

## 2022 年中医专长医师资格证考点：6 种行针辅助手法

临床常用的行针辅助手法有以下 6 种。

(1)循法：循法是指在针刺前或针刺后留针过程中，医者用手指顺着经脉的循行径路，在腧穴的上下部轻柔循按的方法。操作要点：①确定腧穴所在的经脉及其循行路线。②循按或拍叩，用拇指指腹，或第二、三、四指并拢后用第三指的指腹，沿腧穴所属经脉的循行路线或穴位的上下左右进行循按或拍叩。③反复操作数次，以穴周肌肉得以放松或出现针感或循经感传为度。

注意事项：①医者宜用指腹而非指尖进行循按或拍叩。②循按时用力要轻柔、适度。③循法具有催气、行气、解除滞针、减轻患者紧张四个方面的作用。催气：进针前循按可宣散气血，使经络之气通畅；进针后循按可使气不至者速至。行气：促使已至之气沿经脉循行路线扩散传导。解除滞针：在滞针的腧穴周围循按，使经气调畅，肌肉松弛，滞针得以解除。减轻患者紧张：进针前进行循按，可消除病人恐惧、紧张情绪，使肌肉松弛，从而进针时能减轻疼痛。

(2)弹法：弹法是指在留针过程中，医者用手指轻弹针尾或针柄，使针体微微振动的方法。操作要点：①进针后刺入一定深度。②以拇指与食指相交呈环状，食指指甲缘轻抵拇指指腹。③弹叩针柄：将食指指甲面对准针柄或针尾，轻轻弹叩，使针体微微震颤。也可以拇指与其他手指配合进行操作。④弹叩数次。

注意事项：①针刺深度要合适。针刺过浅则容易被弹叩出针。②弹叩时要手指灵活，用力均匀，力度适中，轻轻弹叩，以针身微微颤动为度，不可过猛，以免引起弯针、滞针甚至将针弹出。③弹叩次数不宜过多，一般 7~10 次即可。

(3)刮法：刮法是指毫针刺入一定深度后，以拇指或食指的指腹抵住针尾，用拇指或食指或中指指甲，由下而上或由上而下频频刮动针柄的方法。操作要点：①进针后刺入一定深度。②用拇指指腹或食指指腹轻轻抵住针尾。③用食指指甲或拇指指甲或中指指甲频频刮动针柄。可由针根部自下而上刮，也可由针尾部自上而下刮，使针身产生轻度震颤。④反复刮动数次。

注意事项：①刮动时要手指灵活，用力均匀，力度适中。②刮动频率要匀速。③术者指甲要修理平整、光滑，不宜过长或过短。

(4)摇法：摇法是指毫针刺入一定深度后，手持针柄，将针轻轻摇动的方法。摇法分为两种，一是直立针身而摇，二是卧倒针身而摇。

1)直立针身而摇：操作要点：①采用直刺进针。②刺入一定深度。③手持针柄，如摇辘轳状呈划圈样摇动，或如摇橹状进行前后或左右的摇动。④反复摇动数次。

2)卧倒针身而摇：操作要点：①采用斜刺或平刺进针。②刺入一定深度。③手持针柄，如摇橹状进行左右摇动。④反复摇动数次。

注意事项：①进针角度要与直立针身或卧倒针身而摇相结合。②操作时用力要均匀、柔和，切忌摇动用力过猛、摇动幅度过大，以免引起疼痛或造成弯针。

(5)飞法：飞法是指针刺后不得气者，用刺手拇、食指夹持针柄，轻微捻搓数次，然后张开两指，一搓一放，反复数次，状如飞鸟展翅，故称飞法。操作要点：①刺入一定深度。②轻微捻搓针柄数次，然后快速张开两指，一捻一放，如飞鸟展翅之状。③反复操作数次。

注意事项：①本法宜在肌肉丰厚处的腧穴施术。②捻放时要手指灵活，力度要均匀一致，忌用力过猛，否则易致滞针。

(6)震颤法：震颤法是指针刺入一定深度后，刺手持针柄，用小幅度、快频率的提插、捻转手法，使针身轻微震颤的方法。操作要点：①进针后刺入一定深度。②刺手拇、食二指或拇、食、中指夹持针柄。③实施提插捻转：小幅度、快频率的提插、捻转，如手颤之状，使针身微微颤动。

注意事项：①操作时贵在用力轻柔。②不宜大幅度地颤动和震摇，以免引起疼痛和滞针。