

百病手部穴位指压疗法

李华东 主编

青岛出版社

图书在版编目(CIP)数据

百病手部穴位指压疗法/李华东主编. —青岛:青岛出版社,2007.4
(穴位疗法一点通)

ISBN 978-7-5436-4024-5

I. 百... II. 李... III. 手部—穴位—按压疗法
IV. R245.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 155445 号

书 名 百病手部穴位指压疗法
主 编 李华东
丛 书 名 穴位疗法一点通
丛书主编 王锡兰 李华东 孙建光 张 程
出版发行 青岛出版社
社 址 青岛市徐州路 77 号(266071)
本社网址 <http://www.qdpub.com>
邮购电话 13335059110 (0532)80998664 传真 (0532)85814750
责任编辑 付 刚 刘晓艳
装帧设计 青岛出版设计中心·申尧
照 排 青岛达德印刷有限公司
印 刷
出版日期 2007 年 4 月第 1 版 2007 年 4 月第 1 次印刷
开 本 24 开(889mm×1194mm)
印 张 7.75
字 数 170 千
书 号 ISBN 978-7-5436-4024-5
定 价 15.00 元

编校质量、盗版监督电话 (0532)80998671

青岛版图书售出后如发现印装质量问题,请寄回青岛出版社印刷处调换。

电话 (0532)80998826



前言

手部穴位指压疗法,是中国推拿按摩疗法的一个重要组成部分,是我国广大劳动人民和历代医学家在与疾病长期斗争的医疗实践中,通过反复摸索、验证、总结所创立的一门独特的治疗方法。早在明清时期就已经盛行的小儿推拿疗法中,所运用的手部穴位就有三四十之多。手部推拿治疗小儿常见病症广泛应用于推拿临床。手部穴位指压疗法是运用一定的推拿按摩手法或按摩工具刺激手部穴位(包括手部经穴、经外奇穴、病理反射区、病理反应点、全息穴及小儿推拿专用穴等),调节人体各脏腑、组织、器官的生理功能的医疗手段,是一种无创伤、无痛苦、无副作用的自然疗法。该法具备简便、直观、易学、易掌握、易操作以及不受时间、地点、环境、设备等条件限制的优点,适合推广应用。

手部有丰富的经络穴位,人体十二经脉中,有六条经络直达手指端,通过经络的表里络属、循行交接,人体气血在经络中循环无端,这就使手部通过“内属于脏腑,外络与肢节”的经络系统与人体的四肢百骸、脏腑器官有机地联为一体。那么手部的皮肤纹理、色泽、形态就可以辨病,指压按摩手部的穴位同样也可以通过经络等联系调节相应的脏腑、组织和器官,使疾病得以康复。现代的神经理论、全息学理论等也揭示了手部指压疗法治病的机理所在。

《百病手部穴位指压疗法》一书广泛汲取了古今中外各种不同手部按摩学派的优点和长处,结合编著者多年的临床实践,全面介绍了手部按摩疗法的特点、作用原理、常用穴位、按摩注意事项和常见病症的按摩选穴和方法。本书图文并茂,通俗易懂,一册在手,方便实用。

目 录

概 述	[1]	八、指压按摩的穴位疲劳与疼痛	[40]
第一章 指压按摩常用手部反射区及穴位	[3]	九、指压按摩的手部病气辨证	[41]
一、常用手部反射区	[3]	十、病区压痛点总论	[45]
二、经穴与经外奇穴	[10]	第三章 常见病症的手部指压按摩治疗	[47]
三、手部病理反射点	[17]	感冒	[47]
四、手部全息穴位	[21]	头痛	[48]
五、小儿指压按摩常用穴位	[23]	三叉神经痛	[50]
第二章 手部指压按摩须知	[34]	枕大神经痛	[52]
一、指压按摩常用手法	[34]	血管性偏头痛	[52]
二、指压按摩工具	[36]	癫痫	[53]
三、指压按摩的时间	[36]	眩晕	[55]
四、指压按摩的力量	[36]	失眠	[56]
五、指压按摩的选穴	[37]	发热	[58]
六、指压按摩介质的使用	[37]	咳嗽	[59]
七、指压按摩的适应症和禁忌症	[38]	哮喘	[61]
		慢性支气管炎	[62]

