

颊针联合枢经推拿治疗原发性痛经的经验探析

付家荔^{1*}, 唐宏亮^{2#}, 杨鹏², 韦佼佼¹

¹广西中医药大学研究生院, 广西 南宁

²广西中医药大学附属防城港医院针灸科, 广西 防城港

收稿日期: 2026年1月26日; 录用日期: 2026年2月24日; 发布日期: 2026年3月4日

摘要

原发性痛经是临床常见妇科疾病之一, 它的发生与气血关系密切, 疼痛发作时严重影响患者的工作生活和身心健康。颊针作为一种全息针法, 在镇痛方面疗效显著, 同时可疏通气机、改善情志。枢经推拿通过调理枢经有关经络, 可恢复机体正常气机升降, 促进人体气血调和。两种治疗方法结合可缓解疼痛, 调和气血, 对治疗原发性痛经有着良好疗效。本文介绍颊针疗法联合枢经推拿治疗原发性痛经经验探析, 以期拓展治疗思路, 为临床治疗此类疾病提供一定参考。

关键词

颊针, 原发性痛经, 枢经推拿, 经验探析

Experience Analysis of Buccal Acupuncture Combined with Shujing Tuina in the Treatment of Primary Dysmenorrhea

Jiali Fu^{1*}, Hongliang Tang^{2#}, Peng Yang², Jiaojiao Wei¹

¹Graduate School, Guangxi University of Chinese Medicine, Nanning Guangxi

²Department of Acupuncture, Fangchenggang Hospital Affiliated to Guangxi University of Chinese Medicine, Fangchenggang, Guangxi

Received: January 26, 2026; accepted: February 24, 2026; published: March 4, 2026

Abstract

Primary dysmenorrhea is one of the common gynecological disorders in clinical practice. Its

*第一作者。

#通讯作者。

文章引用: 付家荔, 唐宏亮, 杨鹏, 韦佼佼. 颊针联合枢经推拿治疗原发性痛经的经验探析[J]. 中医学, 2026, 15(3): 98-102. DOI: 10.12677/tcm.2026.153139

occurrence is closely related to Qi and blood, and the pain during episodes severely affects patients' work, daily life, and physical and mental health. Buccal acupuncture, as a holographic acupuncture technique, demonstrates significant efficacy in analgesia, while also regulating Qi movement and improving emotional states. Shujing Tuina (Pivotal Meridian Massage) restores the normal ascending and descending movement of Qi in the body and promotes the harmony of Qi and blood by regulating the relevant meridians associated with the pivotal meridians. The combination of these two therapeutic methods can alleviate pain and harmonize Qi and blood, showing favorable therapeutic effects in the treatment of primary dysmenorrhea. This article introduces an experience analysis of buccal acupuncture therapy combined with Shujing Tuina for treating primary dysmenorrhea, aiming to broaden therapeutic approaches and provide a reference for the clinical management of this condition.

Keywords

Buccal Acupuncture, Primary Dysmenorrhea, Shujing Tuina (Pivotal Meridian Massage), Experience Analysis

Copyright © 2026 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

原发性痛经(Primary Dysmenorrhea, PD)是指女性冲任失调、胞宫气血运行不畅或者失于濡养时,出现不伴有生殖系统器质性病变的行经期间或经期前后的小腹疼痛症状[1]。有数据显示,全球约有 50%~90% 的女性受原发性痛经困扰[2],疼痛及所伴随的身体症状、情绪问题对患者的日常心身活动与工作学习带来严重影响。依据最新临床实践指南,原发性痛经患者可通过服用非甾体类抗炎药或对乙酰氨基酚,且建议持续使用复方激素避孕药来治疗痛经[3]。但口服止痛药、激素药、避孕药等药物治疗对身体可能会引起相应副作用[4]。而中医学中针刺、推拿等外治疗法治疗原发性痛经疗效显著。颊针是一种近代发现的中医全息针法,对减轻疼痛疗效较好[5][6]。枢经推拿是导师及团队多年临床经验总结所得的治疗方法,重点调理处于枢纽位置的经络以达到全身气机通畅、血脉调和的作用。笔者在导师指导下,将颊针疗法与枢经推拿相结合治疗原发性痛经患者,取得了良好疗效,现分析如下。

