

歌诀律诗平仄，句子精炼，韵律流畅，朗朗上口，易读易记

曹四豪 曹时令 编著

与教育部“十一五”规划教材《方剂学》同步学习指导

针灸歌诀

499

首

广东省出版集团
广东科技出版社
(全国优秀出版社)

R245
261.234

与教育部“十一五”规划教材《方剂学》同步学习指导

阅 览

曹四豪 曹时令 编著

针灸歌诀

499首



广东出版集团
广东科技出版社
(全国优秀出版社)

图书在版编目 (C I P) 数据

针灸歌诀499首 / 曹是褒, 曹四豪主编. —广州: 广东科技出版社, 2012. 4

ISBN 978-7-5359-5501-2

I. ①针… II. ①曹…②曹… III. ①针灸疗法—方歌
IV. ①R245

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第065611号

责任编辑: 李希希

封面设计: 友间文化

责任校对: 杨峻松

责任印制: 任建强

出版发行: 广东科技出版社

(广州市环市东路水荫路11号 邮政编码: 510075)

E-mail: gdkjzbb@21cn.com

http: //www. gdstp. com. cn

经 销: 广东新华发行集团股份有限公司

排 版: 广州市友间文化传播有限公司

印 刷: 佛山市浩文彩色印刷有限公司

(南海区狮山科技工业园A区 邮政编码: 528225)

规 格: 889mm×1194mm 1/24 印张22.5 字数380千

版 次: 2012年4月第1版

2012年4月第1次印刷

印 数: 1~5 000册

定 价: 38.00元

如发现因印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系调换。



学习中医者，历来都有诵读中医歌诀的习惯，盖因医学知识枯燥乏味，强记诚难，若融书本内容于韵律优美之歌诀中，则韵味顿生而脍炙人口。一经熟读，历久而不忘。有时思路不通，往往于吟哦声中，句诀一泻而下，记忆的窍门豁然开朗，故歌诀之功用，妙不胜数。

中医歌诀源远流长，然而过去的歌诀内容多零散片面，与现在的中医学教材内容相去甚远。为发扬歌诀对中医的学习作用，广东科技出版社出版了一套中医歌诀丛书，该丛书按现在全国中医高等院校教材之内容顺序编写。歌诀力求符合律诗平仄，句子精炼，韵律流畅，朗朗上口，易读易记。歌诀以约概博，读歌即可会及文意，不失为学习中医之捷径。该丛书因为切合学习，备受读者欢迎而多次重印。

鉴于该丛书的主要读者是中医院校学生和中医爱好者，这一读者群大都有见缝插针的学习习惯，为更好地方便读者学习，故作此次改版。改版后内容更贴近教材，更突出了歌诀部分的内容。希望改版后的丛书能继续得到读者们的关爱，并能对读者的学习有所帮助。

曹四豪

2011年2月



目录

第一章 经络腧穴总论歌 / 1

一、十二经表里络属歌 / 2

二、十二经循行走向歌 / 3

三、十二经原穴歌 / 4

四、十二经募穴歌 / 5

五、八会穴歌 / 6

六、八脉交会穴歌 / 7

七、十六郄穴歌 / 8

八、下合穴歌 / 9

九、十五络穴歌 / 10

十、井荣输原经合歌 / 11

(一) 阴经五输穴歌 / 11

(二) 阳经五输穴歌 / 12

(三) 冲脉歌 / 13

(四) 带脉歌 / 14

(五) 阴维脉歌 / 15

(六) 阳维脉歌 / 16

(七) 阴跷脉歌 / 17

(八) 阳跷脉歌 / 18

第二章 经络腧穴各论歌 / 19

一、手太阴肺经经穴歌 / 20

(一) 手太阴肺经经穴总歌 / 20

1. 手太阴肺经经穴穴名歌 / 20

2. 手太阴肺经经穴分寸歌 / 21

(二) 手太阴肺经经穴各歌 / 22

1. 中府 / 22

2. 云门 / 23

3. 天府 / 24

4. 侠白 / 25
5. 尺泽 / 26
6. 孔最 / 27
7. 列缺 / 28
8. 经渠 / 29
9. 太渊 / 30
10. 鱼际 / 31
11. 少商 / 32

