

第一章 針灸治病的基本原理

一、針灸治病的道理

針灸是一種外治的方法，只要在人體外部針針灸灸，就會把疾病治好，但它為什麼能夠把病治好，是一個值得深入研究的課題。

針與灸是兩種不同的醫療方法，但這兩種方法都是應用器械或艾卷刺激人體體表的某些穴位，引起機體適當的反應而達到治愈疾病的目的。前者是利用針刺人體一定部位的皮下和肌肉，因而起到調整氣血的作用。後者是應用艾灸溫灼一定穴位的皮膚表面，以達到溫通氣血的效果。

中醫治病，是從整體著眼的。針灸是中醫治病外治法的一種，當然也不能例外，它首先把人體內臟和體表各組織及器官之間的關係，看作是不可分割的，同時還認為環境的變化對人體生理和病理也有很大影響。因此，既強調人體內部的統一性，也重視人體和外界環境的統一性。在臨症上是从全面考慮問題，而不單從有病的局部着想。這種整體觀念，是中醫治病的基本觀念，也是針灸治病的着眼點。

人致病的因素不外三種：外因（風、寒、暑、濕、燥、火等六淫）；內因（喜、怒、憂、思、悲、恐、驚等七情）；不外因（外傷、飲食不節、房勞過度）。在這些因素中除外傷可以直接致病外，其他因素僅是在發病中提供單方面的條件，病與不病，乃決定於人體的抵抗力。

針灸治病的根本作用在於調和陰陽。因為一個人之所以

会发生疾病，主要由于阴阳不平衡（偏盛或偏衰），针灸的目的是运用不同的手法（补法或泻法），以调和阴阳。比方在临床上对一个胃气痛的病人，診知他是由于飲食不节引起上腹疼痛，如用手按他胃部感到不适（拒按），大便秘結，脉象沉滑，从而即可断定这是实性的胃气痛。于是取足三里、内关、中脘，采用泻法，針一、二次，病情便能日见減輕而趋于痊愈了。为什么能够把胃病治好呢？主要是由于足三里系属于胃經，其脉循行于腹部，属脾絡胃的緣故。肚腹之疾，多是胃气不和引起，所以取足三里配上内关以泄胃經邪热，配中脘以疏調胃气，由于是实证，所以采用泻法，效果显著。

但有些患者經針灸治愈后又复发，便怀疑針灸疗法只是一时的痛快，不能根治。我认为这样看法是不正确的。因为胃病与飲食的調节有关，如果以为胃病的症状消失，而不注意飲食的調节，恣意吃一些刺激性的东西，或飯量过度，或吃不易消化的食物，这样，胃病自然又会复发了。

針灸的治疗作用，是通过激发机体的一定反应来实现的。針灸后病人都有一种特殊感觉（痠、麻、胀、重、蚁走、触电等感觉），这就說明針刺已引起病人机体的反应。古人說：“气速至而速效，气迟至而不治。”气至实与針灸疗效的大小有直接关系。我們在临床上的确也遇到一些患者腰腿痛，当針刺环跳穴时，入針后，病人反应痠胀到足的外踝部（相当于昆仑穴），得到这种針响，如果是疼不久的（属于急性），效果往往很好，反之属于多年的慢性的，即使針下感觉良好，其效果也不令人滿意。这固然是与引起病变的原因有关，另外与病人的体質，正气的强弱，医治手法是否恰当，都有密切关系。我曾遇到这样一个病例，有一位三十来

岁的女同志得癲癇症，夜間发作，四肢抽搐，口吐泡沫。几位健壯男同志捉住病者，才能接近。当时以26号粗針刺入人中、合谷、足三里、丰隆，針毕病人抽搐停止，非常鎮定，为什么小小金針一刺胜过几人捉持，而且病人經針后感到困倦入睡，这就說明了粗針刺入人体的肌表，引起机体的反应，所以往往使用粗針針刺。入針后迅速运用手法，很快地把針退出，毋須詢問病人有无感觉，同样收到效果。目前我們运用粗針針刺小儿麻痺症，收效也頗好，只須三个疗程（一个疗程十次），使患者萎軟无力的下肢，逐渐地从不能站，到能走路了。

