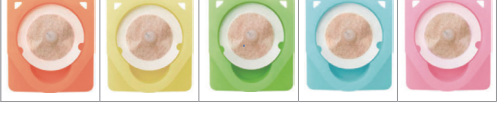
清铃® 撳針

耳鼻喉科应用手册

来自日本 · 安全 · 长效 · 使用方便

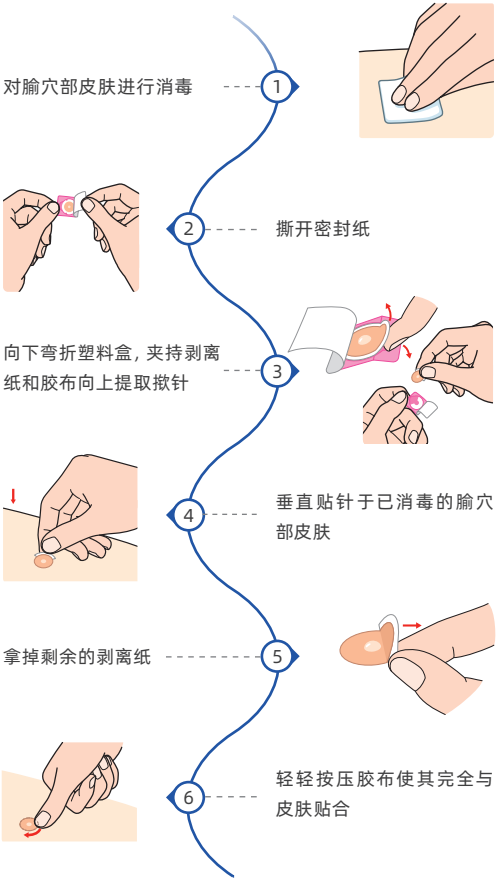
SEIRIN®

规格

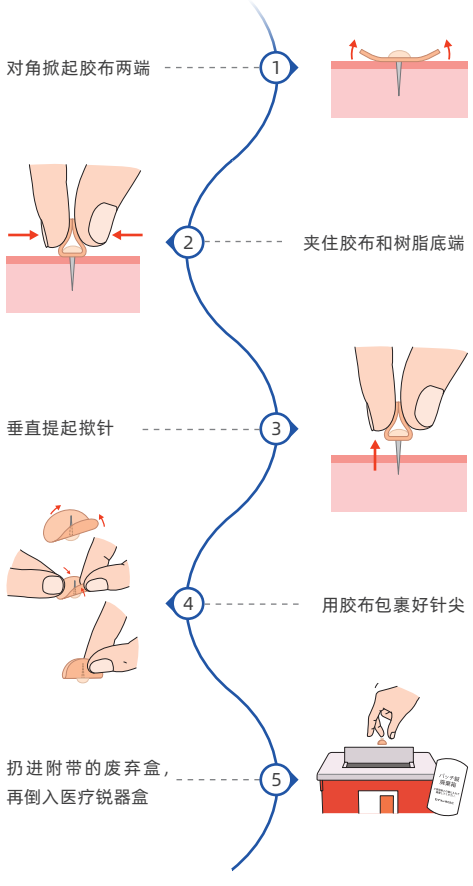
颜色表示	橙色	黄色	绿色	蓝色	粉色
针长	0.3mm	0.6mm	0.9mm	1.2mm	1.5mm
直径	0.2mm	0.2mm	0.2mm	0.2mm	0.2mm
产品					

注：耳穴撳针胶布直径为9mm，体穴撳针胶布直径为12mm。

贴针



取针



目录

过敏性鼻炎 5
急性鼻炎、鼻窦炎 8
慢性鼻炎、鼻窦炎 11
恶心呕吐 14
吞咽困难 17
舌强语蹇 20
面瘫 24
急性咽喉炎 30
慢性咽喉炎 33
耳鸣 36
耳聋 39
分泌性中耳炎 43
化脓性中耳炎 47
失眠 51
焦虑紧张 55
便秘 59
肢体疼痛 63

注：所有穴位右上角所标为针体长度；
所有穴位定位左侧图为**精准取穴**，右侧图为**简便取穴。**
除特别说明外，所有的体穴均为双侧取穴，耳穴为单侧取穴

改善症状（恶心呕吐、吞咽困难、舌强语蹇、面瘫、急性咽喉炎、慢性咽喉炎、耳鸣、耳聋、分泌性中耳炎、化脓性中耳炎、失眠、焦虑紧张、便秘、肢体疼痛）

过敏性鼻炎

疗程：3次为一个疗程，每次埋针24-72小时，每隔3-4小时按压一次，即点按20下，以患者能承受为度。

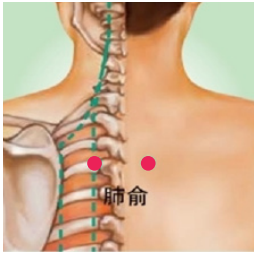
体穴：迎香[0.9]、合谷[1.2]、肺俞[1.2]、足三里[1.2]、印堂[1.2]

