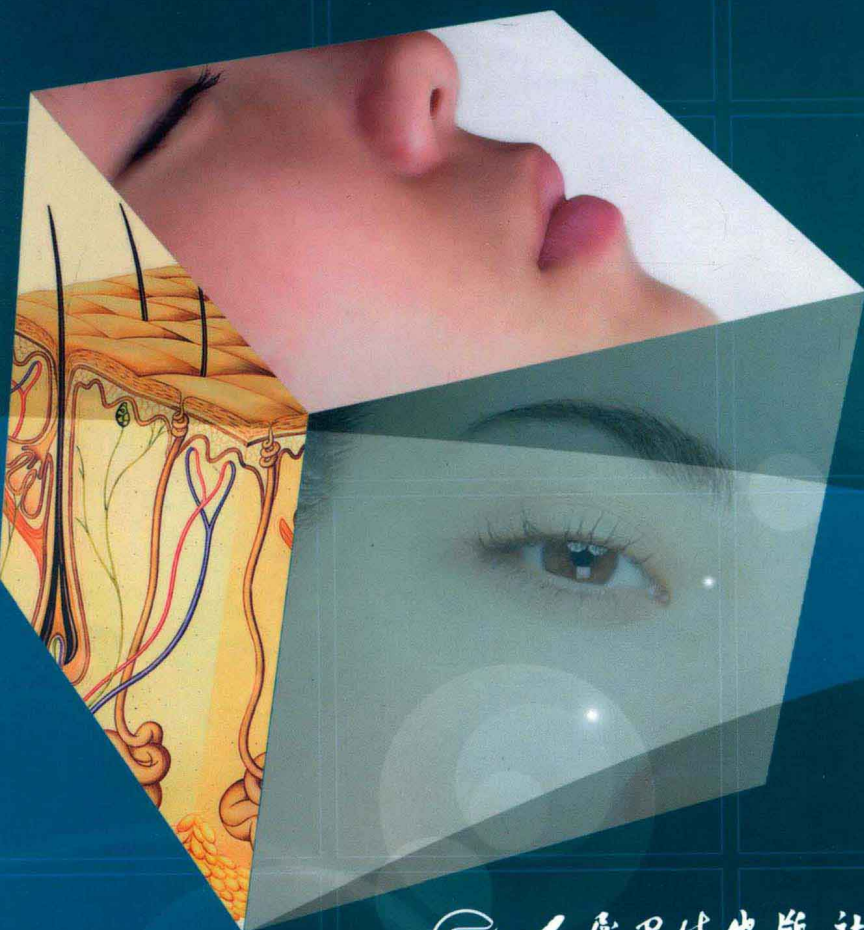


全国高职高专卫生部规划教材配套教材
供 医 疗 美 容 技 术 专 业 用

美容中医技术实训教程

主编 / 聂 莉 刘 宁



人民卫生出版社
PEOPLE'S MEDICAL PUBLISHING HOUSE

全国高职高专卫生部规划教材配套教材
供医疗美容技术专业用

美容中医技术实训教程

主 编 聂 莉 刘 宁

副主编 王德敬

编 者 (以姓氏笔画为序)

王德敬(山东中医药高等专科学校)

刘 宁(成都中医药大学)

许 婧(成都中医药大学)

李 娟(四川国际标榜职业学院)

聂 莉(江西护理职业技术学院)

人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

美容中医技术实训教程/聂莉等主编. —北京:
人民卫生出版社, 2010. 10

ISBN 978-7-117-13206-0

I. ①美… II. ①聂… III. ①美容-中医学-高等学
校: 技术学校-教材 IV. ①R275②TS974. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 162222 号

门户网: www.pmph.com	出版物查询、网上书店
卫人网: www.ipmph.com	护士、医师、药师、中医 师、卫生资格考试培训

版权所有, 侵权必究!

