

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

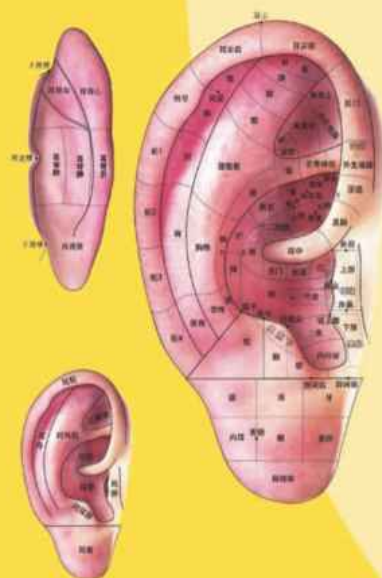
一书在手，解决全部针灸问题

人体 经络穴位 使用详解

睢明河 包艳燕 编者

——最权威的专家讲解 最方便的用穴指南

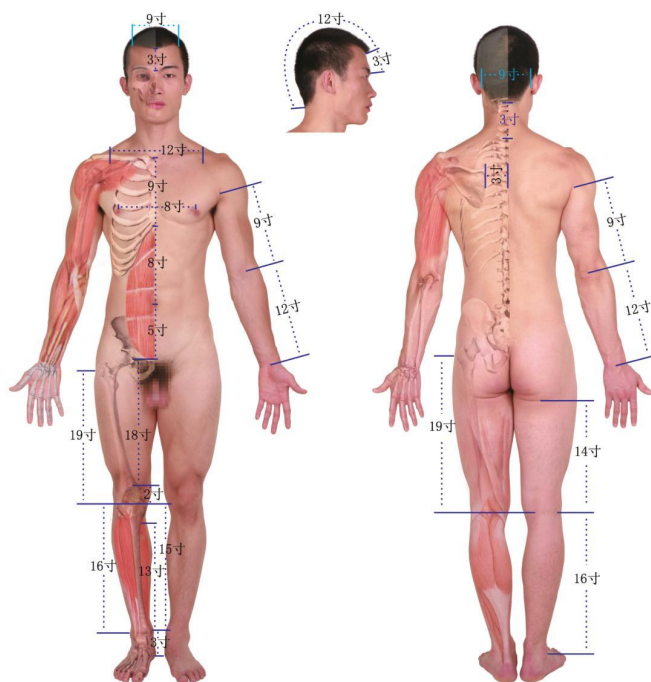
- ★一百余种常见病的针灸治疗取穴（包括耳针）
- ★经脉循行严格遵照《黄帝内经》《难经》原文
- ★囊括全部经穴和常用奇穴
- ★附耳穴图、足部反射区图，满足家庭保健需要
- ★设计合理，快速查询



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 (2014.6重印)

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 2014年6月第2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](http://e.weibo.com/cptcm)

目 录

一、常见病针灸治疗取穴

二、十四经及穴位

(一) 手太阴肺经及穴位

(二) 手阳明大肠经及穴位

(三) 足阳明胃经及穴位

(四) 足太阴脾经及穴位

(五) 手少阴心经及穴位

(六) 手太阳小肠经及穴位

(七) 足太阳膀胱经及穴位

(八) 足少阴肾经及穴位

(九) 手厥阴心包经及穴位

(十) 手少阳三焦经及穴位

(十一) 足少阳胆经及穴位

(十二) 足厥阴肝经及穴位

(十三) 督脉及穴位

(十四) 任脉及穴位

三、常用奇穴

(一) 头面躯干部穴

(二) 四肢部穴

四、耳穴

五、足部反射区

附：穴位索引

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 ⁵⁹ 太阳 ⁷⁹ 列缺 ⁷ 合谷 ⁹ 大椎 ⁷⁰ 迎香 ¹¹	肺 内鼻 咽喉 气管 额
咳嗽	肺俞 ²⁵ 中府 ⁶ 列缺 ⁷ 合谷 ⁹ 太渊 ⁷	气管 肺 脾 肾 肾上腺 皮质下
哮喘	肺俞 ³⁵ 中府 ⁶ 膻中 ⁷⁶ 天突 ⁷⁶ 定喘 ⁷⁹ 列缺 ⁷ 尺泽 ⁶ 孔最 ⁸ 丰隆 ¹⁸	肺 气管 神门 交感 对屏尖 肾上腺 肾
胃炎	中脘 ⁷⁵ 足三里 ¹⁸ 内关 ⁴⁹ 公孙 ³²	脾 胃 神门 皮质下
呕吐	中脘 ⁷⁵ 足三里 ¹⁸ 内关 ⁴⁹	胃 贲门 十二指肠 肝 脾 交感
呃逆	中脘 ⁷⁵ 膈俞 ³⁶ 膻中 ⁷⁶ 足三里 ¹⁸ 内关 ⁴⁹	胃 耳中 食道 肝 神门
胃十二指肠溃疡	中脘 ⁷⁵ 足三里 ¹⁸ 内关 ⁴⁹ 公孙 ³² 脾俞 ³⁶ 胃俞 ³⁶	脾 胃 十二指肠 神门 皮质下
胃下垂	中脘 ⁷⁵ 气海 ⁷⁵ 足三里 ¹⁸ 百会 ⁷⁰ 脾俞 ³⁶ 胃俞 ³⁶	脾 胃 肝 耳中
溃疡性结肠炎	天枢 ¹⁷ 气海 ⁷⁵ 上巨虚 ¹⁸ 阴陵泉 ²³	大肠 小肠 皮质下 神门 肾上腺
泄泻	天枢 ¹⁷ 上巨虚 ¹⁸ 阴陵泉 ²³ 神阙 ⁷⁵	大肠 小肠 脾 胃 神门
痢疾	天枢 ¹⁷ 气海 ⁷⁵ 上巨虚 ¹⁸ 合谷 ⁹ 三阴交 ²²	大肠 小肠 直肠 脾 肾 神门
便秘	天枢 ¹⁷ 水道 ¹⁷ 归来 ¹⁷ 支沟 ⁵² 上巨虚 ¹⁸	肺 大肠 直肠 腹 皮质下
脱肛	长强 ⁶⁸ 大肠俞 ³⁷ 百会 ⁷⁰ 承山 ⁴⁰	大肠 直肠 肛门 肺 脾
泌尿系感染	中极 ⁷⁴ 气海 ⁷⁵ 三阴交 ²² 阴陵泉 ²³ 行间 ⁶⁴	肾 膀胱 尿道 外生殖器 肾上腺
前列腺炎	中极 ⁷⁴ 关元 ⁷⁴ 三阴交 ²² 阴陵泉 ²³ 秩边 ¹⁰	肾 膀胱 尿道 艇角 盆腔
阳痿	关元 ⁷⁴ 肾俞 ³⁶ 三阴交 ²²	肾 内生殖器 外生殖器 缘中 肝 内分泌
遗精	关元 ⁷⁴ 志室 ⁴⁰ 三阴交 ²²	内生殖器 内分泌 神门 肝 肾
尿潴留	中极 ⁷⁴ 关元 ⁷⁴ 气海 ⁷⁵ 膀胱俞 ³⁷ 三阴交 ²² 阴陵泉 ²³	肾 膀胱 尿道 三焦
尿失禁	中极 ⁷⁴ 三阴交 ²² 肾俞 ³⁶ 膀胱俞 ³⁷	肾 膀胱 尿道 缘中 枕
糖尿病	胃脘下俞 ⁷⁹ 肺俞 ³⁵ 脾俞 ³⁶ 肾俞 ³⁶ 三阴交 ²² 太溪 ⁴⁴	肺 胃 肾 胰胆 内分泌
甲状腺功能亢进	天突 ⁷⁶ 膻中 ⁷⁶ 合谷 ⁹ 足三里 ¹⁸ 三阴交 ²² 丰隆 ¹⁸	颈 内分泌 肝 心 神门
冠心病	膻中 ⁷⁶ 巨阙 ⁷⁶ 心俞 ³⁶ 厥阴俞 ³⁵ 内关 ⁴⁹ 神门 ³⁸ 丰隆 ¹⁸ 阴陵泉 ²³	心 神门 交感
心血管神经官能症	百会 ⁷⁰ 膻中 ⁷⁶ 巨阙 ⁷⁶ 心俞 ³⁶ 厥阴俞 ³⁵ 内关 ⁴⁹ 神门 ³⁸ 合谷 ⁹ 太冲 ⁶⁴	心 神门 交感 皮质下
心悸	膻中 ⁷⁶ 巨阙 ⁷⁶ 心俞 ³⁶ 厥阴俞 ³⁵ 内关 ⁴⁹ 通里 ²⁷ 神门 ³⁸	心 神门 交感 皮质下
高血压	百会 ⁷⁰ 风池 ⁵⁹ 曲池 ¹⁰ 合谷 ⁹ 太冲 ⁶⁴ 三阴交 ²²	心 神门 交感 肾上腺 耳尖 降压沟
脑动脉硬化症	百会 ⁷⁰ 头维 ¹⁵ 风池 ⁵⁹ 悬钟 ⁶¹ 三阴交 ²² 丰隆 ¹⁸	皮质下 神门 心 肝 肾
痴呆	百会 ⁷⁰ 四神聪 ⁷³ 印堂 ⁷¹ 神庭 ⁷¹ 太溪 ⁴⁴ 大钟 ⁶¹ 悬钟 ⁶¹ 足三里 ¹⁸	皮质下 心 肝 肾
中风	水沟 ⁷¹ 内关 ⁴⁹ 三阴交 ²² 极泉 ³⁷ 尺泽 ⁶ 委中 ³⁸	皮质下 神门 心 肝 肾 肩 腕 髌 踝
假性延髓性麻痹	天突 ⁷⁶ 廉泉 ⁷⁷ 翳风 ⁷⁴ 完骨 ⁵⁸ 风池 ⁵⁹ 哑门 ⁷⁰ 通里 ²⁷ 照海 ⁴⁴	枕 皮质下 神门 心 肝 肾
头痛	印堂 ⁷¹ 太阳 ⁷⁹ 百会 ⁷⁰ 风池 ⁵⁹ 合谷 ⁹ 外关 ³²	枕 颞 额 神门
眩晕	百会 ⁷⁰ 头维 ¹⁵ 太阳 ⁷⁹ 风池 ⁵⁹ 悬钟 ⁶¹	内耳 颞 神门 肝 肾
癫痫	水沟 ⁷¹ 百会 ⁷⁰ 后溪 ³⁰ 涌泉 ⁴⁴ 鸠尾 ⁷⁶ 长强 ⁶⁸ 筋缩 ⁶⁹ 阳陵泉 ⁶¹	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 ⁷⁰ 太阳 ⁷⁹ 风池 ⁵⁸ 合谷 ⁹ 悬钟 ⁶¹ 血海 ²³	枕 颞 额 皮质下 神门
精神分裂症	印堂 ⁷¹ 大椎 ⁷⁰ 风池 ⁵⁸ 膻中 ¹⁶ 神门 ²⁸ 劳宫 ⁶⁰ 大陵 ⁵⁰ 中冲 ⁵⁰ 丰隆 ¹⁸ 太冲 ⁶⁴	枕 额 皮质下 脑干 神门 心 肝
神经官能症、癔症、焦虑症	水沟 ⁷¹ 内关 ⁴⁹ 神门 ²⁸ 太冲 ⁶⁴	额 皮质下 脑干 神门 心 肝 内分泌
神经衰弱	印堂 ⁷¹ 四神聪 ⁷⁹ 安眠 ⁷⁹ 百会 ⁷⁰ 神门 ²⁸ 三阴交 ⁵² 照海 ⁴⁴ 申脉 ⁴¹	皮质下 神门 心 垂前
震颤	百会 ⁷⁰ 四神聪 ⁷⁹ 风池 ⁵⁸ 合谷 ⁹ 太冲 ⁶⁴ 阳陵泉 ⁶¹	枕 脑干 皮质下 神门
舞蹈病	百会 ⁷⁰ 四神聪 ⁷⁹ 神庭 ⁷¹ 风池 ⁵⁸ 合谷 ⁹ 太冲 ⁶⁴	脑干 皮质下 神门 心
三叉神经痛	阳白 ⁵⁸ 鱼腰 ⁷⁹ 四白 ¹⁴ 下关 ¹⁴ 承浆 ⁷² 颊车 ¹⁴ 合谷 ⁹ 外关 ⁵²	面颊 颌 颞 额 神门
面神经炎	攒竹 ³⁴ 鱼腰 ⁷⁹ 阳白 ⁵⁸ 四白 ¹⁴ 颞髃 ³² 颊车 ¹⁴ 地仓 ¹⁴ 翳风 ³⁴ 合谷 ⁹ 内庭 ¹⁹ 太冲 ⁶⁴	口 眼 面颊 神门 肾上腺 肝
面肌痉挛	翳风 ³⁴ 攒竹 ³⁴ 太阳 ⁷⁹ 颞髃 ³² 合谷 ⁹ 太冲 ⁶⁴	口 眼 面颊 神门 肝
股外侧皮神经炎	阿是穴 风市 ⁶⁰ 血海 ²³ 伏兔 ¹⁸ 环跳 ⁶⁰	臀 坐骨神经 神门 肾上腺
脑损伤后综合征	百会 ⁷⁰ 四神聪 ⁷⁹ 风池 ⁵⁸ 血海 ²³ 三阴交 ⁵² 悬钟 ⁶¹	枕 颞 额 皮质下 神门
乳腺增生	膻中 ¹⁶ 乳根 ¹⁶ 屋翳 ¹⁶ 期门 ⁶⁰ 太冲 ⁶⁴ 丰隆 ¹⁸	胸 皮质下 肝 内分泌 交感
急性阑尾炎	天枢 ¹⁷ 阿是穴 上巨虚 ¹⁸ 阑尾 ⁸²	大肠 阑尾 神门 交感 神门
泌尿系结石	中极 ⁷⁴ 气海 ⁷⁵ 三阴交 ⁵² 水泉 ⁴⁴	肾 输尿管 膀胱 尿道 交感 神门
前列腺肥大	中极 ⁷⁴ 关元 ⁷⁴ 三阴交 ⁵² 秩边 ⁴⁰ 阴陵泉 ⁶¹	肾 膀胱 尿道 艇角 盆腔
痔疮	次髎 ³⁸ 长强 ⁶⁸ 承山 ⁴⁰ 二白 ⁸²	大肠 直肠 肛门 三焦 耳尖 肾上腺
落枕	阿是穴 肩井 ⁵⁹ 外劳宫 ⁸² 后溪 ³⁰ 悬钟 ⁶¹	颈 颈椎 神门
颈椎病	颈夹脊 ⁷⁹ 天柱 ³⁵ 大椎 ⁷⁰ 后溪 ³⁰	颈 颈椎 神门 肝 肾
胸部闪挫伤	阿是穴 支沟 ⁵² 阳陵泉 ⁶¹	胸 胸椎 神门
胸椎小关节错缝	阿是穴 支沟 ⁵² 阳陵泉 ⁶¹	胸 胸椎 神门
背肌筋膜炎	阿是穴 委中 ³⁸	胸椎 肾上腺 神门
急性腰扭伤	阿是穴 大肠俞 ³⁷ 气海俞 ³⁷ 委中 ³⁸	腰骶椎 臀 神门 耳尖 肾上腺
腰部劳损	阿是穴 肾俞 ³⁶ 大肠俞 ³⁷ 腰阳关 ⁶⁸ 委中 ³⁸	腰骶椎 神门 肾
腰椎间盘突出症	腰夹脊 ⁷⁹ 秩边 ⁴⁰ 环跳 ⁶⁰ 承扶 ³⁸ 殷门 ³⁸ 委中 ³⁸ 承山 ⁴⁰ 昆仑 ⁴¹ 阳陵泉 ⁶¹ 悬钟 ⁶¹ 足临泣 ⁶²	腰骶椎 神门 肾 肾上腺
腰椎骨质增生	肾俞 ³⁶ 气海俞 ³⁷ 大肠俞 ³⁷ 腰阳关 ⁶⁸ 委中 ³⁸	腰骶椎 神门 肾 肾上腺
骶髂关节扭挫伤	腰阳关 ⁶⁸ 次髎 ³⁸ 秩边 ⁴⁰ 委中 ³⁸	腰骶椎 神门 肾上腺
尾骨痛	腰俞 ⁶⁸ 长强 ⁶⁸ 委中 ³⁸ 后溪 ³⁰	腰骶椎 神门 肾上腺
强直性脊柱炎	大椎 ⁷⁰ 至阳 ⁶⁹ 腰阳关 ⁶⁸ 相应节段夹脊穴 ⁷⁹ 后溪 ³⁰ 申脉 ⁴¹ 肾俞 ³⁶ 关元 ⁷⁴	颈椎 胸椎 腰骶椎 神门 肾上腺 肾
肩关节周围炎	阿是穴 肩髃 ¹¹ 肩髃 ³³ 肩贞 ³¹ 肩前 ⁸² 列缺 ⁷ 合谷 ⁹ 外关 ⁵² 条口 ¹⁸ 阳陵泉 ⁶¹	肩 枕 肾上腺 神门 肝 肾
肱骨外上髁炎	曲池 ¹⁰ 肘髎 ¹⁰ 手三里 ¹⁰ 手五里 ¹⁰ 阿是穴 合谷 ⁹ 外关 ⁵²	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 ³¹ 支正 ³¹ 腕骨 ³⁰ 后溪 ³⁰ 中渚 ³²	肘 腕 神门
腕关节扭挫伤	阳溪 ⁹ 阳池 ³² 阳谷 ³⁰ 外关 ⁵² 曲池 ¹⁰	腕 神门
腕管综合征	内关 ⁴⁹ 大陵 ⁵⁰ 八邪 ⁶²	腕 肾上腺 神门
坐骨神经痛	腰夹脊 ⁷⁹ 秩边 ⁴⁰ 环跳 ⁴⁰ 承扶 ³⁸ 殷门 ³⁸ 委中 ³⁸ 承山 ⁴⁰ 昆仑 ⁴¹ 阳陵泉 ⁶¹ 悬钟 ⁶¹ 足临泣 ⁶²	臀 坐骨神经 神门 肝 肾
梨状肌综合征	秩边 ⁴⁰ 环跳 ⁴⁰ 承扶 ³⁸ 殷门 ³⁸ 委中 ³⁸ 承山 ⁴⁰ 昆仑 ⁴¹ 阳陵泉 ⁶¹ 悬钟 ⁶¹ 足临泣 ⁶²	臀 坐骨神经 神门 肾上腺
臀上皮神经损伤	阿是穴 环跳 ⁶⁰ 委中 ³⁸	臀 腰骶椎 神门
膝关节韧带损伤	内侧损伤：阿是穴 血海 ²³ 阴陵泉 ²³ 商丘 ²² 外侧损伤：阿是穴 膝阳关 ⁶¹ 阳陵泉 ⁶¹ 悬钟 ⁶¹ 丘墟 ⁶¹	膝 神门
膝关节骨性关节炎	阿是穴 血海 ²³ 阴陵泉 ²³ 膝阳关 ⁶¹ 阳陵泉 ⁶¹ 商丘 ²² 丘墟 ⁶¹ 肾俞 ³⁸ 关元 ⁷⁴	膝 神门 肾 肾上腺
髌骨软骨软化症	内膝眼 ⁸² 鹤顶 ⁸² 伏兔 ¹⁸ 肾俞 ³⁸ 关元 ⁷⁴	膝 神门 肾
腓总神经损伤	委中 ³⁸ 阳陵泉 ⁶¹ 悬钟 ⁶¹ 足临泣 ⁶²	膝 踝 神门
小腿三头肌损伤	委中 ³⁸ 承筋 ⁴⁰ 承山 ⁴⁰ 昆仑 ⁴¹	膝 踝 神门
踝关节扭伤	丘墟 ⁶¹ 足临泣 ⁶² 阳陵泉 ⁶¹ 悬钟 ⁶¹	踝 皮质下
跟痛症	阿是穴 申脉 ⁴¹ 照海 ⁴⁴ 太溪 ⁴⁴ 悬钟 ⁶¹ 关元 ⁷⁴	跟 神门
月经不调	关元 ⁷⁴ 气海 ⁷⁵ 血海 ²³ 三阴交 ²²	皮质下 内分泌 肾 内生殖器 交感
痛经	中极 ⁷⁴ 气海 ⁷⁵ 关元 ⁷⁴ 次髎 ³⁸ 地机 ²³ 三阴交 ²²	皮质下 内分泌 肾 内生殖器 交感 神门
闭经	关元 ⁷⁴ 归来 ¹⁷ 中极 ⁷⁴ 足三里 ¹⁸ 三阴交 ²²	皮质下 内分泌 肾 内生殖器 肝
功能性子宫出血	关元 ⁷⁴ 公孙 ²² 三阴交 ²² 隐白 ²² 膈俞 ³⁸	内分泌 肾 内生殖器 骶角 神门
盆腔炎	中极 ⁷⁴ 关元 ⁷⁴ 归来 ¹⁷ 三阴交 ²² 行间 ⁶⁴	盆腔 皮质下 内分泌 交感
带下证	带脉 ⁶⁰ 中极 ⁷⁴ 关元 ⁷⁴ 白环俞 ⁴⁷ 三阴交 ²²	内生殖器 肾上腺 神门 肝 脾 肾
外阴瘙痒症	中极 ⁷⁴ 三阴交 ²² 太冲 ⁶⁴ 太敦 ⁶⁴ 蠡沟 ⁶⁴	外生殖器 肾上腺 风溪
子宫脱垂	气海 ⁷⁵ 关元 ⁷⁴ 三阴交 ²² 百会 ⁷⁰ 维道 ⁶⁰	内生殖器 肾 肝 内分泌
经前紧张症	百会 ⁷⁰ 神门 ²⁸ 太冲 ⁶⁴ 三阴交 ²²	内生殖器 内分泌 皮质下 肾 肝
更年期综合征	关元 ⁷⁴ 肾俞 ³⁸ 三阴交 ²² 太溪 ⁴⁴	皮质下 内分泌 内生殖器 肾上腺 肾 神门 交感
产后缺乳	乳根 ¹⁶ 膻中 ⁷⁶ 少泽 ³⁰ 足三里 ¹⁸	皮质下 内分泌 肝 脾 肾
小儿厌食	中脘 ⁷⁵ 足三里 ¹⁸ 四缝 ⁸²	脾 胃 大肠 小肠 神门 皮质下
小儿惊厥	水沟 ⁷¹ 印堂 ⁷¹ 合谷 ⁹ 太冲 ⁶⁴	神门 皮质下 交感 心 肝
小儿腹泻	天枢 ¹⁷ 上巨虚 ¹⁸ 阴陵泉 ²³	神门 脾 胃 大肠 小肠
小儿遗尿症	关元 ⁷⁴ 中极 ⁷⁴ 膀胱俞 ³⁷ 三阴交 ²²	肾 膀胱 缘中 枕
脑性瘫痪	百会 ⁷⁰ 四神聪 ⁷⁹ 悬钟 ⁶¹ 足三里 ¹⁸ 合谷 ⁹ 夹脊穴 ⁷⁸	脑干 皮质下 额 心 肾
儿童多动综合征	四神聪 ⁷⁸ 神门 ²⁸ 内关 ⁴⁹ 三阴交 ²² 太溪 ⁴⁴ 太冲 ⁶⁴	神门 皮质下 心 肾

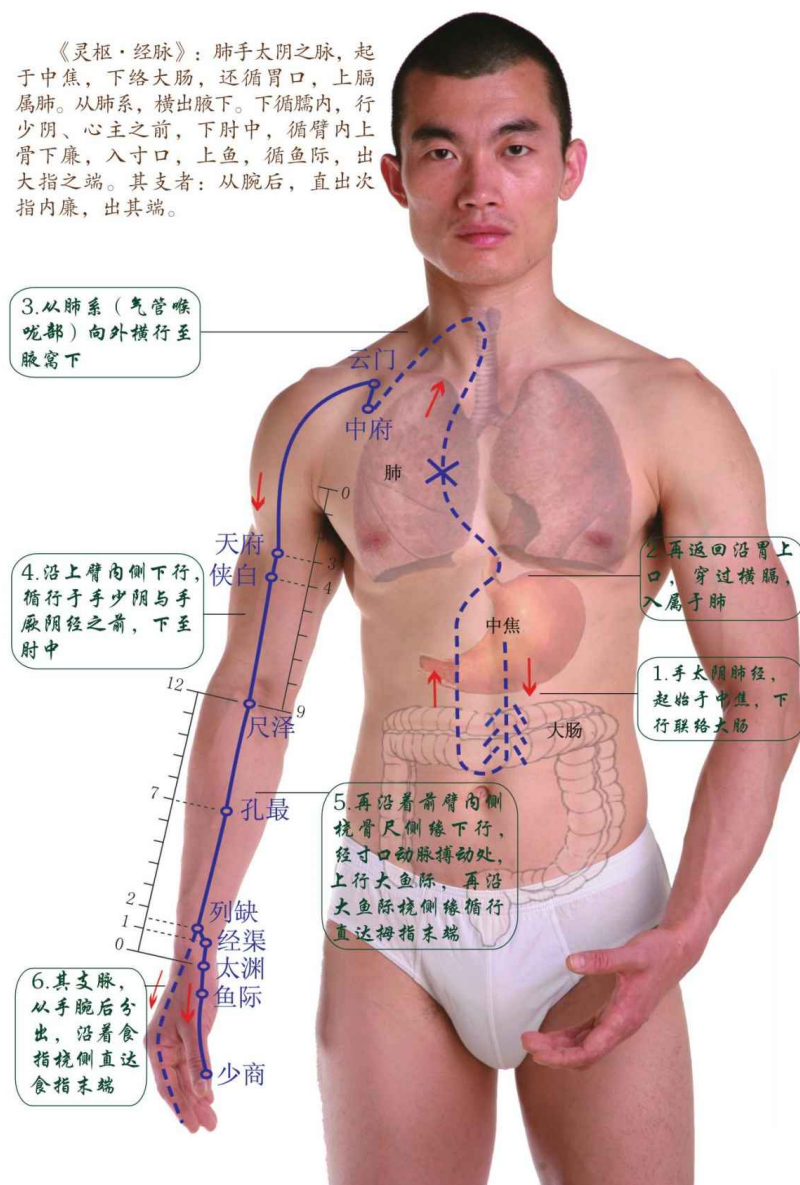
(续)

病名	体针治疗取穴	耳针治疗取穴
智能迟缓	百会 ⁷⁰ 四神聪 ⁷⁹ 印堂 ⁷¹ 神庭 ⁷¹ 太溪 ⁴¹ 悬钟 ⁶¹ 足三里 ¹⁸	神门 皮质下 交感 心 肾
流行性腮腺炎	翳风 ⁵⁴ 颊车 ¹⁴ 外关 ⁵² 合谷 ⁹ 关冲 ⁵²	面颊 皮质下 肾上腺
荨麻疹	曲池 ¹⁰ 合谷 ⁹ 血海 ²³ 膈俞 ³⁶ 委中 ³⁸	风溪 肺 肾上腺 内分泌
瘙痒症	曲池 ¹⁰ 风市 ⁶⁰ 血海 ²³ 膈俞 ³⁶	风溪 肺 肾上腺 神门 皮质下
带状疱疹	局部阿是穴 夹脊穴 ⁷⁰ 支沟 ⁵² 阳陵泉 ⁶¹ 行间 ⁶⁴ 阴陵泉 ²³	肺 肾上腺 神门 胸 腹
神经性皮炎	阿是穴 合谷 ⁹ 曲池 ¹⁰ 血海 ²³ 膈俞 ³⁶	肾上腺 神门 皮质下 肺 肝
痤疮	阳白 ⁵⁸ 颧髻 ³² 大椎 ⁷⁰ 合谷 ⁹ 曲池 ¹⁰ 内庭 ¹⁹	面颊 风溪 肺 肾上腺 内分泌
斑秃	百会 ⁷⁰ 风池 ⁵⁹ 阿是穴 太渊 ⁷ 膈俞 ³⁶	额 颞 枕 肺 肾 神门
急性结膜炎	睛明 ³⁴ 风池 ⁵⁹ 太阳 ⁷⁹ 合谷 ⁹ 太冲 ⁶⁴	眼 肝 耳尖 屏尖 肾上腺
麦粒肿	太阳 ⁷⁹ 攒竹 ³⁴ 鱼腰 ⁷⁹ 风池 ⁵⁹ 二间 ⁹ 内庭 ¹⁹	眼 肝 脾 耳尖
近视眼	承泣 ¹⁴ 睛明 ³⁴ 风池 ⁵⁹ 翳明 ⁷⁸ 光明 ⁶¹	眼 肝 屏间前 屏间后
视神经萎缩	球后 ⁷⁹ 睛明 ³⁴ 承泣 ¹⁴ 风池 ⁵⁹ 光明 ⁶¹ 太冲 ⁶⁴	眼 皮质下 肝 屏间前 屏间后
麻痹性斜视	风池 ⁵⁹ 合谷 ⁹ 太冲 ⁶⁴ 太溪 ⁴¹ 光明 ⁶¹	眼 枕 皮质下 肝
耳鸣、耳聋	翳风 ⁵⁴ 耳门 ⁵⁴ 听宫 ³² 听会 ³⁷ 中渚 ⁵² 侠溪 ⁶²	内耳 耳迷根 枕 肾上腺 肾
鼻炎	迎香 ¹¹ 印堂 ⁷¹ 风池 ⁵⁹ 列缺 ⁷ 合谷 ⁹	内鼻 额 肾上腺 肺
鼻出血	迎香 ¹¹ 印堂 ⁷¹ 上星 ⁷¹ 孔最 ⁶ 合谷 ⁹	内鼻 额 肾上腺 肺
咽炎	天容 ³² 少商 ⁷ 关冲 ⁵² 合谷 ⁹ 尺泽 ⁶ 内庭 ¹⁹	咽喉 肺 肾上腺 内分泌 肾
咽部感觉异常	天突 ⁷⁶ 列缺 ⁷ 照海 ⁴⁴ 鱼际 ⁷ 太溪 ⁴¹	咽喉 肺 肾上腺 内分泌 肾
扁桃体炎	天容 ³² 少商 ⁷ 关冲 ⁵² 合谷 ⁹ 尺泽 ⁶ 内庭 ¹⁹	咽喉 肺 口 耳尖 扁桃体
颞下颌关节紊乱综合征	听宫 ³² 下关 ¹⁴ 颊车 ¹⁴ 合谷 ⁹	颌 面颊 肾上腺
牙痛	下关 ¹⁴ 颊车 ¹⁴ 合谷 ⁹	牙 颌 口 神门 耳尖
肥胖	下脘 ⁷⁵ 天枢 ¹⁷ 归来 ¹⁷ 中极 ⁷⁴ 曲池 ¹⁰ 阴陵泉 ²³ 丰隆 ¹⁸ 太冲 ⁶⁴	口 脾胃 皮质下 内分泌
雀斑	迎香 ¹¹ 四白 ¹⁴ 印堂 ⁷¹ 颧髻 ³² 合谷 ⁹ 血海 ²³ 三阴交 ²²	面颊 肺 内分泌 神门 大肠
黄褐斑	迎香 ¹¹ 颧髻 ³² 合谷 ⁹ 血海 ²³ 三阴交 ²²	面颊 肺 内分泌 内生殖器 肾
慢性疲劳综合征	百会 ⁷⁰ 脾俞 ³⁶ 肝俞 ³⁶ 肾俞 ³⁶ 膻中 ⁷⁸ 关元 ⁷¹ 足三里 ¹⁸	皮质下 神门 交感 心 肝 脾 肾
戒烟综合征	百会 ⁷⁰ 神门 ²⁸ 戒烟穴（位于列缺 ⁷ 与阳溪 ⁹ 之间）	肺 胃 心 皮质下 内分泌 神门
戒毒综合征	水沟 ⁷¹ 大陵 ⁵⁰ 神门 ²⁸ 合谷 ⁹	肺 口 内分泌 肾上腺 皮质下 神门
早衰	百会 ⁷⁰ 关元 ⁷⁴ 肾俞 ³⁶ 足三里 ¹⁸ 三阴交 ²²	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

