

新编实用腧穴学

王玉兴 主编

中国医药科技出版社

新编实用腧穴学

王玉兴 主编

中国医药科技出版社

登记证号：(京) 075 号

内 容 提 要

本书是首次采用功效分类法而编写的腧穴学专著。书中将十四正经的全部腧穴和常用的经外奇穴根据其主要功效加以分类编排，共分为解表、清热、止咳平喘化痰、消食导滞、补气壮阳、益阴、温里、平肝息风、理气、理血、调经止带、利水通淋、安神、开窍苏厥、利窍、祛风除湿及舒筋活络等 17 大类。每穴之下分列类属、位置、解剖、刺灸法、注意事项、作用、主治、配伍应用及附录等项。该书不仅可供针灸专业人员参考，还特别适合于其他专业的临床医生根据中医辨证的结果而选用相应的腧穴，使其能够快速、便利、准确地掌握针灸手段治疗疾病，从而让更多的临床医师了解针灸治病的传统原理，喜爱并运用针灸医术提高综合治疗疾病的水平。

图书在版编目 (CIP) 数据

新编实用腧穴学/王玉兴 主编. —北京：中国医药科技出版社，1999.6

ISBN 7-5067-2021-3

I. 新… II. 王… III. 腧穴 IV. R224.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第 08326 号

中国医药科技出版社 出版
(北京市海淀区文慧园北路甲 22 号)
(邮政编码 100088)

世界知识印刷厂 印刷
全国各地新华书店 经销

*

开本 787×1092mm¹/₁₆ 印张 23¹/₂

字数 538 千字 印数 1—4000

1999 年 8 月第 1 版 1999 年 8 月第 1 次印刷

定价：48.00 元

主 编	王玉兴		
副主编	刘 毅	郭从容	职延广
编 者	(按姓氏笔画排列)		
	王玉兴	田元丽	刘 毅
	刘冬梅	李 东	吴慧轩
	周 洁	侯美玉	骆文增
	徐 杰	郭从容	职延广
	强 勇		
主 审	李志道		

前 言

目前，在针灸临床上，无论是辨证分型、确定治则，还是分析处方，都非常重视辨证论治理论的实际运用。特别是在将腧穴功效原理作为说理工具方面，已经大大超越了沿袭已久的“依经论穴”方法，这就客观地要求对以经络为纲的腧穴分类方法加以改进，使腧穴分类体系适合针灸临床发展的需要，实现基础理论与临床实际的综合配套，促进针灸疗法与辨证论治的全面并轨。

本书以“突出辨证，强调功效”为指导思想，首创腧穴功效分类法，旨在为腧穴教学和临床研究提供思路、探讨方法。腧穴功效分类法具有两个基本特征：一是“以效统穴”，即依照各个腧穴的主要功效，将十四经穴和常用经外奇穴分为解表、清热、止咳平喘化痰等 17 大类，加以系统论述，充分体现腧穴在排列组合上的实用性；二是“以效论穴”，即在介绍腧穴时，以腧穴功效为主线，将主治病症分列于功效之下，重点反映功效与主治病症之间的内在联系，使读者能有意识地在功效指导下，深刻认识腧穴的治疗原理，进而拓宽腧穴的临床适用范围。

书前设有绪论，简要介绍腧穴学形成和发展概况、腧穴的含义与命名、腧穴的定位方法、腧穴的分类、特定穴以及腧穴与脏腑经络之间的关系等内容。各章在具体介绍腧穴之前概述该章内容，章末设小结。每穴分设穴名、拼音、出处、类属、位置、解剖、取法、刺灸法、注意事项、功效、主治、配伍举例及附录等项。书后附录有“穴名笔画索引”、“穴名拼音索引”，便于检索。

本书既可供高等医药院校中医、针灸推拿专业师生教学和学习之用，更适合非针灸专业的临床医师和广大针灸爱好者参考。由于腧穴功效分类法尚处于探索阶段，加之编者囿于见闻，限于学步，疏漏之处，自知难免，望海内外同仁，不吝指正。

