

穴位按摩型保健首饰设计研究

马诗景, 何魁*

中国地质大学(北京)珠宝学院, 北京 100083

摘要: 近年来, 跨界融合是学科发展的大趋势, 首饰学科的跨界更是具有天然的优势。同时, 现代人对养生保健的重视使得与中医养生相关的穴位按摩备受青睐。首饰在佩戴状态下与身体所形成的附着关系为按摩穴位提供了实施的可能性。基于此, 本文着力于探究一种将佩戴与穴位按摩相结合的新型首饰——穴位按摩型保健首饰。该类型首饰利用磁疗对相应穴位进行按摩, 以期达到保健养生的功效。通过对中医穴位理论的梳理, 针对首饰佩戴所对应的身体穴位进行设计调研与分析, 提出了兼具美观、便携、保健功能的设计原型。本文研究的是传统中医与首饰设计结合的可行性, 进而探讨首饰设计跨学科融合的创新方法。

关键词: 保健首饰; 磁疗按摩; 设计

中图分类号: TS934

文献标识码: A

文章编号: 1002-1442(2021)01-0014-07

Research on the Design of Acupoint Massage Health Jewelry

MA Shijing, HE Kui*

School of Gemmology, China University of Geosciences (Beijing), Beijing 100083

ABSTRACT: In recent years, interdisciplinary integration is the general trend of discipline development. The interdisciplinary of jewelry discipline has natural advantages. At the same time, modern people pay more attention to health care, which makes acupoint massage related to health preservation popular. The attachment relationship between jewelry and body in wearing state provides the possibility of acupoint massage. Based on this, this paper focuses on exploring a new type of jewelry that combines wearing with acupoint massage. This type of jewelry uses magnetic therapy to massage the corresponding acupoints in order to achieve the effect of health care. Based on the analysis of acupoint theory of traditional Chinese medicine, the design of body acupoints corresponding to jewelry wearing is investigated and analyzed, and a design prototype with beautiful, portable and health care functions is proposed. This paper studies the feasibility of the combination of traditional Chinese medicine and jewelry design, and then discusses the innovative method of interdisciplinary integration in jewelry design.

KEY WORDS: magnetic therapy massage; health jewelry; design

收稿日期: 2020-09-09, 接受日期: 2020-11-21

作者简介: 马诗景(1998-), 女, 产品设计本科生, Email: 1073551446@qq.com。

通讯作者: 何魁(1982-), 男, 博士学位, 研究方向: 珠宝首饰设计与营销, Email: taxihekui@cugb.edu.cn。

前言

首饰附着于身体,距今已有几百万年的历史。首饰与身体的关系,是设计师不断探究的内容。从巫术到医学,穴位的概念走过了漫长的发展历程。穴位的位置遍布全身,与首饰可附着的位置有重叠之处。将首饰与穴位结合的穴位按摩型保健首饰,可以在佩戴首饰的同时达到养生保健的效果,实现身心健康的理想状态。

1 穴位按摩型首饰

首饰的佩戴部位大致为头部、颈部、胸部、腕部、

手部、腰部、腿部等。首饰的佩戴方式也有许多种,例如单个佩戴或组合佩戴,又如固定圈口或开口等。但不论佩戴部位、佩戴方式如何变化,首饰与身体的附着关系均牢固可靠。人体穴位的位置分布广泛,多为神经末梢和血管较多的地方,或者说穴位的位置多与人体皮肤中导电量特别高的“良导点”的位置重合^[1]。首饰可佩戴的位置与中医中许多有效的穴位位置重合(图1)。因此,如果将首饰与穴位结合成为穴位按摩型保健首饰,可以在佩戴首饰的时候兼顾养生保健的功效。

