

经络穴位解说

EXPLAIN OF MERIDIANS & POINTS

靳 瑞 杨锦森 编著

科学普及出版社广州分社

内 容 简 介

经络腧穴学说是中医理论的重要组成部分，同时，亦日益受到爱好武术、气功及健美等科目人士的重视。

本书是由在国内外都颇有名气的针灸学专家靳瑞教授和广州中医学院教师杨锦森合作，将现代的解剖学与传统的中医经络腧穴学结合起来解说的一本力作，方式属首创。

书中的经脉循行解说及穴位解剖解说都是用解剖学名词术语描述，并结合穴位的解剖结构特点，提出针刺的方法及注意事项。经脉病候和穴位作用解说是作者丰富的临床实践经验之谈，文字深入浅出、清晰明了。

本书附有一百多幅常用穴位解剖图，准确、精致。

本书适合于从事或热爱针灸学、中医学、按摩、武术、气功及健美等科目的人士学习、研究和参考。

经 络 穴 位 解 说 EXPLAIN OF MERIDIANS-POINTS

靳 瑞 杨锦森 编 著

科学普及出版社广州分社出版发行

(广州市应元路大华街兴平里三号)

广东省新华书店发行经销

广东第二新华印刷厂印刷

开本：787×1092毫米1/16 9印张 插图：127幅 180千字

1987年5月第1版 1987年5月第1次印刷

印数：1—19,500册

统一书号：14051·60641 定价 3.20元

前 言

经络是中医理论的重要组成部分，腧穴是经络脏腑在体表的反应点，经络腧穴与内脏的机能关系以及显著的临床疗效，充分说明经络腧穴学是祖国医学的宝贵遗产。但是有关经络和腧穴的记载多是文言文，不利于在群众中普及。为普及经络穴位知识，我们决定编著这本册子，目的是介绍祖国医学遗产有关经络穴位的知识。

本书共分经络解说和穴位解说两部分，在内容及编写形式上力求不同于一般的讲义和教科书，着重于临床实践应用，通俗易懂，简明扼要，并尽可能用现代科学知识加以解释说明道理。“经络循行解说”及“穴位解剖解说”基本上用解剖术语由浅入深，分层阐述，尤其是对容易发生危险的穴位，根据临床实践经验及人体解剖结构特点，详细解说针刺方法、针刺深浅、进针角度、禁忌及注意事项等，以加深对穴位的科学认识。部分只有用中医理论才能解释的经络病候及穴位作用，则仍然用中医理论，结合临床实践加以解说。并为了内容的完整，最后把全部穴位列表说明，以便于读者查对。

由于本书主要是经络穴位的解说，不是一部治疗学，而且篇幅所限不能把全部穴位的辨证论治都写进去，有待下集《历代腧穴刺灸手法解说》再补充阐述。故此，本书只是经络穴位知识的普及读物，适宜于中医院校学生、以及从事针灸、按摩、气功、武术的工作者及广大业余爱好者参考学习。

在编写过程中，请了卓国棠副教授审阅解剖解说部分，靳子豪参加了经络穴位全图的编写，在此表示感谢。但因编写解说读物还是首次，内容及取材难免有遗漏或有不当之处，望提宝贵意见，以便再版时修正。

编 者

一九八六年九月

目 录

经 络 解 说

一、概说	(1)
二、经络的内容	(2)
(一)十二经脉	(4)
(二)奇经八脉	(4)
(三)十二经别	(4)
(四)十二经筋	(5)
(五)十五络脉	(5)
(六)十二皮部	(5)
三、十四经脉解说	(5)
(一)手太阴肺经	(5)
(二)手阳明大肠经	(6)
(三)足阳明胃经	(7)
(四)足太阴脾经	(9)
(五)手少阴心经	(9)
(六)手太阳小肠经	(10)
(七)足太阳膀胱经	(11)
(八)足少阴肾经	(12)
(九)手厥阴心包经	(13)
(十)手少阳三焦经	(14)
(十一)足少阳胆经	(15)
(十二)足厥阴肝经	(16)
(十三)任脉	(17)
(十四)督脉	(17)

穴 位 解 说

一、穴位的分类	(19)
二、取穴方法	(19)
三、常用穴位解说	(21)
(一)手太阴肺经	(21)
中府	(21)
尺泽	(21)
孔最	(22)
列缺	(22)
太渊	(23)
鱼际	(24)
少商	(24)

