

針灸學習叢書

胎兒宮概論

陸瘦燕 朱汝功 主編



上海科學技術出版社

針灸學習叢書

腧穴學概論

主 編

陸瘦燕 朱汝功

助 編

吳紹德 張時宜



0053876

上海科學技術出版社

47046

內 容 提 要

腧穴学是針灸科門中的一个重要項目，本书是就这一方面加以介紹和研討的新編著。

本书計分三章：第一章为腧穴总論，綜述腧穴学的一般概念；第二章为十四經經穴，分別介紹每一經穴的位置、解剖、主治、取穴、針灸等項，并对各要穴及会穴均在附注中逐一注明，又立例方一項，选录古入針灸成方，以供讀者参考；第三章为經外奇穴，共收輯古今中外各文獻中記載的奇穴382个(包括过梁針14穴)。三章相互銜接，而又彼此独立，既具章节性而又有系統性。在附录中，附有有关腧穴的七种歌訣、十四經經穴分部图和具有特別标志或特殊取穴方法的腧穴照片图，并有穴名笔画索引，以便查閱。

本书适宜于一般学习針灸，西医学习中医，及中医帶徒的教学参考，并可供針灸医师作为临床参考用书。

針灸学习丛书

腧穴学概論

陆瘦燕 朱汝功 主编

吳紹德 張时宜 助編

上海科学技术出版社出版

(上海瑞金二路450号)

上海市书刊出版业营业许可证出093号

新华书店上海发行所发行 各地新华书店經售

上海新华印刷厂印刷

开本 787×1092 1/32 印張 11 20/32 插頁 11 字數 234,000

1961年4月第1版 1961年4月第1次印刷

印数 1—8,000

統一书号：14119·985

定 价：(八)1.10元

針灸学习丛書序

祖国医学是一个偉大的宝庫，而針灸学术是其中极为重要的一部分，数千年来，在人类保健事业中，一直起着巨大的作用。針灸疗法的治病优点，是不用湯药，仅仅通过或針或灸的措施，作用于人体，就能激发自然的抗病能力，从而發揮治疗效能。在临床上，往往很多久治不癒、百药罔效的疾病，施以針灸，得能霍然而起。因此，古人有“一針，二灸，三湯药”的議論，其治病疗效，于此可見了。时至今日，这种簡捷而可靠的医疗方法，已是举世皆知的事实，一致認為是我們祖先偉大的創造，是一門独特的医学技术，我們應該担負起繼承和发揚的責任。

有关研究針灸的文献，現存的书籍以內經为最早。历代以来，属于专科性的文献有甲乙經、銅人腧穴針灸图經、十四經發揮、針灸大成……等，綜合性的有千金方、外台秘要、圣济总录、医学入門、东医宝鑑……等，名类众多，不下数百余种。这些典籍，都不同程度地記述了古代針灸医学的經驗成就和理論体系，起了承先启后的作用。近代著作，在党和政府的提倡下，更如雨后春笋，推陈出新，在針灸医学的学术理論和临床实践上都有了进一步的提高。从这些古今著作的成就中来繼承和发揚針灸医学，是我們应負的艰巨而光荣的任务。

一九五八年底，本人接受上海科学技术出版社的委托，編

写本丛书，要求能够系统地介绍针灸医学的理论知识和临床经验，作为学习针灸者和一般针灸临床医师的专科读物。我们接受这一任务的时候，正值中共中央发布对卫生部党组关于西医离职学习中医班总结报告的批示，在全国各地掀起学习祖国医学高潮之际，因而这一工作，是具有重大意义的，也是十分光荣的。为此，我们下了最大的决心，一定要鼓足干劲，把本丛书写好，做到既能切合实用，又能系统地介绍祖国医学的针灸理论知识，以符合读者的需要。虽然如此，要做到这一点，实在不是一件容易的事。由于能力所限，本书内容一定会有疏漏和不够正确的地方，谨就正于海内同道，希望不吝指教，以便不断修改和提高，不胜感佩。

