

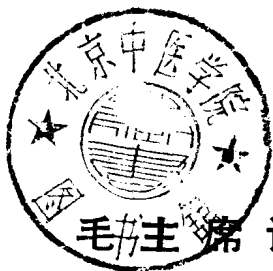
針灸本庫

針灸穴位挂图說明

广州部队后勤部卫生部 编
广州美术学院革命委员会 绘



人民卫生出版社



119
1051759

毛主席语录

中国应当对于人类有较大的贡献。

出版者的话

针灸学是祖国的宝贵医学遗产，在无产阶级文化大革命中又有了新发展，取得了振奋人心的新成就。

毛主席教导我们说：“客观现实世界的变化运动永远没有完结，人们在实践中对于真理的认识也就永远没有完结。”针灸穴位的发现与发展，是人们在千百年来的医疗实践中，从不知到知，从少知到多知，逐步认识总结出来的。近年来，在毛主席无产阶级专政路线的指引下，广大工农兵和革命医务人员在毛主席的光辉哲学思想指导下，在原有穴位基础上，又发现了许多疗效较好的“新穴”，给针灸学增加了丰富的内容。

本图编绘者，他们遵照毛主席“有所发现，有所发明，有所创造，有所前进”的教导，在编绘过程中，充分发动群众，通过广泛蒐集，深入研究，从临床实践出发、从解剖实际出发，在穴位定位上进行了一番验证工作后，而编成本图。

中国人民解放军这种在实践中前进的精神，值得我们很好的学习。

针灸学和其他医学科学一样，一直存在着唯物辩证法与形而上学的斗争。因此我们必须遵照毛主席“古为今用，洋为中用”、“推陈出新”的方针，以唯物辩证法为指导，在医疗实践中不断总结，不断提高。为创造中国统一的新医学、新药学，作出更大的贡献。

人民卫生出版社

一九七一年一月

编 绘 说 明

一、本图是为了更好地贯彻落实伟大领袖毛主席“备战、备荒、为人民”的伟大战略方针和“把医疗卫生工作的重点放到农村去”的光辉指示，在毛主席的光辉哲学思想指引下，发动群众编绘的。其目的是供广大医务人员为工农兵防治疾病、开展新医疗法和教学参考之用。

二、本图收录十四经穴 361 个，经外奇穴 171 个，新穴 110 个，共 642 个；以及耳针、手针穴位等。为便于参考应用，附有穴位表解，介绍取穴方法、主治和针法（鉴于绝大多数穴位都可用艾条悬灸或针后加灸或针灸同施，因此灸法未作专栏介绍。但个别只灸不针的奇穴在针法项下只写了灸法未列针法，这是根据前人经验，并非绝对不能施针）。凡十四经穴中，定位有争论的，我们皆根据多数意见和临床实践经验来确定，并在附注项下尽可能注明不同见解。本图所选的奇穴、新穴均以不与经穴（或奇穴）同位并有较好的临床疗效为原则。奇穴中，有的同名异位，有的同位异名，有的两穴之间相距太近，均作了初步的整理；个别穴名不够恰当者，也作了更改。新穴是在无产阶级文化大革命中，广大革命医务人员，在战无不胜的毛泽东思想指引下，通过大量的临床实践发现的。本图只就收集到的一部分加以汇编整理。有的新穴虽距经穴或奇穴较近，或直接分布在华佗夹脊穴上（如肝热、肺热等），但其功效比较明确，故也予收录。

三、本图穴位定位采用的骨度折量法如下：

〔头颈部〕

直寸：

1. 前发际正中至后发际正中或两眉中间（印堂穴）至枕骨粗隆（脑户穴）作 12 寸；

2. 两眉中间（印堂穴）至前发际正中作 3 寸；

3. 第七颈椎棘突下（大椎穴）至后发际正中作 3 寸。

横寸：

1. 耳后两乳突最高点之间作 9 寸；

2. 前额两头维穴之间作 9 寸。

[胸腹部]

直寸:

1. 胸骨柄上缘凹陷处(颈静脉切迹中点, 天突穴)至肋弓角(“心口窝”)与腹正中线交界点(中庭穴)作 9 寸(但胸部直寸以数肋间为主);

2. 肋弓角与腹正中线交界点(中庭穴)至脐中作 8 寸;

