

总 论

针灸有效点是把人体采用分区划线方法各分成四个不同的区，如头颈部、躯干部、上肢部、下肢部，再各自分成四个区，区与区、线与线之间互相联系。各区五指（趾）经线与等分点纬线构成相应经纬交叉的有效点。使头颈与躯干、四肢形成循环无端的网状联系。

在近 50 年的临床医疗实践中，笔者发现了这一规律。针灸有效点由良性点、阳性点、阴性点组成，与人体的头部、内脏器官、组织的功能状态有内外、上下的相应性，运用这一规律治疗疾病能起到调整平衡的作用，在临床中能增强预防，提高机体免疫力，这种双重的意义是令人十分满意的。

一、针灸有效点的发现经过

1947 年我曾为一位胃溃疡患者治病，经用中成药枳术丸、香砂六君子丸、沉香顺气丸及西药颠茄、阿托品、吗啡等，疗效只能维持 2 小时左右，胃痛反复发作并伴恶心呕吐，无意中我用手拍患者背部，胃痛有所缓解，但过了一会儿胃痛又发作，我用大拇指在其背部胃的相对部位用力按压，胃痛完全消失，从而启发我对这一发现的进一步研究。之后经常遇到许多患者按传统配穴施治而得不到满意效果时，我就在病位水平线、病位同区、相应区及相对部位经纬线交叉点上按压，均取得良好效果，逐渐摸索出审有效点的治疗规律，并认识到有效点对人的整体、脑、五脏六腑、四肢百骸有着相应调节的正负反馈作用，并通过一定的途径将人体各部联系成一个有机的整体，这种途径犹如网状结构，

从头脑通向脏腑、肢节、组织器官，类似《内经》所云：“内合于五脏六腑外合于筋骨皮肤”。经临床与实验研究初步证明，针刺有效点能有效地调节大脑失衡，通经疏络，活血化瘀，调理营卫气血，祛病除邪，促进机体调节平衡的功能。

二、针灸有效点的概念及分类

什么是针灸有效点？按一定的体表和解剖标志将构成人体的四大部：头颈部、躯干部、上肢部、下肢部各分成Ⅰ、Ⅱ、Ⅲ、Ⅳ 4个区，并划出贯穿全身上下的纵行经线和沟通各区前后的横行纬线。这样，发病部位（病位）即可以用某部、某区及其所处的经纬线来标定，那么，在病位本区（病位所在的区）、病位同区（与病位本区序号相同的区）、病位经纬线交叉点、病位相应、病位相对、病位水平延长线与同指线交叉点、病位提升、病位经纬固定的一定部位，往往可审出使患者自觉症状和体征明显减轻或消失的点即为有效点。这种分区、划线、定点的规律，即为有效点规律。

有效点的内涵，在《灵枢》中有过类似的记载。《灵枢》经筋中：“以痛为腧”，张介宾云：“但按其腧穴之处，必痛而解，即其所也。”《灵枢》颠狂云：“以手按之，立快者是也。”《灵枢》九针十二原曰：“五脏有疾也，应出十二原。十二原各有所出，明知其原，睹其应，而知五脏之害矣。”笔者认为，根据诊断确定病位和异常反应部位，按整体分区定点，头部五指线起始点，经纬划线规律，通过审穴方法审出的点，能使患者自觉症状和体征消失或改善，即为针灸治疗的有效点。

由于疾病的部位、阶段和机体反应的差异性，在病人身上可以审出具有不同性质和不同作用的反应点即“有效点”，主要可分为如下三类：

（一）良性点

在发病急性期，根据审有效点规律，按压某些点后可以使

病人的主要症状立即获得缓解，甚至消失，这些点即为“良性点”。

（二）阳性点

在疾病的缓解期，临床症状已不明显，或病人表达不清具体病位时按压某些点，可以使病人即时出现酸、麻、胀、痛等不舒服的感觉，这些点叫“阳性点”。阳性点具有诊断和治疗的双重作用，但主要用于确定其相应的治疗点，即为“阳性点”。