陆瘦燕 叙于沪上燕廬
朱汝功

1959年9月

凡 例

一、本书計分三章, 列述有关腧穴的各项知識, 务使讀者学习后能够基本上掌握其要点, 以便在临床上应用。

二、本书对某些腧穴的位置, 例如勞宮、中冲、承光、天鼎等穴, 均考证文献, 并根据主編者的临床經驗, 而予以必要的訂正。

三、本书十四經經穴取穴法項內, 載有取穴时的体位和姿勢; 并对个别具有特別标志或特殊取穴方法的腧穴, 均摄成照片, 明确表示, 編列在附录中以便讀者。

四、本书附有十四經經穴分部图, 明白显示十四經經脉及各个腧穴間位置的相互关系。对募、絡、郄、会、五腧等要穴, 均在图中逐一标明, 务使讀者一目了然, 便于掌握。

五、本书附录中載有十四經經穴分寸歌, 以供学者习誦之用; 歌中文字及若干腧穴的分寸, 編著作了一些修正, 故与他书稍有不同。

六、本书为使讀者便于掌握五腧穴、八会穴、十二募穴、十六郄穴等起見, 特在附录中編載各該歌訣, 以供习誦; 十五絡穴歌, 已詳本丛书《經絡学图說》中, 不再附載。

七、本书还附有要穴主治歌, 系从清代《医宗金鑑》中摘出, 可以帮助讀者重点掌握临床上常用腧穴的主治性能。

八、书末載有穴名笔画索引, 对經穴、奇穴及其正、別名,

都按笔画編列成目,以便查閱。

附注: 1.本书經穴图承上海中医学院裘沛然医师和李鼎医师协助厘訂,并由周劍卿先生繪图,特此致謝。

2. 本丛书內另有《針灸腧穴图譜》一册,备有各种針灸腧穴詳图多幅,配合本书学习时作参考用。

目 录

第一章 总 論

第一节 緒 論1

一、腧穴的原始1

二、腧穴的意义2

第二节 腧穴的分类2

一、以經絡分类2

二、以腧穴的性质分类5

第三节 腧穴的功能11

第四节 腧穴主治性能

的分析和归納12

一、腧穴主治的一般規律 12

二、各經腧穴的主治分析 14

第五节 取穴的标准31

一、骨度法32

二、指寸法32

三、解剖标志法34

第六节 怎样学习腧穴

学35

第二章 十四經經穴

第一节 手太阴肺經37

中府 云門 天府 俠白

尺泽 孔最 列缺 經渠

太渊 魚际 少商

第二节 手阳明大腸經 43

商阳 二間 三間 合谷

阳溪 偏历 溫溜 下廉

上廉 三里 曲池 肘髻

五里 臂臑 肩髃 巨骨

天鼎 扶突 禾髻 迎香

第三节 足阳明胃經53

承泣 四白 巨髻 地仓

大迎 頰車 下关 头維

人迎 水突 气舍 缺盆

气戶 庫房 屋翳 膺窗

乳中 乳根 不容 承滿

梁門 关門 太乙 滑肉門

天樞 外陵 大巨 水道

归来 气冲 髀关 伏兔

阴市 梁丘 犢鼻 三里

上巨虚 条口 下巨虚

丰隆 解溪 冲阳 陷谷

内庭 厉兌

第四节 足太阴脾經 … 75

隱白 大都 太白 公孙
商丘 三阴交 漏谷 地机
阴陵泉 血海 箕門 冲門
府舍 腹結 大横 腹哀
食竇 天溪 胸乡 周荣
大包

第五节 手少阴心經 … 85

极泉 青灵 少海 灵道
通里 阴郄 神門 少府
少冲

第六节 手太阳小腸經 89

少泽 前谷 后溪 腕骨
阳谷 养老 支正 小海
肩貞 臑俞 天宗 秉风
曲垣 肩外俞 肩中俞
天窗 天容 颧髻 听宫

第七节 足太阳膀胱經 99

睛明 攒竹 眉冲 曲差
五处 承光 通天 絡却
玉枕 天柱 大杼 风門
肺俞 厥阴俞 心俞 督俞
膈俞 肝俞 胆俞 脾俞
胃俞 三焦俞 肾俞
气海俞 大腸俞 关元俞
小腸俞 膀胱俞 中膂俞
白环俞 上髎 次髎 中髎

下髎 会阳 承扶 殷門
浮郄 委阳 委中 附分
魄戶 膏肓 神堂 譙譙
臑关 魂門 阳綱 意舍
胃仓 肓門 志室 胞肓
秩边 合阳 承筋 承山
飞扬 跗阳 昆仑 仆参
申脉 金門 京骨 束骨
通谷 至阴

