

护士专业三年制教材

针 灸 学

针 灸 教 研 室

中国人民解放军第一军医大学

编写说明

为适应我校护士专业教学需要，我们参考全军护士教材——《中医学基础》及全国中医学院试用教材《针灸学》，编写了这本《针灸学》，供护士专业三年制试用。

本教材分上、中、下。三篇。

上篇经络与输穴。经络学说是针灸的理论基础，本篇仅作概括性的论述，以便于针灸教学。输穴部分共选入88个穴，按所属经络分别论述其定位、主治、操作，其他各穴以表格形式列出，以备查阅。特定穴另立一节编入本章，以突出它的应用。

中篇刺灸法。重点叙述毫针的基本操作方法，其它疗法仅从简介绍。

下篇针灸治疗。分别论述针灸辨证施治原则、方法、配穴、并选用二十一个病症的针灸治疗。

由于时间仓促，水平有限，缺乏经验，错漏之处一定不少，热诚地希望大家批评指正，以便进一步修订。

一九八四年五月

目 录

针灸学的发展概况····· (1)

上篇 经络、输穴

第一章 经络

第一节 经络的概念和组成····· (3)

一、经络的概念····· (3)

二、经络的名称和组成····· (3)

第二节 十四经脉····· (4)

一、十四经脉的体表循行····· (5)

(一) 手太阴肺经····· (5)

(二) 手厥阴心包经····· (5)

(三) 手少阴心经····· (5)

(四) 手阳明大肠经····· (5)

(五) 手少阳三焦经····· (7)

(六) 手太阳小肠经····· (7)

(七) 足阳明胃经····· (9)

(八) 足少阳胆经····· (9)

(九) 足太阳膀胱经····· (9)

(十) 足太阴脾经····· (10)

(十一) 足厥阴肝经····· (11)

(十二) 足少阴肾经····· (11)

(十三) 督脉····· (12)

(十四) 任脉····· (12)

二、十四经体表循行、走向、
气血流注规律····· (14)

三、十四经体表循行、走向、
属络、交接、联系组织器官
归纳附表····· (16)

第三节 经络的生理功能与病理
反应····· (18)

一、经络的生理功能····· (18)

二、经络的病理反应····· (18)

第四节 经络在临床上的应用····· (19)

一、在诊断方面····· (19)

二、在治疗方面····· (19)

第二章 输穴

第一节 输穴的分类····· (21)

一、十四经输穴····· (21)

二、经外穴····· (21)

三、阿是穴····· (21)

第二节 输穴的主治作用····· (21)

第三节 输穴的体表定位····· (22)

一、解剖标志定位法····· (22)

二、骨度分寸定位法····· (22)

三、手指比量法····· (24)

第四节 常用输穴····· (25)

一、十二经脉的输穴····· (25)

(一) 手太阴肺经····· (25)

1. 中府 2. 孔最 3. 列缺

4. 太渊 5. 少商

(二) 手厥阴心包经····· (26)

1. 间使 2. 内关 3. 中

冲

(三) 手少阴心经····· (27)

1. 极泉 2. 神门

(四) 手阳明大肠经····· (29)

1. 合谷 2. 曲池 3. 肩髃

4. 迎香

(五) 手少阳三焦经····· (32)

1. 外关 2. 支沟 3. 翳风
 (六) 手太阳小肠经…………… (33)
 1. 后溪 2. 听宫
 (七) 足阳明胃经…………… (35)
 1. 承泣 2. 地仓 3. 颊车
 4. 下关 5. 头维 6. 天枢
 7. 犊鼻 8. 足三里 9. 丰隆
 10. 内庭
 (八) 足少阳胆经…………… (39)
 1. 风池 2. 肩井 3. 环
 跳 4. 阳陵泉 5. 光明
 6. 悬钟 7. 丘墟
 (九) 足太阳膀胱经…………… (43)
 1. 睛明 2. 肺俞 3. 心俞
 4. 肝俞 5. 胆俞 6. 脾
 俞 7. 胃俞 8. 肾俞 9. 大
 肠俞 10. 次髎 11. 膏肓俞
 12. 委中 13. 承山 14. 昆
 仑 15. 至阴
 (十) 足太阴脾经…………… (49)
 1. 隐白 2. 公孙 3. 三阴交
 4. 阴陵泉 5. 血海 6. 大包
 (十一) 足厥阴肝经…………… (51)
 1. 大敦 2. 行间 3. 太冲
 4. 章门 5. 期门
 (十二) 足少阴肾经…………… (53)
 1. 涌泉 2. 太溪 3. 复溜
 二、任、督二脉的经穴…………… (55)
 (一) 任脉…………… (55)
 1. 中极 2. 关元 3. 神阙
 4. 中脘 5. 膻中
 (二) 督脉…………… (57)
 1. 长强 2. 腰阳关 3. 命
 门 4. 大椎 5. 哑门 6. 风
 府 7. 百会 8. 水沟
 三、经外奇穴…………… (60)
 1. 印堂 2. 太阳 3. 定喘
 4. 夹脊 5. 十宣 6. 四缝
 7. 手背腰痛点 8. 胆囊穴
 9. 阑尾穴 10. 落零五
 四、常用输穴主治归纳…………… (63)
 五、特定穴及其应用…………… (66)
 附 身体各部针灸输穴图…………… (72)

中篇 针灸法及其它疗法

第一章 针灸学

第一节 常用针具的种类和规格…………… (78)

- 一、毫针…………… (78)
 二、三棱针…………… (78)
 三、皮肤针…………… (79)
 四、皮内针…………… (79)

