

北京市高等教育精品教材《经络腧穴学》配套教材  
北京中医药大学《经络腧穴学》优秀教学团队项目  
北京中医药大学《经络腧穴学》实训教材

# 北京中医药大学

# 针灸取穴

# 特色技法详解

主编 解秸萍 程凯



全国百佳图书出版单位  
中国中医药出版社

北京市高等教育精品教材《经络腧穴学》配套教材  
北京中医药大学《经络腧穴学》优秀教学团队项目  
北京中医药大学《经络腧穴学》实训教材



# 北京中医药大学

## 针灸取穴特色技法详解

主编 解秸萍 程 凯

编委 (按姓氏笔画排序)

王朝阳 白兴华 许安平 李 瑞

秦立新 程 凯 解秸萍

中国中医药出版社

· 北 京 ·

**图书在版编目 ( CIP ) 数据**

北京中医药大学针灸取穴特色技法详解 / 解秸萍, 程凯主编. — 北京 :

中国中医药出版社, 2017.5

ISBN 978 - 7 - 5132 - 3845 - 8

I. ①北… II. ①解…②程… III. ①针灸疗法 - 选穴 IV. ①R224.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 285160 号

---

**中国中医药出版社出版**

北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层

邮政编码 100013

传真 010 64405750

山东省高唐印刷有限责任公司印刷

各地新华书店经销

开本 787×1092 1/16 印张 16 字数 360 千字

2017 年 5 月第 1 版 2017 年 5 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978 - 7 - 5132 - 3845 - 8

定价 100.00 元

网址 [www.cptcm.com](http://www.cptcm.com)

如有印装质量问题请与本社出版部调换

版权专有 侵权必究

社长热线 010 64405720

购书热线 010 64065415 010 64065413

微信服务号 zgzyycbs

书店网址 [csln.net/qksd/](http://csln.net/qksd/)

官方微博 <http://e.weibo.com/cptcm>

淘宝天猫网址 <http://zgzyycbs.tmall.com>



## 编写说明

准确的穴位定位是针灸治病的基本要求和前提，取穴准，针灸疗效可以事半功倍，相反则徒伤皮肉。如《灵枢·邪气脏腑病形》曰：“刺此者，必中气穴，无中肉节，中气穴则针游于巷，中肉节则皮肤痛。”《太平圣惠方》说：“穴点以差讹，治病全然纰缪。”可见，穴位定位准确性的重要性。故本书依据 2006 年最新国家标准《腧穴名称与定位》，采用 1:1 真人彩图，用 167 张图片对全身 362 个经穴和 46 个经外奇穴进行实体标注，使穴位位置直观易学，便于读者对照定位。同时，本书集中了北京中医药大学《经络腧穴学》课程组历代教师几十年在腧穴定位教学中的丰富经验，针对平时教学中遇到学生常出现的问题，在各穴定位下设有取穴要点详细解释取穴方法，针对一些不易定位的穴位解剖标志进行详细解说，为读者学习准确穴位定位释疑解惑，方便自学。

杨甲三教授是针灸学界的著名专家，《杨甲三取穴经验》的三边（筋边、肌边、骨边）、三间（筋间、肌间、骨间）理论，以解剖标志为主要定位方法，简便易学，定位易于掌握，在国内外享有盛誉。本书在各经取穴后附有杨甲三取穴经验，以传承我校老一辈专家的学术成就。

窦汉卿在《标幽赋》中提出“取五穴用一穴而必端，取三经用一经而可证”，指出取穴应左右与前后互参，力求审慎。本书的另一特点是对全身不同区域的穴位进行了分部列表总结，使读者对相同区域不同经脉相邻穴位之间的位置关系能够一目了然、对比学习，便于牢固记忆。特定穴在部位分布方面也有特点，故本书把各类特定穴的位置也进行了列表整理，便于读者学习特定穴的定位记忆。

《千金翼方》曰：“凡诸孔穴，名不徒设，皆有深意。”十四经穴中许多穴名带有相同的字或词，不同的字、词包含不同的含义，故本书将含相同字或词的穴名也进行列表总结，便于读者理解记忆穴位。

由于穴位众多，定位记忆困难，故本书各经后均附有腧穴定位歌赋，该歌赋是我校几代教师几十年腧穴定位教学的经验总结，朗朗上口，便于记忆。

本书力求层次清晰，条目分明，深入浅出，便于读者学习与掌握。其使用对象主要为中医院校中医学、针灸推拿学专业学生、针灸医师以及社会针灸爱好者。希望广大读者提出宝贵意见和建议，以便今后再版时不断完善。

