

全国中医药行业高等教育“十二五”规划教材《针灸学》《经络腧穴学》指定用图

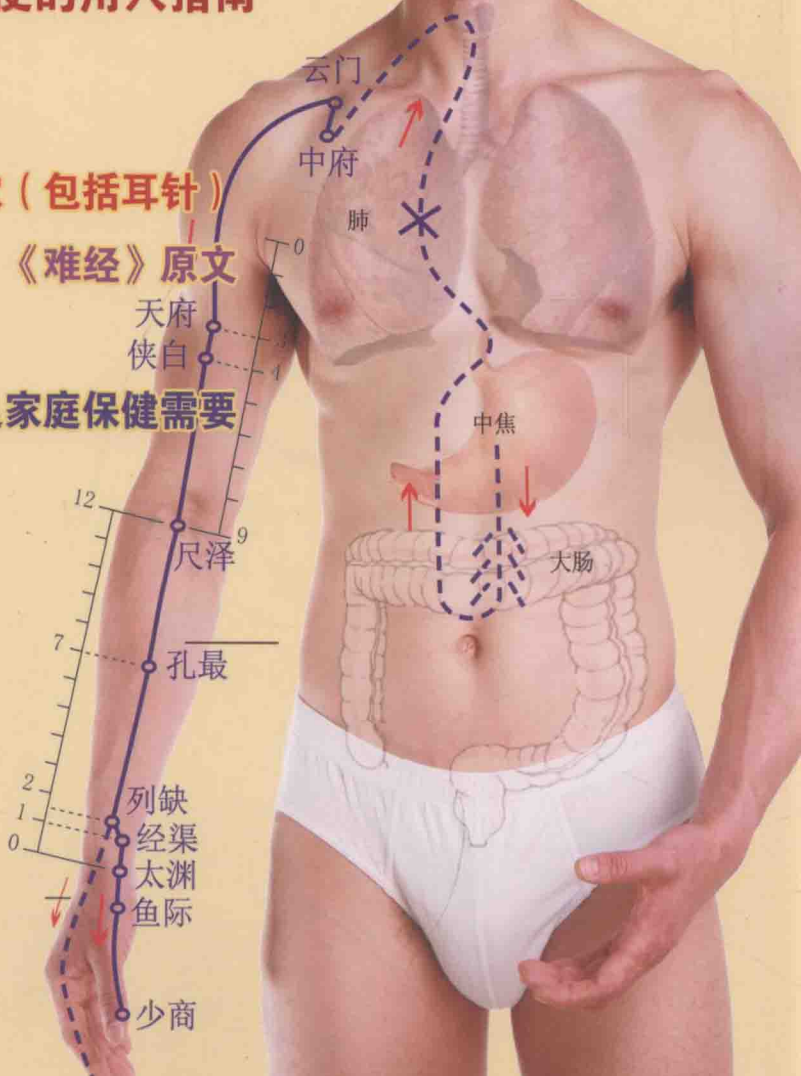
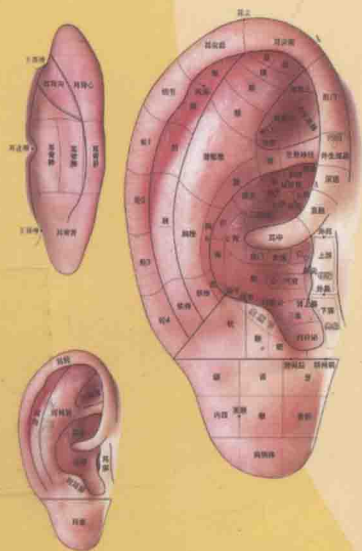
一书在手，解决全部针灸问题

# 人体 经络穴位 使用详解

睢明河 包艳燕 编著

——最权威的专家讲解 最方便的用穴指南

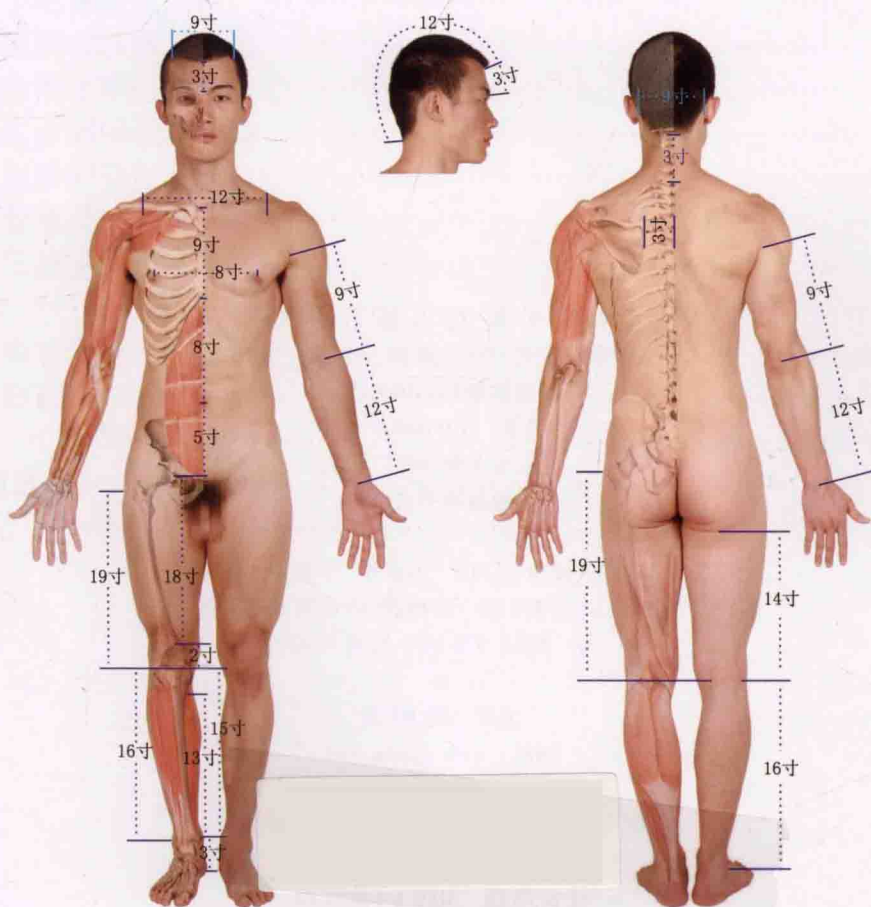
- ★ 一百余种常见病的针灸治疗取穴（包括耳针）
- ★ 经脉循行严格遵照《黄帝内经》《难经》原文
- ★ 囊括全部经穴和常用奇穴
- ★ 附耳穴图、足部反射区图，满足家庭保健需要
- ★ 设计合理，快速查询



全国百佳图书出版单位  
中国中医药出版社

# 人体经络穴位 使用详解

睢明河 包艳燕 编著



中国中医药出版社  
· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

人体经络穴位使用详解/睢明河, 包艳燕编著. —北京: 中国中医药出版社, 2013. 10

ISBN 978 -7 -5132 -1613 -5

I. ①人… II. ①睢… ②包… III. ①经络 - 基本知识 ②穴位 - 基本知识

IV. ①R224

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 209683 号

中国中医药出版社出版  
北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层  
邮政编码 100013  
传真 010 64405750  
北京市荣海印刷厂印刷  
各地新华书店经销

\*

开本 880 × 1230 1/16 印张 6 字数 134 千字  
2013 年 10 月第 1 版 2013 年 10 月第 1 次印刷  
书号 ISBN 978 -7 -5132 -1613 -5

