快速取穴图解系列丛书

Zhenjiu Zuhexue
Quanzhen Tujie

# 针灸组合穴
# 全真图解

主编 郭长青 胡 波




人民军医出版社
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

需要全本请访问 www.ertongboo

# 针灸组合穴全真图解

ZHENJIU ZUHEXUE QUANZHEN TUJIE


主　编　郭长青　胡　波

副主编　刘乃刚　张学梅　张慧方

编　者（以姓氏笔画为序）

刘乃刚　刘福水　杨淑娟　吴　凡

吴玉玲　张学梅　张慧方　陈幼楠

金晓飞　周鸯鸯　胡　波　钟鼎文

段莲花　郭长青　梁楚西　韩森宁



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北京

**图书在版编目 (CIP) 数据**

针灸组合穴全真图解／郭长青，胡波主编．— 北京：人民军医出版社，2010.6

ISBN 978-7-5091-3850-2

Ⅰ．①针… Ⅱ．①郭… ②胡… Ⅲ．①针灸疗法－穴位－图解 Ⅳ．① R224.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 094854 号

**策划编辑**：高玉婷 **文字编辑**：高玉婷 **责任审读**：余满松

**出 版 人**：齐学进

**出版发行**：人民军医出版社 **经销**：新华书店

**通讯地址**：北京市 100036 信箱 188 分箱 **邮编**：100036

**质量反馈电话**：(010) 51927290；(010) 51927283

**邮购电话**：(010) 51927252

**策划编辑电话**：(010)51927300-8020

**网址**：www.pmmp.com.cn

**印装**：三河市春园印刷有限公司

**开本**：880mm×1230mm 1/64

**印张**：2 **字数**：53 千字

**版、印次**：2010 年 6 月 第 1 版 第 1 次印刷

**印数**：0001 ～ 8000

**定价**：10.00 元

**版权所有 侵权必究**

购买本社图书，凡有缺、倒、脱页者，本社负责调换

# 内容提要

本书由北京中医药大学针灸推拿学院资深专家、教授根据多年的针灸教学实践与临床实践，精心编写而成。组合穴是由作用相同或相似的两个或两个以上穴位组成的穴组，穴组中各穴相互配合，协同发挥治疗作用，可提高疗效。本书重点描述各组合穴的穴组主治、标准定位、取穴技巧、穴位解剖、毫针刺法，并配以精美的体表图和解剖图，读者可按图准确取穴，便于组合穴的临床应用。本书可供中医院校师生，针灸教学、科研和临床工作者，外国留学生以及针灸爱好者参考使用。

# 前 言

针灸学是我国传统医学的重要组成部分，自古以来，针灸治疗以其简便、实用、有效的特点，受到历代医家的重视，为广大的人民群众解除了病痛，保障了人民健康。

针灸治疗以腧穴为根本，各种治疗措施均通过腧穴发挥作用，因此，腧穴学在针灸学中具有重要地位。组合穴是腧穴学的一个重要组成部分，是由作用相同或相似的两个或两个以上穴位组成的穴组，穴组中的穴位相互配合，协同发挥治疗作用。针灸治病不是单个穴位所能解决的，往往需要两个或几个穴位，在长期、大量的临床实践中，针灸医家不断总结经验，认识到某些穴位一起使用可以起到协同作用，提高疗效，从而形成了一些约定俗成的穴组，这样就逐渐形成了组合穴的概念。

本书整理收集了针灸古籍中的一些常用穴组，按头颈部、躯干部、四肢和全身组合穴的顺序依次进行论述。我们希望本书的出版能对组合穴的临床应用起到促进作用。

编　者

2010 年 4 月

# 目录


## 第 1 章　组合穴定位方法 /1

第一节　指寸法 /1
第二节　“骨度”折量定位法 /2

## 第 2 章　头颈部组合穴 /4

1. 四神聪、神庭、本神
——安神益智，清利头目 /4
2. 悬颅、颔厌
——聪耳开窍，散风活络 /6
3. 听会、翳风
——开窍聪耳，活络安神 /8
4. 头维、头临泣
——清利头目，安神定志 /10
5. 脑户、脑空
——清利头目，镇惊安神 /12
6. 太阳、印堂
——镇惊安神，清热疏风 /14
7. 睛明、承泣、球后
——明目退翳，祛风清热 /16
8. 地仓、颊车、下关、阳白
——祛风止痛，舒筋活络 /18
9. 廉泉、哑门
——开喑通窍，清心利咽 /20
10. 风池、天柱、大椎
——祛风解表，通利官窍 /22