(二)手阳明大肠经	(25)
商阳	(25)
三间	(25)
合谷	(26)
阳溪	(27)
偏历	(27)
手三里	(28)
曲池	(28)
臂臑	(29)
肩髃	(29)
扶突	(30)
迎香	(30)
(三)足阳明胃经	(31)
承泣	(31)
四白	(32)
地仓	(32)
颊车	(33)
下关	(33)
头维	(34)
乳根	(34)
梁门	(35)
天枢	(36)
归来	(36)
伏兔	(37)
梁丘	(37)
足三里	(38)
上巨墟	(39)
下巨墟	(39)
丰隆	(40)
解溪	(40)
内庭	(41)
厉兑	(41)
(四)足太阴脾经	(42)
隐白	(42)
太白	(42)
公孙	(43)
三阴交	(43)
地机	(44)
阴陵泉	(45)
血海	(45)

大包·····	(46)	太溪·····	(69)
(五) 手少阴心经·····	(47)	大钟·····	(70)
极泉·····	(47)	照海·····	(70)
少海·····	(47)	复溜·····	(71)
通里·····	(48)	俞府·····	(71)
阴郄·····	(48)	(九) 手厥阴心包经·····	(72)
神门·····	(49)	天泉·····	(72)
少冲·····	(49)	曲泽·····	(72)
(六) 手太阳小肠经·····	(50)	间使·····	(73)
少泽·····	(50)	内关·····	(73)
后溪·····	(50)	大陵·····	(74)
腕骨·····	(51)	劳宫·····	(75)
支正·····	(52)	中冲·····	(75)
天宗·····	(52)	(十) 手少阳三焦经·····	(76)
颞髃·····	(53)	关冲·····	(76)
听官·····	(53)	中渚·····	(76)
(七) 足太阳膀胱经·····	(54)	阳池·····	(77)
睛明·····	(54)	外关·····	(77)
攒竹·····	(55)	支沟·····	(78)
天柱·····	(56)	肩髃·····	(79)
风门·····	(56)	翳风·····	(79)
肺俞·····	(57)	耳门·····	(80)
心俞·····	(58)	丝竹空·····	(80)
膈俞·····	(58)	(十一) 足少阳胆经·····	(81)
肝俞·····	(59)	瞳子髎·····	(81)
脾俞·····	(60)	听会·····	(81)
胃俞·····	(60)	阳白·····	(82)
肾俞·····	(61)	头临泣·····	(82)
大肠俞·····	(61)	风池·····	(83)
膀胱俞·····	(62)	肩井·····	(84)
次髎·····	(62)	日月·····	(84)
委阳·····	(63)	带脉·····	(85)
委中·····	(63)	环跳·····	(86)
承山·····	(64)	风市·····	(86)
膏肓·····	(64)	阳陵泉·····	(87)
志室·····	(65)	光明·····	(87)
秩边·····	(66)	悬钟·····	(88)
飞扬·····	(66)	丘墟·····	(88)
昆仑·····	(66)	足临泣·····	(89)
申脉·····	(67)	足窍阴·····	(89)
束骨·····	(67)	(十二) 足厥阴肝经·····	(90)
至阴·····	(68)	大敦·····	(90)
(八) 足少阴肾经·····	(69)	行间·····	(91)
涌泉·····	(69)	太冲·····	(91)

曲泉.....	(92)	风府.....	(103)
章门.....	(92)	百会.....	(104)
期门.....	(93)	上星.....	(104)
(十三) 任脉.....	(93)	素髻.....	(105)
中极.....	(93)	人中.....	(105)
关元.....	(94)	(十五) 奇穴.....	(106)
气海.....	(95)	印堂.....	(106)
神阙.....	(95)	太阳.....	(106)
下脘.....	(96)	翳明.....	(106)
中脘.....	(96)	夹脊.....	(107)
膻中.....	(97)	腰奇.....	(107)
天突.....	(98)	十宣.....	(108)
廉泉.....	(98)	四缝.....	(108)
承浆.....	(99)	八邪.....	(109)
(十四) 督脉.....	(99)	膝眼.....	(109)
长强.....	(99)	胆囊穴.....	(109)
腰阳关.....	(100)	兰尾.....	(110)
命门.....	(101)	八风.....	(110)
至阳.....	(101)	四、十四经腧穴表.....	(111)
大椎.....	(102)	经络穴位解剖图.....	(137)
哑门.....	(102)		

经络穴位解说

EXPLAIN OF MERIDIANS & POINTS

靳 瑞 杨锦森 编著

科学普及出版社广州分社

内 容 简 介

经络腧穴学说是中医理论的重要组成部分，同时，亦日益受到爱好武术、气功及健美等科目人士的重视。

本书是由在国内外都颇有名气的针灸学专家靳瑞教授和广州中医学院教师杨锦森合作，将现代的解剖学与传统的中医经络腧穴学结合起来解说的一本力作，方式属首创。

书中的经脉循行解说及穴位解剖解说都是用解剖学名词术语描述，并结合穴位的解剖结构特点，提出针刺的方法及注意事项。经脉病候和穴位作用解说是作者丰富的临床实践经验之谈，文字深入浅出、清晰明了。

