

人体经络穴位 使用图册

上海中医药大学针灸推拿学院教授

徐平 主编

最权威的专家团队绘制

14张精确的经络图和穴位定位、防病治病详解

囊括经外奇穴图、耳穴图

附赠“百种疾病快速选穴”



中国针灸学会推荐



化学工业出版社

人体经络穴位 使用图册

上海中医药大学针灸推拿学院教授

徐平 主编



化学工业出版社

· 北京 ·

编写人员名单

主 编 徐 平

副 主 编 王 静

绘 图 褚溢云 丁 慧 王 静

编写人员 王 静 李君笙 李昌植 李明哲 李颖慧

张 晋 张 潮 陈瑞莹 虎 力 季传婷

郑 麟 徐 平 梁永瑛 谢 龙 裴 明

图书在版编目 (CIP) 数据

人体经络穴位使用图册 / 徐平主编. —北京: 化学工业出版社, 2011. 5

ISBN 978-7-122-10212-6

I. 人… II. 徐… III. ①经络-图解②穴位-图解 IV. R224. 4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 253672 号

责任编辑: 杨骏翼 严 洁

装帧设计: 关 飞

责任校对: 边 涛

出版发行: 化学工业出版社 (北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)

印 装: 北京画中画印刷有限公司

880mm × 1230mm 1/16 印张3 字数87千字 2011年4月北京第1版第1次印刷

购书咨询: 010-64518888 (传真: 010-64519686) 售后服务: 010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

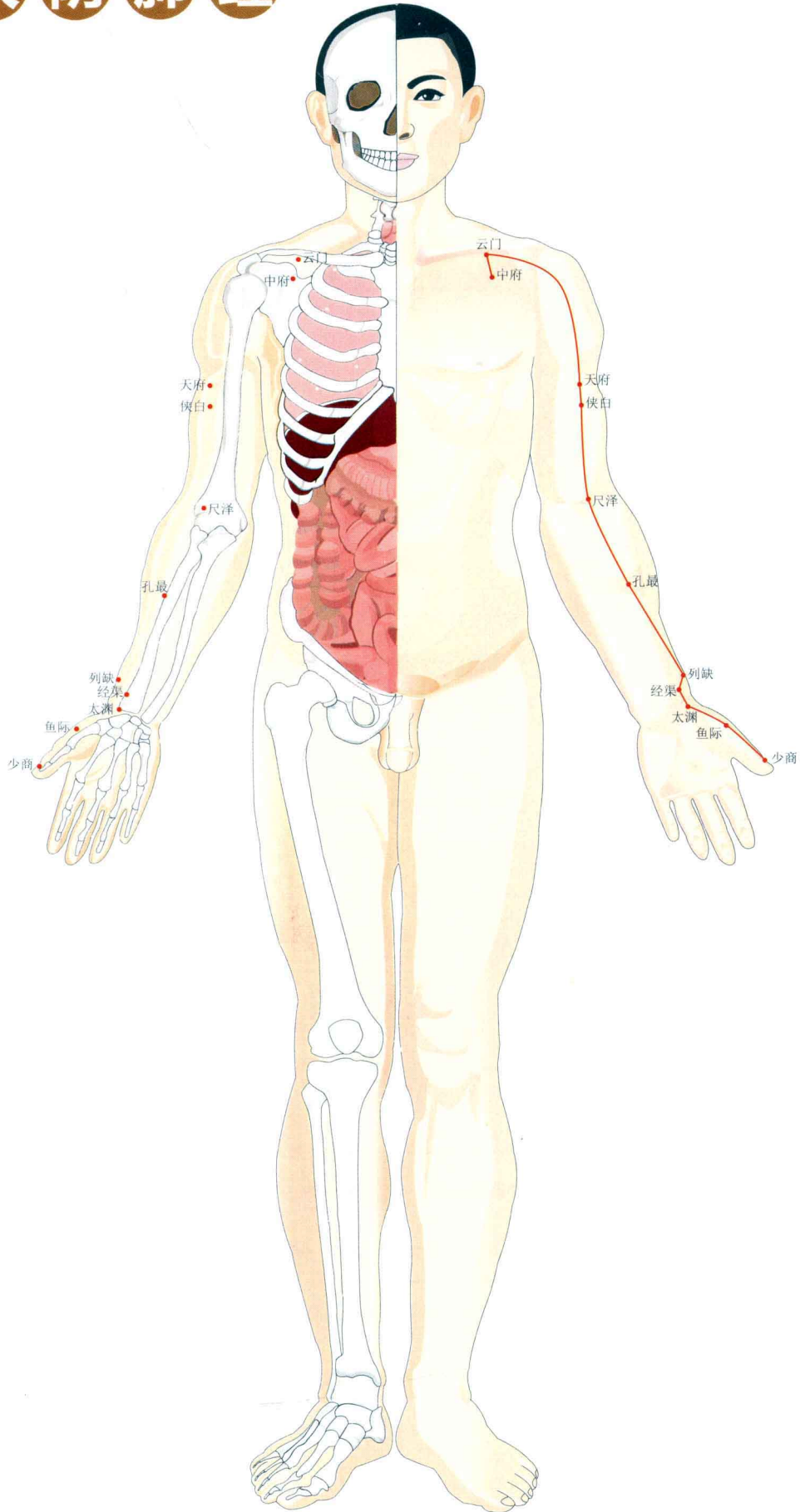
定 价: 19.80元

版权所有 违者必究

目 录

手太阴肺经·····	4
手阳明大肠经·····	6
足阳明胃经·····	8
足太阴脾经·····	12
手少阴心经·····	14
手太阳小肠经·····	16
足太阳膀胱经·····	18
足少阴肾经·····	22
手厥阴心包经·····	24
手少阳三焦经·····	26
足少阳胆经·····	28
足厥阴肝经·····	32
督脉·····	34
任脉·····	36
经外奇穴·····	38
耳穴·····	42
百种病症快速选穴·····	47

