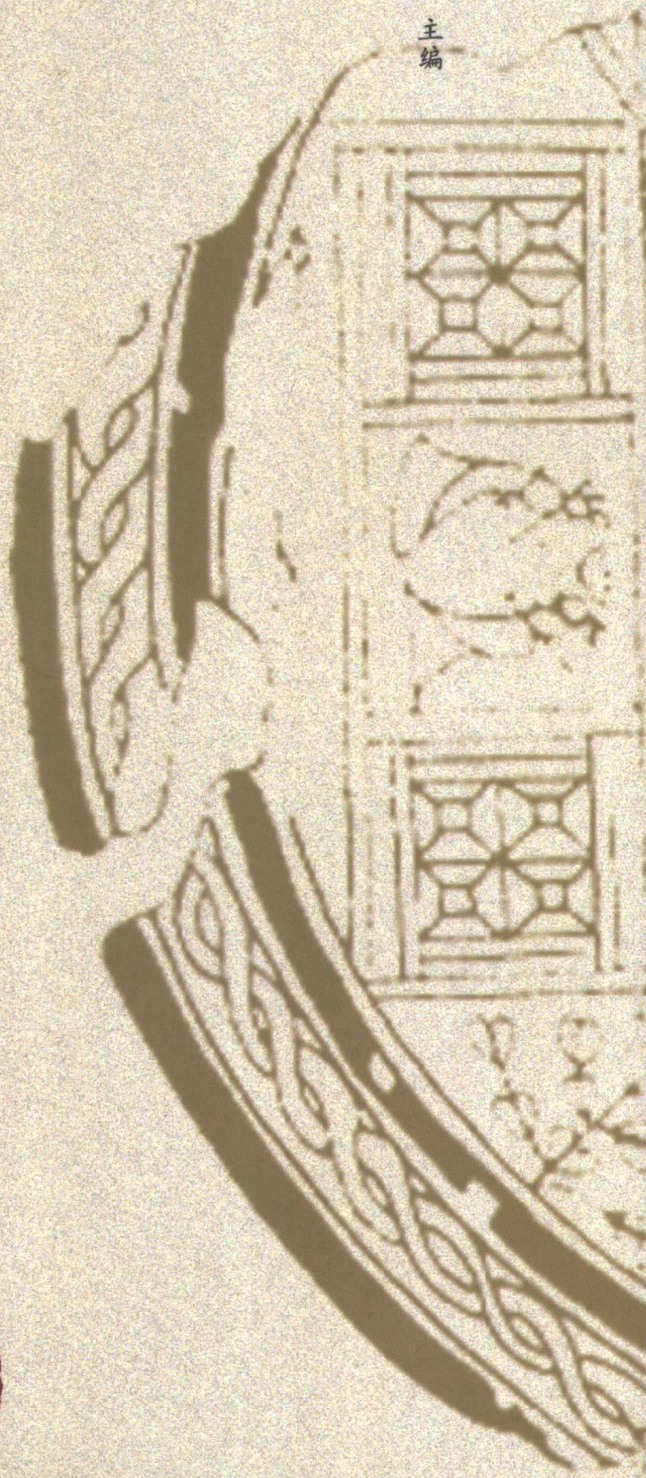


实用 腧穴学

郭长青、朱江
主编



R2242
GCO

126513

实用 腧穴学

主 编	郭长青	朱 江			
副主编	马惠芳	胡 波	林 磊		
审 阅	张 吉	谷世喆	陆寿康		
编 委	马文珠 付国宾 岑 山 王晓兰 付 平 朱 玲 李晓泓 李文迅 陆寿康 袁 英 秦立新 谢元华 张佛明 高 军	马惠芳 沙 岩 郝晋东 王燕平 由 松 郭继红 李晓芳 李 辉 林彩霞 胡 波 贾宝辉 睢明河 段冬梅 刘 飞 李学武	王海量 张 莉 孟 宏 王朝阳 刘 峰 孙阿娟 李慧琴 辛随成 赵百孝 费宇彤 黄建军 薛卫国 宋一星 曹 军 耿思广	王小兰 赵吉平 郭京伟 马良宵 刘清国 任秀君 李 瑞 张 军 赵吉平 倪骏峰 解桔萍 翟景慧 张 博 陈占露	王小英 林 磊 杨德强 马 辉 朱 江 时宇静 李玉环 张洪林 郭长青 程 凯 梁 军 张若若 金智秀 图 娅