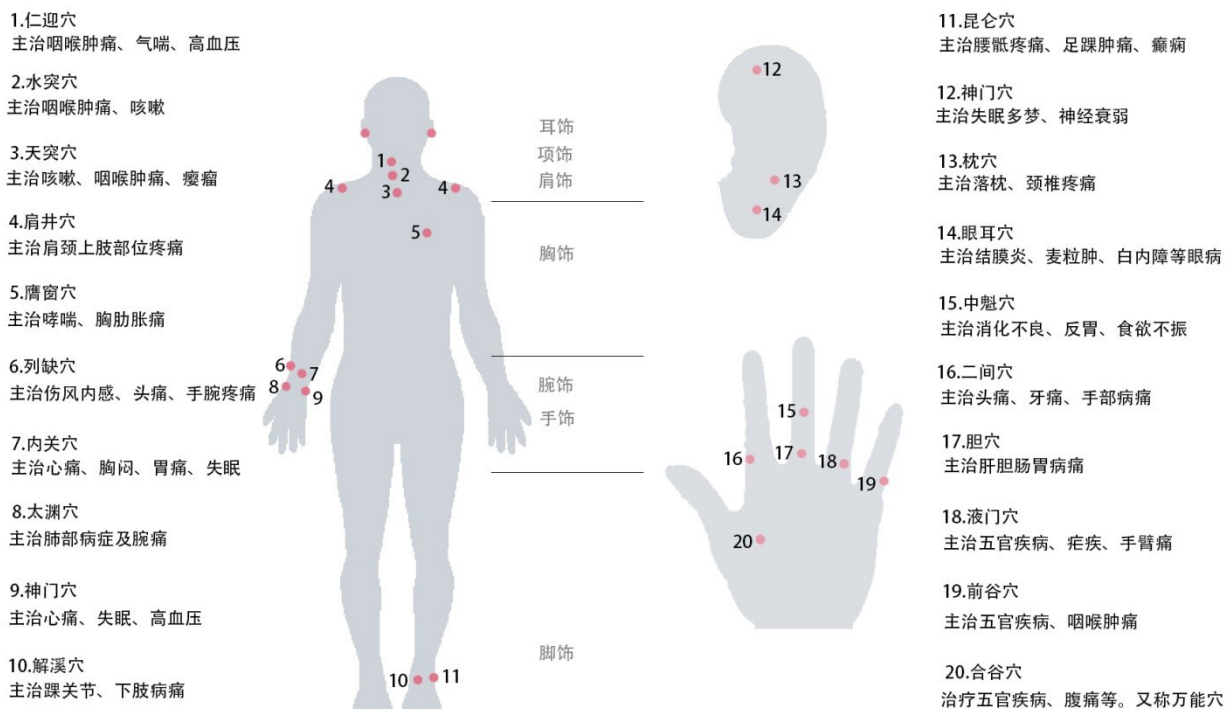


图1 穴位位置及疗效说明图

Fig.1 Illustration of acupoint position and curative effect

2 穴位按摩型保健首饰的功效

2.1 穴位按摩型保健首饰的生理功效

穴位按摩型保健首饰的生理功效体现在其运用磁疗对于特定穴位进行刺激,从而起到按摩穴位、缓解病痛的功效。

磁疗,即将磁石附着于穴位或患病部位进行治疗的一种方式。以磁场来治疗病痛在我国有悠久的历史,在《史记》的《公仓传》中已有对磁石药用的记载,

后世在中医药典中也多有提及(表1)。时至20世纪90年代,我国著名医疗保健学家、生物磁学教授郭立文先生发明了哈慈五行针,实现了无创伤针灸,对特定穴位进行磁疗也可以达到针灸的效果,其无痛的治疗过程更是增强了初试者体验的信心,也提升了中医针灸的推广效果^[2]。根据现代物理学实验及临床医疗实践,适当大小的磁体所辐射的磁力线束穿透人体25~50mm左右的深度,相当于传统毫针的深度。

当人体某一特定穴位接受刺激后，可引起局部感受器（生物学名词：指能接受刺激，并把刺激转化为神经冲动而引起运动的神经末梢）产生生物电，沿经络系统传导，从而对于特定部位的神经纤维及血管产生治

