

經絡要穴歌訣  
百症賦箋註  
經外奇穴

# 合編

(本編新)

經絡要穴歌訣、百症賦箋註、經外奇穴合編

---

編輯者：王野楓·承爲奮·梅煥慈

出版發行：姜 懷 琳 診 所

地址：蘇州市大石頭巷四四號

印刷者：毛 上 珍 印 書 館

地址：蘇州市臨頓路一〇四號

版權所有 ★ 不准翻印

---

定價0.75元 1955.4.25出版 1-2000

各地經銷處

北京：妙音書社

東安市場中華商場44號

上海：千頃堂書局

漢口路296號

中醫書局

山東中路26號

瀋陽：新舊書局

大東北順城街25號

西安：大中書局

南大街44號

杭州：新中國書局

解放街

蘭州：光華書局

曹家巷75號

廣州：萬有書局

永漢北路182號

蘇州：中國鍼灸圖書用品社

司前街83號

目錄

鍼灸經絡要穴歌訣

經穴分類……………一

骨度表……………三

經絡要穴歌訣

一 手太陰肺經

手太陰肺經之穴名……………五

手太陰肺經脈之分野……………五

手太陰肺經脈歌……………五

手太陰肺經穴總歌……………六

手太陰肺經穴分寸歌……………六

〔附圖〕……………七

手太陰肺經穴摘要歌……………八

## 二 手陽明大腸經

手陽明大腸經之穴名

手陽明大腸經脈之分野

手陽明大腸經脈歌

手陽明大腸經穴總歌

手陽明大腸經穴分寸歌

〔附圖〕

手陽明大腸經穴摘要歌

## 三 足陽明胃經

足陽明胃經之穴名

足陽明胃經脈之分野

足陽明胃經脈歌

足陽明胃經穴總歌

足陽明胃經穴分寸歌(一)

〔附圖〕

(二)

