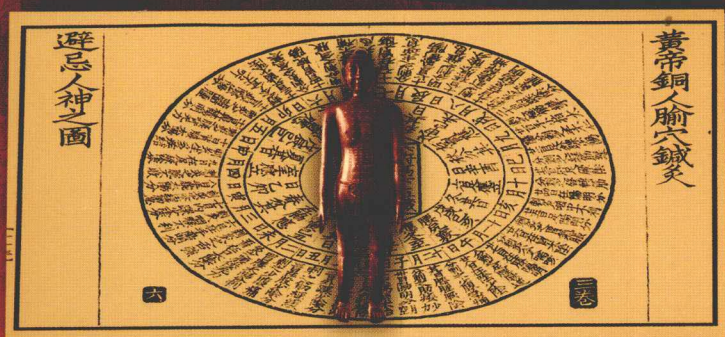


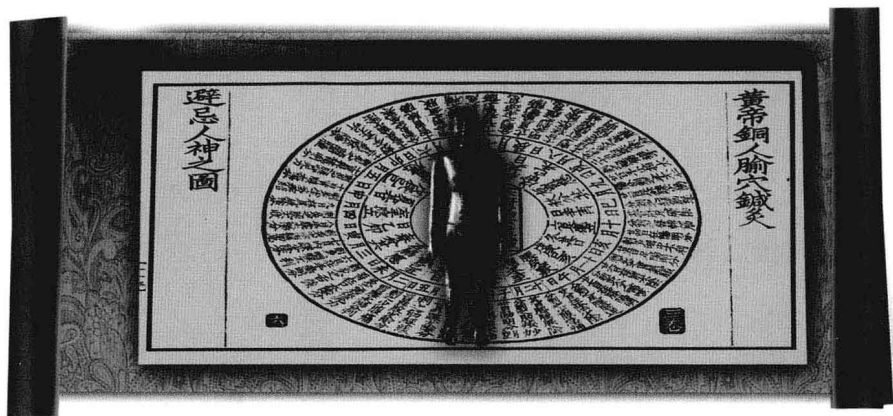
王颖 樊旭 主编



取穴彩色图解

COLOR ATLAS OF POINTS

辽宁科学技术出版社



取穴彩色圖解

辽宁科学技术出版社

·沈阳·

主 编 王 颖 樊 旭
副主编 张 敏 洪全宇 何 利
编 委 张 虹 刘立克 刘美思
林 玉 王 楠 刘 实

图书在版编目 (CIP) 数据

取穴彩色图解 / 王颖, 樊旭主编. — 沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2011.4

ISBN 978-7-5381-6867-9

I. ①取… II. ①王… ②樊… III. ①选穴-图解
IV. ①R224.2-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 022557 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: 10

字 数: 100 千字

印 数: 1~6000

出版时间: 2011 年 4 月第 1 版

印刷时间: 2011 年 4 月第 1 次印刷

责任编辑: 寿亚荷

封面设计: 刘 枫

版式设计: 袁 舒

责任校对: 周 文

书 号: ISBN 978-7-5381-6867-9

定 价: 28.00 元

联系电话: 024-23284370

邮购热线: 024-23284502

E-mail: dlgsz@mail.lnpgc.com.cn

http: // www.lnkj.com.cn

本书网址: www.lnkj.cn/uri.sh/6867

前 言

针灸、推拿疗法简单实用、疗效确定，准确的取穴是这些疗法的基础。在对针灸、推拿从业人员的调查过程中了解到，针灸、推拿不仅在各大医院有设置，而且也是各种小型医疗场所、美容院、健康会所的主要经营项目，还能作为许多出国留学人员在国外的生存技术。学习针灸、推拿的人首先要了解经络和腧穴的部位、作用等，而人体常用的14条经络和360余个腧穴对于初学者来说，要想快速掌握是很难的。为使广大从业人员更快、更准确地学习经络、腧穴知识，我们编写了《取穴彩色图解》。

本书主要介绍了人体14条经络的走行、360多个腧穴的定位、取法、功能、主治、配伍、刺灸法。每条经络都介绍了经络循行原文，每个腧穴的名称都用汉语拼音进行了标注。与其他书不同的是，本书不仅介绍了穴位的定位，还介绍了取法，可帮助读者更准确地找到穴位。同时，还介绍了常用的经外奇穴以及耳部、手部、足部反射区，包括这些反射区的名称、定位、主治等。配有经络、穴位的彩色照片，有的照片还带有脏器、骨骼的透视图，清晰明了，便于查询和记忆。适用于学习针灸、推拿的学生、初学者和针灸、推拿爱好者。