在面部，鼻翼外缘中点旁，鼻唇沟中。

于鼻翼外缘中点的鼻唇沟中取穴。

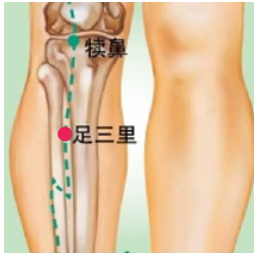
在手背，第2掌骨桡侧的中点处。

一手拇指、食指张开呈90°，以另一只手拇指指尖关节横纹压在虎口上，指尖点到处即是。



在脊柱区，第3胸椎棘突下，后正中线旁开1.5寸。

低头屈颈，颈背交界处椎骨高突向下推3个椎体，下缘旁开2横指处即是。



在小腿外侧，犊鼻穴下3寸，犊鼻穴与解溪穴连线上。

站位弯腰，同侧手虎口围住髌骨上外缘，余四指向下，中指指尖处即是。

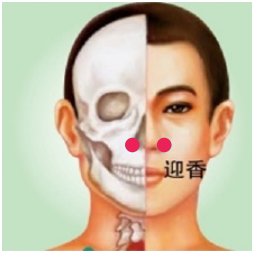
在头部，两眉毛内侧端中间的凹陷中。

两眉毛内侧端连线中点处即是。

急性鼻炎、鼻窦炎

疗程：3次为一个疗程，每次埋针24-72小时，每隔3-4小时按压一次，即点按20下，以患者能承受为度。

体穴：迎香[0.9]、风池[1.2]、曲池[1.2]、合谷[1.2]、太阳[1.2]

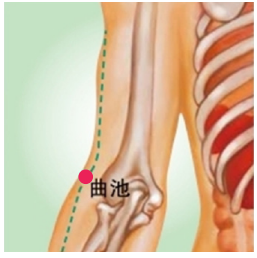


在面部，鼻翼外缘中点旁，鼻唇沟中。

于鼻翼外缘中点的鼻唇沟中取穴。

在颈后区，枕骨之下，胸锁乳突肌上端与斜方肌上端之间的凹陷中。

正坐，后头骨下两条大筋外缘陷窝中，与耳垂齐平处即是。



在肘区，尺泽穴与肱骨外上髁连线的中点处。

正坐，轻抬右臂，屈肘将手肘内弯，用另一手握住肘部大拇指下压所触及凹陷处即是。

在手背，第2掌骨桡侧的中点处。

一手拇指、食指张开呈90°，以另一只手拇指指尖关节横纹压在虎口上，指尖点到处即是。

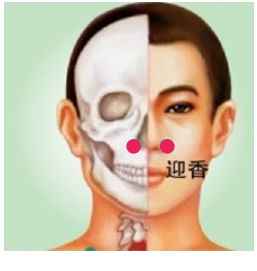
在头部，眉梢与目外眦之间，向后约1横指的凹陷中。

眉梢与目外眦连线中点向后1横指，触及一凹陷处即是。

慢性鼻炎、鼻窦炎

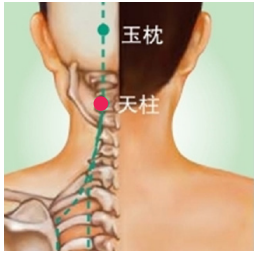
疗程：3次为一个疗程，每次埋针24-72小时，每隔3-4小时按压一次，即点按20下，以患者能承受为度。

体穴：迎香[0.9]、天柱[1.2]、肺俞[1.2]、肝俞[1.2]、丰隆[1.2]



