

杨甲三

针灸取穴图解

主编 郭长青 刘清国 胡波

全新彩图修订版



人民军医出版社

杨甲三 针灸取穴图解

YANG JIASAN ZHENJIU QUXUE TUJIE

(全新彩图修订版)

主 编 郭长青 刘清国 胡 波

副主编 刘乃刚 郭 妍

编 者 (以姓氏笔画为序)

卢 婧 刘乃刚 刘清国

芮 娜 陈幼楠 胡 波

段莲花 郭 妍 郭长青

梁楚西



人民军医出版社

PEOPLES MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

杨甲三针灸取穴图解: 全新彩图 / 郭长青, 刘清国, 胡 波主编.
— 修订版. — 北京: 人民军医出版社, 2011.11
ISBN 978-7-5091-5320-8

I. 杨… II. ①郭…②刘…③胡… III. 针灸疗法—选穴—图解
IV. R224.2-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 217138 号

策划编辑: 高玉婷 文字编辑: 高玉婷 责任审读: 黄栩兵
出 版 人: 石 虹

出版发行: 人民军医出版社 经销: 新华书店

通讯地址: 北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编: 100036

质量反馈电话: (010) 51927290; (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话: (010) 51927300-8020

网址: www.pmmp.com.cn

印刷: 三河市春园印刷有限公司

开本: 880mm × 1230mm 1/32

印张: 6.125 字数: 150 千字

版、印次: 2011 年 11 月 第 2 版 第 1 次印刷

印数: 18001-28000

定价: 29.80 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换



内容提要

编者整理了著名针灸专家杨甲三教授的取穴方法，用 400 余幅清晰的图片对取穴方法准确地定位与描述，使读者能直观、形象地学习杨教授的取穴经验并运用于临床。同时，主要介绍了全身十四经穴，以及经外奇穴等近 400 个穴位的取穴方法。本书内容翔实，直观易学，特别适合于中医院校学生和针灸爱好者学习使用，也可供针灸临床、教学和科研工作者学习参考。

前言

杨甲三教授是我国著名的针灸学家，北京中医药大学（原北京中医学院）针推系首任主任、教授、博士生导师，杨教授以其精湛的医术和独特的学术观点，享誉国内外，是我国近现代首屈一指的针灸临床和理论大家。

杨教授一生致力于发展中医针灸事业，在中医针灸临床、教学、科研等方面取得了卓越成就，在腧穴取穴方法、临床配穴应用、毫针进针方法、毫针补泻、临床论治等方面积累了丰富的经验，尤其是在腧穴方面，提出了“三边、三间”取穴法，具有取穴准，针感强，针刺安全可靠的特点，一直有效地应用于临床教学中，影响广泛。

本书将杨教授的取穴方法进行了整理，用精美的图片将其取穴方法清晰、准确地定位，使读者能直观、形象地学习杨教授的取穴经验并运用于临床。同时，重点介绍了全身十四经穴，以及经外奇穴的取穴方法，附录部分则介绍了杨甲三教授的生平简介和针灸临床经验。

本书特别适合于中医院校学生、针灸爱好者学习使用，也可供针灸临床、教学、科研工作者参考使用。

北京中医药大学 郭长青

2011年8月

目 录

第1章 全身骨度分寸 /1

第2章 手太阴肺经穴 /4

- 中府 (LU1) /5
- 云门 (LU2) /5
- 天府 (LU3) /6
- 侠白 (LU4) /6
- 尺泽 (LU5) /6
- 孔最 (LU6) /7
- 列缺 (LU7) /7
- 经渠 (LU8) /7
- 太渊 (LU9) /7
- 鱼际 (LU10) /8
- 少商 (LU11) /8

第3章 手阳明大肠经穴 /9

- 商阳 (LI1) /10
- 二间 (LI2) /10
- 三间 (LI3) /10
- 合谷 (LI4) /11
- 阳溪 (LI5) /11
- 偏历 (LI6) /12
- 温溜 (LI7) /12
- 下廉 (LI8) /12
- 上廉 (LI9) /13