美容中医技术实训教程

主 编: 聂 莉 刘 宁

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

010-59787586 010-59787592

印 刷: 北京市卫顺印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 787×1092 1/16 印张: 6

字 数: 146 千字

版 次: 2010 年 10 月第 1 版 2010 年 10 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-13206-0/R · 13207

定 价: 15.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社销售中心联系退换)

目 录

实训一	运用中国传统美学进行人体活体评价	1
实训二	中药的煎煮方法	3
实训三	常用中药外用制剂的制备	6
实训四	经络腧穴美容	9
技能一	腧穴的定位方法	9
技能二	分经定位	13
实训五	针灸美容法	38
技能一	毫针术	38
技能二	耳针术	42
技能三	三棱针术	45
技能四	皮肤针术	47
技能五	电针术	50
技能六	水针术	53
技能七	穴位埋线疗法	56
技能八	灸术	59
实训六	推拿美容法	62
实训七	刮痧美容法	79
实训八	拔罐美容法	86

一、实训计划与实施

(一) 实训目的

运用中国传统美学思想进行人体活体评价。

(二) 实训内容

1. 阴阳之美 ①阴平阳秘。②刚柔相济。
2. 天人合一 ①天人相应。②形神统一。
3. 中和之美 ①中和适度。②和风细雨、含蓄淡雅。
4. 文质之美 文质并重。
5. 神韵之美 ①神采。②品德。③风度。
6. 心物与审美 同一审美客体、不同审美主体的审美评价。

(三) 实训流程

1. 审美客体准备 以个人喜好来修饰、装扮。
2. 观察审美客体整体装束。
3. 审美主体观察审美客体局部装扮。
4. 审美主体观察审美客体的坐、立、蹲、行,即举手投足。
5. 审美主体与审美客体进行交谈,谈话内容以对某一热点事件的看法为主。
6. 针对同一审美客体交换审美主体,查看审美评价结果。

(四) 效果评价

1. 整体装束是否天人相应、刚柔相济,是否符合阴阳之美、天人合一。
2. 局部装扮是过于夸张还是中和适度,是否体现了中和之美、文质之美。
3. 审美客体的举手投足体现了怎样的风度神采,是否体现了神韵之美。
4. 审美客体的谈吐是否表现为和风细雨、含蓄淡雅,是否符合中和之美。
5. 同一审美客体、不同审美主体的审美评价,是否体现了心物与审美。

(五) 关键点提示

1. 根据教材所述中国传统美学思想的内容进行综合评价。
2. 审美过程中审美客体应尽量配合完成审美主体提出的要求。
3. 交谈事件以目前群众关心的热点事件为主,如自然灾害、医疗卫生、教育、学生就业、房价、股市等。

二、实训测评

项 目	项目分值	内 容 要 求	评 分 等 级			实际 得分	备注
			A	B	C		
整体 装束	20	衣着适当,符合四季规律,天人相应	10	8	5		
		搭配得体,刚柔相济,符合阴阳之美	10	8	5		
局部 装扮	20	妆容、发型恰到好处	10	8	5		
		饰品装扮中和适度	10	8	5		
表情 眼神	10	巧笑倩兮,美目盼兮	10	8	5		
交谈	30	语言和风细雨、含蓄淡雅	10	8	5		
		生活态度积极乐观	10	8	5		
		品德高尚	10	8	5		
举手 投足	20	坐、立、蹲、行大方得体	10	8	5		
		气质高雅,风度翩翩	10	8	5		
总分	100						

实训二

中药的煎煮方法

一、实训计划与实施

(一) 实训目的

学会中药的煎药方法。

(二) 实训内容

中药的煎药方法。

(三) 实训流程

1. 实训前准备

(1) 术者准备:服装、鞋帽整洁,修剪指甲,束发,准备好实训手册,洗手消毒,工作状态准备。

(2) 实验用品准备:灶具、中药、砂罐、搅拌棒、过滤器、药瓶或药杯。

2. 实训过程

(1) 核对医嘱,明确用药途径。

(2) 一般药物的煎煮法

1) 将药物倒入砂罐内,加清水浸泡 30~60 分钟。煎煮时的用水量,第 1 煎一般以浸过药面 2~5cm 为宜,第 2 煎的用水量为第 1 煎的 1/3~1/2。如遇花、草类药物或煎煮时间较长者应酌量加水。

2) 煎煮时间:解表类、清热类、芳香类药物于沸后再煎煮 15~20 分钟;一般药沸后再煎煮 20~30 分钟;滋补药物先用武火煮沸后,改用文火慢煎 40~60 分钟。煎药过程中要搅拌药料 2~3 次。药剂第 2 煎的时间较第 1 煎略缩短。每剂药一般煎 2 次,将 2 煎药汁混合后再分装。

