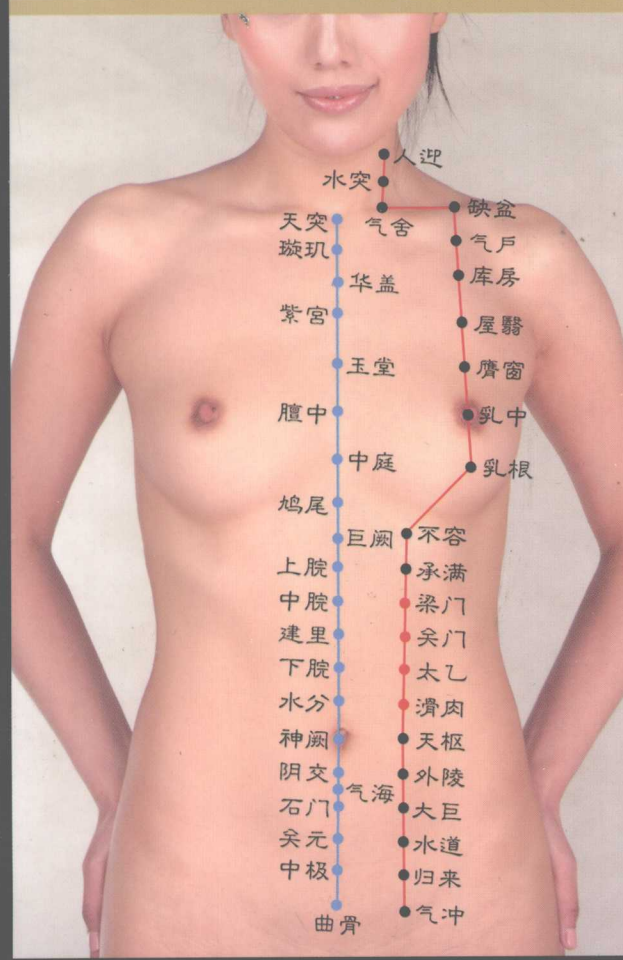
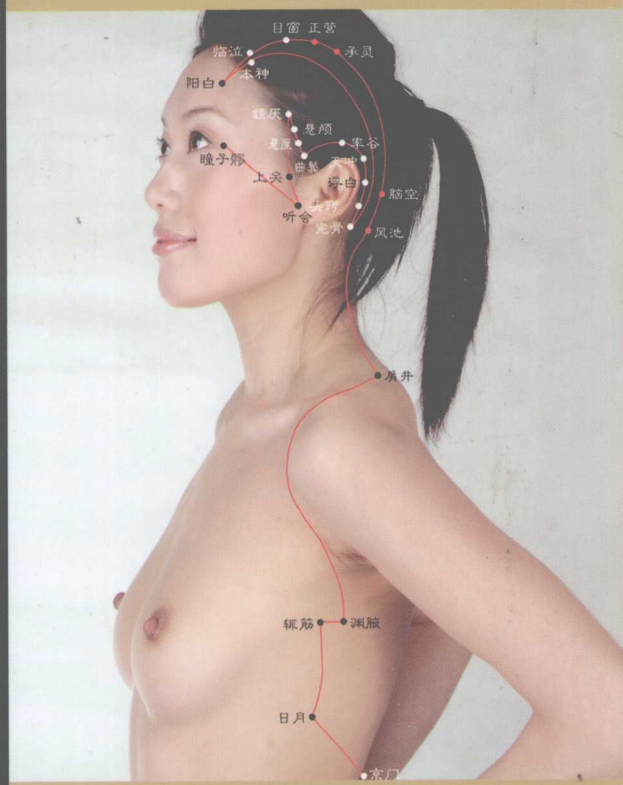


# 针灸歌诀

# 配彩色图谱

徐玉琢 编著

金盾出版社



# 针灸歌诀配彩色图谱

徐玉琢 编著

金盾出版社

## 内 容 提 要

本书由出身中医世家的著名老中医徐玉琢主任医师编著，为作者几十年临床实践的总结。书中采用歌诀和图谱结合形式，介绍十四经循行及其穴位的位置、功能和用法，并对每个常见病症及诸多疑难杂症的配穴、针灸方法进行逐一阐述，而且配有穴位图对照。经穴图用人体照片标识，位置准确，清晰明了，寻找方便。歌诀合仄押韵，通俗易懂，便于记忆。书后还附有人体骨度分寸法图谱，供读者参考。本书适合针灸初学者、医学院校学生和针灸爱好者阅读。

