

易学 / 易记 / 易考 / 易用

针灸学 四易口诀

主编 冷洪岩
主审 周礼伯

中国医药科技出版社

易学、易记、易考、易用

针灸学四易口诀

主编 冷洪岩

主审 周礼伯

中国医药科技出版社

内 容 提 要

本书按照高等中医药院校教材《针灸学》的顺序和内容,将针灸学考试大纲中考试和临床要求必须掌握的相关知识的重点、难点、疑点等揉融综合,融入本书口诀,采用口诀与注释相结合的形式编写而成。注释中的内容是本书的精华。此书适用于参加本科考试、研究生考试、执业医师资格考试、自学考试的考生。“医学四易歌,考试轻松过”。

图书在版编目 (CIP) 数据

针灸学四易口诀 / 冷洪岩主编. —北京: 中国医药科技出版社, 2018. 1

ISBN 978 - 7 - 5067 - 9580 - 7

I. ①针… II. ①冷… III. ①针灸学 IV. ①R245

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 217219 号

美术编辑 陈君杞

版式设计 张 璐

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行: 010 - 62227427 邮购: 010 - 62236938

网址 [www. cmstp. com](http://www.cmstp.com)

规格 787 × 1092mm $\frac{1}{16}$

印张 19 $\frac{1}{2}$

字数 444 千字

版次 2018 年 1 月第 1 版

印次 2018 年 1 月第 1 次印刷

印刷 三河市双峰印刷装订有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978 - 7 - 5067 - 9580 - 7

定价 58.00 元

版权所有 盗版必究

举报电话: 010 - 62228771

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

序

早期医学教育机构的创立，发端于南北朝时期。《唐六典》记载宋元嘉二十年，太医令秦承祖奏置医学，以广传授。秦承祖是创立医学教育机构的始祖。隋唐时期皆设置太医署，开展其正规的医学教育，且唐代太医署已具备较完善的教育体制，教学人员及学生都有明确的编制，各府、州亦仿照太医署建立地方性医校。宋金元时期均开办了医学教育机构，还建立了考试、奖惩、破格录用等制度。

清代医学教育于1749年《医宗金鉴》刊行（即用《医宗金鉴》作为教科书）后，一直沿续到清末。《医宗金鉴》为清政府编纂的医学丛书，其中《四诊心法要诀》《杂病心法要诀》《妇科心法要诀》《幼科杂病心法要诀》《外科心法要诀》《正骨心法要诀》《眼科心法要诀》等，都是采用歌诀体裁编著，使学者熟书明理，易于理解，便于诵记。民国年间，中医界的有识之士为抵制当时国民政府对中医的歧视、压制和西方列强的文化侵略，开办中医学校，培养中医人才，为发展中医药写下了可歌可泣的历史。

为适应中医药教育和临床的需要，国家先后组织由全国著名中医药学专家，编写出版了系统的高等中医药院校教材。本套丛书就是根据这套高等中医药院校教材中的中医基础理论、中医诊断学、中医内科学、中医妇科学、中医儿科学、中医外科学、中医眼科学、中医耳鼻喉科学等学科的内容，系统地编成了口诀并后列注释。口诀包含的内容紧贴教材，顺诀释义可帮助理解、熟悉教材内容；若能进一步诵记口诀，更能促其熟练掌握教材内容。因本口诀易学、易懂、易记、易考、易用，按此诀背记、对照教材理解，可助学员熟练中医的理、熟练中医的证，为自己成为优秀的中医人才打好牢固而准确的基础。

为解决学习中医学各学科广博内容中难于记忆和熟练掌握的问题，周礼伯医师团队作了近20年艰辛的尝试：编著四易口诀，推广利用“口诀法”学习中医学。

此套丛书把中医复杂而深奥的理论用口诀浅显易懂、提纲挈领地表述了出来，让学习中医者易于学习理解和掌握运用中医知识，势将获得良好效果。这对于继承、弘扬中医学，促进中医学的广泛传播与发展，培养国内外中医优秀人才，无疑会起到十分积极的作用。

对此，我甚感欣慰。乐于为之作序。

成都中医药大学教授 李大琦

前言

为方便考试和临床实用，我们根据高等中医药院校教材，结合临床与考试的要求，编成了《针灸学四易口诀》。本口诀清楚而简捷，解决了学习中西医学知识的棘手问题。此书适合于教学需要、自学需要、考试需要和临床需要。

