

158277

针灸与新医疗法

三年制医学专业试用教材



徐州医学院 南通医学院 苏州医学院
南京铁道医学院 江苏新医学院 联合编写

前 言

“教材要彻底改革”。这是教育革命的一个重要方面。

为了贯彻全国教育工作会议的精神，适应教育革命的新形势，在中共江苏省委和省革委会的正确领导下，我们五所医学院——徐州医学院、南通医学院、苏州医学院、南京铁道医学院和江苏新医学院，联合编写了《医用理化基础》、《英语》、《中医学基础》、《人体解剖学》、《人体生理学》、《病原生物学》、《病理学》、《药理学》、《卫生学》、《诊断学基础》、《内科学》、《外科学》、《妇产科学》、《五官科学》、《针灸与新医疗法》等供三年制医学专业试用的教材。

教材改革始终贯穿了两条路线、两种世界观的斗争。我们在编写过程中，遵照伟大领袖毛主席“认真看书学习，弄通马克思主义”的教导，学习了马克思主义、列宁主义、毛泽东思想，开展了革命大批判；并贯彻毛主席关于中西医结合、预防为主、面向农村等重要指示，以农村常见病、多发病的防治为基本内容；采取专业队伍与广泛征求工农兵、革命医务工作者的意见相结合的方式；力求教材能符合革命性、先进性、科学性、实践性的要求，以适应社会主义革命和社会主义建设发展的需要。但由于我们对毛主席教育革命思想学习不够，对毛主席的无产阶级教育路线和卫生路线理解不深，因此，教材中一定还存在着不少缺点和错误，希望同志们批评指正。

江苏五所医学院教材联合编写委员会

一九七二年一月

目 录

绪 言	1
上篇 针灸	3
第一章 经絡与穴位	3
第一节 经、穴概述	3
一、十四经分布概况	4
二、穴位的分类	5
三、穴位的主治規律	6
四、取穴法	6
第二节 手太阴肺经常用穴(7穴)	8
少商、魚际、太渊、列缺、 孔最、尺澤、中府	
第三节 手厥阴心包经常用穴(8穴)	9
中冲、劳宮、大陵、内关、 间使、郄門、臂中、曲澤	
第四节 手少阴心经常用穴(4穴)	11
神門、阴郄、通里、少海	
第五节 手阳明大肠经常用穴(9穴)	12
三间、合谷、阳溪、手三 里、曲池、臂臑、肩髃下、 肩髃、迎香	
第六节 手少阳三焦经常用穴(12穴)	14
关冲、中渚、阳池、外关、 支沟、四渎、天井、肩髃、 髻風、角孙、耳門、太阳	
第七节 手太阳小肠经常用穴(8穴)	16
少澤、后溪、腕骨、养老、 肩貞、臑俞、天宗、听宮	
第八节 足厥阴肝经常用穴(6穴)	17
行间、太冲、中封、曲泉、 章門、期門	
第九节 足太阴脾经常用穴(8穴)	19
隱白、公孙、商丘、三阴 交、地机、阴陵泉、血海、 大横	
第一〇节 足少阴肾经常用穴(5穴)	20
涌泉、然谷、太溪、照海、复溜	

第一节 足阳明胃经常用穴(21穴)	21
内庭、解溪、丰隆、条口、上巨 虛、關尾、足三里、梁丘、伏 兔、迈步、髀关、归来、天樞、 梁門、乳根、頰車、下关、头 維、地倉、四白、承泣	
第二节 足少阳胆经常用穴(18穴)	25
俠溪、足临泣、丘墟、悬鍾、 光明、聾中、胆囊、阳陵泉、 風市、前进、环跳、居髎、 肩井、風池、阳白、率角、 听会、臑子髎	
第三节 足太阳膀胱经常用穴(29穴)	28
至阴、金門、申脈、昆仑、飛 揚、承山、委中、殷門、承扶、 次髎、白环俞、膀胱俞、小腸 俞、大腸俞、腎俞、胃俞、脾 俞、胆俞、肝俞、膈俞、心俞、 肺俞、風門、秩边、志室、膏 肓、天柱、攢竹、睛明	
第四节 任脈常用穴(10穴)	33
中極、关元、气海、水分、 建里、中脘、臛中、天突、 廉泉、承漿	
第五节 督脈常用穴(15穴)	34
长强、腰俞、十七椎、腰阳 关、命門、至阳、身柱、陶 道、大椎、哑門、百会、上 星、印堂、人中、定神	
第六节 常用新穴与奇穴(29穴)	37
球后、夾鼻、扁桃腺穴、髻 明、安眠 ₁ 、夾脊、定喘、跳 跃、子宮、維胞、抬肩、举 臂、落枕、八邪、四縫、十 宣、股神經穴、四强、内收 ₁ 、 内收 ₂ 、膝眼、足下垂、直立、	

