

中华

针灸要穴丛书

名穴、效穴、单验穴的极致诠释
古今经验的全面总结，中华医粹的完美继承

总主编◎巩昌镇 陈少宗

阳陵泉穴



主编◎郭珊珊 刘鹏

中国医药科技出版社



中 华 针 灸 要 穴 丛 书

Y A N G L I N G Q U A N X U E

阳 陵 泉 穴

总主编 巩昌镇 陈少宗

编 著 郭珊珊 刘 鹏

内 容 提 要

本书分上、中、下三篇。上篇穴位概述介绍了阳陵泉穴的渊源、功能主治等；中篇临床应用介绍了阳陵泉穴在临床内、外、妇、儿等各科病证中的应用；下篇实验研究介绍了针刺阳陵泉穴的最新实验研究成果。

全书内容丰富，侧重于临床，适合广大针灸、推拿、中医专业师生及临床工作人员阅读。

图书在版编目（CIP）数据

阳陵泉穴/郭珊珊，刘鹏主编. —北京：中国医药科技出版社，2012.1
（中华针灸要穴丛书/巩昌镇，陈少宗主编）

ISBN 978 - 7 - 5067 - 5018 - 9

I. ①阳… II. ①郭…②刘… III. ①针灸疗法 - 穴位 IV. ①R224.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2011）第 084859 号

美术编辑 陈君杞

版式设计 郭小平

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行：010 - 62227427 邮购：010 - 62236938

网址 www.cmstp.com

规格 710 × 1020 mm¹/₁₆

印张 9

字数 144 千字

版次 2012 年 1 月第 1 版

印次 2012 年 1 月第 1 次印刷

印刷 三河市华新科达彩色印务有限公司

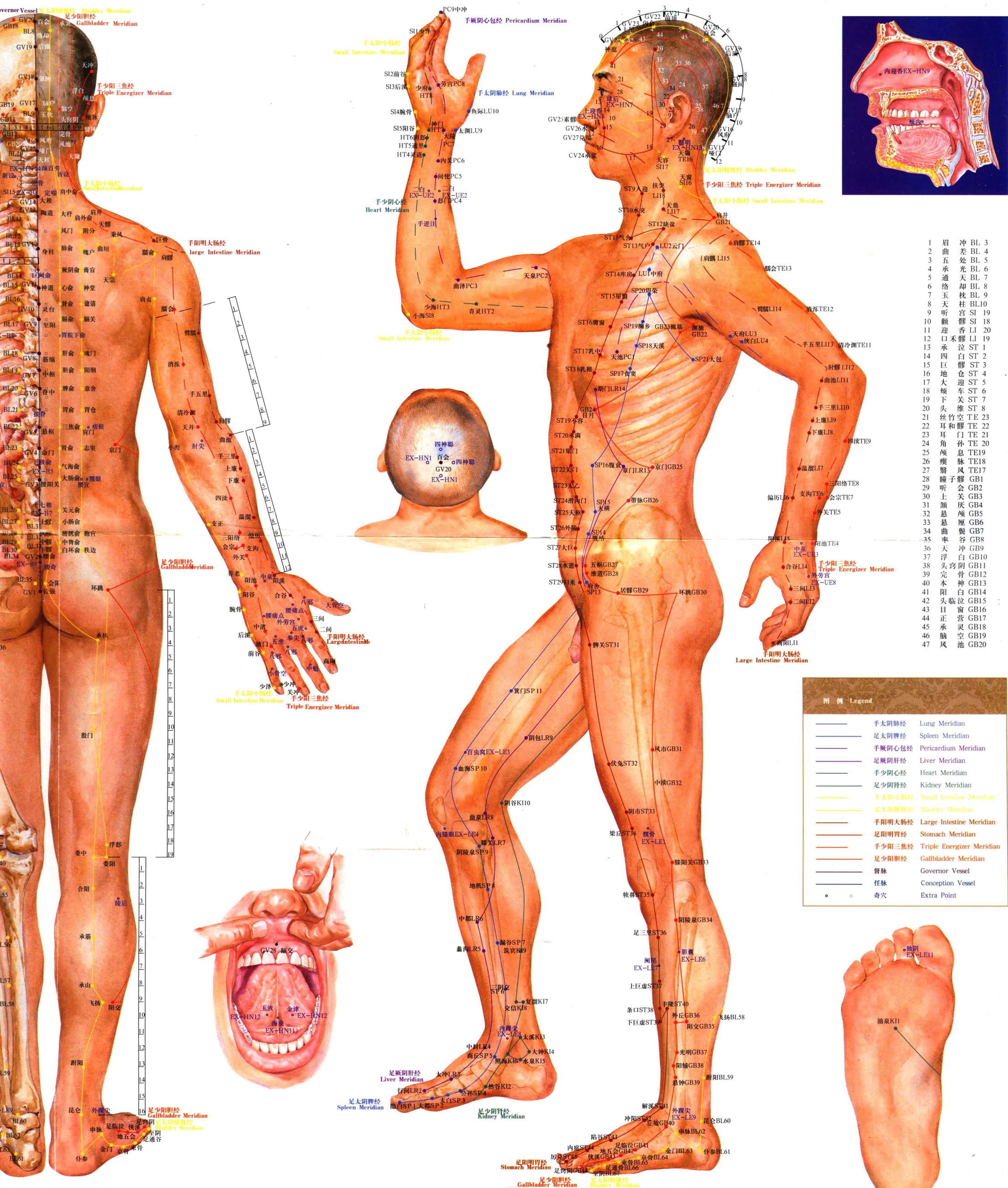
经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978 - 7 - 5067 - 5018 - 9

