

人体反射区

主编 / 郭长青

郭妍

张伟

速查



畅销书
超值
彩图版

 中国科学技术出版社
CHINA SCIENCE AND TECHNOLOGY PRESS

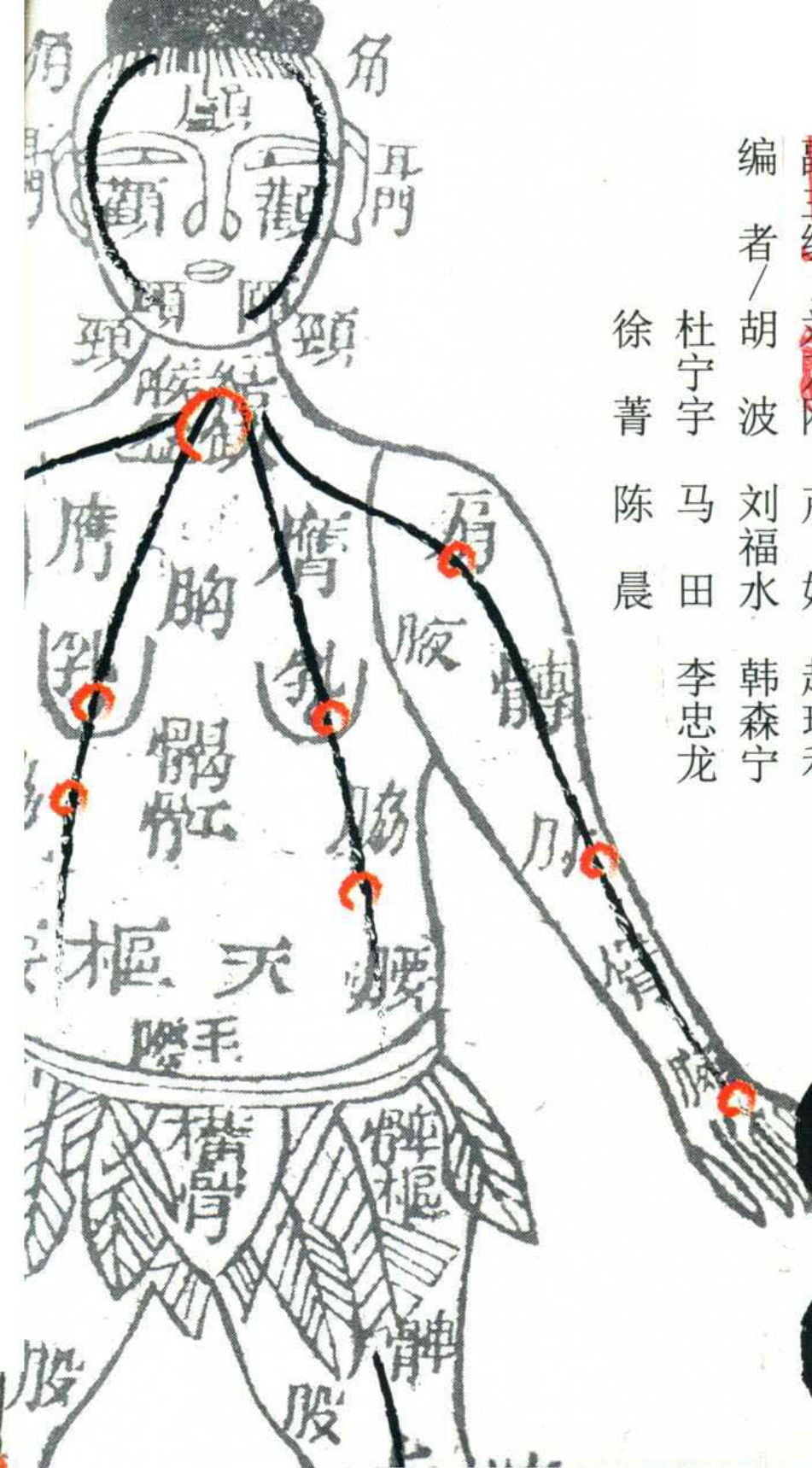
人体反射区

速查

主 编 / 郭长青 郭 妍 张 伟
副主编 / 刘乃刚 芦 娟 赵瑞利

编 者 / 胡 波 刘福水 韩森宁

杜宁宇 马 田 李忠龙
徐 菁 陈 晨



中国科学技术出版社
北 京

图书在版编目(CIP)数据

人体反射区速查 / 郭长青, 郭妍, 张伟主编. —北京: 中国科学技术出版社, 2018.1

(中医速查宝典系列)

ISBN 978-7-5046-7638-2

I . ①人… II . ①郭… ②郭… ③张… III . ①按摩疗法(中医)
IV . ① R224.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 198744 号

