

人体特效穴位

使用手册

(第二版)

张永臣 贾红玲 编著



科学出版社

人体特效穴位使用手册

第三版

张永臣 贾红玲 编著

科学出版社

北 京

内 容 简 介

本书介绍了穴位的基本知识、常用针灸和推拿操作方法、190个常用特效穴位和110种常见疾病的治疗处方。对于190个穴位,介绍了这些穴位的经脉归属、取法、主治、临床配穴、操作使用方法。本书之特点是语言简洁、层次分明、编排形式新颖、图文并茂、真人照片展示,本书之目的是切合实用,使读者能够准确找到穴位,并使用好操作方法,既能防病、治病,又能在生活中做好预防、保健。

本书适应于针灸医师、中医爱好者、家庭自疗者、普通大众等参考使用。

图书在版编目(CIP)数据

人体特效穴位使用手册 / 张永臣, 贾红玲编著. —

3版. —北京: 科学出版社, 2014.7

ISBN 978-7-03-041371-0

I. ①人… II. ①张… ②贾… III. ①穴位疗法—手册 IV. ①R245.9-62

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第150566号

责任编辑: 潘志坚 朱 灵/封面设计: 殷 靓

责任印制: 谭宏宇

科学出版社出版

北京东黄城根北街16号

邮政编码: 100717

<http://www.sciencep.com>

江苏省句容市排印厂印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2009年5月第 一 版 开本: 787×1092 1/16

2014年7月第 三 版 印张: 15 3/4 插页: 1

2014年7月第六次印刷 字数: 345000

定价: 29.80 元

承



宏 繼

揚 岐

靈 黃

扁

壽山人張燦印書



第三版序

针灸医学为我国传统医学中一颗璀璨的明珠，历经发展与完善，已经形成了较为完整的理论体系，以“应用方便、易于操作、疗效肯定”的特点，在人们的医疗、保健和生活中越来越发挥着重要的作用。今我校张永臣、贾红玲两位教授，勤于学习，善于思考，精于临床，据20余年所学、所得，编著成《人体特效穴位使用手册》一书，先述穴位、针法、灸法、按摩、拔罐、穴位敷贴、刺血等针灸操作技能，后举常见病症之治法，内容简明扼要、通俗易懂，全书图文并茂，易学易用。书成之后，一版再版，现又三版，说明本书得到了读者的认可，桃李不言，下自成蹊。然学海无边，书囊无底，小荷才露漏尖角，望继续研读针灸经典，多多总结临证经验，以不断提高针灸医术，解除大众之疾苦；同时也望在临证之余，笔耕不辍，写出更好、更多的针灸书籍，为针灸技术的普及和推广，为针灸学术的发展继续努力。

兹为嘉其好学，略述数语，以资鼓励。

吴富东

中国针灸学会副会长

山东中医药大学教授、博士研究生导师

2014年端午节于济南

第三版前言

本书自 2009 年 5 月出版以来，多次重印，深受广大读者的欢迎和厚爱，期间于 2010 年进行了修订、再版，现再次应读者的要求和建议，进行第三版的修订。读者对此书的肯定，使我们深感欣慰，也深受鼓舞，同时感到更应该对读者负责。

