

经筋理论与临床疼痛诊疗学

薛立功 张海荣 著

中国中医药出版社

·北京·

图书在版编目 (CIP) 数据

经筋理论与临床疼痛诊疗学/薛立功, 张海荣著. 北京: 中国中医药出版社, 2002.1
ISBN 7-80156-295-X

I. 经… II. ①薛… ②张… III. 经筋-应用-疼痛-中西医结合疗法 IV. R441.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 079202 号

中国中医药出版社出版

发行者: 中国中医药出版社

(北京市朝阳区东兴路 7 号 电话: 64151553 邮编: 100027)

印刷者: 河北省河间市印刷厂

开本: 787×1092 毫米 16 开

字数: 985 千字

印张: 38.75

版次: 2002 年 1 月第 1 版

印次: 2002 年 1 月第 1 次印刷

册数: 3000

书号: ISBN 7-80156-295-X/R·295

定价: 62.00 元

内容提要

疼痛是临床最常见的症状之一。遵中医、西医传统诊治方法处理，尚有许多不解和无奈。本书别开蹊径，从中医学经筋理论出发，从另一视角分析疼痛原理、发病规律、诊察要点、论治方法，形成一门新兴学科。全书分上、中、下三编，上编为总论，分四章，阐明经筋基本概念、分布规律、发病机制、诊断方法、治疗原则和治疗方法，其中“长圆针疗法”系首次从《内经》中挖掘，用现代医学原则整理提高的中西医结合的新疗法，是本书在治疗方法中重点介绍的内容。中编为基础篇，分十二节，从解剖学角度详细剖析《内经》十二经筋的解剖学内容，各经筋起止结聚及积累性损伤所形成的二百九十余结筋病灶点。下编为各论篇，将人体分头面、颈项、肩周、肘部、指腕、胸背、腰腹、骶髂、膝膑、踝等十个分部，系统介绍各分部经筋辨证论治和预防、康复训练方法等。附篇介绍水针注射药物表，引用主要书目情况及简称，结筋病灶点名称索引，主要周围神经、肌肉、韧带及附属组织名称索引等。

此书以全新观点论治疼痛，融中医、西医、中西医结合三学科理论为一体，适合广大从事医学临床、科研、教学人员阅读。

程 序

吾每阅《灵》《素》而慨曰：古之官针有九，而今多不备。或曰：“大针者，尖如挺，其锋微员，以泻机关之水也”。现多以毫针取之，而关节之肿可尽除乎！故《灵枢》开篇即论九针，其蕴义深矣！今立功君思我所思，研读《灵》《素》，颇有感悟。曰：九针各不同形，各有所宜，所指当考。曾从事骨外科有年，开展“盲视手术”，所用针具，雷同九针之长针。遂通览经论，而知闭合手术，古已有之。经曰“长针者，锋利身薄，可以取远痹。”又曰“八风伤人，内舍于骨节、腰脊节、腠理之间，为深痹也。故为之治针，必长其身，锋其末，可以取深邪远痹。”由是知之，顽痛痼痹，必以长针取之。

君能勤求经论，训读《灵》《素》，不仅考究九针，制长圆之针，而且研究经筋，阐述原理，颇有创见。循其所论，每于顽痛，多能取效。

立功君从继承、发扬、整理、提高祖国医学学术的目的出发，发掘《内经》原著，系统阐述经筋理论及诊治规律，且能重组解剖学知识，加以分析，使古老的传统医学与现代医学相结合，实难能可贵。

经筋是经络学说的重要组成部分，它有区别于经脉的独特诊治规律，然古往今来，多被忽视。今经立功君系统整理，必将为丰富针灸学术理论与临床应用发挥重要作用。本书通过对经筋理论的研究，发展了“以痛为腧”、劫刺放血等简单治法和应用范围，提出了新理论和新疗法，可庆可贺，故乐为之序。

中 国 工 程 院 院 士
中 国 针 灸 学 会 副 会 长 程 莘 农
主 任 医 师、教 授、名 誉 研 究 员

辛巳年季春于中国中医研究院

王 序

21世纪生命科学将会有长足的进步。当今医学朝向健康，其主要课题是亚健康状态的研究及常见病与难治病的防治。目前人们最关注的是生存质量的提高，由于化学药物的局限性日益彰显和人们环保意识的增强，因此非药物保健治疗和绿色医药倍受青睐，回归自然、返朴归真已成为大趋势，它给中医药学科的建设与中医药健康产业的发展带来了良好的机遇。为了弘扬中医临床医学的优势，我们应树立大学科的理念，采取广兼容的措施，从宇宙观、方法论、后基因组学的多方位，倡导“大一”与“小一”的融合，“大综合”与“大分化”的连接，学习与运用复杂性科学的相关理论，针对中医药非线性复杂系统的研究对象，深化辨证论治体系的研究，体现中医药学的生命力。