### 图书在版编目(CIP)数据

针灸歌诀配彩色图谱/徐玉琢编著. —北京:金盾出版社,2008.1  
ISBN 978-7-5082-4215-6

I. 针… II. 徐… III. 针灸疗法-穴位 IV. R224.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 102072 号

### 金盾出版社出版、总发行

北京太平路5号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京百花彩印有限公司

正文印刷:北京精美彩印有限公司

装订:万龙印装有限公司

各地新华书店经销

开本:787×1092 1/16 印张:24.75 字数:620千字

2008年1月第1版第1次印刷

印数:1—5000册 定价:142.00元

---

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、  
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)



## 作者简介



徐玉琢，主任医师，资深中西医结合专家。系安徽省庐江县人，既是著名老中医，又是一位业余老作家。他出身著名中医世家，于少儿时期就从家藏的针灸古籍中看图识穴，由上辈口传手授针灸技艺。1950年14岁时考入三野军医学校学习西医；1955年随着所在部队医院从上海集体转业后，又先后进入两所大学，学习汉语言文学和包括针灸在内的中医学。其后，则数十年如一日运用针灸，探索针灸，改进针灸，革新针灸于至今。著述颇多，写有《从实践中对美尼尔氏病的新认识》、《刺穴治疗烫烧伤的新发现》等论文共9篇，获得过省、部级论文奖两次。1965年，由贵州人民出版社出版过专著《经穴浸润疗法》，1992年又由贵州科技出版社出版过配有简谱、可供众人异声一调学唱的《实用针灸歌》。此外，还出版过取以战争为素材、兼寓颂扬针灸在内、带有医学科普色彩的《顽芽破土》、《刀枪相见》、《大江军渡》等，总字数多达134万字的巨著。另还发表过话剧剧本、电影文学剧本、诗歌（包括电影《刘三姐》中的部分歌词）等，总字数也在百万左右。现新写的《针灸歌诀配彩色图谱》一书，采用通俗易懂、读之上口、便于好记的歌诀形式，并配以针灸穴位彩色图谱，既是一部集徐氏多代针灸治病经验之大成，也是汇聚作者五十余年用针灸祛邪扶正之结晶，可说是一部孤芳、新颖、独特、创新、品无二同的针灸书林中的臻作。

# 前 言

针灸具有治疗适应证广、疗效明显、无副作用等优点，所以几千年来一直深受广大人民群众欢迎。在今天的中国，乃至世界，想学针灸和想用针灸治病的人，比比皆是；特别是我国的广大农民，面对着看病难、看病贵的社会现实，最希望能用花钱不多、疗效颇好的针灸祛邪扶正，保健强身。而工作在农村医务室、乡镇卫生院中的医务人员也非常渴望能学会、学精针灸，用以为身边农民中的患者服务。然而，偏这针灸貌似简单而学好特别是学精，却还颇难。其主要原因是经络繁杂，经穴繁多，穴位的功能各异，难以记忆。为了解决这个难题，本书作者联想到从前读过私塾的人，背《诗经》、《四书》、《三字经》等之类古诗词，一经背会，万日难忘的学情记况，便萌发将此种读书求学方法移植到学针灸上来的想法。故将经络的走向、经穴位置及功能、用法，以及对病对症如何取穴、操作方法等，均以通俗易懂、合辙押韵、读之上口、背之较顺的歌诀形式予以阐述，并配以人体照片的穴位图，辑成图文对照，一书两用的针灸新作——《针灸歌诀配彩色图谱》，供其愿背歌诀的，兑现人们常说的“不是背不会，就看背不背，一经背会了，经久不忘记”的古训。不愿背歌诀的，也可照图取穴扎针，同样能达到运用针灸治病的目的。本书非常适合农村医务室、乡镇卫生院、厂矿企业中的医务人员读而用之，也可供中医院校的学生，针灸爱好者选适而学。即便是城市医院中的医师、护师及专业针灸同仁亦可对本书“择其善者而从之，其不善者而改之”。