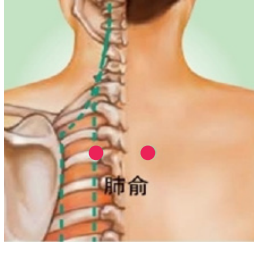
在面部，鼻翼外缘中点旁，鼻唇沟中。

于鼻翼外缘中点的鼻唇沟中取穴。



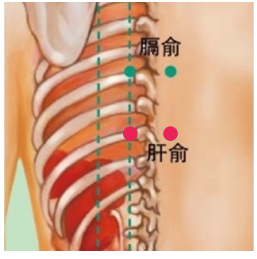
在颈后区，横平第2颈椎棘突上际，斜方肌外缘凹陷中。

正坐，触摸颈后两条大筋，在其外侧，后发际边缘可触及一凹陷处即是。



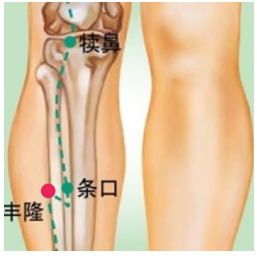
在脊柱区，第3胸椎棘突下，后正中线旁开1.5寸。

低头屈颈，颈背交界处椎骨高突向下推3个椎体，下缘旁开2横指处即是。



在脊柱区，第9胸椎棘突下，后正中线旁开1.5寸。

肩胛骨下角水平连线与脊柱相交椎体处，往下推2个椎体，正中线旁开2横指处。



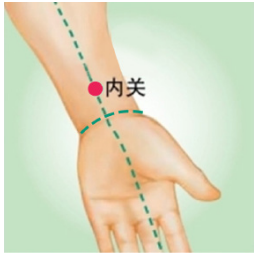
在小腿外侧，外踝尖上8寸，胫骨前肌的外缘。

先找到条口穴，向后量1横指，按压有沉重感处即是。

恶心呕吐

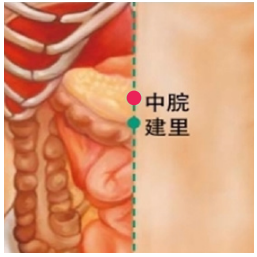
疗程：3次为一个疗程，每次埋针24-72小时，每隔3-4小时按压一次，即点按20下，以患者能承受为度。

体穴：内关[1,2]、中脘[1,2]、足三里[1,2]、合谷[1,2]（孕妇禁用）



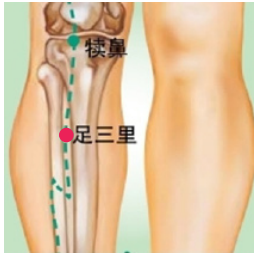
在前臂前区，腕掌侧远端横纹上2寸，掌长肌腱与桡侧腕屈肌腱之间。

从腕横纹向上3横指，两条索状筋之间即是。



在上腹部，脐中上4寸，前正中线上。

在上腹部，正中线上，肚脐往上5横指处即是。



在小腿外侧，犊鼻穴下3寸，犊鼻穴与解溪穴连线上。

站位弯腰，同侧手虎口围住髋骨上外缘，余四指向下，中指指尖处即是。

在手背，第2掌骨桡侧的中点处。

一手拇指、食指张开呈90°，以另一只手拇指指尖关节横纹压在虎口上，指尖点到处即是。

吞咽困难

疗程：3次为一个疗程，每次埋针24-72小时，每隔3-4小时按压一次，即点按20下，以患者能承受为度。

体穴：廉泉[1,2]、上廉泉[1,2]、翳风[1,2]（双侧）、颈3/4/5夹脊穴[1,2]（双侧）

在颈前区，喉结上方，舌骨上缘凹陷中，前正中线上。

仰头，从下巴沿颈前正中线向下推，喉结上方可触及舌骨体，上缘中点处即是。

在廉泉穴上1寸，或于前正中线颌下1寸，当舌骨与下颌缘之间凹陷处取穴。

在廉泉穴上1寸，或于前正中线颌下1寸，当舌骨与下颌缘之间凹陷处取穴。

在颈部，耳垂后方，乳突下端前方凹陷中。

头偏向一侧，将耳垂下压，所覆盖范围中的凹陷处即是。

位于颈部正中线两侧，在第3~5颈椎棘突下缘旁开0.5寸处。

位于颈部正中线两侧，在第3~5颈椎棘突下缘旁开0.5寸处。

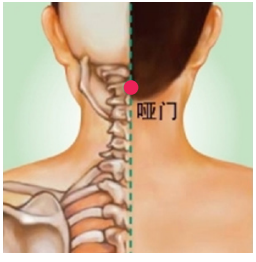
舌强语蹇

疗程：3次为一个疗程，每次埋针24-72小时，每隔3-4小时按压一次，即点按20下，以患者能承受为度。

体穴：上廉泉[1.2]、哑门[1.2]、承浆、大椎[1.2]、通里[1.2]、列缺[1.2]、照海[0.9]