解桔萍

2016年11月于北京



# 目 录

|                      |    |
|----------------------|----|
| 第一章 腧穴的定位方法          | 1  |
| 一、骨度分寸法              | 1  |
| 二、体表标志法              | 2  |
| 1. 固定标志法             | 2  |
| 2. 活动标志法             | 2  |
| 三、手指比量法              | 5  |
| 1. 中指同身寸             | 5  |
| 2. 拇指同身寸             | 5  |
| 3. 横指同身寸             | 5  |
| 四、简便取穴法              | 6  |
| 第二章 任脉与督脉腧穴定位        | 7  |
| 第一节 任脉腧穴定位           | 7  |
| 一、任脉腧穴定位详解           | 7  |
| 1. 会阴 Huìyīn (CV1)   | 7  |
| 2. 曲骨 Qūgǔ (CV2)     | 7  |
| 3. 中极 Zhōngjí (CV3)  | 7  |
| 4. 关元 Guānyuán (CV4) | 7  |
| 5. 石门 Shímén (CV5)   | 7  |
| 6. 气海 Qìhǎi (CV6)    | 7  |
| 7. 阴交 Yīnjiāo (CV7)  | 7  |
| 8. 神阙 Shénquè (CV8)  | 10 |
| 9. 水分 Shuǐfēn (CV9)  | 10 |
| 10. 下脘 Xiàwǎn (CV10) | 10 |



|                                |           |
|--------------------------------|-----------|
| 11. 建里 Jiànlǐ (CV11) .....     | 10        |
| 12. 中脘 Zhōngwǎn (CV12) .....   | 10        |
| 13. 上脘 Shàngwǎn (CV13) .....   | 10        |
| 14. 巨阙 Jùquè (CV14) .....      | 11        |
| 15. 鸠尾 Jiūwěi (CV15) .....     | 11        |
| 16. 中庭 Zhōngtíng (CV16) .....  | 11        |
| 17. 膻中 Dànzhōng (CV17) .....   | 11        |
| 18. 玉堂 Yùtáng (CV18) .....     | 12        |
| 19. 紫宫 Zǐgōng (CV19) .....     | 12        |
| 20. 华盖 Huágài (CV20) .....     | 12        |
| 21. 璇玑 Xuánjī (CV21) .....     | 12        |
| 22. 天突 Tiāntū (CV22) .....     | 12        |
| 23. 廉泉 Liánquán (CV23) .....   | 12        |
| 24. 承浆 Chéngjiāng (CV24) ..... | 12        |
| 二、任脉腧穴定位小结 .....               | 14        |
| 三、任脉腧穴定位歌诀 .....               | 14        |
| 四、任脉腧穴总表 .....                 | 14        |
| <b>第二节 督脉腧穴定位 .....</b>        | <b>15</b> |
| 一、督脉腧穴定位详解 .....               | 15        |
| 1. 长强 ChángQiáng (GV1) .....   | 18        |
| 2. 腰俞 Yāoshū (GV2) .....       | 18        |
| 3. 腰阳关 Yāoyángguān (GV3) ..... | 19        |
| 4. 命门 Mìngmén (GV4) .....      | 19        |
| 5. 悬枢 Xuánshū (GV5) .....      | 19        |
| 6. 脊中 Jǐzhōng (GV6) .....      | 19        |
| 7. 中枢 Zhōngshū (GV7) .....     | 19        |
| 8. 筋缩 Jīnsuō (GV8) .....       | 19        |
| 9. 至阳 Zhìyáng (GV9) .....      | 19        |
| 10. 灵台 Língtái (GV10) .....    | 19        |
| 11. 神道 Shéndào (GV11) .....    | 19        |
| 12. 身柱 Shēnzhù (GV12) .....    | 19        |
| 13. 陶道 Táodào (GV13) .....     | 20        |
| 14. 大椎 DàZhuī (GV14) .....     | 20        |
| 15. 哑门 Yǎmén (GV15) .....      | 20        |
| 16. 风府 Fēngfǔ (GV16) .....     | 20        |
| 17. 脑户 Nǎohù (GV17) .....      | 21        |
| 18. 强间 Qiángjiān (GV18) .....  | 21        |