本书虽有以上诸多可取之处，但不等于寓有十全十美，如经络的循行、经穴的功能、配穴施治的处方，都有可能遗漏或不必要的重复；在组词遣句上，虽力求“无雅非为诀，有韵才算歌”，但按严谨的韵律要求来衡量，还是欠全的。敬请批评指正。

最后附笔书以两点说明。一是本书所写的某些经穴进针深度，要比他人针灸著作稍许深些。其实，本作者在给患者扎针施治时，还不只此书写的各穴进针深度。但为了“安全第一，求效第二”，防患于未然，也只宜写这个进针深度了。对位于躯干上（体腔）经穴的进针深度，要慎重为当，如肩井、缺盆、云门、大杼、风门、肺俞等，要防进针过深，以免伤及肺尖、肺的上叶。在扎位于颅后窝的风府穴时，只宜垂直下针，不可进针后再向颅顶方向深刺，要防毫针误入枕骨大孔而伤及延髓生命中枢。二是“对病对症配穴施治歌诀”里，有些处方配穴，看起来虽多，其实这只是表明这些穴都有治这种病症的功能，并非要一次都扎这么多穴。一次扎多少穴，医者自行酌定，但要防穴少效差和过犹不及。

徐玉琢





# 目 录

第一章 十四经循行歌诀·····	(1)
一、手太阴肺经循行歌诀·····	(1)
二、手阳明大肠经循行歌诀·····	(2)
三、足阳明胃经循行歌诀·····	(3)
四、足太阴脾经循行歌诀·····	(4)
五、手少阴心经循行歌诀·····	(5)
六、手太阳小肠经循行歌诀·····	(6)
七、足太阳膀胱经循行歌诀·····	(7)
八、足少阴肾经循行歌诀·····	(8)
九、手厥阴心包经循行歌诀·····	(9)
十、手少阳三焦经循行歌诀·····	(10)
十一、足少阳胆经循行歌诀·····	(11)
十二、足厥阴肝经循行歌诀·····	(13)
十三、督脉循行歌诀·····	(14)
十四、任脉循行歌诀·····	(15)
第二章 十四经主病歌诀·····	(16)
一、手太阴肺经主病歌诀·····	(16)
二、手阳明大肠经主病歌诀·····	(16)
三、足阳明胃经主病歌诀·····	(17)
四、足太阴脾经主病歌诀·····	(18)
五、手少阴心经主病歌诀·····	(18)
六、手太阳小肠经主病歌诀·····	(18)
七、足太阳膀胱经主病歌诀·····	(19)
八、足少阴肾经主病歌诀·····	(19)
九、手厥阴心包经主病歌诀·····	(20)
十、手少阳三焦经主病歌诀·····	(20)
十一、足少阳胆经主病歌诀·····	(21)
十二、足厥阴肝经主病歌诀·····	(21)
十三、督脉主病歌诀·····	(22)
十四、任脉主病歌诀·····	(22)



第三章 十四经属穴生处图文对照歌诀·····	(23)
一、手太阴肺经属穴生处图文对照歌诀·····	(23)
二、手阳明大肠经属穴生处图文对照歌诀·····	(24)
三、足阳明胃经属穴生处图文对照歌诀·····	(25)
四、足太阴脾经属穴生处图文对照歌诀·····	(27)
五、手少阴心经属穴生处图文对照歌诀·····	(28)
六、手太阳小肠经属穴生处图文对照歌诀·····	(29)
七、足太阳膀胱经属穴生处图文对照歌诀·····	(31)
八、足少阴肾经属穴生处图文对照歌诀·····	(35)
九、手厥阴心包经属穴生处图文对照歌诀·····	(36)
十、手少阳三焦经属穴生处图文对照歌诀·····	(37)
十一、足少阳胆经属穴生处图文对照歌诀·····	(38)
十二、足厥阴肝经属穴生处图文对照歌诀·····	(40)
十三、督脉属穴生处图文对照歌诀·····	(41)
十四、任脉属穴生处图文对照歌诀·····	(42)
十五、经外奇穴生处图文对照歌诀·····	(43)
第四章 十四经属穴生处、功能、用法分述歌诀·····	(45)
一、肺经属穴生处、功能、用法分述歌诀·····	(45)
中府 云门 天府 侠白·····	(45)
尺泽 孔最 列缺 经渠·····	(46)
太渊 鱼际 少商·····	(47)
二、大肠经属穴生处、功能、用法分述歌诀·····	(48)
商阳 二间 三间 合谷·····	(48)
阳溪 偏历 温溜 下廉·····	(49)
上廉 手三里 曲池·····	(50)
肘髎 五里 臂臑 肩髃·····	(51)
巨骨 天鼎 扶突 禾髎·····	(52)
迎香·····	(53)
三、胃经属穴生处、功能、用法分述歌诀·····	(54)
承泣 四白 巨髎 地仓·····	(54)
大迎 颊车 下关 头维·····	(55)
人迎 水突 气舍 缺盆·····	(56)
气户 库房 屋翳 膺窗·····	(57)
乳中 乳根 不容 承满·····	(58)