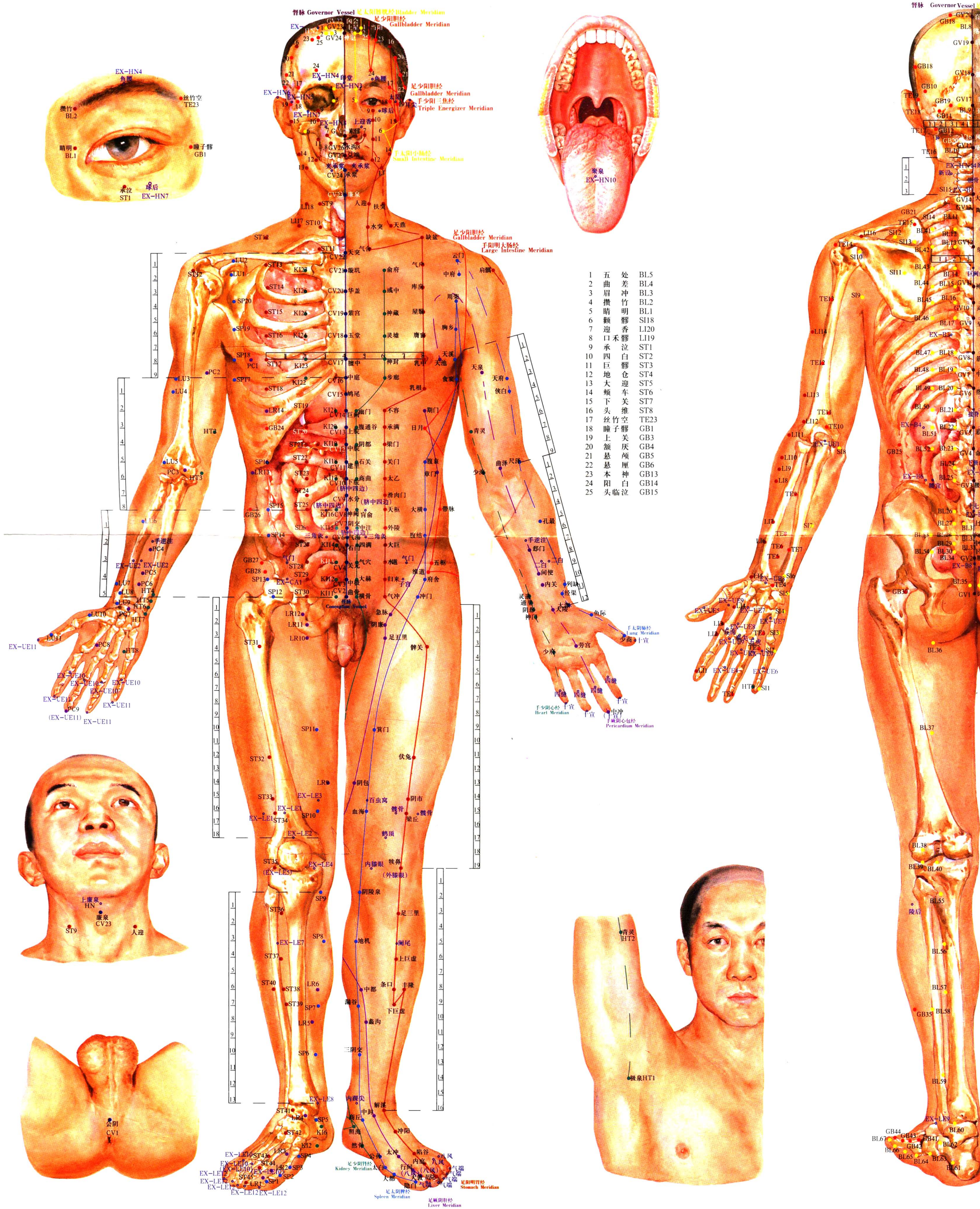
定价 18.00 元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