针灸学是中医学的重要组成部分，针灸学会是中国科协的一级学会组织。建国50余年针灸基础与临床研究不乏代表性成果。然而，晚近对经筋、经别、络脉、皮部的文献、理论及临床研究尚嫌不足。薛立功主任医师立足临床诊疗实践，对于经筋和针刺镇痛刻苦钻研，多有著述，成绩斐然，其成果的辐射与推广，对发展针灸学术，提高疗效多有裨益。其所著《经筋理论与临床疼痛诊疗学》一书即将付梓，以飨读者，实为可敬可贺之事，谨志数语，爰为之序。

中国工程院院士
中国中医药学会副会长 王永炎
中国中医研究院院长

2001年6月

邓 序

中国传统医学以其独特的理论与显著的疗效深受中国和世界医学界的重视，针灸医学是其佼佼者。早在公元6世纪针灸学就传入朝鲜、日本、印度及东南亚各国，至17世纪又传到欧洲。德国、荷兰、法国医生翻译《黄帝内经》、《中国之针灸》、《针灸大全》等，还著书立说介绍针灸学术。1971年我国公布中国针刺针麻成果后，引起世界医学界的强烈反响，出现学习针灸、针麻的新热潮。以中国针灸为代表的“替代医学”也越来越受到世界各国政府的重视。美国国家卫生署设立“替代医学”研究中心，并在其《医学前沿》出版专刊，重点介绍中国针灸。在英国，在查尔顿王子的关注提倡下，也召开“整合医学”大会，促进“替代医学”与主流医学的结合。受西方发达国家政府的影响，世界一百多个国家和地区近三十万医生学习研究针灸并在各国执业，国际针灸学术会议不断召开，“世界针灸学会联合会”也应运而生。世界针灸学会联合会组织、指导一百多个国家和地区数十万名针灸医生学习、传播、研究、发掘针灸学术，其辉煌的业绩受到世界卫生组织的热情支持和关注。1998年1月27日，世界卫生组织审议通过与世界针灸学会联合会建立非政府性正式关系，成为与世界卫生组织建立正式工作关系的唯一的针灸学术组织。我中国中医研究院针灸研究所五次被世界卫生组织确认为“世界卫生组织传统医学合作中心”，承担世界针灸医生的培训，针灸原理的研究及针灸学术的规范化和发掘、整理、提高工作。

我所薛立功主任根据自己三十余年的中西医临床实践，努力研究针灸理论。他在继承针灸经络学说基本理论的基础上，结合临床提出的种种问题，认真研究《黄帝内经》原著，从中发挖整理，并首次系统展示了《黄帝内经》一整套“经筋理论”和论治方法。他提出经筋病的概念，剖析经筋与经脉的区别，全面阐述了十二经筋的解剖学基础，分析了经筋病的特殊发病机制，还规范定位二百多个常见的结筋病灶点，阐明了经筋病的特殊治疗原则、特殊针具、特殊操作方法及经筋病的预防和康复等，著成《经筋理论与临床疼痛诊疗学》一书。审阅是书，多有新悟。尤于疼痛之说，既非传统定论，亦悖于西医某些经典，颇发人深思。是书一出，必将在经筋理论与应用研究方面得到反响，也会推动疼痛理论的争鸣和反思，其面世的意义就不限于一针一法，而是在针灸学术研

究方面颇有推波助澜之势，故乐为之序。

世界针灸学会联合会主席

中国针灸学会副会长

中国中医研究院针灸研究所所长 邓良月

中国中医研究院首席专家

2001年6月

于中国中医研究院针灸研究所

自序

昔淳于公云：“人之所病，病病多，医之所病，病方少。”病多而方少者，莫甚于痹痛，何也？有经脉挛缩，气血不通，不通则痛者；更有经筋劳损，横络盛加，而厥痹难已者。

治痛之术，源于岐黄，君臣对语，示人以道，故其论遐远，而切事者简。至皇甫氏出，备考经脉，厘定腧穴，遂使经脉兴，然经筋晦矣。

调经脉，行气血，其止痛多效，但遗痼痹，亦复不鲜，何也？“横络盛加于大经之上”，经筋之为病也。

经筋“主束骨而利机关”，连缀百骸，维络周身，牵筋动节，主司运动。人一生劳作，尽筋承力，维筋劳损，重叠反复，必成“横络”。横络者，盛加经脉之结筋也。横络卡压，能不痹阻而痛乎？