盗汗·····	[64]	乳腺小叶增生症·····	[97]
自汗·····	[65]	痛经·····	[99]
高血压病·····	[66]	女性功能障碍·····	[100]
低血压·····	[68]	月经不调·····	[101]
冠心病·····	[69]	功能失调性子宫出血·····	[102]
心肌炎·····	[71]	白带增多症·····	[103]
动脉硬化·····	[72]	子宫脱垂·····	[105]
中风后遗症·····	[73]	慢性盆腔炎·····	[107]
面瘫·····	[75]	更年期综合征·····	[108]
呃逆·····	[76]	不孕·····	[110]
胃下垂·····	[78]	产后缺乳·····	[112]
胃及十二指肠溃疡·····	[79]	急性乳腺炎·····	[112]
慢性胃炎·····	[81]	阳痿·····	[113]
习惯性便秘·····	[81]	遗精·····	[115]
胃肠神经官能症·····	[83]	不育·····	[117]
慢性肠炎·····	[84]	前列腺肥大·····	[118]
痔疮·····	[85]	慢性前列腺炎·····	[120]
慢性胆囊炎·····	[86]	颈椎病·····	[121]
慢性肾炎·····	[88]	肩关节周围炎·····	[122]
尿石症·····	[89]	网球肘·····	[124]
甲状腺功能亢进症·····	[91]	腕管综合征·····	[125]
糖尿病·····	[92]	踝关节扭伤·····	[127]
肥胖症·····	[94]	急性腰扭伤·····	[128]
骨质疏松症·····	[96]	慢性腰肌劳损·····	[130]

腰椎退行性变	[131]	泄泻	[157]
腰椎间盘突出症	[132]	呕吐	[158]
坐骨神经痛	[134]	厌食	[159]
痤疮	[135]	积滞	[160]
荨麻疹	[137]	疳证	[160]
带状疱疹	[138]	腹痛	[162]
湿疹	[140]	便秘	[163]
银屑病	[141]	肠梗阻	[163]
神经性皮炎	[143]	脱肛	[164]
耳鸣	[145]	遗尿	[165]
慢性咽炎	[146]	尿滞留	[166]
慢性鼻炎	[148]	鹅口疮	[166]
牙痛	[149]	夜啼	[167]
假性近视	[150]	顿咳	[168]
第四章 小儿疾病手部指压按摩治疗	[153]	佝偻病	[169]
发热	[153]	第五章 手部运动与保健	[170]
咳嗽	[154]	手部运动	[170]
支气管肺炎	[155]	手部保健	[171]
哮喘	[156]		

概述

手部穴位指压疗法,是运用推拿手法在手部穴位上进行操作,从而防治全身疾病的一种自然物理疗法,是一种生物全息疗法。手部穴位又称手部反射区、全身律穴区。明·周于藩《推拿妙诀》载有“阳掌诀法”、“阴掌诀法”等,清·熊应雄的《小儿推拿广意》记有“阳掌十八穴”、“阴掌十九穴”等。手部穴位指压疗法是在此基础上,结合全息生物学理论发展而来的。如手穴中脾点在掌面拇指指间关节横纹中点,主治脾胃病。从脾点与脾土穴的关系上来看,脾点亦在脾土穴的位置上,脾点的主治为脾胃病,其功效和脾土穴相近,也是说两者内涵基本相同。指压按摩手部穴位治疗疾病的原理主要有以下几个方面。

