



\*0019179\*

在职医生学习中医丛书

# 针灸学

南京中医学院 主编

人民卫生出版社

在职医生学习中医丛书

# 针 灸 学

主编单位

南京中医学院

协编单位

中医研究院针灸经络研究所

南 京 医 学 院

上 海 市 中 医 门 诊 部

人 民 卫 生 出 版 社

## 内 容 提 要

本书共分经络腧穴、针灸要法、临床治疗、其他疗法等四章，分别阐述经络的基本内容，约180个常用腧穴的定位、主治与操作，各种针具的使用，近40种针灸常见病症的辨证和治疗，以及耳针、头针、皮肤针的简介。并有插图一百多幅，以便对照学习。

考虑到在职学习的特点，本书内容的选择，重在实用，繁简适中，而且理论以中医为主，辨证以针灸为主，治疗以毫针为主，俾能较快地学以致用。

本书除作在职学习针灸之用外，亦可供针灸教学、临床、科研人员参考。

在职医生学习中医丛书

针 灸 学

南京中医学院 主 编

人 民 卫 生 出 版 社 出 版

(北京市崇文区天坛西里10号)

北京通县印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

787×1092毫米32开本 5印张 95千字

1983年9月第1版 1983年9月第1版第1次印刷

印数：00,001—43,620

统一书号：14048·4421 定价：0.42元

〔科技新书目52—61〕

## 出版说明

为了帮助广大在职医务人员学习中医，由北京、上海、黑龙江、甘肃、江苏、湖北、广东等省市有关单位编写了《在职医生学习中医丛书》。这套丛书共有十二种，计有《中国医学史》、《中医学基础》、《中药学》、《方剂学》、《伤寒论》、《温病学》、《中医内科学》、《中医儿科学》、《中医妇产科学》、《中医外科学》(包括正骨)、《中医五官科学》和《针灸学》，主要适用于在职西医学习中医之用，亦可供中医和中医药院校学生学习参考。

本丛书，以阐述中医理论体系和临床辨证论治基本规律为基本内容。在以中医内容为主的前提下，适当地反映了中西医结合和用现代科学研究祖国医学理论和临床实践方面的内容。本书除了取材于中医四大经典——《黄帝内经》、《神农本草经》、《伤寒论》、《金匱要略》和历代名著的基本内容外，还吸收了解放以后中医医疗、科研和教学方面的新成果。本书始终贯彻理论和实践相结合的原则，基础理论密切联系临床实际，临床各科强调加强辨证论治的分析和对基础理论的运用，力求达到全面、科学、实用的要求。

## 前 言

针灸学是祖国医学遗产的一部分，其历史悠久，可溯源于石器时代。尔后逐渐用药饵治病，但针灸仍一直与之并行不悖，相辅相成。历代不仅有许多针灸名家和名著，至今为人们传诵，而且不少的内外科名家，如扁鹊、华佗、张仲景、孙思邈、滑伯仁等，也都是针药兼擅，疗效卓著的。《千金方》云：“知针知药，固是良医。”《十四经发挥·自序》云：“针之灸之，药之饵之，无施不可。”这些记载告诉我们，作为一个医生，是应该“知针知药”“无施不可”的。迨至晚清以后，由于帝国主义势力的入侵，西方医学随之传入我国，致使祖国医学受到歧视和排斥，针灸更是备遭摧残，濒于灭绝。

新中国建立后，祖国医学获得了新生，针灸也得到了蓬勃的发展。目前针灸不仅在全国范围内被广泛应用于临床，而且已成为我国对外文化交流的一项重要内容。在这种形势下，广大在职医生要求学习针灸，以便今后能针药并用，这是完全正确而应予支持的。中央卫生部为了适应这一需要，委托我们编写了本书。

考虑到在职学习的特点，本书对内容的选择，重在实用，繁简适中，而且理论上以中医为主，辨证上以针灸为主，治疗上以毫针为主，俾能较快地达到学以致用目的。当然，对于初学针灸的同志来说，本书只能作个入门的向导，至于升堂入室，还有待以后的继续钻研。