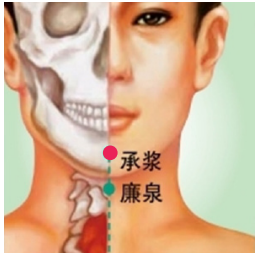
在廉泉穴上1寸，或于前正中线颌下1寸，当舌骨与下颌缘之间凹陷处取穴。

在廉泉穴上1寸，或于前正中线颌下1寸，当舌骨与下颌缘之间凹陷处取穴。

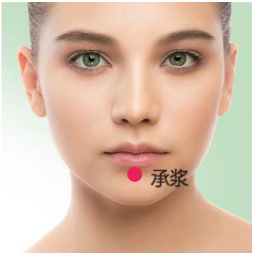


在颈后区，第2颈椎棘突上际凹陷中，后正中线上。

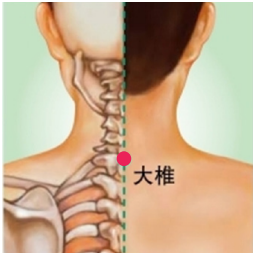
沿脊柱向上，入后发际上半横指处即是。



在面部，颏唇沟的正中凹陷处。



正坐，颏唇沟的正中按压有凹陷处即是。



在脊柱区，第7颈椎棘突下凹陷中，后正中线上。

低头，颈背交界椎骨高突处椎体，下缘凹陷处即是。

在前臂前区，腕掌侧远端横纹上1寸，尺侧腕屈肌腱的桡侧缘。

用力握拳，沿两筋(掌长肌腱与桡侧腕屈肌腱)间的切陷，从腕横纹向上量1横指处。

在前臂，腕骨桡侧远端横纹上1.5寸，拇短伸肌腱与拇长展肌腱之间的凹陷中。

两手虎口相交，手食指压另一手桡骨茎突上，食指尖到达处即是。

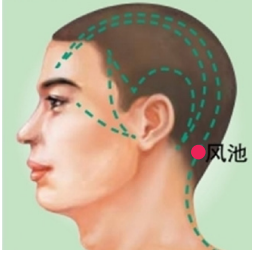
在踝区，内踝尖下1寸，内踝下缘边际凹陷中。

坐位垂足，由内踝尖垂直向下推，至下缘凹陷处，按压有酸痛感处即是。

面瘫

疗程：3次为一个疗程，每次埋针24-72小时，每隔3-4小时按压一次，即点按20下，以患者能承受为度。

体穴：风池[1.2]、完骨[1.2]、阳白[1.2]、攒竹[1.2]、颧髎[0.9]、迎香[0.9]、颊车[0.9]、地仓[0.9]、下关[0.9]、合谷[1.2]（双）、足三里[1.2]（双）