手太阴肺经

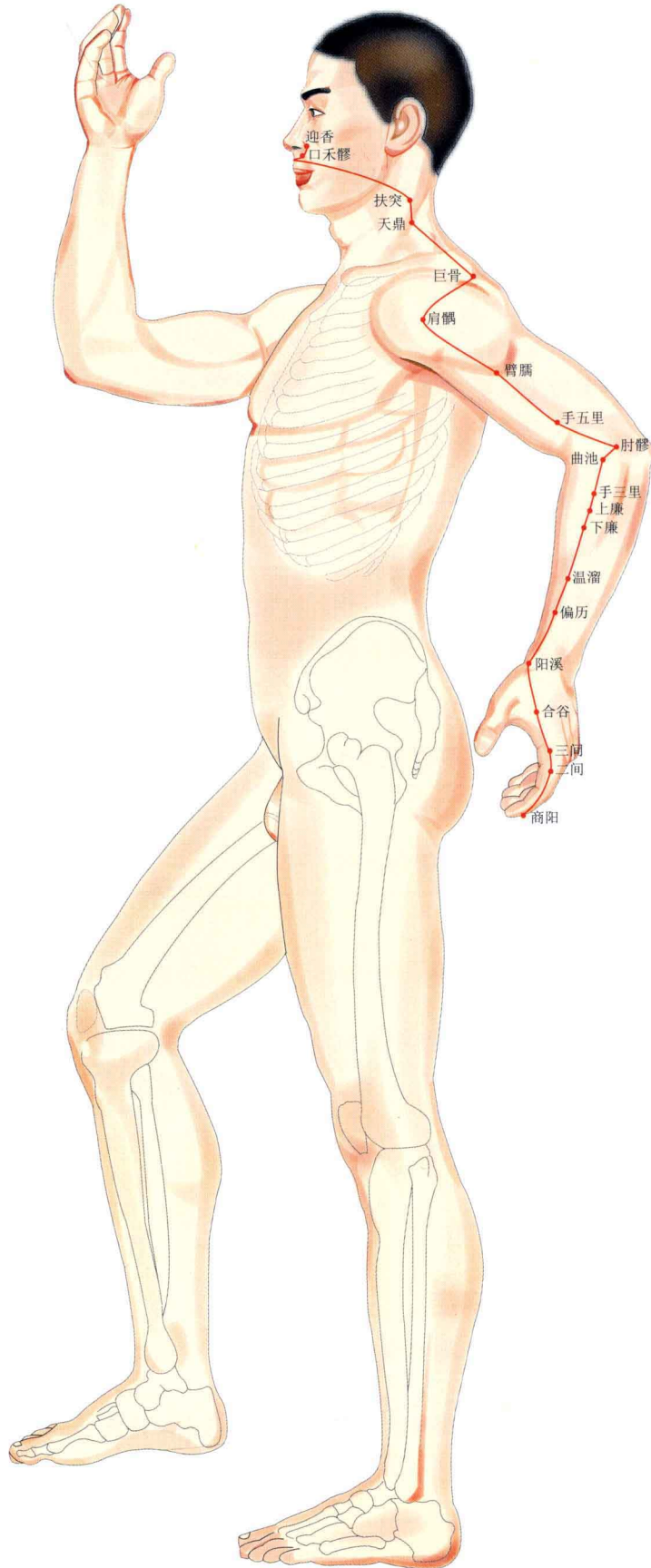


穴位	定 位	主 治
中府	胸部，横平第1肋间隙，锁骨下窝外侧，前正中线旁开6寸	咳嗽，气喘，胸痛，胸部胀满，肩背痛
云门	胸部，锁骨下窝凹陷中，肩胛骨喙突内缘，前正中线旁开6寸	咳嗽，气喘，胸痛，胸中烦满，肩臂痛
天府	臂前区，腋前纹头下3寸，肱二头肌桡侧缘处	气喘，鼻衄，上臂内侧痛
侠白	臂前区，腋前纹头下4寸，肱二头肌桡侧缘处	咳嗽，胸闷烦满，上臂内侧痛
尺泽	肘区，肘横纹上，肱二头肌腱桡侧缘凹陷中	咳喘，咳血，潮热，咽喉肿痛，肘臂挛痛
孔最	前臂前区，腕掌侧远端横纹上7寸，尺泽与太渊连线上	咳血，鼻衄，咳喘，胸痛，咽喉肿痛
列缺	前臂，腕掌侧远端横纹上1.5寸，拇短伸肌腱与拇长展肌腱之间，拇长展肌腱沟的凹陷中	偏、正头痛，项强，咳喘，咽喉肿痛，齿痛
经渠	前臂前区，腕掌侧远端横纹上1寸，桡骨茎突与桡动脉之间	咳喘，胸痛，咽喉肿痛，手腕痛
太渊	腕前区，桡骨茎突与舟状骨之间，拇长展肌腱尺侧凹陷中	咳喘，胸痛，咳血，咽喉肿痛，心悸
鱼际	手外侧，第1掌侧桡侧中点赤白肉际处	咳嗽，咳血，咽喉肿痛，失音，发热
少商	手指，拇指末节桡侧，指甲根角侧上方0.1寸	咽喉肿痛，发热，昏厥，癫狂，手指麻木、疼痛

肺经经穴主要用于防治以下病症

- 呼吸道病症：咳嗽，气喘，咳血，胸部满痛，咽喉疼痛，失音等；
- 神志病：昏厥，癫狂；
- 经脉循行所过处不适：肩臂痛，肘臂痛，手腕痛，手指麻木、疼痛；
- 其他：齿痛，心悸。

