



广东省第二中医院

GUANGDONG SECOND TRADITIONAL CHINESE MEDICINE HOSPITAL

广东省中医药工程技术研究院

GUANGDONG PROVINCE ENGINEERING TECHNOLOGY RESEARCH INSTITUTE OF T.C.M

有效的耳穴治療與中醫護理

廣東省第二中醫院

詹文英



广东省第二中医院
GUANGDONG SECOND TRADITIONAL CHINESE MEDICINE HOSPITAL
广东省中医药工程技术研究院
GUANGDONG PROVINCE ENGINEERING TECHNOLOGY RESEARCH INSTITUTE OF TCM



詹文英

廣東省第二中醫院大外科科護士長 主任護師

廣州中醫藥大學兼職教授

廣東省中醫專科護士臨床導師

耳醫學苑特聘講師

世界中醫藥學會聯合會骨關節疾病專業委員會常務理事、護理學組副主任委員

中國民族醫藥學會筋骨養護專業委員會副會長、護理學組組長

廣東省護士協會耳穴療法護理分會會長

廣東省護士協會針刺法（腕踝針、皮內針、杵針）護理分會顧問

廣東省護理學會中醫耳療護理專業委員會專家庫成員

廣東省中醫藥學會骨科康養專業委員會副會長

廣東省護士協會中醫康復護理分會副會長

廣東省針灸學會耳穴專業委員會常委兼副秘書長

廣州市長期護理保險評估專家

國家三級健康管理師、公共營養師

擅長運用耳穴療法、針法（皮內針、腕踝針）、刮痧、灸法、罐法等傳統中醫技術，解決過敏性疾病、失眠、頑固性便秘、頸肩腰腿痛等各種痛證

獲批廣東省護士協會首批“耳穴療法”名醫護士工作室

主持參加省、廳局級課題10餘項，公开发表学术论文10余篇，副主编著作1本，参编著作3本，獲國家實用新型專利3項



醫院基本狀況

廣東省中醫藥局直屬中醫醫療科研機構

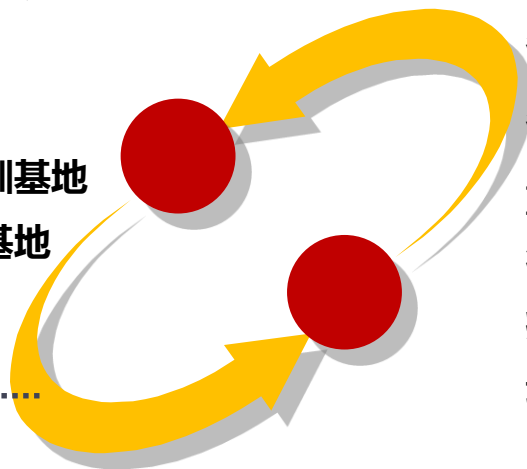
廣州中醫藥大學第五臨床醫學院

廣東省博士後科研工作站

廣東省博士後創新實踐基地

國家中醫住院醫師規範化培訓基地

廣東省中醫藥適宜技術推廣基地



國家級重點學科3個

國家級重點專科7個，包括**護理學**等

省級重點專科5個

省級重點專科建設單位 2 個

重點打造中醫大康復特色，經過多年發展，針灸康復科形成了品牌優勢，共擁有11個病區430餘張病床，成為目前全國綜合中醫院中規模最大、設備最全、技術領先的針灸康復科

3個院區和3個門診部、託管1個社區衛生服務中心

全院共開設中醫特色專科30餘個





醫院基本狀況——護理學

學術團體主委單位

- 廣東省中西醫結合學會急危重症特色護理專業委員會
- 廣東省中西醫結合學會康復特色護理專業委員會
- 廣東省中醫藥學會疼痛特色護理與管理專業委員會
- 廣東省傳統醫學會中醫特色技術創新與管理專業委員會
- 廣東省護士協會中醫康復護理分會
- 廣東省護士協會中醫傳統功法護理分會
- 廣東省護士協會紅爐撥筋療法護理分會
- 廣東省護士協會耳穴療法護理分會
- 廣東省護士協會杵針護理分會
- 廣東省護士協會針刺法（皮內針、腕踝針）護理分會
- 廣東省護士協會中西醫融合神經重症康復護理分會





護理工作簡介-技術團隊



耳穴療法
技術團隊



杵針
技術團隊



皮內針、腕踝針
技術團隊



刮痧
技術團隊



超聲引導下中長導管
置管技術團隊





廣東省第二中醫院耳穴療法團隊



- “耳穴療法名醫護士工作室”，顧問3人（醫療博士）、主要成員13人（研究生3人）
- “耳穴研習社”成員40人，其中1人為耳醫學苑特聘講師、4人為耳醫學苑講師營講師、25人取得中國保健協會耳穴調理顧問
- “廣東省護士協會耳穴療法護理分會”現有委員752人，覆蓋全國25個省、直轄市，306家單位





耳穴療法團隊——抗疫一線耳穴推廣



小班實踐教學

耳穴按摩操帶教



目 錄

壹

耳穴療法概述

貳

常用耳穴療法

參

耳穴療法在臨床護理
中的應用

肆

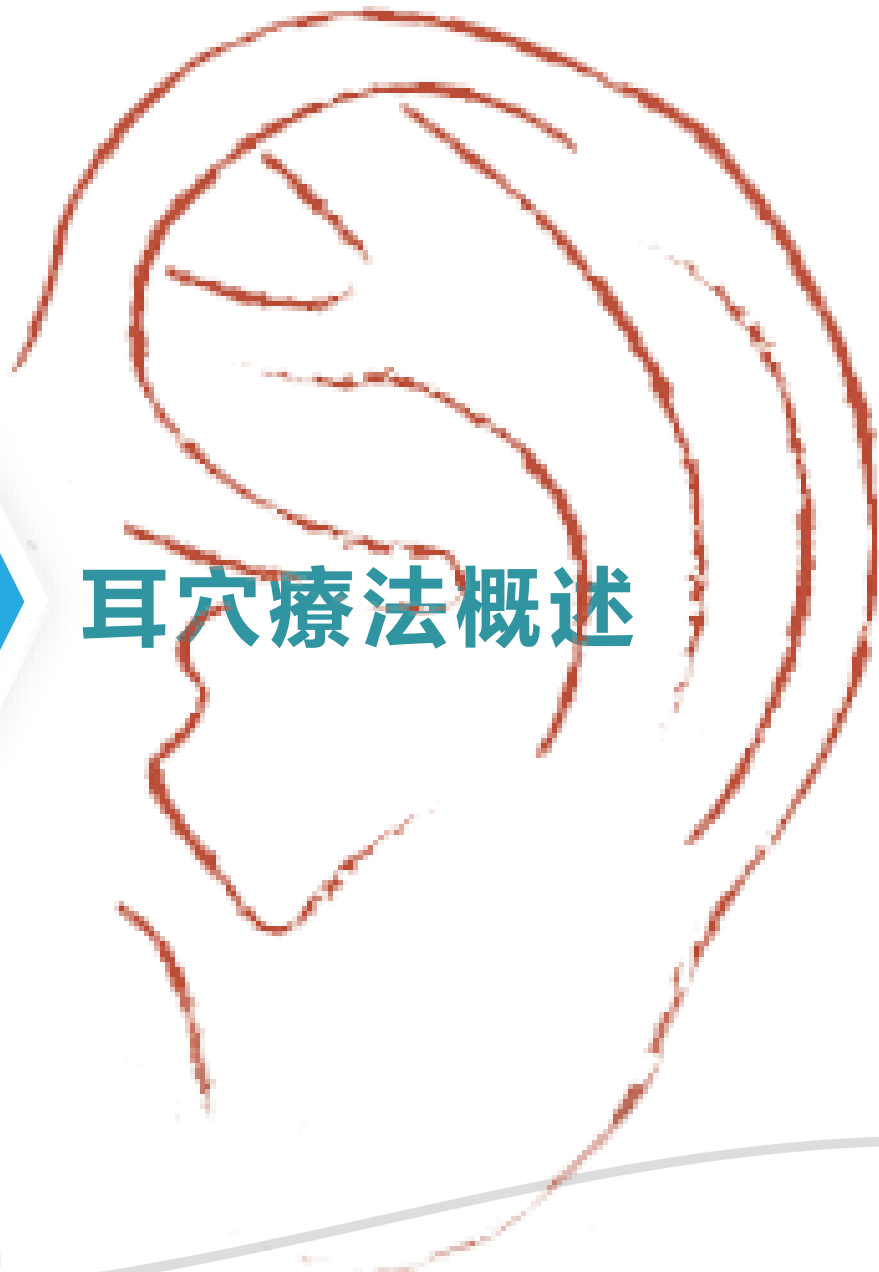
耳穴治療案例分享





01

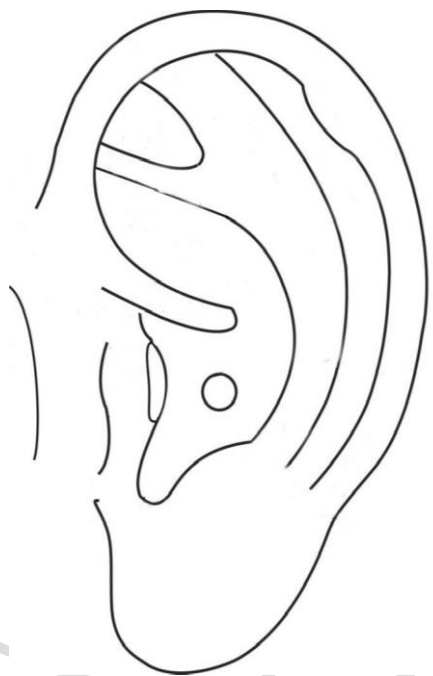
耳穴療法概述





耳穴的起源與發展

- 我國耳穴起源於古代、流傳於民間、散載於歷代醫學著作之中。具有悠久的歷史，經歷了長期的發展過程，是傳統醫學的重要組成部分。經近十幾年來的發掘、整理、研究、逐漸發展成為中西結合、融合古今、獨具理論體系



起源於我國

《陰陽十一脈灸經》
最早可追溯到西元前68年以前

系統化於歐洲

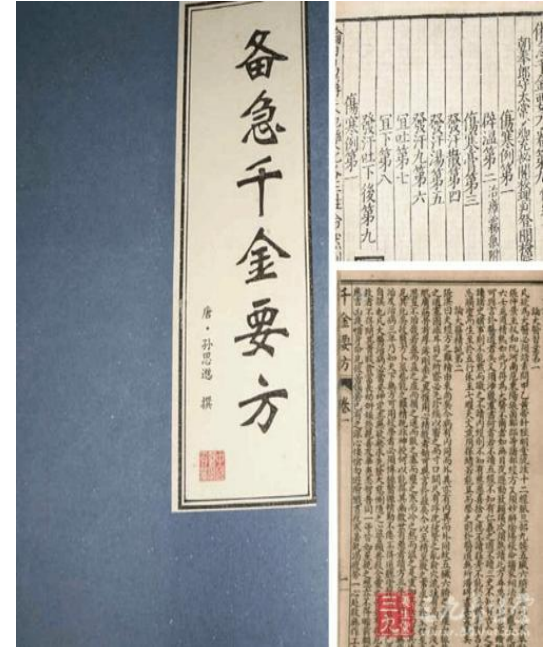
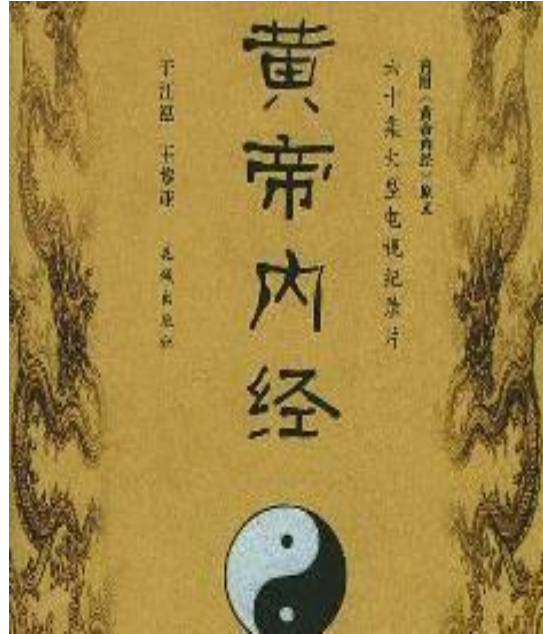
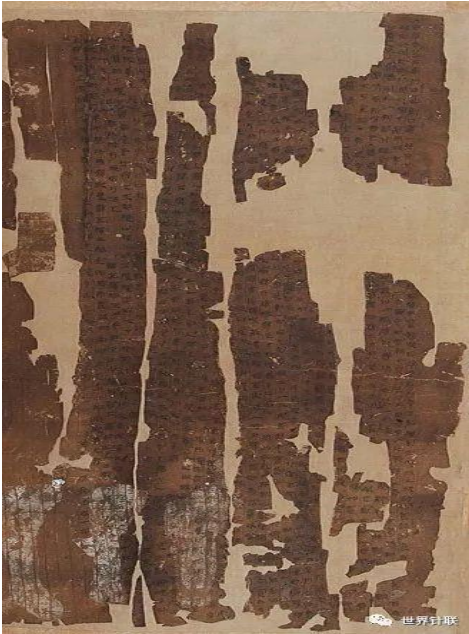
《胚胎倒置學說》
1956年法國保羅諾吉爾