疗的作用^[3]。与具有相同效果的针灸、推拿等穴位按摩疗法相比，磁疗更为方便，治疗过程中可能出现的痛苦也更少。将磁疗应用于首饰当中，既可以发挥其治疗的功效，也可以保证首饰佩戴的舒适性。

表 1 磁疗的发展历程
Table 1 Summary of development of magnetic therapy

时间	人物 / 著作 / 地点	内容 / 事情
90BC	司马迁《史记》 ^[4]	《仓公传》：齐王的侍医以磁石等作为药物来治疗疾病。
东汉	《神农本草经》 ^[5]	磁石具有辛寒的味道，用于治疗风湿病、四肢疼痛等疾病。
北宋	王怀隐《太平圣惠方》 ^[6]	利用磁石的磁场吸引的铁针治伤。
宋代	王惟一《铜人腧穴针灸图经》 ^[7]	考证了 354 个穴位。
50 年代末	上海 ^[8]	出售磁性降压带，治疗高血压。
1962 年	湖南长沙 ^[8]	应用人工磁石贴敷穴位与病变部位治疗支气管哮喘、关节炎、高血压等疾病，效果较好。
1979 年	陈植《磁疗法》 ^[9]	根据临床实践总结出的磁疗方法。
90 年代末	郭立文 ^[8]	发明了哈慈五行针，实现了以磁疗进行的无创伤针灸。
2018 年	刘道矩《中华经筋磁疗法》 ^[10]	我国第一部研究磁疗治疗颈椎颈源病的专著。

表 2 中外美学理论（排序不分前后）
Table 2 Summary of Chinese and foreign aesthetic theories

著作名称	作者	有关美学疗法的大致内容
《黄帝内经》 ^[15]	多人编撰	提出情志学说，提出最早的中医心理治疗内容：祝由、暗示、情志疗法、听曲消愁法等。
《伤寒杂病论》 ^[16]	张仲景	东汉三国时期，心理学对于治疗的帮助。
《诸病源候论》 ^[17]	巢元方	晋至隋唐，医学心理学思想。
《医林改错》 ^[18]	王清任	提出“灵机记性不在心在脑”。
《医方考》 ^[19]	吴昆	提出以情胜情疗法。
《梦的解析》 ^[20]	西格蒙德·弗洛伊德	潜意识理论，心理学理论，心理治疗理论。
《心理学原理》 ^[21]	威廉·詹姆斯	包含情绪、暗示等多种心理学理论。
《现代艺术哲学》 ^[22]	赫伯特·里德	艺术美学、艺术社会学理论。
《情感化设计》 ^[13]	唐纳德·A·诺曼	心理学在产品中的应用。
《美，看不见的竞争力》 ^[23]	蒋勋	生活中的美学（作用、影响）。

2.2 穴位按摩型保健首饰的心理功效

穴位按摩型保健首饰的心理功效体现在美学层面和暗示层面两个部分。

美学层面的功效是指首饰所具有的美观性对于穴位按摩型首饰的疗效具有一定的增强效果。佩戴美的饰物可以改善一个人的消极情绪，甚至使之重新产生积极的情绪^[11]。对于产品而言，人们往往会选择符合自己审美情趣的用品。事实证明，产品的形式美是很重要的^[12]。唐纳德·A·诺曼在《设计心理学》^[13]中以一章来解释“好看的东西更好用”，并阐释了英国美学家赫伯特·里德的“需要某种神秘的美学理论来阐释美与功能之间的任何必然联系”言论中的“神秘的美学理论”是以生物学、神经学和心理学为基础的美学理论。因此，美学可以通过影响使用者的心理状况来使得产品效果在接受者的层面得到提升。对于医疗产品来说也是如此，例如一种本身可能给患者带来不适的治疗过程若拥有了好看的器物

外观以及相对舒适的执行方式，从患者的心理来看，其治疗效果对比之前可能大大提升，这与《黄帝内经》中的“情志疗法”^[14]有共通之处。表2为美学疗法有实质性作用的理论依据之出处。