2. 颊针在原发性痛经中的理论应用

2.1. 颊针的全息理论与痛经

现代医学中全息理论指生物体的每个单独功能或结构,都应包含生物体的所有信息,并且整体信息也可以体现在任何相对独立的部分[7]。在祖国医学可追溯于《灵枢·五色》中,通过观察面部五色与部位的变化而“以表知里”。颊针治疗原发性痛经正是刺激了面颊部聚集十二经脉气血的穴位,通过“头气有街”——以头部为中心的气血运行周转的重要枢纽,联络周身内外、脉内脉外的重要通路[8],气血经过脑髓向外向下由经络传导至脏器,从而达到缓解痛经的目的。对原发性痛经的治疗上,颊针的全息胚上投射至子宫处的穴位有腰穴、骶穴、中焦穴、下焦穴。临床研究中,颊针能有效缓解中重度的原发性痛经[9]。另有研究表明,在针刺以上穴位时,治疗后的血清指标水平 PGE2 提高,血清 PGF2 α 降低,能够显著改善患者痛经的临床症状[10]。

2.2. 颊针的大三焦理论与痛经

颊针创始人王永州所认为大三焦与内经中三焦有所区别,并非单纯水液的通道,而是统领五脏六腑之气化、主导经络营卫的内通外联,完成升降出入、吐故纳新的生命代谢[11]。三焦运行通畅则表里、上下、内外通达,三焦元气通道运行不畅或衰退,就会导致全身或局部的气机壅滞、气血不通而百病丛生。颊针中的三焦穴,即包含了上焦、中焦、下焦穴,用于治疗 and 干预人体脏腑气机失常的各种疾病[12]。《灵枢·邪气脏腑病形》提到:“三焦病者,腹气满,小腹尤坚……留则为胀”,在原发性痛经患者中,三焦元气通道运行不利,气机无法推动血液濡养胞宫而致使气血瘀滞于胞宫,出现小腹胀满疼痛拒按等症状。通过针刺三焦穴来通调并用,满则泻之,菟陈除之,从而达到通则不痛的目的。

2.3. 颊针的心身理论与痛经

《素问·阴阳应象大论》提到“人有五脏化五气,以生喜怒悲忧恐”,情志过度可以内伤五脏,女子肝气不舒则易生情志疾病,阻碍肝的疏泄作用,内生瘀血阻滞胞宫,导致痛经。现代心身医学认为躯体疾病可引起心理不适,心理社会因素也可致躯体症状。经调查女大学生情绪不佳为原发性痛经危险因素之一,女性情绪上更容易多思、多虑、急躁易怒,在负面情绪的刺激下,影响到了机体的激素水平,内分泌系统失调,痛经发病率提高[13]。颊针疗法的心身理论认为气机紊乱是七情致病的关键,调理气机升降出入的同时,对躯体及情志进行干预,贯彻心身同治[14]。在颊针中,五脏可以整合为上中下三焦,上焦含心肺,中焦含脾胃,下焦含肝肾,当针刺三焦穴时,气机得以通畅,五脏得以安定,患者的精神情绪随即改善,情绪因素得以控制后,原发性痛经的发病率也会有所降低。

