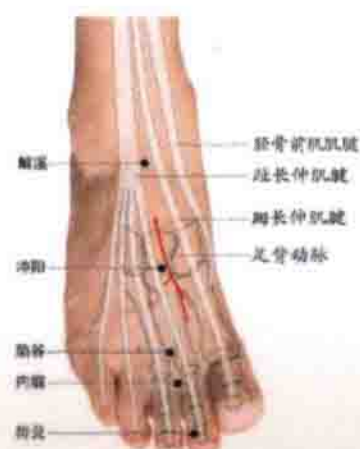
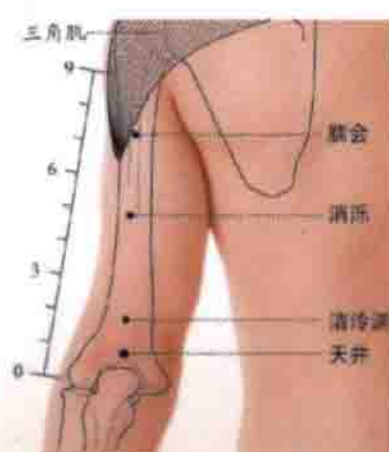


图解 针灸经穴

速查手册



黄龙祥 黄幼民 编著



人民卫生出版社

图解 针灸经穴

速查手册

黄龙祥 黄幼民 编著

人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

图解针灸经穴速查手册/黄龙祥等编著. —北京:
人民卫生出版社, 2012. 10

ISBN 978-7-117-16336-1

I. ①图… II. ①黄… III. ①针灸疗法-穴位-图解
IV. ①R224. 4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 213313 号

门户网: www.pmph.com	出版物查询、网上书店
卫人网: www.ipmph.com	护士、医师、药师、中医师、卫生资格考试培训

版权所有, 侵权必究!

图解针灸经穴速查手册

编 著: 黄龙祥 黄幼民

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E-mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

010-59787586 010-59787592

印 刷: 中国农业出版社印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 889×1194 1/48 印张: 3.75

字 数: 121 千字

版 次: 2012 年 10 月第 1 版

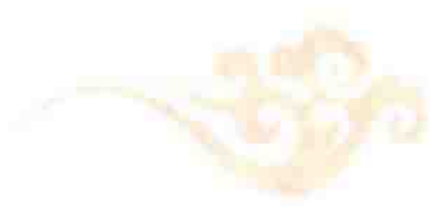
2014 年 4 月第 1 版第 2 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-16336-1/R·16337

定 价: 29.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社销售中心联系退换)



前言



科学而富于创造力的解剖图之于解剖学,犹如翅膀之于飞鸟。同样,针灸图之大功于针灸学,亦为历代针灸大家所共识,所谓“孔穴难谳,非图莫可”(唐·孙思邈《千金翼方》)。

流行最广、影响最大的针灸图是穴位图(古代称作“明堂图”),其次是经脉图。然而不论是古代,还是现代,严格意义上的经脉图很少,大量流传的实际上是一种经穴经脉图,是一种以表现经穴为主,兼及经脉内容的综合图,与真正的经脉图有本质的不同。据考查,自元代滑伯仁发挥宋代腧穴标准《铜人腧穴针灸图经》而做十四经穴图时,加入部分经脉循行的文字,此套图复经明代高武等人的推演,注入了更多的经脉图的内容,遂使经穴图与经脉图混合为一。此套图大行于世,流传极广,真正的经脉图则隐而不彰,以至于长期以来人们一直将这类图当作经脉图,经络实验研究者以此找寻经脉的实体结构,针灸临床医生也以此作为临床“循经取穴”的依据。