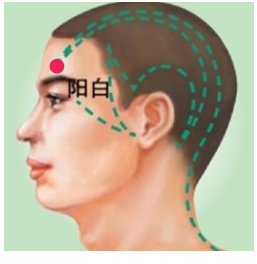


在颈后区，枕骨之下，胸锁乳突肌上端与斜方肌上端之间的凹陷中。

正坐，后头骨下两条大筋外缘陷窝中，与耳垂齐平处即是。

在头部，耳后乳突的后下方凹陷中。

耳后下方，可摸到一明显突起，其后下方凹陷处即是。

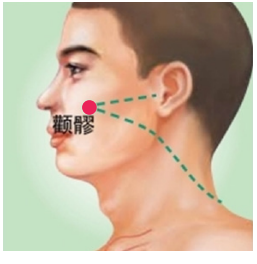


在头部，眉上1寸，瞳孔直上。

正坐，眼向前平视，自瞳孔直上1横指处即是。

在面部，眉头凹陷中，额切迹处。

皱眉，眉毛内侧端有一隆起处即是。

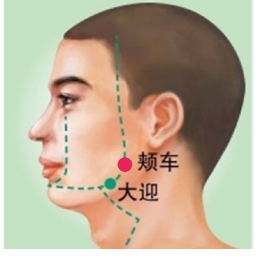


在面部，颧骨下缘，外眼角直下凹陷中。

在面部，颧骨最高点下缘凹陷处即是。

在面部，鼻翼外缘中点旁，鼻唇沟中。

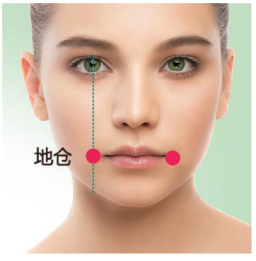
于鼻翼外缘中点的鼻唇沟中取穴。



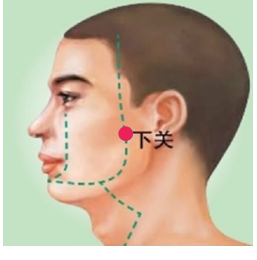
在面部，下颌角前上方1横指(中指)。当咀嚼时咬肌隆起，按之凹陷处。

上下牙关咬紧时，隆起的咬肌高点处，按之凹陷处即是。

在面部，当口角外侧，上直瞳孔。

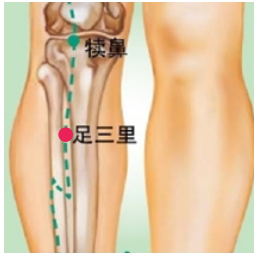


轻闭口，举两手，用食指指甲垂直下压唇角外侧两旁即是。



在面部，颧弓下缘中央与下颌切迹之间凹陷处。

闭口，食指、中指并拢，食指贴于耳垂旁，中指指腹处即是。



在小腿外侧，犊鼻穴下3寸，犊鼻穴与解溪穴连线上。

站位弯腰，同侧手虎口围住髌骨上外缘，余四指向下，中指指尖处即是。

在手背，第2掌骨桡侧的中点处。

一手拇指、食指张开呈90°，以另一只手拇指指尖关节横纹压在虎口上，指尖点到处即是。

急性咽喉炎

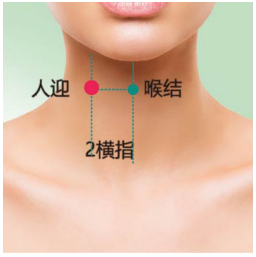
疗程：3次为一个疗程，每次埋针24-72小时，每隔3-4小时按压一次，即点按20下，以患者能承受为度。

体穴：廉泉[1.2]、人迎[1.2]、合谷[1.2]、鱼际[0.9]

在颈前区，喉结上方，舌骨上缘凹陷中，前正中线上。

仰头，从下巴沿颈前正中线向下推，喉结上方可触及舌骨体，上缘中点处即是。

在颈部，横平喉结，胸锁乳突肌前缘，颈总动脉搏动处。



正坐，从喉结往外侧量2横指，可感胸锁乳突肌前缘动脉搏动处即是。

在手背，第2掌骨桡侧的中点处。

一手拇指、食指张开呈90°，以另一只手拇指指尖关节横纹压在虎口上，指尖点到处即是。

在手外侧，第1掌骨桡侧中点赤白肉际处。

手轻握另一手手背，大拇指指尖垂直下按第1掌骨中点肉际处即是。

慢性咽喉炎

疗程：3次为一个疗程，每次埋针24-72小时，每隔3-4小时按压一次，即点按20下，以患者能承受为度。

体穴：廉泉[1.2]、扶突[1.2]、照海[0.9]、血海[1.2]、太溪[0.9]

在颈前区，喉结上方，舌骨上缘凹陷中，前正中线上。

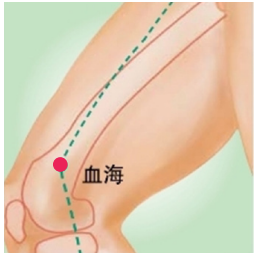
仰头，从下巴沿颈前正中线向下推，喉结上方可触及舌骨体，上缘中点处即是。

在胸锁乳突区，横平喉结，胸锁乳突肌的前、后缘中间。

头微侧，手指置于平喉结的胸锁突肌肌腹中点，按压有酸胀感处即是。

在踝区，内踝尖下1寸，内踝下缘边际凹陷中。

坐位垂足，由内踝尖垂直向下推，至下缘凹陷处，按压有酸痛感处即是。



在股前区，髌底内侧端上2寸，股四头肌内侧头的隆起处。

屈膝90°，手掌伏于膝盖骨上，大拇指与其他四指成45°，大拇指尖处即是。

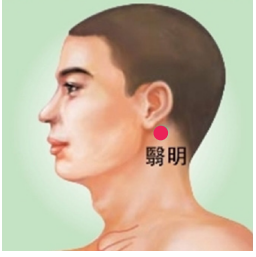
在踝区，内踝尖与跟腱之间的凹陷中。

坐位垂足，由足内踝向后推至与跟腱之间凹陷处即是。

耳鸣

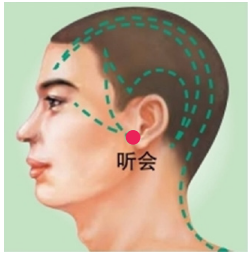
疗程：3次为一个疗程，每次埋针24-72小时，每隔3-4小时按压一次，即点按20下，以患者能承受为度。

体穴：翳明[1.2]、听会[0.9]、肩井[1.2]、太冲[1.2]、外关[1.2]



