

杨元德 杨颖 主编

针灸不痛手法绝招

百病针灸治验

ZHENJIUBUTONGSHOUFAJUEZHAO
BAIBINGZHENJIUZHUYAN



赠光盘



辽宁科学技术出版社
LIAONING SCIENCE AND TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

针灸不痛手法绝招

——百病针灸治验

(赠光盘)

◆ 杨元德 杨 颖 主编 ◆

辽宁科学技术出版社

· 沈阳 ·

辽宁科学技术出版社

· 沈阳 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

针灸不痛手法绝招: 百病针灸治验 / 杨元德, 杨颖主编. —沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2014.6

ISBN 978-7-5381-8589-8

I. ①针… II. ①杨… ②杨… III. ①针灸疗法
IV. ①R245

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 081430 号

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路 29 号 邮编: 110003)

印刷者: 辽宁彩色图文印刷有限公司

经销者: 各地新华书店

幅面尺寸: 168mm × 236mm

印 张: 13.5

插 页: 2

印 数: 1~3000

字 数: 350千字

出版时间: 2014 年 6 月第 1 版

印刷时间: 2014 年 6 月第 1 次印刷

责任编辑: 寿亚荷

封面设计: 翰鼎文化/达达

责任校对: 徐 跃

书 号: ISBN 978-7-5381-8589-8

定 价: 48.00元 (赠光盘)