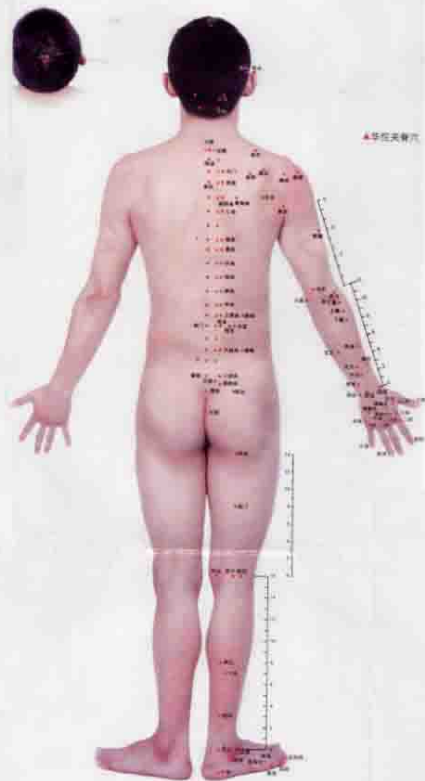
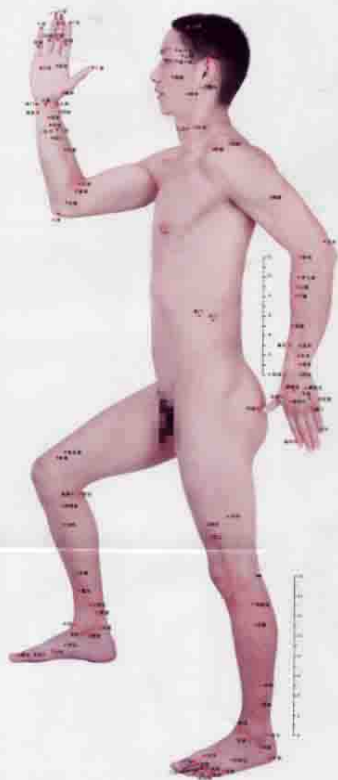
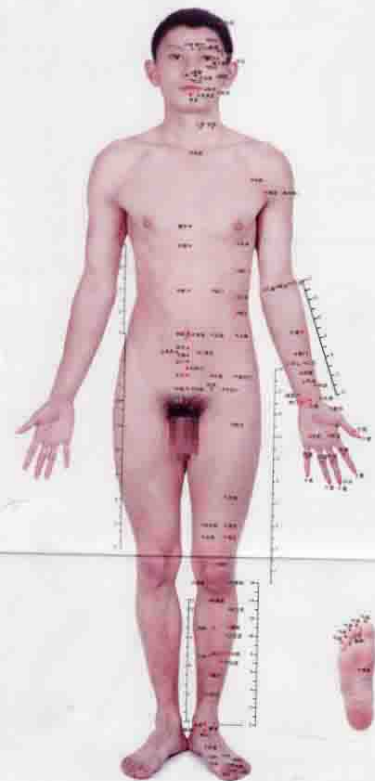
这次修订对版式进行了重新设计，各级标题整齐划一，更便于读者阅读；内容上对部分字句、医学术语进行了规范或修改，部分图片重新制作，并根据病症需要酌情增减，以使图片更加清晰而全面；书中的彩色挂图也重新进行设计，增加了十四经脉循行图，并以简练的文字进行概述。总之，第三版的本书将更加切于临床医疗和预防保健，读者能够从中快速掌握常用特效穴位的定位、功能、主治和针刺、艾灸、拔罐、推拿、脐疗、药物敷贴、刺血等针灸实用操作技术，用于常见疾病的治疗，可以取得较好的、快捷的疗效。书中配有真人实体图片，也易于学习和掌握针灸知识，可用于家庭保健、常见病的预防，即“不治已病治未病”，达到提高生活质量、延年益寿的目标。

本书的出版得到了科学出版社的大力支持和帮助，为此书付出了辛勤的汗水。在编写过程中，承蒙杨传义、牛跃跃、谢磊、李树国、张春晓协助；书中引用、参考了俞大方等的《推拿学》、王启才等的《针灸治疗学》等不少学者的资料和书籍；国医大师、山东中医药大学终身教授张灿理为本书题字，在此谨致衷心地感谢！感谢辛勤培养我们多年的业师刘玉檀教授、国培教授、吴富东教授、单秋华教授和田思胜教授。

我们希冀修订后的本书能够成为针灸医师、基层和社区医务工作者以及广大中医爱好者、患者朋友、普通读者的有益参考书，并为弘扬祖国医学，普及和推广针灸技术，对人民的健康作出应有的贡献。通过这次修订，虽然在质量方面有所提高，但由于我们水平有限，难免有误，恳请广大读者批评指正！

张永臣 贾红玲

2014 年端午节于济南领秀城蚕斋



A. 穴位图



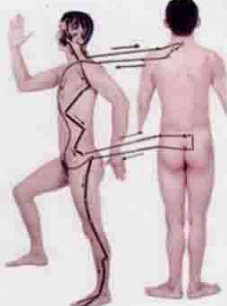
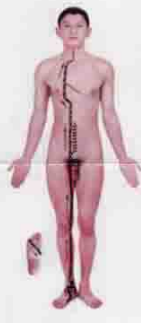
他除了去參加音樂會、歌劇之外，也去參加各種社交活動，與社會名流、音樂家們建立一些廣泛的交際圈。三十多歲的他便成為一個頗有名氣的人。他不但以歌星的身份享譽各大城市，也以大明星的身分參加一些社交、宴會、舞會、晚宴等等。每晚一、兩點鐘，他總要參加一個舞會，舞會之後，便是一個小酒會，酒會之後，

[illegible]

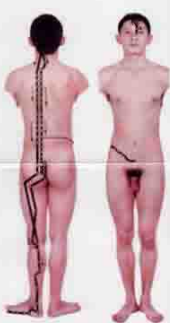
1. 凡有...
 2. 凡有...
 3. 凡有...
 4. 凡有...
 5. 凡有...
 6. 凡有...
 7. 凡有...
 8. 凡有...
 9. 凡有...
 10. 凡有...