王玉兴记于天津中医学院

1998 年 12 月

目 录

绪 论	(1)
一、腧穴学发展简况	(1)
二、腧穴的含义及命名	(3)
三、腧穴的定位方法	(5)
四、特定穴	(6)
五、腧穴的分类方法	(9)
六、腧穴与脏腑经络的关系	(10)
第一章 解表穴	(12)
1. 风府(12) 2. 大椎(13) 3. 陶道(14)	
4. 玉枕(14) 5. 大杼(15) 6. 风门(16)	
7. 风池(17) 8. 当阳(17) 9. 颞颥(18)	
10. 太阳(18) 11. 百虫窝(19) 12. 京骨(19)	
第二章 清热穴	(22)
第一节 清心热穴	(22)
1. 天柱(22) 2. 小海(23) 3. 少海(23)	
4. 通里(24) 5. 阴郄(25) 6. 神门(26)	
7. 少府(26) 8. 曲泽(27) 9. 筑宾(28)	
第二节 清肺热穴	(29)
1. 上星(29) 2. 尺泽(30) 3. 孔最(31)	
4. 鱼际(31) 5. 虎口(32) 6. 前谷(32)	
7. 百劳(33) 8. 灸瘰(34) 9. 身柱(34)	
10. 灵台(35)	
第三节 清肝胆热穴	(36)
1. 阳白(36) 2. 头临泣(36) 3. 五处(37)	
4. 颌厌(38) 5. 悬颅(38) 6. 悬厘(39)	
7. 曲鬓(39) 8. 浮白(40) 9. 脑空(40)	
10. 头窍阴(41) 11. 完骨(42) 12. 浊浴(42)	
13. 五枢(43) 14. 足五里(43) 15. 胆囊穴(44)	
16. 光明(44) 17. 中封(45) 18. 足临泣(46)	
19. 地五会(47) 20. 侠溪(47)	
第四节 清胃肠热穴	(48)
1. 曲池(48) 2. 手三里(49) 3. 下廉(50)	
4. 合谷(51) 5. 三间(52) 6. 二白(52)	
7. 下极俞(53) 8. 下腰(53) 9. 尾穷骨(54)	
10. 长强(54) 11. 阳纲(55) 12. 育门(56)	

13. 小肠俞(56) 14. 阑尾穴(57) 15. 下巨虚(57)

16. 解溪(58) 17. 冲阳(59) 18. 内庭(60)

第五节 清三焦热穴····· (61)

1. 痄脉(61) 2. 消泺(62) 3. 天井(62)

4. 支沟(63) 5. 外关(64) 6. 阳池(64)

7. 渊腋(65)

第六节 清热解毒穴····· (66)

1. 夹承浆(66) 2. 地合(67) 3. 龈交(67)

4. 颊里(68) 5. 角孙(68) 6. 耳尖(69)

7. 颧髻(69) 8. 肘尖(70) 9. 温溜(70)

10. 偏历(71) 11. 阳溪(71) 12. 二间(72)

13. 臂间(73) 14. 八邪(73) 15. 大指甲根(74)

16. 乳上穴(74) 17. 腰俞(75) 18. 昆仑(75)

19. 外踝尖(76) 20. 八风(76) 21. 内踝尖(77)

第三章 止咳平喘化痰穴····· (78)

1. 天突(78) 2. 气舍(79) 3. 水突(80)

4. 天府(80) 5. 列缺(81) 6. 小指尖(82)

7. 璇玑(82) 8. 华盖(83) 9. 紫宫(83)

10. 玉堂(84) 11. 肋头(84) 12. 胸堂(84)

13. 俞府(85) 14. 噤中(86) 15. 神藏(86)

16. 灵墟(87) 17. 神封(87) 18. 气户(87)

19. 库房(88) 20. 屋翳(89) 21. 膺窗(89)

22. 云门(90) 23. 中府(90) 24. 周荣(91)

25. 天溪(92) 26. 崇骨(92) 27. 灸哮(92)

28. 定喘(93) 29. 魄户(93) 30. 谿谿(94)

31. 丰隆(94)

第四章 消食导滞穴····· (97)

1. 上脘(97) 2. 中脘(98) 3. 建里(99)

4. 下脘(99) 5. 脐中四边(100) 6. 幽门(100)

7. 不容(101) 8. 承满(102) 9. 梁门(102)

10. 关门(103) 11. 太乙(103) 12. 长谷(104)

13. 食窦(104) 14. 腹哀(105) 15. 接脊(105)

16. 四缝(105)

第五章 益气壮阳穴····· (107)

1. 百会(107) 2. 石关(108) 3. 商曲(109)

4. 神阙(109) 5. 气海(110) 6. 石门(111)

7. 关元(111) 8. 胃上(112) 9. 大巨(112)

10. 提托(113) 11. 脊中(113) 12. 命门(114)

13. 腰阳关(115) 14. 脾俞(115) 15. 肾俞(116)

16. 中膂俞(117) 17. 意舍(118) 18. 胃仓(118)

19. 志室(119) 20. 京门(119) 21. 环跳(120)

22. 足三里(121) 23. 仆参(122) 24. 束骨(123)

