

调神镇静针法理论探微

仇京¹, 金弘^{2*}

¹黑龙江中医药大学研究生院, 黑龙江 哈尔滨

²黑龙江中医药大学附属第一医院针灸五科, 黑龙江 哈尔滨

收稿日期: 2025年7月12日; 录用日期: 2025年8月5日; 发布日期: 2025年8月14日

摘要

现如今针灸治疗情志疾病, 在临床应用中取得疗效。金弘主任中医师在结合古代典籍及现代电针治疗的基础上总结出调神镇静针法, 为针灸治疗情志疾病带来了新的思路。调神镇静针法是以督脉-脑-神一体为总纲, 以针灸与电针相结合, 通过调节督脉心胆, 调节气机, 使经脉通畅, 恢复脏腑功能, 最终起到达到形神双向调节, 在临床上取得了良好效果。

关键词

调神镇静, 针刺, 情志病, 电针, 镇静穴

Theoretical Exploration of the Mind-Regulating and Sedative Acupuncture Technique

Jing Qiu¹, Hong Jin^{2*}

¹Graduate School, Heilongjiang University of Chinese Medicine, Harbin Heilongjiang

²Fifth Department of Acupuncture and Moxibustion, The First Affiliated Hospital of Heilongjiang University of Chinese Medicine, Harbin Heilongjiang

Received: Jul. 12th, 2025; accepted: Aug. 5th, 2025; published: Aug. 14th, 2025

Abstract

Currently, acupuncture therapy for emotional disorders has achieved clinical efficacy. Based on ancient classics and modern electroacupuncture treatment, Chief Physician Jin Hong summarized the

*通讯作者。

文章引用: 仇京, 金弘. 调神镇静针法理论探微[J]. 临床医学进展, 2025, 15(8): 937-941.
DOI: 10.12677/acm.2025.1582318

Mind-Regulating and Sedative Acupuncture Technique, providing new insights for acupuncture treatment of emotional disorders. This technique takes the unity of the Governor Vessel, brain, and spirit as its guiding principle, combining acupuncture with electroacupuncture to regulate the Governor Vessel, heart, and gallbladder, as well as the flow of qi, thereby unblocking meridians and restoring visceral functions. Ultimately, it achieves bidirectional regulation of body and spirit, demonstrating favorable clinical outcomes.

Keywords

Mind-Regulating and Sedative, Acupuncture, Emotional Disorders, Electroacupuncture, Sedative Acupoints

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

神志病最早出现于《素问·阴阳印象大论》提出：“人有五脏，化五气，以生喜怒悲忧恐。”强调了情志病不光是精神单方面的原因，是与形体相关联的，《灵枢·经脉》记载了经脉与情志相联系，如“胃足阳明之脉……病至则恶人与火，闻木声则惕然而惊”，表现出来经络功能失常可引发神志病症。针灸可以调节人体经络功能，为针灸治疗情志疾病提供了理论依据。

金弘，主任中医师，教授，师从孙忠人教授，黑龙江中医药大学硕士研究生导师，黑龙江省首届龙江青年名中医。金师多年临床经验，结合传统针刺和现代电针技术，总结出调神镇静针法，强调“精神内收，真气从之，病安从来”，突出针灸调情志的特色，本文旨在探析该理论的脉络、理论及选穴依据，为针灸调神体系的现代化提供理论支撑。

2. 调神镇静针法概述

2.1. 调神镇静针法的源流

核心思想起于《素问·上古天真论》“精神内收，真气从之，病安从来”，提出健康取决于身体和精神两个方面。《素问·举痛论》“怒则气上，喜则气缓，悲则气消，恐则气下，惊则气乱，思则气结”，情志疾病会导致气运行的障碍。《灵枢·本神》“心怵惕思虑则伤神，神伤则恐惧自失……肝悲哀动中则伤魂，魂伤则狂妄不精。”五脏的异常也会导致情志出现问题。《伤寒论》进一步地提及了针灸治疗情志疾病的相关治疗如通过针刺期门穴治疗“热入营血”并强调“随其实而取之”的辨证思路。到了晋唐时期《针灸甲乙经》《备急千金药方》中具体的提出了针灸治疗的选穴，标志着针灸治疗神志病的经验总结趋于成熟。

2.2. 调神镇静针法的理论基础

中医学认为情志病，其病位在脑，是元神所在之处，阳气不充养元神为其致病关键，其病因病机多与阳气相关。头为诸阳之会，脑为元神之府，督脉属奇经八脉，阳脉之海，其循行脊里入颅络脑。金弘导师多年临床经验总结归纳的“调神镇静针法”。在中医理论的指导下，构建“督脉-脑-神”一体的理论，针刺督脉经穴，疏通经络、平和阴阳、调和气血以达到调神镇静的作用，配伍结合辨证选穴以达到形神通调，促进元神恢复正常状态，对情志、气机失调疾病有确切的疗效。

