

# 针灸腧穴图解

主编 严振国

ZHENJIU  
SHUXUE  
TUJIE



第二军医大学出版社

Second Military Medical University Press

# 针灸腧穴图解

主编 严振国

第二军医大学出版社

## 内 容 提 要

《针灸腧穴图解》由上海中医药大学终身教授、博士生导师严振国编写。

本书共有彩图 58 幅,包括经穴定位方法,十四经络循行图、十四经穴定位、人体各部经外奇穴、耳针腧穴及头针穴线图。

全书配有说明,内含 361 个经穴及 48 个经外奇穴等全身穴位的定位、解剖、主治、针灸法,耳针和头针穴位的定位和主治。

## 图书在版编目(CIP)数据

针灸腧穴图解/严振国主编. —上海:第二军医大学出版社,2011. 1

ISBN 978 - 7 - 5481 - 0022 - 5

I. 针… II. 严… III. 针灸疗法—穴位—图解  
IV. R224. 2 - 64

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 042409 号

## 针灸腧穴图解

主编 严振国

第二军医大学出版社出版发行

上海市翔殷路 800 号 邮政编码: 200433

地行科电话/传真: 021 - 65493093

<http://www.smmup.cn>

全国各地新华书店经销

江苏南通印刷总厂有限公司印刷

开本: 850×1168 1/32 印张: 7.75 字数: 187.5 千字

2011 年 1 月第 1 版 2011 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5481 - 0022 - 5/R · 833

定价: 29.00 元

# 编写人员

(以姓氏笔画为序)

主 编	严振国		
副 主 编	卢寿如	刘延祥	严 晋
	闵友江	彭祥喜	谢文贤
参编人员	卫 明	叶启晓	卢卓汶
	庄 伟	巫丽君	邵水金
	赵大可	国海东	姚海华
	郭春霞	梁浩荣	曾颖娴
绘 图	严 蔚	汪静恺	

# 前言

为了适应国内外针灸事业的发展，满足广大针灸工作者及爱好者的实际需要，我们编绘了这套《针灸腧穴图解》。

全书共有彩图58幅，包括经穴定位方法，十四经络循行图、十四经穴定位、人体各部经外奇穴、耳针腧穴及头针穴线图。经穴图以分经定穴图为主，并配以经穴层次解剖图。

书中配有说明，内含361个十四经穴及48个经外奇穴等全身穴位的定位、主治及针灸法、经穴定位的依据和方法、耳针和头针穴位的定位和主治。

《针灸腧穴图解》具有画面清晰、经穴定位准确、文图对照、并显示穴位层次解剖结构，形式新颖以及便于携带、查找方便等特点。适合针灸推拿临床医师、中医院校师生和中医爱好读者阅读参考。

上海中医药大学终身教授、博士后导师

**严振国**

2010年9月1日

# 目 录

一、手太阴肺经(LU)经穴(左右各11穴) .....	1
1. 手太阴肺经循行图(1幅) .....	4
2. 手太阴肺经图(1幅) .....	4
二、手阳明大肠经(LI)经穴(左右各20穴) .....	5
1. 手阳明大肠经循行图(1幅) .....	11
2. 手阳明大肠经图(2幅) .....	11/12
三、足阳明胃经(ST)经穴(左右各45穴) .....	13
1. 足阳明胃经循行图(1幅) .....	26
2. 足阳明胃经图(5幅) .....	26/27
四、足太阴脾经(SP)经穴(左右各21穴) .....	29
1. 足太阴脾经循行图(1幅) .....	35
2. 足太阴脾经图(2幅) .....	35/36
五、手少阴心经(HT)经穴(左右各9穴) .....	37
1. 手少阴心经循行图(1幅) .....	40
2. 手少阴心经图(1幅) .....	40
六、手太阳小肠经(SI)经穴(左右各19穴) .....	41
1. 手太阳小肠经循行图(1幅) .....	47
2. 手太阳小肠经图(2幅) .....	48
七、足太阳膀胱经(BL)经穴(左右各67穴) .....	49
1. 足太阳膀胱经循行图(1幅) .....	69
2. 足太阳膀胱经图(6幅) .....	69/70/71