11．印堂、迎香、上迎香
——通窍祛风，理气止痛 /24
12．太阳、下关、大迎
——祛风通络，消肿止痛 /26

第 3 章　躯干部组合穴 /28

1．下脘、中脘、上脘
——和胃健脾，消积化滞 /28
2．关元、气海
——培元补气，壮阳固脱，调经止带 /30
3．期门、章门、京门
——疏肝健脾，理气止痛 /32
4．神藏、璇玑
——宽胸理气，止咳平喘 /34
5．中脘、气海、膻中
——理气宽胸，降逆止呕，平喘止咳 /36
6．关元、天枢
——调中和胃，理气健脾 /38
7．膻中、期门
——疏肝解郁，理气降逆 /40
8．关元、中极、归来
——清利湿热，益肾调经 /42
9．大椎、风门、肺俞
——祛风解表，宣肺理气 /44
10．灵台、神道、心俞
——调气血，通心络，宁心神 /46
11．脾俞、胃俞、至阳
——健脾和胃，消食利湿 /48
12．膈俞、胆俞
——理气降逆，活血通脉，疏肝利胆，养阴清热 /50

13. 筋缩、肝俞
——舒筋壮阳，理气解郁 /52
14. 肝俞、命门
——固精壮阳，培元补肾 /54
15. 肾俞、命门、腰阳关
——补益下元，强壮腰肾 /56
16. 膀胱俞、肾俞
——益肾强腰，壮阳利水 /58
17. 大肠俞、秩边
——舒筋通络，强健腰膝，疏调下焦 /60
18. 小肠俞、白环俞
——调理下焦，通调二便 /62
19. 次髎、胞肓
——补益下元，清热利湿，舒筋活络 /64
20. 腰俞、腰阳关
——补肾调经，强健筋骨 /66

第 4 章 四肢部组合穴 /68

1. 肩髃、肩髎
——通利关节，祛风除湿 /68
2. 尺泽、曲泽
——清肺泻热，补益心气，通经活络 /70
3. 曲池、合谷
——清热解表，镇静止痛 /72
4. 阳溪、阳池、阳谷
——清热散风，舒筋利节 /74
5. 内关、郄门
——理气止痛，宁心安神，和胃降逆 /76
6. 内关、神门、大陵
——宁心安神，宽胸理气 /78

7. 列缺、太渊
——祛风散邪，止咳化痰 /80
8. 手五里、臂臑
——理气散结，祛风通络 /82
9. 鱼际、液门
——解表清热，宣肺利咽 /84
10. 阴郄、后溪
——清利头目，安神定志，固表止汗 /86
11. 金门、仆参
——舒筋活络，清脑安神 /88
12. 环跳、承扶
——祛风湿，利腰腿 /90
13. 阴市、风市
——祛风除湿，调理气血 /92
14. 阳陵泉、足三里
——健脾和胃，扶正培元，通络止痛 /94
15. 阳陵泉、曲池
——清热熄风，消肿止痛 /96
16. 合谷、太冲
——调畅气机，活血止痛 /98
17. 委中、承山
——舒筋活络，调理肠腑 /100
18. 委中、曲泽
——开窍启闭，凉血泄热，祛瘀通经，清热解毒 /102

第 5 章　全身组合穴 /104

1. 中脘、内关、足三里
——理气和胃，降逆止呕 /104
2. 天枢、上巨虚
——调和肠胃，通经活络 /106

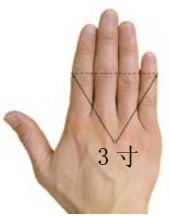
3. 内关、膻中
——宽胸理气，镇心安神 /108
4. 太冲、期门
——平肝潜阳，宽胸理气 /110
5. 天柱、昆仑
——舒筋活络，清利头目 /112
6. 肾俞、太溪
——滋阴益肾，培土固本 /114

