

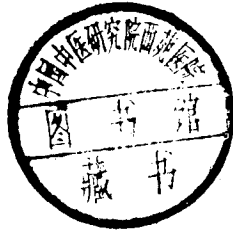
10 36 188

ATLAS OF STANDARDIZATION OF ZHENJIU POINTS

标准针灸穴位图册

BIAOZHUN ZHENJIU XUEWEI TUCE

中国中医研究院针灸研究所



青岛出版社

十四经穴与经外穴

一、审定穴位的依据与方法

(一) 审定穴位的依据

根据中医典籍和历代针灸学专著,如《黄帝内经》、《脉经》、《针灸甲乙经》、《铜人腧穴针灸图经》等文献,参照近些年我国出版的高等医药院校和国际针灸培训班用的教材和专著,结合临床实际和现代研究成果,对十四经穴及部分经外穴进行标准化定位。

确定经穴标准部位,是以中医学基础理论和经络学说以及审定穴位的准则为指导的。中医学对人体部位与方位的描述与现代解剖学不完全相同。将上肢的掌心一侧即屈侧称为“内侧”,是手三阴经穴所分布的部位;将手背一侧即伸侧称为“外侧”,是手三阳经穴所分布的部位。将下肢向正中线的一侧称为“内侧”,是足三阴经穴分布的部位;将其背正中线的一侧称为“外侧”,将下肢的后部称为后侧,是足三阳经穴分布的部位。

手足部掌面与背面皮肤的移行处称“赤白肉际”;掌指关节或跖趾关节都称“本节”,以关节处的圆形突起(包括关节囊所覆盖处)为准,区分为“本节前”和“本节后”。即以远端为“前”,近端为“后”。上肢的前后方位则以拇指侧即桡侧为“前”,小指侧即尺侧为“后”。

头面躯干部的前后正中中线分别为任脉穴和督脉穴的分布部位,是审定分布于其两侧的三阴经穴或三阳经穴的基础。

(二) 审定穴位的方法

经穴定位的方法分三种:体表解剖标志定位法;“骨度”折量定位法;指寸定位法。三者在实际应用时互相结合,即以体表解剖标志为主,折量各部位的距离分寸,并用手指来比量,从而确定经穴位置。分述如下:

1、体表解剖标志定位法

这是指以体表解剖学的各种体表标志为依据来确定经穴位置的方法。体表解剖标志,可分为固定的标志和活动的标志两种。固定的标志,指各部由骨节和肌肉所形成的突起或凹陷、五官轮廓、发际、指(趾)甲、乳头、脐窝等。例如,于腓骨头前下方定阳陵泉;三角肌尖端部定臂臑;眉头定攒竹;两眉之中间定印堂;两乳头之中间定膻中等。活动的标志,指各部的关节、肌肉、肌腱、皮肤随着活动而出现的空隙、凹陷、皱纹、尖端等。例如:听宫,在耳屏与下颌关节之间,微张口呈凹陷处;曲池,在屈肘时,肘横纹外侧端凹陷处。

全身各部的体表解剖标志如下:

头部:

- (1)前发际正中(头部有发部位的前缘正中);
- (2)后发际正中(头部有发部位的后缘正中);
- (3)额角(发角)(前发际额部曲角处);

(4)完骨(颞骨乳突)。

面部:

- (1)眉间(印堂)(两眉头之间的中点处);
- (2)瞳孔(正坐平视,瞳孔中央)或目中(目内眦至外眦连线的中点处)。

颈部:

- (1)结喉(喉头凸起处)。

胸部:

- (1)胸骨上窝(胸骨切迹上方凹陷处);
- (2)胸剑联合中点(胸骨体和剑突结合部);
- (3)乳头(乳头的中央)。

腹部:

- (1)脐中(神阙)(脐窝的中央);
- (2)耻骨联合上缘(耻骨联合上缘与前正中线的交点处);
- (3)髂前上棘(髂骨嵴前部的上方突起处)。

侧胸、侧腹部:

- (1)腋窝顶点(腋窝正中央最高点);
- (2)第十一肋端(第十一肋骨游离端)。

背、腰、骶部:

- (1)第七颈椎棘突;
- (2)胸椎棘突 1~12、腰椎棘突 1~5、骶正中嵴、尾骨;
- (3)肩胛冈根部点(肩胛骨内侧缘近脊柱侧点);
- (4)肩峰角(肩峰外侧缘与肩胛内连续处);
- (5)髂后上棘(髂骨嵴后部的上方突起处)。

上肢:

- (1)腋前纹头(腋窝皱襞前端);
- (2)腋后纹头(腋窝皱襞后端);
- (3)肘横纹;
- (4)肘尖(尺骨鹰嘴);
- (5)腕掌、背侧横纹(尺、桡二骨茎突远端连线上的横纹);

下肢:

- (1)髌枢(股骨大转子);
- (2)股骨内侧髁(内辅上);
- (3)胫骨内侧髁(内辅下);
- (4)臀下横纹(臀与大腿的移行部);
- (5)髌鼻(外膝眼)(髌韧带外侧凹陷处的中央);
- (6)腓横纹(腓窝处横纹);
- (7)内踝尖(内踝向内侧的凸起处);
- (8)外踝尖(外踝向外侧的凸起处)。