编著者

2011年1月

目 录

绪论 腧穴概述

第一篇 十二经腧穴

一、手太阴肺经 / 6

(一) 经络循行 / 6

(二) 穴位 / 6

二、手阳明大肠经 / 10

(一) 经络循行 / 10

(二) 穴位 / 10

三、足阳明胃经 / 18

(一) 经络循行 / 18

(二) 穴位 / 18

四、足太阴脾经 / 31

(一) 经络循行 / 31

(二) 穴位 / 31

五、手少阴心经 / 38

(一) 经络循行 / 38

(二) 穴位 / 38

六、手太阳小肠经 / 41

(一) 经络循行 / 41

(二) 穴位 / 41

七、足太阳膀胱经 / 48

(一) 经络循行 / 48

(二) 穴位 / 48

八、足少阴肾经 / 68

(一) 经络循行 / 68

(二) 穴位 / 68

九、手厥阴心包经 / 76

(一) 经络循行 / 76

(二) 穴位 / 76

十、少阳三焦经 / 80

(一) 经络循行 / 80

(二) 穴位 / 80

十一、足少阳胆经 / 88

(一) 经络循行 / 88

(二) 穴位 / 88

十二、足厥阴肝经 / 101

(一) 经络循行 / 101

(二) 穴位 / 101

第二篇 督脉、任脉腧穴

十三、督脉 / 106

(一) 经络循行 / 106

(二) 穴位 / 107

十四、任脉 / 116

(一) 经络循行 / 116

(二) 穴位 / 116

十五、经外奇穴 / 124

第三篇 耳部、手部、足部反射区

十六、耳部反射区 / 136

(一) 耳廓正面耳穴名称、部位和主治 / 136

(二) 耳廓背面耳穴名称、部位和主治 / 142

(三) 耳根部耳穴名称、部位和主治 / 142

十七、手部反射区 / 143

十八、足部反射区 / 150

绪论 腧穴概述

腧穴是人体脏腑经络之气输注于体表的特殊部位。人体的腧穴分别归属于相应经络，而经络又隶属于相关脏腑，就使腧穴-经络-脏腑间相互关联，密不可分。因此，在体表穴位上施以针或灸，就能疏通气血、调节脏腑功能，达到祛病强身、美容美体的目的。

一、腧穴的分类

人体腧穴可归纳为十四经穴、奇穴、阿是穴三类。十四经穴简称经穴。即归属于十二经脉及任、督二脉上的腧穴。现有 361 个经穴，经穴有主治本经病证的共同作用。奇穴是指有一定的穴名，位置也明确，但不属于十四经系统的腧穴，又称经外奇穴。阿是穴又称压痛点，这类腧穴既无具体名称，又无固定位置，而是以压痛点或其他反应点作为针灸的施术部位。

二、特定穴

特定穴是指具有特殊性能和治疗作用的经穴。由于它们的功能不同，因此各有特定的名称和含义。

1. 五输穴 十二经脉分布在肘、膝关节以下的井、荥、输、经、合穴，简称五输穴，共有 60 个，依次从四肢末端向肘、膝方向排列。古人把经气在人体四肢中运行的情况，比作水流，以说明经气的出入和部位的深浅及特点。如经气所出，像水的源头，称为“井”；经气所溜，像刚出的泉水微流，称为“荥”；经气所注，像水流由浅入深，称为“输”；经气所行，像河中流水畅通无阻，称为“经”；最后经气充盛汇合于脏腑，像江河入海一样，称为“合”。五输穴是十二经脉之气出入之所，具有治疗十二经脉、五脏六腑病变的作用。五输穴包括：少商、鱼际、太渊、经渠、尺泽、中冲、劳宫、大陵、间使、曲泽、少冲、少府、神门、灵道、少海、隐白、大都、太白、商丘、阴陵泉、涌泉、然谷、太溪、复溜、阴谷、大敦、行间、太冲、中封、曲泉、商丘、二间、三间、阳溪、曲池、关冲、液门、中渚、支沟、天井、少泽、前谷、后溪、阳谷、小海、厉兑、内庭、陷谷、解溪、足三里、足窍阴、侠溪、足临泣、阳辅、阳陵泉、至阴、足通谷、束骨、昆仑、委中。

2. 原穴、络穴 脏腑原气经过和留止的部位，称为原穴，又名十二原。在六阳经，原穴单独存在，排列在输穴之后，六阴经则以输为原。络脉从经脉分出的部位各有一个腧穴叫做络穴，具有联络表里两经的作用。十二经各有一个络穴，位于四肢的膝关节以下，加上任脉络穴鸠尾位于腹，督脉络穴长强位于尾骶，脾之大络大

