

样 本 库

同 经 相 应 取 穴 法

杨占林 编著

21147/12



山西科学教育出版社

1146174

目 录

序言	1
一、什么是同经相应取穴法	3
二、取穴的方法	4
三、针刺穴位	5
四、适应症	31
五、针刺方法	32
六、对四肢扭挫伤的治疗	32
七、对一般外伤的治疗	36
八、对四肢局限性疼痛的治疗	40
九、讨论	45
十、结语	48

序 言

“同经相应取穴法”是山西已故名老中医山西医学院第一附属医院中医科尚古愚老夫，根据《内经》中缪刺、巨刺、远道刺的原则，在临床实践中摸索出来的一种独特疗法。一九六一年春，我在省西医离职学习中医班时，常和尚老夫研讨针灸经络等问题，他提出了这方面的经验。他说：“一九五一年初，我从杜维诚老师学针灸，杜老专擅缪刺，疗效颇著，这给我留下了很深刻的印象。其后，我在主持北京中医学会针灸研究班班务时，袁尚儒大夫举迈左腿动右臂的例子，来说明阴阳平衡与肢体活动的关系。这虽然是一件最普通的生活现象，但却给我以很大启发。当我正在为寻求怎样才能把祖国医学中的阴阳学说恰当地用到临床实践中去的时候，邻妇某因左足烫伤，来家求治。这个人是以编织毛衣为业，右手无名指因长期弯曲起来挟持毛线，每逢伸直时即感疼痛不适。当时查其新得的烫伤，正在足少阳胆经的经穴部位，为其在左足窍阴穴上针刺出血泻热，不仅其伤处立即止痛，而且其陈旧性的右手无名指之不能伸直和疼痛的情况，也随之好转，手指能逐渐伸屈自如。通过这一例证，即帮助我对同经与交叉的道理有所认识，同时亦体会到形状相类，功能相似的肢体之间原来亦存在着治疗上的关系。”我和尚老夫将此疗法共同应用临床，通过实践证明，确有较好的

疗效。经查有关文献尚未发现前人记载过此种取穴方法。我们认为此疗法具有简便易学、疗效显著的特点，并与中医的阴阳、经络、气血学说精神颇相符合，所以当时考虑此法不仅有治疗意义而且可能对针灸经络理论研究也有一定意义。基于上述想法，我曾整理过《同经相应取穴法与四肢疼痛等疾患的治疗》这样一个材料。尚老大夫常以此材料为提纲在太原市中医界介绍这方面的经验。

总之，此种刺法用穴不多，见效迅速，同时操作稳妥，便于学习，适用范围较广泛，尤其是避免刺激患部附近，能减少病人痛苦。

现在，这种取穴法已被许多同志应用于临床实践，并有所发展。为使其进一步推广应用和更好地为人民保健事业服务，我将原材料做了进一步修订和补充，介绍给大家。为便于学者掌握，福建卫生报社杨学众同志还为本小册子常用穴位作了插图。

因尚老大夫早已去世，只能根据我个人实践体会进行整理修订，故此书的内容尚欠完整，希望同志们提出批评与指正。

山西省中医研究所 杨占林

一九八四年十月

一、什么是同经相应取穴法

“同经相应取穴法”的名称是我们自拟的，它是我们根据内经中缪刺⁽¹⁾、巨刺⁽²⁾、远道刺⁽³⁾的原则，在临床实践中摸索出来的一点经验。但它又不完全同于缪刺、巨刺、远道刺。经查有关文献，尚未发现前人记载过此种取穴方法，所以这种方法对我们来说还是一种新的发现，因而才提出这样一种新的名称。

此种取穴方法中的所谓“同经”，系指所取之针治经穴

注 解：

(1)缪刺：是指在身体一侧(左侧或右侧)有病时，针刺对侧(右侧或左侧)穴位的一种方法。主要应用于：①身体外形疼痛，但脉象正常者，如《素问·调经论》：“身形有痛，九候莫病，则缪刺之。”②络脉有病者，如《素问·缪刺论》：“故络病者，其痛与经脉缪处，故命曰缪刺”。

