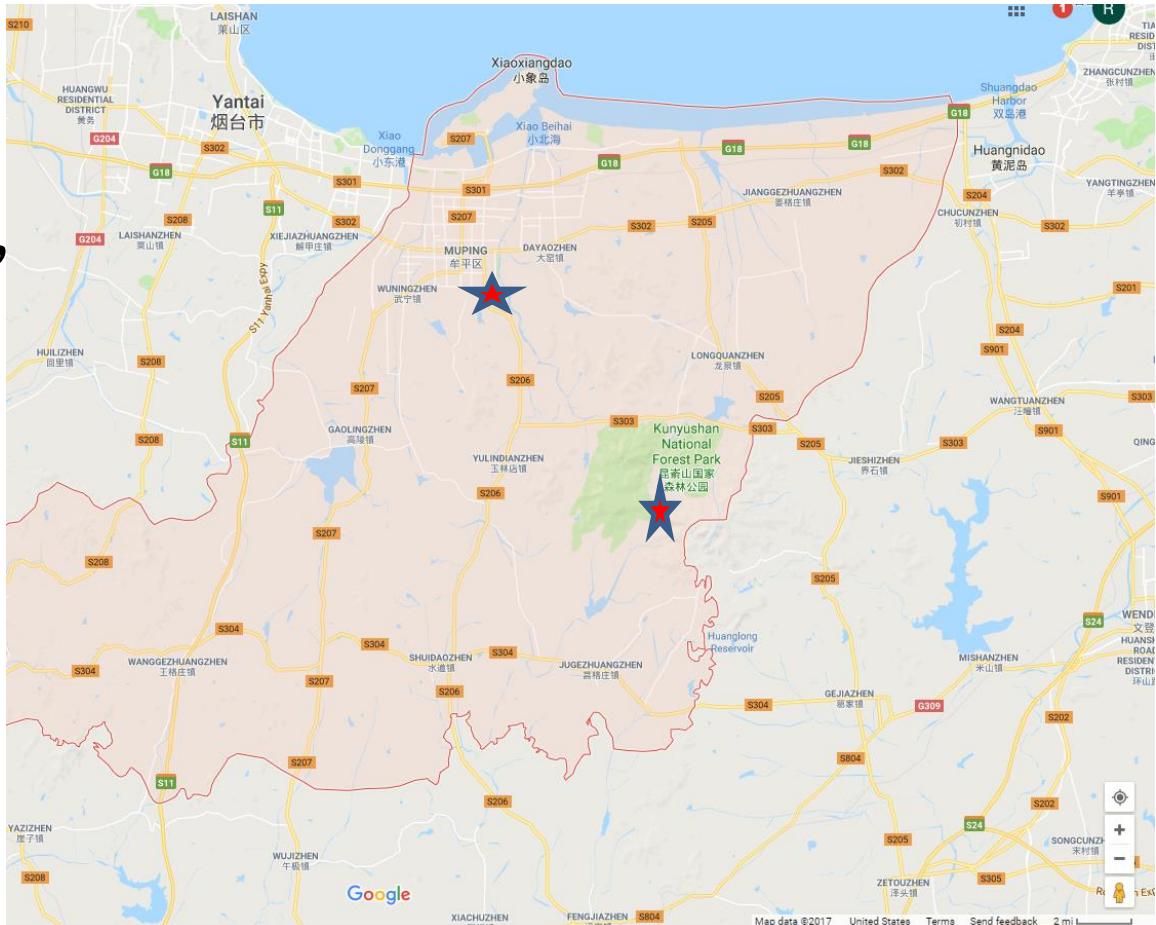


胶东的总提取穴



牟平

- 牟平区隶属于山东省烟台市，位于胶东半岛东部，因处牟山之阳而得名，北濒黄海，南临乳山市，东接威海市，西临烟台市莱山区
- 昆嵛山，烟霞洞



牟平昆嵛山

- 烟台境内最高山，历来有“仙山之祖”美誉。昆嵛山位于胶东半岛东端，横亘烟台、威海两地。方圆百里，峰峦绵延，林深谷幽，古木参天，多有清泉飞瀑，遍布文物古迹。神话传说中的海上仙山蓬莱、瀛州、方丈都是从这里衍生出来的。
- 《齐乘》云：昆嵛山“秀拔为群山之冠”，北魏史学家崔鸿在《十六国春秋》里称昆嵛山为“海上诸山之祖”，故有“海上仙山属蓬莱，蓬莱之祖是昆嵛”之说。

牟平昆嵛山



牟平昆嵛山



牟平昆嵛山

昆嵛山是道教名山，古迹遗址、名人史料、碑碣石刻等人文景观众多。道教的全真教发祥地烟霞洞，胶东第一古刹无染寺，名扬全国的岳姑殿、九龙池、龙王庙、齐王坟及无盐王后墓葬，王母娘娘洗脚盆。



牟平昆嵛山

《元史》记载，金代道士王重阳得道后，于金大定七年（1167年）来昆嵛山定身修行，并收马玉、丘处机等7门徒，号称北“七真”。在昆嵛山烟霞山谷中，讲经阐玄，开洞修炼、创立了闻名中外的“全真教”。

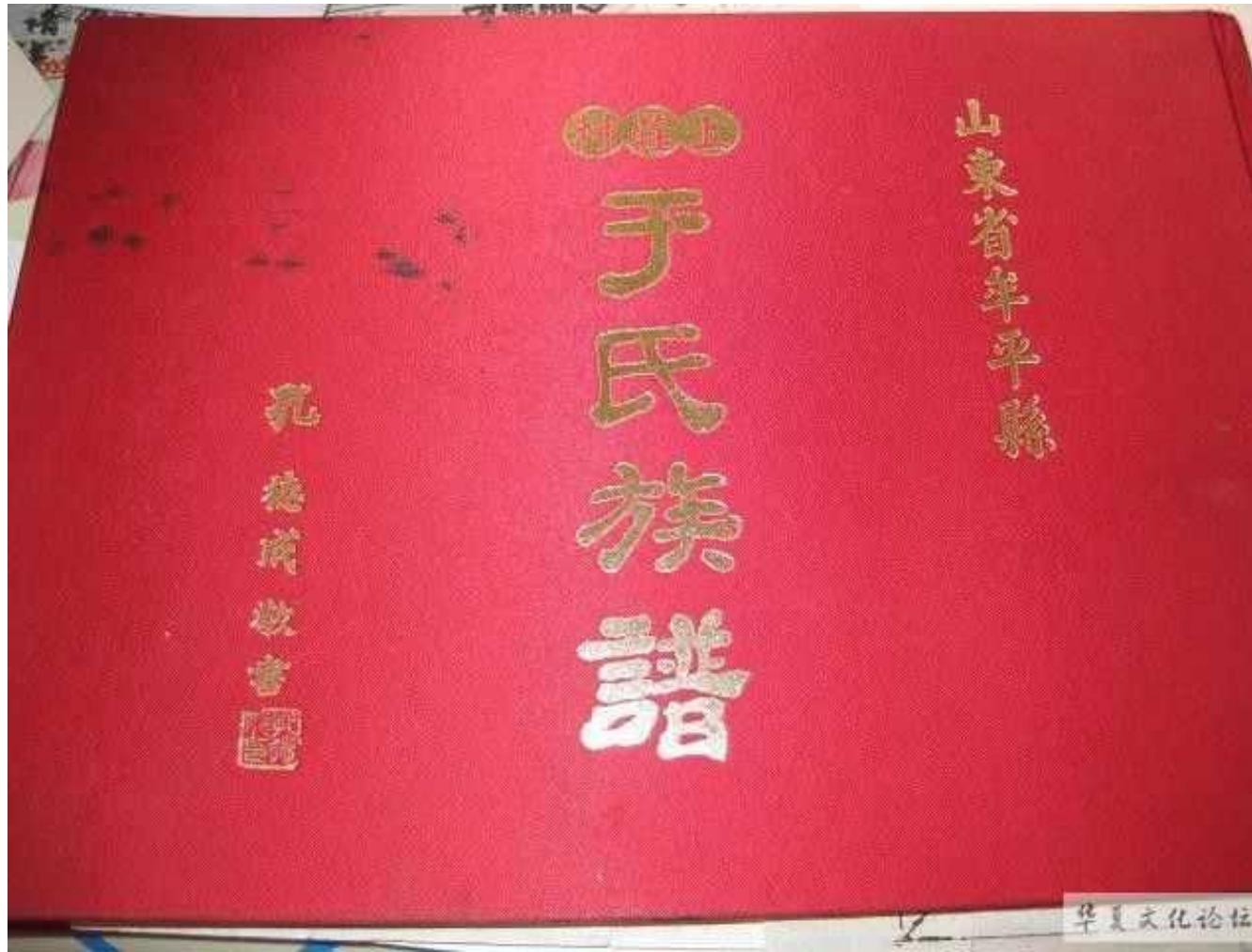
烟霞洞内有元、明朝的圣旨碑、“铜碑”、邱处机手书石刻，胶东第一古刹无染寺中唐光化四年（911年）无染院碑、清人书写的昭宗光化四年（911年）无染禅院碑等碑刻，昭绪年间重修无染禅院碑融为一体，观景现了“秀”、“古”、“奇”、“幽”的特色，更体现了昆嵛山悠久的历史、绵长的文化。



全真七子

- 全真七子为道教全真道创始人王重阳的七位嫡传弟子。
- 马钰（丹阳子）、丘处机（长春子）、谭处端（长真子）、王处一（玉阳子）、郝大通（太古子）、刘处玄（长生子）和马钰之妻孙不二（清静散人）。

于家族在明清两朝是牟平郡望，
家谱由衍圣公孔德成而题



胶东的总提取穴

我讲的内容没有超出经络学和腧穴学的范围，只不过是从另一个角度诠释的针灸最初的形态，给所有针灸同仁一个我胶东人思路

我的扎针方法最早记载可以看到的是马钰、窦杰，但比他们的多，而且复杂，口口相传的名词和解释都是土语。我有添加，但论是没有改变，自然了，这些农民朴素思维方式也没有改，就是一阴一阳。

字虽异而法实同
言虽殊而意则复

在我老家的头针不是现在大家所知道的头针意义。首先在老家的名词中，从没有人提到过头针，就是头部取穴。广义的头针是头部取穴，指颈椎一以上，除去耳针之外的取穴方式。

胶东的头部总提取穴

传统头部取穴意为众星拱北，针法是万水朝东出自“论语·为政”：“为政以德，譬如北辰，居其所而众星共之。”

胶东的头部总提取穴以传统哲学阴阳加体位，与现下已知各家不同，就是一阴一阳，别无他法。

现代头针是在头部进行针刺以治疗各种疾病的一种方法。

有的是根据脏腑经络理论，在头部选取相关经穴进行治疗。

有的是根据大脑皮质的功能定位，在头皮上划分出相应的刺激区进行针刺。

头与脏腑经络的关系

- 《素問·脈要精微論》指出：「頭者精明之府」，
- 《灵枢·邪气脏腑病形篇》中：“十二经脉，三百六十五络，其血气皆上于面，而走空窍，其气之津液，皆上熏于面。”

頭爲諸陽之會，手足六陽經皆上循于頭面。手足陽明經分布于前額及面部，足陽明胃經「起于鼻、交頸中，旁約太陽之脈，下循鼻外……上耳前，過客主人，循發際、至額顱……。」

手足少陽經分布于頭側部。手少陽三焦經「……其支者，從耳後入耳中，出走耳前，過客主人前，交頰，至目銳毗。」足少陽膽經「起于目銳毗，上抵頭角，下耳後，循頸行手少陽之前……其支者，從耳後入耳中，出走耳前，至目銳毗後……。」

手足太陽經分布于頭頰、頭頸部。足太陽膀胱經「起于目內眦，上額、交顛；其支者，從顛至耳上角；其直者，從顛入絡腦，還出別下項……。」

督脈「上至風府，入于腦，上顛，循額、至鼻柱。」

六陰經中則有手少陰與足厥陰經直接循行于頭面部，尤其是足厥陰肝經在"循喉嚨之後，上入顛頸，連目系，上出額，與督脈會于顛；其支者，從目系下頰裏，環唇內……。"

除手少陰與足厥陰經脈直接上行頭面之外，所有陰經的經別合入相表裏的陽經之後均到達頭面部。因此，人體的經氣通過經脈、經別等聯系集中于頭面部。在氣街學說中"頭之氣街"列爲首位，其原因也在此，並因此而有"氣出于腦"的闡述。這些都說明頭面部是經氣彙集的重要部位，針灸治療非常重視頭部腧穴的重要作用。

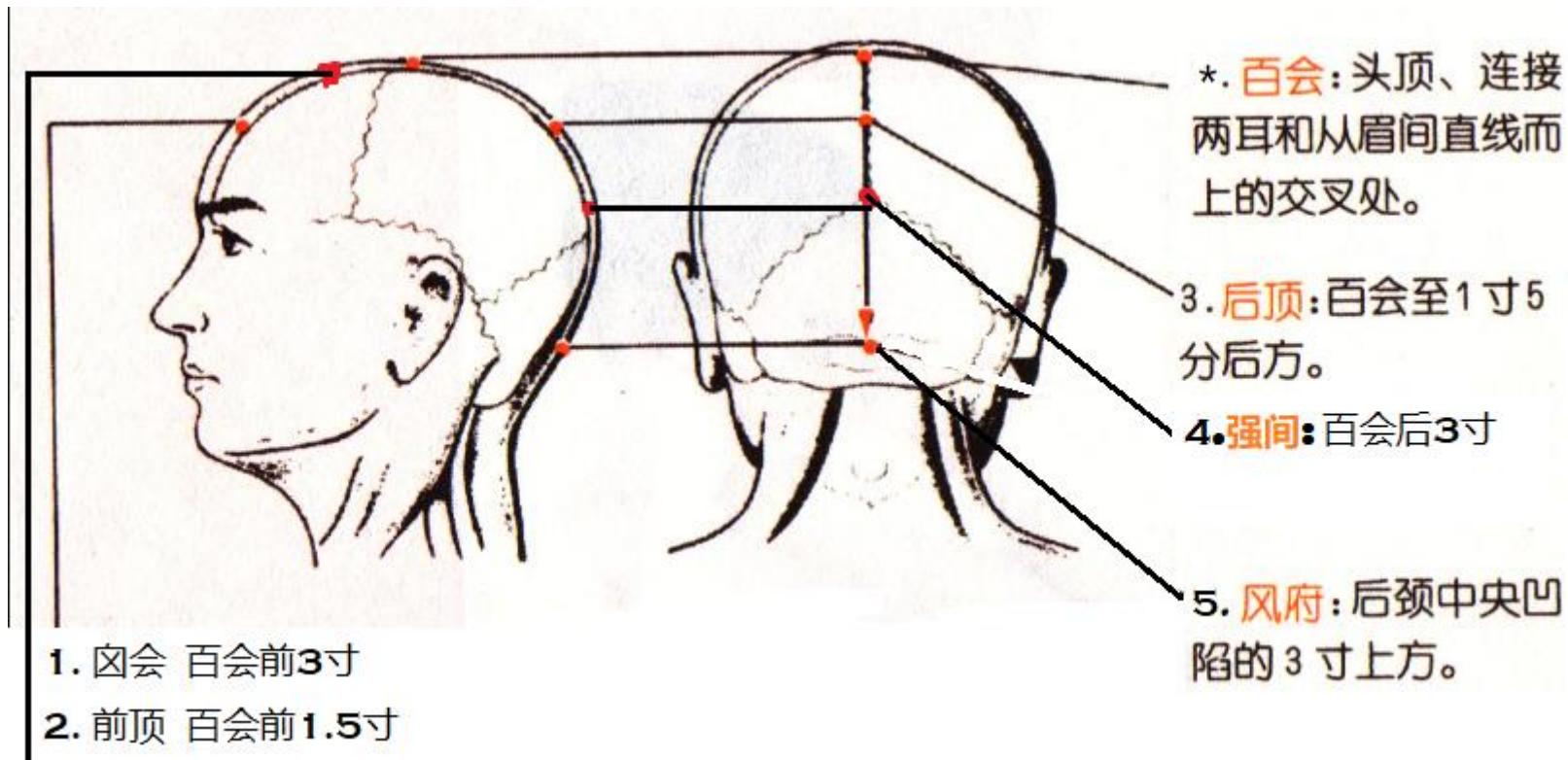
头与脏腑经络的关系

- 《黄帝内经·素问·生气通天论》：“天地之间，六合之内，其气九州、九窍、五脏十二节，皆通乎天气。”
- 空窍，指人体与外界相通达的孔窍，包括九窍在内。
- 空窍：即孔窍。泛指九窍、汗窍、津窍、精窍等外在的孔窍。
- “九窍”即指人体的两眼、两耳、两鼻孔、口、前阴尿道和后阴肛门
- 《素问·四气调神大论》：“天明则日月不明，邪害孔窍。”
- 孔穴；窟窿。多指耳、目、鼻、口、肛门、尿道之类。
-
- 《韩非子·喻老》：“空窍者，神明之户牖也。”
- 《吕氏春秋·士容》：“骨节蚤成，空窍哭厉，身必不长。”
- 汉董仲舒《春秋繁露·人副天数》：“体有空窍理脉，川谷之象也。”