\*

定价 29.80 元  
网址 www.cptcm.com

如有印装质量问题请与本社出版部调换  
版权专有 侵权必究

社长热线 010 64405720

购书热线 010 64065415 010 64065413

书店网址 csln.net/qksd/

官方微博 <http://e.weibo.com/cptcm>

# 目 录

一、常见病针灸治疗取穴	1
二、十四经及穴位	5
(一) 手太阴肺经及穴位	5
(二) 手阳明大肠经及穴位	8
(三) 足阳明胃经及穴位	13
(四) 足太阴脾经及穴位	21
(五) 手少阴心经及穴位	26
(六) 手太阳小肠经及穴位	29
(七) 足太阳膀胱经及穴位	33
(八) 足少阴肾经及穴位	43
(九) 手厥阴心包经及穴位	48
(十) 手少阳三焦经及穴位	51
(十一) 足少阳胆经及穴位	56
(十二) 足厥阴肝经及穴位	63
(十三) 督脉及穴位	67
(十四) 任脉及穴位	73
三、常用奇穴	78
(一) 头面躯干部穴	78
(二) 四肢部穴	81
四、耳穴	83
五、足部反射区	87
附：穴位索引	90

## 一、常见病针灸治疗取穴

(穴名后数字是该穴文字所在页码)

病名	体针治疗取穴	耳针取穴
感冒	风池 <sup>59</sup> 太阳 <sup>79</sup> 列缺 <sup>7</sup> 合谷 <sup>9</sup> 大椎 <sup>70</sup> 迎香 <sup>11</sup>	肺 内鼻 咽喉 气管 额
咳嗽	肺俞 <sup>35</sup> 中府 <sup>6</sup> 列缺 <sup>7</sup> 合谷 <sup>9</sup> 太渊 <sup>7</sup>	气管 肺 脾 肾 肾上腺 皮质下
哮喘	肺俞 <sup>35</sup> 中府 <sup>6</sup> 膻中 <sup>76</sup> 天突 <sup>76</sup> 定喘 <sup>79</sup> 列缺 <sup>7</sup> 尺泽 <sup>6</sup> 孔最 <sup>6</sup> 丰隆 <sup>18</sup>	肺 气管 神门 交感 对屏尖 肾上腺 肾
胃炎	中脘 <sup>75</sup> 足三里 <sup>18</sup> 内关 <sup>49</sup> 公孙 <sup>22</sup>	脾胃 神门 皮质下
呕吐	中脘 <sup>75</sup> 足三里 <sup>18</sup> 内关 <sup>49</sup>	胃 贲门 十二指肠 肝 脾 交感
呃逆	中脘 <sup>75</sup> 膈俞 <sup>36</sup> 膻中 <sup>76</sup> 足三里 <sup>18</sup> 内关 <sup>49</sup>	胃 耳中 食道 肝 神门
胃十二指肠溃疡	中脘 <sup>75</sup> 足三里 <sup>18</sup> 内关 <sup>49</sup> 公孙 <sup>22</sup> 脾俞 <sup>36</sup> 胃俞 <sup>36</sup>	脾胃 十二指肠 神门 皮质下
胃下垂	中脘 <sup>75</sup> 气海 <sup>75</sup> 足三里 <sup>18</sup> 百会 <sup>70</sup> 脾俞 <sup>36</sup> 胃俞 <sup>36</sup>	脾胃 肝 耳中
溃疡性结肠炎	天枢 <sup>17</sup> 气海 <sup>75</sup> 上巨虚 <sup>18</sup> 阴陵泉 <sup>23</sup>	大肠 小肠 皮质下 神门 肾上腺
泄泻	天枢 <sup>17</sup> 上巨虚 <sup>18</sup> 阴陵泉 <sup>23</sup> 神阙 <sup>75</sup>	大肠 小肠 脾胃 神门
痢疾	天枢 <sup>17</sup> 气海 <sup>75</sup> 上巨虚 <sup>18</sup> 合谷 <sup>9</sup> 三阴交 <sup>22</sup>	大肠 小肠 直肠 脾 肾 神门
便秘	天枢 <sup>17</sup> 水道 <sup>17</sup> 归来 <sup>17</sup> 支沟 <sup>52</sup> 上巨虚 <sup>18</sup>	肺 大肠 直肠 腹 皮质下
脱肛	长强 <sup>68</sup> 大肠俞 <sup>37</sup> 百会 <sup>70</sup> 承山 <sup>40</sup>	大肠 直肠 肛门 肺 脾
泌尿系感染	中极 <sup>74</sup> 气海 <sup>75</sup> 三阴交 <sup>22</sup> 阴陵泉 <sup>23</sup> 行间 <sup>64</sup>	肾 膀胱 尿道 外生殖器 肾上腺
前列腺炎	中极 <sup>74</sup> 关元 <sup>74</sup> 三阴交 <sup>22</sup> 阴陵泉 <sup>23</sup> 秩边 <sup>40</sup>	肾 膀胱 尿道 艇角 盆腔
阳痿	关元 <sup>74</sup> 肾俞 <sup>36</sup> 三阴交 <sup>22</sup>	肾 内生殖器 外生殖器 缘中 肝 内分泌
遗精	关元 <sup>74</sup> 志室 <sup>40</sup> 三阴交 <sup>22</sup>	内生殖器 内分泌 神门 肝 肾
尿潴留	中极 <sup>74</sup> 关元 <sup>74</sup> 气海 <sup>75</sup> 膀胱俞 <sup>37</sup> 三阴交 <sup>22</sup> 阴陵泉 <sup>23</sup>	肾 膀胱 尿道 三焦
尿失禁	中极 <sup>74</sup> 三阴交 <sup>22</sup> 肾俞 <sup>36</sup> 膀胱俞 <sup>37</sup>	肾 膀胱 尿道 缘中 枕
糖尿病	胃脘下俞 <sup>79</sup> 肺俞 <sup>35</sup> 脾俞 <sup>36</sup> 肾俞 <sup>36</sup> 三阴交 <sup>22</sup> 太溪 <sup>44</sup>	肺 胃 肾 胰胆 内分泌
甲状腺功能亢进	天突 <sup>76</sup> 膻中 <sup>76</sup> 合谷 <sup>9</sup> 足三里 <sup>18</sup> 三阴交 <sup>22</sup> 丰隆 <sup>18</sup>	颈 内分泌 肝 心 神门
冠心病	膻中 <sup>76</sup> 巨阙 <sup>76</sup> 心俞 <sup>36</sup> 厥阴俞 <sup>35</sup> 内关 <sup>49</sup> 神门 <sup>28</sup> 丰隆 <sup>18</sup> 阴陵泉 <sup>23</sup>	心 神门 交感
心血管神经官能症	百会 <sup>70</sup> 膻中 <sup>76</sup> 巨阙 <sup>76</sup> 心俞 <sup>36</sup> 厥阴俞 <sup>35</sup> 内关 <sup>49</sup> 神门 <sup>28</sup> 合谷 <sup>9</sup> 太冲 <sup>64</sup>	心 神门 交感 皮质下
心悸	膻中 <sup>76</sup> 巨阙 <sup>76</sup> 心俞 <sup>36</sup> 厥阴俞 <sup>35</sup> 内关 <sup>49</sup> 通里 <sup>27</sup> 神门 <sup>28</sup>	心 神门 交感 皮质下
高血压	百会 <sup>70</sup> 风池 <sup>59</sup> 曲池 <sup>10</sup> 合谷 <sup>9</sup> 太冲 <sup>64</sup> 三阴交 <sup>22</sup>	心 神门 交感 肾上腺 耳尖 降压沟
脑动脉硬化症	百会 <sup>70</sup> 头维 <sup>15</sup> 风池 <sup>59</sup> 悬钟 <sup>61</sup> 三阴交 <sup>22</sup> 丰隆 <sup>18</sup>	皮质下 神门 心 肝 肾
痴呆	百会 <sup>70</sup> 四神聪 <sup>79</sup> 印堂 <sup>71</sup> 神庭 <sup>71</sup> 太溪 <sup>44</sup> 大钟 <sup>44</sup> 悬钟 <sup>61</sup> 足三里 <sup>18</sup>	皮质下 心 肝 肾
中风	水沟 <sup>71</sup> 内关 <sup>49</sup> 三阴交 <sup>22</sup> 极泉 <sup>27</sup> 尺泽 <sup>6</sup> 委中 <sup>38</sup>	皮质下 神门 心 肝 肾 肩 腕 髌 踝
假性延髓性麻痹	天突 <sup>76</sup> 廉泉 <sup>77</sup> 翳风 <sup>54</sup> 完骨 <sup>58</sup> 风池 <sup>59</sup> 哑门 <sup>70</sup> 通里 <sup>27</sup> 照海 <sup>44</sup>	枕 皮质下 神门 心 肝 肾
头痛	印堂 <sup>71</sup> 太阳 <sup>79</sup> 百会 <sup>70</sup> 风池 <sup>59</sup> 合谷 <sup>9</sup> 外关 <sup>52</sup>	枕 颞 额 神门
眩晕	百会 <sup>70</sup> 头维 <sup>15</sup> 太阳 <sup>79</sup> 风池 <sup>59</sup> 悬钟 <sup>61</sup>	内耳 颞 神门 肝 肾
癫痫	水沟 <sup>71</sup> 百会 <sup>70</sup> 后溪 <sup>30</sup> 涌泉 <sup>44</sup> 鸠尾 <sup>76</sup> 长强 <sup>68</sup> 筋缩 <sup>69</sup> 阳陵泉 <sup>61</sup>	枕 皮质下 神门 心 肝

