

針 灸 學

(二)

腧 穴 學

上海中醫學院 編

人 民 衛 生 出 版 社

样 本 库

目 录

第一章 腧穴概论	1
一、腧穴的意义	1
二、腧穴的发展和分类	1
三、腧穴的命名	8
四、腧穴的作用	9
五、腧穴的位置和取法	14
六、腧穴的特性	22
第二章 任、督脉经穴	37
一、督脉	37
(1) 龈交(37) (2) 兑端(38) (3) 水沟(38) (4) 素髎(40)	
(5) 印堂(41) (6) 神庭(42) (7) 上星(43) (8) 颞会(44)	
(9) 前顶(45) (10) 百会(46) (11) 后顶(47) (12) 强间(48)	
(13) 脑户(49) (14) 风府(50) (15) 哑门(51) (16) 大椎(52)	
(17) 陶道(53) (18) 身柱(54) (19) 神道(55) (20) 灵台(57)	
(21) 至阳(57) (22) 筋缩(58) (23) 中脘(59) (24) 脊中(60)	
(25) 悬枢(60) (26) 命门(61) (27) 阳关(62) (28) 腰俞(63)	
(29) 长强(64)	
二、任脉	65
(1) 会阴(65) (2) 龙门(66) (3) 曲骨(67) (4) 中极(68)	
(5) 关元(69) (6) 石门(71) (7) 气海(72) (8) 阴交(73)	
(9) 神阙(74) (10) 水分(75) (11) 下脘(76) (12) 建里(77)	
(13) 中脘(78) (14) 上脘(80) (15) 巨阙(81) (16) 鸠尾(82)	
(17) 中庭(83) (18) 膻中(83) (19) 玉堂(85) (20) 紫宫(85)	
(21) 华盖(86) (22) 璇玑(87) (23) 天突(88) (24) 廉泉(89)	
(25) 承浆(90)	
第三章 手三阴经穴	92
一、手太阴肺经	92



- (1)中府(92) (2)太門(93) (3)天府(94)
 (4)俠白(95) (5)尺澤(96) (6)孔最(97)
 (7)列缺(98) (8)經渠(99) (9)太淵(100)
 (10)魚際(101) (11)少商(103)

二、手少陰心經 104

- (1)極泉(104) (2)青靈(105) (3)少海(106)
 (4)靈道(107) (5)通里(108) (6)陰郄(109)
 (7)神門(110) (8)少府(111) (9)少冲(112)

三、手厥陰心包經 113

- (1)天池(113) (2)天泉(114) (3)曲澤(115)
 (4)郄門(116) (5)間使(117) (6)內关(119)
 (7)大陵(120) (8)勞宮(121) (9)中冲(122)

第四章 手三阳經穴 124

一、手阳明大腸經 124

- (1)商阳(124) (2)二間(125) (3)三間(126)
 (4)合谷(127) (5)陽谿(128) (6)偏历(129)
 (7)溫溜(130) (8)下廉(131) (9)上廉(132)
 (10)手三里(133) (11)曲池(134) (12)肘髁(135)
 (13)五里(136) (14)臂臑(137) (15)肩髃(138)
 (16)巨骨(139) (17)天鼎(140) (18)扶突(141)
 (19)禾髎(142) (20)迎香(143)

二、手太阳小腸經 144

- (1)少澤(144) (2)前谷(146) (3)后谿(147)
 (4)腕骨(148) (5)阳谷(149) (6)养老(150)
 (7)支正(151) (8)小海(152) (9)肩貞(153)
 (10)臑俞(154) (11)天宗(154) (12)秉風(155)
 (13)曲垣(156) (14)肩外俞(157) (15)肩中俞(158)
 (16)天窗(159) (17)天容(160) (18)鬲髎(161)
 (19)太阳(162) (20)听宮(163)

三、手少阳三焦經 164

- (1)关冲(164) (2)液門(165) (3)中渚(166)
 (4)阳池(167) (5)外关(168) (6)支沟(169)