|                               |           |
|-------------------------------|-----------|
| 19. 后项 Hòudǐng (GV19) .....   | 21        |
| 20. 百会 Bǎihuì (GV20) .....    | 22        |
| 21. 前项 Qiándǐng (GV21) .....  | 22        |
| 22. 囟会 Xìnghuì (GV22) .....   | 22        |
| 23. 上星 Shàngxīng (GV23) ..... | 22        |
| 24. 神庭 Shéntíng (GV24) .....  | 23        |
| 25. 素髎 Sùliáo (GV25) .....    | 23        |
| 26. 水沟 Shuǐgōu (GV26) .....   | 23        |
| 27. 兑端 Duìduān (GV27) .....   | 23        |
| 28. 龈交 Yínjiāo (GV28) .....   | 23        |
| 29. 印堂 Yìntáng (GV29) .....   | 24        |
| 二、督脉腧穴定位小结.....               | 25        |
| 三、督脉腧穴定位歌诀.....               | 25        |
| 四、督脉腧穴总表.....                 | 25        |
| <b>第三章 手三阴经腧穴定位</b> .....     | <b>27</b> |
| <b>第一节 手太阴肺经腧穴定位</b> .....    | <b>27</b> |
| 一、手太阴肺经腧穴定位详解 .....           | 27        |
| 1. 中府 Zhōngfǔ (LU1) .....     | 27        |
| 2. 云门 Yúnmén (LU2) .....      | 27        |
| 3. 天府 Tiānfǔ (LU3) .....      | 27        |
| 4. 侠白 Xiábái (LU4) .....      | 30        |
| 5. 尺泽 Chǐzé (LU5) .....       | 30        |
| 6. 孔最 Kǒngzuì (LU6) .....     | 30        |
| 7. 列缺 Lièquē (LU7) .....      | 31        |
| 8. 经渠 Jīngqú (LU8) .....      | 32        |
| 9. 太渊 Tàiyuān (LU9) .....     | 32        |
| 10. 鱼际 Yújì (LU10) .....      | 32        |
| 11. 少商 Shàoshāng (LU11) ..... | 33        |
| 二、杨甲三教授取穴经验.....              | 34        |
| 三、手太阴肺经腧穴定位歌诀 .....           | 34        |
| 四、手太阴肺经腧穴总表.....              | 34        |
| <b>第二节 手少阴心经腧穴定位</b> .....    | <b>35</b> |
| 一、手少阴心经腧穴定位详解 .....           | 35        |
| 1. 极泉 Jíquán (HT1) .....      | 35        |
| 2. 青灵 Qīnglíng (HT2) .....    | 36        |
| 3. 少海 Shàohǎi (HT3) .....     | 36        |



|                                |           |
|--------------------------------|-----------|
| 4. 灵道 Língdào (HT4) .....      | 37        |
| 5. 通里 Tōnglǐ (HT5) .....       | 37        |
| 6. 阴郄 Yīnxì (HT6) .....        | 37        |
| 7. 神门 Shénmén (HT7) .....      | 37        |
| 8. 少府 Shàofǔ (HT8) .....       | 38        |
| 9. 少冲 Shàochōng (HT9) .....    | 38        |
| 二、杨甲三教授取穴经验 .....              | 40        |
| 三、手少阴心经腧穴定位歌诀 .....            | 40        |
| 四、手少阴心经腧穴总表 .....              | 41        |
| <b>第三节 手厥阴心包经腧穴定位</b> .....    | <b>41</b> |
| 一、手厥阴心包经腧穴定位详解 .....           | 41        |
| 1. 天池 Tiānchí (PC1) .....      | 41        |
| 2. 天泉 Tiānquán (PC2) .....     | 41        |
| 3. 曲泽 Qūzé (PC3) .....         | 43        |
| 4. 郄门 Xìmén (PC4) .....        | 44        |
| 5. 间使 Jiānshǐ (PC5) .....      | 44        |
| 6. 内关 Nèiguān (PC6) .....      | 44        |
| 7. 大陵 Dàlíng (PC7) .....       | 44        |
| 8. 劳宫 Láogōng (PC8) .....      | 45        |
| 9. 中冲 Zhōngchōng (PC9) .....   | 45        |
| 二、杨甲三教授取穴经验 .....              | 46        |
| 三、手厥阴心包经腧穴定位歌诀 .....           | 47        |
| 四、手厥阴心包经腧穴总表 .....             | 47        |
| <b>第四章 手三阳经腧穴定位</b> .....      | <b>48</b> |
| <b>第一节 手阳明大肠经腧穴定位</b> .....    | <b>48</b> |
| 一、手阳明大肠经腧穴定位详解 .....           | 48        |
| 1. 商阳 Shāngyáng (LI1) .....    | 48        |
| 2. 二间 Èrjiān (LI2) .....       | 48        |
| 3. 三间 Sānjiān (LI3) .....      | 48        |
| 4. 合谷 Héǔ (LI4) .....          | 50        |
| 5. 阳溪 Yángxī (LI5) .....       | 51        |
| 6. 偏历 Piānlì (LI6) .....       | 51        |
| 7. 温溜 Wēnliū (LI7) .....       | 51        |
| 8. 下廉 Xiàlián (LI8) .....      | 52        |
| 9. 上廉 Shànglián (LI9) .....    | 52        |
| 10. 手三里 Shǒusānlǐ (LI10) ..... | 52        |

