

中醫自學叢書

第十四分冊

針灸

楊亞
主編



13465

中医自学丛书

第十四分册 针 灸

主 编 杨医亚
副主编 陈孟恒 夏锦堂 王体仁
岳伟德 李彬之 王云凯
作 者 杨医亚 刘世昌

河北科学技术出版社

编 委

(以姓氏笔画为序)

于鸿玲 王体仁 王云凯 刘世昌
刘保和 许占民 李彬之 杨医亚
杨牧祥 陈孟恒 陈举云 岳伟德
宗全和 夏锦堂 郭忠印 温金筠
薛 芳 戴桂满

中医自学丛书

第十四分册 针灸

主 编 杨医亚
副主编 陈孟恒 夏锦堂 王体仁
岳伟德 李彬之 王云凯
作 者 杨医亚 刘世昌

河北科学技术出版社出版 (石家庄市北马路45号)
河北新华印刷一厂印刷 河北省新华书店发行

850×1168毫米 1/32 12印张 2插页 300,000字 印数: 1—5,040 1987年9月第1版
1987年9月第1次印刷 统一书号: 14365·46 定价: 2.80元

ISBN 7-5375-0004-5/R·2

出版说明

中国医药学是我国人民长期与疾病作斗争的智慧结晶。但是，由于中医理论体系的形成很早，其经典著作如《内经》、《伤寒》、《金匱》等，多属文简意博、理奥趣深之作，学习不易，掌握尤难。为帮助广大基层医务人员和有志于继承发扬祖国医药学遗产的同志，学好中医中药知识，编写一套自学丛书，是我们多年来的宿愿。为此，我们组织了具有多年教学、医疗经验的教授、副教授和讲师，担任了各分册的编写工作。

全书共分基础、诊断、中药、方剂、内经、伤寒、金匱、温病、内科、外科、妇科、儿科、五官科、针灸、医古文、中国医学史等16个分册，共计300余万字。

本书是以全国中医院校统编的试用教材为蓝本，采取讲稿形式编写的。对经典部分，除必要的注解和语释外，针对不同的章节、段落提出要点，进行具体分析，尽量做到深入浅出，通俗易懂；对涉及临床的部分，在分析病因病机、辨证论治之后，选择出若干有助于学习和理解的医案、医话，并提出值得思考的问题，从而使读者把学习、思考和应用三者统一起来。这样，在阅读本丛书时，就如亲临课堂，聆听讲授，既可通过它来解除自学中的疑问，又可受到一定的启发和引导。

本书不仅可供初学中医及基层医药卫生人员自学之用，而且也可作为中医大专院校学生和中医函授学习参考用书。

由于我们对编写这样一套自学丛书，还缺乏经验，加之水平有限，时间仓促，不妥之处，在所难免。因此诚恳地希望读者提

出宝贵意见。

本书承蒙中华全国中医学会副会长吕炳奎、河北省卫生厅厅长傅大为、浙江中医学院院长何任教授、广州中医学院副院长邓铁涛教授、北京中医学院赵绍琴教授为书作序，全国著名书法家赵朴初为本书书名题字。对此，特表谢意。

《中医自学丛书》编委会

序

医者，道也。医命之道，贵在专深。有谓“民不死于病而死于医，是有医不若无医也；学医不精，不若不学医也。”然中医学的内容极为丰富，其著作浩如烟海，若一一遍读，实非朝夕易事。杨医亚教授从事中医教学近40年，积累了丰富的教学经验。为了普及中医，提高中医素质，振兴中医事业，他组织河北20多位教授、讲师、主任医师和主治医师，共同编写了这套《中医自学丛书》。在编写中，既突出了个人专长，又发挥了集体智慧。书始自基础理论，终自临床各科，共16个分册，300余万言。他们博引古论，广采今说，内容翔实，立言精审。书中说理允当，论治中肯；阐微透澈，述要不赘；文字精练，通俗易懂。正当全国人民努力学习科学知识，为振兴中华奋发之时，是书出版，不仅为自学中医者提供了一套良好的教材，而且也将成为中医和西医学习中医者的有益参考书。常言“为学之道，譬如积薪”，广大自学中医的同志，只要奋发努力，持之以恒，以苦作舟，以勤为径，就会学好中医，成为一位高明的中医工作者，乃至登仲景之堂，入轩岐之室，为继承发扬祖国医学作出贡献！