本书附有一百多幅常用穴位解剖图，准确、精致。

本书适合于从事或热爱针灸学、中医学、按摩、武术、气功及健美等科目的人士学习、研究和参考。

经 络 穴 位 解 说 EXPLAIN OF MERIDIANS-POINTS

靳 瑞 杨锦森 编 著

科学普及出版社广州分社出版发行

(广州市应元路大华街兴平里三号)

广东省新华书店发行经销

广东第二新华印刷厂印刷

开本：787×1092毫米1/16 9印张 插图：127幅 180千字

1987年5月第1版 1987年5月第1次印刷

印数：1——10,500册

统一书号：14051·60641 定价 3.20元

前 言

经络是中医理论的重要组成部分，腧穴是经络脏腑在体表的反应点，经络腧穴与内脏的机能关系以及显著的临床疗效，充分说明经络腧穴学是祖国医学的宝贵遗产。但是有关经络和腧穴的记载多是文言文，不利于在群众中普及。为普及经络穴位知识，我们决定编著这本册子，目的是介绍祖国医学遗产有关经络穴位知识。

本书共分经络解说和穴位解说两部分，在内容及编写形式上力求不同于一般的讲义和教科书，着重于临床实践应用，通俗易懂，简明扼要，并尽可能用现代科学知识加以解释说明道理。“经络循行解说”及“穴位解剖解说”基本上用解剖术语由浅入深，分层阐述，尤其是对容易发生危险的穴位，根据临床实践经验及人体解剖结构特点，详细解说针刺方法、针刺深浅、进针角度、禁忌及注意事项等，以加深对穴位的科学认识。部分只有用中医理论才能解释的经络病候及穴位作用，则仍然用中医理论，结合临床实践加以解说。并为了内容的完整，最后把全部穴位列表说明，以便于读者查对。

由于本书主要是经络穴位的解说，不是一部治疗学，而且篇幅所限不能把全部穴位的辨证论治都写进去，有待下集《历代腧穴刺灸手法解说》再补充阐述。故此，本书只是经络穴位知识的普及读物，适宜于中医院校学生、以及从事针灸、按摩、气功、武术的工作者及广大业余爱好者参考学习。

在编写过程中，请了卓国棠副教授审阅解剖解说部分，靳子豪参加了经络穴位全图的编写，在此表示感谢。但因编写解说读物还是首次，内容及取材难免有遗漏或有不当之处，望提宝贵意见，以便再版时修正。

编 者

一九八六年九月

经 络 解 说

一、概 说

经络是一个“内属于脏腑，外络于肢节”的系统，它具有沟通表里，联络肢体，运行血气，营养全身，抗御外邪，保卫机体及调节脏腑功能，保持阴阳平衡的作用。经络学说是研究经络的生理、病理、诊断及治疗的一门学科。是祖国医学理论的重要组成部份，中医临床各科都与经络学说有着密切的关系，中医在临床中，经络学说理论常常是诊治疾病的理论依据。

如用中药治疗疾病时，中药的使用要讲究药物归经。所谓“归经”，就是“归经络”，它是根据药物临床疗效总结出来指导临床用药的理论。如藁本、京子、羌活、防己等入太阳经；白芷、防风、石膏、葛根入阳明经；柴胡、青皮入少阳经；麻黄、杏仁、桔梗、桑白入肺经；白芍、柴胡、龙胆草、当归入肝经；黄连、枣仁、柏子仁入心经；苍术、白术、砂仁、淮山入脾经；黄柏、知母、泽泻、益智仁、山萸肉入肾经等。此外，分析病机，确立治则，诊断病名，也常需用经络学说去解释。

外治法中，不论针灸、按摩、气功、点穴等疗法，更必需用经络学说指导临床治疗。如针灸施术的穴位，就是分布在经络上面的，诊断的经络辨证，处方的循经取穴，手法的补泻无不与经络有密切关系。又如推拿按摩是在肢体上用各种手法刺激，以行气活血，宣通经络，达到治疗疾病的目的。推拿按摩的部位也是经络上的穴位，如在心经的极泉，心包经内关捏按可缓解心绞痛；揉按中腕、胃俞和胃经的足三里、梁丘等穴，可治疗胃腕痛；切按合谷、颊车、下关可治牙痛；切按膀胱俞、中极治疗遗尿；捏脊可以治疗小儿疳积等，都是以经络穴位为基础的。气功练功时，会觉有气随经脉流动，或丹田（关元穴）处有热感，或沿任督脉循行或气随经络跳动的感觉，这些气的现象都只有用经络才能解释的。