第八节 足少阴腎經…132

涌泉 然谷 太溪 大钟
水泉 照海 复溜 交信
筑宾 阴谷 横骨 大赫
气穴 四满 中注 肓俞
商曲 石关 阴都 通谷
幽門 步廊 神封 灵墟
神藏 或中 俞府

第九节 手厥阴心包絡

經……………145

天池 天泉 曲泽 郄門
間使 内关 大陵 劳宫
中冲

第十节 手少阳三焦經150

关冲 液門 中渚 阳池
外关 支沟 会宗 三阳絡
四渎 天井 清冷渊 消灤
臑会 肩髃 天髎 天牖

翳风 瘰脉 颞息 角孙

耳門 和髎 絲竹空

第十一节 足少阳胆經161

瞳子髎 听会 上关 額厌

悬顙 悬厘 曲鬓 率角

天冲 浮白 窍阴 完骨

本神 阳白 临泣 目窗

正营 承灵 脑空 风池

肩井 渊腋 辄筋 日月

京門 带脉 五枢 維道

居髎 环跳 风市 中渚

阳关 阳陵泉 阳交 外丘

光明 阳輔 悬钟 丘墟

临泣 地五会 俠溪 窍阴

第十二节 足厥阴肝經181

大敦 行间 太冲 中封

蠡沟 中都 膝关 曲泉

阴包 五里 阴廉 急脉

章門 期門

第十三节 督 脉……189

长强 腰俞 阳关 命門

悬樞 脊中 中樞 筋縮

至阳 灵台 神道 身柱

陶道 大椎 哑門 风府

脑戶 强間 后頂 百会

前頂 額会 上星 神庭

素髎 水沟 兌端 龈交

第十四节 任 脉……203

会阴 曲骨 中极 关元

石門 气海 阴交 神闕

水分 下脘 建里 中脘

上脘 巨闕 鳩尾 中庭

膻中 玉堂 紫宮 华盖

璇璣 天突 廉泉 承浆

第三章 經外奇穴

第一节 头面頸項部…216

四神聰 前神聰 后神聰

賓門 天聰 发际(前)

发际(后) 发际(侧) 大門

夹上星 目飞 目明 当阳

插花 額中 印堂 鼻交

鼻穿 鼻环 鼻柱 鼻准

鼻流 内迎香 夹人中

立命 笑散 燕口 夹承浆

地合 光明 魚腰 魚尾

睛中 顙顙 太阳 当容

三阴三阳 珠頂 耳孔中

耳尖 阳維 耳屏 外三穴

下关下五分 风岩 翳明

鬼床 机关 东风 悬命

上龈里 上腭 璇泉 海泉

金津、玉液 頰里 舌柱

唇里 面八邪 頸臂

肩背 全知 髀穴 哑穴

外金津、外玉液

第二节 胸腹部……………230

龙颌 小儿食癆 神府
鳩尾骨 赤穴 肋头 气堂
胸堂 乳上 乳下 通谷
直骨 薛息 小儿龟胸
痰喘 左宜 右宜 肩俞
肩内俞 后腋 轉谷 腋下
脇堂 旁庭 腋气 始素
傳尸 紀門 疰市 截疰
期門(胸) 呃逆 育募
飲郄 应突 右俞 左俞
九曲 中府 命关 通关
梅花 食仓 血門 食关
臍上下 水分 长谷 魂舍
臍四边 三角灸 額門不合
鬼門 肋罅 盲腸 石关
气中 腹肋头 經中 絕孕
子戶、胞門 腸遺 腸道
子宮 气門 子腸 維胞
維宮 羊矢 身交 关寸
橫骨 泉阴 育門 闕門
关門 玉泉 泉門 龍門
玉門头 竅漏 势头
阴囊下橫紋 囊底
臍下六一 大泉 五柱灸

第三节 背腰部……………249

新識 百勞 下百勞 椎頂
頂椎 癰癤 喘息 臣覺
柱側 六华、八华 巨闕俞
患門 无名穴 中風不語
八曜 肩上 肩头 肩柱骨
灸哮喘 背甲中間 脾縫
背縫 銀口 胃脘下俞、脾俞
气喘 咳嗽 八椎下 四花
經門六之灸 胃病六之灸
至阳六之灸 阶段之灸
斜差 樞边 浊浴 接骨
肘椎 痞根 血愁 腸風
积聚痞块 腰部八穴
下极俞 腰眼 腰宜
子宮出血 痔瘡 十七椎下
腰目 下腰 閭上 鳩杞
腰奇 灸血病 尾旁骨
淋泉 小儿疳痢 团岡
环中 迴气 玉田 貧血灵
耀中 下椎 脊三穴 脊五穴
华佗夹脊穴 九連环 五处
中空 橫痃 五脏俞
背监上字灸、下字灸 喇麻
騎竹馬 脊縫 竹杖 新四花

