

目 录

第一章 经络	(1)
第一节 经络学说的概念	(1)
第二节 经络系统	(2)
一、经络系统的内容	(2)
二、十二经脉循行分布概况	(4)
三、十二经脉浅出部分循行分布概况	(15)
四、十二经脉与脏腑关系	(22)
五、奇经八脉循行分布概况	(23)
六、络脉概念	(28)
第三节 经络功能与病候	(29)
一、经络功能	(29)
二、经络病候与脏腑病候	(30)
第四节 经络诊断	(33)
一、经络现象诊断	(33)
二、经络穴位测定诊断	(35)
三、知热感度测定诊断	(38)
四、经络触诊	(39)
第五节 脏腑、经脉治疗原则	(42)
一、肺、手太阴肺经	(43)
二、大肠、手阳明大肠经	(43)
三、脾、足太阴脾经	(43)
四、胃、足阳明胃经	(43)
五、心、手少阴心经；心包、手厥阴心包经	(44)
六、小肠、手太阳小肠经	(44)
七、肾、足少阴肾经	(44)
八、膀胱、足太阳膀胱经	(44)
九、肝、足厥阴肝经	(44)
十、三焦、手少阳三焦经	(45)
十一、胆、足少阳胆经	(45)
附：对经络实质研究的不同见解提示	(45)
第二章 穴位	(46)
第一节 穴位概述	(46)
第二节 穴位分类	(47)

一、经穴	(47)
二、经外奇穴、阿是穴、新穴	(60)
第三节 取穴法	(60)
一、体表分区、体表部位名称	(60)
二、穴位定位法及取穴法	(67)
第四节 穴位主治范围	(79)
一、十四经脉所属穴位主治范围	(79)
二、特定穴的运用	(84)
三、配穴法则	(89)
第五节 常用穴位	(97)
一、头面颈部	(97)
百会(97) 四神聪(97) 上星(97) 头维(98) 耳上(98) 率谷(98) 阳白(99)	
印堂(99) 睛明(99) 攒竹(100) 鱼腰(100) 丝竹空(100) 瞳子髎(100) 太阳(101)	
上迎香(101) 上明(101) 外明(102) 内明(102) 球后(102) 承泣(102) 四白(102)	
内迎香(103) 迎香(103) 鼻通(103) 素髎(104) 水沟(104) 金津、玉液(104) 巨髎(104)	
承浆(104) 地仓(105) 下关(105) 颊车(105) 耳尖(106) 耳门(106) 听宫(107)	
听会(107) 翳风(107) 翳明(107) 后听会(108) 后听宫(108) 安眠 ₁ (108)	
安眠 ₂ (108) 上廉泉(108) 廉泉(109) 痒灵(109) 颈臂(109) 哑门(110)	
风府(111) 天柱(111) 风池(111) 百劳(111)	
二、胸腹部	(114)
中府(114) 天突(114) 膻中(115) 通乳(115) 乳根(115) 期门(115) 中脘(116)	
上脘(116) 建里(116) 下脘(116) 水分(117) 胃上(117) 神阙(117) 中极(117)	
关元(118) 气海(118) 梁门(118) 天枢(119) 大巨(119) 水道(119) 归来(119)	
腹四穴(120) 三角灸(120) 大横(121) 子宫(121) 提托(121) 维胞(121)	
章门(122) 带脉(122)	
三、背腰部	(122)
天宗(122) 曲垣(124) 肩井(124) 大椎(125) 陶道(125) 心舒 ₁ (125) 身柱(126)	
心舒 ₂ (126) 至阳(126) 命门(126) 腰阳关(127) 十七椎下(127) 腰俞(127)	
长强(127) 大杼(128) 风门(128) 肺俞(129) 厥阴俞(129) 心俞(129) 膈俞(129)	
肝俞(129) 胆俞(130) 脾俞(130) 胃俞(130) 三焦俞(130) 肾俞(130) 气海俞(131)	
大肠俞(131) 关元俞(131) 小肠俞(131) 膀胱俞(131) 膏肓(132) 志室(132)	
秩边(132) 上髎(132) 次髎(133) 中髎(133) 下髎(133) 八髎(133) 喘息(134)	
肩中俞(134) 肩外俞(134) 佗脊(134) 腰眼(135) 痞根(135)	
四、臂部	(137)
臑俞(137) 秉风(137) 巨骨(137) 肩髃(137) 肩髃(138) 臂臑(138) 曲池(138)	
三里(手)(139) 偏历(139) 天井(139) 鹰上(139) 四渎(140) 三阳络(140)	
支沟(140) 外关(140) 肩贞(141) 小海(141) 支正(141) 养老(141) 极泉(142)	
肩内陵(142) 天泉(143) 肱中(143) 尺泽(143) 太渊(143) 孔最(144) 列缺(144)	
曲泽(144) 大陵(145) 手逆注(145) 郄门(145) 二白(145) 间使(146) 内关(146)	
少海(146) 神门(146) 通里(147) 阴郄(147) 灵道(147)	
五、手部	(150)
少商(150) 商阳(151) 中冲(151) 关冲(151) 少冲(151) 少泽(151) 十宣(152)	
手四穴(152) 四缝(152) 少府(152) 劳宫(153) 鱼际(153) 二间(153) 三间(153)	

合谷(154) 虎边(154) 阳谿(154) 阳池(155) 后溪(155) 腕骨(155) 阳谷(156) 二白痔
三字穴(156) •中渚(156) •八邪(156) •落枕穴(157)

六、腿部 (158)

髀关(158) 迈步(158) 伏兔(159) 阴市(160) 梁丘(160) •鹤顶(160) 新伏兔(160)
健膝(160) •四强(161) •膝眼(161) 足三里(162) 足二里半(162) 上巨虚(162)
•阑尾(163) 下巨虚(163) 条口(163) 丰隆(164) 解溪(164) 居髎(164) 环跳(164)
风市(165) 膝阳关(166) 阳陵泉(166) •胆囊(167) 光明(足)(167) 悬钟(167)
丘墟(167) 承扶(168) 委中(168) 殷门(168) 委阳(168) 承山(169) 飞扬(169)
昆仑(169) 跟平(169) •血海(169) 阴陵泉(170) 三阴交(170) 商丘(171) 阴谷(171)
•筑宾(171) 复溜(171) 太溪(172) 曲泉(172) 膝关(✓72) 蠡沟(172) 中封(172)

七、足部 (173)

内踝尖(173) 外踝尖(173) 至阴(173) 窍阴(足)(173) 隐白(173) 厉兑(174)
大敦(174) 涌泉(174) 失眠(175) •里内庭(175) •八风(175) 陷谷(175) 内庭(175)
京骨(176) 申脉(176) 临泣(足)(176) 公孙(176) 大钟(176) 水泉(176) 照海(177)
然谷(177) 行间(177) 太冲(177)

第六节 备用穴位 (179)

一、头面颈部 (179)