经络腧穴相关原理:中医认为,人体气血的运行,内脏功能的发挥,脏腑之间的相互维系,内脏与体表官窍的联络等都凭借经络为其通道。即经络

在人体生理上是运行气血,沟通五脏、六腑、四肢、百骸、九窍、皮毛、筋肉等的通路,同时也是病理上感传病邪,治疗上发挥药物性能和感受针石刺激的通路。人体最重要的经络支干是十二正经和奇经八脉,其中手太阳小肠经、手阳明大肠经、手少阳三焦经起源于手指端;而手太阴肺经、手少阴心经、手厥阴心包经则以手指端为其终点。这些经络都通往特定的脏器,或司辖特定的机能。起止于手部的六条经脉又与起止于足部的另六条经脉相联络,而且经脉的循行分布多有交叉和交会关系,因此加强了手部与各个脏腑器官的联络,使全身的脏腑经络具有统一性和整体性。

腧穴是经络之气集中灌注的反应点。据初步统计,手部有50个经穴、11个经外奇穴,共61个腧穴,其中不少穴位的主治功效与同一解剖位置的手部按摩反射区的治疗作用是相近的。如少商为肺

经的井穴,因肺开窍于鼻,能治疗鼻部疾患,与鼻反射区在同一位置;少府为手少阴心经的荣穴,善治心悸、胸痛,与心反射区在同一位置。这说明经穴具有“内应脏腑,外通肢节”的功用,与手部反射区的分布和彼此的内在联系有关,这是多年来人与疾病斗争的经验总结。

按压手部反射区出现酸、麻、胀、刺、痛的感觉,与针刺“得气”的原理也是相似的,往往痛觉愈明显,说明治疗病证的针对性也愈强,效果也愈好。在手部指压按摩的处方上,也有很多与针灸腧穴的配伍是共通的,具有普遍性、特异性、双向性、协同性、拮抗性等诸多不同的配伍效应。可以认为,手部指压按摩基本上也是以经络为通道,起到促进气流畅通,协调脏腑功能,调节阴阳平衡的作用。

全息胚学说原理:生物学认为任何多细胞的生物体都由一个受精卵或起始细胞通过细胞的有丝分裂而来,由此使得生物体上任何一个相对独立的部位,都包含有较多的整体信息,可称为“全息胚”。人体的眼、耳、手、足等都是全息胚。生物全息医学是一门新兴的边缘学科,因为它揭示了人体科学中局部与整体信息传导的内在规律,在诊断治疗上都有其特殊的临床价值,所以越来越为人们所重视。生物全息医学认为,任取人体某一局部,它都完整

地排列着全身相关组织的反应点,是全身各器官的缩影。手部穴位指压疗法是生物全息原理在医学上的具体运用,而且实践证明它是较为优选的一种生物全息疗法。人的双手与其他全息胚相比,由于面积较大,包含的信息较丰富,容易辨认和掌握,而且操作简便,可以自我治疗,所以作为防病治病自我保健的一种方法,具有一定的优越性。

反射原理:人体各个系统都彼此保持密切联系、合作与协调,是依靠复杂的体液、神经等能流系统来完成的。人体的体表和内脏到处都有丰富的感受器,当感受器受到外界或体内环境的变化会引起神经传导,沿传入神经到中枢神经,中枢神经进行分析综合产生新的神经冲动,再沿传出神经传至感受器官、腺体或肌肉,使之做出相应的反应,这是神经反射的过程。手部分布着许多神经末梢构成的触觉、压觉和痛觉等感受器,它处在人体远离中枢神经的部位,其信息传递的途径是手部→脊髓→大脑,而脊髓又与各个脏腑器官连接。因此,手部存在着人体各部位、各脏器的信息,同样手部受到的刺激也可以传送到全身,起到调整其相应脏器功能的作用。例如,脾土穴作为脾点之所在,手法刺激该处能起到调整脾脏功能的作用。

第一章 指压按摩常用手部反射区及穴位

一、常用手部反射区(65个)(见图1)