包穴位于胸胁，称为十五络穴。故脏腑之疾，可取相应的原穴治疗，即所谓“五脏六腑之有疾者，皆取其原也”。而络穴具有主治表里两经有关病证的作用。原穴和络穴在临床上既可单独应用，也可相互配合应用。本经原穴与其相表里经的络穴相互配合应用时，称为原络配穴。十二经脉原穴包括：太渊、大陵、神门、太白、太冲、太溪、合谷、阳池、腕骨、冲阳、丘墟、京骨。十二经络穴包括：列缺、内关、通里、公孙、蠡沟、大钟、偏历、外关、支正、丰隆、光明、飞扬。

3. 俞穴、募穴 俞穴是脏腑之气输注于腰背部的腧穴；募穴是脏腑之气汇聚于胸腹部的腧穴，均与脏腑关系密切。每一脏腑都有各自的俞穴和募穴。俞募穴用来治疗相应脏腑疾病，可单独使用也能配伍运用。俞穴包括肺俞、厥阴俞、心俞、肝俞、脾俞、肾俞、胃俞、胆俞、膀胱俞、大肠俞、三焦俞、小肠俞。募穴包括中府、膻中、巨厥、期门、章门、京门、中脘、日月、中极、天枢、石门、关元。

4. 八会穴 是脏、腑、气、血、筋、脉、骨、髓的精气所聚会的8个腧穴，分布于躯干部和四肢部。临床应用常作为治疗相应的脏腑组织病证的主穴。八会穴包括章门、中脘、膻中、膈俞、阳陵泉、太渊、大杼、绝骨。

5. 郄穴 “郄”有空隙之意，郄穴是各经经气汇集的部位。十二经脉及阴跷脉、阳跷脉、阴维脉、阳维脉各有一个郄穴，共16个郄穴。多分布于四肢肘膝关节以下。常用于治疗本经循行部位及其所属脏腑的急性病证。郄穴包括孔最、郄门、阴郄、温溜、会宗、养老、地机、中都、水泉、梁丘、外丘、金门、筑宾、阳交、交信、跗阳。

6. 下合穴 是指六腑之气下合于足三阳经的6个腧穴。主要分布于膝关节附近。对于六腑病证均可选用各自相应的下合穴治疗。下合穴包括下巨虚、委阳、上巨虚、委中、阳陵泉、足三里。

7. 八脉交会穴 是指奇经八脉与十二经脉交会的8个腧穴。它们分布于腕踝关节的上下，具有主治奇经病证的作用。八脉交会穴包括公孙、内关、外关、足临泣、后溪、申脉、列缺、照海。

三、选穴配穴方法

腧穴的选取和配伍是针灸治疗疾病的重要环节，并直接关系到治疗效果的好坏。选穴配穴方法是以阴阳、脏腑、经络等学说为依据，通过辨证立法，结合腧穴的功能、特性，并遵循一定的基本规律。

(一) 选穴原则

选穴原则主要包括近部选穴、远部选穴和随证选穴。

1. 近部选穴 近部选穴是指选取疾病所在部位或邻近部位的腧穴。针灸治疗疾病较为注重近部选穴，即在病变部位就近选穴以调整受病经络、器官、组织的气血，使之平衡。如偏头痛取太阳；近视取四白、承泣；面神经麻痹取阳白、地仓；上睑下垂取鱼腰、阳白等。

2. 远部选穴 远部选穴是指选取距离病痛较远处部位的腧穴，这是因为腧穴具有远治作用的特点。人体许多腧穴，尤其是四肢肘、膝关节以下的经穴，不仅能治疗局部病证，而且还可以治疗本经循行所及的远隔部位的病证。如胃脘痛取足三里；面神经麻痹取合谷等；同时根据疾病的病理变化，既可取所病脏腑经脉的本经腧穴，也可取表里经或其他相关经脉上的腧穴，如瘰疬属肺系病证，可选手太阴肺经的太渊、孔最，同时还可选手阳明大肠经的合谷。

3. 随证选穴 亦名对证取穴，是指针对某些全身症状或疾病的病因病机选取穴位，如高热取大椎；或运用有些腧穴对某一方面病证的特殊治疗效果，如角孙治疗腮腺炎。

（二）配穴方法

配穴方法是在选穴原则的基础上，选取两个以上具有协同作用的腧穴加以配伍应用的方法。配穴方法主要包括本经配穴、表里经配穴、上下配穴、前后配穴和左右配穴等。

1. 远近配穴法 即选穴原则中的“近部选穴”与“远部选穴”配合使用的方法。如面神经麻痹用阳白、地仓，是近取法；取合谷是远取法。将远近两者配合起来使用，能起到更好的治疗效果。

2. 上下配穴法 是指将腰部以上腧穴和腰部以下腧穴配合应用的方法。上下配穴法在临床上应用广泛，如治疗脚癣取百会、足三里；治疗咽喉痛、牙痛取合谷、内庭；脱发取头维、丰隆等。