第二节 毫针刺法…………… (79)

- 一、针刺练习…………… (79)
 二、针前准备…………… (79)

三、操作方法…………… (80)

- (一) 持针法…………… (80)
 (二) 进针法…………… (80)
 (三) 进针后的手法…………… (82)
 (四) 掌握手法的要点…………… (84)
 (五) 留针和出针…………… (84)

四、异常情况处理…………… (84)

五、注意事项…………… (85)

第三节 灸法…………… (86)

- 一、基本知识…………… (86)

- 二、操作方法……………(87)
- 三、注意事项……………(88)
- 四、灸法的作用及其适应症…(89)

第二章 其他疗法

- 第一节 拔罐疗法……………(90)
 - 一、用具……………(90)
 - 二、操作方法……………(90)
 - 三、注意事项……………(91)
 - 四、适应症……………(92)
- 第二节 耳针疗法……………(92)
 - 一、用具……………(92)
 - 二、耳廓表面的解剖名称…(92)
 - 三、耳针的穴位及分布…(93)

- 四、操作方法……………(93)
- 五、注意事项……………(95)
- 第三节 头针疗法……………(97)
 - 一、头针刺激区的定位和主治……………(97)
 - 二、针具 体位和操作方法…(100)
 - 三、注意事项……………(101)
 - 四、适应症……………(101)
- 第四节 腕踝针疗法……………(101)
 - 一、用具……………(101)
 - 二、操作方法与步骤…(101)
 - 三、注意事项……………(105)
 - 四、适应症……………(105)

下篇 针 灸 治 疗

第一章 治疗概述

- 第一节 针灸施治原则……………(107)
- 第二节 针灸取穴、配穴方法…(108)
 - 一、局部、邻近取穴…(108)
 - 二、远隔(道)取穴…(108)
 - 三、经验取穴……………(108)

第二章 常见病症治疗

- 一、休克……………(108)
- 二、中暑……………(109)
- 三、头痛……………(109)
- 四、面神经麻痹……………(110)
- 五、咳嗽……………(110)
- 六、哮喘……………(110)
- 七、胃痛……………(111)

- 八、腹泻……………(111)
- 九、中风……………(112)
- 十、关节痛……………(112)
- 十一、腰痛……………(113)
- 十二、坐骨神经痛……………(113)
- 十三、尿潴留……………(114)
- 十四、胆绞痛……………(114)
- 十五、痛经……………(114)
- 十六、小儿消化不良…(115)
- 十七、遗尿……………(115)
- 十八、荨麻疹……………(116)
- 十九、咽喉肿痛……………(116)
- 二十、牙痛……………(116)
- 二十一、急性结膜炎…(117)

针灸学的发展概况

针灸学是祖国医学宝贵遗产的一部分。几千年来，我国人民长期与疾病作斗争中，创立和发展了针灸治病的理论和操作方法，总结针灸治病的经验，从而形成了今天的针灸学。

针灸的形成和发展，经历了一个漫长的历史时期。早在旧石器时代，我们的祖先在生产和生活实践中，发现体表偶然被石块碰伤或荆棘刺伤后，能使体内某些疼痛和疾患减轻或消失，于是人们就开始利用锐利的石片（即砭石），刺激人体的疼痛部位，来治疗疾病。《说文解字》云：“砭，以石刺病也。”可见砭石不仅是原始的外科医疗工具，也是我国针术的萌芽。灸法的产生是在火的发现和应用之后，人们通过长期的摸索观察，终于找到了易于点燃、火势缓和并有温通血脉作用的艾，作为施灸的原料，从而形成了“灸术”。到了商朝，由于冶炼技术的进步，青铜器的广泛应用，针具也得到了不断的革新，由石针、骨针、竹针而发展为九针。古代医家经过反复的医疗实践，按照输穴的主治作用，并结合针刺的感应情况和人体解剖知识，把那些具有相同或类似作用的散在的输穴，由点到线的联系起来，归类成若干经线，从而形成独特的经络学说。

《内经》是我国现存最早的医书，全书包括《素问》和《灵枢》两部分，在《素问》中有专篇论述针灸，特别是《灵枢》记载更多，对有关经络、输穴和刺灸基本理论、适应症、禁忌症等，都作了比较详细的论述，故《灵枢》有针经之称。这是我国秦汉以前针灸学的经验总结，也是后世医家继承和发展针灸的重要基础。在这一时期，扁鹊、张仲景、华佗等医家对针灸学的发展都有过贡献。在医学文献方面，晋代皇甫谧著有《针灸甲乙经》，是我国现存的最早的针灸专著。孙思邈的《千金方》和王焘的《外台秘要》，对针灸医学都有专门的记载。唐代甄权撰《脉经针方》、绘制了彩色经络穴位图——《明堂人形图》。到了宋代，王执中著有《针灸资生经》。王惟一编著了《铜人腧穴针灸图经》，公元1027年他设计铸造铜人两具，作为针灸教学和考试之用，长期受到国内外的重视。辽金元时代，窦汉卿著有《针经指南》，书中的《标幽赋》及《流注指要赋》用歌赋的形式写成，不仅内容丰富、而且文笔优美，对针灸医学的发展与传播，都起到了一定的作用。随着我国印刷术的发展，针灸著作逐渐增多，内容也逐渐丰富。如元代滑伯仁的《十四经发挥》、明代李时珍的《奇经八脉考》、徐凤的《针灸捷要》、陈会的《神应针经》、高武的《针灸聚英》，尤其是杨继洲的《针灸大成》更是比较全面的收集了明代以前有关针灸文献资料，同时总结了杨氏自己的临床经验，是一部影响较大的著作。清代针灸著作主要有吴谦的《医宗金鉴·刺灸心法》、以及廖润鸿的《针灸集成》等。