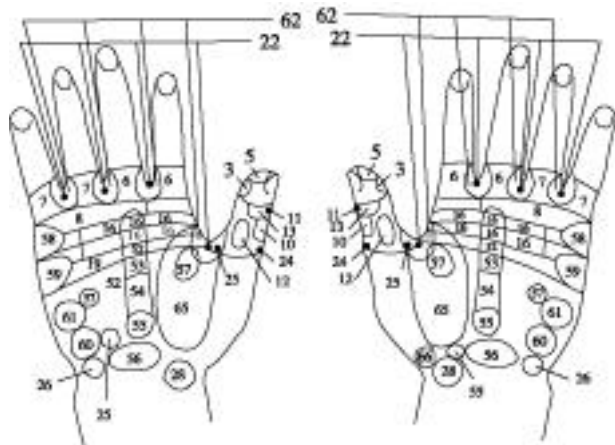


图1

1. ()

定位 双手掌侧,十指末节螺纹面均为大脑反射区。

主治 头痛、头晕、头昏、失眠、高血压、中风、脑血管病变、神经衰弱等。

2.

定位 位于双手掌面,十指顶端约1厘米范围内。左额窦反射区在右手上,右额窦反射区在左手上。

主治 前头痛、头顶痛、头晕、失眠及眼、耳、鼻、鼻窦等疾患。

3.

定位 位于双手掌侧,拇指指腹尺侧面,即拇指末节指骨体近心端1/2尺侧缘。左侧小脑、脑干反射区在右手,右侧小脑、脑干反射区在左手。

主治 头痛、眩晕、失眠、记忆力减退、震颤麻痹等。

4.

定位 位于双手拇指指腹中央,在大脑反射区

深处。

主治 各种内分泌失调的疾患,如甲状腺、甲状旁腺、肾上腺、性腺等功能失调;小儿生长发育不良,更年期综合征,骨质疏松,心脏病,高血压,低血压,贫血等。

5.

定位 位于双手掌面,拇指指腹尺侧缘远端,即拇指末节指腹远端1/2尺侧缘。左三叉神经反射区在右手上,右三叉神经反射区在左手上。

主治 偏头痛、牙痛、眼眶痛、面神经麻痹、三叉神经痛等。

6.

定位 位于双手手掌和手背第二、三指指根部。左眼反射区在右手上,右眼反射区在左手上。

主治 结膜炎、角膜炎、青光眼、白内障、近视等眼疾和眼底病变。

7.

定位 位于双手手掌和手背第四、五指指根部。左耳反射区在右手上,右耳反射区在左手上。

主治 各种耳疾(中耳炎、耳聋、耳鸣)、眩晕、晕车船等。

8. ()

定位 位于双手背侧,第三、四、五掌指关节之间,第三、四、五指根部结合部。

主治 头晕、晕车船、美尼尔综合征、耳鸣、高

血压、低血压、平衡障碍等。

9.

定位 位于双手掌侧拇指末节指腹桡侧面的中部。右鼻反射区在左手上,左鼻反射区在右手上。

主治 鼻炎、鼻窦炎、鼻出血、鼻息肉、上呼吸道感染、头痛、头晕等。

10. 、

定位 位于双手拇指近节指骨背侧中央。

主治 气管炎、咽喉炎、咳嗽、气喘、上呼吸道感染、声音嘶哑等。

11. 、

定位 双手拇指背侧,指间关节横纹的中央处。

主治 口舌生疮、味觉异常、口腔溃疡、口干唇裂、口唇疱疹等。

12.

定位 位于双手拇指近节背侧正中线肌腱的两侧,也是喉、气管反射区的两侧。

主治 扁桃体炎、上呼吸道感染、发热等。

13. 、

定位 位于双手拇指背侧,拇指指间关节横纹与上下最近皱纹之间的带状区域。横纹远侧为上颌,横纹近侧为下颌。

主治 曲池、牙周炎、牙龈炎、牙周病、牙痛、口

腔溃疡、颞下颌关节炎、打鼾等。

14.

