不但初學者要下工夫加以練習，即使是有經驗的針灸醫生也應更深入的體會，以提高和精練進針的技術。

在介紹進針法以前，先講一下如何做到避免或減輕刺針的疼痛問題。

甲 避免或減輕刺針時的疼痛

在爲患者扎針以前，最大的顧慮是『扎針怕痛』。因此，在扎針之前患者就問扎針痛不痛的問題。扎針到底痛不痛呢？我們說，在決大部份的情形下扎針是可以做到不痛的（在我的體驗中還不能說在所有的患者身上刺針都能做到完全的不痛，當然是可以設法減輕的），我們知道，扎針時產生的疼痛，本來是皮膚的一種感覺（即痛覺、此外皮膚的感覺還有冷覺、熱覺和觸覺等），也就是痛覺。接受痛覺的部份，就是平常所說的分佈在皮膚上的『痛點』，這種『痛點』在皮膚上分佈的是很密的（所以皮膚的任何部份受到損傷時均能感到疼痛），它也沒有特殊的構造，這種傳導痛覺的神經末梢是直接分佈在表皮的各層上皮細胞上的；因此，只要有一種刺激碰到了『痛點』就會產生疼痛。

那麼，怎樣才能做到扎針不痛呢？按上面所講的、扎針之所以產生疼痛，是因為在進針時針尖觸到了『痛點』的原因，所以、要想扎針避免產生疼痛，就必須設法躲開『痛點』進針——也就是在痛點之間的空隙處進針。

怎樣才能躲開『痛點』呢？

其法，是在進針時先以針尖探觸刺激局部的皮膚（即試探針尖所觸到的部位是否為痛點），其針尖對皮膚所施以的壓力（即施以壓力的強度），既不宜過重也不宜太輕。因為，如果押力過重，則被探觸的局部雖係『痛點』，但由於用力過重，則針尖已刺進皮膚，實際上已等於進針了；這時，如再行將針退出，反而給患者增加了痛苦。如果在探知痛點時施力太輕，則其針尖所探觸之處雖係『痛點』也不能觸知，如果在這種情形下即以爲所探觸之局部不是痛點而將針捻進，就常常是當針尖刺進皮膚後，患者就感到疼痛。

那麼，如何才能治好的觸知『痛點』呢？

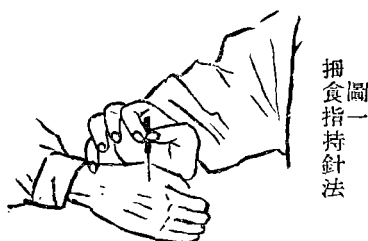
這就是要掌握針尖探觸皮膚時所施予的壓力要在『當觸到痛點時即能感到疼痛而針尖並未刺進皮膚裏面的程度』。這樣，當把針尖觸到患者的皮膚時（施以適當的壓力），就問患者痛不痛？如不痛，即可進針，如果患者說痛，就將針尖稍躲開一些（躲開一個針尖的部位或相當於不超過一個小米粒大小的部位即可），不須一下躲開太遠。

用此法躲開痛點，如果是患者皮膚上分佈的痛點並不太密，也不過於敏感，就容易躲開痛點，往往探觸一兩個點就可以遇到不痛之處，在此處進針就不致產生疼痛。須要說明，無痛進針並不是對所有的患者都能做到的（決大部份都能做到），這乃是因為有的人的皮膚分佈着的『痛點』較密，甚至有的是連針尖大小的空隙都不好躲開；也有因為皮膚對痛覺過於敏感而不易做到無痛進針的（對這種情形我們也能設法減輕疼痛）。遇此種情形，對前者（痛點密的）應耐心的躲痛點，可以在一粒高糧米大的局部探觸（躲開）三五個點，當然也不須躲的太多，以致使患者感到不耐煩的程度；對於後者（對痛覺過敏的）可採取『刺入捻進法』。

乙 持針方法

「持針法」是進針時拿針的方法，下面介紹的四種持針法中，其中第三、四兩種是在指導學員實習中經驗出來的，因而對初學針灸的醫務人員也較為適用。

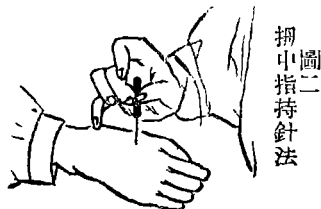
（1）**擗食指持針法：**此法是以擗指和食指持針（持針柄部）捻進的方法（如圖1）。初學者用此法捻針常常把手指由針柄滑到針體。



圖一
擗食指持針法

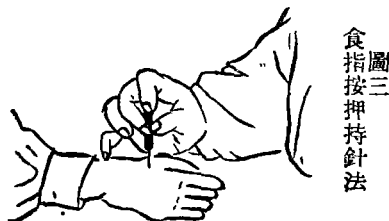
（2）**擗中指持針法：**此法是以擗指和中指持針捻進的方法（如圖2）。

。初學者用此法也有上的不便。



圖二
擗中指持針法

（3）**食指按押持針法：**此法是以擗、中指持針柄，用食指的遠端（食指肚）輕押在針柄的上端；在以食指施以適度的押力同時用擗、中指捻轉進針的方法（如圖3）。此法對初學者具有防止把手指滑到針體的優點。