本书参照高等中医药院校教材《针灸学》的顺序和内容，大量采用、分析了《医宗金鉴》《标幽赋》《百症赋》《通玄指要赋》《金针赋》《玉龙歌》《肘后歌》《十二穴主治杂病歌》中的内容，并将《针灸学考试大纲》中的考试和临床都必须掌握的相关知识的重点、难点、疑点等进行了揉融综合，尽量将诸多知识结合点嵌融入了本书口诀，进行了创新编写，并结合编者的临床实践，广泛接受了国家级、省级高端精品课程教学导师和资深针灸临床专家的修改意见，以及对各种考试要点都非常熟悉的一线教学导师的指导意见，再据此基础将口诀进行精化、简化，采用口诀与注释相结合的形式编写而成。据此：本书口诀内容具有切实可据、可用的忠实性、实用性、信赖性、权威性和科学性。

为了减轻记忆负担，本书不再借用“十二井穴歌、十二募穴歌、十二背俞穴歌、十二原穴歌、十五络穴歌、十六郄穴歌”，而把这诸多口诀简编成了“原、井荣输，经合络、郄募”之十二经合句，改为了“十二经脉极其重要的穴位明确记用口诀”，编者称为《十二经要穴歌》，以简化记忆，使之临床易用。将“八脉交会穴”称为“八交会，八交，八”，但新编了“八脉交会穴歌诀”。各经的“交会穴”都嵌入了口诀，读记后一目了然，一记永用。

学用此诀，您会先读得哭，最后，必将读得笑！但您记熟此诀，必将是一位熟练的针灸高手！必将是一位称职的、远近闻名的针灸师！实际要背诵掌握的口诀为：①某经循行部位口诀；②循经病证口诀；③穴名速记口诀和五输络郄募穴口诀；④某经循行口诀；⑤某经循行各穴所治病证概读；⑥穴位针刺深度口诀。应注意：口诀中穴位主治功能中最靠前的内容，就是考试中最正确的、最首选的答案，亦是临床中最重要的内容，如“丰隆痰湿痿证癰，头晕哮喘喉

胸痛”，示含“丰隆”是治痰的首选要穴。这样，针灸学的重点、难点、考点几乎都在口诀中可理解且能找到答案，故此书适用于本科考试、研究生考试、执业医师资格考试、自学考试的贴切需求与要求。医学四易歌，考用轻松过，这就是编此书的目的。

《灵枢·本神》说：“凡刺之法，必先本乎神。”人生三宝精气神，精充气足神旺就是健康。神血协调气机畅，女人健美男人壮。人活一口气，气是器质以上属于“道”的东西。针灸讲气，气学说在针灸临床中点主导地位。针灸治病的特点与规律，都遵循气的运行规律，即在“道”的前提下进行。人体的元气、营气、宗气、卫气、中气、阴气、阳气、先天之气、后天之气、肝气、心气、肺气、脾气、肾气、经络之气等一切气，都要协调不滞，无郁滞无疾病；否则将发气病：气虚、气陷、气逆、气滞（气郁）、气闭、气脱。有郁滞必发疾病，有疾病必有郁滞。小郁滞小疾病，大郁滞大疾病，多发、多样、多重郁滞必发多种多样疾病。针灸对脏腑功能的调整就是注重“气化”，对经络气血的调整注重“气机”，进针注重“得气”，行针注重“气至病所”，纵然是调整“血”，因“血能载气”，最终调整的结果依然是“气”；而精、津、液、痰、瘀、水亦同此理。

针灸必须辨证才能取穴处方，故本书编入了《中医基础理论》的内容以供使用，且将经络循行部位及循经病证的临床表现也编成了口诀。据此，本书口诀具有“新创、齐博、精辟、实用、灵活”的特点，使学习和掌握针灸学变得容易了，虽简切但不难理解，易学、易记、易考、易用，故名《针灸学四易口诀》。此“四易”为学习针灸、按摩、推拿者提供了精简实用的最易学到手的扎扎实实的针灸知识，是学习针灸学、按摩学者能顺利通过考试、做好临床工作的得力助手，对穴位针灸按摩的应用与传承起到一定的促进作用。