二、手阳明大肠经经穴歌 / 33

(一) 手阳明大肠经经穴总歌 / 33

1. 手阳明大肠经经穴穴名歌 / 33
2. 手阳明大肠经经穴分寸歌 / 34

(二) 手阳明大肠经经穴各歌 / 35

1. 商阳 / 35

2. 二间 / 36
3. 三间 / 37
4. 合谷 / 38
5. 阳溪 / 39
6. 偏历 / 40
7. 温溜 / 41
8. 下廉 / 42
9. 上廉 / 43
10. 手三里 / 44
11. 曲池 / 45
12. 肘髎 / 46
13. 手五里 / 47
14. 臂臑 / 48
15. 肩髃 / 49
16. 巨骨 / 50
17. 天鼎 / 51
18. 扶突 / 52
19. 口禾髎 / 53
20. 迎香 / 54

三、足阳明胃经经穴歌 / 55

(一) 足阳明胃经经穴总歌 / 55

1. 足阳明胃经经穴穴名歌 / 55
2. 足阳明胃经经穴分寸歌 / 56

(二) 足阳明胃经经穴各歌 / 59

1. 承泣 / 59



2. 四白 / 60
3. 巨髎 / 61
4. 地仓 / 62
5. 大迎 / 63
6. 颊车 / 64
7. 下关 / 65
8. 头维 / 66
9. 人迎 / 67
10. 水突 / 68
11. 气舍 / 69
12. 缺盆 / 70
13. 气户 / 71
14. 库房 / 72
15. 屋翳 / 73
16. 膺窗 / 74
17. 乳中 / 75
18. 乳根 / 76
19. 不容 / 77
20. 承满 / 78
21. 梁门 / 79
22. 关门 / 80
23. 太乙 / 81
24. 滑肉门 / 82
25. 天枢 / 83
26. 外陵 / 84

27. 大巨 / 85
28. 水道 / 86
29. 归来 / 87
30. 气冲 / 88
31. 髀关 / 89
32. 伏兔 / 90
33. 阴市 / 91
34. 梁丘 / 92
35. 犊鼻 / 93
36. 足三里 / 94
37. 上巨虚 / 95
38. 条口 / 96
39. 下巨虚 / 97
40. 丰隆 / 98
41. 解溪 / 99
42. 陷谷 / 100
43. 内庭 / 101
44. 厉兑 / 102

四、足太阴脾经经穴歌 / 103

(一) 足太阴脾经经穴总歌 / 103

1. 足太阴脾经经穴名歌 / 103
2. 足太阴脾经经穴分寸歌 / 104

(二) 足太阴脾经经穴各歌 / 105

1. 隐白 / 105
2. 大都 / 106



3. 太白 / 107
4. 公孙 / 108
5. 商丘 / 109
6. 三阴交 / 110
7. 漏谷 / 111
8. 地机 / 112
9. 阴陵泉 / 113
10. 血海 / 114
11. 箕门 / 115
12. 冲门 / 116
13. 府舍 / 117
14. 腹结 / 118
15. 大横 / 119
16. 腹哀 / 120
17. 食窦 / 121
18. 天溪 / 122
19. 胸乡 / 123
20. 周荣 / 124
21. 大包 / 125

五、手少阴心经经穴歌 / 126

(一) 手少阴心经经穴总歌 / 126

1. 手少阴心经经穴穴名歌 / 126
2. 手少阴心经经穴分寸歌 / 127

(二) 手少阴心经经穴各歌 / 128

1. 极泉 / 128

2. 青灵 / 129
3. 少海 / 130
4. 灵道 / 131
5. 通里 / 132
6. 阴郄 / 133
7. 神门 / 134
8. 少府 / 135
9. 少冲 / 136