<b>八、足少阴肾经(KI)经穴(左右各27穴)</b> .....	73
1. 足少阴肾经循行图(1幅) .....	82
2. 足少阴肾经图(2幅) .....	83/84
<b>九、手厥阴心包经(PC)经穴(左右各9穴)</b> .....	85
1. 手厥阴心包经循行图(1幅) .....	89
2. 手厥阴心包经图(1幅) .....	89
<b>十、手少阳三焦经(SJ)经穴(左右各23穴)</b> .....	91
1. 手少阳三焦经循行图(1幅) .....	98
2. 手少阳三焦经图(2幅) .....	99
<b>十一、足少阳胆经(GB)经穴(左右各44穴)</b> .....	101
1. 足少阳胆经循行图(1幅) .....	115
2. 足少阳胆经图(4幅) .....	116/117
<b>十二、足厥阴肝经(LR)经穴(左右各14穴)</b> .....	119
1. 足厥阴肝经循行图(1幅) .....	124
2. 足厥阴肝经图(2幅) .....	125
<b>十三、督脉经(DU)经穴(28穴)</b> .....	127
1. 督脉循行图(1幅) .....	136
2. 督脉图(2幅) .....	137/138
<b>十四、任脉经(RN)经穴(24穴)</b> .....	139
1. 任脉循行图(1幅) .....	147
2. 任脉图(1幅) .....	148
<b>十五、经外奇穴(EX)标准定位(48穴)</b> .....	149
<b>(一)头颈部穴(EX-HN)(15穴)</b> .....	149
头颈部经外奇穴图(2幅) .....	153/155
<b>(二)胸腹部穴(EX-CA)(1穴)</b> .....	156
<b>(三)背部穴(EX-B)(9穴)</b> .....	156

背部和腹部经外奇穴图(1幅) .....	157
(四) 上肢穴(EX-UE)(11穴) .....	160
上肢部经外奇穴图(1幅) .....	161
(五) 下肢穴(EX-LE)(12穴) .....	164
下肢部经外奇穴图(1幅) .....	168
附一、关于经穴定位的依据和方法 .....	169
(一) 经穴定位的依据 .....	169
(二) 经穴定位的方法 .....	169
腧穴的定位图(3幅) .....	175/176/177
附二、耳穴的定位和主治 .....	179
<b>第一节 耳郭的解剖结构</b> .....	179
(一) 耳郭前面的结构 .....	179
(二) 耳郭背面的结构 .....	180
(三) 耳郭的深层结构 .....	181
<b>第二节 耳穴的分布</b> .....	182
(一) 耳轮部(左右各11穴) .....	183
(二) 耳舟部(左右各6穴) .....	184
(三) 对耳轮部(左右各14穴) .....	185
(四) 三角窝部(左右各5穴) .....	186
(五) 耳屏部(左右各9穴) .....	187
(六) 对耳屏部(左右各8穴) .....	188
(七) 耳甲部(左右各21穴) .....	189
(八) 耳垂部(左右各8穴) .....	192
(九) 耳背部(左右各6穴) .....	193
(十) 耳根部(左右各3穴) .....	194
耳针腧穴图(1幅) .....	195



<b>第三节 耳针的应用</b> .....	196
(一) 选穴处方原则 .....	196
(二) 操作方法 .....	196
(三) 注意事项 .....	197
<b>附三、标准头(皮)针线的定位</b> .....	199
(一) 标准头(皮)穴线的定位和主治 .....	199
头针穴线图(2幅) .....	200/201
(二) 头针的适应证 .....	204
(三) 头针的操作方法 .....	204
(四) 头针的注意事项 .....	205
<b>经络腧穴彩图</b> .....	207

一、手太阴肺经 (LU) 经穴 (左右各11穴)

Shoutaiyin Feijing jingxue

Points of Lung Meridian of Hand-Taiyin, Lu.