手阳明大肠经

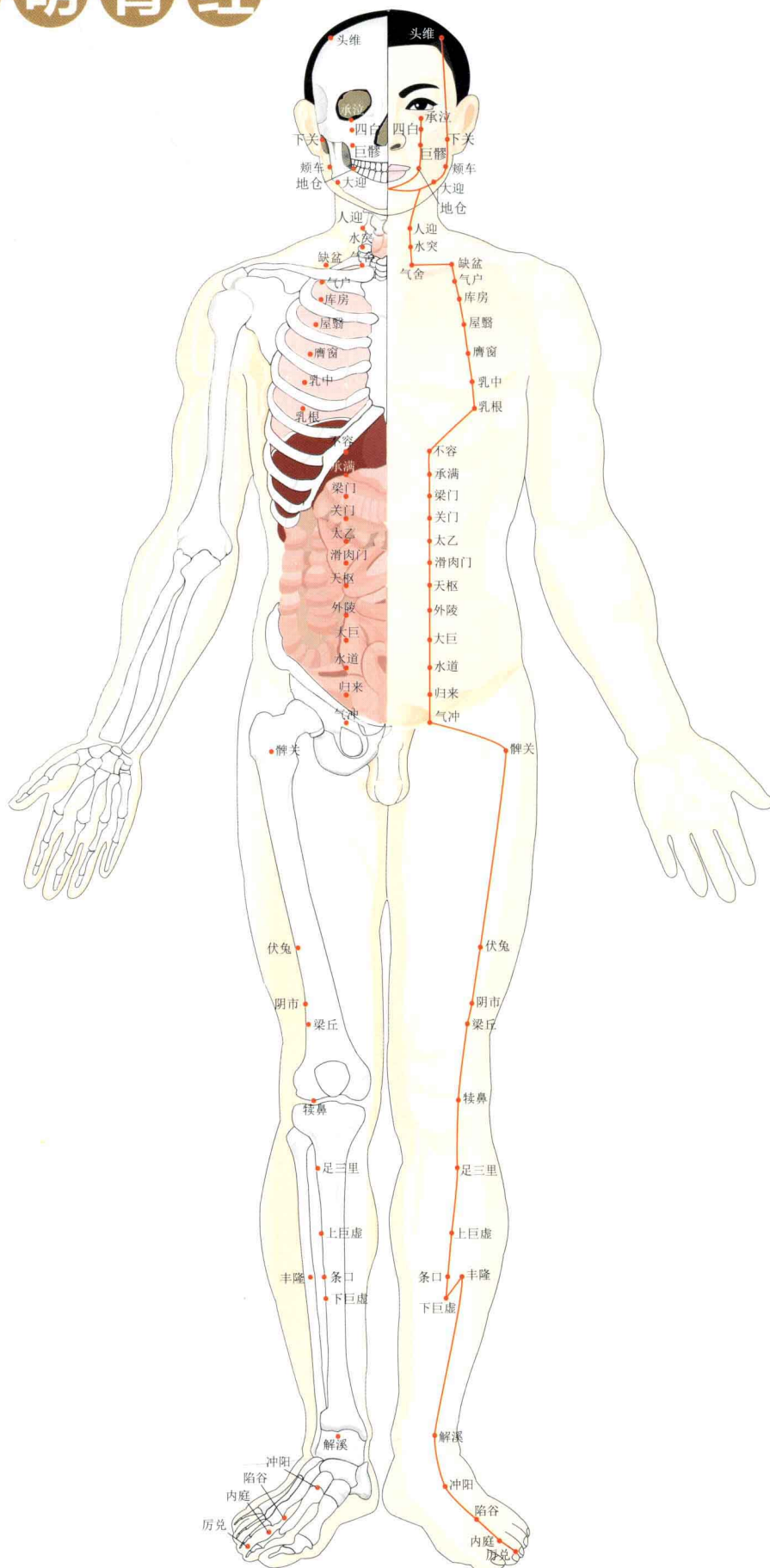


穴位	定位	主治
商阳	手指，食指末节桡侧，指甲根角侧上方0.1寸（指寸）	咽喉肿痛，齿痛，热病汗不出，昏迷，手指麻木
二间	手指，第2掌指关节桡侧远端赤白肉际处	目痛，鼻衄，齿痛，咽喉肿痛，热病
三间	手背，第2掌指关节桡侧近端凹陷中	齿痛，目痛，咽喉肿痛，手指及手背红肿
合谷	手背，第2掌骨桡侧的中点处	头面五官病症，汗症，痢疾，便秘，闭经
阳溪	腕区，腕背侧远端横纹桡侧，桡骨茎突远端，解剖学“鼻烟窝”凹陷中	头痛，目赤肿痛，齿痛，咽喉肿痛，手腕痛
偏历	前臂，腕背侧远端横纹上3寸，阳溪与曲池的连线上	目赤，耳鸣耳聋，鼻衄，咽喉痛，水肿
温溜	前臂，腕背侧远端横纹上5寸，阳溪与曲池的连线上	头痛，面肿，咽喉疼痛，肠鸣腹痛，肘臂痠痛
下廉	前臂，肘横纹下4寸，阳溪与曲池的连线上	腹痛，肠鸣，肘臂痛，上肢不遂
上廉	前臂，肘横纹下3寸，阳溪与曲池的连线上	手臂麻木，肩臂痠痛，上肢不遂，肠鸣，腹痛
手三里	前臂，肘横纹下2寸，阳溪与曲池的连线上	齿痛，颊肿，上肢不遂，肩背疼痛，腹泻
曲池	肘区，尺泽与肱骨外上髁连线的中点处	热病，咽喉肿痛，目赤痛，风疹，上肢不遂
肘髎	肘区，肱骨外上髁上缘，髁上嵴的前缘	肘臂痠痛、麻木、挛急
手五里	臂部，肘横纹上3寸，曲池与肩髃连线上	肘臂挛痛，瘰疬
臂臑	臂部，曲池上7寸，三角肌前缘处	肩臂痛，颈项拘急，瘰疬
肩髃	三角肌区，肩峰外侧缘前端与肱骨大结节两骨间凹陷中	肩臂疼痛，上肢不遂，瘰疬，风疹
巨骨	肩胛区，锁骨肩峰端与肩胛冈之间凹陷中	肩臂疼痛，抬举不利
天鼎	颈部，横平环状软骨，胸锁乳突肌后缘	暴喑，咽喉肿痛，瘰疬，气瘕
扶突	胸锁乳突肌区，横平喉结，胸锁乳突肌前、后缘中间	咳喘，咽喉肿痛，暴喑，瘰疬，气瘕
口禾髎	面部，横平人中沟上1/3与下2/3交点，鼻孔外缘直下	鼻塞，鼾衄，口喎，口噤
迎香	面部，鼻翼外缘中点旁，鼻唇沟中	鼻塞，鼾衄，鼻渊，口喎，面肿