六、手太阳小肠经经穴歌 / 137

(一) 手太阳小肠经经穴总歌 / 137

1. 手太阳小肠经经穴穴名歌 / 137
2. 手太阳小肠经经穴分寸歌 / 138

(二) 手太阳小肠经经穴各歌 / 139

1. 少泽 / 139
2. 前谷 / 140
3. 后溪 / 141
4. 腕骨 / 142
5. 阳谷 / 143
6. 养老 / 144

7. 支正 / 145

8. 小海 / 146

9. 肩贞 / 147

10. 臑俞 / 148

11. 天宗 / 149

12. 秉风 / 150

13. 曲垣 / 151

14. 肩外俞 / 152

15. 肩中俞 / 153

16. 天窗 / 154

17. 天容 / 155

18. 颞髃 / 156

19. 听宫 / 157

七、足太阳膀胱经经穴歌 / 158

(一) 足太阳膀胱经经穴总歌 / 158

1. 足太阳膀胱经经穴名歌 / 158

2. 足太阳膀胱经经穴分寸歌 / 160

(二) 足太阳膀胱经经穴各歌 / 162

1. 睛明 / 162

2. 攒竹 / 163

3. 眉冲 / 164

4. 曲差 / 165

5. 五处 / 166

6. 通天 / 167

7. 络却 (附: 玉枕) / 168

8. 天柱 / 169

9. 大杼 / 170

10. 风门 / 171

11. 肺俞 / 172

12. 厥阴俞 / 173

13. 心俞 (附: 督俞) / 174

14. 膈俞 / 175

15. 肝俞 / 176

16. 胆俞 / 177

17. 脾俞 / 178

18. 胃俞 / 179

19. 三焦俞 / 180

20. 肾俞 / 181

21. 气海俞 / 182

22. 大肠俞 / 183

23. 关元俞 / 184

24. 小肠俞 / 185

25. 膀胱俞 / 186

26. 中膂俞 / 187

27. 白环俞 / 188

28. 上髂 (附: 次髂、中髂、下髂) / 189

29. 会阳 / 191

30. 承扶 (附: 殷门) / 192

- 
31. 浮郄 / 193
32. 委阳 / 194
33. 委中 / 195
34. 附分 / 196
35. 魄户 / 197
36. 膏肓 / 198
37. 神堂 / 199
38. 谿谿 / 200
39. 膈关 / 201
40. 魂门 / 202
41. 阳纲 / 203
42. 意舍 / 204
43. 胃仓 / 205
44. 育门 / 206

45. 志室 / 207
46. 胞肓 / 208
47. 秩边 / 209
48. 合阳 / 210
49. 承筋 / 211
50. 承山 / 212
51. 飞扬 / 213
52. 跗阳 / 214
53. 昆仑 / 215
54. 仆参 / 216
55. 申脉 / 217
56. 金门 / 218
57. 京骨 / 219
58. 束骨 / 220
59. 足通谷 / 221
60. 至阴 / 222

八、足少阴肾经经穴歌 / 223

(一) 足少阴肾经经穴总歌 / 223

1. 足少阴肾经经穴名歌 / 223
2. 足少阴肾经经穴分寸歌 / 224

(二) 足少阴肾经经穴各歌 / 225

1. 涌泉 / 225
2. 然谷 / 226
3. 太溪 / 227
4. 大钟 / 228

5. 水泉 / 229
6. 照海 / 230
7. 复溜 / 231
8. 交信 / 232
9. 筑宾 / 233
10. 阴谷 / 234
11. 横骨 / 235
12. 大赫 / 236
13. 气穴 / 237
14. 四满 / 238
15. 中注 / 239
16. 育俞(附:商曲) / 240
17. 石关 / 241
18. 阴都 / 242
19. 腹通谷 / 243
20. 幽门 / 244
21. 步廊 / 245
22. 神封(附:灵墟) / 246
23. 神藏 / 247
24. 彘中 / 248
25. 俞府 / 249

九、手厥阴心包经经穴歌 / 250

(一) 手厥阴心包经经穴总歌 / 250

1. 手厥阴心包经经穴穴名歌 / 250
2. 手厥阴心包经经穴分寸歌 / 251

(二) 手厥阴心包经经穴各歌 / 252

1. 天池 / 252
2. 天泉 / 253
3. 曲泽 / 254
4. 郄门 / 255
5. 间使 / 256
6. 内关 / 257
7. 大陵 / 258
8. 劳宫 / 259
9. 中冲 / 260

十、手少阳三焦经经穴歌 / 261

(一) 手少阳三焦经经穴总歌 / 261

1. 手少阳三焦经经穴穴名歌 / 261
2. 手少阳三焦经经穴分寸歌 / 262

(二) 手少阳三焦经经穴各歌 / 263

1. 关冲 / 263
2. 液门 / 264
3. 中渚 / 265
4. 阳池 / 266
5. 外关 / 267
6. 支沟 / 268
7. 会宗 / 269
8. 三阳络 / 270
9. 四渎 / 271
10. 天井 / 272

11. 清冷渊 / 273
12. 消泺 / 274
13. 臑会 / 275
14. 肩髃 (附: 天髃) / 276
15. 天牖 / 277
16. 翳风 / 278
17. 瘛脉 (附: 颊息) / 279
18. 角孙 / 280
19. 耳门 / 281
20. 耳禾髃 / 282
21. 丝竹空 / 283