2、“骨度”折量定位法

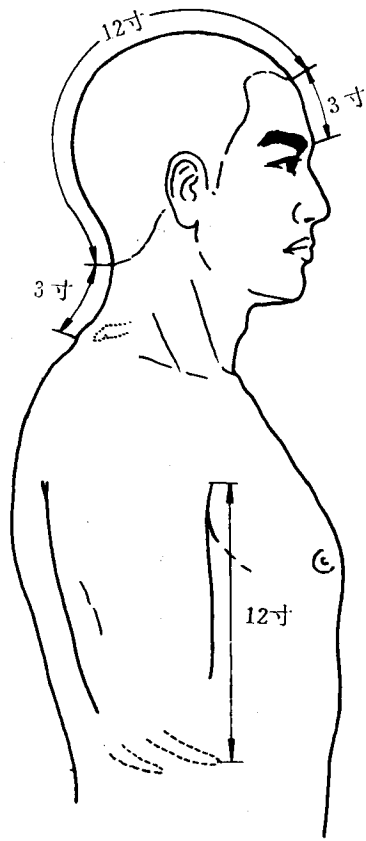


图1 骨度折量寸侧面观

这是指以体表骨节为主要标志折量全身各部的长度和宽度,定出分寸,用于经穴定位的方法。即以《灵枢·骨度》规定了人体各部的分寸为基础,并结合历代学者创用的折量分寸(将设定的两骨节点之间的长度折量为一定的等份,每一等份为1寸,10等份为1尺),作为定穴的依据。全身主要“骨度”折量寸见下表(图1—3)。

审定穴位常用的骨度折量寸表

部位	起止点	折量寸	度量法	说明	图
头面部	前发际正中→后发际正中	12	直寸	用于确定头部经穴的纵向距离。	1
	眉间(印堂)→前发际正中	3	直寸	用于确定前或后发际及其头部经穴的纵向距离。	
	第七颈椎棘突下(大椎)→后发际正中	3	直寸		
	眉间(印堂)→后发际正中	18	直寸		2
	→第七颈椎棘突下(大椎)				
	前两鬓发角(头维)之间	9	横寸	用于确定头前部经穴的横向距离。	
	耳后两乳突(完骨)之间	9	横寸	用于确定头后部经穴的横向距离。	3
胸腹部	胸骨上窝(天突)→胸剑联合中点(歧骨)	9	直寸	用于确定胸部任脉穴的纵向距离。	2
	胸剑联合中点(歧骨)→脐中	8	直寸	用于确定上腹部经穴的纵向距离。	
	脐中→耻骨联合上缘(曲骨)	5	直寸	用于确定下腹部经穴的纵向距离。	
	两乳头之间	8	横寸	用于确定胸腹部经穴的横向距离。	
	腋窝顶点→第11肋游离端(章门)	12	直寸	用于确定肋腹部经穴的纵向距离。	1
背腰部	肩胛骨内缘→后正中中线	3	横寸	用于确定背腰部经穴的横向距离。	3
	肩峰缘→后正中中线	8	横寸	用于确定肩背部经穴的横向距离。	
上肢部	腋前、后纹头→肘横纹(平肘尖)	9	直寸	用于确定臂部经穴的纵向距离。	2.3
	肘横纹(平肘尖)→腕掌(背)侧横纹	12	直寸	用于确定前臂部经穴的纵向距离。	
下肢部	耻骨联合上缘→股骨内上髁上缘	18	直寸	用于确定下肢内侧足三阴经穴的纵向距离。	2.3
	胫骨内侧髁下方→内踝尖	13	直寸		
	股骨大转子→膑横纹	19	直寸	用于确定下肢外后侧足三阳经穴的纵向距离。	
	膑横纹→外踝尖	16	直寸	用于确定下肢外后侧足三阳经穴的纵向距离。	