为什么針灸能治病呢？首先。它与經絡学說有不可分割的联系，因为人体各部門之間是一个相互联系的整体，誰来联系呢？就是經絡。經絡有联系人体五脏六腑和头身四肢的功能，从而把人体构成一个有机的整体。象急性闌尾炎的病人多数在足阳明胃經的闌尾穴上出現压痛点，肺癆病人也有在太阴肺經中府穴出現压痛点。这不仅可供診斷上的参考，而且給治疗上很大的帮助。当然針灸是否取效，还得取决于：診斷明确；取穴正确；手法恰当；配穴合于規律，特别是手法恰当。并不是象有些人认为那样死記一、二个所謂特效穴便能收到預期的效果。例如一般人认为：合谷穴治牙痛特效，但事实上，并非所有的牙痛以合谷治疗都能见效。我曾遇到一位病人因牙痛厉害，把患牙拔去，照理牙痛可以停止，但疼痛却如故，后用針灸治疗，取頰車、合谷針治仍无效。因而詳詢病人，才知道当牙痛时似有四肢抽筋状，診斷这种牙痛是与胃火上升有关，而且更主要的是与肝火有关，因而，針刺筋会——阳陵泉穴，用泻法，一次见效。

話又說回来，临床上的确也有一些特效穴，运用起来能

收到立竿见影之效。例如在内脏或头面或下肢各經出現不同症状，但属某一經的病候，同样取一經穴位可以治疗。比方实热引起的腹痛（内脏）、牙痛（面部）、足背肿痛（下肢），仅取足上的内庭穴就可以治愈这三种病症。問題在于这三种病都是足阳明胃經循行和分布的处所，因此仅取一穴（内庭）就能兼治几病了。

其次，由于它能調和經絡，流通气血。古人有句話：“人身气血，貴乎流通，否則有余者为痼疽，不足者为癆瘵”。這句話确实是有道理的。如有一失眠患者，表現失眠、头痛、精神萎靡，其他无特殊表現，經多方治疗无效，針刺风府、心俞、肝俞、三阴交，以平补平泻手法，留針十五分鐘，針后病人感到非常滿意，能睡六、七小时，头亦不痛。为什么能取效呢？这主要是患者的失眠是由于心腎不交、肝血亏损引起的，通过針灸，刺激經絡，能加强周身气血的运行和調整人体正常的生理机能的緣故。但經過一段時間，針灸的疗效不能巩固，原因由于患者是搞脑力劳动的，經常深夜工作。失眠的治疗机轉，还与患者本身的精神疗养（适当休息）和内外环境的改善有密切关系。

再其次，它与經气也有密切关系。如临床上遇到由于大腸經气阻滯，气机不暢，引起大便不通的患者，取支沟、照海以平补平泻法，留針十五分鐘，便可达到通便目的。因为支沟为三焦脉的經穴，照海为阴蹻脉之所生，此两穴相配治疗便秘，自然收效。扁鵲玉龙歌說得好：“大便閉結不能通，照海分明在足中，更把支沟来泻动，方知妙穴有神功。”又如气虛下陷、經气虛弱导致的脱肛，針长强、承山，灸百会、气海，往往显效。因长强为足少阴、少阳之会，能收縮肛門之括約肌；百会为手足三阳督脉之会，有升阳补气的功

能；至于承山、气海则有促进直腸收縮之功。再如小儿遺尿症，仅刺关元、腎俞、三阴交以补法，一、二次也见效。这些例子說明針灸能改善血液的功能和幫助血液的正常运行。

必須說明的，經氣正常，則針下感覺灵敏，否則迟鈍，但針下所出現的“气”有二：針下滯碍，轉动不灵，如有什么东西裹住是邪气；針下如魚吞鈎一样的是真气。如果手法不熟練，指力的鍛煉又不够，自然針下病人不是反应疼痛就是没有什么感觉，这样，就談不到疗效了。

至于有人认为經絡学說与針灸的关系非常密切，因此想通过实践找出經絡实質，这无疑是一个新的課題。有人认为經絡的实質相当于血管、内分泌、淋巴、体液，特别是相当于神經系，因此认为針灸治疗疾病的机制，主要是通过神經反射以調节机体的生理功能，消除不平衡現象，使机体重新获得内外环境的協調和統一。我认为經絡可包括神經，但神經并不等于就是經絡。尽管經絡有联系内外的功用类同神經，經絡的循行多数与神經走行一致，針响传导方向也多与神經走行一致，神經阻斷則經絡現象消失，針刺对神經系統有明显影响等等。这些只不过是說与經絡有关系，但并不意味着找到了經絡的实質而針灸的病理机制和治疗就会全部解决了。針灸能治病并不象某些人认为某穴可以治疗某种病症那样，因为針灸疗法能够治愈疾病，是貫串了整个中医学的基本理論的。

