施茵教授血海穴臨床應用經驗舉隅

Professor *Shi Yin's* experience in the clinical application of acupoint Xuehai

胡曉穎[1] 郭 森[2] 吳心儀[2] 趙慶逸[2] *HU Xiaoying, GUO Seng, WU Xinyi et al.*

（1.上海市虹口區江灣醫院；2. 上海中醫藥大學）

（1. JiangwanHospital, Hongkou District, Shanghai; 2. Shanghai University of Traditional Chinese Medicine, Shanghai）

[摘要] 介紹施茵教授應用血海穴的臨床經驗。回顧中醫古籍中有關血海穴的功用記載，結合當代施茵教授多年的臨診經驗，論述對血海穴進行針刺、艾灸、穴位注射、走罐拔罐以及刮痧放痧等不同施術，以奏益氣養陰、利濕和中、舒筋活絡、調經止痛、養血安神之效。本文例舉氣陰兩虛之乾眼症、濕熱中阻之痤瘡、脾腎陽虛之類風關、氣滯血瘀之痛經及心脾兩虛之失眠驗案5則，以期對臨床治療有所裨益。

[關鍵詞] 血海穴；施茵；針灸；臨證經驗

血海穴，出自《針灸甲乙經》，屬足太陰脾經。歷代醫籍對血海穴功用多有記載，古今醫家對血海穴應用各有心得。施茵教授為上海中醫藥大學博士研究生導師，上海中醫藥大學「高峰高原學科」特聘教授，上海市中醫藥醫學領軍人才，從事臨床、教學與科研工作三十載，勤讀古籍文獻，諳熟刺法灸法，學驗俱豐，多年來潛心致力於針灸治療各類代謝性疾病的臨床與基礎研究，卓有成就。本人在隨導師出診期間，蒙師教誨，深感血海穴在臨床應用中之重要。今將導師對血海穴的部分運用經驗加以匯總，以饗同道。

1 血海穴考

《針灸甲乙經》云：「血海，在膝臏上內廉白肉際二寸半，足太陰脈氣所發。」是血海之穴名首次出現，《經穴解》：「穴名血海者，脾生血，此穴離膝而上，血漸生旺，而腹中飲食所生之血，亦能於此所上下，血生於此地，故曰血海。」認為此穴是下肢陰經和腹部血流交匯之處，血旺而充盈，故名。

血海穴，古籍記載其具有調血氣，理血室，使血氣歸流，導血歸海的功效。血海穴在唐代以前主要用於治療婦人血證，《針灸甲乙經》中記載「婦人漏下，苦血閉不通，逆氣脹，血海主之。」宋代以後， 其主治病證又擴展到血證及瘡瘍，《醫學入門》言：「血海穴，善治一切血疾其及諸瘡」。至清代，《金針梅花詩鈔》血海條曰：「緣何血海動波瀾，統血無權血妄行」。近代根據其局部作用，還用於治療「膝腫，足麻木」。現代臨床中血海穴的主治範圍則更加廣泛，除崩漏、大出血、皮膚瘙癢、坐骨神經痛等血疾、諸瘡及循行所過部位的病證外，還可治療月經過多、痢疾、血虛型便秘、蕁麻疹、產後缺乳、痛經、眼瞼下垂等病症[1] [2]。施師認為，血海穴臨床應用如此廣泛，與其獨特的穴性密切相關。根據多年臨症經驗，將其大致歸納為益氣養陰、利濕和中、舒筋活絡、調經止痛、養血安神等五方面。臨床根據症情可單獨應用，更可與其他穴位配伍使用，治療屢見佳效。

2 血海穴應用

2.1 益氣養陰、濡目潤睛

病案1 患者徐某，女，70歲。2019年11月13日首診。主訴：雙眼乾澀半年餘。患者自訴就診前半年起時覺雙眼乾澀、磨痛，伴口鼻乾燥，勞累或生活不規律時雙眼乾澀加重，伴視物模糊，易流鼻血。曾於眼耳鼻喉科醫院就診，查體：雙眼視力左0.6，右0.8；角膜熒光染色（+）；淚膜破裂時間：左5s，右6s；淚液分泌實驗：雙眼2mm。診斷為雙眼乾眼症。予人工淚液等治療後雙眼乾澀未見明顯緩解，遂來導師門診就診尋求針灸治療。刻診：雙眼乾澀，牙齦易出血，虛煩多夢，舌淡紅，苔薄白，脈細。中醫診斷：白澀症，辨證：氣陰兩虛證。西醫診斷：乾眼症。治以益氣養陰，濡目潤睛。治法上以溫和灸為主，同時輔以針刺治療。溫和灸取穴：血海（雙）；針刺取穴：睛明（雙）、球後（雙）。操作方法：溫和灸採用太乙溫灸條進行施灸，每次每穴灸10min；

