

## 针灸的起源

针灸是“针法”和“灸法”的合称。在英文里，针，译为 *acupuncture*；灸，*moxibustion*。针灸合在一起则译为 *acupuncture and moxibustion*。针灸起源于中国，是中医学最具有特色的治病方法之一。针灸不仅为中华民族的繁衍昌盛发挥了重要作用，而且也为世界医学的发展做出了巨大贡献。目前世界上几乎所有的国家都已接受针灸疗法，成为医疗保健的组成部分。

根据史料记载和文物考证，针刺最早使用的工具是“砭石”，即石针。早在新石器时代，先民们就开始用石头制成简单的尖状、片状的医疗器具，以刺破痈疮，排脓放血，缓解病痛。如【说文解字】载：“砭，以石刺病也”。据考证，除了石针外，还有骨针、竹针、陶针等。中国在公元前 2000 年左右进入青铜器时代。约在春秋战国末期（公元前 500 年左右）进入铁器时代。随着冶金术的进步，又制造出铜针、铁针、金针、银针等。目前世界卫生组织统一规定使用不锈钢针。

灸法是在火的发现后逐渐发展起来的。至少在四五十万年前，中国就有用火的历史。约在五万年前的原始氏族公社时期，古人就开始用火来取暖、熟食。约在 1.8 万年前的“山顶洞人”，就已经掌握了人工取火的方法。随着用火经验的积累，发现用点燃树枝或干草烘烤患部可以减轻病痛，这就是最原始的灸法。以后，通过反复实践，优选出艾叶作为灸法的材料，所以也称为“艾灸”。

针灸理论是在反复实践的过程中逐渐形成的。“经络”和“腧穴”是针灸理论的基础。1973 年在长沙马王堆汉墓出土的医学帛书【阴阳十一脉灸经】和【足臂十一脉灸经】，论述了人体内十一脉的循行、主病，反映了经络学说的雏形。中国现存最早的中医经典著作【黄帝内经】，概述了针灸的基本理论及腧穴刺法的基本知识。尤其是【灵枢】部分，有关针灸的内容丰富而系统，故又名【针经】。而晋代针灸学家编写的【针灸甲乙经】，被公认为是中国现存最早的针灸专著。（未完待续）

**作者简介：**张恩勤教授，主任医师。山东中医药大学 1982 年研究生毕业，医学硕士，1992 年获“替代医学博士学位”。先后师从导师著名伤寒专家李克绍教授和著名内妇疑难病症专家吕同杰教授，尽得其传。善于治疗慢性胃炎、溃疡病、哮喘病、气管炎、失眠、抑郁症、内耳眩晕、颈椎病、坐骨神经痛、骨髓炎、关节炎、肝胆病、心血管病、泌尿生殖病，不孕不育，月经病、鼻窦炎、皮肤病等。来诊者不乏王室贵族，高管名流；但他更热衷于服务平民百姓。张教授曾主编【经方研究】，黄河出版社 1989 年出版；世界第一套【英汉对照实用中医文库 14 本】，上海中医药大学出版社 1990 年出版；英文版【伤寒论研习指导】，人民卫生出版社 2012 年出版等。其作品早已流传到世界上 60 多个国家和地区。他 1990 年曾获国务院学位委员会“突出贡献奖”。现为英国中医药学会和英国皇家医学会资深会员，世界中医药联合会高血压专业委员会理事，英国中医学院院长，开办针灸班、中药方剂班、中医临床班；与浙江中医药大学合办中医硕士和博士研究生教育等。

**行医地址：**英国中医学院国王十字街专家门诊，255 Gray's Inn Road, King's Cross, London WC1X 8QT

电话: [020 3509 9050](tel:02035099050)