

腧穴学讲义

(下册)

上海中医学院
针灸学教研组

目 录

下 册

第五章 足阳明胃经穴位.....171

第一节 头身部穴.....171

一、定位、命名和类别.....171

1. 承泣〔附：球后〕(171)
2. 四白(172)
3. 巨髎(172)
4. 地仓(172)
5. 大迎(172)
6. 颊车(173)
7. 下关(173)
8. 头维(173)
9. 人迎(175)
10. 水突(175)
11. 气舍(175)
12. 缺盆(175)
13. 气户(176)
14. 库房(176)
15. 屋翳(176)
16. 膺窗(177)
17. 乳中(177)
18. 乳根(177)
19. 不容(177)
20. 承满(178)
21. 梁门(178)
22. 关门(178)
23. 太乙(178)
24. 滑肉门(178)
25. 天枢(178)
26. 外陵(179)
27. 太巨(179)
28. 水道(179)
29. 归来〔附：子宫〕(179)
30. 气冲(180)

二、解割要点和针灸方法.....181

三、主治症与效.....188

第二节 下肢部穴.....193

一、定位、命名和类别.....193

31. 髀关〔附：迈步〕(193)
32. 伏兔(194)
33. 阴市(194)
34. 梁丘(194)
35. 犊鼻〔附：膝

眼] (194) 36. 足三里(195) [附] 阑尾穴(195)
39. 下巨虚(195) 38. 条口(195) 39. 下巨
虚(196) 40. 丰隆(196) 42. 冲阳(197) 43. 陷
谷(197) 44. 内庭(197) 45. 厉兑(198)

二、解剖要点和针灸方法.....198

三、主治症与效能.....203

第六章 足太阳膀胱经穴位.....214

第一节 头身部穴.....214

一、定位、命名和类别.....214

1. 睛明[附:内睛明、上睛明](214) 2. 攒竹(215)

3. 眉冲(215) 4. 曲差(215) 5. 五处(217) 6. 承

光(217) 7. 通天(217) 8. 络却(217) 9. 玉

枕(217) 10. 天柱(217) 11. 大杼(218) 12. 风

门(218) 13. 肺俞(218) 14. 厥阴俞(217) 15. 心

俞(219) 16. 督俞(219) 17. 膈俞(220) [附] 胃管

下俞(220) 18. 肝俞(220) 19. 胆俞(220) 20. 脾

俞(221) 21. 胃俞(221) 22. 三焦俞(221)

23. 肾俞(221) 24. 气海俞(222) 25. 大肠俞(222)

26. 关元俞(222) 27. 小肠俞(222) 28. 膀胱

俞(222) 29. 中膂俞(223) 30. 白环俞(223)

[附] 夹脊(224) 31. 上髎(224) 32. 次髎(224)

33. 中髎(225) 34. 下髎(225) 35. 会阳(225)

36. 附分(225) 37. 魄户(226) 38. 膏肓

俞(226) 39. 神堂(226) 40. 噫嘻(226) 41. 膈

关(227) 42. 魂门(227) 43. 阳纲(227) 44. 意

舍(227) 45. 胃仓(227) 46. 盲门[附:痞

根] (227) 47. 志室(228) [附] 腰眼(228)

48. 胞育[附: 跳跃] (228) 49. 秩边(228)

[附] 各家背俞不同定位法(229)

二、解剖要点和针灸方法.....223

三、主治症与效能.....343

第二节 下肢部穴.....252

一、定位、命名和类别.....252

50. 承扶(252) 51. 殷门[附: 殷上](253) 52. 浮

2 (253) 53. 委阳(253) 54. 委中[附: 委上](254)

55. 合阳(254) 56. 承筋(254) 57. 承山(254)

58. 飞扬(255) 59. 附阳(255) 60. 昆仑(256)

61. 仆参(256) 62. 申脉(256) 63. 金门(257)

64. 束骨(257) 66. 足通谷(257) 67. 至阴(258)