標準化于我國

1992年
我國率先制定《國家標準耳穴名稱與部位》



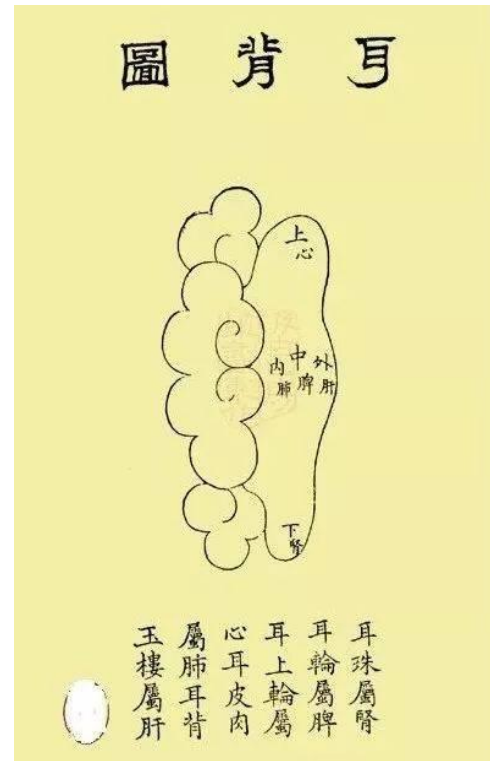
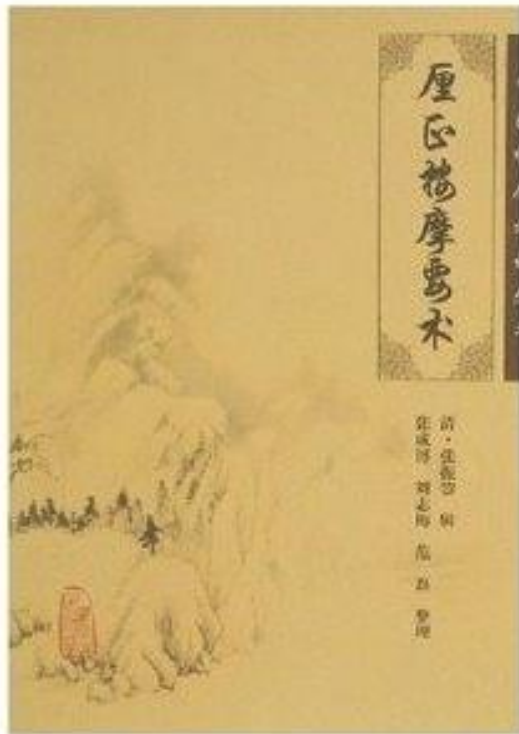
耳穴的起源與發展



- 長沙馬王堆三號漢墓出土的帛書《陰陽十一脈灸經》中，就記載耳與上肢、眼、頰、咽喉相關聯繫的“耳脈”
- 春秋戰國末期的黃帝內經中，記載了籍耳診治疾病的經驗和理論。“耳者，宗脈之所聚也……《黃帝內經》靈樞口問篇
- 視耳好惡，以知其性……《黃帝內經》靈樞師傳篇
- 《備急千金要方》記載了，“耳中穴耳門孔上橫樑是”



耳穴的起源與發展

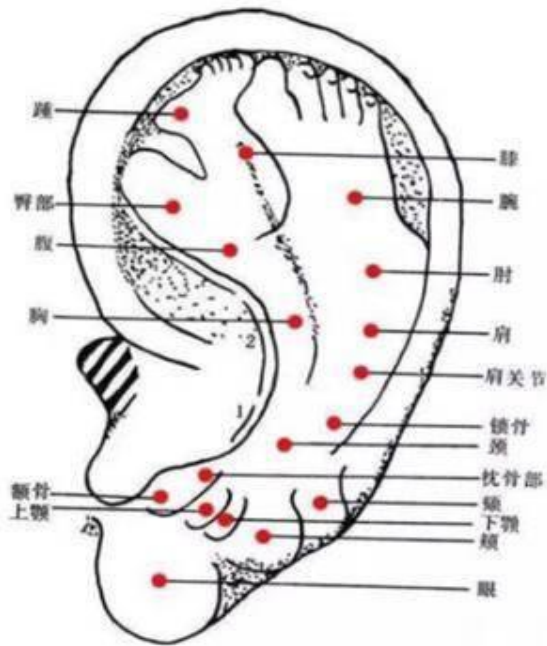


➤ 1888年，張震盞的《厘正按摩要素》記載了世界上第一張耳穴圖





耳穴的起源與發展



- 1950年法國醫學博士保羅諾吉爾發現，民間有一種治療方法，即在患者的對耳輪下腳區域灼傷，可以治療坐骨神經痛，經過六年研究，繪製了最早的耳穴點圖，1956年在地中海針灸學大會發表，此圖的耳穴分佈規律頗似倒置的胎兒，被稱為倒置胚胎學說

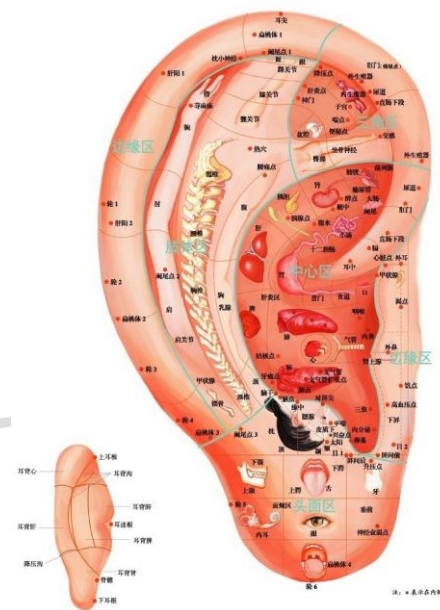




耳穴的起源與發展

耳穴國標標準化

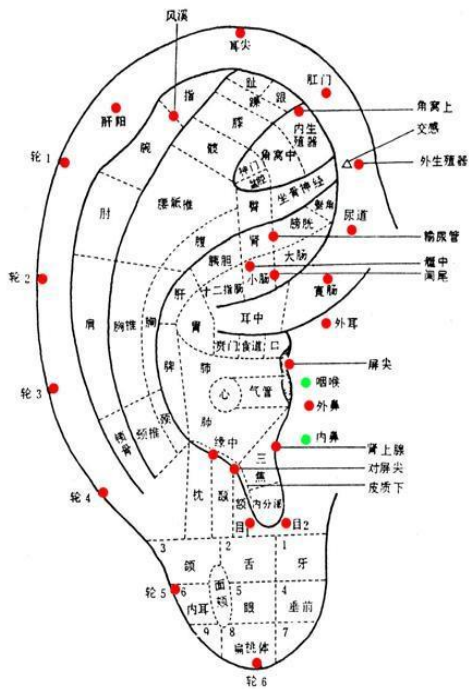
- 1982年12月，世界衛生組織西太區會議委託我國擬定耳穴國標標準化方案草案，中國針灸協會把這個任務交給了當時的全國耳針協作組
- 針協作組至1982年12月到1987年6月先後召開過五次全國會議，專門研究擬定此方案





耳穴的起源與發展

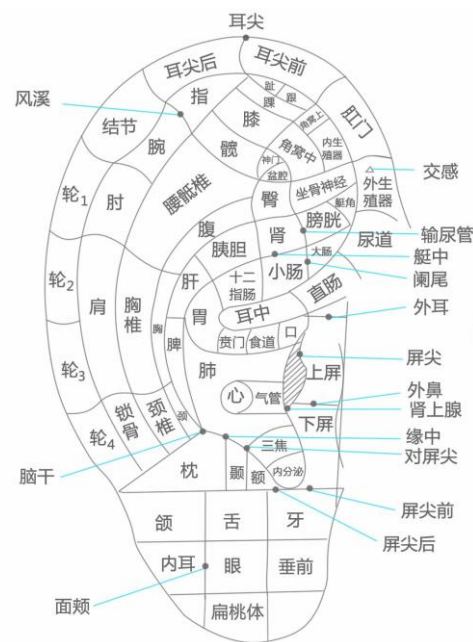
國家標準耳穴的誕生



國際標準化方案90個



國家 (1993版) 91個



國家 (2008版) 93個



耳穴助力新冠肺炎防治



2. 中医适宜技术。

(1) 艾灸疗法: 选取中脘、气海、天枢(双侧)、内关(双侧)、足三里(双侧)等穴位。

(2) 穴位按摩: 选取内关(双侧)、孔最(双侧)、膻中、足三里(双侧)等穴位。

(3) 拔罐疗法: 选取肺俞(双侧)、膈俞(双侧)、脾俞(双侧)、风门(双侧)等穴位。

(4) 耳穴按摩和压豆: 摩擦耳轮、提拉耳尖、下拉耳垂、鸣天鼓。耳穴压豆常用支气管、肺、内分泌、神门、枕、脾、胃、大肠、交感等。



2020年支援湖北省中西醫結合醫院國家中醫醫療隊廣東省第二中醫院隊員胡娜



2022年廣東省團校廣東省第二中醫院方艙醫院隊員陳麗娟



概述

何謂耳穴?

《靈樞·九針十二原》：“所言節者，神氣之所遊行出入也，非皮肉筋骨也”。氣血彙聚、分散、走行經過的地方就是穴位！所以人身上下，處處是穴位。耳郭皮膚表面與人體臟腑經絡、組織器官、四肢百骸相互溝通的部位，反應機體生理功能和病理變化的部位稱為耳穴

耳穴诊断

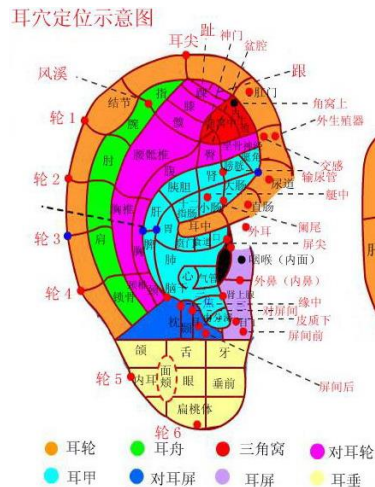
人体内脏、躯体某些部位发生病变时，根据耳郭相应区域出现的各种阳性反应（变形、变色、脱屑，丘疹，血管变化、压痛敏感及皮肤电特性的变化等）来辅助诊断疾病的方法





耳穴分佈特徵

耳穴分佈特徵



低凹性

耳穴有低凹性的特點，低凹部位的耳穴敏感，耳背脊柱溝處在耳背低窪處，所以脊柱病變、頸椎病、腰椎病、腰痛坐骨神經痛均取耳背脊柱溝陽性反應點

向輪性

耳穴有向輪性的分佈特點，即向耳輪、對耳輪方向的規律。例如口、食道、賁門、胃穴在探測時探索頭朝上（向耳輪腳的方向）電阻最低，壓痛也最敏感，治療時按此方向療效也最好

正背一致性

耳穴分佈有前後相一致性的特點，對於運動系統疾病，耳前可做定位診斷相對應的耳背部可用於治療，必要時耳前及相對應的耳後面做對應治療以加強刺激，提高療效



耳穴療法

耳穴療法是指在耳郭相應穴位上用針刺、貼壓、注射、割治、火針、貼膏、刮痧、按摩等方法進行刺激以達治療預防疾病作用的一種外治方法

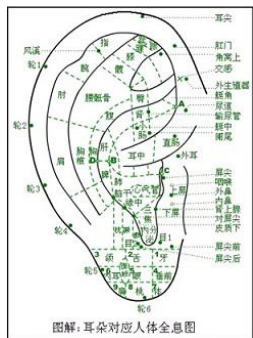




耳穴療法

耳穴疗法的理论依据

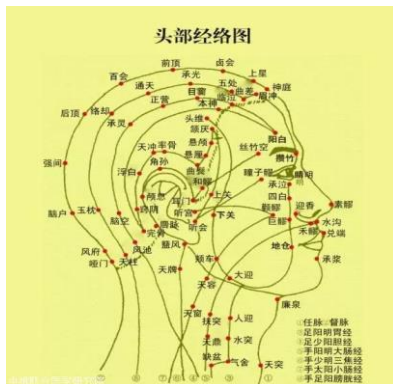
生物全息论



神经学说



经络学说



德尔他反射学说





耳穴療法的特點



適應症廣

採用耳穴治療的病症有249種，其中對70多種病症療效顯著



療效迅速

對痛證、炎症、出血性疾病、便秘、高血壓等疾病療效迅速



操作簡便

不受氣候、環境、設備、場地限制



易學易懂

有規律可循，耳人一一對應，方便理解記憶



經濟實用

設備操作簡單



經濟无不良反應

綠色療法，安全、無痛苦



預防作用

養生保健，預防疾病，增強體質



輔助診斷

可早期輔助診斷，利於發現疾病，有助於早期防治





WHO向各國推薦針灸（耳穴）適應症（計64個病症）

一、有隨機對照實驗過的針灸（耳穴）適應症

戒煙、過敏性鼻炎、競技綜合征、面癱、支氣管哮喘、心神經官能症、頸椎病、運動系統慢性疼痛（頸、肩、脊柱、膝等）、抑鬱、膽絞痛、戒煙、痛經、頭痛、偏癱及其他腦病後遺症、高血壓、原發性低血壓、陽痿（不能射精）、引產、失眠、白細胞減少、腰痛、偏頭痛、妊娠反應、噁心嘔吐、肩周炎、手術後疼痛、經前期緊張症、神經根疼痛綜合征、腎絞痛、類風濕性關節炎、扭傷和勞損、下頷關節功能紊亂、緊張性頭痛、戒煙、三叉神經痛、泌尿道結石