人民卫生出版社

图书在版编目(CIP)数据

实用腧穴学/郭长青等主编. —北京:
人民卫生出版社, 2004. 8
ISBN 7-117-06299-1

I. 实… II. 郭… III. 俞穴(五腧)
IV. R224. 2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 070786 号

实用腧穴学

主 编: 郭长青 朱 江
出版发行: 人民卫生出版社(中继线 67616688)
地 址: (100078)北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼
网 址: <http://www.pmph.com>
E - mail: pmph@pmph.com
印 刷: 北京智力达印刷有限公司(万通)
经 销: 新华书店
开 本: 787×1092 1/16 印张: 22.25
字 数: 502 千字
版 次: 2004 年 8 月第 1 版 2004 年 8 月第 1 版第 1 次印刷
标准书号: ISBN 7-117-06299-1/R · 6300
定 价: 34.00 元

著作权所有, 请勿擅自用本书制作各类出版物, 违者必究
(凡属质量问题请与本社发行部联系退换)



内 容 简 介

本书是在古今典籍基础上,结合作者二十多年的临床经验及研究资料编写而成。共十五章,第一章腧穴的定位,第二章至第十五章为十四经脉经穴,主要介绍每条经脉不同腧穴的特异性、标准定位、取法、解剖、刺灸法(技法和针感)、主治病证、配穴应用、临床应用(辨证、用穴、技法、经验)、现代研究、注意事项及参考文献,有较高的临床参考价值。

全书约 68 万字,100 余幅插图,主要供从事中医及针灸临床、教学、科研的人员参考。

前言

针灸学是祖国医学的重要组成部分,在中华民族的生存过程中发挥着重要作用,现在又成为世界医学的一部分。从古至今,腧穴学又是针灸学的基础之基础,是针灸治疗疾病的关键。所以欲学欲用此术,必须掌握腧穴。

目前,腧穴学书籍虽多,但涉及临床应用和图文并茂的却很少。本书特点之一是图文并茂;特点之二是将腧穴临床应用散在的资料予以精选,分门别类介绍;特点之三是将针灸治疗疾病取得疗效的三个因素(辨证、用穴、技法)有机结合,以指导临床治病。

本书共十五章,第一章腧穴的定位,第二章至第十五章十四经脉经穴,主要介绍每一个腧穴的特异性、标准定位、取法、解剖、刺灸法(技法和针感)、主治病证、配穴应用、临床应用(辨证、用穴、技法、经验)、现代研究、注意事项、参考文献。

本书资料丰富,内容全面且具科学性,是一部有较高价值的腧穴学临床参考书。

由于作者水平有限,本书难免有疏漏不当之处,敬请各位批评指正。

编著者

目 录

第一章 腧穴的定位.....	1
第一节 骨度分寸法.....	1
第二节 体表标志法.....	3
第三节 手指比量法.....	4
第四节 简易取穴法.....	5
第二章 手太阴肺经经穴.....	6
中府.....	6
云门.....	7
天府.....	8
侠白.....	8
尺泽.....	9
孔最.....	11
列缺.....	12
经渠.....	15
太渊.....	15
鱼际.....	16
少商.....	18
第三章 手阳明大肠经经穴.....	23
商阳.....	23
二间.....	24
三间.....	25
合谷.....	26
阳溪.....	32
偏历.....	32
温溜.....	33
下廉.....	34
上廉.....	34
手三里.....	34

曲池	35
肘髎	38
手五里	39
臂臑	39
肩髃	40
巨骨	41
天鼎	42
扶突	43
口禾髎	44
迎香	45

第四章 足阳明胃经经穴

承泣	49
四白	50
巨髎	50
地仓	51
大迎	51
颊车	52
下关	52
头维	54
人迎	54
水突	56
气舍	57
缺盆	58
气户	58
库房	59
屋翳	59
膺窗	60
乳中	61
乳根	61
不容	61
承满	62
梁门	62
关门	63
太乙	63
滑肉门	63
天枢	63
外陵	65
大巨	66