25. 太溪(123)	26. 商丘(124)	27. 公孙(125)
28. 太白(126)		
第六章 补阴穴 (128)		
1. 肺俞(128)	2. 膏肓俞(129)	3. 腰眼(129)
4. 小儿龟胸(130)	5. 脐上脐下穴(130)	
6. 大赫(131)	7. 横骨(131)	8. 照海(132)
9. 然谷(133)		
第七章 温里穴 (135)		
1. 龙颌(135)	2. 三角灸(135)	3. 大横(136)
4. 腹结(136)	5. 胃俞(137)	6. 气海俞(138)
7. 大肠俞(138)	8. 关元俞(139)	9. 会阳(140)
10. 关仪(140)	11. 地机(140)	12. 漏谷(141)
13. 大都(142)		
第八章 平肝息风穴 (144)		
1. 鼻交颞中(144)	2. 发际(144)	3. 神庭(145)
4. 前顶(146)	5. 本神(146)	6. 率谷(147)
7. 天冲(147)	8. 后顶(148)	9. 强间(148)
10. 滑肉门(149)	11. 筋缩(150)	12. 太冲(150)
13. 行间(151)	14. 足心(152)	15. 里内庭(152)
第九章 理气穴 (154)		
1. 天容(154)	2. 人迎(155)	3. 缺盆(156)
4. 极泉(156)	5. 天泉(157)	6. 侠白(158)
7. 青灵(158)	8. 经渠(159)	9. 中泉(159)
10. 中魁(160)	11. 膻中(160)	12. 中庭(161)
13. 步廊(162)	14. 胸乡(162)	15. 辄筋(163)
16. 天池(163)	17. 乳根(164)	18. 期门(165)
19. 日月(165)	20. 大包(166)	21. 鸠尾(167)
22. 巨阙(167)	23. 腹通谷(168)	24. 阴都(169)
25. 育俞(169)	26. 天枢(170)	27. 外陵(171)
28. 章门(171)	29. 府舍(172)	30. 气冲(173)
31. 羊矢(173)	32. 急脉(174)	33. 至阳(174)
34. 中脘(175)	35. 血压点(175)	36. 厥阴俞(175)
37. 督俞(176)	38. 胃管下俞(177)	39. 肝俞(177)
40. 胆俞(178)	41. 肘椎(178)	42. 膈关(179)
43. 魂门(179)	44. 痞根(180)	45. 后腋(180)
46. 上巨虚(181)	47. 阳陵泉(181)	48. 外丘(182)
49. 中都(183)		
第十章 理血穴 (185)		
1. 太渊(185)	2. 养老(186)	3. 阴交(187)
4. 膈俞(187)	5. 竹杖(188)	6. 阳刚(189)
7. 间上(189)	8. 血海(189)	9. 三阴交(190)
10. 合阳(191)		

第十一章 调经止带穴..... (193)

- | | | |
|-------------|--------------|-------------|
| 1. 中注(193) | 2. 经中(193) | 3. 四满(194) |
| 4. 气穴(194) | 5. 气门(195) | 6. 绝孕(195) |
| 7. 维胞(196) | 8. 归来(196) | 9. 子宫穴(197) |
| 10. 冲门(197) | 11. 带脉(198) | 12. 维道(198) |
| 13. 上髎(199) | 14. 次髎(200) | 15. 中髎(200) |
| 16. 下髎(201) | 17. 白环俞(201) | 18. 阴廉(202) |
| 19. 阴包(202) | 20. 曲泉(203) | 21. 阴谷(204) |
| 22. 蠡沟(205) | 23. 交信(205) | 24. 营池(206) |
| 25. 水泉(206) | 26. 独阴(207) | |

第十二章 利水通淋穴..... (209)

- | | | |
|-------------|-------------|--------------|
| 1. 水分(209) | 2. 利尿穴(209) | 3. 中极(210) |
| 4. 水道(210) | 5. 曲骨(211) | 6. 三焦俞(212) |
| 7. 胞育(213) | 8. 膀胱俞(213) | 9. 淋泉(214) |
| 10. 委阳(214) | 11. 箕门(215) | 12. 阴陵泉(215) |
| 13. 复溜(216) | 14. 大钟(217) | 15. 陷谷(218) |

第十三章 安神穴..... (220)

- | | | |
|--------------|-------------|-------------|
| 1. 安眠(220) | 2. 伴星(220) | 3. 燕口(221) |
| 4. 支正(221) | 5. 阳谷(222) | 6. 手逆注(223) |
| 7. 郄门(223) | 8. 间使(223) | 9. 内关(224) |
| 10. 灵道(225) | 11. 大陵(226) | 12. 臣觉(226) |
| 13. 巨阙俞(227) | 14. 神道(227) | 15. 神堂(228) |
| 16. 心俞(228) | 17. 腰奇(229) | 18. 女膝(229) |
| 19. 足通谷(230) | | |

第十四章 开窍苏厥穴..... (232)

- | | | |
|--------------|-------------|-------------|
| 1. 水沟(232) | 2. 兑端(233) | 3. 承浆(234) |
| 4. 悬命(234) | 5. 内迎香(235) | 6. 神聪(235) |
| 7. 劳宫(236) | 8. 后溪(236) | 9. 少泽(237) |
| 10. 少冲(238) | 11. 关冲(239) | 12. 中冲(240) |
| 13. 商阳(240) | 14. 少商(241) | 15. 十宣(242) |
| 16. 十王(243) | 17. 夺命(243) | 18. 乳中(243) |
| 19. 会阴(244) | 20. 委中(245) | 21. 金门(246) |
| 22. 隐白(247) | 23. 大敦(248) | 24. 厉兑(248) |
| 25. 足窍阴(249) | 26. 至阴(250) | 27. 气端(251) |
| 28. 涌泉(251) | | |