九  
九  
九  
〇  
〇  
一  
一  
二  
四  
四  
四  
五  
五  
六  
七  
八

〔附圖〕

足陽明胃經穴摘要歌

一九〇

#### 四 足太陰脾經

足太陰脾經之穴名

二二二

足太陰脾經脈之分野

二二二

足太陰脾經脈歌

二二二

足太陰脾經穴總歌

二二三

足太陰脾經穴分寸歌

二二四

〔附圖〕

足太陰脾經穴摘要歌

二二六

#### 五 手少陰心經

手少陰心經之穴名

二二七

手少陰心經脈之分野

二二七

手少陰心經脈歌

二二七

手少陰心經穴總歌

二二七

手少陰心經穴分寸歌

二二八

〔附圖〕

手少陰心經穴摘要歌……………二九〇

六 手太陽小腸經

手太陽小腸經之穴名……………三一

手太陽小腸經脈之分野……………三一

手太陽小腸經脈歌……………三一

手太陽小腸經穴總歌……………三一

手太陽小腸經穴分寸歌……………三一

〔附圖〕

手太陽小腸經穴摘要歌……………三四

七 足太陽膀胱經

足太陽膀胱經之穴名……………三五

足太陽膀胱經脈之分野……………三五

足太陽膀胱經脈歌……………三五

足太陽膀胱經穴總歌……………三六

足太陽膀胱經穴分寸歌(一)……………三六

〔附圖〕……………三七

(一)……………三八

〔附圖〕……………三九

(二)……………四〇

〔附圖〕……………四一

足太陽膀胱經穴摘要歌……………四二

## 八 足少陰腎經

足少陰腎經之穴名……………四五

足少陰腎經脈之分野……………四五

足少陰腎經脈歌……………四五

足少陰腎經穴總歌……………四六

足少陰腎經穴分寸歌……………四六

〔附圖〕……………四七

足少陰腎經穴摘要歌……………四八

## 九 手厥陰心包絡經

手厥陰心包絡經之穴名……………四九



手厥陰心包絡經脈之分野……………四九

手厥陰心包絡經脈歌……………四九

手厥陰心包絡經穴總歌……………四九

手厥陰心包絡經穴分寸歌……………五〇

〔附圖〕……………五一

手厥陰心包絡經穴摘要歌……………五一

## 十 手少陽三焦經

手少陽三焦經之穴名……………五三

手少陽三焦經脈之分野……………五三

手少陽三焦經脈歌……………五三

手少陽三焦經穴總歌……………五四

手少陽三焦經穴分寸歌……………五四

〔附圖〕……………五五

手少陽三焦經穴摘要歌……………五六

## 十一 足少陽胆經

足少陽胆經之穴名……………五八

足少陽胆經脈之分野……………五八

足少陽胆經脈歌……………五九

足少陽胆經穴總歌……………五九

足少陽胆經穴分寸歌(一)……………六〇

〔附圖〕……………六一

(二)……………六二

〔附圖〕……………六三

足少陽胆經穴摘要歌……………六四

## 十二 足厥陰肝經

足厥陰肝經之穴名……………六六

足厥陰肝經脈之分野……………六六

足厥陰肝經脈歌……………六六

足厥陰肝經穴總歌……………六七

足厥陰肝經穴分寸歌……………六八

〔附圖〕……………六九

足厥陰肝經穴摘要歌……………七〇

### 十三 任 脈

|         |    |
|---------|----|
| 任脈經之穴名  | 七一 |
| 任脈經之分野  | 七一 |
| 任脈經歌    | 七一 |
| 任脈經穴總歌  | 七一 |
| 任脈經穴分寸歌 | 七一 |
| 〔附圖〕    | 七三 |
| 任脈經穴摘要歌 | 七四 |

### 十四 督 脈

|         |    |
|---------|----|
| 督脈經之穴名  | 七五 |
| 督脈經之分野  | 七五 |
| 督脈經歌    | 七五 |
| 督脈經穴總歌  | 七六 |
| 督脈經穴分寸歌 | 七六 |
| 〔附圖〕    | 七七 |
| 督脈經穴摘要歌 | 七八 |

# 百症賦箋註

.....八一—九五

## 經外奇穴

|             |         |
|-------------|---------|
| 頭面部.....    | 九八      |
| 項背部.....    | 九九      |
| 胸腹部.....    | 一〇一     |
| 上部.....     | 一〇二     |
| 下部.....     | 一〇四     |
| 手足合用穴.....  | 一〇六     |
| 特用灸穴.....   | 一〇七     |
| 附疔瘡奇穴圖..... | 一〇九、一一〇 |
| 附孔穴便查表..... | 一一一—一三七 |

# 鍼灸經絡要穴歌訣

## 經穴分類

手太陰肺經，手少陰心經，手厥陰心包絡經，足太陰脾經，足少陰腎經，足厥陰肝經，手太陽小腸經，手少陽三焦經，手陽明大腸經，足太陽膀胱經，足少陽膽經，足陽明胃經，任脈，督脈，這十四經雖然是前人假定的名詞，沒有解剖上的科學根據，但是在尙未能得到科學來確定真相以前，我們對於這種分類法，也不必採取斷然的否認態度；全時在治療取穴上，如內臟病取四肢諸穴，呼吸系病從肺經取穴，消化系的胃病大腸病也各從胃經大腸經取穴等等，它在學習記憶和應用上還可以得到一定的幫助。所以現在仍依照傳統習慣，暫沿十四經的分類法來介紹穴名。

現在將滑伯仁的十四經所定經名穴數，歸納起來，作個簡單的說明：

經絡分列在胸腹一面、上肢手掌一面和下肢內側一面的叫「陰經」。

分列在背側頭部、上肢手背一面和下肢外側一面的叫「陽經」。

分列在胸腹中央綫的叫「任脈」。

分列在背脊中央綫的叫「督脈」。

陰經分佈在手部的有三經，統稱手三陰經。它們的循行方面，都是從胸部下行到手部。

分佈在足部的有三經，統稱是三陰經。它們的循行方向，都是從足部上行到胸部。

陽經分佈在手部的有三經，統稱是三陽經。它們的循行方向，都是從手部上行到頭部。分佈在足部的有三經，統稱是三陰經。它們的循行方向，都是從頭部下行到足部。

任脈從會陰部順着腹部向上，直到下唇。

督脈由尾閭部順着脊骨向上，越過後頭部頭頂部直到上唇。

手三陰經是手太陰肺經（左右各十一穴），手少陰心經（左右各九穴），手厥陰心包絡經（左右各九穴），簡稱肺經、心經、心包絡經。

足三陰經是足太陰脾經（左右各二十一穴），足少陰腎經（左右各二十七穴），足厥陰肝經（左右各十四穴），簡稱脾經、腎經、肝經。

手三陽經是手太陽小腸經（左右各十九穴），手少陽三焦經（左右各二十三穴），手陽明大腸經（左右各二十穴），簡稱小腸經、三焦經、大腸經。

足三陽經是足太陽膀胱經（左右各六十七穴），足少陽膽經（左右各四十四穴），足陽明胃經（左右各四十五穴），簡稱膀胱經、胆經、胃經。

任脈一經二十四穴。

督脈一經二十八穴。

## 骨 度 表

鍼灸上用來測量人身長度而定穴位的方法叫骨度法，又名同身寸法。和一般工商業用具的計算法不同。因為鍼灸上測量的標準，是依人身部位而不同，完全要隨各人本體的長短來定的。

