

实用针灸解剖挂图

严振国 糜竞华 主编



上海中医药大学出版社

实用针灸解剖挂图

(中文版说明书)

主 编：严振国 糜竞华
定 穴：糜竞华 严振国
解剖设计：严振国 糜竞华
绘 图：李承建 张 湛
穴位审定：黄羨明
责任编辑：薛 珠

上海中医药大学出版社

前 言

针灸学是中国医药学的一个重要组成部分。针灸治病必须通过体表的穴位来疏通经络、调和气血,从而发挥作用,因此如何准确掌握穴位位置和定穴方法是取得针灸疗效的一个重要环节。公元前3~5世纪我国古典医书《黄帝内经》中记载的穴位总数只有295个,其中单穴25个,双穴135×2,并阐明人体分布的经络系统,内部通向脏腑,外部联系全身穴位。到公元282年,晋代皇甫谧编写的《针灸甲乙经》一书是一部早期的针灸学专著,记载了全身穴位名称349个,其中单穴49个,双穴300×2。此后,历代针灸书籍记载穴位的数目续有增加,如公元1026年,宋代王惟一的《铜人腧穴针灸图经》记载354个穴名,其中单穴51个,双穴303×2,并铸造了我国第一座经穴铜人模型;公元1601年明代杨继洲编写的《针灸大成》,记载359个穴名,其中单穴51个,双穴308×2;到公元1742年,清代《医宗金鉴·刺灸心法要诀》一书记载361穴名,其中单穴52个,双穴309×2。各书对穴位的位置及其与经络的联系都有具体叙述。解放以来,我国政府正确贯彻执行党的中医政策,针灸在临床上得到广泛的应用,又发现了许多新穴。1971年我国发表了针刺麻醉成功的消息,有力地推动了针灸、针麻原理研究的深入开展,从此这门古老而又有新发展的针灸医学成为国际文化交流和合作的一项重要内容。

自1976年以来,作者在《经穴断面解剖学》、《经穴层次解剖学》、《经穴CT扫描图象解剖学》……等方面做过系统的研究工作,根据科研资料的总结,编著出版了一系列专著,是解剖学、针灸学与CT放射学相结合的跨学科著作,体现出中西医结合、基础与临床结合的特点。十多年来作者编著出版的针灸穴位解剖等方面的书籍有15套,计23本,并在国内外有关杂志上发表了经穴解剖科研论文38篇;在“蓝点定位法”结合针感在截肢上观察穴位的显微结构;还应用电子计算机体层扫描摄影(简称CT)等技术结合断面解剖在针灸穴位上的应用,摄有“穴位CT扫描图象断面解剖”;在体表标志与针灸定穴的关系等方面也进行了研究,其科研资料经过总结后,相继充实了一系列跨学科专著的内容。作者除了应用经穴断面解剖法、经穴层次解剖法、穴位CT扫描图象解剖、穴位组织结构和感受器观察等外,还同研究生一起对穴位形态和机能进行了综合研究,通过组化、电镜、HRP、放射自显影、穴位微量元素测定、电生理、眼电图、免疫、生化等多学科多领域的横向联系、相互交叉渗透,从大体、光镜、电镜到分子和量子生物学水平,从尸体到活体,从形态到机能,从基础到临床,在众多领域内开展了工作,取得了一些成绩。我们对经穴形态立体构筑方面也着手进行了研究,研究穴位各层次血管、神经、肌肉的立体配布,这些研究介于大体与微体之间,属于巨微解剖学的内容,在穴位研究领域亦属首创,具有广阔的前景。

《实用针灸解剖挂图》共为十二大张,采用整张彩色印刷,计:三张为全身体表穴位图,分别从前面、后面、侧面三个不同方位来显示十四经的走行和361个经穴以及48个奇穴(世界卫生组织认定)的位置;两张为头颈部穴位解剖图,浅层和深层穴位解剖各一张,每张含三幅图,前、后、侧面各一幅;三张为躯干部穴位解剖图,前、后、侧面解剖图各一张,每张含两幅图,浅层和深层穴位解剖各一幅;两张为上肢部穴位解剖图,浅层和深层穴位解剖各一张,每

张含三幅图,前、后、侧面解剖图各一幅;两张为下肢部穴位解剖图,浅层和深层穴位解剖各一张,每张含三幅图,前、后、侧面各一幅。

本挂图采用整体与局部相结合的形式,有全身经穴图三张、局部穴位解剖图九张,每个局部均以浅、深不同层次解剖结构来阐明与经穴的关系,计含二十七幅图。浅层显示肌肉部位和浅表神经的分布与穴位的关系;深层采用立体透视法,显示神经、血管、骨骼和内脏等结构层次和穴位关系,并附有一本较详细的说明书。另外,作者参加国家中医管理局领导的《经穴定位标准化方案》科研工作,是课题研究组成员,此方案得到针灸界和解剖界的公认,本挂图的穴位均以《经穴定位标准化方案》定位,准确实用。

与已出版的针灸挂图相比,本挂图的主要特点是针灸穴位与解剖层次结构紧密结合,采用立体透视的笔法,充分显示穴位与人体浅层及深层解剖结构的关系,是目前各种同类挂图中解剖层次最为丰富、穴位与解剖结构关系最为精细者,亦是大型彩印图幅最新、最多、最全者,具有较强的科学性和实用价值。

本挂图在编绘过程中,得到上海中医学院出版社的大力支持和热情帮助,我室张建华老师曾协助作者参与全身穴位、结构及说明书的校对和部分定穴工作,姜俊老师曾担任说明书的抄写等工作,陈婷立同志参加贴字与后期版面工作,在此表示衷心的感谢。

本挂图可供针灸医师临床应用,医学院校和卫校师生应用于针灸教学、函授和夜大医学生以及社会办学与自学针灸者应用与参考。

由于作者水平有限,本挂图难免存在缺点和不足之处,恳切希望专家、同道及广大读者批评指正。

上海中医学院解剖教研室主任、教授
中华大学医学部名誉教授
大阪市立大学医学部客籍研究员

严振国 于1989年10月

目 录

一、手太阴肺经(LU)经穴表(左右各11穴).....	1
二、手阳明大肠经(LI)经穴表(左右各20穴).....	2
三、足阳明胃经(ST)经穴表(左右各45穴).....	3
四、足太阴脾经(SP)经穴表(左右各21穴).....	7
五、手少阴心经(HT)经穴表(左右各9穴).....	8
六、手太阳小肠经(SI)经穴表(左右各19穴).....	9
七、足太阳膀胱经(BL)经穴表(左右各67穴).....	10
八、足少阴肾经(KI)经穴表(左右各27穴).....	15
九、手厥阴心包经(PC)经穴表(左右各9穴).....	17
十、手少阳三焦经(TE)经穴表(左右各23穴).....	17
十一、足少阳胆经(GB)经穴表(左右各44穴).....	19
十二、足厥阴肝经(LR)经穴表(左右各14穴).....	22
十三、任脉(CV)经穴表(计24穴).....	23
十四、督脉(GV)经穴表(计28穴).....	25
十五、经外奇穴(EX)表(计48穴).....	27
〔附〕 骨度分寸表.....	31
作者简介.....	33

一、手太阴肺经(LU)经穴表(左右各11穴)