3. 表里配穴法 本法是以脏腑、经脉的阴阳表里配合关系，作为配穴依据。即某一脏腑经脉有病，取其表里经腧穴组成处方施治。如肥胖症取足阳明胃经的足三里，足太阴脾经的阴陵泉。

4. 左右配穴法 是指选取肢体左右两侧腧穴配合应用的方法。在针灸治疗损美性疾病时经常应用，如左侧面瘫，取左侧颊车、地仓，并配合右侧合谷等。

5. 前后配穴法 前指胸腹，后指腰背。选取前后部位腧穴配合应用的方法称为前后配穴法，俞募配穴法亦属本法范畴。凡治脏腑疾患，均可采用此法。例如，胃痛前取中脘、梁门，后取胃俞、胃仓。

四、腧穴的定位方法

在临床上，针灸的治疗效果与取穴是否准确有着密切的关系，所以必须掌握好定位方法，才能准确取穴。常用定位方法有以下四种：

（一）骨度分寸法

骨度分寸法是以骨节为主要标志测量全身各部的长短，定出分寸用于腧穴定位的方法。现在使用的骨度分寸法是在此基础上修改、补充而来，不论男女、老少、高矮、胖瘦，均可按这一标准在其自身测量。常用的骨度分寸法见表1。

表 1 常用骨度分寸表

分部	部位起止点	常用骨度	说明
	前发际至后发际	12 寸	前后发际不明显者，以眉心至第 7 颈椎棘突下作 18 寸，眉心至前发际为 3 寸，第 7 颈椎棘突下至后发际为 3 寸
	胸剑联合至脐中 脐中至耻骨联合上缘 两乳头之间	8 寸 5 寸 8 寸	男性两乳头之间为 8 寸，乳头约平第四肋间隙； 女性以两锁骨中线之间宽度为 8 寸； 胸骨角约平第 2 肋间隙
	第 1 胸椎至第 4 骶椎 两肩胛骨脊柱缘之间	21 椎 6 寸	肩胛骨下角约平第 7 胸椎； 髂嵴约平第 4 腰椎棘突
	腋前皱襞至肘横纹 肘横纹至腕横纹	9 寸 12 寸	
	耻骨联合上缘至股骨内髁上缘 胫骨内髁下缘至内踝高点	18 寸 13 寸	限于足三阴经
	股骨大转子至腓横纹 臀横纹至腓横纹 腓横纹至外踝高点	19 寸 14 寸 16 寸	限于足三阳经

(二) 体表标志法

体表标志有固定标志和活动标志两种：

1. **固定标志** 是指用五官、发际、指（趾）甲、乳头、肚脐以及骨节的隆起和凹陷、肌肉的突起等，作为取穴的标志。如鼻尖取素髻；两眉中间取印堂；两乳中间取膻中；肚脐取神阙；腓骨小头前下缘取阳陵泉；眉头定攒竹等，这些标志不以人体活动而改变。

2. **活动标志** 是将关节、肌肉、肌腱、皮肤，随着活动而出现的孔隙、凹陷、皱纹等，作为取穴标志。如取耳门、听宫、听会，要张口取穴；下关闭口取穴；取阳溪穴应将拇指跷起，在拇长、短伸肌腱之间的凹陷中取穴等。这些标志随人体活动而变化，故称活动标志。

(三) 指寸定位法

指寸定位法是以患者本人手指为标准，量取腧穴的定位方法。临床常用有以下三种（图1）：

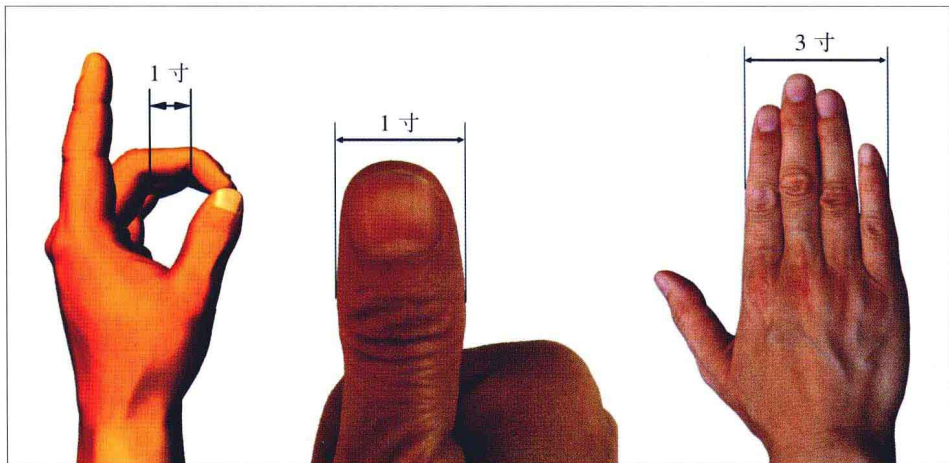


图1

1. **中指同身寸** 以患者中指弯曲时，中节桡侧两端纹头之间的距离作为1寸。
2. **拇指同身寸** 以患者拇指指关节的宽度作为1寸。
3. **横指同身寸** 又称一夫法，当患者将食指、中指、无名指和小指并拢时，以中指中节横纹为准，四指的宽度定为3寸。