手三里 (LI10) /13

曲池 (LI11) /13

肘髎 (LI12) /14

手五里 (LI13) /14

臂臑 (LI14) /14

肩髃 (LI15) /15

巨骨 (LI16) /15

天鼎 (LI17) /16

扶突 (LI18) /16

口禾髎 (LI19) /17

迎香 (LI20) /17

第4章 足阳明胃经穴 /18

承泣 (ST1) /19

四白 (ST2) /19

巨髎 (ST3) /19

地仓 (ST4) /19

大迎 (ST5) /20

颊车 (ST6) /20

下关 (ST7) /21

头维 (ST8) /21

人迎 (ST9) /22

水突 (ST10) /22

气舍 (ST11) /23

缺盆 (ST12) /23

气户 (ST13) /24
库房 (ST14) /24
屋翳 (ST15) /24
膺窗 (ST16) /25
乳中 (ST17) /25
乳根 (ST18) /25
不容 (ST19) /26
承满 (ST20) /26
梁门 (ST21) /26
关门 (ST22) /27
太乙 (ST23) /27
滑肉门 (ST24) /28
天枢 (ST25) /28
外陵 (ST26) /29
大巨 (ST27) /29
水道 (ST28) /29
归来 (ST29) /30
气冲 (ST30) /30
髀关 (ST31) /31
伏兔 (ST32) /31
阴市 (ST33) /32
梁丘 (ST34) /32
犊鼻 (ST35) /32
足三里 (ST36) /33
上巨虚 (ST37) /33
条口 (ST38) /34
下巨虚 (ST39) /34
丰隆 (ST40) /34
解溪 (ST41) /35
冲阳 (ST42) /35
陷谷 (ST43) /36
内庭 (ST44) /36

厉兑 (ST45) /36

第5章 足太阴脾经穴 /37

隐白 (SP1) /38
大都 (SP2) /38
太白 (SP3) /38
公孙 (SP4) /39
商丘 (SP5) /39
三阴交 (SP6) /40
漏谷 (SP7) /40
地机 (SP8) /41
阴陵泉 (SP9) /41
血海 (SP10) /42
箕门 (SP11) /42
冲门 (SP12) /43
府舍 (SP13) /43
腹结 (SP14) /43
大横 (SP15) /44
腹哀 (SP16) /44
食窦 (SP17) /44
天溪 (SP18) /44
胸乡 (SP19) /45
周荣 (SP20) /45
大包 (SP21) /45

第6章 手少阴心经穴 /46

极泉 (HT1) /47
青灵 (HT2) /47
少海 (HT3) /47
灵道 (HT4) /48
通里 (HT5) /48
阴郄 (HT6) /49
神门 (HT7) /49