大肠经经穴主要用于防治以下病症

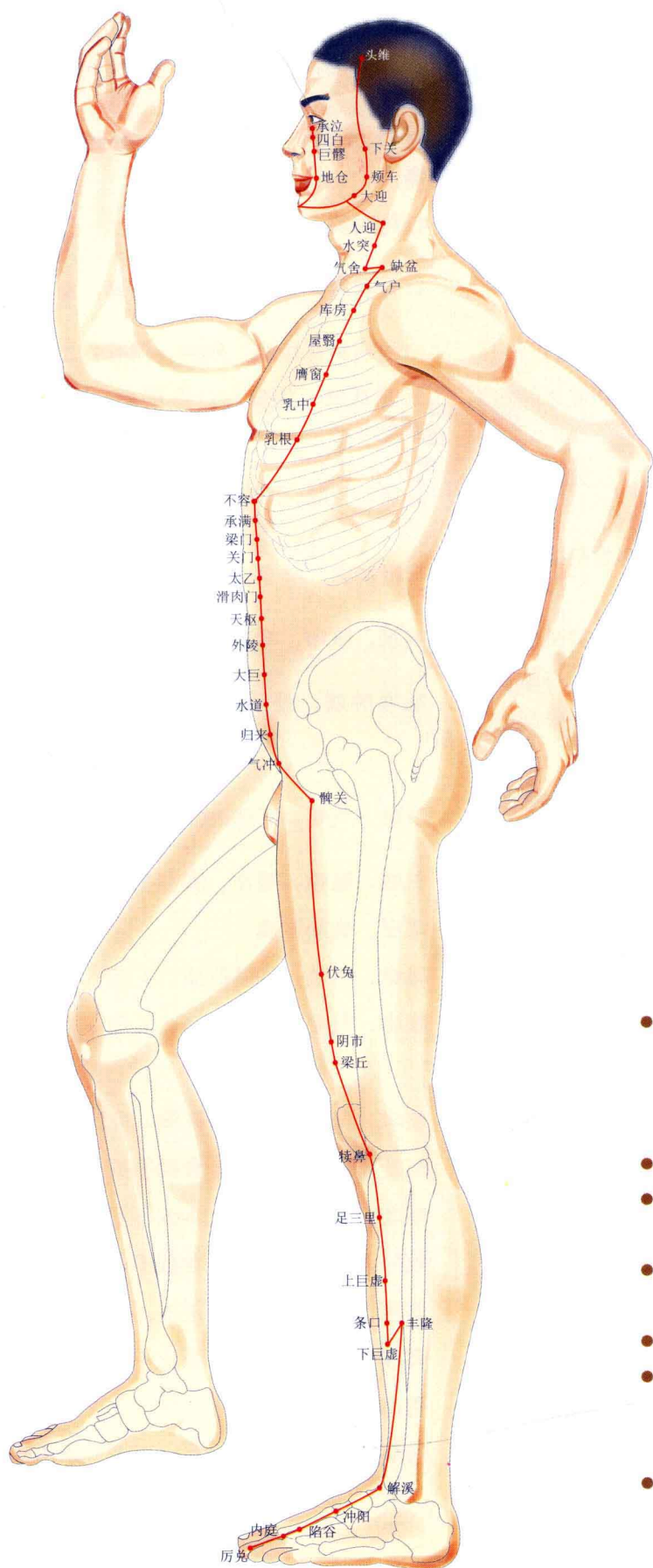
- 头面五官病症：目痛，鼻衄，齿痛，咽喉肿痛，耳鸣耳聋，头痛；
- 肠胃道病症：腹痛，肠鸣，腹泻，痢疾；
- 经脉循行所过处不适：肩臂痛，上肢不遂，手指麻木；
- 其他：热病，风疹，瘰疬，气瘕，水肿。