(续)

病名	体针治疗取穴	耳针治疗取穴
脑震荡	百会 <sup>70</sup> 太阳 <sup>79</sup> 风池 <sup>59</sup> 合谷 <sup>9</sup> 悬钟 <sup>61</sup> 血海 <sup>23</sup>	枕 颞 额 皮质下 神门
精神分裂症	印堂 <sup>71</sup> 大椎 <sup>70</sup> 风池 <sup>59</sup> 膻中 <sup>76</sup> 神门 <sup>28</sup> 劳宫 <sup>50</sup> 大陵 <sup>50</sup> 中冲 <sup>50</sup> 丰隆 <sup>18</sup> 太冲 <sup>64</sup>	枕 额 皮质下 脑干 神门 心 肝
神经官能症、癔症、焦虑症	水沟 <sup>71</sup> 内关 <sup>49</sup> 神门 <sup>28</sup> 太冲 <sup>64</sup>	额 皮质下 脑干 神门 心 肝 内分泌
神经衰弱	印堂 <sup>71</sup> 四神聪 <sup>79</sup> 安眠 <sup>79</sup> 百会 <sup>70</sup> 神门 <sup>28</sup> 三阴交 <sup>22</sup> 照海 <sup>44</sup> 申脉 <sup>41</sup>	皮质下 神门 心 垂前
震颤	百会 <sup>70</sup> 四神聪 <sup>79</sup> 风池 <sup>59</sup> 合谷 <sup>9</sup> 太冲 <sup>64</sup> 阳陵泉 <sup>61</sup>	枕 脑干 皮质下 神门
舞蹈病	百会 <sup>70</sup> 四神聪 <sup>79</sup> 神庭 <sup>71</sup> 风池 <sup>59</sup> 合谷 <sup>9</sup> 太冲 <sup>64</sup>	脑干 皮质下 神门 心
三叉神经痛	阳白 <sup>58</sup> 鱼腰 <sup>79</sup> 四白 <sup>14</sup> 下关 <sup>14</sup> 承浆 <sup>77</sup> 颊车 <sup>14</sup> 合谷 <sup>9</sup> 外关 <sup>52</sup>	面颊 颌 颞 额 神门
面神经炎	攒竹 <sup>34</sup> 鱼腰 <sup>79</sup> 阳白 <sup>58</sup> 四白 <sup>14</sup> 颞髻 <sup>32</sup> 颊车 <sup>14</sup> 地仓 <sup>14</sup> 翳风 <sup>54</sup> 合谷 <sup>9</sup> 内庭 <sup>19</sup> 太冲 <sup>64</sup>	口 眼 面颊 神门 肾上腺 肝
面肌痉挛	翳风 <sup>54</sup> 攒竹 <sup>34</sup> 太阳 <sup>79</sup> 颞髻 <sup>32</sup> 合谷 <sup>9</sup> 太冲 <sup>64</sup>	口 眼 面颊 神门 肝
股外侧皮神经炎	阿是穴 风市 <sup>60</sup> 血海 <sup>23</sup> 伏兔 <sup>18</sup> 环跳 <sup>60</sup>	臀 坐骨神经 神门 肾上腺
脑损伤后综合征	百会 <sup>70</sup> 四神聪 <sup>79</sup> 风池 <sup>59</sup> 血海 <sup>23</sup> 三阴交 <sup>22</sup> 悬钟 <sup>61</sup>	枕 颞 额 皮质下 神门
乳腺增生	膻中 <sup>76</sup> 乳根 <sup>16</sup> 屋翳 <sup>16</sup> 期门 <sup>66</sup> 太冲 <sup>64</sup> 丰隆 <sup>18</sup>	胸 皮质下 肝 内分泌 交感
急性阑尾炎	天枢 <sup>17</sup> 阿是穴 上巨虚 <sup>18</sup> 阑尾 <sup>82</sup>	大肠 阑尾 神门 交感 神门
泌尿系结石	中极 <sup>74</sup> 气海 <sup>75</sup> 三阴交 <sup>22</sup> 水泉 <sup>44</sup>	肾 输尿管 膀胱 尿道 交感 神门
前列腺肥大	中极 <sup>74</sup> 关元 <sup>74</sup> 三阴交 <sup>22</sup> 秩边 <sup>40</sup> 阴陵泉 <sup>23</sup>	肾 膀胱 尿道 艇角 盆腔
痔疮	次髎 <sup>38</sup> 长强 <sup>68</sup> 承山 <sup>40</sup> 二白 <sup>82</sup>	大肠 直肠 肛门 三焦 耳尖 肾上腺
落枕	阿是穴 肩井 <sup>59</sup> 外劳宫 <sup>82</sup> 后溪 <sup>30</sup> 悬钟 <sup>61</sup>	颈 颈椎 神门
颈椎病	颈夹脊 <sup>79</sup> 天柱 <sup>35</sup> 大椎 <sup>70</sup> 后溪 <sup>30</sup>	颈 颈椎 神门 肝 肾
胸部闪挫伤	阿是穴 支沟 <sup>52</sup> 阳陵泉 <sup>61</sup>	胸 胸椎 神门
胸椎小关节错缝	阿是穴 支沟 <sup>52</sup> 阳陵泉 <sup>61</sup>	胸 胸椎 神门
背肌筋膜炎	阿是穴 委中 <sup>38</sup>	胸椎 肾上腺 神门
急性腰扭伤	阿是穴 大肠俞 <sup>37</sup> 气海俞 <sup>37</sup> 委中 <sup>38</sup>	腰骶椎 臀 神门 耳尖 肾上腺
腰部劳损	阿是穴 肾俞 <sup>36</sup> 大肠俞 <sup>37</sup> 腰阳关 <sup>68</sup> 委中 <sup>38</sup>	腰骶椎 神门 肾
腰椎间盘突出症	腰夹脊 <sup>79</sup> 秩边 <sup>40</sup> 环跳 <sup>60</sup> 承扶 <sup>38</sup> 殷门 <sup>38</sup> 委中 <sup>38</sup> 承山 <sup>40</sup> 昆仑 <sup>41</sup> 阳陵泉 <sup>61</sup> 悬钟 <sup>61</sup> 足临泣 <sup>62</sup>	腰骶椎 神门 肾 肾上腺
腰椎骨质增生	肾俞 <sup>36</sup> 气海俞 <sup>37</sup> 大肠俞 <sup>37</sup> 腰阳关 <sup>68</sup> 委中 <sup>38</sup>	腰骶椎 神门 肾 肾上腺
骶髂关节扭挫伤	腰阳关 <sup>68</sup> 次髎 <sup>38</sup> 秩边 <sup>40</sup> 委中 <sup>38</sup>	腰骶椎 神门 肾上腺
尾骨痛	腰俞 <sup>68</sup> 长强 <sup>68</sup> 委中 <sup>38</sup> 后溪 <sup>30</sup>	腰骶椎 神门 肾上腺
强直性脊柱炎	大椎 <sup>70</sup> 至阳 <sup>69</sup> 腰阳关 <sup>68</sup> 相应节段夹脊穴 <sup>79</sup> 后溪 <sup>30</sup> 申脉 <sup>41</sup> 肾俞 <sup>36</sup> 关元 <sup>74</sup>	颈椎 胸椎 腰骶椎 神门 肾上腺 肾
肩关节周围炎	阿是穴 肩髃 <sup>11</sup> 肩髃 <sup>53</sup> 肩贞 <sup>31</sup> 肩前 <sup>82</sup> 列缺 <sup>7</sup> 合谷 <sup>9</sup> 外关 <sup>52</sup> 条口 <sup>18</sup> 阳陵泉 <sup>61</sup>	肩 枕 肾上腺 神门 肝 肾
肱骨外上髁炎	曲池 <sup>10</sup> 肘髎 <sup>10</sup> 手三里 <sup>10</sup> 手五里 <sup>10</sup> 阿是穴 合谷 <sup>9</sup> 外关 <sup>52</sup>	肘 皮质下 肾上腺 神门

