

Description of Standard Meridians and Points for Acupuncture Localization

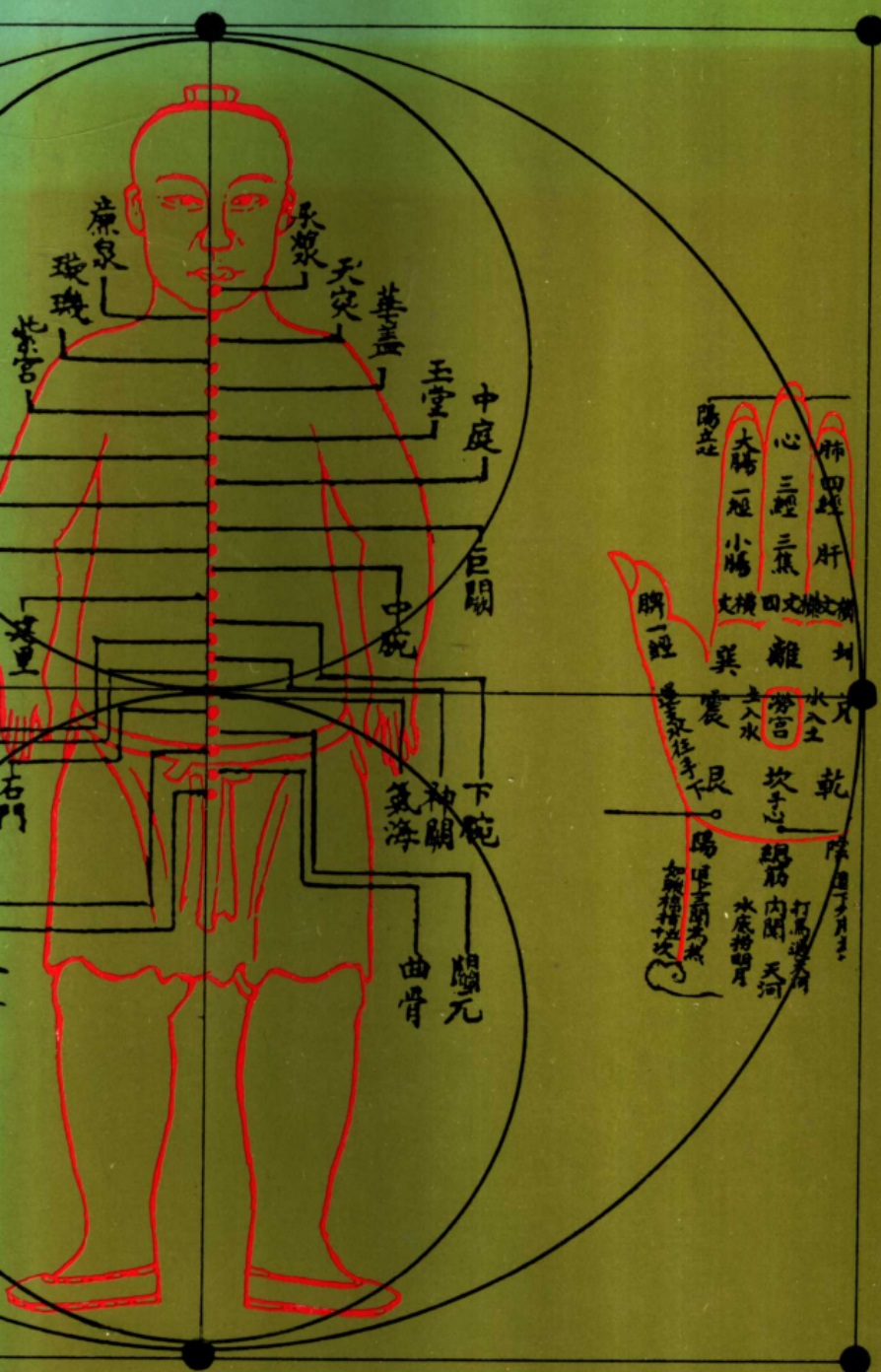
严振国 糜竞华 编著
陈婷立 张 湛 绘图



針灸

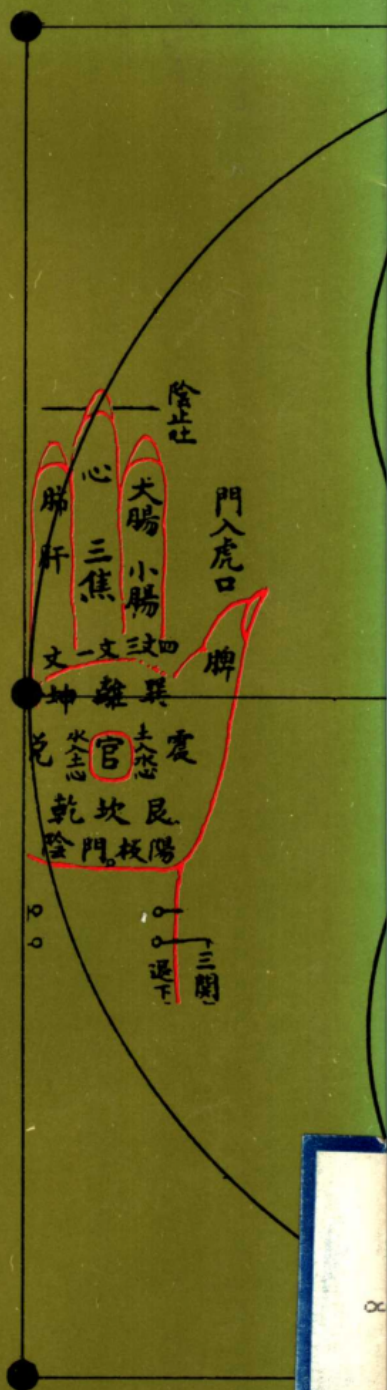
經穴

圖說



上海科技教育出版社

标准针灸经穴图说



ISBN 7-5428-1095-2



9 787542 810953 >

ISBN 7-5428-1095-2 / R · 64

定 价： 15.40 元

标准针灸经穴图说

Description of Standard Meridians and
Points for Acupuncture Localization

严振国	糜竞华	编 著
陈婷立	张 湛	绘 图

上海科技教育出版社

标准针灸经穴图说

严振国 康竞华 编著

陈婷立 张 湛 绘图

上海科技教育出版社出版发行

(上海冠生园路 393 号 邮政编码 200233)

各地 新华书店经销 上海市印刷十二厂印刷

开本 787×1092 1/16 印张 5.5 插页 3 字数 134000

1996 年 1 月第 1 版 1999 年 4 月第 3 次印刷