拥有此书，不畏考试，乐于临床！

谨向对此书支持、修改、提炼的我的导师们及主审者周礼伯导师致以诚挚的谢意！

冷洪岩

目 录

绪言	(1)
第一章 经络总论	(2)
一、经络学说总述	(2)
二、经络系统的组成	(2)
三、十二经脉的组成和名称及表里络属关系	(3)
四、十二经脉的走行交接规律	(3)
五、手足阴阳十二经络走向规律	(3)
六、十二经脉的流注次序口诀	(3)
七、元气在十二时辰所走达的穴位口诀	(4)
八、地支十二经流注歌	(4)
九、十二经穴周流歌	(4)
十、十二经脉的分布规律	(5)
十一、奇经八脉的含义及其特点	(5)
十二、奇经八脉的主要功能	(6)
十三、十二经别	(6)
十四、十二经筋、十二皮部口诀	(7)
十五、根结、气街	(8)
第二章 腧穴总论	(9)
一、十四经各经的穴位数目和主治规律口诀	(9)
二、十四经腧穴分经主治规律	(9)
三、头面颈项部经穴主治病证	(10)
四、胸腹背腰部经穴主治	(11)
五、十二正经的原、五输穴、络郄募及交会穴歌诀	(11)
六、原井荥输、经合络郄募穴的治病作用口诀	(15)
七、十二经互为表里经的原穴配络穴主治歌	(17)
八、马丹阳《十二穴主治杂病歌》中的穴位口诀	(19)
九、古代治癫狂痫的十三个鬼穴口诀	(19)
十、回阳九针口诀	(19)
十一、十二个背俞穴口诀	(19)
十二、八会穴口诀	(20)
十三、八脉交会穴新编口诀	(20)

十四、八脉交会穴之八穴主治歌	(21)
第三章 经络腧穴各论	(24)
第一节 十四经络腧穴	(24)
一、手太阴肺经	(24)
二、手阳明大肠经	(30)
三、足阳明胃经	(39)
四、足太阴脾经	(58)
五、手少阴心经	(67)
六、手太阳小肠经	(72)
七、足太阳膀胱经	(79)
八、足少阴肾经	(101)
九、手厥阴心包经	(112)
十、手少阳三焦经	(118)
十一、足少阳胆经	(126)
十二、足厥阴肝经	(144)
十三、督脉	(151)
十四、任脉	(161)
十五、冲带维跷脉	(171)
第二节 常用经外奇穴	(174)
一、头面部奇穴	(174)
二、胸腹部奇穴	(180)
三、上肢奇穴	(187)
四、下肢奇穴	(193)
第四章 头耳穴位	(198)
一、头针	(198)
二、耳针	(200)
第五章 针灸方法	(206)
一、针灸常用骨度的分寸简述	(206)
二、针刺注意事项口诀	(206)
三、逐日人神所在禁忌针灸歌	(207)
四、十二时人神所在禁忌针灸歌	(207)
五、禁针穴歌	(207)
六、禁灸穴歌	(208)
七、灸法早晚次序新歌	(208)
八、行针避忌歌	(208)
九、灸法的分类操作口诀	(209)
十、水针穴位注射药物品种简略介绍	(209)

十一、针灸配穴	(210)
十二、五行生克、五输穴、原络穴和俞募穴的应用	(210)
十三、针灸治疗总论	(211)
十四、针灸治病操作总诀	(211)
十五、脏腑理论	(213)
第六章 针灸治疗各论	(221)
第一节 头面躯体痛证	(221)
第二节 内科病证	(227)
第三节 妇科病证	(260)
第四节 儿科病证	(268)
第五节 皮外伤科病证	(274)
第六节 五官科病证	(283)
第七节 急症	(290)
第八节 其他病证	(295)

绪 言

针灸学历代专著及作者记忆口诀：

砭石早记《山海经》。灸载《素问异法方…》。
“十一脉灸”“马王堆”。最早针经《灵枢》藏，
药王《千金方》阿是，葛洪《肘后备急方》。

针灸专著皇甫谧：“针灸甲乙：349”。
药王《明堂三人图》。王焘《外台秘要》灸。
《铜人腧穴…》王惟一。《针灸大成》杨继洲。

陈会编著《神应经》。《十四经发…》滑伯仁。
《针灸集成》廖润鸿。吴人知聪带日本：钦明天皇受《针经》，
知聪带日《明堂图》。《针灸大全》徐凤著。
时珍《奇经八脉考》。汪机《针灸问对》书。

注

砭术最早记载在《山海经·东山经》这部书中。灸法最早载于《素问·异法方宜论》。“阴阳十一脉灸经”见于长沙马王堆三号汉墓文物所载。《灵枢》又叫针经。药王孙思邈著《千金方》并在其书中说明了阿是穴，并绘制了“明堂三人图”。葛洪著《肘后备急方》。