由于我们的学识所限，书中不当之处，知所难免，敬希读者指正。

李 钊 荆尔宾 张翠苓 沙济德

一九八一年十月于南京

# 目 录

|                         |    |
|-------------------------|----|
| <b>第一章 经络腧穴</b> .....   | 1  |
| <b>第一节 经络腧穴概述</b> ..... | 1  |
| 一、经络的主要内容 .....         | 1  |
| 二、十四经的体表循行 .....        | 3  |
| 三、腧穴的分类 .....           | 3  |
| 四、腧穴的主治作用 .....         | 6  |
| 五、腧穴的定位 .....           | 7  |
| <b>第二节 常用腧穴</b> .....   | 10 |
| 一、手太阴肺经 .....           | 10 |
| 中府 尺泽 孔最 列缺 太渊 少商       |    |
| 二、手厥阴心包经 .....          | 13 |
| 天池 曲泽 郄门 间使 内关 大陵 中冲    |    |
| 三、手少阴心经 .....           | 16 |
| 极泉 少海 通里 阴郄 神门 少冲       |    |
| 四、手阳明大肠经 .....          | 19 |
| 商阳 合谷 阳溪 手三里 曲池 臂臑 肩髃   |    |
| 扶突 迎香                   |    |
| 五、手少阳三焦经 .....          | 23 |
| 关冲 中渚 阳池 外关 支沟 三阳络 天井   |    |
| 肩髃 翳风 耳门 丝竹空            |    |
| 六、手太阳小肠经 .....          | 27 |
| 少泽 后溪 小海 肩贞 臑俞 天宗 髃髎 听宫 |    |
| 七、足太阴脾经 .....           | 31 |
| 隐白 公孙 商丘 三阴交 阴陵泉 血海 大横  |    |
| 大包                      |    |

|                           |           |
|---------------------------|-----------|
| 八、足厥阴肝经·····              | 35        |
| 大敦 行间 太冲 蠡沟 曲泉 章门 期门      |           |
| 九、足少阴肾经·····              | 39        |
| 涌泉 太溪 照海 复溜 阴谷 大赫 俞府      |           |
| 十、足阳明胃经·····              | 42        |
| 承泣 四白 巨髎 地仓 颊车 下关 头维 人迎   |           |
| 梁门 天枢 归来 伏兔 梁丘 犊鼻 足三里     |           |
| 上巨虚 条口 下巨虚 丰隆 解溪 内庭 厉兑    |           |
| 十一、足少阳胆经·····             | 50        |
| 瞳子髎 听会 率谷 阳白 风池 肩井 带脉 环跳  |           |
| 风市 阳陵泉 光明 悬钟 丘墟 足临泣 侠溪    |           |
| 足窍阴                       |           |
| 十二、足太阳膀胱经·····            | 57        |
| 睛明 攒竹 天柱 风门 肺俞 心俞 膈俞 肝俞   |           |
| 胆俞 脾俞 胃俞 肾俞 大肠俞 膀胱俞 次髎    |           |
| 承扶 殷门 委中 膏肓俞 志室 秩边 承山     |           |
| 飞扬 昆仑 至阴                  |           |
| 十三、任脉·····                | 65        |
| 会阴 曲骨 中极 关元 气海 神阙 中脘 膻中   |           |
| 天突 廉泉 承浆                  |           |
| 十四、督脉·····                | 69        |
| 长强 阳关 命门 至阳 陶道 大椎 哑门 风府   |           |
| 百会 上星 素髎 水沟 龈交            |           |
| 十五、经外穴·····               | 74        |
| 四神聪 印堂 鱼腰 球后 太阳 牵正 夹承浆 翳明 |           |
| 百劳 定喘 华佗夹脊 腰眼 十七椎 肩内陵 落枕  |           |
| 八邪 四缝 十宣 鹤顶 膝眼 胆囊穴 阑尾穴 八风 |           |
| <b>第二章 针灸要法·····</b>      | <b>81</b> |
| 第一节 毫针·····               | 81        |

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 一、构造与规格         | 81  |
| 二、针刺练习          | 82  |
| 三、针刺前的准备        | 82  |
| 四、操作方法          | 82  |
| 五、注意事项          | 87  |
| 六、异常情况的处理       | 87  |
| 第二节 艾灸与拔罐       | 89  |
| 一、艾灸            | 89  |
| 二、拔罐            | 91  |
| 第三节 皮内针与三棱针     | 92  |
| 一、皮内针           | 92  |
| 二、三棱针           | 93  |
| 第四节 电针与水针       | 94  |
| 一、电针            | 94  |
| 二、水针            | 95  |
| <b>第三章 临床治疗</b> | 97  |
| 第一节 治疗概述        | 97  |
| 一、辨证施治          | 97  |
| 二、配穴处方          | 97  |
| 第二节 常见病症        | 99  |
| 中暑              | 99  |
| 感冒              | 100 |
| 疟疾              | 100 |
| 细菌性痢疾           | 101 |
| 胃脘痛             | 102 |
| 呃逆              | 103 |
| 急性单纯性阑尾炎        | 103 |
| 急性胆道疾患          | 104 |
| 咳嗽              | 105 |