清代后期和国民党统治时期，随着西洋医学传入中国，由于民族虚无主义和统治阶级轻视针灸，使针灸的发展受到了限制。然而，由于针灸是一种简便有效的医疗方法，

深受广大群众的欢迎，因此，尽管反动政府千方百计地力图扼杀，但是它在广大群众中间依然流传和应用，发挥了防治疾病的重要作用。

中华人民共和国诞生后，在党的中医政策的光辉照耀下，祖国医学获得了新生，针灸学也得到迅猛发展。全国各地先后成立了中医学院，开办了西医学习中医班，设立了研究中医针灸的专门机构，积极应用现代科学的理论与方法来研究中医中药、针灸经络。针灸医学在全国范围内不断得到了普及，并且有了许多新的发展。

几千年来，针灸医学不仅对我国人民的医疗保健事业起过重大的作用，而且很早就流传到国外，对其他一些国家的医疗保健事业也作出了一定的贡献。约在公元六世纪，针灸医学传到了朝鲜、日本。公元十七世纪末叶，传到了欧洲。对于促进我国和世界各国的医学交流，起了积极的作用。解放后，我国针灸学的蓬勃发展，引起了世界各国的注意，不少国家派人来我国进行考察、研究和学习，我国派遣到国外去的医务人员，也积极应用针灸疗法，为各国人民防病治病。目前，已有50多个国家使用和研究这一疗法，使针灸医学成为世界医学领域中的一项重要内容和世界人民的共同财富、

上 篇 经 絡、輸 穴

第一章 经 絡

经络学说，是研究人体经络系统的生理、病理及其与脏腑相互关系的学说，是祖国医学理论体系的重要组成部分。

经络学说是我国人民几千年来同疾病作斗争的经验总结，是历代医学家长期医疗实践的积累，经过不断的总结、提高而逐渐形成的，它的产生和发展与针刺疗法有着密切的联系。经络学说对于中医临床各科，尤其是针灸治疗、按摩等，都具有重要的指导意义。故《灵枢·经脉篇》有“经脉者，所以决生死，处百病，调虚实，不可不通”的记载。

第一节 经络的概念和组成

一、經 絡 的 概 念

经络是经脉和络脉的总称。经，有路径的含义，是经络系统的纵行干线，分布在体表的较深层。络，有网络的意思，是经脉的分支，纵横交错，网络全身，无处不在。通过它有规律的循行和错综复杂的联络交会，把人体的五脏六腑、四肢百骸、五官九窍、皮肉筋脉等组织器官联结成一个有机的整体，运行气血，使人体进行有机的整体活动。

二、經 絡 的 名 称 和 组 成☆

经络主要包括经脉和络脉二大部分。经脉包括十二正经、奇经八脉、十二经别、十二经筋、十二皮部，其中正经和奇经，是经络系统的主要部分。正经有十二条，左右对称，分手三阴、足三阴经和手三阳、足三阳经，合称十二经。奇经有督脉、任脉、冲脉、带脉、阴跷脉、阳跷脉、阴维脉、阳维脉，合称奇经八脉。奇经八脉与正经不同，既不与脏腑直接相通，也无表里相配关系，其中除督、任二脉直行于人体的前后正中，并有穴位分布外，其它六脉则附属于十二经脉之间。其生理功能主要对十二经脉的气血起着“蓄”与“溢”的调节作用，即十二经气血满盈时，则流注于奇经，蓄以备用；当十二经气血不足时，则奇经的气血溢于十二经以供人体需要。

