

名医世纪传媒

第5版 · ZHENJIU JINGLUO XUEWEI GEJUE

针灸经络穴位歌诀

董明强 编著

太阳膀胱交申脉，仆参跗阳睛明在，
少阳胆经交居髎，太阳小肠交于臑，
阳明大肠肩髃巨，足阳明胃交承泣，
另有地仓与居髎，足少阳胆风池交。



中原出版传媒集团
大地传媒

河南科学技术出版社

针灸经络穴位歌诀

ZHENJIU JINGLUO XUEWEI GEJUE

(第5版)

董明强 编著

· 郑州 ·

内容提要

本书在前4版的基础上修订而成,以歌诀形式概括了针灸学的基本知识、经络、腧穴和常见病症的针灸治疗,共编歌诀近900首,语言精练,通俗押韵,易诵易记,形式活泼,不拘一格。为帮助读者理解,多数歌诀后附有注解。配图160余幅,以利文图互参。本书内容实用,基础与临床紧密结合,是学习、记忆经络穴位和开展针灸治疗的好帮手,适合中医院校学生、临床医务人员和针灸爱好者学习参考。

图书在版编目(CIP)数据

针灸经络穴位歌诀/董明强编著. —5版. —郑州:河南科学技术出版社,2017.4

ISBN 978-7-5349-8674-1

I. ①针… II. ①董… III. ①针灸疗法—方歌
IV. ①R245

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)062687 号

出版发行:河南科学技术出版社

北京名医世纪文化传媒有限公司

地址:北京市丰台区丰台北路18号院3号楼511室 邮编:100073

电话:010-53556511 010-53556508

责任编辑:杨磊石 刘新瑞

责任校对:龚利霞

封面设计:龙 岩

版式设计:王新红

责任印制:姚 军

印 刷:北京盛通印刷股份有限公司

经 销:全国新华书店、医学书店、网店

幅面尺寸:130 mm×185 mm

印张:12 字数:256千字

版 次:2017年4月第5版

2017年4月第1次印刷

定 价:33.00元

如发现印、装质量问题,影响阅读,请与出版社联系并调换

第5版前言

《针灸经络穴位歌诀》自2003年出版以来,已经3次修订再版,由于内容实用、新颖而受到广大读者朋友的喜爱,已多次重印,累计发行28 000余册。其间,也收到读者朋友的一些建议性意见。如今,在河南科学技术出版社的支持下,本书的第5版又与读者朋友见面了。

本次修订除保持了第4版的基本内容,对个别部分做了润色修改之外,主要是增加了第一章“第一节 针灸学的产生和发展”,包括针灸疗法的起源、历代医家及医著、中国针灸走向世界、现代针灸学的发展、针灸手段的扩展和针灸治疗作用的认识6首歌诀,介绍了针灸学的起源、发展和现状,对读者朋友认识针灸学的概况定有所帮助。

在本书的编写和修订过程中,承蒙丁晏立、卫旗明、王辉、王存宽、郝新立等好友的热心相助,在此一并表示感谢!

由于编者水平有限,本书虽经几次修订,仍难免存在疏漏和不妥之处,敬请各位专家和读者朋友批评指正。

董明强

2017年1月

第 1 版前言

针灸学起源于我国远古时代,相传至今,已有数千年的历史。近些年来,随着科学技术的进步,针灸学有了长足的发展,并迅速传至世界 100 多个国家和地区。针灸疗法因其具有方便、实用、不良反应少和疗效显著等特点而被世界上越来越多的人所接受。早在 1977 年,世界卫生组织(WHO)就肯定了针灸的科学价值和研究成果,并建议在世界范围开展针灸研究工作;1979 年,WHO 建议在全世界推广应用针灸治疗 43 种病症(详见第一章第一节);1982 年,WHO 制定和出版了“十四经穴名标准化方案”,并推荐给各国使用。目前,针灸学在世界范围已被广泛应用于临床实践,并成为现代医学的一部分而备受关注。在国门开放、中外医学界的交流日渐频繁的今天,作为身处针灸学发源地的中国医务人员(包括那些非针灸专业的临床医生),如能对针灸学有一定深度的了解,学习一些针灸学常识,掌握一定的针灸医疗技能,当是很有益处的。