胶东的头部总提取穴

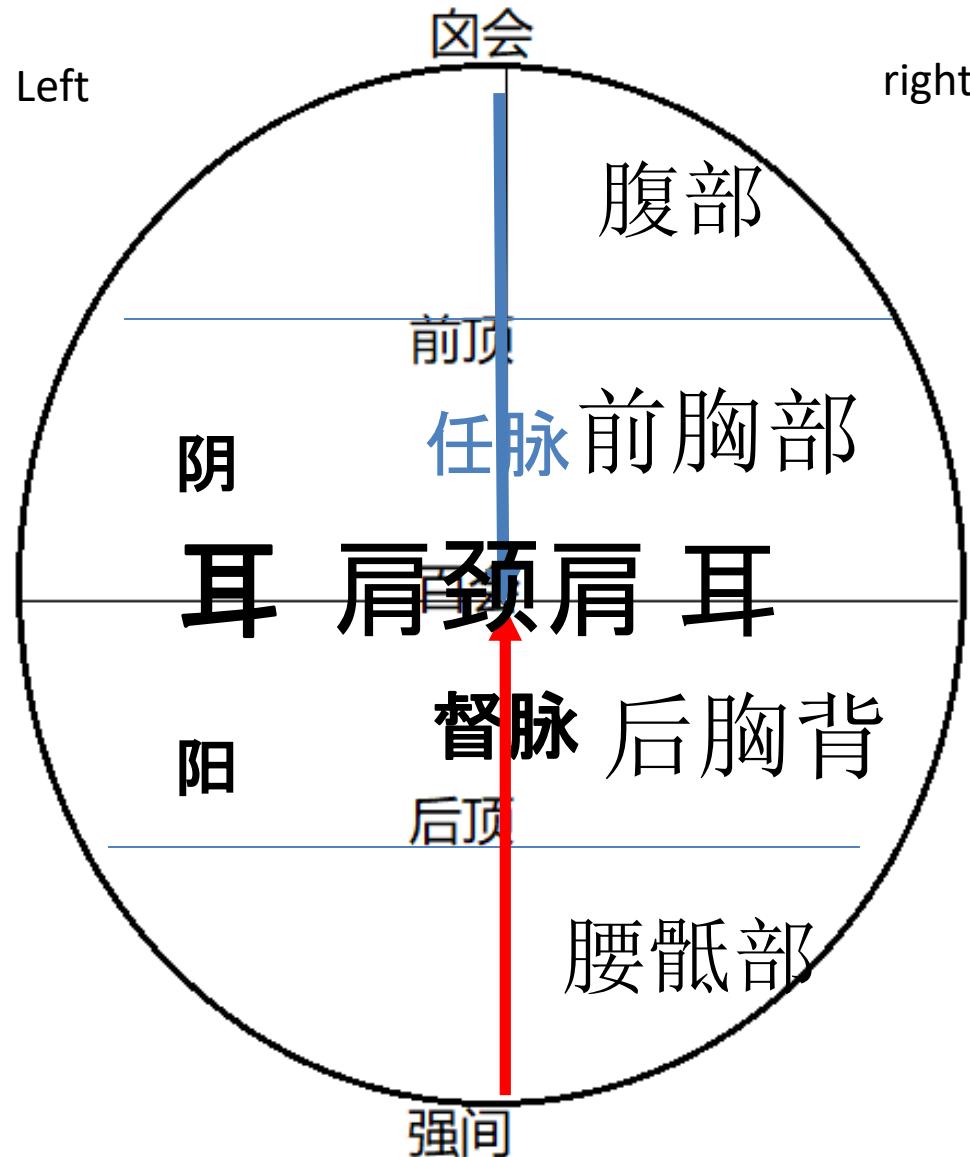
- 胶东的头部总提取穴配合体针，总领体针，与体针相得益彰，相辅相成，留针时间取决于体针的留针长短。
- 狹义的头针，是指百会为中心的，前到囟会，后到强间的同心圆中取穴，这种取穴方法叫总提，我们从来没有过头针的提法或称谓。