（三）阴性点

根据审出有效点的规律，找到能消除阳性点的异常反应，酸、麻、胀、痛的点，叫做阴性点。如胃脘痛者，在病位相对侧经纬交叉处出现阳性点，经按压手法在病位水平线上及上肢、下肢同区指趾线经纬交叉处可找到使阳性反应点消失，胃脘痛显著缓解的点，即为“阴性点”。

上述“良性点”、“阳性点”、“阴性点”统称为有效点。疾病诊断结合审出的点应用得当，许多针灸的适应症往往可取得满意的疗效。

三、人体的四大部分区标志

人体的四大部：头颈部、躯干部、上肢部、下肢部（全身各部左右对称），每个部再分四个区，现以半侧为例分述如下（见图1~4）：

（一）头颈部

胸骨柄上窝、锁骨上缘、肩胛骨上缘第七颈椎棘突下的环行线以上部分。

以眉头、眉中、眉梢为主要标志，过这些标志的纵行线，将头颈部由内向外依次分为一、二、三、四区。

1区：过两眉头行于前后的两条纵行线之间。

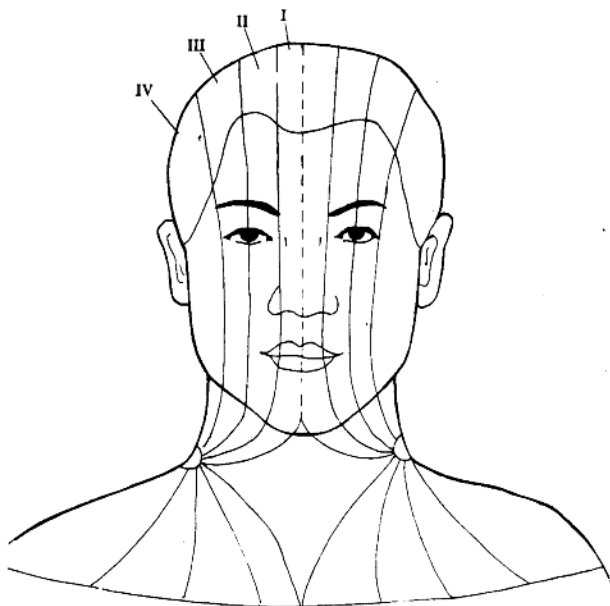


图1 头颈部阴面划区经线示意图

Ⅰ区：过眉头和眉中，行于前后的两条纵行线之间。

Ⅱ区：过眉中和眉梢，行于前后的两条纵行线之间。