基于这种考虑,笔者不揣冒昧,组织编写了这本针灸歌诀,旨在为那些初步接触针灸学的医学生、针灸专业医务人员和对针灸医学感兴趣的非针灸专业临床医生提供一些学习上

的帮助。

本书共分四章：第一章，概说，介绍针灸学的产生与发展、针法、灸法、针灸的临床应用和针灸处方；第二章，经络，介绍十二经和奇经八脉的循行、经穴（交穴）和主病；第三章，腧穴，介绍十四经穴和经外奇穴、新穴；第四章，治疗，介绍急救和常见病症（包括内、外、妇、儿、五官和皮肤科常见病症）的针灸治疗。

以歌诀的形式表述针灸理论与临床应用，为针灸学的学习带来很大方便。为此，历代医家曾编写了大量歌诀、歌赋。这对于我们来说，无疑是一笔宝贵的遗产。但同时我们也应当看到，由于这些歌诀、歌赋产生的年代久远，其中不少内容已不适应于现代人记诵。本书突出一个“新”字，所载歌诀全部采用新编。在语言上力求通俗易懂、押韵顺口、易诵易记；在形式上活泼多样、不拘一格，或七言，或六言，或五言，或一韵到底，或双句转韵；篇幅随长随短，根据内容灵活决定。其中第三章，在介绍穴位时将其位置和主治编在一首歌诀里，以方便读者学习、应用，尚属笔者首创。全书配图 150 余幅，以便读者图文互参。

由于我们水平有限，书中如存在疏漏、不妥甚至谬误之处，恳请读者朋友给予批评指正，不胜感激！

董明强

2003 年 1 月

目 录

第 1 章 概说	(1)
第一节 针灸学的产生和发展	(1)
1. 针灸疗法的起源	(1)
2. 历代医家及医著	(2)
3. 中国针灸走向世界	(2)
4. 现代针灸学的发展	(4)
5. 针灸手段的扩展	(4)
6. 针灸治疗作用的认识	(5)
第二节 针法	(6)
1. 古今针具	(6)
2. 毫针	(7)
3. 毫针的选择与检修	(8)
4. 针具的保存与消毒	(9)
5. 针刺练习	(10)
6. 进针法	(11)
7. 针刺的方向	(11)
8. 针刺的角度	(12)
9. 针刺的深度	(12)
10. 基本行针手法	(13)
11. 辅助行针手法	(15)
12. 针刺单式补泻法	(17)
13. 针刺复式补泻法	(19)
14. 得气	(25)
15. 催气行气法	(25)
16. 出针方法	(27)
第三节 灸法	(27)
1. 火热灸及无热灸	(27)
2. 艾灸	(28)
3. 艾炷	(28)
4. 艾条	(29)

5. 瘢痕灸	(29)	13. 温针灸	(32)
6. 无瘢痕灸	(29)	14. 温灸器灸	(34)
7. 隔姜灸	(30)	15. 天灸	(34)
8. 隔蒜灸	(31)	16. 灯火灸	(35)
9. 隔盐灸	(31)	17. 灸法补泻	(35)
10. 隔附子饼灸	(31)	18. 施灸程序和多少	(35)
11. 温和灸	(31)	19. 禁灸部位和穴位	(36)
12. 雀啄灸	(32)		
第四节 针灸的临床应用			(36)
1. 针灸的适应证	(36)	7. 滞针及处理	(42)
2. 针灸的禁忌证	(36)	8. 弯针及处理	(43)
3. 疗程与间隔	(37)	9. 折针及处理	(43)
4. 病人的体位	(37)	10. 血肿及处理	(44)
5. 进针前准备	(42)	11. 严防刺伤重要脏器	
6. 晕针及处理	(42)	(44)
第五节 针灸处方			(45)
1. 针灸治疗原则	(45)	4. 针灸处方组成的基本	
2. 针灸处方的组成	(45)	规律	(46)
3. 针灸处方的基本法则		5. 常用的配穴方法	(47)
.....	(45)	6. 特穴十一则	(50)
第2章 经络			(56)
第一节 十二经			(56)
一、手太阴肺经	(56)	六、手太阳小肠经	(65)
二、手阳明大肠经	(58)	七、足太阳膀胱经	(66)
三、足阳明胃经	(60)	八、足少阴肾经	(70)
四、足太阴脾经	(62)	九、手厥阴心包经	(72)
五、手少阴心经	(64)	十、手少阳三焦经	(73)

