

简明实用

针灸推拿词典



主编
李珊

一画

一度

刺法术语之一。指某一种针刺手法的一个过程。如烧山火，三进一退，称一度。

一顿

灸法术语。指一次。《外台秘要》说：『灸风者，不得一顿满一百。』

一飞三退

指飞针补泻法中之泻法，又称『飞退』。『一飞三退』和『一退三飞』的手法一样，只是方向相反，是向上向外飞针。

一夫法

又称横指同身寸法。同身寸度量法之一，即以患者食、中、无名、小指四指并拢，以中指中节横纹处为准，四指横量相当于三寸。常用作下肢、下腹的直寸和背部的横寸取穴标准。《备急千金要方》说：『凡量一夫之法，覆手并舒四指，对度四指上中节上横过为一夫。』



贵州科技出版社

《简明实用中医分科词典》丛书

简明实用针灸推拿词典

主 编	李 珊		
副主编	卢 玉	罗丽丹	
编 委	李 珊	卢 玉	罗丽丹
	申 涛	罗 绪	王宗继
	袁 萍	陈 静	刘 莉
	郑旭东		

丛书编辑委员会名单

主 编	陈佑林		
编 委	(按笔画为序)		
	王世平	王农银	王宗继
	代建忠	卢 玉	申 涛
	刘 欣	刘 莉	孙永华
	张 彪	李冬梅	李 珊
	李 静	陈佑林	陈 静
	罗丽丹	罗泽伦	罗 绪
	郑旭东	赵伟光	骆诗云
	徐 兰	徐 红	袁 萍
	黄素荣		

贵 州 科 技 出 版 社
· 贵 阳 ·

图书在版编目(CIP)数据

简明实用针灸推拿词典/李珊主编. — 贵阳: 贵州科技出版社, 2004. 4

(简明实用中医分科词典)

ISBN 7 - 80662 - 292 - 6

I. 简... II. 李... III. ①针灸学—词典②按摩疗法(中医)—词典 IV. R24 - 61

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 020159 号

出 版	贵州科技出版社
发 行	
地 址	贵阳市中华北路 289 号 邮政编码: 550004
出版人	丁 聪
经 销	贵州省新华书店
印 刷	贵州新华印刷厂
开 本	787mm × 960mm 1/32
印 张	10.25
字 数	400 千字
版 次	2004 年 4 月第 1 版
印 次	2004 年 4 月第 1 次印刷
印 数	1 ~ 4 000
定 价	22.00 元

编写说明

本丛书的编写缘于熊兴平同志的启示。此前,我准备编写一本简明的中医儿科词典,在与出版社接洽的过程中,熊兴平同志认为,一套简明而实用的中医分科词典将是有影响的书籍。经协商酝酿,2002年春,我开始组织人力编撰本丛书。

本丛书按科分册,立内科、儿科、针灸推拿、中医基础、伤寒等分册。内容按各分册特点分类立目,如分概念、疾病、方剂、名家、专著等,以便查检。各科词条的撰写以厚今薄古为原则,以突出近代学人在中医学学术上的贡献。

编写本丛书的目的有两点:一是简明。考虑到中医大型的词典已有若干,其内容博大精深,条目详阐细论,作为研究时的查证是必须的。但因价昂书沉,多为图书馆(室)所购藏,私人查阅,多有不便。本丛书则分科撰述,每册小巧简明,作为置于案头时时翻检的专科词典,方便而实在。二是实用。本丛书的编撰以实用为目的,在遴选词条与撰写内容时,我们充分考虑到临床医师解决问题的需要,故条目求新,内容求实,重在反映中医中药在临床实践、理论创新和现、当代名医学学术精华上,以期达到学以致用目的。

本丛书在编写过程中得到了许多前辈及领导的指导与关心,并为本书提供了许多宝贵的意见。贵州省政府原副省长、政协副主席马文骏——他也是一位高明的中医专家——在百忙之中,不辞辛苦,听取我们的编撰立意,并检阅书稿,提出了许多建设性意见。此外,我们在编写过程中参阅了大量的专著、词典,从中获益匪浅。在此,一并表示诚挚的谢意!