	糾內翻、糾外翻、落地、跟平、趾平、八風	
第二章	刺灸法	43
第一节	毫針	43
一、	工具	43
二、	練針法	43
三、	針刺前的准备	43
四、	針刺角度与深度	44
五、	进針法	44
六、	行針与針感	45
七、	留針与出針	46
八、	意外情况的处理	46
九、	刺伤內脏的处理	47
一〇、	新針疗法的特点	48
第二节	三棱針、皮肤針和揸針	49
三棱針		49
皮肤針		49
揸針		49
第三节	灸法与拔火罐	50
灸法		50
拔火罐		51
第三章	常見病的針灸治疗	52
第一节	治疗概述	52
第二节	传染病	53
流行性感 冒、流行性 腮腺炎、細 菌性痢疾、 疟疾、絲虫 病、流行性 乙型脑炎、 传染性肝炎		
第三节	呼吸系統病症	54
支气管 炎、哮喘、 大叶性肺 炎		
第四节	消化系統病症	55
急性胃 肠炎、胃痉 挛、胃与十 二指肠溃疡 、胃下垂、 胃肠功能紊 乱、贛門痉 挛、消化不 良、胆道蛔 虫症、胆囊 炎、呃逆、 习惯性便秘		
第五节	心、血管系統病症	56
心动过 速、心絞痛 、高血压、 脑血管意外 后遺症、无 脉症、風湿 性心脏病		
第六节	血液系統病症	57
过敏性 紫癜、血小 板減少性紫 癜、再生障 碍性贫血		
第七节	泌尿、生殖系統病症	58
遺精、 阳痿、早泄 、尿瀦留、		

	夜尿症、盆 腔炎、尿路 感染	
第八节	精神神經系統病症	58
头痛、 面神經麻 痹、面肌痉 挛、三叉神 經痛、癲 癇、精神分裂 症、癩病、 夜游症、神 經衰弱、截 瘫、肋间神 經痛、坐骨 神經痛		
第九节	运动系統病症	60
关节 炎、腰背痛 、腕部髓鞘 囊肿、腓肠 肌痉挛、落 枕		
第一〇节	外科病症	62
破伤 風、麻痹性 肠梗阻、闌 尾炎、單純 性甲状腺肿 、急性乳腺 炎、淋巴結 核、痔瘡		
第一一节	妇科病症	63
痛經、 經閉、白帶 、功能性子 宮出血、子 宮下垂、胎 位不正、妊 娠惡阻、乳 少症、引产 、下死胎		
第一二节	五官科病症	64
眼病、 牙痛、扁桃 腺炎、中耳 炎、急慢性 鼻炎、鼻竇 炎、过敏性 鼻炎、鼻出 血、耳鳴、 喉头痉挛、 耳原性眩暈 、咽喉炎、 麥粒肿、嚙 啞		
第一三节	小儿科病症	67
百日 咳、脊髓灰 質炎后遺 症、驚厥、 疳疾		
第一四节	皮肤科及其它病症	67
下肢 丹毒、神經 性皮炎、帶 狀疱疹、蕁 麻疹、阴囊 濕疹、中暑		
下篇	新医疗法	69
第一章	小儿麻痺后遺症 穴位刺激結 扎疗法	69
第二章	穴位埋錢 疗法	80
第三章	水針 疗法(附穴位 注射疗法)	81
第四章	割 治疗法	85
第五章	挑 治疗法	89
第六章	毛 茛外敷 疗法	90
第七章	电 針 疗法	91
第八章	亦 医 針 疗法	92
第九章	耳 針 疗法	95
第一〇章	头 針 疗法	100
第一一章	手 針 疗法	104
第一二章	鼻 針 疗法	105

毛主席语录

中国医药学是一个伟大的宝库，应当努力发掘，加以提高。

绪 言

針灸学是祖国医学遗产之一，它是以经络学说和神经学说为依据、以穴位为基础、以刺灸为手段的一門防治疾病的学科。具有适应症多、收效迅速、設備簡單、使用方便，而且按法操作比較安全等优点，广泛运用于临床各科，符合于多、快、好、省的要求。因此，对于贯彻落实偉大領袖毛主席光輝的〈六·二六〉指示和“备战、备荒、为人民”的偉大战略方針，巩固发展農村合作医疗制度，都具有十分重要的意义。

新医疗法是在毛主席光輝的哲学思想指导下，根据“古为今用，洋为中用”和“推陈出新”的原则，在針灸学的基础上結合现代医学而創造出來的一些新型疗法。它具有独特的医疗效果。一些被资产阶级学术“权威”宣判为“不治之症”的疾病，通过这些新医疗法的治疗而获得滿意的效果，显示了它的无限生命力。同时，这些疗法的大量涌现，还为中西医结合創造我国新医药学派开辟了广闊前景。

“人民，只有人民，才是创造世界历史的动力。”針灸疗法是我国古代劳动人民在长期与疾病作斗争中逐步发明与发展的。根据社会发展規律的推断和历史文物的考証，它極可能萌芽于石器时代。随着冶金工业的发明，針刺工具也由石器改进为金属。我国現存最早的医書〈內經〉中，已較詳細地記載了穴位、经络、針法、灸法以及針灸的适应症等。可见在秦漢以前針灸疗法已經发展到相当的水平，在历史上对于保障人民身体健康方面，起了重要的作用。到了公元六世紀时，針灸疗法传入日本、朝鮮，公元十六世紀时又传到西欧，对世界人民的健康也作出了一定的貢獻。