定位 位于双手拇指近节掌侧和背侧。

主治 颈项酸痛、颈项僵硬、颈部伤筋、落枕、颈椎病、高血压、消化道疾病等。

15.

定位 位于手掌侧面,在眼、耳反射区下方,呈一横带状区域。

主治 颈、肩、背部疼痛及落枕、颈椎病等。

16. 、

定位 位于手背第二、三、四掌骨的远端。

主治 胸部疾患、各种肺病、食道病症、心脏病、乳房疾患、胸闷、乳汁不足、胸部软组织损伤、重症肌无力等。

17.

定位 位于左手尺侧,手掌及手背部第四、五掌骨之间,近掌骨头处。

主治 心脏疾病、高血压、失眠、盗汗、口舌生疮、肺部疾患等。

18. 、

定位 肺反射区位于双手掌侧,横跨第二、三、四、五掌骨,靠近掌指关节区域。支气管反射区位于中指第3近节指骨。中指根部为反射区敏感点。

主治 肺与支气管疾患(如肺炎、支气管炎、肺结核、哮喘、胸闷等)、鼻炎、皮肤病、心脏病、便秘、

腹泻等。

19. 、

定位 位于双手背侧,横跨第二、三、四、五掌骨中点的带状区域。

主治 呃逆、腹痛、恶心、呕吐等。

20.

定位 位于右手的掌侧及背侧,第四、五掌骨体中点之间。

主治 肝脏疾患(如肝区不适、肝炎、肝硬化等)、消化系统疾患(腹胀、腹痛、消化不良等)、血液系统疾病、高脂血症、肾脏疾患、眼病、眩晕、扭伤、指甲疾患等。

21.

定位 位于右手的掌侧和背侧,第四、五掌骨之间,紧靠肝反射区的腕侧近第四掌骨处。

主治 胆囊炎、胆石症、胆道蛔虫症、厌食、消化不良、高脂血症、胃肠功能紊乱、肝脏疾患、失眠、惊恐不宁、皮肤病、痤疮等。

22.

定位 双手各手指间根部凹陷处,手掌和手背侧均有头颈淋巴结反射区。

主治 治疗眼、耳、鼻、舌、口腔、牙齿等疾患,淋巴结肿大、甲状腺肿大及免疫功能低下。

23.

定位 位于双手掌侧第一掌骨近心端起至第

一、二掌骨之间,转向拇指尖方向至虎口边缘连成带状区域。转弯处为反射区敏感点。

主治 甲状腺功能亢进、甲状腺功能减退、甲状腺炎、甲状腺肿大、甲状腺性心脏病、心悸、失眠、烦躁、肥胖、小儿发育不良等。

24.

定位 双手桡侧第一掌指关节背部凹陷处。

主治 甲状旁腺功能低下或亢进、佝偻病、低钙性肌肉痉挛、心脏病、各种过敏性疾病、腹胀、白内障、心悸、失眠、癫痫等。

25.

定位 位于第一掌指关节尺侧。

主治 各种炎症、发热、囊肿、癌症、子宫肌瘤、乳腺炎、乳房或胸部肿块、胸痛、免疫力低下等。

26.

定位 位于双手背部尺侧,手背腕骨与尺骨之间的凹陷中。

主治 各种炎症、发热、囊肿、子宫肌瘤、免疫力低下、癌症等。

27.

定位 左手掌侧第四、五掌骨间(中段远端),膈反射区与横结肠反射区之间。

主治 炎症、发热、贫血、高血压、肌肉酸痛、舌炎、唇炎、食欲不振、消化不良、皮肤病等。

28.

定位 位于手背桡侧缘,手背腕骨与前臂桡骨之间的凹陷处。

主治 各种炎症、发热、水肿、囊肿、子宫肌瘤、蜂窝组织炎、免疫力低下等。

29.

定位 位于双手掌第二、三掌骨及第三、四掌骨之间,肾反射区的两侧。

主治 胃肠功能紊乱、腹胀、腹泻、胸闷、呃逆、烦躁、失眠、头痛、更年期综合征、生殖系统疾患等。

30.