十一、足少阳胆经····· (75)	十二、足厥阴肝经····· (77)
第二节 奇经八脉····· (79)	
一、督脉····· (79)	五、阳跷脉····· (86)
二、任脉····· (81)	六、阴跷脉····· (86)
三、冲脉····· (82)	七、阳维脉····· (88)
四、带脉····· (84)	八、阴维脉····· (89)
第3章 十四经穴····· (92)	
一、手太阴肺经····· (92)	9. 上廉····· (101)
1. 中府····· (92)	10. 手三里····· (101)
2. 云门····· (92)	11. 曲池····· (101)
3. 天府····· (92)	12. 肘髎····· (102)
4. 侠白····· (93)	13. 手五里····· (103)
5. 尺泽····· (94)	14. 臂臑····· (103)
6. 孔最····· (94)	15. 肩髃····· (103)
7. 列缺····· (95)	16. 巨骨····· (103)
8. 经渠····· (95)	17. 天鼎····· (105)
9. 太渊····· (96)	18. 扶突····· (105)
10. 鱼际····· (96)	19. 口禾髎····· (105)
11. 少商····· (96)	20. 迎香····· (105)
二、手阳明大肠经····· (97)	三、足阳明胃经····· (106)
1. 商阳····· (97)	1. 承泣····· (107)
2. 二间····· (97)	2. 四白····· (107)
3. 三间····· (98)	3. 巨髎····· (107)
4. 合谷····· (98)	4. 地仓····· (107)
5. 阳溪····· (99)	5. 大迎····· (108)
6. 偏历····· (100)	6. 颊车····· (108)
7. 温溜····· (100)	7. 下关····· (109)
8. 下廉····· (101)	8. 头维····· (109)

- | | | | |
|---------------|-------|---------------|-------|
| 9. 人迎 | (110) | 39. 下巨虚 | (118) |
| 10. 水突 | (110) | 40. 丰隆 | (118) |
| 11. 气舍 | (110) | 41. 解溪 | (118) |
| 12. 缺盆 | (110) | 42. 冲阳 | (118) |
| 13. 气户 | (111) | 43. 陷谷 | (119) |
| 14. 库房 | (111) | 44. 内庭 | (120) |
| 15. 屋翳 | (111) | 45. 厉兑 | (120) |
| 16. 膺窗 | (112) | 四、足太阴脾经 | (121) |
| 17. 乳中 | (112) | 1. 隐白 | (121) |
| 18. 乳根 | (112) | 2. 大都 | (122) |
| 19. 不容 | (112) | 3. 太白 | (122) |
| 20. 承满 | (112) | 4. 公孙 | (122) |
| 21. 梁门 | (113) | 5. 商丘 | (122) |
| 22. 关门 | (113) | 6. 三阴交 | (122) |
| 23. 太乙 | (113) | 7. 漏谷 | (123) |
| 24. 滑肉门 | (114) | 8. 地机 | (123) |
| 25. 天枢 | (114) | 9. 阴陵泉 | (124) |
| 26. 外陵 | (114) | 10. 血海 | (125) |
| 27. 大巨 | (114) | 11. 箕门 | (125) |
| 28. 水道 | (115) | 12. 冲门 | (125) |
| 29. 归来 | (115) | 13. 府舍 | (126) |
| 30. 气冲 | (115) | 14. 腹结 | (126) |
| 31. 髀关 | (115) | 15. 大横 | (126) |
| 32. 伏兔 | (116) | 16. 腹哀 | (126) |
| 33. 阴市 | (116) | 17. 食窦 | (127) |
| 34. 梁丘 | (116) | 18. 天溪 | (128) |
| 35. 犊鼻 | (117) | 19. 胸乡 | (128) |
| 36. 足三里 | (117) | 20. 周荣 | (128) |
| 37. 上巨虚 | (117) | 21. 大包 | (128) |
| 38. 条口 | (117) | | |