3、指寸定位法

这是指依据患者本人手指所规定的分寸以量取腧穴的方法。

中指同身寸:以患者的中指中节桡侧两端纹头(拇中指屈曲成环形)之间的距离作为1寸(图4)。

拇指同身寸:以患者拇指的指间关节的宽度作为1寸(图5)。

横指同身寸(一夫法):患者尺侧手四指并拢,以其中指中节横纹为准,其四指的宽度作为3寸(图6)。

此法主要用于下肢部。在具体取穴时,应当在骨度折量定位法的基础上,结合被取穴对象自身的手指进行比量,并结合一些简便的活动标志取穴方法,以确定经穴的标准部位。

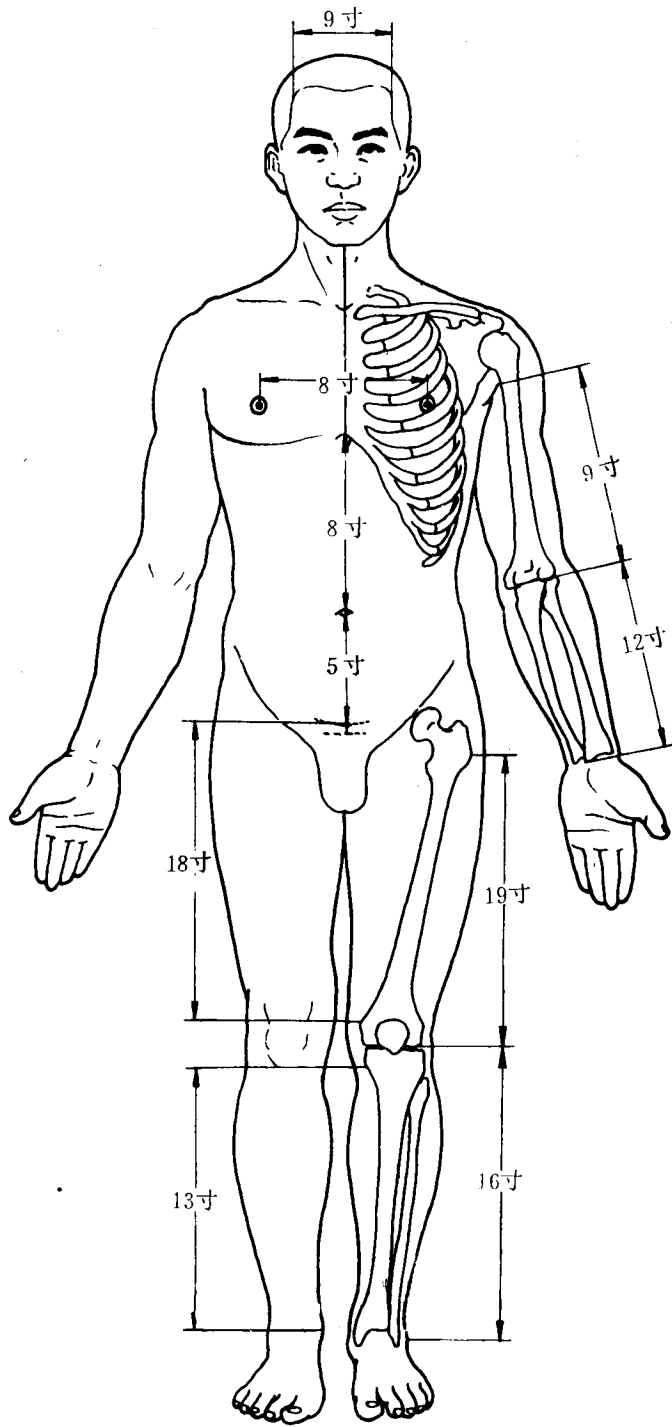


图2 骨度折量寸正面观

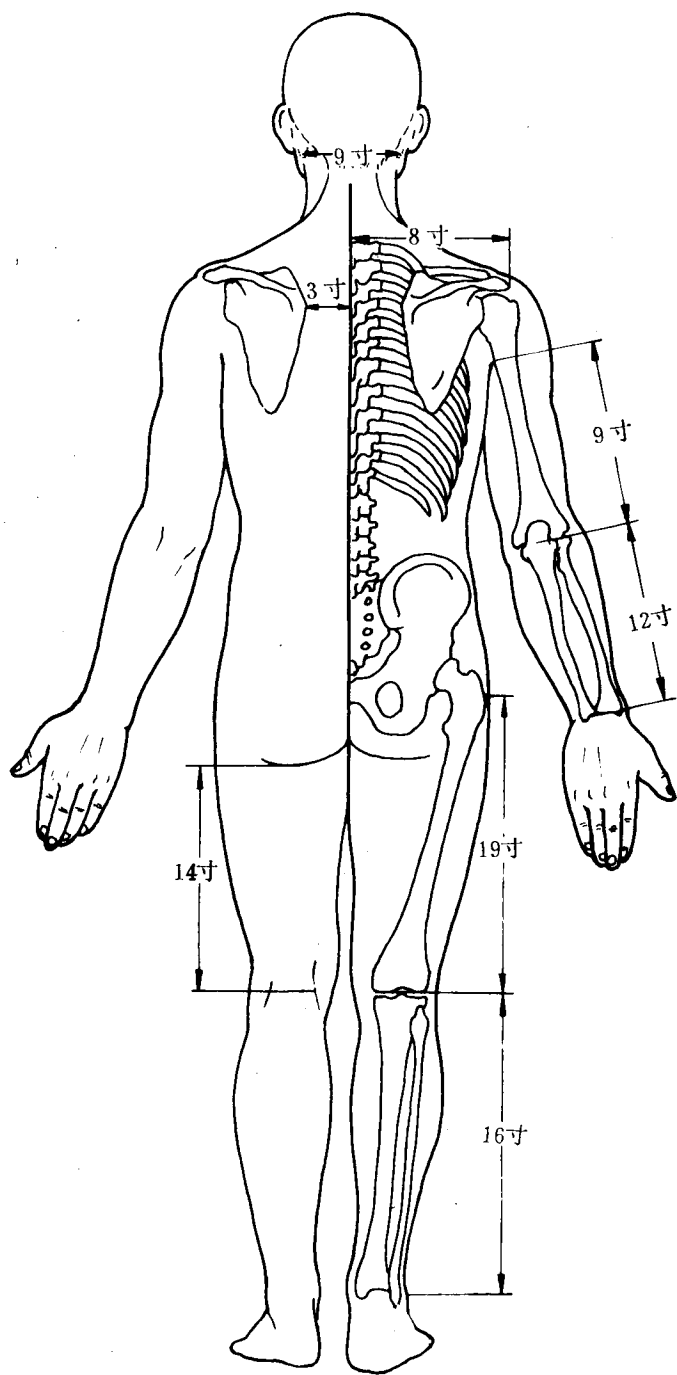


图3 骨度折量寸背面观

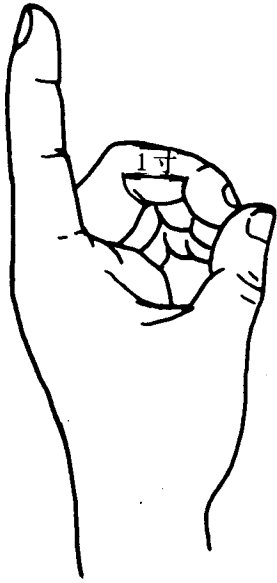


图4 中指同身寸

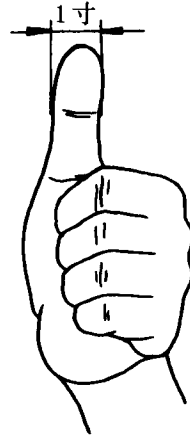


图5 拇指同身寸

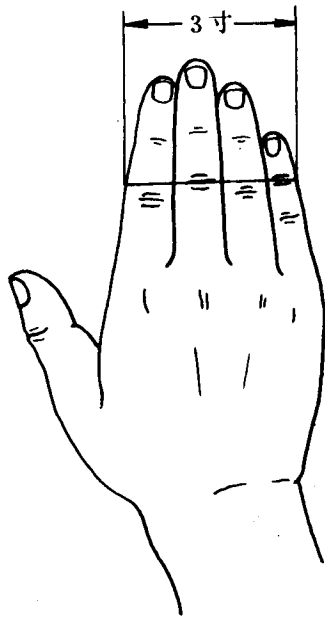


图6 一夫寸

二、任脉穴与督脉穴

(一) 任脉穴

Rèn mài xué

Points of Ren Meridian, RN. (Conception Vessel, CV.)