穴名	编号	定 位	取 穴	主 治	针 灸 法
中 府	LU ₁	在胸前壁之外上部,第一肋间隙外侧,距胸骨正中线旁开6寸	正坐或仰卧,从乳头上数三肋于乳头线或锁骨中线旁开2寸处取之	咳嗽、气喘、肺胀满、胸痛、肩背痛、腹胀、呕逆、喉痹、浮肿	向外斜刺或平刺0.5~0.8寸;灸3壮
云 门	LU ₂	在锁骨外下方,胸骨正中线旁开6寸,当肩胛骨喙突内方的凹陷处	正坐或仰卧,在中府穴上1寸,距乳头线或锁骨中线旁开2寸取之	咳嗽、气喘、胸痛、肩背痛、胸中烦热	向外斜刺0.5~0.8寸;灸3壮
天 府	LU ₃	在上臂前外侧,平腋前纹头(腋前纹终末)下3寸,肱二头肌桡侧缘	伸臂、仰掌,从腋横纹前端直向尺泽穴下量3寸处取之	气喘、鼻衄、吐血、瘵气、上臂内侧痛	直刺0.5寸;可灸
侠 白	LU ₄	在上臂前外侧,肱二头肌桡侧缘,尺泽穴上5寸,天府穴下1寸处	伸臂仰掌,从肘横纹(尺泽穴)上量5寸处取之	咳嗽、气短、干呕、烦满、心痛、上臂内侧痛	直刺0.5寸;灸5壮
尺 泽	LU ₅	在肘横纹上,肱二头肌腱桡侧	伸臂仰掌,在肘横纹中央,稍偏桡侧,当两筋间取之	咳嗽、气喘、咯血、潮热、咽喉肿痛、舌干、胸部胀满、吐泻、小儿惊风、肘臂挛痛、乳痈	直刺0.5~0.8寸,或点刺出血;灸5壮
孔 最	LU ₆	在前臂掌侧,太渊穴与尺泽穴连线上,当太渊穴上7寸处	伸臂仰掌,从腕侧横纹(太渊穴)上量7寸,直对尺泽穴处取之	咳嗽、气喘、咯血、咽喉肿痛、失音、热病无汗、头痛、肘臂挛痛、痔疮	直刺0.5~0.8寸;灸5壮
列 缺	LU ₇	在桡骨茎突外上方,距腕横纹1寸5分处,在肱桡肌腱与拇长展肌腱之间	使患者两虎口交叉,食指按压在桡骨茎突处,当食指尽处筋骨罅陷中取之	咳嗽、气喘、咽喉痛、掌中热、半身不遂、口眼歪斜、偏正头痛、项强、惊痫、漏血、小便热、阴茎痛、牙痛	向肘部斜刺0.2~0.3寸;灸3~5壮
经 渠	LU ₈	在前臂掌侧,腕横纹上1寸,桡动脉外侧处,正当桡侧腕屈肌腱外侧	伸臂仰掌,从腕横纹(太渊穴)上量1寸,与尺泽穴相对处取穴	咳嗽、气喘、喉痹、胸部胀满、掌中热、胸背痛	直刺0.2~0.3寸;禁灸
太 渊	LU ₉	在掌后腕横纹桡侧,当桡侧腕屈肌腱与拇长展肌腱之间的凹陷处	伸臂仰掌,在经渠穴直下,当腕横纹之桡侧,按取动脉处是穴	咳嗽、气喘、咳血、呕血、烦满、胸背痛、掌中热、缺盆中痛、喉痹、腹胀、噎气、呕吐、妒乳、无脉症、手腕无力疼痛	直刺0.2~0.3寸;灸3壮
鱼 际	LU ₁₀	当第一掌骨掌侧中点赤白肉际处	仰掌,在大拇指本节(指掌关节)后骨陷中,当第一掌骨之中央,赤白肉际处取之	咳嗽、咳血、失音、喉痹、咽干、身热、乳痈、肘挛、掌心热	直刺0.5~0.8寸;可灸
少 商	LU ₁₁	在拇指桡侧,距指甲根角外上方1分处	握拳立置,拇指向上,在拇指爪甲桡侧角旁1分处取之	喉痹、咳嗽、气喘、舌重、鼻衄、心下满、中风昏迷、癲、狂、中暑呕吐、热病、小儿惊风、指腕挛急	向腕平刺0.2~0.3寸,或三棱针点刺出血;可灸

二、手阳明大肠经(LI)经穴表(左右各20穴)

穴名	编号	定 位	取 穴	主 治	针 灸 法
商 阳	LI ₁	示指桡侧指甲根角的外上方1分处	俯掌,在食指之桡侧,去爪甲角约1分许处取之	咽喉肿痛、颌颌肿、下齿痛、耳聋、耳鸣、青盲、热病汗不出、昏厥、中风昏迷、喘咳、肩痛引缺盆	向上斜刺0.2~0.3寸;或点刺出血;灸3壮
二 间	LI ₂	在示指桡侧,当掌指关节前掌侧凹陷处	横肱屈指,当食指本节前(桡侧)横纹尖端赤白肉际取之	喉痹、颌肿、鼻衄、目痛、目黄、大便脓血、齿痛口干、口眼歪斜、身热、嗜睡、肩背痛振寒	直刺0.2~0.3寸;灸3壮
三 间	LI ₃	在第二掌骨桡侧,掌指关节后方凹陷处	横肱屈指,当食指本节后(桡侧)之凹陷中取之	目痛、齿痛、咽喉肿痛、手指及手背肿痛、鼻衄、唇焦口干、嗜眠、腹满、肠鸣洞泄	直刺0.3~0.5寸;灸3壮
合 谷	LI ₄	在手背第1、2掌骨之间,略近第二掌骨中点处	以手掌平置,伸开拇、食二指,在一、二掌骨间微凹陷处取之	头痛、目痛、目翳、鼻衄、耳聋、牙痛、喉痹、中风、口噤、疟疾、风疹、疥疮、堕胎	直刺0.5~0.8寸;灸3~5壮
阳 溪	LI ₅	在腕背桡侧横纹水平线上,当拇长、短伸肌腱之间凹陷处	以手掌平置,伸开拇、食二指,使拇指上翘,当第一掌骨之后两肌腱之间陷凹处取之	头痛、耳聋、耳鸣、咽喉肿痛、龋齿痛、目赤、目翳、热病心烦、臂腕痛、癫、狂、痫证	直刺0.3~0.5寸;灸3壮
偏 历	LI ₆	在桡骨远端之背侧面,桡侧腕短伸肌与拇长展肌之间,阳溪穴上3寸处	横肱屈肘,当交叉两手中指尽处是穴	鼻衄、目赤、耳聋、耳鸣、口眼歪斜、喉痛、癫疾、水肿、肩膊肘腕痠痛	斜刺0.3~0.5寸;灸3壮
温 溜	LI ₇	在前臂背面桡侧,当阳溪穴与曲池穴连线上,阳溪穴上5寸处	横肱屈肘,在桡骨背面,桡侧腕短伸肌与拇长展肌之间,当腕后5寸处	头痛、面肿、鼻衄、口舌肿痛、咽喉肿痛、肩背痠痛、肠鸣腹痛、癫、狂、吐舌	直刺0.5~0.8寸;灸3~5壮
下 廉	LI ₈	在前臂背面桡侧,阳溪穴与曲池穴连线上,曲池穴下4寸处	横肱屈肘,从温溜上量3寸处取之	头风、眩晕、目痛、肘臂痛、腹痛、食物不化、乳痈	直刺0.5~0.8寸;灸3~5壮
上 廉	LI ₉	在前臂背面桡侧,阳溪穴与曲池穴连线上,曲池穴下3寸处	横肱屈肘,从下廉上量1寸处取之	头痛、偏瘫、手臂肩膊痠痛麻木、腹痛肠鸣、泄泻	直刺0.5~0.8寸;灸3~7壮
手三里	LI ₁₀	在前臂背面桡侧,阳溪穴与曲池穴连线上,曲池穴下2寸处	横肱屈肘,从上廉上量1寸处取之	腹胀、吐泄、齿痛、失音、颊肿、瘰疬、偏瘫、手臂麻木、肘挛不伸、眼目诸疾	直刺0.5~0.8寸;灸5~7壮
曲 池	LI ₁₁	在肘横纹桡侧端与肱骨外上髁连线中点	屈肘拱手,在肘窝横纹端尽处取之	热病、咽喉肿痛、上肢不遂、手肘无力、月经不调、瘰疬、疮、疥、癰疹、丹毒、腹痛、吐泻、痢疾、齿痛、目赤痛、目不明、高血压、胸中烦满、瘰疬、癫、狂、疟疾、善惊	直刺0.8~1.2寸;灸5~10壮
肘 髎	LI ₁₂	在曲池穴斜向外上方1寸,当肱骨背侧缘处	屈肘,在曲池穴上1寸,斜向外侧,当肱骨边缘取之	肘臂痛、拘挛、麻木、嗜卧	直刺0.5~0.8寸;灸3~7壮