水道	66
归来	67
气冲	68
髀关	68
伏兔	69
阴市	70
梁丘	70
犊鼻	71
足三里	72
上巨虚	79
条口	80
下巨虚	81
丰隆	82
解溪	83
冲阳	83
陷谷	84
内庭	85
厉兑	85
第五章 足太阴脾经经穴	89
隐白	89
大都	91
太白	91
公孙	92
商丘	92
三阴交	93
漏谷	97
地机	97
阴陵泉	98
血海	99
箕门	101
冲门	102
府舍	102
腹结	103
大横	103
腹哀	104
食窦	104
天溪	105
胸乡	105

周荣.....	106
大包.....	106

第六章 手少阴心经经穴..... 109

极泉.....	109
青灵.....	110
少海.....	110
灵道.....	111
通里.....	112
阴郄.....	113
神门.....	114
少府.....	115
少冲.....	116

第七章 手太阳小肠经经穴..... 118

少泽.....	118
前谷.....	119
后溪.....	119
腕骨.....	121
阳谷.....	121
养老.....	122
支正.....	123
小海.....	124
肩贞.....	124
臑俞.....	125
天宗.....	125
乘风.....	126
曲垣.....	127
肩外俞.....	127
肩中俞.....	127
天窗.....	128
天容.....	129
颞髃.....	130
听官.....	131

第八章 足太阳膀胱经经穴..... 134

睛明.....	134
攒竹.....	136
眉冲.....	137

曲差.....	137
五处.....	138
承光.....	138
通天.....	138
络却.....	139
玉枕.....	139
天柱.....	140
大杼.....	141
风门.....	142
肺俞.....	143
厥阴俞.....	145
心俞.....	145
督俞.....	147
膈俞.....	147
肝俞.....	148
胆俞.....	150
脾俞.....	151
胃俞.....	152
三焦俞.....	153
肾俞.....	153
气海俞.....	155
大肠俞.....	156
关元俞.....	157
小肠俞.....	157
膀胱俞.....	158
中膂俞.....	158
白环俞.....	159
上髎.....	159
次髎.....	160
中髎.....	161
下髎.....	161
会阳.....	162
承扶.....	162
殷门.....	163
浮郤.....	164
委阳.....	164
委中.....	164
附分.....	166
魄户.....	166

膏肓俞.....	166
神堂.....	167
谿谿.....	167
膈关.....	167
魂门.....	168
阳纲.....	168
意舍.....	168
胃仓.....	168
盲门.....	169
志室.....	169
胞肓.....	170
秩边.....	170
合阳.....	171
承筋.....	172
承山.....	172
飞扬.....	174
跗阳.....	174
昆仑.....	175
仆参.....	176
申脉.....	176
金门.....	177
京骨.....	177
束骨.....	178
足通谷.....	178
至阴.....	179

第九章 足少阴肾经经穴.....	185
涌泉.....	185
然谷.....	188
太溪.....	189
大钟.....	191
水泉.....	191
照海.....	191
复溜.....	193
交信.....	194
筑宾.....	194
阴谷.....	195
横骨.....	195
大赫.....	196

气穴.....	197
四满.....	197
中注.....	197
育俞.....	198
商曲.....	198
石关.....	199
阴都.....	199
腹通谷.....	199
幽门.....	200
步廊.....	200
神封.....	200
灵墟.....	201
神藏.....	201
或中.....	201
俞府.....	202

第十章 手厥阴心包经经穴..... 204

天池.....	204
天泉.....	204
曲泽.....	205
郄门.....	207
间使.....	208
内关.....	209
大陵.....	216
劳宫.....	217
中冲.....	218

第十一章 手少阳三焦经经穴..... 222

关冲.....	222
液门.....	223
中渚.....	224
阳池.....	225
外关.....	226
支沟.....	227
会宗.....	228
三阳络.....	229
四渎.....	229
天井.....	229
清冷渊.....	230

消冻	230
臑会	230
肩髃	231
天髃	231
天牖	232
翳风	232
瘛脉	234
颊息	235
角孙	235
耳门	236
耳和髃	236
丝竹空	236

第十二章 足少阳胆经经穴 239

瞳子髃	239
听会	239
上关	240
颌厌	240
悬颅	241
悬厘	241
曲鬓	241
率谷	242
天冲	242
浮白	243
头窍阴	243
完骨	243
本神	244
阳白	244
头临泣	245
目窗	245
正营	246
承灵	246
脑空	246
风池	246
肩井	249
渊液	250
辄筋	251
日月	251
京门	252