少府 (HT8) /50

少冲 (HT9) /50

第7章 手太阳小肠经穴 /51

少泽 (SI1) /52

前谷 (SI2) /52

后溪 (SI3) /52

腕骨 (SI4) /53

阳谷 (SI5) /53

养老 (SI6) /54

支正 (SI7) /54

小海 (SI8) /54

肩贞 (SI9) /55

臑俞 (SI10) /55

天宗 (SI11) /56

秉风 (SI12) /56

曲垣 (SI13) /56

肩外俞 (SI14) /57

肩中俞 (SI15) /57

天窗 (SI16) /58

天容 (SI17) /58

颧髎 (SI18) /59

听宫 (SI19) /59

第8章 足太阳膀胱经穴 /60

睛明 (BL1) /62

攒竹 (BL2) /62

眉冲 (BL3) /63

曲差 (BL4) /63

五处 (BL5) /63

承光 (BL6) /64

通天 (BL7) /64

络却 (BL8) /64

玉枕 (BL9) /65

天柱 (BL10) /65

大杼 (BL11) /66

风门 (BL12) /66

肺俞 (BL13) /66

厥阴俞 (BL14) /67

心俞 (BL15) /67

督俞 (BL16) /68

膈俞 (BL17) /68

肝俞 (BL18) /69

胆俞 (BL19) /69

脾俞 (BL20) /70

胃俞 (BL21) /70

三焦俞 (BL22) /71

肾俞 (BL23) /71

气海俞 (BL24) /72

大肠俞 (BL25) /72

关元俞 (BL26) /73

小肠俞 (BL27) /73

膀胱俞 (BL28) /74

中膂俞 (BL29) /74

白环俞 (BL30) /74

上髎 (BL31) /75

次髎 (BL32) /75

中髎 (BL33) /76

下髎 (BL34) /76

会阳 (BL35) /76

承扶 (BL36) /77

殷门 (BL37) /77

浮郄 (BL38) /78

委阳 (BL39) /78

委中 (BL40) /78

附分 (BL41) /79
魄户 (BL42) /79
膏肓俞 (BL43) /79
神堂 (BL44) /80
谿谿 (BL45) /80
膈关 (BL46) /80
魂门 (BL47) /81
阳纲 (BL48) /81
意舍 (BL49) /82
胃仓 (BL50) /82
肓门 (BL51) /83
志室 (BL52) /83
胞肓 (BL53) /84
秩边 (BL54) /84
合阳 (BL55) /85
承筋 (BL56) /85
承山 (BL57) /85
飞扬 (BL58) /86
跗阳 (BL59) /86
昆仑 (BL60) /87
仆参 (BL61) /87
申脉 (BL62) /87
金门 (BL63) /88
京骨 (BL64) /88
束骨 (BL65) /89
足通谷 (BL66) /89
至阴 (BL67) /89

第9章 足少阴肾经穴 /90

涌泉 (KI1) /91
然谷 (KI2) /91
太溪 (KI3) /91

大钟 (KI4) /92
水泉 (KI5) /92
照海 (KI6) /92
复溜 (KI7) /93
交信 (KI8) /93
筑宾 (KI9) /93
阴谷 (KI10) /94
横骨 (KI11) /95
大赫 (KI12) /95
气穴 (KI13) /95
四满 (KI14) /96
中注 (KI15) /96
肓俞 (KI16) /96
商曲 (KI17) /97
石关 (KI18) /97
阴都 (KI19) /97
腹通谷 (KI20) /98
幽门 (KI21) /98
步廊 (KI22) /99
神封 (KI23) /99
灵墟 (KI24) /99
神藏 (KI25) /100
彘中 (KI26) /100
俞府 (KI27) /100

第10章 手厥阴心包经经穴 /101

天池 (PC1) /102
天泉 (PC2) /102
曲泽 (PC3) /102
郄门 (PC4) /103
间使 (PC5) /103
内关 (PC6) /104

大陵 (PC7) /104
 劳宫 (PC8) /105
 中冲 (PC9) /105

第 11 章 手少阳三焦经穴 /106

关冲 (TE1) /107
 液门 (TE2) /108
 中渚 (TE3) /108
 阳池 (TE4) /108
 外关 (TE5) /109
 支沟 (TE6) /109
 会宗 (TE7) /109
 三阳络 (TE8) /110
 四渎 (TE9) /110
 天井 (TE10) /110
 清冷渊 (TE11) /111
 消泺 (TE12) /111
 臑会 (TE13) /111
 肩髃 (TE14) /112
 天髃 (TE15) /112
 天牖 (TE16) /113
 翳风 (TE17) /113
 瘰脉 (TE18) /114
 颊息 (TE19) /114
 角孙 (TE20) /114
 耳门 (TE21) /115
 耳和髃 (TE22) /115
 丝竹空 (TE23) /115

第 12 章 足少阳胆经穴 /116

瞳子髃 (GB1) /117
 听会 (GB2) /117
 上关 (GB3) /117

颌厌 (GB4) /118
 悬颅 (GB5) /118
 悬厘 (GB6) /118
 曲鬓 (GB7) /119
 率谷 (GB8) /119
 天冲 (GB9) /119
 浮白 (GB10) /119
 头窍阴 (GB11) /120
 完骨 (GB12) /120
 本神 (GB13) /121
 阳白 (GB14) /121
 头临泣 (GB15) /122
 目窗 (GB16) /122
 正营 (GB17) /122
 承灵 (GB18) /122
 脑空 (GB19) /123
 风池 (GB20) /123
 肩井 (GB21) /123
 渊腋 (GB22) /124
 辄筋 (GB23) /124
 日月 (GB24) /124
 京门 (GB25) /125
 带脉 (GB26) /125
 五枢 (GB27) /126
 维道 (GB28) /126
 居髃 (GB29) /127
 环跳 (GB30) /127
 风市 (GB31) /128
 中渎 (GB32) /128
 膝阳关 (GB33) /128
 阳陵泉 (GB34) /129
 阳交 (GB35) /129

外丘 (GB36) /129
光明 (GB37) /130
阳辅 (GB38) /130
悬钟 (GB39) /131
丘墟 (GB40) /131
足临泣 (GB41) /132
地五会 (GB42) /132
侠溪 (GB43) /133
足窍阴 (GB44) /133