Copyright 中醫學會 版權所有 All Rights Reserved

針刺採用直徑0.25mm、長25mm的「華佗牌」針灸針（蘇州醫療用品廠有限公司生產），局部常規消毒後，囑患者閉目，針刺睛明穴時將眼球輕輕推向外側，球後穴將眼球輕輕推向上方，兩穴均沿目眶邊緣刺入10~15mm，使局部產生得氣感，不做手法；留針30min，隔日治療1次。患者經治療4個月後，雙眼乾澀症狀明顯好轉。

按：乾眼症屬中醫「白澀症」「神水將枯」「燥症」「乾澀昏花」等範疇。施老師認為，本病的發生多因燥邪損傷陰津，氣血虧虛不能上榮於目，而致目失濡養。因此，陰精虧虛是其發病的基礎，陰虛內燥，虛火浮越，氣不布津則是本病發生的基本病機。此案患者已至古稀之年，脾運化水穀能力漸衰，津液生成乏源以致液竭而目澀；又因脾虛清陽不升，阻礙陰液上承於目，則乾澀模糊加重。故治療當先從補脾益氣着手，血海穴為足太陰脾經氣血彙聚之地，於此處施以具有補益之效的溫和灸法，一方面激發脾運化水穀之力，使津液化生有源，津液足則淚液足；另一方面可使虛弱的脾氣得以扶正，脾氣健旺則統血有力，五臟六腑之精氣，皆可稟受於脾，上貫於目。又因睛明穴、球後穴位於眼周局部，主治一切眼病，取之可促進眼部氣血通暢，但《內經》等經典古籍均記載面部尤其眼區慎灸，故採用針刺之法。二穴與血海穴相合，可使上行之精氣得以及時布散，眼目得以濡養。脾氣得升，津液得布，則雙目乾澀自可複健。

2.2 清熱利濕、健脾和中

病案2 患者吳某，男，18歲。2019年8月23日首診。主訴：面部反復多發膿皰疹三年，加重一周。自述近三年來上述症狀反復出現，多方治療，療效甚微，甚是苦惱。一周前與同學聚餐後出現腹脹不適，小便色黃，大便乾燥難解，自覺口臭，面部皰疹泛紅，數量增多。查體：前額、雙頰、口周多發膿皰疹，其間散在有紅色丘疹和囊腫破潰後留下的瘢痕，偶有輕癢。舌紅、苔黃膩、脈數。中醫診斷：粉刺，辨證：濕熱中阻證。西醫診斷：痤瘡。治以清熱利濕、健脾和中。治法上採用穴位注射結合走罐、拔罐治療。穴位注射取血海穴。走罐、拔罐取背部兩側膀胱經。操作方法：穴位注射選用2.5ml注射器，血海穴局部皮膚消毒，針頭刺入0.5~1cm，回抽無血後注入丹參注射液（四川升和藥業股份有限公司生產）1mL，兩側同取，隔日1次。走罐：用閃火法迅速將火罐扣在背部皮膚上，上至大杼，下達白環俞，上下推拉，如此反復至皮膚出痧為宜；拔罐：於背部兩側膀胱經用閃火法迅速將玻璃罐扣在皮膚上，待局部皮膚潮紅或微紅時起罐；每週走罐拔罐1次。同時配合生活飲食調攝，囑患者治療期間忌食辛辣煎炸等刺激等食物，多吃含纖維素較多的穀物及蔬果，保持規律作息，每日大便通暢，多飲水，適當運動，調整好心態。囑忌自行擠壓膿皰以免引起感染。患者經3個月治療後，面部痤瘡基本痊癒。