(2)巨刺：是指在身体一侧(左侧或右侧)有病时，针刺对侧(右侧或左侧)穴位的一种方法。主要应用于：①身体一侧疼痛，而对侧的脉象出现异常者，如《素问·调经论》：“痛在于左，而右脉病者，巨刺之”。②经脉有病者，如《素问·缪刺论》：“邪客于经，左盛则右病，右盛则左病，亦有移易者，左痛未已，而右脉先痛，如此者，必巨刺之”。

(3)远道刺：是九刺法的一种。指身体上部有病时，取下肢部的阳经的俞穴进行治疗。如《灵枢·官针篇》：“远道刺者，病在上取之下，刺府谿也。”又“病在上而取下之合穴，所谓合治六腑也”。

与患处必须是同属一经，但更须是左手经与右足经相对。例如患部正当手太阳小肠经的经行部位，治疗时应取足太阳膀胱经的经穴；患部如属足少阴肾经时，则选取手少阴心经的经穴。其余可以类推。所谓“相应”部位是指人体的不同肢体，其部位、形状相似而且功能相似的地方，如腕关节外侧的相应部位为外踝，掌指关节的相应部位则为蹠趾关节。其余也可以类推。选取相应部位时必须注意，要尽可能选取与患部在部位、形状和功能各方面都相类似的地方，例如外踝近中线的丘墟穴，其相应部位为阳池穴，因阳池与丘墟既同属于手足少阳经，又均当腕踝关节伸侧近正中线上。再如，位于外踝靠近小腿下廉的足太阳膀胱经的申脉穴，其相应部位则为靠手腕下廉的手太阳小肠经之阳谷穴。其它如手阳明经之阳溪穴与足阳明经之解溪穴；手太阳经之小海穴与足太阳经之委阳穴；手太阴经之列缺穴与足太阴经之三阴交穴；手阳明经之商阳穴与足阳明经之厉兑穴等，这些穴位的所在部位均属一经的相应部位，所取的经穴也就是同经的相应穴位。

综上所述，同经相应取穴法是以患部的压痛或自觉疼痛最剧处，作为对应标志，然后取与患部相交叉对称之同经相应穴位或部位（阿是穴）进行针治的一种方法。

二、取穴的方法

首先应当说明的是，祖国医学中的针灸术，从辨证到治疗，原则上都是以经络为主，穴位次之。因为经络是人体气血运行的通路，而腧穴仅是经络脏腑之气聚于体表的位置。所

以古人说：“宁失穴，勿失经”，这是很重要的一项原则。我们在临床上使用同经相应取穴法时，也就一定要掌握“勿失经”的精神。

根据我们临床实践经验，在使用本疗法时，还必须注意以下几点：

1. 如患部及其交叉对称的同经相应部位，均正当经穴时，则取经穴针刺治疗。如两者，一当经穴，其一不当经穴，或两者均不当经穴时，则亦按上述之取穴原则，一处取经穴，一处取阿是穴，或者均取同经相部位之阿是穴针刺。