第四节 上肢部……………269

三商 大都 上都 中都
下都 八邪 十宣 十五

大拇指头 大指甲根
 小儿盐嗉 小指中节
 小骨空 大骨空 中魁
 中指节 小指节 拳尖
 五虎 一扇門、二扇門
 威灵 精灵 三門 虎口
 傍虎 外劳宫 凤眼
 大指内側横紋头 鬼当
 地神 端正 四縫 中平
 指根 八关大刺 手心
 风关 内阳池 板門 阴池
 高骨 池泉 中泉 靠山
 手踝 寸平 瘰癧 疔俞
 河口 龙玄 灸齿痛 臂間
 臂石头子 二白 手逆注
 泽下 泽前 夺命 肘俞
 肘尖 斗肘 小儿睡惊
 髀前 十二井穴 一窩风
 六縫

第五节 下肢部……283

气端 八风 甲根
 跖趾表横紋 跖趾里横紋
 跖趾聚毛 跖趾横里三毛
 里内庭 独阴 前后隐珠
 足心 失眠 足第二趾上
 足小趾尖 通里 大趾甲下
 阴阳 华佗 阴独 然后

内踝前 营池 内太冲
 踝下 内昆仑 内踝尖
 外踝尖 内外踝尖 治轉筋
 少阳維 外踝前交脉 女膝
 足踵 泉生足 鞋带
 足太阴、太阳 漏阴 欲断产
 外踝上 承命 交仪 魯根
 前承山 闕尾穴 胆囊穴
 成骨 膝眼 鶴頂 太阴
 膝上 二穴 髌骨 膝跟
 关仪 膝旁 陵后 陵后下
 大輪 足明 足罗 后期門
 郎阴 百虫窩 新建 节紋

第六节 其 他……296

过梁針穴 (天灵 腋灵
 屈委阳 尺橈 中橈 寸橈
 脑根 中平 阴委一
 阴委二 阴委三 四連
 五灵 灵宝) 十三鬼穴
 中风七穴 脚气八处灸
 回阳九針穴 四关
 手足髓孔 鬼哭 三才穴
 身八邪

附 录……301

- 一、十四經經穴分寸歌……301
- 二、五腧穴歌……310
- 三、十二募穴歌……310

四、十六郄穴歌·····	311
五、八会穴歌·····	311
六、八法穴歌·····	311
七、十四经常用腧穴主治 歌·····	311

八、十四经经穴分部图···	321
九、具有特别标志或特殊 取穴方法的腧穴图···	327
穴名笔画索引·····	345
主要参考文献·····	376

第一章 总 論

第一节 緒 論

腧穴学是針灸医学中的一个重要組成部分。不明腧穴,就无从正确施行針灸,更难談它的治疗效果了;所以专题論述腧穴学是有必要的。腧穴不仅是針灸临床施术的基础,而且从其創始、定位等系統发展的整个过程中,和針灸医学有着十分紧密的关系。因此,腧穴学是学习針灸者必修的一門課程。

一、腧穴的原始

腧穴的原始,最初可能是以“按之快然”“以痛为輸”的形式出現的;这种发现完全是出于人类自卫的本能。古时,大地一片洪荒,原始人类穴居而野处,由于居处卑湿,雨露浸淫,风湿痹痛之类的疾病相当的多;身体某处有了病痛,很自然的就会用手去揉按捶击,于是前面所說的“按之快然”“以痛为輸”的腧穴雛形就出現了。其后随着社会的进步和經驗的积累,施术方法就由徒手形式发展成为利用砭石、艾灸、九針等医疗工具,从而使針灸医学正式脱离了原始医学的阶段而成为一門独立的專門科目。同时由于使用这些医疗工具以后,大大提高了医疗效果,扩大了治疗范围,在无数次的实践中逐渐肯定了腧穴的位置和主治性能,并发展成为“腧穴学”的理論体系。

二、腧穴的意义

“腧穴”也称“孔穴”，意思是孔隙宛陷的所在。若从字义上来解释：“腧”字古义和“輸”及“俞”相通，就是流注轉輸的意思；而“腧”字从“肉”，似乎是孔穴的专用字。“輸”与“腧”相通的根据在內經中可以找到很多例子，如《灵樞》經筋篇中将在痛处局部取穴的方法称为“以痛为輸”；《灵樞》第二篇将討論肘膝以下六十六只五腧穴的专文名为“本輸篇”等，都是例证。至于“俞”是“腧”简写的根据，如背部膀胱經第二行五藏六腑腧穴的“腧”字，皆写作“俞”字，但《灵樞》第五十一篇却以“背腧”为名，所以“腧”和“俞”也是同义的。“穴”的意义，梁代顾野王在《玉篇》中解釋为“孔穴也”，就是低陷之意。腧穴本身在古人的理解中是經气注輸出入的处所，而其位置又多在骨解肌肉的会縫宛陷之中，所以命名为“腧穴”，实涵有这二种意义。