- | | | |
|-------------|--------------|-------------|
| (7)会宗(171) | (8)三阳络(171) | (9)四渎(172) |
| (10)天井(173) | (11)清冷渊(174) | (12)消渴(175) |
| (13)膻会(176) | (14)肩髃(177) | (15)天髃(177) |
| (16)天髃(178) | (17)翳风(180) | (18)瘰脉(181) |
| (19)颞息(181) | (20)角孙(182) | (21)耳门(183) |
| (22)和髃(184) | (23)丝竹空(185) | |

第五章 足三阳经穴 186

一、足阳明胃经 186

- | | | |
|--------------|--------------|--------------|
| (1)承泣(186) | (2)四白(187) | (3)巨髃(188) |
| (4)地仓(189) | (5)大迎(190) | (6)颊车(191) |
| (7)下关(192) | (8)头维(193) | (9)人迎(194) |
| (10)水突(195) | (11)气舍(196) | (12)缺盆(197) |
| (13)气户(198) | (14)库房(199) | (15)屋翳(200) |
| (16)膺窗(201) | (17)乳中(201) | (18)乳根(202) |
| (19)不容(203) | (20)承满(204) | (21)梁门(204) |
| (22)关门(206) | (23)太乙(207) | (24)滑肉门(207) |
| (25)天枢(208) | (26)外陵(209) | (27)大巨(210) |
| (28)水道(211) | (29)归来(212) | (30)气冲(213) |
| (31)脾关(214) | (32)伏兔(215) | (33)阴市(216) |
| (34)梁丘(216) | (35)犊鼻(217) | (36)足三里(218) |
| (37)阑尾(220) | (38)上巨虚(221) | (39)条口(222) |
| (40)下巨虚(222) | (41)丰隆(223) | (42)解谿(224) |
| (43)冲阳(226) | (44)陷谷(227) | (45)内庭(228) |
| (46)厉兑(229) | | |

二、足太阳膀胱经 230

- | | | |
|-------------|--------------|---------------|
| (1)睛明(230) | (2)攒竹(231) | (3)眉冲(232) |
| (4)曲差(233) | (5)五处(234) | (6)承光(235) |
| (7)通天(236) | (8)络却(237) | (9)玉枕(238) |
| (10)天柱(239) | (11)大杼(240) | (12)风门(241) |
| (13)肺俞(243) | (14)厥阴俞(244) | (15)心俞(245) |
| (16)督俞(246) | (17)膈俞(247) | (18)胃管下俞(248) |
| (19)肝俞(249) | (20)胆俞(250) | (21)脾俞(251) |

- | | | |
|--------------|--------------|--------------|
| (22)胃俞(253) | (23)三焦俞(254) | (24)肾俞(254) |
| (25)气海俞(256) | (26)大肠俞(256) | (27)关元俞(257) |
| (28)小肠俞(258) | (29)膀胱俞(259) | (30)中膂俞(260) |
| (31)白环俞(261) | (32)上髂(262) | (33)次髂(263) |
| (34)中髂(263) | (35)下髂(264) | (36)会阳(265) |
| (37)附分(266) | (38)魄户(267) | (39)膏肓俞(267) |
| (40)神堂(268) | (41)譩臑(268) | (42)膈关(269) |
| (43)魂门(271) | (44)阳纲(272) | (45)意舍(273) |
| (46)胃仓(274) | (47)育门(275) | (48)志室(275) |
| (49)胞肓(276) | (50)秩边(277) | (51)承扶(277) |
| (52)殷门(279) | (53)浮郄(280) | (54)委阳(280) |
| (55)委中(282) | (56)合阳(283) | (57)承筋(284) |
| (58)承山(285) | (59)飞髎(286) | (60)跗阳(287) |
| (61)昆侖(288) | (62)仆参(289) | (63)申脉(290) |
| (64)金門(291) | (65)京骨(292) | (66)束骨(292) |
| (67)通谷(293) | (68)至阴(294) | |