暗示层面的功效是指首饰作为媒介来实施暗示疗法所产生的功效。暗示疗法是一种对身心健康有正面作用的心理治疗方法。治疗者对患者采用语言诱导和动作示范的治疗方法，也可以结合其他治疗方法，使患者在不知不觉中受到积极暗示的影响，从而不加主观意志地接受治疗者给予的某种观点、信念、态度或指令，解除其心理上的压力和负担，实现消除疾病症状或加强某种治疗效果的目的^[24]。例如，为患者佩戴具有治疗保健效果的首饰并告知于他，那么患者就会在暗示的影响下，不知不觉地产生对于治疗结果较为积极的想法，从而促进治疗。表3为暗示疗法有效的理论依据之出处：

表3 中外暗示疗法理论（排序不分先后）
Table 3 Summary of Chinese and foreign suggestive therapy theories

著作名称	作者	有关暗示疗法的大致内容
《暗示心理学》 ^[25]	赵铭磊	积极的心理暗示，可以提高人的信心指数。
《暗示心理学》 ^[26]	张弛	心理暗示是人类心理方面的正常活动。
《暗示心理学》 ^[27]	爱弥尔·库埃	将暗示与人格、社会等联系起来讨论。
《条件反射：动物高级神经活动》 ^[28]	伊万·彼得罗维奇·巴甫洛夫	暗示乃是人类最简单、最典型的条件反射。
《暗示疗法的奇迹》 ^[29]	爱弥尔·库埃	暗示是每个人与生俱来的能力，这种方法简单有效。

3 穴位按摩型保健首饰的设计调研

本文总结并归纳了现代社会青年人多发的几种疾病类型，并选取其中三类典型性病症作为疗愈目标，分别为失眠、胃部不适、用眼疲劳。根据理论构想，查阅资料，获取了对应症状穴位的临床实验数据，并以此为基础，设计了三款穴位按摩型保健首饰，以及两件穴位按摩型保健首饰实物模型。

要特别说明的是，本次调研将磁铁与首饰结合时

采用了可拆卸球体磁铁零件的设计（图2），方便后续对于磁铁零件的更换。

3.1 神门穴、合谷穴按摩型保健首饰模型

神门穴是手少阴心经的穴位之一，位于腕部，腕掌侧横纹尺侧端，尺侧腕屈肌腱的桡侧凹陷处。按摩神门穴可以治疗失眠多梦、精神衰弱^[30]。合谷穴，别名虎口，属手阳明大肠经，位于手背第1、2掌骨间，第二掌骨桡侧的中点处。合谷穴又称万能穴，按摩该穴位可改善头痛，并可提高睡眠质量^[15]。



磁铁：
可拆卸螺丝结构，方便摘取、更换。

图 2 可拆卸磁铁零件样本说明图
Fig.2 Sample illustration of detachable magnet parts

张铭、黄莹^[31]进行了磁疗刺激头部及手部穴位对于失眠症状的治疗实验，在该实验中得到同时刺激神门穴与合谷穴以治疗失眠症的临床实验数据（表 4），其中实验组为刺激穴位并服药治疗，对照组为仅服用药物治疗。由临床实验数据得知：同时刺激神门穴与合谷穴具有助眠和安定心神的功效。

表 4 同时刺激神门穴、合谷穴的临床实验数据表^[31]
Table 4 Clinical experimental data table of stimulating Shenmen and Hegu points

组别	例数	无效 (例 /%)	有效 (例 /%)	显效 (例 /%)	总有效率 (%)
实验组	86	2(2.3)	3(3.5)	81(95.0)	98.5
对照组	70	18(25.7)	13(18.6)	39(55.7)	74.3