3. 脐中至耻骨联合上缘作 5 寸。

横寸:

两乳头之间作 8 寸(成年妇女可以中指同身寸量取)。

[腰背部]

直寸:

以脊椎棘突间隙为准。俯首时, 颈后正中突起的最高骨为第七颈椎棘突; 人直立或正坐两手下垂时, 肩胛骨下角平对第七胸椎棘突; 髂嵴最高点平对第四腰椎棘突; 髂后上棘(即骶骨两侧体表上显示的两个对称凹陷处)平对第二骶椎棘突。

横寸:

两手抱肘于胸前, 肩胛骨内缘(脊柱缘)至背正中线作 3 寸。

[四肢]

上肢:

1. 腋前皱襞纹头至肘横纹作 9 寸;

2. 肘横纹至腕第一横纹(相当于腕关节)作 12 寸。

下肢:

1. 耻骨联合上缘至腘窝中点(腘窝横纹中央)水平线作 18 寸;

2. 腘窝中点水平线至外踝尖作 16 寸;

3. 内踝尖与外踝尖的高低差距作 1 寸;

4. 外踝尖至足跟下缘水平线作 3 寸。

上肢伸、屈面和下肢内、外、前、后侧均采用同一尺度。

四、本图绘制力求符合真实的人体解剖结构, 多数穴位也基本根据解剖定位, 因此不少穴位(尤其是躯干部)与过去一般针灸挂图有所差异。

1. 胸、背部横向穴位都沿肋间分布, 其排列不是水平横延而带有一定弧度。

2. 背部穴位的定位均以椎骨棘突为准，由于椎体的大小和棘突的长短、斜度不一，因而各穴之间的距离是不相等的。

3. 由于胸椎棘突斜向后下方，棘突顶端与肋间的水平关系就不是依数序相互对应的，而一般是上一棘突平下一肋间，如第一胸椎棘突平第二肋间，因此本图背部膀胱经穴位比过去的针灸挂图所定的位置都相应低一肋间，如第九胸椎棘突下旁开 1.5 寸的肝俞穴实际在第十肋间。

4. 因人体躯干是一个不规则的圆柱形，所以胸、腹部的横寸，在平面图上由于透视关系，就显示出愈外愈短。

5. 由于眶下孔位于眼眶中线稍内侧，因此四白穴与承泣穴不在一直线上。

五、本图在编绘过程中，曾得到中山大学革命委员会、中山医学院革命委员会和广州中医学院革命委员会的大力支持并提供许多资料和宝贵意见，特此致谢。

由于我们活学活用毛泽东思想不够，经验缺乏，错误之处，请批评指正。

广州部队后勤部卫生部

一九七〇年八月

目 录

1. 十四经穴表解	1	2. 经外奇穴表解	38
(1) 手太阴肺经	1	(1) 头颈部	38
(2) 手阳明大肠经	2	(2) 胸腹部	41
(3) 足阳明胃经	4	(3) 腰背部	42
(4) 足太阴脾经	9	(4) 上肢部	45
(5) 手少阴心经	11	(5) 下肢部	49
(6) 手太阳小肠经	12	3. 新穴表解	53
(7) 足太阳膀胱经	14	(1) 头颈部	53
(8) 足少阴肾经	20	(2) 腹部	56
(9) 手厥阴心包经	23	(3) 腰背部	56
(10) 手少阳三焦经	24	(4) 上肢部	58
(11) 足少阳胆经	26	(5) 下肢部	59
(12) 足厥阴肝经	31	4. 耳针穴位表解	62
(13) 督脉	32	5. 手针穴位表解	79
(14) 任脉	35		