(一) 经穴

神庭(179) 卤会(180) 前顶(180) 络却(180) 后顶(180) 强间(180) 玉枕(181)
脑户(181) 天冲(181) 承灵(181) 浮白(181) 脑空(181) 窍阴(头)(182) 完骨(182)
正营(182) 目窗(182) 本神(182) 临泣(头)(182) 颌厌(183) 悬颅(183) 悬厘(183)
眉冲(183) 角孙(183) 颊息(183) 痰脉(184) 和髎(184) 曲差(184) 五处(184)
承光(184) 通天(185) 大迎(185) 颞髎(185) 上关(185) 禾髎(185) 兑端(185)
颧交(186) 人迎(186) 水突(186) 气舍(186) 缺盆(186) 天牖(187) 天容(187)
天窗(187) 扶突(187) 天鼎(187)

(二) 经外奇穴 新穴

明堂(188) 下风池(188) 东风(188) 头颞(188) 率正(188) 立命(188)
夹承浆(189) 正光(189) 新攒竹(189) 上睛明(189) 见阳(189) 见阳₁(189)
见阳₂(190) 见阳₃(190) 见阳₄(190) 鱼尾(190) 内睛明(190) 定神(190)
悬命(190) 聚泉(190) 新八号(191) 治聋₁(191) 治聋₂(192) 新眼穴(191)
听灵(191) 治聋₃(191) 治聋₄(191) 外金津、玉液(192) 腮穴(192) 增音(192)
天听(192) 翳明下(192) 发际(192) 头缝(192) 耳根(193) 落颈(193) 新识(193)
哑点(193) 止血四穴(193)

二、胸腹部 (194)

(一) 经穴

渊液(194) 辄筋(194) 日月(194) 京门(194) 急脉(194) 气户(195) 库房(195)
屋翳(195) 膺窗(195) 乳中(195) 步廊(195) 神封(196) 灵墟(196) 神藏(196)
或中(196) 俞府(196) 璇玑(196) 华盖(196) 紫宫(197) 玉堂(197) 鸠尾(197)
云门(197) 天池(197) 周荣(197) 胸乡(198) 天溪(198) 大包(198) 食窦(198)
五枢(198) 维道(198) 阴交(199) 石门(199) 巨阙(199) 曲骨(199) 不容(199)
承满(200) 关门(200) 太乙(200) 滑肉门(200) 外陵(200) 气冲(200) 腹哀(200)
腹结(201) 冲门(201) 府舍(201) 中注(201) 石关(201) 通谷(201) 幽门(202)
阴都(202) 商曲(202) 育俞(202) 四满(202) 气穴(202) 大赫(203) 横骨(203)
会阴(203)

(二) 经外奇穴 新穴

通谷(胸)(203) 肩前(203) 纪门(203) 镇蛔(204) 肝阳(204) 提宫(204)
止泻(204) 肝房(204) 肝室(204) 长谷(204) 气门(204) 胃底穴(205)
提胃穴(205) 下垂穴(205)

三、背腰骶部 (205)

(一) 经穴

天髻(205) 附分(205) 魄户(205) 神堂(205) 邃瑱(206) 膈关(206) 魂门(206)
阳纲(206) 意舍(206) 胃仓(206) 育门(207) 胞育(207) 中髻俞(207) 白环俞(207)
膏俞(207) 会阳(207) 神道(207) 灵台(208) 筋缩(208) 中枢(208) 脊中(208)
悬枢(208)

(二) 经外奇穴 新穴

肩后(208) 下百劳(208) 肩角(209) 肩点(209) 东风₂(209) 肺热穴(209)
胃热穴(209) 肝热穴(209) 脾热穴(210) 肾热穴(210) 胃管下输三穴(210) 八华(210)
咳嗽(210) 中喘(210) 平膈穴(210) 喘息₂(211) 血压点(211) 结核穴(211)
定喘(211) 输胆穴(211) 溃疡点(211) 肾脊(211) 跳跃(212) 腰奇(212) 外定喘(212)
脊三(212) 肝三针(212)

四、上部 (212)

(一) 经穴

天府(212) 侠白(212) 青灵(213) 五里(手)(213) 肘髻(213) 清冷渊(213)
消泺(213) 臑会(213) 经渠(214) 会宗(214) 温溜(214) 下廉(214) 上廉(214) 前谷(214)

(二) 经外奇穴 新穴

三角肌(215) 郄上(215) 泽中(215) 泽前(215) 下侠白(215) 举臂(215)
抬肩(215) 治瘫₃(216) 小鱼际(216) 屈阳委(216) 尺桡(216) 中桡(216) 寸平(216)
寸桡(216) 鹰下(216) 一窝风(217) 大骨空(217) 中都(217) 小骨空(217)
外劳宫(217) 疔门(217) 八会(217) 小天心(218) 活络通瘀(218) 指掌(218)

五、下部 (218)

(一) 经穴

箕门(218) 中渎(218) 五里(足)(218) 阴廉(218) 阴包(219) 地机(219)
漏谷(219) 阳交(219) 外丘(219) 阳辅(219) 中都(足)(220) 交信(220) 合阳(220)
承筋(220) 冲阳(220) 仆参(220) 金门(221) 束骨(221) 通谷(221) 地五会(221)
侠溪(221) 大都(221) 太白(221)

(二) 经外奇穴 新穴

维胞(222) 治瘫₈(222) 治瘫₉(222) 股内(222) 阴委₁(222) 阴委₂(222)
阴委₃(223) 四连(223) 灵宝(223) 上风市(223) 前风市(223) 上阳关(223)
百虫窝(223) 委上(224) 直立(224) 阴亢(224) 前进(224) 治瘫₅(224) 治瘫₆(224)
健胃(224) 万里(224) 陵下(225) 中平(足)(225) 纠外翻₁(225) 治瘫₇(225)
纠外翻₂(225) 腓肠(225) 落地(225) 降压(226) 趾平(226) 脑根(226)
大趾甲下(226) 女膝(226)

第三章 针灸疗法 (227)

第一节 疗法概述 (227)

第二节 针刺疗法 (228)

一、毫针疗法 (228)

二、三棱针疗法 (242)

三、皮肤针疗法 (243)

四、皮内针疗法 (246)

五、磁珠疗法	(246)
六、芒针疗法	(247)
七、火针疗法	(248)
八、过梁针法	(248)
九、蜡针疗法	(249)
十、指针疗法	(249)
第三节 灸法	(250)
一、火热灸法	(251)
二、无热灸法	(257)
三、灸法须知	(257)
第四节 拔罐疗法	(258)
一、基本拔罐法	(258)
二、新罐疗法	(259)
三、水气罐疗法	(260)
四、竹罐疗法	(260)
五、八针一罐疗法	(261)
第五节 其他针刺疗法	(261)
一、头针疗法	(261)
二、面针疗法	(264)
三、鼻针疗法	(266)
四、耳针疗法	(268)
五、颈针疗法	(272)
六、手针疗法	(272)
七、腕踝针疗法	(274)
八、足针疗法	(278)
九、经络——穴区带疗法	(281)
十、神经针刺疗法	(286)
第六节 穴位注射疗法	(288)
一、小剂量药物穴位注射疗法	(288)
二、穴位封闭疗法	(288)
三、水针疗法	(288)
四、穴位充氧疗法	(289)
五、空针疗法	(289)
六、经络疗法	(290)
第七节 穴位电流疗法	(291)
一、电针疗法	(291)
二、穴位电兴奋疗法	(292)
三、穴位电兴奋点送疗法	(292)
四、穴位直流电离子导入疗法	(293)

