

# 优化《经络腧穴学》教学的几点体会

王述菊\* 闫庆军\* 吴绪平\*

《经络腧穴学》是针灸学的核心内容,是针灸推拿学专业学生学好《刺法灸法学》、《针灸治疗学》等其他相关针灸专业课程的基础课,也是指导针灸临床运用的重要基础课。经络腧穴的掌握程度直接影响临床针灸治疗的运用效果。笔者从事《经络腧穴学》的教学多年,根据学生的掌握程度及学习效果,总结教学体会如下:

## 1 重视与其他中医基础课程的联系来指导教学

本课程在 2 年级进行,此时学生已系统学完《中医基础理论》、《中医诊断学》等基础课程,具备一定的中医基本理论、基本知识和分析思考能力,课堂上采用互动式教学,在经脉循行及经病候中联系中医基础或中医诊断的内容,有助于学生对各条经脉的掌握。例如在讲解足少阴肾经时,强调足少阴肾经在其循行过程中联系肾、膀胱、肝、肺、心等脏腑。生硬的讲解学生既不能理解,又难以接受。肺与肾的关系,肺为水之上源,肾为主水之脏;肺主呼吸,肾主纳气;肺属金,肾属水,金水相生,主要表现在水液代谢、呼吸运动及阴阳互资三个方面。肝与肾的关系,有“肝肾同源”或“乙癸同源”,主要表现在精血同源、藏泄互用以及阴阳互资互制方面。肾与膀胱的关系,主要表现在共主小便方面,肾为水脏,膀胱为水腑,两者为表里相合关系。根据中医基础理论的指导,内在脏腑之间的联系,是有经络沟通联络的。所以足少阴肾经经行过程中,就联络了相关的重要脏腑心、肝、肺、肾、膀胱。足少阴肾经的经病候,就会表现为内在脏腑功能失调及外在经络经气痹阻。根据中医诊断学的指导,足少阴肾经腧穴所能主治的相关脏腑病症就容易理解了。

在讲腧穴定位及命名时,注重联系中医基础理论知识来进行分析,如介绍足太阳膀胱经背腰部两条侧线上的腧穴时,学生很容易接受背俞穴的命名,根据脏腑位置的高低,有肺俞、心俞、肝俞、脾俞、肾俞等,那和这些腧穴相平的第二侧线上的腧穴命名又有什么规律呢?学生根据魄户、神堂、魂门、意舍、志室,很快联系起五脏与五神的关系,即“肺藏魄”、“心藏神”、“肝藏魂”、“脾藏意”、“肾藏志”,自然就容易掌握背部两条侧线所对应的腧穴。

在教学中注重引导学生根据所学的中医基础知识来分析理解正在学习的经络腧穴理论,既巩固加深了学生对中医理论的认识,又培养锻炼了学生的思维方式和学习方法,从而提高了学生分析问题、解决问题的能力。

## 2 运用总体规律进行推理演绎式教学

从总体规律引申开来,就可推断出具体某一个体的特点。例如在介绍手阳明大肠经《灵枢·经脉》的原文之前,运用十二经脉的三大规律,即走向规律、分布规律、交接规律来引导学生理解将要学习的这条经脉的循行特点。通过抛出问题启发学生思考,根据经络总论中学习

的规律,手阳明大肠经的循行是从手走向头面部,在手的末端接手太阴肺经之气,在头面部交给足阳明胃经,分布在上肢外侧前缘、颈部及头面部。通过十二经脉三大规律的引导,学生就很容易理解某一具体经脉的循行。