头部取穴定位

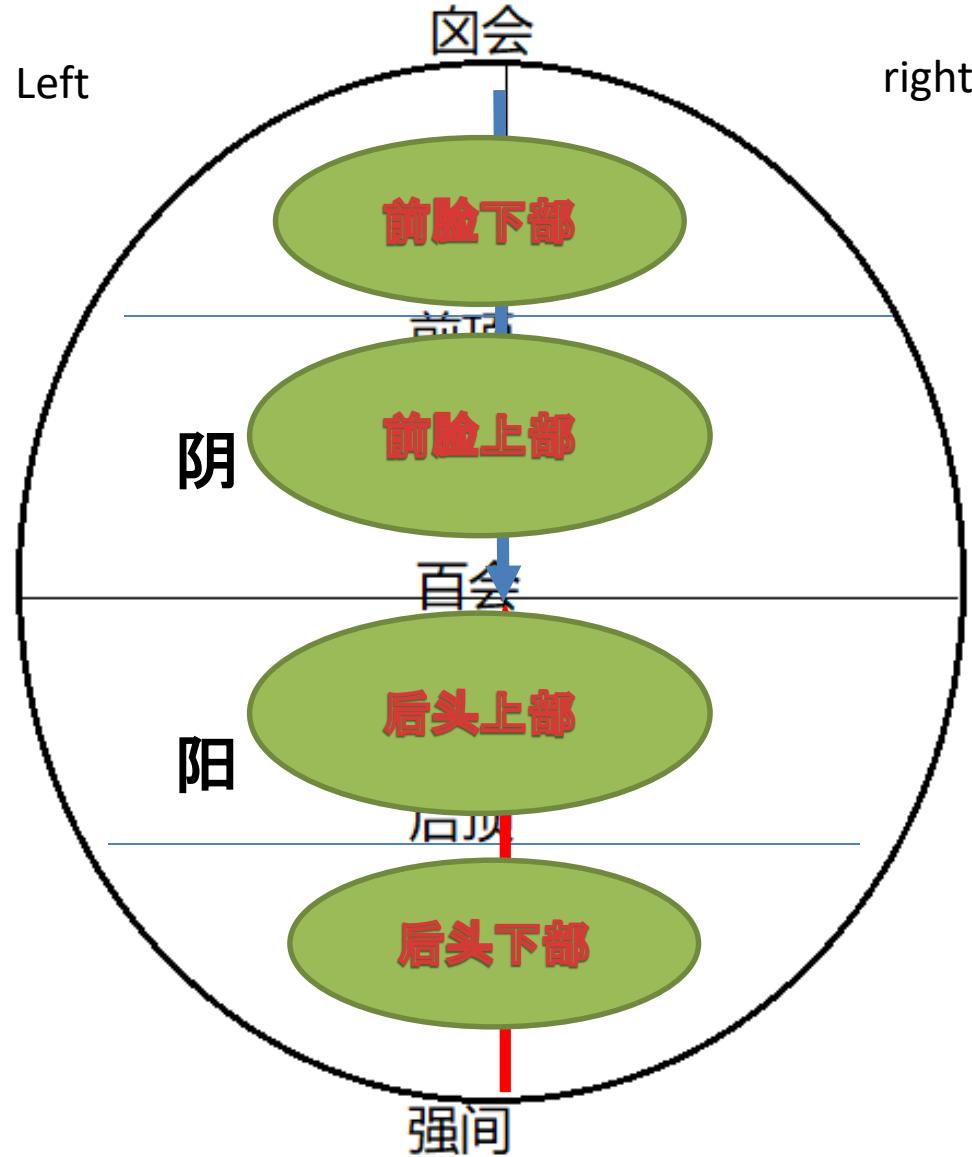


百会为头穴的总提

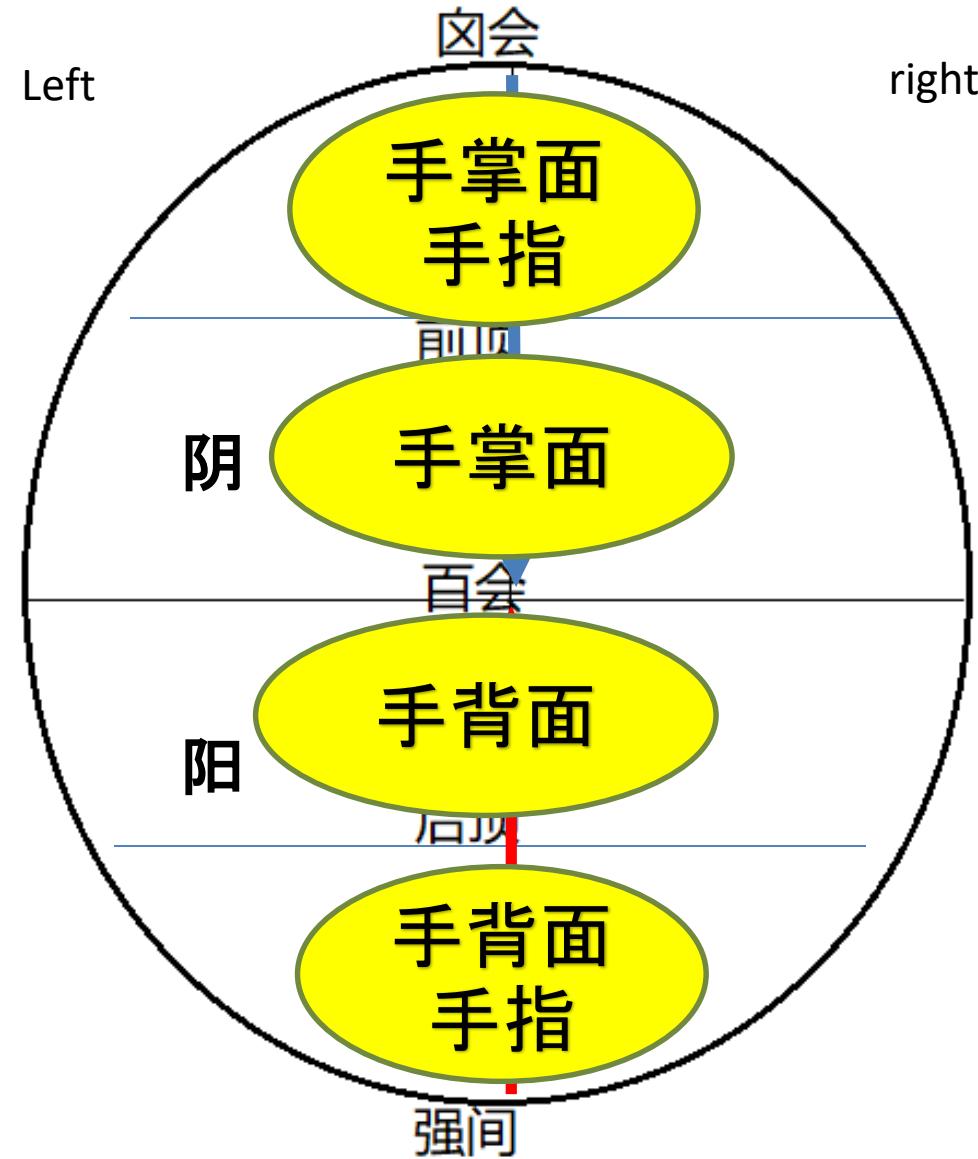
头穴为体穴的总提



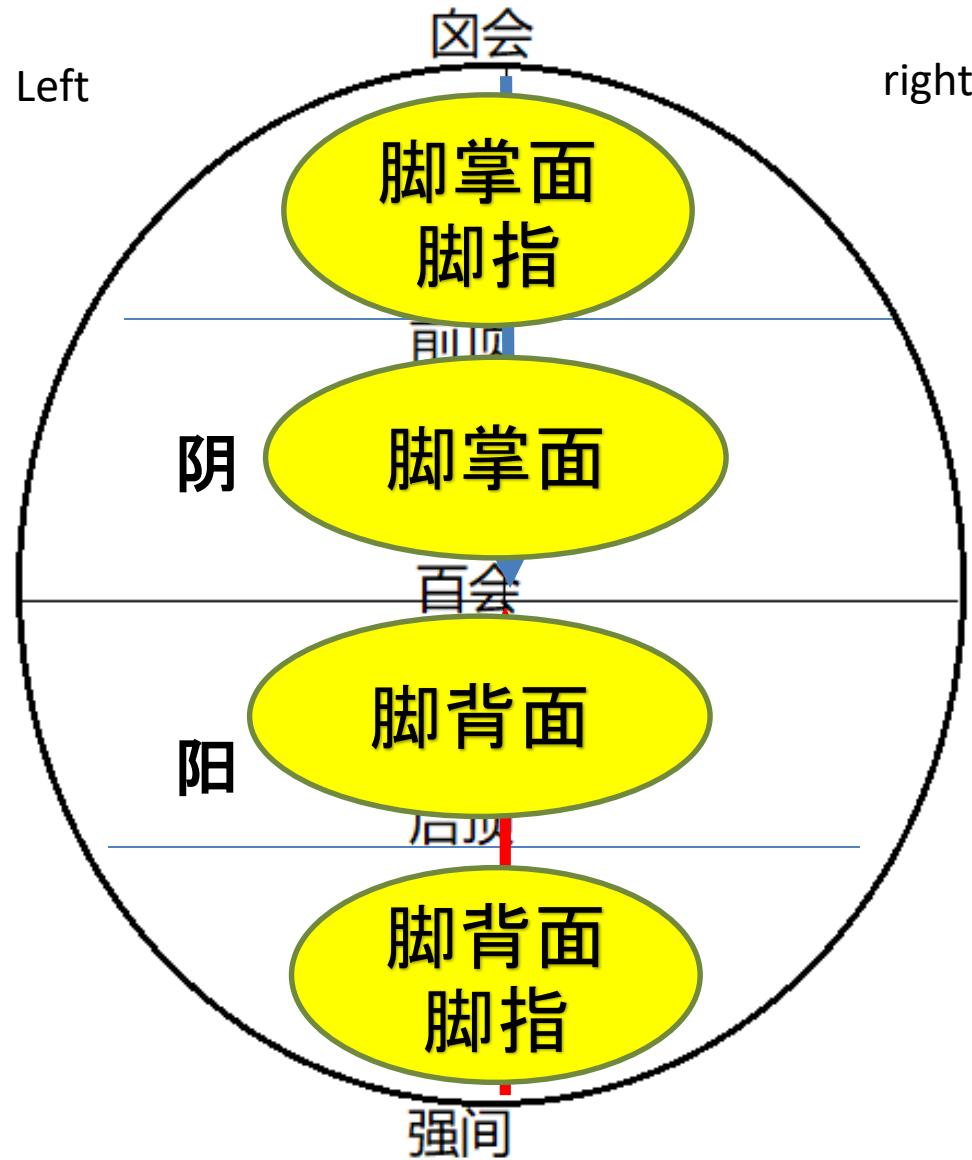
头部在头顶的对应点



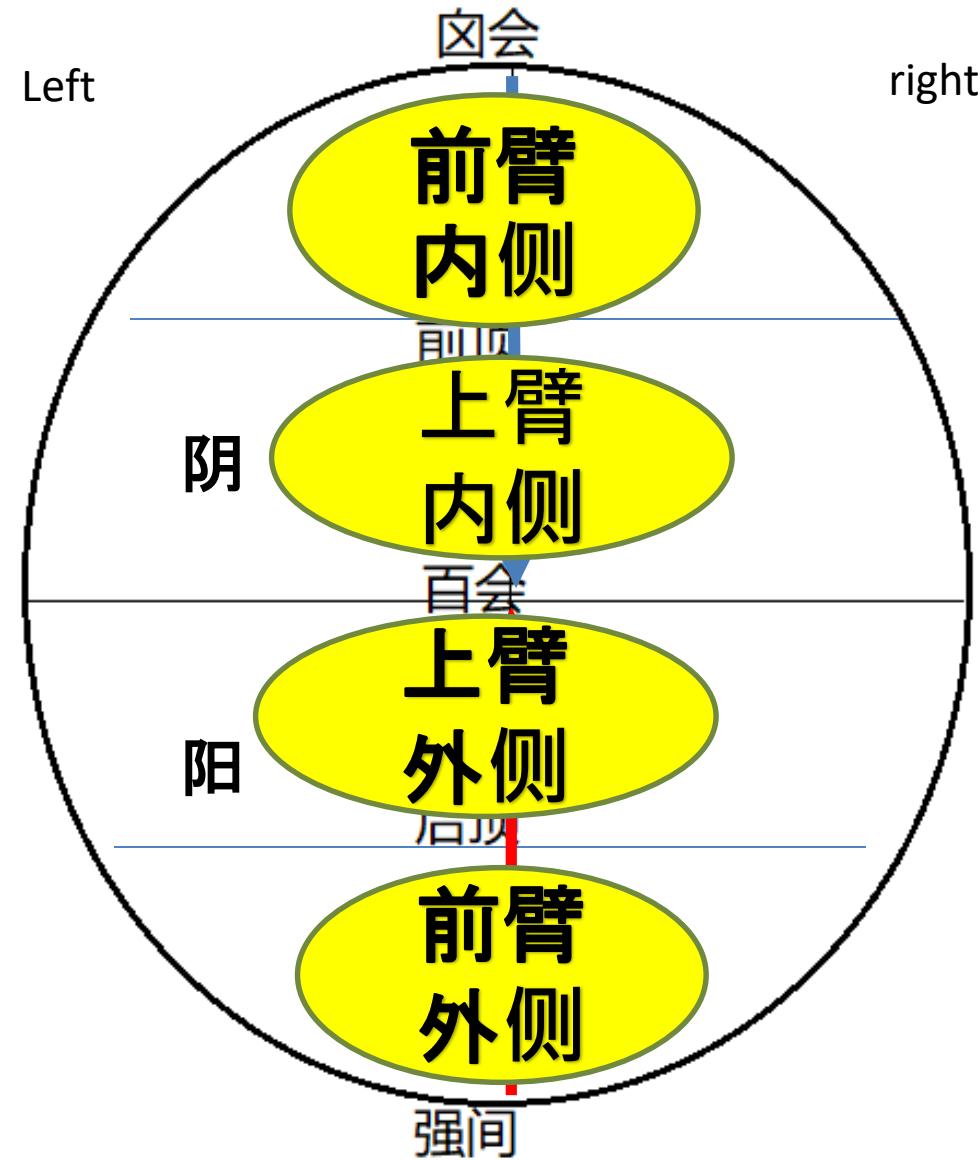
手部在头部的对应点



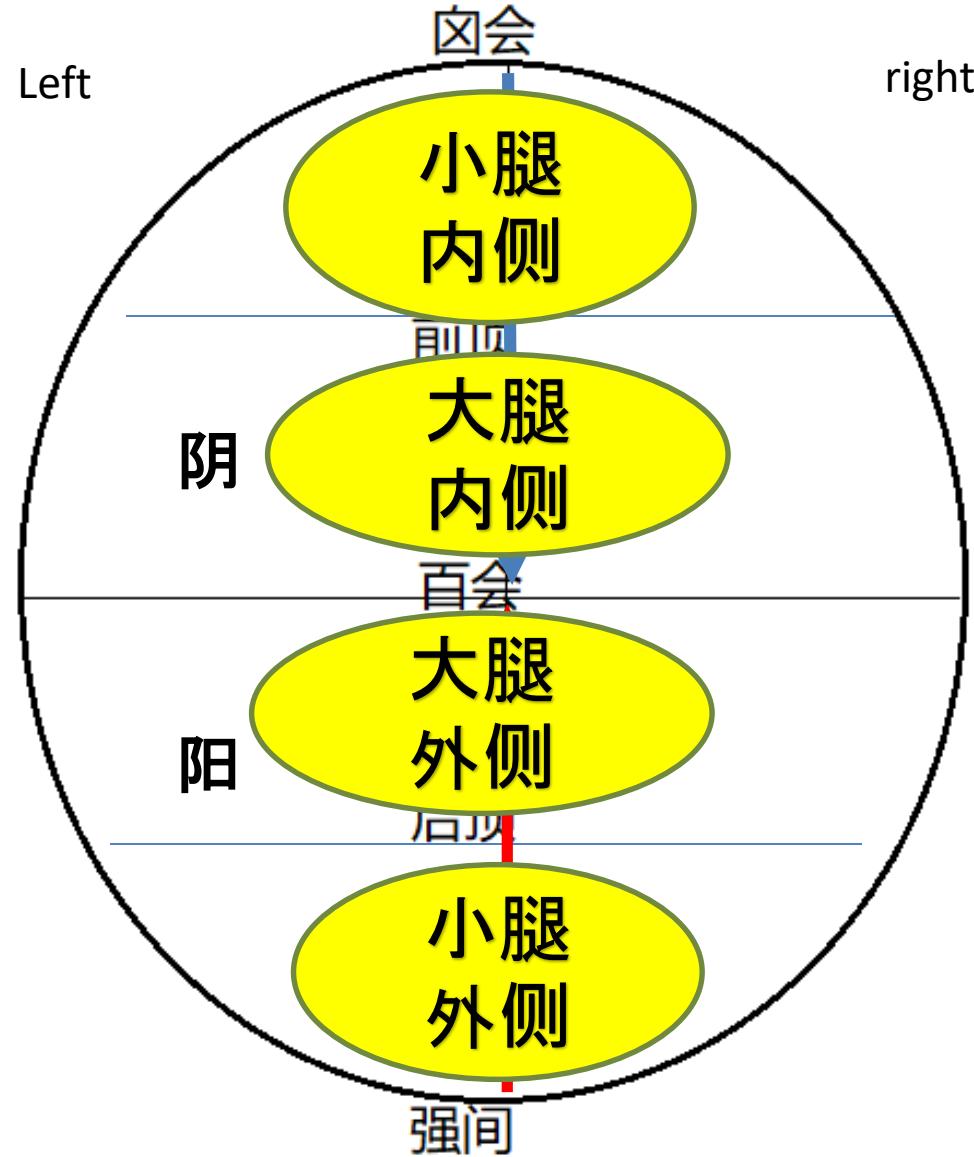
足部在头部的对应点



手臂在头部的对应点



腿部在头部的对应点

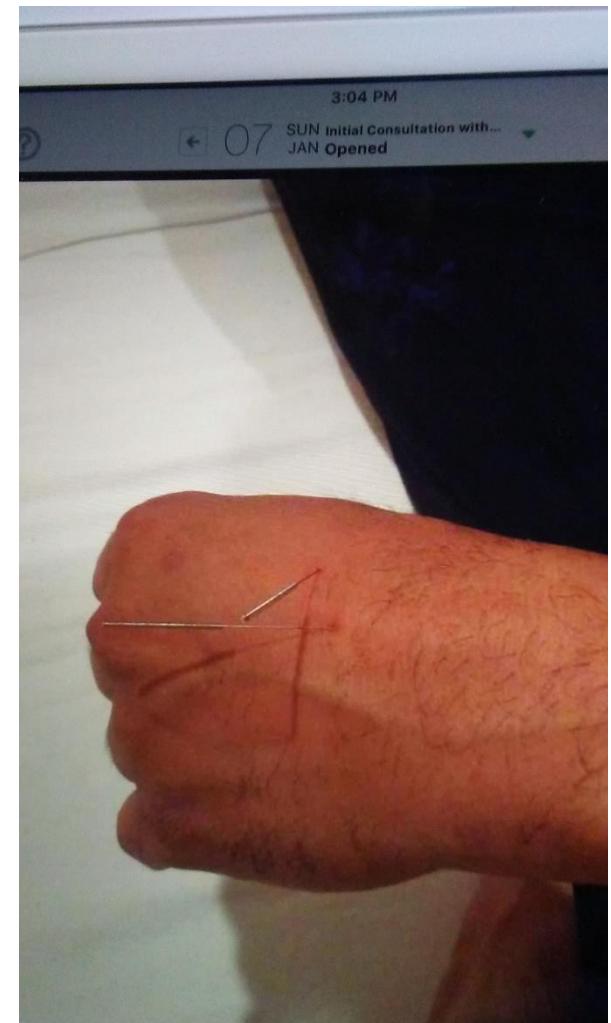
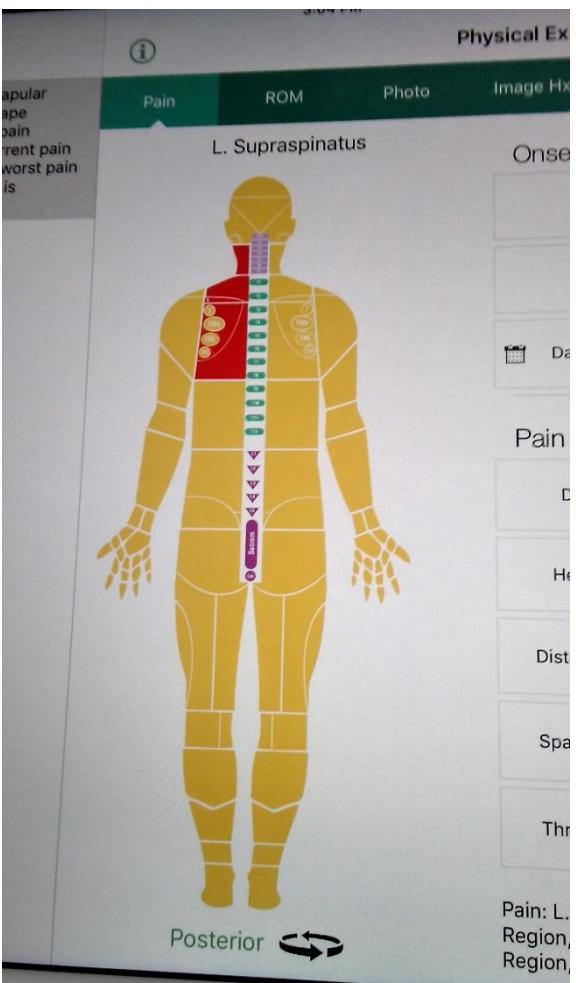


总提取穴 适应证

- 传统头部针灸，是体针的延续，讲求是体针疗效的总结和升华，其适应症与体针完全相同
- 痛症
 - 背痛/坐骨神经痛
 - 滑囊炎/腕管/肌腱炎
 - 髋部疼痛/肩部疼痛
 - 腿部疼痛/痉挛
 - 颈部僵硬/疼痛
 - 神经痛 /带状疱疹
 - 运动损伤/扭伤/拉伤
- 内科疾病
 - 肠胃，头痛，妇科，面瘫，中风，糖尿病，肾病
 -