十一、足少阳胆经经穴歌 / 284

(一) 足少阳胆经经穴总歌 / 284

1. 足少阳胆经经穴名歌 / 284
2. 足少阳胆经经穴分寸歌 / 285

(二) 足少阳胆经经穴各歌 / 287

1. 瞳子髃 / 287
2. 听会 / 288

3. 上关 / 289
4. 颞颥 / 290
5. 悬颅 (附: 悬厘) / 291
6. 曲鬓 / 292
7. 率谷 / 293
8. 天冲 (附: 浮白) / 294
9. 头窍阴 / 295
10. 完骨 / 296
11. 本神 / 297
12. 阳白 / 298
13. 头临泣 / 299
14. 目窗 / 300
15. 正营 / 301
16. 承灵 / 302
17. 脑空 / 303
18. 风池 / 304
19. 肩井 / 305
20. 渊腋 / 306
21. 辄筋 / 307
22. 日月 / 308
23. 京门 / 309
24. 带脉 / 310
25. 五枢 (附: 维道) / 311
26. 居髃 / 312
27. 环跳 / 313



28. 风市(附:中渚) / 314
29. 膝阳关 / 315
30. 阳陵泉 / 316
31. 阳交 / 317
32. 外丘 / 318
33. 光明 / 319
34. 阳辅 / 320
35. 悬钟 / 321
36. 丘墟 / 322
37. 足临泣 / 323
38. 地五会 / 324
39. 侠溪 / 325
40. 足窍阴 / 326

十二、足厥阴肝经经穴歌 / 327

(一) 足厥阴肝经经穴总歌 / 327

1. 足厥阴肝经经穴穴名歌 / 327
2. 足厥阴肝经经穴分寸歌 / 328

(二) 足厥阴肝经经穴各歌 / 329

1. 大敦 / 329
2. 行间 / 330
3. 太冲 / 331
4. 中封 / 332
5. 蠡沟 / 333
6. 中都 / 334

7. 膝关 / 335
8. 曲泉 / 336
9. 阴包 / 337
10. 足五里 / 338
11. 阴廉 / 339
12. 急脉 / 340
13. 章门 / 341
14. 期门 / 342

十三、督脉经穴歌 / 343

(一) 督脉经穴总歌 / 343

1. 督脉经穴穴名歌 / 343
2. 督脉经穴分寸歌 / 344

(二) 督脉经穴各歌 / 345

1. 长强 / 345
2. 腰俞 / 346
3. 腰阳关 / 347
4. 命门 / 348
5. 悬枢 / 349
6. 脊中 / 350
7. 中枢 / 351
8. 筋缩 / 352
9. 至阳(附:灵台) / 353
10. 神道 / 354
11. 身柱 / 355

12. 陶道 / 356
13. 大椎 / 357
14. 哑门 / 358
15. 风府 / 359
16. 脑户 / 360
17. 强间 / 361
18. 后顶 / 362
19. 百会 / 363
20. 前顶 (附: 囟会) / 364
21. 上星 / 365
22. 神庭 / 366
23. 素髻 / 367
24. 水沟 / 368
25. 兑端 / 369
26. 龈交 / 370

十四、任脉经穴歌 / 371

(一) 任脉经穴总歌 / 371

1. 任脉经穴穴名歌 / 371
2. 任脉经穴分寸歌 / 372

(二) 任脉经穴各歌 / 373

1. 会阴 / 373
2. 曲骨 / 374
3. 中极 / 375
4. 关元 / 376
5. 石门 / 377

6. 气海 / 378
7. 阴交 / 379
8. 神阙 / 380
9. 水分 / 381
10. 下脘 (附: 建里) / 382
11. 中脘 / 383
12. 上脘 (附: 巨阙) / 384
13. 鸠尾 / 385
14. 中庭 / 386
15. 膻中 / 387
16. 玉堂 / 388