按：痤瘡，中醫稱本病為「粉疵」「面皰」「面瘡」「酒刺」。該患者正值青春期，生機旺盛，營血日漸偏熱，血熱外壅；又因嗜食辛辣肥甘之品，致脾胃積熱，循經上薰，上壅於面而成皰疹。治療當清熱利濕以治標，健脾和中以治本，標本兼治。膀胱經主一身之表，於此經走罐、拔罐，可疏通五臟六腑之經氣，調整全身的氣血運行，清熱利濕以解表。血海穴，本穴物質為聚集而成的脾經之氣，性濕熱，瀉之可清中焦濕熱。現代醫學證明皮膚的生理活動和病理改變與微循環有密切關係[2]，針刺血海穴能夠改善微循環。文獻顯示，丹參注射液中含有脂溶性丹參酮，對痤瘡丙酸桿菌高度敏感，對於痤瘡丙酸桿菌具有良好的抑制作用[3]。施師在辨證論治的基礎上，結合現代醫學的認識，採用穴位注射的方式，一則利用血海穴為脾經濕熱之氣聚集之地，瀉之可提高脾胃運化水液的功能，加速局部氣血運行，以清熱利濕；二則發揮藥性抑制痤瘡丙酸桿菌的生長繁殖，以除菌消瘡。此法攻補兼施，既可健脾和中以治本，又可清熱利濕以治標，有一舉兩得之效。若脾氣複健，濕熱得清，則諸症可除。此外，施師還強調，本病的發生多與生活飲食不節有關，通過正確的生活方式調攝，可有助於脾胃運化功能的恢復，加速體內濕熱之邪的清除，通過上法施治可獲良效。

2.3 補脾益腎、舒筋活絡

病案3 患者張某，女，62歲。2018年9月26日首診。主訴：反復多關節腫痛十餘年，加重一年。患者既往有類風濕關節炎病史，近一年症狀加重明顯，四肢多個關節腫痛，晨起雙膝僵硬明顯，時長達半小時以上，伴活動不利。刻診：雙膝關節腫痛明顯，屈伸不利，入夜尤甚，晨起僵硬，面色萎黃，神疲乏力，腰膝酸軟，形體消瘦，畏寒肢冷，大便溏薄，小便清長，夜尿頻，納差，寐欠安，舌淡、苔薄白，脈沉細。

香港註冊中醫學會版權所有 Copyright HKRCMP All Rights Reserved

實驗室檢查：RF 66.8 IU/ml，CRP 78 mg/L，ESR 63 mm/h。中醫診斷：痹證，辨證：脾腎陽虛證。西醫診斷：類風濕關節炎。治以補脾益腎、舒筋活絡。治法上採用針藥結合治療。取穴：血海（雙）、陽陵泉（雙）。操作方法：兩穴先予平補平瀉法得氣後，給予溫針灸治療，每次每穴灸2~3壯，隔日治療1次。同時配合中藥內服：獨活10g，桑寄生10g，杜仲10g，川牛膝、懷牛膝各15g，川芎9g，防己10g，桂枝10g，細辛4g，秦艽6g，熟附片6g，乾薑6g，黃芪12g，黨參12g，當歸9g，熟地9g，甘草6g [4]。每日1劑，水煎服。治療2周後，再診時患者已無明顯關節腫痛症狀。

按：類風濕性關節炎是一種慢性自身免疫性疾病，屬中醫「痹證「範疇，本病臨床治療方法雖多，但療效欠佳。多年來施老師將針灸與中藥結合，針對不同證型及不同病程患者，審證求因，靈活施治，均取得了較好的臨床療效。本案患者年逾花甲，病勢纏綿，陽氣本已不足，又遇寒濕之邪趁虛而入，痹阻關節經絡，導致氣血不通，不通則痛，產生本病。導師據此判定，本案患者應以補脾益腎，舒筋活絡為基本治則。血海穴為脾經所生之血聚集之地，可化血為氣，運化脾血。陽陵泉為筋之會穴，是治療筋病，尤其是下肢筋病的要穴。二穴相合行溫針灸，可疏通經絡氣血，使營衛調和而寒濕之邪無所依附，「通則不痛」，疼痛可解。同時通過對脾經氣血轉化彙聚之地的「血海穴」針灸，以期通過溫補溫通之效來健脾益氣養血，脾氣盛則肌肉隆，關節支撐有力；脾運化有力則腎陽得以溫煦，腎主骨生髓，可使骨髓生化有源，關節活動自如。在此基礎上，再配以藥性與血海、陽陵泉相合之方藥，針藥並用，相輔相成，則更強補脾益腎、散寒祛濕、舒筋活絡之效。