根据以上研究结果设计了神门穴、合谷穴按摩型保健首饰，其中配备的两组磁铁零件分别置于神门穴和合谷穴，以实现其功效（图 3）。

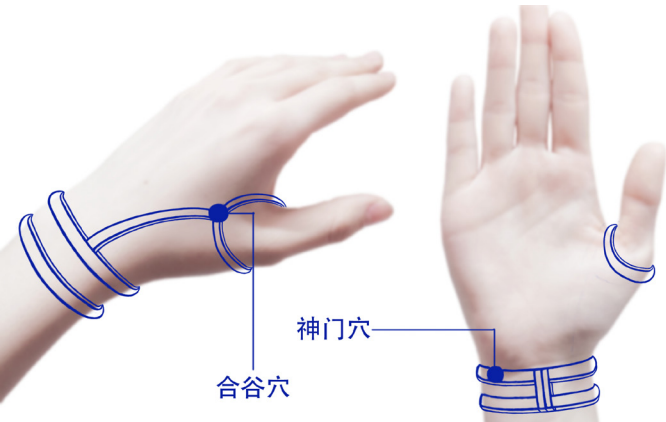


图 3 神门穴、合谷穴按摩型保健首饰模型简图
Fig.3 Sketch of massage health jewelry model of Shenmen and Hegu acupoint

3.2 中魁穴按摩型保健首饰模型

中魁穴属于经外奇穴，位于中指背侧近侧指间关节的中点处。按摩中魁穴具有疏通活络、降逆和胃的功效^[30]。

周万松^[32]进行了磁疗刺激中魁穴以及佩戴磁疗首饰治疗胃部不适的实验。该实验中，实验组测试人员将配有磁石的首饰佩戴于中魁穴位置，得到刺激中魁穴的临床实验数据（表 5），其中实验组为刺激穴位并服药治疗，对照组为仅服用药物治疗。由临床实验数据得知：刺激中魁穴具有缓解胃部不适、消化不良的功效。

表 5 刺激中魁穴的临床实验数据表^[32]
Table 5 Clinical experiment data table of stimulating Zhongkui point

组别	例数	无效 (例 /%)	有效 (例 /%)	显效 (例 /%)	总有效率 (%)
实验组	44	3(6.82)	26(59.09)	15(34.09)	93.18
对照组	44	10(22.73)	30(68.18)	4(9.09)	77.27

根据以上研究结果设计了中魁穴按摩型保健首饰，其中配备的一组磁铁零件置于中魁穴，以实现其功效（图 4），同时制作了首饰模型（图 5）。上文实验中的首饰仅配有磁石，功效原理为磁场，而本文设计因为采用了特殊的磁体结构，磁铁对于穴位还有一定的压感，所以在磁疗的同时还有深入按摩穴位的功效。

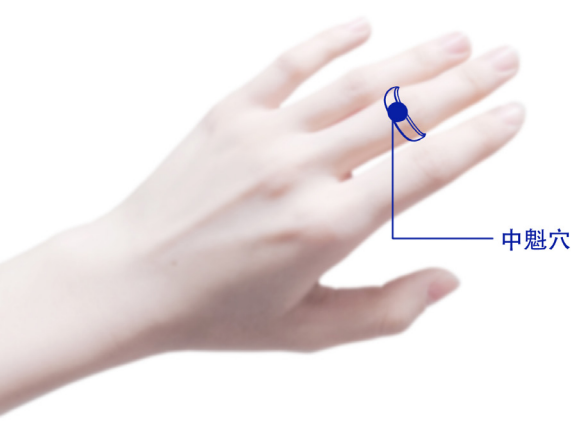


图 4 中魁穴按摩型保健首饰简图
Fig.4 Sketch of massage health jewelry of Zhongkui acupoints



图 5 中魁穴按摩型保健首饰模型说明图
Fig.5 Illustration of Zhongkui point massage health jewelry model

3.3 眼耳穴按摩型保健首饰模型

眼耳穴，位于耳垂正面中央部，即耳垂 5 区。按摩眼耳穴可治眼病，如急性结膜炎、麦粒肿、近视眼、白内障等^[30]。

孙桂萍^[33]进行了磁疗刺激耳部穴位对于缓解眼疲劳治疗效果的实验。在该实验中，测试者将磁疗仪器作用于耳垂中央，即眼耳穴对应位置，得到刺激眼耳穴的临床实验数据（表 6），其中实验组为刺激穴位并服药治疗，对照组为仅服用药物治疗。由临床实验数据得知：刺激眼耳穴具有缓解眼疲劳的功效。