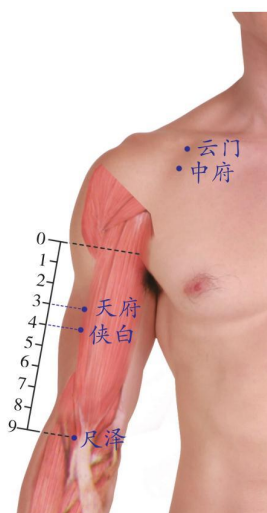
《灵枢·经脉》：肺手太阴之脉，起于中焦，下络大肠，还循胃口，上膈属肺。从肺系，横出腋下。下循臑内，行少阴、心主之前，下肘中，循臂内上骨下廉，入寸口，上鱼，循鱼际，出大指之端。其支者：从腕后，直出次指内廉，出其端。



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，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。

(3) 天府 (Tiānfǔ, LU3)

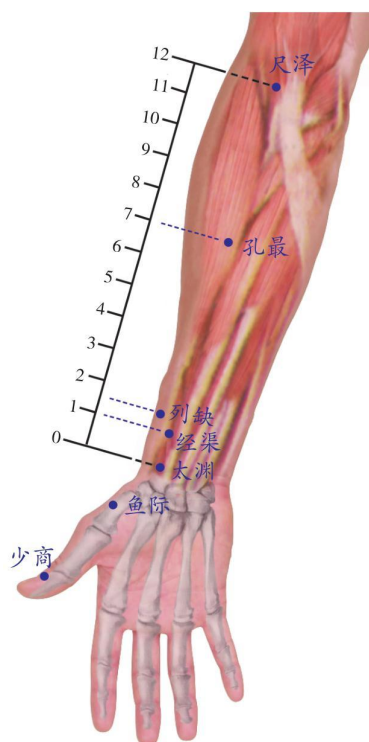
【定位】在臂前区，腋前纹头下3寸，肱二头肌桡侧缘处。

【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 (Lièquē, 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。

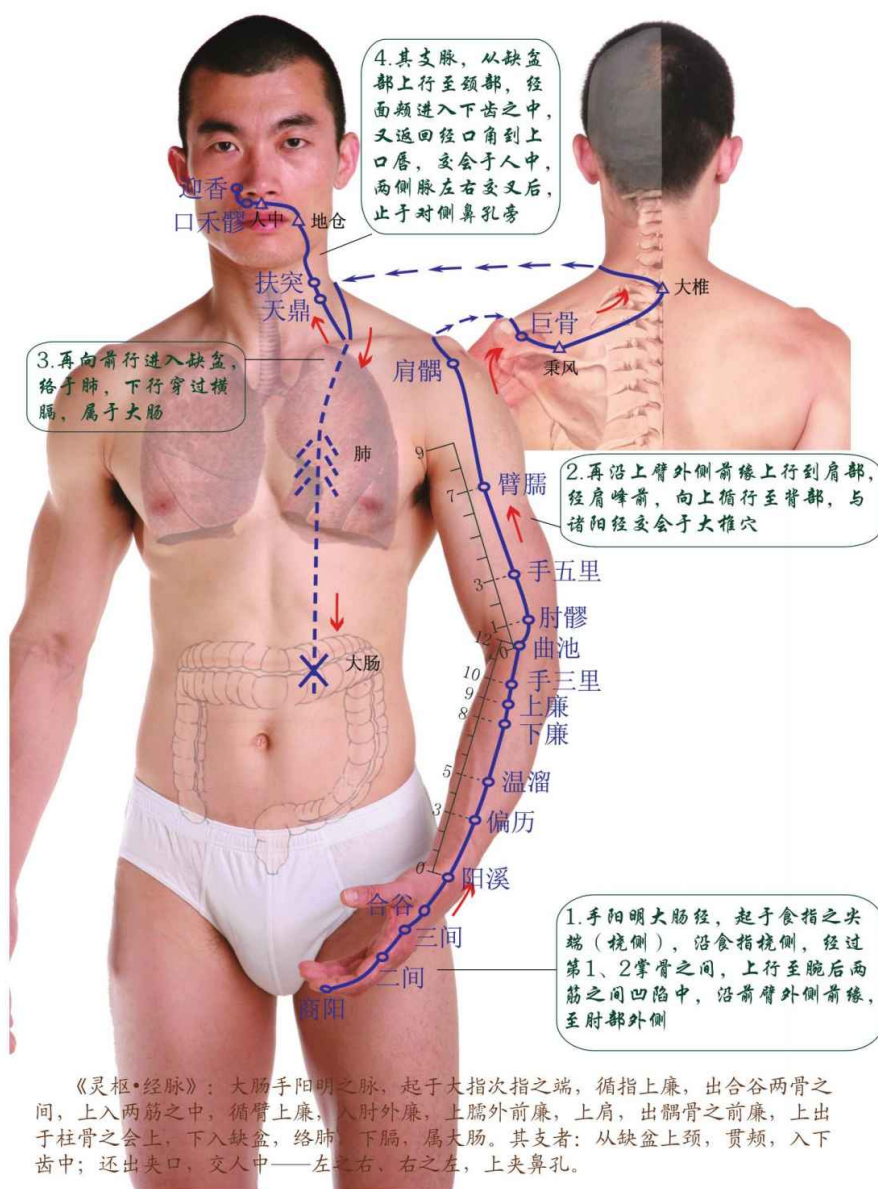
(2) 列缺 向上斜刺0.5～0.8寸。

(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。

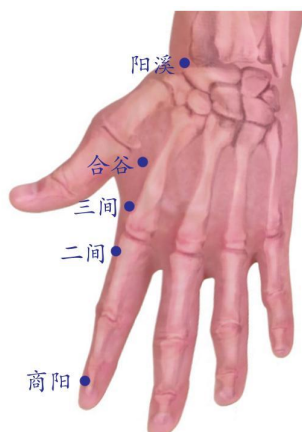
(二) 手阳明大肠经及穴位



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

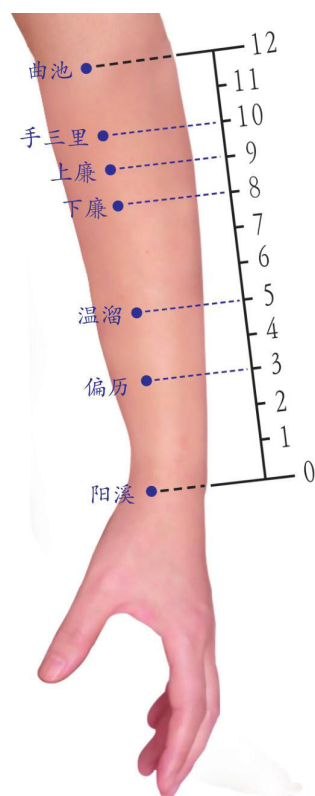
【定位】在手指，第2掌指关节桡侧远端赤白肉际处。

【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 (Wēnliū, LI7) 郄穴

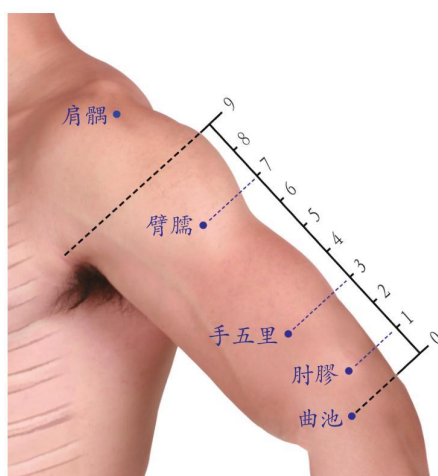
【定位】在前臂，腕背侧远端横纹上5寸，阳溪与曲池连线上。

【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、瘰癧等皮肤、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瘰癧。

(14) 臂臑 (Bìnào, 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瘰癧；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瘰癧，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瘰癧、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、瘰癧；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、鼻衄、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。

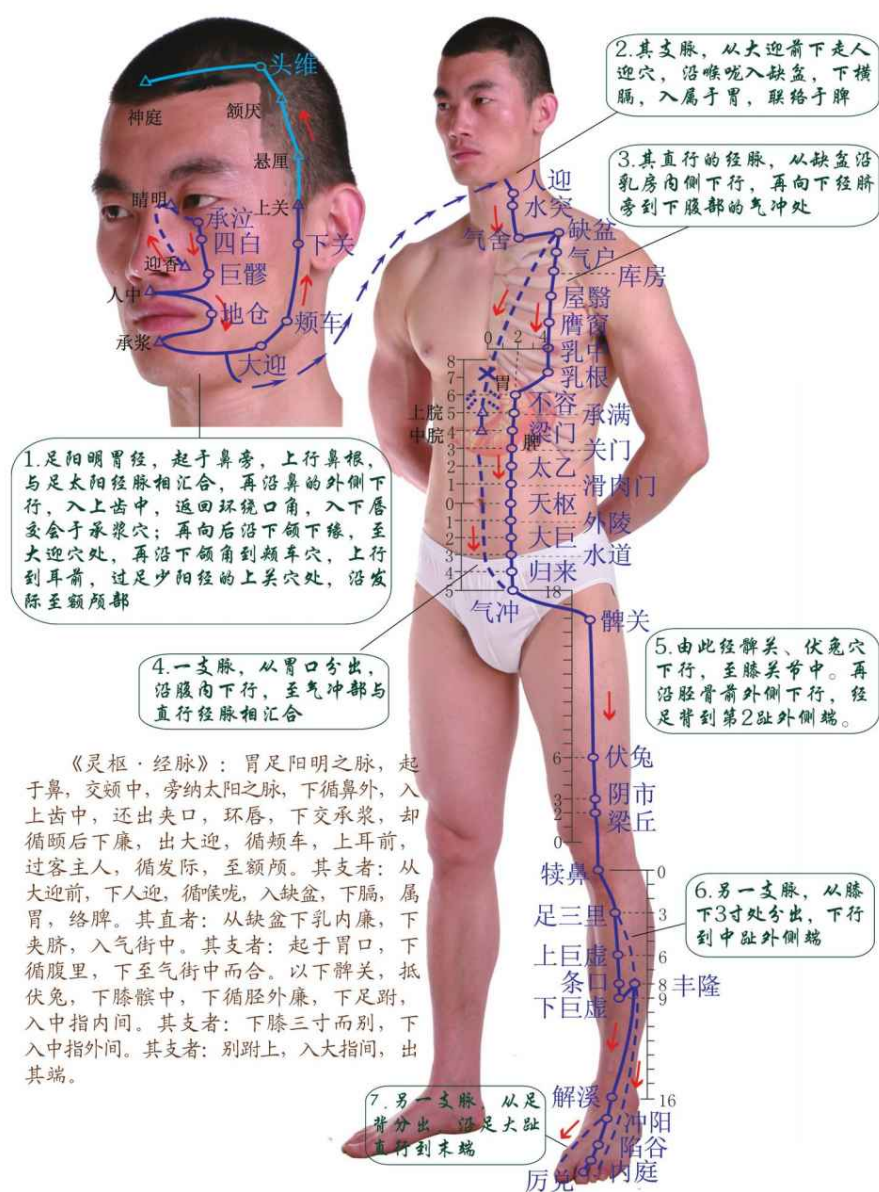
【主治】①鼻塞、鼻衄、口歪等局部病证；②胆道蛔虫症。



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.本经腧穴主治概要

(1) 胃系疾病 肠鸣腹胀，胃痛，呕吐，食欲不振或消谷善饥，便秘，泄泻。

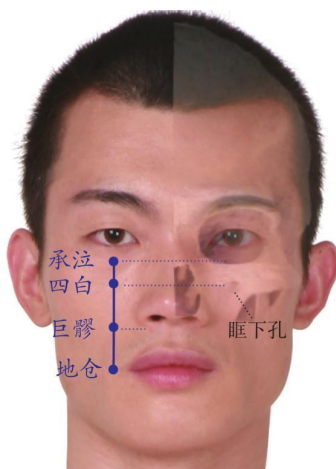
(2) 经脉循行部位的其他病证 神志病，下肢痿痹，腰膝冷痛，水肿，半身不遂，头面五官诸疾。

2.腧穴定位与主治

(1) 承泣 (Chéngqì, ST1)

【定位】在面部，眼球与眶下缘之间，瞳孔直下。

【主治】①眼睑瞤动、迎风流泪、夜盲、近视等目疾；②口眼歪斜、面肌痉挛。



(2) 四白 (Sìbái, ST2)

【定位】在面部，眶下孔处。

【主治】①目赤痛痒、眼睑瞤动、目翳等目疾；②口眼歪斜、三叉神经痛、面肌痉挛等面部病证；③头痛、眩晕。

(3) 巨髎 (Jùliáo, ST3)

【定位】在面部，横平鼻翼下缘，瞳孔直下。

【主治】口眼歪斜、鼻衄、齿痛、唇颊肿等局部五官病证。

(4) 地仓 (Dìcāng, ST4)

【定位】在面部，口角旁开0.4寸。

【主治】口眼歪斜、流涎、三叉神经痛等局部病证。

(5) 大迎 (Dàying, ST5)

【定位】在面部，下颌角前方，咬肌附着部的前缘凹陷中，面动脉搏动处。

【主治】口眼歪斜、颊肿、齿痛等局部病证。



(6) 颊车 (Jiáchē, ST6)

【定位】在面部，下颌角前上方一横指。

【主治】齿痛、牙关不利、颊肿、口角歪斜等局部病证。

(7) 下关 (Xiàguān, ST7)

【定位】在面部，颧弓下缘中央与下颌切迹之间凹陷中。

【主治】①牙关不利、三叉神经痛、齿痛、口眼歪斜等面口病证；②耳聋、耳鸣、聤耳等耳疾。

(8) 头维 (Tóuwéi, ST8)

【定位】在头部，额角发际直上0.5寸，头正中线旁开4.5寸。

【主治】头痛、目眩、目痛等头目病证。



(9) 人迎 (Rényíng, ST9)

【定位】在颈部，横平喉结，胸锁乳突肌前缘，颈总动脉搏动处。

【主治】①瘰气，瘰癧；②咽喉肿痛；③高血压；④气喘。

(10) 水突 (Shuǐtū, ST10)

【定位】在颈部，横平环状软骨，胸锁乳突肌前缘。

【主治】①咽喉肿痛等局部病证；②咳嗽，气喘。

(11) 气舍 (Qìshě, ST11)

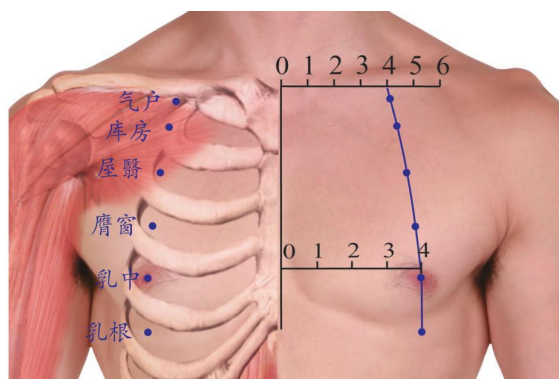
【定位】在胸锁乳突肌区，锁骨上小窝，锁骨胸骨端上缘，胸锁乳突肌胸骨头与锁骨头之间的凹陷中。

【主治】①咽喉肿痛；②瘰瘤，瘰癧；③气喘，呃逆；④项强。

(12) 缺盆 (Quēpén, ST12)

【定位】在颈外侧区，锁骨上大窝，锁骨上缘凹陷中，前正中线旁开4寸。

【主治】①咳嗽、气喘、咽喉肿痛、缺盆中痛等肺系及局部病证；②瘰癧。



(13) 气户 (Qìhù, ST13)

【定位】在胸部，锁骨下缘，前正中线旁开4寸。

【主治】①咳嗽、气喘、呃逆、胸胁支满等气机升降失常性病证；②胸痛。

(14) 库房 (Kùfáng, ST14)

【定位】在胸部，第1肋间隙，前正中线旁开4寸。

【主治】①咳嗽、气喘、咳唾脓血等肺系病证；②胸胁胀痛。

(15) 屋翳 (Wūyì, ST15)

【定位】在胸部，第2肋间隙，前正中线旁开4寸。

【主治】①咳嗽、气喘、咳唾脓血等肺系病证；②胸胁胀痛；③乳痈、乳癖等乳疾。

(16) 膺窗 (Yīngchuāng, ST16)

【定位】在胸部，第3肋间隙，前正中线旁开4寸。

【主治】①咳嗽，气喘；②胸胁胀痛；③乳痈。

(17) 乳中 (Rǔzhōng, ST17)

【定位】在胸部，乳头中央。

【主治】本穴不针不灸，只作胸部腧穴的定位标志。

(18) 乳根 (Rǔgēn, ST18)

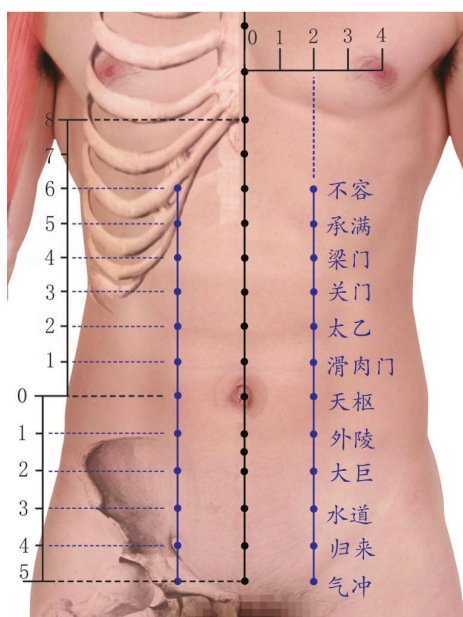
【定位】在胸部，第5肋间隙，前正中线旁开4寸。

【主治】①乳痈、乳癖、乳少等乳部疾患；②咳嗽，气喘，呃逆；③胸痛。

(19) 不容 (Bùróng, ST19)

【定位】在上腹部，脐中上6寸，前正中线旁开2寸。

【主治】呕吐、胃痛、纳少、腹胀等胃疾。



(20) 承满 (Chéngmǎn, ST20)

【定位】在上腹部，脐中上5寸，前正中线旁开2寸。

【主治】胃痛、吐血、纳少等胃疾。

(21) 梁门 (Liángmén, ST21)

【定位】在上腹部，脐中上4寸，前正中线旁开2寸。

【主治】纳少、胃痛、呕吐等胃疾。

(22) 关门 (Guānmén, ST22)

【定位】在上腹部，脐中上3寸，前正中线旁开2寸。

【主治】腹胀、腹痛、肠鸣、腹泻等胃肠病证。

(23) 太乙 (Tàiyǐ, ST23)

【定位】在上腹部，脐中上2寸，前正中线旁开2寸。

【主治】①胃病；②心烦、癫狂等神志疾患。

(24) 滑肉门 (Huáròumén, ST24)

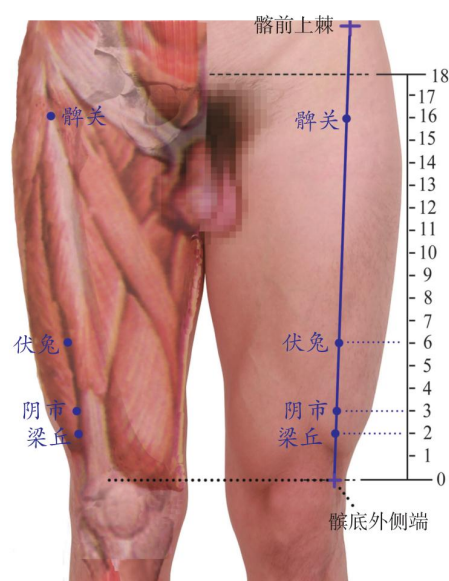
【定位】在上腹部，脐中上1寸，前正中线旁开2寸。

【主治】①胃痛，呕吐；②癫狂。

(25) 天枢 (Tiānshū, ST25) 大肠之募穴

【定位】在上腹部，横平脐中，前正中线旁开2寸。

【主治】①腹痛、腹胀、便秘、腹泻、痢疾等胃肠病证；②月经不调、痛经等妇科疾患。



(26) 外陵 (Wàilíng, ST26)

【定位】在下腹部，脐中下1寸，前正中线旁开2寸。

【主治】①腹痛，疝气；②痛经。

(27) 大巨 (Dàjù, ST27)

【定位】在下腹部，脐中下2寸，前正中线旁开2寸。

【主治】①小腹胀满；②小便不利等水液输布排泄失常性疾患；③疝气；④遗精、早泄等男科疾患。

(28) 水道 (Shuǐdào, ST28)

【定位】在下腹部，脐中下3寸，前正中线旁开2寸。

【主治】①小腹胀满；②小便不利等水液输布排泄失常性疾患；③疝气；④痛经、不孕等妇科疾患。

(29) 归来 (Guīlái, ST29)

【定位】在下腹部，脐中下4寸，前正中线旁开2寸。

【主治】①小腹痛，疝气；②月经不调、带下、阴挺等妇科疾患。

(30) 气冲 (Qìchōng, ST30)

【定位】在腹股沟区，耻骨联合上缘，前正中线旁开2寸，动脉搏动处。

【主治】①肠鸣腹痛；②疝气；③月经不调、不孕、阳痿、阴肿等妇科及男科病。

(31) 髀关 (Bìguān, ST31)

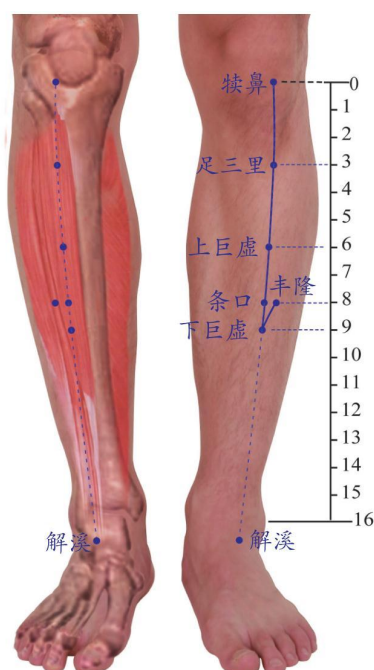
【定位】在股前区，股直肌近端、缝匠肌与阔筋膜张肌3条肌肉之间凹陷中。

【主治】下肢痿痹、腰痛、膝冷等腰及下肢病证。

(32) 伏兔 (Fútù, ST32)

【定位】在股前区，髌底上6寸，髂前上棘与髌底外侧端的连线上。

【主治】①下肢痿痹、腰痛、膝冷等腰及下肢病证；②疝气；③脚气。



(33) 阴市 (Yīnshì, ST33)

【定位】在股前区，髌底上3寸，股直肌肌腱外侧缘。

【主治】①下肢痿痹，膝关节屈伸不利；②疝气。

(34) 梁丘 (Liángqiū, ST34) 郄穴

【定位】在股前区，髌底上2寸，股外侧肌与股直肌肌腱之间。

【主治】①急性胃病；②膝肿痛、下肢不遂等下肢病证；③乳痈、乳痛等乳疾。

(35) 犊鼻 (Dúbí, ST35)

【定位】在膝前区，髌韧带外侧凹陷中。

【主治】膝痛、屈伸不利、下肢麻痹等下肢、膝关节疾患。

(36) 足三里 (Zúsānlǐ, ST36) 合穴；胃之下合穴

【定位】在小腿外侧，犊鼻下3寸，犊鼻与解溪连线上。

【主治】①胃痛、呕吐、噎膈、腹胀、腹泻、痢疾、便秘等胃肠病证；②下肢痿痹③癫狂等神志病；④乳痈、肠痈等外科疾患；⑤虚劳诸证，为强壮保健要穴。

(37) 上巨虚 (Shàngjùxū, ST37) 大肠之下合穴

【定位】在小腿外侧，犊鼻下6寸，犊鼻与解溪连线上。

【主治】①肠鸣、腹痛、腹泻、便秘、肠痈、痢疾等胃肠病证；②下肢痿痹。

(38) 条口 (Tiáokǒu, ST38)

【定位】在小腿外侧，犊鼻下8寸，犊鼻与解溪连线上。

【主治】①下肢痿痹，转筋；②肩臂痛；③脘腹疼痛。

(39) 下巨虚 (Xiàjùxū, ST39) 小肠之下合穴

【定位】在小腿外侧，犊鼻下9寸，犊鼻与解溪连线上。

【主治】①腹泻、痢疾、小腹痛等胃肠病证；②下肢痿痹。③乳痈。

(40) 丰隆 (Fēnglóng, ST40) 络穴

【定位】在小腿外侧，外踝尖上8寸，胫骨前肌的外缘。

【主治】①头痛，眩晕；②癫狂；③咳嗽痰多等痰饮病证；④下肢痿痹；⑤腹胀，便秘。



(41) 解溪 (Jiěxī, ST41) 经穴

【定位】在踝区，踝关节前面中央凹陷中，拇长伸肌腱与趾长伸肌腱之间。

【主治】①下肢痿痹、踝关节痛、足下垂等下肢、踝关节疾患；②头痛、眩晕；③癫狂；④腹胀，便秘。

(42) 冲阳 (Chōngyáng, ST42) 原穴

【定位】在足背，第2跖骨基底部与中间楔状骨关节处，可触及足背动脉。

【主治】①胃痛；②口眼歪斜；③癫狂病；④足痿无力。

(43) 陷谷 (Xiàngǔ, ST43) 输穴

【定位】在足背，第2、3跖骨间，第2跖趾关节近端凹陷中。

【主治】①面肿、水肿等水液输布失常性疾患；②足背肿痛；③肠鸣腹痛。

(44) 内庭 (Nèitíng, ST44) 荥穴

【定位】在足背，第2、3趾间，趾蹼缘后方赤白肉际处。

【主治】①齿痛、咽喉肿痛、鼻衄等五官热性病证；②热病；③吐酸、腹泻、痢疾、便秘等肠胃病证；④足背肿痛，跖趾关节痛。

(45) 厉兑 (Lìduì, ST45) 井穴

【定位】在足趾，第2趾末节外侧，趾甲根角侧后方0.1寸（指寸）。

【主治】①鼻衄、齿痛、咽喉肿痛等实热性五官病证；②热病；③多梦、癫狂等神志疾患。

3.刺灸注意事项

(1) 承泣 以左手拇指向上轻推眼球，紧靠眶缘缓慢直刺0.5~1.5寸，不宜提插，以防刺破血管引起血肿。出针时稍加按压，以防出血。

(2) 四白 直刺或微向上斜刺0.3~0.5寸，不可深刺，以免伤及眼球，不可过度提插捻转。

(3) 巨髎 斜刺或平刺0.3~0.5寸。

(4) 地仓 斜刺或平刺0.5~0.8寸。可向颊车穴透刺。

(5) 大迎 避开动脉，斜刺或平刺0.3~0.5寸。

(6) 颊车 直刺0.3~0.5寸，或平刺0.5~1寸。可向地仓穴透刺。

(7) 下关 直刺0.5~1寸。留针时不可做张口动作，以免折针。

(8) 头维 平刺0.5~1寸。

(9) 人迎 避开颈总动脉，直刺0.3~0.8寸。

(10) 气舍 直刺0.3~0.5寸。本经气舍至乳根诸穴深部有大动脉及肺、肝等重要脏器，不可深刺。

(11) 缺盆 直刺或斜刺0.3~0.5寸。

(12) 气户~乳根 胸部肋间穴位宜斜刺或平刺0.5~0.8寸。

(13) 乳中 本穴不宜针刺，可温和灸或电极刺激。

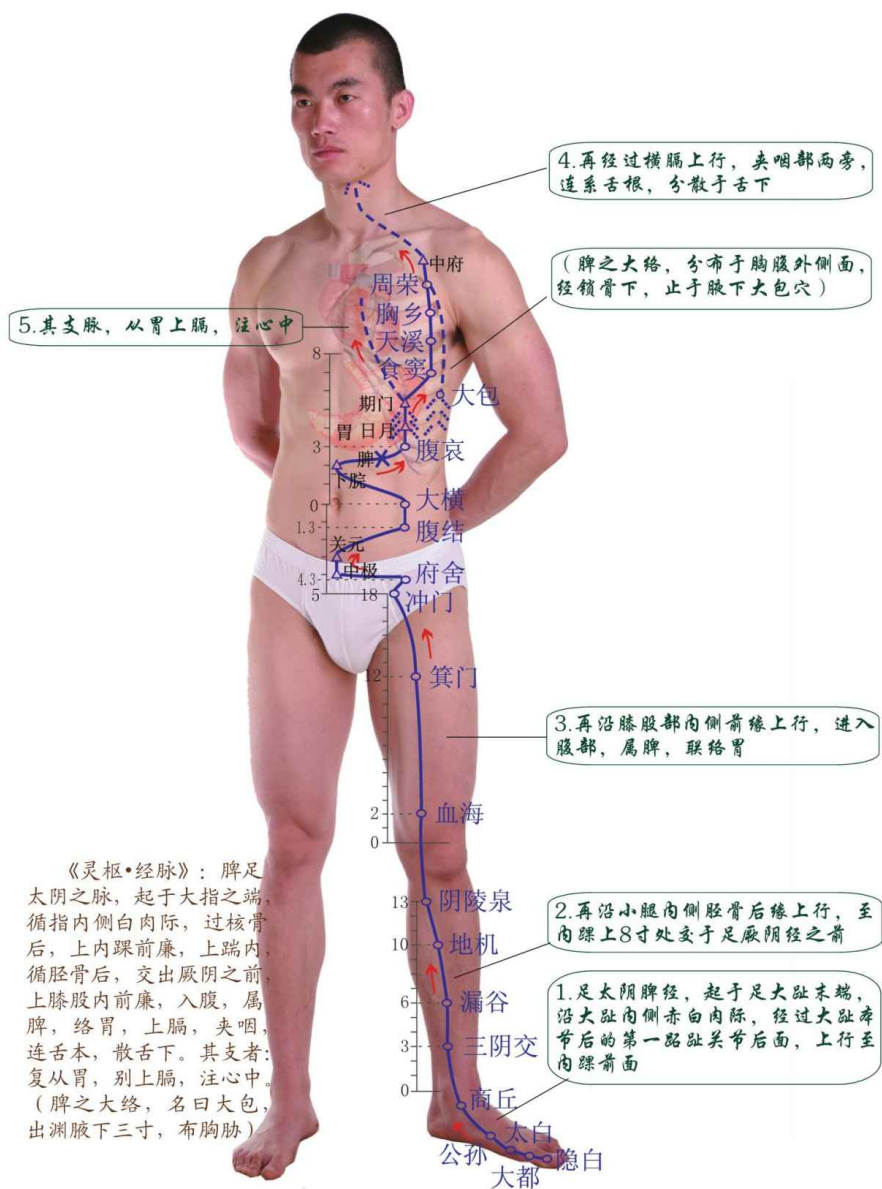
(14) 不容~归来 腹部穴位直刺，缓慢进针，少提插，可捻转。

(15) 气冲 避开动脉，直刺0.5~1寸。

(16) 髀关~内庭 下肢穴位直刺，不同部位进针深度不同。

(17) 厉兑 井穴（涌泉除外）浅刺0.1寸，或点刺出血。

（四）足太阴脾经及穴位



1.本经腧穴主治概要

- (1) 脾胃病 胃痛，呕吐，腹痛，泄泻，便秘等。
- (2) 妇科病、前阴病 不孕，月经过多，崩漏，阴挺，遗精，阳痿等。
- (3) 经脉循行部位的其他病证 下肢痿痹，胸胁痛等。