五、淋巴结刺激疗法	(294)
第八节 穴位埋藏、刺激结扎疗法	(296)
一、穴位埋藏疗法	(296)
二、穴位刺激结扎疗法	(297)
三、三八结扎埋线疗法	(298)
第九节 割治、挑治等疗法	(298)
一、割治疗法	(298)
二、割点疗法	(300)
三、挑治疗法	(300)
第十节 针刺麻醉	(301)
第四章 临床治疗	(305)
第一节 概述	(305)
第二节 传染病	(308)
一、流行性感胃	(308)
二、流行性腮腺炎	(309)
三、小儿麻痹后遗症	(309)
四、小舞蹈病	(313)
五、肺结核	(313)
六、结核性胸膜炎	(315)
七、颈淋巴结结核	(316)
八、急性肝炎	(317)
九、细菌性痢疾	(318)
十、疟疾	(320)
十一、布鲁氏杆菌病	(321)
第三节 内科疾病	(321)
一、支气管炎	(321)
二、支气管哮喘	(325)
三、支气管扩张	(327)
四、肺炎	(328)
五、急性单纯性胃炎	(329)
六、慢性胃炎	(331)
七、胃及十二指肠溃疡	(333)
八、神经性胃痛	(335)
九、胃下垂	(336)
十、胃扩张	(337)
十一、胃肠神经官能症	(338)
十二、神经性呕吐	(339)
十三、胃酸过多与胃酸缺乏症	(340)
十四、慢性肝炎	(341)

十五、急性肠炎	(342)
十六、慢性肠炎	(343)
十七、肠痉挛及肠神经绞痛	(344)
十八、习惯性便秘	(345)
十九、腹泻	(346)
二十、急性、慢性血管球性肾炎	(347)
二一、肾盂炎和肾盂肾炎	(349)
二二、遗尿症	(350)
二三、贫血	(351)
二四、慢性风湿性心脏病	(352)
二五、高血压及高血压性心脏病	(353)
二六、冠状动脉粥样硬化性心脏病	(355)
附一 心绞痛	(357)
附二 心律不整	(358)
附三 窦性心动过速	(358)
二七、低血压	(359)
二八、心脏神经官能症	(359)
二九、单纯性甲状腺肿	(360)
三十、甲状腺机能亢进	(361)
三一、遗精、阳痿	(363)
三二、三叉神经痛	(364)
三三、面神经麻痹	(366)
三四、脑血管意外	(367)
三五、肋间神经痛	(369)
三六、坐骨神经痛	(371)
三七、多发性神经炎	(372)
三八、癫痫	(373)
三九、癔病	(375)
四十、神经衰弱	(376)
四一、精神分裂症	(378)
四二、头痛	(379)
第四节 外科疾病	(382)
一、阑尾炎	(382)
二、急性肠梗阻	(383)
三、胆囊炎	(384)
四、胆石症	(385)
五、胆道蛔虫症	(385)
六、急性胰腺炎	(386)
七、尿道炎	(387)
八、膀胱炎	(388)
九、血尿	(389)
十、泌尿系统结石病	(389)

十一、尿潴留	(390)
十二、前列腺炎	(391)
十三、痔疮	(392)
十四、直肠脱垂	(393)
十五、关节痛	(395)
十六、颈椎综合征	(397)
十七、落枕	(398)
十八、慢性腰痛	(399)
十九、扭伤	(402)
二十、腰椎间盘突出症	(403)
二一、腱鞘炎及腱鞘囊肿	(404)
二二、荨麻疹	(404)
二三、破伤风	(405)
二四、急性乳腺炎	(406)
第五节 急症	(407)
一、休克	(407)
二、一氧化碳中毒	(408)
三、中暑	(409)
四、晕车和晕船	(410)
第六节 妇科、产科疾病	(410)
一、痛经	(410)
二、闭经	(411)
三、月经过多	(412)
四、白带	(413)
五、妊娠呕吐	(414)
六、胎位不正	(415)
七、滞产	(415)
八、胎盘不下	(416)
九、产后流血	(417)
十、产后缺乳	(417)
十一、子宫脱垂	(418)
第七节 儿科疾病	(419)
一、喉气管支气管炎	(419)
二、婴幼儿腹泻	(420)
三、慢性营养紊乱(营养不良)	(421)
四、小儿惊厥	(422)
五、鹅口疮	(423)
六、先天性大脑发育不全	(423)
七、婴幼儿疝气	(424)
第八节 五官科疾病	(425)

一、睑缘炎 (425)

二、上睑下垂 (425)

三、结膜炎 (425)

四、角膜炎 (427)

五、角膜溃疡 (428)

六、虹膜睫状体炎 (428)

七、麦粒肿 (429)

八、白内障 (429)

九、青光眼 (429)

十、视神经萎缩 (431)

十一、脉络膜视网膜炎 (432)

十二、电光性眼炎 (432)

十三、近视 (433)

十四、急性中耳炎 (434)

十五、耳病性眩晕 (434)

十六、耳聋和聋哑 (435)

十七、急性鼻炎 (438)

十八、嗅觉失灵 (439)

十九、酒糟鼻 (439)

二十、急性扁桃腺炎 (439)

二一、牙痛 (440)

第一章 经 络

第一节 经络学说的概念

经络学说是针灸学的理论核心，是祖国医学基础理论体系的一个重要组成部分，是我国劳动人民在长期医疗实践中积累起来的宝贵经验。经络的概念是古代医家在发现运用穴位的基础上逐渐形成的。当刺激人体一定的部位时，被刺激局部的病变和与被刺激部位距离较远部位的病变都能得到治疗，或者针刺人体不同的部位，可以达到治疗相同部位病变的目的，其被刺激的部位，就称之为“穴位”。刺激穴位时，人体会产生酸、麻、胀、沉、痛的感觉，这种感觉往往会沿一定的方向进行传导，甚至还可以观察到人体表面有一定走向和局部敏感的、带有色泽变化的线路现象。通过长期医疗实践，把人体这种感觉传导和体表现象，以及同类性质“穴位”的联系分析归纳出一个比较系统的循行线路，即是“经络”。