|                        |            |
|------------------------|------------|
| 哮喘·····                | 106        |
| 高血压病·····              | 107        |
| 心悸·····                | 107        |
| 遗尿·····                | 108        |
| 尿潴留、尿失禁·····           | 109        |
| 扭伤·····                | 109        |
| 落枕·····                | 110        |
| 腰痛·····                | 110        |
| 痹症·····                | 111        |
| 头痛·····                | 112        |
| 失眠·····                | 113        |
| 眩晕·····                | 114        |
| 面神经麻痹·····             | 114        |
| 三叉神经痛·····             | 115        |
| 坐骨神经痛·····             | 116        |
| 中风后遗症·····             | 117        |
| 痛经·····                | 118        |
| 胎位不正·····              | 118        |
| 小儿腹泻·····              | 119        |
| 疟腮·····                | 120        |
| 急性结膜炎·····             | 120        |
| 耳鸣、耳聋(附:聋哑)·····       | 121        |
| 慢性单纯性鼻炎·····           | 122        |
| 牙痛·····                | 122        |
| 咽喉肿痛·····              | 123        |
| 荨麻疹·····               | 123        |
| <b>第四章 其他疗法</b> ·····  | <b>125</b> |
| <b>第一节 耳针</b> ·····    | <b>125</b> |
| <b>一、耳廓的表面解剖</b> ····· | <b>125</b> |

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 二、耳穴的定位和主治·····    | 127 |
| 三、耳针的选穴原则·····     | 132 |
| 四、耳针的操作方法·····     | 132 |
| 五、耳针的注意事项·····     | 134 |
| 第二节 头针·····        | 135 |
| 一、头针刺激区的定位和主治····· | 135 |
| 二、头针的操作方法·····     | 139 |
| 三、头针的注意事项·····     | 140 |
| 第三节 皮肤针·····       | 140 |
| 一、针具制备·····        | 140 |
| 二、使用要求·····        | 141 |
| 三、叩刺规程·····        | 141 |
| 四、部位选择·····        | 147 |

# 第一章 经 络 腧 穴

## 第一节 经络腧穴概述

针灸学是用针刺和艾灸等方法防治疾病的一门科学，而经络和腧穴则是针灸学的基础。

经络是经脉和络脉的合称。经是主干，络是分支，共同组成一个系统，内属脏腑，外络肢节，沟通内外，贯串上下，为运行气血的通路，将人体内外各部联系成一个有机的整体，保持其相互的协调和平衡。

经络学说是中医学的基础理论之一，广泛应用于生理、病理、诊断、治疗等方面，指导着中医各科的临床实践，特别是在针灸学科中，从辨证到施治，充分体现了经络学说的重要作用。

腧穴（或写作“输穴”）是人体经络脏腑之气输注于体表的部位，也就是针灸施术的刺激点，在历代医籍中，有“气穴”“孔穴”“骨空”和“砭灸处”等不同的名称。

人体的腧穴很多，它是我国古代劳动人民在长期的医疗实践中逐步发现和积累起来的。由于腧穴与经络脏腑有着内在的联系，因此对腧穴进行针灸，就可以调整经络脏腑的功能，激发机体的抗病能力，以达到防治疾病的目的。

### 一、经络的主要内容

经络系统是由十二经脉、奇经八脉、十五络脉以及许多孙络、浮络等所组成。由于十二经脉和奇经八脉中的任督二

脉在体表都各有专穴，故合称为“十四经”，它们是经络的主要内容，也是针灸学中的主要研究对象。

十二经脉包括手足三阴三阳经，所谓三阴，就是太阴、少阴、厥阴；三阳，就是太阳、阳明、少阳。每经又各与一个脏腑相联属，因此它们的名称是由手足、阴阳、脏腑三部分所组成，如手太阴肺经、足阳明胃经等等。

按照中医的理论，一阴一阳相配为表里，故三阴三阳之间形成三对“表里”关系，这就是阳明与太阴为表里，太阳与少阴为表里，少阳与厥阴为表里。这样，十二经脉通过支脉和络脉的衔接沟通，在脏腑之间就形成了六组“属络”关系，阴经属脏络腑，阳经属腑络脏。根据这种表里、属络关系，依次相连，终而复始，从而构成十二经脉的循环流注(图1)。