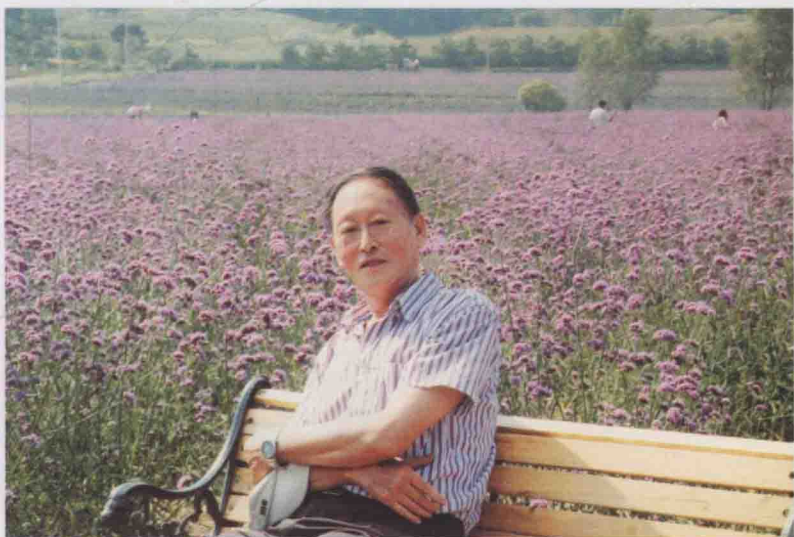
联系电话: 024-23284370

邮购热线: 024-23284502

E-mail: syh324115@126.com

http:www.lnkj.com.cn

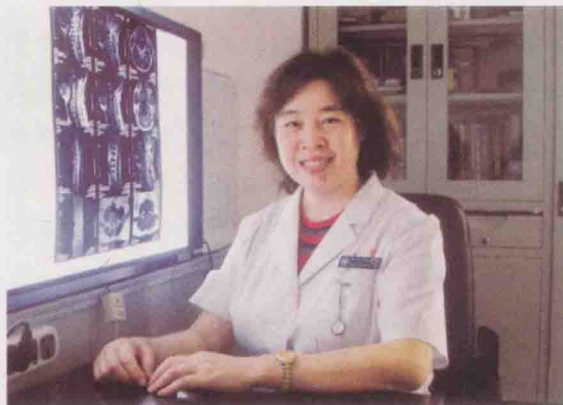
作者简介



杨元德 (Yang Yuande), 1937年10月生于山东省文登市的中医世家。1961年毕业于沈阳医学院, 从事中医针灸临床、教学及科研工作57年, 负责指导外国留学生及研究生的理论学术讲授与临床带教工作。曾任辽宁中医药大学附属医院针灸教研室副主任、科主任、主任医师、教授多年。现任辽宁中医药大学龙江医院针灸科主任、中国辽宁省针灸学会第一届常务理事、《针灸临床杂志》编委、辽宁省科普协会理事。2009年被聘为法国中医学院客座教授, 曾赴匈牙利、苏联等国讲学与临床带教。从1988年起曾连续多年获全院“服务最佳诊病量最多医师”称号。擅长用针灸与药物治疗多种疑难顽症。创用“新醒脑开窍法”针刺与舌针治疗中风及中风后遗症, 发明了水针疗法治疗小儿厌食及肥胖症。在我国首创快速无痛针法。其临床经验与医案收录在《现代针灸医案选》《针灸临证指南》《百病中医针灸疗法》《中国当代针灸名家医案》《当代针灸名家临床经验集成》等多部专著中。主编《针灸学题解》《实用针灸经验处方手册》《疑难病针灸治验》及参编《中国针刺手法选编》《中华现代针灸验方荟萃》等20多部图书, 在国内外专业杂志发表学术论文160余篇。从事医药科普宣传50余年, 发表医学科普文章760余篇。



杨颖，美籍华人，美国加州针灸中医师、中医针灸博士、美国加州硅谷杨颖中国传统中医中药针灸医疗中心主任及主治医师。出身于医药世家，严格庭训，自幼师从伯父杨元德教授及名医张学文教授学习针灸与中医。毕业于美国中医药大学，后进修于辽宁中医药大学、陕西中医学院及中国中医科学院。参与编写《疑难病针灸治验》等多部中医针灸专著，并参与《养生食疗方，疾病一扫光》等养生保健类图书的编写工作，任第一副主编。从医几十年来，深受患者好评，能刻苦钻研无痛进针妙法，在美国得到同行及病家的称赞。对许多疑难病能使用中医古典齐刺与扬刺法进行针灸无痛操作，深受美国人及美籍华人的好评。



李颖，1955年3月出生，辽宁省营口市人。毕业于辽宁中医药大学，硕士研究生。受教于彭静山、马瑞林、李德新、杨元德等多名教授。曾任中国人民解放军202医院中医科副主任医师、副教授。撰写多篇论文发表于《中国针灸》《中医药学刊》等杂志，并参与编写《针灸治疗疑难病》等多部针灸专著，任副主编。

现已成立李颖中医针灸诊所，任所长、主任医师。兼任中国特效医术专业委员会副主任委员。曾获沈阳军区中医药技术比武大赛集体一等奖，个人银牌奖。从事中医针灸近40年，积累了丰富的治疗多种疑难杂症的经验。



2009年8月3日，杨元德教授在喜来登饭店接受法国中医学院院长颁发的客座教授聘书



2009年8月16日，杨元德教授为法国中医学院研修生讲授无痛针刺操作法



2012年7月8日，杨元德教授指导杨颖博士如何快速准确地取穴



1990年10月，杨元德教授在苏联莫斯科大学



2013年7月6日，杨元德教授口传身教无痛针法



2013年7月，杨元德教授指导杨颖博士双手快速无痛进针法



2013年7月，杨颖博士操作双手进针法



2011年9月，李颖主任针刺治疗带状疱疹



2013年7月，杨元德教授与杨颖博士合影



2013年4月，杨元德教授在北京人民大会堂前留影

目 录

主 编 杨元德 杨 颖(美国)

副主编 李 颖 刘 颖 杨 宇(美国)

王新文(美国) 杨 青

编写办公室主任 杨桂香 杨中华

编 委 杨若嫡 王一涵 杨 蕾(美国)

杨 十 李 鑫 李东飞(澳大利亚)

克里斯(美国) 葛晓娟

郑 慧 顾玉莲 吕 军

赵恒天 方 红

光盘录制 刘立克 刘美思 刘 实

苏 涵 林 玉 张 虹

第二册目录

Unit 1 The Great Wall	31
Unit 2 The Great Wall	34
Unit 3 The Great Wall	35
Unit 4 The Great Wall	37

Unit 5 The Great Wall	37
Unit 6 The Great Wall	38
Unit 7 The Great Wall	39
Unit 8 The Great Wall	40

前 言

吾自幼即爱好医学。早在20世纪50年代初期，在家父的身边，就亲眼看到中医针灸的神奇疗效。从初中二年级开始业余背诵中医脉学及针灸歌赋。一次，家父膝关节疼痛，在老人的指导下给自己的父亲扎了第一针——后来渐渐在自身练习针刺足三里、上巨虚、三阴交、曲池、外关等穴，由于我是左利手，每每左手持针，由于针刺补泻是以右手为主，渐渐就学会了双手进针、捻针与起针。