经络的组织形式是复杂的，但又有一定的规律性。“经络”的“经”可以称之为“径”，它指穴位由点到线的纵行联系，即是生理功能和作用相同或类似的穴位，以及针感传导方向一致的穴位联系“径路”，是一些大的纵行主干。由“经”分出的支脉，即为“络”，“络”者联络之义，是一些小的横行分支。“经”包括十二经脉、奇经八脉、十二经筋、十二经别、十二皮部；“络”包括十五络、络脉和数以万计的孙络等。“经”与“络”是纵横交错的，“内属于脏腑、外络于肢节”，共同沟通人体内外、遍及全身的一种通路，形成一个完整体系，就是“经络系统”。

经络系统密切联系人体各种器官、组织，使之成为一个有机的整体。在经络系统内，输送气血到人体内外、上下、左右、前后，濡养脏腑、筋脉、肌肉、骨骼、皮毛、腠理等周身各部分，发挥营内卫外的作用，达到协调内外，平衡阴阳的目的。

若经络失去调节人体阴阳、气血的生理作用，那么在气血运行的经络、脏腑方面，就会失去营内卫外的作用。一方面外感之邪由皮毛、经络、循经脉而入脏腑；另一方面也因七情、房劳、饮食、劳倦等内伤之邪由脏腑，经经脉，循络脉而出于皮毛，可见经络是邪气内外传注的通路。邪气在体内与正气交争，由于邪气性质、气血的强弱，脏腑组织的不同，在经络循行的路线或部位上出现一系列不同的症候。经脉症候可分为两类：一类是因外感风寒、内热侵犯，或脏腑病变牵连，使某经脉的运行输送气血功能发生病变，它所出现的症候群，不是孤立存在的，有其内在联系。例如，出现胸部胀满、喘促、咳嗽、牵引锁骨上窝疼痛、病重时病人两手抱胸、处于昏昏沉沉的状态等，这样根据经络循行的路线及其与脏腑之间的关系，分析出病变部位在肺经。另一类是经络本身的病变，由于病变所在经脉的部位不同，症状也不同，各个病症之间没有必然的联系，而是各自独立。例如上肢掌面桡侧的臂冷或厥冷，根据经络循行的道理，分析出病变在手太阴经的循行部位。以上两种症候的分类方法，即是祖国医学所说的“是动病”和“所生病”分类。二者在临床上又不能截然分开，而要审证求因、确定病位。因此经络循行径路上出现的症状是反映机体病理变化的一个方面，也是经络诊断的依据。运用经络知识

诊断疾病，是经络学说的内容之一。利用望、闻、问、切四种手段取得诊断的基本材料，以经络理论进行分析、得出疾病的部位，在经、在络、在脏、在腑。例如心痛、臂及前臂内侧后部冷痛等，为手少阴心经及心的病。齿痛、颈肿、目黄、口干、鼻衄、喉痹、肩前膈痛，拇指、食指疼痛而不能运动等，为手阳明经病。根据手太阴脉会于气口（寸口）的道理，诊寸口脉的浮、沉、迟、数、虚、实，诊断全身脏腑、经脉、气血的病变在表、在里、属寒、属热、属虚、属实之病位和性质。根据病人某些部位的痛、麻、敏感及络脉的青、赤、黑等颜色的变化，了解病变部位和病因性质。所以从经络气血失调反映出来的症状，利用四诊可以判断出疾病的病因、病位和病机，这就是经络诊断。当前常用的经络诊断方法有：经络现象诊断、经络穴位测定诊断、经络穴位测定仪诊断、知热感度测定诊断、经络触诊等。

临床治疗上，通过经络的传导和输送气血作用，调整经脏腑功能，使人体的病理变化恢复成正常生理机能。临床依据出现的症状，诊断出病变的部位，在其经络，或与脏腑病变上下联系、表里联系、左右交叉联系的经脉上选穴治疗。穴位有不同性质，有井、荣、输、原、经、合、交会、郄、络等区别，所以根据经络、脏腑病变性质，利用补虚、泻实法则，强、弱刺激手法，或针或灸之方法，予以辨证论治。

总之，通过对人体生理、病理的研究，经络是客观存在的，它可以运行气血，濡养脏腑，发挥卫外营内，平衡阴阳之功能。依经络循行理论，分析症状，判断疾病性质，探索病因，为预防疾病发生，治疗疾病，提供法则和方法。在中医临床各科，尤其是针灸学、按摩、推拿学方面的运用，具有重要的指导意义。所以经络理论从基础研究到临床实践，都具有比较完整、比较系统的经验，发展成为一门独特的医学理论体系——经络学说。尤其是针刺麻醉的广泛应用，对经络实质研究工作也迅速发展起来，相信在不远的将来，经络实质会得到阐明，经络学说也会进一步得到发扬。