1

二、有足夠數量的病人為樣本，但無隨機對照實驗的針灸（耳穴）適應症

急性扁桃體炎/咽喉炎、背痛、膽道蛔蟲症、慢性咽炎、胎位不正、小兒遺尿、網球肘、膽結石、腸道激惹綜合征、美尼爾氏病、肌筋膜炎、兒童近視、坐骨神經痛、扁桃體切除術後疼痛、精神分裂症、單純性肥胖

2

三、有反復臨床報導、效果較好，或有一些實驗依據的針灸（耳穴）適應症

便秘、缺乳、泄瀉、女子不孕、胃下垂、呃逆、尿失禁、無痛分娩、尿瀦留、鼻竇炎

3



02

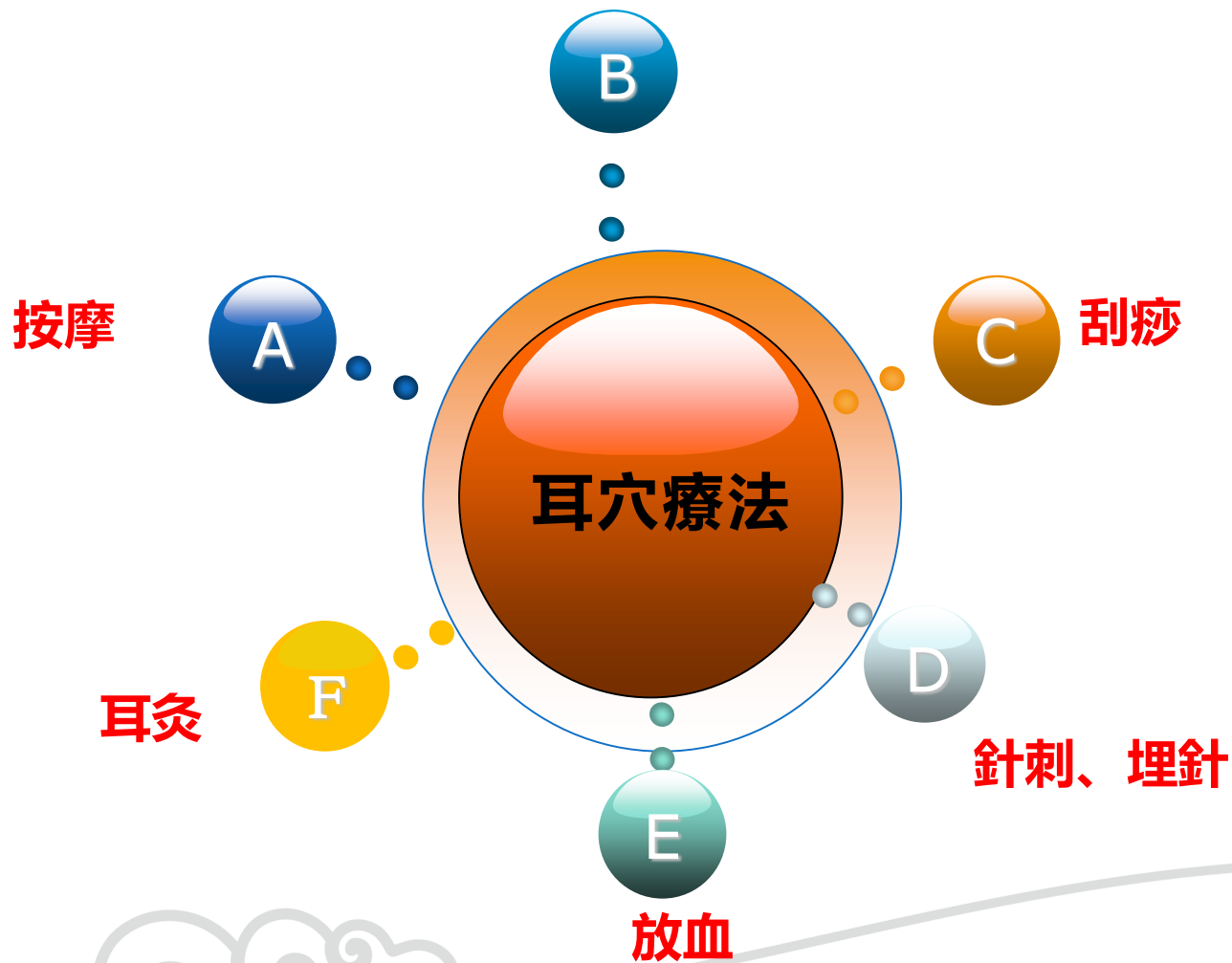
常用耳穴療法





常用耳穴療法

貼壓：壓豆、磁珠、砭石、貼膏





耳穴按摩法



運用按摩手法刺激耳郭及相應耳穴以防治疾病的一種方法

體位選擇

常採用坐位，年老體弱、病重或精神緊張者採用臥位

定穴和消毒

根據服務對象情況選取相關耳穴，用 75%乙醇棉球擦拭耳郭相應部位

按摩方法主要是以下三種：

點按法：

用探棒或手指指尖點按相關的穴位，壓力由輕到重，至局部脹痛、發熱為宜，每穴1~2 分鐘

掐按法：

用一手拇指對準耳前穴位點，食指對準穴位耳背相對應部位進行掐按，力度由輕到重，直到局部脹痛、發熱為宜

揉按法：

用探棒、手掌或食指尖對準耳郭相應部位或穴位進行揉按，壓力由輕到，至局部發熱、脹痛為宜



耳穴按摩法

➤ 自創耳穴按摩法（太極按摩法）

術者用一手拇指指腹對準耳穴（相應部位），示指對準耳背面的相對位置運用太極進行按摩，手法由輕到重，以受術者能耐受為度

太極按摩法喻陰陽合力於無形 萬變之中，手法輕柔，符合“筋喜柔而惡剛”的治療原則，意氣勁力，內外運動，在無痛或微痛狀態下達到活血行氣、疏通經絡、鎮靜安神、鎮痛、醒腦開竅等作用

體弱者手法輕，體強者可用重手法

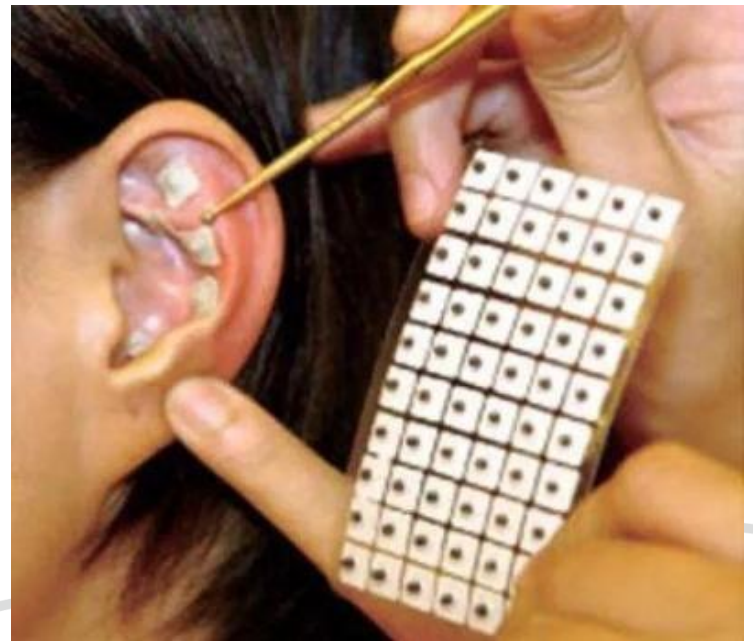
每穴可持續按摩5-10分鐘，反復運算元次
用於各種疾病





耳穴貼壓法

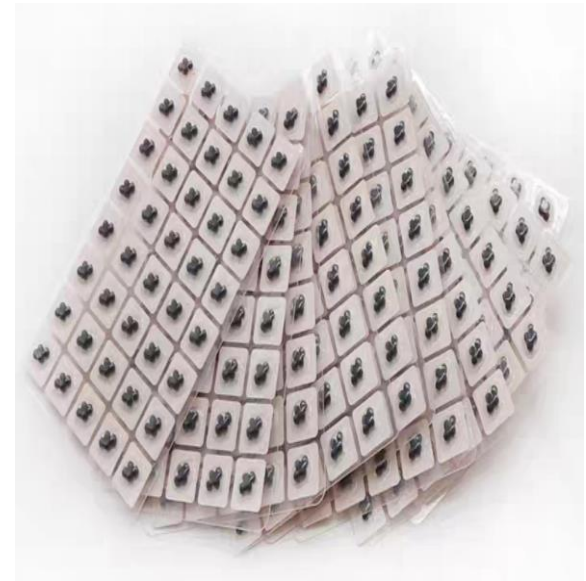
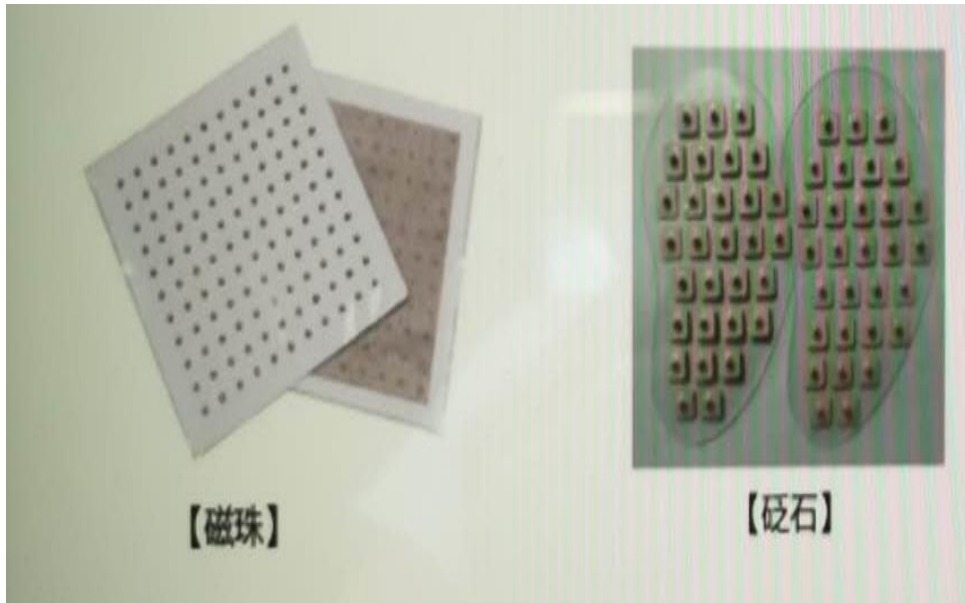
耳穴壓豆法，是用膠布將藥豆準確地粘貼於耳穴處，給予適度的揉、按、捏、壓，使其產生酸、麻、脹、痛等刺激感應，以達到治療目的的一種外治療法。又稱耳廓穴區壓迫療法