第13章 足厥阴肝经穴 /134

大敦 (LR1) /135
行间 (LR2) /135
太冲 (LR3) /136
中封 (LR4) /136
蠡沟 (LR5) /137
中都 (LR6) /137
膝关 (LR7) /138
曲泉 (LR8) /138
阴包 (LR9) /138
足五里 (LR10) /139
阴廉 (LR11) /139
急脉 (LR12) /139
章门 (LR13) /140
期门 (LR14) /140

第14章 督脉经穴 /141

长强 (GV1) /142
腰俞 (GV2) /142
腰阳关 (GV3) /142
命门 (GV4) /143
悬枢 (GV5) /143
脊中 (GV6) /144

中枢 (GV7) /144
筋缩 (GV8) /144
至阳 (GV9) /144
灵台 (GV10) /145
神道 (GV11) /145
身柱 (GV12) /146
陶道 (GV13) /146
大椎 (GV14) /146
哑门 (GV15) /147
风府 (GV16) /147
脑户 (GV17) /147
强间 (GV18) /148
后顶 (GV19) /148
百会 (GV20) /148
前顶 (GV21) /149
囟会 (GV22) /149
上星 (GV23) /150
神庭 (GV24) /150
素髻 (GV25) /151
水沟 (GV26) /151
兑端 (GV27) /151
龈交 (GV28) /151

第15章 任脉经穴 /152

会阴 (CV1) /153
曲骨 (CV2) /154
中极 (CV3) /154
关元 (CV4) /154
石门 (CV5) /154
气海 (CV6) /155
阴交 (CV7) /155
神阙 (CV8) /155

水分 (CV9) /156
 下脘 (CV10) /156
 建里 (CV11) /156
 中脘 (CV12) /156
 上脘 (CV13) /157
 巨阙 (CV14) /157
 鸠尾 (CV15) /157
 中庭 (CV16) /157
 膻中 (CV17) /158
 玉堂 (CV18) /158
 紫宫 (CV19) /158
 华盖 (CV20) /158
 璇玑 (CV21) /158
 天突 (CV22) /159
 廉泉 (CV23) /159
 承浆 (CV24) /159

第 16 章 经外奇穴 /160

四神聪 (EX1) /160
 印堂 (EX2) /161
 鱼腰 (EX3) /161
 球后 (EX4) /161
 上迎香 (EX5) /161
 太阳 (EX6) /162
 牵正 (EX7) /162
 耳尖 (EX8) /162
 安眠 (EX9) /162
 颈百劳 (EX10) /163
 血压点 (EX11) /163
 定喘 (EX12) /163
 十七椎 (EX13) /164
 腰奇 (EX14) /164

痞根 (EX15) /165
 接脊 (EX16) /165
 夹脊 (EX17) /165
 三角灸 (EX18) /166
 利尿 (EX19) /166
 子宫 (EX20) /166
 十宣 (EX21) /167
 四缝 (EX22) /167
 八邪 (EX23) /168
 大骨空 (EX24) /168
 中魁 (EX25) /168
 小骨空 (EX26) /168
 外劳宫 (EX27) /169
 腰痛点 (EX28) /169
 中泉 (EX29) /169
 二白 (EX30) /170
 气端 (EX31) /170
 八风 (EX32) /170
 独阴 (EX33) /171
 里内庭 (EX34) /171
 胆囊穴 (EX35) /172
 阑尾穴 (EX36) /172
 膝眼 (EX37) /173
 鹤顶 (EX38) /173
 百虫窝 (EX39) /173