1954年在高中一年，吾已开始给同学、老师治疗头痛、牙痛或胃痛等。高二、高三晚间住在父亲的中医联合诊所，深夜有急诊的病人，我常常用针刺治疗。高中毕业后又学习西医，对医学的爱好更加深一步。在20世纪60年代初自然灾害、闹粮荒时，我能享受医生的特殊补助。由于社会关系的影响被下放农村长达5年之久，每天病人很多，由于针灸效果佳，每天要处理几十个病人，从儿科、老年病科到妇产科、五官科、外科。

随着21世纪人类对健康新理念的再认识，国际医学界再一次出现了“针灸热潮”，这一事实表明回归自然的时尚使得人们再一次信赖这经过数千年发展和实践验证的，且最大限度地保持了原始风貌的中医针灸医学的价值。

针灸医学是通过对体表穴位的适宜刺激来调节人体的经络、脏腑、气血状态，充分调动机体自身免疫及内分泌与神经等多种功能，从而达到防病治病、养生保健之目的。尤其是近年作为非文化遗产的针灸，成为国际的绿色疗法。由于疗效明显，适应范围广泛，是人类抗击和对付疑难病、抗衰老的一把利剑，始终成为全球各国了解祖国医学的先导。

针刺治疗疾病效果很好，但很多人害怕疼痛。其实，如果针刺手法熟练，取穴准确，患者只会微痛，很多人是心理恐惧大于实际疼痛。本书专门介绍如何应对针刺的微痛。本书分4章，第一章为经络腧穴，介绍了经络腧穴的基本知识。第二章为无痛针灸法，介绍了各种无痛针法的使用方法。第三章为针灸处方总论，介绍了中医辨证和针灸处方原则。第四章为无痛针法治疗疾病，介绍了神经科、内科、外科、儿科、妇科、五官科等疾病的治法、针灸处方及操作要点。各种疾病均以现代医学病名列出，并简要介绍相对应的中医病症。

当吾进入老年阶段，渐渐感觉“静看蜂教诲、闲想鹤仪形”，每日坚持4~6小时出诊。本书重点是想把吾近60年的针刺心得留给爱好本专业和喜欢养生的学者们。此刻，我忽然想起唐代著名诗人刘禹锡的教诲：“千淘万漉虽辛苦，吹尽狂沙始到金。”

吾与弟子杨颖博士的理念是：泽惠前贤、荫及子孙。我们向上的每一步均为不甚完美，但确实是尽善的新高度。

杨元德

2014年春节

目 录

第一章 经络腧穴	1	第三节 穴位贴敷疗法	37
第一节 经络学说概要	1	第四节 拔罐法	40
一、经络与经络学说	1	第五节 舌针	43
二、经络系统的组成	1	第六节 头针	45
三、十二经脉的分布	2	第七节 耳针	48
四、十二经脉的分布与交接	2	一、耳针疗法的意义	48
五、奇经八脉的特点与作用	3	二、常用耳穴的定位与主治	49
六、十二经别的分布特点与临床作用	4	三、耳穴的临床应用	51
七、十二经筋的分布特点与临床作用	5	四、注意事项	52
八、十二皮部的分布特点与临床作用	6	第八节 其他针法	52
九、十五络脉的特点和作用	6	一、三棱针	52
十、经脉的标本根结知要	7	二、皮肤针	54
十一、气街与四海的临床应用	8	三、水针法	55
十二、经络的生理功能与病理变化	9	第三章 针灸处方总论	57
十三、经络学说的临床应用	10	第一节 常用辨证知要	57
十四、经络实质的观点	10	一、八纲辨证	57
第二节 腧穴知识概要	11	二、病因辨证	58
一、腧穴的意义与分类	11	三、脏腑常见疾病辨证	60
二、腧穴的治疗作用	11	四、气血辨证	66
三、特定穴及临床应用	12	五、经络辨证	67
四、腧穴的定位方法	18	第二节 针灸处方原则	69
第二章 无痛针灸法	21	一、常用治法与处方总则	69
第一节 毫针刺法	21	二、处方内容及选穴原则	72
一、针刺练习	21	三、常用处方配穴法	73
二、针刺前的准备	21	第四章 无痛针法治疗疾病	75
三、无痛针法的准备	23	第一节 脑神经疾病	75
四、针刺方法	25	一、嗅神经障碍	75
五、针刺补泻	29	二、视神经炎	76
六、留针与出针	30	三、视网膜静脉周围炎	76
七、异常情况的处理与预防	31	四、视神经萎缩	77
第二节 灸法	34	五、动眼神经瘫痪	77
一、灸法的意义与作用	34	六、滑车神经瘫痪	78
二、灸法种类	35	七、三叉神经痛	78
三、灸法注意事项	37	八、外展神经瘫痪	79

