

《中国推拿疗法杂志》专家编委  
中国推拿网站编委 查炜 主编  
《中国实用医药杂志》常务编委

# 针灸穴位 速查

3秒钟快速取穴, 简易、不出错  
超值附赠 耳部反射区挂图

汉竹 编著



江苏科学技术出版社 | 凤凰汉竹

# 针灸穴位 速查



## 图书在版编目 (CIP) 数据

针灸穴位速查 / 查炜主编. —南京: 江苏科学技术出版社, 2011.10

(汉竹·健康爱家系列)

ISBN 978-7-5345-8570-8

I. ①针… II. ①查… 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 186953 号



汉竹图书

精彩阅读, 在汉竹  
全案策划



2010 年度

中国生活图书出版商

## 针灸穴位速查

---

主 编	查 炜
编 著	汉 竹
责任编辑	杜 辛 刘玉锋
特邀编辑	段亚珍 阮瑞雪
责任校对	郝慧华
责任监制	曹叶平 周雅婷

---

出版发行	凤凰出版传媒集团 凤凰出版传媒股份有限公司 江苏科学技术出版社
集团地址	南京市湖南路1号A楼, 邮编: 210009
集团网址	<a href="http://www.ppm.cn">http://www.ppm.cn</a>
出版社地址	南京市湖南路1号A楼, 邮编: 210009
出版社网址	<a href="http://www.pspress.cn">http://www.pspress.cn</a>
经 销	凤凰出版传媒股份有限公司
印 刷	南京精艺印刷有限公司

---

开 本	889mm × 1194mm 1/32
印 张	9
字 数	120千字
版 次	2011年10月第1版
印 次	2011年10月第1次印刷

---

标准书号	ISBN 978-7-5345-8570-8
定 价	29.80元 (附赠耳部反射区挂图)

---

图书如有印装质量问题, 可向我社出版科调换。

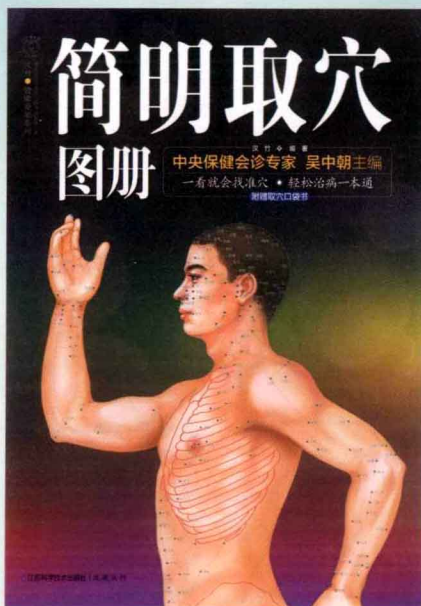




汉竹  
健康爱家系列

# 简明取穴图册

吴中朝 主编



定价：**39.80**元

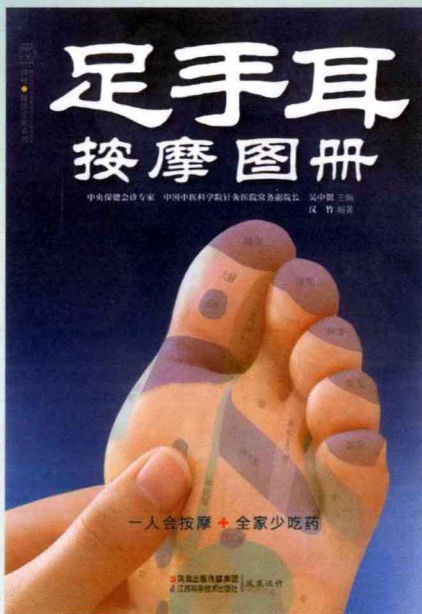
书一打开，左手是定位及取穴法，右手是大图片，图片标注穴位与文字相对应，阅读十分方便，您再也不用“瞻前顾后”地找对应的文字和图。为了照顾广大中老年读者，本图册采用了大号字印刷，方便您随时阅读，忘记带老花镜出门也没关系了。