梁门 关门 太乙 滑肉门·····	(59)
天枢 外陵 大巨 水道·····	(60)
归来 气冲 髀关 伏兔·····	(61)
阴市 梁丘 犊鼻 足三里·····	(62)
上巨虚·····	(63)
条口 下巨虚 丰隆 解溪·····	(64)
冲阳 陷谷 内庭 厉兑·····	(65)
四、脾经属穴生处、功能、用法分述歌诀·····	(67)
隐白 大都 太白 公孙·····	(67)
商丘 三阴交·····	(68)
漏谷 地机 阴陵泉 血海·····	(69)
箕门 冲门 府舍 腹结·····	(70)
大横 腹哀 食窦 天溪·····	(71)
胸乡 周荣 大包·····	(72)
五、心经属穴生处、功能、用法分述歌诀·····	(73)
极泉 青灵 少海 灵道·····	(73)
通里 阴郄 神门 少府·····	(74)
少冲·····	(75)
六、小肠经属穴生处、功能、用法分述歌诀·····	(76)
少泽 前谷 后溪 腕骨·····	(76)
阳谷 养老 支正 小海·····	(77)
肩贞 臑俞 天宗 乘风·····	(78)
曲垣 肩外俞 肩中俞 天窗·····	(79)
天容 颧髎 听官·····	(80)
七、膀胱经属穴生处、功能、用法分述歌诀·····	(81)
睛明 攒竹 眉冲 曲差·····	(81)
五处 承光 通天 络却·····	(82)
玉枕 天柱 大杼 风门·····	(83)
肺俞 厥阴俞 心俞 督俞·····	(84)
膈俞 肝俞 胆俞 脾俞·····	(85)
胃俞 三焦俞 肾俞·····	(86)
气海俞 大肠俞 关元俞·····	(87)
小肠俞 膀胱俞 中膂俞 白环俞·····	(88)
上髎 次髎 中髎 下髎·····	(89)
会阳 承扶 殷门 浮郄·····	(90)
委阳 委中 附分 魄户·····	(91)
膏肓俞 神堂 谿禧 膈关·····	(92)





- 魂门 阳纲 意舍 胃仓..... (93)
- 育门 志室 胞肓 秩边..... (94)
- 合阳 承筋 承山 飞扬..... (95)
- 跗阳 昆仑 仆参 申脉..... (96)
- 金门 京骨 束骨 通谷..... (97)
- 至阴..... (98)
- 八、肾经属穴生处、功能、用法分述歌诀..... (99)
- 涌泉 然谷 太溪..... (99)
- 大钟 水泉 照海..... (100)
- 复溜 交信 筑宾 阴谷..... (101)
- 横骨 大赫 气穴 四满..... (102)
- 中注 肓俞 商曲 石关..... (103)
- 阴都 通谷 幽门 步廊..... (104)
- 神封 灵墟 神藏 或中..... (105)
- 俞府..... (106)
- 九、心包经属穴生处、功能、用法分述歌诀..... (107)
- 天池 天泉 曲泽 郄门..... (107)
- 间使 内关 大陵..... (108)
- 劳宫 中冲..... (109)
- 十、三焦经属穴生处、功能、用法分述歌诀..... (110)
- 关冲 液门 中渚 阳池..... (110)
- 外关 支沟 会宗 三阳络..... (111)
- 四渎 天井 清冷渊 消泆..... (112)
- 臑会 肩髃 天髃 天膈..... (113)
- 翳风 瘰脉 颊息 角孙..... (114)
- 耳门 和髃 丝竹空..... (115)
- 十一、胆经属穴生处、功能、用法分述歌诀..... (116)
- 瞳子髃 听会 上关 颌厌..... (116)
- 悬颅 悬厘 曲鬓 率谷..... (117)
- 天冲 浮白 头窍阴 完骨..... (118)
- 本神 阳白 临泣 目窗..... (119)
- 正营 承灵 脑空 风池..... (120)
- 肩井 渊腋 辄筋 日月..... (121)
- 京门 带脉 五枢 维道..... (122)
- 居髃 环跳 风市 中渎..... (123)
- 阳关 阳陵泉 阳交 外丘..... (124)
- 光明 阳辅 悬钟..... (125)