Ⅳ区：过眉梢，行于前后纵行线以外的部分。

(二) 躯干部

头颈部以下，过耻骨联合上缘和尾骨尖的环行线以上部分。

Ⅰ区：以耻骨联合上缘和尾骨尖，脐和第二腰椎棘突下为标志，过这两对标志，并行于躯干前后的两条环行线之间。

Ⅱ区：以脐和第二腰椎棘突下，剑突和第十胸椎棘突下为

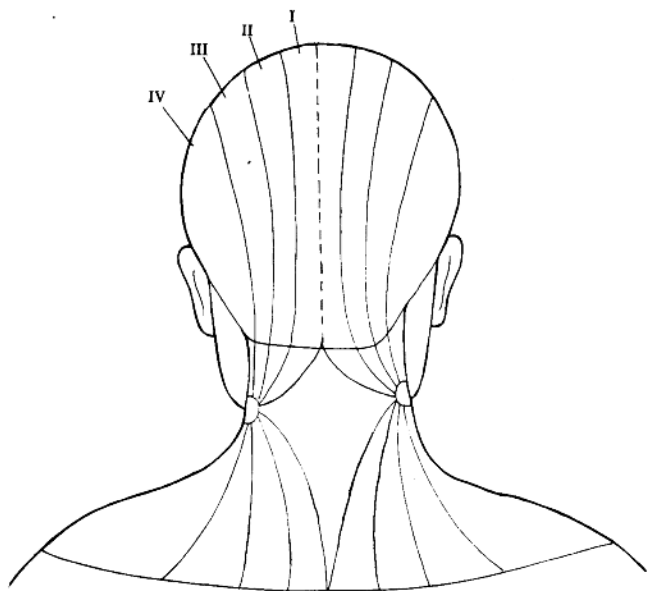


图2 头颈部阳面划区经线示意图

标志，过这两对标志，并行于躯干前后的两条环行线之间。

■区：以剑突和第十胸椎棘突下，胸骨中点和第七胸椎棘突下为标志，过这两对标志，并行于躯干前后的两条环行线之间。

Ⅳ区：以胸骨中点和第七胸椎棘突下为标志，过这对标志并行于躯干前后的环行线以上部分。

（三）上部

过肩峰和腋窝环行线以下部分。

Ⅰ区：以手中指端至肘横纹中央连线的 $\frac{1}{2}$ 点为标志，过这一标志的水平环行线以下的部分。

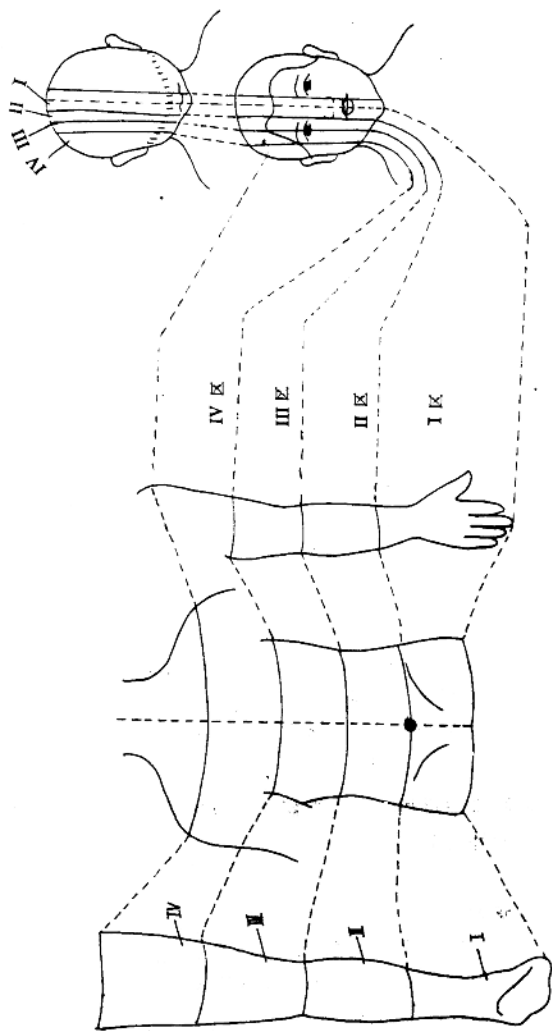


图3 头颈躯干四肢开面缝线示意图

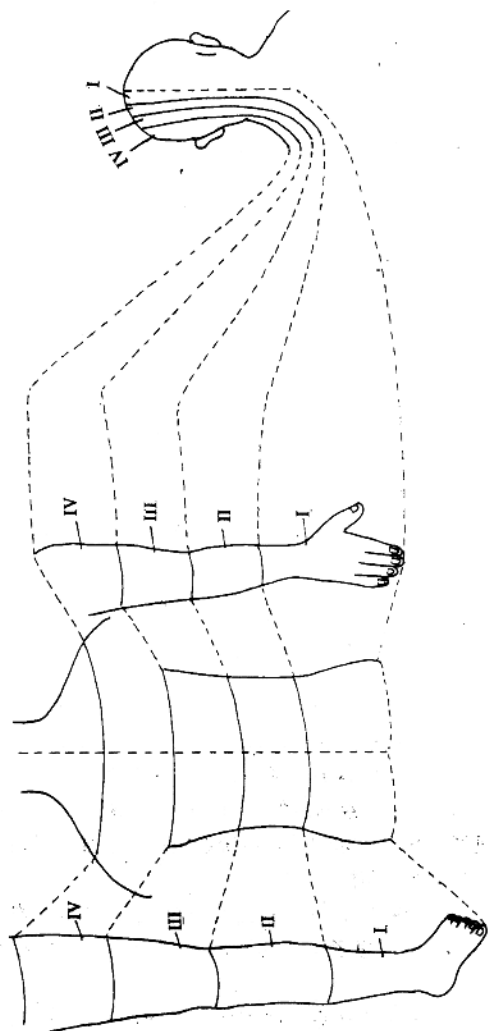