晋代皇甫谧著的《针灸甲乙经》是最早的针灸专著，确定了349个穴位（读作：针灸甲乙三四九）。王焘所著《外台秘要》一书介绍了灸法。北宋王惟一编撰了《铜人腧穴针灸图经》。明代杨继洲以家传《卫生针灸玄机秘要》为基础编成《针灸大成》。

廖润鸿著《针灸集成》。元代滑伯仁著的《十四经发挥》将任、督二脉由十二经并论为十四经。陈会编著《神应经》。公元562年吴人知聪将《明堂图》带到了日本。

徐凤著《针灸大全》书。汪机著《针灸问对》书。李时珍著《奇经八脉考》。

作为针灸按摩学员，这诸般内容都应了解掌握，因其内也有考试内容。

第一章 经络总论

一、经络学说总述

经络经脉络脉成，经是主干纵行深，
络是网络纵横交。经络气血濡养身，
表里上下内外通，联系脏腑器官用，
濡养脏窍经脉间，渗灌气血运输送，
保卫机体抗病邪，感应传导平衡功。
阐释生理病理变，疾病诊断治疗宗，
针灸推拿取穴位，指导药物归经中。

注

学习者顺诀释义可知（本书各诀皆用此顺诀释义的方法去学习）：

经络是经脉和络脉的总称。经是经脉，犹如途径，是经络系统的主干。经是纵行分布的，位置较深。络如网络，是经脉的分支，其特点是纵横交错，遍布全身。经络的功能活动叫“经气”。因此，经络系统由经脉、络脉及其连属部分组成，经脉“内属于脏腑，外络于肢节”。

经络的功用。经络的生理功能主要表现在：①沟通表里、上下、内外；②联系濡养脏腑器官（在脏腑与脏腑之间、脏腑与官窍之间、脏腑与体表之间、经脉与络脉之间起联系作用），运行气血，濡养全身，抗御病邪，保卫机体；③感应传导；④调节身体阴阳平衡（即调节身体功能平衡）。

经络学说的临床应用。经络学说用于以下几点：①阐释说明脏腑的生理和病理变化；②指导疾病的诊断辨证治疗（循经诊断、分经诊断）；③针灸和按摩推拿取穴治疗；④指导药物的归经。

经络学说是古人对针灸远隔诊疗作用的一种直观解释，应从临床角度而不应从解剖学的角度去解读经络理论。十二经脉理论的构建是从临床的总结得来的。《灵枢·经脉》说：“经脉者，所以能决死生，处百病，调虚实。”经络反映了脏腑病候、循经性病候及相关症候群。要根据经脉、经脉循行的相关性，去了解、分析、探索经脉病候及病证出现的部位、性质和分类。

中医师知晓经络理论，有助于分经辨证、确定病位、预测病邪传变、循经取穴、分经用药、提高中医疗效。

二、经络系统的组成

十二奇八正经别，十五别孙浮筋皮。

注

经络系统的组成有：十二正经、十二经别和奇经八脉，三者是经络的主干。络是络脉（是经脉的小分支），即由十五别络、浮络、孙络及其连属组织（十二经筋、十二皮部）组成。

三、十二经脉的组成和名称及表里络属关系

十二经脉的名称由手足、阴阳经和脏腑组成：

手太阴肺经，手阳明大肠经，
足阳明胃经，足太阴脾经，
手少阴心经，手太阳小肠经，
足太阳膀胱经，足少阴肾经，
手厥阴心包经，手少阳三焦经，
足少阳胆经，足厥阴肝经。

四、十二经脉的走行交接规律

表里阴阳肢末接，异名阴经胸交汇，
同名阳经头面接，头为诸阳之交会。

注

相为表里的阴经和阳经在四肢末端相交接。相互衔接的异名阴经在胸部交接。同名的阳经与阳经在头面部相交接（头为诸阳之会）。

五、手足阴阳十二经络走向规律

手三阳手外走头，手三阴腹胸内手。
足三阳头背下足，足三阴足腹胸走。

注

手三阳从手起始，从手臂外侧上行到头止。手三阴从腹胸起始，经手臂内侧到手为止（接于三阳）。足三阳（接续手三阳）从头起，经背部下足（接足三阴）。足三阴从足起始，经人体内侧上行到腹胸（接手三阴）。