续表

穴名	编号	定 位	取 穴	主 治	针 灸 法
手五里	LI ₁₉	在上臂桡侧，于曲池上3寸取穴	横肱屈肘，从曲池穴上量3寸	肘臂挛急、疼痛、瘰疬、咳嗽吐血、嗜卧身黄、疟疾	直刺0.5~0.8寸；灸3~5壮
臂臑	LI ₁₄	在曲池穴与肩髃穴连线上，当三角肌下端处，曲池穴上7寸处	横肱屈肘，从曲池穴上量7寸，当三角肌尽处取之	瘰疬、颈项拘急、肩臂疼痛、目疾	直刺0.5~1寸，或斜刺0.8~1.2寸；灸3~7壮
肩髃	LI ₁₅	在三角肌上部中点，锁骨肩峰端与肱骨大结节之间	正坐，以手臂平举，当肩端两骨间宛宛中取之	肩臂疼痛、手臂挛急、肩中热、半身不遂、风热瘾疹、瘰疬诸瘰	直刺0.5~0.8寸；灸5~15壮
巨骨	LI ₁₆	位于肩上，当锁骨肩峰端与肩胛冈肩峰之间凹陷处	正坐，当锁骨肩峰端和肩胛冈形成的两叉骨间取之	肩背、手臂疼痛，不得屈伸、瘰疬、瘰气、惊痫吐血	直刺0.4~0.6寸，不可深刺，以免刺入胸腔造成气胸；灸3~7壮
天鼎	LI ₁₇	在颈外侧部，锁骨上窝之上，扶突穴之下，胸锁乳突肌后缘，平甲状软骨上切迹与胸锁关节上缘之中点处	正坐仰靠，在天突穴旁开3寸，当锁骨上扶突穴直下一寸处取之	咽喉肿痛、暴暗、气梗、瘰气、瘰疬	直刺0.3~0.5寸；灸3壮
扶突	LI ₁₈	在颈外侧部，胃经人迎穴的外侧约2横指，当胸锁乳突肌前、后缘之间，与甲状软骨喉结相平处	正坐仰靠，或仰卧，按取颈动脉，横平结喉处的人迎穴，以人迎至结喉的距离向后平量，当胸锁乳突肌前后缘间是穴	咳嗽、气喘、咽喉肿痛、暴暗、瘰气、瘰疬	直刺0.5~0.8寸；灸3壮
口禾髎	LI ₁₉	在上唇上外侧，当鼻孔外缘直下，上唇上1/3与中1/3的交界点取穴	正面仰靠，或仰卧，在水沟穴两旁5分处取之	鼻疮息肉、鼻衄、鼻塞、鼻流清涕、口疳、口噤不开	直刺0.3~0.5寸；禁灸
迎香	LI ₂₀	在面部鼻唇沟内的上段，横平鼻翼中部，口禾髎穴外上方1寸处	正面仰靠，或仰卧，在鼻翼旁鼻唇沟中取之	鼻塞、不闻香臭、鼻衄、鼻渊、口眼歪斜、面痒、面浮肿、鼻息肉	直刺0.1~0.2寸，或斜刺0.3~0.5寸；不宜灸

三、足阳明胃经(ST)经穴表(左右各45穴)

穴名	编号	定 位	取 穴	主 治	针 灸 法
承泣	ST ₁	目正视，瞳孔直下，当眶下缘与眼球之间	正坐仰靠，或仰卧，正视时在瞳孔直下方，当眶下缘与下眼睑交界处取之	眼睑瞤动、目赤肿痛、迎风流泪、夜盲、口眼歪斜	紧靠眶下缘缓慢直刺0.3~0.7寸，不宜提插，以防刺破血管引起血肿。禁灸
四白	ST ₂	目正视，瞳孔直下，当眶下孔凹陷中	正坐仰靠，或仰卧，正视时在瞳子直下1寸，于眼眶下骨孔处取之	目赤痛痒、目翳、眼睑瞤动、迎风流泪、头面疼痛、口眼歪斜、眩暈	直刺0.2~0.3寸；不宜灸
巨髎	ST ₃	目正视，瞳孔直下，平鼻翼下缘处	正坐仰靠或仰卧，正视时在瞳子之直下方与鼻翼下缘平齐，相当于鼻唇沟的外侧	口眼歪斜、眼睑瞤动、鼻衄、齿痛、唇颊肿、目翳	直刺0.2~0.6寸；灸1~3壮
地仓	ST ₄	口角旁0.4寸	正坐或仰卧，在口角旁四分处取之	唇缓不收、眼睑瞤动、口角喎斜、齿痛颊肿、流涎	直刺0.2寸，或向颊车方向平刺0.5~0.8寸；灸3~5壮