3) 煎药量:儿童服用一般煎至 50~150ml,成人服用一般煎至 150~200ml。或遵医嘱。

4) 煎好的药汁用过滤器去渣倒出后,再放入凉水煎煮第 2 煎。

(3) 特殊药物的煎煮法

1) 先煎药:煮沸 10~15 分钟后,再入其他药同煎。

2) 后下药:在群药即将煎至预定量时,投下同煎 5~10 分钟。

3) 另炖或另煎药:另炖药应切成薄片,放入有盖容器内加入冷开水(一般为药量的 10 倍左右)隔水炖 2~3 小时。另煎药应切成小薄片,一般煎 2 小时左右,某些特殊药物可根据药性特点具体确定煎药时间(用水适量)。

4) 溶化药(烊化):应在其他药煎至预定量时,将溶化药置于去渣药汁中,微火煎药,同时不断搅拌,使之溶解。

5) 包煎药:凡有绒毛或细小籽粒及需包装后煎煮的药应装入包煎袋闭合后,再与其他药物同煎。包煎袋材质应符合药用要求(对人体无害)并有过滤功能。

6) 煎汤代水:根据医嘱要求,对于质地松泡、用量大或泥土类不易滤净药渣的药物,可先煎 15~25 分钟,去渣取汁,再与其他药同煎。

7) 对于有其他特殊煎煮要求的药物,应按相应的规范操作。

3. 实训后整理

(1) 倒去药渣,清洗用物。

(2) 整理用物,归还原处。

(四) 效果评价

1. 对不同种类的中药,煎煮时火候、水量、时间适宜。

2. 煎药时,未发生药液外溢、煮干或煮焦等情况。

3. 中药煎出后,浓度、药量符合要求。

(五) 关键点提示

1. 煎煮前,应先用冷水浸泡 30~60 分钟。

2. 煎药水量要一次加足,不要在煎煮中多次添水。煎出药量要适中,以 150~200ml 为宜,小儿 50~150ml。

3. 注意另包药的投下时间和煎煮方法。

二、实训测评

项 目	项目分值	内 容 要 求	评 分 等 级			实际得分	备注
			A	B	C		
准备	10	1. 实训者准备:服装、鞋帽整洁,修剪指甲,束发,准备好实训手册,洗手消毒	5	3	1		
		2. 实验用品:灶具、中药、砂罐、搅拌棒、过滤器、药瓶或药杯	5	3	1		
实训过程	60	1. 选用饮用水,浸泡 30~60 分钟	5	3	1		
		2. 煎煮时的用水量一般以浸过药面 2~5cm 为宜	5	3	1		
		3. 煎煮时间					
		(1) 解表类、清热类、芳香类药物不宜久煎,沸后再煎煮 15~20 分钟	5	3	1		
		(2) 一般药沸后再煎煮 20~30 分钟	5	3	1		
		(3) 滋补药物先用武火煮沸后,改用文火慢煎 40~60 分钟	5	3	1		
		4. 煎药过程中要搅拌药料 2~3 次	5	3	1		
		5. 药剂第 2 煎的时间略缩短,每剂药一般煎 2 次,将 2 煎药汁混合后再分装	5	3	1		

续表

项 目	项目分值	内 容 要 求	评 分 等 级			实际 得分	备注
			A	B	C		
实训 过程	60	6. 儿童服用一般煎至 50~150ml	5	3	1		
		成人服用一般煎至 150~200ml	5	3	1		
		7. 注明有先煎、后下、另煎、烊化、包煎、煎汤代水等特殊要求的中药煎药法	15	10	5		
结果 判断	20	1. 煎煮火候、水量	4	2	1		
		2. 煎药时间	4	2	1		
		3. 煎煮后浓度、药量	4	2	1		
		4. 另包药的投下时间和煎煮方法	4	2	1		
		5. 煎药时是否有药液溢出、煮干或煮焦	4	2	1		
整理	10	1. 物品整理归位并收拾干净	5	3	1		
		2. 环境卫生良好	5	3	1		
总分	100						