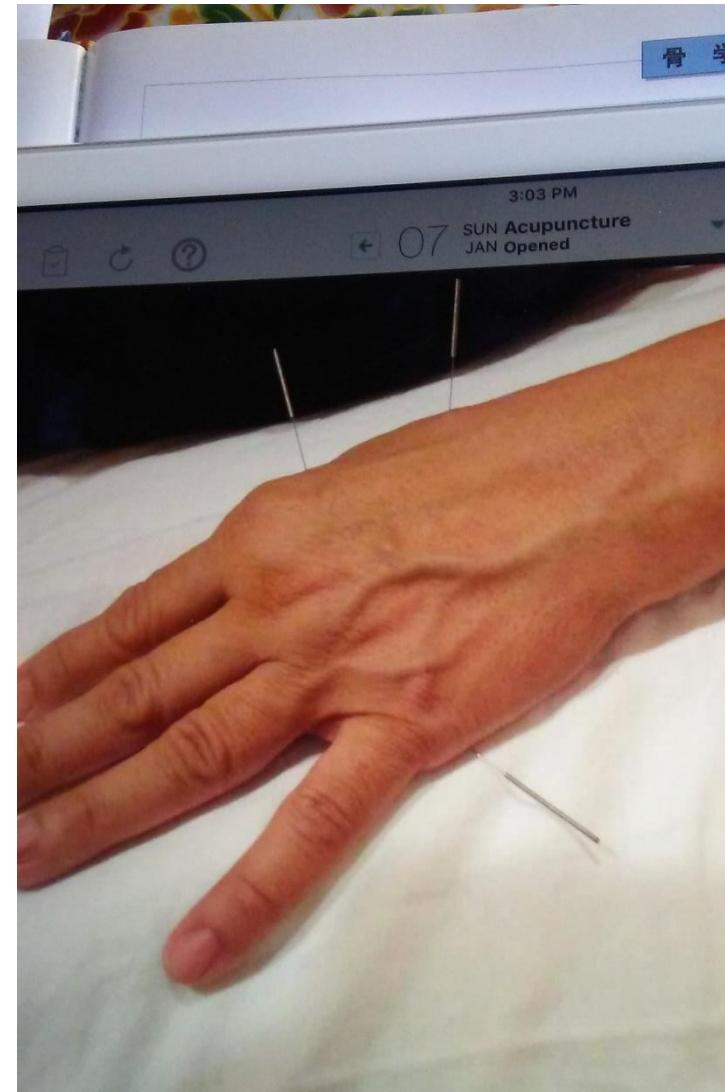
头部取穴的照片

• 治疗背痛



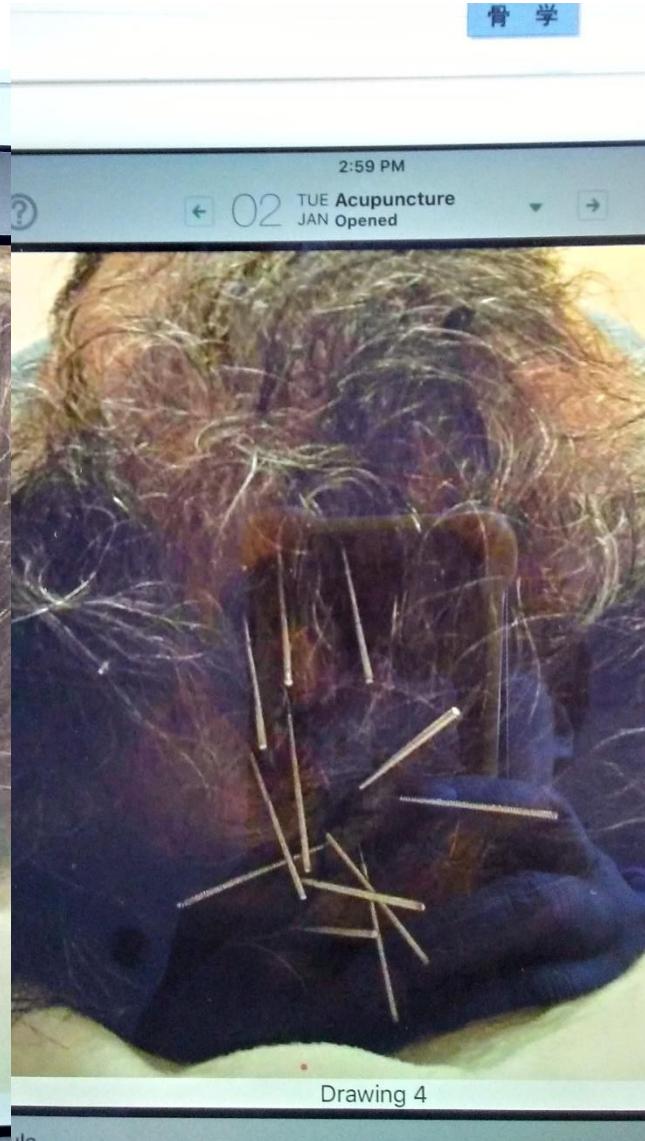
头部取穴的照片

- 治疗肩颈痛



头部取穴的照片

- 治疗中风 随病情好转而针数化简

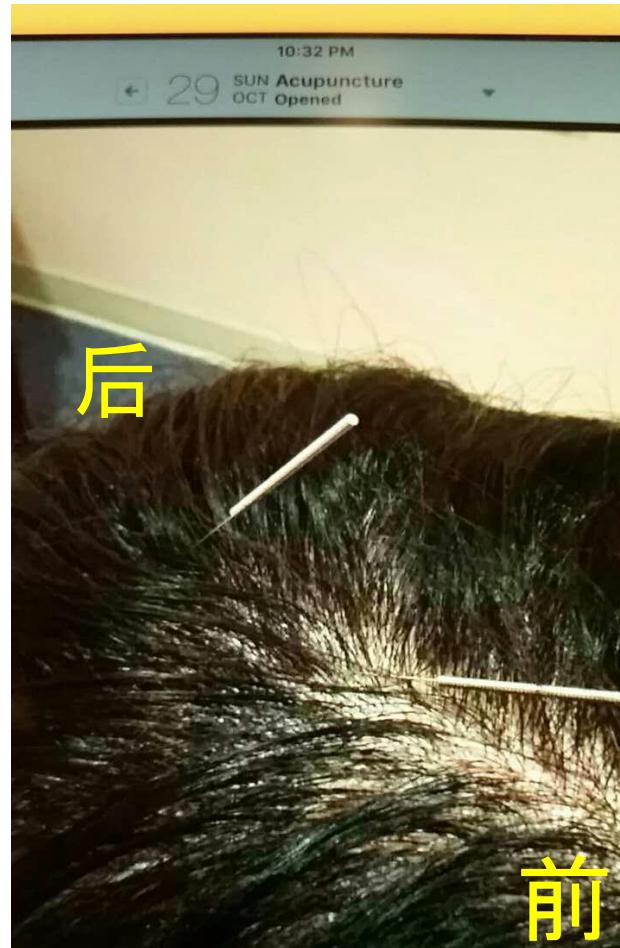


头部取穴的照片

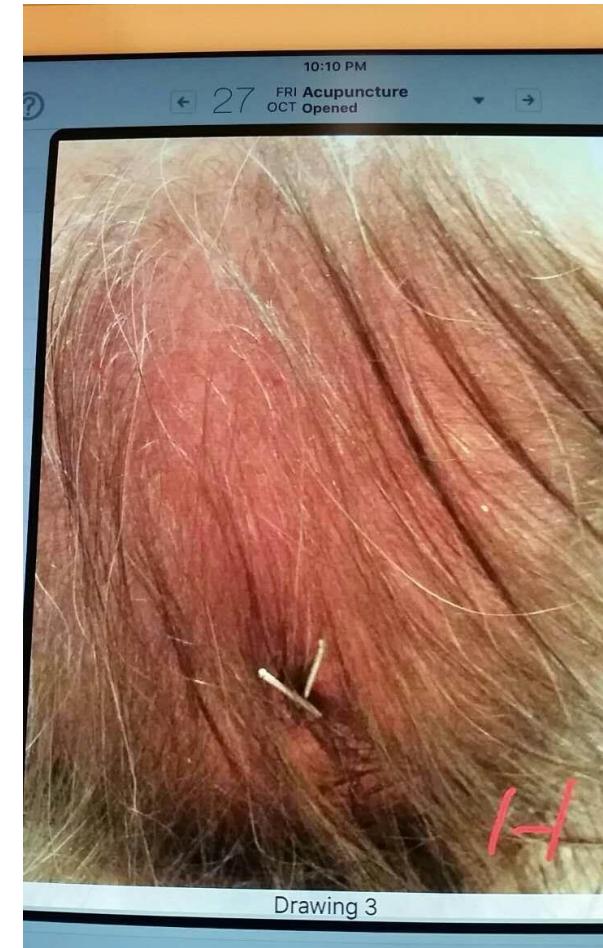
• 治疗呕吐



治疗腰痛



治疗脚痛

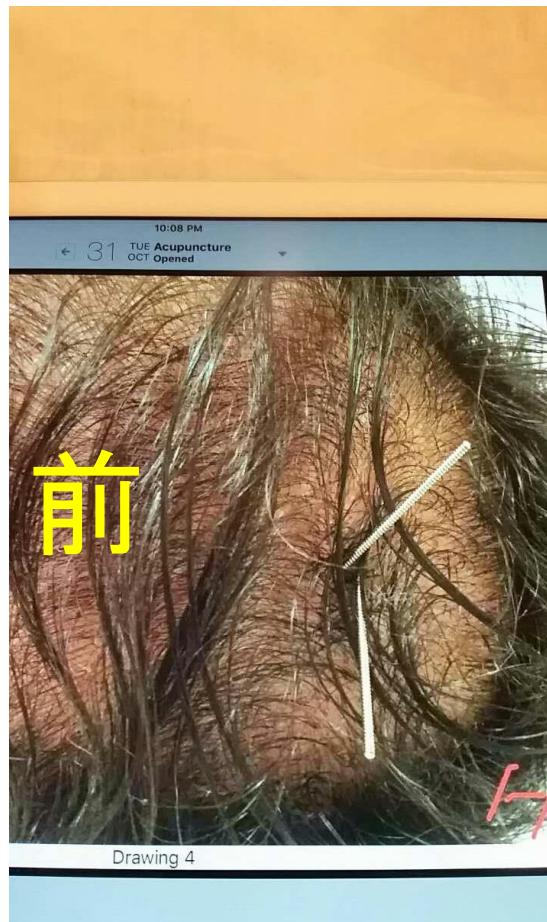
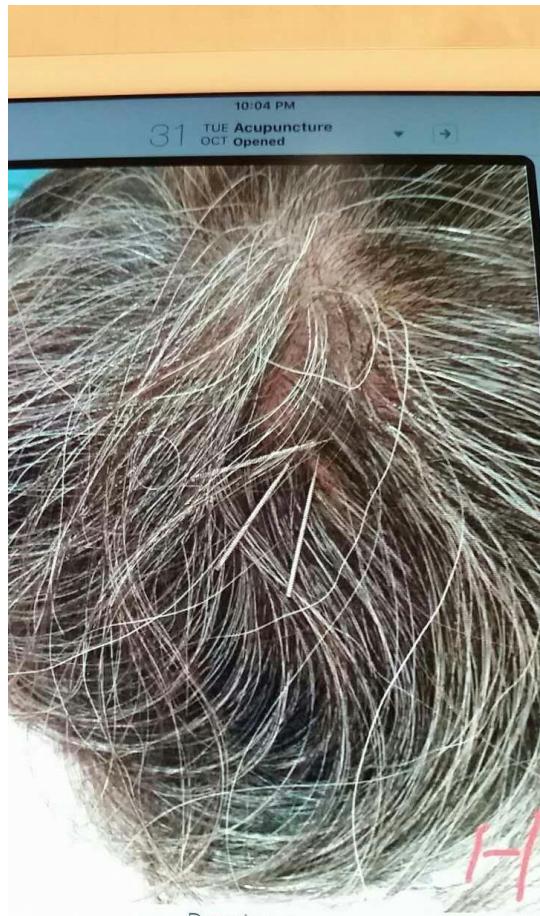


头部取穴的照片

治疗面瘫

治疗耳鸣

治疗失眠



总提取穴的效果

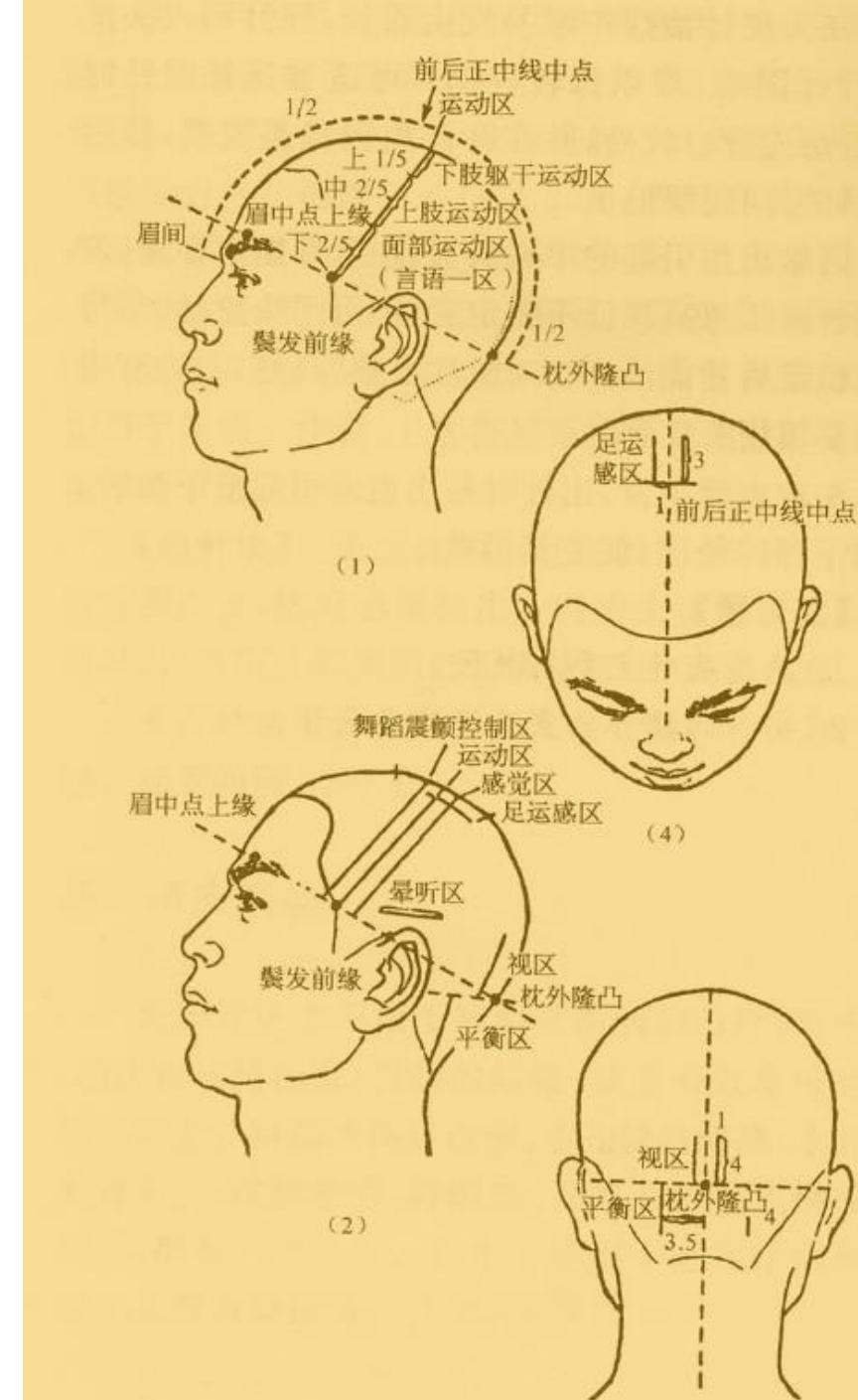
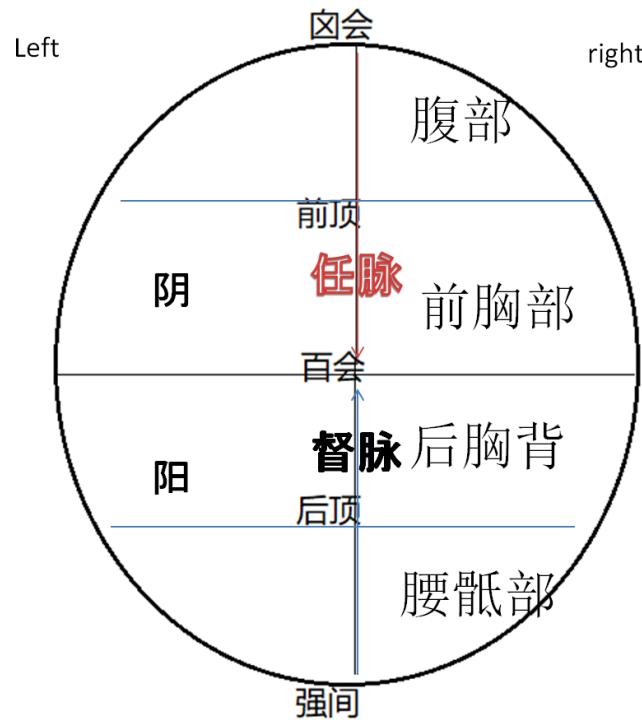
- <https://www.yudayimedicine.com/pain-relief>
- <https://www.youtube.com/watch?v=cOtR1RV0OGY>
- <https://www.youtube.com/watch?v=EwdCsvOrRHg>
- <https://www.youtube.com/watch?v=Yqovr4Q4jmY>