第十五章 利窍穴..... (254)**第一节 利目穴**..... (254)

- | | | |
|-------------|-------------|-------------|
| 1. 睛明(254) | 2. 攒竹(255) | 3. 瞳子髎(256) |
| 4. 球后(257) | 5. 承泣(257) | 6. 四白(258) |
| 7. 鱼腰(259) | 8. 上明(260) | 9. 丝竹空(260) |
| 10. 睛中(260) | 11. 眉冲(261) | 12. 承光(261) |
| 13. 目窗(262) | 14. 头维(262) | 15. 翳明(263) |

16. 天牖(263)	17. 拳尖(264)	18. 大骨空(264)	
19. 凤眼(265)			
第二节 利鼻穴.....			(265)
1. 迎香(266)	2. 上迎香(266)	3. 禾髎(267)	
4. 素髎(267)	5. 囟会(268)	6. 通天(269)	
7. 承灵(270)	8. 散笑(270)	9. 鼻流(270)	
第三节 利耳穴.....			(271)
1. 耳门(271)	2. 听宫(272)	3. 颊息(272)	
4. 听会(273)	5. 会宗(274)		
第四节 利口舌咽喉穴.....			(275)
1. 正营(275)	2. 脑户(276)	3. 哑门(276)	
4. 颊车(277)	5. 大迎(278)	6. 上廉泉(279)	
7. 廉泉(279)	8. 洪音(280)	9. 扶突(280)	
10. 天鼎(281)	11. 唇里穴(282)	12. 聚泉(282)	
13. 海泉(282)	14. 金津玉液(283)	15. 龙玄(283)	
第五节 通利诸窍穴.....			(284)
1. 巨髎(284)	2. 印堂(285)	3. 曲差(286)	
4. 上关(286)	5. 耳和髎(287)	6. 络却(288)	
7. 下关(288)	8. 翳风(289)	9. 天窗(290)	
10. 四渎(290)	11. 三阳络(291)	12. 中渚(291)	
13. 液门(293)	14. 小骨空(293)		
第十六章 祛风除湿穴.....			(295)
1. 肩髃(295)	2. 臀中(295)	3. 伏兔(296)	
4. 阴市(297)	5. 髌骨(297)	6. 梁丘(298)	
7. 鹤顶(298)	8. 膝眼(299)	9. 犊鼻(299)	
10. 条口(300)	11. 陵后(301)	12. 膝关(301)	
第十七章 舒筋活络穴.....			(303)
1. 牵正(303)	2. 地仓(303)	3. 肩髃(304)	
4. 肩贞(305)	5. 臑会(306)	6. 臂臑(306)	
7. 手五里(307)	8. 肘髎(307)	9. 上廉(308)	
10. 清冷渊(308)	11. 手踝(309)	12. 腕骨(309)	
13. 肩前(310)	14. 泽前(310)	15. 威灵精(311)	
16. 落枕(311)	17. 五虎(311)	18. 新设(312)	
19. 颈臂(312)	20. 肩井(312)	21. 天髎(313)	
22. 巨骨(314)	23. 乘风(314)	24. 曲垣(315)	
25. 天宗(315)	26. 肩中俞(316)	27. 肩外俞(316)	
28. 附分(317)	29. 悬枢(317)	30. 肩头(317)	
31. 臑俞(318)	32. 夹脊(318)	33. 新建(319)	
34. 居髎(319)	35. 十七椎穴(320)	36. 秩边(321)	
37. 髀关(321)	38. 拇趾里横纹(322)		
39. 风市(322)	40. 中渚(323)	41. 膝阳关(323)	
42. 阳交(324)	43. 阳辅(325)	44. 悬钟(325)	

-
- | | | |
|-------------|-------------|-------------|
| 45. 丘墟(326) | 46. 承扶(327) | 47. 殷门(328) |
| 48. 浮郤(328) | 49. 膝旁(328) | 50. 承筋(329) |
| 51. 承山(329) | 52. 飞扬(330) | 53. 跗阳(331) |
| 54. 申脉(331) | | |

附录一 穴名笔画索引.....	(334)
附录二 穴名拼音索引.....	(349)

绪 论

腧穴学是研究有关腧穴的起源与发展,腧穴的分类、命名、定位、解剖、刺灸适宜、主治病证、配伍应用及其理论形成过程,腧穴的功能以及防治疾病的一门学科。无论是针灸还是推拿等治疗方法都离不开腧穴学理论和知识,它已成为重要的基础学科之一。腧穴学的研究与应用,对防治疾病、中医学学术的发展和中华民族的繁衍与健康做出了重大的贡献,亦为中医走向世界,为全人类的医学发展起着不可估量的作用。