2. 如患部面积较大，超过一经之经行部位时，可以选择与患部之经行部位相应的数经同时针刺。

3. 如有局限性淤血、肿胀时，先在患部本经井穴或交叉对称之同经井穴点刺出血，然后再用同经相应取穴法针刺，常能提高疗效。

三、针刺穴位

应用同经相应取穴法治疗以局限性疼痛为主证的四肢疾患，除阿是穴外，一般常用的有七十六个穴位。因笔者取穴方法和位置与其它典籍所载间有不同，故将穴位及取法分述如次。

（一）手太阴肺经与足太阴脾经

1. 手太阴肺经（图1）

①少商

位 置：在手大指端内侧，去指甲角如韭叶许。

取穴法：沿患者拇指上方，将血液推向指端并握紧，在指甲根内侧角直上如韭叶许，赤白肉际处点刺出血。

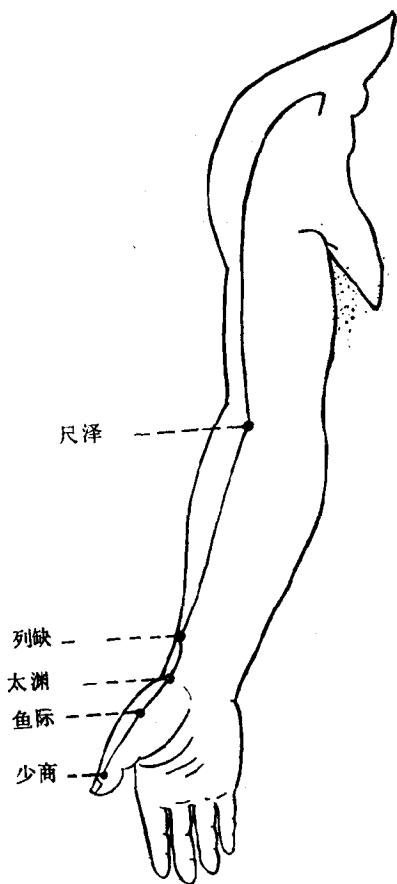


图1 手太阴肺经常用穴

②鱼际

位 置：在手大指本节后，赤白肉际处。

取穴法：于第一掌骨后赤白肉际处，仰掌取之，针时要卧刺，针尖向掌心。

③太渊

位 置：在掌后桡侧横纹头动脉中。

取穴法：于腕第一横纹动脉应手处，仰掌取之。取穴时将脉管推向尺侧，入皮时针尖向桡侧倾斜，入皮后再直刺。

④列缺

位 置：在腕后桡侧一寸五分陷中。

取穴法：于桡骨茎突之上外方凹陷处是穴，通常取穴法是令患者两虎口交叉，食指按压在桡骨茎突之上部，食指尖端到达之处筋骨陷中取之。刺时针尖向上方斜刺。

⑤尺泽

位 置：在肘窝横纹中央稍外侧。

取穴法：取穴时伸臂转腕，手掌向内，在肘窝横纹外侧，当肱桡肌与肱二头肌腱之间，凹陷处是穴。

2. 足太阴脾经（图2）

①隐白

位 置：在足大趾内侧，去趾甲角如韭叶许。

取穴法：正坐垂足，沿患者跖趾上方，将血液推向趾端并握紧，在趾甲根内侧角直上如韭叶许，赤白肉际处点刺出血。

②太白

位 置：在足大趾内侧，核骨后陷中。

取穴法：正坐拱足，于第一跖骨小头后赤白肉际处取之。

③商丘

位 置：在足内踝下微前陷中。

取穴法：正坐垂足，于内踝下缘的横纹和内踝前缘的纵线相交点中，即内踝尖直下约一横指凹陷处取之。

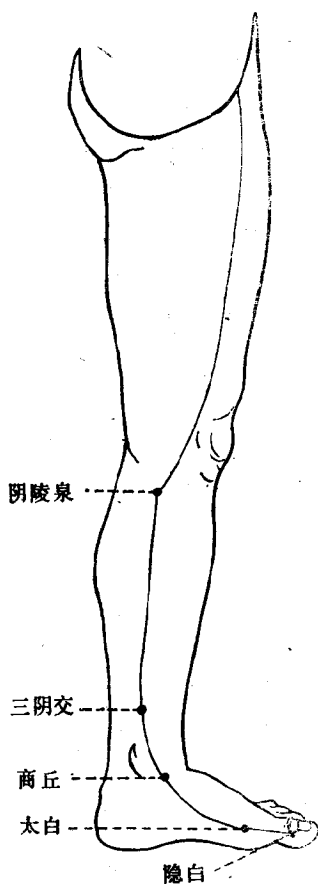


图2 足太阴脾经常用穴

④三阴交

位 置：在内踝上三寸，骨后陷中。

取穴法：于内踝正中直上三寸处，沿胫骨内侧缘取之。

⑤阴陵泉

位 置：在膝横纹头内侧陷中。

取穴法：正坐垂足，在膝横纹头内侧，即阳陵泉穴上约一横指相对应之凹陷处取之。

表1. 手太阴肺经与足太阴脾经临床
常用交叉对称取穴表

手 经	交叉对称应用穴位	足 经
手 太 阴 肺 经	少 商 ← ———→ 隐 白	足 太 阴 脾 经
	鱼 际 ← ———→ 太 白	
	太 渊 ← ———→ 商 丘	
	列 缺 ← ———→ 三阴交	
	尺 泽 ← ———→ 阴陵泉	

(二) 手阳明大肠经与足阳明胃经

1. 手阳明大肠经 (图3)