二、解剖要点和针灸方法.....256

三、主治症与效能.....263

第七章 足少阳胆经穴位.....278

第一节 头身部穴.....278

一、定位、命名和类别.....278

1. 瞳子髎(278) [附] 太阳(278) 2. 听会(280)

3. 上关(280) 4. 颌厌(280) 5. 悬颅(281) 6. 悬

厘(281) 7. 曲鬓(281) 8. 率谷(281) 9. 天冲(282)

10. 浮白(284) 11. 头窍阴(282) 12. 完骨(283)

13. 本神(283) 14. 阳白[附: 鱼腰](283)

15. 头临泣(284) [附] 当阳(284) 16. 目窗(284)

17. 正营 18. 承灵(284) 19. 脑空(285) 20. 风

池(285)	21. 肩井(285)	22. 渊腋(286)	23. 辄筋(286)
24. 日月(286)	25. 京门(287)	26. 带脉(287)	27. 五枢〔附：维胞〕(288)
28. 维道(289)	29. 居髎(289)		

二、解剖要点和针灸方法	290
-------------	-----

三、主治症与效能	295
----------	-----

第二节 下肢部穴 301

一、定位、命名和类别	301
------------	-----

30. 环跳〔附：臀中〕(301)	31. 风市(302)	32. 中渎(302)	33. 膝阳关(302)	34. 阳陵泉〔附：陵后〕(303)〔附〕胆囊穴(303)	35. 阳交(304)	36. 外丘(304)	37. 光明(304)	38. 阳辅(304)	39. 悬钟(305)	40. 丘墟(305)	41. 足临泣(306)	42. 地五会(306)	43. 侠溪(306)	44. 足窍阴(306)
-------------------	-------------	-------------	--------------	-------------------------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	--------------	--------------	-------------	--------------

二、解剖要点和针灸方法	307
-------------	-----

三、主治症与效能	310
----------	-----

〔附〕头部主要穴位效能歌诀	322
---------------	-----

背腰部主要穴位效能歌诀	322
-------------	-----

第八章 足三阴经穴位 323

第一节 足太阴脾经穴位 323

一、定位、命名和类别	323
------------	-----

1. 隐白(322)	2. 大都(23)	3. 太白(325)	4. 公孙(325)	5. 商丘(325)	6. 三阴交(326)	7. 漏谷(326)	8. 地机(326)	9. 阴陵泉(327)	10. 血海(327)	〔附〕百虫窠(328)	11. 箕门(328)
------------	-----------	------------	------------	------------	-------------	------------	------------	-------------	-------------	-------------	-------------

12. 冲门〔附：下冲门〕(328) 13. 府舍(328)
 14. 腹结(329) 15. 大横(329) 16. 腹哀〔附：胃
 上〕(329) 〔附〕命关、食仓(329) 17. 食窦(329)
 18. 天溪(330) 19. 胸乡(330) 20. 周荣(330)
 21. 大包(330)

二、解剖要点和针灸方法……………331

三、主治症与效能……………331

第二节 足少阴肾经穴位……………335

一、定位、命名和类别……………343

1. 涌泉(346) 2. 然谷(344) 3. 照海(344)
 4. 太溪(344) 5. 大钟(346) 6. 水泉(346)
 7. 复溜(346) 8. 交信(347) 9. 筑宾(347)
 10. 阴谷(347) 11. 横骨(347) 12. 大赫(348)
 13. 气穴(348) 14. 四满(348) 15. 中注(348)
 16. 肓俞(348) 17. 商曲(349) 18. 石关(349)
 19. 阴都(349) 20. 腹通谷(349) 21. 幽门(348)
 22. 步廊(350) 23. 神封(350) 24. 灵墟(350)
 25. 神藏(350) 26. 彘中(350) 27. 俞府(351)