由此可见,虽然古今针灸家都重视针灸图,但要真正做好这方面的工作,需要经历三个阶段:文本研究、可视化、普及化。从历史上看,穴位图的

文本研究与视觉呈现的基础最好,其次是经脉经穴图,基础最弱的是经脉图。现代研究的现状依然如此,在穴位图文本研究方面,我们于20世纪80年代末参加了针灸的第一个国家标准——《经穴部位》的制定,并于2006年主持了国家标准《腧穴名称与定位》的修订及国际标准《针灸经穴定位》(中国方案)的起草。而有关腧穴研究的最新最全的成果,则集中反映在笔者新著《针灸腧穴通考——中华针灸穴典研究》(2011年人民卫生出版社出版。其中特别对以往基础最薄弱的奇穴文献,首次进行了源流考证的示范研究);在图形设计与制作方面,我们设计完成了1990年版国家标准《经穴部位》挂图——《国家标准经穴部位挂图》(中国中医药出版社,1997年)、2006年版国家标准《国家标准腧穴名称与定位挂图》(人民卫生出版社,2009年)、国家标准《腧穴定位图》(中国标准出版社,2006年)、世界卫生组织西太区标准《WHO Standard Wall Chart of Acupuncture Points》(人民卫生出版社,2010年)。

关于经穴经脉图的文本研究的成果,集中反映在《中国针灸学术史大纲》(华夏出版社,2001年),并采用新的设计语言和表现方式完成了研究成果的可视化,全新设计与制作的《新编十四经经穴经脉图》于2011年出版(中国中医药出版社)。

经历了长期探索和坚实积累的阶段,将穴位图与经穴经脉图推进到普及化阶段,便是一种水到渠成的过程,是一种真正意义上的深入浅出。当然,由深到浅并非一个简单裁剪与化简的过程,同时也是一个再创造的过程,赋予其新的视角与呈现方式。



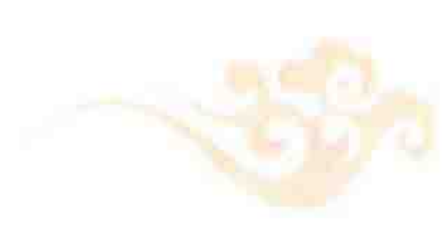
从市场需求来看,易于获得、便于携带的普及型针灸图,特别是穴位图,在中医药院校大学生、国内及国际针灸培训学员、针灸临床医师,甚至社会上广大针灸、按摩、养生爱好者中,都有相当大的需求。

为满足这一需求,我们将以往研究基础比较好的经穴图、奇穴图、经脉经穴图推向普及化,编成小开本口袋书。对于经穴而言,主要是尽可能内容无损地简洁呈现;对于奇穴而言,相当一部分还是填补空白,对于经穴经脉图而言,主要是澄清与重构。

尽管以往我们在针灸图的文本研究与图形设计方面有较多的探索与积累,但将这些成果尽可能无损地简洁呈现,对我们依然是一种新的挑战,呈现给大家的是我们在这个新领域的首次尝试,广大读者的鼓励与批评则是对我们不断探索、不断完善的最大动力源泉!

编 者

2012年6月



凡 例



1. 文本说明

(1) 本书腧穴分经排列,每穴下列有部位、取穴、适应证、操作等项;属于特定穴的还有“类属”项;有些腧穴的定位文字描述的就是取穴法,则不再列“取穴”项;部分腧穴还有“经典配穴”项。

(2) 腧穴标题后括号内的小字,是该穴的别名;英文字母和阿拉伯数字是穴位的代码。

(3) 腧穴部位项,依据 GB/T12346—2006《腧穴名称与定位》。

(4) 腧穴适应证项,依据《针灸腧穴通考——中华针灸穴典研究》。

(5) 腧穴操作项,除不宜直刺的穴位,一般只注明毫针直刺的深度。除少数不宜施灸的腧穴下有专门注明外,凡未注明“不宜灸”之穴,皆可用灸。

(6) 经典配穴项,主要出自《针灸玉龙歌》、《席弘赋》、《灵光赋》、《长桑君天星秘诀歌》、《杂病十一穴歌》、《百证赋》等脍炙人口的针灸古典歌赋。

(7) 一般一个腧穴单列一条介绍,而某些部

位(主要是躯干、头面部)相邻腧穴的主治、操作相近,则将这些腧穴作为一组介绍;少数不常用的穴位,则不分项地简略介绍,以节省篇幅;这两部分文字用楷体排印。

2. 图形设计

(1) 本书插图采用彩色真人照片,体内深层结构以不同形式的线条、色彩表示,体表标志与深层结构准确叠加对位,以求真实;