但是，从滿清皇朝到国民党反动派统治时期，由于遭受封建势力和反动政府的摧殘以及帝国主义的文化侵略，致使針灸疗法长期处于奄奄一息的境地。

新中国成立后，偉大領袖毛主席非常重視这一历史悠久的遗产，親自制訂了发展祖国医药学的方針政策，給医疗卫生工作指出了正确的方向。針灸疗法与整个祖国医学一样，从此也获得了新生。可是由于叛徒、內奸、工贼刘少奇及其在卫生部門的代理人，瘋狂对抗毛主席关于继承发揚祖国医药遗产的英明指示，兜售民族虛无主义的黑货，百般歧视、排斥和扼杀中医中药，因而針灸疗法基本上仍处于不被重視的地位。另一方面，刘少奇及其一伙又从極右跳到極“左”，

不是古为今用，而是“全面继承”，一律照搬。致使那些资产阶级学朮“权威”在新中国的教材上塞进了“子午流注”、“灵龟八法”之类的唯心主义、形而上学的私货，把朴素的针灸疗法搞得玄之又玄，致使针灸疗法没有得到应有的发展。

无产阶级文化大革命的滚滚洪流，彻底摧毁了以刘少奇为代表的资产阶级司令部及其所推行的反革命修正主义医疗卫生路线，毛泽东思想的灿烂光辉照亮了我国医学发展的道路，针灸疗法也重新放出了绚丽夺目的光彩。经过无产阶级文化大革命战斗洗礼的广大工农兵群众和革命医务人员，高举毛泽东思想伟大红旗，遵循毛主席关于“人类总是不断地发展的，自然界也总是不断发展的，永远不会停止在一个水平上。因此，人类总得不断地总结经验，有所发现，有所发明，有所创造，有所前进”的伟大教导，发扬敢想、敢说、敢干的请神，在针灸疗法的基础上，通过反复实践，进一步发展了针刺麻醉，创造了新针和很多新医疗法。使聋哑患者听到了伟大领袖毛主席的声音，放声高唱《东方红》；使双目失明的患者喜见红太阳；使瘫痪患者站了起来，重新走上抓革命、促生产的战斗岗位。在医学发展史上写下了崭新的一页。这是战无不胜的毛泽东思想的伟大胜利，是无产阶级文化大革命的丰硕成果。《针灸与新医疗法》就是反映这些新成果而建立起来的一门课程。但是由于新医疗法是一个新生事物，某些方面还不够成熟，还有待于不断实践与提高。

“为什么人的问题，是个根本的问题，原则的问题。”学习本课程，必须树立为工农兵而学，为工农兵所利用的思想，以解放军为榜样，发扬“一不怕苦，二不怕死”的革命精神，把每定一个穴，每扎一根针都和锤炼忠于毛主席的一颗红心联系起来，和执行捍卫毛主席的无产阶级革命医疗卫生路线联系起来。在学习过程中，运用毛主席的哲学思想来理解本课程内容，还必须贯彻理论联系实际的原则，边学边用，并在临床实践中不断总结，不断提高，为推动中西医结合，攀登医学科学高峰而作出贡献。

毛主席语录

古为今用， 洋为中用。
百花齐放， 推陈出新。

上篇 针 灸

第一章 经络与穴位

第一节 经、穴概述

针灸疗法治疗疾病，虽然以刺灸为手段，但它还只是一个外因，是起刺激作用的条件，主要的还是通过穴位，传达于经络和神经这些内在的根据，调动人体抗病能力，达到防病治病目的的。

穴位又称腧(输)穴或穴道，是针灸施术的地方。经络是中医基础理论之一，除在《中医基础学》中已作介绍外，从针灸学的角度来看，经络是许多穴位之间和穴位与某些器官、组织之间存在着的一定的内在联系者。

穴位和经络是怎样被人们发现的呢，它是我国古代人民在长期与疾病作斗争的过程中逐步认识的。

随着时间的推移，人们所掌握的穴位越来越多，对每一个穴位的认识也越来越深刻。通过反复实践，长期观察，认识到穴位虽然分布部位不同，有的甚至距离很远，却彼此存在着内部的联系。如上肢背面桡侧的三间、合谷、曲池等一系列穴位都能治疗头面部部位的疾病，与面部的迎香穴有某些治疗上的共同作用；上肢掌面桡侧的少商、太渊、列缺、尺泽等一系列穴位，与胸部的中府穴均能治疗肺脏疾患等等。为什么上肢背面桡侧的穴位能够治疗头面部部位的病，为什么上肢掌面桡侧的穴位主要不是治头而而是治疗呼吸系统病，而且这些具有共同主治某一远距离区域作用的穴位又是分布在一条线上？这些现象引起了人们的注意和研究。通过实践——认识——再实践的多次反复，终于在穴位主治的基础上，进一步认识到穴与穴、穴与器官组织之间存在着内部的联系——经络，并总结出比较完整的经络系统，它概括了各经穴位的主治范围，用以指导针灸临床工作。