|                                   |           |
|-----------------------------------|-----------|
| 11. 曲池 Qūchí (LI11) .....         | 52        |
| 12. 肘髎 Zhǒuliáo (LI12) .....      | 53        |
| 13. 手五里 Shǒuwǔlǐ (LI13) .....     | 53        |
| 14. 臂臑 Bìnào (LI14) .....         | 54        |
| 15. 肩髃 Jiānyú (LI15) .....        | 54        |
| 16. 巨骨 Jùgǔ (LI16) .....          | 54        |
| 17. 天鼎 Tiāndǐng (LI17) .....      | 55        |
| 18. 扶突 Fútū (LI18) .....          | 55        |
| 19. 口禾髎 Kǒuhéliáo (LI19) .....    | 55        |
| 20. 迎香 Yíngxiāng (LI20) .....     | 56        |
| 二、杨甲三教授取穴经验.....                  | 56        |
| 三、手阳明大肠经腧穴定位歌诀 .....              | 56        |
| 四、手阳明大肠经腧穴总表.....                 | 57        |
| <b>第二节 手太阳小肠经腧穴定位.....</b>        | <b>58</b> |
| 一、手太阳小肠经腧穴定位详解 .....              | 58        |
| 1. 少泽 Shàozé (SI1) .....          | 59        |
| 2. 前谷 Qiángǔ (SI2) .....          | 59        |
| 3. 后溪 Hòuxī (SI3) .....           | 59        |
| 4. 腕骨 Wàngǔ (SI4) .....           | 60        |
| 5. 阳谷 Yángǔ (SI5) .....           | 60        |
| 6. 养老 Yǎnglǎo (SI6) .....         | 60        |
| 7. 支正 Zhīzhèng (SI7) .....        | 62        |
| 8. 小海 Xiǎohǎi (SI8) .....         | 62        |
| 9. 肩贞 Jiānzhēn (SI9) .....        | 63        |
| 10. 臑俞 Nàoshū (SI10) .....        | 64        |
| 11. 天宗 Tiānzōng (SI11) .....      | 64        |
| 12. 乘风 Bǐngfēng (SI12) .....      | 64        |
| 13. 曲垣 Qūyuán (SI13) .....        | 64        |
| 14. 肩外俞 Jiānwàishū (SI14) .....   | 65        |
| 15. 肩中俞 Jiānzhōngshū (SI15) ..... | 65        |
| 16. 天窗 Tiānchuāng (SI16) .....    | 65        |
| 17. 天容 Tiānróng (SI17) .....      | 65        |
| 18. 颧髎 Quánliáo (SI18) .....      | 66        |
| 19. 听宫 Tīngōng (SI19) .....       | 66        |
| 二、杨甲三教授取穴经验.....                  | 67        |
| 三、手太阳小肠经腧穴定位歌诀 .....              | 67        |
| 四、手太阳小肠经腧穴总表.....                 | 68        |