1. 中府 (LU 1) Zhōng Fǔ

【定 位】 在胸前壁的外上方，云门下1寸，平第1肋间隙，距前正中线6寸。

【解 剖】 当胸大肌、胸小肌处，内侧深层为第一肋间内、外肌；上外侧有腋动脉、腋静脉，胸肩峰动、静脉；布有锁骨上神经中间支，胸前神经分支及第一肋间神经外侧皮支。

【主 治】 支气管炎、肺炎、哮喘及肺结核。

【针灸法】 向外斜刺或平刺0.5~0.8寸；灸3壮。

2. 云门 (LU 2) Yún mén

【定 位】 在胸前壁的外上方，肩胛骨喙突上方，锁骨下窝凹陷处，距前正中线6寸。

【解 剖】 有胸大肌，皮下有头静脉通过，深部有胸肩峰动脉分支；布有胸前神经的分支臂丛外侧束、锁骨上神经中后支。

【主 治】 咳嗽、胸痛、胸闷、哮喘及肩关节周围炎。

【针灸法】 向外斜刺0.5~0.8寸；灸3壮。

3. 天府 (LU 3) Tiān fǔ

【定 位】 在臂内侧面，肱二头肌桡侧缘，腋前纹头下3寸处。

【解 剖】 肱二头肌外侧沟中；有头静脉及肱动、静脉分支；分布着臂外侧皮神经及肌皮神经。

【主治】 支气管炎、哮喘、鼻出血及上臂内侧痛。

【针灸法】 直刺0.5寸，可灸。

#### 4. 侠白 (LU 4) Xiá bái

【定位】 在臂内侧面，肱二头肌桡侧缘，腋前纹头下4寸，或肘横纹上5寸处。

【解剖】 肱二头肌外侧沟中；当头静脉及桡动、静脉分支；分布有臂外侧皮神经，当肌皮神经经过处。

【主治】 支气管炎、哮喘、鼻出血及上臂内侧痛。

【针灸法】 直刺0.5寸；灸5壮。

#### 5. 尺泽 (LU 5) Chǐ zé

【定位】 在肘横纹中，肱二头肌腱桡侧凹陷处。

【解剖】 在肘关节，当肘二头肌腱之外方，肱桡肌起始部；有桡侧返动、静脉分支及头静脉；布有前臂外侧皮神经，直下为桡神经。

【主治】 肺炎、支气管炎、胸膜炎、咽喉肿痛、肘臂肿痛及丹毒。

【针灸法】 直刺0.5~0.8寸；或点刺出血；灸5壮。

#### 6. 孔最 (LU 6) Kǒng zuì

【定位】 在前臂掌面桡侧，当尺泽与太渊连线上，腕横纹上7寸。

【解剖】 有肱桡肌，在旋前圆肌上端之外缘，桡侧腕长、短伸肌的内缘；有头静脉、桡动、静脉；布有前臂外侧皮神经，桡神经浅支。

【主治】 咳嗽、哮喘、肺炎及扁桃体炎。

【针灸法】 直刺0.5~0.8寸；灸5壮。

7. 列缺 (LU 7) Liè quē

【定 位】 在前臂桡侧缘，桡骨茎突上方，腕横纹上1.5寸，当肱桡肌与拇长展肌之间。

【解 剖】 在肱桡肌腱与拇长展肌腱之间，桡侧腕长伸肌腱内侧；有头静脉，桡动、静脉分支；布有前臂外侧皮神经和桡神经浅支的混合支。

【主 治】 荨麻疹、面神经麻痹、头颈强痛及腕关节周围软组织疾病。

【针灸法】 向肘部斜刺0.2~0.3寸；灸3~5壮。

8. 经渠 (LU 8) Jīng qú

【定 位】 在腕掌侧横纹桡侧，桡骨颈突与桡动脉之间凹陷处，或腕横纹上1寸。

【解 剖】 桡侧腕屈肌腱的外侧，有旋前方肌当桡动、静脉外侧处；布有前臂外侧皮神经和桡神经浅支混合支。

【主 治】 支气管炎、胸痛及哮喘。

【针灸法】 直刺0.2~0.3寸，禁灸。

9. 太渊 (LU 9) Tài yuān