目前，对于针灸为什么能治病的道理，有两方面的解释：一个是神经学说，一个是经络学说。

从神經学說来看，穴位或其附近有神經干或其较大分枝通过，穴位所在部位各层組織中具有丰富的神經末梢，经络在四肢肘膝以下的路綫几乎和一根或几根神經主干及其主要分枝行程一致。当針刺进穴位后，即作用于神經感受器和游离的感覚纖維末梢，使之产生生物电脈冲，由神經將这些信号传到脑內，形成痠、麻、重、脹等感覺。如果有关神經通路被阻滯、切断或破坏后，就不能产生針感。在人或动物体上針刺有关穴位后，可以影响消化道的蠕動、調整血压、糾正心率的、止痛或增加周围血液白細胞計数等等。但当把有关神經通路阻滯、切断或破坏后，同样也使这些作用相应消失。

近來，通过仪器进行动物試驗証明，給身体一定的部位以疼痛刺激时，在仪器的螢光屏幕上可以观察到脑子里很快出現一种电波，表明痛觉产生。再針刺有关穴时，可以看到穴位深部的一些神經結構上产生了一连串的电波，很快地沿着神經传到脑的一定部位，而前一个电波可以被抑制下去，表示痛觉減輕或消失。

以上几点表明，針刺所产生的治疗作用，是通过神經系統來完成的。

从经络学說来看，分布在人体全身的经络，將內脏、头身和四肢的各器官与組織緊密联系起来成为有机的整体，从而使机体进行着有規律的生理活动和反映各种病理現象。经络的联系作用，表现为一种传导功能。它不仅反映了各經穴位治疗的普遍性，更重要的是反映了各經穴位主治的特殊性，基本上說明了穴位主治規律。例如針刺前臂手厥阴心包經的內关穴，可以影响到心脏和血管；針刺下肢內踝上的足太阴脾經的三阴交穴，能治疗盆腔及外生殖器的疾病。经络还表现为具有調整机体，增强抗病能力的功能，例如一个急性闌尾炎的患者，在小腿前面腓侧足阳明胃經常出現一个敏感点——闌尾穴，这是內脏病变通过经络反映到体表上的征象。而当針刺闌尾穴后，体温可以下降，炎症可以消退，早期的急性單純性闌尾炎可以痊愈。因此，经络在生理、病理、診斷和治疗上都具有一定的意义。

临床針刺时，病人的針感往往可以循着经络分布的部位放散。例如針气海穴或关元穴时，針感可沿着任脈而下达于外生殖器；針合谷穴时，針感也可沿着手阳明大肠經而到达于面部。这些現象用神經学說是較难解釋的，而它却符合于经络学說。

近年來，通过广大革命医务人员，以毛澤东思想为武器，在临床实践和科学实验中加强研究，肯定了经络学說的临床指导意义，提出了一些設想。尽管经络实质以及其有关問題迄今尚未搞清，人們对其看法也不一致，但相信在不久的将来，終会为掌握毛主席哲学思想的人們所認識。

一、十四經分布概况

四肢与头身、內脏相联系的经络，主要有十二条，加上头身的任脈和督脈，共为十四条，叫做十四經。

凡分布于四肢內侧的经络和头身前正中綫的任脈，叫做阴經；分布于四肢外側的经络和头身后正中綫的督脈，叫做阳經。通过上肢的叫手經；通过下肢的叫足經。阳經在表，阴經在里，阴經与阳經互为表里。

十四經分布概况为：

手太阴肺经——分布于上肢掌面桡侧、胸、肺	} 手三阴經
手厥阴心包經——分布于上肢掌面中行、胸、心、心包、胃	
手少阴心經——分布于上肢掌面尺侧、胸、心、舌	
手阳明大肠经——分布于上肢背面桡侧、头、面、大肠	} 手三阳經
手少阳三焦經——分布于上肢背面中行、頸、耳、胁肋	
手太阳小肠經——分布于上肢背面尺侧、肩胛、头項	
足厥阴肝經——分布于下肢脛侧前緣(部分在中行)、外生殖器、腹、肝、面	} 足三阴經
足太阴脾經——分布于下肢脛侧中行(部分在前緣)、腹、脾、胃、肠	
足少阴腎經——分布于下肢脛侧后緣、腎、腹、胸、喉	
足阳明胃經——分布于下肢腓侧前緣、肠、胃、軀干和头的 前面	} 足三阳經
足少阳胆經——分布于下肢腓侧中行、胆、軀干和头的侧 面	
足太阳膀胱經——分布于下肢腓侧后緣、膀胱、軀干后面和头	

任脈——分布于軀干及口唇以下的前正中綫

督脈——分布于头身后正中綫及口唇以上的前正中綫

十四經的分布，可以用五句話來概括：手之三阴手內胸，手之三阳手外头，足之三阴足內腹，足之三阳足外首，前后正中任督走。

二、穴位的分类

(一)十四經穴：是隶属于十四經絡的穴位。它們被發現很早，是發現經絡的基础。現有的三百多个經穴中，絕大部分是替代以前發現的。

(二)奇穴：又叫“經外奇穴”。它們是在經絡系統發現之后陸續發現的穴位，时间在唐宋以后，而以近代为多。虽然奇穴一般未列入十四經系統中，但其中很多穴位的作用与十四經穴是一致的。