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| <b>第三节 手少阳三焦经腧穴定位</b> .....       | 69 |
| 一、手少阳三焦经腧穴定位详解.....               | 69 |
| 1. 关冲 Guānchōng (TE1) .....       | 69 |
| 2. 液门 Yèmén (TE2) .....           | 69 |
| 3. 中渚 Zhōngzhǔ (TE3) .....        | 69 |
| 4. 阳池 Yángchí (TE4) .....         | 69 |
| 5. 外关 Wàiguān (TE5) .....         | 69 |
| 6. 支沟 Zhīgōu (TE6) .....          | 72 |
| 7. 会宗 Huìzōng (TE7) .....         | 72 |
| 8. 三阳络 Sānyángluò (TE8) .....     | 73 |
| 9. 四渎 Sìdú (TE9) .....            | 73 |
| 10. 天井 Tiānjǐng (TE10) .....      | 73 |
| 11. 清冷渊 Qīnglíngyuān (TE11) ..... | 73 |
| 12. 消泆 Xiāoluò (TE12) .....       | 73 |
| 13. 臑会 Nàohuì (TE13) .....        | 73 |
| 14. 肩髃 Jiānliáo (TE14) .....      | 74 |
| 15. 天髃 Tiānliáo (TE15) .....      | 74 |
| 16. 天牖 Tiānyǒu (TE16) .....       | 76 |
| 17. 翳风 Yǐfēng (TE17) .....        | 76 |
| 18. 瘰脉 Chìmai (TE18) .....        | 77 |
| 19. 颅息 Lúxī (TE19) .....          | 77 |
| 20. 角孙 Jiǎosūn (TE20) .....       | 77 |
| 21. 耳门 Ěrmén (TE21) .....         | 77 |
| 22. 耳和髃 Ěrhéliáo (TE22) .....     | 78 |
| 23. 丝竹空 Sīzhúkōng (TE23) .....    | 78 |
| 二、杨甲三教授取穴经验.....                  | 79 |
| 三、手少阳三焦经腧穴定位歌诀.....               | 79 |
| 四、手少阳三焦经腧穴总表.....                 | 80 |
| <br>                              |    |
| <b>第五章 足三阳经腧穴定位</b> .....         | 81 |
| <b>第一节 足阳明胃经腧穴定位</b> .....        | 81 |
| 一、足阳明胃经腧穴定位详解.....                | 81 |
| 1. 承泣 Chéngqì (ST1) .....         | 81 |
| 2. 四白 Sìbái (ST2) .....           | 81 |
| 3. 巨髃 Jùliáo (ST3) .....          | 81 |
| 4. 地仓 Dìcāng (ST4) .....          | 81 |
| 5. 大迎 Dàiyíng (ST5) .....         | 83 |

|         |                   |    |
|---------|-------------------|----|
| 6. 颊车   | Jiáchē (ST6)      | 84 |
| 7. 下关   | Xiàguān (ST7)     | 84 |
| 8. 头维   | Tóuwéi (ST8)      | 85 |
| 9. 人迎   | Rényíng (ST9)     | 85 |
| 10. 水突  | Shuǐtū (ST10)     | 85 |
| 11. 气舍  | Qìshě (ST11)      | 86 |
| 12. 缺盆  | Quēpén (ST12)     | 87 |
| 13. 气户  | Qìhù (ST13)       | 87 |
| 14. 库房  | Kùfáng (ST14)     | 87 |
| 15. 屋翳  | Wūyì (ST15)       | 87 |
| 16. 膺窗  | Yīngchuāng (ST16) | 87 |
| 17. 乳中  | Rǔzhōng (ST17)    | 88 |
| 18. 乳根  | Rǔgēn (ST18)      | 88 |
| 19. 不容  | Bùróng (ST19)     | 88 |
| 20. 承满  | Chéngmǎn (ST20)   | 88 |
| 21. 梁门  | Liángmén (ST21)   | 88 |
| 22. 关门  | Guānmén (ST22)    | 89 |
| 23. 太乙  | Tàiyǐ (ST23)      | 89 |
| 24. 滑肉门 | Huáròumén (ST24)  | 89 |
| 25. 天枢  | Tiānshū (ST25)    | 89 |
| 26. 外陵  | Wàilíng (ST26)    | 90 |
| 27. 大巨  | Dàjù (ST27)       | 90 |
| 28. 水道  | ShuǐDào (ST28)    | 90 |
| 29. 归来  | Guīlái (ST29)     | 90 |
| 30. 气冲  | Qìchōng (ST30)    | 91 |
| 31. 髀关  | Bìguān (ST31)     | 91 |
| 32. 伏兔  | Fútù (ST32)       | 91 |
| 33. 阴市  | Yīnshì (ST33)     | 91 |
| 34. 梁丘  | Liángqiū (ST34)   | 91 |
| 35. 犊鼻  | Dúbí (ST35)       | 92 |
| 36. 足三里 | Zúsānlǐ (ST36)    | 93 |
| 37. 上巨虚 | Shàngjùxū (ST37)  | 94 |
| 38. 条口  | Tiáokǒu (ST38)    | 94 |
| 39. 下巨虚 | Xiàjùxū (ST39)    | 94 |
| 40. 丰隆  | Fēnglóng (ST40)   | 94 |
| 41. 解溪  | Jiěxī (ST41)      | 95 |
| 42. 冲阳  | Chōngyáng (ST42)  | 95 |