续表

穴名	编号	定 位	取 穴	主 治	针 灸 法
大 迎	ST ₅	下颌角前下1.3寸, 闭口鼓腮, 当下颌骨边缘出现一沟形处	侧伏或侧卧, 使闭口鼓腮, 当下颌骨边缘出现一沟形处取之	牙关紧闭、口喎、颊肿、齿痛、面肿、牙关脱臼、唇吻喎动、瘰疬、颈痛。	直刺0.2~0.3寸; 灸3壮
颊 车	ST ₆	下颌角前上方一横指凹陷中, 咀嚼时咬肌隆起处	侧伏或侧卧, 在下颌角前上骨陷中, 当咬牙时有肌肉隆起处取之	口眼歪斜、颊肿、齿痛、牙关紧闭、失音、颈项强痛	直刺0.3~0.4寸, 或向地仓方向斜刺0.7~0.9寸; 灸3~7壮
下 关	ST ₇	闭口, 颧弓与下颌切迹之间的凹陷处	侧伏或正坐, 闭口, 于耳前颧骨下探求骨陷处, 试令患者张口, 穴闭处是	齿痛、面疼、耳聋、耳鸣、聾耳、牙关开合不利、口眼歪斜、眩暈	直刺0.3~0.5寸; 灸3壮
头 维	ST ₈	在额角发际, 神庭穴旁开4.5寸	正坐或仰卧, 从神庭穴旁开4.5寸处取之	眼痛、头痛、目眩、迎风流泪、眼睑瞤动、视物不明	针刺向下或向后, 平刺0.5~0.8寸; 不可灸
人 迎	ST ₉	喉结旁开1.5寸	正坐仰面, 或仰卧, 靠胸锁乳突肌前缘, 平结喉两旁, 按取动脉应手处是穴	胸满喘息、咽喉肿痛、头痛、高血压、瘰疬、瘰疬、痰气、饮食难下	避开动脉直刺0.2~0.4寸
水 突	ST ₁₀	胸锁乳突肌前缘, 当人迎与气舍穴连线之中点	正坐仰面, 或仰卧, 在人迎与气舍之间, 当胸锁乳突肌前缘取之	咳逆上气, 喘息不得卧、咽喉肿痛、肩肿、呃逆、瘰疬、瘰疬	直刺0.3~0.4寸; 灸3壮
气 舍	ST ₁₁	人迎穴直下, 在胸锁乳突肌胸骨头与锁骨头之间的凹陷处	正坐或仰卧, 在人迎穴直下, 当锁骨的上缘与天突平齐处取之	咽喉肿痛、喘息、呃逆、瘰疬、瘰疬、颈项强痛、肩肿	直刺0.3~0.4寸; 灸3~5壮
缺 盆	ST ₁₂	锁骨上窝中央, 前正中线旁开4寸	正坐或仰卧, 在锁骨上窝中央, 当天突穴旁开4寸或男子乳头直上处取之	咳嗽气喘、咽喉肿痛、缺盆中痛、瘰疬	直刺0.2~0.4寸; 灸3~5壮
气 户	ST ₁₃	锁骨中点下缘, 前正中线(璇玑穴)旁开4寸	正坐或仰卧, 当璇玑穴旁开4寸, 或男子乳头直上处取之	气喘、咳嗽、胸胁胀满、吐血、呃逆、胸背、肋肋疼痛	直刺0.2~0.4寸; 灸3~5壮
库 房	ST ₁₄	第一肋间隙, 前正中线(华盖穴)旁开4寸, 位锁骨中线上	正坐或仰卧, 当华盖穴旁开4寸, 或男子乳头直上第一肋间处取之	咳嗽、气逆、咳唾脓血、胸胁胀痛	向内斜刺0.3~0.5寸; 灸3壮
屋 翳	ST ₁₅	第二肋间隙, 前正中线(紫宫穴)旁开4寸, 位锁骨中线上	正坐或仰卧, 当紫宫穴旁开4寸, 或男子乳头直上第二肋间处取之	咳嗽气喘、唾脓血痰、胸胁胀痛、乳痈、皮肤疼痛、瘰疬、身肿	直刺0.2~0.3寸, 或向内斜刺0.5~0.8寸; 灸3壮
膺 窗	ST ₁₆	第三肋间隙, 前正中线(玉堂穴)旁开4寸, 位锁骨中线上	正坐或仰卧, 当玉堂穴旁开4寸, 或男子乳头直上第三肋间处取之	咳嗽、气喘、胸胁胀痛、乳痈	直刺0.2~0.4寸, 或向内斜刺0.5~0.8寸; 灸3壮
乳 中	ST ₁₇	乳头中央	正坐或仰卧, 于乳头之中央取之		禁针、禁灸。只作胸腹部取穴的定位标志
乳 根	ST ₁₈	第5肋间隙, 乳头直下, 中庭穴旁开4寸, 位锁骨中线上	正坐或仰卧, 当中庭穴旁开4寸或男子乳头直下, 第五肋间处取之	咳喘、胸闷胸痛、乳痈、乳汁少、膈膈	斜刺0.5~0.6寸; 灸3壮
不 容	ST ₁₉	脐上6寸, 巨阙穴旁开2寸	仰卧, 在巨阙穴旁开2寸, 当肋弓下际取之	腹胀、呕吐、胃痛、食欲不振、喘咳、呕血、心痛、胸背肋痛	直刺0.5寸; 灸5壮

续表

穴名	编号	定 位	取 穴	主 治	针 灸 法
承 满	ST ₂₀	脐上5寸,上脘穴旁开2寸	仰卧,在上脘穴之旁2寸处取之	胃痛、呕吐、腹胀、肠鸣、食欲不振、喘逆、吐血、胁下坚痛	直刺0.5寸;灸5壮
梁 门	ST ₂₁	脐上4寸,中脘穴旁开2寸	仰卧,在中脘穴旁2寸处取之	胃疼、呕吐、食欲不振、大便溏	直刺0.5寸;灸3~7壮
关 门	ST ₂₂	脐上3寸,建里穴旁开2寸	仰卧,在建里穴旁2寸处取之	腹痛、腹胀、肠鸣泄泻、食欲不振、水肿、遗尿	直刺0.5~0.8寸;灸3~7壮
太 乙	ST ₂₃	脐上2寸,下脘穴旁开2寸	仰卧,在下脘穴旁2寸处取之	癫狂、心烦不宁、胃痛、消化不良	直刺0.5~1.0寸;灸3~7壮
滑肉门	ST ₂₄	脐上1寸,水分穴旁开2寸	仰卧,在水分穴旁2寸处取之	癫狂、呕吐、胃疼	直刺0.5~1寸;灸3~7壮
天 枢	ST ₂₅	脐旁2寸	仰卧,在脐之正中旁开2寸处取之	绕脐腹痛、呕吐、腹胀、肠鸣、癥瘕、痢疾、泄泻、便秘、肠痈、痛经、月经不调、热甚狂言、疝气、水肿	直刺0.5~1寸;灸3~7壮
外 陵	ST ₂₆	脐下1寸,阴交穴旁开2寸	仰卧,在阴交穴旁2寸处取之	腹痛、疝气、月经痛、心如悬引、脐腹痛	直刺0.5~1寸;灸5~10壮
大 巨	ST ₂₇	脐下2寸,石门穴旁开2寸	仰卧,在石门穴旁2寸处取之	小腹胀满、小便不利、疝气、遗精、早泄、惊悸不眠、偏枯	直刺0.5~1寸;灸5~10壮
水 道	ST ₂₈	脐下3寸,关元穴旁开2寸	仰卧,在关元穴旁2寸取之	小腹胀满、疝气、痛经、小便不利	直刺0.5~1寸;灸5~10壮
归 来	ST ₂₉	脐下4寸,中极穴旁开2寸	仰卧,在中极穴旁2寸处取之	少腹疼痛、经闭、阴挺、白带、疝气、茎中痛	直刺0.5~1寸;灸5~10壮
气 冲	ST ₃₀	在耻骨结节外上方,距正中线2寸,腹股沟上部,动脉内侧处	仰卧,在曲骨穴旁2寸处	外阴肿痛、腹痛、疝气、月经不调、不孕、胎产诸疾、阳痿、阴茎中痛	直刺0.5~1寸;灸3~7壮
髀 关	ST ₃₁	髌前上棘直下,平会阴处	仰卧,在髌前上棘与髌骨外缘的连线上,正当会阴平高处取之	髀股痿痹、足麻不仁、腰腿疼痛、筋急不得屈伸	直刺0.5~1寸;灸3壮
伏 兔	ST ₃₂	伸膝时,在髌前上棘与外膝眼的连线上,距髌骨上缘6寸	正坐,用力伸腿,从膝盖骨上缘上量6寸起肉处取之	腰膝疼痛、腿膝寒冷、脚气、疝气、腹胀	直刺0.5~1寸;可灸
阴 市	ST ₃₃	在髌骨外侧上缘上3寸,股直肌和股外侧肌之间	正坐垂足,从膝盖骨上量3寸,当犊鼻和伏兔的连线上取之	腿膝麻木、痠痛、屈伸不利、下肢不遂、腰痛、寒疝、腹胀腹痛	直刺0.5~1寸;可灸
梁 丘	ST ₃₄	伸膝时在髌骨外上缘上2寸,股直肌和股外侧肌之间	正坐垂足,从膝盖骨上量2寸,当犊鼻和伏兔的连线上取之	胃痛、膝肿、下肢不遂、乳痈	直刺0.5~0.8寸;可灸
犊 鼻	ST ₃₅	屈膝时,当髌骨下缘,髌韧带之外侧凹陷处	正坐垂足,在膝盖骨与胫骨结节之间的外方,外膝眼陷中取之	膝关节痛、脚气	稍向髌韧带内方斜刺0.5~0.8寸;灸3~7壮