印数:7001—9000

ISBN 7-5428-1095-2/R·64

定价:15.40 元



作者简介

严振国1956年大学毕业,现任上海中医药大学教授、博士生及博士后导师、日本大阪市立大学医学部客籍研究员、全国规划教材主编、国家级有突出贡献奖获得者、获特殊津贴。被美国等传记研究中心选为最有成就的科学家之一。严振国是经穴解剖学学科带头人,编著出版专著和图谱40套计50种;在国内外杂志发表论文近百篇。为国内外著名学者。10年来获国家、市、局级科研、教学成果奖、优秀科技图书奖等奖项14次。

前 言

针灸学是中国医药学的一个重要组成部分。针灸是我国人民在长期与疾病作斗争中创造和发展起来的一门医学,历史悠久。针灸治病必须通过体表的穴位来疏通经络、调和气血,从而发挥作用,因此如何准确掌握穴位位置和定穴方法是取得针灸疗效的一个重要环节。

长期以来,作者在经穴断面解剖学、经穴层次解剖学、经穴 CT 扫描图象解剖学等方面做过系统的研究工作,这是解剖学、针灸学与 CT 放射学相结合的跨学科工作,体现出中西医结合、基础与临床结合的特点。

本图说由彩图和使用说明书两部分组成。彩图共为 3 张,采用 4 开彩色精印,分别从人体的前面、后面和侧面 3 个不同方位来显示十四经的走行和 361 个经穴以及 48 个奇穴(世界卫生组织认定)的位置,并分别显示穴位与解剖结构的关系。