九、面神经瘫痪	79	三十四、股外侧皮神经炎	99
十、舌咽神经痛	80	三十五、竞技综合征	99
十一、舌咽神经瘫痪	80	三十六、幻肢痛	100
十二、副神经瘫痪	81	第三节 循环系统疾病	100
十三、迷走神经瘫痪	81	一、冠心病	100
十四、舌下神经瘫痪	82	二、心律失常	102
十五、前庭神经炎	82	三、原发性高血压	102
第二节 神经系统疾病	82	四、低血压综合征	103
一、头痛	82	五、心绞痛	103
二、偏头痛	84	六、高脂血症	103
三、枕神经痛	84	七、心脏神经官能症	103
四、紧张性头痛	85	八、单纯性甲状腺肿	104
五、中风	85	九、甲状腺功能亢进	104
六、周围神经疾患	86	十、甲状腺功能减退症	105
七、梅尼埃病	87	十一、桥本甲状腺炎	105
八、神经性膀胱功能障碍	87	十二、血小板减少性紫癜	105
九、肋间神经痛	88	十三、白细胞减少症	106
十、脑动脉硬化症	88	第四节 呼吸系统疾病	106
十一、坐骨神经痛	89	一、急性鼻窦炎	106
十二、失眠	89	二、急性鼻炎	106
十三、神经衰弱	90	三、感冒	107
十四、癔病	90	四、急性扁桃腺炎	108
十五、精神分裂症	91	五、急性气管炎	108
十六、抑郁症	91	六、支气管哮喘	108
十七、原发性低血压	91	七、过度通气综合征	109
十八、癫痫	92	八、慢性支气管炎	109
十九、皮炎	92	第五节 消化系统疾病	110
二十、重症肌无力	93	一、食道、贲门痉挛	110
二十一、硬皮病	94	二、呃逆	110
二十二、震颤麻痹	94	三、胃下垂	110
二十三、多发性硬化症	94	四、急、慢性胃炎	112
二十四、假性延髓瘫痪	95	五、胃酸过多	112
二十五、共济失调	95	六、慢性十二指肠溃疡	112
二十六、脊髓空洞症	96	七、单纯急性十二指肠溃疡	113
二十七、发作性睡病	96	八、急、慢性结肠炎	113
二十八、老年性和早发性痴呆症	97	九、急性菌痢	114
二十九、痉挛性斜颈	97	十、便秘	114
三十、不宁腿综合征	98	十一、腹泻	114
三十一、面肌痉挛	98	十二、麻痹性肠梗阻	115
三十二、咀嚼肌痉挛	98	十三、反流性食管炎	115
三十三、腓肠肌痉挛	99	十四、呕吐	116