经穴部位图



标准经



《中华针灸要穴丛书》

编委会

总主编 巩昌镇 陈少宗

副总主编 刘伟 姜文

编委 (按姓氏笔画排序)

卜彦青	王黎明	古励	丛茜	巩昌靖
巩昌镇	曲岩	刘一凡	刘伟	刘鹏
闫冰	孙鹏	杜广中	杨凯	李君
李金龙	李艳梅	何新蓉	宋立中	迟程
张立娟	张秉芬	陈少宗	陈红	岳公雷
姜文	郭珊珊	郭振丽	唐代屹	储芹
路玉滨	阙俊祯			

分册主编

《风池穴》	卜彦青	李金龙	《肾俞穴》	郭振丽	丛茜
《关元穴》	李艳梅	宋立中	《中脘穴》	张立娟	李艳梅
《合谷穴》	丛茜	张秉芬	《委中穴》	杜广中	卜彦青
《内关穴》	张立娟	姜文	《丰隆穴》	刘鹏	郭珊珊
《曲池穴》	王黎明	曲岩	《天枢穴》	曲岩	王黎明
《三阴交穴》	郭珊珊	郭振丽	《阴陵泉穴》	李君	李金龙
《足三里穴》	郭振丽	郭珊珊	《阳陵泉穴》	郭珊珊	刘鹏
《太冲穴》	曲岩	王黎明	《大椎穴》	李艳梅	张立娟
《百会穴》	张秉芬	丛茜	《膻中穴》	丛茜	郭振丽
《太溪穴》	王黎明	曲岩	《气海穴》	岳公雷	闫冰 阙俊祯

自序

经穴的作用规律、作用范围、作用的特异性主要是由相关神经节段的支配空间决定的。这里必须要说明的是，在脊髓水平，由于脊髓中间神经元及脊神经节的中枢突在脊髓内的上下联系或交感干神经节之间的上下联系，因此任何一个脊髓节段的存在都不是孤立的，而是上下数个脊髓节段紧密联系在一起。从严格意义上讲，这种联系是神经节段性联系的重要形式，是产生针灸的“节段性效应”的重要途径。针灸的“节段性效应”既包括同一个脊髓节段水平内的“节段性效应”，也包括相邻近或密切相关联的数个脊髓节段之间的“节段性效应”。所以对于“腧穴的主治规律”，也就是“腧穴的主治范围主要是由相关神经节段的支配空间决定的”理论应当有一个全面认识。