《标准针灸经穴图说》是以国家颁布的针灸穴位标准化方案《经穴部位》为依据。《经穴部位》为中华人民共和国国家标准,由国家技术监督局发布(1990 年 9 月),规定了人体腧穴定位的方法及 361 个经穴和 48 个经外奇穴的标准定位,适用于针灸教学、科研、医疗、出版及国内外针灸学术交流。此方案在公布以前,得到参加鉴定的针灸界和解剖界专家、教授们的公认。本图说的穴位均以 1990 年公布的《经穴部位》定位,准确实用,充分显示人体十四条经络循行线路和 361 个经穴以及世界针联规定的 48 个奇穴,并以较细腻、写实的手法绘制,以便读者在针灸取穴时与体表标志和解剖结构联系起来。在学习针灸穴位的同时,也可了解穴位的解剖结构。

使用说明书密切配合图上经络、穴位,以文字纲要的形式阐明每一条经络、每一个穴位(共 409 穴)的穴名、编号、定穴、主治、针灸法等条目,具有较强的临床实用性。

本图说可供针灸医师、医学院校和卫校师生以及自学针灸者应用与参考。

由于作者水平有限,本图说难免存在缺点和不足之处,恳切希望专家、同道及广大读者批评指正。

严振国

于 1995 年 9 月

目 录

一、手太阴肺经(LU)经穴(左右各 11 穴)·····	1
二、手阳明大肠经(LI)经穴(左右各 20 穴)·····	4
三、足阳明胃经(ST)经穴(左右各 45 穴)·····	8
四、足太阴脾经(SP)经穴(左右各 21 穴)·····	16
五、手少阴心经(HT)经穴(左右各 9 穴)·····	20
六、手太阳小肠经(SI)经穴(左右各 19 穴)·····	22
七、足太阳膀胱经(BL)经穴(左右各 67 穴)·····	26
八、足少阴肾经(KI)经穴(左右各 27 穴)·····	37
九、手厥阴心包经(PC)经穴(左右各 9 穴)·····	42
十、手少阳三焦经(SJ)经穴(左右各 23 穴)·····	44
十一、足少阳胆经(GB)经穴(左右各 44 穴)·····	48
十二、足厥阴肝经(LR)经穴(左右各 14 穴)·····	55
十三、督脉(DU)经穴(计 28 穴)·····	58
十四、任脉(RN)经穴(计 24 穴)·····	62
十五、经外奇穴(EX)标准定位(计 48 穴)·····	66
附录 1 关于经穴定位的依据和方法·····	74
附录 2 穴名笔画索引·····	77

一、手太阴肺经(LU)经穴(左右各 11 穴)

Shǒutàiyīn Fèijīng

Points of Lung Meridian of Hand – Taiyin, LU.

1. 中府 Zhōngfǔ(LU1)

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。

主 治：支气管炎，肺炎，哮喘，肺结核。

针灸法：向外斜刺或平刺 0.5~0.8 寸；灸 3 壮。

2. 云门 Yúnmén(LU2)

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。

主 治：咳嗽，胸痛，胸闷，哮喘，肩关节周围炎。

针灸法：向外斜刺 0.5~0.8 寸；灸 3 壮。

3. 天府 Tiānfǔ(LU3)

定 位：在臂内侧面，肱二头肌桡侧缘，腋前纹头下 3 寸处。

主 治：支气管炎，哮喘，鼻出血，上臂内侧痛。

针灸法：直刺 0.5 寸；可灸。

4. 侠白 Xiábái(LU4)

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。

主 治：支气管炎，哮喘，鼻出血，上臂内侧痛。

针灸法：直刺 0.5 寸；灸 5 壮。

5. 尺泽 Chǐzé(LU5)

* 本书中的寸，均为同身寸。

定 位：在肘横纹中，肱二头肌腱桡侧凹陷处。

主 治：肺炎，支气管炎，胸膜炎，咽喉肿痛，肘臂肿痛，丹毒。

针灸法：直刺 0.5~0.8 寸，或点刺出血；灸 5 壮。

6. 孔最 Kǒngzuì(LU6)

定 位：在前臂掌面桡侧，当尺泽与太渊连线上，腕横纹上 7 寸。

主 治：咳嗽，哮喘，肺炎，扁桃体炎。

针灸法：直刺 0.5~0.8 寸；灸 5 壮。

7. 列缺 Lièquē(LU7)