祖国医学是数千年来实践經驗积累而成的，它的主要内容，不外理、法、方、药四个方面。以針灸來說，其治疗似乎不是开方，不吃药，不講究理論方法的。其实不然，針灸的基本精神，不但有理、有法，而且也有方、有药。例如，在人体某一个适合治病的“点”（穴）用針或灸来刺激一

下，这一个“点”即等于内科下了一味药，刺激的轻、重、浅、深，相当于用药剂量的大小。如果某种病症非一针所能解决问题时，就得在某一点以外，同时找出另外几个点，造成一条“线”（经）来共同完成这一个治疗任务。这一条“线”“配穴成方”就等于内科应用的综合药剂——“汤头”。

二、针灸与经络学说的关系

经络在祖国医学的理论上占很重要的地位，而经络学说是祖国医学理论体系之一，它和阴阳、五行、脏腑、营卫、气血等共同构成了完整而统一的整体。同时贯穿在中医了解病人的生理、病理和诊断、治疗等方面，起到判断疾病从而治疗疾病的实际作用。所以灵枢经别篇说：“人之所以生，病之所以成，人之所以治，病之所以起。”灵枢经脉篇又说：

“经脉者，所以决生死，处百病，调虚实，不可不通。”这就说明了经络不仅在理论上重要，而且在临床实践上也是很重要的一环，若丢开了它，中医学就会显得残缺不全，失去纲领，特别在指导针灸的诊断治疗上便会迷失方向。因此，清朝名医喻嘉言说得好：“治病不明脏腑经络，开口动手便错。”实属经验之谈。

经络学说是怎样形成的呢？

我们知道，“腧穴”在最初是以“按之快然”、“以痛为输”的形式被人类发现的，如灵枢经筋篇说：“以痛为输”即以痛点为俞穴所在之意。“阿是”之名，当始于唐代孙思邈“千金方”：“吴蜀多行灸法，有阿是穴法，言人有病痛，即令捏其上，若当其处，不问孔穴，即得畅快或痛，即言阿是，灸刺皆验。”

在公元前二千年的古代，由于生产工具的改革，冶金术的进步，針灸的器具在那时也有了一次重大的革新。九針的出現，逐漸取上古时代盛行的砭石而代之。因为針灸工具的进化，促使了当时針灸医学的巨大发展。在这样的条件下，随着針灸实践次数的增多和适应症的日益扩大，腧穴才脱离了“以痛为輸”的雛形而肯定了位置和性能。同时在針灸某些腧穴时，古人也发现，感觉的传导每有一定的径路；而同类主治性能的腧穴，又往往排列在同一条感觉的径路上。因此結合內脏和腧穴在病理反应上和治疗作用上的影响，归納同类主治性能的腧穴，从感性認識，逐步加以充实，提升到理性認識，最后成为理論体系，奠定了經絡学說的基础。因此說經絡学說从孕育、誕生到成长，皆和針灸医学有不可分割的联系。

古人在临床实践中，也很重視經絡。如张仲景伤寒論中的六經辨証、按經論治的方法，是中医內科治病的基础，‘伤寒六經就是經絡学說中十二經脉的縮影。所以宋朝朱肱在活人书中說得好：“治伤寒先須識經絡，触途冥行，不知邪之所在。”針灸治病更不能离开經絡学說，如心肺有病，多见邪出現于两肘，象心跳心慌刺少海而收效；肝有病，多见邪出現于两胁，如两肋痛，刺章門而收效。又如肾有病，多见邪出現于两膕，象腰痛取委中往往收效。为什么收效呢？得从經絡学說来理解，因腰部是足太阳膀胱經所过，属于膀胱，連絡肾脏；且腰为肾之府，肾病必先腰痛，原因不外是肾亏或膀胱經經脉受了外邪侵袭的緣故，刺委中所以疏通膀胱經脉之气，暢通气血，因而收效。