# 足手耳按摩图册

吴中朝 主编



汉竹  
● 健康爱家系列



定价：**35.00**元


这本图册携带方便，每一页都是在完整的足或手或耳上介绍相关的反射区，让人一下子就能把握反射区与足或手或耳的整体关系。同时介绍反射区的功效和各种方便的操作方法，不仅让读者能找准反射区，更让读者知道如何应用反射区。本图册采用了大字号印刷，特别适合老年人阅读，不用老花镜、放大镜也一样能轻松阅读。

汉竹·健康爱家系列

# 针灸穴位速查

查 炜 主编  
汉 竹 编著

江苏科学技术出版社 凤凰汉竹



主编：查炜

编委：沈甜 邵永红





## 前言

穴位是身体上的“药田”，不仅是脏腑的反应点，也是临床针灸的刺激点，取穴准确与否直接关系到疗效，对于普通中医爱好者而言，简易而准确的取穴非常重要。本书将经穴、奇穴等400多个穴位的简易取穴方法一一讲明，同时采用彩色骨骼图定位腧穴，方便实用、易于学习和使用。

除此之外，一穴只治一病者极少；而一病多穴可治者，却比比皆是，这就是中医理论中博大精深的配伍治病。本书将穴位的主治病症一一列出，并酌列常用配伍穴位供读者参考，辅助读者正确、准确地使用穴位，在保健养生的实践中体会中医的无穷奥妙。



# 目录

## 第一章

常用取穴定位法 14

体表解剖标志定位法 15

骨度折量定位法 15

手指同身寸定位法 18

简便取穴法 19

## 第二章

手太阴肺经经穴 20

中府 LU1 22

云门 LU2 22

天府 LU3 23

侠白 LU4 23

尺泽 LU5 24

孔最 LU6 24

列缺 LU7 25

经渠 LU8 25

太渊 LU9 26

鱼际 LU10 26

少商 LU11 27

## 第三章

手阳明大肠经经穴 28

商阳 LI1 30

二间 LI2 30

三间 LI3 31

合谷 LI4 31

阳溪 LI5 32

偏历 LI6 32

温溜 LI7 33

下廉 LI8 33

上廉 LI9 34

手三里 LI10 34

曲池 LI11 35

肘髎 LI12 35

手五里 LI13 36

臂臑 LI14 36

肩髃 LI15 37

巨骨 LI16 37

天鼎 LI17 38

扶突 LI18 38

口禾髎 LI19 39

迎香 LI20 39



## 第四章

### 足阳明胃经经穴 40

- 承泣 ST1·····42  
四白 ST2·····42  
巨髎 ST3·····43  
地仓 ST4·····43  
大迎 ST5·····44  
颊车 ST6·····44  
下关 ST7·····45  
头维 ST8·····45  
人迎 ST9·····46  
水突 ST10·····46  
气舍 ST11·····47  
缺盆 ST12·····47  
气户 ST13·····48  
库房 ST14·····48  
屋翳 ST15·····49  
膺窗 ST16·····49  
乳中 ST17·····50  
乳根 ST18·····50  
不容 ST19·····51  
承满 ST20·····51  
梁门 ST21·····52

- 关门 ST22·····52  
太乙 ST23·····53  
滑肉门 ST24·····53  
天枢 ST25·····54  
外陵 ST26·····54  
大巨 ST27·····55  
水道 ST28·····55  
归来 ST29·····56  
气冲 ST30·····56  
髀关 ST31·····57  
伏兔 ST32·····57  
阴市 ST33·····58  
梁丘 ST34·····58  
犊鼻 ST35·····59  
足三里 ST36·····59  
上巨虚 ST37·····60  
条口 ST38·····60  
下巨虚 ST39·····61  
丰隆 ST40·····61  
解溪 ST41·····62  
冲阳 ST42·····62  
陷谷 ST43·····63  
内庭 ST44·····63  
厉兑 ST45·····63

## 第五章

### 足太阴脾经经穴 64

- 隐白 SP1·····66  
大都 SP2·····66  
太白 SP3·····67  
公孙 SP4·····67  
商丘 SP5·····68  
三阴交 SP6·····68  
漏谷 SP7·····69  
地机 SP8·····69  
阴陵泉 SP9·····70  
血海 SP10·····70  
箕门 SP11·····71  
冲门 SP12·····71  
府舍 SP13·····72  
腹结 SP14·····72  
大横 SP15·····73  
腹哀 SP16·····73  
食窦 SP17·····73  
天溪 SP18·····74  
胸乡 SP19·····74  
周荣 SP20·····75  
大包 SP21·····75