十五、慢性浅表性胃炎	116	二十六、风湿性关节炎	134
十六、胃痉挛	116	二十七、多发性大动脉炎（无脉病）	135
十七、过敏性结肠炎	117	第八节 皮肤科疾病	136
十八、溃疡性结肠炎	117	一、带状疱疹	136
十九、克罗恩病	117	二、疣	136
二十、糖尿病	118	三、真菌性皮肤病	137
第六节 泌尿生殖系统疾病	119	四、斑秃	138
一、尿潴留	119	五、痤疮	138
二、尿失禁	119	六、黄褐斑	138
三、阴茎异常勃起	120	七、银屑病（牛皮癣）	139
四、不射精症	121	八、湿疹	139
五、慢性前列腺炎	121	九、接触性皮炎	140
六、不育症	122	十、荨麻疹	141
七、遗精	122	十一、天疱疮	141
八、阳痿	123	十二、丹毒	142
第七节 外科疾病	123	十三、疖肿	142
一、血栓性深静脉炎	123	十四、皮下囊虫病	143
二、胆囊炎、胆石症	123	十五、皮肤瘙痒症	143
三、胆道蛔虫症	125	第九节 妇科疾病	144
四、单纯性阑尾炎	125	一、痛经	144
五、肾绞痛、泌尿系结石	125	二、白带异常	145
六、颈淋巴结结核	126	三、闭经	145
七、颈椎病	126	四、子宫脱垂	146
八、颈肩痛	127	五、功能失调性子宫出血	147
九、肩背痛	127	六、外阴瘙痒	147
十、第三腰椎横突综合征	128	七、妊娠呕吐	148
十一、梨状肌综合征	128	八、急性乳腺炎	148
十二、腰椎后关节紊乱症	128	九、乳腺小叶增生	148
十三、腰椎小关节紊乱综合征	129	十、产后乳汁不足	149
十四、腱鞘囊肿	129	十一、经前期紧张症	149
十五、落枕	130	十二、不孕症	150
十六、桡骨茎突部狭窄性腱鞘炎	130	十三、外阴白斑病	150
十七、踝关节软组织损伤	130	十四、更年期综合征	150
十八、腰扭伤	131	十五、盆腔炎	151
十九、网球肘	131	第十节 儿科病症	152
二十、足跟痛	131	一、流行性腮腺炎	152
二十一、痔疮	132	二、百日咳	152
二十二、肛裂	132	三、白喉	153
二十三、脱肛	133	四、猩红热	154
二十四、骨关节炎	133	五、脑病失语症	154
二十五、类风湿性关节炎	134	六、小儿复感	155

七、小儿面神经瘫痪	155	二十一、喉炎	171
八、夜惊症	155	二十二、声音嘶哑	172
九、脑发育不全	156	二十三、颞下颌关节功能紊乱综合征	172
十、轻微脑功能障碍综合征	157	二十四、复发性口腔溃疡	173
十一、小舞蹈病	157	二十五、急、慢性咽炎	173
十二、急、慢性胃炎	158	第十二节 各种急症	174
十三、小儿幽门痉挛	158	一、高热昏迷	174
十四、单纯性消化不良	159	二、惊厥抽搐	174
十五、小儿便秘	159	三、休克	175
十六、小儿膀胱痉挛症	160	四、中暑昏迷	176
十七、婴儿腹泻	160	五、输液反应	176
十八、小儿厌食症	161	六、急性一氧化碳中毒	176
十九、营养不良症	161	七、急性胸痛	177
二十、小儿哮喘	162	八、溃疡病疼痛	177
二十一、小儿鞘膜积液	162	九、急性胃扩张	178
二十二、夜尿症	163	十、脑血管痉挛	178
第十一节 五官科疾病	163	十一、急性胃肠炎	178
一、急性结膜炎	163	十二、伤寒	179
二、中心性视网膜脉络膜炎	163	十三、流行性乙型脑炎	179
三、近视(儿童)	165	十四、运动病(晕车、晕船、 晕飞机)	180
四、单纯性白内障	165	十五、高山反应	180
五、眼睑缘炎	165	十六、日射病	180
六、流泪症	166	十七、急性淋巴管炎	181
七、病毒性角结膜炎	166	十八、急性湿疹	181
八、电光性眼炎	166	十九、神经性皮炎	182
九、视神经炎	167	二十、暴盲	182
十、麻痹性斜视	167	二十一、暴聋	182
十一、视神经萎缩	168	第十三节 减肥、美容及其他	183
十二、睑腺炎	168	一、减肥	183
十三、远视	168	二、美容	184
十四、色盲、色弱	169	三、戒酒	185
十五、中耳炎	169	四、戒烟	186
十六、神经性耳聋	170	五、戒毒	187
十七、聋哑	170	六、抗衰老	188
十八、慢性鼻炎	170	附录一 常用针灸歌诀	190
十九、慢性鼻窦炎	171	附录二 针灸论文三篇	202
二十、鼻出血	171		

第一章 经络腧穴

第一节 经络学说简要

一、经络与经络学说

经络是中医的基本理论之一，也是人体结构的重要组成部分。

经络是经脉和络脉的统称，是指人体运行气血、联络脏腑、沟通内外、贯穿上下的径路。“经”，有经过、路径的含义，是经络系统的主干，比较粗大，一般是纵行走向，分布在体表的较深层。“络”，有联络、网络的意思，是经脉的分支，比较细小，位于较浅表的部位，分布纵横交错，网络全身，无所不至。