1. 十四经穴表解

(1) 手太阴肺经

穴名	取穴方法	主治	针法	备注
中府	锁骨下1寸，前正中线旁开6寸处	支气管炎，肺炎，哮喘，肺结核	向外上斜刺5分~1寸	
云门	在锁骨下缘，前正中线旁开6寸	咳嗽，哮喘，胸痛，肩背痛，胸闷	斜刺5分~1寸	
天府	腋前皱襞尽头下3寸，肱二头肌外侧缘	哮喘，鼻衄，上臂内侧痛	直刺1~2寸	
侠白	肱骨前外侧，天府穴直下1寸	咳嗽，气促，胸痛，上臂内侧痛	直刺1~2寸	
尺泽	肘横纹中央稍偏桡侧，肱二头肌腱之桡侧	咳嗽，哮喘，咯血，咽喉肿痛，肘臂肿痛	直刺1~1.5寸	
孔最	前臂桡侧，腕横纹上7寸	咳嗽，哮喘，咯血，扁桃体炎，肘臂痛不能伸屈	直刺1~1.5寸	
列缺	在桡骨茎突的上方，腕横纹上1.5寸，即两手虎口交叉，食指尖下所指筋骨凹陷处	头痛，颈项强痛，咳嗽，哮喘，面神经麻痹	向上斜刺1~1.5寸	
经渠	桡骨茎突内缘，腕横纹（太渊穴）直上1寸	咳嗽，哮喘，胸痛，咽喉肿痛，手腕痛	直刺或斜刺5分~1寸，避开桡动脉	
太渊	腕横纹之桡侧凹陷处	哮喘，胸痛，肩背痛	直刺5分，避开动脉	
鱼际	第一掌骨掌侧中点赤白肉际	咳嗽，哮喘，咯血，咽喉肿痛，发热	直刺5分~1寸	

续表

穴名	取穴方法	主治	针法	备注
少商	拇指桡侧距指甲角约1分许	咳嗽,咽喉肿痛,中风	直刺1分或点刺出血	

(2) 手阳明大肠经

穴名	取穴方法	主治	针法	备注
商阳	食指桡侧距指甲角1分许	耳聋,牙痛,咽喉肿痛,声嘶,手指麻木,发热,哮喘	直刺或斜刺2~3分,或点刺出血	
二间	食指掌指关节桡侧前凹陷处,握拳取穴	鼻衄,牙痛,咽喉肿痛,肩背痛,面神经麻痹,热病	直刺2~5分	
三间	食指桡侧第二掌骨小头之后方凹陷处,握拳取穴	眼痛,下牙痛,三叉神经痛,咽喉肿痛,手指、手背红肿	直刺5分~1寸	
合谷	拇、食两指张开,以另手拇指关节横纹放在虎口边上,拇指尖到达之处;亦即第一、二掌骨结合部与虎口边缘联线之中点,稍偏食指侧	头痛,牙痛,鼻炎,咽喉肿痛,聋哑,眼病,面神经麻痹,外感发热,上肢关节痛,偏瘫,神经衰弱	直刺或斜刺5分~1寸	
阳溪	腕背横纹桡侧端凹陷处,即当拇指上翘时,拇长、短伸肌腱之间凹陷中	头痛,眼痛,耳聋,耳鸣,牙痛,手腕痛,小儿消化不良	直刺3~5分	
偏历	阳溪穴上3寸。或两虎口交叉,中指尖到达处之桡骨外侧凹陷处	扁桃体炎,面神经麻痹,前臂神经痛,鼻衄,水肿	直刺或斜刺5分~1寸	

穴 名	取 穴 方 法	主 治	针 法	备 注
溫 溜	阳溪穴上5寸， 在阳溪穴与曲池穴 的联线上	口腔炎，腮腺炎， 舌炎，肩臂酸痛	直刺1~2寸	又法： 在三角 肌止点 上。 又法： 在三角 肌止点 稍后
下 廉	在曲池穴下4寸	肘臂痛，腹痛， 乳腺炎	直刺1~2寸	
上 廉	在曲池穴下3寸	肩臂酸痛，上肢 麻痹、麻木，肠鸣 腹痛	直刺1~2寸	
三 里	在曲池穴下2寸	肩臂痛，上肢麻 痹，腹痛，腹泻	直刺1~2寸	
曲 池	曲肘成90°，肘 横纹桡侧头稍外方	上肢关节痛、麻 痹，偏瘫，肩背痛， 咽喉肿痛，退热， 高血压，甲状腺肿 大，荨麻疹	直刺1~2 寸，或透刺少 海	
肘 髻	屈肘时，在曲池 穴斜向上外1寸， 近肱骨边缘处	肘臂痛、拘挛、 麻木	直刺1~2寸	
五 里	曲池穴上3寸， 屈肘取之	肺炎，腹膜炎， 肘臂疼痛，颈淋巴 结结核	直刺1~2 寸，避开血管	
臂 臑	上臂外侧，三角 肌止点稍前处	臂痛，偏瘫，眼 病	直刺1~2寸	
肩 髃	臂外展平举，在 肩关节上出现两个 凹陷，本穴就在前 面的凹陷中。或垂 肩时锁骨肩峰端直 下约2寸的骨缝中	肩臂痛，上肢关 节痛、偏瘫、麻痹	斜刺入骨缝 中1~1.5寸	