耳穴貼壓的工具選擇

耳穴貼壓的工具選擇（磁石、砭石、王不留行籽）



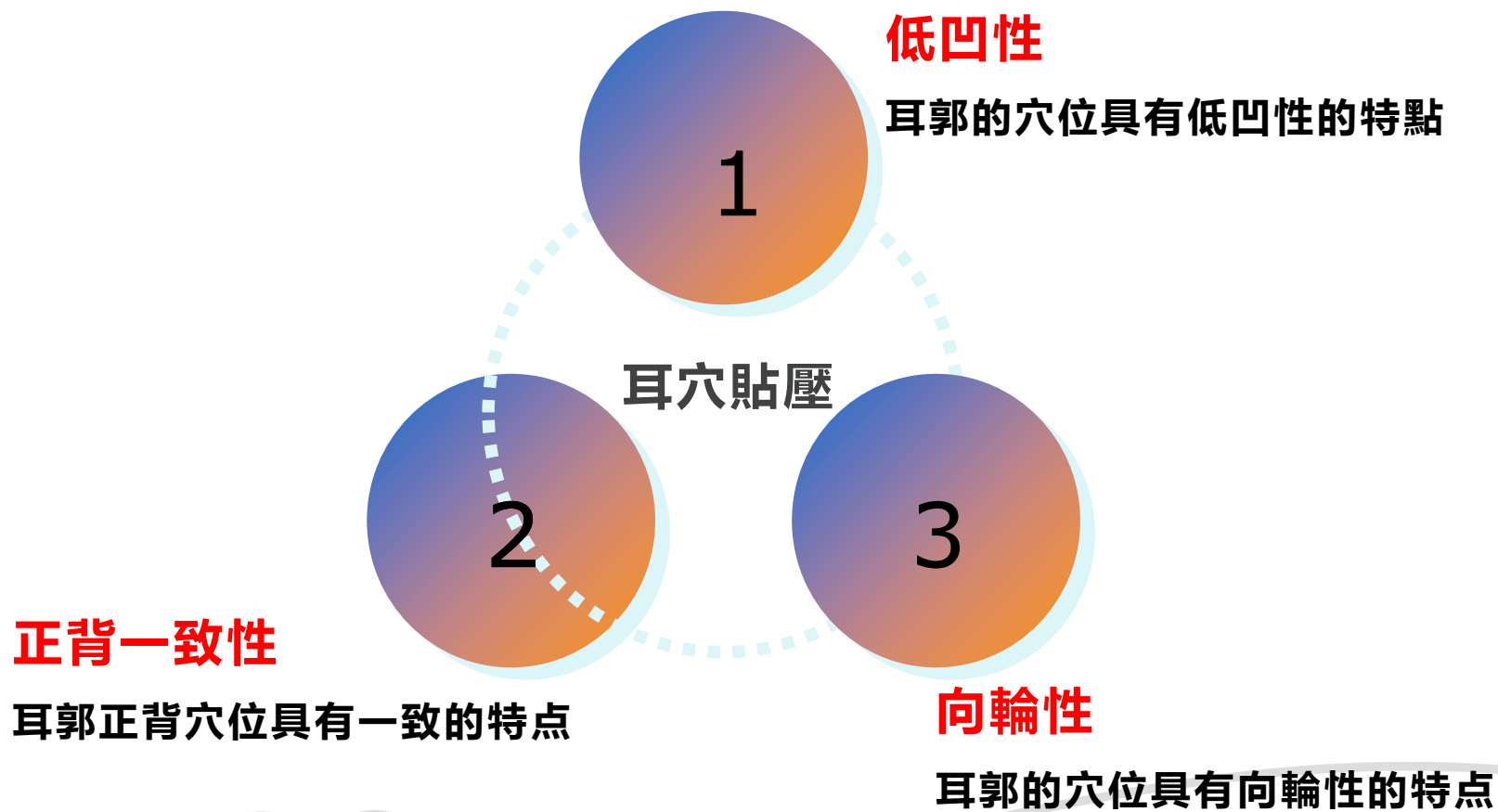
【王不留行籽】

貼壓物的選擇原則：

表面光滑；質地硬；適合貼壓的大小；無副作用

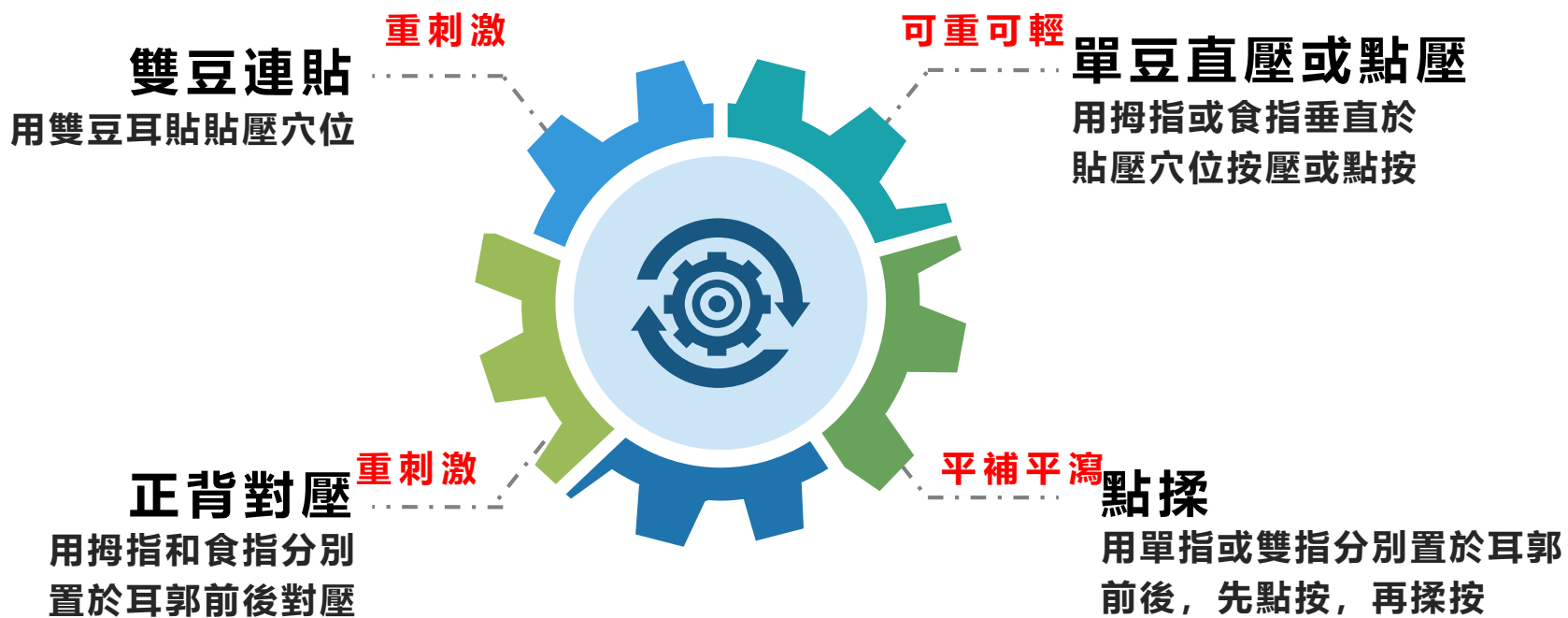


耳穴貼壓的原則





耳穴貼壓的手法



按壓時要注意向輪性、低凹性



耳穴貼壓注意事項

- 貼壓物要準確地貼壓在耳穴上，要獲得針感（即耳穴貼壓後耳郭發熱、發脹、微痛感）
- 貼壓順序：相應部位——中醫理論——西醫理論——經驗用穴
- 貼壓膠帶應完全與耳穴皮膚粘合，不可有縫隙或膠帶皺褶
- 使用無張力貼壓膠帶時，儘量交穴位皮膚拉開，使膠帶與皮膚完全粘合；若為張力性貼壓膠帶應輕輕將穴位皮膚拉開即可，切勿過度牽拉而造成貼壓後張力太過大引起不適或皮膚受損
- 耳郭貼壓選穴不宜過多，耳郭前後部分均可貼壓。肩背部、腰腿部病變選用耳背穴位效果更佳
- 急性病症患者，予以施展手法在貼壓處按摩數秒鐘，直到痛輕為止，取得即時療效
- 可以雙耳同時進行治療，慢性症可雙耳輪換或前後貼壓，以保持穴位的敏感度，提高療效
- 貼壓時注意穴位方向性：耳穴的向輪性、低凹性
- 治療療程：
 - 每貼壓1次，夏天可留置3日，冬天可留置5-7日
 - 貼壓期間，囑患者每日自行按壓3-5次，每次每穴按壓1-2分鐘
 - 10次為一個療程，療程間可休息3-5日繼續下一個療程



耳穴刮痧法

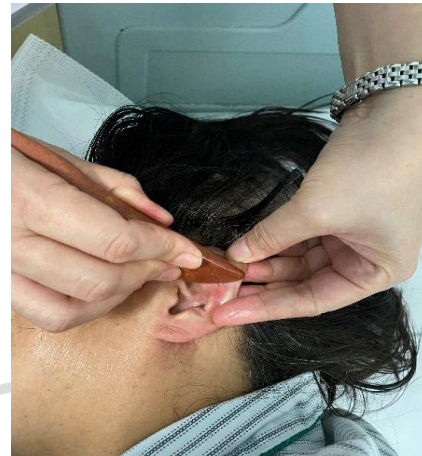
用耳穴刮痧板刮拭耳郭部位來調動人體的陽氣，以達到扶正祛邪，以通為治、以通為補、以通為泄、以通為健的治療方法

體位選擇

常採用坐位，年老體弱、病重或精神緊張者採用臥位

定穴和消毒

根據服務對象情況選取相關耳穴，用 75%乙醇棉球或棉簽擦拭耳郭相應部位





耳穴刮痧方法

➤ 刮痧方法

正面：自下而上、由外向內：耳垂→耳輪→耳舟→對耳輪→耳甲腔→耳甲艇→耳甲→三角窩

耳前（耳屏）：自上而下

背面：自上而下：耳尖→對耳輪上腳後溝→三角窩後隆起→對耳輪下腳後溝→耳甲艇後隆起→耳輪腳後溝→對耳輪後溝→耳甲腔後隆起→耳輪背面→耳垂背面→頸側至缺盆

刮痧介質的選擇

單方精油——疏經活絡油、祛風散寒、溫腎補陽油、調理脾胃油、提升免疫力油.....

耳穴刮痧精油





耳穴刮痧的禁忌症

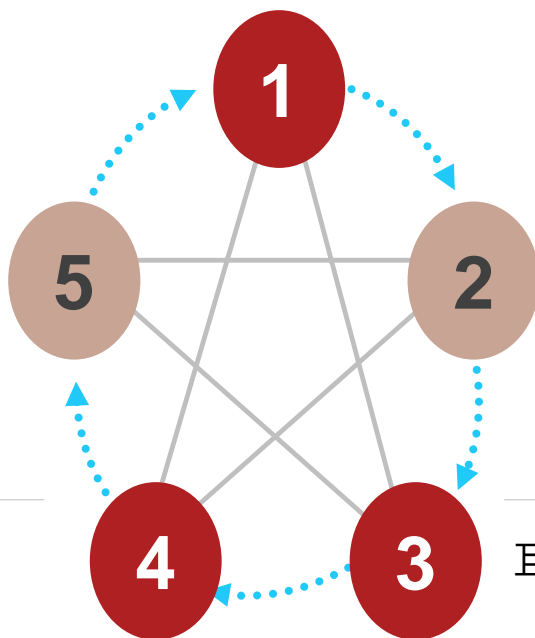
凝血機制障礙者

重心髒疾病患者

急性傳染病患者

孕婦耳部的三角窩
及腹部區域

耳部凍傷部位





耳部刮痧法注意事項

- 動作要輕柔，力度適中，略有熱脹感微痛感為佳
- 耳部有炎症或潰爛的，不宜刮拭
- 耳部疼痛，耳心痛，耳心紅腫流膿的不宜刮拭
- 刮痧油不宜過多，防止滑入耳內
- 刮痧後一周耳部有少許水腫，屬正常情況，一周左右水腫可自行消退，刮痧過程中如果皮膚破潰，一般不做處理，面積較大者消毒處理，儘量保持干燥
- 刮痧後被刮的部位四小時內不宜洗澡，避免吹風
- 刮痧頻次根據患者具體情況而定，孕婦慎刮
- 暈刮急救，先讓被刮者躺平，頭部墊高，房間通風，點按內關穴，待被刮者冷汗冒出或腹瀉或嘔吐即復安全



耳穴灸法

耳穴灸法是使用一定的灸材，點燃後懸置或放置在耳穴上，利用灸火的熱力及灸材的藥物作用刺激耳穴，以達到預防和治療疾病目的的一種方法

優點：沒有毒副作用，療效獨特且持久，能治病也能防病

常用耳灸法

艾灸、葦管器灸、燈心草灸、線香灸、藥線點灸、微砭耳灸儀



微砭耳灸儀



耳灸法--微砭耳灸法

(一) 檢查艾灸儀性能

- 1.由上至下檢查耳灸儀的伸縮開關是否完好
- 2.檢查活動卡扣是否可90°活動旋轉
- 3.打開耳罩，取下砭石蓋，檢查砭石蓋是否固定完好，首次使用需把內蓋卡圈卡緊
- 4.檢查外側旋鈕是否可遠近調節

(二) 點燃艾柱

- 1.將外側旋鈕順時針旋至最近端
- 2.將艾柱插入內筒針尖，固定艾柱
- 3.對準艾柱中心點火，點火時注意勿燒至內筒邊緣，因內筒邊緣是耐高溫不耐明火
- 4.艾柱點然後，逆時針將外側旋鈕旋轉至最遠端
- 5.將砭石蓋蓋上，砭石蓋凹槽口應與內筒風口及外殼風口相通
- 6.蓋上耳罩
- 7.亦可將艾柱點燃後再插入內筒