丘墟 足临泣 地五会 侠溪·····	(126)
足窍阴·····	(127)
十二、肝经属穴生处、功能、用法分述歌诀·····	(128)
大敦 行间 太冲 中封·····	(128)
蠡沟 中都 膝关 曲泉·····	(129)
阴包 腿五里 阴廉·····	(130)
急脉 章门 期门·····	(131)
十三、督脉属穴生处、功能、用法分述歌诀·····	(132)
龈交 兑端 人中 素髻·····	(132)
神庭 上星 凶会 前顶·····	(133)
百会 后顶 强间 脑户·····	(134)
风府 哑门 大椎·····	(135)
陶道 身柱 神道 灵台·····	(136)
至阳 筋缩 中枢 脊中·····	(137)
悬枢 命门 阳关·····	(138)
腰俞 长强·····	(139)
十四、任脉属穴生处、功能、用法分述歌诀·····	(140)
承浆 廉泉 天突 璇玑·····	(140)
华盖 紫宫 玉堂 膻中·····	(141)
中庭 鸠尾 巨阙 上脘·····	(142)
中脘 建里 下脘 水分·····	(143)
神阙 阴交 气海·····	(144)
石门 关元 中极·····	(145)
曲骨 会阴·····	(146)
十五、经外奇穴生处、功能、用法分述歌诀·····	(147)
四神聪 印堂 金津玉液 鱼腰·····	(147)
苏醒 太阳 翳明 新设·····	(148)
百劳 喘息 崇骨 患门·····	(149)
气喘 痞根 精宫 伴椎·····	(150)
腰眼 腰奇 舒心 脐邻·····	(151)
妇欣 子宫 肘尖 中泉·····	(152)
外劳宫 四缝 大小骨空 拳尖·····	(153)
虎口 中魁 二白 凤眼·····	(154)
百虫窝 鹤顶 阑尾 胆囊·····	(155)
八风 净肤 环中 夹脊·····	(156)
独阴 气端·····	(157)



第五章 常用经穴主治歌诀·····	(158)
一、头面常用经穴主治歌诀·····	(158)
二、胸腹常用经穴主治歌诀·····	(158)
三、腰背常用经穴主治歌诀·····	(159)
四、上肢常用经穴主治歌诀·····	(160)
五、下肢常用经穴主治歌诀·····	(161)
第六章 对病对症配穴施治歌诀·····	(163)
一、急救·····	(163)
(一) 抗休克·····	(163)
(二) 中风急救·····	(165)
二、头颈部疾病·····	(167)
(一) 中风·····	(167)
(二) 中风后遗症·····	(169)
(三) 小儿麻痹症·····	(170)
(四) 头痛头风·····	(171)
(五) 惊风·····	(172)
(六) 癫痫·····	(173)
(七) 癫狂·····	(174)
(八) 小儿惊风·····	(175)
(九) 颅内高压·····	(175)
(十) 头痛·····	(176)
(十一) 偏头痛·····	(177)
(十二) 三叉神经痛·····	(178)
(十三) 痴呆症·····	(179)
(十四) 头昏头晕·····	(180)
(十五) 梅尼埃综合征·····	(181)
(十六) 眩晕·····	(182)
(十七) 中风不语·····	(183)
(十八) 颈项痛·····	(184)
(十九) 基底动脉供血不良·····	(185)
(二十) 蛛网膜下腔出血·····	(186)
(二十一) 落枕·····	(187)
(二十二) 颈椎骨质增生·····	(188)
三、五官科疾病·····	(189)