故经云：“一经上实下虚而不通者，此必有横络盛加于大经之上，令之不通，视而泻之，此所谓解结也”。又云：“善行水者，不可往冰；善穿地者，不可凿冻；善用针者，亦不可取四厥……故行水者，必待天温冰释冻解，而水可行，地可穿也。人脉犹是也，治厥者，必先熨，调合其经……火气已通，血脉乃行。然后视其病，脉淖泽者，刺而平之；坚紧者，破而散之，气下乃止，此所谓解结者也。”顽痛痼痹，针之不及，攻之不达，非调经之过，实结筋未解也。

要之，经筋与经脉致痛，病位不同，治则殊异，针具有别，操作亦殊。由是思之，顽痹癥结明乎？

徐灵胎云：“《内经》刺法……以上二十一法，视病所宜，不可更易。一法不备，则一病不愈。今只直刺一法，此九失也。古之针制有九……亦随病所宜而用，一失其制，则其病不应。今则大者如员针，小者如毫针而矣，尽违古法，岂能治痼疾暴气？此十失也。”今针法不谙，针具不备，其顽痛痼疾可尽除乎？

经云：“五脏之有疾也……犹结也；犹闭也……结虽久，犹可解也；闭虽久，犹可决也，言久病不可取者，未得其术也。”其术何指？盖经脉之外，复有经筋；调经之余，更应理筋，此千虑之一得也。故曰，何谓经筋？何谓筋痹？何谓横络？何谓解结？何谓长针？何谓关刺？何谓恢刺？何谓短刺？……潜心灵素，钩玄幽微，遂敢力排定论，别开蹊径，而成是编。

西医东进，其理尽授，致痛之由，似有定论。“骨刺退变”，“间盘膨出”，“椎管狭窄”，“神经压迫”，林林总总，已成定理。手术切除，以为必行。然其理确乎？其法善乎？学而验之，信当辨焉。

吾辈虽未壁影萤光，然能勤求古训，博采中西。遵循经筋分布结聚之经典，重组西学解剖体相之细微，使成中西结合之经筋辨证论治体系。此虽江河一流，泰山一壤，盖欲共掖针道之高深耳。错谬疏漏，望明哲正之。

时辛巳年孟春望日，于中国
中医研究院 薛立功撰

目 录

上编 总论

第一章 经筋理论的形成与概念 (1)	六、骨折与反应..... (44)
第一节 概述..... (1)	第六节 经筋疾病的病理 (44)
第二节 经筋本义..... (7)	一、腱末端损伤的病理..... (44)
一、经筋与肌学..... (8)	二、腱鞘损伤的病理..... (45)
二、经筋与韧带学..... (11)	三、韧带损伤的病理..... (45)
三、经筋与运动力线..... (12)	四、滑囊损伤的病理..... (46)
第二章 经筋系统与经筋疾病 (15)	五、纤维管、骨性纤维管损伤的病理..... (46)
第一节 经络学说的组成..... (15)	六、脂肪组织损伤的病理..... (46)
第二节 经筋与经脉..... (17)	第七节 经筋痹痛原理 (47)
一、经筋与经脉的区别..... (18)	一、传统疼痛原理..... (47)
二、经筋与经脉的联系..... (19)	二、外周致痛原理..... (48)
第三节 经筋系统..... (22)	三、产生痹痛的经筋组织与疼痛特征..... (63)
一、对经筋的认识过程..... (23)	第三章 经筋痹痛的诊断 (72)
二、对经筋的命名..... (23)	一、触摸法..... (72)
三、经筋系统的内容..... (24)	二、挤压叩击法..... (73)
四、经筋系统的功能..... (27)	三、主动屈伸或抗阻试验法..... (73)
五、经筋对经脉的调节和影响..... (29)	四、旋转屈伸法..... (73)
六、经筋系统与气街..... (31)	五、神经系统检查法..... (78)
第四节 经筋疾病的病因..... (35)	六、特殊检查法..... (79)
一、外因..... (35)	七、现代仪器检查法..... (85)
二、劳损..... (37)	第四章 经筋痹证的治疗方法 (87)
三、内因..... (39)	一、毫针法..... (87)
第五节 经筋疾病的病机..... (42)	二、灸法..... (90)
一、经筋肌肉动力性损伤与反应..... (42)	三、火针法..... (90)
二、经筋肌肉挫伤与反应..... (43)	四、物理疗法..... (91)
三、经筋损伤合并撕脱骨折与反应..... (43)	五、水针疗法..... (93)
四、经筋韧带损伤与反应..... (43)	六、拔罐疗法..... (95)
五、机关错缝、脱位与反应..... (44)	七、理筋推拿法..... (95)
	八、长圆针疗法..... (100)
	九、手术疗法..... (106)
	十、药物疗法..... (106)