(2) 对肌肉采用与真实肌肉纹理方向相同的黑色细线表示;

(3) 肌腱采用黑色线条轮廓,白色填补,并调整不透明度,以显示肌腱下层的骨骼;

(4) 对骨骼采用黑色线条表示轮廓;

(5) 对血管采用红色表示;

(6) 图片中的腧穴定位与文字对应关系:各条目下的腧穴位置在图中用大实心黑点(在黑色毛发部位的穴位用实心白点)表示,而作为穴位定位参照的腧穴位置以空心黑圆圈表示,文本中简略介绍的腧穴用小实心黑点(若在黑色毛发部位用小实心白点)表示;

(7) 十二井穴除中冲外的定位,可参看第7页“少商”穴定位图,其他井穴则不单出定位图。



腧穴定位方法及 方位术语



1. 腧穴体表定位的方法

腧穴定位方法分三种：①体表解剖标志定位法；②骨度折量定位法；③指寸定位法。三者
在应用时需互相结合，即主要采用体表解剖标志定位法、骨度折量定位法，而对少量难以用
上述两种方法定位的腧穴，则配合使用指寸定
位法。

(1) 体表解剖标志定位法

这种腧穴定位法指以体表解剖学的各种体表
标志为依据来确定腧穴位置的方法。

体表解剖标志，可分为固定标志和活动标志
两种。

固定的体表解剖标志：指由骨节和肌肉所形
成的凸起或凹陷、五官轮廓、发际、指(趾)甲、乳
头、脐窝等(参见本文后“常用定穴解剖标志图”)。
例如，于腓骨头前下方定阳陵泉。

活动的体表解剖标志：指各部的关节、肌肉、
肌腱、皮肤随着活动而出现的空隙、凹陷、皱纹、
尖端等。例如：微张口，耳屏正中前缘凹陷中取
听宫。

常用定穴解剖标志的体表定位方法:

第2肋:平胸骨角水平;锁骨下可触及的肋骨即第2肋。

第4肋间隙:男性乳头平第4肋间隙。

第7颈椎棘突:颈后隆起最高且能随头旋转而转动者为第7颈椎棘突。

第2胸椎棘突:直立,两手下垂时,两肩胛骨上角连线与后正中线的交点。

第3胸椎棘突:直立,两手下垂时,两肩胛冈内侧端连线与后正中线的交点。

第7胸椎棘突:直立,两手下垂时,两肩胛骨下角的水平线与后正中线的交点。

第12胸椎棘突:直立,两手下垂时,横平两肩胛骨下角与两髂嵴最高点连线的中点。

第4腰椎棘突:两髂嵴最高点连线与后正中线的交点。

第2骶椎:两髂后上棘连线与后正中线的交点。

骶管裂孔:取尾骨上方左右的骶角,与两骶角平齐的后正中线上。

肘横纹:与肱骨内上髁、外上髁连线相平。

腕掌侧远端横纹:与豌豆骨上缘、桡骨茎突尖下连线相平。

腕背侧远端横纹:与豌豆骨上缘、桡骨茎突尖下连线相平。

髌底、髌尖:因髌骨是一倒置的类三角形骨骼,其底边在上,所以髌底即平常口语所说的髌骨上缘,髌尖即平常口语所说的髌骨下缘。

腕前:指手腕的掌侧面(屈侧)。

腕后:指手腕的背侧面(伸侧)。

剑胸结合:胸骨体下缘与剑突上缘的联合处。两侧肋弓在胸前与胸骨结合处的中间即是剑胸结合部。

(2) 骨度折量定位法

这种腧穴定位法指以体表标志为起止点折量全身各部的长度和宽度,定出分寸,用于确定腧穴位置的方法。全身主要骨度折量寸常数请见“骨度折量寸表”和本文后“骨度折量寸图”。