(一) 耳鸣·····	(189)
(二) 耳聋·····	(191)
(三) 中耳炎·····	(192)
(四) 聋哑·····	(193)
(五) 鼻出血·····	(195)
(六) 鼻炎、鼻窦炎·····	(196)
(七) 酒糟鼻·····	(197)
(八) 喉痹(喉炎)·····	(198)
(九) 扁桃体肿大、咽喉炎·····	(199)
(十) 嘶哑·····	(200)
(十一) 夜盲·····	(201)
(十二) 青光眼·····	(202)
(十三) 视物不清·····	(203)
(十四) 近视·····	(204)
(十五) 远视·····	(204)
(十六) 白内障·····	(205)
(十七) 角膜云翳、胬肉·····	(206)
(十八) 目痛·····	(208)
(十九) 眼底出血·····	(209)
(二十) 视网膜病·····	(210)
(二十一) 视神经病·····	(211)
(二十二) 面神经麻痹·····	(212)
(二十三) 上牙痛·····	(213)
(二十四) 下牙痛·····	(213)
(二十五) 舌强·····	(214)
四、呼吸系统疾病·····	(216)
(一) 感冒·····	(216)
(二) 哮喘·····	(217)
(三) 气管炎·····	(219)
(四) 火咳·····	(221)
(五) 一般咳嗽·····	(222)
(六) 肺不张·····	(223)
(七) 风痰喉不适·····	(223)
(八) 肺气肿、肺气胸·····	(224)
(九) 支气管扩张·····	(225)
(十) 寒咳·····	(226)
五、循环系统疾病·····	(227)



(一)低血压·····	(227)
(二)高血压·····	(228)
(三)心悸心烦·····	(229)
(四)心绞痛·····	(230)
(五)心肌梗死·····	(231)
(六)冠状动脉硬化·····	(232)
(七)早搏·····	(233)
六、消化系统疾病·····	(234)
(一)食管梗阻·····	(234)
(二)急性胃炎·····	(235)
(三)慢性胃炎·····	(236)
(四)消化不良·····	(237)
(五)胃、十二指肠溃疡·····	(238)
(六)胃下垂·····	(239)
(七)食欲不振·····	(240)
(八)呕吐·····	(241)
(九)胃溃疡·····	(241)
(十)胃胀·····	(242)
(十一)急性腹痛·····	(243)
(十二)胃肠神经官能症·····	(244)
(十三)胆囊炎·····	(246)
(十四)胆结石·····	(247)
(十五)胆道蛔虫症·····	(248)
(十六)黄疸·····	(249)
(十七)肝炎、肝硬化·····	(250)
(十八)肠绞痛·····	(251)
(十九)慢性肠炎·····	(252)
(二十)腹泻·····	(253)
(二十一)腹胀·····	(254)
(二十二)餐后综合征·····	(255)
(二十三)上消化道出血·····	(256)
(二十四)打嗝·····	(257)
(二十五)肠鸣·····	(258)
(二十六)水泻·····	(259)
(二十七)小儿腹泻·····	(259)
(二十八)胃肠吸收不良·····	(260)
(二十九)呕血·····	(261)



(三十) 胃息肉·····	(261)
(三十一) 肠息肉·····	(262)
(三十二) 溃疡性结肠炎·····	(263)
(三十三) 上腹包块·····	(264)
(三十四) 下腹包块·····	(265)
(三十五) 阑尾炎·····	(266)
(三十六) 肠粘连·····	(267)
(三十七) 肠扭转、肠套叠·····	(268)
(三十八) 肠梗阻·····	(269)
(三十九) 厌食·····	(271)
(四十) 便秘·····	(272)
(四十一) 大便不禁·····	(274)
(四十二) 股疝·····	(275)
(四十三) 脐疝·····	(276)
(四十四) 杂疝·····	(277)
(四十五) 痔疮·····	(278)
(四十六) 脱肛·····	(280)
(四十七) 痔漏·····	(281)
七、泌尿生殖系统疾病·····	(282)
(一) 肾盂肾炎·····	(282)
(二) 尿路结石·····	(283)
(三) 尿闭·····	(284)
(四) 尿白浊·····	(286)
(五) 乳糜尿·····	(287)
(六) 血尿·····	(288)
(七) 遗尿·····	(289)
(八) 阳痿·····	(291)
(九) 早泄·····	(292)
(十) 男性不育症·····	(293)
(十一) 遗精·····	(294)
(十二) 梦遗、滑精·····	(295)
(十三) 无精症·····	(296)
(十四) 睾丸炎·····	(297)
(十五) 复活精子·····	(299)
(十六) 鞘膜积液·····	(300)
(十七) 精索炎·····	(301)
(十八) 前列腺疾患·····	(302)