本经穴, 1 名 1 穴, 计 24 穴, 分布于面、颈、胸、腹的前正中线上。主治神经系统、呼吸系统、消化系统、泌尿生殖系统病症, 以及寒性病症和本经所经过之部位的病症。

会 阴 Huìyīn (RN1)

穴名简释 会, 交会; 阴, 阴阳之阴。穴正位于会阴部两阴窍之间, 故名。

部位 在会阴部, 男性当阴囊根部与肛门连线的中点, 女性当大阴唇后联合与肛门连线的中点(图 7)。

主治 会阴部诸病。阴部多汗及瘙痒, 阴痛, 肛门瘙痒, 阴门肿痛, 子宫脱垂, 月经不调, 遗精, 痔疮, 大小便不通等。

针法及灸法 针 0.2~0.3 寸; 灸 3~5 壮, 或 10~30 分钟。

穴意 本穴正位于会阴部故名。有些医家认为任、督、冲三脉起于此处, 督脉由会阴而行背, 任脉由会阴而行腹, 冲脉由会阴而并足少阴肾经上行。但根据《灵枢经·营气》所载: 督脉原本承接肝经, “由额循巅下项中, 循脊入骶”至会阴, 以交任脉。此说符合“阴升阳降”之规律, 故当从《营气》篇。

局部解剖 (1) 针刺通过之组织层: 皮肤, 皮下组织, 会阴浅横肌。

(2) 神经、血管: 会阴神经的分支; 阴部内动、静脉分支。

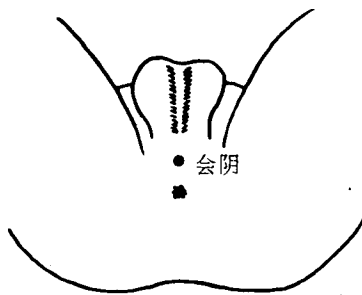


图 7 会阴穴

曲 骨 Qūgǔ (RN2)