一、腧穴学发展简况

华夏子孙的祖先,在长期的医疗实践过程中,逐渐摸索出具有解除病患和痛苦的体表刺激点,并不断寻找着这些点与体内脏腑经络气血之间的对应关系,从而发现并积累了大量确有疗效的腧穴。

远古时代,人类在进行生产劳动的同时,就已经开始了与疾病的不懈斗争。随着生产力的不断发展和简单工具的使用,医疗活动也逐渐向运用工具的方向前进。

起初,人们只是在痛苦的局部,施以抚摩、按揉、捶击或砭刺,达到“快然”、“立已”以及“痛止”等效果,亦即所谓的“以痛为腧”。当时,既没有固定的部位,也更谈不上腧穴的名称了。后来,随着感性认识的不断积累和丰富,才把某些具有特殊作用的点确定下来,作为治疗的部位——腧穴。由此腧穴部位才能为针灸疗法提供了可能。可以认为,凡是有意识地利用尖锐的石器刮或刺体表某些部位,以减轻或消除疾病所带来的痛苦与不适,这便是针刺治疗的萌芽。凡是有意识地利用晒热的石块、砂土或用火来熏烤体表某些部位,以减轻痛苦或伤痛,则是灸熨治疗的萌芽。

经过长期的大量医疗实践,在确定腧穴位置的基础上,明确了主治作用,并赋予了能够反映其基本特征的名称,以后又进行了系统的分类。

战国至西汉时期腧穴学初步形成。能够较为全面地反映该时期腧穴研究概况的文献,当首推《内经》(一般认为,该书包括现存的《素问》和《灵枢》)。简而言之,该书对腧穴学的形成具有以下六个方面的贡献。

一是规定了腧穴的名称、部位及定位方法。被赋予具体名称的腧穴首见于《内经》。《素问·阴阳应象大论》称“气穴所发,各有处名。”也就是说对“气穴”已经非常注重命名和厘订部位了。《内经》中提出了骨度折量法。目前通用的骨度分寸法就是根据《灵枢·骨度》的记载,并在医疗实践中经过修改和补充而来的。

二是腧穴的数目已相当可观。现存《灵枢》和《素问》中记载的腧穴达162个(双穴135个、单穴27个),反映出当时在腧穴数量方面已有相当的积累,其中不但有经穴,而且还有经外奇穴,即“奇输”。

三是为腧穴依经分类奠定了基础。《素问·气府论》在论述腧穴时常冠以诸经“脉气所发”字样。《素问·调经论》中说:“五脏之道,皆出于经遂。”《灵枢·小针解》中 also 说:“节之交,三百六十五会者,络脉之渗灌诸节者也。”这些都为后世的腧穴经脉分类

法的形成奠定了基础。

四是特定穴的提出。特定穴是腧穴学走向成熟的重要标志之一。《内经》中大量记载了有关特定穴的内容。如十二原穴始见于《灵枢·九针十二原》；《灵枢·本输》不但列举了五输穴的名称和位置，而且补充了六腑阳经的原穴名称和部位；《灵枢·邪气藏府病形》指出了六经之根的名称；《灵枢·根结》除载有足六经之根结穴名外，还载有手足六阳经根、溜、注、入之穴名。《灵枢·经脉》提出了十五络脉的起始腧穴。《素问·金匱真言论》首载五藏之俞；《灵枢·背腧》指出了五藏背俞穴位置。此外，《素问·奇病论》中还有“胆募俞”的记载。

五是明确部分腧穴的主治范围。《内经》对某病某症采用那些腧穴治疗已经有所确定。据《素问·刺疟论》记载，刺郄中（即委中）出血可治足太阳之疟，刺廉泉可治十二疟。《素问·刺热论》又有“三椎下间主胸中热，四椎下间主膈中热，五椎下间主肝热，六椎下间主脾热，七椎下间主肾热”等论述。另外，《素问·痹论》、《灵枢·癫狂》等许多篇目中都有类似记载。

六是提出腧穴禁刺慎刺问题。在《素问》中有专论禁刺的《禁刺论》和专论慎刺的《长刺节论》等，详细地指出哪些腧穴是不应任意施针的问题，为提高针刺治疗的安全性奠定了基础。

值得一提的是，约成书于东汉之前，相传系秦越人所作的《难经》一书，对腧穴学发展也有较大贡献。该书的 62 至 68 难专题讨论腧穴问题，不但提出了八会穴的名称与主治，还对俞募穴、原穴、五腧穴进行了补充和理论阐发，进一步丰富了腧穴学的内容。