中华全国中医学会副会长 吕炳奎

序

杨医亚教授主编的《中医自学丛书》，阅后颇感所选内容和体裁，确有独到之处。此书从中医基本理论、经典著作、药物、方剂直至内、外、妇、儿、五官、针灸等临床各科，凡当前中医院校开设之中医课程，无所不备，这就使读者身在校外却能学到和在校学生同样多的中医学知识。这套丛书在写作上，既注意保持中医特色，又力求深入浅出，从而使经典原著变古奥为通俗，化艰深为浅显。同时还尽量做到理论联系实际，既有原则指导，又有具体例证，能够帮助读者举一反三，触类旁通。因此，可以说这是一部很适时而又切合实用的中医自学丛书。

自学成才的人，古往今来，比比皆是。有很多名中医就是自学成功的。就拿我们河北来说，历史上名医辈出，远如秦越人、刘河间、张元素、李东垣，近如王清任、张锡纯。他们学识渊博，医术高明，主要是自己努力登攀而名著于世的。当今的学习条件远胜古时，而这套丛书的问世，又将给自学中医者带来很大方便。我们只要有古人那种“囊萤”、“映雪”和“凿壁偷光”的精神，勤奋学习，刻苦钻研，持之以恒，就一定能使自己成为合格的中医人才。我深切期望在我省能出现一批自学成才、品学兼优的年青一代中医，造福于桑梓，使杏林橘井，济世活人，传为美谈，则燕赵之地也必将再度成为名医之乡。

河北省卫生厅厅长 傅大为

序

中国医药学是一个伟大的宝库，源远流长，典籍之多，浩如烟海，初学者往往因难于掌握而望洋兴叹，如何帮助习医者学好中医中药，我中医工作者责无旁贷。近年来中医指导自学诸书，时有所见，整理提高，已迈出可喜之一步。

《中医自学丛书》系经杨医亚教授等多年编撰而成。本书以全国中医院校编的试用教材为蓝本，采用讲稿形式编写，内容既有经典理论，又及临床各科。汇成16分册，合计300余万言。为目前已出版自学丛书中一大巨著。编者对中医学学术造诣较深，且有丰富教学经验，样稿成后，又广泛征求意见于基层，可见写作态度之谨严，发挥各自精专，乃成集体智慧之结晶。故其问世，必将受广大读者之热烈欢迎。

本书于经典古籍，提出必要之注解与语释，指明段落要点，层次井然，简明扼要，能彰经典古籍之隐旨，益以自己之领悟，启迪后学，然非作者了然于心，读者决不能了然于目；对临床各科，以学习、思考、应用三结合，其旨在于学以致用，能活泼泼地运用于临床，益以触类旁通，可因此而悟彼，见微而知著。因此，本书实为自学者之良师益友，深造者发蒙解惑之津梁，盖新知实由温故，深造必自逢源。在《中医自学丛书》问世之际，聊叙数言，何敢云序，谨表祝贺之忱。

浙江中医学院 何任

序

中国医药学是一个伟大的宝库，这个宝库之所以是伟大的，不仅因为有几千年的实践经验，更重要的是因为有独特的理论体系。世界各国都有其传统医学，但多数已不复存在了。而中医中药学，至今仍然显示其独有的光辉。要发展祖国传统医药学，就要造就一支强大的中医队伍，一是靠中医院校培养，二是靠自学。进学校学习固然是好，但人数有限，所以自学就成为造就人才的重要途径之一。而中医药书籍，汗牛充栋，浩如烟海，并且文字古奥，这又给自学者带来很大困难。河北医学院杨医亚教授，早在30年代末就从事中医教育，40多年的教学和医务生涯，使他积累了很多宝贵的经验。为了适应自学成才的需要，杨教授组织了20多位教授和讲师，编写了这套《中医自学丛书》。全书16个分册，包括基础理论与临床各科，系统地介绍了中医的理论和各科疾病的防治技能，文字通俗易懂，内容简练精悍，是一套自学中医的好教材，相信此书出版，一定能帮助广大基层医务人员学好中医，从而为培养人才、发展中医药作出贡献。故乐为之序。

广州中医学院 邓铁涛

序

祖国医学，源远流长，医学著作，浩如烟海。经典著作，因年代久远，文字古奥，读之非易，其言简义深为医之本源，后世著作，虽论述较为详尽，但仍源于内、难、金匱、伤寒。有志于中医者，须深究经典，博涉诸家，其所以立起沉痾，拯危重于顷刻，而明其千古不谢，保中华民族繁衍昌盛。进而用于临证之中。所谓“将升岱岳，非径奚为，欲诣扶桑，无舟莫适。”此套自学丛书，是为初学之径舟也。