(续)

病名	体针治疗取穴	耳针治疗取穴
尺神经损伤	小海 <sup>31</sup> 支正 <sup>31</sup> 腕骨 <sup>30</sup> 后溪 <sup>30</sup> 中渚 <sup>52</sup>	肘腕神门
腕关节扭挫伤	阳溪 <sup>9</sup> 阳池 <sup>52</sup> 阳谷 <sup>30</sup> 外关 <sup>52</sup> 曲池 <sup>10</sup>	腕神门
腕管综合征	内关 <sup>49</sup> 大陵 <sup>50</sup> 八邪 <sup>82</sup>	腕肾上腺神门
坐骨神经痛	腰夹脊 <sup>79</sup> 秩边 <sup>40</sup> 环跳 <sup>60</sup> 承扶 <sup>38</sup> 殷门 <sup>38</sup> 委中 <sup>38</sup> 承山 <sup>40</sup> 昆仑 <sup>41</sup> 阳陵泉 <sup>61</sup> 悬钟 <sup>61</sup> 足临泣 <sup>62</sup>	臀坐骨神经神门肝肾
梨状肌综合征	秩边 <sup>40</sup> 环跳 <sup>60</sup> 承扶 <sup>38</sup> 殷门 <sup>38</sup> 委中 <sup>38</sup> 承山 <sup>40</sup> 昆仑 <sup>41</sup> 阳陵泉 <sup>61</sup> 悬钟 <sup>61</sup> 足临泣 <sup>62</sup>	臀坐骨神经神门肾上腺
臀上皮神经损伤	阿是穴环跳 <sup>60</sup> 委中 <sup>38</sup>	臀腰骶椎神门
膝关节韧带损伤	内侧损伤:阿是穴血海 <sup>23</sup> 阴陵泉 <sup>23</sup> 商丘 <sup>22</sup> 外侧损伤:阿是穴膝阳关 <sup>61</sup> 阳陵泉 <sup>61</sup> 悬钟 <sup>61</sup> 丘墟 <sup>61</sup>	膝神门
膝关节骨性关节炎	阿是穴血海 <sup>23</sup> 阴陵泉 <sup>23</sup> 膝阳关 <sup>61</sup> 阳陵泉 <sup>61</sup> 商丘 <sup>22</sup> 丘墟 <sup>61</sup> 肾俞 <sup>36</sup> 关元 <sup>74</sup>	膝神门肾肾上腺
髌骨软骨软化症	内膝眼 <sup>82</sup> 鹤顶 <sup>82</sup> 伏兔 <sup>18</sup> 肾俞 <sup>36</sup> 关元 <sup>74</sup>	膝神门肾
腓总神经损伤	委中 <sup>38</sup> 阳陵泉 <sup>61</sup> 悬钟 <sup>61</sup> 足临泣 <sup>62</sup>	膝踝神门
小腿三头肌损伤	委中 <sup>38</sup> 承筋 <sup>40</sup> 承山 <sup>40</sup> 昆仑 <sup>41</sup>	膝踝神门
踝关节扭伤	丘墟 <sup>61</sup> 足临泣 <sup>62</sup> 阳陵泉 <sup>61</sup> 悬钟 <sup>61</sup>	踝皮质下
跟痛症	阿是穴申脉 <sup>41</sup> 照海 <sup>44</sup> 太溪 <sup>44</sup> 悬钟 <sup>61</sup> 关元 <sup>74</sup>	跟神门
月经不调	关元 <sup>74</sup> 气海 <sup>75</sup> 血海 <sup>23</sup> 三阴交 <sup>22</sup>	皮质下内分泌肾内生殖器交感
痛经	中极 <sup>74</sup> 气海 <sup>75</sup> 关元 <sup>74</sup> 次髎 <sup>38</sup> 地机 <sup>23</sup> 三阴交 <sup>22</sup>	皮质下内分泌肾内生殖器交感神门
闭经	关元 <sup>74</sup> 归来 <sup>17</sup> 中极 <sup>74</sup> 足三里 <sup>18</sup> 三阴交 <sup>22</sup>	皮质下内分泌肾内生殖器肝
功能性子宫出血	关元 <sup>74</sup> 公孙 <sup>22</sup> 三阴交 <sup>22</sup> 隐白 <sup>22</sup> 膈俞 <sup>36</sup>	内分泌肾内生殖器艇角神门
盆腔炎	中极 <sup>74</sup> 关元 <sup>74</sup> 归来 <sup>17</sup> 三阴交 <sup>22</sup> 行间 <sup>64</sup>	盆腔皮质下内分泌交感
带下证	带脉 <sup>60</sup> 中极 <sup>74</sup> 关元 <sup>74</sup> 白环俞 <sup>37</sup> 三阴交 <sup>22</sup>	内生殖器肾上腺神门肝脾肾
外阴瘙痒症	中极 <sup>74</sup> 三阴交 <sup>22</sup> 太冲 <sup>64</sup> 大敦 <sup>64</sup> 蠡沟 <sup>64</sup>	外生殖器肾上腺风溪
子宫脱垂	气海 <sup>75</sup> 关元 <sup>74</sup> 三阴交 <sup>22</sup> 百会 <sup>70</sup> 维道 <sup>60</sup>	内生殖器肾肝内分泌
经前紧张症	百会 <sup>70</sup> 神门 <sup>28</sup> 太冲 <sup>64</sup> 三阴交 <sup>22</sup>	内生殖器内分泌皮质下肾肝
更年期综合征	关元 <sup>74</sup> 肾俞 <sup>36</sup> 三阴交 <sup>22</sup> 太溪 <sup>44</sup>	皮质下内分泌内生殖器肾上腺肾神门交感
产后缺乳	乳根 <sup>16</sup> 膻中 <sup>76</sup> 少泽 <sup>30</sup> 足三里 <sup>18</sup>	皮质下内分泌肝脾肾
小儿厌食	中脘 <sup>75</sup> 足三里 <sup>18</sup> 四缝 <sup>82</sup>	脾胃大肠小肠神门皮质下
小儿惊厥	水沟 <sup>71</sup> 印堂 <sup>71</sup> 合谷 <sup>9</sup> 太冲 <sup>64</sup>	神门皮质下交感心肝
小儿腹泻	天枢 <sup>17</sup> 上巨虚 <sup>18</sup> 阴陵泉 <sup>23</sup>	神门脾胃大肠小肠
小儿遗尿症	关元 <sup>74</sup> 中极 <sup>74</sup> 膀胱俞 <sup>37</sup> 三阴交 <sup>22</sup>	肾膀胱缘中枕
脑性瘫痪	百会 <sup>70</sup> 四神聪 <sup>79</sup> 悬钟 <sup>61</sup> 足三里 <sup>18</sup> 合谷 <sup>9</sup> 夹脊穴 <sup>79</sup>	脑干皮质下额心肾
儿童多动综合征	四神聪 <sup>79</sup> 神门 <sup>28</sup> 内关 <sup>49</sup> 三阴交 <sup>22</sup> 太溪 <sup>44</sup> 太冲 <sup>64</sup>	神门皮质下心肾