定位 双手掌侧第二、三掌骨体之间,距离第二、三掌骨头1.5~2.0厘米处。

主治 肾上腺功能亢进或低下、各种感染、炎症、过敏性疾病、哮喘、风湿病、心律不齐、昏厥、糖尿病、生殖系统疾病等。

31.

定位 位于双手掌中央,相当于劳宫穴处。

主治 急慢性肾炎、肾结石、肾功能不全、尿路结石、高血压、贫血、慢性支气管炎、骨折、斑秃、眩晕、耳鸣、水肿、前列腺炎、前列腺增生等。

32.

定位 位于双手掌中部,肾反射区与膀胱反射区之间的带状区域。

主治 输尿管结石、尿路感染、肾积水、高血压、动脉硬化等。

33.
定位 位于掌下方,大小鱼际交界处的凹陷中,其下为头状骨骨面。

主治 肾、输尿管、膀胱等泌尿系统疾患。

34. ()

定位 双手掌根部腕横纹中点处。相当于手厥阴心包经之“大陵”穴。

主治 性功能低下、不孕症、不育症、月经不调、前列腺增生、子宫肌瘤等。

35. 、 、 、

定位 位于双手掌侧腕横纹中点两侧的带状区域。

主治 前列腺炎、前列腺增生、尿路感染、尿道炎、阴道炎、白带增多等生殖系统疾患。

36.

定位 位于双手掌侧腕横纹的桡侧端,桡骨头凹陷处。相当于手太阴肺经之“太渊”穴。

主治 生殖系统病变、性功能低下、前列腺增生、年老体弱等。

37. 、

定位 位于双手拇指近节指骨桡侧,赤白肉际。

主治 食管肿瘤、食道炎症、气管疾患等。

38.

定位 位于双手第一掌骨体远端。

主治 胃炎、胃溃疡、胃下垂等胃部疾患,消化不良、胰腺炎、糖尿病、胆囊疾患等。

39.

定位 位于双手胃反射区与十二指肠反射区之间,第一掌骨体中部。

主治 胰腺炎、胰腺肿瘤、消化不良、糖尿病等。

40.

定位 位于双手掌侧,第一掌骨体近端,胰反射区下方。

主治 十二指肠炎、十二指肠溃疡、食欲不振、腹胀、消化不良等。

41.

定位 位于双手掌心结肠各反射区及直肠反射区所包围的区域。

主治 小肠炎症、腹泻、肠功能紊乱、消化不良、心律失常、失眠等疾患。

42.

定位 位于双手掌侧中下部分。自右手掌尺侧手腕骨前缘起,顺右手掌第四、五掌骨间隙向手指方向上行,至第五掌骨体中段,约与虎口水平位置时转向桡侧,平行通过第四、三、二掌骨体中段,接至左手第二、三、四掌骨体中段,转至手腕方向,沿第四、五掌骨之间至腕掌关节止。包含盲肠、阑尾、回盲瓣、升结肠、横结肠、降结肠、乙状结肠、肛

管、肛门各区。

主治 腹胀、腹泻、便秘、消化不良、阑尾炎、结肠炎、腹痛、结肠肿瘤、直肠炎、乙状结肠炎、痔疮、肛裂等。

43. 、

定位 位于右手掌侧，第四、五掌骨底与腕骨结合部近尺侧。

主治 腹泻、腹胀、便秘、消化不良、阑尾炎及其术后腹痛等。

44.

定位 位于右手掌侧，第四、五掌骨底与腕骨结合部近桡侧，盲肠、阑尾反射区稍上方。

主治 下腹胀气、腹痛等。

45.

定位 位于右手掌侧，第四、五掌骨之间，掌骨关节结合部之盲肠、回盲瓣反射区至第四、五掌骨体中部，约平虎口水平之间的带状区域。

主治 腹泻、腹痛、便秘、结肠炎、结肠肿瘤等。

46.