在腧穴的性能上，往往心經的腧穴可以治心病，如心脏衰弱，刺神門；肺經的腧穴可以治肺病，如咳嗽咯血，刺尺

澤；脾經的腧穴可以治消化不良，脾胃虛弱，如脾虛腹痛，刺公孫，均能收效。臨床上的體會，循經取穴，比局部取穴療效較好，而且能夠巩固療效。

我們知道，經絡學說的創始，是古人綜合針刺時感覺通傳徑路的現象而發現的，所以感覺通傳現象的表現，也可說是經絡實質之一。因為針灸之所以起作用，是由于針灸刺激能夠引起機體的反應，即入針以後，病人有一種特殊感覺出現，就表明針刺已經引起了這位病人機體的反應，一般來說，收效良好，否則感覺遲緩，收效不快（或者無效）。正如饒漢卿的標幽賦上說：“氣速至而速效，氣遲至而不治。”這就說明了“氣至”同針刺療效的大小有直接關係。但值得提出的是，有些病確是針刺反應快而且好，不僅限于局部而且放散很遠，因而收到立竿見影之效。如1954年春治一人右側坐骨神經痛，疼痛頗劇，患者扶杖求診，行走不便，當時取環跳、風市、陽陵泉，當刺環跳時感覺放散到崑崙穴，僅針刺一次，疼痛大減，不用扶杖可以自由行走了。這種感應，正說明人體正氣充沛，邪氣雖盛，亦足以抵禦病邪，達到正勝邪却之效。但也有些病針下感應不大，經過候氣，慢慢由感覺不明顯而明顯最後仍收效的。如治一人顏面神經麻痺症，取攢竹、四白、頰車、地倉、合谷，第一次針治，感覺甚微，經過多次針治後，由不得氣而得氣，得氣而見好氣而收效。這就說明了初針時感應不大，以後針刺有感應，也能收效。也說明了起初正氣雖是衰弱，以後通過針灸的刺激，會使正氣由衰弱轉變為旺盛，正氣雖非太盛，亦足以抗邪，這是臨床上屢見不鮮的。關鍵在于醫者是否認真對病人負責，是否做到耐心診治，體貼入微，并不在于機械的領會古人所說“取氣不至，雖有妙手，亦難回春”的詞句。當

然也有些病針下感應不大，甚至如插棉絮一樣，結果毫無見效。如治一位貧血病人，連續幾次針治，病人反而感到不好過，出現頭暈，心跳厲害，根據病情，認為是心腎虧損，改用隔姜灸身柱、膈俞、腎俞、曲池、三陰交、關元，幾次病情好轉，慢慢地趨向痊癒了。

疾病的发生，一般都由血氣壅滯、不得宣通而成，即如外科的痛疽，也是如此。如痛疽原是火毒生，經絡阻隔氣血凝，而血氣之所以会发生壅滯，是由于氣機不行之故。而局部經絡中血氣的所以不行，或是由于局部經絡之元氣出現有餘或不足，或是因為外邪侵襲，阻礙了氣機的正常運行，從而發生種種的病理變化。腧穴是大气之所會，營衛出入之處，也是經絡元氣作用集中反映的所在，素問五臟生成篇中認為：“衛氣之所留止，邪氣所入客也”。如背部的俞穴和腹部的募穴，都是全身很重要的穴位，腹部的募穴是經氣聚集的地方，背部的俞穴是經氣轉輸的地方，因此俞募是應用在臟腑疾病主要的穴位。如胃氣不和引起的胃痛，用背部的胃俞、腹部的中脘來治療，陰陽配合，前後夾擊，往往收到滿意的效果；這也不外是通過針灸，調整了經絡元氣的虛實，疏注了稽留在經絡中的外邪，則營衛自然就能恢復暢通，腧穴的局部治療作用和主治性能也即在此。所以有人說：

“經氣系指全身宇宙日月諸星之行度及其光熱足以影響于人體來說的，因為十二經脈的運行，在人身里的臟腑或人身外的肢體均有時間和方位可以指明，而又恰與地球的自轉每一日一周的度數相切合。”這說明了針灸按時取穴的治療法則。也就是說，即是把宇宙的自然現象縮小而分配于人體，所以稱“天人合一”的整體觀念，因此人身整體運行，自然感受宇宙熱的大作用而暗將符合時日不差。如最近我們治療