实训三

常用中药外用制剂的制备

一、实训计划与实施

(一) 实训目的

学会生肌玉红膏、紫草油、七白散的制备。

(二) 实训内容

1. 生肌玉红膏的制备。
2. 紫草油的制备。
3. 七白散的制备。

(三) 实训流程

1. 实训前准备

(1) 术者准备:服装、鞋帽整洁,修剪指甲,束发,准备好实训手册,洗手消毒,工作状态准备。

(2) 实验用品准备

1) 生肌玉红膏:天平、锅、锅铲、研钵、滤网、玻璃瓶、电炉,当归 100g、白蜡 100g、白芷 25g、血竭 20g、轻粉 20g、紫草 10g、甘草 60g、麻油 500g。

2) 紫草油:天平、锅、锅铲、滤网、玻璃瓶、电炉,紫草 100g、麻油 1000g。

3) 七白散:研钵、玻璃瓶,白蔹、白术、白芷、白牵牛、白附子、白芍药、白僵蚕各 50g。

(3) 复习生肌玉红膏、紫草油、七白散的功效。

1) 生肌玉红膏:活血祛腐,解毒止痛,润肤生肌。主治各种溃疡,脓水将尽、烫伤、肉芽生长缓慢者。

2) 紫草油:消炎解毒,消肿止痛,祛腐生肌,收敛止血。主治感染性伤口、婴儿尿布疹、婴儿湿疹、外伤及烧伤。

3) 七白散:美白祛斑。主治面黥,面生疮。

2. 实训过程

(1) 生肌玉红膏的制备

- 1) 将当归、白芷、紫草、甘草 4 味饮片或粗末放入油内浸 3 个月。
- 2) 轻粉、血竭分别研为极细末。
- 3) 将油渍药物放入锅内,用小火煎炸,至药呈老黄色时过滤、去渣。
- 4) 再加热至沸后放入白蜡,搅匀,离火。
- 5) 完全冷却时,放入轻粉、血竭末,搅拌均匀即得。
- 6) 装瓶备用。

(2) 紫草油的制备

1) 将麻油加热至约 200℃,离火。

2) 将紫草放入锅内,搅拌。

3) 过滤。

4) 装瓶备用。

(3) 七白散的制备:将白蔹、白术、白芷、白牵牛、白附子、白芍药、白僵蚕共研成细末,装入瓶中备用。

3. 实训后整理

(1) 整理着装。

(2) 整理物品:将锅、锅铲、研钵、滤网等物品洗净,放回原处。

(3) 整理所使用的材料:将实验过程所产生的垃圾放入垃圾袋。

(四) 效果评价

1. 生肌玉红膏为紫红色细腻无颗粒之软膏。

2. 紫草油为紫红色细腻无颗粒之液体。

3. 七白散为颗粒均匀细腻之粉末。

(五) 关键点提示

1. 实训前检查用物是否齐备,将实验器具洗净消毒。

2. 实训前熟悉实训步骤,合理分组。

3. 严格执行实训规程,注意安全。

4. 实训过程中应小心操作,如出现意外,应紧急处理。

5. 及时关火,以免发生意外事故。

二、实训测评

项 目	项目分值	内 容 要 求	评 分 等 级			实际得分	备注
			A	B	C		
准备	15	1. 实训者准备 服装、鞋帽整洁,修剪指甲,束发,准备好实训手册,洗手消毒	5	3	2		
		2. 实验用品 (1) 生肌玉红膏:天平、锅、锅铲、研钵、滤网、玻璃瓶、电炉,当归 100g、白蜡 100g、白芷 25g、血竭 20g、轻粉 20g、紫草 10g、甘草 60g、麻油 500g (2) 紫草油:天平、锅、锅铲、滤网、玻璃瓶、电炉,紫草 100g、麻油 1000g (3) 七白散:研钵、玻璃杯,白蔹、白术、白芷、白牵牛、白附子、白芍药、白僵蚕各 50g	10	7	5		