足阳明胃经



穴位	定 位	主 治
承泣	面部，眼球与眶下缘之间，瞳孔直下	目赤肿痛，流泪，夜盲，眼睑跳动，口眼喎斜
四白	面部，眶下孔处	目赤痛痒，目翳，眼睑跳动，口眼喎斜，面痛
巨髎	面部，横平鼻翼下缘，瞳孔直下	口眼喎斜，眼睑跳动，鼻衄，齿痛，面痛
地仓	面部，口角旁开0.4寸(指寸)	口角喎斜，流涎，眼睑跳动
大迎	面部，下颌角前方，咬肌附着部的前缘凹陷中，面动脉搏动处	口眼喎斜，口噤，颊肿，齿痛，面痛
颊车	面部，下颌角前上方一横指(中指)	口眼喎斜，齿痛，颊肿，疔腮，口噤
下关	面部，颧弓下缘中央与下颌切迹之间凹陷中	耳聋耳鸣，齿痛，口眼喎斜，面痛，牙关开合不利
头维	头部，额角发际直上0.5寸，头正中线旁开4.5寸	头痛，目眩，目痛，流泪
人迎	颈部，横平喉结，胸锁乳突肌前缘，颈总动脉搏动处	咽喉肿痛，喘息，气瘕，头痛，眩晕
水突	颈部，横平环状软骨，胸锁乳突肌前缘	喘息，咳嗽，咽喉肿痛，瘰疬
气舍	胸锁乳突肌区，锁骨上小窝，锁骨胸骨端上缘，胸锁乳突肌胸骨头与锁骨头中间的凹陷中	咽喉肿痛，颈项强痛，喘息，呃逆，瘰疬
缺盆	颈外侧区，锁骨上大窝，锁骨上缘凹陷中，前正中线旁开4寸	咳嗽，气喘，咽喉肿痛，缺盆中痛
气户	胸部，锁骨下缘，前正中线旁开4寸	气喘，咳嗽，呃逆，胸部胀满，胸肋痛
库房	胸部，第1肋间隙，前正中线旁开4寸	咳嗽，胸肋胀痛
屋翳	胸部，第2肋间隙，前正中线旁开4寸	咳嗽，气喘，胸肋胀痛，乳痛
膺窗	胸部，第3肋间隙，前正中线旁开4寸	咳嗽，气喘，胸肋胀痛，乳痛
乳中	胸部，乳头中央	
乳根	胸部，第5肋间隙，前正中线旁开4寸	咳嗽，气喘，胸痛，乳痛，乳汁少
不容	上腹部，脐中上6寸，前正中线旁开2寸	呕吐，胃痛，腹胀，食欲不振
承满	上腹部，脐中上5寸，前正中线旁开2寸	呕吐，胃痛，腹胀，食欲不振
梁门	上腹部，脐中上4寸，前正中线旁开2寸	呕吐，胃痛，腹胀，食欲不振，泄泻
关门	上腹部，脐中上3寸，前正中线旁开2寸	腹胀，腹痛，肠鸣，泄泻，水肿
太乙	上腹部，脐中上2寸，前正中线旁开2寸	胃痛，心烦，癫狂，消化不良
滑肉门	上腹部，脐中上1寸，前正中线旁开2寸	胃痛，呕吐，癫狂
天枢	腹部，横平脐中，前正中线旁开2寸	腹痛，便秘，泄泻，月经不调，水肿

足阳明胃经

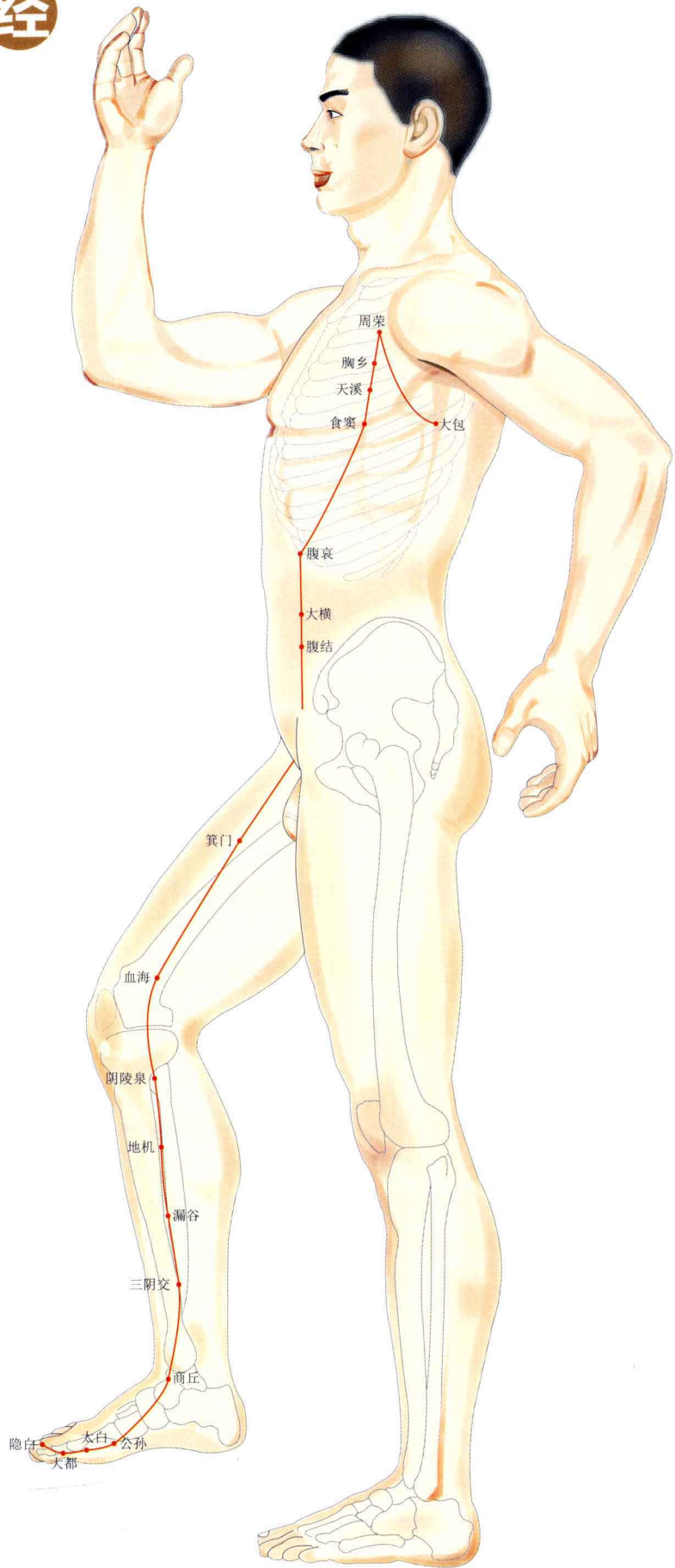
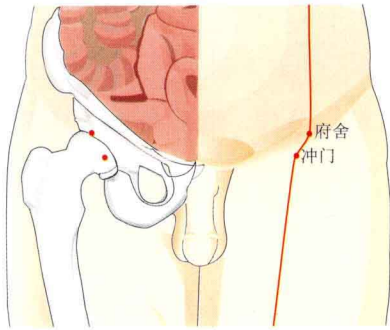