2.4 調和氣血、通經止痛

病案4 患者楊某，女，24歲，未婚。2019年6月12日首診。主訴：經前期小腹脹痛半年餘。患者自訴14歲月經初潮，週期尚規律，28~30天一行，經期5~6天，近半年來每遇行經前或經期時小腹脹痛明顯，行經量少、淋漓不盡，血色黯紅夾血塊，壓下則疼痛減輕，經前胸脅乳房作脹。刻診：末次月經為2019年6月2日，6天淨，經量、色、質同前，納可，寐安，二便調，舌質黯，舌邊有瘀點，脈沉弦。中醫診斷：痛經，辨證：氣滯血瘀證。西醫診斷：原發性痛經。治以調和氣血、通經止痛。治法取刮痧配合放痧療法。取穴：血海（雙）。操作方法：患者取仰臥位，雙側血海穴給予局部常規皮膚消毒後塗抹刮痧油，進行點壓刮拭各5min；待刮拭完之後，再進行刺絡放痧。治療於月經來潮前1周開始，視病情輕重隔3天或5天治療1次。經治療1個月經週期行經腹痛症狀大減，3個月經週期後患者症狀基本消失，經量較前增多，血色鮮紅無血塊。

按：原發性痛經，中醫多屬「行經腹痛」「室女痛經」範疇，病機主要為沖任氣血運行不暢，經血流通受阻，以致「不通則痛」；或為沖任子宮失於濡養而「不榮而痛」。其病位在沖任、子宮，與肝脾腎相關，變化在氣血，表現為痛證。施師根據多年臨症經驗，四診合參，將此患者辯證為氣滯血瘀型，屬「不通則痛」，治療以調和氣血，通經止痛為原則。現代研究證實，刮痧具有抗炎、促進新陳代謝、抗氧化以及增強細胞免疫等作用[5]。血海穴為血之歸聚處，具有理血之效，「主治一切血疾」，尤其在治療婦科血症方面，療效頗佳[6]。足太陰脾經多氣少血，而血海穴又為脾經氣血彙集之極處，此處刮痧可最大發揮疏調脾氣之效，使鬱結之氣得以通暢。放痧是採用三棱針或梅花針等針具點刺穴位處淺表靜脈或出痧點使其出血，來達到治療疾病的一種方法，其具有活血化瘀、瀉熱排毒之功效[7]。脾經氣血均彙聚於血海穴，於此處放痧，也可最大程度上使瘀阻的氣血得以疏通，肝氣調達，經脈氣血運行正常，脾胃化生有源，腎陰腎陽充盈，則沖任得養，行經順暢。導師臨症每用此法，均可取得較好療效。

2.5 健脾養血、寧心安神

病案5 患者朱某，男，56歲。2019年4月24日首診。主訴：失眠3年，加重1月。患者自述平素睡眠質量較差，多夢易醒，症狀時輕時重，入睡困難時口服艾司唑侖片1mg可入睡。近1月搬家後因生活環境改變，睡眠質量明顯變差，夜裡睡眠平均時間不足5小時，遂來導師處求診。刻診：神疲乏力、面色少華，時覺頭暈心悸，記憶力下降明顯。納差腹脹，便溏，舌淡紅，苔白，脈細弱。中醫診斷：不寐，辨證：心脾兩虛證。西醫診斷：失眠。以健脾養血、寧心安神為治療原則。治療方法採用隔藥灸。取穴：血海穴（雙）。操作方法：雙側血海穴常規消毒後行隔藥灸，中藥配方：附子5g、肉桂2g、茯苓5g、丹參3g、紅花3g、木香2g，將上述中藥研末加

Copyright IKROM All Rights Reserved

黃酒3克調拌成厚糊狀，用藥餅模具按壓成直徑2.3cm、厚度0.5cm大小，再選用1.5cm長的精製艾條段（「漢醫牌」精製艾條，河南南陽臥龍漢醫艾絨廠生產）點燃施灸，要求穴區表面有灼熱感，每次每穴灸2壯；每週治療3次，10次為一個療程。患者經一個療程治療後頭暈乏力症狀消失，胃納增加。第二療程結束後複診，睡覺質量較前明顯改善，每晚平均睡眠時間可延長到6小時。續治第三療程後複診，患者面色紅潤，無頭暈心悸，納可，便調，寐安，舌淡紅，苔薄白，脈象柔和有力。