《文苑英華》卷一百一十一、一百一十二、一百一十三、一百一十四、一百一十五、一百一十六、一百一十七、一百一十八、一百一十九、一百二十、一百二十一、一百二十二、一百二十三、一百二十四、一百二十五、一百二十六、一百二十七、一百二十八、一百二十九、一百三十、一百三十一、一百三十二、一百三十三、一百三十四、一百三十五、一百三十六、一百三十七、一百三十八、一百三十九、一百四十、一百四十一、一百四十二、一百四十三、一百四十四、一百四十五、一百四十六、一百四十七、一百四十八、一百四十九、一百五十、一百五十一、一百五十二、一百五十三、一百五十四、一百五十五、一百五十六、一百五十七、一百五十八、一百五十九、一百六十、一百六十一、一百六十二、一百六十三、一百六十四、一百六十五、一百六十六、一百六十七、一百六十八、一百六十九、一百七十、一百七十一、一百七十二、一百七十三、一百七十四、一百七十五、一百七十六、一百七十七、一百七十八、一百七十九、一百八十、一百八十一、一百八十二、一百八十三、一百八十四、一百八十五、一百八十六、一百八十七、一百八十八、一百八十九、一百九十、一百九十一、一百九十二、一百九十三、一百九十四、一百九十五、一百九十六、一百九十七、一百九十八、一百九十九、二百。

[illegible][illegible]

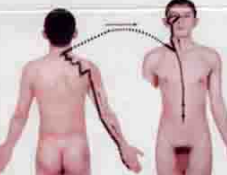
在《天方夜譚》中，有一篇名為「阿拉伯的夜」，這篇故事是關於一個阿拉伯的王子，他因為一個錯誤的決定，而被關進了一個地牢。在牢中，他遇到了一個美麗的公主，他們之間發生了一段感人的愛情故事。這篇故事是《天方夜譚》中最受歡迎的一篇之一。

[illegible][illegible]

有知不足者——知不足——知不足——知不足——知不足。
 有知不足者——知不足——知不足——知不足——知不足。



這本詩集以「古風」為題，收錄了許多古風詩，如「古風一首」、「古風一首」、「古風一首」等，這些詩都是作者根據古風詩的風格和內容，創作的現代詩。

[illegible][illegible][illegible]

目 录

作者简介
第三版序
第三版前言

第一章 穴 位

- | | |
|---------------|----------------------|
| 你知道穴位吗 / 2 | 体表标志法 / 5 |
| 什么是穴位 / 2 | 骨度分寸定位法 / 8 |
| 人体穴位究竟有多少 / 2 | 手指比量法（手指同身寸取穴法） / 11 |
| 穴位有什么作用 / 3 | 简便取穴法 / 11 |
| 如何取穴定位 / 5 | |

第二章 常用的治疗手法

- | | |
|-----------------|------------------|
| 毫针刺法 / 14 | 行针与得气 / 17 |
| 进针法 / 14 | 常用的单式针刺补泻手法 / 19 |
| 针刺角度、方向及深度 / 16 | 留针与出针 / 20 |
| 灸法 / 21 | |
| 艾炷灸 / 21 | 温针灸 / 25 |
| 艾条（卷）灸 / 25 | 温灸器灸 / 25 |
| 拔罐法 / 26 | |
| 操作方法 / 27 | 起罐法 / 29 |
| 实际应用 / 28 | |
| 常用推拿按摩手法 / 29 | |
| 一指禅推法 / 30 | 拿法 / 31 |
| 推法 / 30 | 按法 / 31 |