(三)新穴：这是在不产階級文化大革命以來，由广大的革命医务工作者特别是中国人民解

注：关于經絡循行走向問題，早在古代中医書籍《靈樞經》中即有兩種說法：一種是十四經的流注循環。它是从手太阴肺經起，由胸到手交与手阳明大肠經；而后由上肢走到面部，交与足阳明胃經；再由面部下行至足，交与足太阴脾經；……如此最后仍然至手太阴肺經。另一种是各經均由四肢走向头身。本讲义采用了后一种說法。

放軍的醫務人員在醫療實踐過程中，用毛澤東思想武裝頭腦，發揚“一不怕苦，二不怕死”的革命精神，通過自身扎針而發現的有效穴位。

鑒於歷代已將一些奇穴納入十四經中，又由於某些奇穴和新穴位於經絡分布的路線上且具有該經穴位治療特點，故本講義也將印堂、太陽、膽囊、鬲中、臂中等奇穴或新穴分別歸納於十四經內。至於某種原因不能列入十四經內的穴位，如十宣、四縫等實是一種小型處方，華佗夾脊等則介於兩經之間，難於歸屬，這種穴位，另立一節加以介紹。

此外尚有阿是穴，又叫壓痛點，古代稱為“以痛為膺”。它沒有固定的位置，而是那裏有病，或者那裏有敏感點，就在那裏針灸。

三、穴位的治療規律

穴位的治療症很多，臨床不易記憶。“應當從客觀存在的實際出發，從其中引出規律，作為我們行動的嚮導。”根據臨床實踐和文獻資料的研究，說明穴位治療是具有一定的規律的。茲敘述如下，以作為臨床選穴的依據。

穴位的治療規律，可以分兩方面講：

第一、經絡方面：各經穴位的治療都具有它的特点。如手太陰肺經穴位治療特點是治療呼吸系統病，手厥陰心包經的穴位治療特點是治療心、血管系統病等。但鄰近諸經的穴位治療又有它們的共同點。如手三陰經的穴位都可以治療胸部病等。構成這種共同點的基础是鄰近經絡的循行部位存在着相同的一面，如手三陰經都分布到胸部等。

第二、部位方面：頭面軀干部位的穴位，都能治療局部和鄰近部位的疾病，包括內臟病在內（相對地說，一般不治四肢病。但近來由於耳針、面針、鼻針和頭皮針等療法出現，証實頭面部的很多穴位可以治療四肢病）；四肢部尤其是在肘、膝關節以下的穴位，除了治療局部和鄰近部位的疾病而外，還能夠治療遠距離——頭面軀干和內臟的疾病。

由此可以看出，每一個穴位都能治療局部病和鄰近部位的疾病，這是穴位治療的共同點；四肢穴位治療遠距離疾病則是特點。這種特點與經絡的作用是分不開的。

四、取穴法

取穴法，就是確定穴位位置的方法。確定穴位位置的自然標志有眉、髮、耳、目、骨、肌、髓、皮膚皺紋等。但很多穴位距離自然標志很遠，如果不擬訂出它們距離自然標志的長度來，是很難確定其位置的。這種假定的自然標志之間距離的長度，就叫做“骨度”。（圖1）骨度的通常使用單位為“寸”，就是等分。如腕橫紋到肘橫紋是十二寸，就是將腕橫紋到肘橫紋劃分為十二個等分。它適用於任何年齡、任何體型的人，老幼、高矮、胖瘦、男女都一樣。

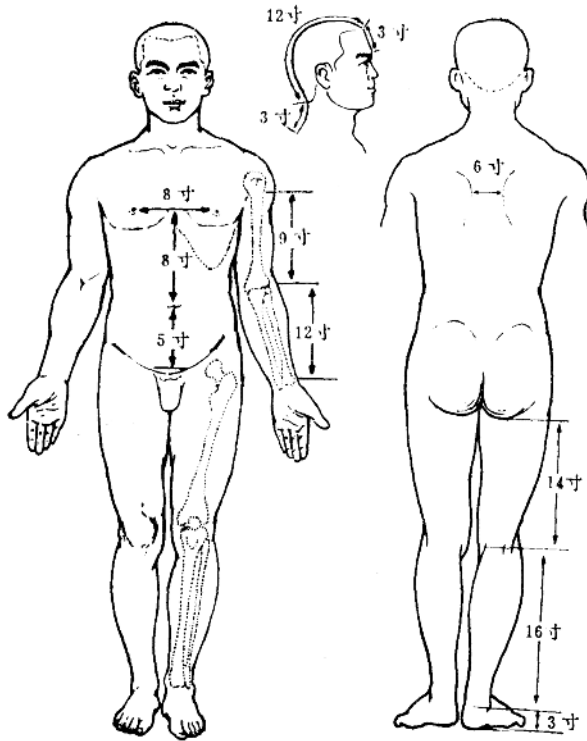


图 1
“骨度分寸”折量法

常用“骨度”简表

部位	起 止 点	长度	量用法	说 明
头 部	前发际至后发际	12寸	直 量	如前后发际不明显，从眉心至第七颈椎棘突作18寸。即眉心至前发际3寸。第七颈椎棘突至后发际3寸
胸 腹 部	胸剑联合至脐的中心	8寸	直 量	胸部直量，一般以肋骨计算，每一根肋骨为1.6寸
	脐的中心至耻骨联合上缘	5寸		
	两乳头之间	3寸	横 量	通用于胸腹部
腰 背 部	第一胸椎到骶尾联合		直 量	背部直量数椎。两肩胛骨下角连线相当于第七胸椎，两髂嵴最高点连线相当于第四腰椎
	两肩胛骨脊柱缘之间	6寸	横 量	量时两手应下垂
上 肢 部	腋前皱襞到肘纹	9寸	直 量	通用于手三阴、三阳经
	肘纹到腕纹	12寸		
下 肢 部	臀沟到膕纹	14寸	直 量	①通用于足三阴、三阳经 ②外膝眼到外踝的中心适用于屈膝时，如伸膝则以膝髌骨中央到踝的中心计算
	外膝眼至外踝的中心	16寸		