三、足少阳胆经 295

- | | | |
|--------------|-------------|--------------|
| (1)瞳子髎(295) | (2)听会(296) | (3)上关(297) |
| (4)颌厌(299) | (5)悬颧(300) | (6)悬厘(300) |
| (7)曲鬓(301) | (8)率谷(302) | (9)天冲(303) |
| (10)浮白(303) | (11)窍阴(304) | (12)完骨(305) |
| (13)本神(306) | (14)阳白(307) | (15)临泣(308) |
| (16)目窗(309) | (17)正营(310) | (18)承灵(310) |
| (19)脑空(311) | (20)风池(312) | (21)肩井(313) |
| (22)渊液(315) | (23)辄筋(316) | (24)日月(316) |
| (25)京门(318) | (26)带脉(319) | (27)五枢(320) |
| (28)维道(321) | (29)居髎(322) | (30)环跳(323) |
| (31)风市(324) | (32)中渎(325) | (33)阳关(326) |
| (34)阳陵泉(327) | (35)阳交(328) | (36)外丘(329) |
| (37)光明(330) | (38)阳辅(331) | (39)悬钟(332) |
| (40)丘墟(333) | (41)临泣(334) | (42)地五会(335) |
| (43)侠谿(336) | (44)窍阴(337) | |

第六章 足三阴经穴 339

一、足太阴脾经 339

- | | | |
|--------------|--------------|--------------|
| (1) 隐白(339) | (2) 大都(340) | (3) 太白(341) |
| (4) 公孙(342) | (5) 商丘(343) | (6) 三阴交(344) |
| (7) 漏谷(346) | (8) 地机(347) | (9) 阴陵泉(348) |
| (10) 血海(350) | (11) 箕门(351) | (12) 冲门(351) |
| (13) 府舍(352) | (14) 腹结(353) | (15) 大横(355) |
| (16) 腹哀(355) | (17) 食窦(356) | (18) 天谿(357) |
| (19) 胸乡(358) | (20) 周荣(359) | (21) 大包(360) |

二、足少阴肾经 361

- | | | |
|--------------|--------------|--------------|
| (1) 涌泉(361) | (2) 然谷(362) | (3) 太谿(364) |
| (4) 大钟(365) | (5) 水泉(366) | (6) 照海(366) |
| (7) 复溜(368) | (8) 交信(369) | (9) 筑宾(370) |
| (10) 阴谷(371) | (11) 横骨(372) | (12) 大赫(373) |
| (13) 气穴(375) | (14) 四满(375) | (15) 中注(376) |
| (16) 育俞(377) | (17) 商曲(378) | (18) 石关(379) |
| (19) 阴都(379) | (20) 通谷(380) | (21) 幽门(381) |
| (22) 步廊(382) | (23) 神封(383) | (24) 灵墟(385) |
| (25) 神藏(385) | (26) 臑中(386) | (27) 俞府(387) |

三、足厥阴肝经 388

- | | | |
|--------------|--------------|--------------|
| (1) 大敦(388) | (2) 行间(389) | (3) 太冲(390) |
| (4) 中封(391) | (5) 蠡沟(392) | (6) 中都(393) |
| (7) 膝关(394) | (8) 曲泉(395) | (9) 阴包(396) |
| (10) 五里(397) | (11) 阴廉(398) | (12) 急脉(399) |
| (13) 章门(399) | (14) 期门(401) | |

第七章 经外奇穴 403

一、头面部 403

- | | | |
|---------------|--------------|--------------|
| (1) 四神聪(403) | (2) 当阳(403) | (3) 鱼腰(403) |
| (4) 鱼尾(404) | (5) 球后(404) | (6) 耳尖(404) |
| (7) 阳维(405) | (8) 翳明(405) | (9) 鼻穿(405) |
| (10) 内迎香(405) | (11) 聚泉(406) | (12) 海泉(406) |

(13)金津,玉液(406) (14)挾承漿(407)

二、背腰部 407

- | | | |
|---------------|---------------|------------|
| (1)百勞(407) | (2)新設(407) | (3)崇骨(407) |
| (4)喘息(408) | (5)四花(408) | (6)接脊(409) |
| (7)痞根(409) | (8)下極俞(409) | (9)腰眼(409) |
| (10)十七椎穴(410) | (11)華佗挾脊(410) | |
| (12)騎竹馬穴(411) | | |