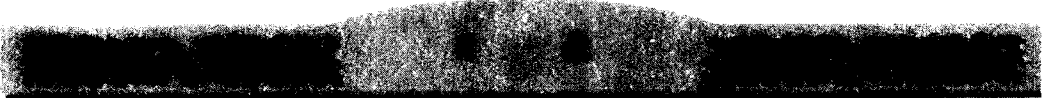
带脉.....	253
五枢.....	253
维道.....	254
居髎.....	254
环跳.....	254
风市.....	257
中渎.....	257
膝阳关.....	258
阳陵泉.....	258
阳交.....	260
外丘.....	260
光明.....	260
阳辅.....	261
悬钟.....	261
丘墟.....	263
足临泣.....	263
地五会.....	264
侠溪.....	264
足窍阴.....	265

第十三章 足厥阴肝经经穴.....	267
大敦.....	267
行间.....	268
太冲.....	269
中封.....	271
蠡沟.....	272
中都.....	272
膝关.....	273
曲泉.....	273
阴包.....	274
足五里.....	274
阴廉.....	274
急脉.....	274
章门.....	275
期门.....	276

第十四章 任脉经穴.....	278
会阴.....	278
曲骨.....	279

中极	280
关元	282
石门	284
气海	285
阴交	286
神阙	286
水分	288
下脘	289
建里	289
中脘	290
上脘	291
巨阙	292
鸠尾	293
中庭	295
膻中	295
玉堂	296
紫宫	297
华盖	297
璇玑	297
天突	297
廉泉	299
承浆	301

第十五章 督脉经穴	306
长强	306
腰俞	309
腰阳关	309
命门	310
悬枢	311
脊中	311
中枢	312
筋缩	312
至阳	313
灵台	314
神道	315
身柱	316
陶道	317
大椎	317
哑门	321



风府.....	323
脑户.....	324
强间.....	325
后顶.....	325
百会.....	326
前顶.....	329
囟会.....	330
上星.....	330
神庭.....	330
素髻.....	331
水沟.....	331
兑端.....	333
龈交.....	333



第一章

腧穴的定位

常用的定位法,有骨度分寸法、体表标志法、手指比量法和简易取穴法四种。

第一节 骨度分寸法

骨度分寸法,古称“骨度法”,即以骨节为主要标志测量周身各部的大小、长短,并依其比例折算成尺寸作为定穴标准的方法。此法最早见于《灵枢·骨度》。现代常用骨度分寸是根据《灵枢·骨度》记载,并在长期医疗实践中经过修改和补充而来的(表 1-1,图 1-1,图 1-2,图 1-3)。

表 1-1 常用骨度表

部位	起 止 点	折量分寸	度量法	说 明
头 部	前发际至后发际	12 寸	直寸	如前后发际不明,从眉心至大椎穴作 18 寸,眉心至前发际 3 寸,大椎穴至后发际 3 寸用于量头部的横寸
	前额两发角之间	9 寸	直寸	
	耳后两完骨(乳突)之间	9 寸	直寸	
胸 腹 部	天突至歧骨(胸剑联合)	9 寸	直寸	胸部与肋肋取穴直寸,一般根据肋骨计算,每肋骨折作 1.6 寸(天突穴至璇玑穴可作 1 寸,璇玑穴到中庭穴,各穴间可作 1.6 寸计算) 胸腹部取穴横寸,可根据两乳头间的距离折算,女性可用锁骨中线代替。横骨长度为少腹的腹股沟毛际部横量的标志
	歧骨至脐中	8 寸	直寸	
	脐中至横骨上廉(耻骨联合上缘)	5 寸	直寸	
	两乳头之间	8 寸	直寸	
	横骨(耻骨)长	8 寸	直寸	
背 腰 部	大椎以下至尾骶	21 椎	直寸	背腰部腧穴以脊椎棘突作为标志,作定位的依据
身 侧 部	腋以下至季肋	12 寸	直寸	季肋指第 11 肋端 髀枢指股骨大转子
	季肋以下至髀枢	9 寸	直寸	