

原始点疗法综述

岳 盼¹ 黄家骏²

(1 成都体育学院,成都,610041; 2 成都体育学院附属体育医院,成都,610041)

摘要 原始点疗法是台湾中医师张钊汉在阿是穴理论基础上创立的一套比较成熟的中医外治法体系。它全面总结了全身各处症状相对应的阿是穴探寻位置,以激发人体自愈力为核心目的,以症状之有无和体力之强弱为核心标准,以按摩原始点和补充内外热源为核心方法。该疗法具有鲜明的“简、便、验、廉”的中医特色,是继阿是穴之后在经络腧穴基础之上的又一次创新,值得继续研究和大力推广。

关键词 原始点;阿是穴;中医外治法;自愈力;按摩;内外热源;经络;腧穴

Review on the Origin Point Therapy

Yue Pan¹, Huang Jiajun²

(1 Chengdu Sport Institute, Chengdu 610041, China; 2 The Affiliated Sport Hospital of Chengdu Sport Institute, Chengdu 610041, China)

Abstract The origin point therapy, established by traditional Chinese medicine (TCM) doctor Chang Zhaoan from Taiwan, is a kind of sophisticated TCM external therapy based on the ashi acupoint theory. It has comprehensively summarized the ashi acupoint searching positions of all symptoms of every part of the body. Its main aim is to stimulate human body's self-healing power. Its main criteria are the ease of symptoms and the strengthening of physique. Its core criteria are the existence of symptoms and physical strength. Its main methods are the manipulation of the origin points and the supplement of internal and external heat source. This kind of therapy has unique TCM features including simple, convenient, effective, and low-cost. It is another innovation after the ashi acupoint theory on the basis of meridians and acupoints, which is worth further study and popularization.

Key Words Origin point; ashi acupoint; TCM external therapy; Self-healing power; Manipulation; Internal and external heat source; Meridian; Acupoint

中图分类号:R224;R244.1 文献标识码:A doi:10.3969/j.issn.1673-7202.2018.12.067

原始点疗法由台湾中医师张钊汉于2006年正式提出,经过其在临床实践与公益推广中的不断改进,现已发展成为一套比较成熟的中医外治法体系,帮助大量患者解除了病痛,在台湾、大陆以及海外华人华侨中均有一定的影响力。本文基于最新版《原始点医学》^[1]和张医师的公益演讲录像,收集整理了近年来国内关于该疗法公开发表的主要文献,对其进行综述。

1 分类综述

1.1 原始点疗法的理论

1.1.1 原始点疗法的理论基础——阿是穴理论
据唐朝孙思邈《备急千金要方·灸例第六》记载,“有阿是之法,言人有病痛,即令捏(掐)其上,若里(果)当其处,不问孔穴,即得便快成(或)痛处,即云阿是。灸刺皆验,故曰阿是穴也”,由此第一次提出

“阿是穴”概念。元朝王国瑞《扁鹊神应针灸玉龙经》曰:“不定穴,又名天应穴。但疼痛便针,针则卧,针出血无妨,可少灸”。明代楼英《医学纲目·痛痹》曰:“但于痛处针,不拘经穴,须避筋骨,穴名天应穴”,故“阿是穴”又有“天应穴”“不定穴”之称谓。张树剑^[2]认为阿是穴的本质是取穴法,陈德成^[3]等认为压痛点和激痛点是阿是穴的表现形式,谢丁一^[4]等认为阿是之法是根据患者腧穴不同状态对外界刺激产生的特殊感应,从而找到腧穴的精准则位置,应该成为临床腧穴精准定位的普适性取穴方法。阿是穴取穴的具体操作方法是在患处附近或较远处探寻敏感的压痛点作为针灸推拿等处理的部位,其疗效常明显优于常规穴位^[5]。阿是穴不受具体名称和固定位置所限,不属于经穴或奇穴,只按压痛点取穴^[6],通过医患双方互动确立,是针对该患者

基金项目:成都体育学院运动医学与健康研究所/郑怀贤骨伤研究所2017年创新课题项目(CX17B01)

作者简介:岳盼(1985.12—),男,博士研究生在读,中西医结合医师,公共卫生医师,中山大学公共卫生学院预防医学专业本科,成都体育学院中西医结合临床专业硕士,成都中医药大学中西医结合临床专业博士,研究方向:中西医结合骨伤科及亚健康调理和养生保健, E-mail: yp85@163.com