小兒麻痺症，是根据素問痿論“治痿獨取陽明”的原理作為主要治療準則。在治療過程中往往遇到一些病例，平時不但足痿軟無力，多數胃口還不佳，通過針刺足三里、三陰交後，病兒食欲大增，肌肉慢慢豐滿，而腿逐漸有力而能行走了。另外也有在治療過程中經常容易引起發燒（感受風寒），每每取督脈經的大椎以退熱，因為“陽明者，五臟六腑之海，主潤宗筋，束骨而利機關也……陽明總宗筋之會，會于氣街，而陽明為之長，皆屬於帶脈而絡于督脈。故陽明虛則宗筋縱，帶脈不引，故足痿不用也。”

循經取穴，就是循着某一經絡取穴以治療疾病。如耳病除了取局部的听宮、翳風及在鄰近的癰脈取穴外，還可加取三焦經及胆經中的中渚、臨泣、液門來治療，因二經均循行于耳部，所以能治耳病。又如高血壓引起的失眠，可取印堂、內關、豐隆；若因心血不足之失眠，又應取神門和三陰交，才能收效。

基上所述，針灸和經絡的關係是非常密切的。上面提到：“治病不明臟腑經絡，開口動手便錯。”說明經絡學說是祖國醫學的一項重要理論。針灸主要是在這一理論指導下，來辨証選穴的。人體是一個結構萬分複雜的有機體，由於各部組織、器官的密切聯繫，才能保證它的完整統一。祖國醫學認為，經絡就是在各部組織、器官之間起聯絡作用的。由於有這樣一套完整的經絡系統，臟腑的功能才得以反映到人體各部，人體各部的變化也得以傳達到臟腑。

此外，人體是依靠氣血而生存的，運行氣血的通路就是經絡。血在經絡里走，運送到周身，循環不休，以發揮其營養機能，這種機能就叫做“營”。氣和血互相依附着，但是氣在經絡外走，也是循環不休，以發揮其保衛人體的機能，

这种机能就叫作“卫”。

当外邪侵袭人体时，如果体内气血调和，营卫正常，就足以抵抗外邪而不发病，这就是正气足的表现。如果气血亏损，营卫不充，就不能抵抗外邪而发病，这就是正气虚的表现。外邪总是乘虚而入的。外邪入侵的程序是由表皮到络脉，再到经脉，最后到脏和腑，这是一般规律，但也有由表直入脏腑的。在这入侵过程中，步步会遇到正气的抵抗，这就形成了邪正相搏，而表现一系列证候来。由于邪正相搏的部位不同，病就有在络，在经，在脏，在腑的区别，临床上就有了在表，在半表半里，在里之分。如在外感初期，表现恶寒重、发热轻、口中和、舌苔白、头痛、身痛、无汗、脉浮紧等症，取天柱、大椎、身柱、风门、合谷等穴，以单刺术，发汗解表，使邪从外解，从而控制疾病的传变，达到早期治愈的目的。又如肝经郁结引起的月经不调，表现情志不宁，经期少腹疼痛，腰部痠胀，取肾俞、关元、三阴交等穴，以平补平泻法，达到活血调经镇痛的目的。此外，如脾胃虚弱，表现消化不良，肠鸣、腹胀，取足三里、天枢、中脘等穴以补法，加强肠胃之消化机能，增进食欲，从而达到温中祛寒恢复健康之目的。这就使我们有办法来区别疾病发展的不同阶段并预见其发展趋向。不仅外感病可以由表向里传变，脏腑病也可以从里反映到外面的经络上来。因此，我们掌握那一经有疾病表现，就有可能辨别疾病的内在部位，从而采取相应的治疗措施。

在治疗方面，中药都依其不同的属性，分别归纳到各经里，使处方用药有所遵循，这叫“归经”。针灸的穴位也是如此，分别归纳在各经内，在那一经的穴就可以治疗那一经的病（个别的也可以治疗他经的病），这样，针灸配穴有所

依据。如有一位女性患者，患脑炎后遗症，表现左上肢发抖，不时发作，当即取大椎、肩髃、曲池、外关，针刺一个疗程（十次）后，症状显著减轻（伸直手时不抖，弯曲手时仍抖）。后改用极泉、尺泽、内关，继续针治十次，症状完全消失。这就足见按经辨证论治的重要性。