(续)

病名	体针治疗取穴	耳针治疗取穴
智能迟缓	百会 <sup>70</sup> 四神聪 <sup>79</sup> 印堂 <sup>71</sup> 神庭 <sup>71</sup> 太溪 <sup>44</sup> 悬钟 <sup>61</sup> 足三里 <sup>18</sup>	神门 皮质下 交感 心 肾
流行性腮腺炎	翳风 <sup>54</sup> 颊车 <sup>14</sup> 外关 <sup>52</sup> 合谷 <sup>9</sup> 关冲 <sup>52</sup>	面颊 皮质下 肾上腺
荨麻疹	曲池 <sup>10</sup> 合谷 <sup>9</sup> 血海 <sup>23</sup> 膈俞 <sup>36</sup> 委中 <sup>38</sup>	风溪 肺 肾上腺 内分泌
瘙痒症	曲池 <sup>10</sup> 风市 <sup>60</sup> 血海 <sup>23</sup> 膈俞 <sup>36</sup>	风溪 肺 肾上腺 神门 皮质下
带状疱疹	局部阿是穴 夹脊穴 <sup>79</sup> 支沟 <sup>52</sup> 阳陵泉 <sup>61</sup> 行间 <sup>64</sup> 阴陵泉 <sup>23</sup>	肺 肾上腺 神门 胸腹
神经性皮炎	阿是穴 合谷 <sup>9</sup> 曲池 <sup>10</sup> 血海 <sup>23</sup> 膈俞 <sup>36</sup>	肾上腺 神门 皮质下 肺 肝
痤疮	阳白 <sup>58</sup> 颧髻 <sup>32</sup> 大椎 <sup>70</sup> 合谷 <sup>9</sup> 曲池 <sup>10</sup> 内庭 <sup>19</sup>	面颊 风溪 肺 肾上腺 内分泌
斑秃	百会 <sup>70</sup> 风池 <sup>59</sup> 阿是穴 太渊 <sup>7</sup> 膈俞 <sup>36</sup>	额 颞 枕 肺 肾 神门
急性结膜炎	睛明 <sup>34</sup> 风池 <sup>59</sup> 太阳 <sup>79</sup> 合谷 <sup>9</sup> 太冲 <sup>64</sup>	眼 肝 耳尖 屏尖 肾上腺
麦粒肿	太阳 <sup>79</sup> 攒竹 <sup>34</sup> 鱼腰 <sup>79</sup> 风池 <sup>59</sup> 二间 <sup>9</sup> 内庭 <sup>19</sup>	眼 肝 脾 耳尖
近视眼	承泣 <sup>14</sup> 睛明 <sup>34</sup> 风池 <sup>59</sup> 翳风 <sup>79</sup> 光明 <sup>61</sup>	眼 肝 屏间前 屏间后
视神经萎缩	球后 <sup>79</sup> 睛明 <sup>34</sup> 承泣 <sup>14</sup> 风池 <sup>59</sup> 光明 <sup>61</sup> 太冲 <sup>64</sup>	眼 皮质下 肝 屏间前 屏间后
麻痹性斜视	风池 <sup>59</sup> 合谷 <sup>9</sup> 太冲 <sup>64</sup> 太溪 <sup>44</sup> 光明 <sup>61</sup>	眼 枕 皮质下 肝
耳鸣、耳聋	翳风 <sup>54</sup> 耳门 <sup>54</sup> 听宫 <sup>32</sup> 听会 <sup>57</sup> 中渚 <sup>52</sup> 侠溪 <sup>62</sup>	内耳 耳迷根 枕 肾上腺 肾
鼻炎	迎香 <sup>11</sup> 印堂 <sup>71</sup> 风池 <sup>59</sup> 列缺 <sup>7</sup> 合谷 <sup>9</sup>	内鼻 额 肾上腺 肺
鼻出血	迎香 <sup>11</sup> 印堂 <sup>71</sup> 上星 <sup>71</sup> 孔最 <sup>6</sup> 合谷 <sup>9</sup>	内鼻 额 肾上腺 肺
咽炎	天容 <sup>32</sup> 少商 <sup>7</sup> 关冲 <sup>52</sup> 合谷 <sup>9</sup> 尺泽 <sup>6</sup> 内庭 <sup>19</sup>	咽喉 肺 肾上腺 内分泌 肾
咽部感觉异常	天突 <sup>76</sup> 列缺 <sup>7</sup> 照海 <sup>44</sup> 鱼际 <sup>7</sup> 太溪 <sup>44</sup>	咽喉 肺 肾上腺 内分泌 肾
扁桃体炎	天容 <sup>32</sup> 少商 <sup>7</sup> 关冲 <sup>52</sup> 合谷 <sup>9</sup> 尺泽 <sup>6</sup> 内庭 <sup>19</sup>	咽喉 肺 口 耳尖 扁桃体
颞下颌关节紊乱综合征	听宫 <sup>32</sup> 下关 <sup>14</sup> 颊车 <sup>14</sup> 合谷 <sup>9</sup>	颌 面颊 肾上腺
牙痛	下关 <sup>14</sup> 颊车 <sup>14</sup> 合谷 <sup>9</sup>	牙 颌 口 神门 耳尖
肥胖	下脘 <sup>75</sup> 天枢 <sup>17</sup> 归来 <sup>17</sup> 中极 <sup>74</sup> 曲池 <sup>10</sup> 阴陵泉 <sup>23</sup> 丰隆 <sup>18</sup> 太冲 <sup>64</sup>	口 脾胃 皮质下 内分泌
雀斑	迎香 <sup>11</sup> 四白 <sup>14</sup> 印堂 <sup>71</sup> 颧髻 <sup>32</sup> 合谷 <sup>9</sup> 血海 <sup>23</sup> 三阴交 <sup>22</sup>	面颊 肺 内分泌 神门 大肠
黄褐斑	迎香 <sup>11</sup> 颧髻 <sup>32</sup> 合谷 <sup>9</sup> 血海 <sup>23</sup> 三阴交 <sup>22</sup>	面颊 肺 内分泌 内生殖器 肾
慢性疲劳综合征	百会 <sup>70</sup> 脾俞 <sup>36</sup> 肝俞 <sup>36</sup> 肾俞 <sup>36</sup> 膻中 <sup>76</sup> 关元 <sup>74</sup> 足三里 <sup>18</sup>	皮质下 神门 交感 心 肝 脾 肾
戒烟综合征	百会 <sup>70</sup> 神门 <sup>28</sup> 戒烟穴（位于列缺 <sup>7</sup> 与阳溪 <sup>9</sup> 之间）	肺 胃 心 皮质下 内分泌 神门
戒毒综合征	水沟 <sup>71</sup> 大陵 <sup>50</sup> 神门 <sup>28</sup> 合谷 <sup>9</sup>	肺 口 内分泌 肾上腺 皮质下 神门
早衰	百会 <sup>70</sup> 关元 <sup>74</sup> 肾俞 <sup>36</sup> 足三里 <sup>18</sup> 三阴交 <sup>22</sup>	皮质下 内分泌 心 肾 耳迷根



## 二、十四经及穴位

### (一) 手太阴肺经及穴位

《灵枢·经脉》：肺手太阴之脉，起于中焦，下络大肠，还循胃口，上膈属肺。从肺系，横出腋下。下循臑内，行少阴、心主之前，下肘中，循臂内上骨下廉，入寸口，上鱼，循鱼际，出大指之端。其支者：从腕后，直出次指内廉，出其端。