2.腧穴定位与主治

- (1) 隐白 (Yǐnbái, SP1) 井穴

【定位】在足趾，大趾末节内侧，趾甲根角侧后方0.1寸（指寸）。

【主治】①月经过多、崩漏等妇科病；②便血、尿血等慢性出血证；③癫狂，多梦；④惊风；⑤腹满，暴泄。



(2) 大都 (Dàdū, SP2) 荥穴

【定位】在足趾，第1跖趾关节远端赤白肉际凹陷中。

【主治】①腹胀、胃痛、呕吐、腹泻、便秘等脾胃病证；②热病，无汗。

(3) 太白 (Tàibái, SP3) 输穴；原穴

【定位】在跖区，第1跖趾关节近端赤白肉际凹陷中。

【主治】①肠鸣、腹胀、腹泻、胃痛、便秘等脾胃病证；②体重节痛。

(4) 公孙 (Gōngsūn, SP4) 络穴；八脉交会穴（通冲脉）

【定位】在跖区，第1跖骨底的前下缘赤白肉际处。

【主治】①胃痛、呕吐、腹痛、腹泻、痢疾等脾胃肠腑病证；②心烦失眠、狂证等神志病证；③逆气里急、气上冲心等冲脉病证。

(5) 商丘 (Shāngqiū, SP5) 经穴

【定位】在踝区，内踝前下方，舟骨粗隆与内踝尖连线中点凹陷中。

【主治】①腹胀、腹痛、便秘等脾胃病证；②黄疸。③足踝痛。

(6) 三阴交 (Sānyīnjiāo , SP6) 肝脾肾三经之交会穴

【定位】在小腿内侧，内踝尖上3寸，胫骨内侧缘后际。

【主治】①肠鸣腹胀、腹泻等脾胃虚弱诸证；②月经不调、带下、阴挺、不孕、滞产等妇科病证；③遗精、阳痿、遗尿等生殖泌尿系统疾患；④心悸，失眠，高血压；⑤下肢痿痹；⑥阴虚诸证。

(7) 漏谷 (Lòugǔ , SP7)

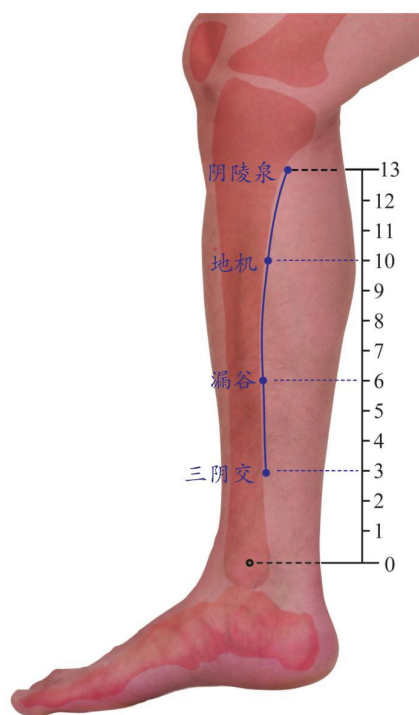
【定位】在小腿内侧，内踝尖上6寸，胫骨内侧缘后际。

【主治】①腹胀，肠鸣；②小便不利，遗精；③下肢痿痹。

(8) 地机 (Dìjī , SP8) 郄穴

【定位】在小腿内侧，阴陵泉下3寸，胫骨内侧缘后际。

【主治】①痛经、崩漏、月经不调等妇科病；②腹痛、腹泻等脾胃病证；③小便不利、水肿等脾不运化水湿病证。



(9) 阴陵泉 (Yīnlíngquán, SP9) 合穴

【定位】在小腿内侧，胫骨内侧髁下缘与胫骨内侧缘之间的凹陷中。

【主治】①腹胀、腹泻、水肿、黄疸、小便不利等脾不运化水湿病证；②膝痛。

(10) 血海 (Xuèhǎi, SP10)

【定位】在股前区，髌底内侧端上2寸，股内侧肌隆起处。

【主治】①月经不调、痛经、经闭等月经病；②瘾疹、湿疹、丹毒等血热性皮肤病。

(11) 箕门 (Jīmén, SP11)

【定位】在股前区，髌底内侧端与冲门连线的上1/3与2/3交点，长收肌与缝匠肌交角的动脉搏动处。

【主治】①小便不利，遗尿；②腹股沟肿痛。

(12) 冲门 (Chōngmén, SP12)

【定位】在腹股沟区，腹股沟斜纹中，髂外动脉搏动处的外侧。

【主治】①腹痛，疝气；②崩漏、带下、胎气上冲等妇科病证。

(13) 府舍 (Fǔshè, SP13)

【定位】在下腹部，脐中下4.3寸，前正中线旁开4寸。

【主治】腹痛、积聚、疝气等下腹部病证。

(14) 腹结 (Fùjié, SP14)

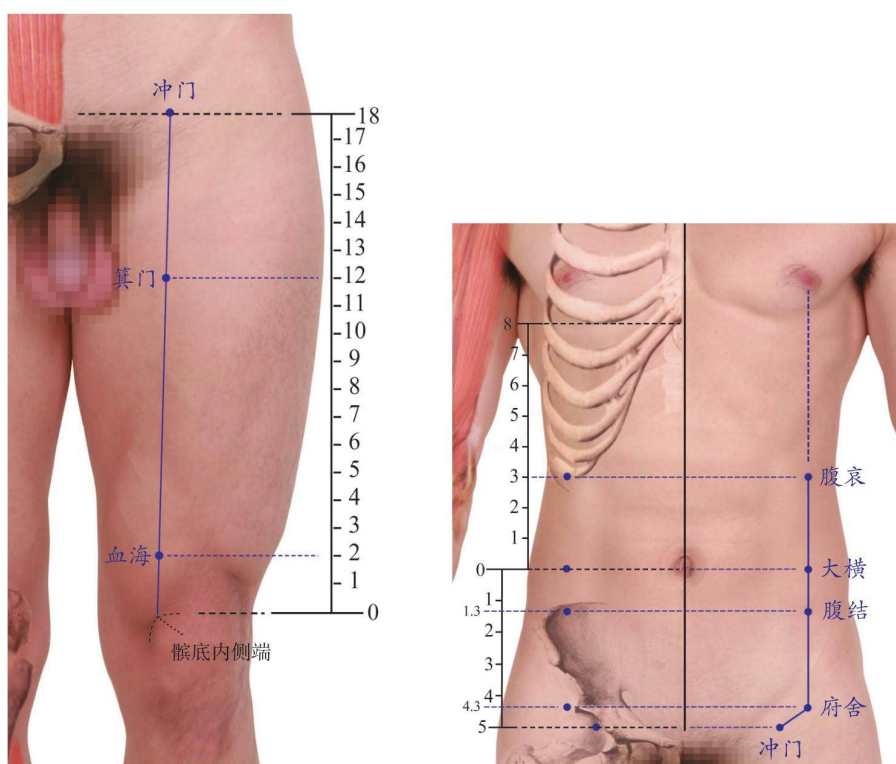
【定位】在下腹部，脐中下1.3寸，前正中线旁开4寸。

【主治】①腹痛，腹泻，食积；②疝气。

(15) 大横 (Dàhéng, SP15)

【定位】在腹部，脐中旁开4寸。

【主治】腹痛、腹泻、便秘等脾胃病证。



(16) 腹哀 (Fù'āi , SP16)

【定位】在上腹部，脐中上3寸，前正中线旁开4寸。

【主治】消化不良、腹痛、便秘、痢疾等脾胃肠腑病证。

(17) 食窦 (Shídòu , SP17)

【定位】在胸部，第5肋间隙，前正中线旁开6寸。

【主治】①胸胁胀痛；②噎气、反胃、腹胀等胃气失降性病证；③水肿。

(18) 天溪 (Tiānxī , SP18)

【定位】在胸部，第4肋间隙，前正中线旁开6寸。

【主治】①胸胁疼痛，咳嗽；②乳痈，乳少。

(19) 胸乡 (Xiōngxiāng , SP19)

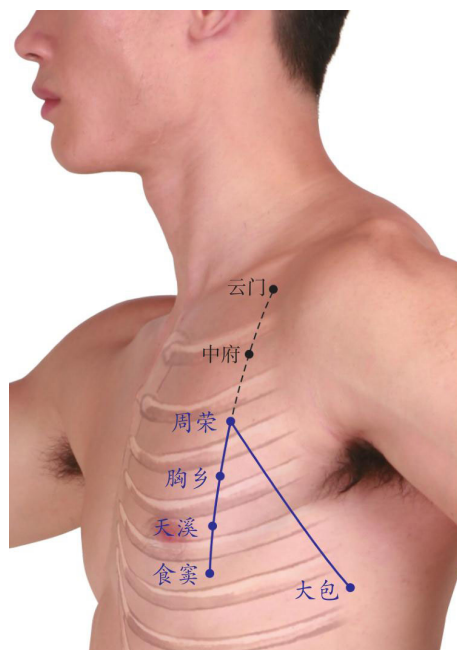
【定位】在胸部，第3肋间隙，前正中线旁开6寸。

【主治】胸胁胀痛。

(20) 周荣 (Zhōuróng , SP20)

【定位】在胸部，第2肋间隙，前正中线旁开6寸。

【主治】①咳嗽，气逆；②胸胁胀满。



(21) 大包 (Dàbāo, SP21)

【定位】在胸外侧区，第6肋间隙，在腋中线上。

【主治】①气喘；②胸胁痛；③全身疼痛；④疝气；⑤四肢无力。

3.刺灸注意事项

(1) 隐白 井穴（涌泉除外）浅刺0.1寸，或点刺出血。

(2) 大都～箕门 下肢穴位直刺，不同部位进针深度不同。

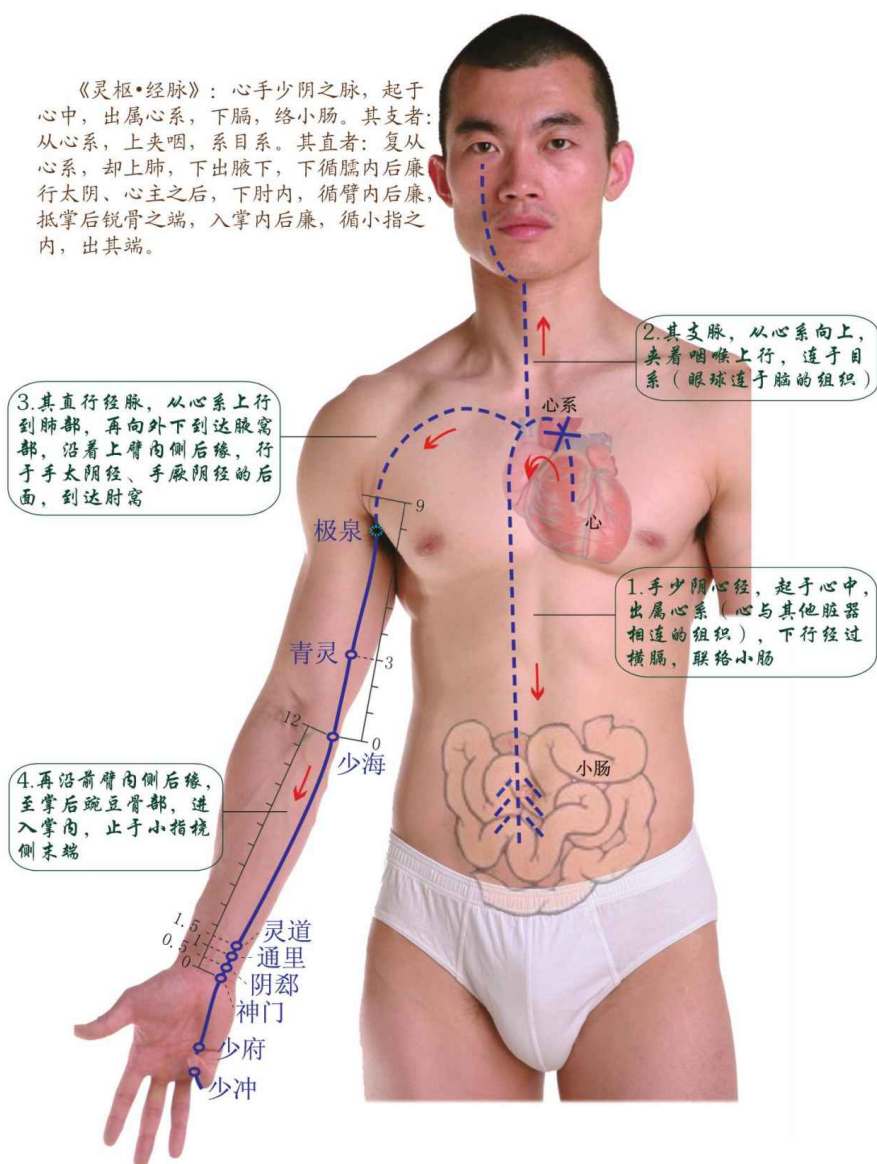
(3) 冲门 避开动脉，直刺0.5～1寸。

(4) 府舍～腹哀 腹部穴位直刺，缓慢进针，少提插，可捻转。

(5) 食窦～大包 胸部穴位沿肋间斜刺或沿肋间平刺0.5～0.8寸。

(五) 手少阴心经及穴位

《灵枢·经脉》：心手少阴之脉，起于心中，出属心系，下膈，络小肠。其支者：从心系，上夹咽，系目系。其直者：复从心系，却上肺，下出腋下，下循膈内后廉行太阴、心主之后，下肘内，循臂内后廉，抵掌后锐骨之端，入掌内后廉，循小指之内，出其端。



1.本经腧穴主治概要

心、胸、神志及经脉循行部位的其他病证。



2.腧穴定位与主治

(1) 极泉 (Jíquán , HT1)

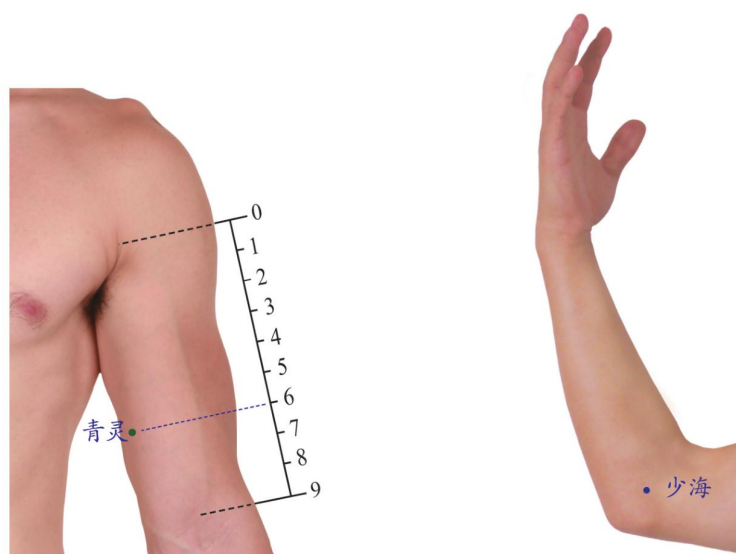
【定位】在腋区，腋窝中央，腋动脉搏动处。

【主治】①心痛、心悸等心疾；②肩臂疼痛、胁肋疼痛、臂丛神经损伤等痛证；③瘰疬；④腋臭；⑤上肢针麻用穴。

(2) 青灵 (Qīnglíng, HT2)

【定位】在臂前区，肘横纹上3寸，肱二头肌内侧沟中。

【主治】①头痛，振寒；②胁痛，肩臂疼痛。



(3) 少海 (Shàohǎi, HT3) 合穴

【定位】在肘前区，横平肘横纹，肱骨内上髁前缘。

【主治】①心痛、瘧症等心病、神志病；②肘臂挛痛，臂麻木颤；③头项痛，腋胁部痛；④瘰疬。

(4) 灵道 (Língdào, HT4) 经穴

【定位】在前臂前区，腕掌侧远端横纹上1.5寸，尺侧腕屈肌腱的桡侧缘。

【主治】①心痛，悲恐善笑；②暴暗；③肘臂挛痛。

(5) 通里 (Tōnglǐ, HT5) 络穴

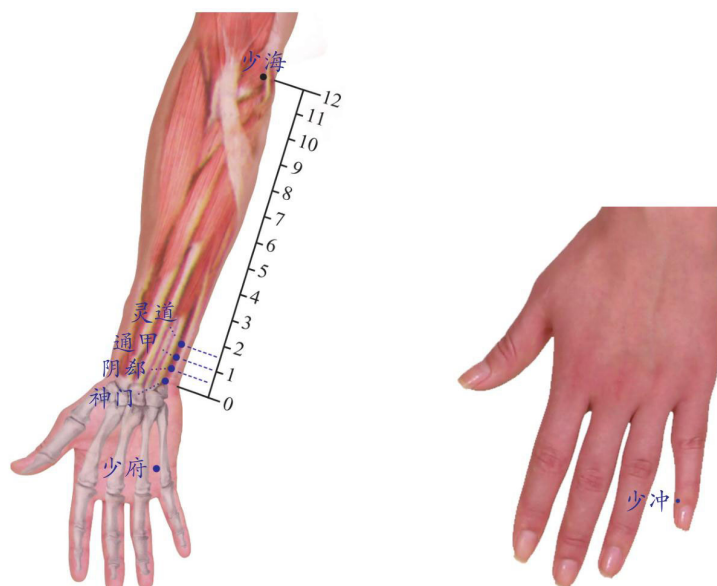
【定位】在前臂前区，腕掌侧远端横纹上1寸，尺侧腕屈肌腱的桡侧缘。

【主治】①心悸、怔忡等心病；②舌强不语，暴暗；③腕臂痛。

(6) 阴郄 (Yīnxì, HT6) 郄穴

【定位】在前臂前区，腕掌侧远端横纹上0.5寸，尺侧腕屈肌腱的桡侧缘。

【主治】①心痛、惊悸等心病；②骨蒸盗汗；③吐血，衄血。



(7) 神门 (Shénmén, HT7) 输穴；原穴

【定位】在腕前区，腕掌侧远端横纹尺侧端，尺侧腕屈肌腱的桡侧缘。

【主治】①心痛、心烦、惊悸、怔忡、健忘、失眠、痴呆、癫狂痫等心与神志病证；②高血压；③胸胁痛。

(8) 少府 (Shàofǔ, HT8) 荥穴

【定位】在手掌，横平第5掌指关节近端，第4、5掌骨之间。

【主治】①心悸、心痛等心胸病；②阴痒、阴痛；③痈疡；④小指挛痛。

(9) 少冲 (Shàochōng, HT9) 井穴

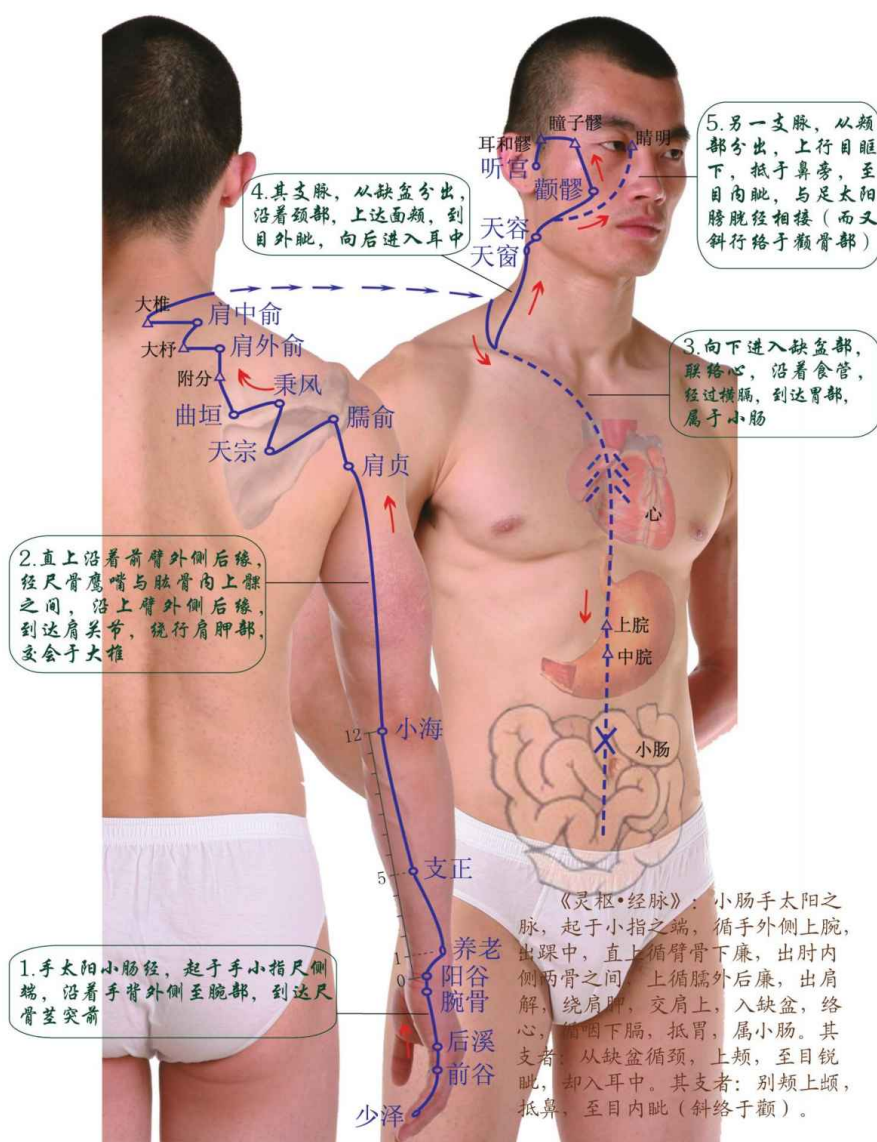
【定位】在手指，小指末节桡侧，指甲根角侧上方0.1寸（指寸）。

【主治】①心悸、心痛、癫狂、昏迷等心及神志病证；②热病；③胸胁痛。

3.刺灸注意事项

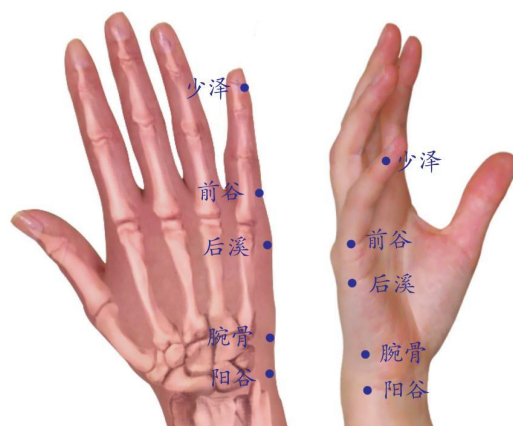
- (1) 极泉 避开腋动脉，直刺或斜刺0.3~0.5寸。
- (2) 青灵~少府 上肢穴位直刺，不同部位进针深度不同。
- (3) 少冲 井穴（涌泉除外）浅刺0.1寸，或点刺出血。

(六) 手太阳小肠经及穴位



1.本经腧穴主治概要

头面五官病、热病、神志病及经脉循行部位的其他病证。



2.腧穴定位与主治

(1) 少泽 (Shàozé, SI1) 井穴

【定位】在手指，小指末节尺侧，指甲根角侧上方0.1寸（指寸）。

【主治】①乳痈、乳少等乳疾；②昏迷、热病等急症、热证；③头痛、目翳、咽喉肿痛等头面五官病证。

(2) 前谷 (Qiángǔ, SI2) 荥穴

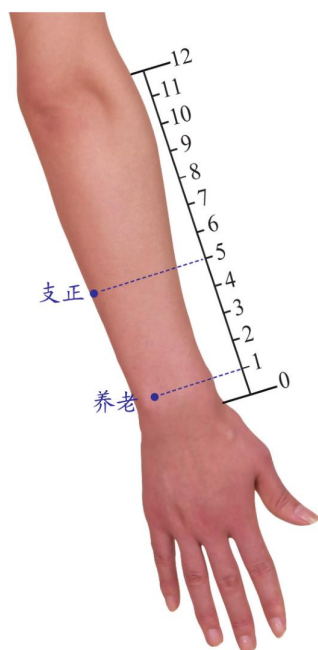
【定位】在手指，第5掌指关节尺侧远端赤白肉际凹陷中。

【主治】①热病；②乳痈，乳少；③头痛、目痛、耳鸣、咽喉肿痛等头面五官病证。

(3) 后溪 (Hòuxī, SI3) 输穴；八脉交会穴（通督脉）

【定位】在手内侧，第5掌指关节尺侧近端赤白肉际凹陷中。

【主治】①头项强痛、腰背痛、手指及肘臂挛痛等痛证；②耳聋，目赤；③癫狂痫；④疟疾。



(4) 腕骨 (Wàngǔ, SI4) 原穴

【定位】在腕区，第5掌骨底与三角骨之间的赤白肉际凹陷中。

【主治】①指挛腕痛，头项强痛；②目翳；③黄疸；④热病，疟疾。

(5) 阳谷 (Yángǔ, SI5) 经穴

【定位】在腕后区，尺骨茎突与三角骨之间的凹陷中。

【主治】①颈颌肿、臂外侧痛、腕痛等痛证；②头痛、目眩、耳鸣、耳聋等头面五官病证；③热病；④癫狂痫。

(6) 养老 (Yǎnglǎo, SI6) 郄穴

【定位】在前臂后区，腕背横纹上1寸，尺骨头桡侧凹陷中。

【主治】①目视不明；②肩、背、肘、臂酸痛。

(7) 支正 (Zhīzhèng, SI7) 络穴

【定位】在前臂后区，腕背侧远端横纹上5寸，尺骨尺侧与尺侧腕屈肌腱之间。

【主治】①头痛，项强，肘臂酸痛；②热病；③癫狂；④疣症。



(8) 小海 (Xiǎohǎi, SI8) 合穴

【定位】在肘后区，尺骨鹰嘴与肱骨内上髁之间凹陷中。

【主治】①肘臂疼痛，麻木；②癫痫。

(9) 肩贞 (Jiānzhēn, SI9)

【定位】在肩胛区，肩关节后下方，腋后纹头直上1寸。

【主治】①肩臂疼痛，上肢不遂；②瘰癧。

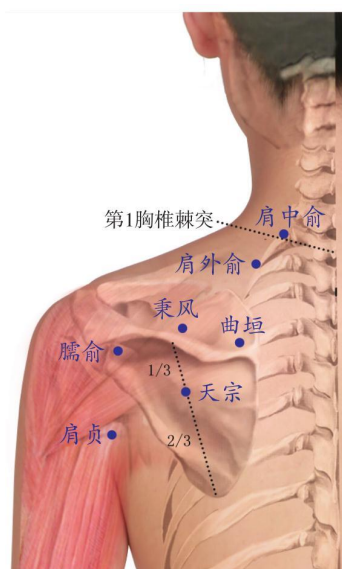
(10) 臑俞 (Nàoshū, SI10)

【定位】在肩胛区，腋后纹头直上，肩胛冈下缘凹陷中。

【主治】①肩臂疼痛，肩不举；②瘰癧。

(11) 天宗 (Tiānzōng, SI11)

【定位】在肩胛区，肩胛冈中点与肩胛骨下角联线上1/3与下2/3交点凹陷中。



【主治】①肩胛疼痛、肩背部损伤等局部病证；②气喘。

(12) 秉风 (Bǐngfēng, SI12)

【定位】在肩胛区，肩胛冈中点上方冈上窝中。

【主治】肩胛疼痛、上肢酸麻等肩胛、上肢病证。

(13) 曲垣 (Qūyuán, SI13)

【定位】在肩胛区，肩胛冈内侧端上缘凹陷中。

【主治】肩胛疼痛。

(14) 肩外俞 (Jiānwàishū, SI14)

【定位】在脊柱区，第1胸椎棘突下，后正中线旁开3寸。

【主治】肩背疼痛、颈项强急等肩背、颈项痹证。

(15) 肩中俞 (Jiānzhōngshū, SI15)

【定位】在脊柱区，第7颈椎棘突下，后正中线旁开2寸。

【主治】①咳嗽，气喘；②肩臂疼痛。

(16) 天窗 (Tiānchuāng, SI16)

【定位】在颈部，横平喉结，胸锁乳突肌后缘。

【主治】①耳鸣、耳聋、咽喉肿痛、暴暗等五官病证；②颈项强痛。

(17) 天容 (Tiānróng, SI17)

【定位】在颈部，下颌角后方，胸锁乳突肌的前缘凹陷中。

【主治】①耳鸣、耳聋、咽喉肿痛等五官病证；②头痛，颈项强痛。



(18) 颧髎 (Quánliáo, SI18)

【定位】在面部，颧骨下缘，目外眦直下凹陷中。

【主治】口眼歪斜、眼睑瞤动、齿痛、三叉神经痛等面部病证。

(19) 听宫 (Tīnggōng, SI19)