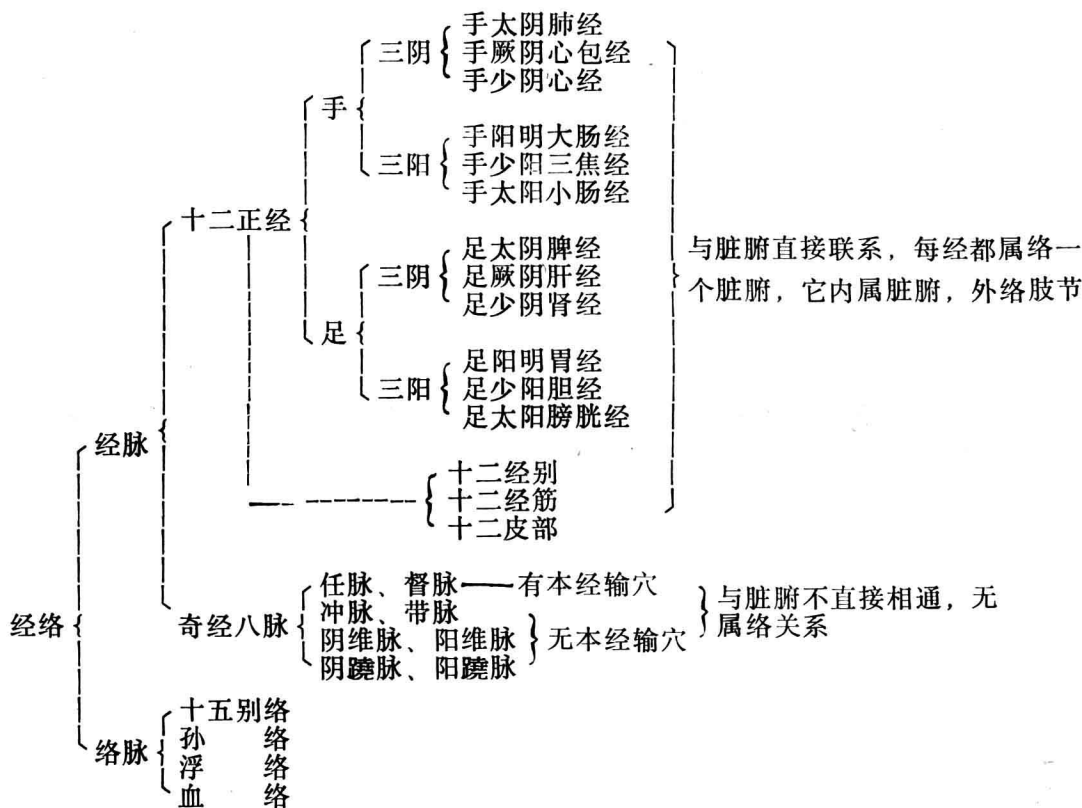
注：☆ 为重点内容 △ 参考资料

络脉有别络、浮络、孙络之分。别络较大者共有十五条。其中十二经脉与督任脉各有一别络，再加上脾之大络，合为“十五别络”。别络的功能是加强表里经的联系与调节作用。络脉最细小的分支称为“孙络”，浮行于表浅部位的称为“浮络”。

十二经脉的命名是根据阴阳、脏腑、手足三个方面而定名的。阳分少阳（阳气初升）、阳明（阳气极盛）、太阳（阳气大盛）；阴分少阴（阴气初起）、厥阴（阴气殆尽）、太阴（阴气大盛）。

十二经脉在体内各属于一定的脏腑，阴经主里属脏而络腑，阳经主表属腑而络脏，阴经循行于四肢内侧，阳经循行于四肢外侧，从而组成人体表（阳）里（阴）相合的联系；各经之间互相联系，彼此衔接，成为气血运行的通路。

经络的名称和组成，如下表：



第二节 十四经脉

十二经脉加上督、任两脉，合称为十四经脉。（为了便于讲授，按照手三阴、手三阳、足三阴、足三阳的次序编写）

一、十四經脉的体表循行

(一) 手太阴肺经 (简称肺经)

属于肺、络大肠。体表循行始于锁骨外侧下方的中府穴，沿上肢屈侧面桡侧下行，止于拇指桡侧端的少商穴，交于手阳明大肠经 (图 1—1)。

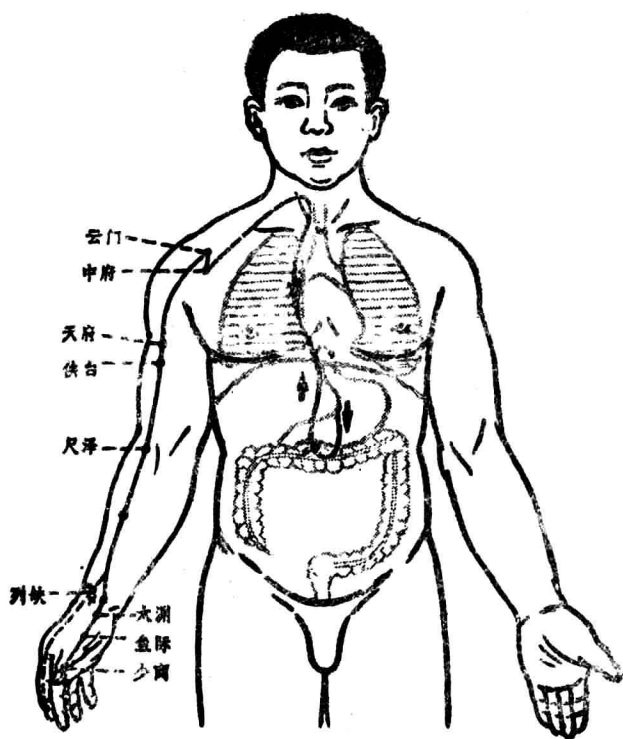


图 1—1 手太阴肺经

(二) 手厥阴心包经 (简称心包经)

属于心，络三焦。体表循行始于乳头外侧的天池穴，沿上肢屈侧面的正中下行，止于中指尖端的中冲穴，交于手少阳三焦经 (图 1—2)。

(三) 手少阴心经 (简称心经)

属心包，络小肠。体表循行始于腋窝处的极泉穴，沿上肢屈侧面尺侧下行，止于小指桡侧端的少冲穴，交于手太阳小肠经 (图 1—3)。

(四) 手阳明大肠经 (简称大肠经)

属于大肠，络肺。体表循行始于食指桡侧端的商阳穴，沿上肢伸侧面的桡侧上行，顺序经过肩峰、颈、颊部，于人中穴处交叉，止于对侧鼻翼旁的迎香穴，交于足阳明胃经 (图 1—4)。