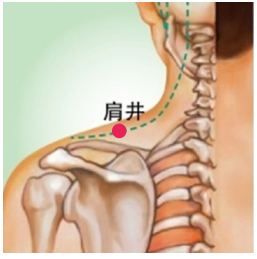
在项部，翳风穴后1寸。

将耳垂向后按，正对耳垂边缘凹陷处，向后1横指处即是。



在面部，耳屏间切迹与下颌骨髁状突之间的凹陷中。

正坐，耳屏下缘前方，张口有凹陷处即是。



在肩胛区，第7颈椎棘突与肩峰最外侧点连线的中点。

先找到大椎穴，再找到锁骨肩峰端，二者连线中点即是。

在足背，当第1、第2跖骨间，跖骨底结合部前方凹陷中，或触及动脉搏动。

足背，沿第1、第2趾间横纹向足背上推，可感有一凹陷处即是。

在前臂后区，腕背侧远端横纹上2寸，尺骨与桡骨间隙中点。

抬臂俯掌，掌腕背横纹中点直上3横指，前臂两骨头之间的凹陷处即是。

耳聋

疗程：3次为一个疗程，每次埋针24-72小时，每隔3-4小时按压一次，即点按20下，以患者能承受为度。

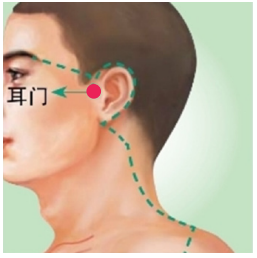
体穴：翳风[1.2]、听宫[0.9]、耳门[0.9]、命门[0.9]、太溪[0.9]、照海[0.9]

在颈部，耳垂后方，乳突下端前方凹陷中。

头偏向一侧，将耳垂下压，所覆盖范围中的凹陷处即是。

在面部，耳屏正中与下颌骨髁状突之间的凹陷中。

微张口，耳屏与下颌关节之间凹陷处即是。



在耳区，耳屏上切迹与下颌髁状突之间的凹陷中。

耳屏上缘的前方，张口有凹陷处即是。

在脊柱区，第2腰椎棘突下凹陷中，后正中线上。

肚脐水平线与后正中线交点，按压有凹陷处即是。

在踝区，内踝尖与跟腱之间的凹陷中。

坐位垂足，由足内踝向后推至与跟腱之间凹陷处即是。

在踝区，内踝尖下1寸，内踝下缘边际凹陷中。

坐位垂足，由内踝尖垂直向下推，至下缘凹陷处，按压有酸痛感处即是。

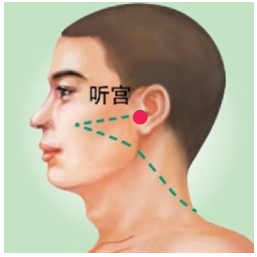
分泌性中耳炎

疗程：3次为一个疗程，每次埋针24-72小时，每隔3-4小时按压一次，即点按20下，以患者能承受为度。

体穴：翳风[1.2]、听宫[0.9]、迎香[0.9]、合谷[1.2]、丰隆[1.2]、太冲[1.2]

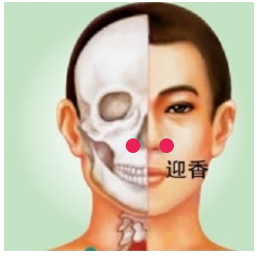
在颈部，耳垂后方，乳突下端前方凹陷中。

头偏向一侧，将耳垂下压，所覆盖范围中的凹陷处即是。



在面部，耳屏正中与下颌骨髁状突之间的凹陷中。

微张口，耳屏与下颌关节之间凹陷处即是。

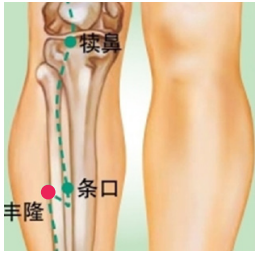


在面部，鼻翼外缘中点旁，鼻唇沟中。

于鼻翼外缘中点的鼻唇沟中取穴。

在手背，第2掌骨桡侧的中点处。

一手拇指、食指张开呈90°，以另一只手拇指指尖关节横纹压在虎口上，指尖点到处即是。



在小腿外侧，外踝尖上8寸，胫骨前肌的外缘。

先找到条口穴，向后量1横指，按压有沉重感处即是。

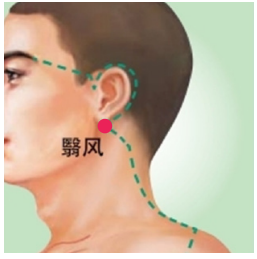
在足背，当第1、第2跖骨间，跖骨底结合部前方凹陷中，或触及动脉搏动。

足背，沿第1、第2趾间横纹向足背上推，可感有一凹陷处即是。

化脓性中耳炎

疗程：3次为一个疗程，每次埋针24-72小时，每隔3-4小时按压一次，即点按20下，以患者能承受为度。

体穴：翳风[1.2]、听宫[0.9]、鱼际[0.9]、合谷[1.2]、条口[1.2]、足三里[1.2]