总提取穴的效果

- 与上海叶明柱老师的聊天交流
- <http://ablessingacupuncture.com/files/126492023.pdf>

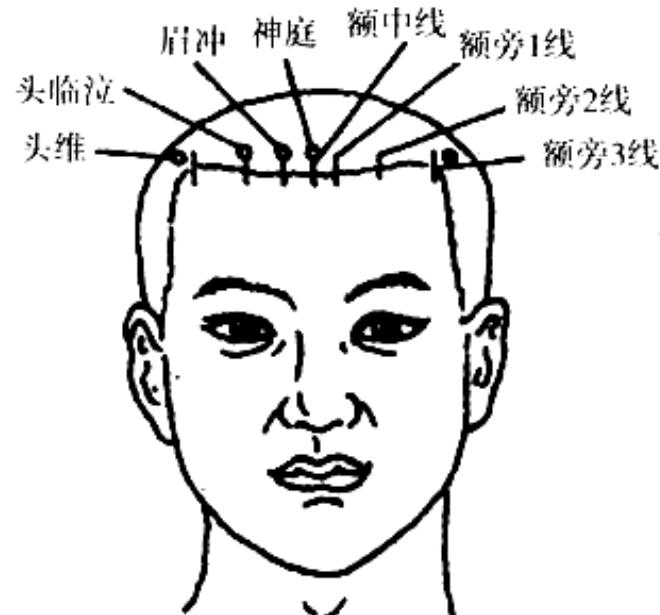
理解比較焦氏頭針

山西焦順發同志于1971年首先提出，是以大腦皮層機能定位為理論依據，以針刺為手段治療各種疾病。臨床常用于腦源性疾病。

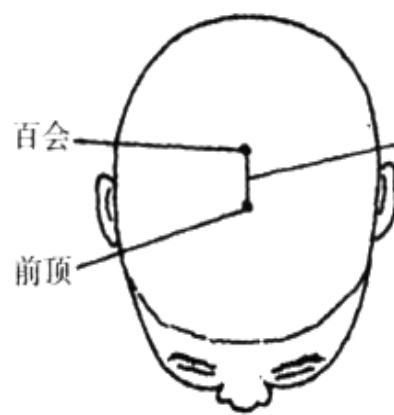


理解比較国际頭針

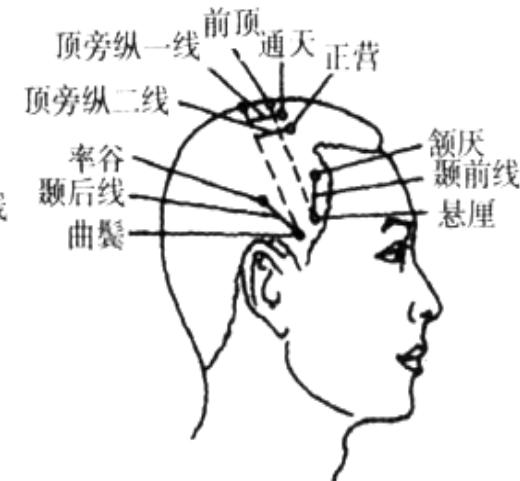
- 额旁2线 在头前部，
急慢性胃炎、胃和十二指脂
溃疡、肝胆疾病等。
- 额旁3线 在头前部
功能性子宫出血、阳痿、遗
精、子宫脱垂、尿频、尿急
等。
- 顶中线 在头顶部
腰腿足病，如瘫痪、麻木、
疼痛，以及皮层性多尿、脱
肛、小儿夜尿、高血压、头
顶痛等。



国际标准头穴 (1)



头顶图



侧面图

国际标准头穴 (2)

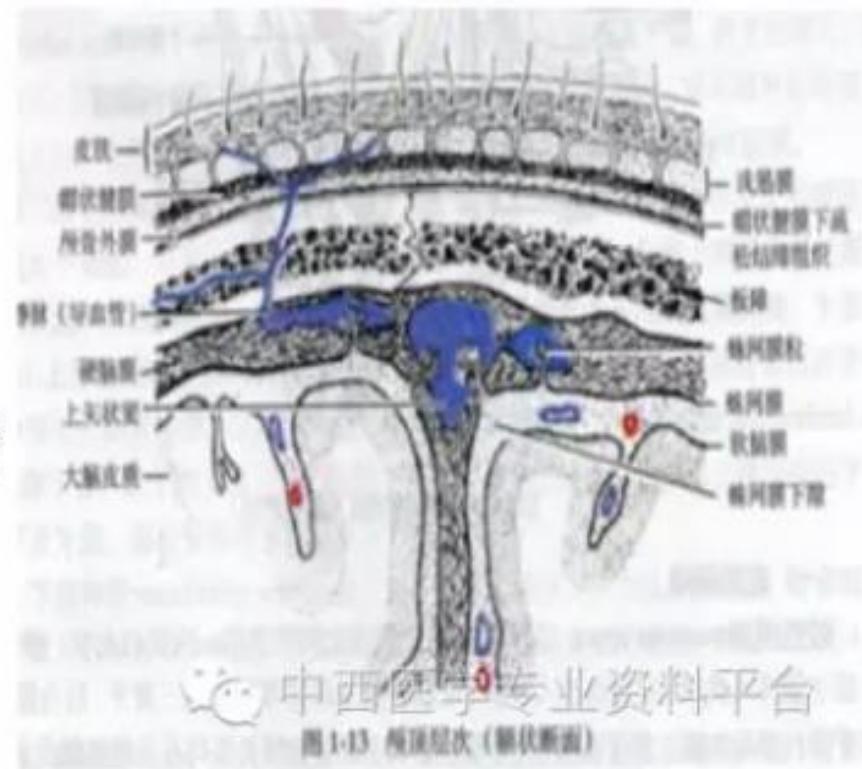
总提取穴原则

- 取穴时针尖指向病位，
- 针的数目由病位和病情决定
- 胶东的头部总提取穴配合体针，总领体针，与体针相得益彰，相辅相成，留针时间取决于体针的留针长短

额顶枕区层次及结构特点

层次：五层

- (1) 皮肤
 - (2) 浅筋膜
 - (3) 帽状腱膜
 - (4) 腱膜下疏松结缔组织
 - (5) 颅骨外膜
- 头皮



中西医学专业资料平台

图 1-13 额顶枕区 (横断面)

- 现代头皮针运针只捻转不提插。每分钟要求捻转200次左右。
- 一为抽提法，针体进入帽状腱膜下层后，紧提慢插的方法，相当于泻法。
- 一为进插法，紧插慢提的方法，相当于补法。上述提插范围不宜超过0.1寸，动作要求迅速。

答疑解惑时间

动手操作时间

总提取穴原则 (二)

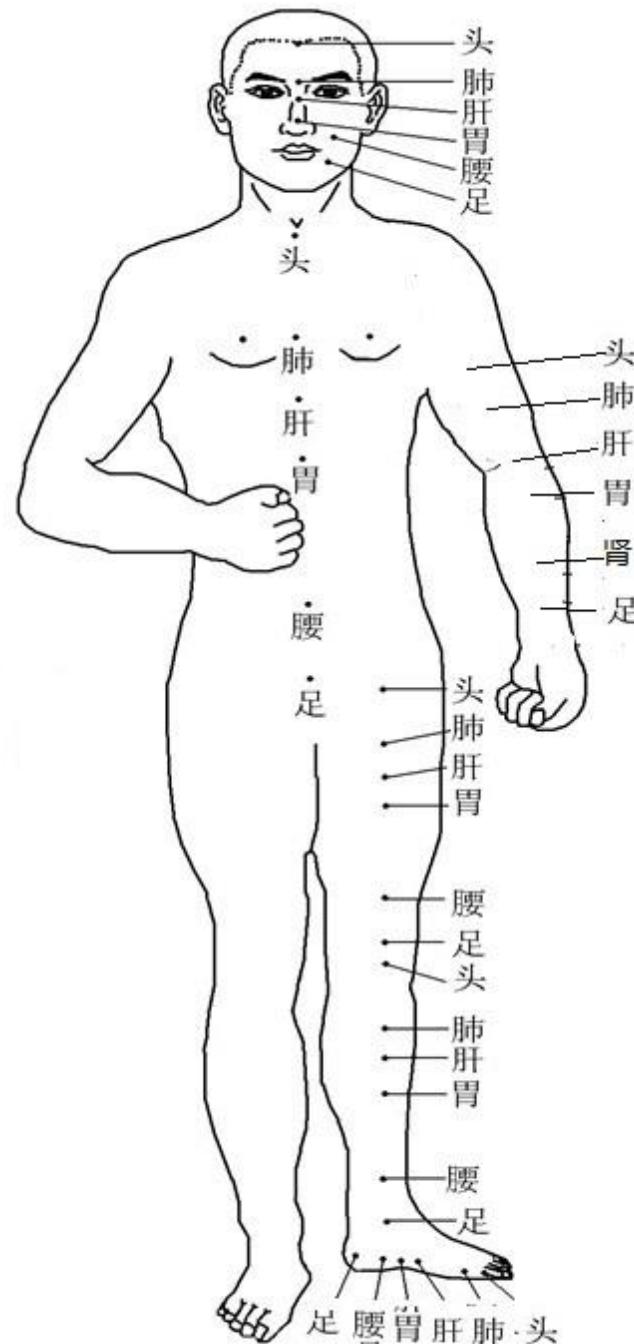
- 头部总提总领体针
- 铜山西崩，洛钟东应
山崩和钟鸣是物理传导，自然现象在人体中都有对应
山崩阳也是病灶点，钟鸣亦阳也是治疗的敏感点

胶东总提取穴体针

- 头部总提总领体针
- 七分同取论以阴阳定病位
 - 大道至简、由博归渊是道理。
 - 凡事从简，不宜繁

胶东总提取穴

- 七分同取以阴阳定病位
 - 头部
 - 耳部
 - 手部
 - 足部
 - 臂部
 - 腿部
 - 胸背部
 - 七分七部七星

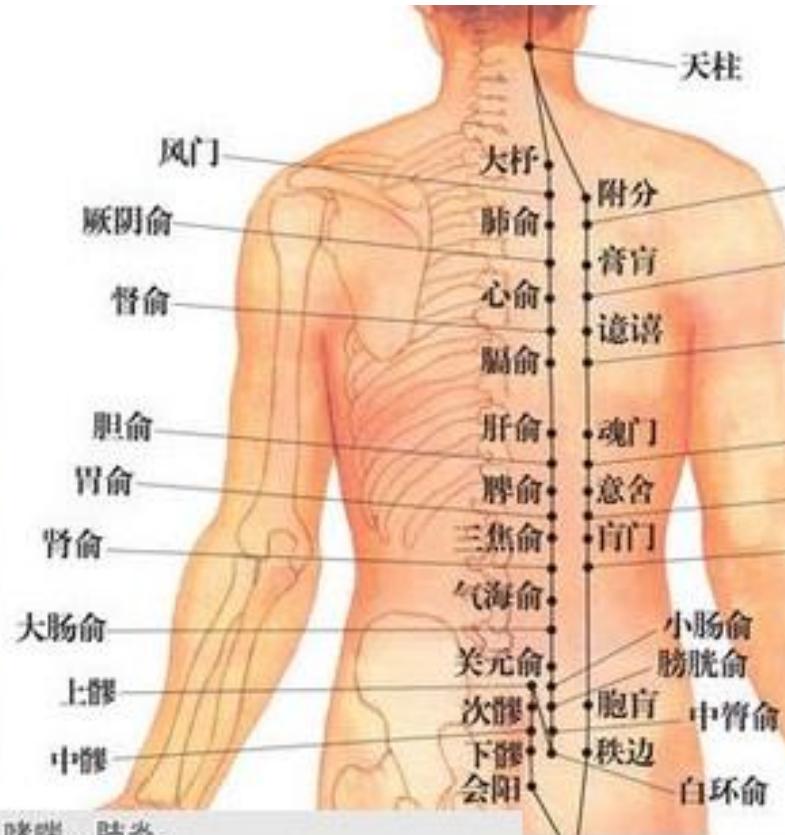
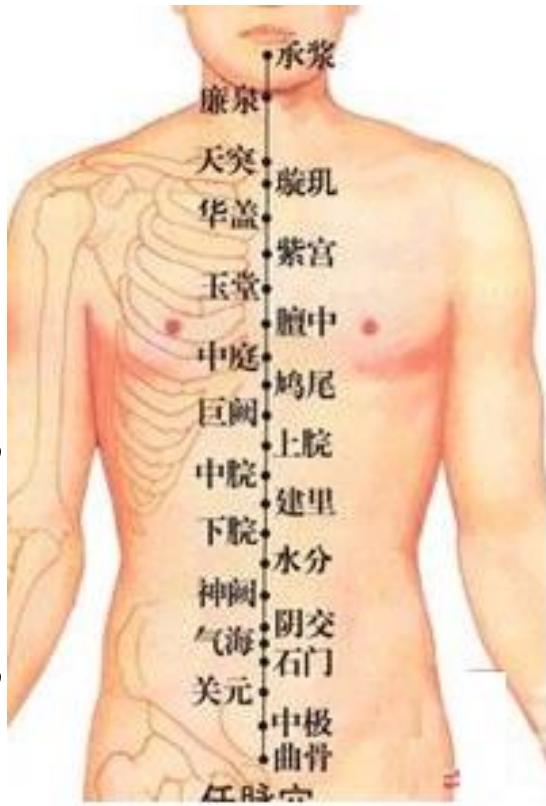


胶东总提取穴体针

阴阳定病位

胸背部

- 前胸为阴，后背为阳
- 膈上为阴，膈下为阳



系统：感冒、发烧、各种急慢性支气管炎、哮喘、肺炎。

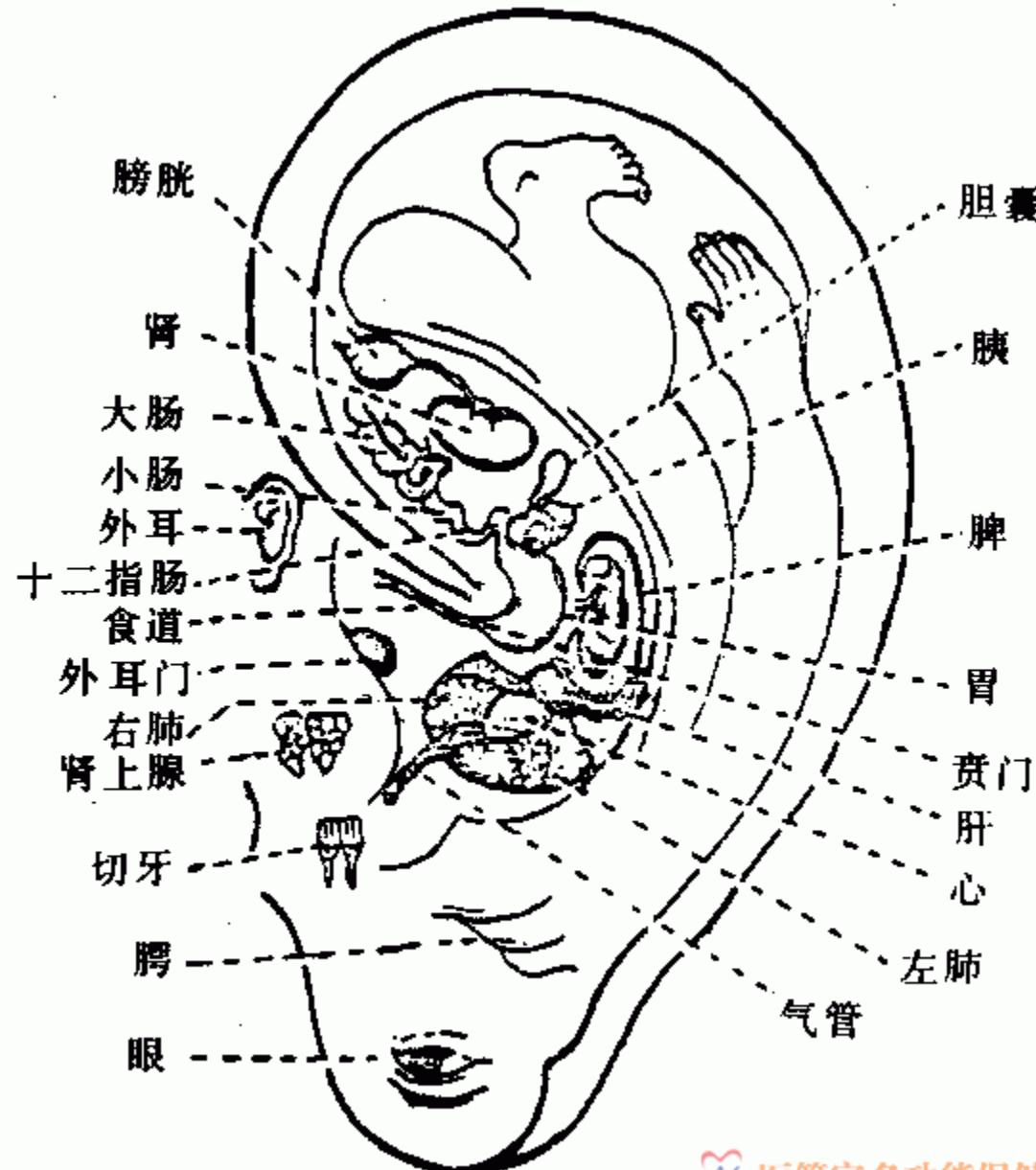
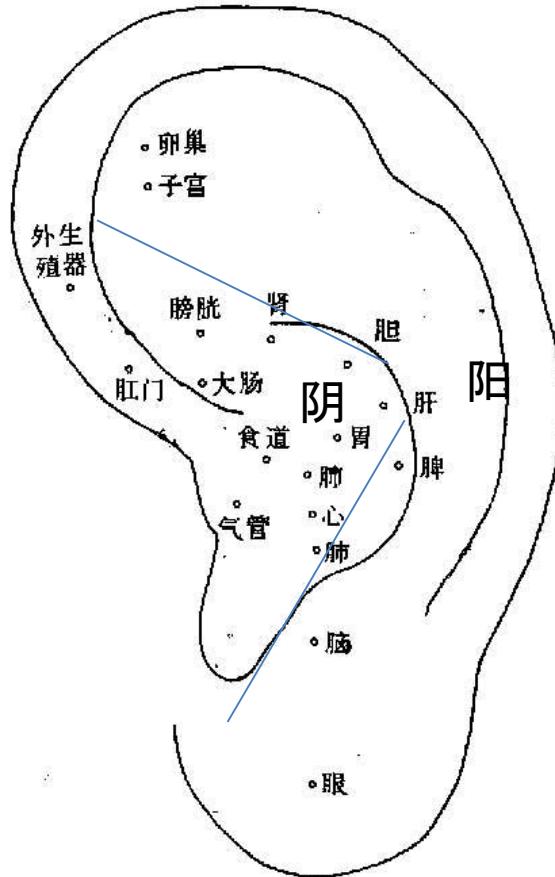
系统：消化不良、腹痛、痢疾、胃及十二指肠溃疡、胃下垂、急慢性胃肠炎、肝炎。