具体取穴法有以下几种:

(一)自然标志取穴法: 如两眉之间取印堂, 两乳之间取膻中等。

(二)指测等分取穴法: 是将取穴部位“骨度”的全长用手指划分为若干等分的方法。如取间使穴时, 可将腕横纹至肘横纹的十二寸用手指再划分为四个等分, 在近腕的处与近肘的处交接处即是。(图2)

(三)横指同身寸法: 一般以中指横量为一寸, 中、食二指相并横量为二寸, 上肢以食、中、无名三指相并横量为三寸, 下肢以食、中、无名、小四指相并横量为三寸, 均以贯穿中指第一节与第二节的关节处的宽度为准。(图3)

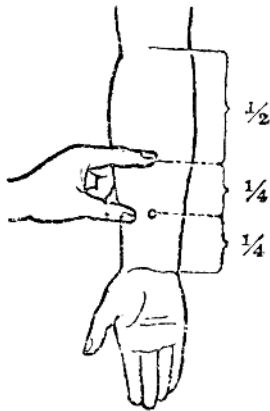


图2 指测等分取穴法

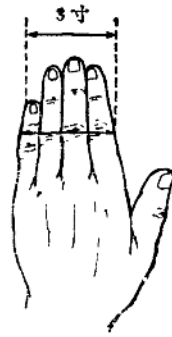


图3 横指同身寸法

第二节 手太阴肺经常用穴

本经从拇指的拇指侧少商穴起, 经过上肢掌面桡侧, 通过腋前, 进入胸部, 再从喉、气管到肺脏, 下络于大肠。本经与手阳明大肠经相表里。

(图4)

本经穴位主要治疗呼吸系统病, 包括上呼吸道的疾病在内。

一、少商

〔部位〕 手拇指的拇指侧, 离指甲角一分。(图4)

〔主治〕 咽喉肿痛、鼻衄、咳嗽。

〔针灸〕 针0.1~0.2寸, 或三棱针点刺出血。

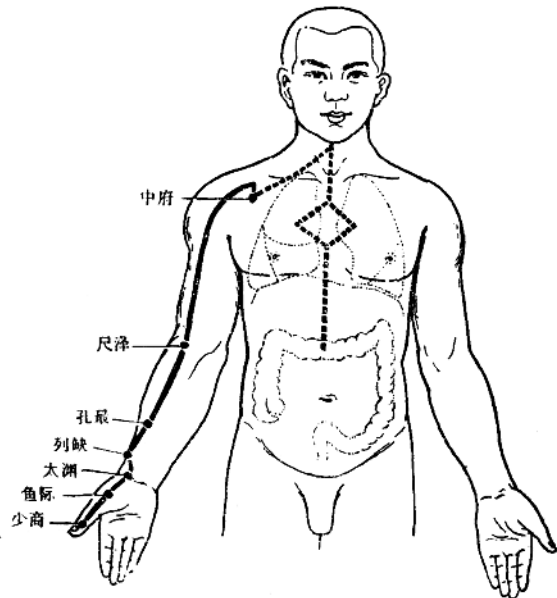


图4 手太阴肺经分布示意及其常用穴位

二、鱼 际

〔部位〕 在第一掌骨掌侧中部赤白肉际处。(图4)

〔主治〕 咽喉痛、音哑、咳嗽。

〔针灸〕 直刺0.5~0.8寸。

三、太 渊

〔部位〕 腕横纹上，橈动脉桡侧。(图4)

〔主治〕 喘咳、咯血。

〔针灸〕 直刺0.3~0.5寸，灸3分钟。

四、列 缺

〔部位〕 在橈骨茎突上方。以两手指虎口交叉，食指尖端到达的骨名处是穴。(图5)

〔主治〕 头痛、哮喘、腕痛。

〔针灸〕 斜刺0.5~1寸，灸3~5分钟。

五、孔 最

〔部位〕 在太渊与尺泽的连线上，离腕纹七寸。(图4)

〔主治〕 咳嗽、咯血、气喘、痔瘡。

〔针灸〕 直刺1寸，灸3~5分钟。

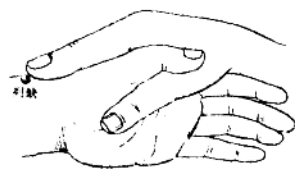


图5 列缺穴取法

六、尺 泽

〔部位〕 肘横纹中，肱二头肌腱的桡侧凹陷中，取时微屈肘。(图4、33)

〔主治〕 咳血、气喘、潮热、肘痛、急性吐瀉。

〔针灸〕 直刺0.5~1寸。

七、中 府

〔部位〕 锁骨外下方凹陷处一寸，约在第一肋间隙外侧，离正中缝六寸。(图4)