第二节 经络系统

一、经络系统的内容

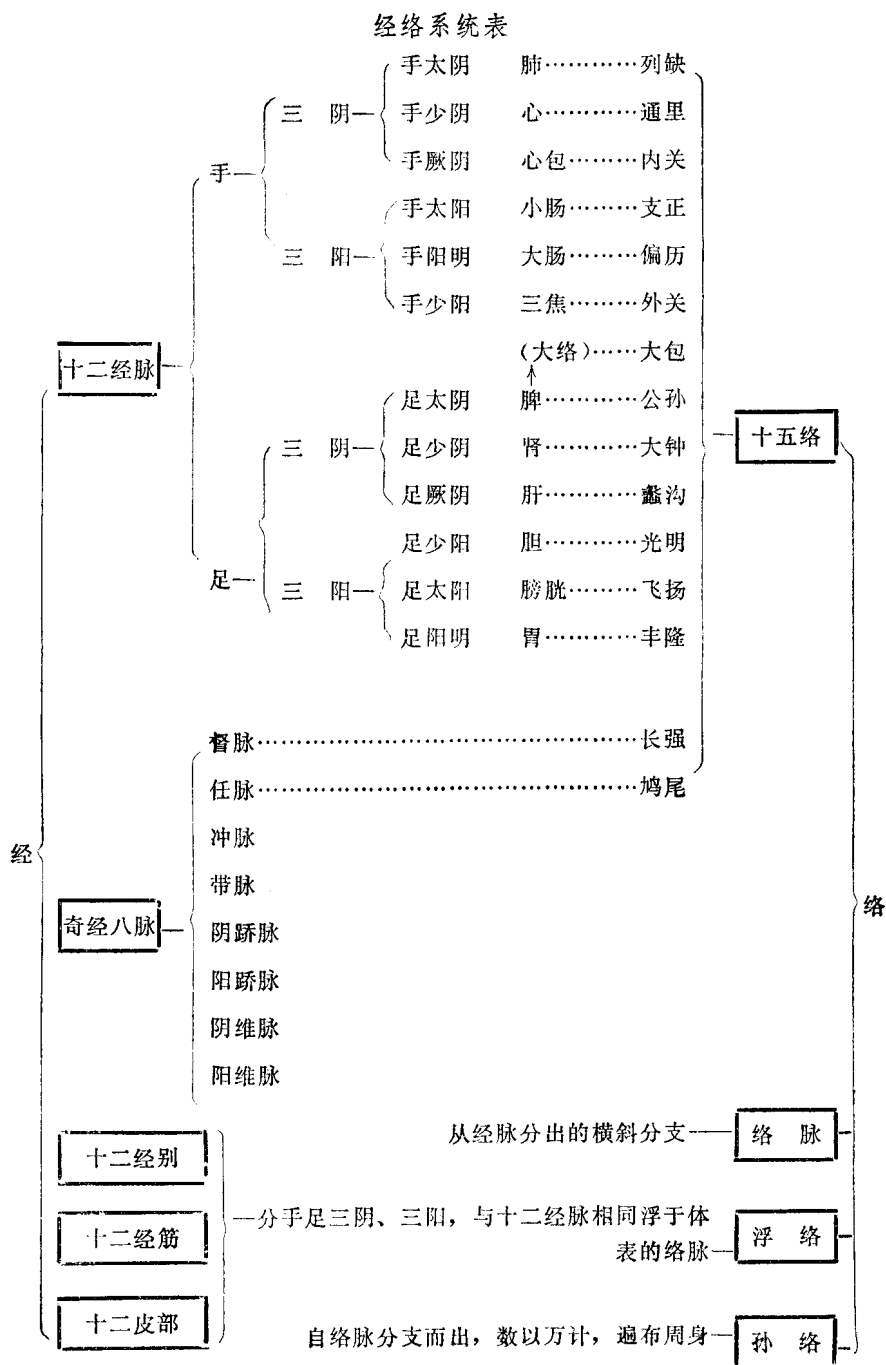
经络包括经脉和络脉两个部分。

经脉主要包括十二经脉、十二经别、奇经八脉。十二经脉即：手太阴肺经、手阳明大肠经、足阳明胃经、足太阴脾经、手少阴心经、手太阳小肠经、足太阳膀胱经、足少阴肾经、手厥阴心包经、手少阳三焦经、足少阳胆经、足厥阴肝经。十二经别即：足太阳经别、足少阴经别、足阳明经别、足太阴经别、足少阳经别、足厥阴经别、手太阳经别、手少阴经别、手阳明经别、手太阴经别、手少阳经别、手厥阴经别。奇经八脉即：督脉、任脉、冲脉、带脉、阴跷脉、阳跷脉、阴维脉、阳维脉。

十二经脉是内部五脏六腑与外部皮毛、肌肉、四肢之间连接的通路。所以十二经脉的命名，一般都是从手或足而起，到某脏、某腑而止。其间和五脏相连接的经脉为阴经，和六腑连接的经脉为阳经。经脉的命名有规律性，而“太”“少”“厥”“阳明”可以看作经脉阴阳、经气的多少或者为经脉排列顺序符号。例如手太阴肺经的命名：手为体表，肺为内脏，太阴为排列在手臂掌面桡侧——最外侧的第一条经脉（掌心向前、臂掌面属阴），依次类推。再如奇经八脉的督脉、任脉：“督”有汇总、操纵之意，督

脉是指汇总、操纵人体阳气的意思。“任”有指挥、收纳之意，任脉是指人体阴气由此脉收纳与指挥。其余奇经六脉都是从功能区别而命名的，而同脏腑不直接联属。

经脉是经络系统中的主要组织干道，一般都是纵行的，且多在体内脏腑之间循行，所以十二经脉又称为十二正经。而十二经别是由十二正经中分出的支脉，也是纵行的。奇经八脉虽亦是十二正经中分出的较大支脉，但它除纵行而外，也有横行的以及循行在人身正中线的部分。



络脉包括：十五络脉、络脉、孙络、浮络、血络等。它们循行于经脉之外，是经脉的横斜分支，且多分布在人体浅表部位，是沟通经脉联系的桥梁，与经脉有密不可分的整体关系。

经络是人体气血通路，内与脏腑联系，外络于肢节皮毛，所以脏腑、经络、体表组织共同构成一个完整体系——经络系统。经络系统中以十二经脉、奇经八脉为主体，与临床关系较为密切，是本书介绍的主要内容。

二、十二经脉循行分布概况

人体在胚胎时的发育、生长全赖母体气血的营养（先天），出生后人体就靠自身脾胃生化的气血而发育、生长。脾胃生化气血的这一功能，维持着人体正常生理功能而使生命活动延续，所以经络运行气血的起始点是脾胃。十二经脉的循行分布路线如下。

（一）手太阴肺经

手太阴肺经从胃（中焦）开始⁽¹⁾，向下联络大肠⁽²⁾，由大肠回绕向上行至胃的贲门⁽³⁾，穿过横膈膜，入属于肺脏⁽⁴⁾；由肺脏再向上到咽喉部⁽⁵⁾，改为横行斜下至腋

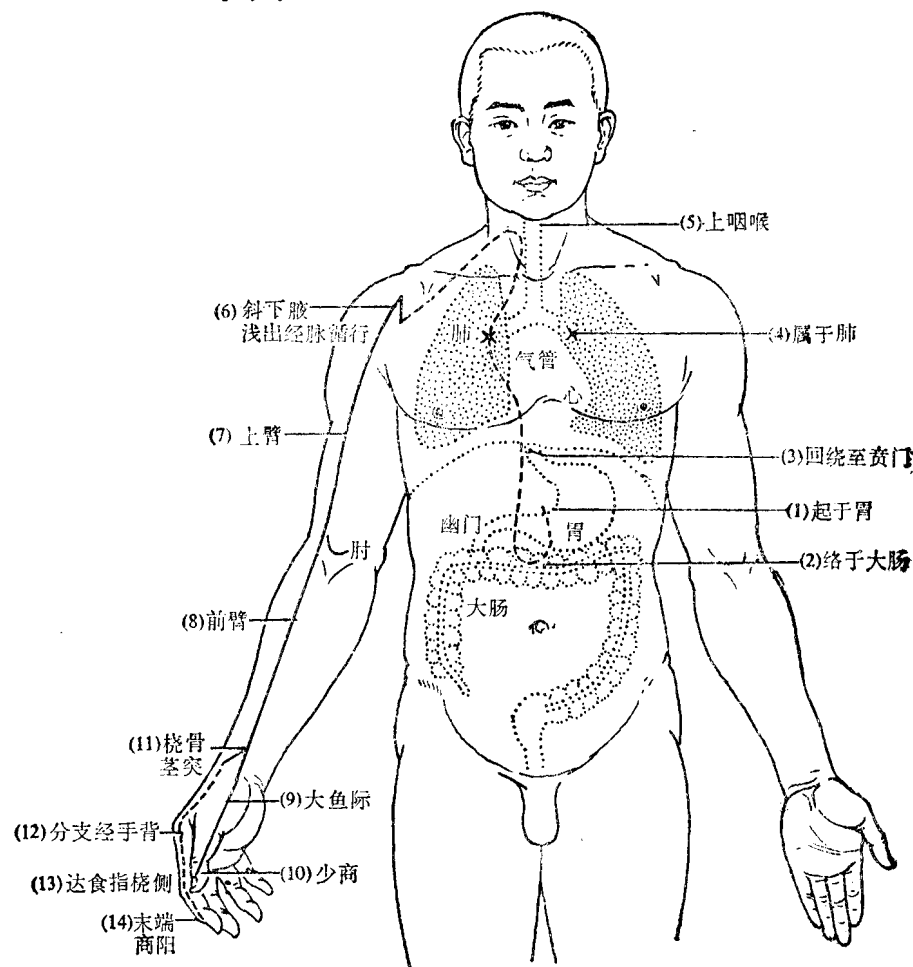


图 1—1 手太阴肺经循行示意图

下⁽⁶⁾，向下沿上臂内侧下行⁽⁷⁾，走在手厥阴心包经和手少阴心经的前面，过肘中，沿前臂的内侧⁽⁸⁾，至前臂腕后桡骨茎突内侧边，从寸口动脉处走到大鱼际边缘⁽⁹⁾，达拇指桡侧的末端⁽¹⁰⁾。