胃经经穴主要用于防治以下病症

- 头面五官病症：目赤肿痛，流泪，夜盲，眼睑跳动，口眼喎斜，鼻衄，耳聋耳鸣，咽喉肿痛，齿痛，面痛，头痛，眩晕；
- 呼吸道病症：咳嗽，气喘，胸部胀满；
- 肠胃道病症：呃逆，胃痛，呕吐，腹胀，腹痛，泄泻，便秘；
- 泌尿生殖系统疾病：月经不调，痛经，遗精，早泄，小便不利；
- 神志病：癫狂，梦魇，多梦；
- 经脉循行所过处不适：颈项强痛，缺盆中痛，胸胁痛，乳痈，少腹胀满，下肢痹痛，足背痛；
- 其他：水肿，热病。

穴位	定位	主治
外陵	下腹部，脐中下1寸，前正中线旁开2寸	腹痛，疝气，痛经
大巨	下腹部，脐中下2寸，前正中线旁开2寸	少腹胀满，小便不利，疝气，遗精，早泄
水道	下腹部，脐中下3寸，前正中线旁开2寸	小腹胀满，小便不利，水肿，痛经，不孕
归来	下腹部，脐中下4寸，前正中线旁开2寸	腹痛，痛经，月经不调，带下，阴挺
气冲	腹股沟区，耻骨联合上缘，前正中线旁开2寸，动脉搏动处	腹痛，肠鸣，外阴肿痛，阳痿，月经不调
髀关	股前区，股直肌近端，缝匠肌与阔筋膜张肌3条肌肉之间凹陷中	下肢痿痹、疼痛、屈伸不利
伏兔	股前区，髌底上6寸，髌前上棘与髌底外侧端的连线上	腰胯痛，膝冷，下肢痿痹
阴市	股前区，髌底上3寸，股直肌肌腱外侧缘	腿膝麻痹、疼痛、屈伸不利，腹胀，腹痛
梁丘	股前区，髌底上2寸，股外侧肌与股直肌肌腱之间	膝胫痹痛，下肢不遂，胃痛，乳痛
犊鼻	膝前区，髌韧带外侧凹陷中	膝痛、麻木、屈伸不利
足三里	小腿外侧，犊鼻下3寸，犊鼻与解溪连线上	消化道疾病，乳痛，膝胫疼痛，虚劳羸瘦，癫狂
上巨虚	小腿外侧，犊鼻下6寸，犊鼻与解溪连线上	腹痛，腹胀，泄泻，便秘，下肢痿痹
条口	小腿外侧，犊鼻下8寸，犊鼻与解溪连线上	膝胫麻木、疼痛，足缓不收，肩痛不举，腕腹疼痛
下巨虚	小腿外侧，犊鼻下9寸，犊鼻与解溪连线上	泄泻，少腹痛，腰脊痛引睾丸，下肢痿痹，乳痛
丰隆	小腿外侧，外踝尖上8寸，胫骨前肌的外缘	眩晕，咳喘，便秘，癫狂，下肢痿痹
解溪	踝区，踝关节前面中央凹陷中，当拇长伸肌腱与趾长伸肌腱之间	下肢痿痹，癫证，头痛，腹胀，便秘
冲阳	足背，第2跖骨基底部分与中间楔状骨关节处，可触及足背动脉	上齿痛，口眼喎斜，胃痛，腹胀，足背红肿
陷谷	足背，第2、3跖骨间，第2跖趾关节近端凹陷中	面浮，身肿，腹痛，足背肿痛，足痿无力
内庭	足背，第2、3趾间，趾蹼缘后方赤白肉际处	齿痛，咽喉痛，面痛，胃痛，热病
厉兑	足趾，第2趾末节外侧，趾甲根角斜后方0.1寸(指寸)	齿痛，喉痹，热病，多梦，癫狂