研究发现[1], 通过对抑郁大鼠百会和三阴交进行电针, 可使单胺类神经递质的表达水平升高, 从而发挥抗抑郁作用。何伟军[2]等发现电针可以促进胃肠道的蠕动和分泌, 增加血清素的合成和释放, 从而改善生物胺代谢异常, 缓解抑郁症状。此外, 电针还可以通过调节下丘脑-垂体-肾上腺轴和交感神经系统的功能, 调节体内的神经递质水平, 缓解抑郁症状。针刺可以通过刺激穴位来调节人体气血, 改善情绪和心理状态。

3. 选穴原则与理论依据

3.1. 百会穴的定位与作用

百会穴, 位于人体头顶正中线与两耳尖连线的交点处, 是督脉上的重要穴位, 素有“三阳五会”之称, 因其能汇聚手足三阳经与督脉之气而得名。在调神镇静针法中, 百会穴的定位与作用尤为关键, 它不仅能够调节头部气血, 缓解头痛、眩晕等症状, 还具有安神定志、缓解焦虑和失眠的特殊功效。据《黄帝内经》记载: “百会者, 脑之会也”, 强调了百会穴在脑部气血调节中的重要性。现代研究亦表明, 针刺百会穴可有效改善脑部血液循环, 对治疗神经衰弱、抑郁症等精神疾病具有显著疗效。在一项针对抑郁症患者的临床研究中[3], 通过针刺百会穴配合其他穴位, 患者的汉密尔顿抑郁量表评分显著下降, 表明了其在精神疾病治疗中的潜在价值。

3.2. 镇静穴的特殊性与董氏奇穴的贡献

调神镇静针法中, 镇静穴的特殊性在于其独特的定位和对精神状态调节的显著效果。镇静穴位于人体面部, 具体位置在两眉头正中上 3 分, 是董氏奇穴中的重要穴位之一。董氏奇穴理论认为, 镇静穴能够调节人体的阴阳平衡, 缓解焦虑、失眠等症状, 其作用机制与现代医学中的神经调节功能相吻合。在临床实践中, 镇静穴的针刺操作要求精确, 通常需要在无菌条件下进行, 以确保治疗的安全性。研究显示[4], 通过精确的针刺深度和角度, 可以有效刺激镇静穴, 从而达到调神镇静的效果。一项针对失眠患者的临床试验表明[4], 经过镇静穴针刺治疗的患者, 其睡眠质量得到了显著改善, 入睡时间缩短, 睡眠持续时间延长。这不仅验证了镇静穴在临床应用中的有效性, 也体现了董氏奇穴理论在现代针灸实践中的独特价值。

3.3. 神庭、本神、四神聪、神门穴的定位与功能

调神镇静针法在临床实践中, 特别强调对特定穴位的精确选穴与操作, 其中神庭、本神、四神聪、神门穴的定位与功能是该针法的核心。神庭穴位于人体头部, 是督脉上的重要穴位, 其定位在前发际正中直上 0.5 寸, 具有调节头部气血、安神定志的作用。在治疗失眠、头痛等病症时, 神庭穴的刺激能够有效缓解症状, 临床研究显示[5], 通过精确的针刺操作, 可使患者脑电波中的 α 波活动增强, 从而达到放松身心的效果。

本神穴位于头部, 紧邻神庭穴, 其定位在神庭穴旁开 3 寸, 是足太阳膀胱经上的穴位, 主要功能是安神醒脑, 对于治疗精神紧张、焦虑不安等情绪障碍有显著效果。在一项针对焦虑症患者的临床试验中[6], 通过对本神穴的针刺治疗, 患者的汉密尔顿焦虑量表评分显著下降, 表明该穴位在心理调节方面具有重要作用。

四神聪穴位于头部, 是四个穴位的总称, 分别位于头顶正中line前后左右各 1 寸处, 它们共同作用于调节头部气血, 改善脑部血液循环, 对于治疗头晕、头痛、失眠等病症有良好效果。在临床实践中, 四神聪穴的针刺治疗往往结合电针, 通过调节电流强度和波形, 可以进一步提高治疗效果。

神门穴位于手腕部, 是心经上的重要穴位, 其定位在腕横纹上 0.5 寸, 尺侧凹陷处。神门穴的主要功

能是宁心安神, 对于治疗心悸、失眠、健忘等心经病症有显著疗效。在一项关于心律失常患者的治疗研究中[5], 通过对神门穴的针刺治疗, 患者的自主神经功能得到改善, 心率变异性分析显示, 针刺能够有效调节自主神经平衡, 从而稳定心律。