图 1 头颈躯干四肢附面示意图

Ⅰ区：以手中指端至肘横纹中央连线的1/2点和肘横纹为标志，过这两个标志的环行线之间的部分。

Ⅱ区：以肘横纹和上臂中点为标志，过这两个标志的水平环行线之间的部分。

Ⅳ区：以上臂中点为标志，过这个标志的水平环行线以上的部分。

（四）下肢部

躯干部以下的下肢部。

Ⅰ区：以足中趾端至腘窝横纹中点连线的1/2点为标志（足背伸位），过这一标志的水平环行线以下的部分。

Ⅱ区：以足中趾端到腘横纹中点的连线1/2点和腘横纹为标志。过这两个标志的水平环行线之间的部分。

Ⅲ区：以腘横纹和股骨中点为标志，过这两个标志的水平环行线之间的部分。

Ⅳ区：以股骨中点为标志，过这个标志的水平线环行以上的部分。

四、划线的标志

线包括纵行之经线与横行之纬线，两线布满全身各区，纵横交错，网络周身。经线贯穿全身上下，联络所过之脑、五脏、六腑、组织、器官；纬线沟通全身各区前后左右上下之阴阳。从现代解剖学的角度来看，经纬线的分布与血管、淋巴系统、神经丛、神经干及肌群深浅层密切相关，传统经络理论也强调经络与血管的循行有密切关系（见图5~10）。