策划编辑	焦健姿 王久红
责任编辑	黄维佳
装帧设计	华图文轩
责任校对	马思志
责任印制	马宇晨

出 版	中国科学技术出版社
发 行	科学普及出版社发行部
地 址	北京市海淀区中关村南大街 16 号
邮 编	100081
发行电话	010-62103130
传 真	010-62179148
网 址	http://www.cspbooks.com.cn

开 本	880mm×1230mm 1/64
字 数	59 千字
印 张	2.5
版、印次	2018 年 1 月第 1 版第 1 次印刷
印 数	0001 — 5000
印刷公司	北京威远印刷有限公司
书 号	ISBN 978-7-5046-7638-2/R• 2068
定 价	19.80 元

(凡购买本社图书, 如有缺页、倒页、脱页者, 本社发行部负责调换)

内容提要

本书为《中医速查宝典系列》丛书之一，由北京中医药大学针灸推拿学院、中国中医科学院资深专家、教授联袂精心编写。本书从简明、实用出发，主要介绍了头、面、耳、手、足部反射区的标准定位与主治病症，并配有详细的穴位图解，书后附腕踝针针刺疗法，易学易记，实用性强。本书适合从事针灸临床、教学、科研的工作人员，学生及中医爱好者阅读参考。

编者注：腧穴是人体脏腑经络气血输注出入的特殊部位，俞穴是人体脏腑之气输注于背腰部的腧穴，“腧”“俞”其义皆通“输”，取音“shū”。

编者的话

反射区疗法是建立在全息生物学、经络学及神经反射理论的基础上，采用一定的方法，对人体各全息元中的反射区施加刺激，从而引起人体适应性调节的一种绿色自然保健疗法。

反射区疗法在我国具有悠久的历史，但记载较为分散，没有形成系统理论。20 世纪初，美国菲兹杰拉德（Dr. William Fitzgerald）在中国针灸经络的启示下，发表了《区域疗法》（Zone Therapy）一书。我国的医学工作者，结合中国传统医学理论，使反射区疗法不断充实和完善，形成了头部、面部、耳部等一系列反射区疗法。

反射区疗法可改善血液循环，促进新陈代谢，提高免疫力，调节脏腑器官功能等，可起到有病治病，无病保健的作用，具有绿色安全、疗效好、操作简便、经济实用的特点。

为了促进反射区疗法的普及和推广，我们选择了较为常用和疗效较好的一部分反射区疗法进行介绍，其中包括头、面、耳、手、足部反射区疗法。简明实用、易学易记。



目 录

第一章 头部反射区

额中线	002	顶颞前斜线	006
额旁 1 线	002	顶颞后斜线	006
额旁 2 线	002	颞前线	006
额旁 3 线	002	颞后线	006
顶中线	004	枕上中线	008
顶旁 1 线	004	枕上旁线	008
顶旁 2 线	004	枕下旁线	008

第二章 面部反射区

首面	012	膀胱、子宫	014
肺（印堂穴）	012	股内	014
咽喉	012	胃	014
心（山根）	012	小肠	014
膈乳	012	大肠	014
肝	012	肩	015
胆	013	臂	016
脾（素髻）	014	手	016

背（听宫）	016	膝	018
肾	016	膝髌（颊车）	018
脐	016	胫	018
股	018	足	018

第三章 耳部反射区

一、耳轮八穴（1）

耳中	022
直肠	022
尿道	022
外生殖器	022
肛门	022

耳轮儿穴（2）

耳尖	024
结节	024
轮 1、轮 2、轮 3、轮 4	024

二、耳舟六穴

指	026
风溪	026
腕	026
肘	026
肩	026
锁骨	026

三、对耳轮上脚五穴

趾	028
跟	028
踝	028
膝	028
髌	028

四、对耳轮下脚三穴

臀	030
坐骨神经	030
交感	030

五、对耳轮体六穴

颈椎	032
胸椎	032
腰骶椎	032
颈	032
胸	032
腹	033

六、三角窝五穴

神门	034
盆腔	034
角窝中	034
内生殖器	034
角窝上	034

七、耳屏九穴 (1)

上屏	036
下屏	036
外耳	036
外鼻	036
屏尖	036

耳屏九穴 (2)

肾上腺	038
屏间前	038
咽喉	038
内鼻	038

八、对耳屏八穴 (1)

对屏尖	040
缘中	040
枕	040
颞	040
额	040

对耳屏八穴 (2)

屏间后	042
脑干	042
皮质下	042

九、耳轮脚周围八穴 (1)

大肠	044
小肠	044
阑尾	044
十二指肠	044
胃	044

耳轮脚周围八穴 (2)