在介绍腧穴的主治时,也可运用腧穴的治疗作用特点来进行分析。例如介绍“合谷”穴的主治,可引导学生思考腧穴具有什么治疗作用特点呢?学生会回答,腧穴具有近治作用、远治作用及特殊作用。近治作用,即腧穴都能治疗其所在部位及邻近部位的病症,那么“合谷”穴就具有治疗手指麻木、手腕疼痛的作用。远治作用,即十二经脉在四肢肘、膝关节以下的腧穴,不仅能治疗局部病症,还能治疗本经循行所到达的远隔部位的病症。那么,根据手阳明大肠经沿上肢外侧前缘循行到达颈部、头面部,联系下齿、口唇、鼻,络肺,属大肠,“合谷”穴具有治疗齿痛、面痛、口喎、鼻衄、颈项疼痛,上肢疼痛的作用;还可治疗肺系疾病如感冒、咳嗽、气喘等;亦可治疗肠道病变如腹痛、便秘、泄泻等。至于“合谷”穴的特殊作用,就需重点介绍,并结合临床病例详细阐述,这样学生容易把握重点内容进行针对性地掌握,老师也不需要再在介绍腧穴的主治时主次不分面面俱到,从而更好地提高了教学效果。

## 3 运用横向对比及联想记忆进行总结归纳式教学

《经络腧穴学》的课程安排是分经脉逐一进行的,若单纯按照经脉的循行来讲解腧穴,学生会感觉单调零散,对腧穴的定位及主治很难掌握。我们在课堂讲授中,注重分部位的横向对比联系讲授。

在介绍腧穴时,若按经脉循行所过逐一单个讲授,学生会感觉枯燥无味而提不起兴趣,我们在讲授时,注重把主治作用相同的腧穴按照所在部位集体介绍。例如在讲任脉 24 个腧穴时,将其分为小腹部、上腹部、胸部、颈部、面部五个部位的腧穴分段介绍,将腧穴按所在部位分段介绍,学生既容易掌握其定位及主治作用,又容易掌握其操作方法及注意事项。

## 4 运用趣味知识竞赛提高学生主动学习能力

在每学期中间或学期将要结束时,我们会在课堂中安排一些趣味知识竞赛,既可检查学生对所学知识的掌握程度,亦可提高学生的主动学习兴趣。提前一个星期将班干部组织起来,让他们自己出题、设计、组织、主持竞赛。根据班上人数的多少将学生分成 6—8 组,竞赛活动可分为“组间接力型”,如对于十二经脉的气血循环传注次序,由主持人说出一条经脉名称后,按分组顺序各组接着说出下一条经脉名称。“你说我点型”,即每组派 2 位同学上台,按照所抽纸条上写的几个腧穴名称,在规定的时间内由一个同学描述此腧穴的特征,可以用穴名释义的方式,亦可用腧穴定位的表达方式,另一位同学正确说

出其描述的腧穴名称同时点出腧穴的位置。“智力抢答型”，即由主持人出题，各组抢着回答。“每组必答型”，即每组都有几个抽签决定的必答题目，而且必须在规定的时间内答完，答题多者获胜。竞赛活动的形式多种多样，涉及到所学《经络腧穴学》各方面的知识，学生亲自参与其中，气氛非常活跃，既提高了学生的学习兴趣，又培养了学生的组织能力、语言表达能力和主动学习能力。

#### 5 运用临床病例示教提高学生实践动手能力

对于经脉的循行及腧穴的定位，不仅要求学生说的出来，还要能在人身体表动手定位出来。为了加强对经脉循行及腧穴定位的掌握，我们既运用传统的“二看三点”法。二看：即“理论课堂结合多媒体教学，观看动态的经络循行走向图及腧穴的定位图；实验课堂观看教学录像，复习加强理论课堂所学的知识”。三点：即“师点”、“互点”、“考点”。“师点”指将学生集中在一起，由教师亲自在学生身上划出经脉循行路线及做点取穴位的示范动作。“互点”是指在“师点”之后，让学生两两结合，彼此在对方身上定取穴位。教师则巡回检查，指导并纠正学生在点取穴位过程中出现的错误。“考点”是实际定取穴位的能力测试。在学期结束时，每位学生采取抽签的方式，