三、胸腹部 411

- | | | |
|---------------|--------------|------------|
| (1)膻中四邊(411) | (2)膻三角灸(411) | |
| (3)胞門,子戶(412) | (4)氣門(412) | (5)子宮(412) |

四、上肢部 413

- | | | |
|-------------|-------------|-------------|
| (1)肘尖(413) | (2)二白(413) | (3)中泉(414) |
| (4)外勞宮(415) | (5)內陽池(415) | (6)四繭(415) |
| (7)五虎(415) | (8)大骨空(416) | (9)小骨空(416) |
| (10)拳尖(416) | (11)八邪(416) | (12)虎口(417) |
| (13)中魁(417) | (14)鳳眼(418) | (15)十宣(418) |

五、下肢部 419

- | | | |
|-------------|--------------|-------------|
| (1)環中(419) | (2)髕骨(419) | (3)百虫窩(419) |
| (4)鵝頂(419) | (5)膝上(420) | (6)膝眼(420) |
| (7)膝下(420) | (8)呂細(421) | (9)外踝尖(421) |
| (10)女膝(421) | (11)八風(421) | (12)氣端(422) |
| (13)蠡陰(422) | (14)里內庭(423) | |

第一章 腧穴概論

一、腧穴的意义

腧穴是体表与經絡、臟腑相通的点，是脉气所发的空隙，也是針灸施术的部位。“腧”具有輸注和轉輸的意义，“穴”具有空隙和聚集的意义，腧穴是經絡、脉气内外輸注的所在。所以，腧穴又称作“气穴”、“孔穴”、“輸”、“穴”、“空”、“节”、“会”等，通俗还称作“穴道”或“穴位”。

“腧”讀作“輸”，又从簡作“俞”，三字通用。一般針灸治疗点都可称作腧穴外，有一些特定腧穴又专称为“輸”或“俞”：在四肢部，各經都有井、榮、輸、經、合五类穴；在背部，五脏、六腑都有“背俞”穴。

随着腧穴的发展，联系于一定經絡上的腧穴称作“經穴”；原有經穴以外的腧穴称作“經外奇穴”或称“奇輸”；还有随敏感压痛和疾患部位而定的腧穴称作“阿是穴”，亦即《灵樞》所称的“以痛为輸”。所以，腧穴包括經穴、經外奇穴和阿是穴，是一般針灸治疗点的通称。其中，十四經經穴是全身腧穴的主体，經外奇穴是原有經穴的补充，而阿是穴則是根据疾患部位和压痛点定穴的灵活运用。

二、腧穴的发展和分类

腧穴位置的确定，是我国古代劳动人民长期与疾病作斗争中的經驗积累，在历代医家的临床应用中，又不断有所补充和发展。当人体发生疾病时，常于一定的部位出現痛楚，内部

脏腑疾患能反应于体表，各个部位之间的病症也可互相牵涉，通过体表部的按压检查，可能发现许多异常现象，如感觉障碍、痠楚、压痛、过敏、肿胀、硬结、郁血、虚陷及跳动等。最初从这些异常的部位加以适当的刺激，包括按摩、砭刺、温灸等措施，结果病痛缓解，健康恢复，这样就在人们的认识中形成了腧穴的概念。所以，古时称腧穴为“砭灸处”。在这个基础上，进而认识到这些部位与内部器官作用相通，从而就有了“输”、“穴”、“会”等名称，说明疾病反应于外与治疗通连于内，并以腧穴为传导点。

人体发生疾病是相互关联的，腧穴的治疗作用也不是限于局部，它能治疗邻近部的病症，又能治疗远隔部的病症；能治疗体表部的病症，又能治疗体腔部的病症。这样，古人就探索出远近内外之间的经络联系。这种联系，从针刺和温灸的感应传导上可体现出来，如痠胀重麻、针下沉紧、热感扩散等现象，说明了腧穴所在有经气活动。因此，《素问》称腧穴为“脉气所发”和“气穴”，就是指出腧穴在生理作用上的特点，不是孤立的、散乱的、浅表的点，而是互相联系地存在于周身，有其一定的系统性和规律性。