足太阴脾经

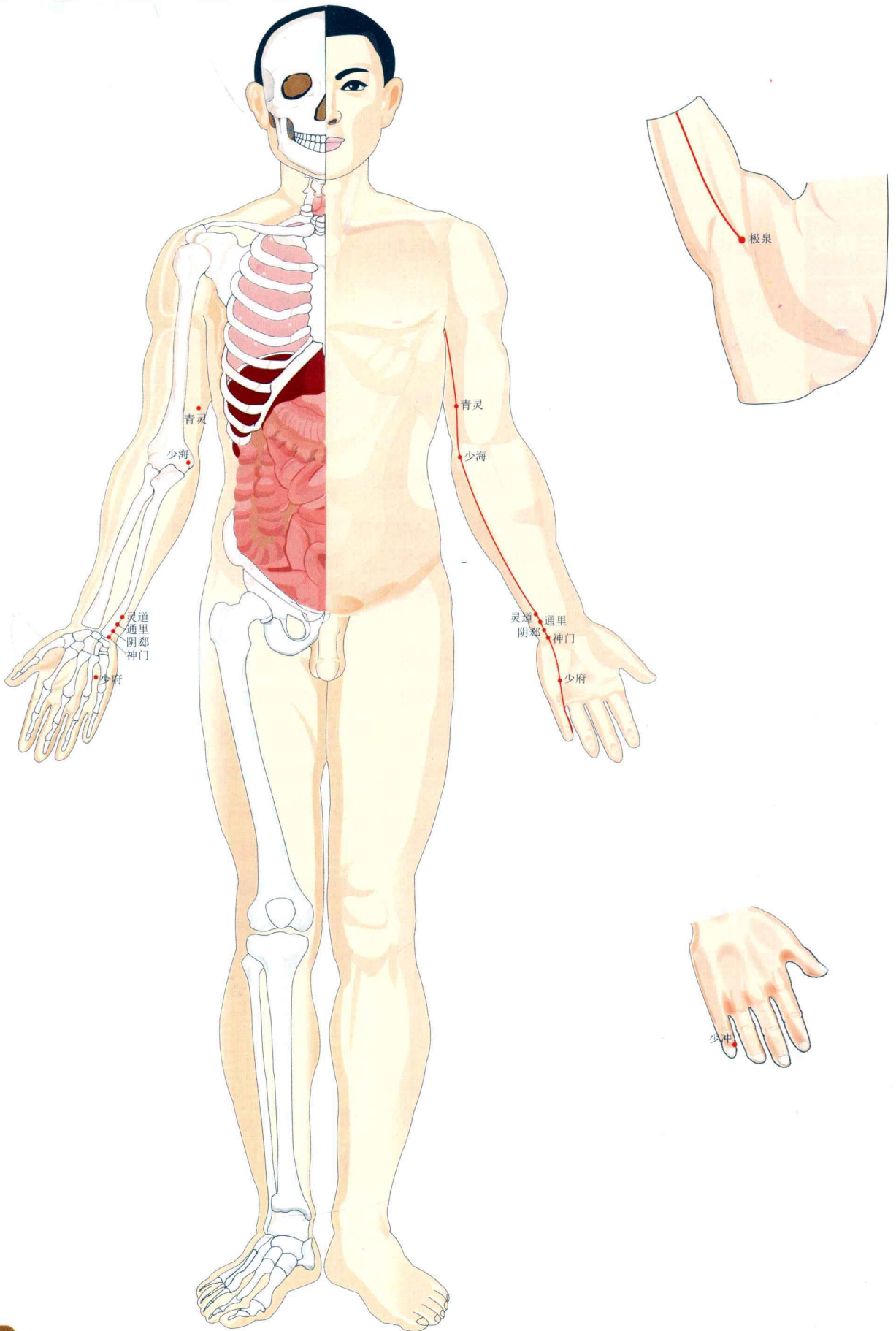


穴位	定位	主治
隐白	足趾，大趾末节内侧，趾甲根角侧后方0.1寸(指寸)	崩漏，便血，梦魇，多梦，癫狂
大都	足趾，第1跖趾关节远端赤白肉际凹陷中	腹胀，胃痛，便秘，热病无汗
太白	跖区，第1跖趾关节近端赤白肉际凹陷中	胃痛，腹胀，便秘，吐泻，身重
公孙	跖区，第1跖骨基底的前下缘赤白肉际处	胃痛，呕吐，腹痛，泄泻，胸闷
商丘	踝区，内踝前下方，舟骨粗隆与内踝尖连线中点凹陷处	便秘，泄泻，舌本强痛，足踝痛，痔疾
三阴交	小腿内侧，内踝尖上3寸，胫骨内侧缘后际	腹痛腹胀，妇科诸症，男科诸症，遗尿，失眠
漏谷	小腿内侧，内踝尖上6寸，胫骨内侧缘后际	腹胀，肠鸣，下肢痿痹
地机	小腿内侧，阴陵泉下3寸，胫骨内侧缘后际	腹痛，泄泻，小便不利，月经不调，遗精
阴陵泉	小腿内侧，胫骨内侧髁下缘与胫骨内侧缘之间的凹陷中	泄泻，水肿，黄疸，痛经，膝痛
血海	股前区，髌底内侧端上2寸，股内侧肌隆起处	月经不调，风疹，湿疹，丹毒，股内侧痛
箕门	股前区，髌底内侧端与冲门的连线上1/3与下2/3交点，长收肌和缝匠肌交角的动脉搏动处	小便不利，遗尿，腹股沟肿痛，下肢痿痹
冲门	腹股沟区，腹股沟斜纹中，髂外动脉搏动处的外侧	腹痛，疝气，崩漏，带下，小便不利
府舍	下腹部，脐中下4.3寸，前正中线旁开4寸	少腹痛，疝气
腹结	下腹部，脐中下1.3寸，前正中线旁开4寸	绕脐腹痛，腹胀，疝气，泄泻，便秘
大横	腹部，脐中旁开4寸	腹痛，腹胀，泄泻，痢疾，便秘
腹哀	上腹部，脐中上3寸，前正中线旁开4寸	腹痛，食不化，便秘，泄泻，痢疾
食窦	胸部，第5肋间隙，前正中线旁开6寸	胸胁胀痛，腹胀，反胃
天溪	胸部，第4肋间隙，前正中线旁开6寸	胸胁胀痛，咳嗽，气逆，乳痛，乳汁少
胸乡	胸部，第3肋间隙，前正中线旁开6寸	胸胁胀痛
周荣	胸部，第2肋间隙，前正中线旁开6寸	胸胁胀满，咳嗽气逆
大包	胸外侧区，第6肋间隙，在腋中线上	胸胁痛，气喘，全身疼痛，四肢无力

脾经经穴主要用于防治以下病症

- 肠胃道疾病：腹满，胃痛，吐泻，痢疾，便秘，痔疾；
- 泌尿生殖系统疾病：月经不调，带下病，不孕，滞产，遗精，早泄，小便不利，遗尿；
- 神志病：梦魇，癫狂；
- 呼吸道病症：咳嗽，气逆；
- 皮肤病症：风疹，湿疹，丹毒；
- 经脉循行所过处不适：足踝痛，下肢痿痹，胸胁胀痛。