通信作者:黄家骏(1963.09—),男,大学本科,主任中医师,四川省名中医,博士研究生导师,成都体育学院附属体育医院院长,研究方向:中西医结合骨伤科, E-mail: edtyhuang@qq.com

实时症状的个性化治疗部位,尤其适用于各种痛症^[7],原始点同样具有上述特点。

1.1.2 原始点疗法的理论创新——阿是穴理论突破性的进展 孙思邈创立的阿是穴理论是在经络腧穴理论基础上的创新,弥补了十四经穴和经外奇穴的不足,体现了中医的整体观念^[8]。但阿是穴的具体位置探寻困难,在每一位患者身上均不相同,甚至对于同一患者也会随着病情的变化而变化,故千百年来在临床实践中未能充分发挥疗效。李虎^[9]认为阿是穴广泛出现于各种筋伤范畴疾病中,临床上如能准确定位,则能获得显著的疗效,减少甚至避免使用各种止痛药物的不良反应。原始点正是针对阿是穴理论的不足,在其基础上取得了突破性的进展,主要的创新之处在于总结了全身各处症状相对应的阿是穴的具体探寻位置。张钊汉医师创立原始点疗法的灵感,来源于为其饱受疼痛折磨的乳腺癌末期的夫人进行推拿时的发现。2003 年的某一天,张医师为其夫人进行按摩,按到臀部某处时夫人反应强烈,诉胀痛(得气感)明显,虽然该处原本并无丝毫的疼痛,亦非经穴或奇穴所在。然而,对该处按摩了两三天之后,其原本疼痛难忍的腹股沟区症状却消失了。张医师由此意识到,要缓解身体某处的疼痛,在该患处按摩可能并无太大效果,但在某个原本并无症状但一经按推则出现强烈疼痛(或“得气”)反应的部位进行按摩等处理,则可能会产生显著的疗效,虽然该处可能并非任何经穴所在。“原始点”一词即由此得来,意为“疼痛的起源处”,这也符合通过激发阿是穴以引气至病所,帮助改善该处气血运行的止痛原理^[10]。随后,张钊汉医师本着“以人为本,以病为师”的理念,经过 10 余年在患者身上反复摸索,终于将全身各处的症状与其相对应的“原始点”的探寻部位进行了全面的归纳总结,由此创作出了《原始点位置及其涵盖范围示意图》,这是中医史上首次专为理筋按摩手法绘制的人体操作图^[11],从图中我们可以发现每一处原始点的探寻部位均位于骨旁,大多呈直线分布,且基本不与十四经穴或者经外奇穴重合。

1.2 原始点疗法的核心目的——激发人体的自愈力 原始点疗法崇尚《黄帝内经》所讲的“正气存内,邪不可干”“邪之所凑,其气必虚”的理念,以及希波克拉底主张的“我们每个人体内的自愈力是获得好转的最大力量(The natural healing force within each of us is the greatest force in getting well)”。许珊等^[12]认为,在现代医学对抗性治疗“大行其道”的环

境下,对自愈力的重视和研究,具有重要而深远的意义。中医针灸推拿治疗的基本作用,正是以“疏通经络”“行气活血”“调整脏腑”“调和阴阳”“扶正祛邪”等为主^[13-14]。代飞等^[15]认为针灸之所以能够发挥防病治病作用,就是充分利用人体的“自愈机制”,使人体潜在的自愈力得以激发,最终使内外失调、阴阳失衡状态调整为“阴平阳秘”。王蕊等认为,针灸在于通过激发人体经气,从而充分调动人体的自愈力防治疾病。原始点疗法创始人张钊汉医师发现,当前民众过于依赖外在的医疗,而轻视自身的自愈力,求诸于外的思想过多,求诸于内的理念缺失^[1]。原始点疗法的核心目的正是在于通过按推原始点而激发出强烈的得气反应,最大程度上调动起组织器官的良性运作,使其所涵盖范围的机体区域增强修复力和自愈力,再辅之以内外热源(即温敷及服用参汤、姜汤等温热性药食),从而达到治病求本和预防保健的目的。

