

促使针刺得气的一些方法及体会

陕西中医学院针灸教研室 殷克敬 焦新民

针刺得气的重要意义,早为历代医家所重视。《灵枢·九针十二原》说:“刺之而气不至,无问其数”。《灵枢·终始》又说:“凡刺之道,气调而止”。就是说,如气不至即可手不离针,进行捻转提插,不徐不疾的“无问其数”,以达到“气调而止”。历代医家还有许多促使针刺得气的方法,如候气、催气等。这些都只强调了针刺手法对得气的作用。我们认为,除此以外,对熟练地循经取穴,掌握针刺方向、角度以及病人机体强弱亦不应忽视。现分述如下:

一、以捻转为主达到针刺得气

针刺捻转手法,是最基本的单式手法之一。它早见于《灵枢·官针》:“恢刺者,直刺傍之,举之前后,……”。恢者,宽畅、捻转扩大之意。其特点是刺激较强,易于引起机体反应而得气。《金针赋》指出:“气不至者,……以针摇动,进捻搓弹,直待气至”。我们临床体会,以捻转为主的手法,可以带动穴位一定面积的反应,且不易刺伤穴位下的组织。在针刺方向、角度不适当时,可辅助相应的提插方法加以调整,如果进行手不离针的捻转“无问其数”而仍不得气,即可采取留针候气,这也是古人常用之法。我们临床曾遇一翁,因少阳经气被寒湿所阻而致痹症,取环跳、阳陵泉、昆仑穴,施以捻转提插之法,但仍不得气,即予留针候气,每5分钟运针一次,10分钟后患者感环跳部有痠胀感,并相继于阳陵泉、昆仑穴上均有气至现象。因而在运用捻转手法为主促使得气的同时,还可根据不同情况,予以候气以达目的。

二、因病情及机体机能状态而异

一般情况,凡实证机体正气旺盛,针刺易于激发经气而得气,调节作用也明显;凡虚证机体正气不足,经气不易激发,针刺得气缓

慢,甚至不易得气,调节作用亦较差或不明显。因而,针刺时一定要根据病情、体质等采用不同手法,以促使得气,才能取得更好的疗效。我们体会到在针刺时必须尽快激发经气,使机体有一定的反应,这种反应以患者的耐受力为度,如果只强调是虚证、体弱患者,稍有微弱感即出针,这样只能推迟疾病的恢复时间。

对机体机能非常低下的虚弱久病患者,在针刺不易得气的情况下,我们除用候气、催气方法外,还采用灸法以促使“经气来复”。如曾治一妇,病后小便失禁,初针关元、气海等穴,针感甚微,我们则先用艾条悬灸其穴20分钟,再针即易得气,以后每遇类似患者均先用灸法或先施灸一个疗程后再行针刺,收效甚佳。

三、因选用穴位而异

人体腧穴不是孤立的、散乱的、表浅的点,而是相互联系,有一定系统性、规律性。不同腧穴对人体机能的影响都有明显的不同,如合谷、足三里、曲池、内关、三阴交等穴,只要取穴准确,刺激的深度、角度适当,稍予捻转即易得气;一些较为敏感、反应大的穴位如十二井穴、水沟、涌泉、劳宫等,则要求手法轻巧,快速刺入,或只作点刺,不一定强求有得气反应。对肌肉较为丰满处的穴位,采用捻转角度大、刺激强,则即出现较好的得气反应;而对头面、手足部位的穴位就需手法轻巧、捻转角度小,否则会产生痛感,或因痛掩盖了得气效果。我们常根据这些穴位肌肉浅薄,易于引起疼痛而采用斜刺或平刺,达到肌肉层后以押手轻按压穴下针身,刺手反复捻转,以激发经气。实践证明这种方法可使病人痛苦少,易于产生得气反应。