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。

主 治：荨麻疹，面神经麻痹，颈项强痛，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 Jīngqú(LU8)

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。

主 治：支气管炎，胸痛，哮喘。

针灸法：直刺 0.2~0.3 寸；禁灸。

9. 太渊 Tàiyuàn(LU9)

定 位：在腕掌侧横纹桡侧，桡动脉搏动处。

主 治：支气管炎，百日咳，流行性感，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 Yújì(LU10)

定 位：在拇指本节(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。

主 治：咽喉痛，扁桃体炎，哮喘，咯血，发热，小儿疳积。

针灸法：直刺 0.5~0.8 寸；可灸。

11. 少商 Shàoshāng(LU11)

定 位：在拇指末节桡侧，距指甲角 0.1 寸(指寸)。

主 治：扁桃体炎，腮腺炎，感冒，咳嗽，肺炎，中风昏厥，咯血，发热，小儿消化不良，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。

二、手阳明大肠经(LI)经穴(左右各 20 穴)

Shǒuyángmíng Dàchángjīng

Points of Large Intestine Meridian of Hand – Yangming, LI.

1. 商阳 Shāngyáng(LI1)

定 位：在食指末节桡侧，距指甲角 0.1 寸。

主 治：中风昏迷，高热，牙痛，咽喉痛，耳聋。

针灸法：向上斜刺 0.2~0.3 寸，或点刺出血；灸 3 壮。

2. 二间 Èrjiān(LI2)

定 位：微握拳，在手食指本节(第2掌指关节)前，桡侧凹陷处。

主 治：牙痛，咽痛，鼻出血，面神经麻痹，三叉神经痛。

针灸法：直刺 0.2~0.3 寸；灸 3 壮。

3. 三间 Sānjiān(LI3)

定 位：微握拳，在手食指本节(第2掌指关节)后，桡侧凹陷处。

主 治：牙痛，咽喉痛，三叉神经痛，眼痛，手背红肿。

针灸法：直刺 0.3~0.5 寸；灸 3 壮。

4. 合谷 Héguǔ(LI4)

定 位：在手背，第1、2掌骨间，当第2掌骨桡侧的中点处。

主 治：感冒，五官科疾病，面神经麻痹，偏瘫，神经衰弱，各种疼痛。

针灸法：直刺 0.5~0.8 寸；灸 3~5 壮。

5. 阳溪 Yángxī(LI5)

定 位：在腕背横纹桡侧，拇指向上翘起时，当拇短伸肌腱与拇长伸肌腱之间的凹陷

中。

主 治：腕关节及周围软组织疾病，头痛，眼痛，耳鸣，耳聋，牙痛，小儿消化不良。

针灸法：直刺0.3~0.5寸；灸3壮。

6. 偏历 Piānlì(LI6)

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。

主 治：鼻出血，面神经麻痹，扁桃体炎，前臂神经痛。

针灸法：斜刺0.3~0.5寸；灸3壮。

7. 温溜 Wēnliū(LI7)

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。

主 治：口腔炎，腮腺炎，舌炎，面神经麻痹，咽喉痛。

针灸法：直刺0.5~0.8寸；灸3~5壮。

8. 下廉 Xiàlián(LI8)

定 位：在前臂背面桡侧，当阳溪与曲池连线上，肘横纹下4寸。

主 治：头痛，眼痛，眩晕，腹痛，乳腺炎，肘臂痛。

针灸法：直刺0.5~0.8寸；灸3~5壮。

9. 上廉 Shànglián(LI9)

定 位：在前臂背面桡侧，当阳溪与曲池连线上，肘横纹下3寸。

主 治：偏瘫，扭伤，手足麻木。

针灸法：直刺0.5~0.8寸；灸3~7壮。

10. 手三里 Shǒusānlǐ(LI10)

定 位：在前臂背面桡侧，当阳溪与曲池连线上，肘横纹下2寸。

主 治：肩臂痛，上肢麻痹，溃疡病，腹痛，腹泻，消化不良。

针灸法：直刺0.5~0.8寸；灸5~7壮。

11. 曲池 Qūchí(LI11)