图1 十二经循行及表里关系示意图

任督二脉和十二经脉不同，既不属络脏腑，亦无表里相

配。但它们分布在前后正中线上，与两侧的三阴三阳经有交会关系，从而构成十四经的体系。

## 二、十四经的体表循行

十二经脉在体表左右对称地循行于头面、躯干和四肢，分布全身。人体四肢内侧为阴，外侧为阳。因此，循行于上肢内侧者为手三阴经，上肢外侧者为手三阳经，下肢外侧者为足三阳经，下肢内侧者为足三阴经。它们的循行方向是：手三阴经从胸走手，手三阳经从手走头，足三阳经从头走足，足三阴经从足走腹（胸）。十二经脉的分布规律一般是：阴经是太阴在前，厥阴在中，少阴在后；阳经是阳明在前，少阳在中，太阳在后。

任脉和督脉分别循行于躯干和头部的 前后中线（见图 2）。

## 三、腧穴的分类

腧穴是我国古代劳动人民在长期医疗实践中逐步发现和积累起来的，曾经历代医家进行过多次的系统整理。一般可分为三类：

（一）经穴 又称“十四经穴”，是指十二经与任、督两脉所属的腧穴。它是全身腧穴的主要部分，临床上应用最多。十四经穴现共 361 个（十二经双穴 309 个，任、督两脉单穴 52 个）。

（二）经外穴 亦称“经外奇穴”。是在十四经腧穴形成系统以后又逐步发现而尚未列入十四经的一些腧穴。其实，这些经外穴与经络系统大多有着密切的关系。经外穴一部分是古代流传下来的，一部分是近代所陆续增加的。经外穴既