- 揉法 / 32
- 擦法 / 32
- 滚法 / 33
- 弹拨法 / 33
- 捏法 / 34
- 搓法 / 34
- 抹法 / 34
- 摩法 / 35
- 药物贴敷法 (穴位贴敷疗法) / 39
 - 贴敷选穴 / 39
 - 调和剂的选择 / 39
 - 方药的选择 / 39
- 注意事项和操作禁忌 / 41
- 抖法 / 35
- 点法 / 35
- 捻法 / 36
- 拍法 / 36
- 摇法 / 36
- 拔伸法 / 38
- 分筋、理筋手法 / 38
- 常用的单味中药贴敷 / 40
- 贴敷后的固定与贴敷时间 / 41
- 适应范围 / 41

第三章 常用的特效穴位

头面颈项部 / 44

- | | | |
|----------|---------|----------|
| 百会 / 44 | 阳白 / 46 | 夹承浆 / 48 |
| 头维 / 44 | 攒竹 / 46 | 颧髎 / 48 |
| 角孙 / 44 | 素髎 / 47 | 翳风 / 49 |
| 瞳子髎 / 45 | 四白 / 47 | 颊车 / 49 |
| 鱼腰 / 45 | 迎香 / 47 | 风池 / 49 |
| 丝竹空 / 45 | 水沟 / 47 | 天柱 / 50 |
| 印堂 / 45 | 地仓 / 48 | 人迎 / 50 |
| 太阳 / 46 | 承浆 / 48 | 扶突 / 50 |

上肢部 / 51

- | | | |
|----------|---------|---------|
| 肩髃 / 51 | 阳池 / 54 | 鱼际 / 58 |
| 臂臑 / 51 | 中渚 / 54 | 少商 / 58 |
| 曲池 / 51 | 关冲 / 55 | 曲泽 / 58 |
| 手三里 / 51 | 肩前 / 55 | 郄门 / 58 |
| 温溜 / 52 | 肩贞 / 55 | 间使 / 59 |
| 偏历 / 52 | 小海 / 55 | 内关 / 59 |
| 阳溪 / 52 | 养老 / 56 | 大陵 / 59 |
| 合谷 / 52 | 后溪 / 56 | 劳宫 / 60 |
| 商阳 / 53 | 少泽 / 56 | 中冲 / 60 |
| 肩髎 / 53 | 尺泽 / 57 | 少海 / 60 |
| 天井 / 53 | 孔最 / 57 | 通里 / 60 |
| 支沟 / 54 | 列缺 / 57 | 神门 / 61 |
| 外关 / 54 | 太渊 / 57 | 少冲 / 61 |

- 二白 / 61
 腰痛点 (威灵、精灵) / 61
 胸腹部 / 63
 天突 / 63
 膻中 / 63
 中府 / 63
 乳根 / 63
 中脘 / 64
 神阙 / 64
 气海 / 64
 关元 / 65
 中极 / 65
 背腰骶部 / 69
 大椎 / 69
 陶道 / 70
 定喘 / 70
 肩井 / 70
 天宗 / 70
 秉风 / 71
 曲垣 / 71
 风门 / 71
 肺俞 / 71
 厥阴俞 / 72
 心俞 / 72
 下肢部 / 78
 髀关 / 78
 伏兔 / 79
 阴市 / 79
 梁丘 / 79
 犊鼻 / 79
 足三里 / 80
 阑尾 / 80
 上巨虚 / 80
 条口 / 80
 丰隆 / 81
 下巨虚 / 81
 解溪 / 81
 内庭 / 81
 厉兑 / 82
 外劳宫 (落枕穴) / 62
 八邪 / 62
 盲俞 / 65
 大赫 / 66
 梁门 / 66
 天枢 / 66
 水道 / 66
 归来 / 67
 大横 / 67
 期门 / 67
 日月 / 67
 膈俞 / 72
 胃脘下俞 (胰俞) / 72
 肝俞 / 73
 胆俞 / 73
 脾俞 / 73
 胃俞 / 73
 三焦俞 / 74
 肾俞 / 74
 大肠俞 / 74
 小肠俞 / 75
 膀胱俞 / 75
 环跳 / 82
 风市 / 82
 阳陵泉 / 83
 胆囊 / 83
 光明 / 83
 悬钟 / 84
 丘墟 / 84
 足临泣 / 84
 侠溪 / 84
 足窍阴 / 85
 承扶 / 85
 殷门 / 85
 委阳 / 85
 委中 / 86
 四缝 / 62
 十宣 / 62
 章门 / 68
 京门 / 68
 胃上 / 68
 三角灸 / 68
 利尿穴 / 68
 提托穴 / 69
 子宫穴 / 69
 次髎 / 75
 膏肓 / 76
 志室 / 76
 秩边 / 76
 夹脊穴 / 76
 命门 / 77
 长强 / 77
 痞根 / 77
 精宫 / 77
 腰眼 / 78
 督骶 / 78
 承山 / 86
 飞扬 / 86
 跗阳 / 87
 昆仑 / 87
 仆参 / 87
 申脉 / 87
 束骨 / 88
 至阴 / 88
 血海 / 88
 百虫窝 / 88
 鹤顶 / 89
 内膝眼 / 89
 阴陵泉 / 89
 地机 / 89