定 位：在肘横纹外侧端，屈肘，当尺泽与肱骨外上髁连线中点。

主 治：上肢关节痛，偏瘫，高血压，高热，麻疹，贫血，过敏性疾病，甲状腺肿大，皮肤

病。

针灸法：直刺0.8~1.2寸；灸5~10壮。

12. 肘髎 Zhǒuliáo(LI12)

定 位：在臂外侧，屈肘，曲池上方1寸，当肱骨边缘处。

主 治：肘臂痛，肱骨外上髁炎。

针灸法：直刺0.5~0.8寸；灸3~7壮。

13. 手五里 Shǒuwǔlǐ(LI13)

定 位：在臂外侧，当曲池与肩髃连线上，曲池上3寸处。

主 治：咯血，肺炎，腹膜炎，颈淋巴结结核，肘臂痛。

针灸法：直刺0.5~0.8寸；灸3~5壮。

14. 臂臑 Bìnào(LI14)

定 位：在臂外侧，三角肌止点处，当曲池与肩髃连线上，曲池上7寸。

主 治：肩臂痛，上肢瘫痪，眼病。

针灸法：直刺0.5~1寸，或斜刺0.8~1.2寸；灸3~7壮。

15. 肩髃 Jiānyú(LI15)

定 位：在肩部，三角肌上，臂外展，或向前平伸时，当肩峰前下方凹陷处。

主 治：偏瘫，高血压，肩关节痛，肩关节周围炎，多汗症。

针灸法：直刺0.5~0.8寸；灸5~15壮。

16. 巨骨 Jùgǔ(LI16)

定 位：在肩上部，当锁骨肩峰端与肩胛冈之间凹陷处。

主 治：肩关节及肩部软组织疾病，吐血，颈淋巴结结核。

针灸法：直刺0.4~0.6寸，不可深刺，以免刺入胸腔造成气胸；灸3~7壮。

17. 天鼎 Tiāndǐng(LI17)

定 位：在颈外侧部，胸锁乳突肌后缘，当结喉旁，扶突穴与缺盆连线中点。

主 治：扁桃体炎，喉头炎，颈淋巴结结核，舌骨肌麻痹症。

针灸法：直刺0.3~0.5寸；灸3壮。

18. 扶突 Fútū(LI18)

定 位：在颈外侧部，结喉旁，当胸锁乳突肌前、后缘之间。

主 治：嘶哑，咽喉肿痛，吞咽困难。

针灸法：直刺0.5～0.8寸；灸3壮。

19. 口禾髎 Kǒuhéliáo (LI19)

定 位：在上唇部，鼻孔外缘直下，平水沟穴。

主 治：鼻炎，鼻出血，面神经麻痹。

针灸法：直刺0.3～0.5寸；禁灸。

20. 迎香 Yíngxiāng (LI20)

定 位：在鼻翼外缘中点旁，当鼻唇沟中。

主 治：鼻炎，鼻旁窦炎，面神经麻痹，胆道蛔虫症。

针灸法：直刺0.1～0.2寸，或斜刺0.3～0.5寸；不宜灸。

三、足阳明胃经(ST)经穴(左右各45穴)

Zúyángmíng Wèijīng

Points of Stomach Meridian of Foot - Yangming, ST.

1. 承泣 Chéngqì(ST1)

定 位：在面部，瞳孔直下，当眼球与眶下缘之间。

主 治：急慢性结膜炎，近视，色盲，青光眼，视神经炎，视神经萎缩，白内障，角膜炎，视网膜色素变性。

针灸法：紧靠眶下缘缓慢直刺0.3~0.7寸，不宜提插，以防刺破血管引起血肿；禁灸。

2. 四白 Sībái(ST2)

定 位：在面部，瞳孔直下，当眶下孔凹陷处。

主 治：面神经麻痹及痉挛，三叉神经痛，角膜炎，近视，鼻旁窦炎，胆道蛔虫症。

针灸法：直刺0.2~0.3寸；不宜灸。

3. 巨髎 Jùliáo(ST3)

定 位：在面部，瞳孔直下，平鼻翼下缘处，当鼻唇沟外侧。

主 治：鼻炎，三叉神经痛，面神经麻痹。

针灸法：直刺0.2~0.5寸；灸1~3壮。

4. 地仓 Dìcāng(ST4)