但是，也有这样一个事实，即有少部分腧穴特别是位于四肢部的一部分腧穴，除了能够治疗与之相同和相关节段内的疾病之外，还可以治疗与之相距较远节段区内的疾病，并且对有的疾病具有较好的治疗作用。这种情况主要是由高位中枢的超分节结构或体液因素决定的。高位中枢的超分节结构和体液因素是针灸的“整体性效应”产生的主要机制。这就是说，我们在认识到腧穴的主治范围与神经的节段性支配关系相吻合的同时，也注意到了由超分节结构的高位中枢及体液因素所决定的腧穴的某些特殊作用的存在。为了系统展示这部分腧穴的广泛作用，我们选择了其中的20个，就其临床应用及有关研究现状进行了系统汇集，以《中华针灸要穴丛书》形式奉献给广大读者。

由于篇幅所限，本套丛书并未纳入所有的相关文献，只是根据常用原则，主要纳入了对常见病种的治疗使用情况，这种处理极有可能漏掉部分好的经验。此等不足还望读者见谅，并批评指正！

山东中医科学院针灸研究所

陈少宗

2011年10月

前言

《中华针灸要穴丛书》是一套重要的针灸穴位学术丛书，由美国中医学院儒医研究所和山东中医科学院针灸研究所通力合作而成。本套丛书旨在通过立体式、多视角的研究为中医院校针灸专业学生、针灸医生、针灸理论研究者以及针灸爱好者提供切实有效的学习研究工具。

众所周知，穴位遍布人体。但是，在针灸理论和针灸临床上占据着显著而独特位置的，则是那些有着多种功能和广泛用途的穴位。这些穴位，坐落在人体动一点而牵全身的部位，举足轻重，受到历代医家的高度重视。反复的临床研究证实：正确和灵活地使用这些穴位可以收到“四两拨千斤”之效。惟其如此，针灸大夫每天口不离它们，手不离它们，而这些神奇的穴位也正是《中华针灸要穴丛书》的聚焦点。

确定什么穴位进入本套丛书，就我们而言，经历了一个反复筛选的过程。美国中医学院儒医研究所在美国发展针灸事业已近20年，多年来，儒医研究所一直关注着在临床上应用频率最高的穴位、临床医生天天使用的穴位、针灸学家研究最集中的穴位、针灸处方中出现次数最多的穴位，全面收集着这些穴位的理法方术的资料。在此基础上，丛书编委会又进而广泛查阅了从《黄帝内经》、《针灸甲乙经》、《针灸大成》到《针灸集成》的古代文献，通览了《中国针灸》、《针灸临床杂志》、《上海针灸杂志》、《针刺研究》、《国际针灸临床杂志》和众多的中医类杂志，参考了现代针灸医家的经验专著，还先后向几十位临床针灸学家进行了调查咨询，这样经过长期反复的筛选，足三里、三阴交、百会、合谷、太冲、风池、曲池、关元、内关、阴陵泉、阳陵泉、太溪、丰隆、委中、中脘、肾俞、天枢、气海、大椎、膻中20个穴位最终从十四条经脉的361个腧穴中胜出。

入选的20个穴位，每个穴位成书一册。各册皆分上、中、下三篇，从三个方面对每个穴位进行立体式、多视角的系统总结。上篇为穴位概述，介绍针灸穴位的起源、基础理论、历代针灸著作对该穴位的认识和理解，以及针术针法。中篇为临床应用，介绍穴位以及穴位组合在临床各科病证上的应用，

包括临床观察和临床案例。下篇为实验研究，介绍穴位的组织学和解剖学、针刺效应的研究、针刺穴位对身体各系统的影响等。针灸学的研究，尤其是针灸穴位的研究，不但需要超越针灸歌诀的古代水平，而且需要超越针灸机制研究的现代水平。《中华针灸要穴丛书》所建立的穴位概述、临床应用、实验研究三位一体的体系正是朝着这一方向努力的一个尝试。