如在妇科疾病的诊治时，由于有些经脉是对妇女生理、病理有特殊关系的，如《内经》说“……任脉通太冲脉盛，月事以时下，故有子”。“任脉虚，太冲脉衰少，天癸竭，地道不通，故形坏而无子也。”又说“月事不来者，胞脉闭也。”督脉生病，“女子为不孕。”经脉之中又以冲脉、任脉、督脉、带脉等脉对妇科有更为重要关系，因而在治疗妇科病中就有为妇科所专有的调理冲任的治法。

因为人体是一个整体，疾病的发生必然内外互相影响的。如创伤肿痛，虽由外因引起，但发病后必连及于内，故可内服清热解毒、活血化瘀，托里解毒等药剂治疗。肠痈胆石虽起于内，但却属外科范围这是因其可用手术治疗也。故虽名为“外科”，实因其治法或病位而取名也。

外邪由体表局部传入于里，脏腑病外应于体表，它的传变的途径是通过经络进行的。因而中医外伤科的感染损伤，痈肿疮疖，常常是按经络部位辨症的，如在背部、胸部的痈肿，是足太阳膀胱经部位，故多为湿热壅滞之症；如乳部痈肿，属足阳明胃经部位，又多属阳明积热所致。清代医学丛书《医宗金鑑》在“外科心法”中以十二经脉歌列为首篇，论述病症

亦常以经穴命名和判断预后的。如论百会疽时说“百会疽在巅顶结，经属督脉百会穴。……七日不溃命必绝”，“牙衄牙缝内出血，胃、肾二经虚实热。”“肾痈肾经不足生，京门微肿隐隐疼。”“厥阴少阳多相火，若发痈疽最难平。”等等。有些外科病在经络循行部位上会出现反应点，有助临床诊断。如阑尾炎在胃经足三里周围会出现压痛点；胆囊炎在胆经阳陵泉周围有压痛点；腰腿痛在承扶、委中、昆仑、阳陵泉等足太阳经和足少阳经穴上有压痛点等。甚至在治疗上药物的名称也有用经络命名的，如大活络丹、小活络丹等。故外伤科与经络的关系也是很密切的。

五官是脏腑的外窍，目为肝窍，鼻为肺窍，耳为肾窍，口为脾窍，舌为心窍。经络是脏腑与外窍联系的组织结构。内经说“十二经脉，三百六十五络，其气血皆上于面而走空窍，其精阳之气上走于目而为睛；其别气走于耳而为听，其宗气上出于鼻而为嗅，其浊气出胃，走唇舌而为味。”并且每个器官都同几条经脉相连，使五官与脏腑关系更为密切。如治疗眼病用五轮八廓辨证就是以经络学说为基础的。可见经络学说和五官科的关系也是十分密切的。

由于经络学说作用的广泛，所以《内经》在论述经络的时候说“经脉者，所以决死生，处百病，调虚实，不可不通也！”又说“夫十二经脉者，人之所以生，病之所以成，人之所以治，病之所以起，学之所始，工之所止，粗之所易，上之所难也。”历代中医家对经络学说都极为重视。如明代喻嘉言在《医门法律》中指出，“不明脏腑经络，开口动手便错”。由此可见经络学说在祖国医学中的重要地位。是学习祖国医学不可缺少的一门重要学科。

二、经络的内容

经络包括了经脉和络脉。经又分为十二经脉、十二经别、十二经筋、奇经八脉；络又分为十五络脉、浮络、孙络、十二皮部等。各有循行部位、生理功能、病理症候和治疗方法。所以经络并不是单一的组织，而是体内多种条状、管状组织的综合系统，经络的内容如下表：

经 络

经

手 三 阴	手太阴肺经	足 三 阳	足阳明胃经
	手少阴心经		足太阳膀胱经
手 三 阳	手厥阴心包经		足少阳胆经
	手阳明大肠经	足 三 阴	足太阴脾经
十二经别	手太阳小肠经		足少阴肾经
	手少阳三焦经		足厥阴肝经
十二经筋	足太阳经别	足少阴经别	(经脉一合)
	足少阳经别	足厥阴经别	(经脉二合)
	足阳明经别	足太阴经别	(经脉三合)
	手太阳经别	手少阴经别	(经脉四合)
	手少阳经别	手厥阴经别	(经脉五合)
	手阳明经别	手太阴经别	(经脉六合)
奇经八脉	足太阳经筋	足少阳经筋	足阳明经筋
	足太阴经筋	足少阴经筋	足厥阴经筋
	手太阳经筋	手少阳经筋	手阳明经筋
	手太阴经筋	手心主经筋	手少阴经筋
奇经八脉	冲脉、任脉		
	督脉、带脉		
	阴跷脉、阳跷脉		
	阴维脉、阳维脉		