是书博及经典著作及各科临床，系统详尽，诚为学者之良师益友，并为临床参考之用，普及提高兼而顾之，本书的出版将为中国医学的发展与繁荣做出其应有的贡献。

北京中医学院 赵绍琴

凡 例

一、本册分上、中、下三篇。上篇为经络腧穴部分，共分为两章，主要介绍经络、腧穴、十二经脉、奇经八脉、经外奇穴的基本知识；中篇为针灸法部分，共分为四章，主要介绍针法、灸法、针刺麻醉及在针灸基础上发展起来的新疗法；下篇为 60 种常见疾病的治疗。

二、本册所列腧穴，原则上分穴位、取穴、主治、配伍、操作及附注六个部分加以叙述，其中对穴位定位、取穴是根据古代文献与临床实际情况加以审定的，主治、配伍，力求切合临床实际，并结合现代解剖学的知识绘制了插图，便于广大读者取穴时参考。

三、针灸法是以全面介绍针法、灸法的操作方法为主；对在针灸学基础上的其它疗法则有选择地加以载述，仅供研究探讨。

四、常见疾病的治疗是以中医病症名叙述为主，扼要地介绍病因病机、辨证分型、立法取穴，并对手法、方义一一释述。最后，结合新的针灸方法，有选择地介绍，以供临床上参考。

五、书末附有针灸歌诀。

绪 论

针灸学是祖国医学遗产的重要学科之一。它是几千年来劳动人民在长期与疾病作斗争中创立和发展起来的一种医疗方法。这种医疗方法就是用金属制成各种不同型状的针，在人体特定部位（穴位）上刺入肌肤后，根据病人体质和病情的不同，给以适当的手法，借以达到通经活络和祛邪扶正的治疗目的。这就是通常所说的扎针；将干艾叶制成艾绒，再将艾绒制成小粒状艾炷或艾条，点燃后将它直接或间接在人体一定的穴位上烧灼和熏烤，通过这种温热刺激，借以通经活络，从而达到治疗和预防疾病的目的。这就是通常所说的艾灸。以上两种治疗方法虽然不同，但所采用的穴位是一致的。由于扎针和艾灸常同时配合应用，所以又常相提并论，通常合称“针灸”。

针灸学的内容，包括经络、腧穴、针灸方法及针灸治疗等部分。由于这种医疗方法简便、经济、容易掌握、效果又好，而且治疗工具简单，不需要特殊设备，只要随身带上几支针、一些艾绒（或艾条）以及酒精、棉球等。无论任何地方，都可随时进行治疗。学习针灸，只需记住腧穴的部位和主治症，熟练操作方法，并能认识疾病，就可以广泛应用于临床。其治疗范围，不论内、妇、儿、外，以及五官、皮肤科等疾病，都有一定的作用，尤其对于疼痛性质疾病疗效显著。因此，数千年来受到广大人民群众的欢迎。

针灸究竟起源于什么时期？目前尚难肯定，但是从我国社会发展史和考古方面的资料看，可以证实针灸的起源在石器时代，

山海经里有过这样的记载：“东海之山，有石如玉，可以为针，光芒四耀，能治百病”。一般传说，上古时期的劳动人民在勤劳的生活中，当身体某部被石块撞击后，却被解除或减轻了身体原有疾病的痛苦，或用尖锐的石块刺破脓泡以及捶击筋骨，借以缓解疼痛，通过反复实践，形成用“砭石”（砭：biān，音边，一种最古的医疗石制工具）治病的概念。这种治疗工具一直到后来出现金属制的医用针，从而形成了针疗技术。

灸术的形成，可能与人类发明用火有关。人们在烧烤食物时，由于温热刺激了皮肉，从而减轻或解除了身体上原有某些疾病的苦痛，从此给人们留下了用火烤也能治病的一种印象。通过长期的摸索观察，找到了灸疗最好的原料——艾，因艾容易点燃，火力温和，并且有温通血脉的作用，同时也发现了艾灸的主治范围与有效部位。这就逐渐形成了艾灸治疗方法。

春秋战国时代，是针灸学术的奠定时期。到了秦汉时代，已有《内经》行世，其中《灵枢》记载针灸资料最多。晋朝著有《针灸甲乙经》，将秦汉以来针灸学的成就作了整理，并结合临床经验编写而成。唐朝《千金要方》和《千金翼方》，对于针灸法、孔穴、禁忌等论述得较为详细。宋朝《铜人俞穴针灸图经》并铸有“经穴铜人”是我国最早的针灸模型，这个时期是我国针灸学术的隆盛时期。元朝著有《十四经发挥》，明朝著有《针灸聚英发挥》、《针灸大成》。这些著作，直至今天还是学习针灸学的主要参考书籍。

清朝及旧中国时期，针灸疗法的发展已远不如以前。到了帝国主义文化侵入中国以后，祖国医学也受到摧残，针灸学术更被轻视，甚至濒于灭亡。

中华人民共和国成立以后，祖国医学获得了新生，针灸疗法得到了迅猛发展。全国各省、市都设有中医研究机构，各医学院校、以及有条件的医疗单位都开展了经络和针灸临床机制的研究。近几年来，全体医务人员在认真学习针灸学基本理论和不断