穴名简释 曲, 弯曲; 骨, 骨头。曲骨, 中医古代解剖学名词, 指耻骨。

部位 在腹下部, 当前正中线上, 耻骨联合上缘的中点处(图 8)。仰卧位取穴。

主治 小腹胀满, 小腹急痛, 小便淋涩不通, 遗尿症, 赤白带下, 遗精, 阳痿, 阴缩, 阴囊湿痒, 痛经, 月经不调等。

针法、灸法与针感 针 0.5~0.8 寸; 灸 5~10 壮, 或 10~30 分钟。针前宜令患者排尿, 孕

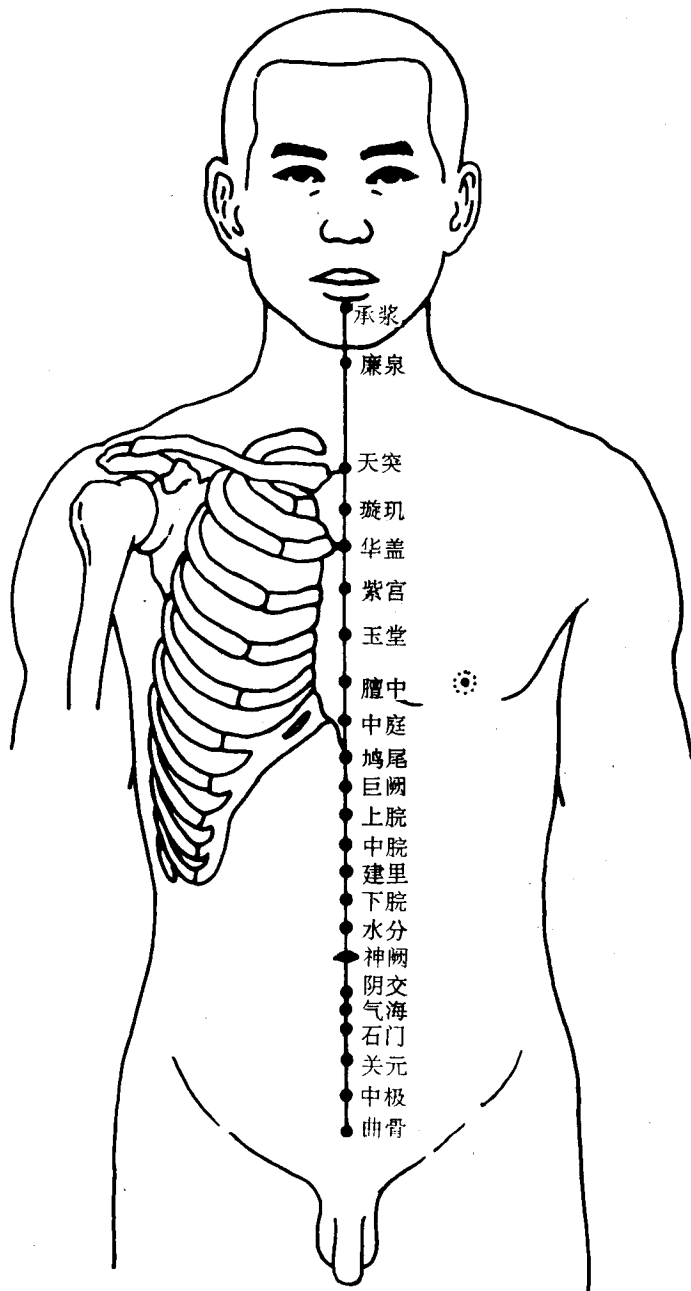


图8 任脉胸腹部穴

妇不宜针；多为酸胀感，向下放散至会阴部、外生殖器。

穴意与配伍 古代解剖学称耻骨联合的上部为曲骨，此穴适位于其上方故名。系足厥阴肝

经与任脉之会穴。配肾俞、三阴交或八髎穴治泌尿生殖系统病症。

局部解剖 (1)针刺通过之组织层:皮肤,皮下组织,腹白线。不可深刺入盆腔,以免伤及膀胱等。

(2)神经、血管:髂腹下神经分支;腹壁下动脉,阴部外动脉分支。

中 极 Zhōngjí (RN3)

穴名简释 中,中间;极,正是。此穴位正在人身上下左右之中间。

部位 在腹下部,前正中线上,当脐中下4寸,曲骨上1寸(图8)。仰卧位取穴。

主治 脐下结块状如覆杯,疝瘕,遗精,阳痿,月经不调,痛经,子宫出血,白带过多,产后恶露不止,胎衣不下,阴门瘙痒,阴门肿痛,阴痛,子宫脱垂,小便赤涩,尿频,遗尿,尸厥等。

针法、灸法与针感 针0.5~1寸,针前宜令患者排尿,孕妇不宜针;灸5~10壮,或10~30分钟;多为酸胀感,沿任脉向下放散至外阴部、生殖器。

穴意与配伍 系膀胱之募穴,任脉与足三阴经之会穴。具有培元助气化、清利湿热作用。常配肾俞、三阴交、关元治遗尿、遗精、阳痿、月经不调。

局部解剖 (1)针刺通过之组织层:皮肤,皮下组织,腹白线。

(2)神经、血管:下位肋间神经前皮支,髂腹下神经分支;腹壁下动脉分支。

关 元 Guānyuán (RN4)

穴名简释 关,关藏;元,元气。为关藏人身元气之处。

部位 在腹下部,前正中线上,当脐中下3寸,曲骨穴上2寸(图8)。仰卧位取穴。

主治 腹痛、痢疾,霍乱(非真性霍乱),泄泻,脱肛,脐下绞痛,臌胀,脐下症瘕,状如覆杯,黄疸,小便赤涩,遗尿,癃闭,尿频,遗精,阳痿、妇人带下,子宫出血,月经不调,痛经,子宫脱垂,阴门瘙痒,产后恶露不止,产后腹痛,胞衣不下,高血压,神经衰弱,小儿单纯性消化不良等。

针法、灸法与针感 针0.5~1.2寸;针前宜令患者排尿,孕妇不宜针;灸5~10壮,或10~30分钟;多为胀麻感,沿任脉向下放散至会阴部和外生殖器,亦可向上或向外方放散。