络

十五络	手太阴别络—列缺	足太阳别络—飞扬
	手少阴别络—通里	足少阳别络—光明
	手心主别络—内关	足阳明别络—丰隆
	手阳明别络—偏历	足太阴别络—公孙
	手少阳别络—支正	足少阳别络—蠡沟
	任脉别络—尾翳	督脉别络—长强
	脾之大络—大包	
浮 孙	络—浮浅常见的络脉	
	络—最细小的络脉	
	十二皮部—十二经各经循行所过部位的皮肤及其下面的孙络。	

（一）十二经脉

十二经脉是经络的主要部分，共有十二条，每条经脉在体内都连属于一个脏腑。阴经连属脏，阳经连属腑。经脉又有分支和它相表里的脏腑联络，阴经属脏而络腑，阳经属腑而络脏。十二经在体表都分布着腧穴。十二经脉之间有表里相配，如肺经和大肠经相表里，脾经和胃经相表里，心经和小肠经相表里，肝经和胆经相表里，肾经和膀胱经相表里，心包经和三焦经相表里等。

十二经脉因其连属的脏腑、五官、肢体不同，而各有其不同的症候。

例如：肺经有咳嗽、哮喘、胸痛；心包经有心痛、心烦、心悸、喜笑不休等症状。

十二经脉疾病的治疗原则是：“盛则泻之，虚则补之，热则疾之，寒则留之，陷下则灸之，不盛不虚以经取之。”以及“菀陈则除之”。

十二经脉的分布和流注都是有规律的。凡属阴经都分布于腹侧和内侧，阳经分布于背侧和外侧，（只有胃经的躯干段是循行于腹部的前面）。

手足三阴三阳经行走方向的规律是：手三阴经从胸走手，手三阳经从手走头，足三阳经从头走足，足三阴从足走胸腹。

十二经在人体分布的规律是：太阴经在前，少阴经在后，厥阴经在中（足厥阴经在内踝上八寸之前，是行于太阴经之前）。阳明经在前，太阳经在后，少阳经在中（侧）。

十二经脉的气血流注次序是：肺经→大肠经→胃经→脾经→心经→小肠经→膀胱经→肾经→心包经→三焦经→胆经→肝经，再回到肺经，周而复始，如环无端。

十二经脉交接部位，阳经与阳经在头部交接，阴经与阴经在胸部交接，阴经和阳经在指或趾端交接。

（二）奇经八脉

奇经八脉有八条，即任脉、督脉、冲脉、带脉、阴维脉、阳维脉、阴跷脉、阳跷脉。

奇经八脉与十二经不同，十二经每条经均与脏腑直接连属，奇经除冲、任、督脉起于子宫，督脉入属于脑，其余各脉是没有直接与脏腑联系的；十二经脉有表里相配；有如环无端的流注规律，而奇经是没有的；十二经脉在体表循行的部份都分布着本经专有穴位，而奇经除了督脉和任脉有本经专有的穴位外，其余六条奇经的穴位都是以十二经部分穴位作为本脉的穴位。

奇经八脉在生理上主要起着调节十二经脉阴阳气血的作用。十二经脉气血过盛时，则流入奇经；当经脉气血不足时，又反溢于十二经，以调节经脉的气血。

奇经八脉因各脉所连接的经脉和组织不同而有不同病候。如督脉因并于脊里，上至风府，入属于脑。所以出现“脊强反折”、“实则脊强，虚则头重高摇之。”等神志疾病。任脉起于“胞中”，“小腹以下骨中央”，因而出现“七疝”、“带下”、“瘕聚”等生殖器官疾病。

（三）十二经别

经别是十二经别行的通路，又称为别行的正经。经别都在本经肘膝附近别出，上行于本经所不到之处，然后经过体内，循行于表里脏腑之间。当上行至头颈部时，阴经的经别在头颈

部与相表里的阳经相合，阳经的经别则在头顶部与本经相合。这样就把十二经别分成六组，即足太阳与足少阴相合，足少阳与足厥阴相合，足阳明与足太阴相合，手太阳与手少阴相合，手少阳与手厥阴相合，手阳明与手太阴相合，称为“经脉六合”。由于经别是十二经的别行通路，是十二经脉的一部分，有加强气血输布和密切表里经脏腑间联系的作用。