贲门	046
食道	046
口	046

十、耳甲腔六穴

心	048
肺	048
气管	048
脾	048
内分泌	048
三焦	049

十一、耳甲艇七穴

肝	050	内耳	056
胰胆	050	面颊	056
肾	050	扁桃体	056
膀胱	050	十三、耳背九穴 (1)	
耳甲艇七穴 (2)		上耳根	058
输尿管	052	耳迷根	058
艇角	052	下耳根	058
艇中	052	耳背沟	058
十二、耳垂八穴		耳背九穴 (2)	
牙	054	耳背心	060
舌	054	耳背脾	060
颌	054	耳背肝	060
垂前	054	耳背肺	060
眼	055	耳背肾	060

第四章 手部反射区

额窦	064	胃	066
大脑 (头部)	064	胰腺	066
垂体	064	十二指肠	066
鼻	064	甲状腺	067
扁桃体	064	眼	068
食管、气管	066	耳	068
胸腔呼吸器官区	066	斜方肌	068

颈肩前区	068	小脑、脑干	080
颈项	068	三叉神经	080
膀胱	070	上、下颌	080
输尿管	070	舌	080
肾	070	喉、气管	080
肾上腺	070	扁桃体	081
腹腔神经丛	071	脊柱	082
升结肠	072	颈椎	082
横结肠	072	胸椎	082
盲肠、阑尾	072	腰椎	082
回盲瓣	072	骶骨	082
小肠	072	尾骨	084
胃脾大肠区	073	肋骨	084
肺、支气管	074	内耳迷路	086
肝	074	胸、乳房	086
胆囊	074	横膈膜	086
生殖腺（卵巢、睾丸）	076	血压区	086
前列腺、子宫、阴道、 尿道	076	肩关节	088
腹股沟	076	肘关节	088
心	078	膝关节	088
脾	078	髋关节	088
乙状结肠	078	头颈淋巴结	090
肛管、肛门	078	甲状旁腺	090
		胸腺淋巴结	090

上身淋巴结	090		下身淋巴结	090
第五章 足部反射区				
大脑	094		肝	104
额窦	094		胆囊	104
小脑、脑干	094		腹腔神经丛	104
垂体	094		横结肠	106
三叉神经	096		升结肠	106
鼻	096		小肠	106
眼	096		回盲瓣	106
耳	098		盲肠、阑尾	106
斜方肌	098		降结肠	108
颈项	098		直肠及乙状结肠	108
颈椎	098		肛门	108
肺、支气管	100		肾	110
肾上腺	100		输尿管	110
甲状腺	100		膀胱	110
甲状旁腺	100		生殖腺（睾丸、卵巢）	110
食管	102		失眠点	111
胃	102		前列腺、子宫	112
胰	102		尿道、阴道	112
十二指肠	102		直肠、肛门	112
心	102		腹股沟	112
脾	103		坐骨神经	113

下腹部	114	外尾骨	118
横膈膜	114	腕关节	120
生殖腺（睾丸、卵巢）	114	胸（乳房）	120
坐骨神经	114	肋骨	120
内尾骨、外尾骨	116	喉、气管	120
胸椎	116	内耳迷路	122
腰椎	116	上颌、下颌	122
骶骨	116	扁桃体	124
髋关节	116	胸部淋巴结	124
膝关节	118	颈部淋巴结	124
肘关节	118	上身淋巴结	124
肩关节	118	下身淋巴结	124
肩胛骨	118		

附篇 腕踝针

分区及主治	127	上 6	132
穴位定位与主治	130	下 1	134
上 1	130	下 2	134
上 2	130	下 3	134
上 3	130	下 4	136
上 4	132	下 5	136
上 5	132	下 6	136
索引			138

第一章 头部反射区

头部反射区疗法，是指针刺头皮上的特定区域以治疗疾病的一种方法，又称头针疗法、头皮针疗法、头穴透刺疗法。头部反射区疗法的治疗线是以祖国医学理论为基础，按照“按区定穴，联穴划线，以线归经”的原则制订的。分为4个区、14条线。