(三) 施灸

- 1.耳灸儀調整至合適的鬆緊度，將耳罩罩於雙耳處
- 2.施灸過程中，注意觀察詢問患者感受，如出現不適應立即停止施灸





耳穴灸法

注意事項

- 施灸時，灸至皮膚有溫熱感、出現潮紅即可。注意不要燙傷皮膚，以免繼發感染
- 灸火應先從小後大，灸量應先輕後重，讓患者逐漸適應
- 患者在精神緊張、大汗後、勞累後或饑餓時不宜用耳灸法
- 注意防止艾灰脫落或艾炷傾倒燙傷皮膚或燃燒頭髮、衣物
- 艾條灸畢後，應將剩下的艾條套入滅火器內或將燃燒端浸入水中，以徹底熄滅，防止複燃

禁忌

- ◆ 中暑、高血壓危象、肺結核晚期大量咯血等，禁用耳穴艾灸法
- ◆ 耳孔有破潰或濕疹者，禁用葦管器灸法
- ◆ 耳郭皮膚破潰者、嚴重心、腎疾病者及孕婦慎用耳灸法





耳穴放血法

【取穴】耳尖、結節、扁桃体、輪4、病變部位對應的輪區
取穴依據：清熱，疏肝理氣、消炎止痛、提升機體抵抗力

【操作方法】

- 1.放血前按摩耳郭，使其充血發熱，以便出血順利，提高療效
- 2.用75%酒精棉球擦拭耳郭後予0.1%安多福消毒刺血部位
- 3.卷耳取尖是穴，左手固定耳廓，右手持採血針，對準耳穴，迅速刺入0.1-0.2厘米，隨即將針拔出
- 4.輕輕擠捏針孔周圍（三指放血法），使之出血，通常血量在15-30滴
- 5.放血後用無菌幹棉簽或棉球按壓針孔
- 6.每日或隔日1次





耳穴放血

1 急性痛症選穴方法：相應部位

2 耳尖：止痛，退熱、降壓、消炎、鎮靜、止痛、抗過敏

3 耳輪根據耳穴向輪性的分佈特點，可選擇機體對應的耳穴與病變臨近耳輪的位

4 輪1~4有清熱解毒功效，對於痛風急性發作療效顯著

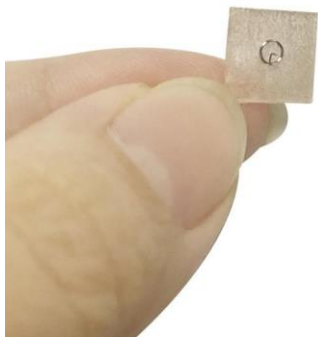
5 體質虛弱、嚴重貧血及低血壓、血液疾病、危重烈性傳染病、心肝腎功能嚴重損害、孕婦、習慣性流產者禁忌放血

6 耳尖+輪4調節全身免疫功能





皮內針法



皮內針是一種表淺的刺激方法，理論基礎是**十二皮部理論**。當機體衛外功能失常時，病邪通過皮部-絡脈-經脈-臟腑的聯繫而逐漸深入。通過對皮膚的刺激，調動皮部與十二經脈、絡脈乃至臟腑氣血的溝通和內在聯繫，而發揮治療作用



優點：痛苦小，操作簡單，針體小不影響美觀，安全，不需按壓
容易被患者所接受，留針時間持久



03

耳穴療法在臨床護理中的應用





耳穴臨床應用——失眠

➤ 失眠是指無法入睡或無法保持睡眠狀態，導致睡眠不足，又稱入睡和維持睡眠障礙 (DIMS),通常指患者對睡眠時間或品質不滿足，並影響白天社會功能的一種主觀體驗

➤ 中醫稱為“不寐”

中醫的說法：陽入於陰則寐，陰入於陽則寤

《靈樞·口問》講到：“陽氣盡，陰氣盛，則目暝；陰氣盡，而陽氣盛，則寤矣”

明代醫家張景嶽對此描述為：“蓋寐本乎陰，神其主也。神安則寐，神不安則不寐”。蓋寐本乎陰，神其主也





失眠（不寐）病機



- 陽（神）不入陰。人的神分為陰神、陽神，陽神為魂；陰神為魄
- 中醫五臟六腑皆令人不寐，比如：胃不和則臥不安——神不安寧
- 治則：引陽入陰



失眠（不寐）的臨床分型

- 虛證的不寐：常表現為多夢易醒、似睡非睡、偶伴心慌
- 實證的不寐：多表現為入睡困難、惡夢相伴
- 寒證的不寐：冷的睡不著，多表現為入睡困難，血寒、內寒
- 熱證的不寐：心煩不寐多夢，甚則徹夜不眠，急躁易怒





失眠耳穴治疗

- ◆ 常用耳穴方法：耳穴按摩、貼壓、刮痧、耳灸
- ◆ 护理思路：
镇静、宁心安神
- ◆ 选穴规律：
皮质下、心、神門、枕（神經衰弱區）、脾、胃、肝、胆、
肾、耳尖、垂前（神經衰弱點）
- ◆ 选穴思路：

相應部位：枕、垂前——利眠兩要穴

病位脏腑与经络：

心——心主神明

神经与内分泌功能相关：

皮质下——調節大腦皮層的興奮與抑制

經驗用穴：神門——鎮靜、安神、利眠

隨症加減：

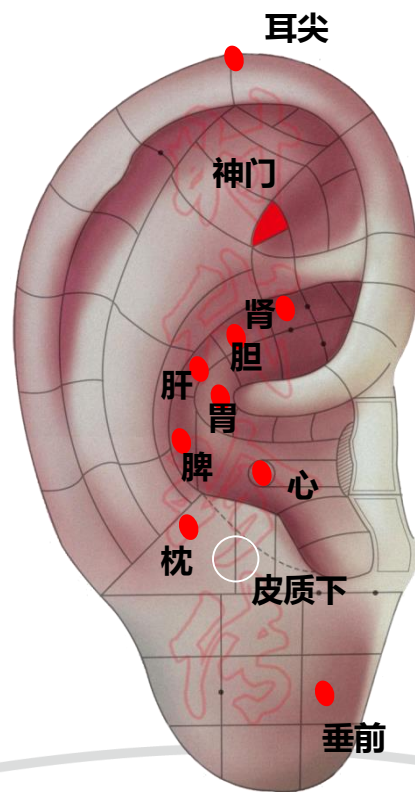
多夢，加多夢區；早醒，加睡眠深沉點

肝鬱化火 - - 加肝、膽，以疏肝利膽

胃氣失和 - - 加脾、胃，健脾和胃

心腎不交——加心、腎，養心安神，水火相濟

心脾兩虛——加心、肝、脾，補益心脾





耳穴臨床應用——過敏性鼻炎

- 過敏性鼻炎又稱變應性鼻炎、變態反應性鼻炎，是一種特應性個體接觸致敏原後由IgE介導的介質釋放，並有多種免疫活性細胞的細胞因數等參與的鼻黏膜慢性炎症反應性疾病
 - 變應性鼻炎是“一個全球性的健康問題”、“是一個極為常見的疾病，累計全世界10%-25%的人口”
 - 內因多為臟腑功能失調，
 - 外因多為感受風寒，異氣之邪侵襲鼻竅而致
 - 中醫學歸屬“鼻鼽”和“鼽嚏”範疇，多因肺氣虛寒、脾氣虛弱、腎陽虧虛、肺經鬱熱或稟質特異等所致。其病位多在肺系，與脾、胃關係密切
- 金代《劉河間醫學六書》曰：“鼽者，鼻出清涕也





過敏性鼻炎耳穴治療

- ◆ 常用耳穴方法：耳穴推刮、按摩、貼壓、耳灸
- ◆ 護理思路：
通利鼻竅
- ◆ 選穴規律：
內鼻、外鼻、肺、風溪、外耳、耳尖、腎上腺、內分泌、
腎、脾、耳迷根
- ◆ 選穴思路：