# 第 1 章　组合穴定位方法

## 第一节　指寸法

指寸法，是用手指局部的长度代表身体局部的长度而选取穴位的方法，又称“手指比量法”或“同身寸法”。

1. **横指同身寸法**　又称“一夫法”。将食、中、无名、小指相并拢，以中指中节横纹处为准，量取四横指之宽度，定为 3 寸。此法多用于腹、背部及下肢部的取穴。



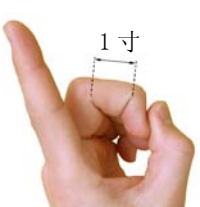
一夫法

2. **拇指同身寸法**　将拇指伸直，横置于所取部位的上下，以拇指的指间关节的宽度为 1 寸，来量取穴位。



拇指同身寸法

3. **中指同身寸法**　将患者的中指屈曲，以中指指端抵在拇指指腹，形成一环状，将食指伸直，显露出中指的桡侧面，取其中节两端横纹头之间的长度，即为同身之 1 寸。这种方法较适用于四肢及脊背横量取穴。



中指同身寸法

# 第二节　“骨度”折量定位法

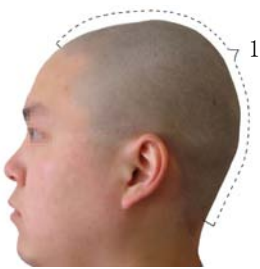
现代常用的“骨度”折量定位法是根据《灵枢·骨度》，并在长期医疗实践中经过修改和补充而来的，详见下表。

常用“骨度”表

| 部　位 | 起止点 | 折量分寸 |
| --- | --- | --- |
| 头部 | 前发际正中至后发际正中 | 12 寸 |
| | 前额两发角之间 | 9 寸 |
| | 耳后两乳突之间 | 9 寸 |
| 胸腹部 | 胸骨上窝（天突）至胸剑联合中点（歧骨） | 9 寸 |
| | 歧骨至脐中 | 8 寸 |
| | 脐中至耻骨联合上缘（曲骨） | 5 寸 |
| | 两乳头之间 | 8 寸 |
| 身侧部 | 腋窝顶点至第 11 肋游离端（章门） | 12 寸 |
| | 季胁以下至股骨大转子（髀枢） | 9 寸 |
| 上肢部 | 腋前、后纹头至肘横纹 | 9 寸 |
| | 肘横纹至腕横纹 | 12 寸 |
| 下肢部 | 耻骨联合上缘至股骨内上髁上缘 | 18 寸 |
| | 胫骨内侧髁下方至内踝尖 | 13 寸 |

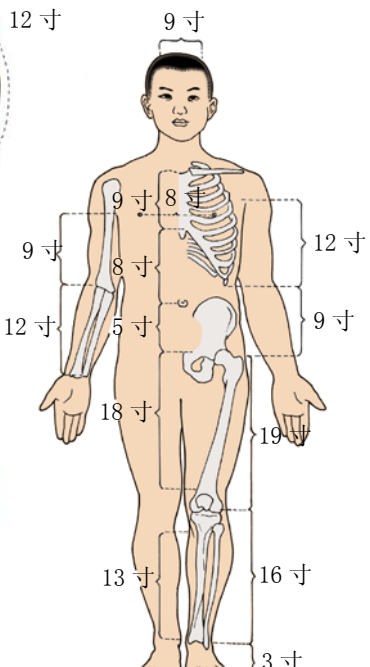
（续表）

| 部　位 | 起止点 | 折量分寸 |
| --- | --- | --- |
| 下肢部 | 股骨大转子至腘横纹 | 19 寸 |
| | 腘横纹至外踝尖 | 16 寸 |
| | 外踝尖至足底 | 3 寸 |