续表

项 目	项目分值	内 容 要 求	评 分 等 级			实际 得分	备注
			A	B	C		
实训 过程	60	1. 生肌玉红膏的制备					
		(1) 将当归、白芷、紫草、甘草 4 味饮片或粗末放入油内浸 3 个月	5	3	1		
		(2) 轻粉、血竭分别研为极细末	5	3	1		
		(3) 将油渍药物放入锅内,用小火煎炸,至药呈老黄色时过滤、去渣	5	3	1		
		(4) 再加热至沸后放入白蜡,搅匀,离火	5	3	1		
		(5) 完全冷却时,放入轻粉、血竭末,搅拌均匀即得	5	3	1		
		(6) 装瓶备用	5	3	1		
		2. 紫草油的制备					
		(1) 将麻油加热至约 200℃,离火	5	3	1		
		(2) 将紫草放入锅内,搅拌	5	3	1		
		(3) 过滤	5	3	1		
		(4) 装瓶备用	5	3	1		
		3. 七白散的制备 将白蔹、白术、白芷、白牵牛、白附子、白芍药、白僵蚕共研成细末,装入瓶中备用	10	8	5		
结果 判断	20	1. 观察 药物的性状	10	7	5		
		2. 询问 药物的功效	10	7	5		
整理	5	1. 物品整理归位并收拾干净	2.5	1.5	1		
		2. 环境卫生良好,用具消毒,清洗物品,物归原处,洗手	2.5	1.5	1		
总分	100						

技能一 腧穴的定位方法

一、实训计划与实施

(一) 实训目的

1. 学会寻找体表标志,帮助进行腧穴定位。
2. 学会运用骨度分寸法,测量取穴。
3. 学会运用指寸定位法。

(二) 实训内容

腧穴常用定位方法练习。

(三) 实训流程

1. 实训前准备

(1) 术者准备:服装、鞋帽整洁,修剪指甲,束发,准备好实训手册、皮尺、解剖用骨架、肌肉、神经等系统局解模型、点穴笔(唇线笔),洗手消毒,工作状态准备。

(2) 受术者准备:选取合适体位,保持平稳而持久的姿势,协助松开衣服,暴露供标识部位,保暖。

(3) 寻找体表固定标志和活动标志,并以点穴笔标注。

2. 实训过程

(1) 骨度分寸法

1) 回顾骨度分寸法的含义及常用骨度分寸表中的内容:骨度分寸法是以体表骨节为主要标志,折量全身各部位的长度和宽度,定出分寸用于腧穴定位的方法。

常用骨度分寸表

部位	起 止 点	折量寸	度量法	说 明
头面部	前发际正中至后发际正中	12 寸	直寸	用于确定头部经穴的纵向距离
	眉间(印堂)至前发际正中	3 寸	直寸	用于确定前或后发际及其头部经穴的纵向距离
	第 7 颈椎棘突下(大椎)至后发际正中	3 寸	直寸	用于确定前或后发际及其头部经穴的纵向距离
	眉间(印堂)至第 7 颈椎棘突下(大椎)	18 寸	直寸	用于确定前或后发际及其头部经穴的纵向距离

续表

部位	起 止 点	折量寸	度量法	说 明
头面部	前额两发角(头维)之间	9 寸	横寸	用于确定头面部经穴的横向距离
	耳后两乳突(完骨)之间	9 寸	横寸	用于确定头面部经穴的横向距离
胸腹部	胸骨上窝(天突)至胸剑联合中点(歧骨)	9 寸	直寸	用于确定胸部任脉经穴的纵向距离
	胸剑联合中点(歧骨)至脐中	8 寸	直寸	用于确定上腹部经穴的纵向距离
	脐中至耻骨联合上缘(曲骨)	5 寸	直寸	用于确定下腹部经穴的纵向距离
	两乳头之间	8 寸	横寸	用于确定胸腹部经穴的横向距离
	腋窝顶点至第 11 肋游离端(章门)	12 寸	直寸	用于确定胁腹部经穴的纵向距离
背腰部	大椎以下至尾骶	21 椎	直寸	背腰部腧穴以脊椎棘突标志作为定位依据
	肩胛骨内侧缘(近脊柱侧点)至后正中	3 寸	横寸	用于确定背腰部经穴的横向距离
	肩峰缘至后正中	8 寸	横寸	用于确定肩背部经穴的横向距离
上肢部	腋前、后纹头至肘横纹(平肘尖)	9 寸	直寸	用于确定上臂部经穴的纵向距离
	肘横纹(平肘尖)至腕掌(背)侧横纹	12 寸	直寸	用于确定前臂部经穴的纵向距离
下肢部	耻骨联合上缘至股骨内髁上缘	18 寸	直寸	用于确定下肢部内侧足三阴经经穴的纵向距离
	胫骨内侧髁下方至内踝尖	13 寸	直寸	用于确定下肢部内侧足三阴经经穴的纵向距离
	股骨大转子至腓横纹	19 寸	直寸	用于确定下肢部外后侧足三阳经经穴的纵向距离(臀沟至腓横纹相当于 14 寸)
	腓横纹至外踝尖	16 寸	直寸	用于确定下肢部外后侧足三阳经经穴的纵向距离