续表

穴名	编号	定 位	取 穴	主 治	针 灸 法
足三里	ST ₃₆	在犊鼻直下3寸,于胫骨前缘旁一横指,凹陷处取之	正坐垂足,从犊鼻穴下量3寸,距胫骨前缘约5分,当筋骨(胫骨前肌与胫骨前缘)之间取之	胃痛、呕吐、腹胀、肠鸣、消化不良、泄泻、便秘、痢疾、疝疾、喘咳痰多、乳痛、头晕、耳鸣、心悸、气短、癫狂、妄笑、中风、脚气、水肿、膝胫痠痛、鼻疾、产妇血晕	直刺 0.5~1寸; 灸3~10壮
上巨虚	ST ₃₇	足三里穴下3寸,胫骨前肌上,当胫腓两骨之间	正坐垂足,在足三里穴下3寸,当足三里穴与下巨虚穴连线的中点	肠中切痛、痢疾、肠鸣、腹胀、便秘、泄泻、肠痈、中风瘫痪、脚气	直刺 0.5~1寸; 灸3~10壮
条 口	ST ₃₈	在小腿前外侧中央处,膝下8寸,上巨虚下2寸,当犊鼻至解溪穴之中点,胫腓两骨之间	正坐垂足,当犊鼻穴与解溪穴连线的中点取之	小腿冷痛、麻痹、腕腹疼痛、附肿、转筋、肩臂痛	直刺 0.5~0.9寸; 灸3壮
下巨虚	ST ₃₉	在小腿前外侧之中央再下1寸处,当胫腓两骨之间,距胫骨前缘约0.5寸,在犊鼻穴下9寸,条口穴下1寸	正坐垂足,在足三里穴与解溪穴连线上,条口穴下1寸取之	小腹痛、腰痛引睾丸、乳痛、下肢痿痹、泄泻、大便脓血	直刺 0.5~0.9寸; 灸3~7壮
丰 隆	ST ₄₀	外踝上8寸,条口穴外1寸	正坐垂足,在小腿之外侧,条口穴外方1寸处取之	痰多、哮喘、咳嗽、胸疼、头痛、头晕、咽喉肿痛、大便难、癫狂、善笑、痫证、下肢痿痹、肿痛	直刺 0.5~1寸; 灸3~10壮
解 溪	ST ₄₁	在足踝关节的前面,足背与小腿交界处的横纹中央,当趾长伸肌腱与拇长伸肌腱之间陷中取穴	正坐垂足,以冲阳穴直上1.5寸,踝关节前面,靠趾长伸肌腱和拇长伸肌腱陷中取之	头面浮肿、面赤、目赤、头痛、眩晕、腹胀、便秘、下肢痿痹、癫疾、胃热、谵语、眉棱骨痛	直刺 0.4~0.6寸; 灸3~5壮
冲 阳	ST ₄₂	在足背高处,当拇长伸肌腱与趾长伸肌腱之间,足背动脉搏动处	正坐垂足,在足背最高处,解溪穴下1.5寸,动脉跳动处陷中取之	胃痛腹胀、不嗜食、口眼喎斜、面肿齿痛、足痿无力、脚背红肿、善惊狂疾	直刺 0.2~0.3寸; 灸3壮
陷 谷	ST ₄₃	在足背部,第二、第三跖骨间凹陷处	正坐垂足,当第二、第三跖骨骨间缝中,在跖趾关节后方取之	面目浮肿、水肿、肠鸣腹痛、足背肿痛	直刺 0.3~0.5寸; 灸3~5壮
内 庭	ST ₄₄	在第二、三趾趾缝间,当趾蹼缘的后方取穴	正坐垂足,在第二、三趾的趾缝缘后方5分处取之	齿痛、口渴、喉痹、鼻衄、腹痛、腹胀、泄泻、痢疾、足背肿痛、热痛、鼻衄	直刺 0.3~0.5寸; 灸3~5壮
厉 兑	ST ₄₅	第二趾外侧,趾甲角旁约0.1寸	正坐踏足,在第二趾外侧爪甲角后方1分许处取之	面肿、口渴、齿痛、鼻衄、鼻流黄涕、胸腹胀满、足胫寒冷、热病、梦魇、癫狂	向上斜刺 0.2~0.3寸; 灸3壮

四、足太阴脾经(SP)经穴表(左右各21穴)

穴名	编号	定 位	取 穴	主 治	针 灸 法
隐白	SP ₁	踇趾内侧趾甲角旁约0.1寸	正坐垂足,距踇趾内侧爪甲角约1分许处取之	腹胀、暴泄、善呕、烦心善悲、梦魇、胸痛、心痛、胸满、咳吐、喘息、慢惊风、昏厥、月经过时不止、崩漏、吐血、衄血、尿血、便血、癫狂、多梦、尸厥	斜刺0.1寸,或用三棱针点刺出血;灸3壮
大都	SP ₂	在足踇趾内侧缘,当第一跖趾关节前下方的凹陷处	正坐拱足,在踇趾内侧本节前赤白肉际陷中取之	腹胀、胃疼、食不化、呕逆泄泻、便秘、热病无汗、体重肢肿、厥心痛、不得卧、心烦	直刺0.3~0.5寸;灸3~5壮
太白	SP ₃	在足内侧缘,当第一跖骨小头后下方的凹陷处	正坐拱足,按取足大趾本节核骨后下方赤白肉际取之	胃痛、腹胀、肠鸣、泄泻、便秘、痔漏、脚气、体重节痛	直刺0.5~0.8寸;灸3~5壮
公孙	SP ₄	在足内侧,第一跖骨基底部前下缘,第一跖趾关节后约1寸处	正坐拱足,于足背最高点向内侧移按,当骨边陷者中取之	胃痛、呕吐、腹痛、泄泻、痢疾	直刺0.5~0.8寸;灸3~5壮
商丘	SP ₅	在足内侧内,内踝前下方,即当内踝尖与舟骨结节之间的中点处	正坐垂足,翘起大趾,在足内踝前下方,当内踝骨与中封穴之间取之	腹胀、泄泻、便秘、黄疸、足踝痛	直刺0.5~0.8寸;灸3~5壮
三阴交	SP ₆	在小腿前内侧面的下部,当内踝尖上3寸,胫骨内侧缘后方凹陷处	正坐垂足,在内踝中点上3寸胫骨后陷中取之	肠鸣腹胀、泄泻、月经不调、带下、阴挺、不孕、滞产、遗精、阳萎、遗尿、疝气、失眠、下肢萎痹、脚气	直刺0.5~1寸(孕妇禁针);灸5~10壮
漏谷	SP ₇	在小腿前内侧面中部,当内踝上6寸凹陷处,胫骨内侧缘与小腿后正中线之前中三分之一交点处	正坐垂足,在胫骨后缘三阴交穴上3寸陷中取之	腹胀、肠鸣、小便不利、遗精、下肢萎痹	直刺0.5~0.8寸;灸3壮
地机	SP ₈	靠胫骨内侧,在胫骨后缘与比目鱼肌之间,当膝下5寸内侧陷中,位阴陵泉穴直下3寸,漏谷穴上4寸处	正坐垂足,在阴陵泉穴下3寸,当胫骨后缘处取之	腹痛、泄泻、小便不利、水肿、月经不调、痛经、遗精	直刺0.5~0.8寸;灸3~7壮
阴陵泉	SP ₉	在胫骨内侧缘直下方陷窝中,平齐胫骨粗隆下缘,缝匠肌之附着部,与阴陵泉穴相对	正坐伸腿,在小腿内侧上部,胫骨内髁后下缘之凹陷部取之	腹胀、泄泻、水肿、黄疸、小便不利或失禁、膝痛	直刺0.5~1寸;灸3壮
血海	SP ₁₀	在大腿内侧之前下部,股内侧肌的隆起上,距膝盖上缘2寸	正坐垂足,以手按于膝上,拇指向内,指端是穴	月经不调、崩漏、经闭、瘾疹、湿疹、丹毒	直刺0.8~1.2寸;灸3~5壮
箕门	SP ₁₁	在大腿内侧,从血海直上6寸,当缝匠肌之外缘	正坐,从膝盖内缘直上8寸处取之	小便不利、遗尿、腹股沟肿痛	避开动脉,直刺0.5~1寸;灸5壮
冲门	SP ₁₂	耻骨联合上缘,曲骨穴旁开3.5寸	仰卧,从曲骨穴旁开3.5寸,腹股沟边缘处取之	腹痛、疝气、痔痛、崩漏、带下、胎气上冲	避开动脉,直刺0.5~1寸;灸3~7壮