（一）经线为纵行线，其特点为：所有的经线起点均以头顶百会穴为标准，再按患者手指足趾的长短确定各相应经线的起点。

（二）百会为经线起点，前为阴，后为阳，前后者前后行，左右者左右行，行经头颈部，分别在同侧扶突穴交汇，并交叉

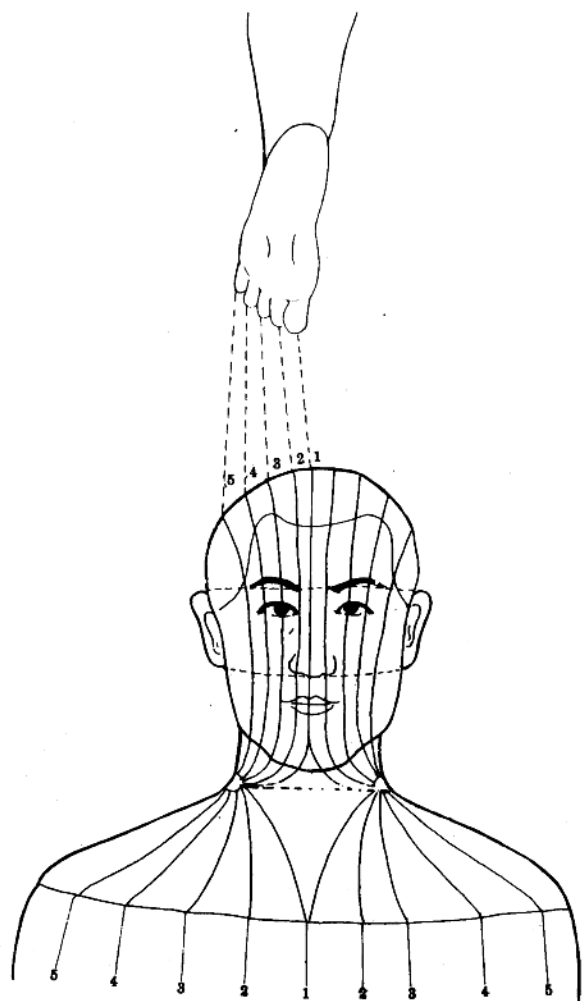


图 5 头足趾阴面经纬线示意图

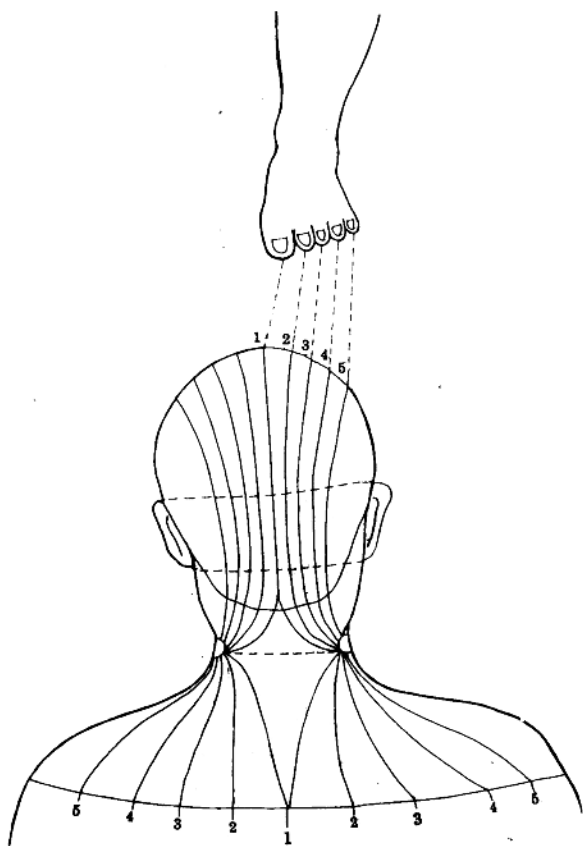


图6 头足趾阳面经纬线示意图

出对侧扶突穴。左右行者，交汇后行之颈部侧面，再分行上肢的阴阳面，屈面为阴，伸面为阳，前后经线分别循行于头颈，躯干的前后面，行至秩边水平，进行前后交叉行，屈面为阴，伸面为阳，各对阴阳经线均相对循行，在手五指或足五趾端相结