由于我们水平有限,经验不够,在编写的过程中一定存在疏漏和不足。本着实事求是的科学精神,真诚地希望读者诸君能提出宝贵意见,以便改而从之,逐渐修正完善。

陈佑林

2003年9月6日

马 序

陈君佑林,乡友天启、朱仕华次子,有师生谊,朴直聪睿,喜读书而腴于行。浸淫临床有年,心细理足,方正药准,时起沉痾,声名渐隆。主编《简明实用中医分科词典》丛书,按内科、儿科、针灸推拿、中医基础、伤寒等分册阐述,简明方便,可按图索骥,查阅于诊疗间隙,俾临证施治,准确精妙。观其书,词条简切,叙述精练,厚今不薄古,博议有专攻。其参编诸君,均为学、验有成者。今检读其书稿,欣慰之余,叹平生欲治病且治世,先治病后治世,孰知致仕久必舍治病,鱼与熊掌,未可兼而得矣。

此序

马文骏

2003年11月24日

前 言

中国传统医学,源远流长,文献汗牛充栋。20世纪80年代初由安徽中医学院、上海中医学院合编的《针灸学辞典》,成为我国针灸史上第一部专业性辞书,填补了一项空白。随之针灸学的各种专业辞书不断问世,极大地丰富了针灸工具书,使习是术者能遇难获释,得以指点迷津。然而对于身处基层的人员,窃望能拥有一部简明而实用的小型针灸推拿工具书,置之案头,随手查阅,寻之良久,终未如愿。遂奋然鼓念,不揣愚陋,不避弄斧之嫌,勉图蚊负,邀集同仁编撰《简明实用针灸推拿词典》,力求释文简洁明了,理论与实践并重,切合基层实用。在诸多前贤的启迪下,借助他山之石,得以草成。该书分针灸名词术语、人物、著作、歌赋,以及推拿名词术语、著作6个部分,共涉及条目3174条,每一部分均按音序编排,以利查阅。但自愧阅历尚浅,水平有限,书中遗漏、不足之处在所难免,恳望读者诸君,予以指教,亦即吾之师矣。

李 珊

2003年8月

凡 例

一、本词典共收条目 3 174 条。其中针灸名词术语条目 1 700 条,针灸人物条目 353 条,针灸歌赋条目 55 条,针灸著作条目 440 条,推拿名词术语条目 373 条,推拿著作条目 235 条。

二、本词典收取的条目,力求反映针灸推拿学的概貌,包括学术源流、基础理论与临床实践的有关内容。条目收集,以传统针灸推拿理论和治法为主,并大量收录现代针灸推拿学发展过程中出现的新条目。

三、本词典所选方剂的药物剂量,均未按所选方剂出现时代之度量衡进行严格换算,而按 30g/两,3g/钱,0.3g/分的近代通用法则进行折算,并以括弧注明,以便临床运用时参考。

四、释文力求言简意明,通俗易懂,结合实际。引录文献,尽量从简。一词多义者,按主次采用 1、①两级数字符号分别叙述,重要的义项在前。对于学术观点不同的条目,择要介绍各家观点。释义内容以与针灸推拿学有关的内容为主,其他从略。

五、本词典所列条目及释文,一律采用中国文字改革委员会已公布的《简化汉字总表》中所规定的选用字;异体字采用《辞海》所用《第一批异体字整理表》中所规定的选用字。对于少数容易引起误解的字,仍采用原来的繁体字或异体字。

六、本词典的条目,按笔画、音序,根据电脑自动选择编排。笔画同数者,据第一个汉字的汉语拼音字母顺序排列;字音相同者,按声调排列;字音及声调都相同者,按条目第二个汉字的读音排列,依此类推。

七、本词典主要是利用索引进行查检。

目 录

编写说明	(1)
马序	(3)
前言	(4)
凡例	(5)
正文	(1)
索引	(282)
参考书目	(315)