2) 分组测量、定位:按照头面部→胸腹部→背腰部→上肢部→下肢部的顺序,先找出每一部位的纵向距离起止点,再找出每一部位的横向距离起止点。例如在头面部,纵向可确定前发际正中至后发际正中为 12 寸,用于确定头部经穴的纵向距离;在头面部,横向可确定前额两发角(头维)之间为 9 寸,用于确定头面部经穴的横向距离。

(2) 解剖标志定位法

1) 回顾解剖标志定位法的分类、含义:固定标志法:是以人体表面固定不移,又有明显特征的部位作为取穴标志的方法。如以肚脐为标志,定位神阙穴(图 4-1)。

活动标志法:是以活动的标志作为取穴标志的方法。活动的标志是指各部位的关节、肌肉、肌腱、皮肤随着活动而出现的空隙、凹陷、皱纹、尖端等需要采取相应的活动姿势才会出

现的标志。如以屈肘时出现的肘横纹头凹陷定位曲池穴(图 4-2)。

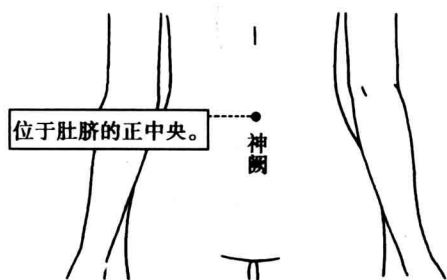


图 4-1 神阙定位

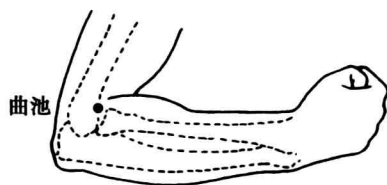


图 4-2 曲池定位

2) 分组寻找、定位:寻找人体表面固定的标志:依次找到骨骼和肌肉所形成的突起、凹陷、五官轮廓、发际、指、趾、甲、乳头、肚脐。

寻找人体活动标志:练习张口取穴(取耳门、听宫、听会)。

(3) 指寸定位法

1) 回顾指寸定位法的分类、含义:指寸定位法是以患者的手指为标准,进行测量定位的方法。常用的指寸定位法有中指同身寸法、拇指同身寸法、横指同身寸法。

中指同身寸法:简称“中指寸法”,是以患者的中指屈曲时,内侧两端纹头之间作为 1 寸,可用于四肢直寸和背部横寸取穴(图 4-3)。

拇指同身寸法:是以患者拇指指关节的宽度作为 1 寸,适用于四肢的直寸取穴(图 4-4)。

横指同身寸法:又称“一夫法”,是以患者的示指、中指、无名指和小指四指并拢,以中指中节近心端横纹处为准,四指宽度为 3 寸(图 4-5)。



图 4-3 中指同身寸法



图 4-4 拇指同身寸法

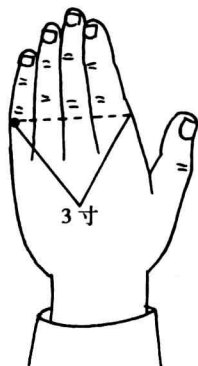


图 4-5 横指同身寸法

2) 练习:首先利用自己的手,熟悉中指同身寸法、拇指同身寸法、横指同身寸法,特别注意 3 种定位方法的起止点。然后利用受术者的手,用同样的方法进行练习。

3. 实训后整理

(1) 协助受术者整理着装。

(2) 整理实训区:整理实训床、叠好铺床毛巾。

(3) 整理所使用的材料:收好点穴笔,将实验过程所产生的垃圾放入垃圾袋。

(四) 效果评价

- 1. 寻找体表固定标志和活动标志的准确度。
- 2. 运用骨度分寸法确定各部位长短的准确度。
- 3. 指寸定位法使用的准确度。

(五) 关键点提示

体表固定标志和活动标志的寻找需结合经络与腧穴的表面解剖与应用解剖相关知识。

二、实训测评

项 目	项目分值	内 容 要 求	评 分 等 级			实际得分	备注
			A	B	C		
准备	5	1. 术者准备 服装、鞋帽整洁,修剪指甲,束发,洗手消毒	1	0	0		