二、解剖要点和针灸方法……………372

三、主治症与效能……………356

第三节 足厥阴肝经穴位……………365

一、定位、命名和类别……………365

1. 大敦(365) 2. 行间〔附：八冲(八风)〕(366)
 3. 太冲〔附：上八风〕(366) 4. 中封(367) 5. 蠡
 沟(367) 6. 中都(367) 7. 膝关(367) 8. 曲泉(369)
 9. 阴包(369) 10. 足五里(369) 11. 阴廉(369)
 12. 急脉(370) 13. 章门(370) 14. 期门(371)

二、解剖要点和针灸方法	372
三、主治症与效能	374
〔附〕胸腹部主要穴位效能歌诀	381
下肢部主要穴位效能歌诀	381

附篇.....382

一、经外奇穴	382
1. 头部经外奇穴简表(382)	
2. 背腰部经外奇穴简表(385)	
3. 胸腹部经外奇穴简表(388)	
4. 上肢部经外奇穴简表(389)	
5. 下肢部经外奇穴简表(393)	
二、十四经穴名歌	399
三、穴位分部表	395
1. 十四经穴分部统计表(399)	
2. 背部穴位表(400)	
3. 颈部穴位总表(400)	
4. 胸部穴位总表(401)	
5. 腹部穴位总表(402)	
6. 腋胁线穴位总表(402)	
四、耳针穴位图	403

编后记

第五章 足阳明胃经穴位

足阳明胃经为足三阳之一，“从头走足”，循行头面、胸腹和下肢外侧前缘，共四十五穴；主治头面、口齿、咽喉、胃肠及本经所过处的病症。因其路线较长，现分头身部穴和下肢部穴进行介绍。

第一节 头身部穴

本经行于头面、颈前及胸部第二侧线，计头面部8穴，颈部2穴，胸部8穴，腹部12穴。左右两侧相同。

一、定位、命名和类别

1. 承泣

〔定位〕《甲乙》：“在目下七分，直目瞳子”；《医宗金鉴》：“目下胞陷中”；即目中国家，下睑沟正中，当眼球与眶下缘之间(图5—1)。近人于承泣外侧，当眶下缘弧线的外1/4与内3/4折点处加一穴，名“球后”(图5—2)。



图5—1 足阳明胃经
头部穴位



图5—2
球后

〔命名〕“承”是承接，“泣”指流泪，穴在目下，因名。

〔类别〕阳乔、任脉、足阳明之会。

2. 四白

〔定位〕《甲乙》：“在目下一寸，面颊骨颧空”；即目中心线上，下睑缘下一寸，眶下孔凹陷处(图5—1)。

〔命名〕与眉上的阳白(胆经)上下、左右相对，因名。

3. 巨髎

〔定位〕《甲乙》：“在侠鼻孔傍八分，直瞳子”；即目中心线上，平鼻翼下缘处(图5—1)。《针灸资生经》作“在鼻孔下，夹水沟傍八分”，有误，当以目中线为准。

〔命名〕此处凹陷较大，故名。

〔类别〕乔脉、足阳明之会；《类经图翼》补充作：阳乔、手足阳明之会。

4. 地仓

〔定位〕《甲乙》：“侠口傍四分，如(略)近下是”；即口角旁，近鼻唇沟处(图5—3)。

〔命名〕面下部因称“地”，口腔容纳食物因称“仓”。

〔类别〕乔脉、手足阳明之会；

图5—3 地仓 《类经图翼》补充作：手足阳明、任脉、阳乔之会。

5. 大迎

〔定位〕《甲乙》：“在曲颌前一寸三分，骨陷者中动脉”。即在下颌角前方，咬肌附着部前缘，面动脉后方，颌下缘上约一横指，鼓颊时呈凹陷处(图5—1)。



图5—3 地仓

〔命名〕“迎”指血气旺盛，此处有面动脉，因名。

6. 颊车

〔定位〕《甲乙》：“在耳下曲颊端陷者中，开口有孔”；《针灸大成》补充作：“耳下八分，曲颊端近前陷中”；即当下颌角前上方，咬肌中(图5—4)。

〔命名〕下颌关节称“牙车”，穴在下颌角部因名颊车，又名曲牙。

7. 下关

〔定位〕《甲乙》：“在客主人(上关)下，耳前动脉下空下廉，合口有孔，张口即闭。”即在颧弓下，下颌切迹上缘，下颌骨髁状突前方凹陷处。张口时髁状突前移，凹陷即消失(图5—5)。