针灸名词术语

【一画】

一度 刺法术语之一。指某一种针刺手法的一个过程。如烧山火，三进一退，称一度。

一顿 灸法术语。指一次。《外台秘要》说：“灸风者，不得一顿满一百。”

一飞三退 指飞针补泻法中之泻法，又称“飞退”。“一飞三退”和“一退三飞”的手法一样，只是方向相反，是向上向外飞针。

一夫法 又称横指同身寸法。同身寸度量法之一，即以患者食、中、无名、小指四指并拢，以中指中节横纹处为准，四指横量相当于3寸。常用作下肢、下腹的直寸和背部的横寸取穴标准。《备急千金要方》说：“凡量一夫之法，覆手并舒四指，对度四指上中节上横过为一夫。”

一退三飞 指飞针补泻法中之补法，又称“飞推”。其手法是：每捻一次，拇食二指要离开针柄一次，每次离开都似展翅而飞之状。方向为向体内，边飞针边向内推针，要推而不入，推中有捻，还要捻而不进。

【二画】

八法流注 又称奇经纳卦配穴法。八法流注有两种：①灵龟八法，其流注较广，在《针灸大成》中集中地作了介绍。②飞腾八法，也是用奇经中的八个腧穴，但主要是据时间的天干属性来进行配穴。在《针灸大全》中的“飞腾八法歌”就是供飞腾八法配穴时使用。

八法五门 ①八法，指“身八法”，即“灵龟八法”，又称“奇经纳卦法”，或“奇经纳甲法”。是以奇经八脉与十二正经相通的八穴，配穴八卦，依据日时干支所代表的数字相加相乘，而按时取穴行针的一种方法。五门，即五门十变，即十天干按顺序逢五相合。②八法，系《标幽赋》作者窦汉卿所创的八种针刺法：烧山火、透天凉、阳中隐阴、阴中隐阳、子午捣穴、进气、留气、抽添。五门，即五输穴中井、荣、输、经、合五个门类的特定穴。在《标幽赋》中有“但用八法五门，分主客而针无不效”。

八风 经外奇穴。正坐或仰卧，在足背五趾各趾间的缝纹端取穴。可治足肿痛、脚软无力、头痛等病症。又称八冲。斜刺0.5~0.8寸，或点刺出血；可灸。

八关大刺 刺法名。指一种针刺八邪出血的方法。见《素问病机气宜保命集》。

八会 ①经外奇穴。位于手背部，鼻咽窝中点下0.5寸处。可



治癫狂、眩晕等病症。②指脏、腑、气、血、筋、脉、骨、髓八者精气会聚的八个穴位，亦称八会穴。

八节 指髌、膝、肘、腕等八个关节。

八髎 经穴上髎、次髎、中髎、下髎的合称，分别位于一、二、三、四骶后孔中，左右共八穴，故名。

八脉八穴配穴法 配穴法之一。又称八法配穴法。将奇经八脉与正经脉气相通的八个穴位两相配合应用，用于治疗本经及有关奇经八脉的病症。如内关与公孙相配，主治心、胸、胃部疾病；外关与足临泣相配，主治目、头侧、面颊部疾病；后溪与申脉相配，主治颈、项、肩胛部疾病；列缺与照海相配，主治咽喉、胸膈部疾病等。

八脉交会穴 特定穴名称。指奇经八脉交会于十二正经的心包经的内关（通阴维脉），胆经的足临泣（通带脉），三焦经的外关（通阳维脉），小肠经的后溪（通督脉），膀胱经的申脉（通阳跷脉），肺经的列缺（通任脉），肾经的照海（通阴跷脉）。

八溪 肉之小会为溪。上肢的肘关节、腕关节，下肢的膝关节、踝关节，左右共八处，故称八溪。

八仙逍遥蒸气灸 药物蒸气灸法之一。用荆芥、防风、当归、黄柏、苍术各 18g，丹皮、川芎各 12g，花椒 30g，苦参 60g。上药水煎后对准患部用蒸气熏灸。可治骨结核。