续表

穴名	编号	定 位	取 穴	主 治	针 灸 法
府 舍	SP ₁₃	冲门穴外上方0.7寸,前正中线旁开4寸	仰卧,从大横穴直下4.3寸处取之	腹痛、疝气、腹满积聚、霍乱吐泄	直刺 0.5~1寸;灸3~7壮
腹 结	SP ₁₄	大横穴下1.3寸,府舍穴上3寸,前正中线旁开4寸	仰卧,从大横穴直下1.3寸处取之	绕脐腹痛、疝气、腹寒泄泻	直刺 0.8~1.2寸;灸3~7壮
大 横	SP ₁₅	脐中旁开4寸	仰卧,平脐,旁开4寸处取之	虚寒泻痢、大便秘结、小腹痛	直刺 0.8~1.2寸;灸3~7壮
腹 哀	SP ₁₆	大横穴上3寸,前正中线(建里穴)旁开4寸	仰卧,当乳头直下,大横穴上3寸,建里穴旁开4寸处取之	绕脐痛、消化不良、便秘、痢疾	直刺 0.5~1寸;灸5壮
食 窦	SP ₁₇	第五肋间隙中,前正中线旁开6寸	仰卧,上肢外展,从中庭穴旁开6寸,在第五肋间隙中取之	胸胁胀痛、噎气、翻胃、腹胀、水肿	斜刺或向外平刺 0.5~0.8寸;灸3壮
天 溪	SP ₁₈	第四肋间隙中,前正中线旁开6寸	仰卧,上肢外展,从膻中穴旁开6寸,在第四肋间隙者中取之	胸胁疼痛、咳嗽、乳痛、乳汁少	斜刺或向外平刺 0.5~0.8寸;灸3壮
胸 乡	SP ₁₉	第三肋间隙中,前正中线旁开6寸	仰卧,上肢外展,从玉堂穴旁开6寸,在第三肋间隙中取之	胸胁胀痛、胸引背痛、不得卧	斜刺或向外平刺 0.5~0.8寸;灸3壮
周 荣	SP ₂₀	第二肋间隙中,前正中线旁开6寸	仰卧,上肢外展,从紫宫穴旁开6寸,在第二肋间隙中取之	胸胁胀满、咳嗽、气喘、肋肋痛、食不下	斜刺或向外平刺 0.5~0.8寸;灸3壮
大 包	SP ₂₁	腋窝下6寸,腋中线上,第六肋间隙中	侧卧举臂,在腋窝与第11肋骨端连线的中点处取之	气喘、胸肋痛、全身诸痛、四肢无力	斜刺或向外平刺 0.5~0.8寸;灸3壮

五、手少阴心经 (HT) 经穴表 (左右各9穴)

穴名	编号	定 位	取 穴	主 治	针 灸 法
极 泉	HT ₁	腋窝中央,腋动脉内侧	侧卧举臂,从腋窝中两筋间动脉应手处取之	心痛、咽干烦渴、肋肋疼痛、瘰疬、肩臂疼痛	避开腋动脉,直刺或斜刺 0.3~0.5寸;灸3壮
青 灵	HT ₂	在上臂内侧面,少海穴直上3寸,肱二头肌内侧沟中	正坐或仰卧,从肘尖上3寸处取之	头痛振寒、目黄、肋痛、肩臂疼痛	直刺 0.5~1寸;灸5壮
少 海	HT ₃	在肘横纹尺侧端,当肱骨内上髁与曲泽穴之间	正坐或仰卧,屈肘,从肘内廉去肘端5分处取之	心痛、肘臂挛痛、瘰疬、头项痛、腋肋痛	直刺 0.3~0.5寸;灸3~5壮
灵 道	HT ₄	在前臂掌侧,当尺侧腕屈肌腱桡侧缘,腕横纹(神门穴)上1.5寸处	屈肘仰掌,在腕后横纹上1.5寸大筋外桡侧取之	心痛、瘰疬、暴暗、肘臂挛痛	直刺 0.3~0.5寸;灸3~5壮
通 里	HT ₅	在前臂掌侧,当尺侧腕屈肌腱桡侧缘、腕横纹(神门穴)上1寸处	屈肘仰掌,在腕后横纹上1寸处,当大筋之外侧取之	心悻、怔忡、暴暗、舌强不语、腕臂痛	直刺 0.3~0.5寸;灸3~5壮

续表

穴名	编号	定 位	取 穴	主 治	针 灸 法
阴 郄	HT ₆	在前臂掌侧,当尺侧腕屈肌腱桡侧缘,腕横纹(神门穴)上5分处	屈肘仰掌,在通里穴下量0.5寸大筋外侧取之	心痛、惊悸、骨蒸盗汗、吐血、衄血、暴暗	直刺 0.3~0.5寸;灸3~5壮
神 门	HT ₇	在腕掌侧横纹尺侧部,当尺侧腕屈肌腱桡侧缘凹陷处	屈肘仰掌,在掌后豌豆骨与尺骨相接处,大筋外侧,转手陷者中取之	心痛、心烦、惊悸、怔忡、健忘、失眠、癫狂病、胸胁痛	直刺 0.3~0.5寸;灸3~5壮
少 府	HT ₈	在手掌第4、5掌骨之间,与劳宫穴相平	屈肘仰掌,手指屈向掌中,小指与无名指指尖之间取之,与劳宫穴横平	心悸、胸痛、小便不利、遗尿、阴痒痛、小指挛痛	直刺 0.3~0.5寸;灸3~5壮
少 冲	HT ₉	在小指桡侧,距指甲根角外上方1分处	俯掌,在小指内侧爪甲角旁一分许取之	心悸、心痛、胸胁痛、癫狂、热病、昏迷	浅刺0.1寸或点刺出血;灸3壮

六、手太阳小肠经 (SI) 经穴表 (左右各19穴)

穴名	编号	定 位	取 穴	主 治	针 灸 法
少 泽	SI ₁	在手小指尺侧,距指甲根角内上方1分处	俯掌,从小指端外侧去爪甲角1分许处取之	头痛、目翳、咽喉肿痛、乳痈、乳汁少、昏迷、热病	浅刺0.1寸或点刺出血;灸3壮
前 谷	SI ₂	在小指尺侧,第5掌指关节下凹陷处	令患者握拳,在小指外侧,本节前横纹端,赤白肉际取之	头痛、目痛、耳鸣、咽喉肿痛、乳少、热病	直刺 0.3~0.5寸;灸3~5壮
后 溪	SI ₃	在手尺侧缘,第5掌骨头后方,当掌横纹尽头处	令患者仰手握拳,在手小指外侧本节,拳尖上陷中取之	头项强痛、目赤、耳聋、咽喉肿痛、腰背痛、癫狂病、疟疾、手指及肘臂挛痛	直刺 0.5~1.0寸;灸3~5壮
腕 骨	SI ₄	在手尺侧缘,当第5掌骨基底部与钩骨之间的凹陷处	正坐伸臂,在掌后外侧腕高骨前陷中取之	头项强痛、耳鸣、目翳、黄疸、热病、疟疾、指挛腕痛。	直刺 0.3~0.5寸;灸3~7壮
阳 谷	SI ₅	在手腕尺侧缘,当尺骨头与三角骨之间的凹陷处	正坐伸臂,自腕骨直上,髌骨外侧前廉陷中取之	头痛、目眩、耳鸣、耳聋、热病、癫狂病、腕痛	直刺 0.3~0.5寸;灸3~7壮
养 老	SI ₆	在尺骨头上,当尺骨的尺侧缘与尺侧腕伸肌腱之间凹陷处	正坐屈肘,手掌朝面,向外方旋转,在手髌骨上现有孔陷处取之	目视不明、肩背、肘臂痠痛	直刺或斜刺0.5~0.8寸;灸3~5壮
支 正	SI ₇	在前臂背面尺侧,当阳谷穴至小海穴的连线上,阳谷穴上5寸	正坐伸臂,从腕骨穴后直对小海穴,上量5寸处取之	头痛、目眩、热病、癫狂、项强、肘臂痠痛	直刺或斜刺0.5~0.8寸;灸3~5壮
小 海	SI ₈	在尺骨鹰嘴突与肱骨内上髁之间,当肱骨尺神经沟处	正坐屈肘,当肘内侧两骨罅中,以指捺压其处有痠麻感放散至小指部,即是穴点所在处	肘臂疼痛、痲痹	直刺 0.3~0.5寸;灸3~5壮
肩 贞	SI ₉	在臑俞穴直下,腋后纹头直上1寸处	正坐或俯卧,将肩臂紧靠胁部,在腋后缝尖上1寸处取之	肩臂疼痛、痲痹、耳鸣	直刺 0.5~1.0寸;灸3~7壮