早在公元前二世纪的医学巨著——《内经》一书中，总结了我国古代的医疗经验和理论知识，对腧穴的认识已十分确切而全面。与腧穴密切相关的经络学说成为《内经》所阐述的重要内容之一，用以指导针灸临床治疗，已不局限于点的概念，而发展到线的认识。许多腧穴连属于有关的经络，属于同一经络的腧穴，其治疗作用在原则上具有一致性。尤其以四肢肘、膝以下的腧穴作为基本，称作“本输”。本输，这是腧穴分经的基础。十二经脉的命名并分为手足三阴、三阳而连接脏腑，即表示了四肢经穴与头身脏腑之间的远隔治疗作用。在

《內經》中論述刺灸治療，常舉其經名而不列穴名，就是从腧穴的概念擴展為經絡的認識，給針灸取穴作出概括性的提示。

我們從《內經》中考察腧穴與經絡的聯繫，如《靈樞》本輸篇、根結篇、經脈篇、九針十二原篇、背腧篇、衛氣篇、邪氣臟腑病形篇、厥病論、熱病論、寒熱病篇、刺節真邪篇、五邪篇等；《素問》氣穴論、氣府論、骨空論、刺疔論、水熱穴論、刺腰痛論、刺法論等，都是有關腧穴與經絡的專篇論述。本輸篇論列十二經在肘、膝以下的基本腧穴；根結篇論述十二經脈是根於四肢而結於頭身；經脈篇具體闡述十二經脈的循行及其所主病候，即指示各經腧穴所能主治的病症，並指出絡脈的別出處各有絡穴；九針十二原篇論五臟原穴；背腧篇論五臟的背腧穴；衛氣篇論十二經的標本氣街所在。《素問》氣穴論提出“氣穴三百六十五”的總數，例舉了許多穴名；氣府論例舉手足三陽及任、督、沖脈的脈氣所發穴。

由此可知，腧穴的歸經，在《內經》中已奠定了基礎。雖然它沒有詳細地全部記載周身腧穴的名稱，但對腧穴與經絡的結合已闡述得十分明確。古代醫家，正是以腧穴為基礎發展了經絡學說，隨着又以經絡學說為指導，進一步豐富了腧穴的內容。腧穴，從最初的“以痛為輸”到以後的“定位定名”；從散在的經驗累積，到系統的理論概括，這是我們的祖先經歷漫長時期的醫療實踐，不斷進行充實和提高的結果。

古代關於腧穴的專書稱為《明堂孔穴》，在《隋書經籍志》里還有各家明堂孔穴的記載。晉代皇甫謐《針灸甲乙經》即為參考當時《明堂孔穴針灸治要》等書編集而成。因此，古代明堂原書雖已散佚，但我們還能從《甲乙經》中看到它的內容。這樣，《針灸甲乙經》就成為我國現存最早的記載周身經穴的書籍。全書列載正中單穴 49，兩側雙穴 300，合計總穴名為 349。

以后,《銅人腧穴針灸圖經》增加了5穴,总穴名为354(《十四經發揮》同);《針灸資生經》又增加了5穴,总穴名为359(《針灸大成》同);《醫宗金鑑》又增加了2穴,总穴名为361。本书根据前人記載和临床应用增加了5穴,总穴名为366(表1)。

表 1

腧穴 \ 文 献	內經	明堂、甲乙	銅人、發揮	資生、大成	金 鑑	本 书
正中单穴	25	49	(+2) 51	51	(+1) 52	(+2) 54
兩側双穴	135	300	(+3) 303	(+5) 308	(+1) 309	(+3) 312
总 穴 名	160	349	354	359	361	366
总 穴 数	295	649	657	667	670	678