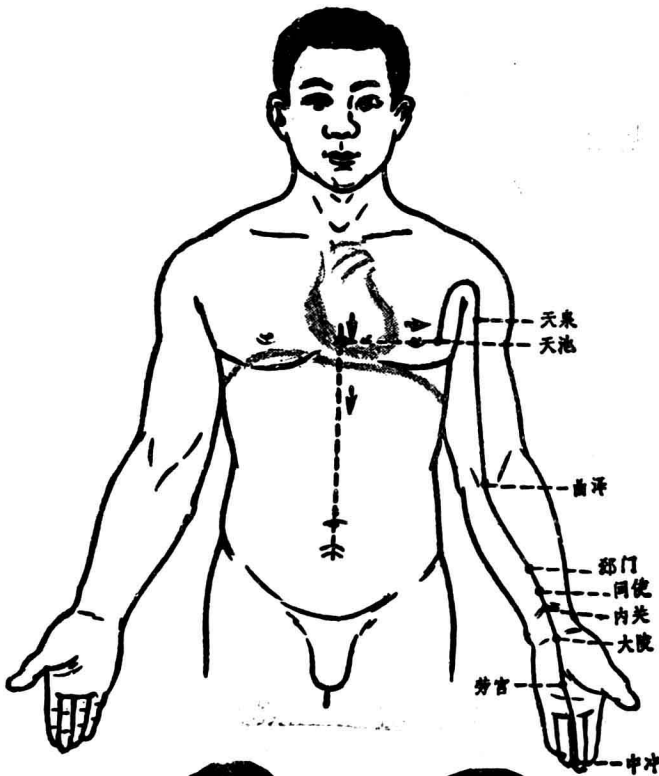


图 1—2 手厥
阴心包经

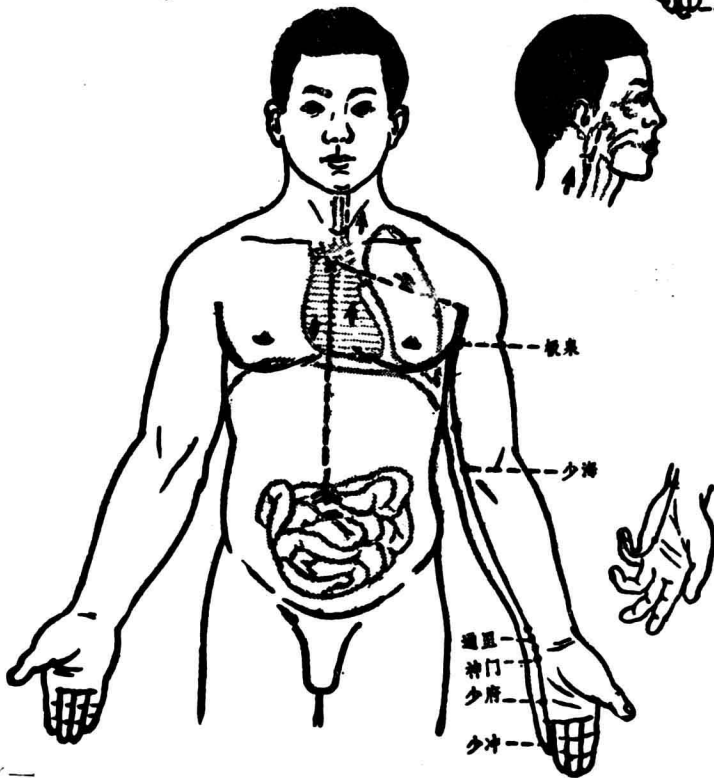


图 1—3 手少
阴心经

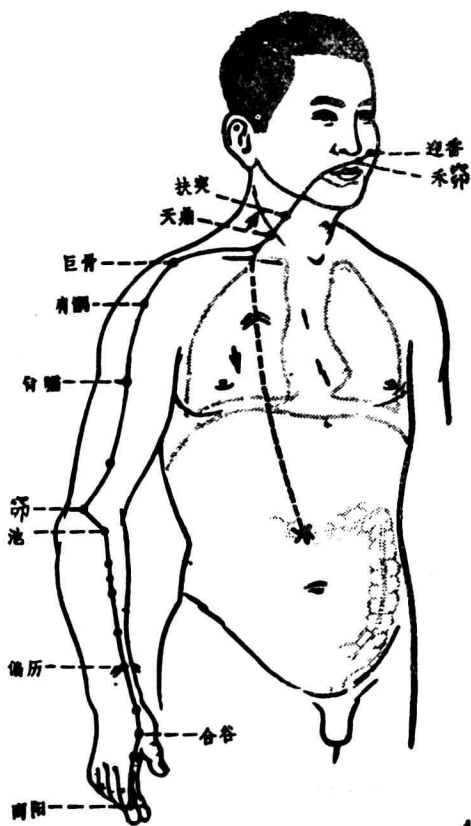
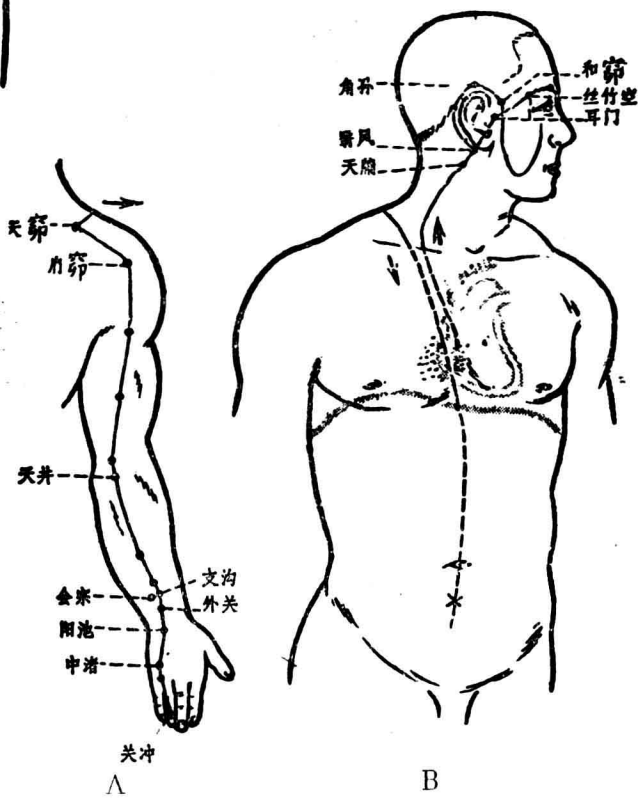