附录 A 杨甲三教授简介 /175

附录 B 杨甲三教授针灸临床经验 /176

索 引 /181

第 1 章 全身骨度分寸

现代常用骨度分寸是根据《灵枢·骨度》，并在长期医疗实践中修改和补充而来的。

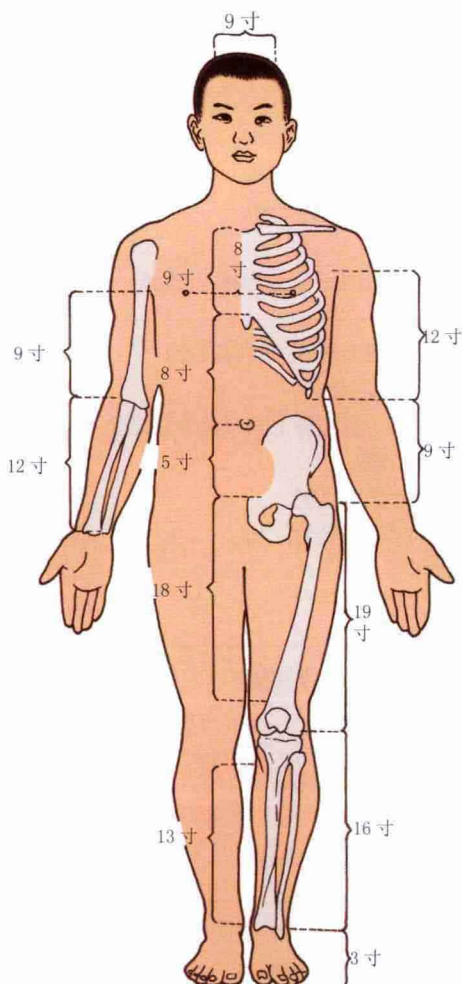
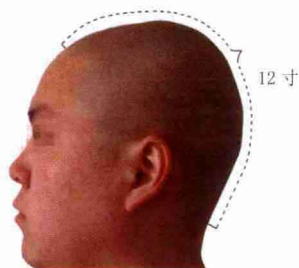
常用骨度表

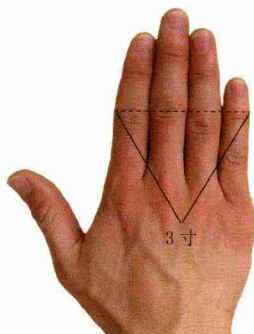
部位	起止点	折量分寸	度量法	说 明
头 部	前发际至后发际	12 寸	直寸	如前、后发际不明，从眉心至大椎
	前额两发角之间	9 寸	直寸	穴作 18 寸，眉心至前发际 3 寸， 大椎穴至后发际 3 寸
	耳后两完骨（乳突）之间	9 寸	直寸	用于测量头部的横寸
胸 腹 部	天突至歧骨（胸剑联合）	9 寸	直寸	胸部与肋肋取穴直寸，一般根据肋
	歧骨至脐中	8 寸	直寸	骨计算，每根肋骨折作 1.6 寸（天
	脐中至横骨上廉（耻骨联合上缘）	5 寸	直寸	突穴至璇玑穴可作 1 寸，璇玑穴 到中庭穴，各穴间可作 1.6 寸计算）
	两乳头之间	8 寸	直寸	胸腹部取穴横寸，可根据两乳头间
	横骨（耻骨）长	8 寸	直寸	的距离折算，女性可用锁骨中线 代替。横骨长度为少腹的腹股沟 毛际部横量的标志
背 腰 部	大椎以下至尾骶	21 椎	直寸	背腰部腧穴以脊椎棘突作为标志， 作定位的依据
身 侧 部	腋以下至季肋	12 寸	直寸	季肋指第 11 肋端
	季肋以下至髀枢	9 寸	直寸	髀枢指股骨大转子
上 肢 部	腋前纹头（腋前皱襞）至肘横纹	9 寸	直寸	用于手三阴、手三阳经的骨度分寸
	肘横纹至腕横纹	12 寸	直寸	



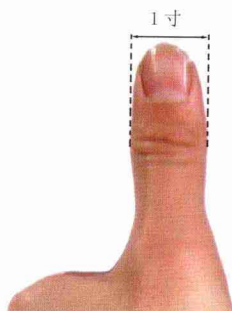
(续表)

部位	起止点	折量分寸	度量法	说 明
下肢部	横骨上廉至内辅骨上廉	18 寸	直寸	用于足三阴经的骨度分寸
	内辅骨下廉至内踝尖	13 寸	直寸	用于足三阳经的骨度分寸。臀横纹
	髌枢至膝中	19 寸	直寸	至膝中，可作 14 寸折量。膝中
	膝中至外踝尖	16 寸	直寸	的水平线，前平膝盖下缘，后平
	外踝尖至足底	3 寸	直寸	膝弯横纹，屈膝时可平犊鼻穴