〔說明〕

1. 《銅人》增加单穴二: 阳关、灵台; 双穴三: 膏肓俞、厥阴俞、膏肓。
2. 《資生經》增加双穴五: 眉冲、督俞、气海俞、关元俞、风市。
3. 《金鑑》增加单穴一: 中脘; 双穴一: 急脉。
4. 本書增加单穴二: 印堂、龙門; 双穴三: 太阳、胃管下俞、闕尾。

腧穴数字的增加,是由于医疗实践中时有新的創获。其未列入經絡系統之前,即属于經外奇穴的范畴,經過长时期的应用,后人将其列入經穴。例如膏肓俞在未列入經穴之前,原属施行灸法的經外奇穴,孙思邈因其疗效显著,載入《千金方》和《千金翼方》中,詳加介紹。其取穴方法是于“胛骨之里,肋間空处,按之自觉牵引胸戶中。”这說明,最初由于診察疾病时,通过按压檢查,得出敏感的所在,从而定作灸点。因其效果确凿,乃定位命名,最后《銅人》等书就將它列作經穴之一。

經穴可由經外奇穴来补充,而經外奇穴則出于阿是穴。

如上述膏肓俞的定穴經過，就是以“按之自觉牵引胸戶中”的感应为根据。非仅如此，而且在于其灸治之后，能有“当觉气下潺潺然流水状”，起到消除“停痰宿疾”的效果。

由阿是穴、經外奇穴到經穴，是人們認識腧穴和确定腧穴作用的发展过程，所以，現有的經穴，就应当看成是經過医疗实践中反复檢驗和掌握其一定規律性的腧穴，是全部腧穴的主体。随着人們認識的进一步提高，在原有的經穴之外，还繼續发现一些經驗有效穴，即新的經外奇穴；經外奇穴之外，在临床实践中还有許多无定位、无定名的敏感压痛的所在，这些并属于阿是穴范畴。在阿是穴的基础上，如进一步确定其部位与主治作用，則可将列作經外奇穴，以至成为經穴。

根据以上的討論，可以明白，阿是穴、經外奇穴和經穴之間的关系，并不是完全割裂的，而是腧穴从无定位定名到定位定名，又从定位定名达到系統化的不同发展阶段。临床应用，就按照腧穴所属的形式，分为三类：（一）十四經腧穴；（二）經外奇穴；（三）阿是穴。以下分別加以說明：

（一）十四經腧穴

手三阴、手三阳、足三阴、足三阳，再加前后正中的任脉和督脉，总称十四經。周身腧穴按照十四經排列，說明四肢与軀干、体表与內脏之間在生理机能上具有远近內外的規律性联系。由于經絡的循行有长有短，所属的腧穴也就有多有少，茲結合分經和分部关系，将十四經腧穴按四肢、身軀和头面三部分計穴数如下表（表2）：

（二）經外奇穴

經外奇穴，是指原有經穴之外的經驗有效穴，或其位置特殊、一名数穴，不能直属于某一經者，概称为經外奇穴。从經絡漫布全身、通彻內外的作用来論，所有腧穴自然不能孤立地

表2 十四經腧穴分部穴數表

經名	穴數部位	四	肢	身	軀	頭	面	總	數
手三陰	手太陰肺經	9		2				11	
	手厥陰心包經	8		1				9	
	手少陰心經	9						9	
手三陽	手陽明大腸經	15		3		2		20	
	手少陽三焦經	14		1		8		23	
	手太陽小腸經	10		7		3		20	
足三陰	足太陰脾經	11		10				21	
	足厥陰肝經	12		2				14	
	足少陰腎經	10		17				27	
足三陽	足陽明胃經	16		22		8		46	
	足少陽胆經	14		10		20		44	
	足太陽膀胱經	18		40		10		68	
正中	任脈			24		1		25	
	督脈			14		15		29	
合計		146		153		67		366	