(3) 手指同身寸

这种腧穴定位法指依据被取穴者手指所规定的分寸以确定腧穴位置的方法。此法主要用于下肢部。在具体取穴时,医者应当在骨度折量定位法的基础上,参照被取穴者自身的手指进行比量,并结合一些简便的活动标志以确定腧穴位置。手指同身寸分为以下三种。

中指同身寸:以被取穴者的中指中节桡侧两端纹头(拇指、中指屈曲成环形)之间的距离作为1寸。

拇指同身寸:以被取穴者拇指的指间关节的宽度作为1寸。

横指同身寸(一夫法):被取穴者手四指并拢,以其中指中节横纹为准,其四指的宽度作为3寸。

手指同身寸请参见此文后“手指同身寸图”。

2. 方位术语

本书对腧穴定位的描述采用标准解剖学体位,即:身体直立,两眼平视前方,两足并拢,足尖向前,上肢下垂于躯干两侧,掌心向前,基于这一标准体位,确定“上下”、“内外”、“前后”、“远近”方位术语的概念。

内侧与外侧:近于正中面者为内,远于正中面者为外。在描述前臂方位时,相同的概念也常用“尺侧”、“桡侧”表示。

上与下:分别指靠近身体的上端与下端。

前与后:距身体腹面近者为前,距身体背面近

骨度折量寸表

部位	起止点	折量寸	度量法	说明
头面部	前发际正中→后发际正中	12	直寸	用于确定头部腧穴的纵向距离
	眉间(印堂)→前发际正中	3	直寸	用于确定前或后发际及其头部腧穴的纵向距离
	两额角发际(头维)之间	9	横寸	用于确定头面部腧穴的横向距离
	耳后两乳突(完骨)之间	9	横寸	用于确定头后部腧穴的横向距离
胸腹部	胸骨上窝(天突)→剑胸结合中点(歧骨)	9	直寸	用于确定胸部任脉穴的纵向距离
	剑胸结合中点(歧骨)→脐中	8	直寸	用于确定上腹部腧穴的纵向距离
	脐中→耻骨联合上缘(曲骨)	5	直寸	用于确定下腹部腧穴的纵向距离
	两肩胛骨喙突内侧缘之间	12	横寸	用于确定胸部腧穴的横向距离
	两乳头之间	8	横寸	用于确定胸腹部腧穴的横向距离
背腰部	肩胛骨内侧缘→后正中线	3	横寸	用于确定背腰部腧穴的横向距离