《中华针灸要穴丛书》汇集了众多古今医家的研究成果。正是这些研究成果使得针灸医学得以成长、发展、繁荣。值此出版之际，丛书编委会谨向各位作者致以诚挚的谢意。

美国中医学院儒医研究所
巩昌镇博士
2011年10月

目 录 |

上篇 穴位概述

一、穴名释义与渊源 2

二、功能与治疗范围 2

三、经典著作的相关论述 3

四、刺激方法讨论 6

中篇 临床应用

第一章 内科疾病 9

一、急性病毒性肝炎 9

二、慢性乙型肝炎 11

三、肝炎后综合征 15

四、肠梗阻 16

五、胆囊炎 19

六、胆石症 22

七、胆道蛔虫症 26

八、急性梗阻性化脓性胆管炎 28

九、原发性脑出血 31

十、急性缺血性脑血管病 35

十一、震颤麻痹 44

十二、糖尿病 47

十三、膝关节骨性关节炎 50

十四、类风湿关节炎 53

第二章 骨伤科疾病 59

一、重症肌无力 59

二、增生性脊柱炎 62

三、梨状肌综合征	64
四、臀上皮神经损伤	71
五、髌上囊创伤性滑膜炎	73
六、肋间神经痛	76
七、臀上皮神经炎	79
八、坐骨神经痛	80
九、急性感染性多发性神经炎	84
十、多发性神经炎	88
十一、腓总神经损害	93
十二、脑发育迟缓综合征	102
十三、脑性瘫痪	106
十四、腰椎间盘突出症	107
十五、肌萎缩侧索硬化	116
十六、不安腿综合征	119
十七、足跟痛症	122
第三章 其他疾病	125
一、疟疾	125
二、带状疱疹	127

下篇 实验研究

一、组织学与解剖学研究	131
二、针刺阳陵泉穴的基础研究	131
三、针刺阳陵泉穴的临床研究	133

上

篇

穴位概述

一、穴名释义与渊源

阳陵泉穴，足少阳胆经穴，又名筋会、阳陵、阳之陵，为八会穴之筋会、胆经之合穴、胆之下合穴。合者，北方冬也，阳气入脏故为合，谓其经脉自此而入脏与诸经相合也，也就是说，经脉走入合穴时其经气为最强的时机。可以得知，历来多取阳陵泉一穴，是因为它的经气最强，入脏很深，故通上达下的作用也是最强的，故本穴对于胆腑疾病以及筋病（包括疼痛、弛缓和拘挛）有较好的治疗效果。本穴在小腿外侧，当腓骨头前下方凹陷处，孔穴甚深，可透阴陵泉。因胆属阳经，膝外侧属阳，腓骨小头部似陵，陵前下方凹陷处经气像流水入合深似泉，所谓“阳之陵泉”也，故简称“阳陵泉”。《素问·脉要精微论》言：“膝者筋之府”。后人以本穴为筋病之会穴，凡治筋病，先取本穴，后取他穴。历代针灸医家将之列为要穴。

二、功能与治疗范围

《针灸大成》言“阳陵泉穴……主膝伸不得屈，髀枢膝骨冷痹脚气，膝股内外廉不仁，偏风半身不遂，脚冷无血色，苦嗌中介然，头面肿，足筋挛。”《马丹阳天星二十穴歌》：“膝肿并麻木，冷痹及偏风，举足不能起，坐卧似衰翁，针入六分止，神功妙不同。”《扁鹊玉龙经·天星十一穴歌》云：“阳陵居膝下，一寸外廉中。膝腿难伸屈，拘挛似老翁，欲行行不得，冷痹及偏风。诚记微微刺，方知最有功。”阳陵泉有舒筋脉、清胆热、驱腿膝风邪、疏经络湿滞之功，主治膝关节痛、坐骨神经痛、偏瘫、胸痛、胆囊炎。《灵枢·四时气》：“邪在腑，取之合”。胆附于肝，内藏清汁，肝与胆在生理上相互联系，在病理上相互影响。故肝胆多同病，因湿热蕴结，入侵肝胆，胆汁外溢；或脾阳不运，湿热内阻，胆汁外溢；以及肝郁气滞、肝胆湿热、肝胆实火等所引起的病证，都属本穴的治疗范围。阳陵泉也是治疗筋病的要穴，《难经·四十五难》云：“筋会阳陵泉”，在针灸治疗常用穴中尚有“外伤阳陵泉”之说，也就是阳陵泉可治一切外伤的疾患，故特别是下肢筋病，临床较为常用。依其足少阳经的循行、针感的走向和穴位的所在，循经取穴，本穴治疗本经