该经脉的分支是从腕后桡骨茎突的上方分出⁽¹¹⁾，经手背⁽¹²⁾，直达食指桡侧⁽¹³⁾，出其末端⁽¹⁴⁾，与手阳明大肠经相连接（图1—1）。

（二）手阳明大肠经

手阳明大肠经，从手太阴肺经分支终点——食指桡侧末端开始⁽¹⁾，沿食指桡侧上缘，过第一和第二掌骨间⁽²⁾，入腕背侧两筋（拇长伸肌腱、拇短伸肌腱）凹陷处⁽³⁾，上行前臂的桡侧上缘⁽⁴⁾，过肘的外面（桡侧）⁽⁵⁾，再上沿上臂外侧⁽⁶⁾，走到肩关节前上方⁽⁷⁾，交会于手太阳经之秉风穴，沿肩峰前缘转向背侧与诸阳经交会于第七颈椎棘突下大椎穴（督脉），复向前入缺盆（锁骨上窝）⁽⁸⁾，向下联络肺脏⁽⁹⁾，过横膈，入属大肠本腑⁽¹⁰⁾。

该经脉的分支，由缺盆上走颈部⁽¹¹⁾，过颊入下齿龈，还出挟口唇⁽¹²⁾。经过足阳明胃经之地仓穴，左右两脉交会于人中穴，左脉走右，右脉走左，分别向上挟于鼻孔两侧迎香穴⁽¹³⁾，上行与足阳明胃经相接（图1—2）。

（三）足阳明胃经

足阳明胃经，从手阳明大肠经分支终点的鼻旁迎香穴开始⁽¹⁾，上行交会于鼻根（额）部，向旁边交会于足太阳经于睛明穴⁽²⁾，折回向下沿鼻外入上齿中，回转交会于督脉的人中穴⁽³⁾，环绕口唇，向下交任脉之承浆穴⁽⁴⁾，左右两脉在此相交，退转沿下颌向后下方，浅出大迎穴⁽⁵⁾，沿下颌角前下方的颊车穴向上至耳前⁽⁶⁾，经颧弓上缘，交会于足少阳经的上关穴，沿鬓发边缘⁽⁷⁾，上达头维⁽⁸⁾，交足少阳经的悬厘、额厌，

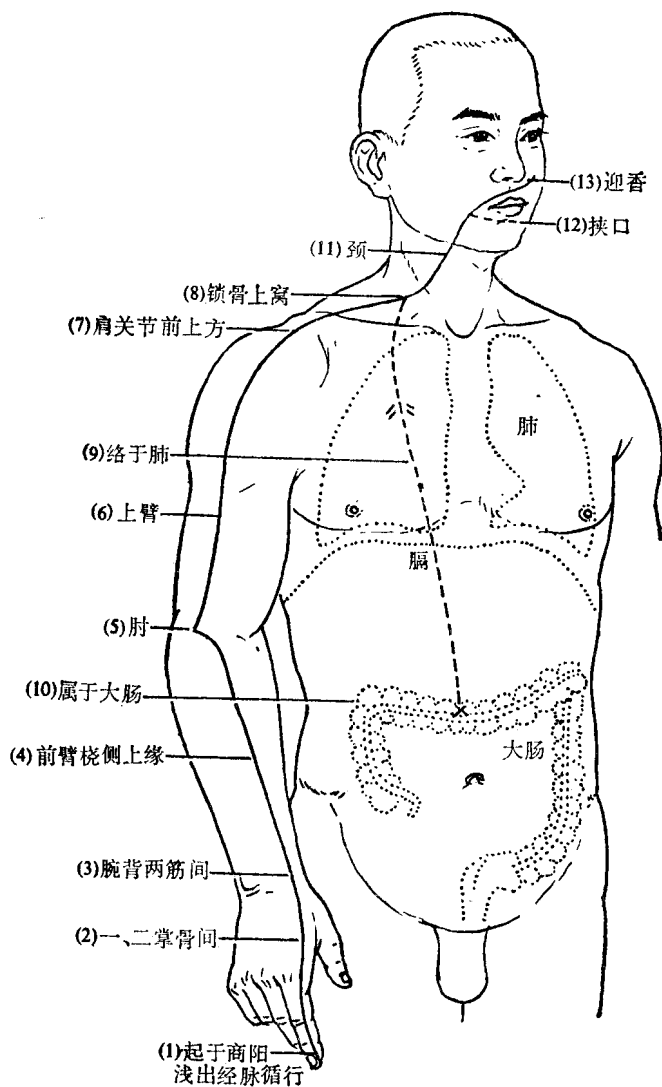


图1—2 手阳明大肠经循行示意图

抵前额交会于督脉的神庭穴。

该经脉的分支，由大迎微前下经颈部人迎穴，沿咽喉⁽⁹⁾斜入缺盆，由缺盆又分内外两支⁽¹⁰⁾；内行支下横膈膜⁽¹¹⁾，交会于任脉之上脘、中脘穴的深部，属胃络脾⁽¹²⁾，再由胃的下口幽门⁽¹³⁾，下行腹里，入气冲穴⁽¹⁴⁾。外行支又分两条线：一条由缺盆向后交督脉于大椎穴。一条由缺盆向下直行过乳中穴至乳根穴⁽¹⁵⁾，下循腹部经不容、承满、梁门、关门、太乙、滑肉门挟脐二寸至天枢穴⁽¹⁶⁾，并直下也入气冲穴，内外两支会合。

自气冲穴向外斜下股前⁽¹⁷⁾，入腓骨中⁽¹⁸⁾，沿胫骨外侧⁽¹⁹⁾至足背⁽²⁰⁾，进入足中趾的内侧缘。其分支一是从膝下三寸处⁽²¹⁾向外侧并行至足中趾外侧缘⁽²²⁾。其分支二是由足背向内侧行至足趺趾前侧边缘，出于其末端⁽²³⁾，与足太阴脾经相接（图1—3）。