参考：手之三阴胸内手，手之三阳手外头，足之三阳头外足，足之三阴足内胸。

六、十二经脉的流注次序口诀

经脉气血流注畅，肺大胃脾心小肠，
膀胱包三胆肝肺，如环无端人健康。

手足六阳会督脉，六阴阴维冲会任。
联系脏腑通内外，联络运输传感应，
抗御病邪卫机体，运行气血养全身，
濡润筋骨利关节，平衡阴阳调机能。

注

经脉气血流注次序为：肺→示指端大肠→鼻旁胃→足大指内端脾→心中心→手小指端小肠→目内眦膀胱→足小趾端肾→胸中心包→环指端三焦→目外眦胆→足大趾外端肝→肺内肺。手足六阳经会合于督脉。

六阴经和阴维、冲脉都会于任脉。十二经的功能是联络全身，感应传导，运输营养物质，

濡润筋骨，疏利关节，平衡阴阳，调节机能。

七、元气在十二时辰所走达的穴位口诀

元气子时走尾闾，丑走背堂寅玄枢，
卯走夹脊辰陶道，巳走玉枕泥丸午，
未走明堂申膻中，酉走中脘戌神阙，
元气亥时归气海。循环全身不停绝。

注

元气（又名原气、真气）根于肾（即为肾中精气所化生，来源于先天之精气与后天水谷精微物质），是人体最为基本、最为重要的气，是人体生命活动的原动力。故元气是生命之本。元气循行于全身，内至脏腑，外达肌肤腠理，以三焦为通道，到达、作用于机体的各个部分。元气的主要功能是温煦和激发各个脏腑、经络等组织器官的生理活动且促进人体的生长和发育。脏腑之气和经络之气（元气、营气、宗气、卫气、中气、阴气、阳气、先天之气、后天之气、肝气、心气、脾气、肺气、肾气、胆气、胃气、心包气、膀胱气、大小肠之气、经络之气等人体内的一切气）都是元气派生的，皆属于人体元气的一部分。

口诀拆开，即元气在12个时辰所行的穴位：元气子时走尾闾，丑时走背堂，寅时走玄枢，卯时走夹脊，辰时走陶道，巳时走玉枕，午时走泥丸，未时走明堂，申时走膻中，酉时走中脘，戌时走神阙，元气亥时归气海。元气循环全身不停不绝灭。

八、地支十二经流注歌

寅肺卯大辰时胃，巳脾午心小肠未，
申膀胱酉肾戌心包，亥三子胆丑肝寅肺。

注

每日寅时从肺起，卯时流入大肠经，辰胃巳脾午心火，未时应注小肠经，申属膀胱酉属肾，戌走包络亥焦宫，子胆丑肝寅又肺，十二经脉周环行。

人有十二经，昼夜有十二时，每一经主一时。先从寅时入肺起，卯入于大肠，辰入于胃，巳入于脾，午入于心，未入于小肠，申入于膀胱，酉入于肾，戌入于包络，亥入于三焦，子入于胆，丑入于肝，至于寅时，则又从肺起。此十二经与十二时，相循环而行者也。

九、十二经穴周流歌

中府肺经注少商，少阳注大肠商阳，
商阳接鼻迎香走，香接头维到库房，
头维又下降厉兑，兑传隐白到胸乡，
隐白上传到大包，大包连接极泉场，
泉贯少冲心井穴，冲连少泽经小肠，
泽到听宫接睛明，睛明下达至阴强，
至阴斜出到涌泉，涌泉归入俞府藏，
府连心包经天池，池接中冲心关冲，
关冲再传丝竹空，空传瞳子髅之中，
瞳子髅下足窍阴，足窍阴连大敦同，

敦接肝脉期门穴，期门终还中府中。

注

十二经的经气通过经穴交相传接，循环不息，如下：

肺经中府→肺经少商→大肠经商阳→大肠经迎香→胃经头维→胃经库房→胃经厉兑→脾经隐白→脾经胸乡→脾经大包→心经极泉→心经少冲→小肠经少泽→小肠经听宫→膀胱经睛明→膀胱经至阴→肾经涌泉→肾经俞府→心包经天池→心包经中冲→三焦经关冲→三焦经丝竹空→胆经瞳子髎→胆经足窍阴→肝经大敦→肝经期门→肺经中府，如此循环不息。