(四) 简便取穴法

简便取穴法是临床中一种简便易行的方法，如直立两臂自然下垂，中指端大腿上取风市；两手虎口交叉，食指自然平直末端取列缺等。

第一篇 十二经腧穴

一、手太阴肺经

(一) 经络循行

原文：肺手太阴之脉，起于中焦，下络大肠，还循胃口，上膈属肺，从肺系横出腋下，下循臑内，行少阴、心主之前，下肘中，循臂内上骨下廉，入寸口，上鱼，循鱼际，出大指之端。其支者，从腕后直出次指内廉，出其端（图 1-1）。（出自《灵枢·经脉》，下同。）

(二) 穴位

1. LU₁ 中府 Zhōngfǔ, 肺募穴

[定位] 在胸前壁外侧部，云门穴下 1 寸，平第 1 肋间隙处，距前正中线 6 寸（图 1-2）。

[取法] ① 仰卧位，自乳头（指男子）向外 2 寸处，再直线向上隔 3 根肋骨的第 1 肋间处是穴。② 或者正坐位，以手叉腰，先取锁骨肩峰端下方凹陷处的云门穴，在云门穴直下约 1 寸与第 1 肋间平齐处取穴。

[功效] 宣肺理气，宽胸止痛。

[主治] 咳嗽，气喘，肺胀满，胸痛，肩背痛。

[配伍] 配肺俞为俞募配穴治咳喘；配

意舍治胸满噎塞；配间使、合谷治水肿。

[刺灸法] 向外斜刺或平刺 0.5~0.8 寸，不可向内深刺，以免伤及肺脏。

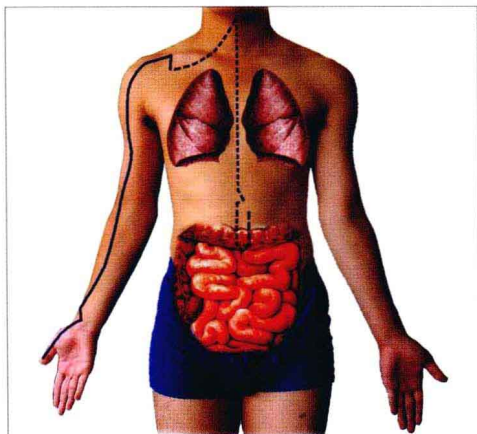


图 1-1

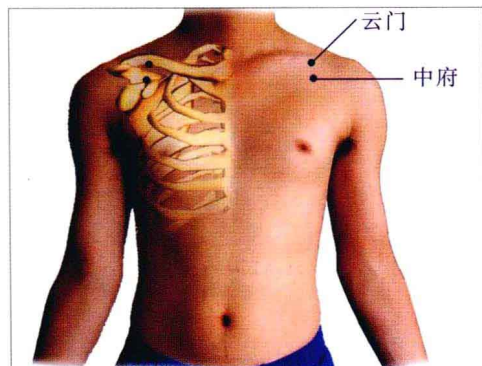


图 1-2

2. LU₂ 云门 Yúnmén

[定位] 在胸前壁外侧部，肩胛骨喙突上方，锁骨下窝凹陷处，距前正中线 6 寸 (图 1-2)。

[取法] 正坐位，以手叉腰，在锁骨肩峰端下方出现凹陷的中央处取穴。

[功效] 通利肩臂，宣肺止咳。

[主治] 咳嗽，气喘，胸痛，肩背痛，胸中烦痛。

[配伍] 云门、中府、隐白、期门、肺俞、魂门、大陵，主胸中痛。

[刺灸法] 向外斜刺 0.5~0.8 寸，不可向内深刺，以免引起气胸，可灸。

3. LU₃ 天府 Tiānfǔ

[定位] 在臂内侧面，肱二头肌桡侧缘，腋前纹头下 3 寸处 (图 1-3)。

[取法] 坐位，臂向前平举，俯头，鼻尖接触上臂侧处是穴。坐位，微屈肘，肱二头肌外侧缘肘横纹与腋前纹头连线上 1/3 折点取穴。

[功效] 清热止血，凉血活络。

[主治] 鼻衄，气喘，瘰气，臂痛。

[配伍] 配曲池治疗臂痛；配合谷治疗鼻衄。

[刺灸法] 直刺 0.5~1.0 寸。

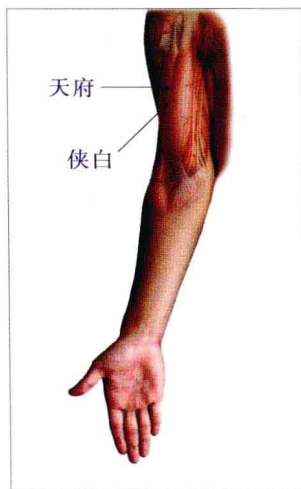


图 1-3

4. LU₄ 侠白 Xiábái

[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 (图 1-3)。

[取法] 如上法取天府，在其直下 1 寸处取穴。

[功效] 通经活络，清肺止咳。

[主治] 咳嗽，气喘，干呕，烦满，臃痛。

[配伍] 配曲池、肩髃治肩臂痛。

[刺灸法] 直刺 0.5~1.0 寸。

5. LU₅ 尺泽 Chǐzé, 合穴

[定位] 在肘横纹中，肱二头肌腱桡侧凹陷处 (图 1-4)。

[取法] 掌心向上、肘部微弯，先确定肘横纹上肱二头肌腱，在其桡侧缘处取穴。

[功效] 泻肺平喘，滋阴润肺。

[主治] 咳嗽，气喘，咳血，潮热，胸部胀满，咽喉肿痛，小儿惊风，肘臂挛痛。



图 1-4

[配伍] 配太渊、经渠治咳嗽、气喘；配孔最治咳血、潮热；配曲池治肘臂挛痛。

[刺灸法] 直刺 0.8~1.2 寸。

6. LU₆ 孔最 Kǒngzuì, 郄穴