（四） 十二经筋

经筋是分布在体表的筋脉组织，经筋都是在四肢指趾末端开始循行，连结于骨关节，从下向上行，最后止于头顶部。经筋主要循行于体表，不入内脏。经筋的生理作用是调节肢体的屈伸活动。正由于经筋分布于体表，易被风寒湿邪侵袭，所以经筋得病，以四肢筋肉疼痛拘急和运动障碍的“痹症”为主。经筋疾病的治疗方法是，以痛点作为针灸的穴位，以针刺后，有酸、麻、胀、痹感觉为度，或以火针或温针治疗。即内经所“以痛为腧，以知为数，燔针劫刺”的刺痺法。

（五） 十五络脉

在经脉之间，起着联络作用的组织称为络脉。凡直接联络于表里经之间的络脉称为十五络。凡浮露于体表易见的称为浮络。络脉别出后，再分出细小的分枝网络全身的，称为孙络。

十五络脉都在十二经脉中的一个经穴里别出，并以这个穴来命名的。例如：手太阴肺经的别络是列缺，手阳明大肠经的别络是偏历等。络脉别出以后，有各自的路径循行，最后才交于其表里关系的经脉中。

络脉有灌注肢节，濡养周身和联络各经脉的作用。十五络脉在病理情况下，会表现出一定的临床症状。如肺络“实则手锐掌热，虚则欠欬，小便遗数。”心络“实则支膈，虚则不能言”等。临床上是根据各个络脉的证候，分别取其络穴，进行补泻治疗。

（六） 十二皮部

皮部是指人体皮肤部位，是受十二经脉所濡养支配的。皮部是按各经循行所过的部位而划分的。

皮部在中医诊断上是有重要意义的。如望诊时，观察病者面部颜色，是与皮部有密切关系，因为五色是通过皮部络脉而外现的。

皮部与治疗也有密切关系。临床上刺孙络、皮内针、皮肤针点刺、贴药、磁疗、按摩点穴以及一切只在皮肤刺激，而不深刺皮下肌肉的治疗方法，都是通过皮部以达到治疗疾病目的的方法。

三、十四经脉解说

（一） 手太阴肺经

【内经原文】

1.起于中焦 2.下络大肠 3.还循胃口 4.上膈 5.属肺 6.从肺系，横出

腋下 7.下循臑内，行少阴心主之前 8.下肘中 9.循臂内上骨下廉 10.入寸口 11.上鱼，循鱼际 12.出大指之端 13.其支者，从腕后直出次指内廉出其端（图1）

是动则病肺胀满，膨膨而喘咳，缺盆中痛，甚则交两手而瞀，此为臂厥。是主肺所生病者，咳上气，喘渴，烦心，胸满，臑臂内前廉痛厥，掌中热。气盛有余，则肩背痛，风寒，汗出中风，小便数而欠。气虚则肩背痛，寒，少气不足以息，溺息变。

【循行解说】

手太阴肺经：从胸走手，行于上肢前外侧缘，分两条路径。

（1）中焦至大指端的脉

起于上腹部的“中焦”，向下联络相表里的大肠后，回转达胃口贲门，向上穿过膈肌，连属于肺，并经支气管，气管，喉之后向两侧横行至第一肋间隙外侧中府穴之处出胸腔。然后沿肩前方向外下行，行于三角肌前方，臂前外侧，肱二头肌外侧沟，经肘横纹外侧，肱二头肌腱膜外侧，前臂前外侧，相当于桡腕肌表面处下行到桡骨茎突的内侧缘，腕横纹的外侧，进入手掌的大鱼际肌掌外侧缘，再经第一掌骨的内侧缘，最后沿大拇指的外侧缘止于大拇指外侧指甲角后旁开0.1寸处的少商穴。

（2）腕后至拇指支脉

在腕后寸半的列缺穴分出，沿食指内侧行至食指末端，与手阳明大肠经相接。

【病候解说】

（1）肺主气，司呼吸，外合皮毛，外邪侵袭，肺失清肃，则发为咳嗽气喘。肺经受邪，肃降失常，肺气壅遏胸中，故胸部胀痛，胸中烦闷。肺主气，肺气虚则少气不足以息，出现气短气促。肺主皮毛，外感风邪则恶风自汗，为外感风寒风热。手太阴肺经循行于上肢前外侧缘，故经脉病则沿本经所过的肩背及肘臂桡侧疼痛，活动障碍和感觉障碍诸证。