中编 经筋病学基础

第五章 十二经筋循行分布和筋结点

与结筋病灶点 (109)

第一节 足太阳经筋 (109)

一、足太阳经筋的循行与分布 ... (109)

二、足太阳经筋的古医家注释 ... (109)

三、足太阳经筋的解剖分析 (112)

四、足太阳经筋的筋结点与结筋病

病灶点 (143)

跖趾 5 (143) 束骨次 (143) 京骨次 (144)

申脉次 (144) 昆仑次 (145) 女膝次

(145) 泉生足次 (146) 承山次 (146) 承

山内 (146) 承山外 (147) 承筋次 (147)

合阳次 (147) 合阳内 (148) 合阳外

(148) 委中次 (148) 委阳次 (149) 浮郤

次 (150) 阴谷次 (150) 直立次 (150)

内直立 (151) 外直立 (151) 殷上次

(151) 内殷上 (151) 外殷上 (152) 承扶

次 (152) 外承扶 (152) 环跳次 (153)

秩边次 (153) 志室次 (154) 育门次

(154) 中焦俞次 (154) 腰椎横突 1~5

(155) 白环俞次 (155) 中膂俞次 (156)

膀胱俞次 (156) 小肠俞次 (157) 关元俞

次 (157) 大肠俞次 (158) 气海俞次

(158) 肾俞次 (158) 三焦俞次 (159) 胃

俞次 (159) 脾俞次 (160) 胆俞次 (160)

肝俞次 (161) 胃脘下俞次 (161) 膈俞次

(162) 督俞次 (162) 心俞次 (163) 厥阴

俞次 (163) 肺俞次 (164) 风门次 (164)

大杼次 (165) 下髎次 (165) 中髎次

(165) 次髎次 (166) 上髎次 (166) 髂后

上棘 (166) 骶 5 棘突 (167) 骶 4 棘突

(167) 骶 3 棘突 (167) 骶 2 棘突 (168)

骶 1 棘突 (168) 腰 5 棘突 (168) 腰 4 棘

突 (168) 腰 3 棘突 (169) 腰 2 棘突

(169) 腰 1 棘突 (169) 胸 12 棘突 (170)

胸 11 棘突 (170) 胸 10 棘突 (170) 胸 9 棘

突 (171) 胸 8 棘突 (171) 胸 7 棘突

(171) 胸 6 棘突 (172) 胸 5 棘突 (172)

胸 4 棘突 (173) 胸 3 棘突 (173) 胸 2 棘

突 (173) 胸 1 棘突 (173) 天柱次 (174)

玉枕次 (174) 颈 7 棘突 (175) 颈 6 棘突

(175) 颈 5 棘突 (176) 颈 4 棘突 (176)

颈 3 棘突 (176) 颈 2 棘突 (176) 颈 1 棘

突 (177) 百会次 (177) 阳白次 (178)

鱼腰次 (178) 攒竹次 (178) 印堂次

(179)

第二节 足少阳经筋 (179)

一、足少阳经筋的循行与分布 ... (179)

二、足少阳经筋的古医家注释 ... (181)

三、足少阳经筋的解剖分析 (181)

四、足少阳经筋的筋结点与结筋

病灶点 (195)

跖趾 4 (195) 下丘墟 (195) 丘墟次 (196)

光明次 (196) 陵下次 (197) 阳陵次

(197) 陵后次 (197) 腓骨小头 (198) 成

腓间 (198) 成骨次 (199) 风市次 (199)

上风市 (199) 髀枢 (200) 髀枢上 (200)

髀枢内 (200) 中空次 (201) 健膝次

(201) 腰宜次 (201) 腰眼次 (202) 京门

次 (202) 章门次 (202) 腹哀次 (203)

日月次 (203) 期门次 (204) 食窦次

(204) 天溪次 (205) 气户次 (205) 缺盆

次 (206) 气舍次 (206) 天突旁 (206)