第二章 經絡學說簡述

一、經絡的涵義和主要內容

經絡學說是祖國醫學中重要的理論基礎之一，它和陰陽、五行、營衛、氣血以及臟腑等等共同構成了一個完整的理論體系。凡是研究祖國醫學的人，特別是鑽研針灸的人，對這一門學說，都必須認真深入地學習，然後在臨床上，對生理、病理有了認識，診斷治療才能得到正確的理論依據。靈樞經脈篇說：根據經脈，能夠診斷疾病預後的好壞，處理許多疾病，調整疾病的偏虛偏實。因此，對經絡學說，就必須要有深切的了解。

“經”和“絡”往往聯名並稱，其實涵義並不盡同。“經”有“徑”的意思，是縱行的干綫；“絡”有“網”的含義，遍布全身。經絡就是人體通行氣血、溝通內外表里、統一聯繫的一個系統。它的範圍非常廣泛，其內容也相當豐富。就其主要內容來說，有十二經脈、十二經別、奇經八脈、十五絡脈、十二經筋和十二皮部。其中以十二經脈為全部經絡的主體；十二經別是從十二經脈分出的，所以叫做別行的正經，循行於腹里；奇經八脈是在十二經脈和經別之外的“別道奇行”的脈，它與十二經脈也有縱橫的聯繫。絡脈方面，以十五絡為主要，除此之外，並有無數絡脈遍布全身，還有其細小的分支稱為孫絡，起着滲灌氣血、濡養肢體的作用。這些經脈和絡脈，組成了經絡系統的主體。十二經筋和十二皮部，是經絡在體表的連屬部分；五臟六腑，是經絡在

体内的連属部分。这样，經絡在人体組成了一个完整的系統，研究和討論这些問題，乃是經絡學說的范畴。列表如下：

經絡系統表：



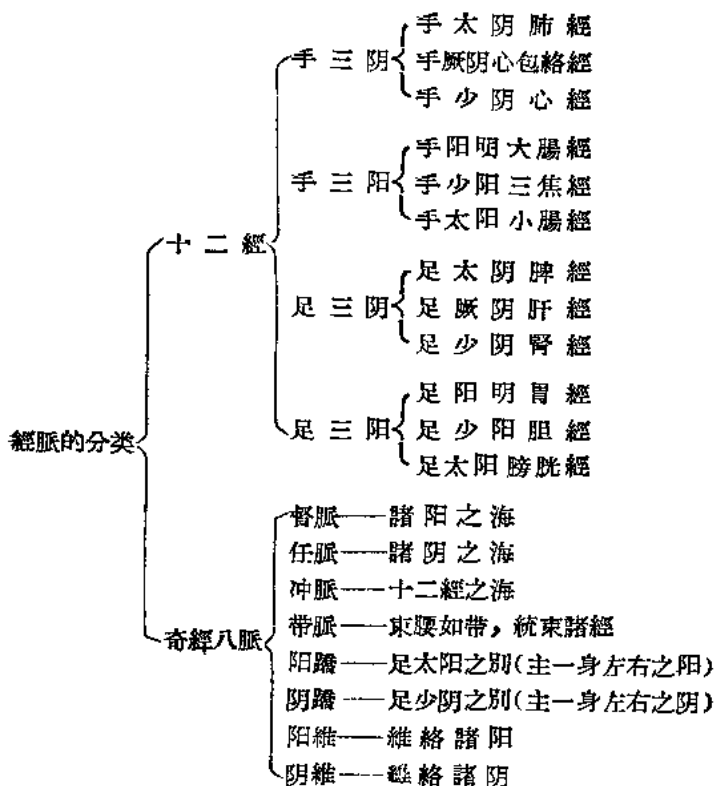
二、經絡的命名和分類

手足三陰三陽十二經絡的命名，是根据阴阳之理演繹衍化而來。古人从生活实践中觀察到任何事物的变化，都有不同的阶段，阴和阳虽然是矛盾而統一的整体，但在变化过程中，其盛衰和消长的程度也有所不同，因此由一阴一阳衍化为三阴三阳。阴的方面：分为“太阴”、“少阴”和“厥阴”；阳的方面，分为“太阳”、“少阳”和“阳明”。三阴、三阳皆从气血的盛衰而定名。“太”与大的涵义相同，“太阳”是阳气很盛的意思，“太阴”是阴气极重的意思；阳气初生叫做“少阳”，阴气微盛叫做少阴；厥阴的涵义，是两阴相交而阴气消尽之意，阳明的涵义，是二阳相合其火通明之意。将三阴、三阳配合手足，成为手三阴和手三阳，足三阴和足三阳，合称十二經。又以經脉所在的部位，結合