经络上下贯穿，内外相通，内连五脏六腑，外系四肢百骸，构成了一个完整的循环、反应和调节系统。这就是经络系统。

经络学说是阐述人体经络系统的循行分布、生理功能、病理变化及其与脏腑相互关系的一个理论体系，是祖国医学基础理论的重要组成部分，是针灸学的理论核心。早在两千多年前的《黄帝内经》一书中就有“夫十二经脉者，内属于府藏，外络于肢节”的记载。《难经》说：“经脉者，行血气，通阴阳，以荣于身者也。”就是说，经络能够沟通内外，贯穿上下，在内部各属于五脏六腑，并且表里相合，在外部联络皮、肉、筋、骨，从而使脏腑器官与四肢百骸联系成为一个有机的整体，并借以运行气血，燮理阴阳，使人体的各种功能活动得以保持协调和相对平衡。《黄帝内经》还记载：“夫十二经脉者，人之所生，病之所成，人之所治，病之所起，学之所始，工之所止也。”进一步说明了经络在生理、病理、诊断、治疗等方面的重要意义。针灸治疗以腧穴为刺激点，与经络关系尤为紧密，针灸临床的辨证归经、循经取穴、处方、针刺补泻等，皆以经络为依据。

二、经络系统的组成

经络是人体气血运行的径路，纵横贯穿，遍布全身，沟通脏腑与体表的联系，将人体内外表里、上下前后、五脏六腑、四肢百骸、五官九窍、皮脉筋肉骨等一切组织，统一成为一个有机的整体。因此，它的范围非常广泛，内容也非常丰富。经络系统是由经脉和络脉两大部分所组成。主要内容：经脉包括十二经脉和奇经八脉，以及附属于十二经脉的十二经别、十二经筋、十二皮部；络脉包括十五络和难以计数的浮络、孙络等。

十二经脉是组成经络系统的主体，隶属于十二脏腑，故又称为“正经”。十二经别是十二正经离、入、出、合的别行部分，是正经别行深入体腔的支脉。奇经八脉是在

十二正经和经别之外的“别道奇行”的经脉，与十二经脉也有纵横的联系。络脉是以十五络为主。除十五络外，还有无数络脉布满全身，其细小分支称为孙络，起着渗灌气血、濡养全身的作用。此外，经络的外部，筋肉也受经络支配分为十二经筋，皮肤也按经络的分布分为十二皮部。就这样，经络在人体构成了一个完整的体系。

三、十二经脉的分布

十二经脉是人体的“正经”，它的名称是根据脏腑、手足、阴阳 3 个方面而确定的。例如，手太阴经与肺相属，称之为手太阴肺经；手少阴经与心相属，称之为手少阴心经；手厥阴经与心包相属，称之为手厥阴心包经。手阳明大肠经、手太阳小肠经、手少阳三焦经、足阳明胃经、足太阳膀胱经、足少阳胆经、足太阴脾经、足少阴肾经、足厥阴肝经，也都是根据阴阳消长所衍化的三阴三阳，结合经脉循行于上肢和下肢的特点，以及与脏腑相属络的关系这个命名原则而确定的。

十二经脉在体内与脏腑相连属，脏与腑有表里相合的关系，阴经与阳经有表里属络关系。即手太阴肺经与手阳明大肠经相表里；足阳明胃经与足太阴脾经相表里；手少阴心经与手太阳小肠经相表里；足太阳膀胱经与足少阴肾经相表里；手厥阴心包经与手少阳三焦经相表里；足少阳胆经与足厥阴肝经相表里。互为表里的阴经与阳经在体内有属络关系，即阴经为里属脏络腑，阳经为表属腑络脏。如手太阴肺经为里属肺络大肠，手阳明大肠经为表属大肠络肺，其他相表里经脉以此类推。相表里经脉在四肢又通过络脉的衔接而加强联系，这样在脏腑与阴阳经脉之间就形成了六组相表里的属络关系。十二经脉这种脏腑、阴阳、表里、属络关系，在生理上密切联系，可使脏气行于腑，腑气行于脏，协调共济，互相配合；在病理上相互影响，可使腑病传脏；脏病传腑；在治疗上相互为用，如脏病治腑，腑病治脏，阳经实者可泻其相应阴经，阴经虚者可补其相应阳经。