〔命名〕与上关相对，穴在颧弓下，因名。

〔类别〕足阳明、少阳之会。



图5—4 颊车

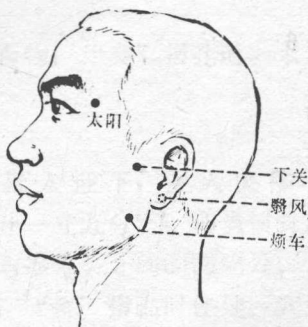


图5—5 下关

8. 头维

〔定位〕《甲乙》：“在额角发际，侠本神两傍各一寸五

分”；《铜人》：“在额角入发际”；即当额角发际，或入发际五分处(图5—6)。

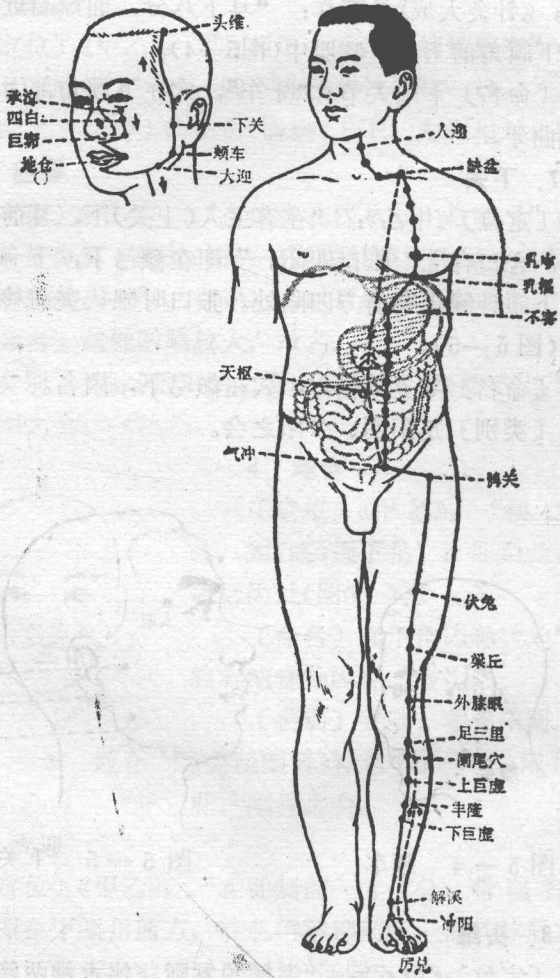


图 5—6

足阳明胃经穴位

〔命名〕“维”指纲维、维系，两额角部为头发所维系，因名。

〔类别〕《甲乙》：足少阳、阳维之会；《素问·气府论》王冰注：足少阳、阳明二脉之会。

9. 人迎

〔定位〕《甲乙》：“在颈，大脉动应手，侠结喉”；《素问·阴阳类论》王冰注：“结喉两傍……一寸五分”；即当甲状软骨旁，胸锁乳突肌前缘，颈动脉搏动处；或于颈内动脉与颈外动脉分叉处定穴(图5—6)。