晋代腧穴学趋于成熟。《针灸甲乙经》的问世正是针灸学专门化的集中体现。该书是由西晋皇甫谧节取《灵枢》、《素问》有关针灸内容，加上《明堂孔穴针灸治要》类编而成。其中《明堂孔穴针灸治要》一书当属腧穴学专著，惜已亡佚，但通过《针灸甲乙经》仍能了解其概貌。《针灸甲乙经》对穴名、别名、位置、取法、功能、主治、何经脉气所发，与何经交会、针刺深浅、留针时间、艾灸壮数、刺灸禁忌以及误治后果等都作了全面系统的论述；所介绍的腧穴数目增加到 348 穴（双穴 299 个，单穴 49 个），并且对全身腧穴的顺序进行了整理，头面躯干以分部划线排列，四肢以三阴三阳分经排列，详细叙述各穴部位、针刺深度与灸的壮数。全书共列腧穴主治 800 余条。在特定穴方面，不但补充了部分内容，如手少阴心经的五腧穴和原穴的名称、背俞穴中的三焦俞、募穴中的心包募膻中等，而且首载郄穴的名称和位置以及交会穴的名称和交会经脉。

唐代医家在前人成就基础上继续补充腧穴，绘制腧穴图，发明取穴法以及肯定阿是穴等方面有所进步。如王冰在注释《素问》时所新增的灵台、腰阳关、中樞、急脉等穴都是《针灸甲乙经》所不载的。孙思邈所著《备急千金要方》和《千金翼方》中不但收集了大量经外奇穴（多达 187 穴），并且提出“天应穴”（即以“痛处取穴”的阿是穴）的概念和治疗作用。据记载，孙思邈为了准确直观地显示腧穴位置，曾将人体腧穴分别绘制在仰、伏、侧三人图上，并用颜色加以表示，如十二经脉用玄色，奇经八脉用绿色。这样不但一目了然，而且容易记忆。此图惜已亡佚。此外，当时已广泛使用了“同身寸”取穴法，这可以从孙思邈、王焘、王冰等人的著作中均能得到证实。

宋代在腧穴学教育方面取得了突出成就。王惟一于天圣四年（公元 1026 年）奉诏铸造针灸腧穴铜人模型。为此，首先于 1027 年著成《铜人腧穴针灸图经》。该书广泛收集腧穴文献，统一名称，确定位置，订正讹误，详载腧穴的功能主治、刺灸方法等，并在重要腧穴下收录了历代名医针灸治验案例，还绘制了十二经脉腧穴分布图谱。此时腧穴数目已增至 354 个。翌年，在《铜人腧穴针灸图经》基础上，由王惟一亲自设计，采用青铜铸成人体经穴模型两具。该模型高 5 尺 3 寸，质厚中空，内有脏腑，外记经络腧穴名称。示教或考核时，可在铜人表面涂以黄蜡，体内注水。操作者点穴时，如针中孔穴时则清水流出，从而创造出立体直观教学法，该法一直被沿用至明代。其后，王执中的《针灸资生经》也是当时较有影响的著作。该书不但增加了许多临床有效的别穴，附图 46 幅，补充了前人的不足，而且在因病配穴方面独树一帜，高于前人。

元代具有代表性针灸学著作当推滑寿的《十四经发挥》（公元 1364 年），该书首次对奇经八脉作了重新厘定，将任督两脉与十二经脉并称，又继承《圣济总录》和《金兰循经》之先例，把全身经穴按照《灵枢·经脉》所载经脉循行顺序进行排列，称为“十四经穴”。还对经穴位置、功能主治、刺灸方法等内容加以校正，绘制成十四经脉循行图。滑氏的这种腧穴经脉分类法直至现代仍被广泛应用。

明代是集前人腧穴学大成的时期。高武的《针灸聚英》和杨继洲的《针灸大成》（一说系靳贤在杨氏家传《卫生针灸玄机秘要》基础上选集校补而成）为代表著作。前者资料翔实、排比得体。后者贯通古今、享誉中外。《针灸大成》将腧穴按其名称、性质进行了分门别类的论述，对其功能主治、选穴配方都做了大量补充，还充实了针灸论治及补泻手法等内容。另外，对腧穴的取法和异名同穴等还进行了对照考定。该书曾译成多国文字，流传甚广。

清代初期，医学界出现重药轻针倾向，腧穴学发展远不及明代那样昌盛。尽管如此，也曾有倡导针药并施的李学川，著有《针灸逢源》，将历代典籍中所载十四经经穴收集至 361 穴，该数目一直沿用至今。此外，撰集精华，编成歌诀的御纂教材《医宗金鉴·刺灸心法要诀》也对保存腧穴学有所贡献。鸦片战争之后，直至国民党统治时期，中医药学几乎濒临灭亡，更谈不上腧穴学的发展了。