图 1—4 手阳明大肠经

(五) 手少阳三焦经 (简称三焦经)
 属于三焦, 络心包。体表循行始于无名指端的关冲穴, 沿上肢伸侧面的正中, 上行到肩, 循颈外侧, 经耳后, 过颞, 止于肩外侧端的丝竹空穴, 交于足少阳胆经 (图 1—5 A、B)。

(六) 手太阳小肠经 (简称小肠经)
 属于小肠, 络心。体表循行始于小指尺侧端的少泽穴, 沿上肢伸侧面的尺侧上行, 循肩胛, 经颈上行至颊, 止于耳前的听宫穴, 交于足太阳膀胱经 (图 1—6 A、B)。

图 1—5 手少阳三焦经



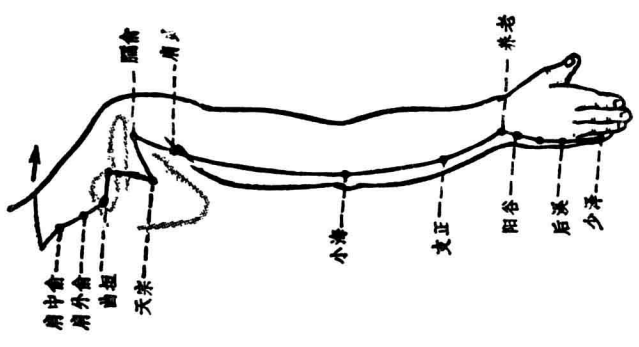
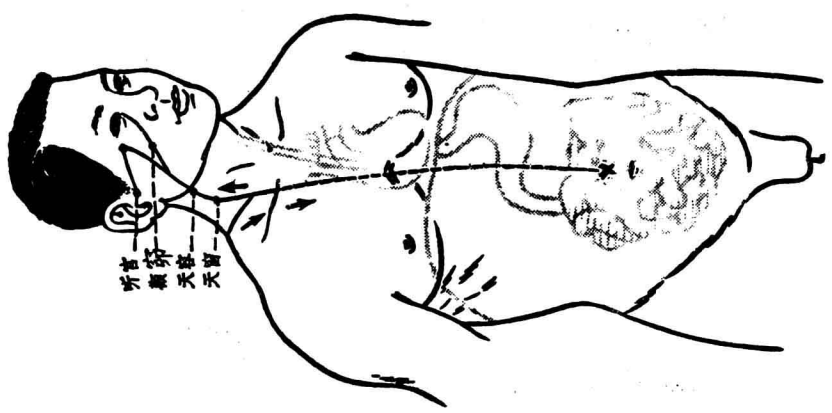
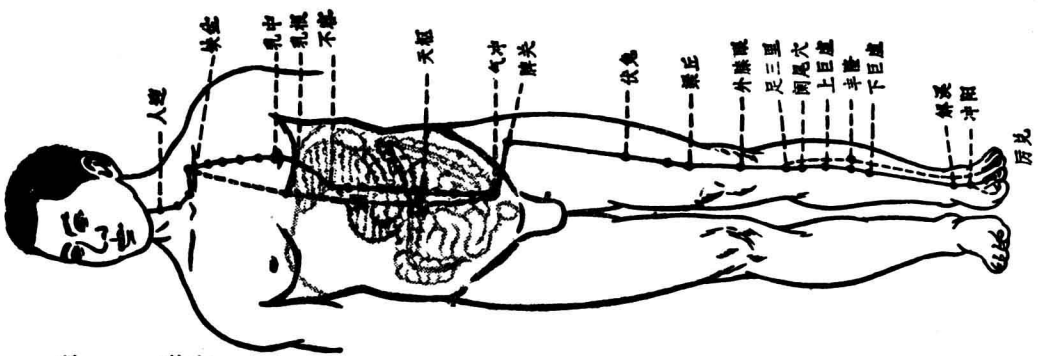


图 1-7 足阳明胃经

图 1-6 手太阳小肠经

B

A

(七) 足阳明胃经 (简称胃经)

属于胃、络脾。体表循行始于眼眶下的承泣穴、沿颧部至口周，循下颌骨体至下颌角前，分成两支，一支沿耳前上行止于额角部的头维穴；一支沿颈前外侧下行，经锁骨上窝至胸腹前面及下肢前缘，止于次趾外侧端的厉兑穴，交于足太阴脾经(图1—7)。

(八) 足少阳胆经 (简称胆经)

