

經絡奇穴藏學問

妙手細針可回生

圖解

針灸入門

國醫國寶系列

鄭利岩◎主編

傳承數千年經驗，歷經無數臨床辨證
完整詳實，療效威猛，簡單易學
最實用、最有效的古老療法——針灸

大方廣出版社



國家圖書館出版品預行編目資料

圖解針灸入門／大方廣編輯部 作--初版

--臺北市：大方廣，2000〔民89〕

面： 公分 ——〈國醫國寶系列〉

ISBN 957-98459-4-8（平裝）

1. 針灸

413.91

89005388

圖解針灸入門

作 者：大方廣編輯部

發 行 人：徐沐衡

社 長：徐沐鑑

出 版 者：大方廣出版社

地址：台北市和平東路二段265巷44號7樓

電話：02-2703-2963・2784-6752

傳真：02-2784-6890

郵撥帳號：19042529

執照：行政院新聞局局版臺業字第七八三號

主 任 編 輯：鄭利岩

編 輯：郭述金、王玉芳

校 對：古瑞鳳、楊振祥、林琳、邱麗雲

印 刷 者：映鈞彩色印刷有限公司

2000年 9月初版

◎有版權，不准影印翻印。

本書如有缺頁、破損、倒裝，請寄回更換。

出版緣起

一九九八年八月遼寧中醫學院四十週年校慶，本人有幸應邀參加，並發表名為「中國面向二十一世紀」的學術專題論作，會中結識鄭利岩教授，欣見鄭教授有我們中國讀書人的崇高品格及對中華民族醫學傳承的熱愛，淵博的知識和醫術涵養令我十分敬佩，相談甚歡。由於我第二天還有對遼寧中醫學院第二附院會院醫師的專題報告，行程緊湊未有再進一步的深談。

回台後，突然接到鄭教授的來信，希望我能再次對全針灸系的同學作一場大型的專題演講。一九九九年四月本人再度赴瀋陽作學術報告，受到針灸系全體師生的熱烈歡迎。會後和鄭教授交換心得，商討再三都認為，原本中國的醫術傳承了數千年，歷經世代的考驗，立論根據，句句精確，招招實用有效。可惜長久以來，有的失落煙滅，有的殘存式微，即將失傳，殊為可惜，應該有更多的有心人出來，為這些中華祖先留下來的遺產加以整理、發揚光大，得以傳承並造福我們的後代子孫。

於是我提出聘請鄭教授為大方廣出版社主

任編輯的構想，希望藉鄭教授深厚的中醫素養，將目前流於坊間的中國醫技做有系統的蒐集、整理、編纂我們國醫的專業叢書，鄭教授當場欣然答應。

這本「圖解針灸入門」的編纂是繼彭靜山教授的「眼針療法」、「針灸祕驗」、「針灸十絕招」後，再次為廣大喜愛中國針灸的學子們而編寫，內容言簡意賅深入淺出，同時張張都有豐富的圖文對照解說，毫不枯燥，很適合正在從事針灸工作的專業醫師做為臨床參考的工具。又內容文筆簡潔流暢，使初學者也很容易的從書中獲得針灸的基本概念常識，堪稱一本彌足珍貴的針灸寶典，是為緣起。

徐沐鑑

2000. 4. 12 于台北

編 寫 說 明

本書是以圖解的形式幫助初學針灸者掌握取穴、行針、施灸、拔罐等針灸基本知識及基本技能。並簡要介紹一些常見病的治療方法。

全書分三大部分。第一部分介紹了常見穴位的部位、取法、主治及針法，每個穴名後附國際標準英文經穴名稱縮寫字母及編號，便於讀者進行國際交流。第二部分介紹了針灸的基本技能，包括針法、灸法、罐法，各法除說明操作方法外，還強調了適應範圍和注意事項。第三部分介紹了常見病的治療，病名為現代醫學命名，主穴一般為對症取穴，配穴是針對伴有症狀，應加的穴位，臨床應用時要根據病人具體情況將主穴、配穴組合而成針灸處方。