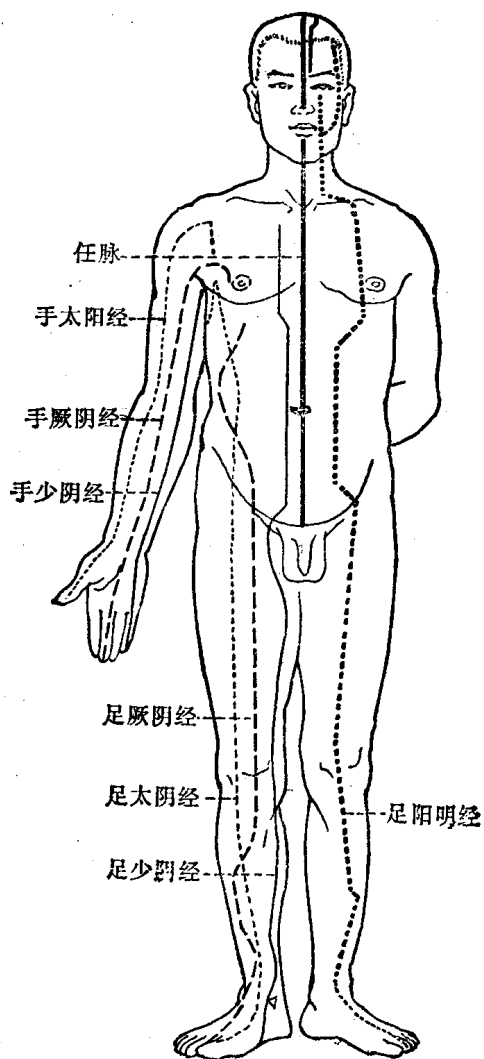


图 2-1 十四经循行

图例 ——手足太阳、少阴经 .....手足阳明、太阴经 - - - -手足  
少阳、厥阴经 阳经为粗线，阴经为细线

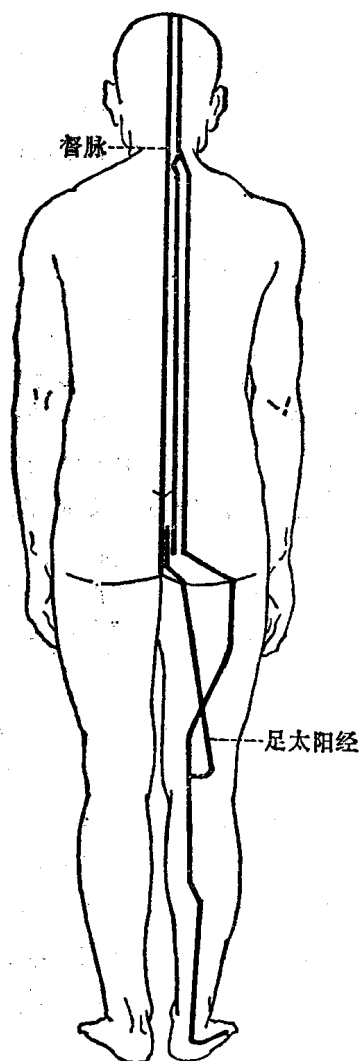


图 2-2 十四经循行

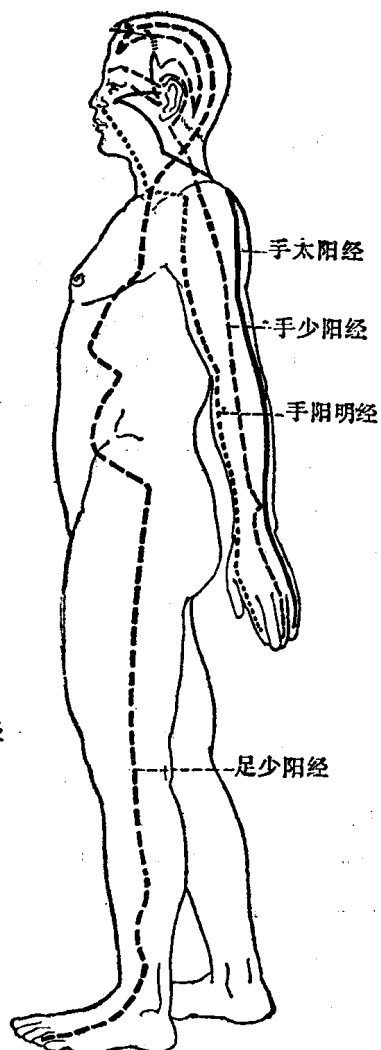


图 2-3 十四经循行

有固定的名称，又有明确的位置，与经穴不同的，只是没有列入一定的经脉而已。

(三) 阿是穴 又叫“压痛点”，也就是古代的“以痛为输”。是不在十四经穴或经外穴的部位，而以病所或压痛点作为施术的部位。它既无专名，又无定位，也无一定的数量。

#### 四、腧穴的主治作用

各个腧穴主治的病症很多，也是有一定规律的。

从腧穴所属经脉来讲，腧穴的主治作用，是以每一经脉的功能为基础的，就是说凡属同一经脉的腧穴，其主治作用均有其共性。如手太阴肺经的腧穴，一般均能主治肺及咽喉部病症；足阳明胃经的腧穴一般均能主治胃肠及头面部的病症。此外，邻近诸经的腧穴主治，也有它们的共同点。如手三阴经的腧穴一般都可以治疗胸部病症；足三阴经的腧穴一般都可治疗腹部病症。这是因为它们的循行部位相近的缘故。

从腧穴所在部位来讲，每一腧穴均可治疗该穴所在部位及邻近部位的病症。如睛明穴在眼部，可治疗眼病；印堂穴在两眉之间，既可治疗前额痛，又可治疗鼻病。另外，全身的某些腧穴，尤其是肘膝以下的腧穴，除了主治局部和邻近部位的病症外，还可主治本经循行所及的远隔部位的病症。如外关穴不仅能治上肢病症，还能治疗颞部和耳部病症；三阴交穴不但能治下肢病症，还能治疗本经循行所过的腹部病症。

有些腧穴，对人体的生理、病理有特殊的作用，其主治可超出本经范围，而对全身产生影响。如足三里穴对全身有

强壮作用，水沟穴能苏醒昏厥，大椎穴能解表退热等。

## 五、腧穴的定位

取穴位置是否准确，会直接影响疗效。要准确定位，必须掌握一定的方法。现在临床常用的腧穴定位方法，有骨度分寸定位法、解剖标志定位法和简便定位法等三种。

（一）骨度分寸定位法 这是一种最基本的方法，即将人体各部，按照一定的尺寸折量，不论男女、老少、高矮、胖瘦，都一样适用。如腕横纹至肘横纹作12寸，就以它作为折量标准，也就是把这段距离划成12个等分来取穴。常用的骨度分寸如下（图3）：

### 1. 头部

直寸——前发际至后发际作12寸。前发际不明者，可从眉心起加3寸计算；后发际不明者，可从大椎穴（第七颈椎棘突下）起加3寸计算。也就是从眉心至大椎穴共作18寸。

### 2. 胸腹部

直寸——胸部，以肋间隙为定位依据。上腹部，从胸剑联合至脐中作8寸。下腹部，从脐中至耻骨联合上缘作5寸。

横寸——两乳头（或两锁骨中线）之间作8寸。

### 3. 背部

直寸——以脊椎棘突作为定穴依据。

横寸——从肩胛骨脊柱缘至背正中线作3寸。

### 4. 上肢部

上臂——从腋前纹头至肘横纹作9寸。

前臂——从肘横纹至腕横纹作12寸。