3. 从肺系（气管喉咙部）向外横行至腋窝下

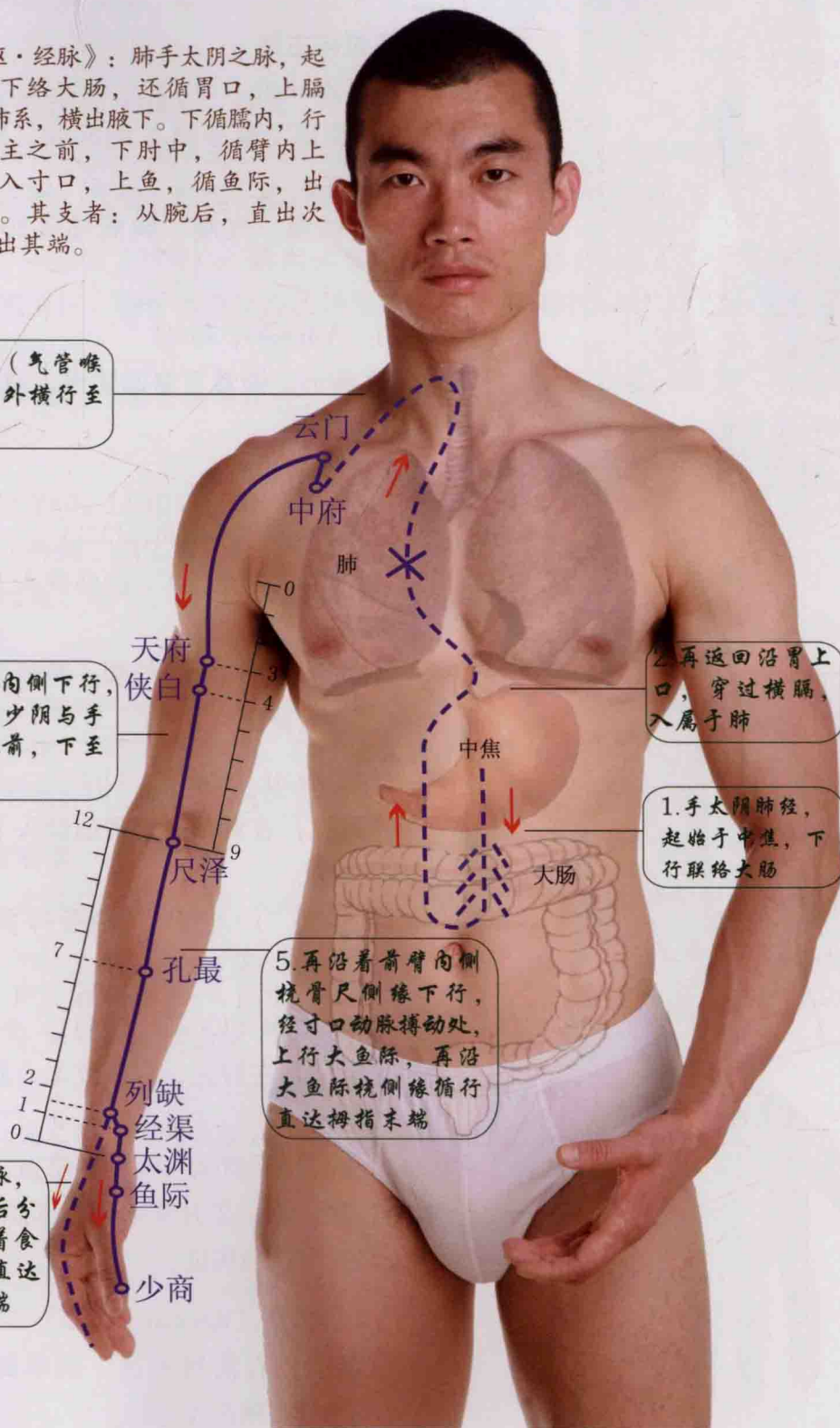
4. 沿上臂内侧下行，循行于手少阴与手厥阴经之前，下至肘中

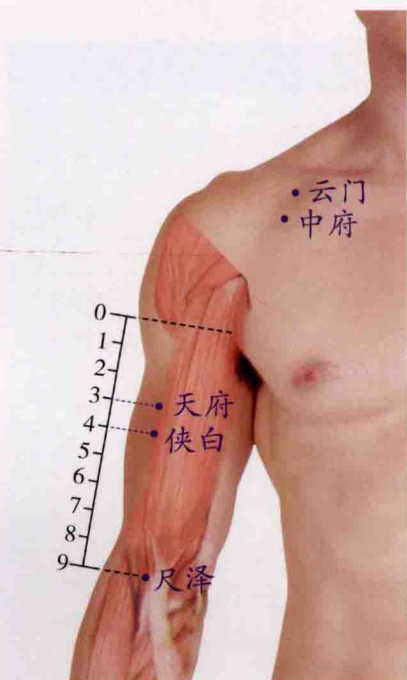
2. 再返回沿胃上口，穿过横膈，入属于肺

1. 手太阴肺经，起始于中焦，下行联络大肠

5. 再沿着前臂内侧腕骨尺侧缘下行，经寸口动脉搏动处，上行大鱼际，再沿大鱼际桡侧缘循行直达拇指末端

6. 其支脉，从手腕后分出，沿着食指桡侧直达食指末端





前正中线旁开6寸。

【主治】①咳嗽、气喘、胸痛等肺部病证；②肩背痛。

## 1. 本经腧穴主治概要

(1) 肺系疾病 咳嗽，气喘，咽喉肿痛，咯血，胸痛。

(2) 经脉循行部位的其他病证 肩背痛，肘臂挛痛，手腕痛。

## 2. 腧穴定位与主治

(1) 中府 (Zhōngfǔ, LU1) 肺之募穴

【定位】在胸部，横平第1肋间隙，锁骨下窝外侧，前正中线旁开6寸。

【主治】①咳嗽、气喘、胸满痛等肺部病证；②肩背痛。

(2) 云门 (Yúnmén, LU2)

【定位】在胸部，锁骨下窝凹陷中，肩胛骨喙突内缘，

(3) 天府 (Tiānfǔ, LU3)

【定位】在臂前区，腋前纹头下3寸，肱二头肌桡侧缘处。

【主治】①咳嗽、气喘、鼻衄等肺部病证；②瘰疬气；③上臂痛。

(4) 侠白 (xiábái, LU4)

【定位】在臂前区，腋前纹头下4寸，肱二头肌桡侧缘处。

【主治】①咳嗽、气喘等肺系病证；②干呕（还循胃口）；③上臂痛。

(5) 尺泽 (Chǐzé, LU5) 合穴

【定位】在肘区，肘横纹上，肱二头肌腱桡侧缘凹陷中。

【主治】①咳嗽、气喘、咯血、咽喉肿痛等肺系实热性病证；②肘臂挛痛；③急性吐泻、中暑、小儿惊风等急性病证。

(6) 孔最 (Kǒngzuì, LU6) 郄穴

【定位】在前臂前区，腕掌侧远端横纹上7寸，尺泽与太渊连线上。



【主治】①咯血、咳嗽、气喘、咽喉肿痛等肺系病证；②肘臂挛痛。

(7) 列缺 (Lièguē, LU7) 络穴；八脉交会穴 (通任脉)