【定位】在面部，耳屏正中与下颌骨髁状突之间的凹陷中。

【主治】①耳鸣、耳聋、聤耳等耳疾；②齿痛。

3.刺灸注意事项

(1) 少泽 井穴（涌泉除外）浅刺0.1寸或点刺出血。孕妇慎用。

(2) 前谷～小海 上肢穴位直刺，不同部位进针深度不同。

(3) 肩贞、臑俞 直刺，不宜向胸侧深刺。

(4) 天宗、秉风 直刺或斜刺0.5~1寸；遇到阻力不可强行进针。

(5) 曲垣 直刺或斜刺0.5~1寸；宜向锁骨上窝上方刺，不宜向胸部深刺。

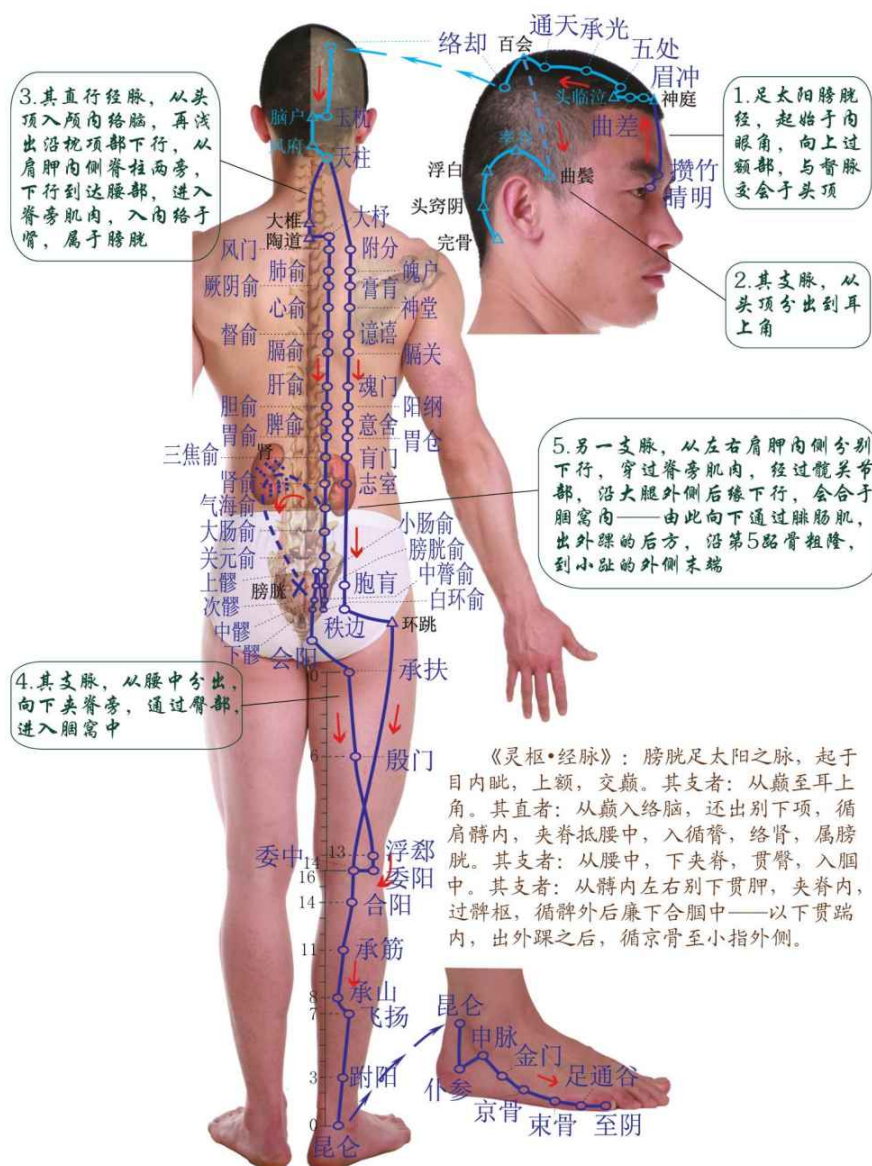
(6) 肩外俞、肩中俞 向上斜刺0.5~0.8寸；不宜深刺。

(7) 天窗、天容 直刺0.5~1寸，注意避开血管。

(8) 颧髎 直刺或斜刺均可。

(9) 听宫 张口，直刺1~1.5寸。留针时应保持一定的张口姿势。

(七) 足太阳膀胱经及穴位



1.本经腧穴主治概要

(1) 外经病 头面五官病，项、背、腰、下肢病证。

(2) 脏腑病 位于背部两条侧线的背俞穴及其他腧穴主治相应的脏腑病证和有关的组织器官病证。

(3) 神志病。



2. 腧穴定位与主治

(1) 睛明 (Jīngmíng, BL1)

【定位】在面部，目内眦内上方眶内侧壁凹陷中。

【主治】①目赤肿痛、流泪、视物不明、目眩、近视、夜盲、色盲等目疾；②急性腰扭伤、坐骨神经痛；③心悸，怔忡。

(2) 攒竹 (Cuánzhú, BL2)

【定位】在面部，眉头凹陷中，额切迹处。

【主治】①头痛，眉棱骨痛；②眼睑瞤动、眼睑下垂、口眼歪斜、目视不明、目赤肿痛、流泪等目部病证；③呃逆。

(3) 眉冲 (Méichōng, BL3)

【定位】在头部，额切迹直上入发际0.5寸。

【主治】①头痛，目眩；②鼻塞，鼻衄；③癫痫。

(4) 曲差 (Qūchā, BL4)

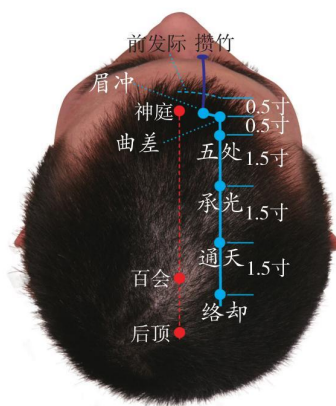
【定位】在头部，前发际正中直上0.5寸，旁开1.5寸。

【主治】①头痛，目眩；②鼻塞，鼻衄。

(5) 五处 (Wǔchù, BL5)

【定位】在头部，前发际正中直上1寸，旁开1.5寸。

【主治】①头痛，目眩；②癫痫。



(6) 承光 (Chéngguāng, BL6)

【定位】在头部，前发际正中直上2.5寸，旁开1.5寸。

【主治】①头痛，目眩；②鼻塞；③热病。

(7) 通天 (Tōngtiān, BL7)

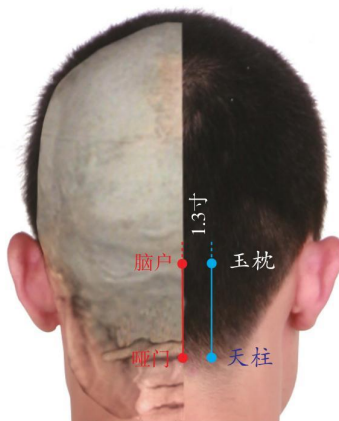
【定位】在头部，前发际正中直上4寸，旁开1.5寸。

【主治】①头痛，眩晕；②鼻塞、鼻衄、鼻渊等鼻部疾病。

(8) 络却 (Luòquè, BL8)

【定位】在头部，前发际正中直上5.5寸，旁开1.5寸。

【主治】①头晕；②目视不明，耳鸣。



(9) 玉枕 (Yùzhěn, BL9)

【定位】在头部，横平枕外隆凸上缘，后发际正中旁开1.3寸。

【主治】①头项痛，目痛；②鼻塞。

(10) 天柱 (Tiānzhù, BL10)

【定位】在颈后区，横平第2颈椎棘突上际，斜方肌外缘凹陷中。

【主治】①后头痛、项强、肩背腰痛等痹证；②鼻塞；③癫狂痫；④热病。

(11) 大杼 (Dàzhù, BL11) 八会穴之骨会

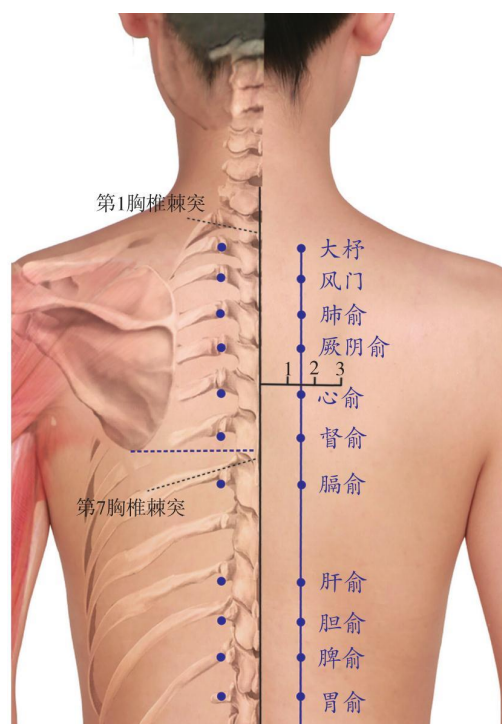
【定位】在脊柱区，第1胸椎棘突下，后正中线旁开1.5寸。

【主治】①咳嗽，发热；②项强，肩背痛。

(12) 风门 (Fēngmén, BL12)

【定位】在脊柱区，第2胸椎棘突下，后正中线旁开1.5寸。

【主治】①感冒、咳嗽、发热、头痛等外感病证；②项强，胸背痛。



(13) 肺俞 (Fèishū, BL13) 肺之背俞穴

【定位】在脊柱区，第3胸椎棘突下，后正中线旁开1.5寸。

【主治】①咳嗽、气喘、咯血等肺疾；②骨蒸潮热、盗汗等阴虚病证；③瘙痒、瘾疹等皮肤病。

(14) 厥阴俞 (Juéyīnshū, BL14) 心包之背俞穴

【定位】在脊柱区，第4胸椎棘突下，后正中线旁开1.5寸。

【主治】①心痛，心悸；②咳嗽，胸闷；③呕吐。

(15) 心俞 (Xīnshū, BL15) 心之背俞穴

【定位】在脊柱区，第5胸椎棘突下，后正中线旁开1.5寸。

【主治】①心痛、心悸、失眠、健忘、癫痫等心与神志病变；②咳嗽，吐血；③盗汗，遗精。

(16) 督俞 (Dūshū, BL16)

【定位】在脊柱区，第6胸椎棘突下，后正中线旁开1.5寸。

【主治】①心痛，胸闷；②寒热，气喘；③腹胀、腹痛、肠鸣、呃逆等胃肠病证。

(17) 膈俞 (Géshū, BL17) 八会穴之血会

【定位】在脊柱区，第7胸椎棘突下，后正中线旁开1.5寸。

【主治】①各种血证；②呕吐、呃逆、气喘等上逆之证；③瘾疹，皮肤瘙痒；④潮热、盗汗。

(18) 肝俞 (Gānshū, BL18) 肝之背俞穴

【定位】在脊柱区，第9胸椎棘突下，后正中线旁开1.5寸。

【主治】①胁痛、黄疸等肝胆疾病；②目赤、目视不明、夜盲、迎风流泪等目疾；③癫狂痫；④脊背痛。

(19) 胆俞 (Dǎnshū, BL19) 胆之背俞穴

【定位】在脊柱区，第10胸椎棘突下，后正中线旁开1.5寸。

【主治】①胁痛、黄疸等肝胆疾病；②肺痿，潮热。

(20) 脾俞 (Píshū, BL20) 脾之背俞穴

【定位】在脊柱区，第11胸椎棘突下，后正中线旁开1.5寸。

【主治】①腹胀、纳呆、呕吐、腹泻、痢疾、便血、水肿等脾胃肠腑疾病；②背痛。

(21) 胃俞 (Wèishū, BL21) 胃之背俞穴

【定位】在脊柱区，第12胸椎棘突下，后正中线旁开1.5寸。

【主治】胃脘痛、呕吐、腹胀、肠鸣等胃疾。

(22) 三焦俞 (Sānjiāoshū, BL22) 三焦之背俞穴

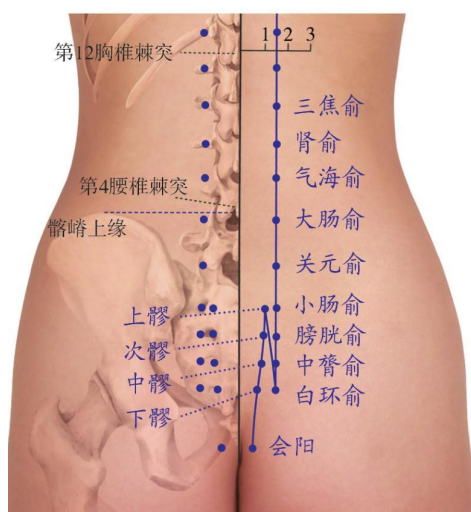
【定位】在脊柱区，第1腰椎棘突下，后正中线旁开1.5寸。

【主治】①呕吐、腹胀、腹泻、痢疾、肠鸣等脾胃肠腑疾病；②小便不利、水肿等三焦气化不利病证；③腰背强痛。

(23) 肾俞 (Shènsū, BL23) 肾之背俞穴

【定位】在脊柱区，第2腰椎棘突下，后正中线旁开1.5寸。

【主治】①头晕、耳聋、耳鸣、腰酸痛等肾虚病证；②遗尿、遗精、阳痿、早泄、不育等生殖泌尿系疾患；③月经不调、带下、不孕等妇科病证。



(24) 气海俞 (Qìhǎishū, BL24)

【定位】在脊柱区，第3腰椎棘突下，后正中线旁开1.5寸。

【主治】①肠鸣腹胀；②痛经；③腰痛。

(25) 大肠俞 (Dàchángshū, BL25) 大肠之背俞穴

【定位】在脊柱区，第4腰椎棘突下，后正中线旁开1.5寸。

【主治】①腰腿痛；②腹胀、腹泻、便秘等胃肠病证。

(26) 关元俞 (Guānyuánshū, BL26)

【定位】在脊柱区，第5腰椎棘突下，后正中线旁开1.5寸。

【主治】①腹胀，腹泻；②腰骶痛；③小便频数或不利，遗尿。

(27) 小肠俞 (Xiǎochángshū, BL27) 小肠之背俞穴

【定位】在骶区，横平第1骶后孔，骶正中嵴旁开1.5寸。

【主治】①遗尿、遗精、尿血、尿痛、带下等泌尿生殖系疾患；②腹泻，痢疾；③疝气；④腰骶痛。

(28) 膀胱俞 (Pángguāngshū, BL28) 膀胱之背俞穴

【定位】在骶区，横平第2骶后孔，骶正中嵴旁开1.5寸。

【主治】①小便不利、遗尿等膀胱气化功能失调病证；②腰骶痛；③腹泻，便秘。

(29) 中膂俞 (Zhōnglǚshū, BL29)

【定位】在骶区，横平第3骶后孔，骶正中嵴旁开1.5寸。

【主治】①腹泻；②疝气；③腰骶痛。

(30) 白环俞 (Báihuánshū, BL30)

【定位】在骶区，横平第4骶后孔，骶正中嵴旁开1.5寸。

【主治】①遗尿，遗精；②月经不调，带下；③疝气；④腰骶痛。

(31) 上髎 (Shàngliáo, BL31)

【定位】在骶区，正对第1骶后孔中。

【主治】①大小便不利；②月经不调、带下、阴挺等妇科病证；③遗精，阳痿；④腰骶痛。

(32) 次髎 (Cìliáo, BL32)

【定位】在骶区，正对第2骶后孔中。

【主治】①月经不调、痛经、带下等妇科病证；②小便不利；③遗精；④疝气；⑤腰骶痛，下肢痿痹。

(33) 中髎 (Zhōngliáo, BL33)

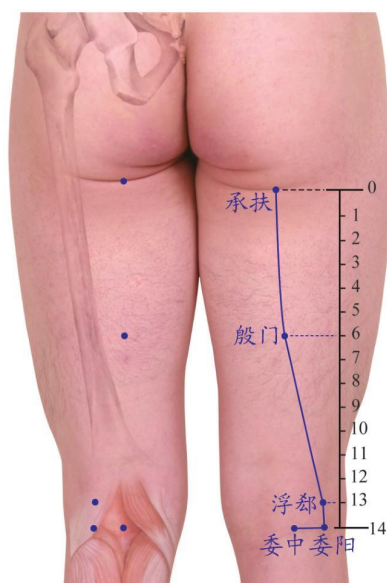
【定位】在骶区，正对第3骶后孔中。

【主治】①便秘，腹泻；②小便不利；③月经不调，带下；④腰骶痛。

(34) 下髎 (Xiàliáo, BL34)

【定位】在骶区，正对第4骶后孔中。

【主治】①便秘，腹痛；②小便不利；③带下；④腰骶痛。



(35) 会阳 (Huìyáng, BL35)

【定位】在骶区，尾骨端旁开0.5寸。

【主治】①痔疾，腹泻；②阳痿；③带下。

(36) 承扶 (Chéngfú, BL36)

【定位】在股后区，臀沟的中点。

【主治】①腰、骶、臀、股部疼痛；②痔疾。

(37) 殷门 (Yīnmén, BL37)

【定位】在股后区，臀沟下6寸，股二头肌与半腱肌之间。

【主治】腰痛，下肢痿痹。

(38) 浮郤 (Fúxì, BL38)

【定位】在膝后区，腘横纹上1寸，股二头肌腱的内侧缘。

【主治】①股腘部疼痛、麻木；②便秘。

(39) 委阳 (Wěiyáng, BL39) 三焦之下合穴

【定位】在膝部，腘横纹上，股二头肌腱的内侧缘。

【主治】①腹满，小便不利；②腰脊强痛，腿足挛痛。

(40) 委中 (Wěizhōng , BL40) 合穴；膀胱之下合穴

【定位】在膝后区，腘横纹中点。

【主治】①腰背痛、下肢痿痹等腰及下肢病证；②腹痛，急性吐泻；③小便不利，遗尿；④丹毒。

(41) 附分 (Fùfēn , BL41)

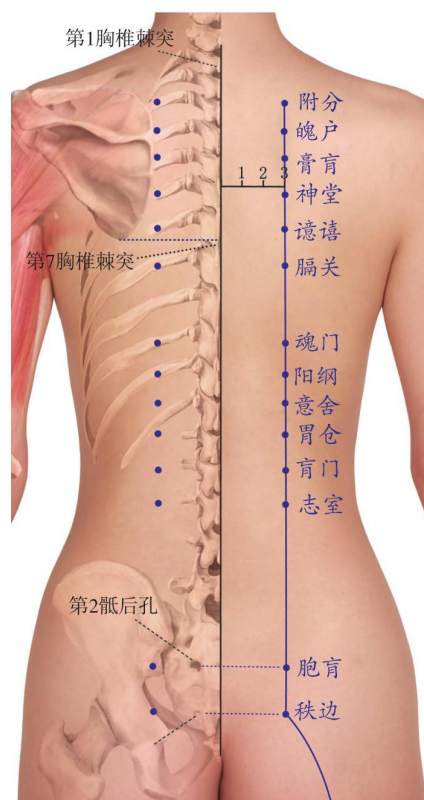
【定位】在脊柱区，第2胸椎棘突下，后正中线旁开3寸。

【主治】颈项强痛、肩背拘急、肘臂麻木等痹证。

(42) 魄户 (Pòhù , BL42)

【定位】在脊柱区，第3胸椎棘突下，后正中线旁开3寸。

【主治】①咳嗽、气喘、肺癆等肺疾；②项强，肩背痛。



(43) 膏肓 (Gāohuāng , BL43)

【定位】在脊柱区，第4胸椎棘突下，后正中线旁开3寸。

【主治】①咳嗽、气喘、肺癆等肺之虚损证；②肩胛痛；③健忘、遗精、盗汗等虚劳诸疾。

(44) 神堂 (Shéntáng, BL44)

【定位】在脊柱区，第5胸椎棘突下，后正中线旁开3寸。

【主治】①咳嗽、气喘、胸闷等肺胸病证；②脊背强痛。

(45) 谿谿 (Yìxǐ, BL45)

【定位】第6胸椎棘突下，后正中线旁开3寸。

【主治】①咳嗽，气喘；②肩背痛；③疟疾，热病。

(46) 膈关 (Géguān, BL46)

【定位】在脊柱区，第7胸椎棘突下，后正中线旁开3寸。

【主治】①胸闷、暖气、呕吐等气上逆之病证；②脊背强痛。

(47) 魂门 (Húnmén, BL47)

【定位】在脊柱区，第9胸椎棘突下，后正中线旁开3寸。

【主治】①胸胁痛，背痛；②呕吐，腹泻。

(48) 阳纲 (Yánggāng, BL48)

【定位】在脊柱区，第10胸椎棘突下，后正中线旁开3寸。

【主治】①肠鸣、腹痛、腹泻等胃肠病证；②黄疸；③消渴。

(49) 意舍 (Yìshè, BL49)

【定位】在脊柱区，第11胸椎棘突下，后正中线旁开3寸。

【主治】腹胀、肠鸣、呕吐、腹泻等胃肠病证。

(50) 胃仓 (Wèicāng, BL50)

【定位】在脊柱区，第12胸椎棘突下，后正中线旁开3寸。

【主治】①胃脘痛、腹胀、小儿食积等脾胃病证；②水肿；③背脊痛。

(51) 肓门 (Huāngmén, BL51)

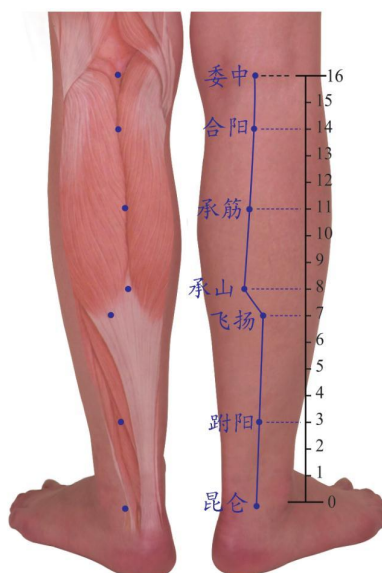
【定位】在腰区，第1腰椎棘突下，后正中线旁开3寸。

【主治】①腹痛、痞块、便秘等腹部疾患；②乳疾。

(52) 志室 (Zhìshǐ, BL52)

【定位】在腰区，第2腰椎棘突下，后正中线旁开3寸。

【主治】①遗精、阳痿等肾虚病证；②小便不利，水肿；③腰脊强痛。



(53) 胞育 (Bāohuāng, BL53)

【定位】在骶区，横平第2骶后孔，骶正中嵴旁开3寸。

【主治】①肠鸣、腹胀、便秘等胃肠病证；②癃闭；③腰脊强痛。

(54) 秩边 (Zhìbiān, BL54)

【定位】在骶区，横平第4骶后孔，骶正中嵴旁开3寸。

【主治】①腰骶痛、下肢痿痹等腰及下肢病证；②小便不利；③便秘，痔疾；④阴痛。

(55) 合阳 (Héyáng, BL55)

【定位】在小腿后区，腓横纹下2寸，腓肠肌内、外侧头之间。

【主治】①腰脊强痛，下肢痿痹；②疝气；③崩漏。

(56) 承筋 (Chéngjīn, BL56)

【定位】在小腿后区，腓横纹下5寸，腓肠肌两肌腹之间。

【主治】①腰腿拘急、疼痛；②痔疾。

(57) 承山 (Chéngshān, BL57)

【定位】在小腿后区，腓肠肌两肌腹与肌腱交角处。

【主治】①腰腿拘急、疼痛；②痔疾，便秘。

(58) 飞扬 (Fēiyáng, BL58) 络穴

【定位】在小腿后区，昆仑直上7寸，腓肠肌外下缘与跟腱移行处。

【主治】①头痛，目眩；②腰腿疼痛；③痔疾。

(59) 跗阳 (Fūyáng, BL59) 阳跷脉郄穴

【定位】在小腿后区，昆仑直上3寸，腓骨与跟腱之间。

【主治】①腰骶痛、下肢痿痹、外踝肿痛等腰、下肢痹证；②头痛。

(60) 昆仑 (Kūnlún, BL60) 经穴

【定位】在踝区，外踝尖与跟腱的凹陷中。

【主治】①后头痛、项强、腰骶疼痛、足踝肿痛等痛证；②癫痫；③滞产。

(61) 仆参 (Púcān, BL61)

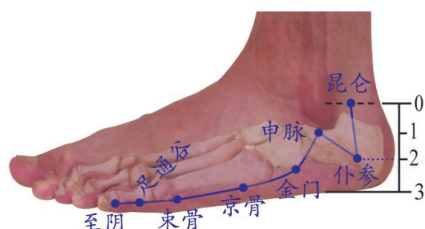
【定位】在跟区，昆仑直下，跟骨外侧，赤白肉际处。

【主治】①下肢痿痹，足跟痛；②癫痫。

(62) 申脉 (Shēnmài, BL62) 八脉交会穴 (通阳跷脉)

【定位】在踝区，外踝尖直下，外踝下缘与跟骨之凹陷中。

【主治】①头痛，眩晕；②癫狂痫证、失眠等神志疾患；③腰腿酸痛。



(63) 金门 (Jīnmén, BL63) 郄穴

【定位】在足背，外踝前缘直下，第5跖骨粗隆后方，骰骨下缘凹陷中。

【主治】①头痛、项强、腰痛、外踝痛等痛证；②癫痫；③小儿惊风。

(64) 京骨 (Jīnggǔ, BL64) 原穴

【定位】在跖区，第5跖骨粗隆前下方，赤白肉际处。

【主治】①头痛，项强；②腰腿痛；③癫痫。

(65) 束骨 (Shùgǔ, BL65) 输穴

【定位】在跖区，第5跖趾关节的近端，赤白肉际处。

【主治】①头痛、项强、目眩等头部疾患；②腰腿痛；③癫狂。

(66) 足通谷 (Zútōnggǔ, BL66) 荥穴

【定位】在足趾，第5跖趾关节的远端，赤白肉际处。

【主治】①头痛，项强；②鼻衄；③癫狂。

(67) 至阴 (Zhìyīn, BL67) 井穴

【定位】在足趾，小趾末节外侧，趾甲根脚侧后方0.1寸（指寸）。

【主治】①胎位不正，滞产；②头痛，目痛；③鼻塞，鼻衄。

3.刺灸注意事项

(1) 睛明 嘱患者闭目，医者左手轻推眼球向外侧固定，右手缓慢进针，紧靠眶缘直刺0.5～1寸。遇到阻力时，不宜强行进针，应改变进针方向或退针。不捻转，不提插（或只轻微地捻转和提插）。出针后按压针孔片刻，以防出血。针具宜细，消毒宜严。禁灸。

(2) 攒竹 可向眉中或向眼眶内缘平刺或斜刺0.5～0.8寸。禁灸。

(3) 眉冲～玉枕 头部穴位平刺0.3～0.5寸。

(4) 天柱 直刺或斜刺0.5～0.8寸，不可向内上方深刺，以免伤及延髓。

(5) 大杼～胃俞 膀胱经第一侧线上背部的穴位可向上或向内斜刺0.5～0.8寸。不宜深刺，以免伤及内部重要脏器。

(6) 三焦俞～关元俞 膀胱经第一侧线上腰部的穴位可直刺0.5～1寸。

(7) 小肠俞～白环俞 膀胱经第一侧线上骶部的穴位可直刺或斜刺0.8～1.2寸。

(8) 上髎～下髎 八髎穴直刺1～1.5寸。

(9) 会阳 在尾骨旁可直刺1～1.5寸。

(10) 承扶～委中 下肢穴位直刺，不同部位进针深度不同。

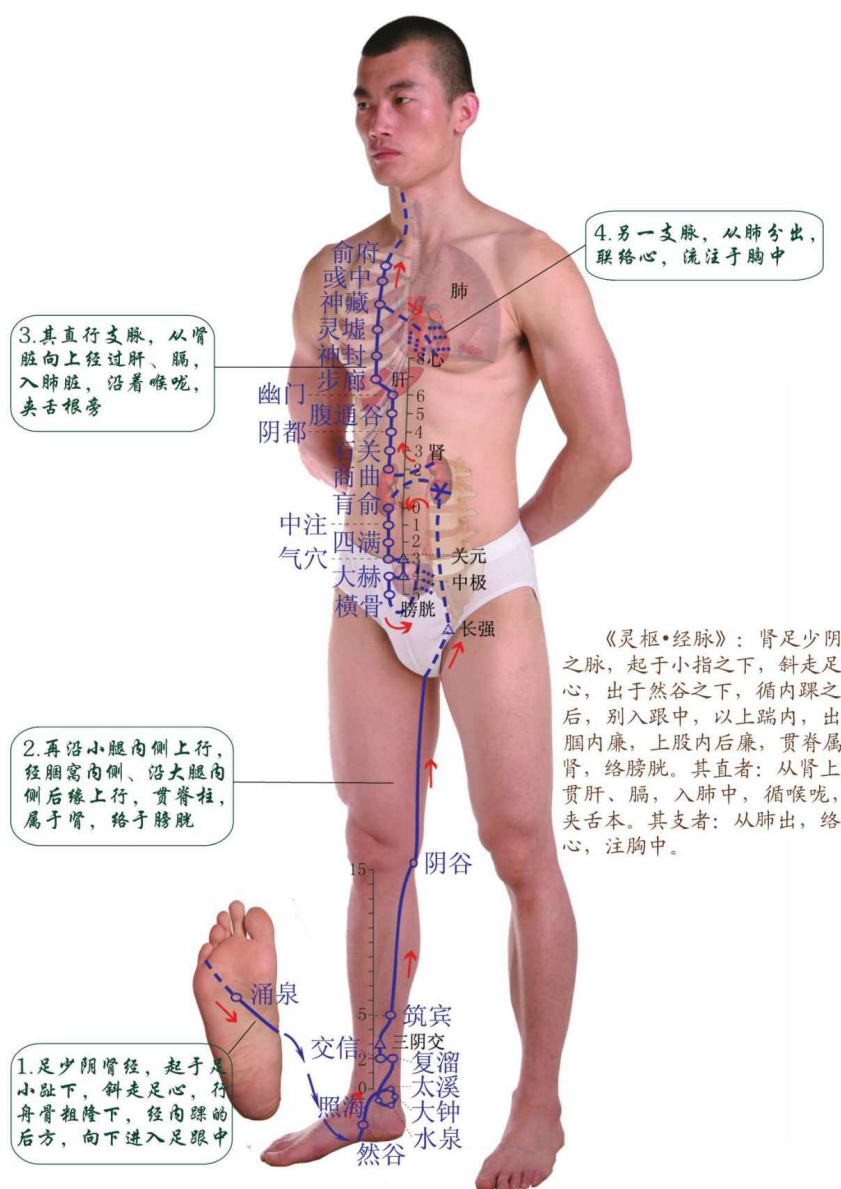
(11) 附分～志室 膀胱经第二侧线上背腰部的穴位可向上斜刺0.5～0.8寸。

(12) 胞育 膀胱经第二侧线上骶部的穴位可直刺1～1.5寸。

(13) 秩边～足通谷 臀部及下肢穴位直刺，不同部位进针深度不同。

(14) 至阴 井穴（涌泉除外）浅刺0.1寸。胎位不正用灸法。

(八) 足少阴肾经及穴位



1.本经腧穴主治概要

(1) 头和五官病证 头痛，目眩，咽喉肿痛，齿痛，耳聋，耳鸣等。

(2) 妇科病，前阴病 月经不调，遗精，阳痿，小便频数等。

(3) 经脉循行部位的其他病证 下肢厥冷，内踝肿痛等。

2.腧穴定位与主治

(1) 涌泉 (Yǒngquán, KI1) 井穴

【定位】在足底，屈足卷趾时足心最凹陷中。

【主治】①晕厥、中暑、小儿惊风、癫狂痫等急症及神志病证；②头痛，头晕，目眩，失眠；③咯血、咽喉肿痛、喉痹等肺系病证；④大便难，小便不利；⑤奔豚气；⑥足心热。



(2) 然谷 (Rángǔ, KI2) 荥穴

【定位】在足内侧，足舟骨粗隆下方，赤白肉际处。

【主治】①月经不调、阴挺、阴痒、白浊等妇科病证；②遗精、阳痿、小便不利等泌尿生殖系疾患；③咯血，咽喉肿痛；④消渴；⑤腹泻；⑥小儿脐风，口噤。

(3) 太溪 (Tàixī, KI3) 输穴；原穴

【定位】在踝区，内踝尖与跟腱之间的凹陷中。

【主治】①头痛、目眩、失眠、健忘、遗精、阳痿等肾虚证；②咽喉肿痛、齿痛、耳鸣、耳聋等阴虚性五官病证；③咳嗽、气喘、咯血、胸痛等肺部疾患；④消渴，小便频数，便秘；⑤月经不调；⑥腰脊痛，下肢厥冷。