相應部位：內鼻、外鼻--為相應部位取穴，直達病所，促進
炎症消退，提高抵抗外邪能力

病位臟腑與經絡：

肺--益氣固表，宣肺通竅

相關臟腑與經絡：

脾、腎--以培土生金，健脾化痰，補腎固本，扶元益氣

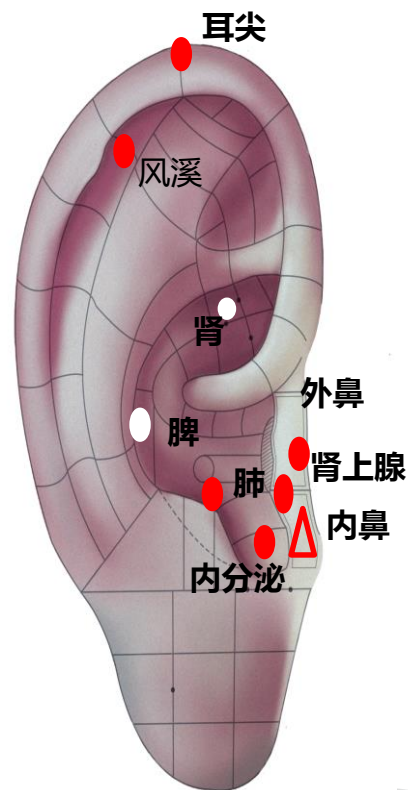
神經與內分泌功能相關：

耳尖、風溪、腎上腺、內分泌--抗炎、抗過敏，增強機體免疫力

經驗用穴：外耳、耳迷根--通鼻竅為治療過敏性鼻炎要穴

隨症加減：

嗅覺障礙加嗅覺中樞





耳穴臨床應用——痛证

外科：術後疼痛、
腰腿痛、肩周炎



內科：胃脘痛、
胸痛、膽絞痛



婦產科：剖宮產、
流產、痛經



耳穴鎮痛

兒科、皮膚科：



五官：牙痛、扁桃體術、
眼病



急慢性疼痛等方面效果顯著



臨床應用——急性扭傷

◆常用耳穴方法：耳穴太極按摩、耳穴放血、耳穴壓豆

◆護理思路：

通經活血、化瘀止痛

◆選穴規律：相應部位（腰、踝），神門、皮质下、肝、腎、腎上腺、膀胱；相應部位對應的輪區放血

◆選穴思路：

相應部位：相應部位，直达病所，疏通經脈

病位臟腑與經絡：

肝——肝主筋，柔筋通脈；腎——調補肝腎，舒筋活絡

關聯臟腑與經絡：

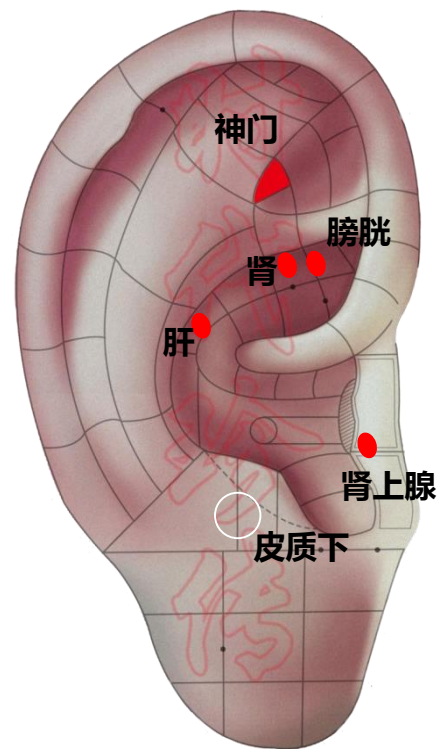
膀胱——溫陽解表、通利膀胱經

神經與內分泌功能相關：

皮質下——活血行氣、消炎、止痛

經驗用穴：

神門——活血止痛；耳尖——活血通絡止痛





臨床應用——落枕

◆常用耳穴方法：耳穴按摩、耳穴放血、耳穴貼压

◆護理思路

舒筋通絡止痛

◆選穴規律：頸、頸椎、神門、肝、腎、肺、膀胱、皮質下、三焦、耳尖放血

選穴思路：

相應部位：頸、頸椎——直達病所，疏疏散風寒濕邪，通經活血止痛

病位臟腑與經絡：

肝——肝主筋，柔筋通脈；腎——調補肝腎，舒筋活絡

關聯臟腑與經絡：

三焦——祛瘀通絡，活血行氣、通痹止痛

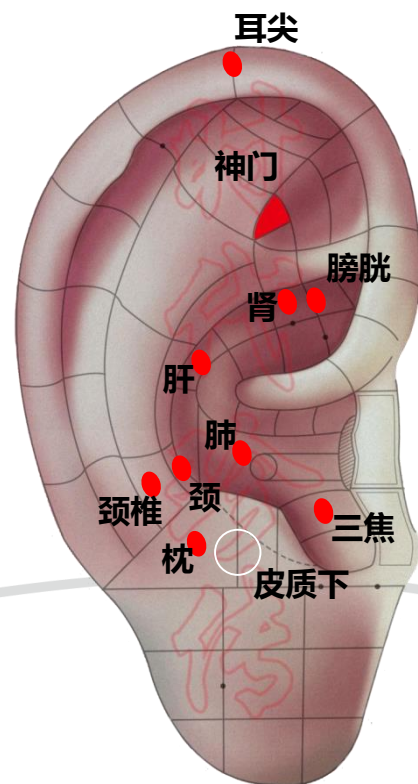
肺——風寒侵襲證宜解肌發表，溫脈舒筋

膀胱——解表祛濕，溫陽通絡

神經與內分泌功能相關：

皮質下——活血行氣、通痹止痛

經驗用穴：神門——舒筋止痛之要穴





臨床應用——頸椎病

◆ 常用耳穴方法：耳穴貼壓法、耳穴按摩、耳穴放血、耳灸

◆ 護理思路：

通經活血、化瘀止痛

耳尖或輪4放血——頸椎病急性發作

◆ 選穴規律：頸、頸椎、皮質下、神門、枕、肺、肝、腎

◆ 選穴思路：

相應部位：頸、頸椎——相應部位，直達病所，通經活絡，活血通脈

病位臟腑與經絡：

肝、腎——肝主筋，腎主骨，肝腎同源，補益肝腎

神經與內分泌功能相關：皮質下——改善頸部血液迴圈，鎮痛通絡

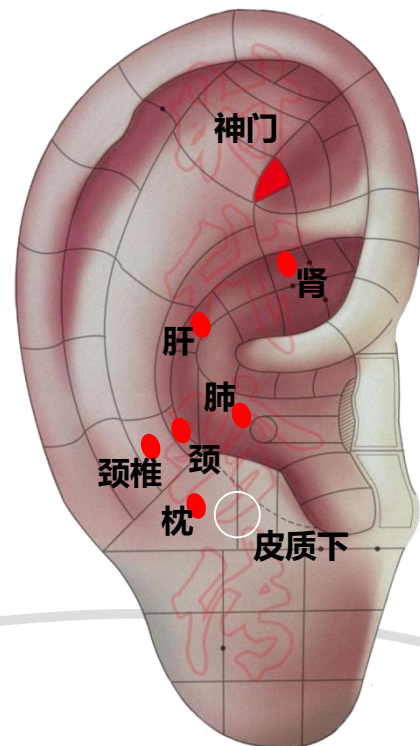
經驗用穴：神門、枕——鎮靜止痛

隨證加減：

風寒痹阻證加肺，疏風散寒

氣滯血瘀證加神門、耳尖放血，行氣活血

肝腎虧虛證加肝、腎，調補肝腎





臨床應用——肩周炎

- ◆ 常用耳穴方法：耳穴貼壓法、耳穴按摩、耳穴放血、耳灸
- ◆ 護理思路：

活血通絡、化瘀止痛

輪3或輪4放血——肩周炎急性發作

- ◆ 選穴規律：肩、肩三角（C3-4、鎖骨、枕）、神門、皮質下、腎上腺、肝、脾、腎
- ◆ 選穴思路：

相應部位：肩、肩三角——氣至病所，疏通經絡，溫經散寒

病位臟腑與經絡：肝——肝主筋；腎——腎主骨

關聯臟腑與經絡：脾——脾主肌肉

神經與內分泌功能相關：內分泌、腎上腺——消炎止痛

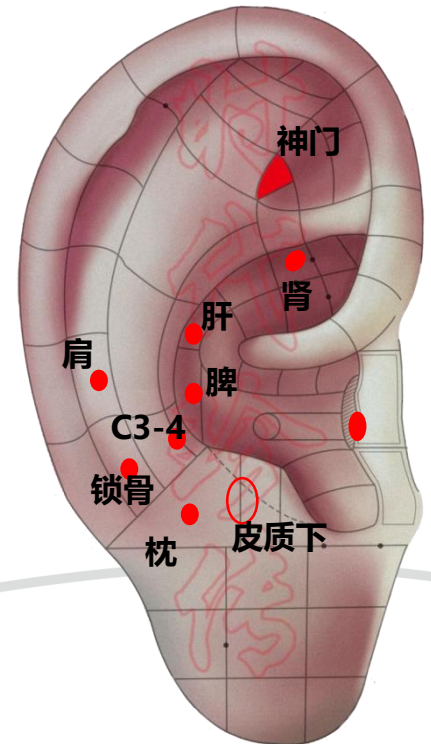
經驗用穴：神門、枕——鎮靜止痛

隨證加減：

肩不能外展、上舉，取鎖骨、肩、枕、輪4放血

肩臂不能旋後、外展，取鎖骨、肩關節、輪4放血

肩臂不能旋前、肩後痛，取頸三角（鎖骨、腦幹、耳大神經）





臨床應用——坐骨神經痛

◆常用耳穴方法：耳穴貼壓法、刮痧、耳灸、放血法

◆護理思路：

通絡止痛

◆選穴規律：坐骨神經、臀、腰骶椎（對應耳背後）、腎上腺、神門、枕、緣中（膀胱經筋）、腎、肝

◆選穴思路：

相應部位：坐骨神經、臀、腰骶椎——使氣至病所，通經活絡

病位臟腑與經絡：

肝、腎——補肝腎，疏通經絡，對坐骨神經痛遷延日久者療效佳

關聯臟腑與經絡：

緣中（膀胱經筋）——經絡所過，主治所及，活血行氣，通絡止痛

神經與內分泌功能相關：

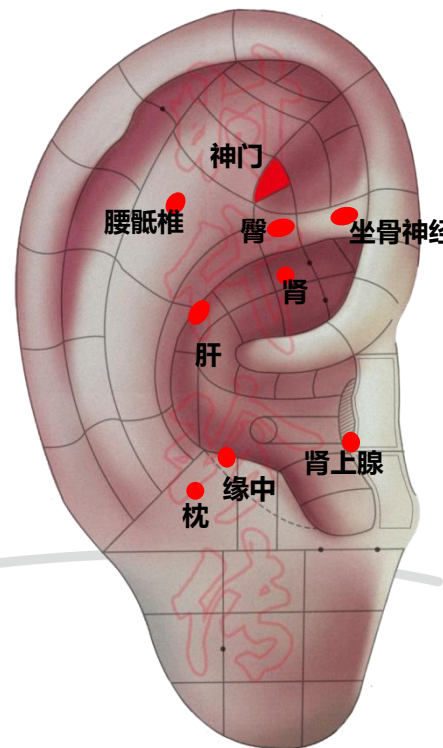
腎上腺——腎上腺皮質軸心，加強止痛作用、

經驗用穴：

神門、枕——鎮靜止痛

對症取穴：

風、寒、濕邪入侵——肺：疏風散寒祛濕





臨床應用——膝關節痛

◆常用耳穴方法：耳穴貼壓、刮痧、耳灸

◆護理思路：

通絡止痛

◆選穴規律：膝、神門、腎、肝、三焦、皮質下

◆選穴思路：

相應部位：

膝——膝為筋之府，使氣至病所，通絡止痛

病位臟腑與經絡：

肝、腎——肝主筋、腎主骨、補肝腎，強筋骨

關聯臟腑與經絡：

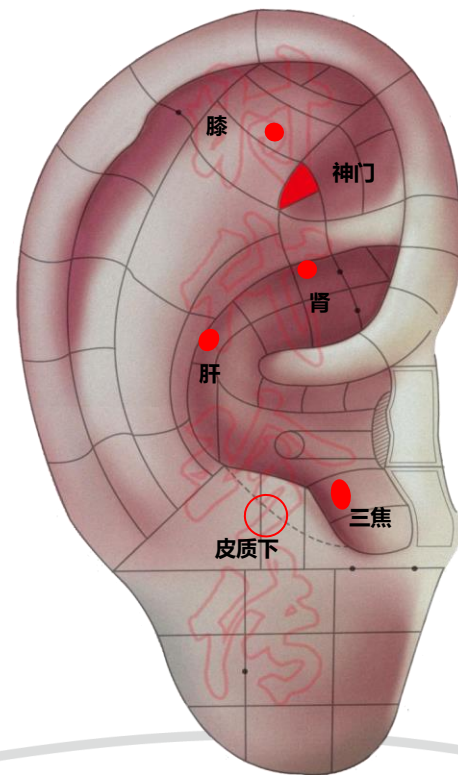
三焦——振陽驅寒利濕

神經與內分泌功能相關：

皮質下——振陽驅寒利濕

經驗用穴：

神門——鎮靜止痛



膝關節內側痛——脾經筋（腎）點按（點、揉、拔）



臨床應用——痛經

◆常用耳穴方法：耳穴貼壓法、耳穴毫針法、埋針法

◆護理思路：

調經止痛

◆選穴規律：內生殖器、盆腔、艇中、皮質下、緣中、內分泌、交感、神門、腹、肝、腎

◆選穴思路：

相應部位：

內生殖器、腹、艇中（下焦）、盆腔——調理氣血，行氣止痛

病位臟腑與經絡：

腎——補腎氣、調沖任

肝——肝經循陰器抵少腹，疏肝解鬱，緩解少腹痛

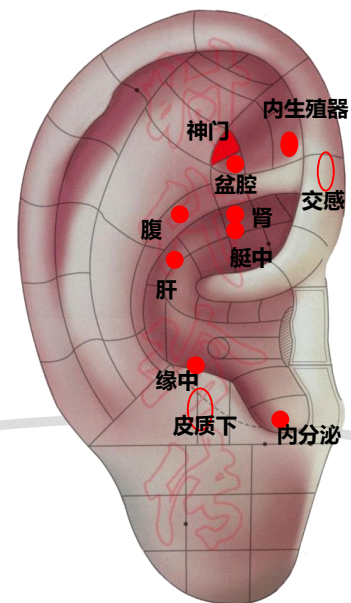
神經與內分泌功能相關：

皮質下、緣中、內分泌——調理內分泌，卵巢功能

經驗用穴：

交感——緩解子宮平滑肌痙攣

神門——鎮靜解痙，止痛安神





臨床應用——牙痛

◆常用耳穴鎮痛方法：耳穴貼壓按法/耳穴放血法/耳穴毫針法

◆護理思路：

瀉火解毒、固齒止痛

◆選穴規律：牙，三焦、口、頷、神門、枕

◆選穴思路：

相應部位：

牙、口、頷——相應部位，直達病所，消炎止痛

關聯臟腑與經絡：

三焦——牙痛奇穴

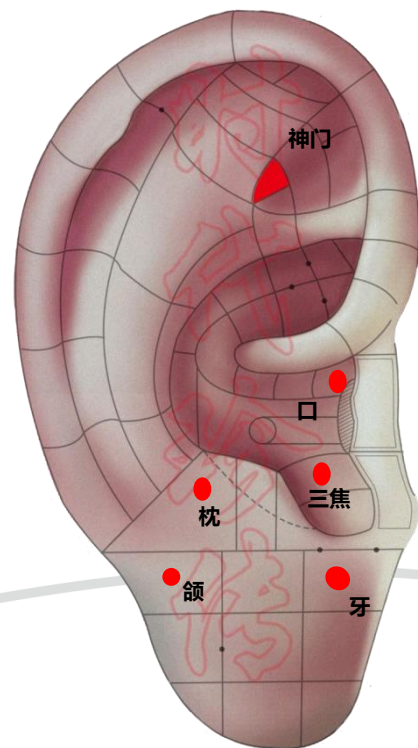
經驗用穴：

神門、枕——鎮靜安神止痛

隨症加減——上牙痛，加胃；下牙痛，加大腸

胃火牙痛，加耳尖放血

虛火牙痛，加腎





臨床應用——三叉神經痛

- ◆ 常用耳穴方法：耳穴貼壓法、耳穴放血
- ◆ 護理思路：
散寒、息風、清熱、止痛
- ◆ 選穴規律：耳垂及對耳屏的耳穴為主，配神門、面頰、皮質下、腦幹、口、眼、肝
- ◆ 選穴思路：

