針灸學是中國最古老的醫術之一，包含「針」、「灸」與「用藥」。在還沒有湯藥之前便有針灸，針灸的前期以按揉、搥擊與按點穴位以減少疼痛的醫療技術為主，至於骨針、竹針、銀針等針具的演進亦隨著社會文明水平的不同發展階段逐漸演化而來。

針灸醫術為「東方之寶」

我們祖先在幾千年前就已經指明人體內有十二經、奇經八脈、十五別絡，以及三百六十五個孔穴，尤其對於經穴流注及其主治作用的了解非常透徹。迄至目前為止，在解剖學與神經醫學上仍有許多奧秘之處未能研究出來，可是在幾千年前，在沒有任何儀器的狀況下，我們的祖先不僅發現針灸且能深切地了解，進而靈活地運用，難怪法國醫學博士密特文說：「中國針灸頗類電廠，而效力過之，其出神入化，非近代醫學所能解釋」。而菲律賓國立醫學院院長圖拉迪博士亦稱讚針灸及推拿醫術為「東方之寶」。

針灸是一種活化細胞以促進細胞分裂、通經活絡的醫術。例如：「心瓣膜脫垂症」，病人因心臟收縮及舒張無法達到正常而呼吸困難，在外科方面會使用開刀法將心瓣膜張開，補好缺口，使患者能正常呼吸；有些症狀嚴重者，心瓣膜萎縮較為嚴重，就需使用豬隻的瓣膜或人工心臟。而針灸是活化細胞的醫術，能在短時間內強力分裂細胞，讓病變細胞自行修補與活化，再生成健康的細胞，一旦健康的細胞再生，心瓣膜的張力馬上能強化起來，使患者在呼吸與喝水時即能感覺顯著的差異。

再者，「肺結核病症」：病毒能侵入肺臟，並常駐於肺臟當中，一方面突顯出患者本身肺細胞功能減退，一方面代表病毒比一般肺細胞來的強，因而才能入侵人體肺臟。通常打針、吃藥的功能就是要將肺臟中的病變細胞消除。但能殺死強而有力的病毒也似乎意味著會影響到周圍其餘的細胞，更何況有些人因過度依賴藥品而產生後遺症，例如臉部腫大、胃痛、腰酸。這是因為過度依賴藥品，而在這些藥品無法分辨好壞細胞下，它們所經之處都在「消炎」。針灸能迅速將肺細胞活化起來，健康細胞一多，自然就能將病毒吞噬，肺臟鈣化的部分，也會清除乾淨，使患者身體狀況能逐漸改善。

藥物皆有其副作用，尤其在吃藥與打針方面，副作用很多，而針灸任何一個穴位，所形成的療效非常的顯著，而且針灸並沒有使用其他外加藥品，所以不會產生副作用與後遺症，唯一的缺點是會「痛」。

針灸放血療法

針灸放血是簡效、迅速又安全的方法，而其適合的治療範圍頗為廣泛，實為醫學的奇葩，受古今中外醫家所重視。放血療法中，能用之穴位頗多，甚至不必尋穴，但見有青筋死血之處，即可放血，患者經放血之後，會立即感到舒適、病痛若失，故放血療法之應用

至為廣泛，可是此療法在我國鄉村中倒可常見，而都市反不多見，這真叫人有「禮失反求諸野」的感慨。

最常見的中風放血，其最快而有效的方式為「就手足十宣」，即食指、腳趾各十隻指尖，一出血後，患者的血壓會立刻放緩下來。

腰部扭傷，周身難以轉動，其放血處為「委中」，用三稜針，刺血出，病立癒。咳嗽、心臟病、呼吸困難、生瘡、氣喘、風熱痰火以致不能言語，其放血穴為：「少商、商陽、中衝」。

足麻木，放血處為「隱白穴」。

以上各穴位放血治病頗多奇驗，然出血多寡，或針灸他穴，可依病情虛實輕重而知。

針灸與皮膚美容

針灸更有美容皮膚的效果，不管醫治怎樣的病症，只要有連續二到三個月的治療，一旦病醫好後，皮膚也會隨著轉變，明顯變好、有光澤，尤其對黑斑、雀斑更為有效。皮膚層的神經、氣脈最為細弱，血氣之行走，會隨著年齡增長而老化，進而緩慢遲鈍，皮膚會因而起皺紋、暗層、斑點。針灸利用人體自己的穴位力道行走，並不像一般西方醫療使用打針、吃藥，還需要經過消化、變化成藥氣，而一般藥氣無法達到的，針灸都能到達。這也是針灸不同於一般西方醫療技術的地方。（本文部分資料取材自郭家樑先生著「實用中國針灸穴學」。）（未完待續）