穴意与配伍 系小肠之募穴,足三阴经与任脉之会穴。又为三焦之气所生之处,为培肾固本、补益元气、回阳固脱之要穴。配肾俞、三阴交、足三里治泌尿生殖系统疾患,配小肠俞、天枢、足三里治腹痛、腹泻等症。

局部解剖 (1)针刺通过之组织层:皮肤,皮下组织,腹白线。不可刺透腹白线而进入腹腔。

(2)神经、血管:下位肋间神经前皮支及内侧支;腹壁下动脉、腹壁浅动脉分支。

石 门 Shímén (RN5)

穴名简释 石,岩石;门,门户。石有坚实之意,本穴能治下腹硬块之石积病,并有绝孕之说。

部位 在腹下部,前正中线上,当脐中下2寸,关元穴上1寸(图8)。仰卧位取穴。

主治 腹胀痛坚硬,泄利不禁,小腹绞痛,绕脐痛,水肿,食谷不化,小便不利,淋症,阴缩入

腹,子宫出血,下元虚冷等。

针法、灸法与针感 针 0.5~1 寸;灸 5~10 壮,或 10~30 分钟;针感以胀为主,沿任脉向下放散至阴部。

穴意与配伍 系三焦之募穴。配三焦俞、关元、三阴交治泌尿生殖系统疾病。

局部解剖 同气海穴。

气 海 Qihǎi (RN6)

穴名简释 气,元气;海,海洋。穴在脐下,为人身元气之海。

部位 在腹下部,前正中线上当脐中下 1.5 寸,即脐与曲骨穴连线的上 3/5 段的中点处(图 8)。仰卧位取穴。

主治 胃脘痛,腹肿胀,绕脐绞痛,脐下冷痛,水肿,臌胀,症瘕状如覆盆,腹中暴胀按之不下,呃逆,呕吐,大便不通,小便赤涩,脏气虚惫,真气不足,肌体羸瘦,四肢力弱,虚劳,气疾久不差,中风脱证欲死,类中风,阴症卵缩,四肢厥冷,子宫出血,赤白带下,经闭,月经不调,痛经,产后恶露不止,产后腹痛,胞衣不下,子宫脱垂,遗精,阳痿,小儿遗尿,高血压,失眠等。

针法、灸法与针感 针 0.5~1 寸;灸 5~10 壮,或 10~30 分钟;多为胀感,沿任脉向下放散至外生殖器,或向上、向下外方放散。

穴意与配伍 本穴取意于生元气之海,具有调补下焦气机、补肾虚、益元气、振阳固精之功效。配足三里、三阴交、肾俞治泌尿生殖系统疾病。

局部解剖 (1)针刺通过之组织层:皮肤,皮下组织,腹白线。不可刺透腹白线而入腹腔。

(2)神经、血管:下位肋间神经前皮支及内侧支;腹壁下动脉与腹壁浅动脉分支。

阴 交 Yīnjiāo (RN7)

穴名简释 阴,阴阳之阴;交,交会。穴在脐下 1 寸,为任脉、冲脉和足少阴脉交会处。

部位 在腹下部,前正中线上,当脐中下 1 寸(图 8)。仰卧位取穴。

主治 脐下绞痛,绕脐冷痛,腹满,腹坚痛,下引阴中,阴部多汗湿痒,妇人崩漏,月经不调,带下,产后恶露不止,腰膝拘挛等。

针法、灸法与针感 针 0.5~1 寸;灸 5~10 壮,或 10~30 分钟;多为胀麻感,沿任脉向下放散至外生殖器,或向上、向下外方放散。

穴意与配伍 系任脉、足少阴肾脉与冲脉之会穴。配三焦俞、肾俞、三阴交治疗泌尿生殖系统病症。

局部解剖 (1)针刺通过之组织层:皮肤,皮下组织,腹白线。不可刺透腹白线而入腹腔。

(2)神经、血管:下位肋间神经前皮支;腹壁下动脉分支等。

神 阙 Shénquè (RN8)

穴名简释 神,神气;阙,宫门。穴在脐中。脐为胎儿气血运行之要道,如神气出入之宫门。

部位 在腹中部,脐中央(图 8)。仰卧位取穴。

主治 大便泄利不止,小儿奶利不绝,水肿,臌胀,腹痛,腹胀,腹中虚冷,肠鸣如流水声,脱肛,中风,类中风,尸厥,不省人事,角弓反张等。

针法及灸法 此穴不宜针,主要施灸法;灸5~10壮,或10~30分钟。

穴意与配伍 此穴具有健运脾阳、和胃理肠、温阳救逆、开窍复苏作用。常与天枢、中脘、关元、内关、足三里配伍。

局部解剖 肋间神经前皮支;腹壁上下动脉分支。

水 分 Shuǐfēn (RN9)