十二经穴周流歌的新口诀（比上面的原诀减少了10句）：

十二经穴周流歌，中府少商到商阳，
迎香头维流库房，头维向下厉兑降，
隐白胸乡上大包，极泉少冲少泽畅，
听宫睛明下至阴，涌泉俞府天池藏，
中冲关冲丝竹空，瞳子髎足窍阴乡，
大敦期门回中府，循环不息血脉畅。

十、十二经脉的分布规律

十二经脉对称布（在），头面躯干四肢身。

阴经胸腹肢内侧，头面身肢外阳经。

阳前少中太阳后。太阴前厥（中）少阴后。

内踝上的八寸下，厥前太中少阴后；

内踝以上八寸上，太前厥中少阴后。

注

十二经脉对称分布在头面、躯干、四肢及全身。六条阴经走行在胸腹、四肢内侧，六条阳经走行在头面、身、四肢外侧。

手、足三阳经在头、身、四肢的分布规律是：阳明经走行在头、身、四肢的前面，少阳在体正中，太阳在体后面（注意口诀字意的缩略：以太阳记忆阳经）。

手、足三阴经在头、身、四肢的分布规律：太阴在头、身、四肢前面，厥阴在中，少阴在后面（注意口诀字意的缩略：以少阴记忆阴经）。内踝上的8寸以下，厥阴在体前面，太阴在体的正中，少阴在体后面。内踝上的8寸以上，太阴在体前面，厥阴在体正中，少阴在体后面。

十一、奇经八脉的含义及其特点

奇经八脉督任冲，带阴阳维阴阳跷。

督脉任脉有腧穴，合称十四经明了。

奇八脏腑无络属，奇八之间无里表，

走向分布不规则，奇恒之腑密切绕。

注

奇经八脉不隶属于任何脏腑，也无阴阳表里配合（即表里配属关系），“别道奇行”，所以叫“奇经”。奇经八脉中的任脉和督脉因为都有它自己所属的腧穴，就和十二经脉相提并论了，合起来叫“十四经”。跷与蹻两字皆可用。

奇经八脉的特点是：①奇经八脉与五脏六腑没有络属关系；②奇经八脉之间无表里相配

关系；③奇经八脉的走向、分布都没有规律；④奇经八脉与奇恒之腑的关系密切联绕。

十二、奇经八脉的主要功能

奇经八脉上肢无，不与脏腑相络属。
奇八纵横循十二，联统气血调阴阳，
密切十二经联系，肝肾子宫脑髓养，
蓄灌调十二气血，犹如湖泊水库样。
阳气真元督脉帅，阴气精血任脉海。
带脉约束纵行经，冲脉十二经血海。
阳维一身表主管，一身之里阴维管。
两侧阴阳阴阳跷，调节腿动管睡眠。
大椎手足三阳督，足三阴任交中极、关元。

注

奇经八脉在上肢无分布，不与脏腑相络属，也就没有表里相配的关系。

奇经八脉纵横交错地循行分布于十二经脉之间，将部位相近、功能相似的经脉联系起来，达到统帅有关经脉气血，协调阴阳的作用。

因此，奇经八脉有以下三个方面的作用。

(1) 奇经八脉进一步密切了十二经的联系。

(2) 与肝、肾、子宫、脑、髓等奇恒之腑的关系密切，增强了它们相互之间的生理、病理联系。

(3) 对十二经脉的气血有着蓄积和渗灌的调节作用，当十二经脉和脏腑的气血旺盛之时，奇经八脉就如湖泊水库一样加以储蓄；当十二经脉生理功能需要气血供应时，奇经八脉又能渗灌和供应（注意顺读释义时的言词补加）。