〔命名〕“迎”指动脉所行处，此处有颈总动脉通过，其盛衰关系人身气机，因名人迎。

〔类别〕《针灸大成》：足阳明、少阳之会。

10. 水突

〔定位〕《甲乙》：“在颈大筋前，直人迎下，气舍上”。即在人迎直下，胸锁乳突肌前缘，平甲状软骨下缘处；当人迎与气舍之间。

〔命名〕“水”指水谷、饮食物；“突”指孔道。本穴在咽喉旁，因名。

11. 气舍

〔定位〕《甲乙》：“在颈，直人迎下，侠天突陷者中”。《循经考穴编》：“天突旁开一寸五分”；即当锁骨内侧端上缘，胸锁乳突肌的胸骨头与锁骨头之间的凹陷处。

〔命名〕“气”指呼吸之气；“舍”指临时住处。穴近气管，因名。

12. 缺盆

〔定位〕《甲乙》：“在肩上横骨陷者中”；《针方六集》：“侠天突两旁各四寸”；即锁骨上窝中点，当锁骨中

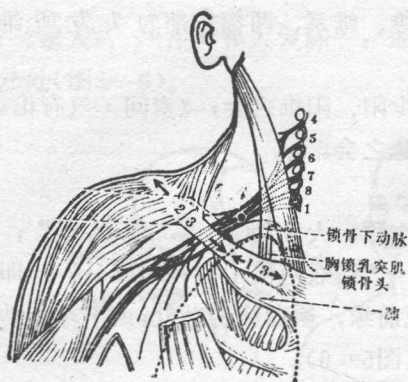


图 5—7 缺盆

点上方，胸锁乳突肌锁骨头的外侧凹陷处(图5—7)。

〔命名〕锁骨上窝部凹陷如盆，因名。

〔类别〕《素问·气府论》王注：足阳明脉气所发；《素问·骨空论》王注作：手阳明脉气所发。

13. 气户

〔定位〕《甲乙》：

“在巨骨下，俞府(肾经)两傍各二寸”；《循经考穴编》“去中膺各四寸，与璇玑平”；即在锁骨中线上，当锁骨下缘凹陷处。

〔命名〕意指气的门户，因其下为肺脏故名。

14. 库房

〔定位〕《甲乙》：“在气户下一寸六分陷者中”；《循经考穴编》作：“在气户下一寸，……当与华盖平。”即在锁骨中线上，当第一肋间隙处。

〔命名〕库房为储物之所，此处肌肉较厚，因名。

15. 屋翳

〔定位〕《甲乙》：“在库房下一寸六分”；《循经考穴编》：“与紫宫平”；即当胸部锁骨中线上，第二肋间隙处。

〔命名〕屋上的屏障，形容胸上部，因部位而名。

16. 膺窗

〔定位〕《甲乙》：“在屋翳下一寸六分”；《循经考穴编》：“与玉堂平”；即当胸部锁骨中线上，第三肋间隙处。

〔命名〕“膺”，指胸部；“窗”，指孔窍。其穴在乳上部，因名。

17. 乳中

〔定位〕《甲乙》：“乳中，禁不可刺灸。”即在乳头正中，男子约当第四肋间隙处(图5—6)。

〔命名〕乳头之中，因部位而名。

18. 乳根

〔定位〕《甲乙》：“在乳下一寸六分陷者中”；《循经考穴编》：“与中庭平”；《医学正传》：“妇人在乳房下起肉处陷中”；即乳头直下，当胸大肌下缘沟凹陷处(图5—8)。

〔命名〕意指乳房根部，因部位而名。

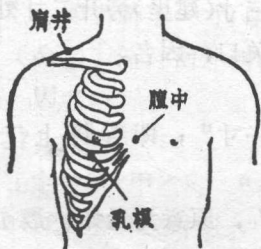


图5—8 乳根

19. 不容

〔定位〕《甲乙》：“在幽门(肾经)傍各一寸五分”；《千金》补充作：“去任脉二寸，直四肋端”；《类经图翼》：“对巨阙”；即脐上六寸(巨阙)旁开二寸，当肋弓下缘凹陷处(图5—6)。