表 6 刺激眼耳穴的临床实验数据表^[33]
Table 6 Clinical experimental data table of stimulating eye and ear points

组别	例数	无效 (例 /%)	有效 (例 /%)	显效 (例 /%)	总有效率 (%)
实验组	35	0(0.0)	20(57.1)	15(42.9)	100.0
对照组	34	5(14.8)	23(67.6)	6(17.6)	85.3

根据以上研究结果设计了眼耳穴按摩型保健首饰，其中配备的一组磁铁零件置于眼耳穴，以实现其功效（图 6），同时制作了首饰模型（图 7）。

3.4 首饰模型的外观偏好度

为了了解首饰模型的外观造型对其预期功效的影响，本文进行了问卷调查。调查对象为 70 名大学生，调查内容为：对于佩戴本文中所制作的穴位按摩型

保健首饰模型和普通医疗设备（佩戴式电子测压仪，佩戴式眼部按摩仪等）在佩戴时长、频率、效果三个方面的预期偏好度。根据问卷调查的数据结果，得到首饰模型的预期外观偏好度调查表（表 7）。

由问卷反馈数据得知：认为佩戴首饰的体验要优于医疗设备的人相对较多。



图 6 眼耳穴按摩型保健首饰简图
Fig.6 Sketch of massge health jewelry of Yaner acupoints

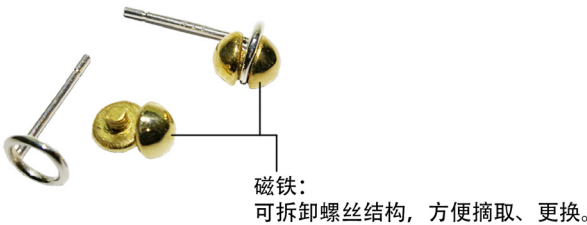


图 7 眼耳穴按摩型保健首饰模型说明图
Fig.7 Illustration of Yaner point massage health jewelry model

表 7 首饰模型的预期外观偏好度调查表（人数，%）
Table 7 Expected appearance preference questionnaire of jewelry model (cases, %)

佩戴设备	佩戴时间 更久	佩戴频率 更高	佩戴效果 更佳	总偏好度	总有效率 (%)
实验样本 首饰	10(14.2)	18(25.7)	11(15.8)	55.7	93.18
普通医疗 设备	8(11.4)	11(15.8)	12(17.1)	44.3	77.27