八邪 经外奇穴。微握拳，在

手背第 1~5 指间的缝纹端取穴。左右共八穴。可治手背肿痛、手指麻木、咽痛等病症。向上斜刺 0.5~0.8 寸，或点刺出血；可灸。

八虚 指五脏病邪随经脉留客于肘、腋、髀、膕等八处关节。

八种刺术 据《针灸心悟》载，近代刺术有八种，依据患者年龄、性别、体质、病症等情形，采取弱、中、强三种刺激的手法。具体有：单刺术、旋转术、雀啄术、屋漏术、置针术、间歇术、震颤术、乱针刺（盘针）。

丁香散灸 敷灸方法之一。以丁香、肉桂各等份，共研为细末，取药末适量纳入脐中，使与脐平，胶布固定。可治小儿腹泻。

二白 经外奇穴。位于前臂屈侧腕横纹上 4 寸，两穴对开，两侧有四穴。可疗痔疮、脱肛等病症。直刺 0.3~0.8 寸；可灸。

二间 手阳明大肠经经穴。微握拳，在第二掌指关节前缘桡侧，当赤白肉际处取穴。可治喉痹、齿痛口干、身热等病症。直刺 0.2~0.3 寸；可灸。

二十七经络 指十二经脉和十五络脉的总称。

九刺 是《内经》的九种刺法。即一输刺，二远道刺，三经刺，四络刺，五分刺，六大泻刺，七毛刺，八巨刺，九焮刺。《灵枢·官针篇》说：“凡刺有九，以应九变，一曰输刺，输刺者，刺诸经荣输藏输也。二曰远道刺，远道刺者，病在上取之下，刺府输也。三曰经刺，经刺者，刺大经之



络刺者，刺小络之血脉也。五曰分刺，分刺者，刺分肉之间也。六曰大泻刺，大泻刺者，刺大脓以铍针也。七曰毛刺，毛刺者，刺浮痹皮肤也。八曰巨刺，巨刺者，左取右，右取左。九曰焮刺，焮刺者，刺焮针则取痹也。”

九六补泻 针刺补泻法之一。指提插、捻转结合九六数的方法。常在烧山火、透天凉等刺法中应用。如补法用紧按慢提或左转九次，泻法用紧提慢按或右转六次，可重复进行。

九六数 针刺补泻手法之一。出自《周易》。是较古老的控制补泻刺激量的一种方法。以九为阳数，六为阴数。后人则将九定为补法的操作基数，六定为泻法的操作基数。又有少阳数（ $7 \times 7 = 49$ ）、老阳数（ $9 \times 9 = 81$ ）、少阴数（ $6 \times 6 = 36$ ）、老阴数（ $8 \times 8 = 64$ ）的区分。各类数皆是补、泻行针手法所需的标准，提插、捻转的次数即由此决定。

九宜 是据九针的不同形状和适应病症，而正确使用九针的方法。如毫针形同毫毛，针尖尤纤细，宜久留针，治疗邪气停留于络脉的痛痹；锋针身直，锋尖有三棱刃，宜泻热出血，发泄深入脏腑经络的顽固病，治疗五脏痼疾等。

九针 ①指针式，是九种不同形式的针具，包括长、短、大、小的针及按摩用的圆棒，割治用的小刀，即铍、圆、铤、锋、铍、圆利、毫、长、大。②指针法，九种不同的针法。依《素问·针解篇》是一针皮，二针肉，三针脉，四针筋，五针骨，六针调阴阳，七

针益精，八针除风，九针通九窍。

七星上应 前人依据“天人合一”的观点，将九针的九种作用和自然界中的各种自然现象相比喻。其中毫针应七星，因毫针纤细，又上应在天的七星，也与人头部的七窍相应，古人常用毫针治疗头面五官疾病，故称毫针“上应七星”。显然这是前人在当时科学文化尚不发达时的一种牵强之说。此外，毫针还可广泛刺全身的腧穴，在明代杨继洲称毫针是“三百六十穴之针”。