续表

穴名	取穴方法	主治	针法	备注
巨骨	锁骨肩峰端与肩胛冈之间凹陷处	肩臂痛不得屈伸, 吐血, 颈淋巴结结核	直刺1~1.5寸	
天鼎	在颈侧部扶突穴下1寸许, 当胸锁乳突肌后缘	咽喉肿痛, 扁桃体炎, 颈淋巴结结核	直刺5分~1寸	
扶突	喉结旁开3寸, 胸锁乳突肌的胸骨头与锁骨头之间	咳嗽, 痰多, 咽喉肿痛	直刺5分~1寸	
禾髻	人中穴旁开5分	面神经麻痹, 鼻衄, 鼻塞	斜刺3~5分	
迎香	鼻翼外缘中点旁开5分, 鼻唇沟中	鼻塞, 鼻炎, 副鼻窦炎, 面神经麻痹	向内上方斜刺3~5分	

(3) 足阳明胃经

穴名	取穴方法	主治	针法	备注
承泣	眼平视, 瞳孔直下, 下眼眶边缘上	急、慢性结膜炎, 迎风流泪, 近视, 远视, 散光, 视神经炎, 视网膜炎, 视神经萎缩, 白内障	以左手食指稍向上推按下眼睑, 向上固定眼球, 针尖沿眼眶下缘, 对眶尖缓慢刺入5分~1.5寸。余同膀胱经睛明穴	
四白	眼平视, 瞳孔直下1寸稍内, 当眶下孔部位	面神经麻痹, 三叉神经痛, 眼病	直刺或斜刺3~5分	
巨髻	眼平视, 瞳孔直下与鼻翼下缘水平线交点处	面神经麻痹, 鼻衄, 牙痛, 唇颊肿痛	斜刺3~5分	

续表

穴名	取穴方法	主治	针法	备注
地仓	口角外侧旁开4分处	流涎, 面神经麻痹	斜刺3~5分, 亦可透颊车穴	
大迎	下颌角前凹陷处, 相当颊车穴前5分, 闭口鼓腮当下颌骨边缘出现一沟形处	牙关紧闭, 颊肿, 牙痛, 面神经麻痹	向前或向后斜刺5分~1寸, 避开动脉	
颊车	下颌角前上方约一横指, 咀嚼时肌肉隆起处	牙痛, 腮腺炎, 面神经麻痹	直刺或斜刺5分~1寸	
下关	下颌小头前方, 颧弓后下缘凹陷处, 闭口取之	牙痛, 耳聋, 耳鸣, 下颌关节炎, 面神经麻痹	直刺5分~1寸	
头维	在前发际额角处, 相当神庭穴旁开4.5寸	偏头痛, 目眩, 眼痛, 迎风流泪	斜刺5分~1寸	
人迎	喉结旁开, 当胸锁乳突肌前缘, 动脉搏动处	高血压, 哮喘, 咽喉肿痛, 发音困难	直刺1~1.5寸, 注意避开动脉	
水突	胸锁乳突肌前缘, 人迎穴与气舍穴联线之中点	咽喉肿痛, 哮喘	从外稍向内斜刺5分~1寸	
气舍	人迎穴直下, 与锁骨上缘相交处	咽喉肿痛, 哮喘, 项强	直刺3~5分	
缺盆	锁骨上窝之中点, 约与乳头相对	咽喉肿痛, 哮喘, 胸膜炎, 肋间神经痛	直刺3~5分, 避开血管	
气户	锁骨下缘, 璇玑穴旁开4寸	哮喘, 支气管炎, 胸背痛, 呃逆, 呼吸困难	斜刺5~8分	
库房	第一肋间, 华盖穴旁开4寸	支气管炎, 胸胁胀痛	斜刺5~8分	