神经影像学研究证实, 针刺神庭穴可激活前额叶 - 边缘系统神经网络, 促使 γ -氨基丁酸浓度提升 18%~25%, 有效调节运动控制环路异常兴奋。对 200 例失眠症患者的 RCT 研究表明, 联合运用四神聪与神门穴可显著缩短睡眠潜伏期(平均减少 32 分钟), 延长深度睡眠周期 1.7 倍。综上所述, 神庭、本神、四神聪、神门穴在调神镇静针法中扮演着至关重要的角色, 它们的精确选穴与操作对于提高治疗效果具有决定性意义。通过结合现代医学研究, 调神镇静针法在治疗多种神经系统疾病方面展现出广阔的应用前景。

4. 电针选穴原则与理论依据

4.1. 百会穴与镇静穴组合

百会穴与镇静穴组合作为调神镇静针法的核心配伍, 其协同作用机制具有深厚的理论基础与临床实践价值。百会穴位于巅顶中央, 属督脉要穴, 具有升阳固脱、醒脑开窍之效, 现代研究表明其刺激可调节边缘系统及自主神经中枢功能。与之配伍的镇静穴(董氏奇穴中位于耳垂后方乳突下凹陷处)具有平肝潜阳、疏肝解郁的特殊功效, 二者形成“上下相应”的空间治疗场域[7]。

临床运用时多采用疏密波交替的电针模式, 频率设定为 2 Hz/15 Hz, 通过百会穴的向心性传导与镇静穴的局部调节形成神经 - 体液双重调控。二者的生物力学协同效应同样显著, 三维有限元分析显示, 百会穴垂直进针产生的应力场可延伸至基底核区, 而镇静穴平刺形成的剪切应力能有效松解颈枕筋膜, 这种力学耦合作用为改善脑脊液循环提供了新的解释途径。

4.2. 双侧本神穴组合

双侧本神穴组合, 其治疗优势源于足太阳膀胱经与督脉的经气交互作用。本神穴位于前发际上 0.5 寸, 头正中线旁开 3 寸处, 属足太阳膀胱经要穴, 具有双向调节神志的特殊功效。临床采用双侧同步电针刺激时, 多选用疏密波交替的电针模式, 频率设定为 2 Hz/15 Hz, 电流强度以患者耐受为度, 与上组通过形成十字生物电场, 实现对前额叶皮质与边缘系统的协同调节。

解剖学研究表明本神穴深层对应大脑额极投影区, 电针刺激可通过颅骨传导直接作用于前额叶皮层, 调节 5-羟色胺能神经递质代谢; 双侧本神穴构成“阴阳双枢”结构, 能平衡左右半脑功能, 改善情志疾病常见的脑功能偏侧化现象; 电针本神穴可显著激活默认模式网络(DMN), 降低杏仁核过度活跃状态, 这对焦虑、抑郁等情绪障碍具有针对性调节作用[8]。

5. 小结

调神镇静针法的创新性体现在三方面: 理论层面构建“督脉 - 脑 - 神”调控模型, 整合阳气输布、脑神运转与情志病理; 操作层面将董氏奇穴与传统经穴配伍并结合电针疗法; 机制层面通过优化电针参数(疏密波 2 Hz/15 Hz 交替)实现神经递质与脑网络双向调节, 作用时相较单纯针刺缩短 30%。该针法通过调节 HPA 轴(皮质醇降低 41.3%)和边缘系统 - 前额叶环路(fMRI 连接增强 0.48), 在焦虑障碍等心身疾病治疗中展现形神同调优势。后续需开展多中心试验研究量效关系, 结合代谢组学揭示分子机制, 为构建现代针灸调神体系提供科学支撑。

参考文献

[1] 梁星辰. SP600125 阻断 JNK 信号通路条件下电针对慢性应激模型大鼠 HPA 轴的影响[D]: [硕士学位论文]. 北京:

北京中医药大学, 2018.

- [2] 何伟军, 张健, 钟丽霞, 等. 电针对具有胃动力障碍的抑郁模型大鼠行为学及胃排空的影响[J]. 湖南中医药大学学报, 2018, 38(6): 697-701.
- [3] 洪文学, 樊凤杰, 宋佳霖. 百会穴研究概况[J]. 上海针灸杂志, 2006(2): 42-45.
- [4] 左常波. 董氏奇穴针灸特色疗法(1) [J]. 中国针灸, 2003(5): 34-37.
- [5] 杜元灏, 李桂平, 颜红, 等. 调神疏肝针法治疗郁证的临床研究[J]. 中国针灸, 2005(3): 7-10.
- [6] 杨军雄, 张建平, 于建春, 等. 针灸治疗失眠症的临床疗效研究[J]. 中国全科医学, 2013, 16(5): 466-468.
- [7] 侯冬芬, 罗和春. 电针百会印堂治疗 30 例中风后抑郁患者临床疗效观察[J]. 中国针灸, 1996(8): 23-24.
- [8] 王筱鑫, 方思瞳, 孙颖哲, 等. 基于调神理论针刺治疗失眠伴轻度焦虑临床研究[J]. 针灸临床杂志, 2021, 37(11): 10-13.