[定位] 在前臂掌面桡侧，当尺泽与太渊连线上，腕横纹上 7 寸处（图 1-4）。

[取法] 伸臂仰掌，在肘横纹处确定尺泽穴，在腕横纹处确定太渊穴，两穴连线的中点向上 1 寸，当桡骨尺侧缘处取穴。

[功效] 宣肺止咳，凉血止血。

[主治] 咳血，咳嗽，气喘，咽喉肿痛，肘臂挛病，痔疾。

[配伍] 配肺俞、尺泽治咳嗽，气喘；配鱼际治咳血。

[刺灸法] 直刺 0.5~1.0 寸。



图 1-5

7. LU₇ 列缺 Lièquē, 络穴；八脉交会穴，通任脉；四总穴，“头项循列缺”

[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腱之间（图 1-5）。

[取法] 令病人左右两手虎口交叉，一手食指压在另一手的桡骨茎突上，当食指指尖到达之凹陷处取穴。

注意：本穴位于一纵行沟槽之中，当肺经与大肠经两经循行路线连线中间，切勿误取在手阳明大肠经线上。

[功效] 疏风散寒，宣肺止咳，通调任脉。

[主治] 伤风，头痛，项强，咳嗽，气喘，咽喉肿痛，口眼喎斜，齿痛。

[配伍] 配合谷治伤风头痛项强；配天容治疗咽喉肿痛；配肺俞治咳嗽气喘。

[刺灸法] 向上斜刺 0.3~1.0 寸，针感为麻刺感上传。

8. LU₈ 经渠 Jīngqú, 经穴

[定位] 在前臂掌面桡侧，桡骨茎突与桡动脉之间凹陷处，腕横纹上 1 寸（图 1-4）。

[取法] 手掌平放，掌心向上，桡动脉搏动处，亦即医者按脉时中指所按之处是穴。

[功效] 止咳平喘，通经活络。

[主治] 咳嗽，气喘，胸痛，咽喉肿痛，手腕痛。

[配伍] 配肺俞、尺泽治咳嗽。

[刺灸法] 避开桡动脉，直刺 0.3~0.5 寸。

9. LU₉ 太渊 Tàiyuān, 输穴; 原穴; 八会穴之脉会

[定位] 在腕掌侧横纹桡侧, 桡动脉搏动处 (图 1-4)。

[取法] 掌心向上, 在腕横纹桡侧摸到桡动脉, 桡动脉尺侧即是穴。

[功效] 止咳化痰, 益肺平喘。

[主治] 咳嗽, 气喘, 咳血, 胸痛, 咽喉肿痛, 腕臂痛, 无脉症。

[配伍] 配尺泽、鱼际、肺俞治咳嗽、咳血, 胸痛; 配人迎治无脉症。

[刺灸法] 避开桡动脉, 直刺 0.3~0.5 寸。

10. LU₁₀ 鱼际 Yújì, 荥穴

[定位] 在手拇指本节 (第 1 掌指关节) 后凹陷处, 约当第 1 掌骨中点桡侧, 赤白肉际处 (图 1-6)。

[取法] 在第 1 掌骨中点桡侧凹陷处取穴, 并非大鱼际中央突起。

[功效] 清泻肺热, 凉血止血。

[主治] 咳嗽, 咳血, 咽喉肿痛, 失音, 发热。

[配伍] 配孔最、尺泽治咳嗽, 咳血; 配少商治咽喉肿痛。

[刺灸法] 直刺 0.5~0.8 寸。

11. LU₁₁ 少商 Shàoshāng, 井穴

[定位] 在手拇指末节桡侧, 距指甲角 0.1 寸 (图 1-6)。

[取法] 指甲根部桡侧, 距离指甲角大约一个韭菜叶宽是穴 (其余手指上穴除中冲外皆如此取法)。

[功效] 泄热开窍, 清热利咽。

[主治] 咽喉肿痛, 咳嗽, 鼻衄, 发热, 昏迷, 癫狂。

[配伍] 配合谷、天容治咽喉肿痛; 配中冲治昏迷, 发热。

[刺灸法] 浅刺 0.1 寸或三棱针点刺出血。



图 1-6

二、手阳明大肠经

(一) 经络循行

原文：大肠手阳明之脉，起于大指次指之端，循指上廉，出合谷两骨之间，上入两筋之中，循臂上廉，入肘外廉，上臑外前廉，上肩，出髃骨之前廉，上出于柱骨之会上，下入缺盆，络肺，下膈，属大肠；其支者，从缺盆上颈，贯颊，入下齿中，还出挟口，交人中，左之右，右之左，上挟鼻孔（图 2-1）。