(4) 大钟 (Dàzhōng, KI4) 络穴

【定位】在跟区，内踝后下方，跟骨上缘，跟腱附着部前缘凹陷中。

【主治】①痴呆；②癃闭，遗尿，便秘；③月经不调；④咯血，气喘；⑤腰脊强痛，足跟痛。

(5) 水泉 (Shuǐquán, KI5) 郄穴

【定位】在跟区，太溪直下1寸，跟骨结节内侧凹陷中。

【主治】①月经不调、痛经、经闭、阴挺等妇科病证；②小便不利。

(6) 照海 (Zhàohǎi, KI6) 八脉交会穴 (通阴跷脉)

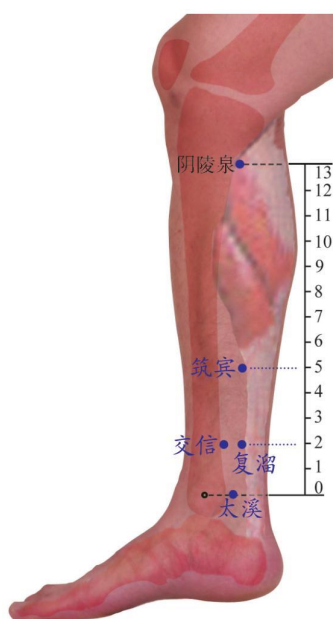
【定位】在踝区，内踝尖下1寸，内踝下缘边际凹陷中。

【主治】①失眠、癫痫等精神、神志疾患；②咽喉干痛、目赤肿痛等五官热性疾患；③月经不调、带下、阴挺等妇科病证；④小便频数，癃闭。

(7) 复溜 (Fùliū, KI7) 经穴

【定位】在小腿内侧，内踝尖上2寸，跟腱的前缘。

【主治】①水肿、汗证 (无汗或多汗) 等津液输布失调病证；②腹胀、腹泻等胃肠病证；③腰脊强痛，下肢痿痹。



(8) 交信 (Jiāoxìn, KI8) 阴跷脉之郄穴

【定位】在小腿内侧，内踝尖上2寸，胫骨内侧缘后际凹陷中。

【主治】①月经不调、崩漏、阴挺等妇科病证；②疝气；③五淋；④腹泻、便秘、痢疾等胃肠病证。

(9) 筑宾 (Zhùbīn, KI9) 阴维脉之郄穴

【定位】在小腿内侧，太溪直上5寸，比目鱼肌与跟腱之间。

【主治】①癫狂；②疝气；③呕吐涎沫，吐舌；④小腿内侧痛。

(10) 阴谷 (Yīngǔ, KI10) 合穴

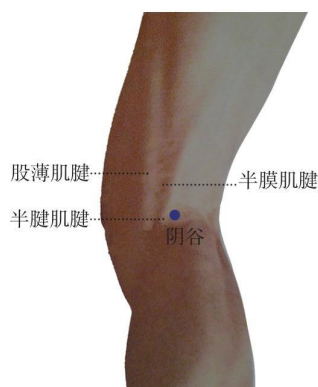
【定位】在膝后区，腘横纹上，半腱肌肌腱外侧缘。

【主治】①癫狂；②阳痿、小便不利、月经不调、崩漏等泌尿生殖系疾患；③膝股内侧痛。

(11) 横骨 (Hénggǔ, KI11)

【定位】在下腹部，脐中下5寸，前正中线旁开0.5寸。

【主治】①少腹胀痛；②小便不利、遗尿、遗精等泌尿生殖系疾患；③疝气。



(12) 大赫 (Dàhè, KI12)

【定位】 在下腹部，脐中下4寸，前正中线旁开0.5寸。

【主治】 ①遗精、阳痿等男科疾患；②阴挺、带下等妇科疾患。

(13) 气穴 (Qìxué, KI13)

【定位】 在下腹部，脐中下3寸，前正中线旁开0.5寸。

【主治】 ①奔豚气；②月经不调，带下；③小便不利；④腹泻。

(14) 四满 (Sìmǎn, KI14)

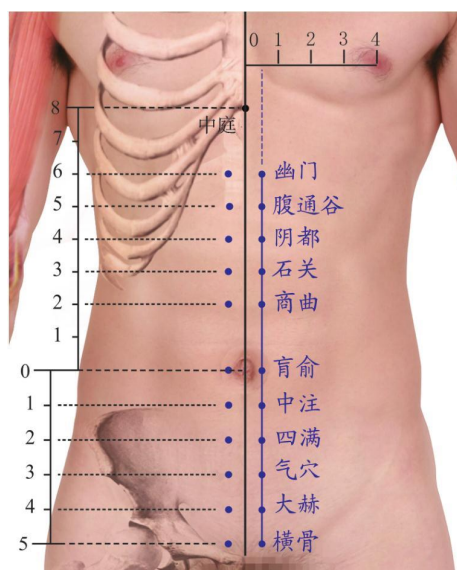
【定位】 在下腹部，脐中下2寸，前正中线旁开0.5寸。

【主治】 ①月经不调、崩漏、带下、产后恶露不尽等妇科病证；②遗精，遗尿；③小腹痛，脐下积、聚、疝、瘕等腹部疾患；④便秘，水肿。

(15) 中注 (Zhōngzhù, KI15)

【定位】 在下腹部，脐中下1寸，前正中线旁开0.5寸。

【主治】 ①月经不调；②腹痛、便秘、腹泻等胃肠疾患。



(16) 育俞 (Huāngshū, KI16)

【定位】在腹部，脐中旁开0.5寸。

【主治】①腹痛、腹胀、腹泻、便秘等胃肠病证；②月经不调；③疝气。

(17) 商曲 (Shāngqū, KI17)

【定位】在上腹部，脐中上2寸，前正中线旁开0.5寸。

【主治】①胃痛、腹痛、便秘、腹泻等胃肠疾患；②腹中积聚。

(18) 石关 (Shíguān, KI18)

【定位】在上腹部，脐中上3寸，前正中线旁开0.5寸。

【主治】①胃痛、呕吐、腹痛、腹胀、便秘等胃肠疾患；②不孕。

(19) 阴都 (Yīndū, KI19)

【定位】在上腹部，脐中上4寸，前正中线旁开0.5寸。

【主治】胃痛、腹胀、便秘等胃肠疾患。

(20) 腹通谷 (Fùtōnggǔ, KI20)

【定位】在上腹部，脐中上5寸，前正中线旁开0.5寸。

【主治】①胃痛、呕吐、腹痛、腹胀等胃肠疾患；②心痛、心悸、胸闷等心胸疾患。

(21) 幽门 (Yōumén, KI21)

【定位】在上腹部，脐中上6寸，前正中线旁开0.5寸。

【主治】善哕、呕吐、腹痛、腹胀、腹泻等胃肠疾患。

(22) 步廊 (Bùláng, KI22)

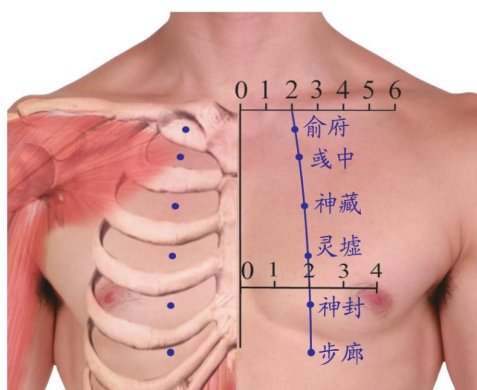
【定位】在胸部，第5肋间隙，前正中线旁开2寸。

【主治】①胸痛、咳嗽、气喘等胸肺疾患；②乳痈。

(23) 神封 (Shénfēng, KI23)

【定位】在胸部，第4肋间隙，前正中线旁开2寸。

【主治】①胸胁支满、咳嗽、气喘等胸肺疾患；②乳痈；③呕吐，不嗜食。



(24) 灵墟 (Língxū, KI24)

【定位】在胸部，第3肋间隙，前正中线旁开2寸。

【主治】①胸胁支满、咳嗽、气喘等胸肺疾患；②乳痈；③呕吐。

(25) 神藏 (Shéncáng, KI25)

【定位】在胸部，第2肋间隙，前正中线旁开2寸。

【主治】①胸胁支满、咳嗽、气喘等胸肺疾患；②呕吐，不嗜食。

(26) 臑中 (Yùzhōng, KI26)

【定位】在胸部，第1肋间隙，前正中线旁开2寸。

【主治】胸胁支满、咳嗽、气喘痰涌等肺系疾患。

(27) 俞府 (Shūfǔ, KI27)

【定位】在胸部，锁骨下缘，前正中线旁开2寸。

【主治】咳嗽、气喘、胸痛等胸肺疾患。

3.刺灸注意事项

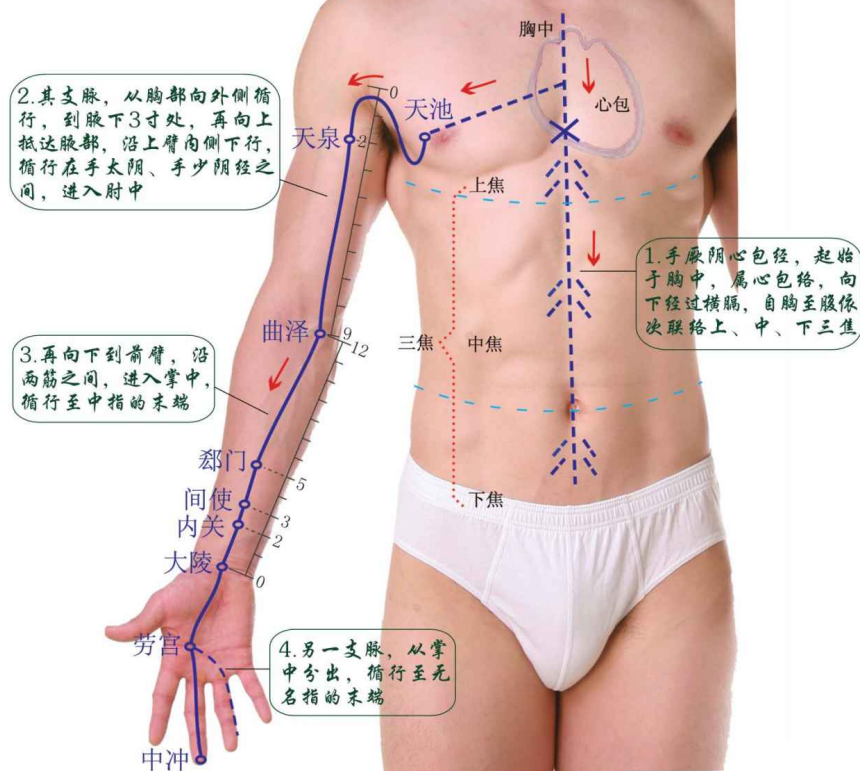
(1) 涌泉～阴谷 下肢穴位直刺，不同部位进针深度不同。

(2) 横骨～幽门 腹部穴位直刺，缓慢进针，少提插，可捻转。

(3) 步廊～俞府 胸部穴位斜刺或沿肋间平刺0.5～0.8寸。不可深刺，以免伤及心、肺。

(九) 手厥阴心包经及穴位

《灵枢·经脉》：心主手厥阴心包络之脉，起于胸中，出属心包络，下膈，历络三焦。其支者，循胸出肋，下腋三寸，上抵腋下，循臑内，行太阴、少阴之间，入肘中，下臂，行两筋之间，入掌中，循中指，出其端。其支者，别掌中，循小指次指出其端。



1.本经腧穴主治概要

(1) 心胸、神志病 心痛，心悸，心烦，胸闷，癫狂痫等。

(2) 胃腑病证 胃痛，呕吐等。

(3) 经脉循行部位的其他病证 上臂内侧痛，肘臂挛麻，腕痛，掌中热等。

2.腧穴定位与主治

(1) 天池 (Tiānchí, PC1)

【定位】在胸部，第4肋间隙，前正中线旁开5寸。

【主治】①咳嗽、痰多、胸闷、气喘、胸痛等肺心病证；②乳痈；③瘰癧。



(2) 天泉 (Tiānquán, PC2)

【定位】在臂前区，腋前纹头下2寸，肱二头肌的长、短头之间。

【主治】①心痛、咳嗽、胸胁胀满等肺心病证；②胸背及上臂内侧痛。

(3) 曲泽 (Qūzé, PC3) 合穴

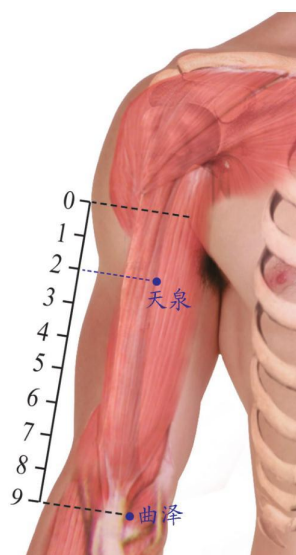
【定位】在肘前区，肘横纹上，肱二头肌肌腱的尺侧缘凹陷中。

【主治】①心痛、心悸、善惊等心系病证；②胃痛、呕血、呕吐等热性胃疾；③暑热病；④肘臂挛痛。

(4) 郄门 (Xìmén, PC4) 郄穴

【定位】在前臂区，腕掌侧远端横纹上5寸，掌长肌腱与桡侧腕屈肌腱之间。

【主治】①急性心痛、心悸、心烦、胸痛等心疾；②咯血、呕血、衄血等热性出血证；③疔疮；④癫痫。



(5) 间使 (Jiānshǐ, PC5) 经穴

【定位】在前臂区，腕掌侧远端横纹上3寸，掌长肌腱与桡侧腕屈肌腱之间。

【主治】①心痛、心悸等心疾；②胃痛、呕吐等热性胃病；③热病、疟疾；④癫狂痫。

(6) 内关 (Nèiguān, PC6) 络穴；八脉交会穴 (通阴维脉)

【定位】在前臂区，腕掌侧远端横纹上2寸，掌长肌腱与桡侧腕屈肌腱之间。

【主治】①心痛、胸闷、心动过速或过缓等心疾；②胃痛、呕吐、呃逆等胃腑病证；③中风；④失眠、郁证、癫狂痫等神志病证；⑤眩晕症，如晕车、晕船、耳源性眩晕；⑥肘臂挛痛。

(7) 大陵 (Dàlíng, PC7) 输穴；原穴

【定位】在前臂区，腕掌侧远端横纹中，掌长肌腱与桡侧腕屈肌腱之间。

【主治】①心痛、心悸、胸胁满痛；②胃痛、呕吐、口臭等胃腑病证；③喜笑悲恐、癫狂痫等神志疾患；④臂、手挛痛。



(8) 劳宫 (Láogōng, PC8) 荥穴

【定位】在掌区，横平第3掌指关节近端，第2、3掌骨之间偏于第3掌骨。

【主治】①中风昏迷、中暑等急症；②心痛、烦闷、癫狂痫等神志疾患；③口疮，口臭；④鹅掌风。

(9) 中冲 (Zhōngchōng, PC9) 井穴

【定位】在手指，中指末端最高点。

【主治】中风昏迷、舌强不语、中暑、昏厥、小儿惊风等急症。



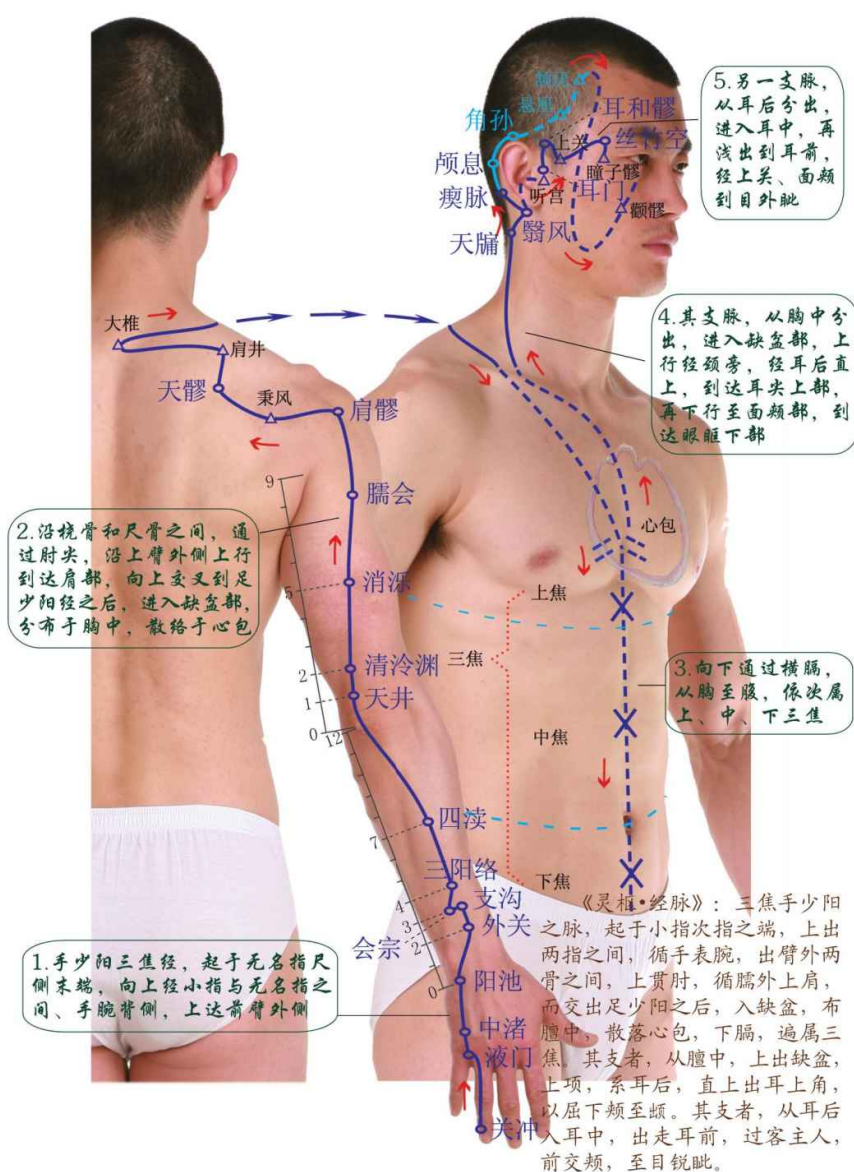
3.刺灸注意事项

(1) 天池 胸部穴位斜刺或沿肋间平刺0.5~0.8寸，不可深刺，以免伤及心、肺。

(2) 天泉~劳宫 上肢穴位直刺，不同部位进针深度不同。

(3) 中冲 井穴（涌泉除外）浅刺0.1寸；或点刺出血。

(十) 手少阳三焦经及穴位



1. 本经腧穴主治概要

头面五官病、热病及经脉循行部位的其他病证。

2. 腧穴定位与主治

(1) 关冲 (Guānchōng, TE1) 井穴

【定位】在手指，第4指末节尺侧，指甲根脚侧上方0.1寸（指寸）。

【主治】①头痛、目赤、耳鸣、耳聋、喉痹、舌强等头面五官病证；②热病、中暑。



(2) 液门 (Yèmén, TE2) 荥穴

【定位】在手背部，第4、5指间，指蹠缘上方赤白肉际凹陷中。

【主治】①头痛、目赤、耳鸣、耳聋、喉痹、舌强等头面五官热性病证；②疟疾；③手臂痛。

(3) 中渚 (Zhōngzhǔ, TE3) 输穴

【定位】在手背，第4、5掌骨间，第4掌指关节近端凹陷中。

【主治】①头痛、目赤、耳鸣、耳聋、喉痹、舌强等头面五官病证；②热病；③肩背肘臂酸痛，手指不能屈

伸。

(4) 阳池 (Yángchí, TE4) 原穴

【定位】在腕后区，腕背侧远端横纹上，指伸肌腱的尺侧缘凹陷中。

【主治】①目赤肿痛、耳鸣、喉痹等五官病证；②消渴，口干；③腕痛，肩臂痛。

(5) 外关 (Wàiguān, TE5) 络穴；八脉交会穴 (通阳维脉)

【定位】在前臂后区，腕背侧远端横纹上2寸，尺骨与桡骨间隙中点。

【主治】①目赤肿痛、耳鸣、喉痹等五官病证；②消渴，口干；③腕痛，肩臂痛；④热病；⑤瘰疬；⑥胁肋痛；⑦上肢痿痹不遂。

(6) 支沟 (Zhīgōu, TE6) 经穴

【定位】在前臂后区，腕背侧远端横纹上3寸，尺骨与桡骨间隙中点。

【主治】①便秘；②耳鸣，耳聋；③暴暗；④瘰疬；⑤胁肋疼痛；⑥热病。

(7) 会宗 (Huìzōng, TE7) 郄穴

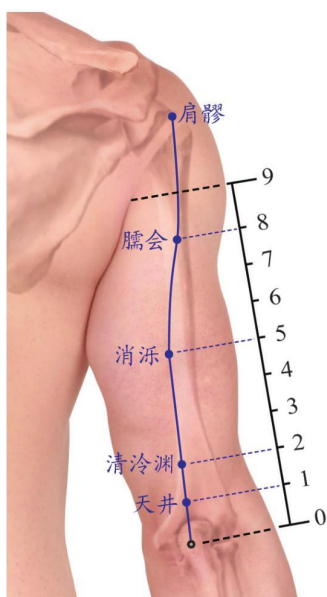
【定位】在前臂后区，腕背侧远端横纹上3寸，尺骨的桡侧缘。

【主治】①耳聋；②痫证；③上肢痹痛。

(8) 三阳络 (Sānyángluò, TE8)

【定位】在前臂后区，腕背侧远端横纹上4寸，尺骨与桡骨间隙中点。

【主治】①耳聋、暴暗、齿痛等五官病证；②手臂痛。



(9) 四渎 (Sìdú, TE9)

【定位】在前臂后区，肘尖下5寸，尺骨与桡骨间隙中点。

【主治】①耳聋、暴暗、齿痛、咽喉肿痛等五官病证；②手臂痛。

(10) 天井 (Tiānjǐng, TE10) 合穴

【定位】在肘后区，肘尖上1寸凹陷中。

【主治】①耳聋；②癫痫；③瘰疬，瘰气；④偏头痛、胁肋痛、颈项肩背臂痛等痛证。

(11) 清冷渊 (Qīnglíngyuān, TE11)

【定位】在臂后区，肘尖与肩峰角连线上，肘尖上2寸。

【主治】头痛、目痛、胁痛、肩臂痛等痛证。

(12) 消泺 (Xiāoluò, TE12)

【定位】在臂后区，肘尖与肩峰角连线上，肘尖上5寸。

【主治】头痛、齿痛、项背痛等痛证。



(13) 臑会 (Nàohuì, TE13)

【定位】在臂后区，肩峰角下3寸，三角肌的后下缘。

【主治】①瘰癧，瘰气；②上肢痹痛。

(14) 肩髃 (Jiānyú, TE14)

【定位】在三角肌区，肩峰角与肱骨大结节两骨间凹陷中。

【主治】肩臂挛痛不遂。

(15) 天髎 (Tiānlíáo, TE15)

【定位】在肩胛区，肩胛骨上角骨际凹陷中。

【主治】肩臂痛，颈项强急。

(16) 天牖 (Tiānyǒu, TE16)

【定位】在颈部，横平下颌角，胸锁乳突肌的后缘凹陷中。

【主治】①头痛、头眩、项强、目不明、暴聋、鼻衄、喉痹等头项、五官病证；②瘰癧；③肩背痛。



(17) 翳风 (Yìfēng, TE17)

【定位】在颈部，耳垂后方，乳突下端前方凹陷中。

【主治】①耳鸣、耳聋等耳疾；②口眼歪斜、面风、牙关紧闭、颊肿等面、口病证；③瘰癧。

(18) 颊髎 (Chíliú, TE18)

【定位】在头部，乳突中央，角孙与翳风沿耳轮弧形连线的上2/3与下1/3的交点处。

【主治】①头痛；②耳鸣，耳聋；③小儿惊风。

(19) 颅息 (Lúxī, TE19)

【定位】在头部，角孙与翳风沿耳轮弧形连线的上1/3与下2/3的交点处。

【主治】①头痛；②耳鸣；耳聋；③小儿惊风。

(20) 角孙 (Jiǎosūn, TE20)

【定位】在头部，耳尖正对的发际处。

【主治】①头痛，项强；②目赤肿痛，目翳；③齿痛，颊肿。

(21) 耳门 (Ěrmén, TE21)

【定位】在耳区，耳屏上切迹与下颌骨髁突之间的凹陷中。

【主治】①耳鸣、耳聋、聤耳等耳疾；②齿痛，颈颌痛。

(22) 耳和髎 (Ěrhéliáo, TE22)

【定位】在头部，鬓发后缘，耳郭根的前方，颞浅动脉的后缘。

【主治】①头痛，耳鸣；②牙关紧闭，口歪。

(23) 丝竹空 (Sīzhúkōng, TE23)

【定位】在面部，眉梢凹陷中。

【主治】①癫痫；②头痛、目眩、目赤肿痛、眼睑瞤动等头目病证；③齿痛。

3.刺灸注意事项

(1) 关冲 井穴（涌泉除外）浅刺0.1寸，或点刺出血。

(2) 液门～肩髃 上肢穴位直刺，不同部位进针深度不同。

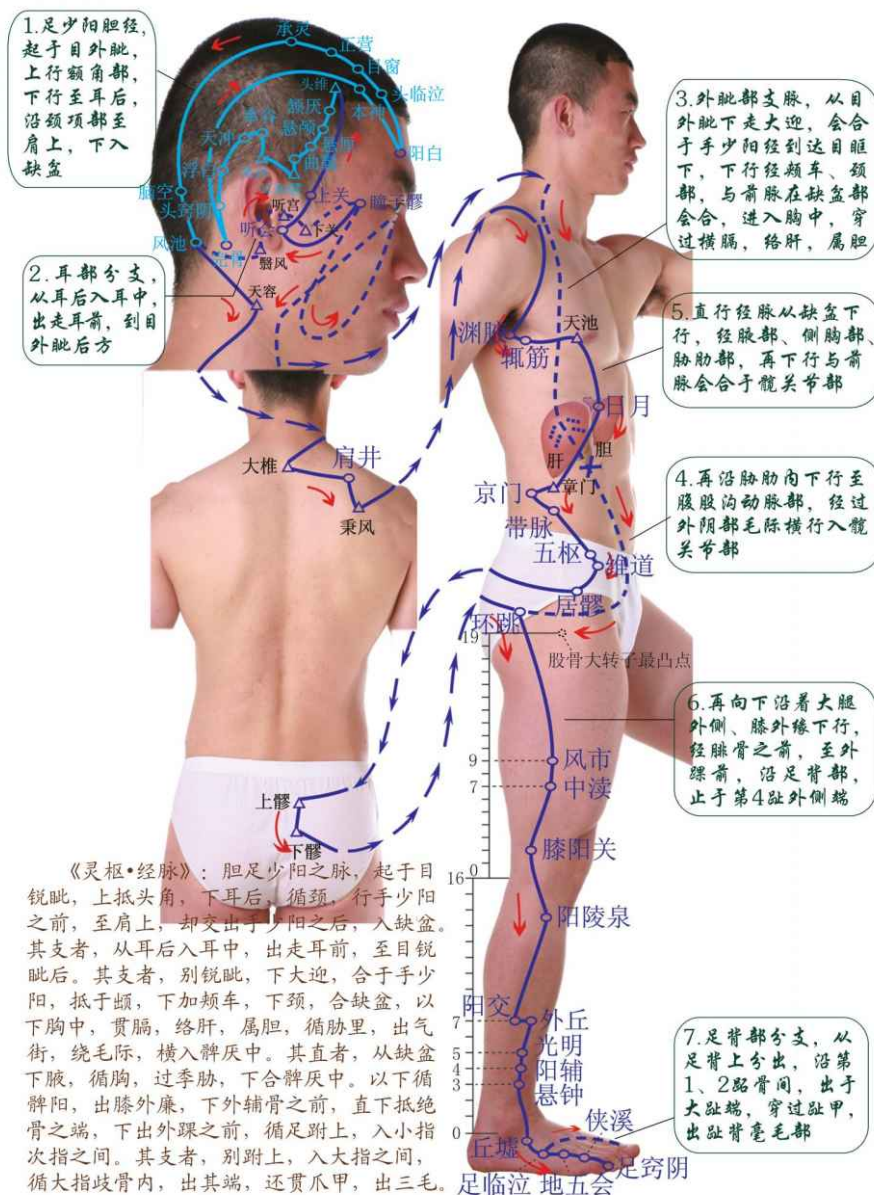
(3) 天髎 肩部穴位直刺或斜刺0.5～1寸，不可深刺。

(4) 天牖、翳风 直刺0.5～1寸。

(5) 瘈脉～丝竹空 头部穴位平刺0.3～0.5寸；

(6) 耳门 张口，直刺0.5～1寸。

(十一) 足少阳胆经及穴位



1. 本经腧穴主治概要

- (1) 头面五官病 侧头、目、耳、咽喉病等。
- (2) 肝胆病 黄疸、口苦、胁痛等。
- (3) 热病、神志病 发热、癫狂等。
- (4) 经脉循行部位的其他病证 下肢痹痛、麻木、不遂等。

2. 腧穴定位与主治

- (1) 瞳子髎 (Tóngzǐliáo, GB1)

【定位】在面部，目外眦外侧0.5寸凹陷中。

【主治】①头痛；②目赤肿痛、羞明流泪、内障、目翳等目疾。

(2) 听会 (Tīnghuì, GB2)

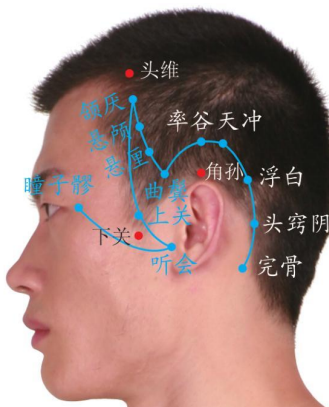
【定位】在面部，耳屏间切迹与下颌骨髁突之间的凹陷中。

【主治】①耳鸣、耳聋、聤耳等耳疾；②齿痛，口眼歪斜。

(3) 上关 (Shàngguān, GB3)

【定位】在面部，颧弓上缘中央凹陷中。

【主治】①耳鸣、耳聋、聤耳等耳疾；②齿痛、面痛、口眼歪斜、口噤等面口病证。



(4) 颌厌 (Hányàn, GB4)

【定位】在头部，从头维至曲鬓的弧形连线（其弧度与鬓发弧度相应）的上1/4与下3/4的交点处。

【主治】①偏头痛，眩晕；②惊痫；③耳鸣、目外眦痛、齿痛等五官病证。

(5) 悬颅 (Xuánlú, GB5)

【定位】在头部，从头维至曲鬓的弧形连线（其弧度与鬓发弧度相应）的中点处。

【主治】①偏头痛；②目赤肿痛；③齿痛。

(6) 悬厘 (Xuánlí, GB6)