四、十二经脉的分布与交接

（一）十二经脉在体表左右对称地分布于头面、躯干和四肢，纵贯全身

1. 四肢 十二经脉在四肢的分布情况，首先可从外侧和内侧来区别阳经与阴经的分布部位。取立正姿势，拇指在前，小指在后，将四肢的内、外侧均分成前、中、后 3 个区线。四肢的内侧为阴，外侧为阳。凡是属六脏的经脉称为阴经，分布于四肢内侧；凡是属六腑的经脉称为阳经，分布于四肢外侧。十二经脉分布于上肢和下肢的区别，与六脏的位置有关。心、肺、心包位于膈之上，属手三阴经，所以，它的经脉分布在上肢内侧；小肠、大肠、三焦，基于脏腑表里相合的原理，故分布在上肢的外侧；肝、脾、肾位于膈之下，属足三阴经，故分布在下肢的内侧；同样，胆、胃、膀胱，因表里相合而分布在下肢外侧。十二经脉在四肢的排列是：手、足三阳经为阳明在前，少阳在中，太阳在后；手、足三阴经为太阴在前，厥阴在中，少阴在后。其中足三阴经在足内踝上 8 寸（同身寸）以下的为厥阴在前，太阴在中，少阴在后，至内踝上 8 寸以上，太阴交出于厥阴之前。

2. 躯干 根据阳明、太阴行身之前，少阳、厥阴行身之侧，太阳、少阴行身之后

的分布规律,胸腹部等2、3侧线分布着足阳明和足太阴经;胁腰侧面分布着足少阳和足厥阴经;背后分布着足太阳经;足少阴经虽贯脊,其外行者则在胸腹第1侧线。手三阴经均起于胸部,手三阳经则经肩部、颈部而达头面。

3. 头面 头为诸阳之会,故凡是六阳经脉皆上循于头面。其分布情况是:手、足阳明经分布于头面部;手、足少阳经分布于侧头部;足太阳经分布于头项部;手太阳经分布于头颊部。除手、足阳经外,手、足六阴经中也有两条上行头面部,即手少阴经夹咽上行入于目系;足厥阴经沿喉咙之后,向上连于目系,与督脉会于巅。但阴经经脉上行头面是深入内层组织,而阳经则主要分布于浅表部位。

(二) 十二经脉的循行走向规律

手三阴经从胸走手,手三阳经从手走头,足三阳经从头走足,足三阴经从足走腹(胸)。

(三) 十二经脉的交接规律

1. 阴经与阳经多在四肢部交接 如手太阴肺经在食指与手阳明大肠经交接;手少阴心经在小指与手太阳小肠经交接;手厥阴心包经在无名指与手少阳三焦经交接;足阳明胃经在足大趾与足太阴脾经交接;足太阳膀胱经从足小趾斜趋足心与足少阴肾经交接;足少阳胆经从足跗上斜趋足大趾丛毛处与足厥阴肝经交接。

2. 阳经与阳经(指同名经)在头面部交接 如手阳明大肠经与足阳明胃经都通过鼻旁,在鼻旁交接;手太阳小肠经与足太阳膀胱经均通于目内眦,在目内眦交接;手少阳三焦经与足少阳胆经均通于目外眦,在目外眦交接。

3. 阴经与阴经(即手、足三阴经)在胸部交接 如足太阴脾经与手少阴心经交接于心中;足少阴肾经与手厥阴心包经交接于胸中;足厥阴肝经与手太阴肺经交接于肺中。

由于十二经脉通过手、足阴阳表里经的连接而逐经相传,从而构成了一个周流不息、往复循环的气血流注系统。它流注于人体内,又浅出于体表肌肤,由表入里,从内达外,是一经接一经地周而复始,如环无端,只要生命存在,它就永无停息。

五、奇经八脉的特点与作用

奇,有异的意思,即奇特、奇异,不同于一般,异于十二经脉,不直接隶属于十二脏腑,也无阴阳、表里配偶关系,不受十二正经约束而“别道奇行”,故称为奇经。奇经八脉是督脉、任脉、冲脉、带脉、阴维脉、阳维脉、阴跷脉、阳跷脉的总称。奇经八脉中的任脉、督脉,各有其所属的腧穴,故与十二经脉相提并论合称十四经(见图1-1)。

除任、督二经有本经腧穴分布外,其他六条奇经无本经腧穴,其腧穴是寄附于十二经脉与任脉、督脉之上。临床可选取奇经与各条经脉的交会穴来针灸治疗,如“八脉交会穴”主治奇经病症。