## 第六章

手少阴心经经穴 76

- 极泉 HT1……………78  
青灵 HT2……………79  
少海 HT3……………80  
灵道 HT4……………80  
通里 HT5……………81  
阴郄 HT6……………81  
神门 HT7……………82  
少府 HT8……………82  
少冲 HT9……………83

## 第七章

手太阳小肠经经穴 84

- 少泽 SI1……………86  
前谷 SI2……………86  
后溪 SI3……………87  
腕骨 SI4……………87  
阳谷 SI5……………88  
养老 SI6……………88  
支正 SI7……………89  
小海 SI8……………89  
肩贞 SI9……………90  
臑俞 SI10……………90  
天宗 SI11……………91  
秉风 SI12……………91  
曲垣 SI13……………92  
肩外俞 SI14……………92  
肩中俞 SI15……………93  
天窗 SI16……………94  
天容 SI17……………94  
颧髎 SI18……………95  
听宫 SI19……………95

## 第八章

足太阳膀胱经经穴 96

- 睛明 BL1……………98  
攒竹 BL2……………98  
眉冲 BL3……………99  
曲差 BL4……………99  
五处 BL5……………100  
承光 BL6……………100  
通天 BL7……………101  
络却 BL8……………101  
玉枕 BL9……………102  
天柱 BL10……………102  
大杼 BL11……………103  
风门 BL12……………103  
肺俞 BL13……………104  
厥阴俞 BL14……………104  
心俞 BL15……………105  
督俞 BL16……………105  
膈俞 BL17……………106  
肝俞 BL18……………106  
胆俞 BL19……………107  
脾俞 BL20……………107  
胃俞 BL21……………108

三焦俞 BL22	108	膈关 BL46	120
肾俞 BL23	109	魂门 BL47	121
气海俞 BL24	109	阳纲 BL48	121
大肠俞 BL25	110	意舍 BL49	122
关元俞 BL26	110	胃仓 BL50	122
小肠俞 BL27	111	肓门 BL51	123
膀胱俞 BL28	111	志室 BL52	123
中膂俞 BL29	112	胞肓 BL53	124
白环俞 BL30	112	秩边 BL54	124
上髎 BL31	113	合阳 BL55	125
次髎 BL32	113	承筋 BL56	125
中髎 BL33	114	承山 BL57	126
下髎 BL34	114	飞扬 BL58	126
会阳 BL35	115	跗阳 BL59	127
承扶 BL36	115	昆仑 BL60	127
殷门 BL37	116	仆参 BL61	128
浮郄 BL38	116	申脉 BL62	128
委阳 BL39	117	金门 BL63	129
委中 BL40	117	京骨 BL64	129
附分 BL41	118	束骨 BL65	130
魄户 BL42	118	足通谷 BL66	130
膏肓 BL43	119	至阴 BL67	131
神堂 BL44	119		
谿谿 BL45	120		



## 第九章

足少阴肾经经穴 132

- 涌泉 KI1 ..... 134
- 然谷 KI2 ..... 135
- 太溪 KI3 ..... 135
- 大钟 KI4 ..... 136
- 水泉 KI5 ..... 136
- 照海 KI6 ..... 137
- 复溜 KI7 ..... 137
- 交信 KI8 ..... 138
- 筑宾 KI9 ..... 138
- 阴谷 KI10 ..... 138
- 横骨 KI11 ..... 139
- 大赫 KI12 ..... 140

- 气穴 KI13 ..... 140
- 四满 KI14 ..... 141
- 中注 KI15 ..... 141
- 肓俞 KI16 ..... 142
- 商曲 KI17 ..... 142
- 石关 KI18 ..... 143
- 阴都 KI19 ..... 143
- 腹通谷 KI20 ..... 144
- 幽门 KI21 ..... 144
- 步廊 KI22 ..... 145
- 神封 KI23 ..... 145
- 灵墟 KI24 ..... 146
- 神藏 KI25 ..... 146
- 彘中 KI26 ..... 147
- 俞府 KI27 ..... 147