1.3 原始点疗法的核心标准——症状之有无和体力之强弱 原始点疗法认为,判断治疗效果的核心标准不是检查、检验结果的恢复正常与否,而是以疼痛为代表的“症”的不适感是否缓解和以“体伤”为代表的“状”的组织受损的修复程度,以及体力(即身体素质、免疫力、自愈力等)的增强。在临床上,常常出现检查、检验结果和临床表现脱节的现象,如各项指标异常,但患者毫无症状体征,或患者已经出现明显的临床表现,但检查或检验结果却显示正常。胡星新^[16]总结了临床症状体征与影像学检查分离的腰椎间盘突出症的发生机制研究进展,目前认为该现象可能由多种因素综合导致,有待临床、基础进一步研究。肖静等^[17]研究 60 例过敏性鼻炎患儿后发现,患儿血液指标与病情程度及鼻塞症状无相关性,只与 VAS 评分具有正相关。原始点疗法认为,产生这样的矛盾现象可能是检查、检验指标的异常与临床表现同属于“果”而非“因”,两者间并无因果关系。因此原始点疗法坚持将症状的消失和体力的恢复而非各种检查、检验指标的趋于正常作为疗效判断的核心标准,非常符合《中医病证诊断疗效标准》里“疗效评定”标准中的“症状及体征消失”或“症状及体征改善”的“治愈标准”或“好转标准”^[18]。

1.4 原始点疗法的核心方法——按推原始点和补充内外热源

1.4.1 按推原始点

1.4.1.1 原始点的探寻方法 如《原始点位置及其

涵盖范围示意图》所示,无论身体哪一处出现疼痛或其他的不适症状(如酸、麻、胀等),均可找到其对应的原始点探寻部位。沿着探寻部位的线路依次按推,同时询问患者是否感到疼痛,出现明显疼痛的位点即为该患者此刻的原始点。

1.4.1.2 原始点的按推原则 1)安全性原则:按推力量应由轻而重,以患者感到明显疼痛但又能够承受为宜;2)有效性原则:尽量找准、找全所有原始点,一个不漏地进行按推;3)经济性原则:医者以最省时、省力的方式进行按推,见效即止。

1.4.1.3 原始点的按推方法 使用手指、指间关节、手肘或按摩工具对找出的原始点依次进行按推,每个原始点每次仅需按推数秒,并重复两三次即可,重点按推压痛感最强烈的原始点位置。

1.4.2 补充内外热源 根据原始点理论,按推原始点在激发自愈力的同时也会消耗体能,因此按推完毕须及时补充内外热源以供机体自身修复所需,尤其对于体力虚弱的患者更为重要。外热源以温敷为主,既可温敷按推完毕的原始点,亦可同时温敷患处,即患者原本疼痛的部位,温敷工具可用暖暖包、微波炉加热的红豆袋等,如患处有皮损则可使用传统艾灸、TDP等。内热源以服用姜汤或参汤等温热性药食为主,具体剂量依病情轻重和患者身体状况而定。

1.4.3 按推无效的情况与处理方法 按推原始点仍然可能遇到没有明显疗效的情况,根据原始点理论,可判定疼痛完全来源于患处,即“本处体伤”,而非其他部位(原始点)的气血和组织运转不畅所致。此时应以温敷患处和服用内热源为主,按推激发其对应的原始点为辅。

1.5 原始点疗法的鲜明特色——简、便、验、廉

1.5.1 简——原始点提供了至为简要的临床治疗操作方案 张医师总结出的原始点探寻部位相比经络理论来说简要了很多,内外热源也仅仅为“温敷”和“服用姜汤、参汤等温热性药食”,易学、易记,简约、实用,便于临床操作。

1.5.2 便——原始点显著降低了手法操作的难度

中医外治法往往对于针灸推拿等操作的具体手法有着极高的要求,比如强调通过针刺角度、方向、深浅等的把握和“提插捻转”“青龙摆尾”“白虎摇头”等各种促使得气的方法来产生“针感”^[19],通过多年严格训练来达到“持久、有力、均匀、柔和、深透”和“稳、准、巧、快”的“基本要求”^[20],通过“易筋经”“少林内功”“推拿器械练功”等达到“内外兼