七星针 皮肤针之一。由七枚小针对称而均匀的嵌在针头上，形如小锤，用以叩击浅刺皮肤。

人迎 足阳明胃经经穴。与喉结相平，在胸锁乳突肌前缘，距喉结1.5寸处。可治胸满喘息、咽喉肿痛等病症。避开动脉直刺0.2~0.4寸；灸灸。

人中针 针刺法之一。指针刺人中沟上的穴位，以治疗全身疾病的一种方法。主要适用于各类脑病、疼痛性病症。因人中沟处于危险三角附近，针前必须严格消毒，防止感染或其他意外。

入土之象 指苍龟探穴手法。因针向四方斜刺如苍龟入土状，故名之。在《金针赋》中有“三曰苍龟探穴，如入土之象，一退三进，钻剔四方”。

入针 指进针。张介宾说：“右主推之，所以入针也。”

十二刺（十二经刺）古代的十二种针刺方法。指偶、报、恢、齐、



扬、直针、输、短、浮、阴、傍针、赞十二种针刺法。

十二节 语出《灵枢·邪客篇》。人体四肢各有三大关节，即肩、肘、腕、髋、膝、踝，两侧共计十二个关节。

十二节刺 对《内经》刺法分为十二种，以应合十二经的病症。一偶刺，二报刺，三恢刺，四齐刺，五扬刺，六直针刺，七输刺，八短刺，九浮刺，十阴刺，十一傍针刺，十二赞刺。

十二禁 针刺的禁忌，又称十二禁刺。《灵枢·终始篇》说：“凡刺之禁：新内勿刺，新刺勿内；已醉勿刺，已刺勿醉；新怒勿刺，已刺勿怒；新劳勿刺，已刺勿劳；已饱勿刺，已刺勿饱；已饥勿刺，已刺勿饥；已渴勿刺，已刺勿渴；大惊大恐，必定其气，乃刺之；乘车来者，卧而休之，如食顷，乃刺之；出行来者，坐而休之，如行十里顷，乃刺之。凡此十二禁者，……”另《灵枢·刺禁论》记：“无刺大醉，令人气乱；无刺大怒，令人气逆；无刺大劳人，无刺新饱人，无刺大饥人，无刺大渴人，无刺大惊人。”均在禁刺范围。

十二经别 又称经别。是十二经脉别出循行在身体深部的经脉，亦十二条。各经经别由正经分出后，经过躯干、脏腑、头项等部位，其中六条阳经的经别仍注入本经，而六条阴经的经别则流入与其相表里的阳经。所以经别补充了正经经脉的循行路线，还起到沟通阴阳表里的作用。

十二经筋 又称经筋。即

在十二经脉循行部位上分布的肌肉和筋腱的总称。其命名、分类均按十二经脉。其病变主要表现为痹痛、拘挛、肢体运动障碍等。

十二经之海 是冲脉（太冲脉）之别称。因其循行与足少阴肾经、足阳明胃经关系密切，肾主先天，胃（脾）主后天，前人认为冲脉主先天与后天之元气，故称十二经之海。

十二井穴 指十二经脉五输穴中的井穴的合称。十二经脉各有一个井穴，总称十二井穴。

十二皮部 又称皮部。即十二经脉及其络脉循行在体表的相应部位。全身体表按十二经络分十二部。《素问·皮部论》说：“凡十二经络脉者，皮之部也。”

十二原 特定穴名称，指五脏及膏肓的十二个原穴。即肺之原为太渊，脾之原为太白，心之原为太陵，肾之原为太溪，肝之原为太冲，以上均为左右各一，膏之原为鸠尾，肓之原为脐中（气海穴），共计12个。而《灵枢·九针十二原》说：“五脏有疾，当取之十二原。”十二经脉原穴与十二原虽意相仿，而内容不一致。其指十二经均有原穴，合称十二原。

十三鬼穴 出自《备急千金要方》。前人将能治疗精神疾患的穴位均冠以“鬼”字命名，共计13个，故称十三鬼穴。即：人中（鬼宫）、少商（鬼信）、隐白（鬼垒）、太陵（鬼心）、申脉（鬼路）、风府（鬼枕）、颊车（鬼床）、承浆（鬼市）、劳宫（鬼窟）、上星（鬼堂）、男会阴、女玉门