【定位】在头部，从头维至曲鬓的弧形连线（其弧度与鬓发弧度相应）的上3/4与下1/4的交点处。

【主治】①偏头痛；②目赤肿痛；③耳鸣。

(7) 曲鬓 (Qūbìn, GB7)

【定位】在头部，耳前鬓角发际后缘与耳尖水平线交点处。

【主治】头痛连齿、颊颌肿、口噤等头面病证。

(8) 率谷 (Shuàigǔ, GB8)

【定位】在头部，耳尖直上入发际1.5寸。

【主治】①头痛，眩晕；②小儿急、慢惊风。

(9) 天冲 (Tiānchōng, GB9)

【定位】在头部，耳根后缘直上，入发际2寸。

【主治】①头痛；②癫痫；③牙龈肿痛。

(10) 浮白 (Fúbái, GB10)

【定位】在头部，耳后乳突的后上方，从天冲至完骨的弧形连线（其弧度与耳郭弧度相应）的上1/3与下2/3的交点处。

【主治】①头痛、耳鸣、耳聋、齿痛等头面病证；②瘰气。

(11) 头窍阴 (Tóuqiàoyīn, GB11)

【定位】在头部，耳后乳突的后上方，从天冲至完骨的弧形连线（其弧度与耳郭弧度相应）的上2/3与下1/3的交点处。

【主治】①头痛、眩晕、颈项强痛等头项病证；②耳聋，耳鸣。

(12) 完骨 (Wángú, GB12)

【定位】在头部，耳后乳突的后下方凹陷中。

【主治】①癫痫；②头痛、颈项强痛、喉痹、颊肿、齿痛、口歪等头项五官病证。

(13) 本神 (Běns Shen, GB13)

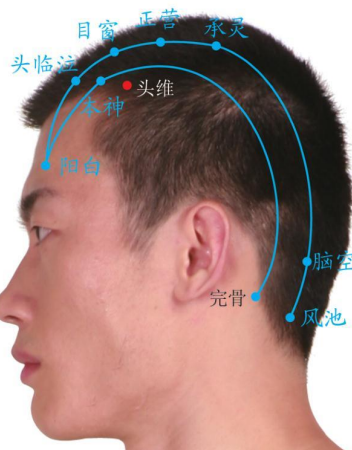
【定位】在头部，前发际上0.5寸，头正中线旁开3寸。

【主治】癫痫、小儿惊风、中风、头痛、目眩等内、外风邪为患。

(14) 阳白 (Yángbái, GB14)

【定位】在头部，眉上1寸，瞳孔直上。

【主治】①前头痛；②目痛、视物模糊、眼睑颤动等目疾。



(15) 头临泣 (Tóulínqì, GB15)

【定位】在头部，前发际上0.5寸，瞳孔直上。

【主治】①头痛；②目痛、目眩、流泪、目翳等目疾；③鼻塞，鼻渊；④小儿惊痫。

(16) 目窗 (Mùchuāng, GB16)

【定位】在头部，前发际上1.5寸，瞳孔直上。

【主治】①头痛；②目痛、目眩、远视、近视等目疾；③小儿惊痫。

(17) 正营 (Zhèngyíng, GB17)

【定位】在头部，前发际上2.5寸，瞳孔直上。

【主治】头痛、头晕、目眩等头目病证。

(18) 承灵 (Chénglíng, GB18)

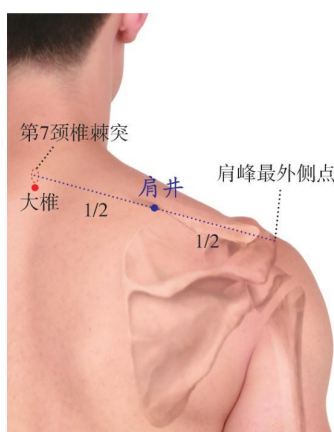
【定位】在头部，前发际上4寸，瞳孔直上。

【主治】①头痛，眩晕；②目痛；③鼻渊、鼻衄、鼻塞、多涕等鼻疾。

(19) 脑空 (Nǎokōng, GB19)

【定位】在头部，横平枕外隆凸的上缘，风池直上。

【主治】①热病；②头痛，颈项强痛；③目眩、目赤肿痛、鼻痛、耳聋等五官病证；④惊悸，癫痫。



(20) 风池 (Fēngchí, GB20)

【定位】在颈后区，枕骨之下，胸锁乳突肌上端与斜方肌上端之间的凹陷中。

【主治】①中风、癫痫、头痛、眩晕、耳聋、耳鸣等内风所致的病证；②感冒、鼻塞、鼻衄、目赤肿痛、口眼歪斜等外风所致的病证；③颈项强痛。

(21) 肩井 (Jiānjǐng, GB21)

【定位】在肩胛区，第7颈椎棘突与肩峰最外侧点连线的中点。

【主治】①颈项强痛，肩背疼痛，上肢不遂；②难产、乳痈、乳汁不下、乳癖等妇产科及乳房疾患；③瘰癧。



(22) 渊腋 (Yuānyè, GB22)

【定位】在胸外侧区，第4肋间隙中，在腋中线上。

【主治】①胸满，胁痛；②上肢痹痛、腋下肿。

(23) 辄筋 (Zhéjīn, GB23)

【定位】在胸外侧区，第4肋间隙中，腋中线前1寸。

【主治】①胸满，气喘；②呕吐，吞酸；③胁痛，腋肿，肩背痛。

(24) 日月 (Rìyuè, GB24) 胆之募穴

【定位】在胸部，第7肋间隙中，前正中线旁开4寸。

【主治】①黄疸、胁肋疼痛等肝胆病证；②呕吐、吞酸、呃逆等肝胆犯胃病证。

(25) 京门 (Jīngmén, GB25) 肾之募穴

【定位】在上腹部，第12肋骨游离端的下际。

【主治】①小便不利、水肿等水液代谢失调的病证；②腹胀、肠鸣、腹泻等胃肠病证；③腰痛，胁痛。

(26) 带脉 (Dàimài, GB26)

【定位】在侧腹部，第11肋骨游离端垂线与脐水平线的交点上。

【主治】①月经不调、闭经、赤白带下等妇科经带病证；②疝气；③腰痛，胁痛。

(27) 五枢 (Wǔshū, GB27)

【定位】在下腹部，横平脐下3寸，髂前上棘内侧。

【主治】①月经不调、阴挺、赤白带下等妇科病证；②疝气；③少腹痛，腰胯痛。



(28) 维道 (Wéidào, GB28)

【定位】在下腹部，髂前上棘内下0.5寸。

【主治】①月经不调、阴挺、赤白带下等妇科病证；②疝气；③少腹痛，腰胯痛。

(29) 居髃 (Jūliáo, GB29)

【定位】在臀区，髂前上棘与股骨大转子最凸点连线的中点处。

【主治】①腰腿痹痛，瘫痪；②疝气，少腹痛。

(30) 环跳 (Huántiào, GB30)

【定位】在臀区，股骨大转子最凸点与骶管裂孔连线的中1/3与内2/3交点处。

【主治】①腰胯疼痛、下肢痿痹、半身不遂等腰腿疾患；②风疹。

(31) 风市 (Fēngshì, GB31)

【定位】在股部，直立垂手，掌心贴于大腿时，中指指尖所指凹陷中，髂胫束后缘。

【主治】①下肢痿痹、麻木及半身不遂等下肢疾患；
②遍身瘙痒。

(32) 中渚 (Zhōngdú, GB32)

【定位】在股部，腘横纹上7寸，髂胫束后缘。

【主治】下肢痿痹、麻木及半身不遂等下肢疾患。

(33) 膝阳关 (Xīyángguān, GB33)

【定位】在膝部，股骨外上髁后上缘，股二头肌腱与髂胫束之间的凹陷中。

【主治】膝腘肿痛、挛急及小腿麻木等下肢、膝关节疾患。

(34) 阳陵泉 (Yánglíngquán, GB34) 合穴；胆之下合穴；八会穴之筋会



【定位】在小腿外侧，腓骨头前下方凹陷中。

【主治】①黄疸、胁痛、呕吐、口苦、吞酸等肝胆犯胃病证；②膝肿痛、下肢痿痹及麻木等下肢、膝关节疾患；③小儿惊风。

(35) 阳交 (Yángjiāo, GB35) 阳维脉之郄穴

【定位】在小腿外侧，外踝尖上7寸，腓骨后缘。

【主治】①惊狂、癫痫等神志病证；②癰疽；③胸胁满痛；④下肢痿痹。

(36) 外丘 (Wàiqiū, GB36) 郄穴

【定位】在小腿外侧，外踝尖上7寸，腓骨前缘。

【主治】①癫狂；②胸胁胀满；③下肢痿痹。

(37) 光明 (Guāngmíng, GB37) 络穴

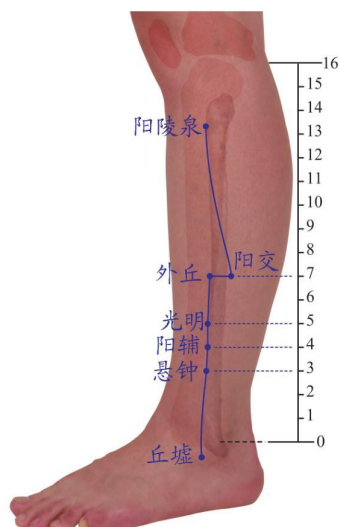
【定位】在小腿外侧，外踝尖上5寸，腓骨前缘。

【主治】①目痛、夜盲、近视、目花等目疾；②胸乳胀痛；③下肢痿痹。

(38) 阳辅 (Yángfǔ, GB38) 经穴

【定位】在小腿外侧，外踝尖上4寸，腓骨前缘。

【主治】①偏头痛、目外眦痛、咽喉肿痛、腋下肿痛、胸胁满痛等头面躯体痛证；②瘰癧；③下肢痿痹。



(39) 悬钟 (Xuánzhōng, GB39) 八会穴之髓会

【定位】在小腿外侧，外踝尖上3寸，腓骨前缘。

【主治】①痴呆、中风等髓海不足疾患；②颈项强痛，胸胁胀满，下肢痿痹。

(40) 丘墟 (Qiūxū, GB40) 原穴

【定位】在踝区，外踝的前下方，趾长伸肌腱的外侧凹陷中。

【主治】①目赤肿痛、目翳等目疾；②颈项痛、腋下肿、胸胁痛、外踝肿痛等痛证；③足内翻，足下垂。

(41) 足临泣 (Zúlínqì, GB41) 输穴；八脉交会穴 (通带脉)

【定位】在足背，第4、5跖骨底结合部的前方，第5趾长伸肌腱外侧凹陷中。

【主治】①偏头痛、目赤肿痛、胁肋疼痛、足跗疼痛等痛证；②月经不调、乳痛；③瘰癧。

(42) 地五会 (Dìwǔhuì, GB42)

【定位】在足背，第4、5跖骨间，第4跖趾关节近端凹陷中。

【主治】①头痛、目赤肿痛、胁痛、足跗肿痛等痛证；②耳聋、耳鸣；③乳痛。

(43) 侠溪 (Xiáxī, GB43) 荥穴

【定位】在足背，第4、5趾间，趾蹼缘后方赤白肉际处。

【主治】①惊悸；②头痛、眩晕、颊肿、耳聋、耳鸣、目赤肿痛等头目五官病证；③胁肋疼痛、膝股痛、足跗肿痛等痛证；④乳痛；⑤热病。



(44) 足窍阴 (Zúqiàoyīn, GB44) 井穴

【定位】在足趾，第4趾末节外侧，趾甲根脚侧后方0.1寸 (指寸)。

【主治】①头痛、耳聋、耳鸣、目赤肿痛、咽喉肿痛等头目五官实热病证；②胸胁痛，足跗肿痛。

3.刺灸注意事项

(1) 瞳子髎 平刺0.3～0.5寸；或用三棱针点刺出血。

(2) 听会 微张口，直刺0.5～0.8寸。

(3) 上关 直刺0.3～0.5寸。

(4) 颌厌～脑空 头部穴位平刺0.5～0.8寸。

(5) 风池 针尖微下，向鼻尖斜刺0.8～1.2寸，或平刺透风府穴。深部中间为延髓，必须严格掌握针刺的角度与深度。

(6) 肩井 直刺0.5～0.8寸。内有肺尖，慎不可深刺；孕妇禁针。

(7) 渊液～日月 胸部穴位斜刺或平刺0.5～0.8寸，不可深刺，以免伤及脏器。

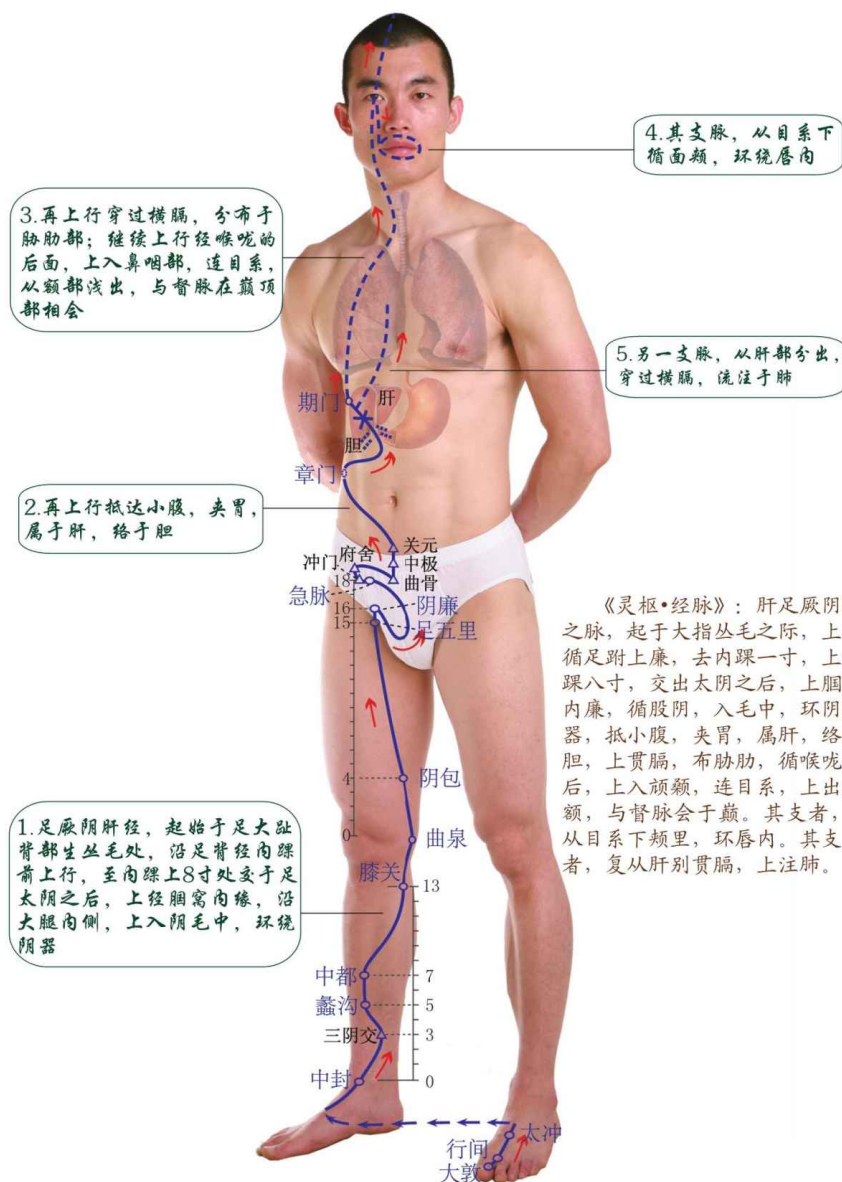
(8) 京门 直刺0.5～1寸。

(9) 带脉～维道 直刺1～1.5寸。

(10) 居髎～侠溪 下肢穴位直刺，不同部位进针深度不同。

(11) 足窍阴 井穴（涌泉除外）浅刺0.1～0.2寸，或点刺出血。

（十二）足厥阴肝经及穴位



1.本经腧穴主治概要

(1) 肝胆病 黄疸，胸胁胀痛，呕逆及肝风内动所致的中风、头痛、眩晕、惊风等。

(2) 妇科病、前阴病 月经不调、痛经、崩漏、带下、遗尿、小便不利等。

(3) 经脉循行部位的其他病证 下肢痹痛、麻木、不遂等。

2.腧穴定位与主治

(1) 大敦 (Dàdūn, LR1) 井穴

【定位】在足大趾，大趾末节外侧，趾甲根角侧后方0.1寸（指寸）。

【主治】①疝气，少腹痛；②遗尿、癃闭、五淋、尿血等泌尿系病证；③月经不调、崩漏、阴缩、阴中痛、阴挺等月经病及前阴病证；④癫痫，善寐。



(2) 行间 (Xíngjiān, LR2) 荥穴

【定位】在足背，第1、2趾间，趾蹼缘后方赤白肉际处。

【主治】①中风、癫痫、头痛、目眩、目赤肿痛、青盲、口歪等肝经风热病证；②月经不调、痛经、闭经、崩漏、带下等妇科经带病证；③阴中痛，疝气；④遗尿、癃闭、五淋等泌尿系病证；⑤胸胁满痛。

(3) 太冲 (Tàichōng, LR3) 输穴；原穴

【定位】在足背，第1、2跖骨间，跖骨底结合部前方凹陷中，或触及动脉搏动。

【主治】①中风、癫痫、小儿惊风、头痛、眩晕、耳鸣、目赤肿痛、口歪、咽痛等肝经风热病证；②月经不调、痛经、经闭、崩漏、带下等妇科经带病证；③黄疸、胁痛、腹胀、呕逆等肝胃病证；④癃闭，遗尿；⑤下肢痿痹，足跗肿痛。



(4) 中封 (Zhōngfēng, LR4) 经穴

【定位】在踝区，内踝前，胫骨前肌肌腱的内侧缘凹陷中。

【主治】①疝气；②遗精；③小便不利；④腰痛、少腹痛、内踝肿痛等痛证。

(5) 蠡沟 (Lígōu, LR5) 络穴

【定位】在小腿内侧，内踝尖上5寸，胫骨内侧面的中央。

【主治】①月经不调、赤白带下、阴挺、阴痒等妇科病证；②小便不利；③疝气，睾丸肿痛。

(6) 中都 (Zhōngdū, LR6) 郄穴

【定位】在小腿内侧，内踝尖上7寸，胫骨内侧面的中央。

【主治】①疝气，小腹痛；②崩漏，恶露不尽；③泄泻。

(7) 膝关 (Xīguān, LR7)

【定位】在膝部，胫骨内侧髁的下方，阴陵泉后一寸。

【主治】膝髌肿痛，下肢痿痹。

(8) 曲泉 (Qūquán, LR8) 合穴

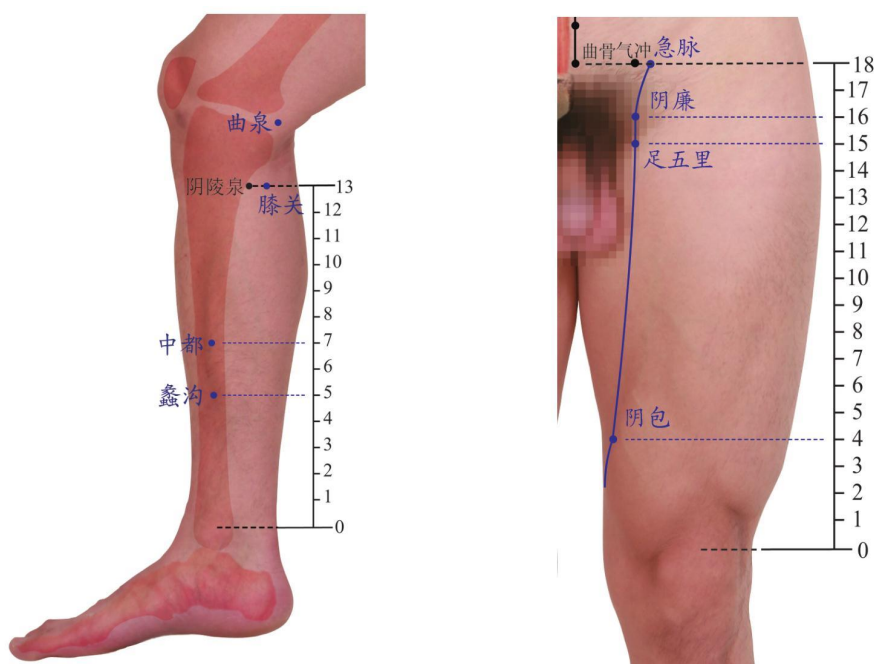
【定位】在膝部，腓横纹内侧端，半腱肌腱内侧缘凹陷中。

【主治】①月经不调、痛经、带下、阴挺、阴痒、产后腹痛等妇科病证；②遗精，阳痿，疝气；③小便不利；④膝髌肿痛，下肢痿痹。

(9) 阴包 (Yīnbāo, LR9)

【定位】在股前区，髌底上4寸，股薄肌与缝匠肌之间。

【主治】①月经不调；②小便不利，遗尿；③腰骶痛引少腹。



(10) 足五里 (Zúwǔlǐ, LR10)

【定位】在股前区，气冲直下3寸，动脉搏动处。

【主治】①少腹痛；②小便不通；③阴挺；④睾丸肿痛；⑤瘰癧。

(11) 阴廉 (Yīnlián, LR11)

【定位】在股前区，气冲直下2寸。

【主治】①月经不调，带下；②少腹痛。

(12) 急脉 (Jímài, LR12)

【定位】在腹股沟区，横平耻骨联合上缘，前正中线旁开2.5寸。

【主治】①少腹痛，疝气；②阴挺。



(13) 章门 (Zhāngmén, LR13) 脾之募穴；八会穴之脏会

【定位】在侧腹部，在第11肋游离端的下际。

【主治】①腹痛、腹胀、肠鸣、腹泻、呕吐等胃肠病证；②胁痛、黄疸、痞块（肝脾肿大）等肝脾病证。

(14) 期门 (Qīmén, LR14) 肝之募穴

【定位】在胸部，第6肋间隙，前正中线旁开4寸。

【主治】①胸胁胀痛、呕吐、吞酸、呃逆、腹胀、腹泻等肝胃病证；②奔豚气；③乳痈。

3.刺灸注意事项

(1) 大敦 井穴（涌泉除外）浅刺0.1~0.2寸，或点刺出血。

(2) 行间~中封 下肢穴位直刺，不同部位进针深度不同。

(3) 蠡沟、中都 在胫骨内侧面上，平刺0.5~0.8寸。

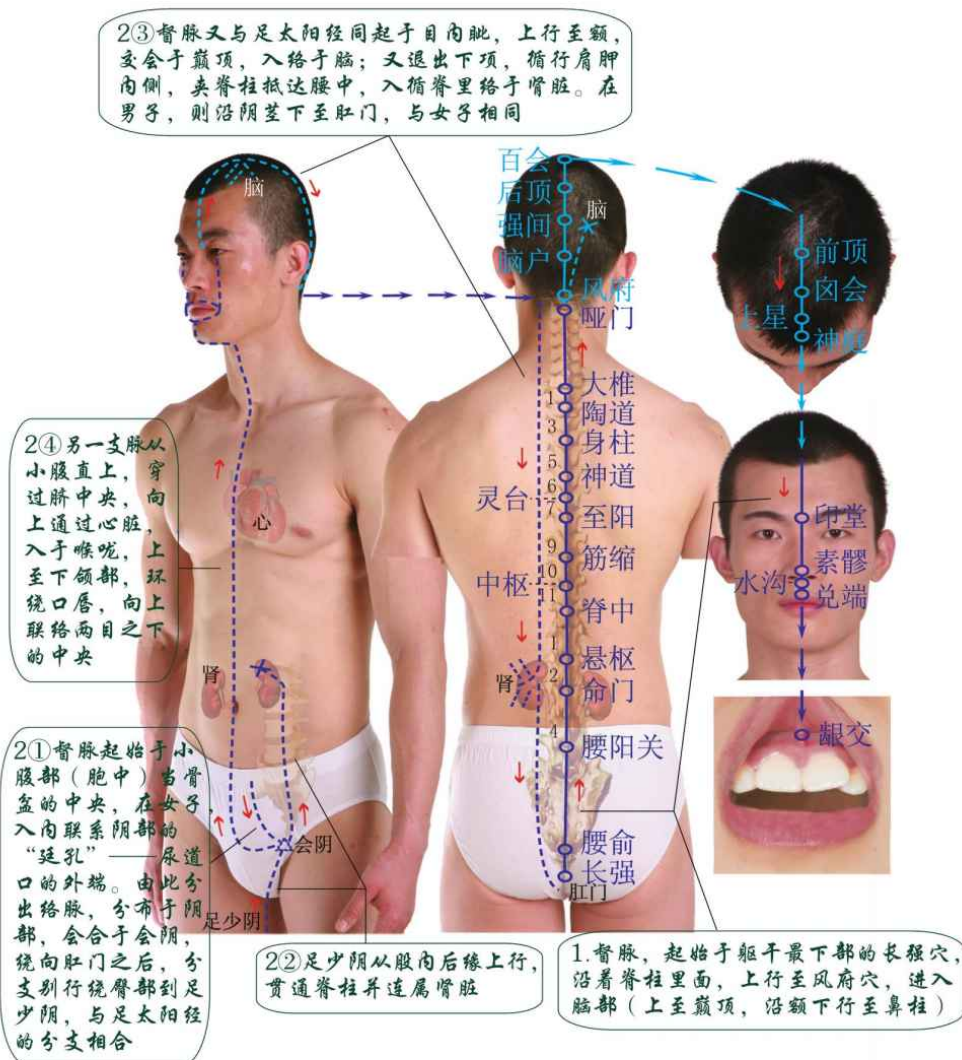
(4) 膝关~阴廉 下肢穴位直刺，不同部位进针深度不同。

(5) 急脉 避开动脉，直刺0.5~1寸。

(6) 章门 直刺0.8~1寸。

(7) 期门 胸部穴位沿肋间斜刺或沿肋间平刺0.5~0.8寸，不可深刺，以免伤及内脏。

(十三) 督脉及穴位



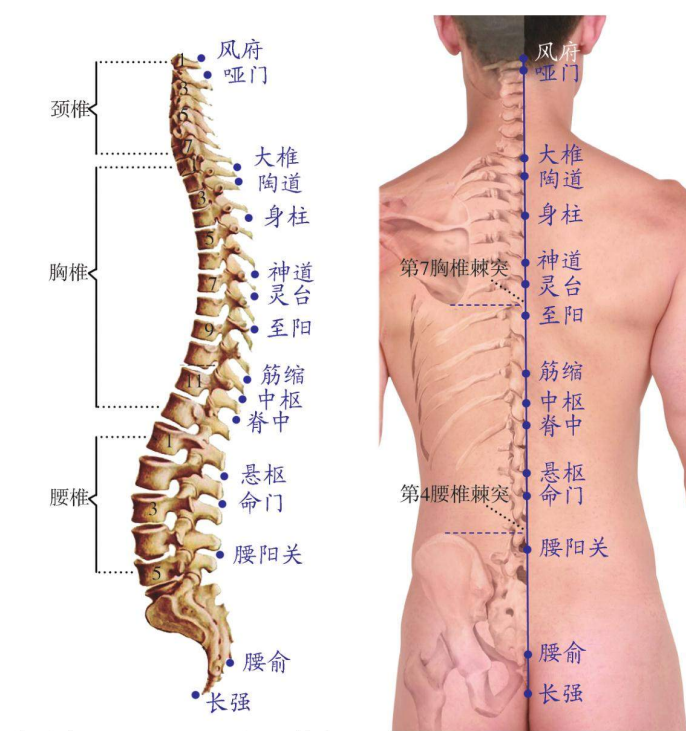
《难经·二十八难》：督脉者，起于下极之输，并于脊里，上至风府，入属于脑。

《素问·骨空论》：督脉者，起于少腹，以下骨中央，女子入系廷孔，其孔，溺孔之端也。其络循阴器，合篡间，绕篡后，别绕臀，至少阴，与巨阳中络者合少阴上股内后廉，贯脊属肾。与太阳起于目内眦，上额交巅上，入络脑，还出别下项，循肩胛内，夹脊抵腰中，入循脊络肾。其男子循茎下至篡，与女子等。其少腹直上者，贯脐中央，上贯心，入喉，上颐，环唇，上系两目之下中央。

1.本经腧穴主治概要

脏腑病、神志病、热病、头面五官病，以及经脉循行部位的其他病证。

2. 腧穴定位与主治



(1) 长强 (Chángqiáng, GV1) 络穴

【定位】在会阴区，尾骨下方，尾骨端与肛门连线的中点处。

【主治】①腹泻、痢疾、便血、便秘、痔疮、脱肛等肠腑病证；②癫狂痫；③腰脊和尾骶部疼痛。

(2) 腰俞 (Yāoshū, GV2)

【定位】在骶区，正对骶管裂孔，后正中线上。

【主治】①腹泻、痢疾、便血、便秘、痔疮、脱肛等肠腑病证；②月经不调、经闭等月经病；③腰脊强痛，下肢痿痹；④痫证。

(3) 腰阳关 (Yāoyángguān, GV3)

【定位】在脊柱区，第4腰椎棘突下凹陷中，后正中线上。

【主治】①腰骶疼痛，下肢痿痹；②月经不调、赤白带下等妇科病证；③遗精、阳痿等男科病证。

(4) 命门 (Mìngmén, GV4)

【定位】在脊柱区，第2腰椎棘突下凹陷中，后正中线上。

【主治】①腰脊强痛，下肢痿痹；②月经不调、赤白带下、痛经、经闭、不孕等妇科病证；③遗精、阳痿、精冷不育、小便频数等男性肾阳不足性病证；④小腹冷痛，腹泻。

(5) 悬枢 (Xuánshū, GV5)

【定位】在脊柱区，第1腰椎棘突下凹陷中，后正中线上。

【主治】①腰脊强痛；②腹胀、腹痛、完谷不化、腹泻、痢疾等胃肠疾患。

(6) 脊中 (Jǐzhōng, GV6)

【定位】在脊柱区，第11胸椎棘突下凹陷中，后正中线上。

【主治】①癫痫；②黄疸；③腹泻、痢疾、痔疮、脱肛、便血等肠腑病证；④腰脊强痛；⑤小儿疳积。

(7) 中枢 (Zhōngshū, GV7)

【定位】在脊柱区，第10胸椎棘突下凹陷中，后正中线上。

【主治】①黄疸；②呕吐、腹满、胃痛、食欲不振等脾胃病证；③腰背疼痛。

(8) 筋缩 (Jīnsuō, GV8)

【定位】在脊柱区，第9胸椎棘突下凹陷中，后正中线上。

【主治】①癫狂痫；②抽搐、脊强、四肢不收、筋挛拘急等筋病；③胃痛；④黄疸。

(9) 至阳 (Zhìyáng, GV9)

【定位】在脊柱区，第7胸椎棘突下凹陷中，后正中线上。

【主治】①黄疸、胸胁胀满等肝胆病证；②咳嗽，气喘；③腰背疼痛，脊强。

(10) 灵台 (Língtái, GV10)