①商阳

位 置：在手食指内侧，去指甲角如韭叶许。

取穴法：沿患者食指上方，将血液推向指端并握紧，在指甲根内侧角直上如韭叶许，赤白肉际处点刺出血。

②合谷

位 置：在手指食指大歧骨间。

取穴法：手掌向内，拇食二指伸张，于手背面第一、二掌骨之间微凹陷处取之。

③阳溪

位 置：在手腕上方，直对合谷穴，两筋间陷中。

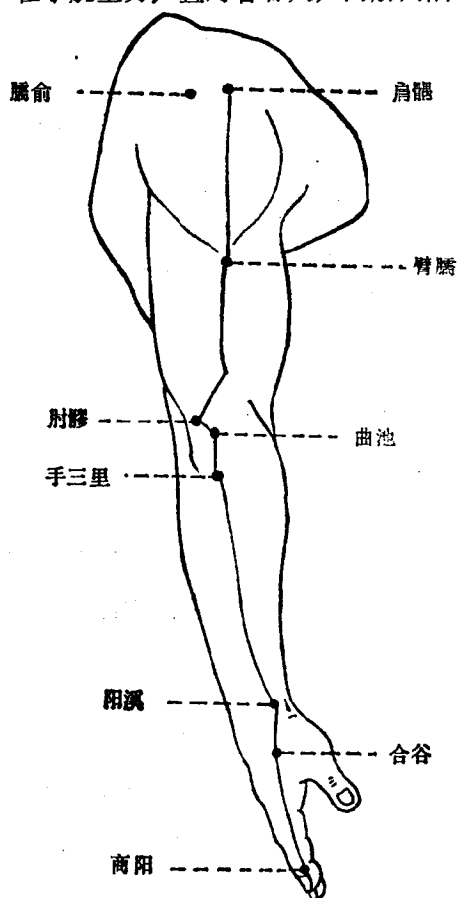


图3 手阳明大肠经常用穴

取穴法：手掌平置或侧置，伸直拇食两指，令拇指上翘，在拇长伸肌腱与拇短伸肌腱之间陷中取之。

④手三里

位 置：在曲池穴下二寸。

取穴法：肘关节半屈，掌心向内，虎口朝上，在曲池穴下二寸许高肉处取之。

⑤曲池

位 置：在肘窝横纹头陷中。

取穴法：肘关节半屈，前臂侧置，掌心向内，虎口朝上，在肘窝横纹头对肱桡关节处取之。

⑥肘髎

位 置：在肘大骨外廉陷中。

取穴法：肘关节半屈约 120° ，前臂侧置，掌心向内，虎口朝上，在肱骨外上髁附近，曲池穴斜外约寸许凹陷处取之。

⑦臂臑

位 置：在肘上七寸，肩髃穴下三寸，三角肌止点处。

取穴法：屈肘拱手，于三角肌止点的前缘稍偏外取之。

⑧肩髃

位 置：在肩端两骨间。

取穴法：于肩峰外侧端之下方，三角肌中份起点之中央，在平举上臂现凹陷处取之。注意此穴不能深刺（因深处有肩关节囊和韧带）。

2. 足阳阴明胃经（图4）

①厉兑

位 置：在足次趾端外侧，去爪甲角如韭叶许。

取穴法：正坐垂足，沿患者足第二趾上方，将血液推向

趾端并握紧，在趾甲根外侧角直上如韭叶许，赤白肉际处点刺出血。

②陷谷

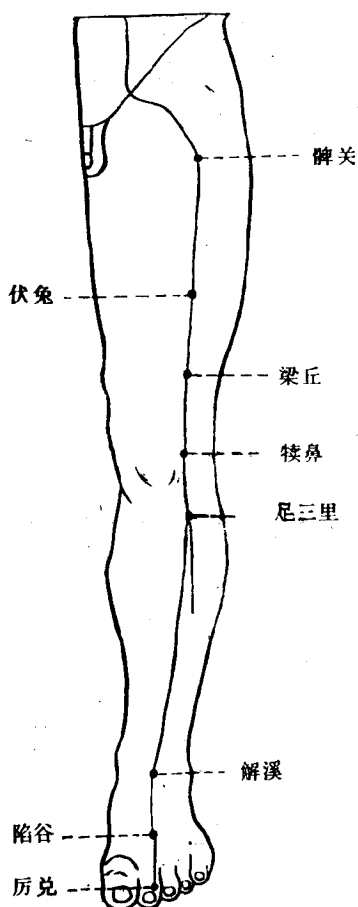


图4 足阳明经常用穴

位 置：在足次趾、中趾上方约寸许陷中。

取穴法：正坐垂足，于第二、三趾骨之间隙凹陷处取之。

③解溪

位 置：在冲阳穴后一寸五分，跗上两筋间陷中。

取穴法：坐位，膝关节半屈，在踝关节横纹上，当趾长伸肌腱与拇长伸肌腱之间凹陷处取之。