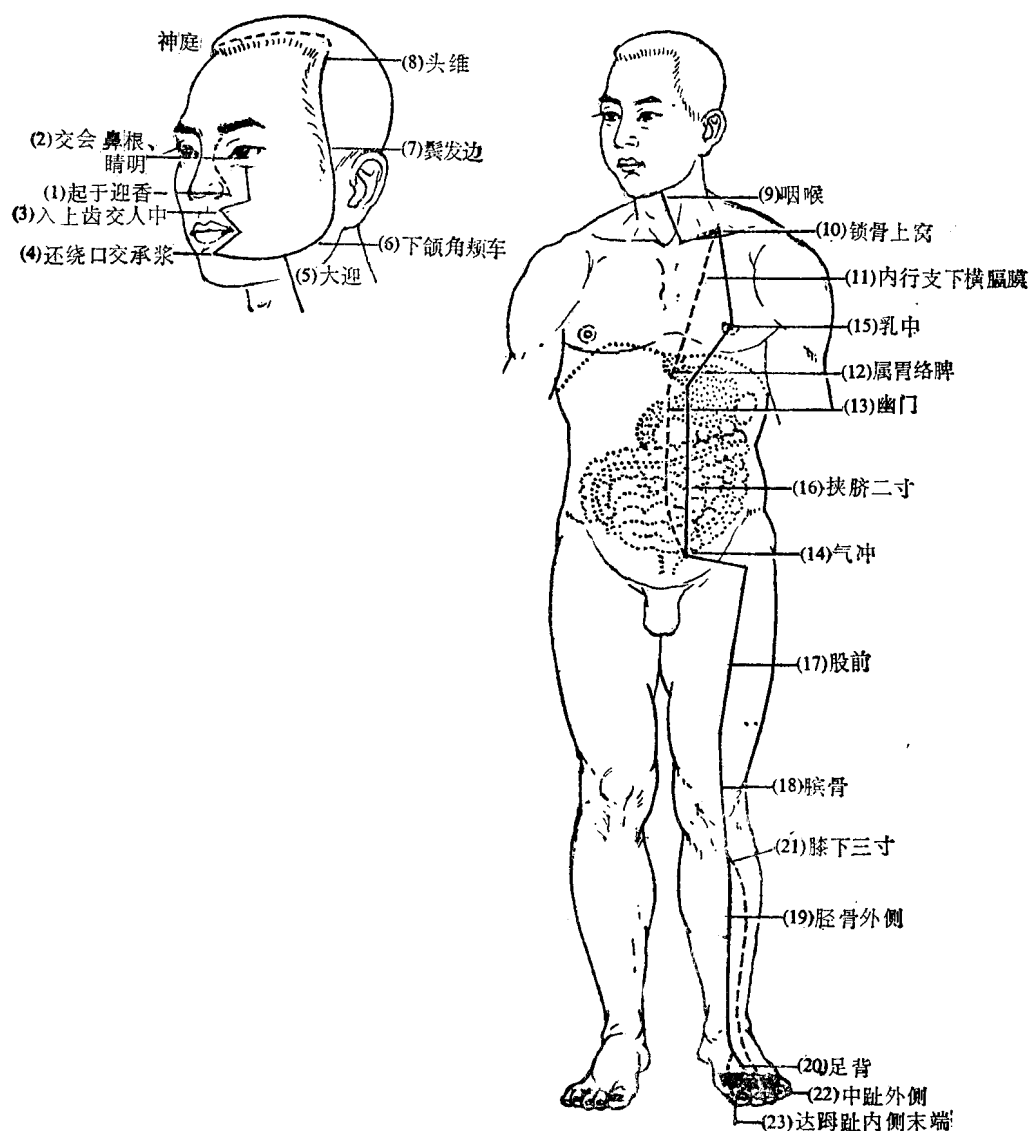


图1—3 足阳明胃经循行示意图

(四) 足太阴脾经

足太阴脾经，从足阳明胃经的分支足趺趾内侧末端开始⁽¹⁾，沿足内侧掌、背侧交界线，过内踝前面⁽²⁾，上行小腿胫骨后缘⁽³⁾，走膝关节内侧⁽⁴⁾到股内侧前面⁽⁵⁾，入腹里交于中极、关元⁽⁶⁾，沿腹中线旁开四寸行腹里⁽⁷⁾，属脾络胃⁽⁸⁾，交于下脘、日月、期门而过横膈，循胸骨中线旁开六寸走胸⁽⁹⁾，向内斜挟咽喉两侧与舌根相连⁽¹⁰⁾，散于咽、舌下⁽¹¹⁾。

该经脉的分支，由胃上过横膈⁽¹²⁾，注入心中⁽¹³⁾与手少阴经相接（图1—4）。

(五) 手少阴心经

手少阴心经，从足太阴脾经的分支心中开始⁽¹⁾，向上出属心系（心系为系心之肺动、静脉及主动脉等）⁽²⁾，回绕向下过横膈⁽³⁾，联络小肠⁽⁴⁾。

该经脉的分支有两条：一支从心系分出，上行于食道旁⁽⁵⁾，挟咽⁽⁶⁾，连目睛⁽⁷⁾。一支从心系横行入肺脏⁽⁸⁾，斜向下出腋下，沿上臂内侧后边⁽⁹⁾，行于手厥阴心包经后面，过肘后⁽¹⁰⁾，沿前臂内侧后面⁽¹¹⁾，达腕尺侧豌豆骨突起处⁽¹²⁾，入手掌小指侧⁽¹³⁾，抵小指内侧指甲末端少冲穴⁽¹⁴⁾与手太阳小肠经相接（图1—5）。

(六) 手太阳小肠经

手太阳小肠经，从手少阴心经的分支小指末端（外侧少泽穴）开始⁽¹⁾，向上沿赤白肉际过腕浅出尺骨茎突中间⁽²⁾，沿前臂（尺骨下面边缘）⁽³⁾，过肘后尺骨鹰嘴和肱骨内上髁之间⁽⁴⁾，行上臂背侧⁽⁵⁾，至肩关节后⁽⁶⁾，经肩胛冈上下窝⁽⁷⁾，在肩上交于足太阳经附分、大杼及督脉之大椎穴⁽⁸⁾，向前入缺盆分为二支⁽⁹⁾：主支深入胸腔⁽¹⁰⁾，过络于心、膈⁽¹¹⁾至胃⁽¹²⁾会属小肠⁽¹³⁾，交会任脉之上脘、中脘穴。