3. 颊针与枢经理论

在运用颊针治疗原发性痛经的同时,发现笔者团队所研究的枢经理论与之有相通性,皆可调节气机血脉,与枢经推拿合用疗效增加,以下为理论探讨。

3.1. 枢畅气机

枢经中运用少阳经来枢转气机,枢经为开合一身气血阴阳、气机舒畅之关键,因此每条枢经都具有统领机体其余经络脏腑之功能[15]。足少阳胆经作为枢经之一,从头走足,沿身体外侧部循行并通过多处血肉筋脉骨节,为多气之经,而骨骼筋肉各功能的正常运行离不开气血的正常运转,推拿胆经即通过经脉通道来调节气机枢纽,保障全身气机正常运行,胆经之气血通畅时,筋骨肌肉疼痛得以缓解[16]。在《素问·六节脏象论》中提到:“凡十一脏,取决于胆。”胆气充足者情志稳定、脏腑安和,若胆气虚致谋虑不决,则出现情志不畅等问题[17]。明代李时珍在《奇经八脉考》中提到:“带脉者……同足少阳循带脉穴……又与足少阳会于五枢、维道。”在经脉循行上足少阳胆经与带脉经气互通,而带脉下系胞宫,胞宫之气机不畅可从胆经枢纽调节[18]。且胆气升发阳气助于气血的流通和调节,当气机不畅时,推拿胆经可以发挥其调节作用,联通足阳明经与足太阳经之气机,缓解因气滞血瘀引起的原发性痛经,同时调节焦虑、紧张等伴随情志问题,与颊针治疗痛经中疏通气机调节情志有协同之力。

3.2. 枢通血脉

在枢经中少阴主血,血脉的畅通离不开肾与心[19]。肾藏精,是人体生长发育生殖之根本;精生髓,髓可化血,故精是化生血液的主要物质基础,精足则血旺,且肾精化肾气,气能生血亦能推动血液运行、固摄血液。肾中精气的多少会影响太阴脾、厥阴肝之开阖[20]。少阴枢机正常,则脾胃运化水谷、水液功能正常,肝亦疏泄有度协助心气推动血液循脉道正常运行[21]。《景岳全书》曰“少阴主肾,为先天之本,

枢机不利则精气不充，女子月事衰少。”说明肾之枢机不利可致月经衰少。女性肾气常因情志、年龄原因出现虚损不足，故易引发阳气亏虚，温煦无力，肾阳虚弱则血脉失于温煦，瘀浊内结，脉络不畅，不通则痛，发为痛经，同时出现畏寒肢冷、腰酸腿软等阳虚之象，且络脉为运送精微气血以促进肾精、肾气充盛之必要通道，通过补肾温阳，濡养络脉为要，以温煦元阳，暖胞宫可散阴寒止痛[22]。推拿肾经不仅可以促进肾精充实，同时充盈髓海，为胞宫充实血脉，还可以温煦肾阳、充实肾气，从而促进原发性痛经患者的血脉流动畅通。

4. 病案

患者，女，22岁，学生(已获得患者知情同意)，2025年2月10日于广西中医药大学附属防城港市医院就诊，主诉：经行腹痛4年，再作1天。现病史：患者自诉初潮12岁，月经周期28~45天，经期3~4天，经量偏少，色暗红，有血块，有痛经，以行经当天至第3天下腹部耻骨上疼痛明显，疼痛时轻时重，呈阵发性胀痛，无进行性加重，无放射痛，偶有恶心欲吐感，腰酸，便溏，无肛门坠胀感，无出冷汗，无头晕、乏力，无尿频、尿急、尿痛等，每于经期自行热敷下腹部，疼痛可稍有缓解，或口服止痛药物(如布洛芬)可缓解，但反复发作。患者今日无明显诱因下出现下腹明显疼痛，呈持续性胀痛，伴冷汗出，乳房胀痛，腰骶酸痛及肛门坠胀感，恶心欲吐，头晕乏力，未予特殊处理，疼痛逐渐加重，遂来就诊。查妇科彩超子宫及双附件区未见明显肿块。刻下症见：下腹部耻骨上疼痛，呈持续性胀痛，无放射痛及转移性疼痛，伴乳房胀痛，腰骶酸痛及肛门坠胀感，恶心欲吐，头晕乏力，无胸闷心慌，无尿频、尿急、尿痛等不适，纳寐尚可，小便正常，大便溏。舌淡苔薄白，脉细涩。查体：腹软，下腹压痛拒按，无反跳痛，麦氏征(-)，肝腰肋下未及，未扪及包块。妇科查体(肛查)未及异常。中医诊断：痛经(气滞血瘀证)。西医诊断：原发性痛经。