“內为阴、外为阳”、“脏为阴、腑为阳”的阴阳概念，而决定了十二經的名称。

奇經的命名，也有其一定的意义。“督”有督率的意思，因这条經脉循行于背部，督率諸阳，所以叫督脉；“任”有妊娠担任的意义。因这条經脉有担任全身阴經的作用；“冲”可作通字解，因为此脉通行十二經之气血，故以为名；“带”約束諸經，束腰如带，因象征而得名；“蹻”是

經 脈 分 类 表



足跟的意思，起于足外踝下的叫阳蹻，起于足内踝下的叫阴蹻；“維”字可作圖維解釋，是維系的意思，阳維是維系聯絡一身在表之阳，阴維是維系聯絡一身在里之阴，因此定名阳維和阴維。其他如十二經別，十五絡脉，都以別出的正經为名。十二經筋，也和所屬的正經連稱，并分为手足三阴、三阳。这就是經絡命名的原由。而經脉的分类，也是建筑在这一基础上的，茲列表如上：

在灵枢經水篇中，又以地面上較大的十二河流，即清、渭、海、湖、汝、澗、淮、江、河、济、漳、漯等十二大川来比喻人身上的十二条經脉，名曰經水，借以說明經脉之气川流不息之意。

三、十二經脉的分布概况

十二經脉，就是手、足三阴和手、足三阳經十二条經脉。这十二条經脉，是經絡學說的主体，在全身所有經絡中，起着重要的作用。茲就其主要特点叙述于后：

1. 循行規律：十二經脉的循行徑路，是从手太阴肺經开始，順次传至手阳明大腸經，以后各条經脉递相流注，終而复始。其循行次序即：手太阴肺經→手阳明大腸經→足阳明胃經→足太阴脾經→手少阴心經→手太阳小腸經→足太阳膀胱經→足少阴腎經→手厥阴心包經→手少阳三焦經→足少阳胆經→足厥阴肝經→手太阴肺經。根据十二經循行情况，可以得出如下規律：

(1) 十二經脉的循行，是周流不息、往复循环的。它流注于体腔之内，又浅出于体表的肌肤，由表入里，从内达外，是一經接一經的在人体周流不息，沒有停息的时候，也沒有終止的地方。

(2) 十二經脉的行走方向，总的原則是：属于上肢部的阴經——手三阴：手太阴、手少阴、手厥阴，一律从胸走手；属于上肢部的阳經——手三阳：手阳明、手太阳、手少阳，一律从手走头；属于下肢部的阳經——足三阳：足阳明、足太阳、足少阳，一律从头走足；属于下肢部的阴經——足三阴：足太阴、足少阴、足厥阴，一律从足走腹（胸）所有手足十二經脉的循行方向，都是根据这个原則。

(3) 十二經脉的循行，在某一条經脉和另一条經脉相接的情况，也因身体的部位不同而表现它的特点。即：在四肢末端相联接的，必然是不同属性的經脉（表里經）；在心胸部位或头面部相联接的，必然是同属阴性或同属阳性的經脉（同名經），而这些属性相同的經脉，又必然是手、足两經的相互衔接。十二經脉的循行，就根据以上三个特点，构成了一个連貫的通路。具体情况如下表：

十二經絡傳注表

手 指	次 端	足 大 趾 內 側 端		手 指	小 端	足 指	小 端	手 指	無 名 端	足 外	大 側 端	指 端	
手 太 陰	手 陽 明	足 陽 明	足 太 陰	手 少 陰	手 太 陽	足 太 陽	足 少 陰	手 厥 陰	手 少 陽	足 少 陽	足 厥 陰	手 太 陰	
	鼻	旁	心	中	目	內 背	胸	中	目	外 背	肺	內	

2. 分布情况：十二經脉在四肢的分布情况，首先可从外侧和内侧来区别阴經和阳經的分布部位。外侧和内侧是根据向中与离中来区分，即四肢傾向軀干正中一侧的为内侧，和軀干正中相背的一侧为外侧。外侧为阳經所分布，内侧为阴經所分布，手足三阴、三阳經脉的分布，都以此为准。对于十二經脉分布于上肢和下肢的区别，是与五脏的位置有关：