该经脉的分支：由缺盆向上经颈侧⁽¹⁴⁾，过面颊⁽¹⁵⁾，斜向目外眦交于足少阳经之瞳子髎穴⁽¹⁶⁾，复回经手少阳经的和髎穴进入耳中⁽¹⁷⁾。

另一分支由面颊分出，斜向眶下缘达鼻根之目内眦，交于足太阳膀胱经之睛明

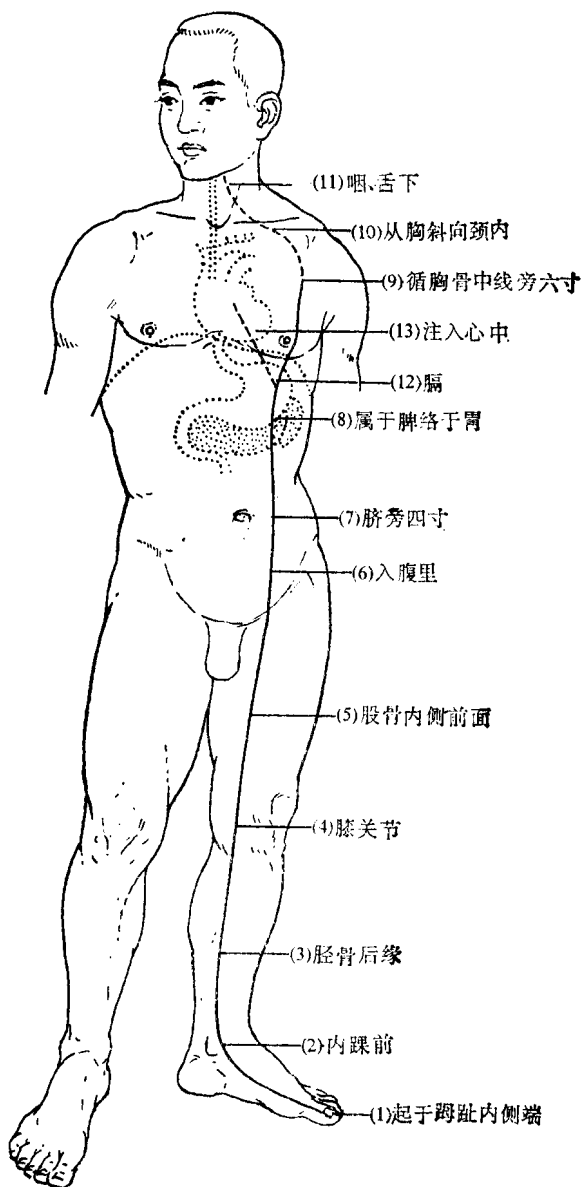


图1—4 足太阴脾经循行示意图

穴⁽¹⁸⁾，横斜下布颧骨部⁽¹⁹⁾（图1—6）。

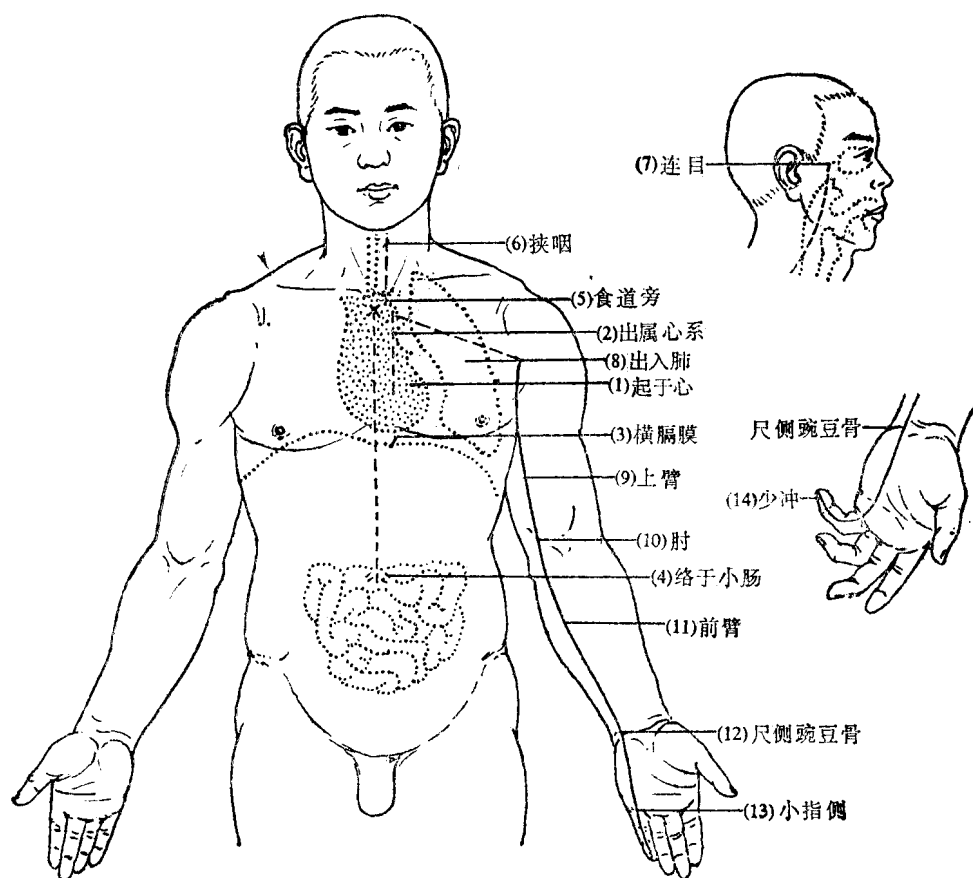


图1—5 手少阴心经循行示意图

（七）足太阳膀胱经

足太阳膀胱经，从手太阳小肠经分支目内眦开始⁽¹⁾，上额交会督脉之神庭、足少阳经之头临泣穴⁽²⁾，在头顶交督脉之百会穴⁽³⁾。

该经脉由头顶分支：一支横行下⁽⁴⁾至耳上角⁽⁵⁾，与足少阳经交会于曲鬓、率谷、浮白、头窍阴、完骨等穴。其直干入络脑髓⁽⁶⁾，再出脑，交会于督脉脑户穴，下行到项部⁽⁷⁾，在此又分为挟脊内外两支。

内支沿肩胛肌的内侧⁽⁸⁾，交督脉于大椎、陶道穴，挟脊距背中线一寸五分⁽⁹⁾，经腰联络于肾，归属膀胱⁽¹⁰⁾。复从腰，下行至骶⁽¹¹⁾，经臀⁽¹²⁾，沿股后⁽¹³⁾入腘窝中⁽¹⁴⁾。

外支挟脊距背中线三寸⁽¹⁵⁾，从项下脊背，经股骨大转子，交会于足少阳经之环跳穴⁽¹⁶⁾，沿髂外侧后面⁽¹⁷⁾，也入腘窝⁽¹⁸⁾，内外支会合。再向下沿腓肠肌⁽¹⁹⁾，浅出外踝后⁽²⁰⁾，沿第五跖骨粗隆抵足小趾外侧端⁽²¹⁾，与足少阴肾经相接（图1—7）。

（八）足少阴肾经

足少阴肾经，从足太阳膀胱经终点的足小趾端开始⁽¹⁾，斜走足底⁽²⁾，经内踝下后⁽³⁾，其一支向下进足跟中，主支由此向上与足太阴脾经的三阴交穴交会⁽⁴⁾，沿腓肠肌过腘窝内侧⁽⁵⁾，上股内侧后⁽⁶⁾至尾骨端之长强穴交会于督脉⁽⁷⁾，入腹穿过脊柱向