〔附注〕

1. 肩关节和腋橫紋以下屬上肢，腹股沟和臀橫紋以下屬下肢。
2. 下頰底和上項綫以上屬頭面，以下屬身軀。
3. 穴數根据本書所載的全部經穴計算。

脱离經絡系統而存在，否則对其所發揮的主治性能是无从解釋的。《靈樞》刺節真邪篇說：“尽刺諸阳之奇輸”，所說“奇輸”就是奇穴的意思。《內經》于一般經穴之外，也記載了一些特殊取穴法，或是有穴无名的刺法，并为經外奇穴的濫觴。例如《素問》血氣形志篇，以折草的方法取背部俞穴；刺疔篇有“刺十指間”、“刺舌下兩脉”、“刺头上及兩額兩眉間”等均是。

《肘后》、《千金》、《外台》等书收載了許多民間灸法，多属經外奇穴。經外奇穴按其取穴形式，可分为四类：

1. 草繩折量：例如背部的四花、患門、騎竹馬灸等，都用草繩折量，后人为了减少麻煩，很少照用。

2. 据穴外开：是以原有經穴为据点再旁开一定分寸，例如挾承漿为承漿穴两旁1寸；气門为关元穴两旁各3寸。

3. 形态标志：例如膝蓋骨下两旁陷者取膝眼，垂手大腿外侧中指止处取风市，眉头直上，入发际取眉冲（后来列作經穴）。

4. 一名数穴：例如八邪为两手指縫，八风为两足趾縫，十宣为两手指尖。

已如上述，經外奇穴可以补充經穴的不足，正因其临床上具有一定作用，部分奇穴已列入十四經，作为經穴的組成部分。如风市、眉冲等穴，因其定位簡便，甚至比原有的附近經穴——中瀆、曲差应用还多。而对一些煩复折量的取穴法，又多加以簡化，推原其符合經穴所在就直接取用有关經穴。如《針灸聚英》认为四花实即膈俞、胆俞四穴，患門实即心俞二穴，騎竹馬法实即膈俞、肝俞四穴，而其反复用草繩折量的取穴法，原先是为了便于群众施灸而設的。当然，我們还必须看重象膏肓、太阳等出于原有經穴之外的奇穴，确定其作用后把它列入經穴。此外，如八风、八邪等穴，虽然不能限属于某一經，而这也是《灵樞》所說的“尽刺諸阳之奇輸”的一类輸穴了。

（三）阿是穴

阿是穴这一名称，是《千金方》上开始提出来的。說“人有病痛，即令捏其上，若里当其处，不問孔穴，即得便快或痛，即云‘阿是’。灸刺皆驗。”这是指用按压撮捏檢查病体时，如果

发现敏感的反应(快或痛)，便可定作針灸腧穴。在《灵樞》經筋篇中有燔針治疗筋痹，采用“以痛为輸”的取穴法。这是因为筋肉病痛，不比經絡全身症候那样上下左右相通，而是筋部“无左无右，候病所在”(《灵樞》卫气失常篇)。《玉龙歌》中说：“浑身疼痛疾非常，不定穴中細审詳，有筋有骨須淺刺，灼艾临时要度量。”不定穴就是指敏感压痛点。阿是的原来意思，是指压到痛点时，病人会惊声說“啊”，因称压痛点为“阿是”。《医学綱目》又称之为“天应”，是从其内外感应的作用来命名。

取穴要找敏感，这原是腧穴定位的基本特点之一。阿是穴固然是以此为主要依据，就是經穴和經外奇穴的定位，也須要結合这一特点。只要是經穴或經外奇穴，已經有既定的位置，一般可不必每穴找出敏感压痛。但当按压撮捏檢查时，假如发现其感觉异常的位置，正当經穴或經外奇穴的所在，就可按照經穴或經外奇穴来取穴，否則便可称之为阿是穴或天应穴。所以，阿是穴是經穴和經外奇穴的补充，而阿是穴所具的特点，在取經穴或經外奇穴时，也須加留意。

三、腧穴的命名

十四經腧穴，各有一定的部位和名称。《素問》阴阳应象大論曾說：“气穴所发，各有处、名”。孙思邈說：“凡諸孔穴，名不徒設，皆有深意”(《千金翼方》)。說明对穴名意义的理解，将有助于我們熟悉腧穴的功能和特点。經穴的命名，多数結合脏腑經絡学說和体表形态以取类比象。茲将其基本字义，分別解釋如下：