定位 位于右手掌侧，升结肠反射区至虎口之间的带状区域；左手掌侧与右手对应的区域，其尺侧接降结肠反射区。

主治 腹泻、腹痛、便秘、结肠炎等。

47.

定位 位于左手掌侧，平虎口水平，第四、五掌

骨之间至腕骨之间的带状区域。

主治 腹泻、腹痛、便秘、结肠炎等。

48.

定位 位于左手掌侧，第五掌骨底与钩骨交接的腕掌关节处至第一、二掌骨结合部的带状区域。

主治 直肠炎、直肠癌、便秘、结肠炎、乙状结肠炎等。

49. 、

定位 位于左手掌侧，第二腕掌关节处，乙状结肠反射区的末端。

主治 肛门周围炎、痔疮、肛裂、便血、便秘、脱肛等。

50. 、

定位 双上肢前臂桡侧远端约3横指的带状区域。

主治 痔疮、肛裂、便血、便秘、脱肛等。

51.

定位 手背侧第一、二、三、四、五掌骨体均为脊柱反射区。

主治 颈椎病、落枕、背部不适、腰痛、腰肌劳损、腰椎间盘突出症等。

52.

定位 位于双手各指近节指骨背侧近桡侧及各掌骨背侧远端约占整个掌骨体的1/5。

主治 颈椎病、落枕、颈项酸痛或僵硬等。

53.

定位 位于双手背侧,各掌骨远端约占整个掌骨体的1/2。

主治 颈、肩、背部软组织损伤,循环和呼吸系统疾病引起的胸痛、胸闷等,胸椎病变。

54.

定位 位于双手背侧,各掌骨近端约占整个掌骨体的1/2。

主治 腰酸背痛、急性腰扭伤、慢性腰肌劳损、腰椎骨质增生、腰椎间盘突出症等各种腰椎病变,坐骨神经痛等。

55.

定位 位于手背侧,各腕掌关节结合处。

主治 坐骨神经痛、腰骶劳损、便秘等。

56.

定位 位于手背侧,腕背横纹区域。

主治 骶尾骨部损伤、疼痛等。

57.

定位 位于双手背侧,内侧肋骨反射区位于第二掌骨体中部偏远端的桡侧;外侧肋骨反射区位于第四、五掌骨之间,近掌骨底的凹陷中。

主治 肋骨病变、肋软骨炎、肋膜炎、胸闷、胸痛、胸膜炎、胸肋疼痛等。

58.

定位 位于第五掌指关节尺侧凹陷中。手背

部为肩前反射区,赤白肉际处为肩中部反射区,手掌部为肩后部反射区。

主治 肩关节周围炎、肩部损伤、肩峰下滑囊炎等肩部疾患。

59.

定位 位于手背侧,第五掌骨体中部尺侧处。

主治 网球肘、学生肘、矿工肘等肘部病痛,髌上滑囊炎、半月板损伤、副侧韧带损伤、增生性关节炎等膝部疾患。

60.

定位 位于双手背侧,尺骨和桡骨茎突骨面的周围。

主治 髌关节疼痛、坐骨神经痛、肩关节疼痛、腰背痛等。

61.

定位 位于第五掌骨近端尺侧缘与腕骨所形成的凹陷处。手背部为膝前部,赤白肉际处为膝两侧部,手掌部为膝后部。

主治 膝关节病变和肘关节病变。

62.

定位 位于双手各指根部近节指骨的两侧及各掌指关节结合部。手背面为颈肩后区,手掌面为颈肩前区。

主治 颈椎病、肩周炎等各种颈肩部病痛。

63.

定位 位于手掌侧,拇指指间关节横纹至腕横纹之间的区域。

主治 胸闷、咳嗽、气喘等呼吸系统病症。

64.

定位 位于手掌面,第一、二掌骨之间的椭圆形区域。

主治 消化不良,食欲不振、腹胀、腹泻、贫血、皮肤病等。

65.