|                                   |           |
|-----------------------------------|-----------|
| 43. 陷谷 Xiàngǔ (ST43) .....        | 96        |
| 44. 内庭 Nèitíng (ST44) .....       | 96        |
| 45. 厉兑 Lìduì (ST45) .....         | 96        |
| 二、杨甲三教授取穴经验.....                  | 96        |
| 三、足阳明胃经腧穴定位歌诀 .....               | 97        |
| 四、足阳明胃经腧穴总表.....                  | 97        |
| <b>第二节 足太阳膀胱经腧穴定位.....</b>        | <b>99</b> |
| 一、足太阳膀胱经腧穴定位详解 .....              | 99        |
| 1. 睛明 Jīngmíng (BL1) .....        | 99        |
| 2. 攒竹 Cuánzhú (BL2) .....         | 99        |
| 3. 眉冲 Méichōng (BL3) .....        | 102       |
| 4. 曲差 Qūchā (BL4) .....           | 102       |
| 5. 五处 Wǔchù (BL5) .....           | 103       |
| 6. 承光 Chéngguāng (BL6) .....      | 103       |
| 7. 通天 Tōngtiān (BL7) .....        | 103       |
| 8. 络却 Luòquè (BL8) .....          | 104       |
| 9. 玉枕 Yùzhěn (BL9) .....          | 104       |
| 10. 天柱 Tiānzhù (BL10) .....       | 105       |
| 11. 大杼 Dàzhù (BL11) .....         | 105       |
| 12. 风门 Fēngmén (BL12) .....       | 106       |
| 13. 肺俞 Fèishū (BL13) .....        | 106       |
| 14. 厥阴俞 Juéyīnshū (BL14) .....    | 106       |
| 15. 心俞 Xīnshū (BL15) .....        | 106       |
| 16. 督俞 Dūshū (BL16) .....         | 106       |
| 17. 膈俞 Géshū (BL17) .....         | 106       |
| 18. 肝俞 Gānshū (BL18) .....        | 106       |
| 19. 胆俞 Dǎnshū (BL19) .....        | 106       |
| 20. 脾俞 Pǐshū (BL20) .....         | 106       |
| 21. 胃俞 Wèishū (BL21) .....        | 107       |
| 22. 三焦俞 Sānjiāoshū (BL22) .....   | 107       |
| 23. 肾俞 Shènsū (BL23) .....        | 107       |
| 24. 气海俞 Qìhǎishū (BL24) .....     | 107       |
| 25. 大肠俞 Dàchángshū (BL25) .....   | 107       |
| 26. 关元俞 Guānyuánshū (BL26) .....  | 107       |
| 27. 小肠俞 Xiǎochángshū (BL27) ..... | 107       |
| 28. 膀胱俞 Pángguāngshū (BL28) ..... | 107       |
| 29. 中膂俞 Zhōnglǚshū (BL29) .....   | 107       |

|         |                   |     |
|---------|-------------------|-----|
| 30. 白环俞 | Báihuánshū (BL30) | 107 |
| 31. 上髎  | Shàngliáo (BL31)  | 107 |
| 32. 次髎  | Cìliáo (BL32)     | 107 |
| 33. 中髎  | Zhōngliáo (BL33)  | 108 |
| 34. 下髎  | Xiàliáo (BL34)    | 108 |
| 35. 会阳  | Huìyáng (BL35)    | 108 |
| 36. 承扶  | Chéngfú (BL36)    | 108 |
| 37. 殷门  | Yīnmén (BL37)     | 108 |
| 38. 浮郄  | Fúxì (BL38)       | 109 |
| 39. 委阳  | Wěiyáng (BL39)    | 109 |
| 40. 委中  | Wěizhōng (BL40)   | 109 |
| 41. 附分  | Fùfēn (BL41)      | 109 |
| 42. 魄户  | Pòhù (BL42)       | 110 |
| 43. 膏肓  | Gāohuāng (BL43)   | 110 |
| 44. 神堂  | Shéntáng (BL44)   | 110 |
| 45. 谿谿  | Yìxǐ (BL45)       | 110 |
| 46. 膈关  | Géguān (BL46)     | 111 |
| 47. 魂门  | Húnmén (BL47)     | 111 |
| 48. 阳纲  | Yánggāng (BL48)   | 111 |
| 49. 意舍  | Yíshè (BL49)      | 112 |
| 50. 胃仓  | Wèicāng (BL50)    | 112 |
| 51. 肓门  | Huāngmén (BL51)   | 112 |
| 52. 志室  | Zhìshǐ (BL52)     | 112 |
| 53. 胞肓  | Bāohuāng (BL53)   | 113 |
| 54. 秩边  | Zhìbiān (BL54)    | 113 |
| 55. 合阳  | Héyáng (BL55)     | 113 |
| 56. 承筋  | Chéngjīn (BL56)   | 113 |
| 57. 承山  | Chéngshān (BL57)  | 113 |
| 58. 飞扬  | Fēiyáng (BL58)    | 113 |
| 59. 跗阳  | Fūyáng (BL59)     | 113 |
| 60. 昆仑  | Kūnlún (BL60)     | 114 |
| 61. 仆参  | Púcān (BL61)      | 114 |
| 62. 申脉  | Shēnmài (BL62)    | 114 |
| 63. 金门  | Jīnmén (BL63)     | 115 |
| 64. 京骨  | Jīnggǔ (BL64)     | 115 |
| 65. 束骨  | Shùgǔ (BL65)      | 116 |
| 66. 足通谷 | Zútōnggǔ (BL66)   | 116 |