〔主治〕 哮喘、胸痛。

〔针灸〕 直刺0.5寸，不可深刺，灸3~5分钟。

第三节 手厥阴心包经常用穴

本经自手中指尖端的中冲穴向上循行，沿上肢掌面中行，到乳头外方，进入胸腔，到达心、心包与胃。本经并与手少阳三焦经相表里。(图6)

本经穴位主要治疗心血管、神经系统及胃的疾病。

一、中 冲

〔部位〕 中指尖端。(图6)

〔主治〕 昏迷、晕针急救、心绞痛。

〔针灸〕 直刺0.1~0.2寸，或刺出血。

二、劳 宫

〔部位〕 在第二、三掌关节之后的掌骨间，自然握拳时当中指与无名指指尖之间的掌中心处取穴。(图6)

〔主治〕 口瘡、心绞痛、昏迷、鹅掌疯。

〔针灸〕 直刺0.3~0.5寸，灸3~5分钟。

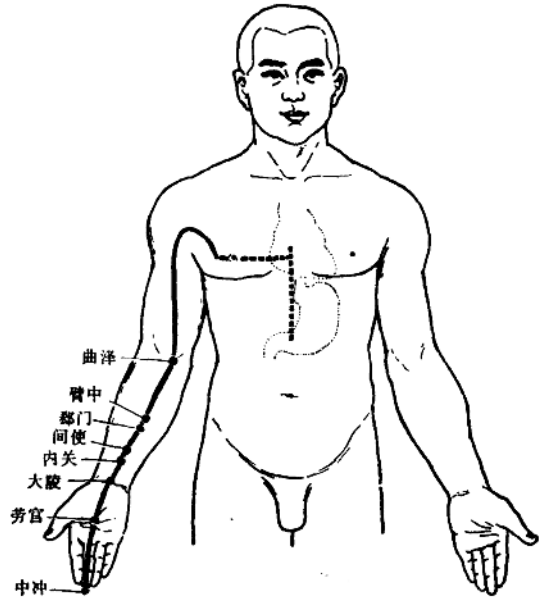


图6 手厥阴心包经分布示意及其常用穴位

三、大 陵

〔部位〕 腕横纹正中，在掌长肌腱与桡侧腕屈肌腱之间。(图6)

〔主治〕 癫痫、胸痛、心绞痛。

〔针灸〕 直刺0.3~0.5寸，灸3~5分钟。

四、内 关

〔部位〕 腕纹上二寸，在掌长肌腱与桡侧腕屈肌腱之间。(图6)

〔主治〕 心悸、心跳过快、风湿性心脏病、心绞痛、低血压、无脉症、胸闷痛、胃痛呕吐、疟疾。

〔针灸〕 直刺0.5~1.5寸，灸3~7分钟。

五、间 使

〔部位〕 内关上一寸，两肌腱间。(图6)

〔主治〕 疟疾、癫痫、心悸、心绞痛、呕吐。

〔针灸〕 同内关。

六、郄 门

〔部位〕 内关上三寸，两肌腱间。(图6)

〔主治〕 心悸、瘰疬、胃痛、风湿性心脏病。

〔針灸〕 直刺1~2寸，灸5分鐘。

七、臂 中

〔部位〕 內关上四寸，兩肌髓間。(圖6)

〔主治〕 上肢癱瘓、心悸、心跳過速。

〔針灸〕 同郄門。

八、曲 澤

〔部位〕 肘橫紋中，在肱二頭肌髓的尺側。(圖6)

〔主治〕 急性吐瀉、肘痛。

〔針灸〕 直刺0.5~0.8寸，可刺出血。

第四節 手少陰心經常用穴

本經從手小指的拇指側向上，經過上肢掌面尺側，通過腋窩，進入胸腔，到達心臟，再上行到舌。本經與手太陽小腸經相表裏。

(圖7)

本經穴位主要治療心血管、神經系統疾病。

一、神 門

〔部位〕 腕橫紋上，尺側腕屈肌髓的橈側。(圖7)

〔主治〕 心悸、失眠、健忘、癱瘓。

〔針灸〕 直刺0.8~0.5寸，灸3~5分鐘。

二、陰 郄

〔部位〕 神門上五分。(圖7)

〔主治〕 心悸、陰虛發熱、盜汗。

〔針灸〕 同神門。

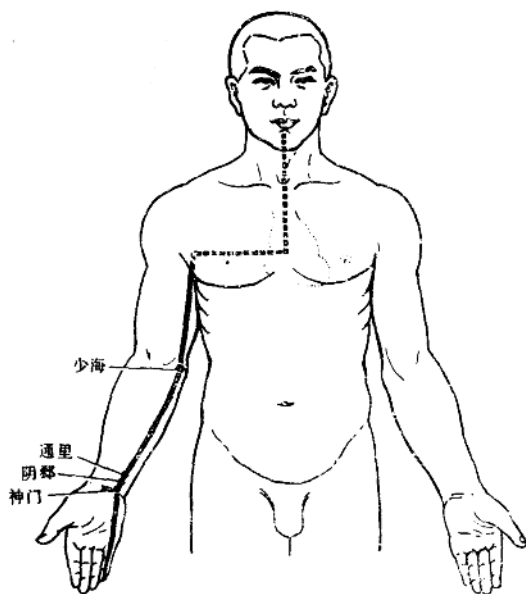


圖7 手少陰心經分布示意及其常用穴

三、通 里

〔部位〕 神門上一寸。(圖7)