定位 位于手背,第一掌骨、阳溪穴、第二掌骨所包围的区域及十指近节指骨近端 1/2 的桡侧。

主治 高血压、低血压、头痛、头昏、眩晕、呕吐、发热、胃痛、便秘等。

二、经穴与经外奇穴

1. (见图 2-1)

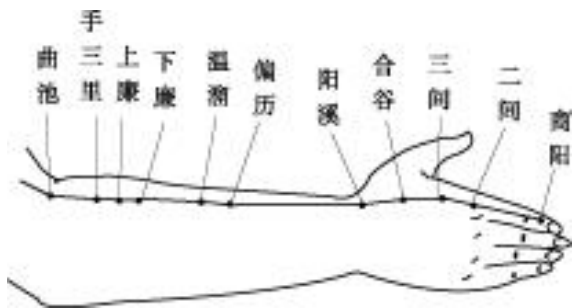


图 2-1

(1) 曲池

定位 曲肘成直角,位于肘横纹外端与肱骨外上髁连线的中点处。

主治 咽喉肿痛、齿痛、目赤肿痛、隐疹、热病、上肢不遂、手臂肿痛、腹痛、吐泻、高血压、癫狂等。

(2) 手三里

定位 位于阳溪穴与曲池穴连线上,曲池穴下 2 寸处。

主治 齿痛颊肿、上肢活动不利、腹痛、腹泻等。

(3) 上廉

定位 位于阳溪穴与曲池穴连线上,曲池穴下 3 寸处。

主治 头痛、肩臂酸痛、半身不遂、手臂麻木、肠鸣腹痛等。

(4) 下廉

定位 位于阳溪穴与曲池穴连线上,曲池穴下 4 寸处。

主治 头痛、眩晕、目痛、肘臂痛、腹胀、腹痛等。

(5) 温溜

定位 位于阳溪穴与曲池穴连线上,阳溪穴上 5 寸处。

主治 头痛、面肿、咽喉肿痛、疔疮、肩背酸痛、肠鸣腹痛等。

(6) 偏历

定位 位于阳溪穴与曲池穴连线上,阳溪穴上3寸处。

主治 目赤、耳鸣、鼻出血、喉痛、手臂酸痛、水肿等。

(7) 阳溪

定位 位于腕背横纹桡侧端,两筋之间的凹陷中(用力背屈拇指时可见)

主治 头痛、目赤肿痛、耳聋、耳鸣、齿痛、咽喉肿痛、手腕痛等。

(8) 合谷

定位 位于手背第一、二掌骨之间,约平第二掌骨中点处。

主治 头痛、目赤肿痛、鼻出血、齿痛、牙关紧闭、口眼歪斜、耳聋、腮腺炎、咽喉肿痛、热病无汗、多汗、腹痛、闭经、滞产等。

(9) 三间

定位 握拳,第二掌骨小头桡侧后凹陷中。

主治 目痛、齿痛、咽喉肿痛、身热、腹胀、肠鸣等。

(10) 二间

定位 握拳,当第二掌骨小头桡侧前凹陷中。

主治 目昏、鼻出血、齿痛、口歪、咽喉肿痛、热病等。

(11) 商阳

定位 位于食指桡侧指甲旁约0.1寸处。

主治 耳聋、齿痛、咽喉肿痛、颌痛、青光眼、手指麻木、热病、昏迷等。

2. (见图2-2)

(1) 天井

定位 屈肘,位于尺骨鹰嘴上1寸许凹陷中。



图2-2

主治 偏头痛、耳聋、癫痫等。

(2) 四渎

定位 位于尺骨鹰嘴下5寸,桡骨与尺骨之间。

主治 耳聋、咽喉肿痛、暴暗、齿痛、上臂疼痛等。

(3) 三阳络

定位 位于腕背横纹上4寸,桡骨与尺骨之间。

主治 耳聋、暴暗、齿痛、上肢疼痛等。

(4) 会宗