(十九) 月经不调·····	(304)
(二十) 倒经·····	(305)
(二十一) 痛经·····	(305)
(二十二) 赤白带多·····	(306)
(二十三) 赤白带多伴淋浊·····	(306)
(二十四) 女性不孕症·····	(307)
(二十五) 子宫脱垂·····	(308)
(二十六) 盆腔炎·····	(309)
(二十七) 输卵管阻塞·····	(310)
(二十八) 产后大出血·····	(311)
(二十九) 子宫出血·····	(311)
(三十) 难产·····	(312)
(三十一) 崩漏·····	(313)
(三十二) 产后恶露·····	(314)
(三十三) 子宫肌瘤、卵巢囊肿·····	(315)
(三十四) 阴道炎·····	(316)
(三十五) 乳腺炎·····	(317)
(三十六) 胎盘、死胎不下·····	(318)
八、运动性和神经类疾病·····	(319)
(一) 风湿、类风湿·····	(319)
(二) 肩周炎·····	(320)
(三) 上肢酸痛麻·····	(320)
(四) 肩胛痛·····	(321)
(五) 强直性脊柱炎·····	(322)
(六) 腰肌劳损·····	(323)
(七) 腰椎肥大、腰椎增生·····	(324)
(八) 腰痛·····	(325)
(九) 急性腰扭伤·····	(326)
(十) 椎间盘突出·····	(327)
(十一) 坐骨神经痛·····	(328)
(十二) 小腿转筋·····	(329)
(十三) 踝关节扭伤·····	(329)
(十四) 背痛·····	(330)
(十五) 髌关节炎, 股骨头、股骨颈病变·····	(331)
(十六) 胸胁无名疼痛·····	(332)
(十七) 膝关节炎·····	(333)
(十八) 肘关节炎·····	(334)



(十九) 四肢肌纤维炎·····	(334)
(二十) 上臂痛·····	(335)
(二十一) 腿膝痛风·····	(335)
(二十二) 半身不遂·····	(336)
九、皮肤病·····	(337)
(一) 牛皮癣·····	(337)
(二) 白癜风·····	(338)
(三) 风疹、各类糠疹·····	(339)
(四) 痈疔·····	(340)
(五) 热风瘾疹·····	(341)
(六) 单纯疱疹、带状疱疹·····	(342)
(七) 皮肤杂症·····	(343)
(八) 过敏性皮炎及其他皮炎·····	(344)
十、杂伤、杂病、杂症·····	(345)
(一) 腹水·····	(345)
(二) 甲亢·····	(346)
(三) 盗汗·····	(347)
(四) 发热不出汗·····	(348)
(五) 失眠·····	(349)
(六) 五脏虚弱·····	(350)
(七) 腮腺炎·····	(351)
(八) 胸闷·····	(352)
(九) 疟疾·····	(353)
(十) 阴虚·····	(354)
(十一) 脚气·····	(355)
(十二) 其他杂症·····	(356)
(十三) 杂痛·····	(358)
(十四) 烫烧伤·····	(359)
(十五) 其他病症·····	(360)
第七章 美容美体美发配穴歌诀·····	(363)
一、美容靓颜·····	(363)
二、减肥抑胖·····	(366)
三、防治脱发·····	(367)
四、白发转青·····	(368)



第八章 针灸操作歌诀·····	(369)
一、用穴分寸歌诀·····	(369)
二、扎针手法歌诀·····	(370)
三、疗前应知歌诀·····	(372)
四、灸法应知歌诀·····	(377)
附录 人体骨度分寸法图谱·····	(379)