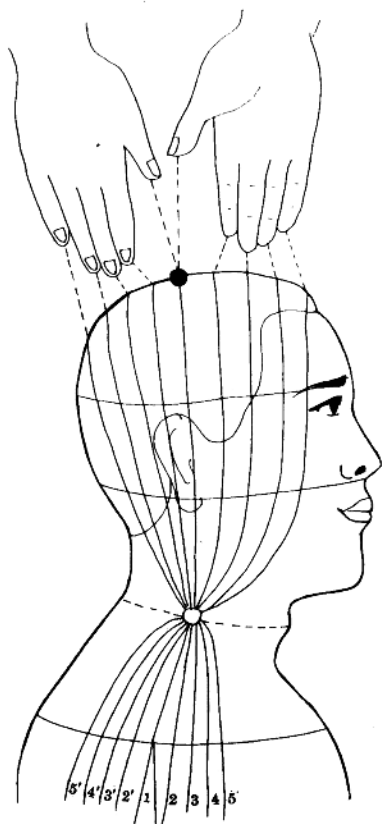


图7 头侧面阴阳经纬线示意图

合，形成环行线。

（三）固定环行经线起点及固定经线与纬线区线的交叉点，视为找有效点的主要标志。

（四）经纬线分布呈左右对称。

（五）经纬有重叠，交叉（颈、躯干）之特点。

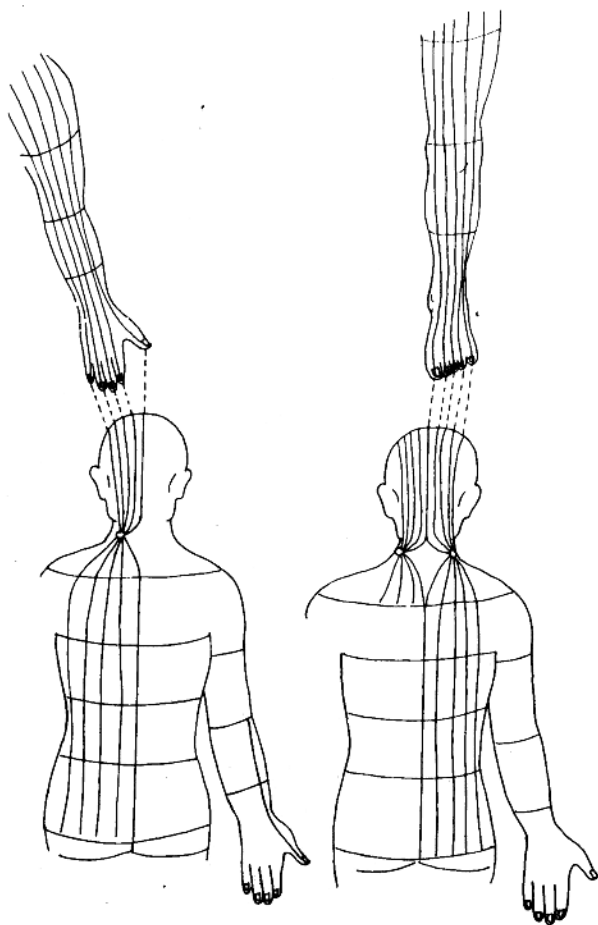


图 8 头颈躯干四肢同区同指趾阳面
经纬线示意图

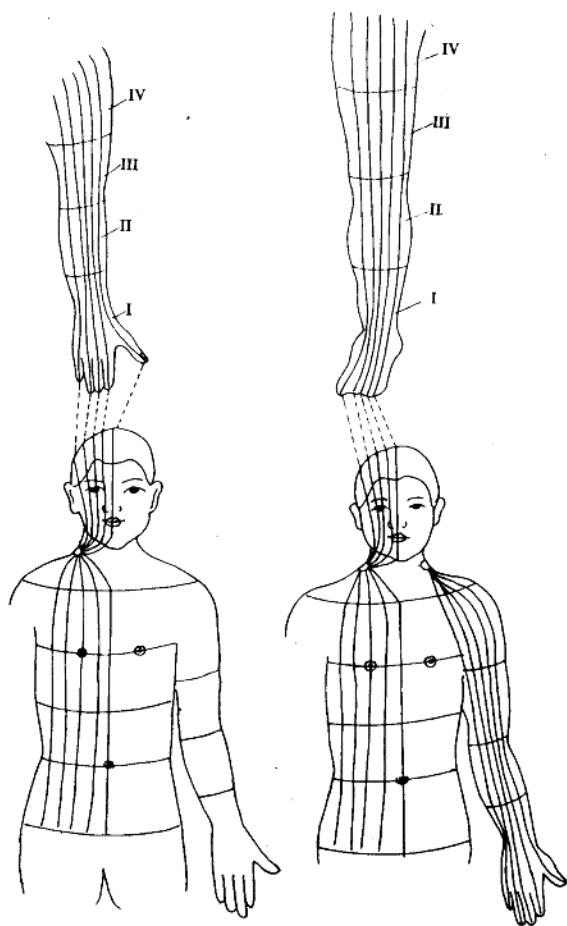


图9 头颈躯干四肢同区同指趾阴面
经纬线示意图

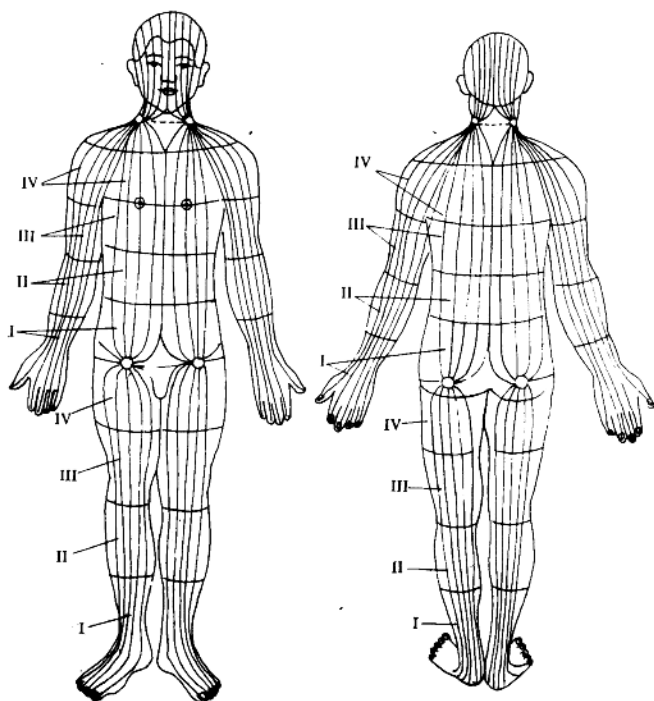


图 10 头颈躯干四肢同区同趾阴阳面
经纬线示意图