圖三
食指按押持針法

（4）**扶手持針法：**此法是以左手的擗、食指用消毒的乾棉球輕輕扶（挾）住針體的中部，以防止針體彎曲幫初進針的方法（如圖4）。因為初學者用長針時（如刺環跳穴）甚易彎曲，往往化用很長時間，亦不能將捻刺到一定深度，又加之現在使用的針很細，故雖有一定之刺針技術也往往進針較慢（如是用細針使用捻進法時）。所以用長針時，此法具有一定的優點。用扶手持針時要

嚴加注意不能污染針體，同時，用三寸以下的針也不應使用此法。



圖四
扶手持針法

丙 進針方法

常用進針法有以下三種，即：捻進法、刺入捻進法和速刺法。

進針法 { 1. 捻進法 { 用押手捻進法
不用押手捻進法
2. 刺入捻進法 (用押手)
3. 速刺法 (用押手)

1. 捻進法

『捻進法』是進針的一種主要方法，此法是捻轉進針，即邊捻邊進；捻轉的角度可在 90° — 180° 之間適當掌握。捻進法除了須要速刺的場合外，在各部穴位都宜使用，特別是頭面部、胸部以及手脚等處的穴位，用捻進法更為合適。此法進針速度較慢，但也不是很慢，針刺一般的穴位（如曲池、足三里等）時，如已有一般的技術水平，進針手法比較熟練時，有一、二分鐘的時間即可刺達一定的深度。但初學者進一根針往往要用 5—10 分鐘的時間，有時或比這長些，故初學者要多下工夫。

捻進法的優點是：

①進針時容易躲開痛點，免得病人疼痛或使其減輕疼痛；

②由於是緩緩捻進，就易於避免刺破較大的血管和肌腱等；

③因為是邊捻邊進，就易有探找神經、容易產生所需要的刺針時的特殊感覺；

④由於是緩緩捻進，所以給予神經的刺激是由輕到重，由小到大，由弱到強，這樣，就易於避免產生突然的強烈的使患者針到難以忍受的感覺，防止病人的精神緊張。

捻進法按其施用押手與否，又可分為：

(1) 用押手捻進法：先講一下什麼是『押手』？所謂『押手』就是以持針的另一隻手（左手）的食指和中指按壓刺針局部的皮膚，以幫助進針的方法。用『押手』幫助進針的方法就叫『用押手進針法』。（如圖 5）



此法多半便於①給小兒刺針；②皮膚鬆弛的部位（如老年人的腹部等處）；和③肌肉痠痛的部位（除這幾種情形不使用“押手進針法”）。

做為押手用的中指和食指之間應離開一些（兩橫指左右），不要把兩個手指緊靠在一起夾住針體捻針，因為這樣容易污染針體；如果為了便於進針而採用此法（兩手指夾住針尖部）時，則接觸針尖部的手指必須墊以消毒的乾棉球（如圖 6），以免污染針體。



(2) 不用押手捻進法：此法在進針時不用『押手』按壓皮膚，直接用捻針法（邊捻邊進）將針捻進。這是捻進法中最主要的最普遍使用的方法。

2. 刺入捻進法

(1) 刺入捻進法的應用：因為此法在刺穿皮膚階段進針很快，故可應用於下列情形。此法也是一種很主要的刺針方法。

①對有些神經過敏的患者，

②對皮膚痛點分佈較密，不易躲開痛點進針的場合；

③為了提高進針速度（因為此法穿透皮膚很快，但如果是為了提高進針速度普遍應用此法時亦應躲開痛點進針）。

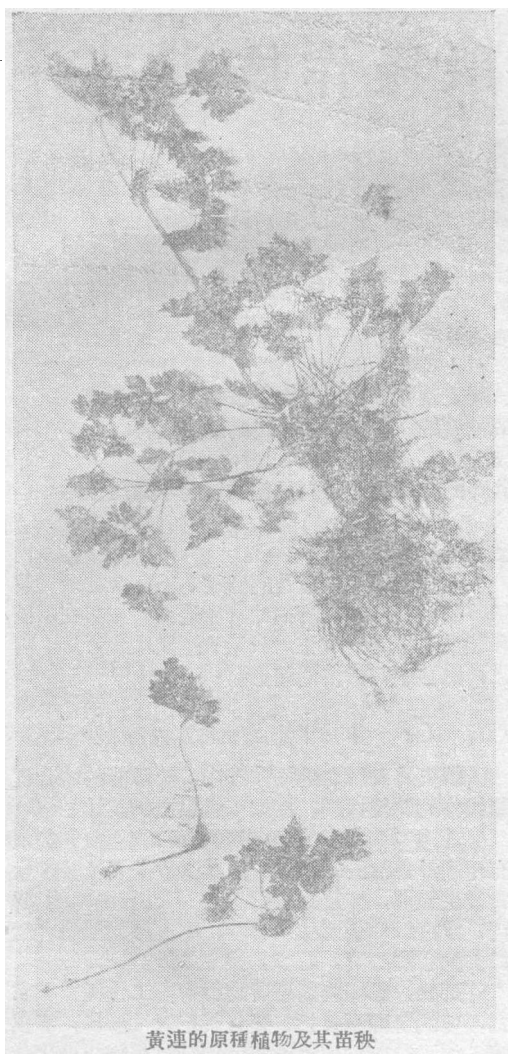
(2) 刺入捻進的方法：此法在進針的階段上，可分為兩個步驟：即開始進針為『刺入』階段，其後，在針尖穿透皮膚後即改為『捻進』方法進針。也就是刺入捻進法是分為『刺入』和『捻進』的兩個步驟來完成的。