属于胆、络肝。体表循行始于目外眦部的瞳子髎穴，经耳前后及颞部，然后下行于胸胁腹侧及下肢外侧，止于第四趾外侧端的窍阴穴，交于足厥阴肝经(图1—8)。

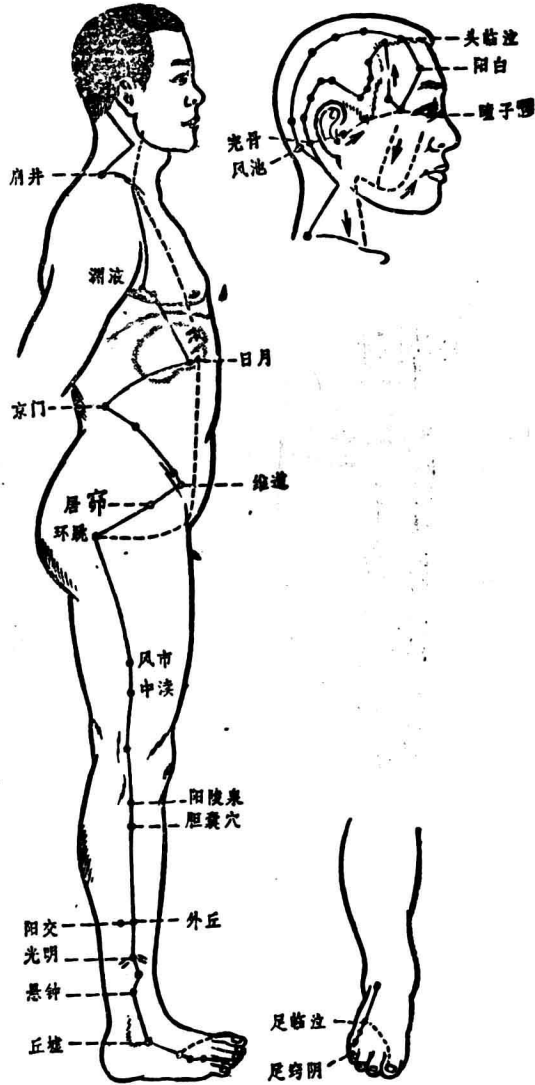


图1-8 足少阳胆经

(九) 足太阳膀胱经 (简称膀胱经)

属于膀胱、络肾。体表循行始于目内眦处的睛明穴，上行沿头顶至枕部，下行循颈后、脊柱两侧及下肢后面，至外踝后方，沿足外侧止于足小趾外侧端的至阴穴，交于足少阴肾经（图1-9）。

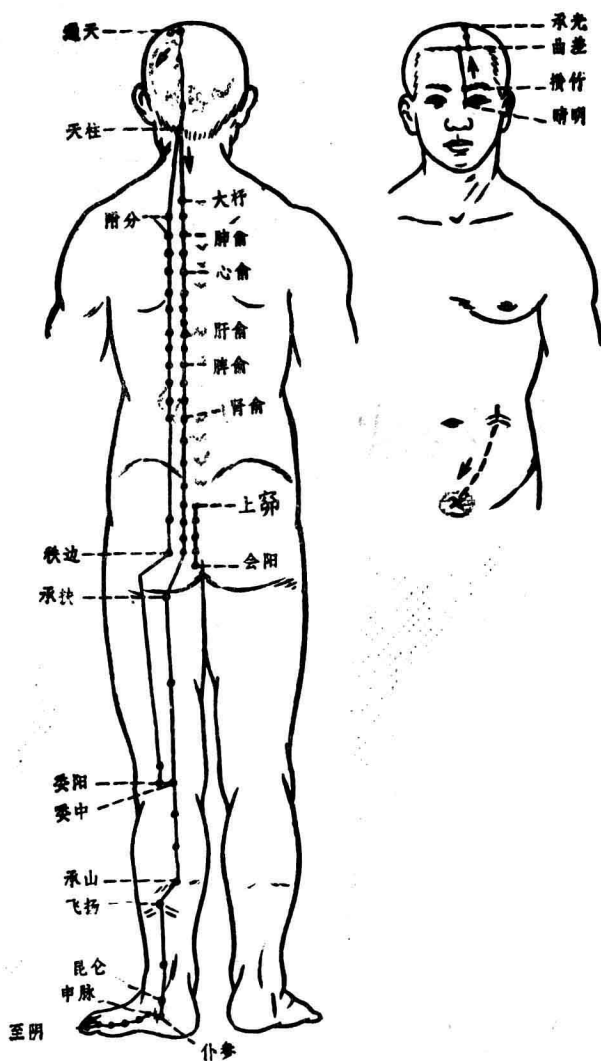


图1-9 足太阳膀胱经

(十) 足太阴脾经 (简称脾经)

属于脾，络胃。体表循行始于足大趾内侧端的隐白穴，沿足内侧、小腿内侧胫骨后缘及大腿内侧前缘上行，经腹部和胸部的的外侧，止于腋下第六肋间的大包穴，交于手少阴心经（图1-10）。