修”^[21],等等。然而,不少技巧和功力的训练会对医者带来伤害,如“一指禅推法”等耗费指力和体力的训练及操作,久而久之往往引起关节疼痛、畸形等后果。原始点疗法明确出手法治疗首重“位置”,其次才是操作技巧。由于原始点特有的敏感性,只要位置准确,则无论使用手指、手掌、手肘乃至其他按摩工具,仅需较轻的按推力量和较短的操作时间,就能达到超越常规经络穴位的“得气”效果,使手法治疗从“重技巧”转变为“重部位”,在保证疗效的前提下显著降低了对施术者技巧的要求和身体的伤害,让更多医者乐于接受。

1.5.3 验——原始点提供了立体式、综合性的治疗效果 身体各处的各种不适症状,均有其对应的原始点探寻位置,只需在该位置找出原始点进行按推,相对应部位的不适症状即可得到缓解,而不必细分该症状的具体位点,也不必细究引起该症状的具体病种或者中医证型。也就是说,与经络穴位单线式的传导、各有偏重的疗效不同,原始点拥有立体式的传导和综合性的治疗效果,能够涵盖其对应部位的任一具体位点的各种症状。因此,使用原始点疗法就不必再针对不同部位、病种和中医证型进行复杂的循经配穴、取穴等操作。原始点疗法近年来也引起了国内学者们的关注,目前的应用集中在以痛症为主的骨伤科和内科疾病的治疗方面^[22]。贾敏等^[23]运用颈痛穴配合原始点按摩法治疗落枕47例,疗效显著;许婧等^[24]应用原始点埋线配合正骨手法治疗腰腿痛81例,发现疗效优于常规针灸治疗的对照组;何晓田等^[25]运用针刺原始点配合推拿治疗腰椎间盘突出症64例,发现疗效优于常规针刺配合推拿治疗的对照组。宋占德^[26]针灸原始点治疗136例中风后遗症患者,发现疗效优于行常规针灸治疗的对照组;熊小芳等^[27]采用降逆制酸散联合原始点疗法治疗30例寒热错杂型反流性食管炎患者,发现疗效优于使用雷贝拉唑钠肠溶片和枸橼酸莫沙必利胶囊治疗的对照组;黄统强等^[28]发现针灸配合原始点疗法可改善患者面部残疾,缓解面部神经麻痹,提升治疗周围性面瘫的疗效。

1.5.4 廉——原始点大量节省了医者的时间体力消耗和患者的医疗开支 原始点疗法由于操作简单,轻取即得气反应明显,因此能大量节省医者的时间和精力消耗,从而显著提升以针灸推拿为主要治疗方法的中医科室的临床工作效率。同时,其显著的疗效和低廉的治疗成本也能大量节省患者的医疗开支。

蓝线为部位标示

红线为原始点位置

黄绿	灰	蓝	粉红	淡橘	棕	绿	淡紫	黄	橘
请按手背部原始点	请按肘部原始点	请按足背部原始点	请按踝部原始点	请按臀部原始点	请按荐椎原始点	请按肩部原始点	请按上下背部原始点	请按颈部原始点	请按头部原始点

1. 确认病症出现部位的颜色标记
(例:胸部疼—属淡紫色)
2. 按推该颜色所对应之原始点
(例:淡紫色—按推上背部原始点)
3. 温敷该原始点部位
(一般3小时,直至重症24小时)
4. 深信生病之因缘果、温热饮食及
姜汤、适当运动与休息、良好心态

2 小结

心标准,以按推原始点和补充内外热源为核心方法,具有鲜明的“简、便、验、廉”的中医特色^[29]。

原始点疗法既符合阿是穴“痛无定处”的客观规律及其“以痛为腧”的取穴方式,又为临床迅速、全面、准确地找出每一位患者实时的阿是穴提供了

新的方法,是继“阿是穴”之后在经络腧穴基础之上的又一次创新。原始点疗法为充分挖掘中医阿是穴的宝贵价值提供了新的研究思路和实践方法,目前国内对其认知和研究不足,临床应用较少,值得今后继续研究和大力推广。