〔主治〕 心悸、失眠、癱瘓性癱瘓。

〔針灸〕 同神門。

四、少 海

〔部位〕 屈肘或直角，在肘关节内侧横纹头与肱骨内上髁之间凹陷中。(图7)

〔主治〕 肘关节痛、手臂发麻、颈与腋部淋巴腺肿大。

〔针灸〕 直刺1~3寸，灸3~5分钟。

手三阴经穴位主治异同表

经名	主治特点	主治相同点
手太阴经	肺、喉病	胸部疾病
手厥阴经	胃	心血管、神经
手少阴经		系统病

第五节 手阳明大肠经常用穴

本经从食指的海指侧开始，向上沿上肢背面桡侧，经肩、颈部，到鼻孔旁的迎香穴。另一条从锁骨上窝到肺脏，再到大肠。本经与手太阴肺经相表里。(图8)

本经穴位主要治疗头、额、面、口部位的疾病。

一、三 间

〔部位〕 第二掌骨小头桡侧，第二掌指关节后赤白肉际处。(图8)

〔主治〕 牙痛、目痛、手指手背红肿、精神分裂症。

〔针灸〕 一般针0.5~1寸，也可透后溪，灸3分钟。

二、合 谷

〔部位〕 在一、二掌骨之间，约当第二掌骨拇指侧之中点。或以一手拇指中节横纹放在另一手的拇、食指之间的指蹼缘上，当拇指尖到达处稍偏食指侧是穴。(图9)

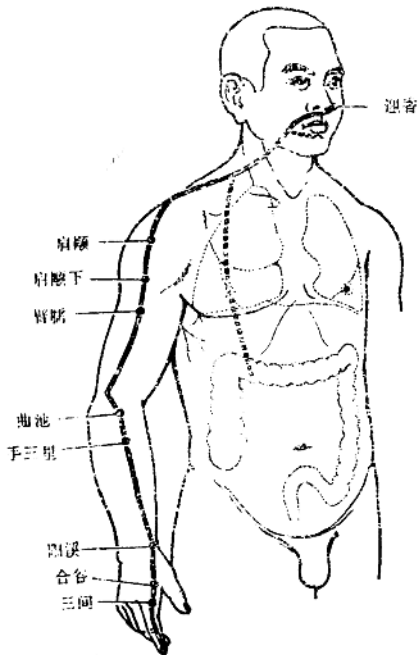


图8 手阳明大肠经分布示意及其常用穴

图9 取合谷法



〔主治〕 头面部疾病、口腔咽喉疾病、四肢痉挛、高热、无汗、滞产、疟疾、荨麻疹、精神分裂症。

〔针灸〕 一般直刺0.5~1寸，也可透后溪，灸3~5分钟。

〔附注〕 孕妇忌用。本穴容易晕针。

三、阳 溪

〔部位〕 腕关节桡侧凹陷中。大拇指上翘起时，在拇长伸肌腱、拇短伸肌腱之间取穴。(图8)

〔主治〕 头痛、牙痛、手腕痛。

〔针灸〕 刺0.5~0.8寸，灸5分钟。

四、手 三 里

〔部位〕 曲池下二寸。(图8、10)

〔主治〕 牙痛、面肿、肘臂痛、上肢不遂。

〔针灸〕 刺0.5~1寸，灸5分钟。

五、曲 池

〔部位〕 屈肘，横纹头至肱骨外上髁内缘之间。(图10)

〔主治〕 肘关节痛、牙痛、面肿、上肢瘫痪、四肢抽搐、高热、荨麻疹、皮肤搔痒、高血压。

〔针灸〕 一般直刺1.5~2寸，也可透少海，灸3~5分钟。

六、臂 臑

〔部位〕 垂臂屈肘，在曲池与肩髃的连线上，曲池上七寸取穴。(图8、10)

〔主治〕 上肢瘫痪、臂痛、眼病。

〔针灸〕 刺0.5~1寸，灸5分钟。

七、肩髃下(臑上)

〔部位〕 三角肌中点。(图8、10)

〔主治〕 肩臂痛，上肢麻痹。

〔针灸〕 刺0.5~2寸，可用于穴位结扎。

八、肩 髃

〔部位〕 肩峰前方，关节间，举臂有凹陷处。(图8、10)

〔主治〕 肩臂痠痛、上肢瘫痪。

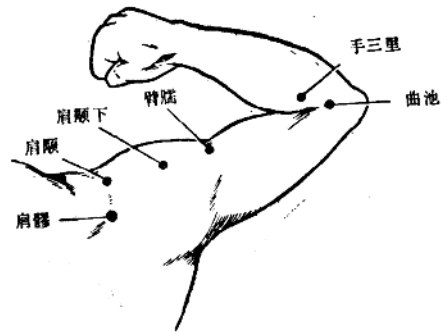


图10 曲池、肩髃、肩髃等穴