- 五、手少阴心经 (129)
1. 极泉 (129)
 2. 青灵 (129)
 3. 少海 (130)
 4. 灵道 (131)
 5. 通里 (131)
 6. 阴郄 (132)
 7. 神门 (132)
 8. 少府 (133)
 9. 少冲 (133)
- 六、手太阳小肠经 ... (134)
1. 少泽 (134)
 2. 前谷 (135)
 3. 后溪 (135)
 4. 腕骨 (135)
 5. 阳谷 (135)
 6. 养老 (136)
 7. 支正 (136)
 8. 小海 (137)
 9. 肩贞 (137)
 10. 臑俞 (138)
 11. 天宗 (138)
 12. 秉风 (138)
 13. 曲垣 (139)
 14. 肩外俞 (139)
 15. 肩中俞 (139)
 16. 天窗 (139)
 17. 天容 (141)
 18. 颧髻 (141)
 19. 听宫 (141)
- 七、足太阳膀胱经 ... (141)
1. 睛明 (141)
 2. 攒竹 (145)
 3. 眉冲 (145)
 4. 曲差 (145)
 5. 五处 (145)
 6. 承光 (146)
 7. 通天 (146)
 8. 络却 (146)
 9. 玉枕 (146)
 10. 天柱 (147)
 11. 大杼 (147)
 12. 风门 (147)
 13. 肺俞 (147)
 14. 厥阴俞 (148)
 15. 心俞 (148)
 16. 督俞 (148)
 17. 膈俞 (148)
 18. 肝俞 (149)
 19. 胆俞 (149)
 20. 脾俞 (149)
 21. 胃俞 (150)
 22. 三焦俞 (150)
 23. 肾俞 (150)
 24. 气海俞 (150)
 25. 大肠俞 (151)
 26. 关元俞 (151)
 27. 小肠俞 (151)

- | | | | |
|---------------|-------|---------------|-------|
| 28. 膀胱俞 | (151) | 58. 飞扬 | (161) |
| 29. 中膂俞 | (152) | 59. 跗阳 | (161) |
| 30. 白环俞 | (152) | 60. 昆仑 | (162) |
| 31. 上髎 | (152) | 61. 仆参 | (162) |
| 32. 次髎 | (153) | 62. 申脉 | (162) |
| 33. 中髎 | (153) | 63. 金门 | (162) |
| 34. 下髎 | (153) | 64. 京骨 | (163) |
| 35. 会阳 | (153) | 65. 束骨 | (163) |
| 36. 承扶 | (154) | 66. 足通谷 | (163) |
| 37. 殷门 | (154) | 67. 至阴 | (163) |
| 38. 浮郄 | (154) | 八、足少阴肾经 | (164) |
| 39. 委阳 | (154) | 1. 涌泉 | (164) |
| 40. 委中 | (155) | 2. 然谷 | (165) |
| 41. 附分 | (155) | 3. 太溪 | (166) |
| 42. 魄户 | (156) | 4. 大钟 | (167) |
| 43. 膏肓 | (156) | 5. 水泉 | (167) |
| 44. 神堂 | (156) | 6. 照海 | (167) |
| 45. 臆嘻 | (156) | 7. 复溜 | (168) |
| 46. 膈关 | (157) | 8. 交信 | (168) |
| 47. 魂门 | (157) | 9. 筑宾 | (168) |
| 48. 阳纲 | (157) | 10. 阴谷 | (169) |
| 49. 意舍 | (157) | 11. 横骨 | (169) |
| 50. 胃仓 | (159) | 12. 大赫 | (170) |
| 51. 肓门 | (159) | 13. 气穴 | (170) |
| 52. 志室 | (159) | 14. 四满 | (171) |
| 53. 胞肓 | (159) | 15. 中注 | (171) |
| 54. 秩边 | (160) | 16. 肓俞 | (171) |
| 55. 合阳 | (160) | 17. 商曲 | (171) |
| 56. 承筋 | (160) | 18. 石关 | (171) |
| 57. 承山 | (160) | | |