参考文献

- [1] 张钊汉. 原始点医学[M]. 13 版. 台北:财团法人张钊汉原始点医疗基金会,2018.
- [2] 张树剑. 阿是取穴法源流论[J]. 中国针灸,2013,33(2):165-167.
- [3] 陈德成,杨观虎,王富春,等. 试论阿是穴、压痛点和激痛点的关系[J]. 中国针灸,2017,37(2):212-214.
- [4] 谢丁一,陈日新.“阿是之法”是腧穴精准定位之法[J]. 中华中医药杂志,2016,31(2):602-604.
- [5] 王卫,刘利霞,郭义. 阿是穴研究进展[A]. 2011 中国针灸学会年会论文集[C]. 北京:中国针灸学会,2011.
- [6] 沈雪勇. 经络腧穴学[M]. 4 版. 北京:中国中医药出版社,2016:17-18.
- [7] 王峰,肖兵,黄梅,等. 浅议“阿是穴”[J]. 安徽中医药大学学报,2015,34(6):54-56.
- [8] 张雪琳,王孟雨,高希言. 阿是穴的古往今来[J]. 中华中医药杂志,2018,33(7):3009-3011.
- [9] 李虎. 阿是穴在筋伤学中的重要治疗作用[J]. 世界最新医学信息文摘,2016,16(51):24.
- [10] 李云华,蒲晓燕,崔炜萍. 针刺阿是穴治疗痛经[J]. 青海医药杂志,2004,34(9):39.
- [11] 张钊汉. 原始点松筋健康法[M]. 北京:中国出版集团,中国对外翻译出版公司,2010.
- [12] 许珊,汤朝晖,周怡驰,等.《黄帝内经》的自愈力思想及应用新探[J]. 江苏中医药,2016,48(9):5-7.
- [13] 王民集,朱江,杨永清. 中国针灸全书[M]. 郑州:河南科学技术出版社,2012:597-598.
- [14] 范炳华. 推拿治疗学[M]. 北京:中国中医药出版社,2016:7-9.
- [15] 代飞,王超,郭义. 浅谈针灸激发人体自愈力[J]. 四川中医,2014,32(2):37-38.
- [16] 胡星新,刘立岷. 临床症状体征与影像学检查分离的腰椎间盘突出症的发生机制研究进展[J]. 中国骨伤,2015,28(10):970-975.
- [17] 肖静,杨东宝,侯杰,等. 过敏性鼻炎患者主诉指标与客观指标的相关性研究[J]. 中国妇幼健康研究,2017,28(2):692-693.
- [18] 中医病证诊断疗效标准[M]. 2 版. 北京:中国医药科技出版社,2012.
- [19] 王富春,马铁明. 刺灸法学[M]. 4 版. 北京:中国中医药出版社,2016:27-28.
- [20] 赵毅,季远. 推拿手法学[M]. 4 版. 北京:中国中医药出版社,2016:46-48.
- [21] 吕立江. 推拿功法学[M]. 2 版. 北京:中国中医药出版社,2016.
- [22] 于建红. 原始点疗法临床应用及理论探讨[J]. 中国民间疗法,2016,24(5):22-23.
- [23] 贾敏,高秀花,刘旭光. 颈痛穴结合原始点按摩法治疗落枕 47 例[J]. 中医临床研究,2014,6(35):44-45.
- [24] 许靖,李春燕,黄文华,等. 原始点埋线配合正骨手法治疗腰腿痛 81 例临床观察[J]. 右江民族医学院学报,2016,38(3):310-312.
- [25] 何晓田,王鹏,高雁楠. 针刺原始点配合推拿治疗腰椎间盘突出症临床研究[J]. 实用中医药杂志,2016,32(12):1149-1151.
- [26] 宋占德. 针灸原始点治疗中风后遗症 136 例临床研究[J]. 中医临床研究,2013,5(17):36-37.
- [27] 熊晓芳,范文东,章浩军,等. 降逆制酸散联合原始点疗法治疗反流性食管炎临床疗效观察[J]. 新中医,2016,48(2):44-46.
- [28] 黄统强,兰小春,黄孝念,等. 针灸配合原始点疗法治疗周围性面瘫的临床疗效[J]. 实用中西医结合临床,2017,17(9):51-53.
- [29] 倪晨斐,杨丹. 浅谈对原始点疗法的认识[J]. 内蒙古中医药,2017,36(3):136-137.

(2017-11-27 收稿 责任编辑:杨阳)