手少阴心经

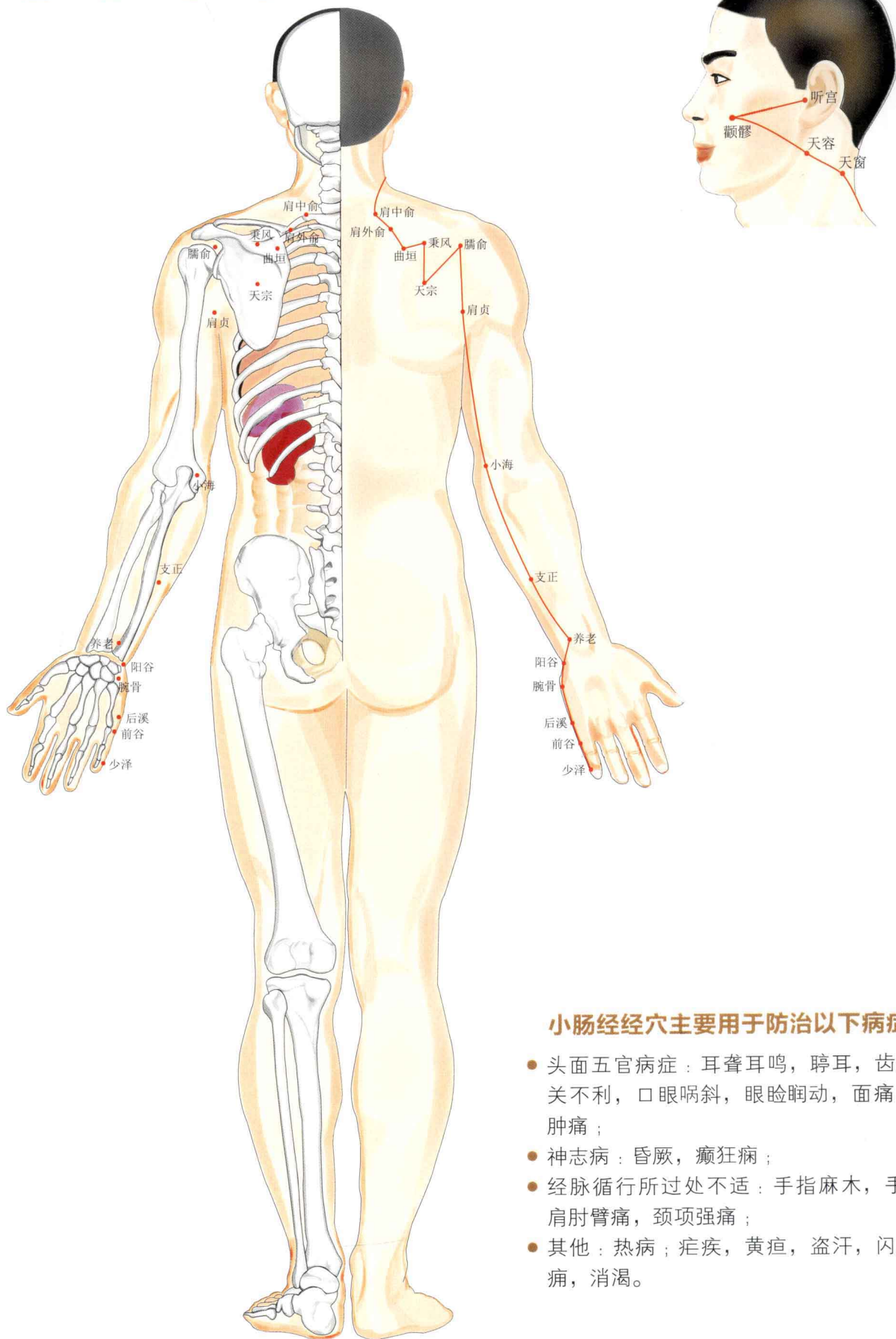


穴 位	定 位	主 治
极泉	腋区，腋窝中央，腋动脉搏动处	心痛，心悸，胁肋痛，肘臂痛，咽干
青灵	臂前区，肘横纹上3寸，肱二头肌的内侧沟中	心痛，胁痛，肩臂痛
少海	肘前区，横平肘横纹，肱骨内上髁前缘	心痛，手臂挛痛、麻木，手颤，腋肋痛，瘰疬
灵道	前臂前区，腕掌侧远端横纹上1.5寸，尺侧腕屈肌腱的桡侧缘	心痛，心悸，肘臂挛痛，暴暗
通里	前臂前区，腕掌侧远端横纹上1寸，尺侧腕屈肌腱的桡侧缘	心悸、头晕，咽喉肿痛，暴暗，腕臂痛
阴郄	前臂前区，腕掌侧远端横纹上0.5寸，尺侧腕屈肌腱的桡侧缘	惊悸，吐血，衄血，骨蒸盗汗，暴暗
神门	腕前区，腕掌侧远端横纹尺侧端，尺侧腕屈肌腱的桡侧缘	惊悸，健忘，不寐，癫狂病，痴呆
少府	手掌，横平第5掌指关节近端，第4、第5掌骨之间	心悸，掌中热，遗尿，小便不利，阴痒
少冲	手指，小指末节桡侧，指甲根角侧上方0.1寸(指寸)	心悸，胸肋痛，癫狂，热病，昏厥

心经经穴主要用于防治以下病症

- 心胸病症：心痛，心悸，胸肋痛；
- 神志病：昏厥，癫狂病，痴呆，健忘，不寐；
- 经脉循行所过处不适：肩臂痛，肘臂痛，掌中热；
- 其他：咽干，暴暗，吐衄，热病，小便不利，阴痒。

手太阳小肠经



小肠经经穴主要用于防治以下病症

- 头面五官病症：耳聋耳鸣，聾耳，齿痛，牙关不利，口眼喎斜，眼睑眴动，面痛，咽喉肿痛；
- 神志病：昏厥，癲狂病；
- 经脉循行所过处不适：手指麻木，手腕痛，肩肘臂痛，颈项强痛；
- 其他：热病；疟疾，黄疸，盗汗，闪腰，乳痛，消渴。