17. 紫宫 (附: 华盖) / 389

18. 璇玑 / 390

19. 天突 / 391

20. 廉泉 / 392

21. 承浆 / 393

十五、常用奇穴歌 / 394

1. 四神聪 / 394

2. 印堂 / 395

3. 鱼腰 / 396

4. 太阳 / 397

5. 球后 / 398

6. 夹承浆 (附: 牵正) / 399

7. 金津、玉液 / 400

8. 翳明 / 401

9. 安眠 / 402

10. 子宫 / 403

11. 定喘 / 404

12. 夹脊 / 405

13. 腰眼 (附: 十七椎) / 406

14. 八邪 / 407

15. 四缝 / 408

16. 十宣 / 409

17. 环中 / 410

18. 百虫窝 / 411

19. 八风 / 412

20. 独阴 / 413

第三章 刺灸法歌 / 415

一、针刺补泻歌 / 416

二、烧山火与透天凉歌 / 418

三、三棱针功用歌 / 419

四、三棱针常用治疗歌 / 420

五、皮肤针歌 / 422

六、皮内针功用歌 / 424

七、芒针功用歌 / 425

八、灸法功用歌 / 426

九、灸治禁忌歌 / 428

十、保健灸穴歌 / 429

十一、灸法补泻歌 / 430

十二、药灸歌 / 431

(一) 毛茛灸歌 / 431

(二) 白芥子灸歌 / 432

(三) 大蒜灸歌 / 433

(四) 南星灸歌 / 434

第四章 针灸治疗歌 / 435

一、内科病证 / 436

(一) 中风 / 436

1. 中经络 / 436

2. 中脏腑 / 437

(二) 眩晕 / 439

1. 肝阳上亢 / 439

2. 痰湿中阻 / 440

3. 肾精亏损 / 441

4. 血气虚弱 / 442

(三) 头痛 / 443

1. 外感头痛 / 443

附：三叉神经痛 / 444

2. 内伤头痛 / 445

(四) 胁痛 / 447

(五) 痹证 / 448

(六) 痿证 / 449



(七) 腰痛 / 450

附：坐骨神经痛 / 451

(八) 不寐 / 452

1. 心脾两虚证 / 452

2. 阴虚火旺证 / 453

3. 胃腑不和证 / 454

4. 肝阳上扰证 / 455

(九) 脏躁 / 456

(十) 惊悸、怔忡 / 457

(十一) 感冒 / 458

(十二) 咳嗽 / 459

1. 外感咳嗽 / 459

2. 内伤咳嗽 / 461

(十三) 哮喘 / 463

虚喘 / 463

(十四) 呕吐 / 464

(十五) 腹痛 / 465

1. 寒邪滞积 / 465

2. 脾阳不振 / 466

(十六) 泄泻 / 467

(十七) 痢疾 / 468

(十八) 黄疸 / 469

1. 阳黄 / 469

2. 阴黄 / 470

(十九) 癯闭 / 471

1. 阳气虚弱 / 471

2. 湿热下注 / 472

(二十) 水肿 / 473

1. 阳水 / 473

2. 阴水 / 474

(二十一) 遗精 / 475

(二十二) 阳痿 / 476

二、妇科病证 / 477

(一) 月经不调 / 477

1. 月经先期 / 477

2. 月经后期 / 478

(二) 痛经 / 479

(三) 经闭 / 480

(四) 崩漏 / 481

(五) 带下 / 482

(六) 滞产 / 483

(七) 缺乳 / 484

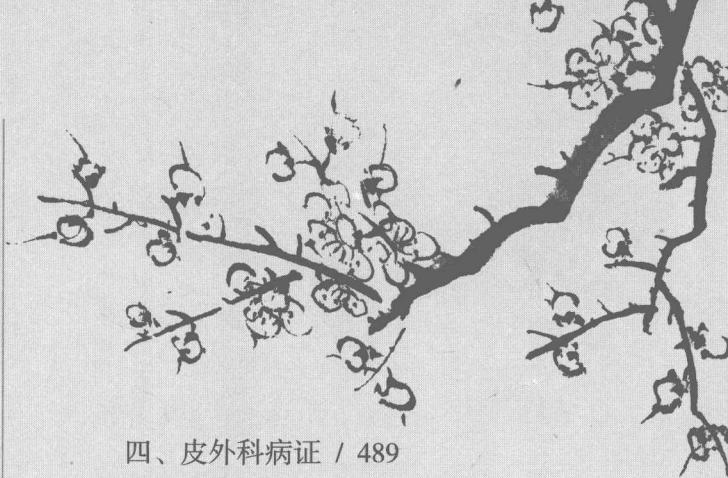
(八) 阴挺 / 485

三、儿科病证 / 486

(一) 小儿急惊风 / 486

(二) 疳疾 / 487

(三) 遗尿 / 488



四、皮外科病证 / 489

(一) 风疹 / 489

(二) 痤疮 / 490

(三) 疔疮 / 491

(四) 乳痈 / 492

(五) 痔疮 / 493

(六) 胆道蛔虫病 / 494

五、五官科病证 / 495

(一) 目赤肿痛 / 495

(二) 鼻炎 / 496

(三) 咽炎 / 497

(四) 口疮 / 498

(五) 牙龈炎 / 499

六、急证 / 500

(一) 昏厥 / 500

(二) 高热 / 501

(三) 抽搐 / 502