【定位】在前臂，腕掌侧远端横纹上1.5寸，拇短伸肌腱与拇长展肌腱之间，拇长展肌腱沟的凹陷中。

【主治】①咳嗽、气喘、咽喉肿痛等肺系病证；②头痛、齿痛、项强、口眼歪斜等头部疾患。

(8) 经渠 (Jīngqú, LU8) 经穴

【定位】在前臂前区，腕掌侧远端横纹上1寸，桡骨茎突与桡动脉之间。

【主治】①咳嗽、气喘、胸痛、咽喉肿痛等肺系病证；②手腕痛。

(9) 太渊 (Tàiyuān, LU9) 输穴；原穴；八会穴之脉会

【定位】在腕前区，桡骨茎突与舟状骨之间，拇长展肌腱尺侧凹陷中。

【主治】①咳嗽、气喘等肺系疾患；②无脉症 (脉会太渊)；③腕臂痛。

(10) 鱼际 (Yújì, LU10) 荥穴

【定位】在手外侧，第1掌骨桡侧中点赤白肉际处。

【主治】①咳嗽、咽干、咯血、咽喉肿痛、失音等肺系热性病证；②小儿疳积。

(11) 少商 (Shàoshāng, LU11) 井穴

【定位】在手指，拇指末节桡侧，指甲根角侧上方0.1寸 (指寸)。

【主治】①咽喉肿痛、鼻衄、高热等肺系实热证；②癫狂、昏迷。



### 3. 刺灸注意事项

(1) 中府、云门 胸部穴位斜刺或平刺0.5~0.8寸，不可向内深刺，以免伤及肺脏，引起气胸。

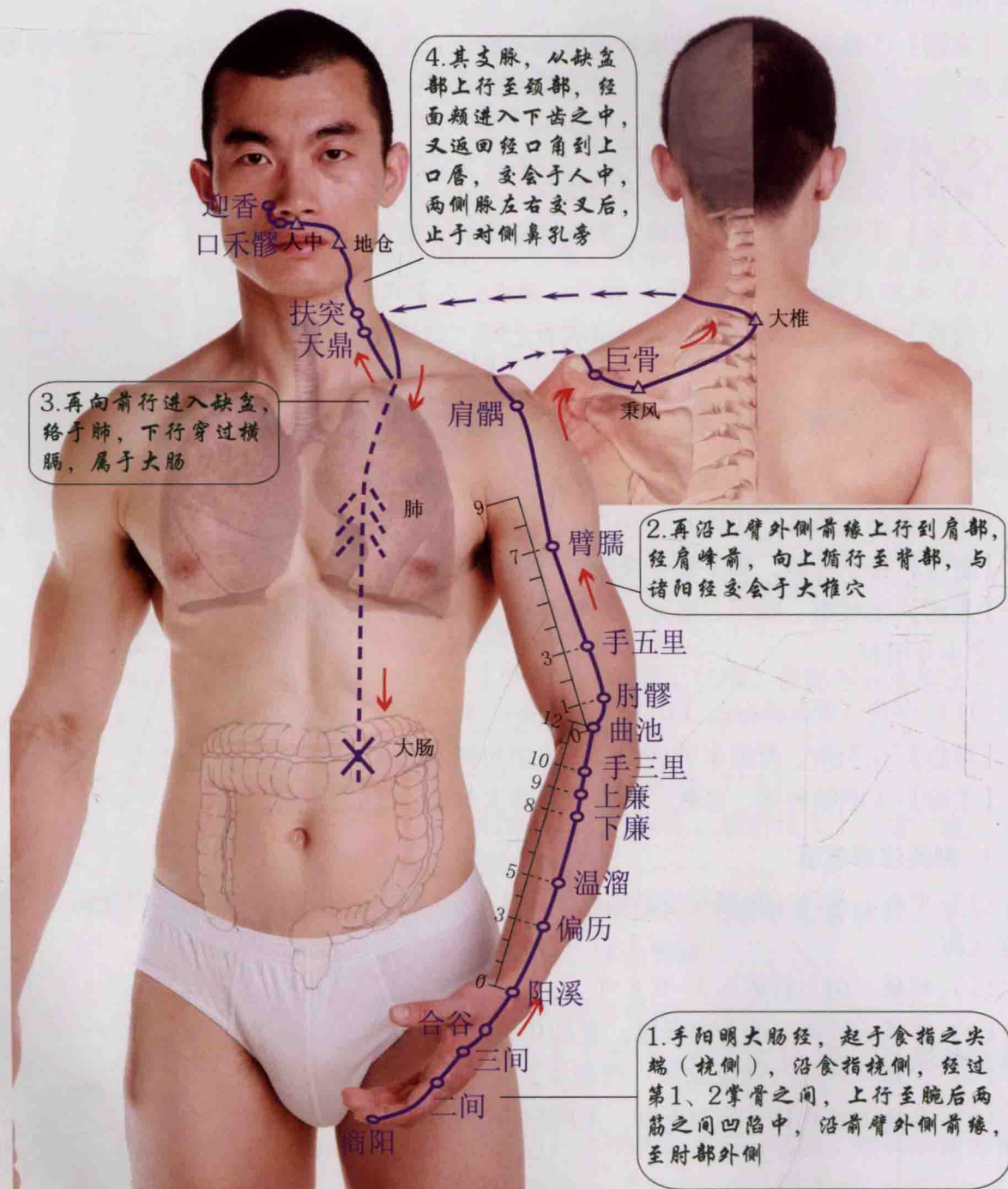
(2) 列缺 向上斜刺0.5~0.8寸。

(3) 经渠、太渊 避开桡动脉，直刺0.3~0.5寸。

(4) 少商 井穴 (涌泉除外) 浅刺0.1寸，或点刺出血。

(5) 其他上肢穴位 均为直刺，不同部位进针深度不同。

## (二) 手阳明大肠经及穴位



《灵枢·经脉》：大肠手阳明之脉，起于大指次指之端，循指上廉，出合谷两骨之间，上入两筋之中，循臂上廉，入肘外廉，上臑外前廉，上肩，出髃骨之前廉，上出于柱骨之会上，下入缺盆，络肺，下膈，属大肠。其支者：从缺盆上颈，贯颊，入下齿中；还出夹口，交人中——左之右、右之左，上夹鼻孔。