穴名简释 水,水谷;分,分别。内应小肠,水谷至此分别清浊。

部位 在腹上部,前正中线上,当脐中上1寸(图8)。仰卧位取穴。

主治 水病,腹胀如鼓,胃虚胀,不嗜食,绕脐痛,上冲胸不得息,肠鸣等。

针法及灸法 针0.5~1寸;灸5~10壮,或10~30分钟。

穴意与配伍 古代医家认为此穴适当水液入膀胱、渣滓入大肠之分别清浊之处,故曰水分。水病,灸之大良。配脾俞、肺俞、足三里、三阴交治腹水、水肿等。

局部解剖 (1)针刺通过之组织层:皮肤,皮下组织,腹白线。

(2)神经、血管:肋间神经前皮支;腹壁上动脉分支。

下 脘 Xiàwǎn (RN10)

穴名简释 下,下方;脘,胃脘。穴当胃脘之下部。

部位 在上腹部,前正中线上,当脐中上2寸(图8)。仰卧位取穴。

主治 腹痛,腹胀,呕吐,不嗜食,腹坚硬,痞块,食谷不化,日渐瘦,臌胀,胃脘部胀痛等。

针法、灸法与针感 针0.5~0.8寸,灸5~10壮,或10~30分钟;多为胀、沉感,或限于局部,或向上、下放散,或向两外侧放散。

穴意与配伍 系足太阴脾脉和任脉之会穴,配中脘、内关、足三里治胃肠道病症。

局部解剖 (1)针刺通过之组织层:皮肤,皮下组织,腹白线。不可刺透腹白线而进入腹腔,以免刺伤腹腔器官。

(2)神经、血管:肋间神经前皮支;腹壁上动、静脉分支等。

建 里 Jiànlǐ (RN11)

穴名简释 建,建立;里,里部,穴在中、下脘之间,有助于建立中焦里气。

部位 在上腹部,前正中线上,当脐中上3寸(图8)。仰卧位取穴。

主治 腹胀,腹痛,身肿,胃脘痛,呕逆,不思食。

针法及灸法 针0.5~1寸;灸5~8壮,或20~30分钟。

穴意 针灸此穴,能强壮腹内器官的功能,防病治病,故名建里。

局部解剖 同中脘穴。

中 脘 Zhongwǎn (RN12)

穴名简释 中,中间;脘,胃脘。穴当胃脘之中部。

部位 在上腹部,前正中线上,当脐中上4寸(图8)。仰卧位取穴。

主治 腹痛,腹胀,霍乱,呕吐,吐酸,胃脘痛,面色萎黄,饮食难化,臌胀,泄泻,便秘,肠痛,痞疾,黄疸,失眠,头痛,怔忡,脏躁,癲症,狂症,慢脾风,痿症,胁痛,暑病,虚劳,呃逆,哮喘,子宫脱垂,恶阻,高血压,急性胃肠炎,荨麻疹,中风等。

针法、灸法与针感 针0.5~0.8寸;灸5~10壮,或10~30分钟;多出现胀、麻或热感,沿任脉向上、下放散,或向下外方放散。

穴意与配伍 系胃之募穴,八会穴中的腑会。亦系手太阳小肠脉、手少阳三焦脉、足阳明胃脉和任脉之会穴。是治疗脾胃疾患的最常用穴之一。配公孙、内关、足三里、胃俞治腹痛、腹胀、腹泻、痢疾等。

局部解剖 (1)针刺通过之组织层:皮肤,皮下组织,腹白线。不可刺透腹白线而进入腹腔,以免刺伤腹腔器官。

(2)神经、血管:肋间神经前皮支;腹壁上动、静脉分支等。

上 脘 Shàngwǎn (RN13)

穴名简释 上,上方;脘,胃脘。穴当胃脘之上部。

部位 在上腹部,前正中线上,当脐中上5寸(图8)。仰卧位取穴。

主治 呕吐,纳呆,腹胀,腹痛,腹泻,食不化,胃脘部疼痛,腹积聚坚大如盘,惊悸,呃逆,癲痛,黄疸,虚劳吐血,身热汗不出,恶阻。

针法、灸法与针感 针0.5~0.8寸;灸5~10壮,或20~30分钟;针感同巨阙穴。

穴意与配伍 上脘、中脘属胃络脾,系足阳明胃脉、手太阳小肠脉和任脉之会穴。是治上腹部脾胃病症的常用穴。配合谷、足三里可治胃脘痛。

局部解剖 (1)针刺通过之组织层:皮肤,皮下组织,腹白线。

(2)神经、血管:肋间神经前皮支;腹壁上动、静脉分支。

巨 阙 Jùquè (RN14)

穴名简释 巨,巨大;阙,宫门。此为心之募穴,如心气出入的宫门。

部位 在上腹部,前正中线上,当脐中上6寸(图8)。仰卧位取穴。

主治 咳逆上气,胸满短气,胸痛,心痛,吞酸,呕吐,腹泻,腹胀暴痛,黄疸,尸厥,昏闷,癲狂,健忘,呃逆,脚气,急性胃肠炎等。

针法、灸法与针感 针0.4~0.8寸;灸5~10壮,或20~30分钟;多为胀、麻感,可沿任脉向上、向下放散,或向两侧放散。

穴意与配伍 系心之募穴。配内关、心俞,可治心痛、心悸。

局部解剖 (1)针刺通过之组织层:皮肤,皮下组织,腹白线。

(2)神经、血管:肋间神经前皮支;腹壁上动、静脉分支。

鸠 尾 Jiūwěi (RN15)