編寫本書旨在簡明精煉、通俗易懂。故您在閱讀中對涉及的經絡、中醫辨證及解剖學等知識不甚理解時，請參考其它醫籍。

編輯部

2000年 4月 5日

目 錄

第一章 穴位的取法與針法····· 1

一、取穴的方法····· 1

二、常用穴位····· 7

1. 手太陰肺經穴····· 7

(1) 中府····· 8

(2) 尺澤····· 8

(3) 孔最····· 9

(4) 列缺····· 9

(5) 太淵····· 10

(6) 魚際····· 10

(7) 少商····· 11

2. 手陽明大腸經穴····· 12

(1) 商陽····· 13

(2) 二間····· 13

(3) 三間····· 13

(4) 合谷····· 14

(5) 陽溪····· 14

(6) 偏歷····· 16

(7) 手三里····· 16

(8) 曲池····· 16

(9)臂臑	18
(10)肩髃	18
(11)迎香	19
3. 足陽明胃經穴	20
(1)四白	21
(2)地倉	21
(3)頰車	21
(4)下關	22
(5)頭維	22
(6)梁門	23
(7)天樞	23
(8)大巨	24
(9)水道	24
(10)髀關	24
(11)伏兔	25
(12)陰市	26
(13)梁丘	26
(14)犢鼻	26
(15)足三里	27
(16)上巨虛	28
(17)下巨虛	28
(18)豐隆	28
(19)解溪	29
(20)陷谷	30
(21)內庭	30

(22)厲兌·····	30
4. 足太陰脾經穴·····	31
(1)隱白·····	32
(2)公孫·····	32
(3)商丘·····	33
(4)三陰交·····	33
(5)陰陵泉·····	34
(6)血海·····	34
(7)大橫·····	35
5. 手少陰心經穴·····	36
(1)少海·····	37
(2)靈道·····	37
(3)通里·····	38
(4)陰郛·····	38
(5)神門·····	39
(6)少府·····	39
(7)少衝·····	39
6. 手太陽小腸經穴·····	41
(1)少澤·····	42
(2)後溪·····	42
(3)腕骨·····	43
(4)陽谷·····	43
(5)養老·····	43
(6)支正·····	44
(7)小海·····	44

(8)肩貞	45
(9)臑俞	46
10天宗	46
11秉風	46
12肩外俞	47
13肩中俞	47
14顴髎	47
15聽宮	48
7. 足太陽膀胱經穴	49
(1)睛明	51
(2)攢竹	51
(3)大杼	51
(4)風門	52
(5)肺俞	52
(6)心俞	52
(7)膈俞	54
(8)肝俞	54
(9)膽俞	54
10脾俞	55
11胃俞	55
12三焦俞	55
13腎俞	56
14大腸俞	56
15關元俞	56
16小腸俞	57

(17) 膀胱俞	57
(18) 上髎	57
(19) 次髎	57
(20) 中髎	57
(21) 下髎	57
(22) 承扶	58
(23) 殷門	59
(24) 委中	59
(25) 膏肓	59
(26) 志室	60
(27) 秩邊	60
(28) 承山	60
(29) 飛揚	61
(30) 崑崙	61
(31) 申脈	62
(32) 至陰	62
8. 足少陰腎經穴	63
(1) 湧泉	65
(2) 然谷	65
(3) 太溪	66
(4) 大鐘	66
(5) 照海	67
(6) 復溜	67
(7) 陰谷	67
9. 手厥陰心包經穴	69

(1)曲澤·····	70
(2)郄門·····	70
(3)間使·····	70
(4)內關·····	71
(5)大陵·····	72
(6)勞宮·····	72
(7)中衝·····	72
10.手少陽三焦經穴·····	74
(1)關衝·····	75
(2)液門·····	75
(3)中渚·····	76
(4)陽池·····	76
(5)外關·····	76
(6)支溝·····	77
(7)天井·····	77
(8)肩髃·····	78
(9)翳風·····	78
⑩耳門·····	79
⑪絲竹空·····	79
11.足少陽膽經穴·····	80
(1)瞳子髖·····	81
(2)聽會·····	81
(3)陽白·····	81
(4)風池·····	82
(5)肩井·····	82

(6)帶脈	83
(7)居膠	83
(8)環跳	84
(9)風市	85
00膝陽關	86
01陽陵泉	86
02光明	87
03懸鐘	87
04丘墟	87
05足臨泣	88
06足竅陰	88
12.足厥陰肝經穴	89
(1)大敦	90
(2)行間	90
(3)太衝	91
(4)中封	91
(5)曲泉	91
(6)期門	92
13.督脈經穴	93
(1)長強	94
(2)腰俞	94
(3)腰陽關	95
(4)命門	95
(5)身柱	96
(6)陶道	96