(鬼藏)、曲池(鬼腿)、海泉(鬼封)。

十四法 指十四种针刺的基本手法。在金代窦汉卿《针经指南》中记有:动、摇、进、退、搓、盘、弹、捻、循、扞、摄、按、爪、切等 14 种。后世医家继承了窦氏的学说,并各有体会与发挥。

十四经 即十二经与任脉、督脉合称。

十四经穴 指十四经脉的腧穴,简称“经穴”。据《针灸逢源》载,正中单穴 52 个,两侧双穴 309 个,合计 361 个。

十五络 又称十五络脉、十五别络。为络脉中较大者,十四经各有一条络脉,加上“脾之大络”,合而为之十五。若加上胃之大络,则称十六络。

十宣 经外奇穴。位于十指尖端,距爪甲约 0.1 寸处。可治高热、神昏、吐泻等病症。点刺出血。

【三画】

川椒饼灸 隔物灸之一。将川椒研细末,醋和为饼,贴于穴位上,再置艾炷灸之。可治毒肿疼痛。

大包 足太阴脾经经穴。侧卧举臂,在腋下 6 寸,腋中线上,第六肋间隙中取穴。可治胸胁痛、气喘、四肢疼痛、乏力等病症。斜刺 0.5~0.8 寸;可灸。

大补大泻 是一种针刺手法名。与小补小泻(平补平泻)相

对,指手法较重,刺激量较大的补泻方法。

大肠俞 足太阳膀胱经经穴。俯卧,在第四腰椎棘突下,腰阳关(督脉)旁开 1.5 寸处。可治腹痛、腹胀、泄泻、便秘等病症。直刺 0.8~1 寸;可灸。

大都 足太阴脾经经穴。在足大趾内侧,第一跖趾关节前下方,赤白肉际处取穴。可治腹胀、胃疼、泄泻等病症。直刺 0.3~0.5 寸;可灸。

大敦 足厥阴肝经经穴。在足大趾外侧,趾甲角旁开 0.1 寸处。可治疝气、阴中痛、月经不调、血崩等病症。斜刺 0.1~0.2 寸,或点刺出血;可灸。

大分 语出《素问·长刺节论》。分,是肌肉的会合处。较多肌肉会合之处为大分,较少肌肉会合之处为小分。

大腹 指腹的上部,位于胸部与脐之间的部分。

大骨空 经外奇穴。在拇指背侧指骨关节横纹中点处。可治目痛、吐泻、衄血等病症。宜灸。

大膻 指大块的肌肉。

大赫 足少阴肾经经穴。取仰卧位,在横骨上 1 寸,中极穴(任脉)旁开 0.5 寸处。可治遗精、带下、月经不调等病症。直刺 0.8~1 寸;可灸。

大横 足太阴脾经经穴。仰卧,在神阙穴(任脉)旁开 4 寸处。可治腹痛、泄泻、便秘等病症。直刺



0.8~1.2寸;可灸。

大接经法

是配穴法之一。见《卫生宝鉴》。系专治中风偏枯的一种特殊配穴法。有“从阳引阴”、“从阴引阳”二法,均取十二经井穴。从阳引阴法,即从足太阳井穴至阴开始,依次取足少阴涌泉、手厥阴中冲、手少阳关冲、足少阳窍阴、足厥阴大敦、手太阴少商、手阳明商阳、足阳明厉兑、足太阴隐白、手少阴少冲、手太阳少泽,刺完十二经。从阴引阳法,指从手太阴井穴少商开始,依次取手阳明商阳穴、足阳明厉兑、足太阴隐白、手少阴少冲、手太阳少泽、足太阳至阴、足少阴涌泉、手厥阴中冲、手少阳关冲、足少阳窍阴、足厥阴大敦,刺完十二经。