按：失眠一症，古已有之。中醫稱之為「不寐」「不得臥」。多為情志所傷、飲食不節、勞逸失調、久病體虛等因素引起臟腑機能紊亂，氣血失和，陰陽失調，陽不入陰而發病。病位主要在心，涉及肝（膽）脾（胃）腎，病性有虛有實，且虛多實少。治療以補虛瀉實，調整臟腑陰陽為原則。不寐之心脾兩虛者，多屬脾虛不運，心神失養而致，故施師認為此證患者應治以健脾養血、寧心安神為治則，並以補虛為主。附子、肉桂、茯苓、木香可健脾助陽行氣，丹參、紅花可活血通經。將以上幾味藥製作成藥餅，於血海穴施隔藥灸，利用藥物活血行氣、灸法溫陽通脈的功效，促進穴位局部氣血運行。血海充盈則脾陽健運，氣血生化有源，使心有所養。本案中採用隔藥灸治療，是通過穴、藥、灸三者協同，可使心、脾統血行血功能恢復正常，臟腑氣血調和，陰陽趨於平衡，患者自可輕鬆入睡。此外，施師還考慮，失眠患者尤其是長期睡眠不足者多有焦慮，取穴過多易加重患者心理負擔，使其產生畏懼心理。因此針對此類患者，常精簡取穴，並選擇較為溫和的刺激方式，以最大限度地緩解患者緊張的情緒，充分建立醫患信任感，從而保證療效。

3 小結

本文列舉施師驗案5則均以血海穴為主穴，通過辨證給予針灸不同施術來達到益氣養陰、利濕和中、舒筋活絡、調經止痛、養血安神之效，導師在臨床運用過程中始終強調血海穴的應用是建立在經絡辯證以及方穴術相應的基礎上，診治前必須四診合參、審證求因、辨證論治，需根據辨證再選穴組方施予正確的針灸方法，方能取得事半功倍之效。

參考文獻

[1] 王燕平,趙吉平. 血海穴探析[J]. 中國針灸,1998,11:657-658.
[2] 李倩倩,石廣霞,韓麗麗,等. 血海穴相關研究進展[J]. 上海針灸雜誌,2013,32(4):316-318.
[3] 劉文彬,梁慶,王暉,等. 外用丹參酮乳膏抗痤瘡藥效及機制[J]. 中國實驗方劑學雜誌，2012,18(14):212-216.
[4] 施茵,蔡玉梅,李璟. 方劍喬針灸治療痛證臨證撷萃[J]. 上海中醫藥雜誌,2008,42(4):23-25.
[5] 陳柳,徐嗚曙,陳春豔,等. 刮痧配合放痧治療濕熱蘊結型痤瘡的療效觀察[J]. 針灸臨床雜誌,2016,32(6):52-55.
[6] 劉月姮,董宇翔,夏德軍. 血海穴的研究概況[J]. 遼寧中醫雜誌 2008,35(6):924-925.
[7] 黃振. 刺絡放血配合針刺治療痤瘡療效觀察[J]. 上海針灸雜誌,2009,28(12):705-706.

Abstract: To introduce Professor Shi Yin's clinical experience in the application of Xuehai point. This paper reviews the function records of Xuehai point in ancient books of traditional Chinese medicine, and combined with Professor Shi Yin's clinical experience for many years, discusses the different methods of acupuncture, moxibustion, acupoint injection, cupping and scraping at Xuehai point, in order to play the effects of Supplementing Qi and nourishing Yin, promoting dampness and calming, relaxing muscles and activating collaterals, regulating menstruation and relieving pain, nourishing blood and calming nerves. This paper gives 5 cases of dry eye with deficiency of Qi and Yin, acne with obstruction of damp heat, wind clearance such as deficiency of spleen and kidney yang, dysmenorrhea with qi stagnation and blood stasis and insomnia with deficiency of heart and spleen, in order to be beneficial to clinical treatment.

Keywords: Xuehai point; Shi Yin; Acupuncture and moxibustion; Clinical experience

（編委：莫飛智審校2025.11.11）

香港註冊中醫學會 版權所有 Copyright © HKRCMP All Rights Reserved

香港註冊中醫學會 版權所有
Copyright HKRCMP All Rights Reserved