（2）肺经和肾经都可发生气喘，肺经的气喘为膨膨喘咳，是呼气性呼吸困难的哮喘，肾经气喘为喝喝而喘，是吸气性呼吸困难，属肾不纳气，肺气肿心脏病等的气喘。

（3）综上所述，本经病候有咳嗽气喘，胸部胀痛，短气上气，外感中风，肩背及肘臂桡侧痛。

（4）本经主治的病证有：

①呼吸系统的疾患：急慢性支气管炎、支气管哮喘、肺结核、肺炎、肺气肿等引起的咳嗽、气喘、胸痛、咯血等病症。

②五官疾患：慢性咽炎、扁桃腺炎、鼻咽、鼻衄等。

③经脉所过部位的疾患：如锁骨上窝痛上肢前外侧缘疼痛、掌心热等。

（二）手阳明大肠经

【内经原文】

1.起于大指次指之端 2.循指上廉，出合谷两骨之间 3.上入两筋之中 4.循臂上廉 5.入肘外廉 6.上臑前廉，上肩 7.出髃骨之前廉 8.上出于柱骨之会上 9.下入缺盆 10.络肺 11.下膈 12.属大肠 13.其支者，从缺盆，上颈，贯颊 14.入下齿中 15.环出挟口，交人中 16.左之右、右之左，上挟鼻孔（图2）

是动则病齿痛，颈肿。是主津液所生病者，目黄，口干，衄衄，喉痹，肩前臑痛，大指次指痛不用。气有余，则当脉所过者热肿，虚则寒慄不复。

【循行解说】

从手走头，行于上肢背外侧缘及面前部，分两条路径：

（1）食指端至大肠的脉

起于食指外侧指甲角后旁开0.1寸处的商阳穴，沿着食指的外侧上行，经指掌关节突起部的外侧，第一、二掌骨间，进入手背外侧的鼻烟窝，沿前臂背外侧上行，经肘横纹外侧尽头处，继续沿臂的背外侧上行至肩部，再经肩峰的前下方，肩锁关节上方凹陷处，绕至脊柱第七颈椎棘突下缘，又向前下行至锁骨上窝中点的缺盆处入胸腔与肺联络，并穿过膈肌，连属于大肠。

（2）缺盆至头面部支脉

由缺盆上行，经胸锁乳突肌后缘，面颊部进入上齿龈内，复从内转出，环绕口唇，在人中处交叉，右脉向左，左脉向右，止于鼻翼两旁的迎香穴，与足阳明胃经相接。

【病候解说】

（1）本经从缺盆上颈贯颊入下牙齿中，阳明为两阳合明，阳明热盛，发生齿痛，邪热有余，燔灼咽喉，则咽喉肿痛，颈颊肿痛。本经上挟鼻孔，阳明热盛，循经上炎，迫血妄行，发为鼻衄。三阳主表，如外感风寒，则鼻流清涕。小肠经循行于上肢背外侧缘至肩端，邪犯阳明，气盛有余，则沿经脉所过的上肢背外侧缘以及肩部出现灼热疼痛、运动障碍或感觉障碍。

（2）经脉中出现目黄症状者有小肠，大肠，心，膀胱等经。出现黄疸有脾肾二经。故目黄与黄疸实有所别，目黄为热邪盛，上熏于目之微黄浊表现，黄疸则为全身发黄之黄疸，病证属肝胆病之症状。

（3）手三阳经病候中均无腑证，其原因是手三阳下合于足三阳，能治疗腑证的下合穴均在足三阳经上，如手阳明大肠经的下合穴上巨疝，和手太阳小肠经的下合穴下巨疝均在足阳明胃经上面，手少阳三焦经的下合穴委阳在足太阳膀胱经上面，这些下合穴是治疗腑病很有效的穴位。故手三阳经病候中均无腑证的记载。

（4）综上所述大肠经病候有下牙齿病，咽喉肿痛，鼻衄流涕，目黄口干，颈颊肿痛，上肢背外侧缘和肩部疼痛，运动障碍等症。

（5）本经主治的病证有：

①上呼吸道感染，感冒发热、头痛、咳嗽、高热抽搐昏迷。

②头面五官疾患，头痛、面瘫、面肌痉挛三叉神经痛、眼疾、咽炎、扁桃腺炎、鼻炎、鼻窦炎、鼻衄、腮腺炎、甲状腺肿大、颈部淋巴结肿大、耳聋、耳鸣等。

③过敏性皮肤病，荨麻疹、皮肤搔痒症。

④经脉所过部位的疾患，肩痛、肘臂痛、手指手背肿痛等。

（6）大肠与肺相表里，肺主气，而津由气而化生。《素问·经脉别论》指出：“饮入于胃，流溢精气，上输于脾，脾气散精，上输于肺，通调水道，下输膀胱，水精四布”。这说明津液的生成、输布、转化，肺起着重要的作用。另一方面又说明，津液通过三焦，经胃下降到小肠、大肠，大部分还要在大肠中被重新吸收，以保证机体津液相对的恒定。所以，大肠在津液代谢过程中，也是起着重要的作用。因此，手阳明大肠经是主津液所生病。