大节

①指大关节。②是谓指,趾的第一节。

大筋

指较粗大的肌腱或韧带。

大巨

足阳明胃经经穴。仰卧,在天枢下2寸,石门穴(任脉)旁开2寸处。可治痞气、小便不利、腹胀等病症。直刺0.8~1寸;可灸。

大陵

手厥阴心包经经穴。仰掌,在腕横纹正中,当掌长肌腱与桡侧腕屈肌腱之间取穴。可治心悸、心痛、胃痛、呕吐等病症。直刺0.3~0.5寸;可灸。

大肉

指人体腿、臂、臀等较肥厚的肌肉。

大泻

针刺手法中泻法的一种。在针刺得气后,手持针柄前后左右摇动针体,使针刺的孔穴扩大,

出针时猛出,以利邪气快出。

大泻刺

系《内经》中九刺之一。对刺较大的痈疡,使用铍针排脓的方法。在《灵枢·官针篇》说:“大泻刺者,刺大脓以铍针也。”

大迎

足阳明胃经经穴。在下颌角前下1.3寸,当咬肌附着部的前缘,下颌骨上。可治牙关紧闭、颊肿、面瘫等病症。直刺0.2~0.3寸;可灸。

大针

古代九针之一,长4寸,针尖略圆,治水气停留于关节的疾患。后人将之做火针使用。

大钟

足少阴肾经经穴。在太溪穴下0.5寸,当跟腱附着部的内侧凹陷中取穴。可治足痛、月经不调、二便不利等病症。直刺0.3~0.5寸;可灸。

大杼

足太阳膀胱经经穴。俯伏位,在第一胸椎棘突下,督脉旁开1.5寸处。可治头痛、发热、颈项强痛等病症。斜刺0.5~0.8寸;可灸。

大椎

督脉经穴。俯伏或正坐低头,在第七颈椎棘突下凹陷中取穴。可治热病、项强、喘咳、感冒等病症。斜刺0.5~1寸;可灸。

飞法

针刺术语。一是入针后,以拇食指连捻针柄数下,突然松开,状如飞鸟展翅,有催气之功;二指将针向前推进。

飞经走气

用手法使经气能循经流注,并送气到病所。包括青龙摆尾、白虎摇头、苍龟探穴、赤凤迎源等催行经气的一些针刺手



法。

飞扬

足太阳膀胱经经穴。在承山穴外下方,当昆仑穴上7寸之处。可治头痛、目眩、腿软无力等病症。直刺0.8~1寸;可灸。

巾针

古代针具之一。其针形与功用不详。在《灵枢·九针论》载:“钠针者,取法于巾针。”即钠针的形状仿自此针。

马钱子灸

敷灸方法之一。取马钱子适量,研为细末,敷在穴位上,胶布固定。有祛风通络之功。

三百六十五节

指周身关节间隙及其邻近的三百六十五个腧穴。

三变刺

《内经》刺法之一。指针刺出血、出气和针后纳热三法。《灵枢·寿夭刚柔》说:“刺有三变……有刺营者,有刺卫者,有刺寒痹之留经者。”

三部配穴法

是配穴法之一。又称天、地、人配穴法。指局部、邻部、远部穴位的配合应用。适用于一般常见病症。

三部取穴规律

三部即上焦、中焦和下焦。前人发现上、中、下三焦分别有治疗其疾病的相应腧穴,如脾经的络穴大包可治喘息等上焦病;胃经的大肠募穴天枢可治胃肠等中焦病变;脾经的郄穴地机可治遗精、阳痿、子宫出血等下焦病。在《标幽赋》中有“上中下三部也,大包与天枢地机”。但临床上不应机械对之。

三才取穴规律

前人用三才(天、地、人)之间的相互影响、相互联系的关系以说明人体各部之间的整体关系。基于此,针灸临床出现天、地、人三才的取穴规律,如督脉的百会,在上应天;任脉的璇玑,在中应人;肾经的涌泉,在下应地。前人以此三穴的主治规律,喻之天、地、人三才的整体性,在《标幽赋》中有“天、地、人三才也,涌泉同璇玑百会”。