穴名简释 鸠,鸠鸟;尾,尾巴。胸骨剑突形如鸠鸟的尾巴,穴在其下,故名。

部位 在上腹部,前正中线上,当胸剑结合部下1寸(图8)。仰卧位取穴。

主治 胸满,咳逆,唾血,喉痹,咽肿痛,癩痢,狂走不择言语,脏躁病,心惊悸,偏头痛,哮喘,呃逆,呕吐,胃脘痛等。

针法及灸法 针0.3~0.5寸,针尖向下刺入,不可深刺入腹腔或胸腔;灸3~5壮,或10~30分钟。

穴意 是任脉之络穴,也是膏之原。《灵枢》说:“膏之原出于鸠尾”。

局部解剖 (1)针刺通过之组织层:皮肤,皮下组织,腹白线。

(2)神经、血管:肋间神经前皮支;腹壁上动、静脉分支。

中 庭 Zhōngtíng (RN16)

穴名简释 中,中间;庭,庭院。穴在心下,犹如在宫殿前庭院之中。

部位 在胸部,当前正中线上,平第5肋间,即平齐胸骨体和剑突结合之处(图8)。仰卧位取穴。

主治 胸肋满痛,梅核气,食不下,呕吐,小儿吐乳等。

针法与灸法 针0.2~0.3寸,针尖向下沿皮刺;灸3~5壮,或5~20分钟。

局部解剖 同鸠尾穴。

膻 中 Dànzhōng (RN17)

穴名简释 膻,袒露;中,中间。胸部袒露的中间部位古称膻中,穴当其中。

部位 在胸前部,当前正中线上,平第4肋间,两乳头连线的中点(图8)。仰卧位取穴。

主治 短气,哮喘,肺痈,咳嗽,唾脓,咯血,心胸痛,妇人乳汁少,噎膈,臌胀等。

针法、灸法与针感 针0.3~0.5寸,针尖向下沿皮刺;灸5~7壮,或10~20分钟;针感以局部胀为主。

穴意与配伍 系心包之募穴。也是八会穴中气会之处,故气病如咳嗽、哮喘等常取本穴。配肺俞、尺泽治咳、喘等呼吸器官病症,配乳根、少泽治产后乳汁不足。

局部解剖 (1)针刺通过之组织层:皮肤,皮下组织。不可刺至骨膜和胸骨。

(2)神经、血管:肋间神经前皮支;胸廓内动、静脉的前穿支等。

玉 堂 Yùtáng (RN18)

穴名简释 玉,玉石;堂,殿堂。玉有贵重之意,穴位所在相当于心脏部位,因其重要,故比之为玉堂。

部位 在胸前部,当前正中线上,平第3肋间(图8)。仰卧位取穴。

主治 胸膈痛,咳逆上气,呕吐寒痰,胸满不得息,哮喘等。

针法及灸法 针0.2~0.3寸,灸3~5壮,或5~20分钟。

局部解剖 (1)针刺通过之组织层:皮肤,皮下组织。不可刺至骨膜及胸骨。
(2)神经、血管:肋间神经前皮支;胸廓内动、静脉前穿支。

紫 宫 Zǐgōng (RN19)

穴名简释 紫,紫色;宫,宫殿。紫宫,星名,在此代表帝王所居之所。穴对心脏部位,心为君主之官,故名。

部位: 在胸前部,当前正中线上,平第2肋间(图8)。仰卧位取穴。

主治 胸膈痛,咳嗽,喘满,呕吐寒痰,两乳肿痛,饮食不下,呕逆上气,心烦,唾如白胶(如肺癌患者的痰)等。

针法及灸法 针0.2~0.3寸,灸3~5壮,或5~20分钟。

局部解剖 (1)针刺通过之组织层:皮肤,皮下组织。不可刺至骨膜及胸骨。
(2)神经、血管:肋间神经前皮支;胸廓内动、静脉前穿支等。

华 盖 Huágài (RN20)

穴名简释 华盖,星名,在此指帝王所用盖伞。穴位所在相当于肺脏部位;肺布心之上,犹如心之华盖。

部位 在胸上部,当前正中线上,平第1肋间(图8)。仰卧位取穴。

主治 胸肋满痛,咳逆上气,哮喘,喉痹,咽肿,水浆不下等。

针法及灸法 针0.2~0.3寸;灸3~5壮,或5~20分钟。

穴意 肺为五脏之华盖,此穴名取其具有主治呼吸器官病症之意。

局部解剖 同璇玑穴。

璇 玑 Xuánjī (RN21)

穴名简释 璇,同“旋”字;玑,同“机”字。璇玑,为北斗星的第二至第三星,与紫宫星相对,故名。

部位 在胸部,当前正中线上,天突下1寸(图8)。仰卧位取穴。

主治 胸肋满痛,咳逆上气,哮喘,喉痹,咽喉肿痛,水浆不下,胃中有积。

针法及灸法 针0.2~0.3寸;灸3~5壮,或5~20分钟。

局部解剖 (1)针刺通过之组织层:皮肤,皮下组织。不可刺至骨膜及胸骨。
(2)神经、血管:肋间神经前皮支;胸廓内动、静脉前穿支。