此外在《內經》中，往往还将腧穴称为“节”“会”“气府”“骨空”等等，也是由于上述同样的理由。

第二节 腧穴的分类

腧穴是一切孔穴的总称，其內容分类可从二方面来叙述：

一、以經絡分类

1. 經穴 所謂“經穴”就是分布在十四經脉循行徑路上的腧穴，是十四經脉之氣直接注輸出入的处所；也是針灸治病最重要的部分。腧穴按經脉分类的方法，从腧穴发展的过

程来看,是先从无定位和定名的阿是穴形式,进而在肯定了固定位置的前提下,在經絡学說形成之后,才最后归納而成的。按此分类的最早文献,大概要算《灵樞》本輸篇了,但是仅有六十六个五腧穴按十二經分类的記載。十四經經穴的系統分类到元代滑伯仁著《十四經發揮》时才趋于完整。經穴的数目,在《內經》各篇不止一次地提到有三百六十五个。古人认为人体上有孔穴三百六十五个相应于周天三百六十五日,所以《灵樞》邪客篇中說:“岁有三百六十五日,人有三百六十五节。”其实《內經》中所記載的腧穴是不足此数的。据南京中医学院編著《針灸学》一书时整理的結果,仅得一百六十个穴位,这是因为《內經》并不是記載經穴的专书。古代最早的一本专論經穴的著作,名为《明堂孔穴》,其中对各經腧穴有比較全面的記載,可惜久已佚亡。晋代皇甫謐編撰《甲乙經》的时候,即是以此为藍本的。我們从《甲乙經》中所記載的三百四十九个經穴数字来看,可以知道《內經》中所說的人有三百六十五节确实是和当时实际的經穴总数相近似的。其后随着針灸医学的发展,新的腧穴代有发现,逐步充实到經穴中去,目前全身經穴的总数已有三百六十一一个。列表如下:

历代文献經穴数字表

腧穴 \ 文献	內 經 (秦、汉以前)	甲乙經 (晋)	銅人、發揮 (宋、元)	針灸大成 (明)	針灸学 (1957年)
单 穴	25	49	(+2)51	51	(+1)52
双 穴	135	300	(+3)303	(+5)308	(+1)309
总 穴 名	160	349	354	359	361
总穴数(双侧)	295	649	657	667	670

經穴按十四經分布，各經所屬的經穴數目也各有多少，亦列表如下：

十四經經穴數字表

經 名	手 太 陰 肺 經	手 陽 明 大 腸 經	足 陽 明 胃 經	足 太 陰 脾 經	手 少 陰 心 經	手 太 陽 小 腸 經	足 太 陽 膀 胱 經	足 少 陰 腎 經	手 厥 陰 心 包 經	手 少 陽 三 焦 經	足 少 陽 胆 經	足 厥 陰 肝 經	督 脉	任 脉	合 計
穴 數	11	20	45	21	9	19	67	27	9	23	44	14	28	24	361

2. 奇穴 也是有定名定位的腧穴。“奇”是不拘于“經”的意思，所以从其絕對意义來說，應該局限于不在十四經脉循行經路上的腧穴，才能名實相符。但是实际上目前所有的奇穴包括了以下四个方面。

(一)有些奇穴，其本身位置不在經脉循行的經路上，也不是經脉之氣直接注輸出入的處所，即是真正名符其實的“經外奇穴”。但是必須指出，這些腧穴，雖不在經脉上，却仍和絡脉之氣相通，因此也能治療內臟的疾病。例如女膝、中魁、大小骨空等。

(二)有些奇穴，其位置也和經穴一樣同在十四經循行的經路上；這些穴位可能由於在經穴形成以後才被發現，所以迄今尚未列入十四經經穴的系統內。例如印堂、巨闕俞同在督脉經上；近來發現的闕尾穴位在足陽明經上等。

(三)有些奇穴，本身就是經穴，不過由於在民間應用時有其他特殊的作用，所以將它從經穴中分別出來列入奇穴之中，