治则：行气活血，化瘀止痛。治疗及操作方法：1) 颊针针刺。选穴：上焦穴、中焦穴、下焦穴、腰穴、骶穴(均为双侧)。操作：患者取平卧位，予75%的酒精棉球常规消毒皮肤，采用华佗牌一次性使用无菌针灸针(苏州医疗用品厂有限公司生产，规格：0.25 mm×25 mm)。针刺深度：肌肉浅薄处针刺深度0.2~0.5寸，肌肉丰厚处针刺深度0.5~1.0寸，每穴刺激量适中，予小幅度提插捻转手法至有得气感，留针20 min，5 min行针1次。出针后用消毒干棉球按压针孔以防止出血。2) 枢经推拿。选穴：阳陵泉，太溪，经络：足少阳胆经，足少阴肾经。操作：患者保持平卧位，采用直推法沿足少阳胆经、足太阴肾经腿部循行路线推3~5 min，并点按阳陵泉、太溪穴位1 min。

以上操作治疗每天1次，共治疗3次。经治疗后患者疼痛明显减轻，自觉身心有轻松感。

2025年3月13日二诊：患者诉小腹仍持续性疼痛，疼痛较上一次月经稍减轻，伴有轻微恶心欲呕，腰骶部酸痛，小腹坠胀感，乳房胀痛，情绪稍急躁，舌淡红苔薄白，脉细。月经量适中，无异味，有少量血块，呈暗红色。二便调。二诊治疗操作同前，治疗后该患者疼痛症状消失。

2025年4月16日三诊：患者诉小腹疼痛明显减轻，腰骶部稍有酸痛，乳房轻微胀痛，情绪平缓，无恶心欲呕，舌淡红苔薄白，脉细。月经量适中，无异味，仍有少量血块，呈暗红色。二便正常。患者疗效良好，治疗操作同前，治疗后该患者无明显不适，情绪愉悦。

随访3月，该患者后续痛经症状较前明显减轻，仅有轻微疼痛，其余伴随症状均有缓解，经期可正常上学生活。

5. 讨论

本案例基于颊针疗法与枢经推拿的结合，通过全息、大三焦、心身理论调节全身气血和脏腑，亦通过调节少阳少阴枢机以枢转气机、枢通血脉，进而调和冲任、荣养胞宫，达到治疗原发性痛经的目的，

为原发性痛经患者的治疗提供了新的实践路径。颊针在面颊部包含有手少阳三焦经与足少阳胆经等经络,可使经络气血通过头面上行于脑部,继而下行至全身脏腑,激发少阳枢机之转枢功能,疏解肝郁气滞,调和冲任气血。同时,推拿足少阳胆经经脉所过之处,更增太阳、阳明之气枢转效果,带动全身经络气机畅通;推拿足少阴肾经则充实肾中精气,髓海充盈,血脉得生,作为枢机使太阴、厥阴一齐推动血液正常运行。二者结合可缓解疼痛,调和气血,对治疗原发性痛经疗效甚佳。通过本文案例小结,希望促进临床治疗原发性痛经相关经验的广泛传播与应用研究,为患者提供更安全、有效的临床干预方案。