生殖系统：肾炎、阳痿、睾丸炎、闭经、月经不调、痛经、盆腔炎、附件炎、宫颈炎。

其他：失眠、腰背痛、坐骨神经痛、中风后遗症、关节炎、经脉所过的肌肉痛。

阴阳定病位 耳

外耳属阳，
内耳属阴

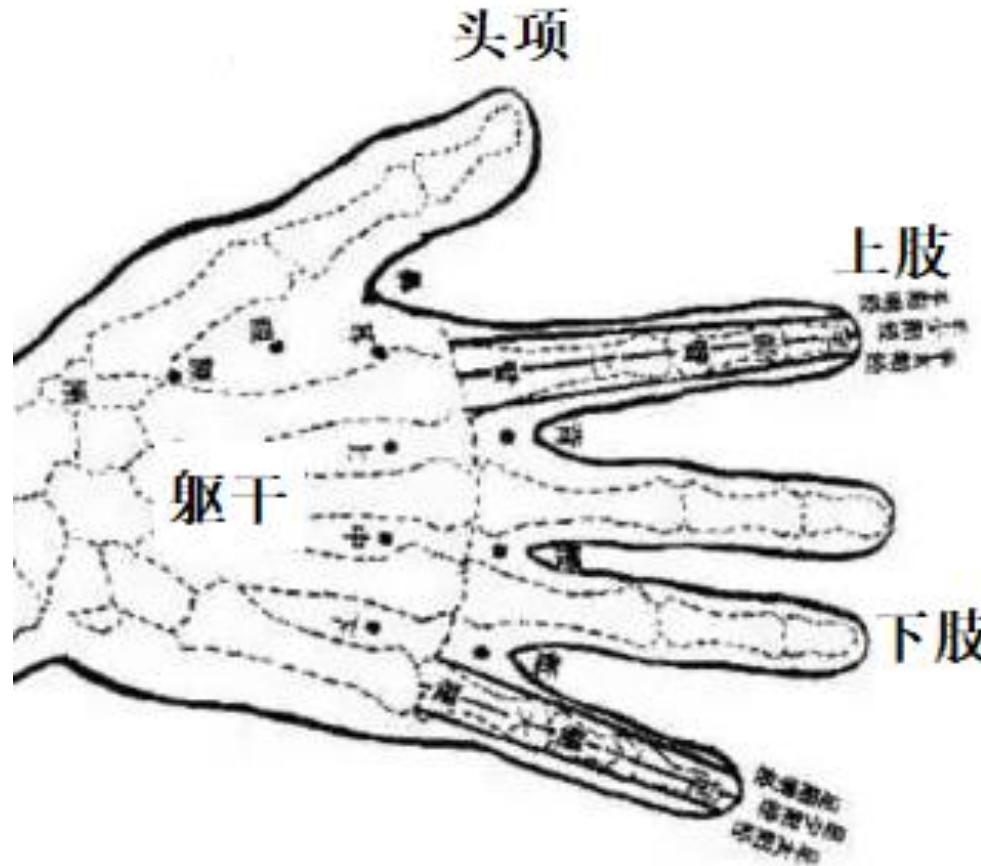


阴阳定病位 手部

- 《灵枢·动输》篇说：“夫四末阴阳之会者，此气之大络也。”
- 《卫气失常》篇又说：“皮之部，输于四末。”“四末”即指四肢下端——手、足，说明手足阴阳经脉气血会合联络的部位。
- 在上肢，人身“阴气……循臂至指端，阳气从手上行”（《素问·太阴阳明》篇）；
- 在下肢，“阳气起于足五趾之表，阴气起于足五趾之里”（《素问·厥论》），均是阐明手足与周身阴阳经络的密切联系。
- 所以十二经脉脉气的散布，以四肢肘、膝以下的部位称为“根”或“本”，和“四关”“气街”关系密切，它与躯干的“标”“结”等部位相对应。
- 手针疗法和足针疗法针刺肢体远端的不同穴位，能对全身各部的病痛产生治疗的作用。

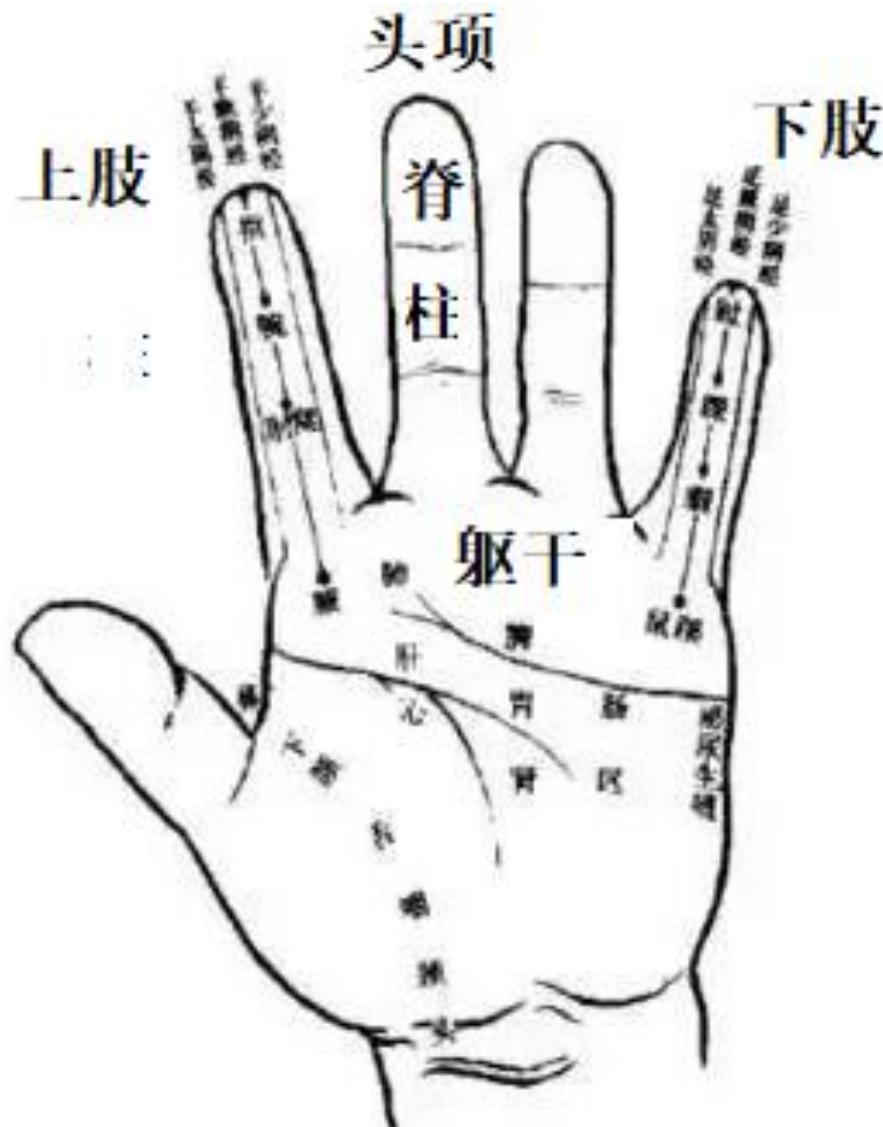
横象的全息象

把手示指、小指向
前伸出。拇指、中可
以又得到一个“全
息人象”的锥形：
桡骨小头及第一掌
骨为头项，
食指为上肢，
无名指为下肢，
掌面及掌背即分别
为躯干的内、外侧。
其外侧称为横伏象，
其内侧称为横伏脏。



纵向排列的全息象

俯卧的人形。
中指为头项，
示指为上肢，
拇指、小指为下肢，
第三掌骨为脊柱。
身体器官依次排列。
人体阳面组织器官
--手伏象。
人体阴面组织器官
--手伏脏。

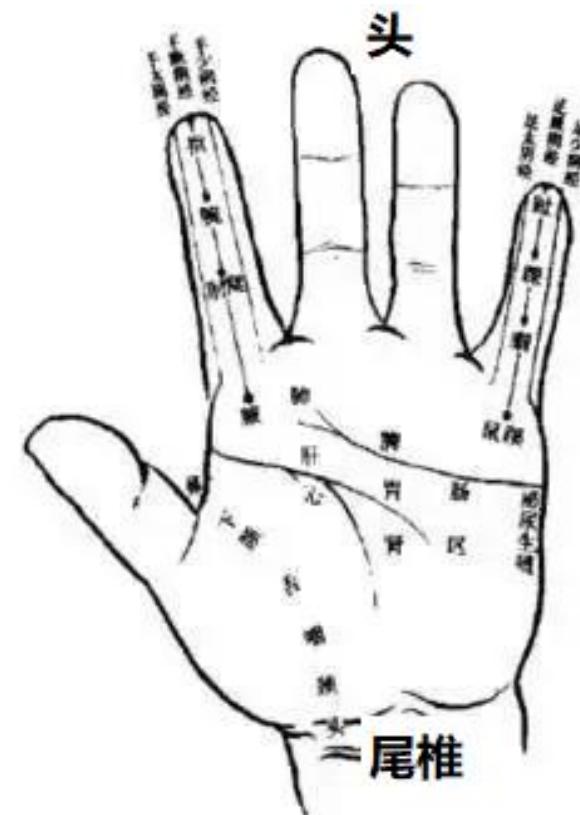
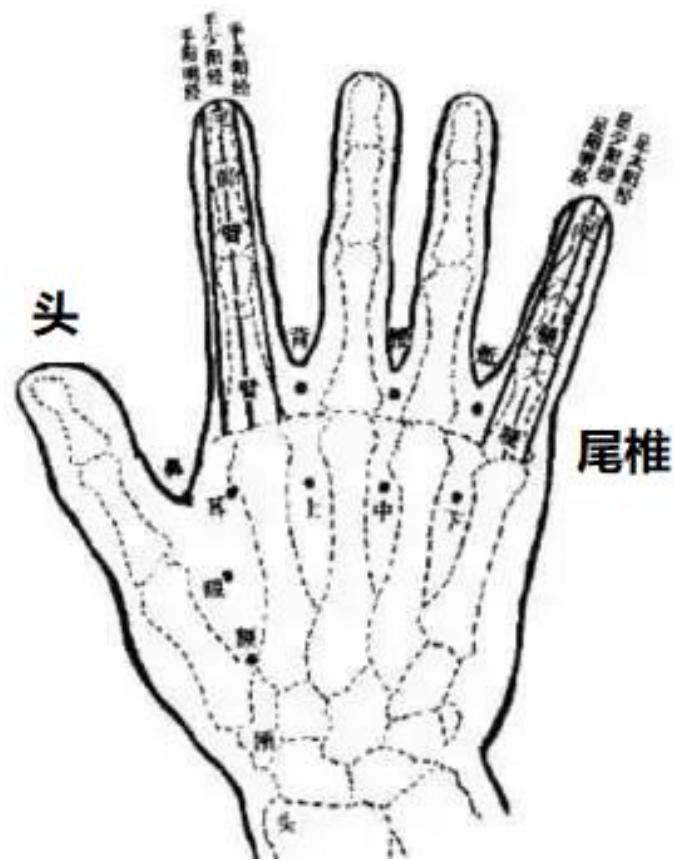