相應部位：面頰、眼、口——相應部位，氣至病所，鎮痛

關聯臟腑與經絡：

肝——祛風化痰，通絡止痛

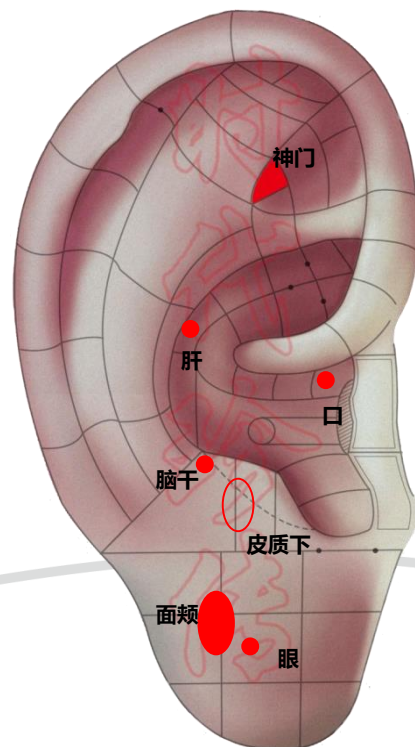
神經與內分泌功能相關：

皮質下——調節大腦皮層功能、活血通絡止痛

腦幹——平肝息風、通絡止痛

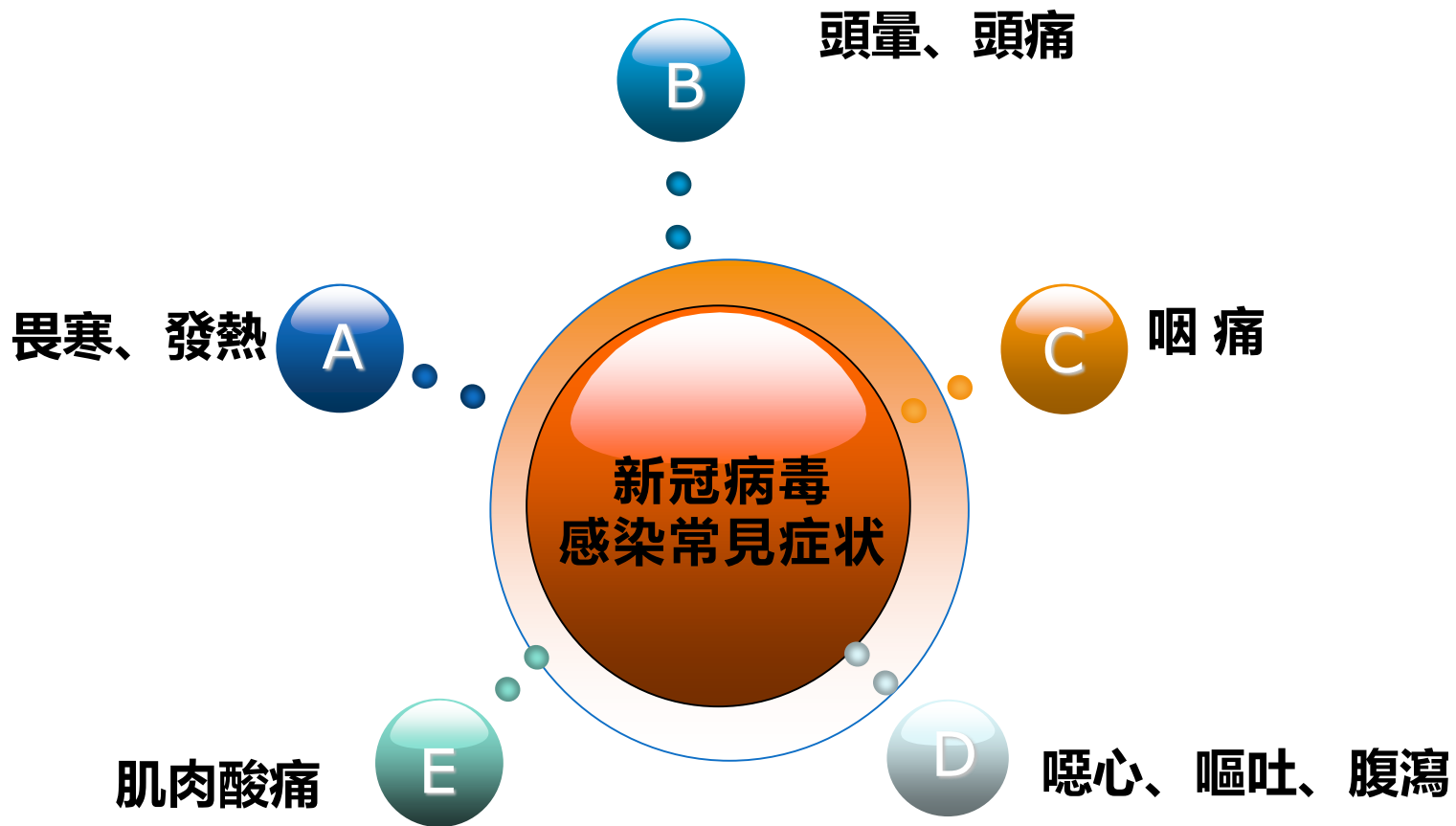
經驗用穴：

神門——鎮靜止痛





耳穴臨床應用——新冠病毒感染





畏寒、發熱

◆ 常用耳穴方法：耳穴貼壓法/耳穴放血

◆ 護理思路：

宣肺解表、退熱

◆ **高熱不退**：耳尖、輪4放血；加屏尖、對屏尖、腎上腺點刺放血

◆ **寒熱往來**：耳尖、輪4加結節放血

◆ 選穴規律：**肺、解表穴、膀胱、督10、神門、枕、三焦、腎上腺**

◆ 選穴思路：

相應部位：肺——相應部位，氣至病所，宣肺泄熱

關聯臟腑與經絡：膀胱——宣通腠理、解表逐邪

三焦——和解少陽，清三焦之火

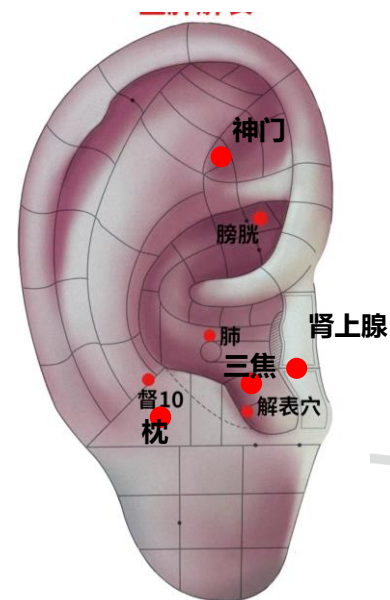
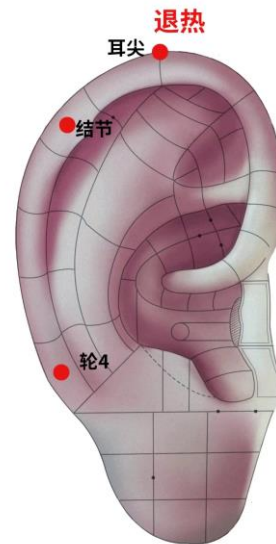
神經與內分泌功能相關：腎上腺——清熱解毒

經驗用穴：解表穴——宣肺解表

耳尖 —— “宛陳則除之”，開竅泄熱

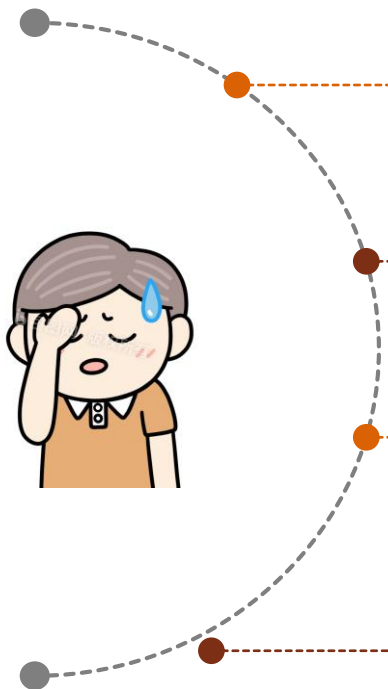
督10——瀉熱通陽

神門、枕——鎮靜清熱





頭痛



01

太陽膀胱經頭痛

後頭部連及頸項，伴隨目上翻、癡狂、項背痛、脊痛、腰腿痛、不能曲伸，角弓反張等感覺、運動障礙

02

陽明胃經頭痛

疼痛感在前額及眉棱，伴目痛、善驚、妄言等症狀

03

少陽膽經頭痛

頭的兩側，並連及耳部，頭項強痛，伴“口苦、善太息，心脅痛，不能轉側”以及“心下簾簾，恐人捕之”等，多見於抑鬱症頭痛

04

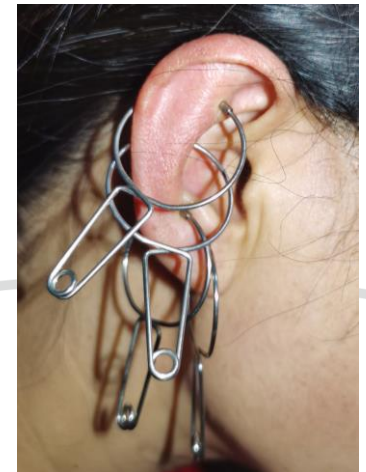
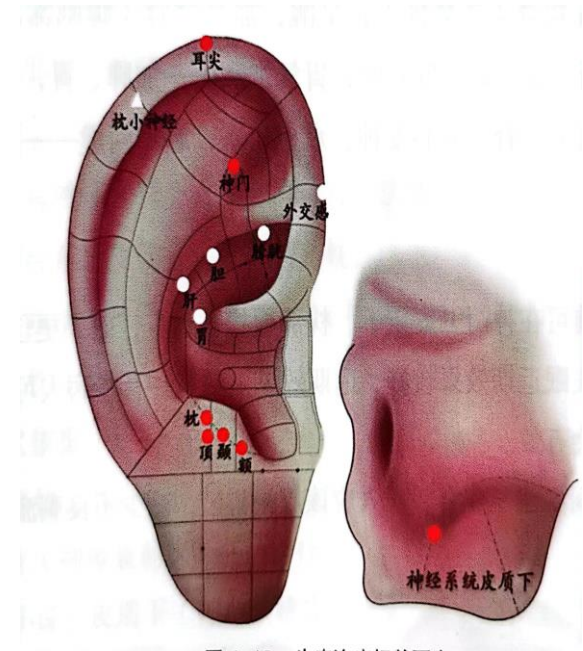
厥陰肝經頭痛

巔頂或連及目系頭痛，頭痛、眩暈、煩躁、發狂、抑鬱、中風不語等表現



耳穴臨床應用——頭痛

- ◆ 常用耳穴方法：耳穴放血、耳穴按摩、貼壓、耳夾
- ◆ 護理思路：
疏風散寒、解表祛濕
- ◆ 選穴規律：
放血：耳尖、结节
貼壓：相應部位、皮下、神門、外交感，腕（枕小神經）、
肝、胃、膽、膀胱
- ◆ 選穴思路：
相應部位：額、顛、頂、枕、頭痛相應部位，氣至病所
病位臟腑與經絡：
肝——肝經循行巔頂，用於頭頂痛；
胃——胃經循行於前額，用前額痛
膽——膽經循行於側面，用於側頭痛；
膀胱——膀胱經循行於後頭部，用於後頭痛
神經與內分泌功能相關：
腕（枕小神經）——分佈於頸後，治療後頭痛
皮下——調節大腦皮層的興奮和抑制、緩解大腦皮層緊張狀態
經驗用穴：耳尖放血——清腦明目鎮靜；
神門——鎮靜安神；
外交感——除後頭痛外，可用於各種頭痛