续表

穴名	编号	定 位	取 穴	主 治	针 灸 法
臑 俞	SI ₁₀	位于肩部的后面, 肩贞直上, 当肩胛冈下缘处	正坐俯伏或伏卧, 从肩峰突起下按, 当肩髃穴后肩贞穴直上骨下陷中取之	肩臂疼痛、瘰癧	直刺或斜刺 0.5~0.7寸; 灸3~7壮
天 宗	SI ₁₁	在乘风穴下, 冈下窝中, 当冈下缘至肩胛骨下角上1/3与中1/3交界处	正坐俯伏, 在肩胛骨中央, 当棘之下际, 平第五胸椎棘突处取之	肩胛疼痛、气喘、乳痈	直刺或斜刺 0.5~0.7寸; 灸3~7壮
乘 风	SI ₁₂	在冈上窝中, 天髃穴之外下方, 当曲垣穴与巨骨穴之间, 直对天宗穴	正坐俯伏, 按取肩胛冈中央的上缘, 下与天宗穴直对, 举臂有空处取之	肩胛疼痛、上肢痲痹	直刺或斜刺 0.5~0.7寸; 灸3~7壮
曲 垣	SI ₁₃	在肩胛冈上窝之内侧端, 当臑俞穴与第二胸椎棘突连线的中点处	正坐, 在第二胸椎棘突与肱骨大结节之间, 当肩井穴和天髃穴的后下方, 肩胛冈上际取之	肩胛疼痛	直刺 0.3~0.5寸; 灸3~7壮
肩外俞	SI ₁₄	在背上部, 肩胛骨内侧, 当第一胸椎棘突下旁开3寸处	正坐俯头, 从陶道穴旁3寸处取之	肩背疼痛、颈项强急	斜刺 0.3~0.6寸; 灸3~7壮
肩中俞	SI ₁₅	在背上部, 肩胛骨上角之内侧, 当第七颈椎棘突下旁开2寸处	正坐俯头, 从大椎穴旁2寸处取之	咳嗽、气喘、肩背疼痛、目视不明	斜刺 0.3~0.6寸; 灸3~7壮
天 窗	SI ₁₆	在颈外侧部, 下颌角之下后方, 扶突穴直后, 胸锁乳突肌后缘处	正坐, 平喉结, 于胸锁乳突肌后缘取穴, 在扶突穴后方	耳鸣、耳聋、咽喉肿痛、颈项强痛、暴暗	直刺 0.3~0.6寸; 灸3壮
天 容	SI ₁₇	在颈外侧上部, 胸锁乳突肌前, 下颌角后方凹陷处	正坐, 在耳垂下, 下颌角之后, 当胸锁乳突肌之前取之	耳鸣、耳聋、咽喉肿痛、颈项肿痛	直刺 0.3~0.6寸; 灸3壮
颞 髃	SI ₁₈	颞骨下缘, 当目外眦直下处	正坐, 外眦角直下, 当颞骨下缘处取之	口眼歪斜、眼睑跳动、齿痛、颊肿	直刺0.3~0.5寸, 斜刺或平刺0.5~1寸
听 官	SI ₁₉	在耳屏与下颌关节之间, 当耳门穴(三焦经)与听会穴(胆经)之中央	正坐或侧卧, 在耳珠前方陷中, 按压时耳内作响者是穴	耳鸣、耳聋、聾耳、齿痛、癲狂病	张口, 直刺0.5~1寸; 灸3壮

七、足太阳膀胱经(BL)经穴表(左右各67穴)

穴名	编号	定 位	取 穴	主 治	针 灸 法
睛 明	BL ₁	在目内眦角上 0.1寸处	正坐或仰卧, 闭目, 在内眦边缘去眦角约1分许稍上方凹陷处取之	目赤肿痛、流泪、视物不明、目眩、近视、夜盲、色盲	嘱病人闭目, 左手将眼球推向外侧固定, 针沿眼眶边缘缓缓刺入0.3~0.5寸, 不宜作大幅度提插捻转; 禁灸
攒 竹	BL ₂	眉毛之内侧端, 当眶上切迹处	正坐或仰卧, 在眉端骨陷中取之	头痛、口眼喎斜、目视不明、流泪、目赤肿痛、眼睑跳动、眉棱骨痛、眼睑下垂	治疗眼病, 可向下滑斜刺0.3~0.5寸。治疗头痛面瘫, 可平刺透鱼腰; 禁灸