抽取一份印有 10 个不同穴名的试卷，要求学生准确说出腧穴的归经、定位，然后在另一位同学身上具体定取每个穴位的位置，考点的成绩占总成绩的 30%。除此之外，在实验课堂上，我们针对性的给同学作些针灸治疗加强学生对腧穴定位及主治的认识，如有同学近期失眠，选取百会、神庭、水沟、太阳、神门、内关、足三里、三阴交针刺治疗，同时用艾条灸翳风穴，在给同学作治疗的同时，其他学生也见习了腧穴的定位方法，配穴方法及针灸操作方法，将所学的知识运用到实际的临床病例中，加深了对经络腧穴的理解认识，极大地提升了学生的学习兴趣。《经络腧穴学》是针灸推拿学专业的重要基础课程，多年教学实践表明，学生对于经络腧穴的掌握程度，直接决定着后续针灸课程的学习及临床运用。在《经络腧穴学》教学过程中，从一开始就注重对学生的思维能力、分析问题能力、总结归纳能力、推理演绎能力及与其他知识融会贯通能力的培养，将会极大提升学生的学习热情，有效提高教学质量及学习效果。

\* 湖北中医药大学针灸骨伤学院(430061)

## 耳针治疗疼痛、钝痛有特效

丁 顺 宝\*

耳针是中华民族长期与疾病作斗争所积累的实践经验，在治疗各种疼痛、钝痛上有特殊的疗效。如四肢关节痛、腰胁痛、痛风、腹痛、胃痛、胸痛、肝胆作痛，包括胆囊炎、胆结石、肾结石疼痛等。疼痛虚实分，治法有补泻，大抵痛而胀闭者多实，不胀不闭者多虚，拒按者为实，可按者为虚，饱则甚者多实，饥则甚者多虚，脉实气粗者多实，脉虚气少者多虚，新病年壮者多实，久病年衰者多虚，补而不效者多实，攻而愈剧者多虚，脉多弦大痛在表者，脉多沉微表虚而痛者阳不足也，里虚而痛者阴不足也。上虚而痛者心脾伤也，下虚而痛者肝肾败也。

耳针在治疗上是很讲究虚实辨证的，其重要的是把握其病情和选择穴位上：一是穴位定要选准，二是要把患者的病情、选穴结合起来；三是根据患者的体质和病情深浅，决定治疗方法和措施。在选准耳穴的基础上，然后准

确探穴。歧伯曰：“左盛则右痛，右盛则左痛。”医者既要考虑到疼痛的一侧，又要照顾到另一侧。耳针经实践证明双侧齐下治疗各种疼痛效果甚佳。同时，根据患者病情深浅、年龄大小、身体强弱等因素，决定其留针时间长短。一般留针时间 40min~1h。

例 1：郭某某，女，41 岁，哺乳期受风寒，致头痛头昏，痛时难以忍受，卧床不起，经厂医院治疗无效，病退在家。切其脉弦而细微，属肝肾两亏，脾胃虚寒，察其脸色苍白无光，属久病体弱。选相应耳穴：额、枕、顶、皮质下双侧 8 只针齐下，经 8~10min，其头痛头昏即止，留针 8h。在家休息 3 个月恢复上班，至今未复发。

\* 江苏省无锡市蠡湖人家 73#801(214025)

## 针灸治疗风寒痹证的临床观察

林 仲 甫\*

痹证是临床上常见病、多发病，人体受到风、寒、湿邪侵袭后，致使气血运行不畅。临床表现以筋骨、肌肉、关节等处的疼痛、酸楚、重着、麻木和关节肿大、屈伸不利为主要症状。笔者采用针灸治疗 46 例，取得了比较满意的疗效。现报道如下。

#### 1 临床资料

46 例患者均为风寒性膝关节炎。其中男性 26 例，女性 20 例；年龄 20~40 岁 22 例，41~55 以上 24 例；病程 1~5 年 32 例，4~9 年 13 例，10 年以上 1 例。以痛有定处，疼痛较甚，膝关节肿大、屈伸不利，局部发凉，遇寒疼痛加剧，舌质淡红，舌苔白，脉弦紧为主要临床表现。

#### 2 治疗方法