## 第十章

手厥阴心包经经穴 148

- 天池 PC1 ..... 150
- 天泉 PC2 ..... 150
- 曲泽 PC3 ..... 151
- 郄门 PC4 ..... 151
- 间使 PC5 ..... 152
- 内关 PC6 ..... 152
- 大陵 PC7 ..... 153
- 劳宫 PC8 ..... 153
- 中冲 PC9 ..... 153



## 第十一章

### 手少阳三焦经经穴 154

- 关冲 TE1 ..... 156  
液门 TE2 ..... 156  
中渚 TE3 ..... 157  
阳池 TE4 ..... 157  
外关 TE5 ..... 158  
支沟 TE6 ..... 159  
会宗 TE7 ..... 159  
三阳络 TE8 ..... 160  
四渎 TE9 ..... 160  
天井 TE10 ..... 161  
清冷渊 TE11 ..... 161  
消泅 TE12 ..... 162  
臑会 TE13 ..... 162  
肩髃 TE14 ..... 163  
天髃 TE15 ..... 163  
天牖 TE16 ..... 164

- 翳风 TE17 ..... 164  
瘖脉 TE18 ..... 165  
颞息 TE19 ..... 165  
角孙 TE20 ..... 166  
耳门 TE21 ..... 166  
耳和髎 TE22 ..... 167  
丝竹空 TE23 ..... 167



## 第十二章

足少阳胆经经穴 168

- 瞳子髎 GB1……170  
听会 GB2……170  
上关 GB3……171  
颌厌 GB4……171  
悬颅 GB5……172  
悬厘 GB6……172  
曲鬓 GB7……173  
率谷 GB8……173  
天冲 GB9……174  
浮白 GB10……174  
头窍阴 GB11……175  
完骨 GB12……175  
本神 GB13……176  
阳白 GB14……176  
头临泣 GB15……177  
目窗 GB16……177  
正营 GB17……178  
承灵 GB18……178  
脑空 GB19……179  
风池 GB20……179  
肩井 GB21……180

- 渊腋 GB22……180  
辄筋 GB23……181  
日月 GB24……181  
京门 GB25……182  
带脉 GB26……182  
五枢 GB27……183  
维道 GB28……183  
居髎 GB29……184  
环跳 GB30……184  
风市 GB31……185  
中渎 GB32……185  
膝阳关 GB33……186  
阳陵泉 GB34……186  
阳交 GB35……187  
外丘 GB36……187  
光明 GB37……188  
阳辅 GB38……188  
悬钟 GB39……189  
丘墟 GB40……189  
足临泣 GB41……190  
地五会 GB42……190  
侠溪 GB43……191  
足窍阴 GB44……191

## 第十三章

足厥阴肝经经穴 192

- 大敦 LR1……194  
行间 LR2……194  
太冲 LR3……195  
中封 LR4……195  
蠡沟 LR5……196  
中都 LR6……196  
膝关 LR7……196  
曲泉 LR8……197  
阴包 LR9……197  
足五里 LR10……198  
阴廉 LR11……198  
急脉 LR12……199  
章门 LR13……199  
期门 LR14……199





## 第十四章

任脉穴 200

- 会阴 CV1……………202
- 曲骨 CV2……………202
- 中极 CV3……………203
- 关元 CV4……………203
- 石门 CV5……………204
- 气海 CV6……………204
- 阴交 CV7……………205
- 神阙 CV8……………205
- 水分 CV9……………206
- 下脘 CV10……………206
- 建里 CV11……………207

- 中脘 CV12……………207
- 上脘 CV13……………208
- 巨阙 CV14……………208
- 鸠尾 CV15……………209
- 中庭 CV16……………209
- 膻中 CV17……………210
- 玉堂 CV18……………210
- 紫宫 CV19……………211
- 华盖 CV20……………211
- 璇玑 CV21……………212
- 天突 CV22……………212
- 廉泉 CV23……………213
- 承浆 CV24……………213

## 第十五章

督脉穴 214

- 长强 GV1……………216
- 腰俞 GV2……………216
- 腰阳关 GV3……………217
- 命门 GV4……………217
- 悬枢 GV5……………218
- 脊中 GV6……………218
- 中枢 GV7……………219
- 筋缩 GV8……………219
- 至阳 GV9……………220
- 灵台 GV10……………220