|                                 |            |
|---------------------------------|------------|
| 67. 至阴 Zhìyīn (BL67) .....      | 116        |
| 二、杨甲三教授取穴经验.....                | 116        |
| 三、足太阳膀胱经腧穴定位歌诀 .....            | 117        |
| 四、足太阳膀胱经腧穴总表.....               | 117        |
| <b>第三节 足少阳胆经腧穴定位</b> .....      | <b>120</b> |
| 一、足少阳胆经腧穴定位详解 .....             | 120        |
| 1. 瞳子髎 Tóngzǐliáo (GB1) .....   | 120        |
| 2. 听会 Tīnghuì (GB2) .....       | 120        |
| 3. 上关 Shàngguān (GB3) .....     | 120        |
| 4. 颌厌 Hànyàn (GB4) .....        | 123        |
| 5. 悬颅 Xuánlú (GB5) .....        | 123        |
| 6. 悬厘 Xuánlí (GB6) .....        | 123        |
| 7. 曲鬓 Qūbìn (GB7) .....         | 123        |
| 8. 率谷 Shuàigǔ (GB8) .....       | 124        |
| 9. 天冲 Tiānchōng (GB9) .....     | 124        |
| 10. 浮白 Fúbái (GB10) .....       | 125        |
| 11. 头窍阴 Tóuqiàoyīn (GB11) ..... | 125        |
| 12. 完骨 Wángǔ (GB12) .....       | 125        |
| 13. 本神 Běns hén (GB13) .....    | 125        |
| 14. 阳白 Yángbái (GB14) .....     | 126        |
| 15. 头临泣 Tóulínqì (GB15) .....   | 126        |
| 16. 目窗 Mùchuāng (GB16) .....    | 126        |
| 17. 正营 Zhèngyíng (GB17) .....   | 126        |
| 18. 承灵 Chénglíng (GB18) .....   | 126        |
| 19. 脑空 Nǎokōng (GB19) .....     | 127        |
| 20. 风池 Fēngchí (GB20) .....     | 128        |
| 21. 肩井 Jiānjǐng (GB21) .....    | 129        |
| 22. 渊腋 Yuānyè (GB22) .....      | 129        |
| 23. 辄筋 Zhéjīn (GB23) .....      | 129        |
| 24. 日月 Rìyuè (GB24) .....       | 130        |
| 25. 京门 Jīngmén (GB25) .....     | 131        |
| 26. 带脉 Dàimài (GB26) .....      | 131        |
| 27. 五枢 Wǔshū (GB27) .....       | 131        |
| 28. 维道 Wéidào (GB28) .....      | 131        |
| 29. 居髎 Jūliáo (GB29) .....      | 132        |
| 30. 环跳 Huántiào (GB30) .....    | 132        |
| 31. 风市 Fēngshì (GB31) .....     | 134        |