五、头与手指及足趾各经线的具体划法

诸经线循行均以头顶百会穴为标志，分行于头颈侧面，上肢部和头颈前后、躯干、下肢部。现将头手指线及足趾线循行叙述如下（见图 11、12）：

（一）手五指线起于头顶部百会穴，手五指线在头部侧阴阳面循行的起始标志为百会，头颈部、侧面及上肢部，行其前后左右，并在手五指端中点阴阳经相合，以手指命名。

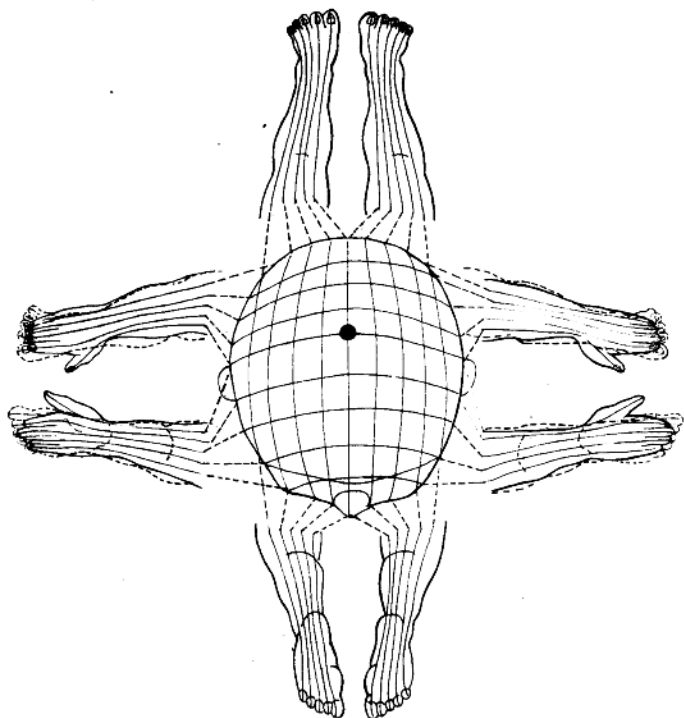


图 11 头手指足趾阴阳面经线示意图

1. 手大拇指经线：以百会穴和拇指端为标志，五指并拢，拇指端置于百会的为起点，以此划线，沿头侧部正中线下行，经耳尖，颈侧正中，在喉节水平左右交叉，分别沿对侧颈肩中线至对侧上肢，行于上肢拇指侧的前后阴阳面，阴阳线相对下行至大拇指端中点，并相汇合形成环行线。