续表

穴 名	取 穴 方 法	主 治	针 法	备 注
屋 翳	第二肋间，紫宫穴旁开4寸	支气管炎，胸胁胀痛，哮喘	斜刺5~8分	不针灸，作为胸腹部取穴定位的标志
膺 窗	第三肋间，玉堂穴旁开4寸	咳嗽，哮喘，胁痛，肠鸣腹泻，乳腺炎	斜刺5~8分	
乳 中	乳头中央，相当于锁骨中线第四肋间下方			
乳 根	乳头直下，乳房下沟凹陷处，相当第五肋间	乳汁不足，乳腺炎	斜刺5分~1寸	
不 容	脐上6寸巨阙穴旁开2寸	胃扩张，肋间神经痛	直刺5~8分	
承 满	脐上5寸上脘穴旁开2寸	急、慢性胃炎，胃痛，腹直肌痉挛	斜刺1~2寸	
梁 门	脐上4寸中脘穴旁开2寸	溃疡病，急、慢性胃炎，胃神经官能症	直刺1~2寸	
关 门	脐上3寸建里穴旁开2寸	腹痛，腹胀，食欲不振，肠鸣腹泻，水肿	直刺1~2寸	
太 乙	脐上2寸下脘穴旁开2寸	胃痛，肠疝，遗尿，精神病	直刺1~2寸	
滑肉门	脐上1寸水分穴旁开2寸	呕吐，胃痛，精神病	直刺1~2寸	
天 枢	脐中旁开2寸	急、慢性胃肠炎，痢疾，便秘，肠麻痹	直刺1.5~2.5寸	
外 陵	脐下1寸阴交穴旁开2寸	腹痛，痛经	直刺1~2寸	

续表

穴 名	取 穴 方 法	主 治	针 法	备 注
大 巨	脐下2寸石门穴旁开2寸	膀胱炎, 腹痛, 痢疾, 遗精	直刺1~2寸	本穴又为奇穴的胞门、子户, 左为胞门, 右为子户
水 道	脐下3寸关元穴旁开2寸	肾炎, 膀胱炎, 尿潴留, 睾丸炎	直刺 1.5~2.5 寸	
归 来	脐下4寸中极穴旁开2寸	睾丸炎, 子宫内膜炎, 附件炎, 月经不调	直刺1~2寸	又法: 与阴茎根平齐的大腿前正中处
气 冲	脐下5寸曲骨穴旁开2寸	生殖系疾病	直刺1~2寸	
脾 关	伏兔穴直上6寸, 与会阴穴水平线之交点	下肢麻痹、瘫痪, 腹股沟淋巴腺炎, 腰痛	直刺1~3寸	
伏 兔	髌骨外上缘直上6寸处	下肢瘫痪、麻痹, 膝关节炎, 荨麻疹	直刺1~3寸	
阴 市	髌骨外上缘上3寸	腿膝麻痹、酸痛	直刺1~3寸	
梁 丘	髌骨外上缘上2寸凹陷处	胃痛, 腹泻, 乳腺炎, 膝关节炎	直刺1~2.5寸	稍向内侧斜刺5分~1寸, 或沿韧带后透刺内膝眼
犊 鼻	屈膝, 髌骨下, 髌韧带外侧凹陷中(即外膝眼)	膝关节炎		

续表

穴 名	取 穴 方 法	主 治	针 法	备 注
足三里	外膝眼下3寸，胫骨外侧约1横指处	胃炎，溃疡病，腹泻，腹胀，便秘，消化不良，高血压，偏瘫，癫痫，神经衰弱	直刺1.5~3寸	
上巨虚	足三里穴下3寸	腹痛，腹胀，腹泻，偏瘫	直刺1~2.5寸	
条口	上巨虚穴下2寸，相当于犊鼻穴下8寸	膝关节炎，下肢瘫痪	直刺1~2.5寸	
下巨虚	上巨虚穴下3寸，相当于犊鼻穴下9寸	急、慢性肠炎，下肢瘫痪，肋间神经痛	直刺1~2.5寸	
丰隆	外踝上8寸，相当于外膝眼与外踝尖联线的中点，胫骨前缘外开二横指处，胫、腓骨之间	咳嗽，痰多，偏瘫，咽喉肿痛	稍向内斜刺1.5~3寸	
解溪	踝关节前横纹上中央，两筋之间，与外踝尖平齐	踝关节痛，足下垂，头痛	直刺5分~1寸	
冲阳	解溪穴下1.5寸，相当于足背最高处，有动脉应手	足背痛，下肢瘫痪，牙痛，齿齦炎，癫痫	直刺3~5分，避开血管	
陷谷	第二、三跖骨结合部前方凹陷处	颜面浮肿，水肿，肠鸣，腹痛，足背肿痛	直刺5分~1寸	
内庭	足背第二、三趾缝间，趾蹼缘后5分处	胃痛，头痛，牙痛，扁桃体炎，痢疾	直刺或斜刺5分~1寸	
厉兑	第二趾甲外侧，距趾甲角1分处	面神经瘫痪，鼻衄，牙痛，扁桃体炎，肝炎，消化不良，神经衰弱	直刺3~5分	