## 1. 本经腧穴主治概要

- (1) 肠系疾病 腹痛，肠鸣，泄泻，便秘，痢疾。  
 (2) 经脉循行部位的其他病证 咽喉肿痛，齿痛，鼻流清涕，鼻衄，手臂酸痛、麻木，半身不遂。

## 2. 腧穴定位与主治

(1) 商阳 (Shāngyáng, LI1) 井穴

【定位】在手指，食指末节桡侧，指甲根角侧上方0.1寸（指寸）。

【主治】①齿痛、咽喉肿痛等五官疾患；②热病、昏迷等热证、急症。

(2) 二间 (Èrjiān, LI2) 荥穴

【定位】在手指，第2掌指关节桡侧远端赤白肉际处。

【主治】①鼻衄、齿痛等五官疾患；②热病。

(3) 三间 (Sānjiān, LI3) 输穴

【定位】在手背，第2掌指关节桡侧近端凹陷中。

【主治】①齿痛、咽喉肿痛等五官疾患；②腹胀、肠鸣等肠腑病证；③嗜睡。

(4) 合谷 (Hégǔ, LI4) 原穴

【定位】在手背，第2掌骨桡侧的中点处。

【主治】①头痛、目赤肿痛、齿痛、鼻衄、口眼歪斜、耳聋等头面五官诸疾；②发热恶寒等外感病证，热病无汗或多汗；③经闭、滞产等妇产科病证。

(5) 阳溪 (Yángxī, LI5) 经穴

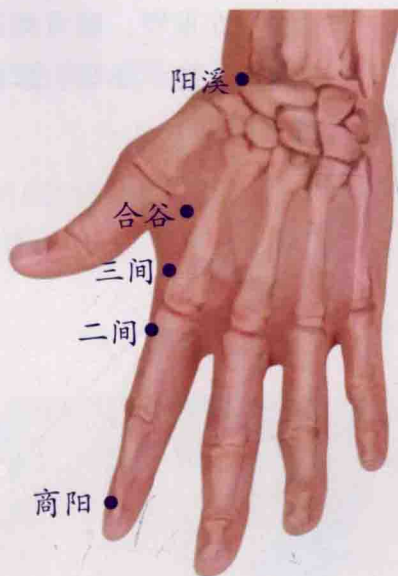
【定位】在腕区，腕背侧远端横纹桡侧，桡骨茎突远端，解剖学“鼻烟窝”凹陷中。

【主治】①手腕痛；②头痛、目赤肿痛、耳聋等头面五官疾患。

(6) 偏历 (Piānlì, LI6) 络穴

【定位】在前臂，腕背侧远端横纹上3寸，阳溪与曲池连线上。

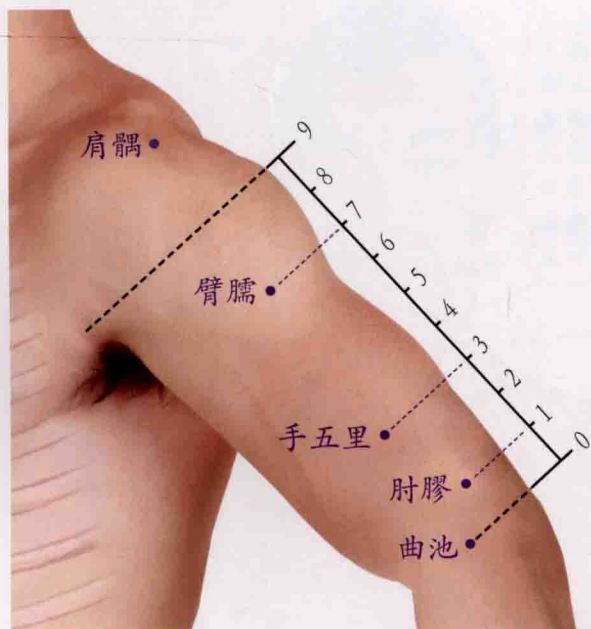
【主治】①耳鸣、鼻衄等五官疾患；②手臂酸痛；③腹部胀满；④水肿。



## (7) 温溜 (Wēnlǚ, LI7) 郄穴

【定位】在前臂，腕背侧远端横纹上5寸，阳溪与曲池连线上。

【主治】①急性肠鸣、腹痛等肠腑病证；②疔疮；③头痛、面肿、咽喉肿痛等头面病证；④肩背酸痛。



## (8) 下廉 (Xiàlián, LI8)

【定位】在前臂，肘横纹下4寸，阳溪与曲池连线上。

【主治】①肘臂痛；②头痛、眩晕、目痛；③腹胀、腹痛。

## (9) 上廉 (Shànglián, LI9)

【定位】在前臂，肘横纹下3寸，阳溪与曲池连线上。

【主治】①肘臂痛、半身不遂、手臂麻木等上肢病证；②头痛；③肠鸣腹痛。

## (10) 手三里 (Shǒusānlǐ, LI10)

【定位】在前臂，肘横纹下2寸，阳溪与曲池连线上。

【主治】①手臂无力、上肢不遂等上肢病证；②腹痛、腹泻；③齿痛、颊肿。

## (11) 曲池 (Qūchí, LI11) 合穴

【定位】在肘区，尺泽与肱骨外上髁连线的中点处。

【主治】①手臂痹痛、上肢不遂等上肢病证；②热病；③高血压；④癫狂；⑤腹痛、吐泻等肠胃病证；⑥咽喉肿痛、齿痛、目赤肿痛等五官科热性病证；⑦瘾疹、湿疹、瘰疬等皮肤、外科疾患。

## (12) 肘髎 (Zhǒuliáo, LI12)

【定位】在肘区，肱骨外上髁上缘，髁上嵴的前缘。

【主治】肘臂部疼痛、麻木、挛急等局部病证。

## (13) 手五里 (Shǒuwǔlǐ, LI13)

【定位】在臂部，肘横纹上3寸，曲池与肩髃连线上。

【主治】①肘臂挛痛；②瘰疬。



## (14) 臂臑 (Bìnaò, LI14)

【定位】在臂部，曲池上7寸，三角肌前缘处。

【主治】①肩臂疼痛不遂，颈项拘挛等肩、颈项病证；②瘰疬；③目疾。

## (15) 肩髃 (Jiānyú, LI15)

【定位】在三角肌区，肩峰外侧缘前端与肱骨大结节两骨间凹陷中。

【主治】①肩臂挛痛、上肢不遂等肩、上肢病证；②瘾疹。

## (16) 巨骨 (Jùgǔ, LI16)

【定位】在肩胛区，锁骨肩峰端与肩胛冈之间凹陷中。

【主治】①肩臂挛痛、臂不举等局部病证；②瘰疬，瘰气。

## (17) 天鼎 (Tiāndǐng, LI17)

【定位】在颈部，横平环状软骨，胸锁乳突肌后缘。

【主治】①暴暗气哽、咽喉肿痛、吞咽困难等咽喉病证；②瘰疬、瘰气。

## (18) 扶突 (Fútū, LI18)

【定位】在胸锁乳突肌区，横平喉结，胸锁乳突肌前、后缘中间。

【主治】①咽喉肿痛、暴暗、吞咽困难、呃逆等咽喉病证；②瘰气、瘰疬；③咳嗽、气喘；④颈部手术针麻用穴。

## (19) 口禾髎 (Kǒuhéliáo, LI19)

【定位】在面部，横平人中沟上1/3与下2/3交点，鼻孔外缘直下。

【主治】鼻塞、鼾衄、口歪、口噤等局部病证。

## (20) 迎香 (Yíngxiān, LI20)

【定位】在面部，鼻翼外缘中点旁，鼻唇沟中。

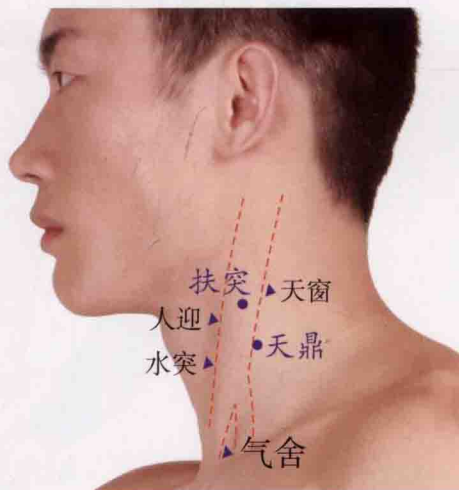
【主治】①鼻塞、鼾衄、口歪等局部病证；②胆道蛔虫症。

## 3. 刺灸注意事项

(1) 商阳 井穴（涌泉除外）浅刺0.1寸，或点刺出血。

(2) 臂臑 直刺或向上斜刺0.8~1.5寸。

(3) 肩髃 直刺或向下斜刺0.8~1.5寸。肩周炎宜向肩关节直刺，上肢不遂宜向三



角肌方向斜刺。

(4) 巨骨 直刺，微斜向外下方，进针 0.5~1 寸。直刺不可过深，以免刺入胸腔造成气胸。

(5) 扶突 直刺 0.5~0.8 寸。注意避开颈动脉，不可过深。慎用电针，以免引起迷走神经反应。

(6) 迎香 略向内上方斜刺或平刺 0.3~0.5 寸。

(7) 其他穴 均为直刺，不同部位进针深度不同。



(三) 足阳明胃经及穴位



1. 足阳明胃经，起于鼻旁，上行鼻根，与足太阳经脉相汇合，再沿鼻的外侧下行，入上齿中，返回环绕口角，入下唇，交会于承浆穴；再向后沿下颌下缘，至大迎穴处，再沿下颌角到颊车穴，上行到耳前，过足少阳经的上关穴处，沿发际至额颅部

4. 一支脉，从胃口分出，沿腹内下行，至气冲部与直行经脉相汇合

《灵枢·经脉》：胃足阳明之脉，起于鼻，交颧中，旁纳太阳之脉，下循鼻外，入上齿中，还出夹口，环唇，下交承浆，却循颐后下廉，出大迎，循颊车，上耳前，过客主人，循发际，至额颅。其支者：从大迎前，下人迎，循喉咙，入缺盆，下膈，属胃，络脾。其直者：从缺盆下乳内廉，下夹脐，入气街中。其支者：起于胃口，下循腹里，下至气街中而合。以下髀关，抵伏兔，下膝腘中，下循胫外廉，下足跗，入中指内间。其支者：下膝三寸而别，下入中指外间。其支者：别跗上，入大指间，出其端。



2. 其支脉，从大迎前下走人迎穴，沿喉咙入缺盆，下膈，入属于胃，联络于脾

3. 其直行的经脉，从缺盆沿乳房内侧面下行，再向下经脐旁到下腹部的气冲处

5. 由此经髀关、伏兔穴下行，至膝关节中。再沿胫骨前外侧下行，经足背到第2趾外侧端。

6. 另一支脉，从膝下3寸处分出，下行到中趾外侧端

7. 另一支脉，从足背分出，沿足大趾直行到末端