额中线 Ézhōngxiàn

【标准定位】在额部正中发际内，自发际上 5 分处即神庭穴起，向下刺 1 寸。

【主治】神志病，头、鼻、舌、眼、咽喉病等。

额旁 1 线 Épáng1xiàn

【标准定位】在额部，位于额中线外侧，直对眼内角（目内眦），自发际上 0.5 寸处，即眉冲穴起，向下刺 1 寸。

【主治】肺、心等上焦病症。

额旁 2 线 Épáng2xiàn

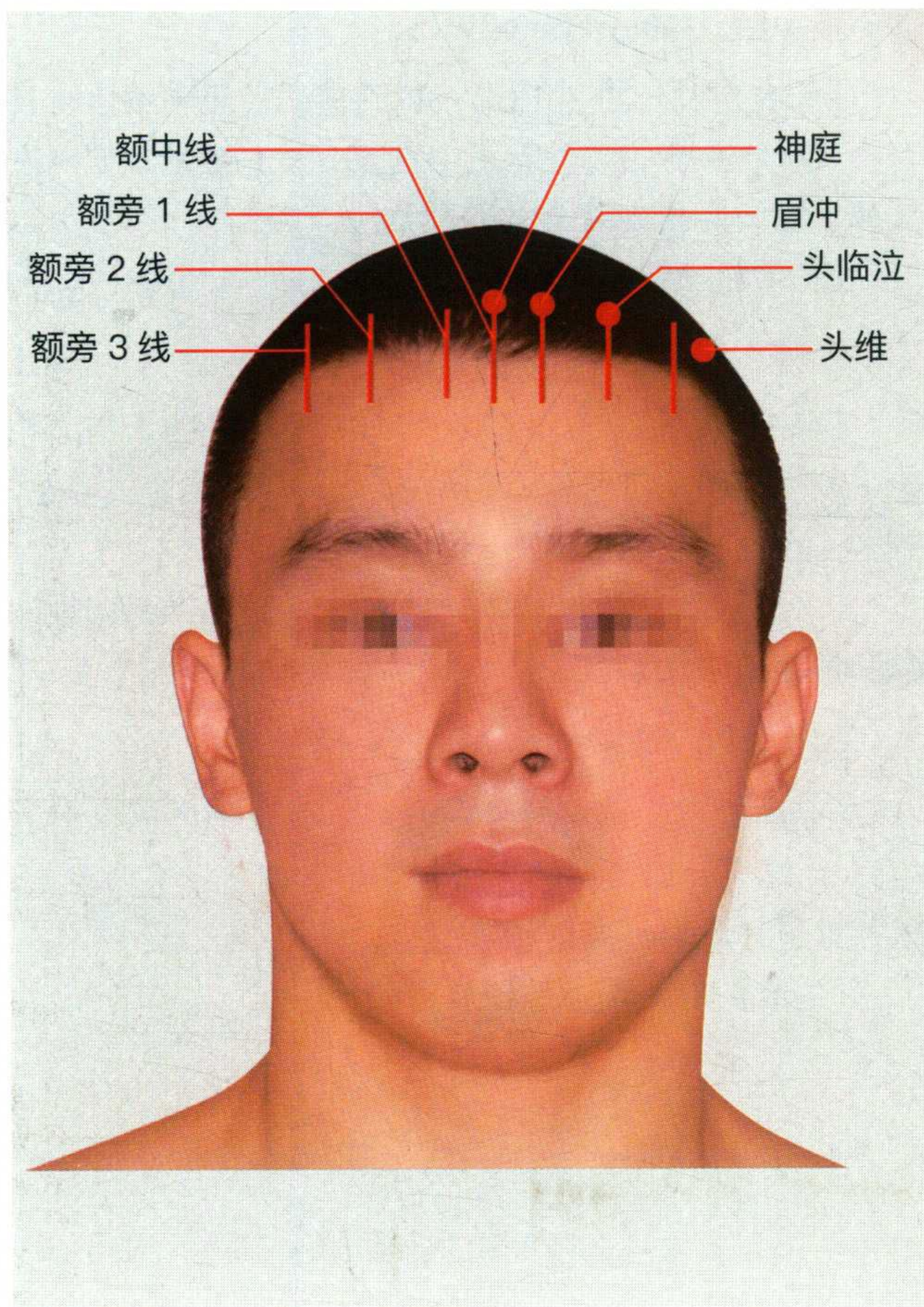
【标准定位】在额部，位于额旁 1 线外侧，直对瞳孔，自发际上 5 分处，即头临泣穴起，向下刺 1 寸。

【主治】脾、胃、肝、胆等中焦病症。

额旁 3 线 Épáng3xiàn

【标准定位】在额部，位于额旁 2 线外侧，直对眼外角，在头维穴内侧 0.75 寸处（即本神穴与头维穴之间）发际上 5 分处，向下刺 1 寸。

【主治】肾、膀胱等下焦病症。



顶中线 Dǐngzhōngxiàn

【标准定位】在头顶部，位于前、后正中线上，自百会穴（在头部，前发际正中直上5寸）至前顶穴（在头部，前发际正中直上3.5寸）。

【主治】腰、腿、足病症。

顶旁1线 Dǐngpáng1xiàn

【标准定位】在头顶部，位于顶中线外侧，与之相距1.5寸，即自通天穴（在头部，前发际正中直上4寸，旁开1.5寸）起沿经向后刺1.5寸。

【主治】腰、腿、足病症，如下肢瘫痪、麻木、疼痛等，临床常与顶中线、顶颞前斜线上1/5配合应用。

顶旁2线 Dǐngpáng2xiàn

【标准定位】在头顶部，位于顶旁1线外侧，与之相距0.75寸，即自正营穴（在头部，前发际上2.5寸，瞳孔直上）起沿经向后刺1.5寸。

【主治】肩、臂、手病症。