经脉循行路线上的下肢、髋枢、胁肋、颈项病，以及肝胆火旺，循经上扰的眼、耳、头部病变。

现代认为本穴主要治疗以下几类疾病：①运动系统疾病：膝关节炎及周围软组织疾病，下肢瘫痪，踝扭伤，肩周炎，落枕，腰扭伤，臀部肌内注射后疼痛。②消化系统疾病：肝炎，胆结石，胆绞痛，胆道蛔虫症，习惯性便秘。③其他：高血压病，肋间神经痛。

三、经典著作的相关论述

- (1) 疾高而内者取阴之陵泉，疾高而外者取阳之陵泉。（《灵枢》）
- (2) 胆病者，善太息，口苦，呕吐宿汁，心下澹澹，恐人将捕之，啞中啞然，数唾，……取阳陵泉。（《灵枢》）
- (3) 四肢风痛：曲池、风市、外关、阳陵泉、三阴交、手三里。（《针灸大成》）
- (4) 风痛不能转侧，举步艰难：环跳、风市、昆仑、居髎、三里、阳陵泉。前穴不效，复刺后穴：五枢、阳辅、支沟。（《针灸大成》）
- (5) 胁肋胀痛：膈俞、章门、阳陵泉、丘墟。（《类经图翼》）
- (6) 主治偏风，半身不遂，足膝冷痹不仁，无血色，脚气筋挛。（《类经图翼》）
- (7) 胁下支满，呕吐逆，阳陵泉主之。（《针灸甲乙经》）
- (8) 胆胀者，胁下痛胀，口苦好太息，阳陵泉主之。（《针灸甲乙经》）
- (9) 胁下肋痛者，刺阳陵而即止。（《通玄指要赋》）
- (10) 半身不遂，阳陵远达于曲池。（《百症赋》）
- (11) 脚气酸疼肩井先，次寻三里阳陵泉。（《针灸大全》）
- (12) 冷风湿痹针何处，先取环跳次阳陵。（《针灸大全》）
- (13) 胁下肋边者，刺阳陵则即止。（《针经指南》）
- (14) 环跳与阳陵，膝前兼腋肋。可补即留久，当泻即疏泄。（《针灸大全》）
- (15) 最是阳陵泉一穴，膝间疼痛用针烧。（《针灸大全》）
- (16) 膝盖红肿鹤膝风，阳陵二穴亦堪攻，阴陵针透尤收效，红肿全消见异功。（《玉龙歌》）
- (17) 胁痛只须阳陵泉。（《医学入门》）
- (18) 脚连肋腋痛难当，环跳、阳陵泉内杵。（《医学入门》）
- (19) 冷风湿痹针环跳，阳陵、三里烧针尾（烧三五壮，知痛即止）。（《医学入门》）
- (20) 热秘气秘先长强，大敦、阳陵堪调护。（《医学入门》）