鍼灸學上規定人身部位的寸法是：

一、前髮際到後髮際，規定爲一尺二寸。作頭蓋部的直寸標準。（如髮際不明，則以眉心至大椎作一尺八寸計算）

二、兩頭維穴的距離，規定爲九寸。作頭蓋部的橫寸標準。（註一）

三、兩乳間的距離，規定爲八寸。作頸、胸、腹、肩背、腰部的橫開寸標準。（註二）

四、天突到臚中，規定爲六寸八分。作前胸部直寸的標準。（註三）

五、岐骨（胸骨下端）到臍，規定爲八寸。作上腹部直寸的標準。

六、從臍到曲骨（恥骨上邊緣），規定爲五寸。作下腹部直寸的標準。

七、腋窩橫紋的前端到尺澤穴（肘窩橫紋處），規定爲九寸。作上膊前面直寸的標準。

八、肩髃穴到曲池穴，規定爲一尺。作上膊後面的直寸標準。

九、尺澤穴到大陵穴（腕橫紋處），規定爲一尺。作前膊前面的直寸標準。

十、曲池穴（曲肘橫紋端）到陽谿穴（腕橫紋端外側），規定爲一尺。作前膊後面的直寸標準。

十一、章門穴（十一肋骨端下）到環跳穴（股關節外側），規定爲九寸。作側腹部的直寸標準。  
十二、三里穴（脛腓兩骨間的上端）到解谿穴（足關節前面中央），規定一尺一寸（即從膝眼到外踝作一尺四寸計算）。作下肢直寸的標準。

如果用市尺折算測量穴位的話，其方法是用一根沒有伸縮的繩子量好後，再用尺來量繩上量得的長度。例如「一、前髮際到後髮際，規定爲一尺二寸。作頭蓋部的直寸標準。」就是用繩子從前髮際正中起，量到後髮際正中止。量得的長度分作十二份，每份就是同身寸法的一寸。如果量得的長度是市尺九寸六分，用公式算出  $9 \times 12 \parallel 10$ ，那麼在用市尺來取穴的時候，市尺上的八分就是同身寸法的一寸。如取上星穴，就從前髮際正中向上用市尺量八分即是。如果量得的長度是市尺一尺三寸二分，用公式算出  $13 \times 12 \parallel 11$ ，就是市尺一寸一分等於同身寸法的一寸。如取上星穴就要從前髮際中央，用市尺向上量一寸一分。

註①頭部橫寸可以分爲：

正中線：從兩眉的中心直上。

第一側線：從內眥角直上。

第二側線：正視，正瞳孔直上。

第三側線：外眥角直上。

②婦女乳頭偏向外側，以鎖骨正中爲標準。

③胸部諸穴，以胸肋骨罅隙中央爲標準。胸骨中央之穴，以兩肋骨與胸骨接合處正中爲準。



## 經絡要穴歌訣

### 一 手太陰肺經

#### 一 穴名（左右各十一穴）

中府，雲門，天府，俠白，尺澤，孔最，列缺，經渠，太淵，魚際，少商。

#### 二 手太陰肺經脈之分野

肺手太陰之脈，起於中焦，下絡大腸，還循胃口，上膈，屬肺，從肺系（中府、雲門）橫出腋下，下循臑內（天府），行少陰心主之前（俠白），下肘中（尺澤）循臂內（孔最），上骨下廉，入寸口（經渠、太淵）上魚，循魚際（魚際）出大指之端（少商）。其支者從腕後（列缺）直出次指內廉出其端（商陽）。

#### 三 手太陰肺經脈歌

手太陰肺中府出，下絡大腸出賁門，上膈屬肺從肺系，橫外腋下臑中行，肘臂寸口上魚際，大指內側爪甲根，支絡還從腕後出，接次指屬陽明經。