『刺入』的方法先以右手、食指用消毒乾棉球擰緊針體的前端部，再用左手食指和中指作押手，迅速將針刺入一分深左右，然後將棉球去掉，即可將針捻進。在刺入時須要注意，針尖露出部份不易太長，以免刺入深度不易掌握（免得把針刺入過深）；同時，如果針尖露出太長時，容易彎針在不易刺入。針尖露出的長度一般以二分至左右較為合適，因為這樣只能將針刺入一分多深，也不易發生彎針。

3. 速刺法（又叫刺針法或速進針）

此法在實際應用上也是一種不可缺少的刺針方法，只是它的使用範圍不像前兩者那樣廣泛。

(1) 速刺法的應用：此法主要是用『圓利（以下接21頁）』



黃連的原種植物及其苗秧

物蔭蔽地方，泥土需肥沃的腐植土。發芽後須搭設棚蓬以保護幼苗。黃連的幼苗最忌日光，因之搭蓬的高度應視苗之高低取其適當並即時進行拔草和施肥。在蓬的四週再加圍木柵以防野獸。經三年後可進行移植。

(二) 定植：苗長到第三年期間後，在農曆六至七月間將苗秧挖出定植，一般方法與第一節所述相同。

■ 收穫和調製：

黃連生長到四至七年後可供藥用，約農即視需要將其挖取。收穫期普通在秋末農曆九月間。先將連地中的野草拔除乾淨。再用鋤頭將黃連挖起除去附着泥土後，運回室內，風乾一至二日後，即可上坑焙烘，焙烘時須勤加翻動盡量除去水份，至葉焦其根用手折當即脆斷為止。再將乾燥黃連

入槽反覆磨擦除淨鬚根，用篩分別細根，再日晒使完全乾燥。然後放置於木箱中，貯藏於乾燥地方以免受潮，每畝田可收穫100—120斤。

■ 商品上的規格：

(一) 雅連：市上認為最好的一種，產於峨嵋，洪雅，高廟，龍池及雅安等地。產量亦多，普通都係栽培黃連，期限在四至五年以上者。

(二) 味連：市上認較雅連為次，大都產川東之石柱，黃水壩，橋頭壩，萬縣，竹溪，大寧，鹽江，恩施，巫山，城口，開縣等地，在長江以北，稱北岸連，在長江以南稱南岸連。一般都認為北岸連較南岸連為佳。亦係人工栽培。

(三) 雲連：產量不多，以產雲南之利江，維西，寶山，大理，宜良等地，有栽培與野生二種。

(四) 野連：是野生黃連，無一定產量，和年限。大都分佈在四川，貴州，雲南，西康等邊界大山中。質品一般認為尚可供藥用。

(五) 其他：還有由栽培時間長短的不同又分有——小毛連（又名鳳尾連），鷄肢連，大毛連，等種類。都是雅連的品種。

附註：

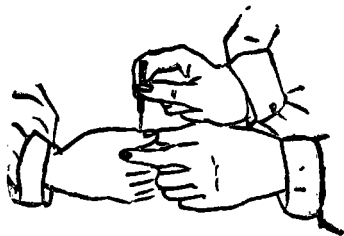
(2) 本文係中央衛生研究院藥物學系生藥學室年月調查報告。

(1) 插圖劉國聲氏採自四川峨眉山年月。

(以上接25頁)

針』(或硬度較強的五分毫針)對淺表神經的刺針法，多半應用在對小兒的刺針或成人與小兒的急救場合時應用之。例如對虛脫、休克、人事不省、癲癇與躁病的發作期或小兒的搖搦與夜驚症等，在此場合多半是針刺人中、少商、合谷、大敦、十宣等最為敏感的部位。

(2) 速刺的方法：此法是以拇、食指攝緊針柄(如針體較軟可攝針體的前端部)，迅速刺入1—2分深，經幾次短時間的捻轉或搗針即可起針(不須多臥針)。(如圖7)



此法在刺針時也須使用『押手』。