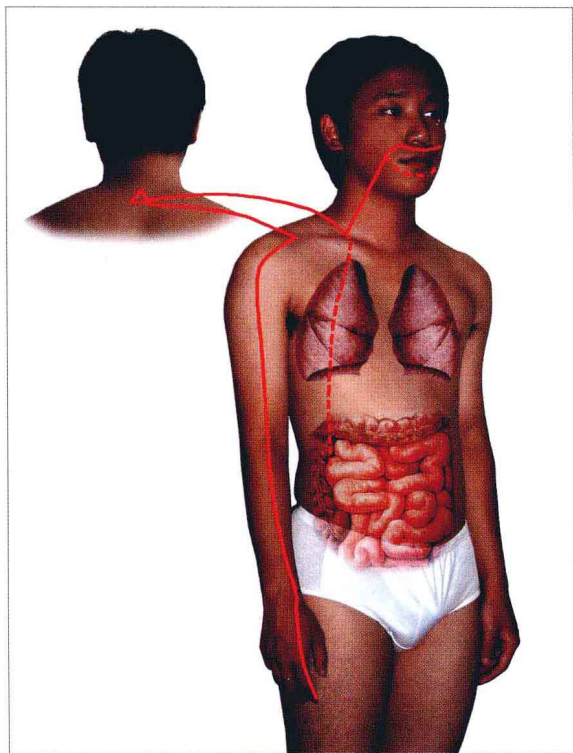


图 2-1

(二) 穴位

1. LI₄ 商阳 Shāngyáng, 井穴

[定位] 在手食指末节桡侧，距指甲角 0.1 寸（图 2-2）。

[取法] 食指伸直，先确定桡侧指甲角，旁开 0.1 寸处取穴。

[功效] 开窍醒神，清热利咽。

[主治] 耳聋，齿痛，咽喉肿痛，颌肿，青盲，手指麻木，热病，昏迷。

[配伍] 配少商点刺出血治热病、昏迷。

[刺灸法] 浅刺 0.1 寸，或点刺出血。

2. LI₂ 二间 Èrjiān, 荥穴

[定位] 微握拳，当手食指本节（第 2 掌指关节）前，桡侧凹陷中赤白肉际（图 2-3）。

[取法] 自然弯曲食指，挨拇指侧摸到第 2 掌指关节，向指尖摸到关节尽头处取穴。

[功效] 疏风清热，消肿止痛。

[主治] 目昏，鼻衄，齿痛，口歪，咽喉肿痛，热病。

[配伍] 配合谷治齿痛。

[刺灸法] 直刺 0.2~0.3 寸。



图 2-2

3. LI₃ 三间 Sānjiān, 输穴

[定位] 微握拳，在手食指本节（第 2 掌指关节）后，桡侧凹陷处（图 2-3）。

[取法] 自然弯曲食指，挨拇指侧摸到第 2 掌指关节，向掌根摸到关节尽头处取穴。

[功效] 疏风清热，消肿止痛。

[主治] 咽喉肿痛，牙痛，腹胀，眼痛。

[配伍] 目中漠漠，即寻攒竹、三间；透后溪治手拘挛不开。

[刺灸法] 直刺 0.3~0.5 寸。

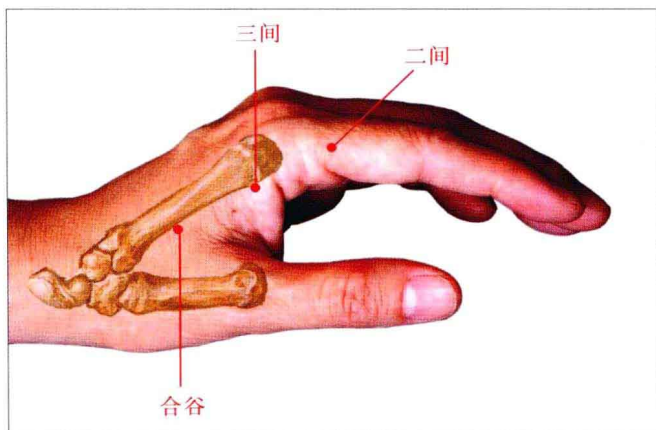


图 2-3

4. LI₄ 合谷 Héngǔ, 原穴；四总穴，“面口合谷收”

[定位] 在手背，第 1、2 掌骨间，当第 2 掌骨桡侧的中点处（图 2-3，图 2-4）。