- | | | | |
|---------------|-------|---------------|-------|
| 19. 阴都 | (172) | 10. 天井 | (185) |
| 20. 腹通谷 | (172) | 11. 清冷渊 | (185) |
| 21. 幽门 | (172) | 12. 消烁 | (185) |
| 22. 步廊 | (172) | 13. 臑会 | (185) |
| 23. 神封 | (172) | 14. 肩髃 | (186) |
| 24. 灵墟 | (174) | 15. 天髃 | (187) |
| 25. 神藏 | (174) | 16. 天牖 | (187) |
| 26. 彘中 | (175) | 17. 翳风 | (188) |
| 27. 俞府 | (175) | 18. 瘰脉 | (188) |
| 九、手厥阴心包经 ... | (175) | 19. 颊息 | (189) |
| 1. 天池 | (175) | 20. 角孙 | (189) |
| 2. 天泉 | (176) | 21. 耳门 | (189) |
| 3. 曲泽 | (176) | 22. 耳和髃 | (189) |
| 4. 郄门 | (177) | 23. 丝竹空 | (190) |
| 5. 间使 | (177) | 十一、足少阳胆经 ... | (190) |
| 6. 内关 | (178) | 1. 瞳子髃 | (190) |
| 7. 大陵 | (178) | 2. 听会 | (190) |
| 8. 劳宫 | (178) | 3. 上关 | (191) |
| 9. 中冲 | (179) | 4. 颌厌 | (192) |
| 十、手少阳三焦经 ... | (180) | 5. 悬颅 | (192) |
| 1. 关冲 | (180) | 6. 悬厘 | (192) |
| 2. 液门 | (180) | 7. 曲鬓 | (192) |
| 3. 中渚 | (182) | 8. 率谷 | (193) |
| 4. 阳池 | (182) | 9. 天冲 | (193) |
| 5. 外关 | (183) | 10. 浮白 | (193) |
| 6. 支沟 | (183) | 11. 头窍阴 | (193) |
| 7. 会宗 | (183) | 12. 完骨 | (194) |
| 8. 三阳络 | (183) | 13. 本神 | (195) |
| 9. 四渎 | (184) | 14. 阳白 | (195) |

- | | | | |
|---------------|-------|---------------|-------|
| 15. 头临泣 | (195) | 十二、足厥阴肝经 ... | (207) |
| 16. 目窗 | (195) | 1. 大敦 | (208) |
| 17. 正营 | (196) | 2. 行间 | (208) |
| 18. 承灵 | (196) | 3. 太冲 | (208) |
| 19. 脑空 | (196) | 4. 中封 | (209) |
| 20. 风池 | (196) | 5. 蠡沟 | (209) |
| 21. 肩井 | (197) | 6. 中都 | (210) |
| 22. 渊腋 | (197) | 7. 膝关 | (210) |
| 23. 辄筋 | (198) | 8. 曲泉 | (211) |
| 24. 日月 | (198) | 9. 阴包 | (211) |
| 25. 京门 | (199) | 10. 足五里 | (212) |
| 26. 带脉 | (199) | 11. 阴廉 | (212) |
| 27. 五枢 | (200) | 12. 急脉 | (212) |
| 28. 维道 | (200) | 13. 章门 | (213) |
| 29. 居髎 | (200) | 14. 期门 | (213) |
| 30. 环跳 | (200) | 十三、任脉 | (214) |
| 31. 风市 | (202) | 1. 会阴 | (214) |
| 32. 中渎 | (202) | 2. 曲骨 | (214) |
| 33. 膝阳关 | (202) | 3. 中极 | (214) |
| 34. 阳陵泉 | (202) | 4. 关元 | (214) |
| 35. 阳交 | (203) | 5. 石门 | (215) |
| 36. 外丘 | (203) | 6. 气海 | (215) |
| 37. 光明 | (204) | 7. 阴交 | (215) |
| 38. 阳辅 | (204) | 8. 神阙 | (216) |
| 39. 悬钟 | (204) | 9. 水分 | (217) |
| 40. 丘墟 | (205) | 10. 下脘 | (217) |
| 41. 足临泣 | (205) | 11. 建里 | (217) |
| 42. 地五会 | (206) | 12. 中脘 | (217) |
| 43. 侠溪 | (206) | 13. 上脘 | (218) |
| 44. 足窍阴 | (207) | | |

14. 巨阙	(218)	9. 至阳	(225)
15. 鸠尾	(218)	10. 灵台	(225)
16. 中庭	(218)	11. 神道	(225)
17. 膻中	(219)	12. 身柱	(225)
18. 玉堂	(219)	13. 陶道	(226)
19. 紫宫	(219)	14. 大椎	(226)
20. 华盖	(219)	15. 哑门	(226)
21. 璇玑	(220)	16. 风府	(226)
22. 天突	(220)	17. 脑户	(227)
23. 廉泉	(220)	18. 强间	(227)
24. 承浆	(220)	19. 后顶	(227)
十四、督脉	(221)	20. 百会	(228)
1. 长强	(221)	21. 前顶	(228)
2. 腰俞	(221)	22. 囟会	(228)
3. 腰阳关	(221)	23. 上星	(228)
4. 命门	(221)	24. 神庭	(229)
5. 悬枢	(224)	25. 素髻	(229)
6. 脊中	(224)	26. 水沟(又名人中) ...	(229)
7. 中枢	(224)	27. 兑端	(229)
8. 筋缩	(224)	28. 龈交	(230)
第4章 经外奇穴、新穴	(231)		
一、头颈部	(231)	8. 球后	(234)
1. 四神聪	(231)	9. 内迎香	(234)
2. 印堂	(232)	10. 上迎香	(235)
3. 太阳	(232)	11. 鼻环	(235)
4. 头颞	(232)	12. 定神	(236)
5. 鱼腰	(233)	13. 牵正	(236)
6. 内睛明	(233)	14. 聚泉	(236)
7. 上睛明、下睛明	(234)	15. 金津、玉液	(236)