地临床实践中还发现了大量的针灸新穴位和总结出了不少新的针法。我国独特的麻醉技术——针刺麻醉进一步提高，对世界医学发展做出了贡献。在国际上甚至出现了“针灸热”，世界各国先后派人来我国考察、研究针灸疗法。今后，我国针灸理论与技术必然会取得丰硕的成果，为人类的保健事业做出更大的贡献。

目 录

绪论 (1)

上篇 经络腧穴

第一章 经络腧穴总论 (1)

第一节 经络 (1)

一、经络的含义 (1)

二、经络与针灸的关系 (2)

三、经络的组成 (3)

(一) 十二经脉 (4)

(二) 奇经八脉 (7)

(三) 十五络脉 (9)

(四) 十二经别 (10)

(五) 十二经筋 (11)

(六) 十二皮部 (12)

四、经络的作用 (12)

(一) 生理方面 (12)

(二) 病理方面 (13)

(三) 诊断方面 (13)

(四) 治疗方面 (14)

第二节 腧穴 (14)

一、腧穴的分类 (15)

(一) 十四经穴 (15)

(二) 经外奇穴 (15)

(三) 阿是穴	(16)
二、腧穴的作用	(16)
(一) 局部作用	(16)
(二) 邻近作用	(16)
(三) 远道作用	(17)
(四) 整体作用	(17)
三、腧穴的取法	(17)
(一) 体表自然标志取穴法	(19)
(二) 手指同身寸法	(19)
(三) 骨度取穴法	(20)
(四) 简便取穴法	(20)
四、特定穴	(22)
(一) 五输穴	(22)
(二) 原穴	(22)
(三) 络穴	(23)
(四) 背俞穴	(24)
(五) 募穴	(24)
(六) 八脉交会穴	(24)
(七) 八会穴	(25)
(八) 十六郄穴	(26)
(九) 下合穴	(26)
第二章 经络腧穴各论	(28)
第一节 十二经脉	(28)
一、手太阴肺经(11穴)	(28)
中府(29) 云门(30) 天府(30) 侠白(30) 尺泽(30)	
孔最(31) 列缺(31) 经渠(32) 太渊(32) 鱼际(33)	
少商(33)	
二、手阳明大肠经(20穴)	(34)
商阳(35) 二间(36) 三间(36) 合谷(37) 阳溪(37)	

偏历(38) 温溜(38) 下廉(38) 上廉(39) 手三里(39)
曲池(39) 肘髎(40) 手五里(40) 臂臑(41) 肩髃
(41) 巨骨(41) 天鼎(42) 扶突(42) 禾髎(42) 迎香
(43)

三、足阳明胃经(45穴).....(43)

承泣(46) 四白(47) 巨髎(47) 地仓(47) 大
迎(48) 颊车(48) 下关(48) 头维(49) 人迎
(49) 水突(50) 气舍(50) 缺盆(50) 气户
(50) 库房(51) 屋翳(51) 膺窗(51) 乳中
(52) 乳根(52) 不容(52) 承满(52) 梁门
(53) 关门(53) 太乙(53) 滑肉门(53) 天枢
外陵(54) 大巨(54) 水道(55) 归来(55) 气
冲(56) 髀关(56) 伏兔(56) 阴囊(57) 梁丘
(57) 犊鼻(57) 足三里(58) 上巨虚(58) 条
口(59) 下巨虚(59) 丰隆(59) 解溪(60) 冲
阳(60) 陷谷(61) 内庭(61) 厉兑(61)

四、足太阴脾经(21穴).....(65)

隐白(65) 大都(66) 太白(67) 公孙(67) 商
丘(67) 三阴交(68) 漏谷(68) 地机(69) 阴
陵泉(69) 血海(69) 箕门(70) 冲门(70) 府
舍(71) 腹结(71) 大横(71) 腹哀(71) 食窦
(72) 天溪(72) 胸乡(72) 周荣(73) 大包
(73)

五、手少阴心经(9穴).....(75)

极泉(76) 青灵(76) 少海(76) 灵道(77) 通里(77)
阴郤(78) 神门(78) 少府(78) 少冲(79)

六、手太阳小肠经(19穴).....(79)

少泽(81) 前谷(82) 后溪(82) 腕骨(83) 阳谷(83)
养老(83) 支正(84) 小海(84) 肩贞(84) 髃俞(85)
天宗(85) 秉风(85) 曲垣(86) 肩外俞(86) 肩中俞