(4) 足太阴脾经

穴名	取穴方法	主治	针法	备注
隐白	足跖趾内侧，距趾甲角1分许	腹胀，崩漏，多梦，惊风，精神病	直刺1~3分	
大都	足跖趾内侧，第一跖趾关节前下方，赤白肉际	腹胀，腹痛，高热，无汗	直刺3~5分	
太白	足内侧，第一跖骨小头的后下方，赤白肉际	胃痛，腹胀，痢疾，便秘，吐泻	直刺3~5分	
公孙	足内侧，第一跖骨基底之前下缘凹陷处赤白肉际	胃痛，消化不良，呕吐，腹泻，痛经	直刺1~1.5寸	
商丘	内踝前下方凹陷处，相当于舟骨粗隆与内踝尖连线之中点	胃炎，肠炎，消化不良，足踝部疼痛	直刺3~5分	
三阴交	内踝尖上3寸，胫骨后缘	月经不调，痛经，白带多，崩漏，遗精，阳痿，早泄，盆腔炎，睾丸炎，遗尿，尿频，尿闭，腹痛，腹泻，消化不良，偏瘫，神经衰弱	直刺1.5~2寸，或透刺悬钟穴	
漏谷	胫骨后缘，三阴交穴上3寸凹陷处	腹胀，肠鸣，腿膝厥冷、麻痹	直刺1~1.5寸	
地机	阴陵泉穴下3寸，胫骨后缘	腰痛，腹胀，月经痛或月经过多，遗精	直刺1~2寸	
阴陵泉	屈膝，胫骨内踝下缘凹陷处，与胫骨粗隆平齐	腹痛，水肿，小便不利，遗尿，遗精，月经不调，痢疾	直刺1.5~2寸，或透刺阳陵泉穴	

续表

穴 名	取 穴 方 法	主 治	针 法	备 注
血 海	正坐屈膝，髌骨内上缘上2寸，当股内侧肌内侧缘。或病人屈膝坐，医者面对病人用(右)手掌放在病人的(左)膝盖上，掌心正对髌骨，当拇指尖所到之处，即是本穴	月经不调，功能性子宫出血，荨麻疹	直刺或稍向上斜刺1.5~3寸	
箕 门	髌骨内上缘直上8寸，相当于血海穴上6寸处	小便不通，遗尿，腹股沟淋巴结炎	直刺1~2寸	
冲 门	耻骨联合上缘正中旁开约3.5寸	睾丸炎，精索痛，子宫内膜炎，疝气	直刺7分~1寸，避开血管	
府 舍	冲门穴斜上7分，前正中线旁开4寸	腹痛，疝气，阑尾炎，便秘	直刺1~2寸	
腹 结	大横穴下1.3寸，前正中线旁开4寸	脐周痛，疝痛，腹泻	直刺1~2.5寸	
大 横	脐中旁开4寸	腹脹，便秘，肠麻痹，腹泻，下腹痛，肠寄生虫	直刺1~2.5寸	
腹 哀	大横穴上3寸，前正中线旁开4寸	腹痛，消化不良，便秘，痢疾	直刺1.5~2寸	
食 竇	第五肋间，前正中线旁开6寸	胸胁脹痛	斜刺5~8分	
天 溪	第四肋间，前正中线旁开6寸	胸痛，咳嗽，乳腺炎，乳汁不足	斜刺5~8分	
胸 乡	第三肋间，前正中线旁开6寸	胸胁脹痛	斜刺5~8分	