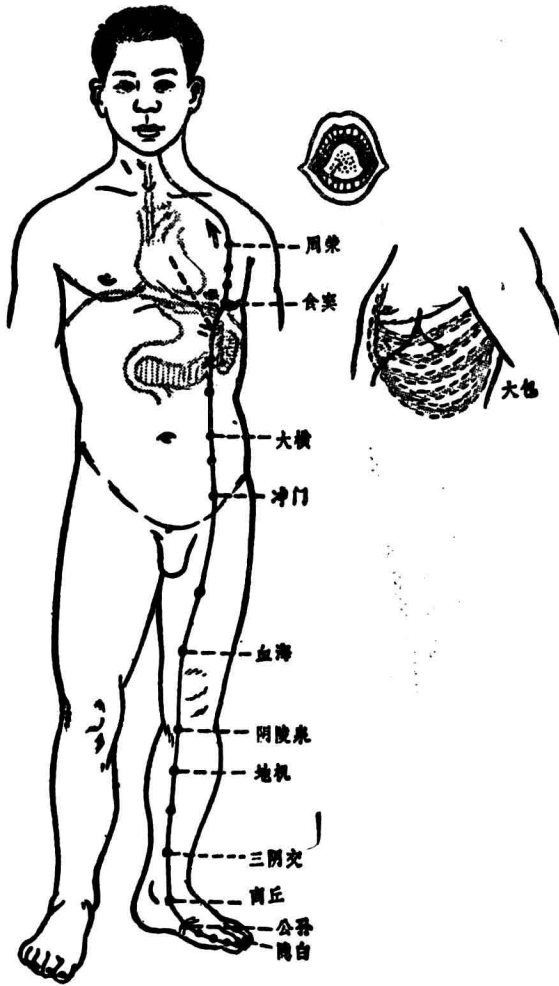


图 1-10 足太阴脾经

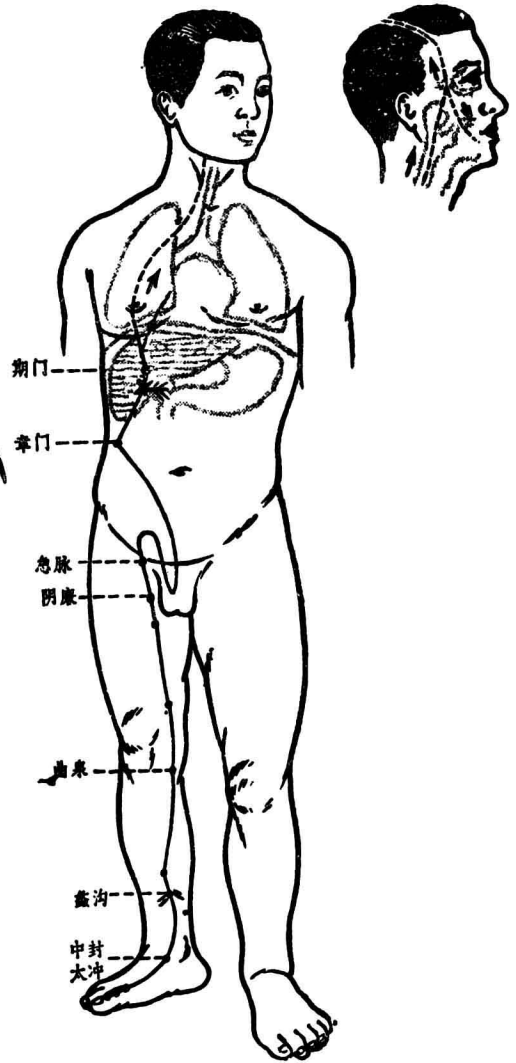


图 1-11 足厥阴肝经

(十一) 足厥阴肝经 (简称肝经)

属于肝、络胆。体表循行始于脚趾外侧端的大敦穴，沿足内侧、循小腿内侧上行，经大腿内侧正中，绕行于外阴部，经少腹及腹侧，止于乳下第六肋间处的期门穴，交于手太阴肺经 (图 1-11)。

(十二) 足少阴肾经 (简称肾经)

属于肾，络膀胱。体表循行始于足心的涌泉穴，沿足侧、内踝下后方上行，循下肢

内侧的后缘上行，至腹、胸伴行于前正中线之旁，止于锁骨内侧下方的俞府穴，交于手厥阴心包经（图1—12）。

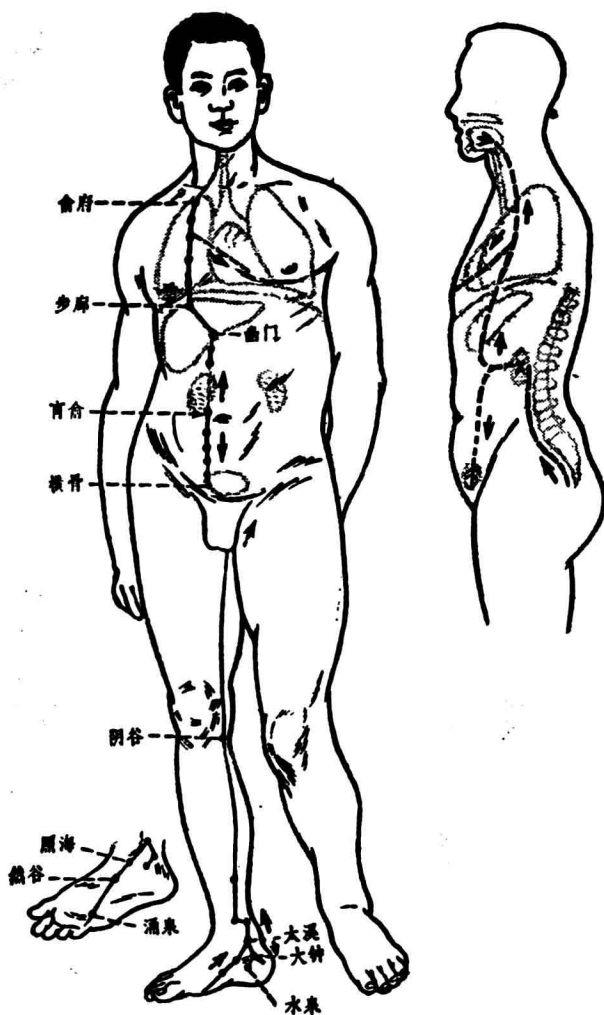


图1—12 足少阴肾经

（十三）督脉

督，有总督的意思。有总督全身阳经的作用，为“诸阳之会”。体表循行始于尾骨尖下方的长强穴，沿脊柱正中线上行，经头顶正中，下行前头部，止于上齿龈处的龈交穴，与任脉连接（图1—13）。

（十四）任脉

任，即担任的意思。有总管全身阴经的作用，为“阴经之海”。体表循行始于外生殖器与肛门之间的会阴穴，沿腹胸前正中线上行，止于颏唇沟中央的承浆穴。与督脉连接（图1—14）。