三出三人

针刺手法之一。指一进三退手法反复操作三次,即一度。“透天凉”手法中用此。见《金针赋》。

三刺

古代针家按针刺的深浅分为三种不同程度的刺法。即浅刺透过皮肤;再刺又深一步,进入肌肉而未达到贴骨的肌肉;最后刺之极深,达到贴骨的肌肉。

三飞法

是一种针刺手法。飞法即捻针数下后,突然松开手指,使针颤动,如飞鸟展翅之状。补者一退三飞真气自归;泻者一飞三退,邪气自避。三飞法即为飞针三次。

三伏

①是初伏、中伏、末伏的合称,为一年中气温最高的阶段。一般从夏至后的第三个庚日为初伏;第四个庚日为中伏;立秋后的第一个庚日为末伏。临床上常采用的“伏灸”和“冬病夏治”都在这个阶段进行。②指末伏。因初伏、中伏、末伏,又称之头伏、二伏、三伏,故三伏也可专指末伏。

三间

手阳明大肠经经穴。微握拳,在食指桡侧,第二掌指关节



后,第二掌骨小头上方取穴。可治目痛、齿痛、咽喉肿痛。直刺 0.3~0.5 寸;可灸。

三焦俞 足太阳膀胱经经穴。俯卧,在第一腰椎棘突下,悬枢(督脉)旁开 1.5 寸处。可治腹胀、肠鸣、完谷不化、水肿、小便不利等病症。直刺 0.8~1 寸;可灸。

三角灸 经外奇穴。仰卧,以患者两口角的长度为一边,作一等边三角形,将顶角置于患者脐心,底边呈水平线,在两底角处取穴。可治疝气、肚脐痛、女子不孕等病症。直刺 0.5~0.8 寸;可灸。

三进三退 针刺手法之一。指三进一退手法反复操作三次,即一度。“烧山火”手法中用此。见《金针赋》。

三棱针 三棱针由九针之一锋针演变而成,其长约 2 寸,针柄呈圆柱形,针身呈三角形,针尖锋利三面有刃,便于点刺放血。

三十六腧 指六腑经脉各有井、荣、输、原、经、合六腧,六六三十六腧。见《灵枢·九针十二原》。

三阳经 是太阳经、阳明经、少阳经的总称。

三阳络 手少阳三焦经经穴。在阳池穴上 4 寸,桡、尺两骨之间处。可治暴暗、耳聋、手臂痛等病症。直刺 0.5~1 寸;可灸。

三阴交 足太阴脾经经穴。在内踝高点上 3 寸,胫骨内后缘处。可治脾胃虚弱、月经不调、崩漏、带下等病症。直刺 0.5~1 寸;可灸。

三阴经 是太阴经、少阴经、厥阴经的总称。

山根 经外奇穴。位于两眼内眦的中点处。可治目昏、失眠等病症。用拇指指甲掐 5~10 次。

山梔生姜灸 隔物灸的一种。用黄梔子打碎水煎取浓汁,加适量生姜汁,混以面粉和石灰各一份,调糊状,涂于穴位上。再放一薄生姜片,上置艾炷施灸。可以疏风清热通络。

上关 足少阳胆经经穴。在耳前,颧骨弓上缘,当下关穴直上方取穴。可治头痛、耳鸣、口眼歪斜等病症。直刺 0.5~0.8 寸;可灸。

上巨虚 足阳明胃经经穴。卧位或坐位,在犊鼻下 6 寸,当足三里与下巨虚连线的中点处。可治肠鸣、腹胀、肠痛、脚气等病症。直刺 0.5~1.2 寸;可灸。

上廉 手阳明大肠经经穴。侧腕屈肘,在阳溪与曲池的连线上,曲池下 3 寸处。可治头痛、偏瘫、肢麻等病症。直刺 0.5~0.8 寸;可灸。

上髎 足太阳膀胱经经穴。俯卧,在第一骶后孔中取穴。可治腰痛、月经不调、带下等病症。直刺 0.8~1 寸;可灸。

上脘 任脉经穴。仰卧,在脐上 5 寸,当腹中线上。可治脘痛、腹胀、呕吐、呃逆等病症。直刺 0.5~1 寸;可灸。

上下配穴法 又称上下肢相应法,是针灸配穴方法之一。