〔命名〕意指饱满不能容纳食物，以其作用于胃，因名。

20. 承满

〔定位〕《甲乙》：“在不容下一寸”；《类经图翼》：“对上脘”；即当脐上五寸(上脘)旁开二寸处。

〔命名〕承受、饱满，以其作用于胃，因名。

21. 梁门

〔定位〕《甲乙》：“在承满下一寸”；《类经图翼》：“对中脘”；即当脐上四寸(中脘)旁开二寸处。

〔命名〕“胃之积为伏梁”，指胃部积聚似横梁；穴能消积，因名。

22. 关门

〔定位〕《甲乙》：“在梁门下，太乙上……”；《千金》：“在梁门下一寸”；即当脐上三寸(建里)旁开二寸处。

〔命名〕意指肠胃的通道有如关口，因名。

23. 太乙

〔定位〕《甲乙》：“在关门下一寸”；即当脐上二寸(下脘)旁开二寸处。

〔命名〕星象名，又作“太一”，原意为元始、最初，古说太一神居于北极星。此穴在上腹部，因以为名。

24. 滑肉门

〔定位〕《甲乙》：“太乙下一寸”；即当脐上一寸(水分)旁开二寸处。

〔命名〕有解释作“穴在腹之滑肉处”。

25. 天枢

〔定位〕《甲乙》：“侠脐两旁各二寸，陷者中。”即当脐旁二寸，腹直肌中(图5—9)。

〔命名〕星象名，指北斗第一星。枢意指枢机、枢纽，作用为转动。此穴在脐旁，为上下腹的分界。《素问·六微

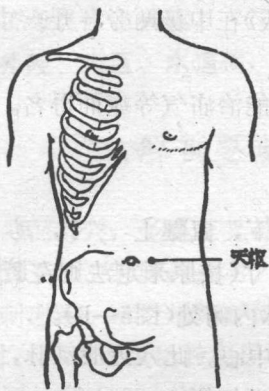


图 5—9 天 枢

旨大论》：“天枢之上，天气主之；天枢之下，地气主之……”。本穴《甲乙》一名“长溪”，一名“谷门”，是从肉之会合(腹直肌部)或水谷(饮食物)之门户而得名。

〔类别〕大肠募穴。

26. 外陵

〔定位〕《甲乙》：“在天枢下，大巨上”；《素问·气府论》王注：“在天枢下

一寸”；即当脐下一寸(阴交)旁开二寸处。

〔命名〕外，指外侧；陵，指高处。穴在腹旁当腹肌隆处起，因名。

27. 大巨

〔定位〕《甲乙》：“在长溪(天枢)下二寸”，即当脐下二寸(石门)旁开二寸处。

〔命名〕大而巨，盖因腹部的肥满而得名。

28. 水道

〔定位〕《甲乙》：“在大巨下三寸”，(“大巨”当是天枢之误)；现从《循经考穴编》定“在大巨下一寸”，即当脐下三寸(关元)旁开二寸处。

〔命名〕水流的通道。因本穴有利水作用故名。

29. 归来

〔定位〕《甲乙》：“在水道下二寸”，即脐下五寸(曲骨)旁开二寸处；近人改作在脐下四寸(中极)旁开二寸处定穴。

原中极旁二寸处无穴，《针灸大成》在中极两旁各开三寸处加一穴，名“子宫”。

〔命名〕意为回复，盖因其能治疝气等症而得名。或解释作经脉“至此则将归而至足”。

30. 气冲

〔定位〕《甲乙》：“在归来下，鼠鼯上一寸，动脉应手。”即脐下五寸(曲骨)旁开二寸(按原来定法则在脐下六寸旁二寸)，腹股沟上方，股动脉内侧处(图5—6)。

〔命名〕冲，指要冲、交通中心。此穴近股动脉，气血旺盛，因名。一名“气街”，意义相似。

〔类别〕《针灸大成》：冲脉所起。

穴 位 歌 诀

胃经即是足阳明，
四白眶下孔中是，
地仓口旁四分处，
颊车下颌曲角上，
头维额上侧发角，

承泣目下眶孔临，
巨髎目下鼻孔平，
面动脉后取大迎，
下关颧弓下凹寻，
四寸五分夹神庭。

人迎结喉旁寸半，
气舍筋间呈凹陷，
锁骨下接气户穴，
各当一、二、三肋下，

直下水突动脉扪，
锁骨上窝定缺盆，
库房、屋翳、膺窗存，
乳中再下接乳根。

上腹脐上六寸起，
不容、承满、梁门下，

旁开二寸上下循：
关门、太乙、滑肉门；