1. 水流和山谷：以水流比拟气血的流注，山谷象征骨节筋肉的高下。例如：池、沟、瀆、渊、渠、溪、溜、泉、海；山、谷、丘、陵、昆侖。

2. 生物和体形：以动植物及生活用具形容局部的形象。例如：攢竹、絲竹空、魚际、犢鼻、伏兔、鳩尾、缺盆、大椎、曲骨、巨骨、肩髃、臂臑、肘髎、髀关以及輔、車、廉(側边)等。

3. 居处和活动：以建筑物和人事活动的名称比拟其功能特点。例如：門、戶、关、樞、堂、室、窗、牖、庭、廊、宮、闕、府、庫、房、舍、垣、竇、突、仓、井以及都、市、乡、里、道、冲、会、合、交、迎等。

4. 脏象和功能：根据脏腑經絡学說并結合主治功能。例如：五脏、六腑、精、神、意、志、气、血、脉、肩以及迎香、睛明、听宫、光明等。

5. 天象和位置：利用天象方面的現成名詞，結合位置的高低内外。例如：风、云、天、星、日月、列缺(电)、丰隆(雷)、璇璣、华盖、太乙、太白以及阴、阳、内、外、承、临、曲、侠(夹)。

經外奇穴，因其体例特殊，命名意义就各有不同。部分經外奇穴先是有取法而无定名，或即以其取穴方法为名，或以其主治病症为名，或以其部位特点为名，或以其組合形式为名。茲分別举例如下：

1. 部位特征：例如：金津玉液、海泉、聚泉、魚腰、腰眼、鶴頂、中魁。

2. 經穴近邻：例如：挟承浆、外劳宫、里内庭、内迎香。

3. 方穴組合：例如：四花、四縫、八风、八邪、二白、十宣。

4. 主治病症：例如：痞根、子宫、百劳。

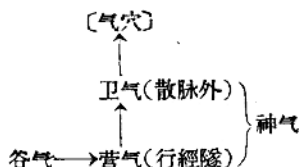
5. 取穴方法：例如：騎竹马、竹杖等。

四、腧穴的作用

《素問》气穴論說：“气穴之处，游針之居”；又說：“孙絡

三百六十五穴会，亦以应一岁，以溢奇邪，以通荣卫。”说明腧穴的作用具有三个特点：一是接受针灸的刺激；二是反应疾病的症候；三是通调营卫的户枢。其中以通调营卫为腧穴所具的基本功能，这首先在于经脉为运行血气而分布周身，营卫则是经脉内外的精微物质。“营行脉中，卫行脉外”，腧穴的所在，也就是营卫之气会集的所在。所以，气穴论还说：“肉之大会为谷，肉之小会为谿——肉分之间，谿谷之会，以行荣卫，以会大气。”谷与谿，只是形容大、小筋肉之间的凹陷位置，其特点在于这些部位具有通行营卫和抗御病邪的作用。这也就是《灵枢》九针十二原篇所说的：“节之交，三百六十五会——所言节者，神气之所游行出入也，非皮肉筋骨也。”皮肉筋骨，只是表明腧穴见于体表的局部形态，我们必须通过这些外形认识到它的内在功能——神气之所游行出入。“神者水谷之精气”（《灵枢》平人绝谷篇）或称为“正气”（九针十二原），其中自然包括营气和卫气。古人从气的立说阐述腧穴的一些特性，名之为“气穴”其意义也就在于此。

气来源于饮食水谷，化为谷气，再分为营气及卫气。营气行于经脉，卫气遍及周身，“脉气所发”就是指营卫之气散发于体表的一定位置，这些位置称为“气穴”，又有称作“隧输”，指其能起着通内达外的传导作用。



气的产生，还有人身体的“真元之气”或称“原气”。这种原气发自“脐下、肾间”，因其具有推动周身机能的重要作用，所