【定 位】 在腕掌侧横纹桡侧，桡动脉搏动处。

【解 剖】 桡侧腕屈肌腱的外侧，拇展长肌腱内侧；有桡动、静脉；布有前臂外侧皮神经和桡神经浅支混合支。

【主 治】 支气管炎、百日咳、流行性感冒、哮喘、肺结核、胸痛、桡腕关节及周围软组织疾患。

【针灸法】 直刺0.2~0.3寸；灸3壮。

10. 鱼际 (LU 10) Yú jì

【定 位】 在手拇指本节（第1掌指关节）后凹陷处，

第1掌骨中点桡侧，赤白肉际处。

【解剖】有拇短展肌和拇指对掌肌；血管当拇指静脉回流支；布有前臂外侧皮神经和桡神经浅支混合支。

【主治】咽喉痛、扁桃体炎、哮喘、咯血、发热及小儿疳积。

【针灸法】直刺0.5~0.8寸，可灸。

### 11. 少商 (LU 11) Shào shāng

【定位】在手拇指末节桡侧，距指甲角0.1寸（指寸）。

【解剖】有指掌固有动、静脉所形成的动、静脉网；布有前臂外侧皮神经和桡神经浅支混合支，正中神经的掌侧固有神经的末梢神经网。

【主治】扁桃体炎、腮腺炎、感冒、咳嗽、肺炎、脑卒中昏厥、咯血、发热、小儿消化不良及精神分裂症。

【针灸法】向腕平刺0.2~0.3寸，或三棱针点刺出血；可灸。

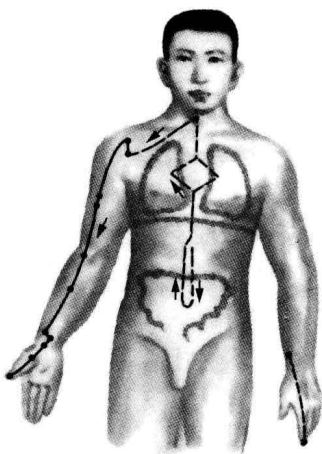


图1-1 手太阴肺经循行图



图1-2 手太阴肺经图

## 二、手阳明大肠经 (LI) 经穴 (左右各20穴)

Shouyangming Dachangjing jingxue

Points of the Large Intestine Meridian of Hand—Yangming, LI.

### 1. 商阳 (LI1) shāng yáng

【定 位】 在手食指末节桡侧，距指甲角0.1寸。

【解 剖】 有指及掌背动、静脉网；布有来自正中神经的指掌侧固有神经，桡神经的指背侧神经。

【主 治】 脑卒中昏迷、高热、牙痛、咽喉肿痛及耳聋。

【刺灸法】 向上刺0.2~0.3寸，或点刺出血；灸3壮。

### 2. 二间 (LI2) èr jiān

【定 位】 微握拳，当手食指本节（第2掌指关节）前，桡侧凹陷中。

【解 剖】 有指屈浅、深肌腱；有来自桡动脉的指背及掌侧动、静脉，布有桡神经的指背侧固有神经，正中神经的指掌侧固有神经。

【主 治】 牙痛、咽痛、鼻出血、面神经麻痹及三叉神经痛。

【刺灸法】 直刺0.2~0.3寸；灸3壮。

### 3. 三间 (LI3) sān jiān

【定 位】 微握拳，在手食指本节（第2掌指关节）后，桡侧凹陷处。

【解 剖】 有第一骨间背侧肌，深层为拇内收肌横头；有手背静脉网（头静脉起始部），指掌侧有固有动脉；布有桡神经浅支。

【主 治】 牙痛、咽喉肿痛、三叉神经痛、眼痛及手背

红肿。

【刺灸法】 直刺0.3~0.5寸；灸3壮。

#### 4. 合谷 (LI4) Hé gǔ

【定 位】 在手背，第1、2掌骨间，第2掌骨桡侧的中点处。

【解 剖】 在第1、2掌骨之间，第一骨间背侧肌中，深层有拇收肌横头；有手背静脉网，为头静脉的起始部，腧穴近侧正当桡动脉从手背穿向手掌之处；布有桡神经浅支的掌背侧神经，深部有正中神经的指掌侧固有神经。