天鼎次 (207) 天牖次 (207) 完骨次

(208) 风池次 (208) 率谷次 (209) 承灵

次 (209) 正营次 (209) 目窗次 (210)

第三节 足阳明经筋 (210)

一、足阳明经筋的循行与分布 ... (210)

二、足阳明经筋的古医家注释 ... (212)

三、足阳明经筋的解剖分析 (213)

四、足阳明经筋的筋结点与结筋

病灶点 (226)

跖趾 2-3 (226) 冲阳次 (226) 解溪次

(227) 丰隆次 (227) 足三里次 (228) 胫

骨结节 (229) 髌下 (229) 髌上 (229)

- 鹤顶次 (230) 胫骨外髁棘 (230) 髌外下 (230) 髌外 (230) 髌外上 (231) 胫骨内髁棘 (231) 髌内下 (231) 髌内 (232) 髌内上 (232) 伏兔次 (232) 关兔次 (233) 髌关下 (233) 维道次 (234) 气冲次 (234) 阴廉次 (234) 曲骨次 (235) 中极次 (235) 关元次 (236) 气海次 (236) 神阙次 (237) 下脘次 (237) 建里次 (238) 中脘次 (238) 上脘次 (239) 巨阙次 (239) 鸠尾次 (240) 归来次 (240) 水道次 (240) 大巨次 (241) 梁门次 (241) 幽门次 (242) 中庭次 (242) 膻中次 (242) 玉堂次 (243) 紫宫次 (243) 华盖次 (244) 璇玑次 (244) 天突次 (244) 廉泉次 (245) 夹廉泉次 (245) 上廉泉次 (246) 人迎次 (246) 承浆次 (246) 夹承浆次 (247) 颊车次 (247) 牵正次 (247) 下关次 (248) 颧髎次 (248) 四白次 (249) 巨髎次 (249) 迎香次 (249) 水沟次 (250)
- 第四节 足太阴经筋 (250)
- 一、足太阴经筋的循行与分布 ... (250)
- 二、足太阴经筋的古医家注释 ... (251)
- 三、足太阴经筋的解剖分析 (252)
- 四、足太阴经筋的筋结点与结筋
病灶点 (259)
- 大都次 (259) 公孙次 (260) 公孙上 (260) 商丘次 (261) 阴陵上 (261) 箕门次 (262) 五枢次 (262) 髌关次 (263) 府舍次 (263)
- 第五节 足厥阴经筋 (264)
- 一、足厥阴经筋的循行与分布 ... (264)
- 二、足厥阴经筋的古医家注释 ... (264)
- 三、足厥阴经筋的解剖分析 (265)
- 四、足厥阴经筋的筋结点与结筋
病灶点 (267)
- 趾趾 1 (267) 中封次 (268) 膝关次 (268) 髌膝间 (269) 髌髎次 (269) 血海次 (269) 阴包次 (270) 地五里次 (270)
- 第六节 足少阴经筋 (271)
- 一、足少阴经筋的循行与分布 ... (271)
- 二、足少阴经筋的古医家注释 ... (271)
- 三、足少阴经筋的解剖分析 (273)
- 四、足少阴经筋的筋结点与结筋
病灶点 (277)
- 跖趾 1-5 (277) 涌泉次 (277) 公孙下 (278) 然谷次 (278) 照海次 (278) 失眠次 (279) 失眠内 (279) 失眠前 (280) 太溪次 (280) 曲泉次 (280) 横骨次 (281)
- 第七节 手太阳经筋 (281)
- 一、手太阳经筋的循行与分布 ... (281)
- 二、手太阳经筋的古医家注释 ... (282)
- 三、手太阳经筋的解剖分析 (283)
- 四、手太阳经筋的筋结点与结筋
病灶点 (289)
- 腕骨次 (289) 阳谷次 (289) 小海次 (290) 肩贞次 (290) 臑俞次 (290) 肩痛点次 (291) 下肩痛点 (291) 银口次 (292) 臑关次 (292) 谿禧次 (292) 神堂次 (293) 膏肓次 (293) 魄户次 (294) 附分次 (294)
- 第八节 手少阳经筋 (295)
- 一、手少阳经筋的循行与分布 ... (295)
- 二、手少阳经筋的古医家注释 ... (295)
- 三、手少阳经筋的解剖分析 (296)
- 四、手少阳经筋的筋结点与结筋
病灶点 (303)
- 阳池次 (303) 四渎次 (303) 肘尖次 (303) 天井次 (304) 消烁次 (304) 臑会次 (305) 肩髃次 (305) 肩峰 (306) 冈外 (306) 天宗次 (306) 肩胛冈 (307) 天髎次 (307) 颈横突 1-7 (307) 缺盆上 (308) 颅息次 (308) 角孙次 (308) 和髎次 (309) 太阳次 (309)
- 第九节 手阳明经筋 (310)
- 一、手阳明经筋的循行与分布 ... (310)
- 二、手阳明经筋的古医家注释 ... (310)