在颈部，耳垂后方，乳突下端前方凹陷中。

头偏向一侧，将耳垂下压，所覆盖范围中的凹陷处即是。

在面部，耳屏正中与下颌骨髁状突之间的凹陷中。

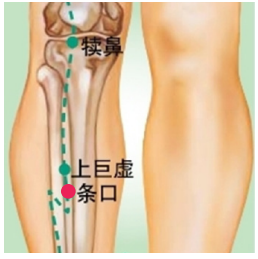
微张口，耳屏与下颌关节之间凹陷处即是。

在手外侧，第1掌骨桡侧中点赤白肉际处。

手轻握另一手手背，大拇指指尖垂直下按第1掌骨中点肉际处即是。

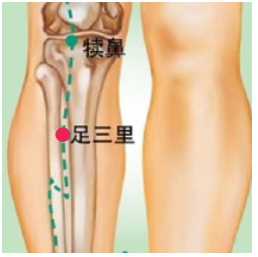
在手背，第2掌骨桡侧的中点处。

一手拇指、食指张开呈90°，以另一只手拇指指尖关节横纹压在虎口上，指尖点到处即是。



在小腿外侧，犊鼻穴下8寸，犊鼻穴与解溪穴连线上。

于犊鼻穴与解溪穴连线的中点取穴。



在小腿外侧，犊鼻穴下3寸，犊鼻穴与解溪穴连线上。

站位弯腰，同侧手虎口围住髌骨上外缘，余四指向下，中指指尖处即是。

失眠

疗程：3次为一个疗程，每次埋针24-72小时，每隔3-4小时按压一次，即点按20下，以患者能承受为度。

体穴：内关[1.2]、神门[0.9]、照海[0.9]、足三里[1.2]、三阴交[1.2]

耳穴：神门[0.6]、交感[0.6]、皮质下[0.6]、心[0.6]、肝[0.6]、肾[0.6]、垂前[0.6]

在前臂前区，腕掌侧远端横纹上2寸，掌长肌腱与桡侧腕屈肌腱之间。

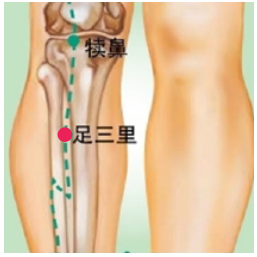
从腕横纹向上3横指，两条索状筋之间即是。

在腕前区，腕掌侧远端横纹尺侧端，尺侧腕屈肌腱的桡侧缘。

微握拳，另一手四指握住手腕，弯曲大拇指，指甲尖所在的凹陷处即是。

在踝区，内踝尖下1寸，内踝下缘边际凹陷中。

坐位垂足，由内踝尖垂直向下推，至下缘凹陷处，按压有酸痛感处即是。



在小腿外侧，犊鼻穴下3寸，犊鼻穴与解溪穴连线上。

站位弯腰，同侧手虎口围住髌骨上外缘，余四指向下，中指指尖处即是。

在小腿内侧，内踝尖上3寸，胫骨内侧缘后际。

小指下缘靠内踝尖上，食指上缘所在水平线与胫骨后缘交点处即是。

焦虑紧张

疗程：3次为一个疗程，每次埋针24-72小时，每隔3-4小时按压一次，即点按20下，以患者能承受为度。

体穴：内关[1.2]、神门[0.9]、照海[0.9]、足三里[1.2]、三阴交[1.2]

耳穴：神门[0.6]、交感[0.6]、皮质下[0.6]、心[0.6]、肝[0.6]、肾[0.6]、垂前[0.6]

在前臂前区，腕掌侧远端横纹上2寸，掌长肌腱与桡侧腕屈肌腱之间。

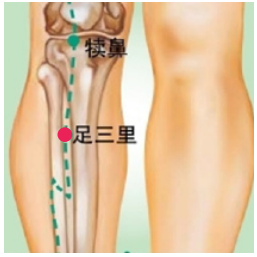
从腕横纹向上3横指，两条索状筋之间即是。

在腕前区，腕掌侧远端横纹尺侧端，尺侧腕屈肌腱的桡侧缘。

微握拳，另一手四指握住手腕，弯曲大拇指，指甲尖所在的凹陷处即是。

在踝区，内踝尖下1寸，内踝下缘边际凹陷中。

坐位垂足，由内踝尖垂直向下推，至下缘凹陷处，按压有酸痛感处即是。



在小腿外侧，犊鼻穴下3寸，犊鼻穴与解溪穴连线上。

站位弯腰，同侧手虎口围住髌骨上外缘，余四指向下，中指指尖处即是。

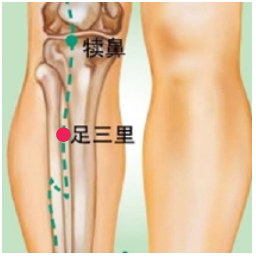
在小腿内侧，内踝尖上3寸，胫骨内侧缘后际。

小指下缘靠内踝尖上，食指上缘所在水平线与胫骨后缘交点处即是。

便秘

疗程：3次为一个疗程，每次埋针24-72小时，每隔3-4小时按压一次，即点按20下，以患者能承受为度。

体穴：合谷[1,2]、足三里[1,2]、天枢[1,2]、大横[1,2]、中脘[1,2]、胃俞[1,2]、脾俞[1,2]