(一) 特点

八脉中的督、任、冲脉皆起于胞中,同出会阴,称为“同源三歧”,其中督脉行于腰背正中,上至头面;任脉行于胸腹正中,上抵颈部;冲脉与足少阴肾经相并上

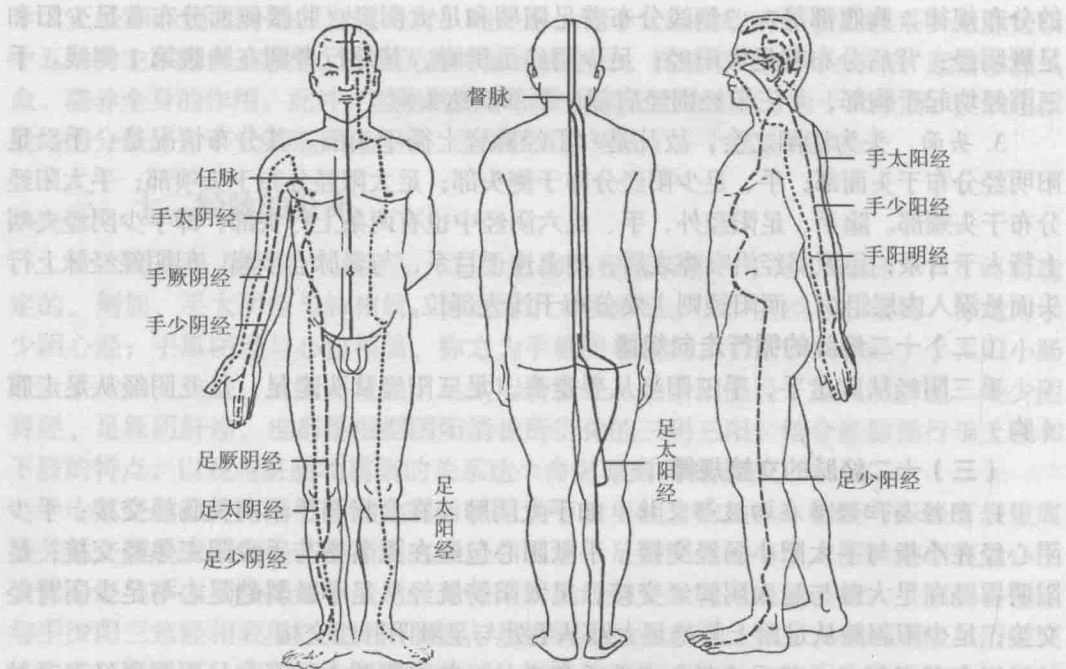


图1-1 十四经循行分布示意图

行，环绕口唇。带脉起于胁下，环行腰间一周。阴维脉起于小腿内侧，沿腿股内侧上行，至咽喉与任脉会合。阳维脉起于足附外侧，沿腿、膝外侧上行，至项后与督脉会合。阴跷脉起于足跟内侧，随足少阴肾经上行，至目内眦与阳跷脉会合。阳跷脉起于足跟外侧，伴足太阳膀胱经上行，至目内眦与阴跷脉会合，沿足太阳膀胱经上额，于项后会合足少阳胆经。

(二) 作用

奇经八脉纵横交错地循行分布于十二经脉之间，主要作用有两方面：

1. 沟通了十二经脉之间的联系。奇经八脉将部位相近、功能相似的经脉联系起来，起到统摄有关经脉气血、协调阴阳的作用。如督脉与六条阳经有联系，称为“阳脉之海”，具有调节全身诸阳经经气的作用；任脉与六条阴经有联系，称为“阴脉之海”，具有调节全身诸阴经经气的作用；冲脉与任脉、督脉，足阳明、足少阴等经脉有联系，故有“十二经之海”、“经脉之海”、“血海”之称，具有涵蓄十二经脉气血的作用；带脉约束、联系了纵行躯干部的诸条足经；阴维、阳维脉联系阴经与阳经，有维持阴阳平衡的作用；阴跷、阳跷脉具有调节肢体运动、濡养双目及司眼睑开合等作用。

2. 奇经八脉对十二经脉气血有蓄积和渗灌的调节作用。当十二经脉及脏腑气血旺盛时，奇经八脉能加以蓄积；当人体功能需要时，奇经八脉又能渗灌供应。

六、十二经别的分布特点与临床作用

十二经别是十二经脉离、入、出、合的别行部分，是正经别行深入体腔的支脉。