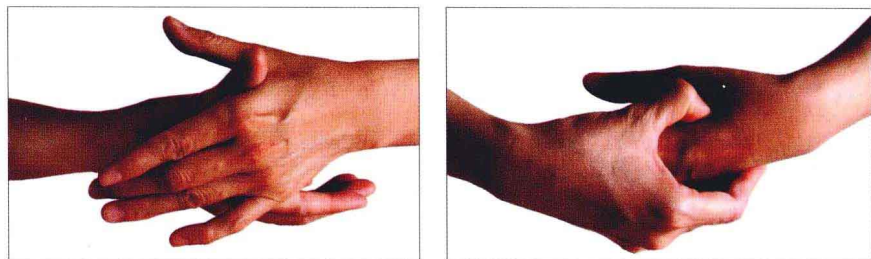


图 2-4

[取法] 拇指、食指两指张开，以另一手拇指的指关节横纹放在虎口上，自然落下，拇指尖处即为合谷穴。

注意：①本穴在第2掌骨中点桡侧缘凹陷处，不要取到腕横纹与掌指关节间中点。②不要紧贴第2掌骨桡侧缘进针，以食指尖按出凹陷，于凹陷中央取穴。③本穴偏于桡骨侧，不要在第1、2掌骨间中点取穴。

[功效] 疏风清热，消肿止痛，理气活血，益气回阳。

[主治] 头痛，目赤肿痛，鼻衄，齿痛，牙关紧闭，口眼喎斜，耳聋，疔腮，咽喉肿痛，热病无汗，多汗，腹痛，便秘，经闭，滞产。

[配伍] 配太阳治头痛；配太冲治目赤肿痛；配迎香治鼻疾；配少商治咽喉肿痛；配三阴交治经闭、滞产；配地仓、颊车治口喎；配太冲治高血压；透后溪治手拘挛不开。

[刺灸法] 直刺0.5~1.0寸。孕妇不宜针。

5. LI₅ 阳溪 Yángxī, 经穴

[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（图2-5）。

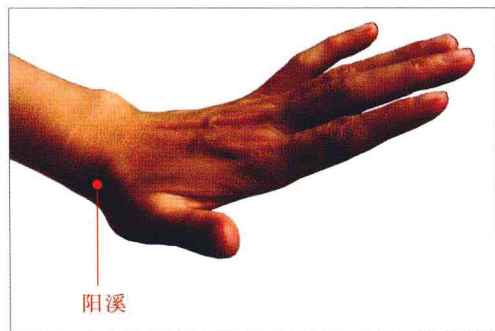


图 2-5

[取法] 手拇指向上翘时，拇指背向下快到腕横纹处形成“鼻烟窝”，当此窝中央是穴，恰当腕背横纹上。

[功效] 疏风清热，消肿止痛。

[主治] 头痛，手腕痛，目赤肿痛，耳聋，耳鸣，齿痛，咽喉肿痛。

[配伍] 配合谷治头痛，配腕骨、阳池治疗腕痛。

[刺灸法] 直刺0.5~0.8寸。

6. LI₆ 偏历 Piānlì, 络穴

[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（图