三、手阳明经筋的解剖分析 …… (311)	四、手阳明经筋的筋结点与结筋 病灶点 …… (315)
阳溪次 (315) 列缺次 (316) 手三里次 (316) 肱骨外髁 (317) 肩髃次 (317) 巨 骨次 (318) 肩胛上 (318) 乘风次 (318) 曲垣次 (319) 肩井次 (319)	
第十节 手太阴经筋 …… (320)	
一、手太阴经筋的循行与分布 … (320)	
二、手太阴经筋的古医家注释 … (321)	
三、手太阴经筋的解剖分析 …… (322)	
四、手太阴经筋的筋结点与结筋 病灶点 …… (326)	
掌指 1 (326) 鱼际次 (326) 太渊次 (327) 泽前次 (327) 尺泽次 (328) 天府次 (328) 肩内陵次 (329) 抬肩次 (329) 中 府次 (329) 云门次 (330) 步廊次 (330) 神封次 (331) 灵墟次 (331) 神藏次 (331) 或中次 (332) 俞府次 (332)	
第十一节 手心主 (厥阴) 经筋 … (333)	
一、手心主 (厥阴) 经筋的循行 与分布 …… (333)	
二、手心主 (厥阴) 经筋的古医 家注释 …… (333)	
三、手心主 (厥阴) 经筋的解剖 分析 …… (334)	
四、手心主 (厥阴) 经筋的筋结 点与结筋病灶点 …… (339)	
掌指 2-4 (339) 大陵次 (339) 臂中次 (340) 泽下次 (340) 曲泽次 (341) 肱中 次 (341) 举肩次 (341) 屋翳次 (342) 膺窗次 (342) 乳根次 (342)	
第十二节 手少阴经筋 …… (343)	
一、手少阴经筋的循行与分布 … (343)	
二、手少阴经筋的古医家注释 … (343)	
三、手少阴经筋的解剖分析 …… (344)	
四、手少阴经筋的筋结点与结筋 病灶点 …… (347)	
掌指 5 (347) 神门次 (348) 少海次 (348)	

肱骨内髁 (349) 青灵次 (349) 极泉次
(349)

下编 经筋痹证的治疗

第六章 治疗总则 …… (351)	
第一节 经筋辨证 …… (351)	
一、足太阳经筋 …… (351)	
二、足少阳经筋 …… (353)	
三、足阳明经筋 …… (355)	
四、足太阴经筋 …… (358)	
五、足少阴经筋 …… (360)	
六、足厥阴经筋 …… (361)	
七、手太阳经筋 …… (362)	
八、手少阳经筋 …… (364)	
九、手阳明经筋 …… (365)	
十、手太阴经筋 …… (366)	
十一、手心主 (厥阴) 经筋 …… (367)	
十二、手少阴经筋 …… (368)	
第二节 经络辨证 …… (372)	
一、手太阴肺经 …… (373)	
二、手阳明大肠经 …… (374)	
三、足阳明胃经 …… (375)	
四、足太阴脾经 …… (377)	
五、手少阴心经 …… (377)	
六、手太阳小肠经 …… (378)	
七、足太阳膀胱经 …… (379)	
八、足少阴肾经 …… (380)	
九、手厥阴心包经 …… (381)	
十、手少阳三焦经 …… (382)	
十一、足少阳胆经 …… (382)	
十二、足厥阴肝经 …… (384)	
第三节 脏腑辨证 …… (385)	
一、肺与大肠 …… (385)	
二、脾与胃 …… (385)	
三、肝与肾 …… (386)	
第七章 头面部经筋痹证 …… (388)	
第一节 手足太阳经筋 …… (389)	
第二节 手足少阳经筋 …… (392)	