参考文献

- [1] 梁潇, 宋亚静. 中医病证诊断疗效标准·原发性痛经(修订)[J]. 中华中医药杂志, 2024, 39(4): 1884-1887.
- [2] Ferries-Rowe, E., Corey, E. and Archer, J.S. (2020) Primary Dysmenorrhea: Diagnosis and Therapy. *Obstetrics & Gynecology*, **136**, 1047-1058. <https://doi.org/10.1097/aog.0000000000004096>
- [3] Burnett, M. (2025) Guideline No. 345: Primary Dysmenorrhea. *Journal of Obstetrics and Gynaecology Canada*, **47**, Article 102840. <https://doi.org/10.1016/j.jogc.2025.102840>
- [4] 曾丽君, 冯卓, 黄鼎坚, 等. 针刺治疗原发性痛经作用机制研究进展[J]. 江苏中医药, 2025, 57(10): 83-86.
- [5] 顾梦婷, 夏燕飞, 单汉民. 颊针疗法用于安宁疗护患者癌症疼痛控制 14 例疗效分析[J]. 浙江医学, 2025, 47(14): 1524-1527
- [6] 王培, 杨璐, 范婷. 颊针疗法对肋间神经痛患者的临床效果观察[J]. 北京医学, 2025, 47(8): 707-709.
- [7] 王滢宇, 周鸿飞, 张明波, 等. 微针疗法的理论渊源与辨证体系[J]. 实用中医内科杂志, 2024, 38(2): 61-63.
- [8] 高胤桐, 倪金霞, 武晓娜, 等. 从“头气有街”探讨头穴丛刺法治疗缺血性中风[J]. 中医杂志, 2019, 60(15): 1282-1287.
- [9] 李莹, 刘咏, 陈智欣, 等. 颊针疗法治疗中重度原发性痛经临床研究[J]. 新中医, 2022, 54(21): 165-169.
- [10] 李阳, 凌泽权, 王志美. 颊针对于原发性痛经的镇痛疗效及对血清 PGF_{2α} 和 PGE₂ 水平变化的影响[J]. 针灸临床杂志, 2024, 40(3): 42-45.
- [11] 王永洲. “大三焦”理论解读[J]. 中医药导报, 2016, 22(10): 1-5.
- [12] 杨红红, 刘容容, 季加富, 等. 颊针的理论研究与围术期应用进展[J]. 临床麻醉学杂志, 2024, 40(12): 1311-1315.
- [13] 莫思羽, 赵惠芳, 蒋晶, 等. 广西 6 所高校女大学生原发性痛经影响因素与体质调查研究[J]. 新中医, 2024, 56(20): 84-89.
- [14] 王永洲. 颊针疗法[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2017: 10-13.
- [15] 杨鹏, 何凤诗, 庞军, 等. 枢经推拿治疗膝关节慢性创伤性滑膜炎的疗效[J]. 广西医学, 2022, 44(10): 1108-1110+1130.
- [16] 王天翊, 杨旺, 石罗玉, 等. 枢经推拿对神经病理性疼痛大鼠去泛素化酶 OTUB1 介导 mTORC1 信号通路的调控及镇痛机制研究[J/OL]. 辽宁中医杂志, 1-14. <https://link.cnki.net/urlid/21.1128.r.20241022.1621.040>, 2025-12-12.
- [17] 付强, 吴大龙, 赵建军. 赵建军基于“玄府气液、少阳为枢”辨治郁证经验[J]. 长春中医药大学学报, 2025, 41(7): 735-739.
- [18] 张佳宇, 佟庆. 基于“少阳为枢”理论探析针刺治疗多囊卵巢综合征[J]. 环球中医药, 2025, 18(2): 275-278.
- [19] 庞军, 唐宏亮, 李建敏, 等. “枢经”学说初探[J]. 辽宁中医杂志, 2011, 38(3): 440-442.
- [20] 王雪晴, 王斌. 基于“少阴为枢”论治围绝经期高血脂血症[J]. 临床误诊误治, 2025, 38(7): 104-110.
- [21] 张丽美. 从“少阴为枢”辨治子宫内异位性疾病体会[J]. 实用中医药杂志, 2025, 41(10): 2077-2079.
- [22] 王巢屹, 石丽琼, 姜丽娟, 等. 姜丽娟基于“络脉理论”调治原发性痛经经验[J]. 中医药临床杂志, 2025, 37(7): 1330-1333.