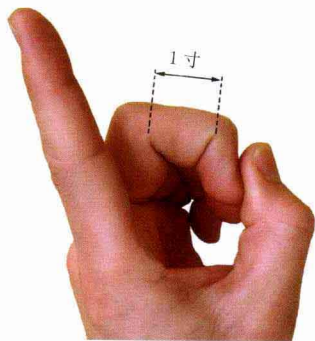




一夫法



拇指同身寸



中指同身寸

手指比量定位法

手指比量法，是用手指某局部的长度代表身体局部的长度而选取穴位的方法，又称“指寸法”或“同身寸法”，是临床常用的取穴方法。由于选取的手指不同，节段亦不同，可分作以下几类：

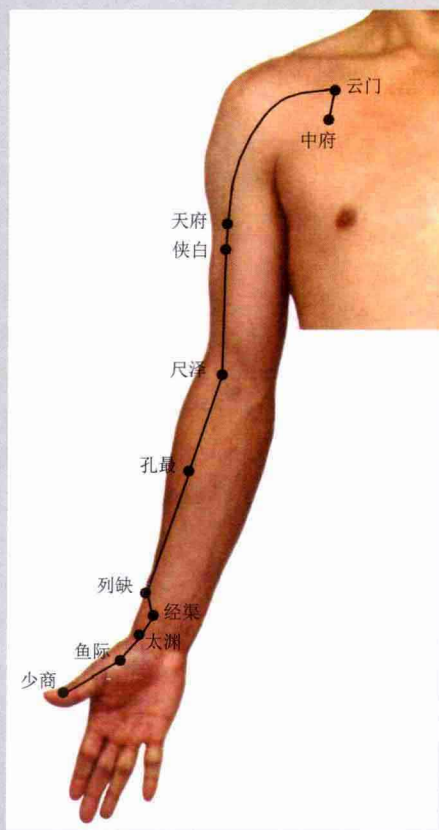
1. 横指同身寸法 又称“一夫法”。具体取穴为：将食、中、无名、小指相并拢，以中指中节横纹处为准，量取四横指的横度，定为3寸。此法多用于腹、背部及下肢部的取穴。

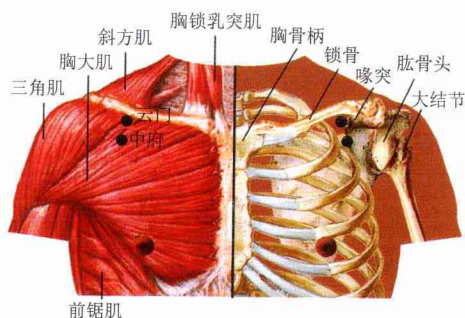
2. 拇指同身寸法 其具体取穴为：将拇指伸直，横置于所取部位的上下，依拇指关节外形的横向长度为1寸，来量取穴位。

3. 中指同身寸法 其具体取穴为：将患者的中指屈曲，以中指指端抵在拇指指腹，形成一环状，将食指伸直，显露出中指的桡侧面，取其中节上下两横纹头之间的长度，即为同身之1寸。这种方法较适用于四肢及脊背横量取穴。

第2章 手太阴肺经穴

本经一侧 11 穴（左、右两侧共 22 穴），2 穴在胸上部，9 穴分布在上肢掌面桡侧，首穴中府，末穴少商。本经腧穴主治呼吸系统病症和本经脉所经过部位的病症。





中府 (zhōngfǔ) (LU1)

【特异性】肺之募穴。

【杨甲三取穴技巧】正坐位，以手叉腰，先取锁骨外端下方凹陷处的云门穴，当云门穴直下约1寸，与第1肋间隙平齐处是穴。

【解剖】皮肤→皮下组织→胸大肌→胸小肌。

【刺灸】①直刺：0.3～0.5寸。②斜刺：向外斜刺0.5～0.8寸。针感：局部酸胀，可向前胸及上肢放散。可灸。

【主治】咳嗽，气喘，咳吐脓血，胸膈胀满。

【注意事项】不宜直针深刺或向内斜刺，以免刺伤肺脏，造成意外。

云门 (yúnmén) (LU2)

LU

【杨甲三取穴技巧】正坐位，用手叉腰，当锁骨外端下缘出现的三角凹陷的中点处。

【解剖】皮肤→皮下组织→三角肌→胸喙锁筋膜→喙突。

【刺灸】向外斜刺0.5～1.0寸。针感：局部酸胀，可向前胸及腋下放散。可灸。

【主治】咳嗽，气喘，胸痛，肩痛。

云门

小提示：喘逆加人迎；短气加风门；肩痛加秉风；胸长神经痛加中府、周荣、胸乡、天溪。