中华人民共和国成立以来，针灸学术作为祖国医学遗产的重要组成部分受到党和政府的高度重视，得到迅速发展。在腧穴研究方面取得了举世瞩目的成果，如震惊世界的针刺麻醉术等。近 40 年来，陆续对古代腧穴学文献加以收集整理，出版了许多古今腧穴学专著。高等中医药院校相继成立了针灸推拿系和腧穴学教研室，并编写了全国试用及规划教材。另外，腧穴国际化的研究还促进了国际间的学术交流。相信腧穴学研究的前景是美好的，必将为世界医学的发展作出应有的贡献。

二、腧穴的含义及命名

（一）腧穴的含义

“腧”与“输”义通，有输注、转输之意，像流水的输转灌注。“穴”有孔隙和聚集之意。腧穴即为人体脏腑、经络、气血输注于体表的某些特定部位。

在古籍中还有许多腧穴的别称，如在《内经》中又称“节”、“会”、“气穴”、“气府”、“骨空”等；《针灸甲乙经》中又称“孔穴”；《太平圣惠方》称“穴道”；《金兰循经》（已佚）称“经穴”。另外，还有称之为“穴位”的。名称虽异，但实则同。

在古代,“腧”、“输”、“俞”三字原本相通,但在现代应用上则有所区别,各有所指。如“腧”字标明与人体形肉有关。“腧穴”代表全身各部位的穴位,是所有穴位的统称。“输穴”则专指五腧穴(见后“特定穴”)中的第三个穴。“俞穴”一般是指背俞穴(见后“特定穴”)而言。

(二) 腧穴的命名

了解腧穴的命名规律与含义对记忆腧穴、理解脏腑气血、经脉流注、腧穴功能及临床应用等均有益处。

一般来说,腧穴的命名,主要是根据自然、物象、人体等直观内容,运用比喻、假借、会意、影射、象形、写实等方法来予以命名的。现举例如下:

1. 以自然命名例

以日、月、星、辰命名的有日月、上星、璇玑、华盖、太乙、天枢、地机、天池等。

以气象变化命名的有风池、风市、乘风、翳风等。

以山陵、溪谷命名的有承山、昆仑、外陵、阳陵泉、后溪、率谷、通谷等。

以沟、渎、池、泽、泉、渠、渊、海命名的有支沟、中渎、曲池、少泽、廉泉、经渠、清冷渊、少海等。

以街、里、道、关、冲、乡、市、都命名的有气街、建里、灵道、膈关、关冲、胸乡、阴市、大都等。

以古代地名命名的有商丘、梁门、金门、石门等。

2. 以物象命名例

以动物名称命名的有鱼际、鸠尾、伏兔、犊鼻、鹤顶等。

以植物名称命名的有攒竹、禾髻等。

以土木建筑名称命名的有巨阙、库房、地仓、气舍、玉堂、志室、步廊、内庭、目窗、幽门、脑户、天井、曲垣等。

以器物名称命名的有大杼、天鼎、颊车、缺盆、悬钟、丝竹空等。

3. 以人体命名例

以脏腑解剖名称命名的有心俞、肺俞、肝俞、胆俞、胃俞、膀胱俞等。

以大体按解剖名称命名的有完骨、大椎、乳中、臂俞、玉枕、髀关等。

以精神意志及气血功能命名的有神堂、魂门、魄户、意舍、志室、关元、气穴、血海等。

以经脉循行、交会、名称、流注命名的有大迎、眉冲、百会、三阴交、三阳络、交信、带脉、太冲、申脉等。

以治疗作用命名的有睛明、光明、水分、通天、迎香、神门、哑门、归来、筋缩等。

以骨度及取穴方法命名的有尺泽、扶突、足三里、箕门、侠白等。

4. 其他方法命名例

以阴阳五行名称命名的有阴交、阴都、至阳、阳纲、伏白、公孙等。

以八卦名称命名的有列缺、厉兑、兑端、劳宫、人中等。

以音律算数名称命名的有少商、吕细(太溪别名)、二间、四渎、五处等。

三、腧穴的定位方法

临床常用的腧穴定位方法主要有骨度分寸法、体表标志法、手指比量法和简易取穴法4种。

(一) 骨度分寸法

骨度分寸法,即以骨节为主要标志测量周身各部的长短、大小,并依其尺寸按比例折算作为定穴的标准。但这种分部折寸的尺度要以患者本人的身材为依据。目前使用的骨度分寸法是在多方考查古今文献的基础上加以修改而成的,既清晰明确,又简便易行。

1. 头部

前发际中点至后发际中点为12寸(发际差异者,可前从眉间中点,后从第七颈椎棘突折量,前后各加3寸);额部两发角之间为9寸(发角差异者,可用任脉至头临泣穴的距离加倍,以当作一侧的4.5寸)。

2. 胸腹部

两锁骨中线之间为8寸(胸腹部取穴横寸可据此折量)。胸正中线自天突至歧骨(即胸剑联合)为9寸;胸部与肋部取穴一般根据肋骨计算,每一肋骨折作1.6寸(天突至璇玑可作1寸,璇玑至中庭,各穴间可作1.6寸计算)。上腹部自胸剑联合中点至脐作9寸;脐至耻骨联合上缘为6.5寸。横骨(即耻骨)长为8寸(为少腹的腹股沟毛际部横量标志)。