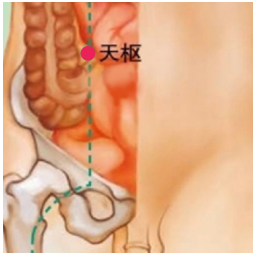


在小腿外侧，犊鼻穴下3寸，犊鼻穴与解溪穴连线上。

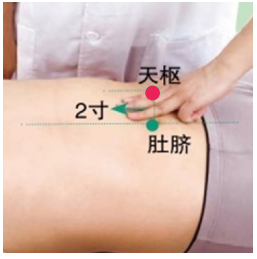
站位弯腰，同侧手虎口围住髌骨上外缘，余四指向下，中指指尖处即是。

在手背，第2掌骨桡侧的中点处。

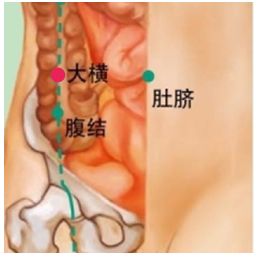
一手拇指、食指张开呈90°，以另一只手拇指指尖关节横纹压在虎口上，指尖点到处即是。



在腹部，横平脐中，前正中线旁开2寸。

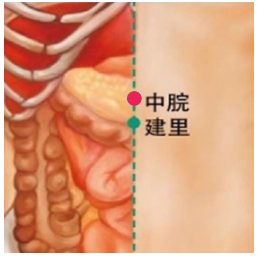


仰卧，肚脐旁开3横指，按压有酸胀感处即是。



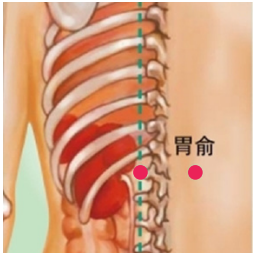
在腹部，脐中旁开4寸。

仰卧，由乳头向下作与前正中线的平行线，再由脐中央作一水平线，交点处即是。

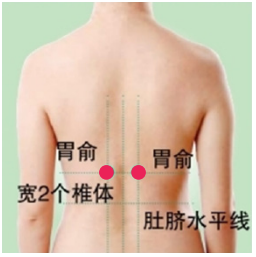


在上腹部，脐中上4寸，前正中线上。

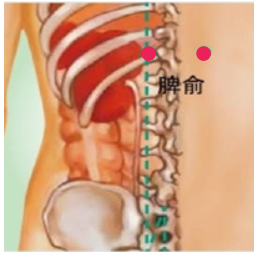
在上腹部，正中线上，肚脐往上5横指处即是。



在脊柱区，第12胸椎棘突下，后正中线旁开1.5寸。



肚脐水平线与脊柱相交椎体处，往上推2个椎体，正中线旁开2横指处即是。



在脊柱区，第11胸椎棘突下，后正中线旁开1.5寸。

肚脐水平线与脊柱相交椎体处，往上推3个椎体，正中线旁开2横指处即是。

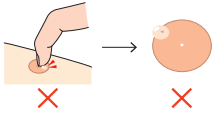
肢体疼痛

疗程：3次为一个疗程，每次埋针24-72小时，每隔3-4小时按压一次，即点按20下，以患者能承受为度。

体穴：阿是穴[1,2]为主，循经辨证取穴

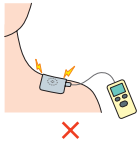
注：阿是穴，穴位分类名，又名不定穴、压痛点。以病痛局部或敏感反应点作为针灸治疗部位的腧穴。

注意事项

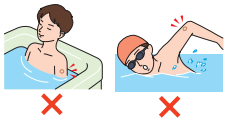


贴针期间请勿抓抠、抓挠突起的树脂，请勿对贴针部位进行重压、拍打、冲撞、碰撞。

若贴针部位出现发红、发痒、或大面积出现异常反应时，请立即取下停止使用。



本产品为非通电针具，请勿用于电疗。



贴针部位不能被水长时间浸泡。

贴针期间每隔3-4小时点按一次，每次按压约20下，以患者能承受为度。

生 产 者：セイリン株式会社（清铃株式会社）　　邮政编码：424-0037
地　　址：日本静冈县静冈市清水区袖师町1007-1　　网　　址：www.seirin.jp

四川源泉医疗器械有限公司　　（中国代理／售后服务机构）
地址：眉山经济开发区新区本草大道北段3号
电话：028-8667 4666　　传真：028-8514 1899　　邮编：620010

医疗器械注册号：国械注进20162271259
产品标准：进口产品注册标准YZB/JAP 3001-2012《揿针》

成都中医药大学针灸推拿学院 监制