- (21) 阳陵泉穴如寻得，轻行健步疾如飞。《《针灸聚英》》
- (22) 再有妙穴阳陵泉，腿转筋急如神取。《《针灸聚英》》
- (23) 阴陵、阳陵，除膝肿之难熬。《《针灸聚英》》
- (24) 偏风半身不遂：穴阳陵泉，环跳，曲池。《《普济方》》
- (25) 治髀痹，引膝股外廉痛，不仁，筋急，穴阳陵泉。《《普济方》》
- (26) 治头痛寒热，汗不出，恶寒：穴目窗、中渚、完骨、命门、丰隆、太白、外丘、通谷、京骨、临泣、小海、承筋、阳陵泉。《《普济方》》
- (27) 治面肿：穴陷谷、阳陵泉、天枢、中府、解溪。《《普济方》》
- (28) 治口苦咽干，介介然，穴阳陵泉。《《普济方》》
- (29) 主心下惕惕，恐人将捕之，穴然谷、阳陵泉。《《普济方》》
- (30) 治头面肿：穴阳陵泉、公孙。《《普济方》》
- (31) 治虚劳尿精泄精：穴阳陵泉、阴陵泉随年壮，或十椎或十九椎，旁三十壮。《《普济方》》
- (32) 疗膝股内外廉痛不仁，屈伸难，穴阳陵泉。《《普济方》》
- (33) 治脚膝伸不得屈伸，脚冷不仁，偏风半身不遂，脚冷无血色，穴阳陵泉。《《普济方》》
- (34) 治患脚：穴环跳、阳陵泉、巨虚下廉、阳辅。《《普济方》》
- (35) 治患风，腰脚不随，不得跪起：穴环跳、阳陵泉、巨虚下廉。《《普济方》》
- (36) 筋会阳陵泉也。《《普济方》》
- (37) 咳而呕苦汁者，阳陵泉主之。《《普济方》》
- (38) 治有人身屈不可，亦有膝上肿疼动不得，灸阳陵泉皆愈。《《普济方》》
- (39) 治呕宿食，心下澹澹，穴阳陵泉。《《普济方》》
- (40) 治足冷无血色，穴阳陵泉。《《普济方》》
- (41) 膝以下病：宜灸犊鼻、膝关、三里、阳陵泉。《《普济方》》
- (42) 治脾枢腕骨痹不仁：穴阳辅、阳交、阳陵泉。《《普济方》》
- (43) 治膝不仁：穴犊鼻、髌关、阳陵泉。《《普济方》》
- (44) 治失禁遗尿不自知：穴阴陵泉、阳陵泉。《《普济方》》
- (45) 四肢风痛：曲池、风市、外关、阳陵泉、三阴交。《《针灸大成》》
- (46) 半身不遂：阳陵远达于曲池。《《针灸大成》》
- (47) 阴陵阳陵，除膝肿之难熬。《《针灸大成》》
- (48) 膝盖红肿鹤膝风，阳陵二穴亦堪攻，阴陵针透尤收效，红肿全消见异功。《《针灸大成》》