|                                   |            |
|-----------------------------------|------------|
| 32. 中渚 Zhōngdú (GB32) .....       | 134        |
| 33. 膝阳关 Xīyángguān (GB33) .....   | 135        |
| 34. 阳陵泉 Yánglíngquán (GB34) ..... | 135        |
| 35. 阳交 Yángjiāo (GB35) .....      | 136        |
| 36. 外丘 Wàiqiū (GB36) .....        | 136        |
| 37. 光明 Guāngmíng (GB37) .....     | 136        |
| 38. 阳辅 Yángfǔ (GB38) .....        | 136        |
| 39. 悬钟 Xuánzhōng (GB39) .....     | 136        |
| 40. 丘墟 Qiūxū (GB40) .....         | 136        |
| 41. 足临泣 Zúlínqì (GB41) .....      | 136        |
| 42. 地五会 Dìwǔhuì (GB42) .....      | 137        |
| 43. 侠溪 Xiáxī (GB43) .....         | 137        |
| 44. 足窍阴 Zúqiàoyīn (GB44) .....    | 138        |
| 二、杨甲三教授取穴经验 .....                 | 138        |
| 三、足少阳胆经腧穴定位歌诀 .....               | 138        |
| 四、足少阳胆经腧穴总表 .....                 | 139        |
| <b>第六章 足三阴经腧穴定位</b> .....         | <b>141</b> |
| <b>第一节 足太阴脾经腧穴定位</b> .....        | <b>141</b> |
| 一、足太阴脾经腧穴定位详解 .....               | 141        |
| 1. 隐白 Yǐnbái (SP1) .....          | 141        |
| 2. 大都 Dàdū (SP2) .....            | 141        |
| 3. 太白 Tàibái (SP3) .....          | 141        |
| 4. 公孙 Gōngsūn (SP4) .....         | 143        |
| 5. 商丘 Shāngqiū (SP5) .....        | 143        |
| 6. 三阴交 Sānyīnjiāo (SP6) .....     | 144        |
| 7. 漏谷 Lòugǔ (SP7) .....           | 144        |
| 8. 地机 Dìjī (SP8) .....            | 144        |
| 9. 阴陵泉 Yīnlíngquán (SP9) .....    | 144        |
| 10. 血海 Xuèhǎi (SP10) .....        | 145        |
| 11. 箕门 Jīmén (SP11) .....         | 145        |
| 12. 冲门 Chōngmén (SP12) .....      | 146        |
| 13. 府舍 Fǔshè (SP13) .....         | 146        |
| 14. 腹结 Fùjié (SP14) .....         | 147        |
| 15. 大横 Dàhéng (SP15) .....        | 147        |
| 16. 腹哀 Fùāi (SP16) .....          | 147        |
| 17. 食窦 Shídòu (SP17) .....        | 147        |



|                                |            |
|--------------------------------|------------|
| 18. 天溪 Tiānxī (SP18) .....     | 148        |
| 19. 胸乡 Xiōngxiāng (SP19) ..... | 148        |
| 20. 周荣 Zhōuróng (SP20) .....   | 148        |
| 21. 大包 Dàbāo (SP21) .....      | 148        |
| 二、杨甲三教授取穴经验.....               | 149        |
| 三、足太阴脾经腧穴定位歌诀 .....            | 150        |
| 四、足太阴脾经腧穴总表.....               | 150        |
| <b>第二节 足少阴肾经腧穴定位.....</b>      | <b>151</b> |
| 一、足少阴肾经腧穴定位详解 .....            | 151        |
| 1. 涌泉 Yǒngquán (KI1) .....     | 151        |
| 2. 然谷 Rángǔ (KI2) .....        | 151        |
| 3. 太溪 Tàixī (KI3) .....        | 153        |
| 4. 大钟 Dàzhōng (KI4) .....      | 153        |
| 5. 水泉 Shuǐquán (KI5) .....     | 154        |
| 6. 照海 Zhàohǎi (KI6) .....      | 154        |
| 7. 复溜 Fùliū (KI7) .....        | 154        |
| 8. 交信 Jiāoxìn (KI8) .....      | 155        |
| 9. 筑宾 Zhùbīn (KI9) .....       | 155        |
| 10. 阴谷 Yīngǔ (KI10) .....      | 155        |
| 11. 横骨 Hénggǔ (KI11) .....     | 156        |
| 12. 大赫 Dàhè (KI12) .....       | 156        |
| 13. 气穴 Qìxué (KI13) .....      | 156        |
| 14. 四满 Sì mǎn (KI14) .....     | 156        |
| 15. 中注 Zhōngzhù (KI15) .....   | 156        |
| 16. 育俞 Huāngshū (KI16) .....   | 156        |
| 17. 商曲 Shāngqū (KI17) .....    | 157        |
| 18. 石关 Shíguān (KI18) .....    | 158        |
| 19. 阴都 Yīndū (KI19) .....      | 158        |
| 20. 腹通谷 Fùtōnggǔ (KI20) .....  | 158        |
| 21. 幽门 Yōumén (KI21) .....     | 158        |
| 22. 步廊 Bùláng (KI22) .....     | 158        |
| 23. 神封 Shénfēng (KI23) .....   | 158        |
| 24. 灵墟 Língxū (KI24) .....     | 158        |
| 25. 神藏 Shéncáng (KI25) .....   | 158        |
| 26. 彘中 Zhìzhōng (KI26) .....   | 158        |
| 27. 俞府 Shūfǔ (KI27) .....      | 158        |
| 二、杨甲三教授取穴经验.....               | 160        |