（三）足阳明胃经

【内经原文】

1.起于鼻之交頤中，旁纳太阳之脉，下循鼻外 2.入上齿中，环出挟口环唇，下交承浆 3.却循颐后下廉，出大迎，循颊车 4.上耳前，过客主人，循发际，至额颅 5.其支者，从大迎前下人迎，循喉咙入缺盆 6.下膈属胃络脾 7.其直者，从缺盆下乳内廉 8.下挟脐，人气冲中 9.其支者，起于胃口，下循腹里，下至气冲中而合 10.以下髀关 11.抵伏兔

12.下膝腠中 13.下循胫外廉 14.下足跗 15.入中趾内间 16.其支者，下廉三寸而别，下入中趾外间 17.其支者，别附上，入大趾间，出其端（图3）

是动则病洒洒振寒，善呻，数欠，颜黑，病至则恶人与火。闻木声则惕然而惊，心欲动，独闭户塞牖而处，甚则欲上高而歌，弃衣而走，贲响腹胀，是为肝厥。是主血所生病者，狂疟，温淫，汗出，衄衄，口喎唇疹，颈肿，喉痹，大腹水肿，膝腠肿痛，循膻、乳、气街、股、伏兔、胛外廉、足跗上皆痛，中趾不用。气盛则身以前皆热，其有余于胃，则消谷善饥，溺色黄，气不足则身以前皆寒慄，胃中寒则胀满。

【循行解说】

从头走足，行于面前部，下肢外侧前缘，分六条路径。

（1）鼻旁至前额的脉

起于鼻翼两旁，上至鼻根，从眼眶下缘的承泣穴，沿着鼻外侧下行，进入上齿龈中，复从内转出，环绕口唇，在唇下颊唇沟正中与任脉的承浆穴交会后，折向颊后方，沿着颌角前方，向上行至耳廓前方，再沿着头发的边缘，至前额正中。

（2）面颊至腹内支脉

从下颌角前的大迎穴下行至甲状软骨两旁的人迎穴，然后顺着喉咙进入锁骨上窝，再向下行，穿过膈肌，连属于胃，并与脾脏联络。

（3）锁骨上窝至胸腹直行的脉

由锁骨上窝经乳头下行于腹前正中线旁开2寸，至腹股沟上的气冲穴。

（4）从胃幽门部下行至气冲穴，沿大腿前外侧，缝匠肌外缘，经腓韧带外侧，下行至胫骨前外侧，通过足背十字韧带正中处，行于第二、三趾骨之间，止于第二趾外侧趾甲角后0.1寸处的厉兑穴。

（5）从膝下三寸分出，向下行入中趾外侧。

（6）从足背分出，进入大趾间，出于大趾内侧，与足太阴脾经相接。

【病候解说】

（1）本经出于鼻，挟口环唇，热伤血络，则鼻出血。湿热相蒸，则口唇生疮。胃经“循喉咙，入缺盆”，阳明胃热，咽喉肿痛。阳明经行于面前，经筋分布于目下，阳明筋脉拘急，则口目喎斜。胃与脾相表里，脾主运化水湿，脾胃虚弱，失于健运，水湿渗于腹腔，则为腹水，溢于肌肤，则为水肿，胃肠气机失于运化，则肠鸣腹胀。经脉为风寒湿等邪所袭，则沿经脉所过的胸、膻、乳、气街下肢前缘、足背和中趾疼痛或运动障碍。

（2）综上所述、本经病候有：热病发狂，鼻衄唇疮，咽痛颈肿，口角喎斜，水肿腹水，肠鸣腹胀，沿胸、膻、乳、腹、下肢前缘以及足背疼痛。阳明邪盛，则发热汗出。热极生风则神志不清，甚至出现“上高而歌，弃衣而走”的精神症状。

（3）本经主治的病证有：

①胃下垂、急慢性阑尾炎、肠麻痹、营养性水肿、肝炎、蛔虫病、胃肠神经官能症等。

②头面五官疾患，头痛、牙痛、眼痛、面神经麻痹、面肌痉挛、三叉神经痛、甲状腺肿大、腮腺炎等。

③经脉所过部位的疾患，胸痛、腿痛、膝关节肿痛、下肢痿痹、偏瘫、小儿麻痹后遗症等。

④其他疾患，脚气病、乳腺炎、高血压、神经衰弱、身体虚弱等。

（4）胃为水谷之海，化生精微，主生营血，即“营出中焦”之意。如胃腑有病，则营血不生。且阳明为多气多血之经，其经气之盛衰，将会直接影响到机体血之荣虚。因此，本经是