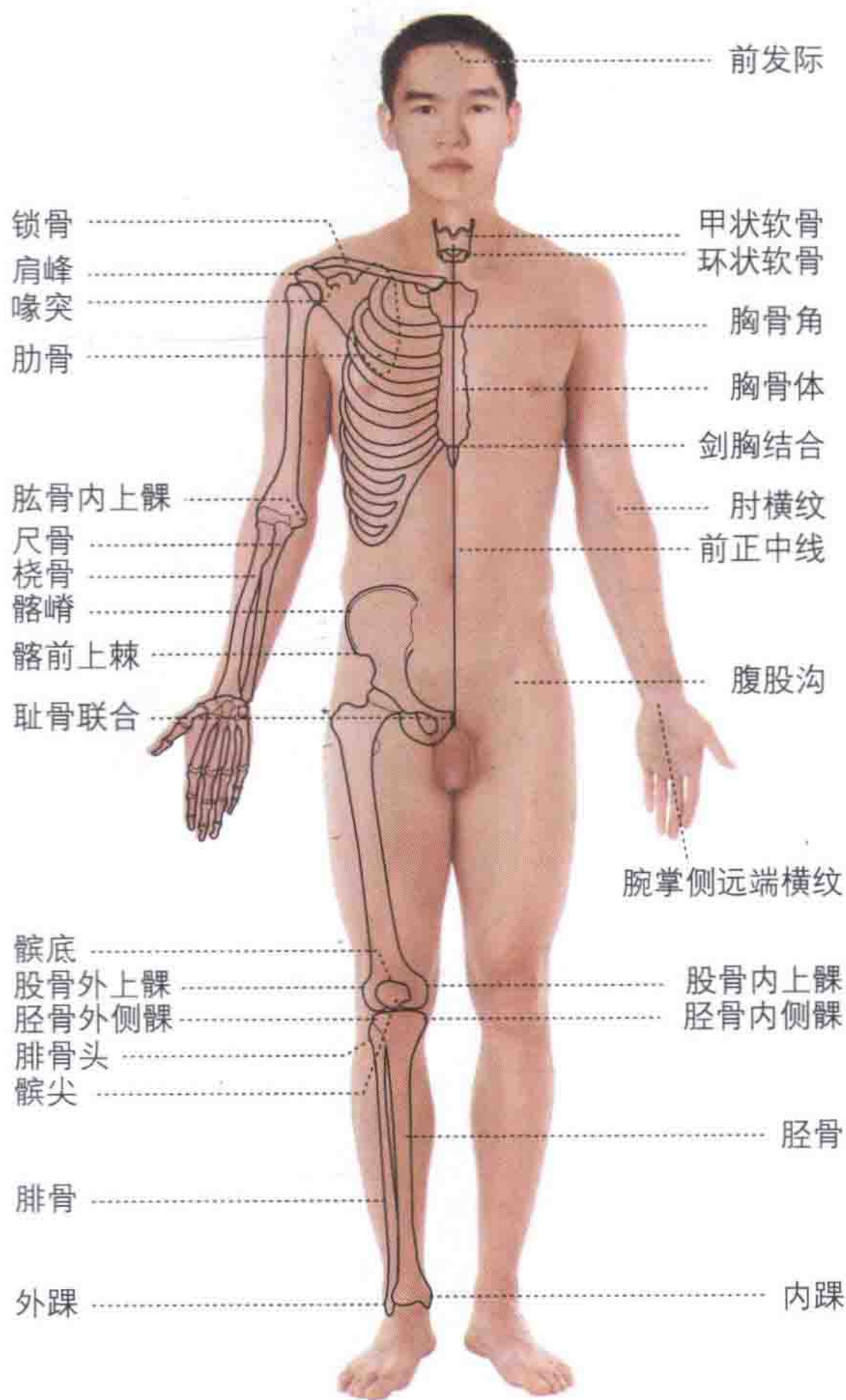
部位	起止点	折量寸	度量法	说明
上肢部	腋前、后纹头→肘横纹(平尺骨鹰嘴)	9	直寸	用于确定上臂部腧穴的纵向距离
	肘横纹(平尺骨鹰嘴)→腕掌(背)侧远端横纹	12	直寸	用于确定前臂部腧穴的纵向距离
下肢部	耻骨联合上缘→髌底	18	直寸	用于确定大腿部腧穴的纵向距离
	髌底→髌尖	2	直寸	
	髌尖(膝中)→内踝尖	15	直寸	用于确定小腿内侧部腧穴的纵向距离
	(胫骨内侧髁下方阴陵泉→内踝尖为13寸)			
	股骨大转子→腓横纹(平髌尖)	19	直寸	用于确定大腿部前外侧部腧穴的纵向距离
	臀沟→腓横纹	14	直寸	用于确定大腿后部腧穴的纵向距离
	腓横纹(平髌尖)→外踝尖	16	直寸	用于确定小腿外侧部腧穴的纵向距离
	内踝尖→足底	3	直寸	用于确定足内侧部腧穴的纵向距离