4 结论

本文结合理论与实践，探讨研究了一种结合了中医与首饰的新型穴位按摩型保健首饰。由此，可以得出以下结论：

（1）从穴位磁疗的方面来说，穴位按摩型保健首饰具有一定的生理疗效，即穴位按摩型保健首饰在

医学层面具有一定的可行性。

(2) 穴位按摩型保健首饰较一般医疗可穿戴产品在审美层与暗示层的疗效方面具备更加积极的心理学意义。

(3) 穴位按摩型保健首饰是对中医学的积极探索,也将开启首饰医疗的创新领域。

参考文献 / REFERENCE

- [1] 张红. 穴位磁疗的作用机制及临床应用 [J]. 山东中医杂志, 2009, 28(6): 438-439.
- [2] 亓欣. 哈慈五行针对针灸医疗产业发展的推动作用 [C] // 世界针灸学会联合会成立 20 周年暨世界针灸学术大会论文摘要汇编. 2007: 656-657.
- [3] 周万松. 磁场生物效应的研究进展 [J]. 生物磁学, 2003; (01): 6-9.
- [4] 司马迁. 史记 [M]. 北京: 北京联合出版公司, 2016: 612-614.
- [5] 佚名. 神农本草经 [M]. 北京: 中国医药科技出版社, 2018: 24-25.
- [6] 王怀隐, 郑金生, 汪惟刚, 等. 太平圣惠方 [M]. 北京: 人民卫生出版社, 2016: 1503-1510.
- [7] 王惟一. 铜人腧穴针灸图经 [M]. 河南: 河南科学技术出版社, 2015: 5-248.
- [8] 周万松. 磁疗的发展与现状 [J]. 北京: 人民军医, 2002: 612-613, 613-614.
- [9] 陈植. 磁疗法 [M]. 湖南: 湖南科学技术出版社, 1979: 4-20.
- [10] 刘道矩. 中华经筋磁疗法 [M]. 天津: 天津科学技术出版社, 2018: 13-15.
- [11] 蒋勋. 美的曙光 [M]. 广西: 广西师范大学出版社, 2010: 25-29.
- [12] 颜辰晖, 郭盛. 论美学理念对产品设计的影响 [J]. 美与时代 (上). 2020, (02): 17-19.
- [13] 唐纳德·A·诺曼. 设计心理学 3: 情感化设计 [M]. 何笑梅, 欧秋杏译. 北京: 中信出版社, 2015: 56-60, 101-112.
- [14] 薛国斌, 何丽清, 张平, 等. 《内经》中心理治疗理论探析 [J]. 山西中医药大学学报, 2020, 20(4): 235-238.
- [15] 《微经典》编委会. 黄帝内经 [M]. 江苏: 江苏美术出版社, 2015: 79-80, 144-145.
- [16] 张仲景. 伤寒杂病论 [M]. 北京: 中国中医药出版社, 2019: 5-8.
- [17] 巢元方. 诸病源候论 [M]. 北京: 中国医药科技出版社, 2011: 267-273.
- [18] 王清任. 医林改错 [M]. 北京: 中国医药科技出版社, 2011: 33-36.
- [19] 吴昆. 医方考 [M]. 北京: 中国中医药出版社, 2009: 12-13.
- [20] 西格蒙德·弗洛伊德. 梦的解析 [M]. 马晓佳译. 吉林: 时代文艺出版社, 2019: 48-52.
- [21] 威廉·詹姆斯. 心理学原理 [M]. 北京: 北京大学出版社, 2012: 38-40.
- [22] 赫伯特·里德. 现代艺术哲学 [M]. 天津: 百花文艺出版社, 2000: 5-9.
- [23] 蒋勋. 美, 看不见的竞争力 [M]. 北京: 中信出版社, 2015: 32-64.
- [24] 吴喆, 王涛. 心理暗示治疗对慢性牙周炎患者负性情绪及疼痛的效果分析 [J]. 数理医药学杂志, 2020, (02): 299-300.
- [25] 赵铭磊. 暗示心理学 [M]. 北京: 中国纺织出版社, 2015: 220-230.
- [26] 张弛. 暗示心理学 [M]. 北京: 应急管理出版社, 2015: 36-39.
- [27] 爱弥尔·库埃. 暗示心理学 [M]. 江西: 江西美术出版社, 2000: 45-48.
- [28] 伊万·彼得罗维奇·巴甫洛夫. 条件反射: 动物高级神经活动 [M]. 周先康, 荆其诚, 李美格译. 北京: 北京大学出版社, 2010: 215-226.
- [29] 爱弥尔·库埃. 暗示疗法的奇迹 [M]. 天津: 柿子文化出版社, 2016: 78-80.
- [30] 查炜. 经络穴位按摩大全 [M]. 江苏: 江苏科学技术出版社, 2012: 5:74-75, 106-107, 164-165.
- [31] 张铭, 黄莹. 头部穴位磁疗治疗失眠症 86 例的临床观察 [J]. 中国现代药物应用, 2010, 4(22): 231-232.
- [32] 周万松. 磁疗项链的临床疗效总结 [J]. 磁性材料及器件, 1989, 04: 47-49.
- [33] 孙桂萍. 耳穴磁疗及特定穴位治疗老年人失眠症临床评估 [J]. 中国针灸, 2005, 4, 25(4): 257-259.