④足三里

位 置：在外膝眼下三寸，两筋间陷中。

取穴法：坐位，膝关节半屈，在犊鼻穴下三寸，距胫骨前缘外侧约一横指凹陷处取之。

⑤犊鼻

位 置：在膝盖骨下，胫骨上，筋骨间陷中。

取穴法：在外膝眼陷中处，正坐垂足取之。

⑥梁丘

位 置：在膝上二寸两筋间。

取穴法：坐位，于膝盖骨上缘上二寸，当股直肌与股外侧肌之间凹陷处，或在膝盖骨上缘稍外方约一横指按压凹陷处取之。

⑦伏兔

位 置：在膝盖骨上六寸起肉间。

取穴法：坐位屈大腿，在膝盖骨外上缘直上六寸处取之，或令患者本人将手掌根抵住腹股沟部，其中指尖到达处是穴。

⑧髌关

位 置：在伏兔后交纹中。

取穴法：仰卧位，于腹股沟韧带中点向下引一直线，与会阴穴的水平线相交点处取之。

表2. 手阳明大肠经与足阳明胃经临
床常用交叉对称取穴表

手 经	交叉对称应用穴	足 经
手 阳 明 大 肠 经	商 阳 ←————→ 厉 兑	足 阳 明 胃 经
	合 谷 ←————→ 陷 谷	
	阳 溪 ←————→ 解 溪	
	手三里 ←————→ 足三里	
	曲 池 ←————→ 颊 鼻	
	肘 髁 ←————→ 梁 丘	
	臂 臑 ←————→ 伏 兔	
	肩 髃 ←————→ 脾 关	

(三) 手少阴心经与足少阴肾经

1. 手少阴心经 (图5)

① 少府

位 置：在小指本节后骨缝陷中。

取穴法：屈肘仰掌，于掌中第一横纹上的尺侧端，赤白肉际里面（与后溪穴相对），即当小指本节后的尺侧取之。

② 神门

位 置：在掌后锐骨端陷中。

取穴法：于尺侧腕屈肌腱的桡侧，在腕第一横纹内侧份与豌豆骨桡侧缘相交点凹陷处取之。

③ 通里

位 置：在掌后约一横指陷中。

取穴法：在尺侧腕屈肌腱与指屈浅肌之间，屈肘仰掌，

直对神门穴上方约一横指凹陷处取之。

④少海

位 置：在肘内廉节后陷中。

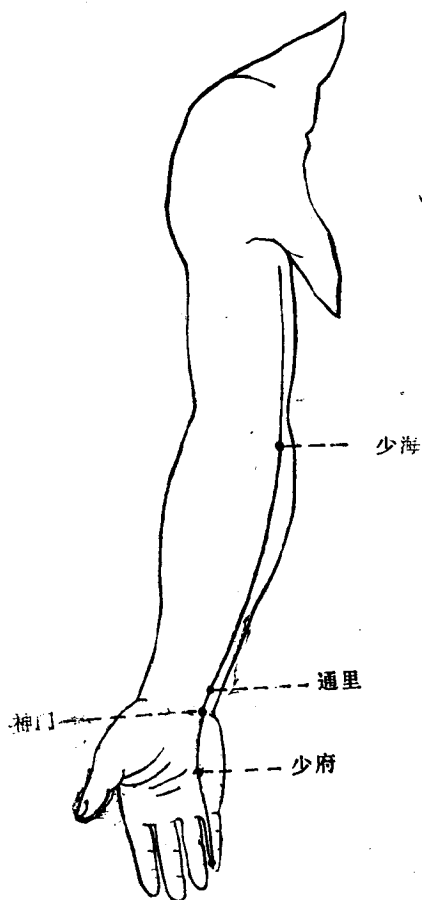


图5 手少阴心经常用穴