(7)大椎	96
(8)啞門	97
(9)風府	98
10百會	98
11上星	99
12人中	99
14.任脈經穴	100
(1)中極	101
(2)關元	101
(3)氣海	101
(4)神闕	102
(5)水分	102
(6)下脘	103
(7)中脘	103
(8)上脘	103
(9)臍中	104
10天突	104
11廉泉	105
12承漿	106
15.經外奇穴	107
(1)四神聰	107
(2)印堂	107
(3)魚腰	108
(4)太陽	108
(5)金津、(6)玉液	109

(7)百勞·····	109
(8)定喘·····	110
(9)華佗夾脊·····	110
(10)痞根·····	110
(11)腰眼·····	111
(12)子宮·····	111
(13)二白·····	112
(14)大骨空·····	112
(15)小骨空·····	113
(16)外勞宮·····	113
(17)八邪·····	114
(18)四縫·····	114
(19)十宣·····	115
(20)鶴頂·····	115
(21)膝眼·····	115
(22)闌尾·····	116
(23)內踝尖·····	116
(24)外踝尖·····	116
(25)八風·····	117

第二章 針灸的基本技能····· 119

一、針法····· 119

1. 毫針刺法····· 119

2. 三稜針刺法····· 131

3. 皮膚針刺法·····	133
二、灸法·····	135
三、罐法·····	139
第三章 常見病的治療·····	145
一、上呼吸道疾病·····	145
二、呼吸系統疾病·····	146
三、眼科疾病·····	147
四、口腔疾病·····	148
五、消化系統疾病·····	149
六、神經、肌肉、骨骼疾病·····	152
針刺禁忌·····	158
後記·····	159

第 1 章

穴位的取法與針法

取穴的方法

人體每個穴位都有固定的位置，這些位置需要用一定方法測量，或按照各種標誌和姿勢來確定。臨床常用的有以下四種定位方法：

一、骨度法

是將人體各部分為若干等份，折量取穴的方法，每一等份作為一寸，所以又叫“分寸折量”。這種方法適用於任何年齡、任何體型的人，並比較準確。請參見下頁骨度折量寸表及圖1。

審定穴位常用的骨度折量寸表

部位	起 止 點	折量寸	度量法	說 明
頭面部	前髮際正中→後髮際正中	12	直寸	用於確定頭部經穴的縱向距離。
	眉間（印堂）→前髮際正中	3	直寸	用於確定前或後髮際及其頭部經穴的縱向距離
	第七頸椎棘突下（大椎）→後髮際正中	3	直寸	
	眉間（印堂）→後髮際正中→第七頸椎棘突下（大椎）	18	直寸	
	前兩額髮角（頭維）之間	9	橫寸	用於確定頭面部經穴的橫向距離。
	耳後兩乳突（完骨）之間	9	橫寸	用於確定頭後部經穴的橫向距離。
胸腹部	胸骨上窩（天突）→胸劍聯合中點（歧骨）	9	直寸	用於確定胸部任脈穴的縱向距離。
	胸劍聯合中點（歧骨）→臍中	8	直寸	用於確定上腹部經穴的縱向距離。
	臍中→恥骨聯合上緣（曲骨）	5	直寸	用於確定下腹部經穴的縱向距離。
	兩乳頭之間	8	橫寸	用於確定胸腹部經穴的橫向距離。
	腋窩頂點→第11肋游離端（章門）	12	直寸	用於確定肋部經穴的縱向距離。
背腰部	肩胛骨內緣→後正中線	3	橫寸	用於確定背腰部經穴的橫向距離。
	肩峰緣→後正中線	8	橫寸	用於確定肩背部經穴的橫向距離。
上肢部	腋前、後紋頭→肘橫紋（平肘尖）	9	直寸	用於確定臂部經穴的縱向距離。
	肘橫紋（平肘尖）→腕掌（背）側橫紋	12	直寸	用於確定前臂部經穴的縱向距離。
下肢部	恥骨聯合上緣→股骨內上髁上緣	18	直寸	用於確定下肢內側足三陰經穴的縱向距離。
	胫骨內側髁下方→內踝尖	13	直寸	
	股骨大轉子→腓橫紋	19	直寸	用於確定下肢外側足三陽經穴的縱向距離。
	腓橫紋→外踝尖	16	直寸	用於確定下肢外側足三陽經穴的縱向距離。