总提取穴体针

全息象

横向排列

纵向排列

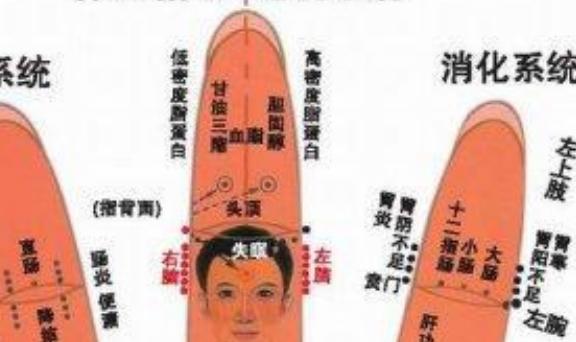


神经循环 感觉系统

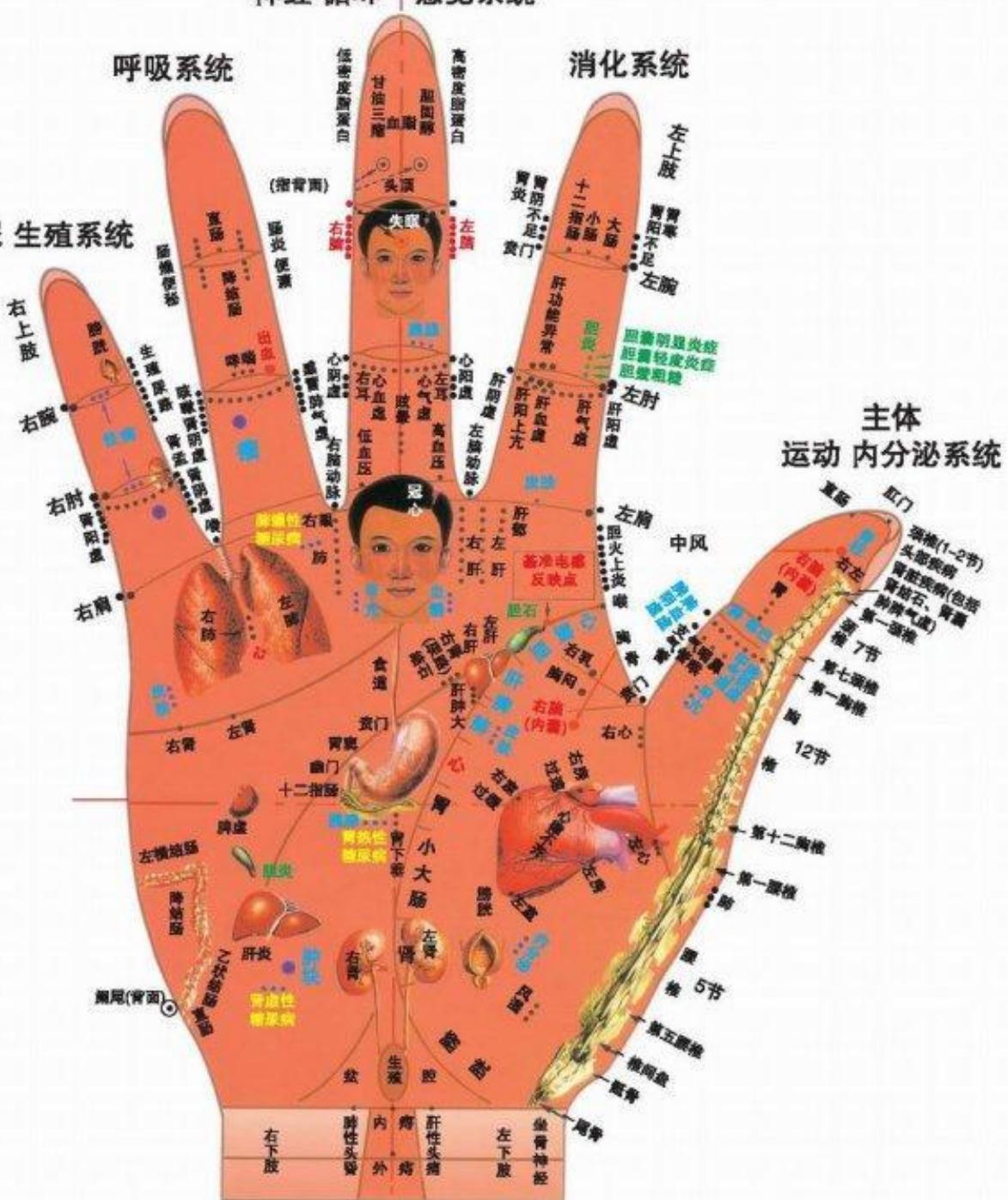
呼吸系统



消化系统



泌尿生殖系统



纵向排列的全息象

胶东总提取穴体针

阴阳定病位
手部

同理参照
董氏取穴



手的第五掌骨全息穴位图



手的第二掌骨全息穴位图

手部取穴的治疗效果

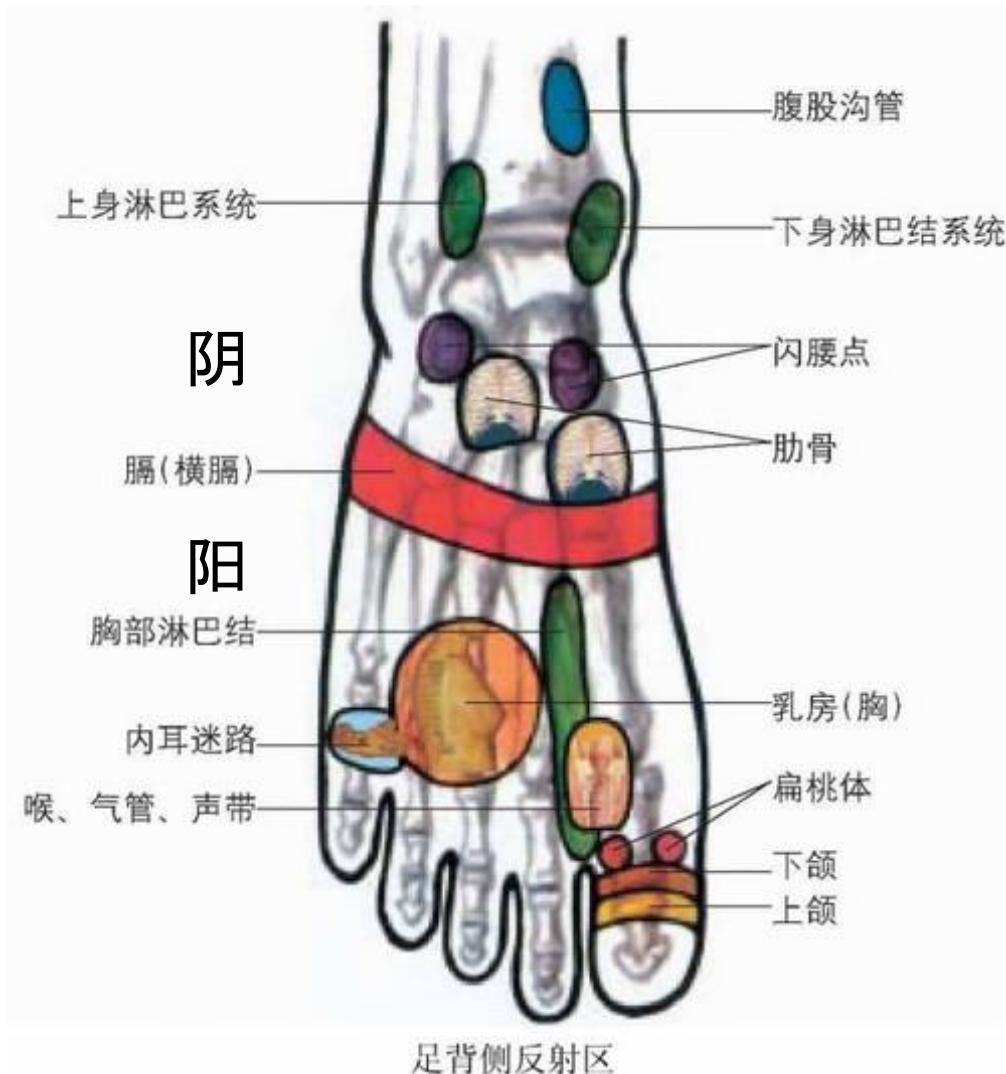
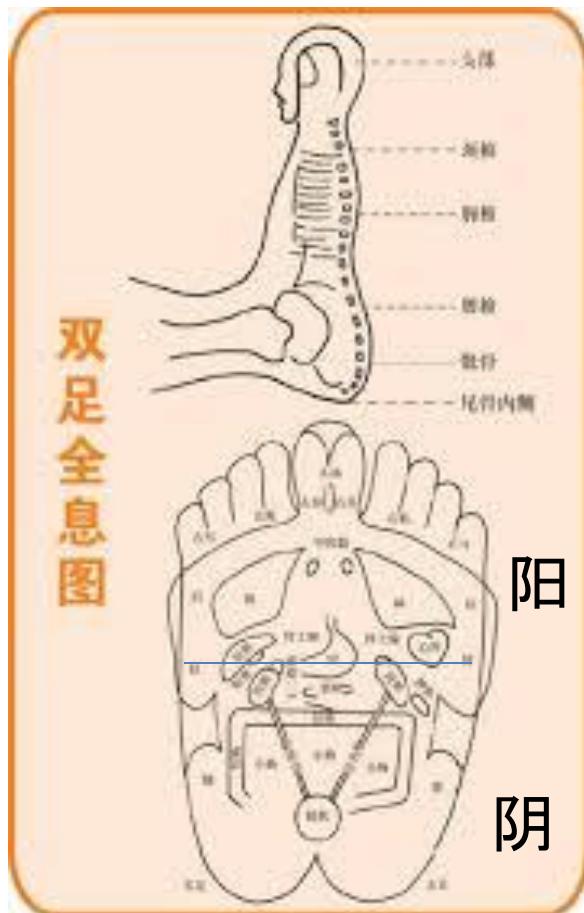
- 镇痛迅速，针入痛消
- 随咳进针，活动患部是关键。针刺咳嗽有二个作用：
 - 一是转移病人的注意力，缓解病人对针刺的恐惧，减轻进针的疼痛，避免晕针；
 - 二是咳嗽可以宣散气血，提高疗效。针刺同时让病人活动患部，更是取效的关键，这也是从《灵枢·周痹第二十七》所说“故刺痹者---其瘛坚，转引而行之”的具体应用。

答疑解惑

动手操作

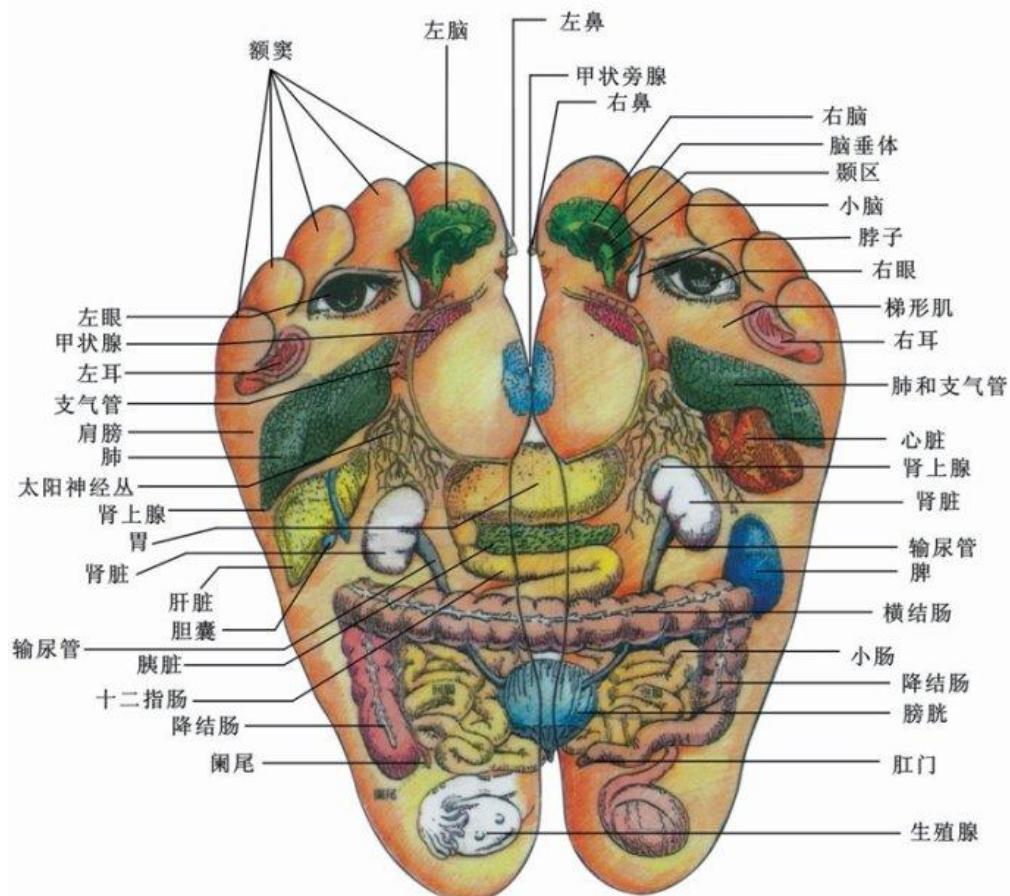
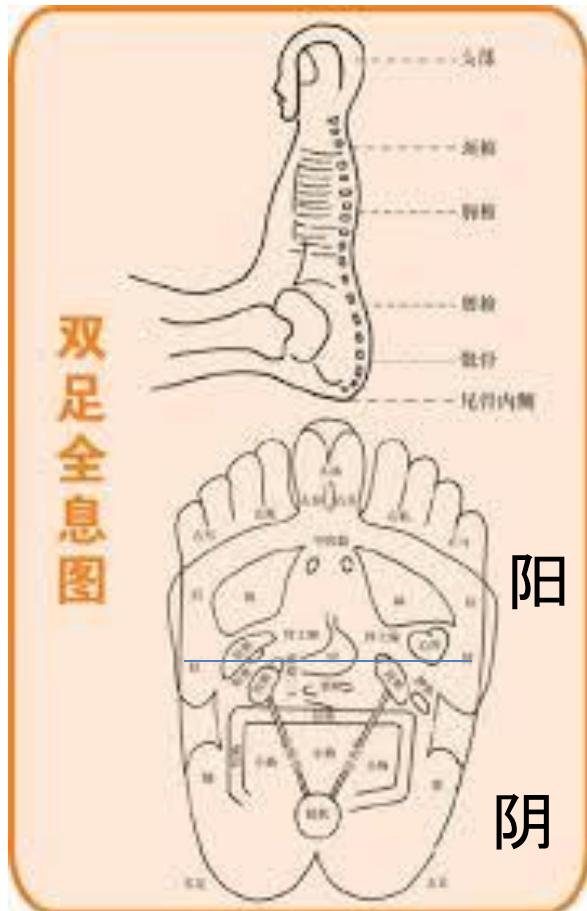
胶东总提取穴体针