第三节 手足阳明经筋	(395)	第一节 足太阳经筋	(502)
第八章 颈项部经筋痹证	(398)	第二节 足少阳经筋	(505)
第一节 手足太阳经筋	(398)	第三节 足阳明经筋	(509)
第二节 手少阳经筋	(401)	第四节 足太阴经筋	(511)
第三节 足少阳经筋	(405)	第五节 足厥阴、少阴经筋	(514)
第四节 手足阳明经筋	(408)	第十五章 膝部经筋痹证	(517)
第九章 肩部经筋痹证	(412)	第一节 足太阳经筋	(525)
第一节 手太阳经筋	(415)	第二节 足少阳经筋	(528)
第二节 手少阳经筋	(417)	第三节 足阳明经筋	(531)
第三节 手阳明经筋	(420)	第四节 足三阴经筋	(534)
第四节 手太阴经筋	(422)	第十六章 足踝部经筋痹证	(538)
第五节 手心主(厥阴)经筋	(425)	第一节 足太阳经筋	(542)
第六节 手少阴经筋	(427)	第二节 足少阳经筋	(545)
第十章 肘部经筋痹证	(430)	第三节 足阳明经筋	(547)
第一节 手太阳经筋	(432)	第四节 足太阴、厥阴经筋	(550)
第二节 手少阳经筋	(435)	第五节 足少阴经筋	(552)
第三节 手阳明经筋	(437)	第十七章 经筋痹证的预防和康复 ..	(556)
第四节 手太阴经筋	(440)	第一节 经筋痹证的预防	(556)
第五节 手心主(厥阴)经筋	(442)	一、精神专注与热身	(556)
第六节 手少阴经筋	(444)	二、端正与转换姿式	(559)
第十一章 指腕部经筋痹证	(447)	三、循序渐进与调整	(563)
第一节 手太阳经筋	(447)	四、避外感与调情志	(565)
第二节 手少阳经筋	(450)	第二节 经筋痹证的康复	(565)
第三节 手阳明经筋	(452)	一、全身性准备活动	(566)
第四节 手太阴经筋	(454)	(一) 坐式八段锦	(566)
第五节 手心主(厥阴)经筋	(457)	(二) 易筋经功法	(569)
第六节 手少阴经筋	(460)	(三) 其他功法	(581)
第十二章 胸背部经筋痹证	(463)	二、各分部的康复训练	(581)
第一节 手足太阳、足少阴经筋 ..	(464)	(一) 头面部经筋痹证康复训练	(581)
第二节 手足少阳经筋	(468)	(二) 颈项部经筋痹证康复训练	(581)
第三节 足阳明经筋	(470)	(三) 肩部经筋痹证康复训练 ..	(582)
第十三章 腰腹部经筋痹证	(474)	(四) 肘部经筋痹证康复训练 ..	(583)
第一节 足太阳经筋	(475)	(五) 指腕部经筋痹证康复训练	(584)
第二节 足少阳经筋	(480)	(六) 胸背部经筋痹证康复训练	(584)
第三节 足阳明经筋	(482)	(七) 腰腹部经筋痹证康复训练 ..	
第四节 足太阴经筋	(485)		
第五节 足少阴经筋	(488)		
第六节 足厥阴经筋	(490)		
第十四章 髋部经筋痹证	(494)		

..... (585)

(八) 骶髂部经筋痹证康复训练
..... (586)

(九) 膝部经筋痹证康复训练
..... (587)

(十) 趾踝部经筋痹证康复训练
..... (588)

附录

(一) 水针注射药物表..... (589)

(二) 引用主要书目情况及简称
..... (591)

(三) 结筋病灶点名称索引..... (594)

(四) 主要周围神经肌肉韧带及其
附属组织名称索引..... (596)

后记 (601)

上编 总论

第一章 经筋理论的形成与概念

第一节 概述

经筋理论是中医学学术中，研究经筋的分布及其相关疾病的病因、病机、诊断、防治、康复的理论，是中医学经络学说的组成部分。

我们的先民在生活、劳动和与猛兽的搏斗中，发生肌肉损伤是难免的。出现病痛即本能地抚摸、按压以减轻痛苦，这就开始萌发了自发的治疗活动。对于急性损伤，通过简单地处理，依靠其自愈能力，可能使部分轻型损伤得以缓解。但是，绝大部分肌肉损伤，尤其是与生活、劳动相关的慢性劳损性疾病，常常不能完全恢复并留有后遗症。以手按压祛痛已难于解决那些深在或已形成顽固病灶的筋性疾病。