者为后。

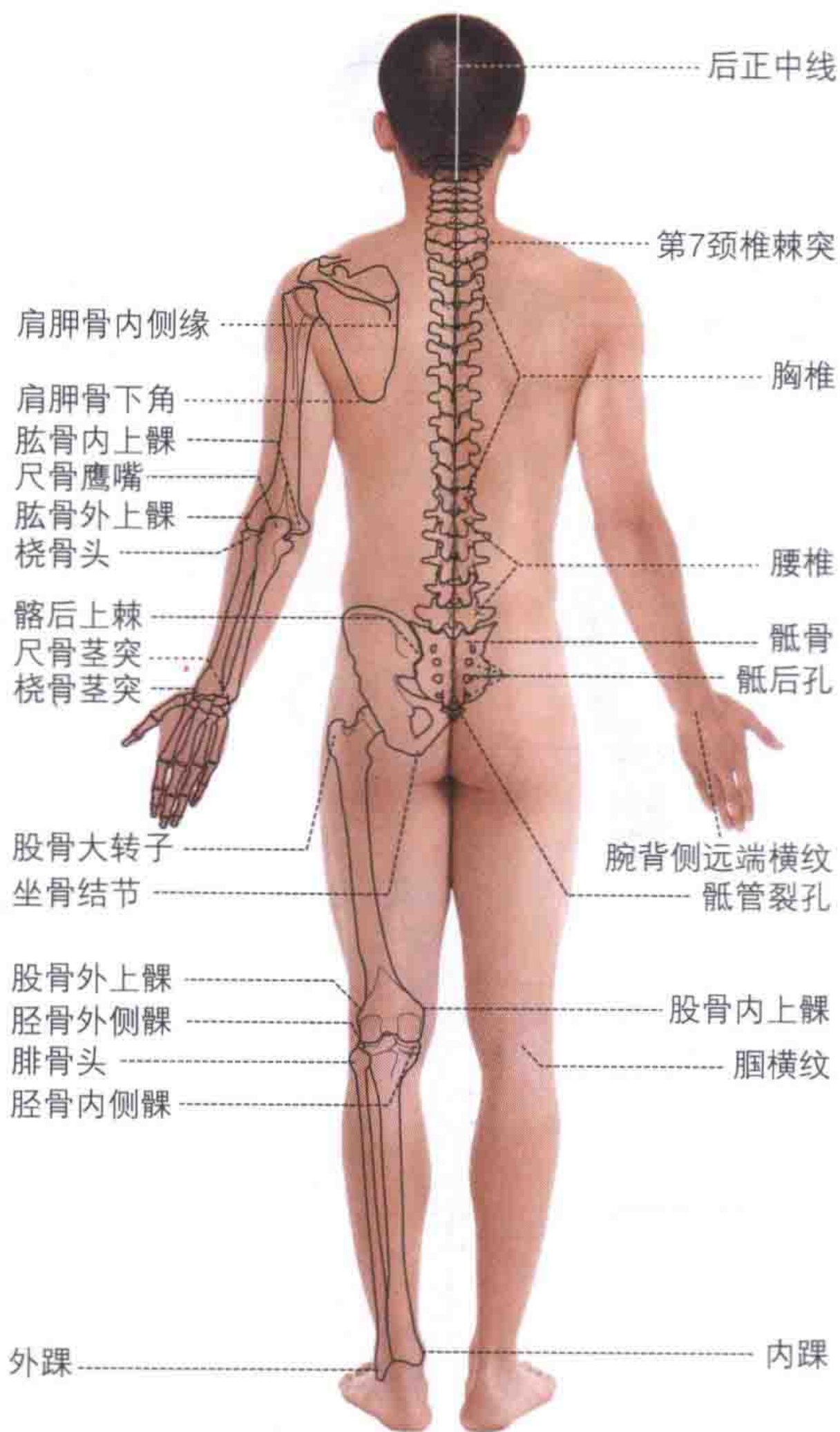
近侧[端]与远侧[端]:距四肢根部近者为近侧[端],距四肢根部远者为远侧[端]。

本书描述中常用的体位与方位术语,请参见本文后“体位与方位名词术语示意图”。





常用定穴解剖标志图(正面)



常用定穴解剖标志图(背面)