督脉统帅全身的阳气和真元，称为“阳脉之海”。

任脉妊养全身之阴经，总调全身阴气和精血，称为“阴脉之海”。另外，任脉起于胞中，与女子妊娠有关，叫“妊主胞胎”。

冲脉有涵蓄十二经气血的作用，有“十二经之海”和“血海”之称，与女性月经密切相关。

带脉约束躯干部的纵行的经脉。

阳维脉主管一身表，“维络诸阳”；阴维脉主管一身里，“维络诸阴”。阴、阳维脉具有维系一身阴经和阳经的作用。

阴跷脉和阳跷脉“分主一身左右之阴阳”，两侧的阴阳由阴、阳跷脉主管，有濡养眼目，司眼睑开合，且调节下肢运动与管理睡眠的作用。

督脉的大椎穴为手、足三阳经的交会处。任脉的关元、中极是足三阴经的交会处。

十三、十二经别

经别离入出合行，肘膝关节旁别离离，
深入体腔脏腑联入，浅出体表头项际出。
头项阳经合本经合，阴经合于表里阳，
阴经经别合头面，表里六组六合匡。

六合加强表里联，加强经脉脏腑联，
弥补十二经不足，增强经别头面联，
扩大十二经主治，表内肢躯向心联。
阳明经别上联心，加强各经与心联。

注

经别是十二经别的简称，是十二经脉别出的，分布于胸腹和头部，是沟通表里两经并加强与脏腑联系的另一经脉系统，是包括在十二经脉范围以内的经脉，故叫“别行的正经”。

十二经别具有“离入出合”的特点，其走行是：多从肘膝关节旁的正经别出（离）。经过躯干深入体腔内与相关的脏腑联系（入），再浅出于体表上行头项部（出）。在头项部阳经的经别合于本经的经脉（合）。阴经的经别合于与其相为表里的阳经的经脉（合）。阴经经别合于头面。

十二经别按阴阳表里关系汇合成六组，故有“六合”之称。

十二经别通过“六合”：①加强了表里两经的联系；②加强了经脉与脏腑的联系，即加强了体表与体内、四肢与躯干的向心性联系；③加强了经脉与头面部的联系；④弥补了十二经的不足；⑤扩大了十二经脉的主治范围，足阳明胃经的经别上联于心；⑥十二经别各自都加强了各经与心的联系。

十四、十二经筋、十二皮部口诀

十二经筋起肢末，结聚节骨走头身，
不入内脏只行表，束骨利于关节伸。
联络四肢与百骸，保护主管关节运。
十二皮部十二经，人体气血通外层，
络脉卫气散布处，卫体抗邪反映病，
协助诊断扩疗法，增强治疗之效应。

注

经筋是十二经筋的简称，是十二经的经气濡养筋肉骨节的体系，是附属于十二经脉的筋膜系统，是经脉经气在人体四肢百骸、骨骼筋肉之间运行的另一路径。

十二经筋起于四肢末端，结聚于关节、骨骼部，走向躯干、头面，不入内脏只行表。因经筋只运行于体表筋肉，故称“经筋”。经筋也分为手、足三阴三阳，其数目与经脉相同，其循行道路也多与经脉相接。

十二经筋与十二经脉的分布循行基本上相一致，但是，十二经脉有顺逆之不同，而经筋走向都起于四肢指爪之间，在踝、膝、臀、腕、肘、腋、髀、颈等处结聚，终结于头面等处，沿行于体表，不入内脏，而与他经相接。经筋的作用主要是联络四肢百骸，约束骨骼，司关节运动，对关节有保护作用，利于关节屈伸活动，以保持人体正常的运动功能。

十二皮部分布在人体的体表的最浅部位，其循行范围是以十二经脉来划分区域的。十二皮部是十二经脉及其所属络脉在体表的分区。十二皮部受十二经脉及其络脉气血的温润濡养，而维持正常的功能。十二皮部位于体表的最浅部位，与外界直接接触，对感受到的外界变化具有调节作用，还能从“面”上加强十二经脉的联系。

十二皮部是十二经脉功能活动反应于体表的部位。十二皮部是人体外层，又与经络气血相通，是络脉之气即卫气散布之处，起着以下作用：①保卫机体、抵抗外邪；②反应病候；

③协助诊断，扩展治疗方法，增强治疗效果。

十五、根结、气街

“根结”是指经气的所起之始和所归之终，反映出经气上下两极间的关系。“根”指根本、开始，即四肢末端的井穴。“结”指结聚、归结，即头、胸、腹部。《灵枢·根结》说：太阳经根于至阴，结于命门（目）；阳明经根于厉兑，结于颡大（钳耳）；少阳经根于窍阴，结于窗笼（耳中）。太阴经根于隐白，结于太仓；少阴经根于涌泉，结于廉泉；厥阴经根于大敦，结于玉英，络于膻中。九针之玄，要在终始。故能知终始，一言而毕，不知终始，针道咸绝。

“气街”是经气聚集运行的共同通路。《灵枢·卫气》说：“胸气有街，腹气有街，头气有街，胫气有街。”《灵枢·动输》又指出：“四街者，气之径路也。”说明了在头、胸、腹部有经脉之气聚集与循行的通路。