# 第 2 章　头颈部组合穴

## 1. 四神聪、神庭、本神——安神益智，清利头目

穴组主治：头晕，癫狂，失眠，抑郁，脏躁，以及各种原因导致的智力障碍、头痛等。

### 四神聪

[ 标准定位 ] 在头部，百会前、后、左、右各旁开 1 寸，共 4 穴。

[ 取穴技巧 ] 正坐或仰卧位，先取头部前、后正中线与耳郭尖连线的交叉点（百会穴），再从此点向前、后、左、右各旁开 1 寸处取穴。

[ 穴位解剖 ] 皮肤→皮下组织→帽状腱膜→腱膜下疏松结缔组织→骨膜（矢状缝）。

[ 毫针刺法 ] 平刺，针尖向百会方向；或向四周进针 0.5 ～ 0.8 寸。

### 神庭

[ 标准定位 ] 在头部，前发际正中直上 0.5 寸。

[ 取穴技巧 ] 正坐或仰卧位，前发际正中直上 0.5 寸处取穴。

[ 穴位解剖 ] 皮肤→皮下组织→枕额肌→腱膜下结缔组织→骨膜。

[ 毫针刺法 ] 平刺 0.3 ～ 0.5 寸，局部胀痛。

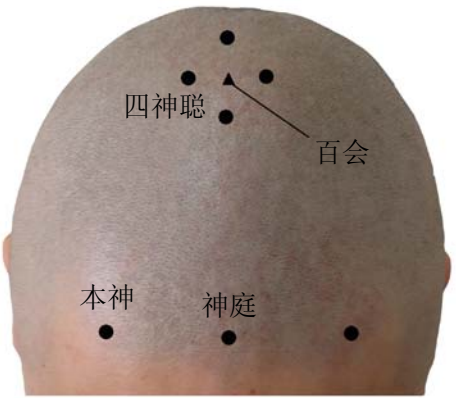
### 本神

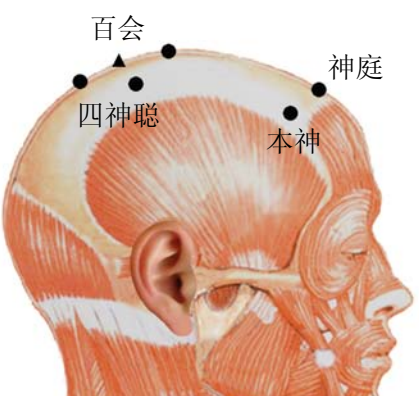
[ 标准定位 ] 在头部，前发际上 0.5 寸，神庭旁开 3 寸。

[ 取穴技巧 ] 正坐或卧位取穴。在头部，前发际内 0.5 寸，先取神庭穴（督脉），再旁开 3 寸，神庭与头维连线的内 2/3 与外 1/3 的交点处取穴。

[ 穴位解剖 ] 皮肤→皮下组织→枕额肌→帽状腱膜下结缔组织→骨膜（额骨）。

[ 毫针刺法 ] 平刺 0.5 ～ 0.8 寸，局部酸胀。


四神聪
百会
本神
神庭


百会
神庭
四神聪
本神

## 2. 悬颅、颔厌——聪耳开窍，散风活络

穴组主治：偏头痛，眩晕，耳鸣，耳聋。

### 悬颅

[标准定位] 在头部，从头维至曲鬓的弧形连线的中点处。

[取穴技巧] 正坐仰靠或侧伏，先定头维和曲鬓，如从头维向曲鬓凸向前作一弧线，于弧线之中点定悬颅。

[穴位解剖] 皮肤→皮下组织→颞筋膜→颞肌。

[毫针刺法] 平刺 0.5 ～ 0.8 寸，局部酸胀。

### 颔厌

[标准定位] 在头部，从头维至曲鬓的弧形连线的上 1/4 与下 3/4 的交点处。

[取穴技巧] 正坐仰靠或侧伏，先定头维和曲鬓，从头维向曲鬓凸向前作一弧线，于弧线之中点定悬颅，再在头维与悬颅之间取颔厌。试作咀嚼食物状，其处随咀嚼而微动。

[穴位解剖] 皮肤→皮下组织→颞筋膜→颞肌。

[毫针刺法] 平刺 0.3 ～ 0.5 寸，局部酸胀。


头维
颔厌
悬颅
曲鬓
头维
颔厌
悬颅
曲鬓