三阴交 / 90
商丘 / 90
公孙 / 90
太白 / 91
隐白 / 91
曲泉 / 91
中都 / 91

蠡沟 / 92
中封 / 92
太冲 / 92
行间 / 93
大敦 / 93
阴谷 / 93
复溜 / 93

照海 / 94
太溪 / 94
然谷 / 94
涌泉 / 94
八风 / 95
独阴 / 95
气端 / 95

第四章 常见病的治疗取穴

内科病证 / 98

感冒 / 98
咳嗽 / 99
哮喘 / 100
胃痛 / 101
胃下垂 / 103
呕吐 / 104
呃逆 / 106
泄泻 / 108
便秘 / 110
脱肛 / 111
胁痛 / 112
中风 / 113
头痛 / 117
眩晕 / 119

高血压病 / 121
贫血 / 123
心悸 / 124
嗜睡 / 125
失眠 / 126
自汗、盗汗 / 127
痴呆症 / 129
癔病 / 131
痫证 / 132
颤证 / 134
痹证 / 135
痿证 / 137
水肿 / 138
尿潴留 / 161

淋证 / 142
尿失禁 / 143
阳痿 / 144
阴茎异常勃起 / 146
阳缩 / 147
遗精 / 148
男性不育 / 149
糖尿病 / 150
单纯性肥胖症 / 151
癭病 / 153
面瘫 / 154
面肌痉挛（面风） / 156
面痛（三叉神经痛） / 157

骨伤外科、皮肤科病证 / 159

颈椎病 / 159
落枕 / 160
肩周炎 / 161
网球肘 / 162
腱鞘囊肿 / 163
腱鞘炎 / 164
腰痛 / 165
急性腰扭伤 / 166
急性踝关节扭伤 / 167

外伤性截瘫 / 168
足跟痛 / 169
颞颌关节紊乱综合征 / 170
乳腺炎 / 171
乳腺增生病 / 172
血栓闭塞性脉管炎 / 174
痔疮 / 175
荨麻疹 / 177
带状疱疹 / 178

痤疮 / 179
雀斑 / 180
黄褐斑 / 181
皮肤瘙痒症 / 182
牛皮癣 / 183
斑秃 / 184
扁平疣 / 185

妇科病证 / 187

更年期综合征 / 187
经前期紧张综合征 / 188
月经不调 / 189

闭经 / 190
痛经 / 192
带下病 / 193

胎位不正 / 195
产后恶露不止 / 195
产后乳汁不足 / 196

- 子宫脱垂 / 197
- 眼耳鼻喉科病证 / 199
 - 耳聋、耳鸣 / 199
 - 麦粒肿 / 201
 - 近视 / 202
 - 斜视 / 203
- 儿科病证 / 209
 - 小儿惊风 / 209
 - 小儿泄泻 / 211
 - 小儿遗尿 / 212
- 其他病证 / 220
 - 戒烟综合征 / 220
 - 戒酒综合征 / 221
- 急症 / 226
 - 昏厥 / 226
 - 虚脱 / 228
 - 高热 / 229
 - 中暑 / 229
- 不孕症 / 198
- 青光眼 / 204
- 眼睑下垂 / 205
- 眼睑瞤动 / 206
- 鼻渊 / 207
- 牙痛 / 208
- 咽喉肿痛 / 208
- 小儿疳积 / 214
- 小儿厌食 / 215
- 小儿脑瘫 / 216
- 小儿多动症 / 218
- 小儿斜颈 / 219
- 戒毒综合征 / 222
- 慢性疲劳综合征 / 223
- 竞技紧张综合征 / 224
- 延缓衰老 / 224
- 抽搐 / 232
- 心绞痛 / 233
- 胃肠痉挛 / 234
- 胆绞痛 / 234
- 肾绞痛 / 236

| 人体特效穴位使用手册 |

第一章

穴 位



你知道穴位吗

什么是穴位

穴位，俗称“穴道”，又称“腧穴”、“孔穴”、“气穴”等，是人体脏腑经络气血输注于体表的部位，也是脉气所发的孔道；是疾病的反应点，也是针灸推拿等治疗方法的刺激点。人体的穴位很多，大体可分为经穴（又称十四经穴）、奇穴（又称经外奇穴）、阿是穴（又称“不定穴”、“天应穴”）、耳穴四大类。