【定位】在脊柱区，第6胸椎棘突下凹陷中，后正中线上。

【主治】①咳嗽，气喘；②脊痛，项强；③疮疮。

(11) 神道 (Shéndào, GV11)

【定位】在脊柱区，第5胸椎棘突下凹陷中，后正中线上。

【主治】①心痛、心悸、怔忡等心疾；②失眠、健忘、中风不语、痫证等精神、神志病；④咳嗽，气喘；⑤腰脊强，肩背痛。

(12) 身柱 (Shēnzhù, GV12)

【定位】在脊柱区，第3胸椎棘突下凹陷中，后正中线上。

【主治】①身热、头痛、咳嗽、气喘等外感病证；②惊厥、癫狂痫等神志病证；③腰脊强痛；④疮疮发背。

(13) 陶道 (Táodào, GV13)

【定位】在脊柱区，第1胸椎棘突下凹陷中，后正中线上。

【主治】①热病、疟疾、恶寒发热、咳嗽、气喘等外感病证；②骨蒸潮热；③癫狂；④脊强。

(14) 大椎 (Dàzhuī, GV14)

【定位】在脊柱区，第7颈椎棘突下凹陷中，后正中线上。

【主治】①热病、疟疾、恶寒发热、咳嗽、气喘等外感病证；②骨蒸潮热；③癫狂痫证、小儿惊风等神志病证；④项强，脊痛；⑤风疹，疮疮。

(15) 哑门 (Yǎmén, GV15)

【定位】在颈后区，第2颈椎棘突上际凹陷中，后正中线上。

【主治】①暴暗，舌缓不语；②癫狂痫、瘰疬等神志病证；③头痛，颈项强痛。

(16) 风府 (Fēngfǔ, GV16)

【定位】在颈后区，枕外隆凸直下，两侧斜方肌之间凹陷中。

【主治】①中风、癫狂痫、瘰疬等内风为患的神志病证；②头痛、眩晕、颈项强痛、咽喉肿痛、失音、目痛、鼻衄等内、外风为患者。



(17) 脑户 (Nǎohù, GV17)

【定位】在头部，枕外隆凸的上缘凹陷中。

【主治】①头晕，项强；②失音；③癫痫。

(18) 强间 (Qiángjiān, GV18)

【定位】在头部，后发际正中直上4寸。

【主治】①头痛，目眩，项强；②癫狂。

(19) 后顶 (Hòudǐng, GV19)

【定位】在头部，后发际正中直上5.5寸。

【主治】①头痛，眩晕；②癫狂痫。

(20) 百会 (Bǎihuì, GV20)

【定位】在头部，前发际正中直上5寸。

【主治】①痴呆、中风、失语、癰疽、失眠、健忘、癲狂痫证、瘧症等神志病证；②头痛、眩晕、耳鸣等头面病证；③脱肛、阴挺、胃下垂、肾下垂等气失固摄而致的下陷性病证。

(21) 前顶 (Qiándǐng , GV21)

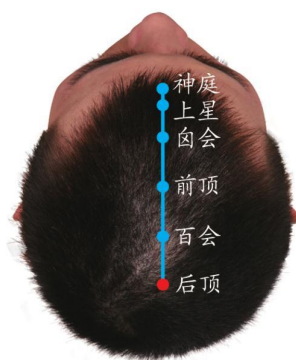
【定位】在头部，前发际正中直上3.5寸。

【主治】①头痛，眩晕；②鼻渊；③癲狂痫。

(22) 囟会 (Xìnghuì , GV22)

【定位】在头部，前发际正中直上2寸。

【主治】①头痛，眩晕；②鼻渊；③癲狂痫。



(23) 上星 (Shàngxīng , GV23)

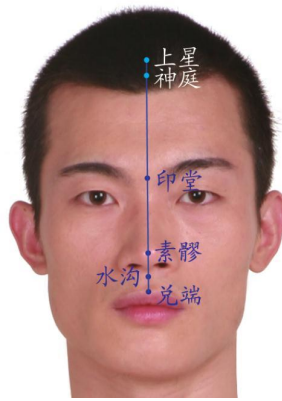
【定位】在头部，前发际正中直上1寸。

【主治】①头痛、目痛、鼻渊、鼻衄等头面部病证；②热病，疟疾；③癲狂。

(24) 神庭 (Shéntíng , GV24)

【定位】在头部，前发际正中直上0.5寸。

【主治】①癲狂痫、失眠、惊悸等神志病证；②头痛、目眩、目赤、目翳、鼻渊、鼻衄等头面五官病证。



(25) 素膠 (Sùliáo, GV25)

【定位】在面部，鼻尖的正中央。

【主治】①昏迷、惊厥、新生儿窒息、休克、呼吸衰竭等急危重症；②鼻渊、鼻衄等鼻病。

(26) 水沟 (Shuǐgōu, GV26)

【定位】在面部，人中沟的上1/3与中1/3交点处。

【主治】①昏迷、晕厥、中风、中暑、休克、呼吸衰竭等急危重症，为急救要穴之一；②癰症、癲狂痫证、急慢惊风等神志病证；③鼻塞、鼻衄、面肿、口歪、齿痛、牙关紧闭等面鼻口部病证；④闪挫腰痛。

(27) 兑端 (Duìduān, GV27)

【定位】在面部，上唇结节的中点。

【主治】①昏迷、晕厥、癲狂、癰症等神志病证；②口歪、口噤、口臭、齿痛等口部病证。



(28) 龈交 (Yínjiāo, GV28)

【定位】在上唇内，上唇系带与上牙龈的交点。

【主治】①口歪、口噤、口臭、齿衄、齿痛、鼻衄、面赤颊肿等五官病证；②癲狂。

(29) 印堂 (Yìntáng, GV29)

【定位】在头部，两眉毛内侧端中间的凹陷中。

【主治】①头痛，眩晕，失眠，小儿惊风；②鼻塞，鼻渊，鼻衄，眉棱骨痛，目痛。

3.刺灸注意事项

(1) 长强 紧靠尾骨前面斜刺0.8~1寸；不宜直刺，以免伤及直肠。

(2) 腰俞 向上斜刺0.5~1寸。

(3) 腰阳关~大椎 脊椎棘突间的穴位，沿棘突间向上斜刺0.5~1寸。

(4) 哑门、风府 正坐位，头微前倾，项部放松，向下颌方向缓慢刺入0.5~1寸；不可向上深刺，以免刺入枕骨大孔，伤及延髓。

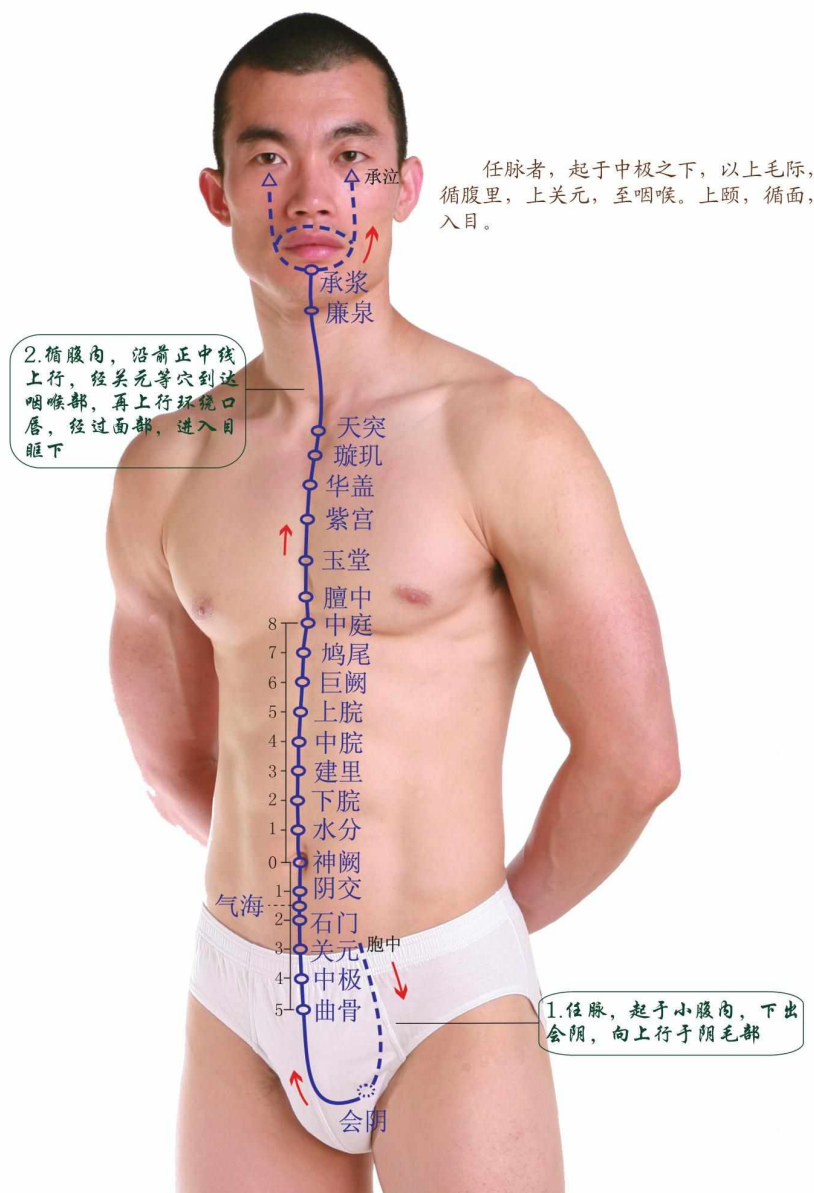
(5) 脑户~神庭 头部穴位，平刺0.5~0.8寸。

(6) 素髎、水沟 向上斜刺0.3~0.5寸。

(7) 兑端、龈交 向上斜刺0.2~0.3寸。

(8) 印堂 提捏局部皮肤，平刺0.3~0.5寸，或用三棱针点刺出血。

(十四) 任脉及穴位



1.本经腧穴主治概要

- (1) 脏腑病 腹部、胸部相关内脏病。
- (2) 妇科病、前阴病 月经不调，痛经，崩漏，带下，遗精，阳痿，小便不利，遗尿等。
- (3) 颈及面口病 瘰气，梅核气，咽喉肿痛，暴暗，口歪，齿痛等。
- (4) 神志病 癫痫，失眠等。
- (5) 虚证 部分腧穴有强壮作用，主治虚劳、虚脱等证。

2. 腧穴定位与主治

(1) 会阴 (Huìyīn, CV1)

【定位】在会阴区，男性在阴囊根部与肛门连线的中点，女性在大阴唇后联合与肛门连线的中点。

【主治】①溺水窒息、昏迷、癫狂痫等急危症、神志病证；②小便不利、遗尿、阴痛、阴痒、脱肛、阴挺、痔疮等前后二阴疾患；③遗精；④月经不调。



(2) 曲骨 (Qūgǔ, CV2)

【定位】在下腹部，耻骨联合上缘，前正中线上。

【主治】①小便不利，遗尿；②遗精、阳痿、阴囊湿痒等男科病证；③月经不调、痛经、赤白带下等妇科经带病证。

(3) 中极 (Zhōngjí, CV3) 膀胱之募穴

【定位】在下腹部，脐中下4寸，前正中线上。

【主治】①遗尿、小便不利、癃闭等泌尿系病证；②遗精、阳痿、不育等男科病证；③月经不调、崩漏、阴挺、阴痒、不孕、产后恶露不尽、带下等妇科病证。

(4) 关元 (Guānyuán, CV4) 小肠之募穴

【定位】在下腹部，脐中下3寸，前正中线上。

【主治】①中风脱证、虚劳冷惫、羸瘦无力等元气虚损病证；②少腹疼痛，疝气；③腹泻、痢疾、脱肛、便血

等肠腑病证；④五淋、尿血、尿闭、尿频等泌尿系病证；⑤遗精、阳痿、早泄、白浊等男科病；⑥月经不调、痛经、经闭、崩漏、带下、阴挺、恶露不尽、胞衣不下等妇科病证。

(5) 石门 (Shímén, CV5) 三焦之募穴

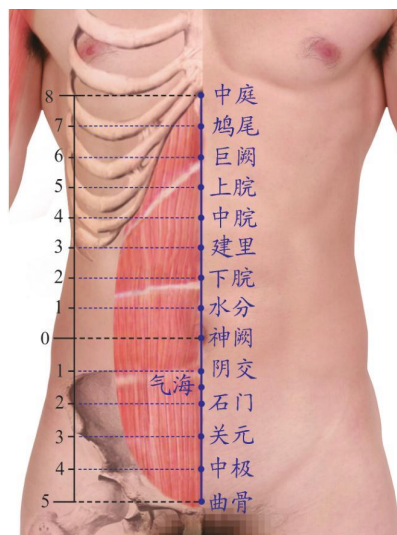
【定位】在下腹部，脐中下2寸，前正中线上。

【主治】①腹胀、腹泻、痢疾、绕脐疼痛等肠腑病证；②奔豚气，疝气；③水肿，小便不利；④遗精，阳痿；⑤经闭、带下、崩漏、产后恶露不尽等妇科病证。

(6) 气海 (Qìhǎi, CV6)

【定位】在下腹部，脐中下1.5寸，前正中线上。

【主治】①虚脱、形体羸瘦、脏气衰惫、乏力等气虚病证；②水谷不化、绕脐疼痛、腹泻、痢疾、便秘等肠腑病证；③小便不利，遗尿；④遗精，阳痿，疝气；⑤月经不调、痛经、经闭、崩漏、带下、阴挺、产后恶露不止、胞衣不下等妇科病证。



(7) 阴交 (Yīnjiāo, CV7)

【定位】在下腹部，脐中下1寸，前正中线上。

【主治】①腹痛，疝气；②水肿，小便不利；③月经不调、崩漏、带下等妇科经带病证。

(8) 神阙 (Shénquè, CV8)

【定位】在脐区，脐中央。

【主治】①虚脱、中风脱证等元阳暴脱；②腹痛、腹胀、腹泻、痢疾、便秘、脱肛等肠腑病证；③水肿，小便不利。

(9) 水分 (Shuǐfēn, CV9)

【定位】在上腹部，脐中上1寸，前正中线上。

【主治】①水肿、小便不利等水液输布失常病证；②腹痛、腹泻、反胃吐食等胃肠病证。

(10) 下脘 (Xiàwǎn, CV10)

【定位】在上腹部，脐中上2寸，前正中线上。

【主治】①腹痛、腹胀、腹泻、呕吐、完谷不化、小儿疳积等脾胃病证；②痞块。

(11) 建里 (Jiànlǐ, CV11)

【定位】在上腹部，脐中上3寸，前正中线上。

【主治】①胃痛、呕吐、食欲不振、腹胀、腹痛等脾胃病证；②水肿。

(12) 中脘 (Zhōngwǎn, CV12) 胃之募穴；八会穴之腑会

【定位】在上腹部，脐中上4寸，前正中线上。

【主治】①胃痛、腹胀、纳呆、呕吐、吞酸、呃逆、小儿疳积等脾胃病证；②黄疸；③癫狂，脏躁。

(13) 上脘 (Shàngwǎn, CV13)

【定位】在上腹部，脐中上5寸，前正中线上。

【主治】①胃痛、呕吐、呃逆、腹胀等胃腑病证；②癫痫。

(14) 巨阙 (Jùquè, CV14) 心之募穴

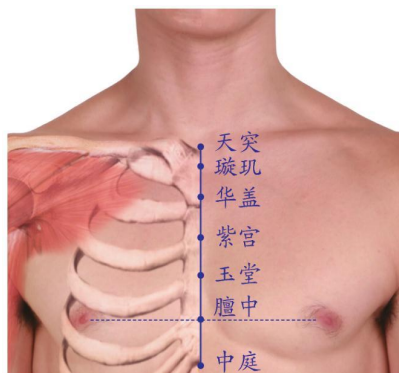
【定位】在上腹部，脐中上6寸，前正中线上。

【主治】①癫狂痫；②胸痛，心悸；③呕吐，吞酸。

(15) 鸠尾 (Jiūwěi, CV15) 络穴

【定位】在上腹部，剑胸结合下1寸，前正中线上。

【主治】①癫狂痫；②胸痛；③腹胀，呃逆。



(16) 中庭 (Zhōngtíng , CV16)

【定位】在胸部，剑胸结合中点处，前正中线上。

【主治】①胸腹胀满、噎膈、呕吐等胃气上逆病证；
②心痛；③梅核气。

(17) 膻中 (Dànzhōng , CV17) 心包之募穴；八会穴之气会

【定位】在胸部，横平第4肋间隙，前正中线上。

【主治】①咳嗽、气喘、胸闷、心痛、噎膈、呃逆等胸中气机不畅的病证；②产后乳少、乳痈、乳癖等胸乳病证。

(18) 玉堂 (Yùtáng , CV18)

【定位】在胸部，横平第3肋间隙，前正中线上。

【主治】咳嗽、气喘、胸闷、胸痛、乳房胀痛、呕吐等气机不畅为患者。

(19) 紫宫 (Zǐgōng , CV19)

【定位】在胸部，横平第2肋间隙，前正中线上。

【主治】咳嗽，气喘，胸痛。

(20) 华盖 (Huágài , CV20)

【定位】在胸部，横平第1肋间隙，前正中线上。

【主治】咳嗽，气喘，胸痛。

(21) 璇玑 (Xuánjī, CV21)

【定位】在胸部，胸骨上窝下1寸，前正中线上。

【主治】①咳嗽，气喘，胸痛；②咽喉肿痛；③积食。

(22) 天突 (Tiāntū, CV22)

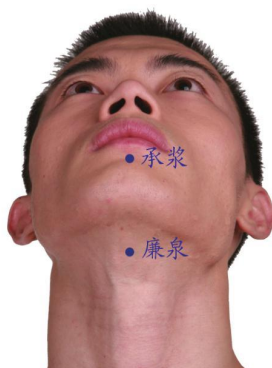
【定位】在颈前区，胸骨上窝中央，前正中线上。

【主治】①咳嗽、哮喘、胸痛、咽喉肿痛、暴暗等肺系病证；②瘰气、梅核气、噎膈等气机不畅病证。

(23) 廉泉 (Liánquán, CV23)

【定位】在颈前区，喉结上方，舌骨上缘凹陷中，前正中线上。

【主治】中风失语、暴暗、吞咽困难、舌缓流涎、舌下肿痛、口舌生疮、喉痹等咽喉口舌病证。



(24) 承浆 (Chéngjiāng, CV24)

【定位】在面部，颏唇沟的正中凹陷处。

【主治】①口歪、齿龈肿痛、流涎等口部病证；②暴暗；③癫狂。

3.刺灸注意事项

(1) 会阴 直刺0.5~1寸；孕妇慎用。

(2) 曲骨~阴交 小腹部穴位直刺1~1.5寸；针刺前排空小便，孕妇慎用。

(3) 神阙 一般不针，多用艾条灸或艾炷隔盐灸法。

(4) 水分～上脘 腹部穴位直刺1～1.5寸，缓慢进针，少提插，可捻转。

(5) 巨阙、鸠尾 向下斜刺0.5～1寸；不可深刺，以免伤及肝脏。

(6) 中庭～璇玑 位于胸骨上的穴位，平刺0.3～0.5寸。

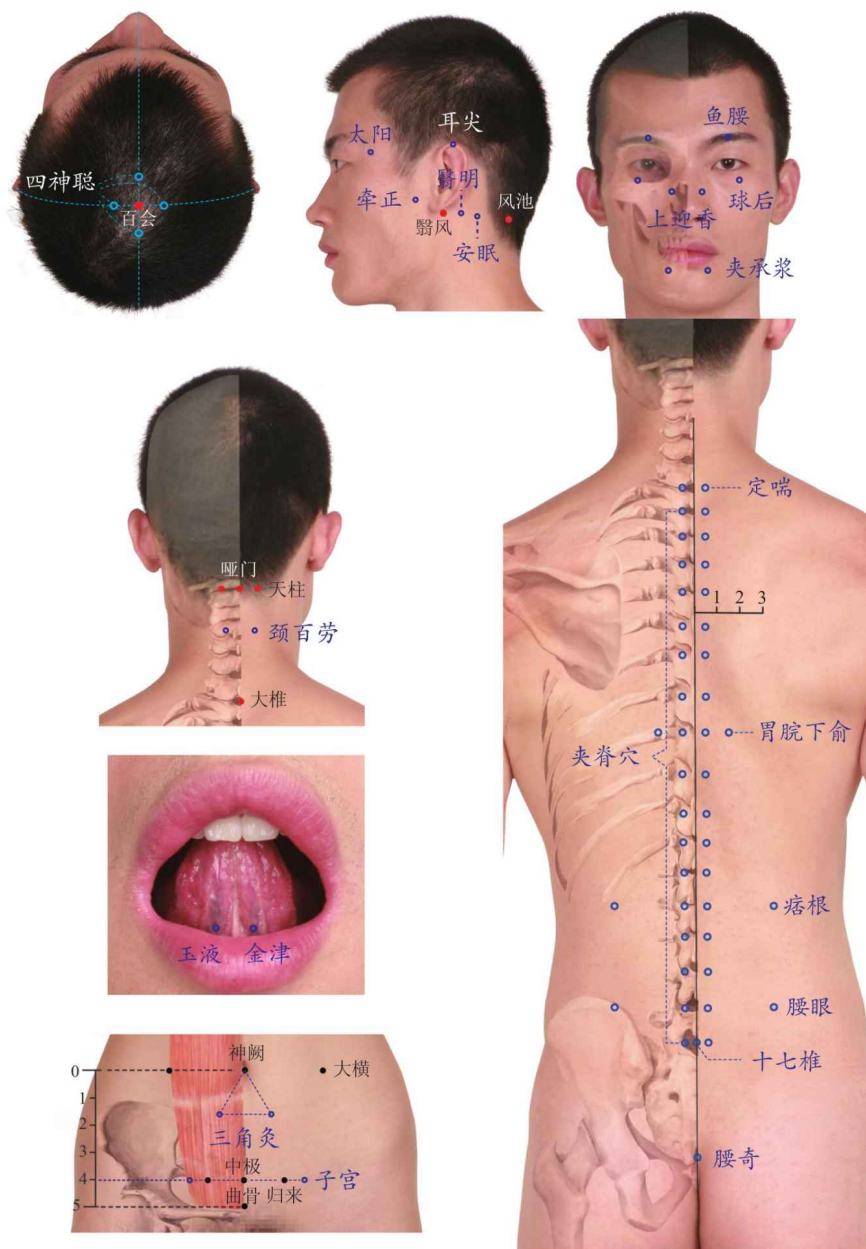
(7) 天突 先直刺0.2～0.3寸，然后将针尖向下，紧靠胸骨柄后方刺入1～1.5寸。必须严格掌握针刺的角度和深度，以防刺伤肺和有关动、静脉。

(8) 廉泉 向舌根斜刺0.5～0.8寸。

(9) 承浆 斜刺0.3～0.5寸。

三、常用奇穴

(一) 头面躯干部穴



1.定位与主治

穴位	定位	主治
四神聪 Sishěncōng (EX—HN 1)	在头顶部，百会前后左右各旁开 1 寸，共 4 穴	①头痛，眩晕；②失眠，健忘，癫痫；③目疾
鱼腰 Yúyāo (EX—HN 4)	在头部，瞳孔直上，眉毛中	目赤肿痛，目翳，眼睑下垂，眼睑颤动，眉棱骨痛，口眼歪斜
太阳 Tàiyáng (EX—HN 5)	在头部，眉梢与目外眦之间，向后约一横指的凹陷中	①头痛，齿痛；②目疾，齿痛；③面瘫
耳尖 Ěrjiān (EX—HN 6)	在耳区，在外耳轮的最高点	①目疾；②头痛；③咽喉肿痛
球后 Qiúhòu (EX—HN 7)	在面部，眶下缘外 1/4 与内 3/4 交界处	目疾
上迎香 Shàngyíngxiāng (EX—HN 8)	在面部，鼻翼软骨与鼻甲的交界处，近鼻唇沟上端处	①鼻塞，鼻渊；②目赤肿痛，迎风流泪，头痛
牵正 Qiānzhèng	在面部，耳垂前 0.5~1 寸的压痛处	口歪，口疮
安眠 Ānmián	在项部，在翳风穴与风池穴连线之中点处	①失眠，头痛，眩晕；②心悸；③癫狂
夹承浆 Jiāchéngjiāng	在面部，承浆穴左右各旁开 1 寸	口歪，齿龈肿痛
金津 Jīnjīn、玉液 Yùyè (EX—HN 12、EX—HN13)	在口腔内，舌下系带静脉上。左侧为金津，右侧为玉液	①舌强不语，舌肿，口疮；②呕吐，消渴
翳明 Yīmíng (EX—HN 14)	在颈部，翳风穴后 1 寸	①目疾，耳鸣；②失眠，头痛，眩晕
颈百劳 Jǐngbǎiláo (EX—HN 15)	在颈部，第 7 颈椎棘突直上 2 寸，后正中线旁开 1 寸	①颈项强痛；②咳嗽，气喘，骨蒸潮热，盗汗；③瘰癧
子宫 Zīgōng (EX—CA 1)	在下腹部，脐中下 4 寸，前正中线旁开 3 寸	阴挺、不孕、痛经、崩漏、月经不调等妇科病
三角灸 Sānjiǎojiǔ	在下腹部，以患者两口角之间的长度为一边，作等边三角形，将顶角置于患者脐心，底边呈水平线，两底角处取穴	疝气，腹痛
定喘 Dìngchuān (EX—B 1)	在脊柱区，横平第 7 颈椎棘突下，后正中线旁开 0.5 寸	①哮喘，咳嗽；②落枕，肩背痛，上肢疼痛不举
夹脊 Jiājǐ (EX—B 2)	在脊柱区，第 1 胸椎至第 5 腰椎棘突下，后正中线旁开 0.5 寸，一侧 17 穴	①上胸部穴：心肺、上肢疾病；②下胸部穴：胃肠、脾、肝胆病；③腰部穴：下肢疼痛，腰、骶、小腹部疾病。
胃脘下俞 Wèiwǎnxiàshu (EX—B 3)	在脊柱区，横平第 8 胸椎棘突下，后正中线旁开 1.5 寸	①胃痛，腹痛，胸胁痛；②消渴
痞根 Pǐgēn (EX—B 4)	在腰部，横平第 1 腰椎棘突下，后正中线旁开 3.5 寸	①腰痛；②痞块，瘰癧；③疝气

穴位	定位	主治
腰眼 Yaoyǎn (EX—B 7)	在腰区，横平第 4 腰椎棘突下，后正中线旁开约 3.5 寸凹陷中	①腰痛；②月经不调，带下；③虚劳
十七椎 Shíqīzhuī (EX—B 8)	在腰区，第 5 腰椎棘突下凹陷中	①腰骶痛，下肢瘫痪；②痛经，崩漏，月经不调；③遗尿
腰奇 Yáoqí (EX—B 9)	在骶区，尾骨端直上 2 寸，骶角之间凹陷中	①便秘；②癫痫；③失眠，头痛

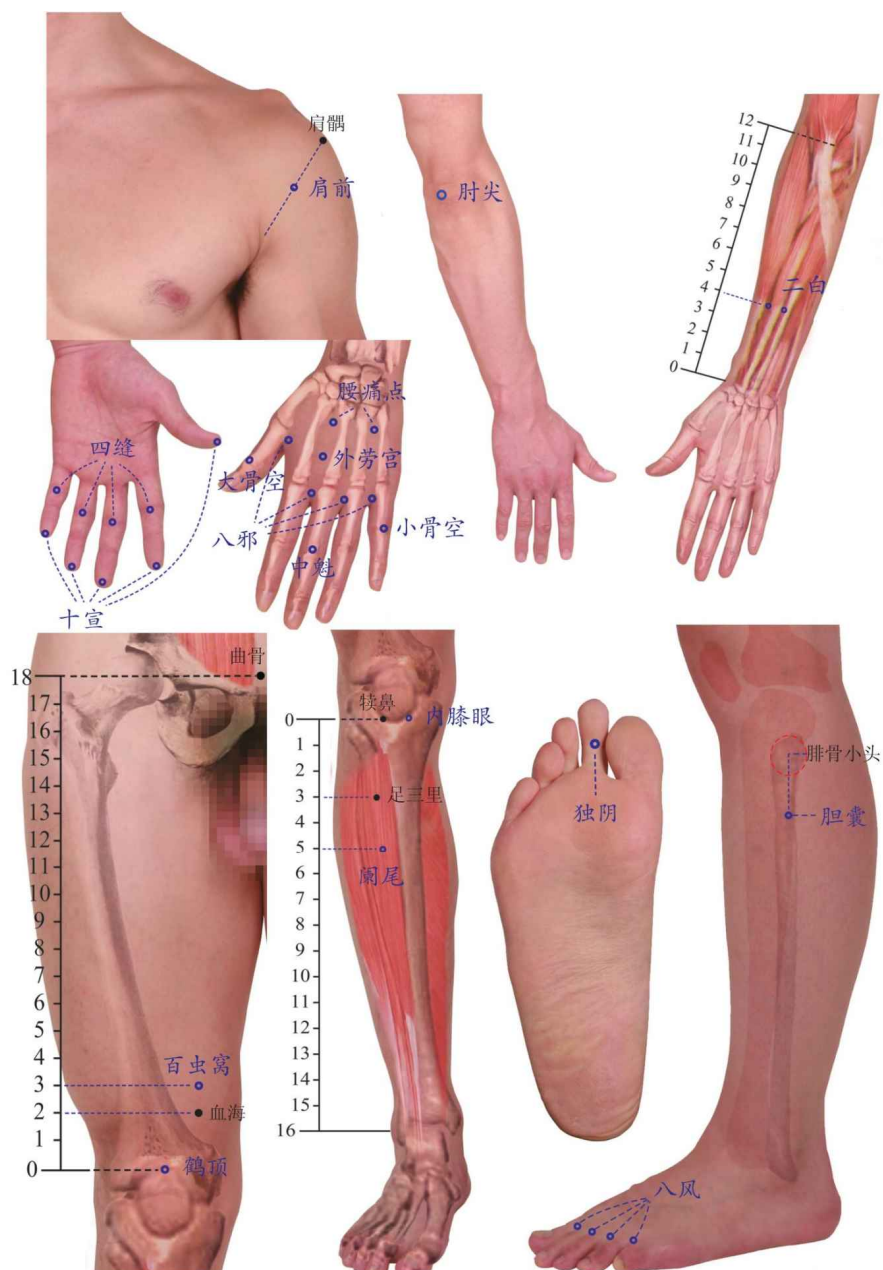
2.刺灸要点

(1) 四神聪 平刺0.5~0.8寸。

(2) 鱼腰 平刺0.3~0.5寸。

- (3) 太阳 直刺或斜刺0.3~0.5寸，或点刺出血。
- (4) 耳尖 直刺0.1~0.2寸，或点刺出血。
- (5) 球后 轻压眼球向上，向眶下缘缓慢直刺0.5~1.5寸，不提插。
- (6) 上迎香 向内上方平刺0.3~0.5寸。
- (7) 金津、玉液 点刺出血。
- (8) 夹承浆 斜刺或平刺0.3~0.5寸。
- (9) 牵正 向前斜刺0.5~0.8寸。
- (10) 三角灸 艾炷灸5~7壮。
- (11) 胃脘下俞 向上或向内斜刺0.5~0.8寸。
- (12) 腰奇 向上平刺1~1.5寸。
- (13) 其他穴位 均为直刺。