定 位：在面部，口角外侧，上直瞳孔。

主 治：面神经麻痹，三叉神经痛。

针灸法：直刺0.2寸，或向颊车方向平刺0.5~0.8寸；灸3~5壮。

5. 大迎 Dà yíng(ST5)

定 位：在下颌角前方，咬肌附着部的前缘，面动脉搏动处。

主 治：腮腺炎，牙关紧闭，面神经麻痹，牙痛。

针灸法：直刺0.2~0.3寸；灸3壮。

6. 颊车 Jiá chē (ST6)

定 位：在面颊部，下颌角前上方约一横指（中指），当咀嚼时咬肌隆起，按之凹陷处。

主 治：牙痛，腮腺炎，下颌关节炎，咬肌痉挛，面神经麻痹。

针灸法：直刺0.3~0.4寸，或向地仓方向斜刺0.7~0.9寸；灸3~7壮。

7. 下关 Xiàguān (ST7)

定 位：在面部耳前方，当颧弓与下颌切迹所形成的凹陷中。

主 治：牙痛，下颌关节炎，咬肌痉挛，面部麻痹，三叉神经痛，中耳炎。

针灸法：直刺0.3~0.5寸；灸3壮。

8. 头维 Tóu wéi (ST8)

定 位：在头侧部，当额角发际上0.5寸，头正中线旁4.5寸。

主 治：头痛，偏头痛，精神分裂症，面神经麻痹。

针灸法：针刺向下或向后，平刺0.5~0.8寸；不可灸。

9. 人迎 Rényíng (ST9)

定 位：在颈部，结喉旁，当胸锁乳突肌的前缘，颈总动脉搏动处。

主 治：高血压，哮喘，甲状腺肿，咽喉肿痛，发音困难。

针灸法：避开动脉直刺0.2~0.4寸；禁灸。

10. 水突 Shuǐtū (ST10)

定 位：在颈部，胸锁乳突肌的前缘，当人迎与气舍连线的中点。

主 治：咽喉痛，声带疾病，甲状腺肿，哮喘。

针灸法：直刺0.3~0.4寸；灸3壮。

11. 气舍 Qìshè (ST11)

定 位：在颈部，当锁骨内侧端的上缘，胸锁乳突肌的胸骨头与锁骨头之间。

主 治：咽喉痛，甲状腺肿，哮喘。

针灸法：直刺0.3~0.4寸；灸3~5壮。

12. 缺盆 Quēpén(ST12)

定 位：在锁骨上窝中央，距前正中线4寸。

主 治：哮喘，呃逆，颈淋巴结结核，肋间神经痛。

针灸法：直刺0.2~0.4寸；灸3~5壮。

13. 气户 Qìhù(ST13)

定 位：在胸部，当锁骨中点下缘，距前正中线4寸。

主 治：支气管炎，哮喘，呃逆，肋间神经痛。

针灸法：直刺0.2~0.4寸；灸3~5壮。

14. 库房 Kùfáng(ST14)

定 位：在胸部，当第1肋间隙，距前正中线4寸。

主 治：支气管炎，肋间神经痛。

针灸法：向内斜刺0.3~0.5寸；灸3壮。

15. 屋翳 Wūyì(ST15)

定 位：在胸部，当第2肋间隙，距前正中线4寸。

主 治：支气管炎，乳腺炎，肋间神经痛。

针灸法：直刺0.2~0.3寸，或向内斜刺0.5~0.8寸；灸3壮。

16. 膺窗 Yīngchuāng(ST16)

定 位：在胸部，当第3肋间隙，距前正中线4寸。

主 治：支气管炎，乳腺炎，哮喘，肋间神经痛，肠鸣腹泻。

针灸法：直刺0.2~0.4寸，或向内斜刺0.5~0.8寸；灸3壮。

17. 乳中 Rǔzhōng(ST17)

定 位：在胸部，当第4肋间隙，乳头中央，距前正中线4寸。

针灸法：禁针，禁灸，只作胸腹部取穴的定位标志。

18. 乳根 Rǔgēn(ST18)

定 位：在胸部，当乳头直下，乳房根部，第5肋间隙，距前正中线4寸。

主 治：乳汁过少，乳腺炎，支气管炎。