3. 背腰部

两肩胛骨脊柱缘的肩胛冈之间为7寸,除脊(1寸)一侧3寸(背腰骶部取穴横寸可据此折量)。第七颈椎棘突下至尾骶为21椎(背腰部腧穴以脊椎棘突为取穴标志)。

4. 身侧部

腋以下至季肋(即第十一肋端)为12寸;季肋以下至髀枢(即股骨大转子)为9寸。

5. 上肢部

腋前缘至肘横纹为10寸;肘横纹至腕横纹为12寸。

6. 下肢部

髀枢下至股骨外侧髁与胫骨外侧髁之间为18寸;股骨外侧髁与胫骨外侧髁之间至外踝为16寸。

(二) 体表标志法

体表标志可分固定和活动两类标志。

1. 固定标志

固定标志,即利用五官、毛发、爪甲、乳头、脐窝以及骨节凹陷和凸起、肌肉隆起等部位作为取穴标志。较为明显的如:鼻尖取素髅,眉间取印堂,两乳中间取膻中,脐旁2寸取天枢,腓骨小头前下缘取阳陵泉等。

2. 活动标志

活动标志,即利用关节、肌肉、皮肤,随活动而出现的孔隙、凹陷、皱纹等作为取穴标志。如取耳门、听宫、听会等应张口,取下关应闭口。又如曲池应屈肘于横纹头处取穴;取肩髃时应将上臂外展至水平位,当肩峰与肱骨粗隆间出现两个凹陷,在前方凹

陷中取穴；取阳溪时应将拇指翘起，当拇长、短伸肌腱之间的凹陷中是穴等。

（三）手指比量法

手指比量法是在骨度分寸法的基础上，医生用手指比量取穴的方法。在实际操作时应注意参照患者身材的高矮胖瘦而适当增减比例。常用的有下列几种。

1. 中指同身寸

中指同身寸，即以患者的中指屈曲时，中节内侧两端纹头之间作为1寸。这种方法适用于四肢及脊背作横寸折算。

2. 拇指同身寸

拇指同身寸，即以拇指关节的横度作为1寸。

3. 横指同身寸

横指同身寸，又称“一夫法”。即将四横指相并（一夫），以其中指第二节为准，量取四指之横度作为3寸。此法主要用于下肢、下腹部和背部的横寸。

手指比量法必须在骨度规定的基础上运用，不能以指寸悉量全身各部，否则必然长短失度。因此，骨度分寸与手指比量在临床应用中要相互结合。

（四）简易取穴法

简易取穴法是临床上较为实用，而且是简便易行的取穴法。如取列缺时，可令患者左右两手之虎口交叉，一手食指压在另一手腕后高骨的正中上方，当食指尖处有一小凹陷即是本穴。又如取劳宫时，可令患者半握拳，以中指的指尖切压在掌心的第一横纹上，即是本穴。再如取风市时，可令患者双手自然下垂，于股外侧中指尖到达之处即为本穴。此外，如两耳角直上连线中点取百会，垂肩屈肘取章门等等。

四、特定穴

特定穴是指具有某些特殊治疗作用，并赋予特定名称的腧穴。包括五腧穴、原穴、络穴、郄穴、八脉交会穴、下合穴、背俞穴、募穴、八会穴以及交会穴等。

（一）五腧穴

十二正经在肘膝关节以下各有五个重要经穴，分别命名为井、荥、输、经、合，合称“五腧”。古人利用水流由小到大，由浅入深的变化来形容经气的运行过程，把五腧穴按井、荥、输、经、合的顺序，从四肢末端向肘膝方向依次排列。“井”穴多位于手足之端，喻作水之源头，是经气所出的部位，即“所出为井”。“荥”穴多位于掌指或跖趾关节之前，喻作水流尚微，萦迂未成大流，是经气流行的部位，即“所溜为荥”。“输”穴多位于掌指或跖趾关节之后，喻作水流由小而大、由浅而深，是经气渐盛，由此注彼的部位，即“所注为输”。“经”穴多位于腕踝关节以上，喻作水流变大，畅通无阻，是经气正盛，运行经过的部位，即“所行为经”。“合”穴多位于肘膝关节附近，喻作江河流入湖海，是经气由此深入，进而会合于脏腑的部位，即“所入为合”。

五腧穴是临床常用要穴。如井穴可治神志昏迷；荥穴可治热病；输穴可治关节痛；经穴可治喘咳；合穴可治疗六腑病证等。

阴阳诸经脉五腧穴的五行归属是：阴井木，阳井金；阴荥火，阳荥水；阴输土，阳输木；阴经金，阳经火；阴合水，阳合土。均按五行相生规律而来。见表1、表2。