经穴 凡是归属于十二经脉与任脉、督脉的穴位，称为“经穴”。

奇穴 凡是十四经穴以外，名称、位置固定，有奇特疗效的一类穴位，称为“奇穴”。

阿是穴 凡是以病变局部或的与病变相关的压痛点、敏感点、阳性反应点（如结节、条索状等）作为针灸推拿手法施治部位的一类穴位，因按压患者这类部位，患者会不自主发出“啊”的声音，故名“阿是穴”。三类穴位比较见表1-1-1。

表 1-1-1 三类穴位比较

穴位特点	确定的名称	固定的位置	明确的归属经脉	主治范围
经 穴	有	有	有	广 泛
奇 穴	有	有	无	有奇效
阿是穴	无	无	无	局 部

耳穴 凡是分布在耳郭上的穴位，称为耳穴。“耳者，宗脉之所聚也”，耳与脏腑、经络有着密切的关系，人体各部分的生理病理变化都能在耳郭上有所反应，故而耳穴可以协助诊断疾病和治疗疾病。耳穴是在传统穴位的基础理论指导下发展起来的。1957年法国医学博士发表了形如胚胎倒影的比较完整的耳穴图，其上记载耳穴40多个，1992年我国的《中华人民共和国国家标准·耳穴名称与部位》[GB/T13734-92]，规定了92个耳穴的名称和部位。

人体穴位究竟有多少

历代医籍文献对于穴位的记载很多，且说法各异。战国时期的《黄帝内经》记载的经穴约160个；晋代皇甫谧的《针灸甲乙经》记载经穴349个，《备急千金要方》记载奇穴187个；明代杨继洲的《针灸大成》记载经穴359个，奇穴35个；清代李学川的《针灸逢源》记载经穴361个，廖鸿运的《针灸集成》记载奇穴144个。1989年，世界卫生组织（WHO）经过全球性的国际标准针灸穴名科学组会议，确定经穴有361个，奇穴有48个；1990年6月，我国的《中华人民共和国国家标准·经穴部位》[GB12346-90]，确定经穴为361个，奇穴为48个。王华主编的《针灸学》确定经穴为362个，奇穴为40个。

本书主要介绍常见实用的、特效的160个经穴，30个奇穴。

穴位有什么作用

通调营卫 输注气血

穴位的基本生理功能是通调营卫、输注气血。人体脏腑以及皮肉筋骨等之所以能维持正常功能，全赖气血滋养濡润；而气血的营养功能又是依赖经络、穴位得以实现的。经络运行气血而分布于全身，营卫是经脉内外的精微物质，营行脉内，卫行脉外。《灵枢·九针十二原》云：“节之交，三百六十五会，所言节者，神气之所游行出入也。”

《灵枢·平人绝谷篇》云：“神者，水谷之精气”，神气自然包括营气和卫气，古人从气的角度阐述穴位的特性，将穴位称为气穴，这也说明穴位是营卫之气出入聚集的地方。

反应病证 协助诊断

由于经络内属脏腑、外络四肢关节，穴位通过经络内连脏腑，脏腑有病亦通过经络反应于穴位。所以，在病理状态下，穴位可以起到反应病候的作用。这种联系可以表述为以下的公式：脏腑病变→经络→穴位（或反应点）。如胃肠病变时常在足三里、阑尾、上巨虚、下巨虚等穴位出现压痛点；心脏病变时常在厥阴俞、心俞等穴位出现明显压痛点。故临床上常通过按压穴位的方法，感觉穴位的变化（如压痛、过敏、肿胀、硬结、松软、寒热等），察看穴位皮肤的变化（色泽、瘀点、丘疹、脱屑、肌肉的突起或凹陷等），或者借助仪器检测耳穴导电量等，来协助疾病的诊断。