【主 治】 感冒、五官科疾病、面神经麻痹、偏瘫、神经衰弱及各种疼痛。

【刺灸法】 直刺0.5~0.8寸；灸3~5壮。

#### 5. 阳溪 (LI 5) Yang xi

【定 位】 在腕背横纹桡侧，手拇指向上翘时，当拇短伸肌腱与拇长伸肌腱之间的凹陷中。

【解 剖】 当拇短、长伸肌腱之间；有头静脉、桡动脉的腕背支；布有桡神经浅支。

【主 治】 腕关节及周围软组织疾病、头痛、眼痛、耳聋、耳鸣、牙痛及小儿消化不良。

【刺灸法】 直刺0.3~0.5寸；灸3~5壮。

#### 6. 偏历 (LI6) Piān lì

【定 位】 屈肘，在前臂背面桡侧，当阳溪与曲池连线上，腕横纹上3寸处。

【解 剖】 在桡骨远端，桡侧腕伸肌腱与拇长展肌腱之间；有头静脉；掌侧为前臂外侧皮神经和桡神经浅支，背侧为前臂背侧皮神经和前臂骨间背侧神经。

【主 治】 鼻出血、面神经麻痹、扁桃体炎及前臂神经痛。

【刺灸法】 直刺0.3~0.5寸；灸3~5壮。

### 7. 温溜 (LI7) Wēn liū

【定 位】 屈肘，在前臂背面桡侧，当阳溪与曲池连线上，腕横纹上5寸处。

【解 剖】 在桡侧腕伸肌肌腹与拇长展肌之间；有桡动脉分支及头静脉；布有前臂背侧皮神经与桡神经深支。

【主 治】 口腔炎、腮腺炎、舌炎、面神经麻痹及咽喉肿痛。

【刺灸法】 直刺0.5~0.8寸；灸3~5壮。

### 8. 下廉 (LI8) Xià lián

【定 位】 在前臂背面桡侧，当阳溪与曲池连线上，肘横纹下4寸处。

【解 剖】 在桡骨的桡侧，桡侧有腕短伸肌及腕长伸肌，深层有旋后肌；有桡动脉分支；布有前臂背侧皮神经及桡神经深支。

【主 治】 头痛、眼痛、眩晕、腹痛、乳腺炎及肘臂痛。

【刺灸法】 直刺0.5~0.8寸；灸3~5壮。

### 9. 上廉 (LI9) Shàng lián

【定 位】 在前臂背面桡侧，当阳溪与曲池连线上，肘横纹下3寸处。

【解 剖】 在桡侧腕伸肌肌腹与拇长展肌之间；有桡动脉分支及头静脉；布有前臂背侧皮神经与桡神经深支。

【主 治】 偏瘫、扭伤及手足麻木。

【刺灸法】 直刺0.5~0.8寸；灸3~7壮。



### 10. 手三里 (LI10) Shǒu sān lǐ

【定 位】 在前臂背面桡侧，当阳溪与曲池连线上，肘横纹下2寸处。

【解 剖】 肌肉、神经同下廉穴，血管为桡侧返动脉的分支。

【主 治】 肩臂痛、上肢麻痹、溃疡病、腹痛、腹泻及消化不良。

【刺灸法】 直刺0.5~0.8寸；灸5~7壮。

### 11. 曲池 (LI11) Qū chí

【定 位】 在肘横纹外侧端，屈肘，当尺泽与肱骨外上髁连线中点。

【解 剖】 桡侧腕长伸肌起始部，肱桡肌的桡侧；有桡侧返动脉的分支；布有前臂背侧皮神经，内侧深层为桡神经本干。

【主 治】 上肢关节痛、偏瘫、高血压、高热、麻疹、贫血、甲状腺肿大、过敏性疾病及皮肤病。

【刺灸法】 直刺0.8~1.2寸；灸5~10壮。

### 12. 肘髎 (LI12) Zhǒu liáo

【定 位】 在臂外侧，屈肘，曲池上方1寸，当肱骨边缘处。

【解 剖】 在桡骨外上髁上缘，肱肌起始部，肱三头肌外缘；有桡侧副动脉；布有前臂背侧皮神经及桡神经。

【主 治】 肘臂痛，肱骨外上髁炎。

【刺灸法】 直刺0.5~0.8寸；灸3~7壮。

### 13. 手五里 (LI13) Shǒu wǔ lǐ

【定 位】 在臂外侧，当曲池与肩髃连线上，曲池上3寸处。

【解 剖】 在肱骨桡侧，为肱桡肌起点，外侧为肱三头肌前缘；稍深为桡侧副动脉；布有前臂背侧皮神经，深层内侧为