(49) 腋痛难当，环跳阳陵泉内杵，冷风湿痹针环跳，阳陵三里烧针尾（烧三五壮知痛即止），热秘气秘先长强，大敦阳陵堪调护。（《针灸大成》）

(50) 脚气酸疼肩井先，次寻三里阳陵泉。（《针灸大成》）

(51) 冷风湿痹针何处，先取环跳次阳陵。（《针灸大成》）

(52) 四肢风痛：曲池，风市，外关，阳陵泉，三阴交。（《针灸大成》）

(53) 肋下疼，心脘刺痛，气海，行间，阳陵泉。（《针灸大成》）

(54) 风壅气滞，手足挛急，屈伸艰难：三里，曲池，行间，阳陵泉。（《针灸大成》）

(55) 手足俱颤，不能行步握物：阳溪，曲池，腕骨，太冲，绝骨，公孙，阳陵泉。（《针灸大成》）

(56) 肢节烦痛，牵引腰脚疼：肩髃，曲池，昆仑，阳陵。（《针灸大成》）

(57) 中风手足瘙痒，不能握物：臑会，腕骨，合谷，行间，风市，阳陵泉。（《针灸大成》）

(58) 中风角弓反张，眼目盲视：百会，百劳，合谷，行间，曲池，十宣，阳陵泉。（《针灸大成》）

(59) 两足颤掉，不能移步：太冲，昆仑，阳陵泉。（《针灸大成》）

(60) 足指拘挛，筋紧不开（足十指节握拳，指尖小麦炷灸五壮）：丘墟，公孙，阳陵泉。（《针灸大成》）

(61) 两膝红肿疼痛，名曰鹤膝风：膝关、行间、风市、阳陵泉。（《针灸大成》）

(62) 胁下肝积，气块刺痛：章门，支沟，中脘，大陵，阳陵泉。（《针灸大成》）

(63) 手足拘挛：中渚，尺泽，绝骨，八邪，阳溪，阳陵泉。（《针灸大成》）

(64) 膝胫酸痛：行间，绝骨，太冲，膝眼，三里，阳陵泉。（《针灸大成》）

(65) 瘰，延生胸前，连腋下者，名曰瓜藤。肩井，膻中，大陵，支沟，阳陵泉。（《针灸大成》）

(66) 老人虚损，手足转筋，不能举动：承山，阳陵泉，临泣，太冲，尺泽，合谷。（《针灸大成》）

(67) 霍乱吐泻，手足转筋：京骨，三里，承山，曲池，腕骨，尺泽，阳陵泉。（《针灸大成》）

(68) 干脚气：膝头并内踝及五指疼痛，膝关，昆仑，绝骨，委中，阳陵泉，三阴交。（《针灸大成》）

(69) 阳陵泉主冷痹偏风，霍乱转筋。（《针灸大成》）

(70) 呕吐：曲泽，通里，劳宫，阳陵，太溪，照海，太冲，大都，隐

白，通谷，胃俞，肺俞。（《针灸大成》）

（71）腹满：少商，阴市，三里，曲泉，昆仑，商丘，通谷，太白，大都，隐白，陷谷，行间，腹满，阳陵，三里，上廉。（《针灸大成》）

（72）水肿：列缺，腕骨，合谷，间使，阳陵，阴谷，三里，曲泉，解溪，陷谷，复溜，公孙，厉兑，冲阳，阴陵，胃俞，水分，神阙。（《针灸大成》）

（73）胸满：经渠，阳溪，后溪，三间，间使，阳陵，三里，曲泉，足临泣。（《针灸大成》）

（74）腿膝酸疼：环跳，阳陵，丘墟。（《针灸大成》）

（75）脚膝痛：委中，三里，曲泉，阳陵，风市，昆仑，解溪。（《针灸大成》）

（76）髀枢痛：环跳，阳陵，丘墟。（《针灸大成》）

（77）足寒热：三里，委中，阳陵，复溜，然谷，行间，中封，大都，隐白。（《针灸大成》）

（78）足挛：肾俞，阳陵，阳辅，绝骨。（《针灸大成》）

（79）膝以下病：灸犊鼻，膝关，三里，阳陵。（《针灸大成》）

（80）中风脚腿麻木，冷痹冷痛：阳陵。（《针灸大成》）

（81）四肢麻木：肩髃，曲池，合谷，腕骨，风市，昆仑，行间，三里，绝骨，委中，通里，阳陵泉（此症宜补多泻少，如手足红肿宜补多泻少）。（《针灸大成》）

四、刺激方法讨论

1. 定位

《灵枢·本输》中指出阳陵泉定位为：“阳之陵泉，在膝外陷者中也，为合，伸而得之”，《备急千金要方》载“在膝下一寸，外廉陷中”，是胆经经气由此深入，进而会合于胆腑的部位。关于本穴取法，历代文献其说不一。《灵枢·本输》：“伸而得之”，是让患者将下肢伸直，然后取穴。《针灸大成》：“蹲而取之”，是嘱患者取下蹲姿势再定穴。《中国针灸学》：“坐，屈膝重足……取之。”体表定位：膝关节半屈，腓骨小头最高点前下方，胫腓关节处。患者正坐垂足或仰卧，在腓骨小头前下方凹陷中取穴。

2. 刺激方法

《针灸大成》曰：“阳陵泉，……铜人针六分，留十呼，得气即泻，又宜久留针，日灸七壮，至七七壮。”

关于阳陵泉穴的刺激方法，现在临床上常见有针刺、灸法、小针刀、穴位埋线、穴位注射、穴位贴敷、拔罐、推拿、电磁波或红外线照射等。其中