(二) 四肢部穴



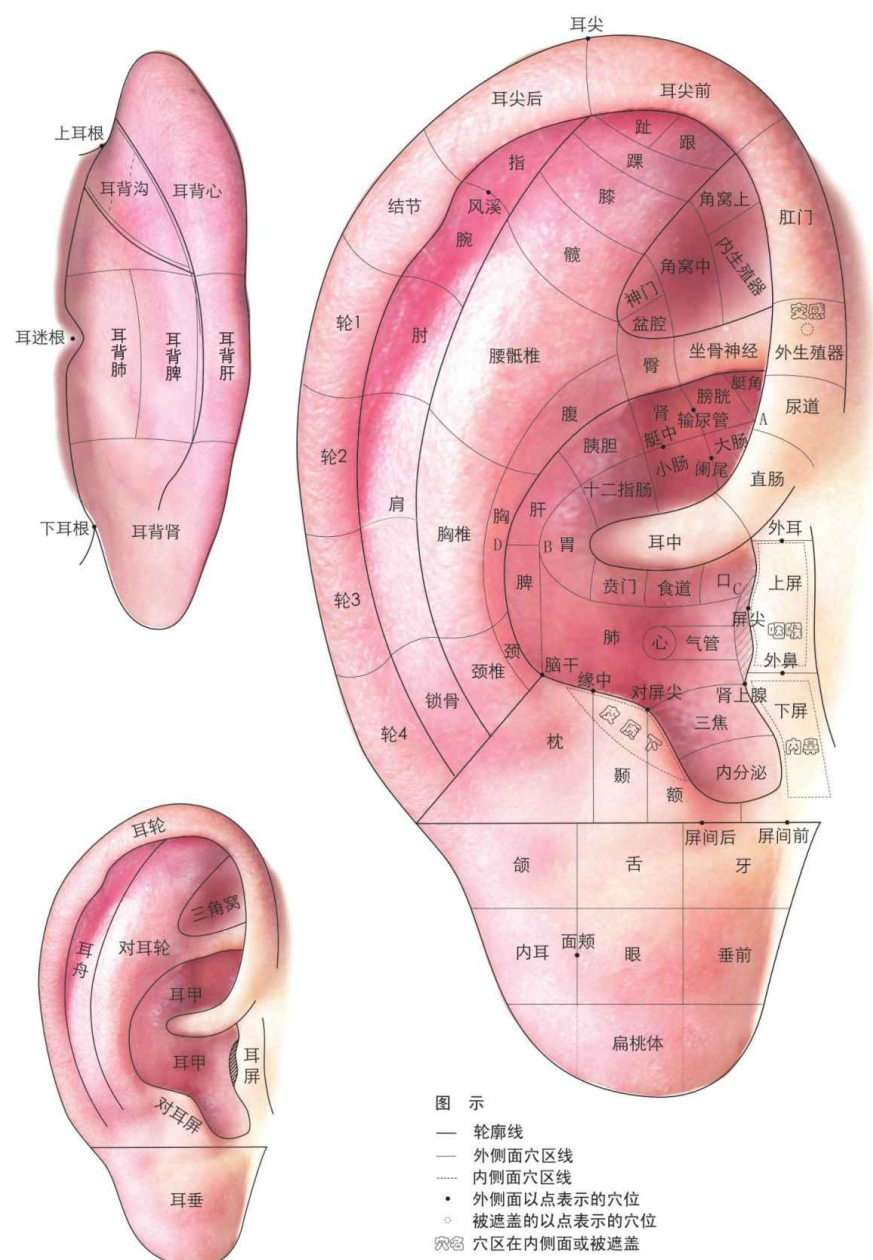
1.定位与主治

穴位	定位	主治
肩前 Jiānqián	在肩前区，腋前皱襞顶端与肩隅连线的中点	肩臂痛，臂不能举
肘尖 Zhǒujiān (EX—UE 1)	在肘后区，尺骨鹰嘴的尖端	痈疽，疔疮，瘰癧
二白 Èrbái (EX—UE 2)	在前臂前区，腕掌侧远端横纹上 4 寸，桡侧腕屈肌腱两侧，一肢 2 穴	①痔疮，脱肛；②前臂痛，胸胁痛
中魁 Zhōngkuí (EX—UE 4)	在手指，中指背面，近侧指间关节的中点	①噎膈，反胃，呕吐；②牙痛，鼻出血
大骨空 Dàgǔkōng (EX—UE 5)	在手指，拇指背面，指间关节的中点	①目痛，目翳；②吐泻；③衄血
小骨空 Xiǎogǔkōng (EX—UE 6)	在手指，小指背面，近侧指间关节的中点	①目赤肿痛，目翳；②指关节痛
腰痛点 Yāotòngdiǎn (EX—UE 7)	在手背，当第 2、3 掌骨及第 4、5 掌骨之间，在腕背侧远端横纹与掌指关节中点处，一手 2 穴	急性腰扭伤
外劳宫 Wàiláogōng (EX—UE 8)	在手背，第 2、3 掌骨间，掌指关节后约 0.5 寸（指寸）凹陷中	①落枕；②手指麻木、屈伸不利；③脐风
八邪 Bāxié (EX—UE 9)	在手背，第 1~5 指间，指蹼缘后方赤白肉际处，左右共 8 穴	①手背肿痛，手指麻木；②烦热，目痛；③毒蛇咬伤
四缝 Sìfèng (EX—UE 10)	在手指，在第 2~5 指掌面的近侧指间关节横纹的中央，一手 4 穴	①小儿疳积；②百日咳
十宣 Shíxuān (EX—UE 11)	在手指，十指尖端，距指甲游离缘 0.1 寸，左右共 10 穴	①昏迷，高热，晕厥，中暑，癫痫；②咽喉肿痛；③手指麻木
鹤顶 Hèdǐng (EX—LE 2)	在膝前区，髌底中点的上方凹陷中	膝痛，腿足无力，瘫痪
百虫窝 Bǎichóngwō (EX—LE 3)	在股前区，髌底内侧端上 3 寸	①风湿痒疹，疮疡；②虫积
内膝眼 Nèixīyǎn (EX—LE 4)	在膝部，髌韧带内侧凹陷处的中央	膝肿痛
胆囊 Dǎnnáng (EX—LE 6)	在小腿外侧，腓骨小头直下 2 寸	①急、慢性胆囊炎，胆石症，胆绞痛，胆道蛔虫症；②下肢痿痹
阑尾 Lánwěi (EX—LE 7)	在小腿外侧，髌韧带外侧凹陷下 5 寸，胫骨前嵴外一横指（中指）	①急、慢性阑尾炎；②消化不良；③下肢痿痹
八风 Bāfēng (EX—LE 10)	在足背，第 1~5 趾间，趾蹼缘后方赤白肉际处，左右共 8 穴	①趾痛，足跗肿痛；②毒蛇咬伤；③脚气
独阴 Dúyīn (EX—LE 11)	在足底，第 2 趾的跖侧远端趾间关节的中点	①胸胁痛，卒心痛，呕吐；②胞衣不下，月经不调，疝气

2.刺灸要点

- (1) 腰痛点 由两侧向掌中斜刺0.5~0.8寸。
- (2) 外劳宫 直刺0.5~0.8寸。
- (3) 八邪、八风 斜刺0.5~0.8寸，或点刺出血。
- (4) 四缝 点刺出血或挤出少许黄色透明黏液。
- (5) 十宣 浅刺0.1~0.2寸，或点刺出血。
- (6) 鹤顶、百虫窝、胆囊、阑尾 下肢穴位直刺，不同部位进针深度不同。
- (7) 内膝眼 向膝中斜刺0.5~1寸，或透刺对侧膝眼。
- (8) 独阴 直刺0.1~0.2寸，孕妇禁用。

四、耳穴



1.耳轮穴位及主治

穴位	主治	穴位	主治
耳中	呃逆、荨麻疹、皮肤瘙痒症、小儿遗尿、咯血、出血性疾病	耳尖前	发热、感冒、头痛、痔疮、肛裂、急性结膜炎、麦粒肿
直肠	便秘、腹泻、脱肛、痔疮	耳尖	发热、高血压、急性结膜炎、麦粒肿、牙痛、失眠
尿道	尿频、尿急、尿痛、尿潴留	耳尖后	发热、扁桃体炎、高血压、急性结膜炎
外生殖器	睾丸炎、附睾炎、外阴瘙痒症	结节	头晕、头痛、高血压
肛门	痔疮、肛裂	轮 1~4	发热、扁桃体炎、上呼吸道感染

2.耳舟穴位及主治

穴位	主治	穴位	主治
指	甲沟炎、手指麻木和疼痛	肘	肱骨外上髁炎、肘部疼痛
腕	腕部疼痛	肩	肩关节周围炎、肩部疼痛
风溪	荨麻疹、皮肤瘙痒症、过敏性鼻炎、哮喘	锁骨	肩关节周围炎

3.对耳轮穴位及主治

穴位	主治	穴位	主治
跟	足跟痛	臀	坐骨神经痛、臀筋膜炎
趾	甲沟炎、趾部疼痛	腹	腹痛、腹胀、腹泻、急性腰扭伤、痛经、产后宫缩痛
踝	踝关节扭伤	腰骶椎	腰骶部疼痛
膝	膝关节疼痛、坐骨神经痛	胸	胸肋疼痛、肋间神经痛、胸闷、乳腺炎
髌	髌关节疼痛、坐骨神经痛、腰骶部疼痛	胸椎	胸痛、经前乳房胀痛、乳腺炎、产后泌乳不足
坐骨神经	坐骨神经痛、下肢瘫痪	颈	落枕、颈椎疼痛
交感	胃肠痉挛、心绞痛、胆绞痛、输尿管结石、自主神经功能紊乱	颈椎	落枕、颈椎综合征

4.三角窝穴位及主治

穴位	主治	穴位	主治
角窝上	高血压	神门	失眠、多梦、戒断综合征、癫痫、高血压、神经衰弱
内生殖器	痛经、月经不调、白带过多、功能性子宫出血、阳痿、遗精、早泄	盆腔	盆腔炎、附件炎
角窝中	哮喘		

5.耳屏穴位及主治

穴位	主治	穴位	主治
上屏	咽炎、鼻炎	肾上腺	低血压、风湿性关节炎、腮腺炎、链霉素中毒、眩晕、哮喘、休克
下屏	鼻炎、鼻塞	咽喉	声音嘶哑、咽炎、扁桃体炎、失语、哮喘
外耳	外耳道炎、中耳炎、耳鸣	内鼻	鼻炎、上颌窦炎、鼻衄
屏尖	发热、牙痛、斜视	屏间前	咽炎、口腔炎
外鼻	鼻前庭炎、鼻炎		

6.对耳屏穴位及主治

穴位	主治	穴位	主治
额	偏头痛、头晕	皮质下	痛证、间日疟、神经衰弱、假性近视、失眠
屏间后	额窦炎	对屏尖	哮喘、腮腺炎、睾丸炎、附睾炎、神经性皮炎
颞	偏头痛、头晕	缘中	遗尿、内耳性眩晕、尿崩症、功能性子宫出血
枕	头晕、头痛、癫痫、哮喘、神经衰弱	脑干	眩晕、后头痛、假性近视

7.耳甲穴位及主治

穴位	主治	穴位	主治
口	面瘫、口腔炎、胆囊炎、胆石症、戒断综合征、牙周炎、舌炎	胰胆	胆囊炎、胆石症、胆道蛔虫症、偏头痛、带状疱疹、中耳炎、耳鸣、急性胰腺炎
食道	食管炎、食管痉挛	肝	胁痛、眩晕、经前期紧张症、月经不调、更年期综合征、高血压、近视、单纯性青光眼
贲门	贲门痉挛、神经性呕吐		腹痛、腹胀、胆道蛔虫症
胃	胃痉挛、胃炎、胃溃疡、消化不良、恶心呕吐、前额痛、牙痛、失眠	脾	腹胀、腹泻、便秘、食欲不振、功能性子宫出血、白带过多、内耳性眩晕
十二指肠	十二指肠溃疡、胆囊炎、胆石症、幽门痉挛、腹胀、腹泻、腹痛	心	心动过速、心律不齐、心绞痛、无脉症、神经衰弱、瘰疬、口舌生疮
小肠	消化不良、腹痛、腹胀、心动过速		哮喘、支气管炎
大肠	腹泻、便秘、咳嗽、牙痛、痤疮	肺	咳嗽、胸闷、声音嘶哑、皮肤瘙痒症、荨麻疹、便秘、戒断综合征
阑尾	单纯性阑尾炎、腹泻		便秘、腹胀、上肢外侧疼痛、水肿、耳鸣、耳聋、糖尿病
艇角	前列腺炎、尿道炎	三焦	痛经、月经不调、更年期综合征、痤疮、间日疟、甲状腺功能减退或亢进症
膀胱	膀胱炎、遗尿、尿潴留、腰痛、坐骨神经痛、后头痛		
肾	腰痛、耳鸣、神经衰弱、肾盂肾炎、遗尿、遗精、阳痿、早泄、哮喘、月经不调	内分泌	
	输尿管结石绞痛		

8.耳垂穴位及主治

穴位	主治	穴位	主治
牙	牙痛、牙周炎、低血压	眼	急性结膜炎、电光性眼炎、麦粒肿、近视
舌	舌炎、口腔炎	内耳	内耳性眩晕症、耳鸣、听力减退、中耳炎
颌	牙痛、颞颌关节功能紊乱症	面颊	面瘫、三叉神经痛、痤疮、扁平疣、面肌痉挛、腮腺炎
垂前	神经衰弱、牙痛	扁桃体	扁桃体炎、咽炎

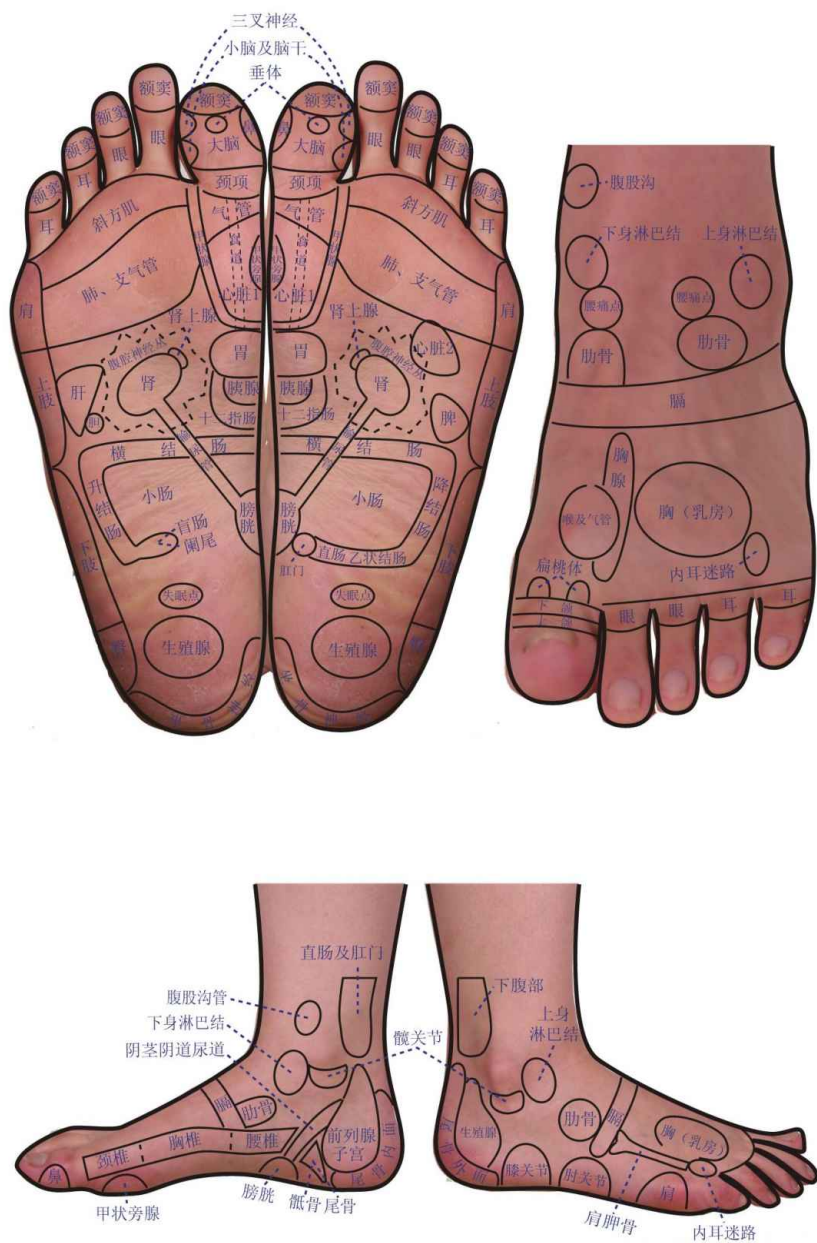
9.耳背穴位及主治

穴位	主治	穴位	主治
耳背心	心悸、失眠、多梦	耳背肝	胆囊炎、胆石症、胁痛
耳背肺	哮喘、皮肤瘙痒症	耳背肾	头痛、头晕、神经衰弱
耳背脾	胃痛、消化不良、食欲不振	耳背沟	高血压、皮肤瘙痒症

10.耳根穴位及主治

穴位	主治	穴位	主治
上耳根	鼻衄	下耳根	低血压、下肢瘫痪、小儿麻痹后遗症
耳迷根	胆囊炎、胆石症、胆道蛔虫症、腹痛、腹泻、鼻塞、心动过速		

五、足部反射区



1.足底部反射区定位与主治

穴位	主治	穴位	主治
大脑	头痛、头晕、头昏、失眠、高血压、脑血管病变、视觉受损、神经衰弱等	腹腔神经丛	胃肠神经官能症、腹泻、便秘等
额窦	脑中风、脑震荡、鼻窦炎、头痛、头晕、失眠、发烧及眼、耳、鼻、口病等	肾	肾盂肾炎、肾结石、尿毒症、肾功能不全、动脉硬化、静脉曲张、风湿热、关节炎、湿疹、浮肿等
小脑及脑干	脑震荡、高血压、头痛、失眠、头晕等	肾上腺	生殖系统疾患、哮喘、关节炎等
垂体	脑垂体、甲状腺、甲状旁腺、肾上腺、性腺、脾、胰等内分泌系统病证	输尿管	输尿管结石、输尿管炎、风湿热、关节炎、高血压、动脉硬化等
三叉神经	偏头痛、面瘫、腮腺炎、耳疾、鼻咽癌、失眠、头重等	膀胱	肾结石、输尿管结石、膀胱炎、尿道炎、高血压病、动脉硬化等
鼻	鼻炎、鼻窦炎、鼻出血、鼻息肉等	盲肠（阑尾）	下腹部胀气、阑尾炎等
颈项	颈部酸痛、颈部扭伤、落枕、高血压病等	升结肠、横结肠、降结肠	便秘、腹泻、腹痛、急慢性肠炎、结肠炎等病证
眼	目疾	乙状结肠、直肠	直肠炎、直肠癌、便秘、乙状结肠炎、结肠炎等
耳	外耳道疳肿、中耳炎、耳鸣、重听等	肛门	痔疮、肛裂、脱肛、便血、便秘等
斜方肌	颈肩背酸痛、手无力、麻木、肩活动障碍等	小肠	胃肠胀气、腹泻、腹部闷痛等
甲状腺	甲状腺功能亢进、甲状腺功能减退、慢性甲状腺炎、亚急性甲状腺炎等	心脏 1	心脏疾病及高血压、失眠、盗汗、舌炎、肺部疾患等
食道	食道肿瘤、食道炎症、梅核气、气管的疾病等	心脏 2	心脏疾病及高血压、失眠、盗汗、舌炎、肺部疾患等
甲状旁腺	甲状旁腺功能减退、甲状旁腺功能亢进等	脾	发热、炎症、贫血、高血压、肌肉酸痛、食欲不振、消化不良、皮肤病等
气管	咳嗽、气喘、气管炎等气管的疾病	生殖腺	性功能低下、不孕不育、妇科病等
肺、支气管	上呼吸道感染、肺结核、肺气肿、胸闷等	失眠点	失眠
胃	胃痛、胃酸增多、胃溃疡、消化不良、慢性胃炎、胃下垂等	坐骨神经	坐骨神经痛、坐骨神经炎、膝和小腿部疼痛、糖尿病等
十二指肠	腹部饱胀、消化不良、十二指肠球部溃疡等	肩	肩周炎、肩颈综合征、手臂麻木、习惯性肩关节脱臼、髋关节疾患
胰腺	糖尿病、胰腺囊肿、胰腺炎等病证	上肢	颈椎病、肩周炎、臀部受伤、偏瘫等疾患
肝	肝炎、肝硬化等病证	下肢	风湿痛、坐骨神经痛、股部疾病、偏瘫等
胆	胆结石、消化不良、胆囊炎等病证	臀	臀部疾患、风湿病、坐骨神经痛、偏瘫等

2.足背部反射区定位与主治

穴位	主治	穴位	主治
上颌	牙痛、上颌感染、上颌关节炎、牙周病、打鼾等	膈	呃逆、膈肌痉挛引起的腹部胀痛、恶心、呕吐等
下颌	牙痛、下颌感染、下颌关节炎、牙周病、打鼾等	肋骨	肋骨之各种病变及肩痛等
扁桃体	上呼吸道感染、扁桃体疾病，有消炎、增加防御能力和抗癌之功能	腰痛点	腰肌劳损、急性腰扭伤等
胸腺	各种炎症、囊肿、肿瘤、乳腺炎、乳房或胸部肿块、胸痛、免疫力低下等	上身淋巴结	各种炎症、发热、囊肿、肿瘤、免疫力低下等
胸（乳房）	胸部疾患、肺部疾患、乳腺疾患、食道疾患、心脏病、胸闷、重症肌无力等	下身淋巴结	各种炎症、发热、下肢浮肿、踝部肿胀、囊肿、肿瘤、免疫力低下等
内耳迷路	头晕、晕车、晕船、梅尼埃综合征、耳鸣、内耳功能减退、高血压、低血压等	腹股沟	生殖系统疾患、前列腺肥大等，有抗衰老功能

3.足内侧反射区定位与主治

穴位	主治	穴位	主治
髋关节	髋关节疼痛、股关节疼痛、坐骨神经痛、肩关节疼痛、腰背痛等	胸椎	背痛及背部各种病证、胸椎各种病变
前列腺、子宫	前列腺疾患、子宫疾患、高血压等	腰椎	腰背酸痛、腰肌劳损、腰椎间盘突出、腰椎骨质增生、坐骨神经痛等
阴茎、尿道、阴道	尿道炎、白带增多、生殖系统疾病	骶骨	坐骨神经痛、骶骨损伤、便秘等
直肠、肛门	痔疮、直肠癌、便秘、直肠炎、静脉曲张等	尾骨内面	坐骨神经痛、尾骨受伤后遗症、生殖系统疾患等
颈椎	颈椎病、颈项僵硬或酸痛、落枕等		

4.足外侧反射区定位与主治

穴位	主治	穴位	主治
尾骨外面	坐骨神经痛、尾骨受伤后遗症、生殖系统疾患等	膝关节	膝关节受伤、膝关节炎、膝关节炎痛、半月板损伤等
肩胛骨	肩周炎、颈肩综合征、肩胛酸痛、肩关节活动障碍（抬举与转动困难）	下腹部	痛经、经期紧张、月经周期不规则、男女腹部冷痛、性冷淡以及其他生殖疾病
肘关节	肘关节外伤、脱臼、网球肘、肘关节酸痛等		

附：穴位索引

穴名	页码	穴名	页码	穴名	页码	穴名	页码
A		大陵	50	腹结	23	肩井	59
安眠	79	大迎	14	腹通谷	46	肩髃	53
B		大钟	44	G		肩前	82
八风	82	大杼	35	肝俞	36	肩外俞	31
八邪	82	大椎	70	膏肓	39	肩髃	11
白环俞	37	带脉	60	膈关	39	肩贞	31
百虫窝	82	胆囊	82	膈俞	36	肩中俞	32
百会	70	胆俞	36	公孙	22	建里	75
胞育	40	膻中	76	关冲	52	交信	45
本神	58	地仓	14	关门	16	角孙	54
脾关	17	地机	23	关元	74	解溪	19
臂臑	11	地五会	62	关元俞	37	金津	79
秉风	31	定喘	79	光明	61	金门	41
步廊	46	督俞	36	归来	17	筋缩	69
不容	16	犊鼻	18	H		京骨	41
C		独阴	82	颌厌	57	京门	60
长强	68	兑端	71	合谷	9	睛明	34
承扶	38	E		合阳	40	经渠	7
承光	34	耳和髎	54	鹤顶	82	颈百劳	79
承浆	77	耳尖	79	横骨	45	鸠尾	76
承筋	40	耳门	54	后顶	70	居髃	60
承灵	59	二白	82	后溪	30	巨骨	11
承满	16	二间	9	华盖	76	巨髃	14
承泣	14	F		滑肉门	17	巨阙	76
承山	40	飞扬	40	环跳	60	厥阴俞	35
尺泽	6	肺俞	35	盲门	40	K	
瘰脉	54	丰隆	18	育俞	46	孔最	6
冲门	23	风池	59	会阳	38	口禾髃	11
冲阳	19	风府	70	会阴	74	库房	15
次髃	38	风门	35	会宗	52	昆仑	41
攒竹	34	风市	60	魂门	39	L	
D		跗阳	41	J		阑尾	82
大包	25	伏兔	18	箕门	23	劳宫	50
大肠俞	37	扶突	11	急脉	66	蠡沟	64
大都	22	浮白	58	极泉	27	厉兑	19
大敦	64	浮郄	38	脊中	69	廉泉	77
大骨空	82	府舍	23	颊车	14	梁门	16
大赫	45	附分	38	夹承浆	79	梁丘	18
大横	23	复溜	45	夹脊	79	列缺	7
大巨	17	腹哀	24	间使	49	灵道	27

(续)

穴名	页码	穴名	页码	穴名	页码	穴名	页码
灵台	69	曲池	10	神庭	71	天突	76
灵墟	47	曲骨	74	肾俞	36	天溪	24
漏谷	22	曲泉	65	十七椎	80	天膷	54
厥息	54	曲垣	31	十宣	82	天柱	35
络却	35	曲泽	49	石关	46	天宗	31
M		颞髻	32	石门	74	条口	18
眉冲	34	缺盆	15	食窦	24	听宫	32
命门	69	R		手三里	10	听会	57
目窗	58	然谷	44	手五里	10	通里	27
N		人迎	15	俞府	47	通天	34
脑户	70	日月	60	束骨	41	瞳子髻	57
脑空	59	乳根	16	率谷	58	头临泣	58
臑会	53	乳中	16	水道	17	头窍阴	58
臑俞	31	S		水分	75	头维	15
内关	49	三间	9	水沟	71	W	
内庭	19	三角灸	79	水泉	44	外关	52
内膝眼	82	三焦俞	36	水突	15	外劳宫	82
P		三阳络	53	丝竹空	54	外陵	17
膀胱俞	37	三阴交	22	四白	14	外丘	61
脾俞	36	商丘	22	四渎	53	完骨	58
痞根	79	商丘	46	四缝	82	腕骨	30
偏历	9	商阳	9	四满	45	维道	60
魄户	39	上关	57	四神聪	79	委阳	38
仆参	41	上巨虚	18	素髻	71	委中	38
Q		上廉	10	T		胃仓	40
期门	66	上髻	37	太白	22	胃俞	36
气冲	17	上腕	75	太冲	64	胃腕下俞	79
气海	75	上星	71	太溪	44	温溜	10
气海俞	37	上迎香	79	太阳	79	屋翳	16
气户	15	少冲	28	太乙	16	五处	34
气舍	15	少府	28	太渊	7	五枢	60
气穴	45	少海	27	陶道	69	X	
牵正	79	少商	7	天池	49	膝关	65
前顶	70	少泽	30	天冲	58	膝阳关	61
前谷	30	申脉	41	天窗	32	郄门	49
强间	70	身柱	69	天鼎	11	侠白	6
青灵	27	神藏	47	天府	6	侠溪	62
清冷渊	53	神道	69	天井	53	下关	14
丘墟	61	神封	47	天髻	53	下巨虚	18
球后	79	神门	28	天泉	49	下廉	10
曲髻	57	神阙	75	天容	32	下髻	38
曲差	34	神堂	39	天枢	17	下腕	75

(续)

穴名	页码	穴名	页码	穴名	页码	穴名	页码
陷谷	19	阳溪	9	膺窗	16	中都	65
消冻	53	养老	31	迎香	79	中渚	60
小肠俞	37	腰奇	80	涌泉	44	中封	64
小骨空	82	腰俞	68	幽门	46	中府	6
小海	31	腰痛点	82	鱼际	7	中极	74
心俞	36	腰眼	80	鱼腰	79	中魁	82
卤会	71	腰阳关	68	玉堂	76	中髎	38
行间	64	液门	52	玉液	79	中膂俞	37
胸乡	24	意舍	39	玉枕	35	中樞	69
璇玑	76	翳风	54	彘中	47	中庭	76
悬厘	57	翳明	79	渊腋	59	中腕	75
悬颅	57	谿谿	39	云门	6	中渚	52
悬枢	69	阴包	65	Z		中注	46
悬钟	61	阴都	46	章门	66	周荣	25
血海	23	阴谷	45	照海	44	肘尖	82
Y		阴交	75	辄筋	59	肘髎	10
哑门	70	阴廉	66	正营	59	筑宾	45
阳白	58	阴陵泉	23	支沟	52	子宫	79
阳池	52	阴市	18	支正	31	紫宫	76
阳辅	61	阴郄	28	至阳	69	足临泣	62
阳纲	39	殷门	38	至阴	41	足窍阴	62
阳谷	30	颞交	71	志室	40	足三里	18
阳交	61	隐白	22	秩边	40	足通谷	41
阳陵泉	61	印堂	71	中冲	50	足五里	65

人体经络穴位使用详解

2012年，睢明河教授应邀为全国中医药行业高等教育“十二五”规划教材《针灸学》和《经络腧穴学》制作全彩真人版经络穴位图。本套彩图经全国高等中医药院校针灸专家反复论证，更具权威性、专业性、准确性。为了更好地满足广大读者的不同需求，特制作《人体经络穴位使用详解》。

1. 总结归纳常见病的针灸和耳针治疗取穴，每个穴名后标注该穴图文所在页码，即查即用。
2. 本书所标示的经络循行路线以《黄帝内经》《难经》经典原文为依据，与教材完全一致。
3. 在十四张经穴图上同时标注经脉循行与腧穴定位，更正以经穴连线代替经脉循行的错误，使读者在学习中一目了然。
4. 腧穴定位图文并茂，归纳总结各经主治概要、刺灸注意事项等，便于阅读、理解、记忆。
5. 附赠耳穴图和足部反射区图，便于医疗、家庭保健之实践使用。
6. 附穴位拼音索引，使查询更加便捷。



定价：29.80元