在与疾病的斗争中，寻找医疗工具是必然的。先民们最早使用的工具就是“砭石”（图 1-1）“骨针”“竹针”等。尖锐的砭石、骨针等可以克服手指难于深入到肌筋深部及“骨解”（即关节周围）部位进行操作，尤其是在已形成结筋病灶的部位进行治疗的困难而得到发展。随着针对肌肉损伤的治疗的逐渐开展，进一步促使原始自发的医疗活动，向着医疗专业化、医治技术化的方向进化。到《内经》时代，发展到用金属针、青铜针具（图 1-2）替代粗糙的砭石等原始针具的跨越，出现用“九针分治百病”的重大飞跃。九针中第二针——员针，“针

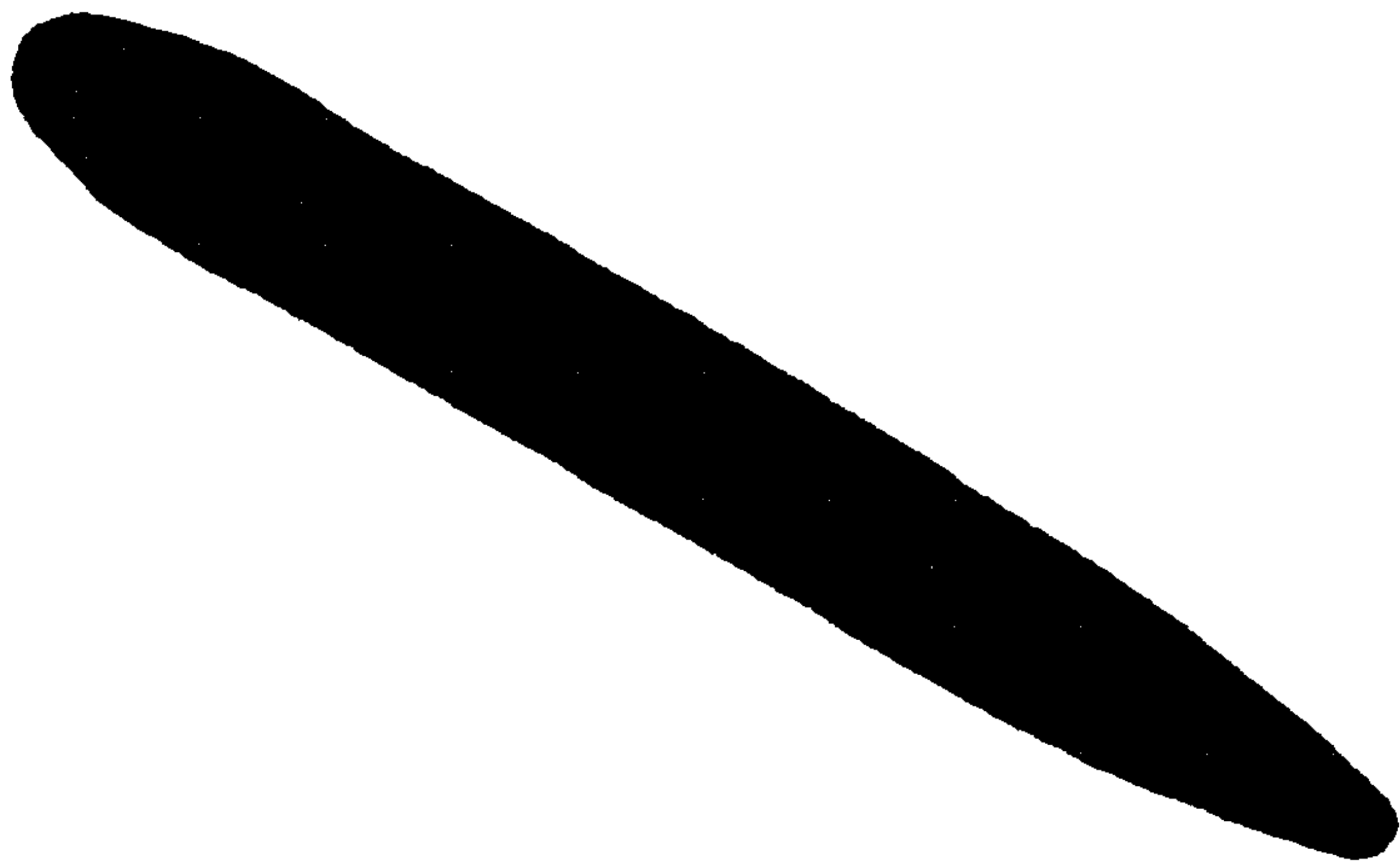


图 1-1 砭石

这枚砭石出土于河南省新郑县郑韩故城遗址。一端卵圆，可用以按摩，另一端呈三棱锥形，可用以放血，很象《黄帝内经》所说的圆针和锋针。