		2. 材料准备 实训手册、点穴笔	2	1	0		
		3. 受术者准备 选取合适体位,保持平稳而持久的姿势,协助松开衣服,暴露供标识部位,保暖	2	1	0		
实训过程	80	1. 人体固定标志的寻找(找出神阙、睛明、膻中、迎香、乳中穴)					每穴 2 分 共 10 分
		2. 人体活动标志的寻找(找出耳门、听宫、少海、肩髃、曲池穴)					每穴 2 分 共 10 分
		3. 人体纵向骨度分寸(阐述下肢部的骨度分寸起止点、折量长度)	20	15	10		
		4. 人体横向骨度分寸(阐述头面部及背腰部的骨度分寸起止点、折量长度)	10	8	5		
		5. 中指同身寸法	10	8	5		
		6. 拇指同身寸法	10	8	5		
		7. 横指同身寸法	10	8	5		
结果判断	10	1. 观察 方法使用的准确性	5	3	1		
		2. 询问 口头表述的准确性	5	3	1		
整理	5	1. 物品整理归位并收拾干净	2.5	2	1.5		
		2. 环境卫生良好,用具消毒,清洗物品,物归原处,洗手	2.5	2	1.5		
总分	100						

三、职业岗位能力情境化实训

考核要求:学生分组相互按照人体骨度分寸法标注出人体各部骨度分寸。

技能二 分经定位

手三阴经

一、实训计划与实施

(一) 实训目的

1. 能够用相应颜色点穴笔在人体上标识出经络的体表循行路线。
2. 能够对相应经络常用美容腧穴进行分经定位,并在人体上准确标识。
3. 能够口述腧穴定位。

(二) 实训内容

手三阴经经脉体表循行及常用美容腧穴定位。

(三) 实训流程

1. 实训前准备

- (1) 术者准备:服装、鞋帽整洁,修剪指甲,束发,洗手消毒,工作状态准备。
- (2) 实训材料准备:实训手册、点穴笔(蓝色)、皮尺。
- (3) 受术者准备:选取合适体位,保持平稳而持久的姿势,协助松开衣服,暴露供标识部位,保暖。

2. 实训过程

- (1) 回顾手三阴经经脉在体表循行分布交接要点。

1) 经脉循行走向:从胸走手。

2) 体表主要分布部位:上肢内侧。

- { 手太阴经:胸前壁外侧(中府)→上肢内侧前缘→拇指桡侧端(少商)。
- { 手厥阴经:乳头外侧(天池)→上肢内侧正中→中指尖端(中冲)。
- { 手少阴经:腋窝下(极泉)→上肢内侧后缘→小指桡侧端(少冲)。

3) 交接关系。

- { 手太阴经:肺中上接肝经,示指桡侧端下接大肠经。
- { 手厥阴经:胸中上接心包经,无名指尺侧端下接三焦经。
- { 手少阴经:心中上接脾经,手小指桡侧端下接小肠经。

4) 联系脏腑器官。

- { 手少阴经:肺、大肠、胃、肺系。
- { 手厥阴经:心包、三焦。
- { 手少阴经:心、小肠、肺、目系、咽。

(2) 回顾手三阴经的经脉循行。

1) 手太阴经脉

中焦→络大肠→胃口→属肺→肺系→腋(中府)→膻内→肘→臂内→
腕后(列缺)→寸口→鱼际→大指端(少商)
 ↓
 次指内廉→出其端(接手阳明大肠经)