2. 食指经线：起点以百会穴和食指端为标志，将患者的手平放在头顶侧面的前半部，手心向上，大拇指指端对准百会穴，食

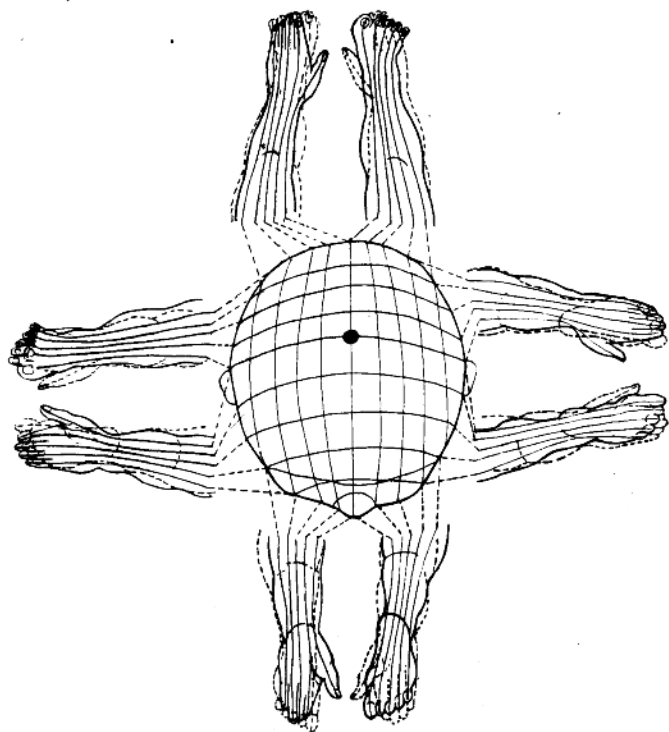


图 12 头四肢指趾重叠阴阳面经线示意图

指指端所在位置即为头顶侧前为阴线的起点。反之，将患者的手平放在头顶侧后面，手心向下，拇指指端对准百会穴，食指指端所在的位置即为头顶侧后为阳线的起点，这样，阴阳经线分别从各自起点开始与大指线平行下行，并于头顶侧面垂直下与喉结水平交叉点左右交叉，经对侧颈侧肩前后至上肢，向食指方向下行至食指指端中点，阴阳线相汇合，形成环行线。

3. 中指经线：以百会穴和中指指端为标志，先将患者手平放

在头顶侧面的前半部，手心向上，大拇指指端对准百会穴，中指指端所在的位置即为头顶侧前为阴线的起点。反之，将患者的手平放在头顶侧后面，手心向下，拇指指端对准百会穴，中指指端所在位置即为头顶侧后为阳线的起点，这样，阴阳经线分别从各自起点开始与大拇指线平行下行。于头颈侧面左右交叉，沿着对侧颈侧、肩前后至上肢中线向中指方向下行至中指指端中点，阴阳线相合，形成环行线。

4. 无名指经线：五指并拢和无名指指端为标准，先将患者手指平放在头顶侧前面，手心向上，大拇指指端对准百会穴，无名指指端所在位置即为无名指经线行在头颈部侧前面为阴线的起点。反之，先将患者手指平放在头顶侧后面，手心向下，大拇指指端对准百会穴，无名指指端所在位置即为行于头颈部侧后面为阳线起点。这样阴阳经线从各自起点开始，与大拇指线平行下行，经头颈侧面左右交叉出对侧交叉点，颈侧、肩前后至上肢沿无名指方向下行至无名指指端中点，阴阳相合形成环行线。

5. 小指经线：以百会穴和小指指端为标准，先将患者的手平放在头顶部侧前面，手心向上，大拇指指端对准百会穴，小指指端所在位置即为小指经线，行于头顶侧前面为阴线的起点。反之，将患者的手平放在头顶的侧后面，手心向下，大拇指指端对准百会穴，小指指端所在位置即为小指经线，行于头颈部侧后面为阳线的起点，这样阴阳经线各自从起点开始与大拇指线平行下行，经头侧面左右交叉，出对侧交叉点，经对侧、颈侧、肩前后至上肢，沿小指方向下行至小指端中点，阴阳线相合形成环行线。

(二) 足五趾线起于头顶部百会穴，沿头部、颈部、躯干部、下肢部前后循行，前为阴，后为阳，在五趾端中点，阴阳线相合，以足趾命名。

1. 足大趾经线：以百会穴和足大趾为主要标志，分别沿头部前后至中线下行至颈部，汇于耳垂直下方与喉结平行线交叉处扶突穴，左右交叉，再经颈部和躯干部前后正中线下行至臀部；于锁骨中线与尾骨尖水平线交叉处秩边穴，前后阴阳面的经线分别