- 阴阳定病 足部



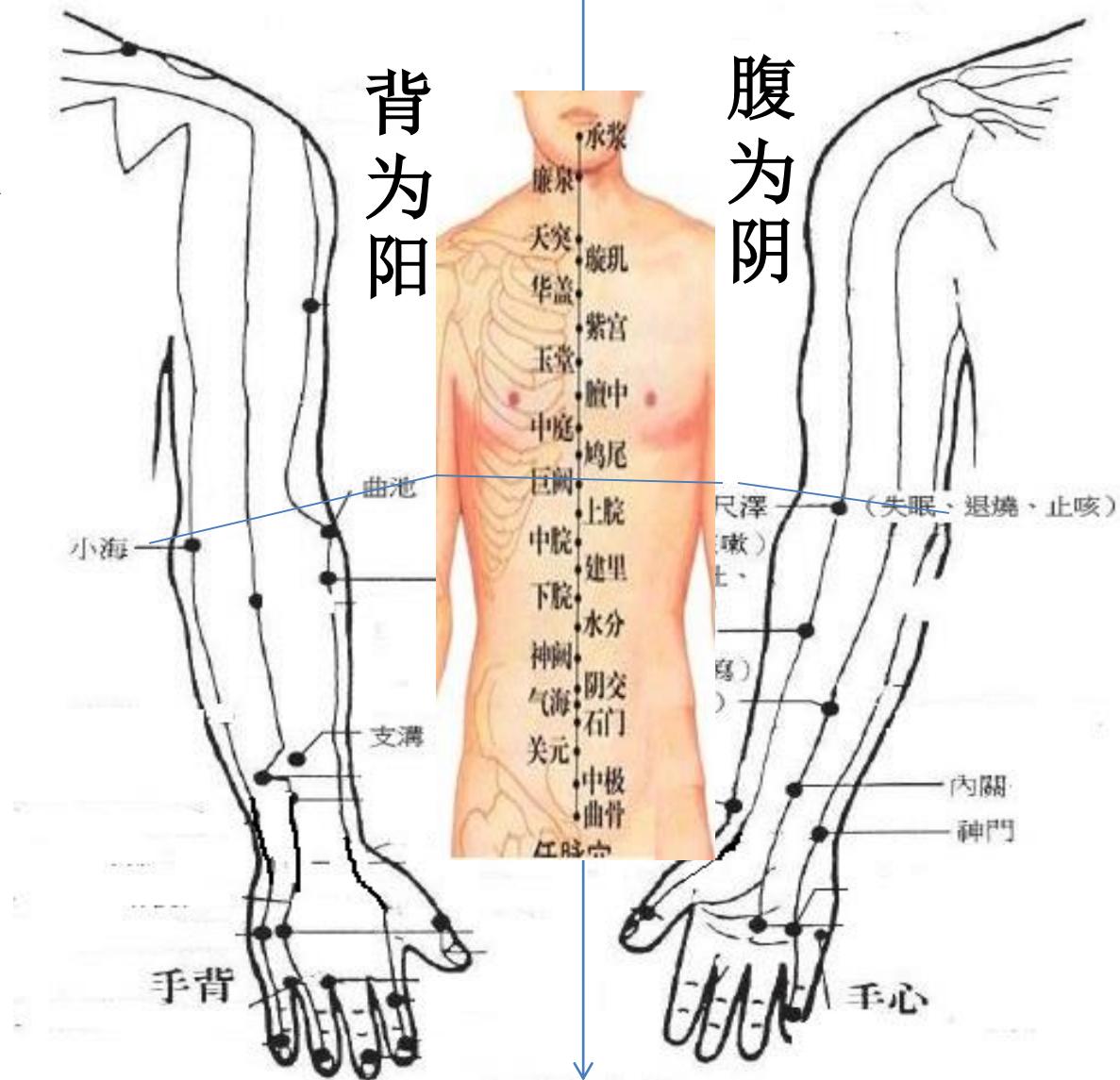
胶东总提取穴体针

• 阴阳定病 足部



胶东总提取穴体针

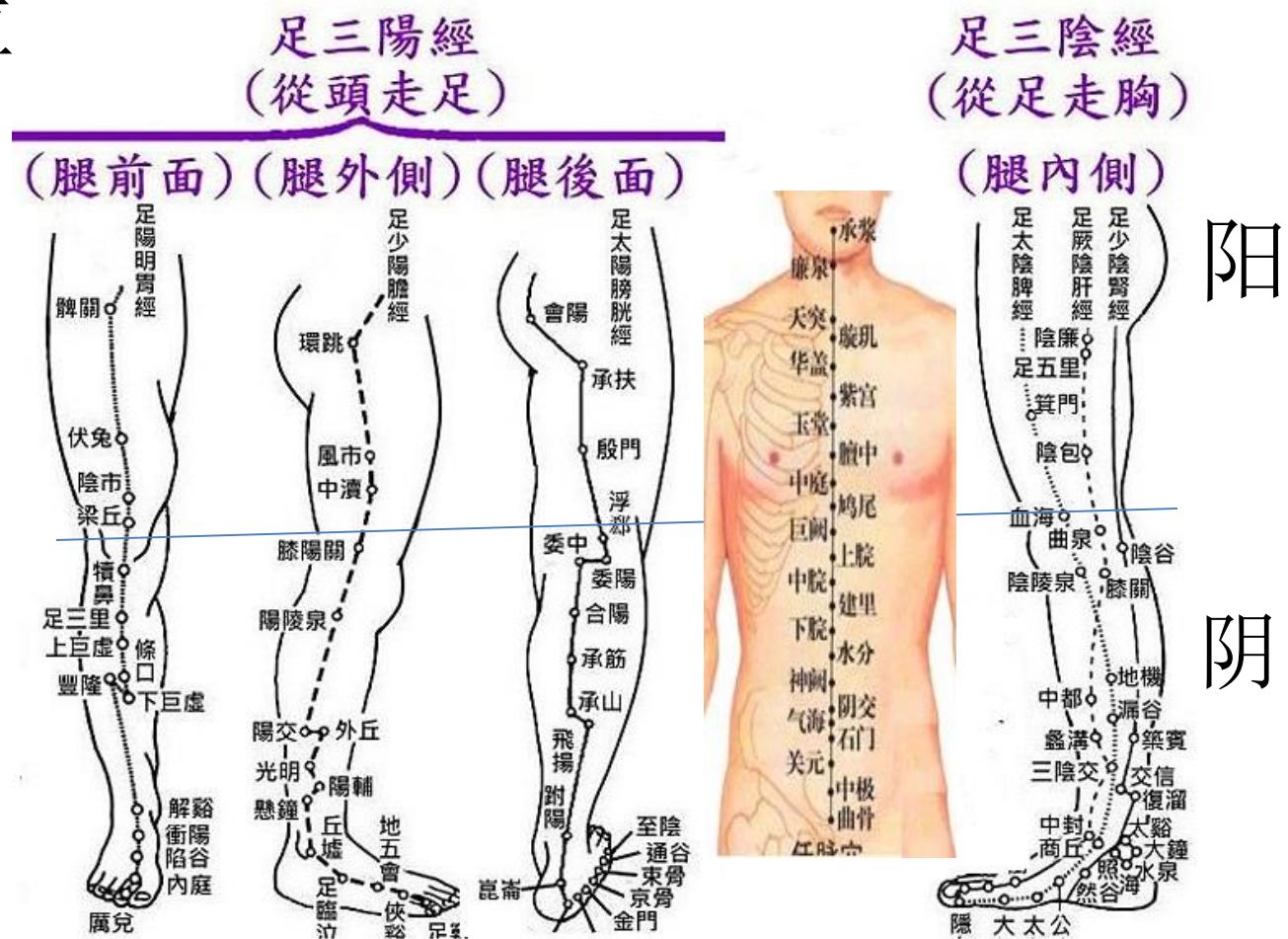
- 阴阳定病位
 - 臂部
 - 手背为阳，
手心为阴
 - 肘上为阳，
肘下为阴



胶东总提取穴体针

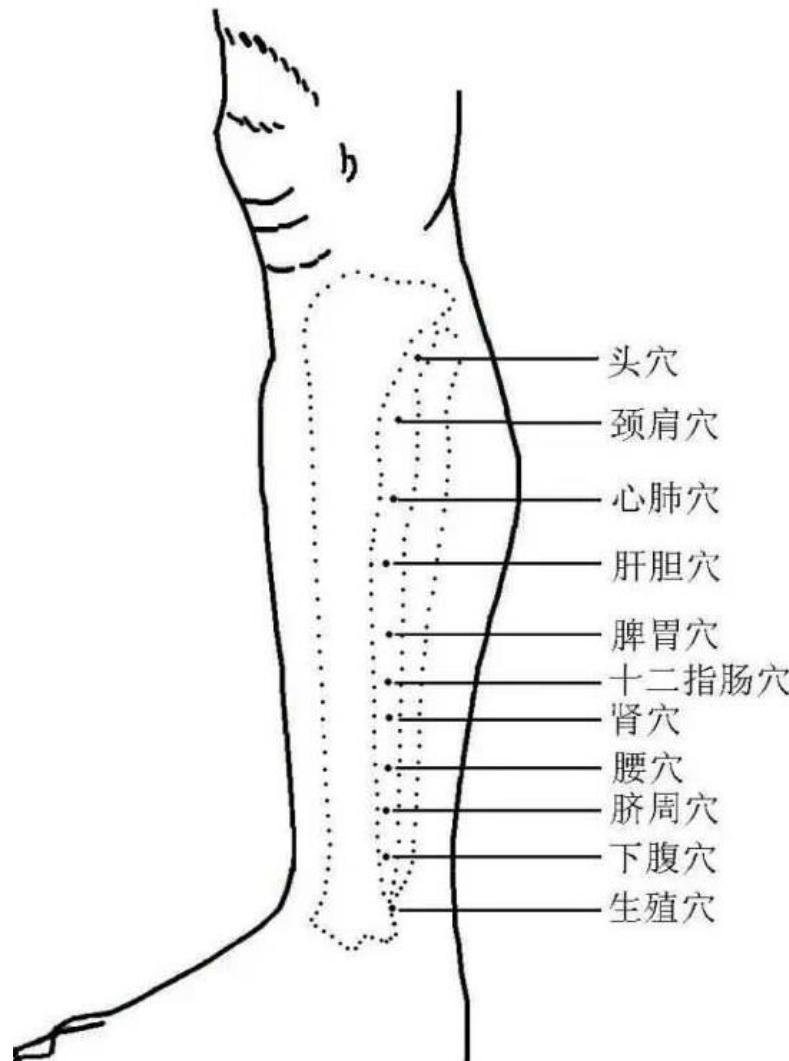
- ## • 阴阳定病位

• 腿部
腿背为阳，
腿前为阴
外侧为阳，
里侧为阴
膝上为阳，
膝下为阴



胶东总提取穴体针

- 阴阳定病位
- 腿部



总提取穴总结

- 头部总领体针
- 贴骨留痛.
- 铜山西崩，洛钟东应
- 奇数为阳，偶数为阴
- 钟鸣阳也，山崩亦阳也,重阳为阴，
- 敏感点都不痛了，就是阴阳平衡了
- 凡事从简，不宜繁

答疑解惑

动手操作

法担与法截

- 担截法首载于《马丹阳天星十二穴治杂病歌》：
合担用法担，合截用法截

三里内庭穴，曲池合谷接。

委中承山配，太冲昆仑穴。

环跳与阳陵，通里并列缺。

合担用法担，合截用法截。

三百六十穴，不出十二诀。

治病如神灵，浑如汤泼雪。

北斗降真机，金锁教开彻。

至人可传授，匪人莫浪说。

法担与法截

法担与法截

- 元名臣，著名文学家许有壬在《至正集·真堂记》中记述：“太师窦先生之未遇也，怀其学无所施，悯人札瘥，针法极其妙。施诸治疗，莫不即愈，兵荒中活人不知其几。及见世皇，其陈三纲五常之道，人道既立，相安并生，其为活人又什百千万于针矣。天下之言针者，一以太师为宗。而标榜求售者，皆自称门人焉。”
- 窦氏一反两晋唐宋诸针灸典籍之重灸轻针现象，大力倡导针法，为明代针法的繁荣昌盛起到基石作用。
- 《灵枢·经脉》说：“盛则泻之，虚则补之，热则疾之，寒则留之，陷下则灸之，不盛不虚以经取之。”

法担与法截

其次《栏江赋》亦以它为重心，后代医家对担截有不同的认识及解说，其意义大致有下述几点：

第一种说法：认为是补泻法：

《针灸大成卷四·经络迎随设为问答》说
「补针之法...再推进一豆谓之按为截，为随」
「泻针之法...退针一豆谓之提为担，为迎也」

杨继洲是把截法与随并论，担法与迎并论的，是把截做为补法，把担作为泻法。

法担与法截

第二种说法:是取穴的一种方法,此法目前广被针灸者运用如明朝汪机《针灸问对》中所说:

「截者截穴,用一穴也,
担者二穴或手足二穴,
或两手足各一穴也」。

既可取单侧一穴截之,又可取双侧双穴担之,如:

- 头痛牙痛取单侧合谷谓之上截;
- 胸闷气短取双内关谓之上担;
- 腹痛腹胀取双侧足三里谓之下担。

也可上下结合,采上担下截或下担上截,如

- 胃痛胸闷呕吐取双侧内关单侧公孙谓之上担下截,

也有上下截法或上下双担法,如

- 取双内关双公孙即是上下双担。

法担与法截

第三种说法:辞源等书所言:

截, 有截止, 拦阻之意,

担, 有负戴, 承担之意。

经络之上游取穴就有截断之意,

如手三阳从手走头, 针上游之合谷外关可谓之截,

足三阴从脚走胸, 针上游之公孙太冲可谓之截;

在经络之下游取穴就有承担之意,

如手三阴从胸走手, 针下游之内关列缺可谓之担,

足三阳从头走脚, 针下游之足三里足临泣可谓之担。

第四种说法: 担也有一穴治多症的说法 如迎香
一针可治鼻炎和膝盖痛

法担与法截

- 三里等十二穴世人皆知，
- 然其关键之处“北斗降真机，金锁教开彻”，却未见有知者。世人讲解马丹阳天星十二穴治杂病歌时，皆跳开此句，实不知此句实为整首歌诀之真机。“北斗降真机”，此北斗真机即为天罡之机。
- 头针取穴，叫众星拱北，取意就在此

法担与法截

- 此天星穴由宋朝道教琼瑶真人和马丹阳为道教传奇人物，所以得到道教术数医学真传也是毫不为奇之事。但无论是琼瑶真人还是丹阳真人，皆出于遵守道教门规而秘传，公开提到的只是三里等天星十二穴，对于天罡真诀却只字未提，丹阳真人也只是一句“北斗降真机，金锁教开彻”而轻描淡写的一笔带过，对其诀其法却不在论及。末了还留下一句“至人可传授，匪人莫浪说”的戒规，可见对天罡诀法的珍视。

法担与法截

- 《標幽賦》觀夫九針之法，毫針最微，七星可應，衆穴主持
- 北斗七星是由天枢、天璇、天玑、天权、玉衡、开阳、瑶光七星组成的
- 马丹阳天星十二穴治杂病歌
- 北斗降真机，金锁教开彻。至人可传授，匪人莫浪说。
- 全真七子，北斗七星，马丹阳北斗降真机，窦默七星可應，就是讲的七分，加总提，这就是针灸的秘密

法担与法截

- 配合天星，

歌诀名为“天星十二穴”，天星即天上之星，指明此十二穴的重要。选取天罡灵穴施术之后，配合三里 内庭等天星十二穴，如此，天罡十二穴配合天星十二腧穴，方为此法之秘传真机。

- 三里内庭穴，曲池合谷接。
- 委中承山配，太冲昆仑穴。
- 环跳与阳陵，通里并列缺。

细解《针灸大成》中的配穴

- 三里与内庭
- 三里膝眼下，三寸两筋间。能通心腹胀，善治胃中寒，肠鸣并泄泻，腿肿膝胫酸，伤寒羸瘦损，气蛊及诸般。年过三旬后，针灸眼便宽。取穴当审的，八分三壮安。
- 内庭次指外，本属足阳明。能治四肢厥，喜静恶闻声，瘾疹咽喉痛，数欠及牙疼，疮疾不能食，针着便惺惺。针三分，灸三壮。

曲池与合谷

- 曲池拱手取，屈肘骨边求。善治肘中痛，偏风手不收，挽弓开不得，筋缓莫梳头，喉闭促欲死，发热更无休，遍身风癬癩，针着实时瘳（针五分，灸三壮）。
- 谷在虎口，两指歧骨间。头疼并面肿，疟病热还寒，齿齷鼻衄血，口噤不开言。针入五分深，令人即便安（灸三壮）。

委中与承山

- 委中曲腘里，横纹脉中央。腰痛不能举，沉沉引脊梁，酸疼筋莫展，风痹复无常，膝头难伸屈，针入即安康（针五分，禁灸）。
- 承山名鱼腹，腨肠分肉间。善治腰疼痛，痔疾大便难，脚气并膝肿，辗转战疼酸，霍乱及转筋，穴中刺便安（针七分，灸五壮）。

太冲与昆仑

- 太冲足大趾，节后二寸中。动脉知生死，能医惊痫风，咽喉并心胀，两足不能行，七疝偏坠肿，眼目似云朦，亦能疗腰痛，针下有神功（针三分，灸三壮）。
- 昆仑足外踝，跟骨上边寻。转筋腰尻痛，暴喘满冲心，举步行不得，一动即呻吟，若欲求安乐，须于此穴针（针五分，灸三壮）。

环跳与阳陵

- 环跳在髀枢，侧卧屈足取。折腰莫能顾，冷风并湿痹，腿胯连腨痛，转侧重欹歟。顷刻病消除（针二寸，灸五壮）。
- 阳陵居膝下，外腨一寸中。膝肿并麻木，举足不能起，坐卧似衰翁，神功妙不同（灸三壮）。

通里与列缺

- 通里腕侧后，去腕一寸中。欲言声不出，懊恼及怔忡，实则四肢重，头腮面颊红，虚则不能食，暴暗面无容，毫针微微刺，方信有神功（针三分，灸三壮）。
- 列缺腕侧上，次指手交叉。善疗偏头患，遍身风痹麻，痰涎频壅上，口噤不开牙，若能明补泻，应手即如拿（针三分，灸五壮）。

法担与法截实例

女， 24岁， 右侧胯部痛 和 颈椎痛头痛



法担与法截

- 《灵枢.终始》“凡刺之道， 气调而止”
《刺节真邪论》“用针之道， 在于调气”。

答疑解惑

谢谢大家交流！

[HTTPS://WWW.YUDAYIMEDICINE.COM/](https://www.yudayimedicine.com/)

TEL: 805 - 523 - 9155