续表

穴名	编号	定 位	取 穴	主 治	针 灸 法
眉 冲	BL ₃	眉头直上, 神庭穴与曲差穴之间	正头, 从攒竹穴直上入发际五分许, 神庭穴旁取之	头痛、眩晕、鼻塞、癫痫	平刺 0.3~0.5寸; 灸3壮
曲 差	BL ₄	神庭穴旁开1.5寸, 入发际0.5寸处	正头, 从神庭穴旁开1.5寸, 入发际0.5寸处取之	头痛、鼻塞、鼻衄、目视不明	平刺 0.3~0.5寸; 灸3壮
五 处	BL ₅	上星穴旁开1.5寸, 当曲差穴后0.5寸处	正头, 入发际1寸, 上星穴旁开1.5寸处取之	头痛、目眩、癫痫	平刺 0.3~0.5寸; 灸3壮
承 光	BL ₆	在帽状腱膜中, 当五处穴后1.5寸处	正头, 在前发际后2.5寸, 督脉中线旁开1.5寸处取之	头痛、目眩、鼻塞、热病	平刺0.3~0.5寸
通 天	BL ₇	在帽状腱膜中, 当承光穴后1.5寸处	正头, 在前发际后4寸, 督脉中线旁开1.5寸处取之	头痛、眩晕、鼻塞、鼻渊、鼻衄	平刺 0.3~0.5寸; 灸3壮
络 却	BL ₈	通天穴后1.5寸	正头, 在督脉中线旁开1.5寸, 当前发际后5.5寸处取之	头晕、目视不明、耳鸣、癫狂	平刺 0.3~0.5寸; 灸3壮
玉 枕	BL ₉	脑户穴旁开1.3寸	正头, 在督脉中线旁开1.3寸, 后发际上2.5寸处取之	头项痛、目痛、鼻塞	平刺 0.3~0.5寸; 灸3壮
天 柱	BL ₁₀	在斜方肌起部, 项后发际内, 大筋外廉陷中, 哑门穴旁开1.3寸	俯头, 在哑门穴旁开1.3寸, 入发际0.5寸处取之	头痛、项强、鼻塞、癫狂、肩背痛、热病	直刺或斜刺0.5~0.8寸, 不可向内上方深刺, 以免伤及延髓
大 杼	BL ₁₁	第一胸椎棘突下, 旁开1.5寸	正坐俯头, 从第一胸椎棘突下旁开1.5寸处取之	咳嗽、发热、项强、肩背痛	斜刺 0.5~0.8寸; 灸5壮
风 门	BL ₁₂	第二胸椎棘突下, 旁开1.5寸	正坐曲背, 在第二胸椎棘突下旁开1.5寸处取之	咳嗽、发热、项强、肩痛背	斜刺 0.5~0.8寸; 灸5壮
肺 俞	BL ₁₃	第三胸椎棘突下, 旁开1.5寸	正坐曲背, 在第三胸椎棘突下旁开1.5寸处取之	咳嗽、气喘、吐血、骨蒸潮热、盗汗、鼻塞	斜刺 0.5~0.8寸; 灸3~7壮
厥阴俞	BL ₁₄	第四胸椎棘突下, 旁开1.5寸	正坐曲背或俯卧, 在第四胸椎棘突下旁开1.5寸处取之	咳嗽、心痛、胸闷、呕吐	斜刺 0.5~0.8寸; 灸3~7壮
心 俞	BL ₁₅	第五胸椎棘突下, 旁开1.5寸	正坐曲背或俯卧, 在第五胸椎棘突下旁开1.5寸处取之	心痛、惊悸、咳嗽、吐血、失眠、健忘、盗汗、梦遗、癫痫	斜刺 0.5~0.8寸; 灸3~7壮
督 俞	BL ₁₆	第六胸椎棘突下, 旁开1.5寸	正坐曲背或俯卧, 在第六胸椎棘突下旁开1.5寸处取之	心痛、胸闷、腹痛、寒热、气喘	斜刺 0.5~0.8寸; 灸5壮
膈 俞	BL ₁₇	第七胸椎棘突下, 旁开1.5寸	正坐曲背或俯卧, 在第七胸椎棘突下旁开1.5寸处取之	呕吐、呃逆、气喘、咳嗽、吐血、潮热、盗汗	斜刺 0.5~0.8寸; 灸5壮
肝 俞	BL ₁₈	第九胸椎棘突下, 旁开1.5寸	正坐曲背或俯卧, 在第九胸椎棘突下旁开1.5寸处取之	黄疸、胁痛、吐血、目赤、目眩、雀目、癫狂、脊背痛	斜刺 0.5~0.8寸; 灸3~7壮

续表

穴名	编号	定 位	取 穴	主 治	针 灸 法
胆 俞	BL ₁₉	第十胸椎棘突下, 旁开1.5寸	正坐曲背或俯卧, 在第十胸椎棘突下旁开1.5寸处取之	黄疸、口苦、胁痛、肺癆、潮热	斜刺 0.5~0.8寸; 灸3~7壮
脾 俞	BL ₂₀	第十一胸椎棘突下, 旁开1.5寸	正坐曲背或俯卧, 在第十一胸椎棘突下旁开1.5寸处取之	腹胀、黄疸、呕吐、泄泻、痢疾、便血、水肿、背痛	斜刺 0.5~0.8寸; 灸3~7壮
胃 俞	BL ₂₁	第十二胸椎棘突下, 旁开1.5寸	正坐曲背或俯卧, 在第十二胸椎棘突下旁开1.5寸处取之	胸胁痛、胃脘痛、呕吐、腹胀、肠鸣	斜刺 0.5~0.8寸; 灸3~7壮
三焦俞	BL ₂₂	第一腰椎棘突下, 旁开1.5寸	正坐伏案或俯卧, 在第一腰椎棘突下旁开1.5寸处取之	肠鸣、腹胀、呕吐、泄泻、痢疾、水肿、腰背痠痛	直刺 0.5~0.8寸; 灸3~7壮
肾 俞	BL ₂₃	第二腰椎棘突下, 旁开1.5寸	正坐伏案或俯卧, 在第二腰椎棘突下旁开1.5寸处取之	遗尿、遗精、阳痿、月经不调、白带、水肿、耳鸣、耳聋、腰痛	直刺 0.5~0.8寸; 灸3~7壮
气海俞	BL ₂₄	第三腰椎棘突下, 旁开1.5寸	俯卧, 在第三腰椎棘突下旁开1.5寸处取之	肠鸣腹胀、痔漏、痛经、腰痛	直刺 0.5~0.8寸; 灸3~7壮
大肠俞	BL ₂₅	第四腰椎棘突下, 旁开1.5寸	俯卧, 在第四腰椎棘突下旁开1.5寸处取之	肠胀、泄泻、便秘、腰痛	直刺 0.8~1寸; 灸3~7壮
关元俞	BL ₂₆	第五腰椎棘突下, 旁开1.5寸	俯卧, 在第五腰椎棘突下旁开1.5寸处取之	腹胀、泄泻、小便频数或不利、遗尿、腰痛	直刺 0.8~1寸; 灸3~7壮
小肠俞	BL ₂₇	第一骶椎棘突下, 旁开1.5寸	俯卧, 从第一骶椎棘突下旁开1.5寸处取之	腹痛、泄泻、痢疾、遗尿、尿血、痔疾、遗精、白带、腰痛	直刺或斜刺 0.8~1寸; 灸3~7壮
膀胱俞	BL ₂₈	第二骶椎棘突下, 旁开1.5寸	俯卧, 从第二骶椎棘突下旁开1.5寸处取之	小便不利、遗尿、泄泻、便秘、腰脊强痛	直刺或斜刺 0.8~1寸; 灸3~7壮
中膂俞	BL ₂₉	第三骶椎棘突下, 旁开1.5寸	俯卧, 从第三骶椎棘突下旁开1.5寸处取之	泄泻、疝气、腰脊强痛	直刺或斜刺 0.8~1寸; 灸3~7壮
白环俞	BL ₃₀	第四骶椎棘突下, 旁开1.5寸	俯卧, 从第四骶椎棘突下旁开1.5寸处取之	遗尿、疝气、遗精、月经不调、白带、腰骶疼痛	直刺 0.8~1寸; 灸3~7壮
上 髎	BL ₃₁	在第一骶后孔中, 约当髂后上棘与督脉之间的中点	俯卧, 按取第一骶椎下, 左右两孔中, 与小肠俞相平处取之	大小便不利、月经不调、带下、阴挺、遗精、阳痿、腰痛	直刺 0.8~1寸; 灸7~15壮
次 髎	BL ₃₂	在第二骶后孔中, 约当髂后下棘与督脉之间的中点	俯卧, 按取第二骶椎下, 左右两孔中, 与膀胱俞相平处取之	疝气、月经不调、痛经、带下、小便不利、遗精、腰痛、下肢痿痹	直刺 0.8~1寸; 灸7~15壮
中 髎	BL ₃₃	在第三骶后孔中, 约当中膂俞与督脉之间	俯卧, 按取第三骶椎下, 左右两孔中, 与中膂俞相平处取之	便秘、泄泻、小便不利、月经不调、带下、腰痛	直刺 0.8~1寸; 灸7~15壮
下 髎	BL ₃₄	在第四骶后孔中, 约当白环俞与督脉之间	俯卧, 按取第四骶椎下, 左右两孔中, 与白环俞相平处取之	腹痛、便秘、小便不利、带下、腰痛	直刺 0.8~1寸; 灸7~15壮
会 阳	BL ₃₅	在尾骨两侧, 臀大肌起始部, 督脉旁0.5寸取穴	俯卧或跪伏, 按取尾骨, 在尾骨下端之两侧约5分处取之	泄泻、便血、痔疾、阳痿、带下	直刺 0.8~1寸; 灸7~15壮