平衡阴阳 防治疾病

《素问·生气通天论》曰：“阴平阳秘，精神乃治；阴阳离决，精气乃绝。”我们通过针刺、灸法、推拿、按摩等方法来刺激穴位，起到疏通经络、调和气血的作用，以使得人体阴阳趋于平衡，脏腑趋于调和，从而达到防治疾病的目的。可以用如下的公式表述：施治穴位→调整经络→调理脏腑功能。

穴位防治疾病的作用主要有以下三方面：

- 【近治作用】穴位可治疗该穴所在部位局部或邻近组织、器官的病证。亦即“腧穴所在，主治所在”。如印堂、瞳子髎在眼周，可治疗眼病；天枢、大横位于腹部，可治泄泻、便秘；太冲、冲阳在足部，可用来治疗足背肿痛等。每个穴位都具有这一特点，应用经穴治疗局部或邻近部位的疾病，往往可以不受经脉循行线路的限制，而体现出穴位治疗人体横向性、节段性的治疗规律。关于腧穴的近治作用，其理论基础为经络的气街、四海理论。气街、四海理论就是把人体分为上下四个阶段或四个不同的功能区，分而治之，在这些部位的腧穴均可治疗局部及与这四者有关的疾病。
- 【远治作用】穴位还能治疗远离穴位的脏腑、组织、器官的病证，亦即“经络所通，主治所及”。《灵枢·终始》云：“病在上者下取之，病在下者高取之，病在头者取之足，病在足者取之头。”一般认为，十四经穴位中尤其是肘、膝关节以下的腧穴可以治疗本经所过的远端部位的疾病。如手部的列缺治疗落枕，足部的至阴、太冲治疗巅顶头痛，下肢足三里治疗胃痛等。由于经络在循行过程中往往几条经脉相互交会，故远端治疗作用除治疗本经所过部位的疾病外，还可以治疗与之相交会经脉所过部位的疾病。

如手部厥阴经内关可治胃病，足部少阴经照海可治胸肺疾病。

【特殊作用】某些穴位具有的双向良性调节作用及治疗作用的相对特异性。

◆双向良性调节作用：一是同一个穴位可以对不同的病证有不同的治疗作用。如内关既能降低心率又能提高心率，天枢既能止泄又能通便。二是同一腧穴，通过施用不同的针刺手法，可以起到治疗不同病证的作用。如合谷和复溜，合谷施泻法、复溜施补法可以发汗，合谷施补法、复溜施泻法可以止汗。

◆治疗作用的相对特异性：是指穴位对某些疾病具有特异的治疗作用。如合谷治疗下牙痛，内庭治疗上牙痛，大椎退热，至阴矫正胎位，胆囊穴治疗胆绞痛，四缝治疗疳积，十宣、十二井穴开窍醒神，关元益肾培元等。

十四经脉为十二经脉与任脉、督脉的总称，简称“十四经”。十二经脉包括：手太阴肺经、手阳明大肠经、足阳明胃经、足太阴脾经、手少阴心经、手太阳小肠经、足太阳膀胱经、足少阴肾经、手厥阴心包经、手少阳三焦经、足少阳胆经、足厥阴肝经。任、督二脉纵向走行，而十二经脉按照经气流注方向循环如下：

由肺经→大肠经→胃经→脾经→心经→小肠经→膀胱经→肾经→心包经→三焦经→胆经→肝经→回到肺经后开始下一个循环。

穴位的分经主治规律，既能治疗本经的病证，又能治疗二经或三经相同的病证，既有特性，又有共性。各经穴位主治的异同见表1-1-2~表1-1-6，经穴分部论治规律表见1-1-7。

表 1-1-2 手三阴经经穴主治规律

经 名	本 经 病	二经病	三 经 病
手太阴经	肺、咽喉病、遗尿、尿频	神志病	胸、胁、膈部疾病
手厥阴经	心、胃疾病		
手少阴经	心病		

表 1-1-3 手三阳经经穴主治规律

经 名	本 经 病	二经病	三 经 病
手阳明经	前头、鼻、口、齿病、便秘、泄泻	耳病	眼病、咽喉病、热病、外感病
手少阳经	侧头、胁肋病		
手太阳经	后头、项、肩胛、神志病、脊柱病		

表 1-1-4 足三阳经经穴主治规律

经 名	本 经 病	二经病	三 经 病
足阳明经	前头、口、齿、咽喉病、胃肠病	眼病	神志病、热病、全身性疾病、下肢病
足少阳经	侧头、耳病、胁肋病、肝胆病		
足太阳经	后头、项背、腰、臀、肛肠病、各脏腑病		