- | | | | |
|-------------|-------|----------------|-------|
| 16. 海泉 | (237) | 11. 子宫 | (249) |
| 17. 颊里 | (237) | 12. 屈骨端 | (249) |
| 18. 耳尖 | (238) | 三、背腰骶部 | (249) |
| 19. 健耳 | (238) | 1. 定喘 | (249) |
| 20. 后听宫 | (238) | 2. 冈下 | (250) |
| 21. 后听会 | (238) | 3. 臣觉 | (250) |
| 22. 翳明 | (239) | 4. 颈百劳 | (250) |
| 23. 安眠 | (240) | 5. 结核 | (251) |
| 24. 安眠 1 | (240) | 6. 血压点 | (252) |
| 25. 安眠 2 | (241) | 7. 胰俞 | (252) |
| 26. 兴奋 | (241) | 8. 夹脊(又名脊旁) | (252) |
| 27. 新设 | (241) | 9. 二椎下 | (252) |
| 28. 夹承浆 | (241) | 10. 巨阙俞 | (254) |
| 29. 上廉泉 | (242) | 11. 崇骨 | (254) |
| 30. 外金津、外玉液 | (243) | 12. 癩痢 | (254) |
| 31. 扁桃体 | (243) | 13. 胃管下俞(胃脘下俞) | (254) |
| 32. 增音 | (244) | 14. 四花 | (255) |
| 33. 颈臂 | (244) | 15. 接脊 | (255) |
| 二、胸腹部 | (244) | 16. 痞根 | (255) |
| 1. 龙颌 | (244) | 17. 肘椎 | (255) |
| 2. 呃逆 | (245) | 18. 下极俞(又名下志室) | (256) |
| 3. 提胃 | (245) | 19. 腰眼 | (256) |
| 4. 升胃 | (246) | 20. 腰目 | (256) |
| 5. 脐中四边 | (246) | 21. 十七椎 | (256) |
| 6. 长谷 | (246) | 22. 玉田 | (257) |
| 7. 止泻 | (246) | 23. 尾翠 | (257) |
| 8. 三角灸 | (247) | 24. 腰奇 | (257) |
| 9. 提托 | (247) | | |
| 10. 维胞 | (249) | | |

25. 环中	(257)	25. 臑上	(269)
四、上肢部	(258)	26. 抬肩	(269)
1. 十宣	(258)	27. 举臂	(270)
2. 十王	(258)	28. 肩头	(270)
3. 三商	(258)	29. 肩俞	(270)
4. 四缝	(259)	五、下肢部	(270)
5. 八邪	(260)	1. 气端	(270)
6. 中泉	(260)	2. 八风	(271)
7. 腰痛点(又名威灵、精 灵)	(261)	3. 独阴	(271)
8. 外劳宫(又名落枕)	(261)	4. 里内庭	(272)
9. 中魁	(262)	5. 女膝	(273)
10. 大骨空	(263)	6. 治转筋	(273)
11. 小骨空	(263)	7. 落地	(273)
12. 虎口	(263)	8. 纠内翻、纠外翻	(273)
13. 五虎	(264)	9. 脑清	(274)
14. 拳尖	(264)	10. 太阴	(274)
15. 小天星	(264)	11. 阑尾	(274)
16. 扭伤	(265)	12. 胆囊	(274)
17. 臂中	(265)	13. 陵后	(275)
18. 尺桡	(266)	14. 鹤顶	(276)
19. 泽前	(266)	15. 膝眼	(276)
20. 二白	(266)	16. 髌骨	(276)
21. 肩前	(266)	17. 百虫窝	(276)
22. 肘尖	(267)	18. 四强	(277)
23. 夺命	(268)	19. 迈步	(277)
24. 肩三针	(268)	20. 前进	(277)
		21. 为农	(277)
		22. 臀中	(278)
第5章 治疗	(279)		