臨床應用——咽痛

◆ 常用耳穴方法：耳穴貼壓法、耳穴放血

◆ 護理思路：

疏風解表、利咽止痛

◆ 選穴規律：

放血：耳尖、扁桃體

貼壓：咽喉、任1、內分泌、腎上腺、神門、

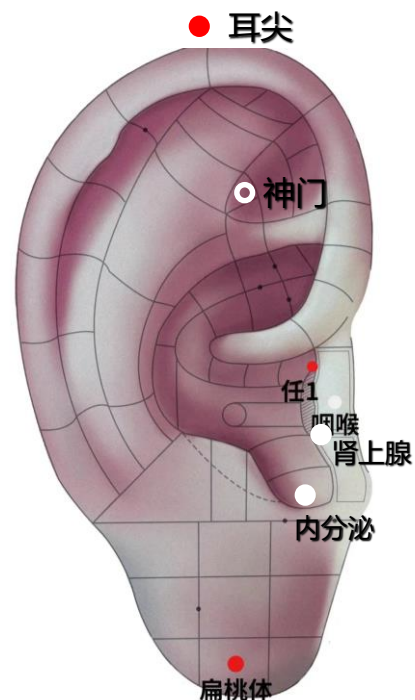
◆ 選穴思路

相應部位：咽喉、任1、扁桃體——直接刺激病變部位，利咽消腫

神經與內分泌功能相關：

內分泌、腎上腺——消炎消腫，抵抗外來毒邪侵害

經驗用穴：神門——鎮靜消炎





臨床應用——噁心嘔吐

◆ 常用耳穴方法：耳穴推刮、按摩、貼壓

◆ 護理思路：
和胃降逆止嘔

◆ 選穴規律：
推刮：沿消化道

貼壓：胃、贛門、耳中、交感、枕、神門、皮下、肝、脾

◆ 選穴思路：
相應部位：胃 - - 理氣寬中，降逆止嘔
贛門 - - 緩解贛門痙攣，和胃止嘔
耳中 - - 抑制膈肌興奮，和胃降逆止嘔

關聯臟腑與經絡：

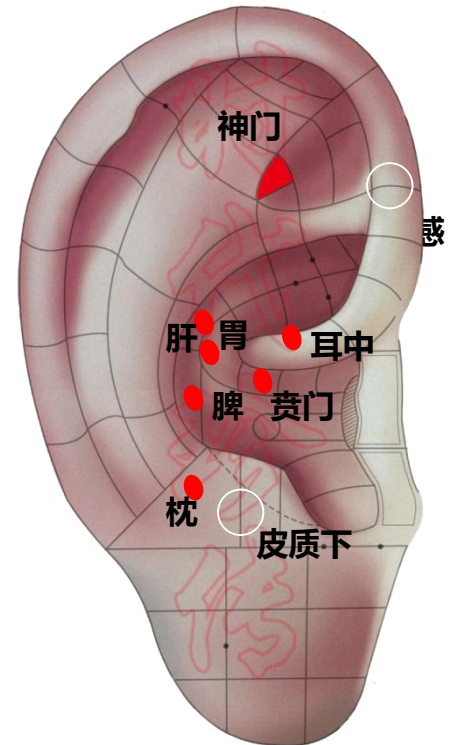
肝——疏肝理氣、降逆止嘔；健脾和胃、化痰消食止嘔

神經與內分泌功能相關：

交感——調節植物神經功能，緩解因迷走神經末受刺激

皮下 - - 調節高級神經中樞，抑制消化系統大腦皮層興奮以止嘔

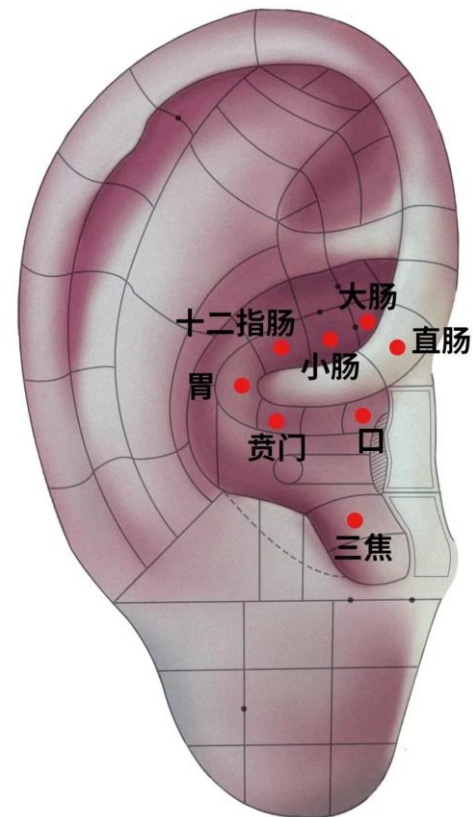
經驗用穴：神門、枕 - - 鎮靜止嘔





臨床應用——腹瀉

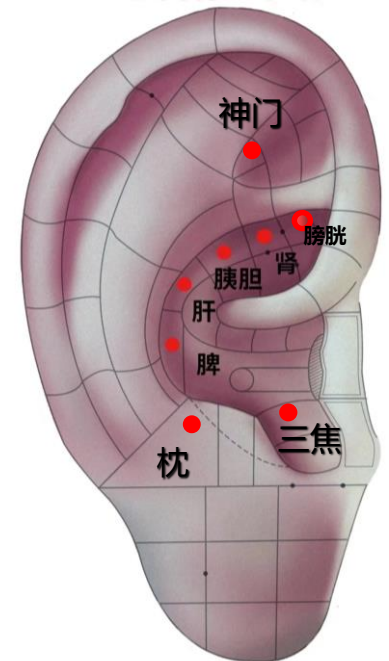
- ◆ 常用方法：耳穴推刮、按摩、貼壓
- ◆ 護理思路：
健脾和胃，理腸止瀉
- ◆ 選穴規律：
推刮：沿消化道
貼壓：直腸、大腸、十二指腸、小腸、胃、贛門、口、三焦
- ◆ 選穴思路：
相應部位：直腸、大腸、十二指腸、小腸——調理腸道運化功能、使分清泌別
病位臟腑與經絡：
胃——調理胃腸；贛門——和胃，調和胃腸；
關聯臟腑與經絡：
口——養陰生津
脾、三焦——脾主運化，三焦化氣輸精，二者合用可促進運化功能





臨床應用——肌肉酸痛

- ◆ 常用耳穴方法：耳穴刮痧、按摩、貼壓、耳灸
- ◆ 護理思路：
疏利氣機、祛濕止痛
- ◆ 選穴規律：
相應部位、肝、脾、腎、胰膽、膀胱、三焦、神門、枕
- ◆ 取穴依據
相應部位：相應酸痛部位，氣至病所
病位臟腑與經絡：
三焦——調暢氣機、疏通經脈
膽——疏利氣機、疏通經脈
關聯臟腑與經絡：
肝——肝主筋，舒筋活絡；
脾——脾主肌肉，脾為氣血生化之源，後天之本、
使氣血充足，濡養疏通經脈
腎——腎主骨，先天之本，壯腰健腎，補陽益精
膀胱——主一身之表，疏風解表、疏調筋骨
經驗用穴：神門、枕——鎮靜止痛要穴





04

耳穴療法臨床案例分享





案例分享1

患者庾某，女，52歲，因“左肩部疼痛3月餘，加重1周”來耳穴療法工作室就診，訴左肩疼痛、遇冷後加重，活動受限，梳頭、洗臉、穿脫衣服均困難，夜間因肩部疼痛入睡困難。

耳部望診：肩、鎖骨穴見條狀隆起

耳部觸診：觸及肩、鎖骨穴條狀隆起變形，變硬

舌診：舌質暗紅、苔白膩

專科評估：VAS 7分，肩關節功能分級2級（顯著受限）

辨證分型：風寒濕痹型

護理思路：祛風散寒，利濕通絡





案例分享1

耳穴療法方案

太極耳穴按摩：相應部位（肩、鎖骨）--耳穴太極按摩法

耳部全息砭石刮痧：主穴：肩、肩關節、鎖骨、枕、肘、對應耳背區

配穴：腎、肝、脾、肺、三焦、內分泌、腎上腺、神門

耳穴壓豆：主穴：肩、肩關節、鎖骨

配穴：神門、枕、腎、肝、脾、三焦

選穴思路：

相應部位：肩、肩關節、鎖骨--疏通經絡，溫經散寒，祛瘀止痛

病位臟腑與經絡：腎--腎主骨，生髓；肝--肝主筋；脾--脾主肌肉；

關聯臟腑與經絡：三焦--驅寒除濕

經驗用穴：神門、枕--解痙止痛

隨症加減：肩前部觸痛--肺（經絡學說）--肺經循行之處，使經絡疏通

療效評價：

第一次治療後：症狀基本消失、活動自如，VAS 1分，肩關節功能分

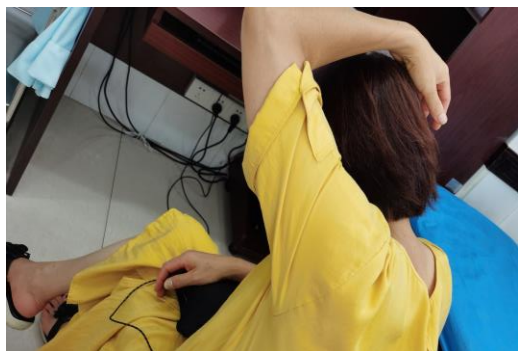
級4級（輕度受限）；第二天因受冷后，抬手有疼痛

第二次治療後：疼痛消失，活動自如，VAS1分，肩關節功能分

級5級（正常）；至今未再復發



案例分享1



治疗前

耳穴按摩



按摩后



耳穴刮痧

耳穴治疗后



耳穴压豆





案例分享2

患者溫某，男，13歲，因“反復鼻塞打噴嚏5年餘，加重1周”來中醫護理門診就診。訴鼻塞連續打噴嚏流清鼻涕，晨起為甚（用半盒紙巾），發作時上課注意力難集中，受涼後易發作，時有便溏

耳部望診：內鼻穴見白色片狀隆起、風溪穴點狀紅暈

耳部觸診：內鼻穴增厚隆起

舌診：舌淡、苔白膩

耳穴療法方案

耳穴推刮：相應部位（內鼻）--疏風通鼻竊

耳穴壓豆：主穴：內鼻、外鼻、肺、風溪、耳尖、腎上腺、內分泌

配穴：腎、脾、耳迷根

選穴思路：

相應部位：內鼻、外鼻--為相應部位取穴，直達病所，促進炎症消退，提高抵抗外邪能力

病位臟腑與經絡：肺--益氣固表，宣肺通竅；

關聯臟腑與經絡：脾、腎--以培土生金，健脾化痰，補腎固本，扶元益氣；

神經與內分泌功能相關：耳尖、風溪、腎上腺、內分泌--抗炎、抗過敏，增強機體免疫力

經驗用穴：耳迷根--通鼻竊為治療過敏性鼻炎要穴

隨症加減：嗅覺障礙加嗅覺中樞





案例分享3

黃X，女性，24歲，感染新冠病毒2天，發熱、噁心嘔吐，腹瀉10餘次，無尿，經補液藥物治療後症狀緩解不明顯

護理思路：和胃健脾、止嘔

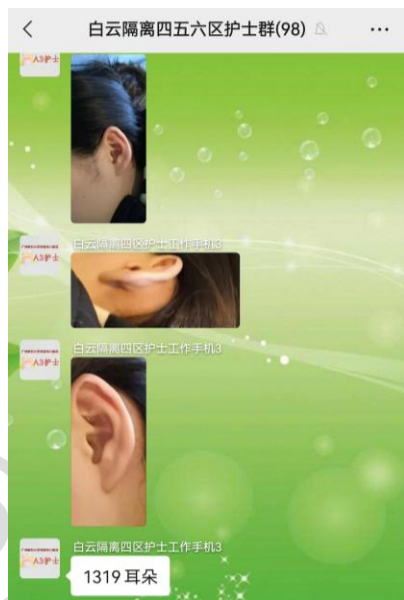
干預方法：耳穴貼壓

取穴：贛門、耳中、胃，三焦、神門、枕。每天按壓5次，每次按壓至紅、腫、脹為宜

療效評價：

1小時後無，噁心嘔吐，進食白粥後無不適；

第二天無噁心嘔吐，噁心，正常飲食





案例分享4

姚X，女性，35歲，感染新冠病毒7天，突發頭暈、頭痛，鼻塞、畏寒，經藥物治療後
症狀緩解不明顯

護理思路：解表散寒

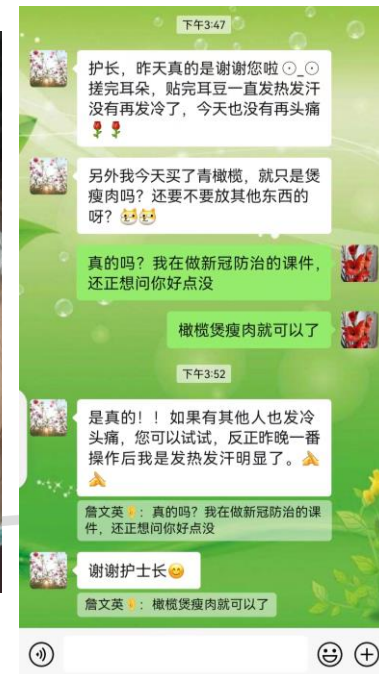
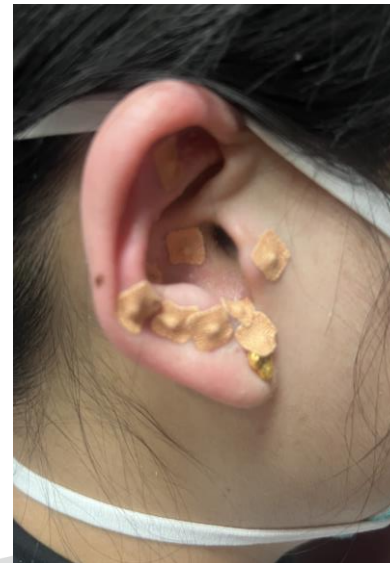
干預方法：太極耳穴按摩、耳穴貼壓

取穴：額、顛、枕、督10、解表穴、肺、內鼻、外鼻、神門、肝、脾、耳迷根

刺激方法：每天按壓5次，每次按壓至紅、腫、脹為宜

療效評價：

按摩、貼壓後即覺鼻塞、頭暈、頭痛明顯減輕，
全身溫暖，無畏寒
第二天症狀基本消失





小 結

在辨證論治的基礎上貫徹理、法、方、穴、術的統一
緣**理**辨證

據證立**法**

依法定**方**

明性配**穴**

循章施**術**

五者統一，方能事半功倍，遊刃有餘



广东省第二中医院

GUANGDONG SECOND TRADITIONAL CHINESE MEDICINE HOSPITAL

广东省中医药工程技术研究院

GUANGDONG PROVINCE ENGINEERING TECHNOLOGY RESEARCH INSTITUTE OF T.C.M

感谢您的时间!

