

样 本 库

针 灸 心 悟

孙震寰 高立山 编著



人 民 卫 生 出 版 社

1151931

针 灸 心 悟

孙震寰 高立山 编著

人 民 卫 生 出 版 社 出 版

(北京市崇文区天坛西里10号)

北京密云县卫新综合印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

787×1092毫米32开本 12 $\frac{1}{4}$ 印张 4插页 280千字
1985年 11月第1版 1985年 11月第1版第1次印刷

印数：00,001—24,900

统一书号：14048·5021 定价：2.35元

[科技新书目 101—70]

序 言

孙震寰老大夫生前是中医研究院针灸研究所原第二研究室副主任,不论中医学理论和临床治疗经验都很丰富,他对待学习一丝不苟,对待医疗严肃认真,不仅经常坚持门诊为广大人民群众治疗,又担任保健工作,为国内外一些国家领导人保健医疗。因为工作认真,态度和蔼,医疗效果好,受到国内外患者好评。

高立山主治医师,1963年毕业于北京中医学院,即分配我所工作,以孙老为师一起学习工作多年,在二十多年临床工作中,有较丰富的临床经验和中医学理论知识,不仅参加门诊病房医疗,近年来常参加针灸讲课和国际针灸班的临床教学,颇受好评。孙老因突发心脏病,过早离开我们,今由高立山大夫按中医传统理论将部分资料又参合古今及个人体会作了整理,名为《针灸心悟》,反映和说明了孙老一些中医针灸学术思想,值得同道参考。

北京中医研究院原针灸研究所副所长 张殿华

1983年6月

自 序

孙震寰老中医，河北省武邑县人。1920年生于北京，初随北京名中医李华国学徒，1937年毕业于北平国医学院。解放前私人开业，解放后组织联合诊所，参加卫生部中医进修学校学习与工作，曾在北京中央人民医院工作，以后又到中医研究院工作，担任过中医研究院针灸研究所第二研究室副主任，又兼作国家保健工作。1971年病故。

他行医三十多年，主要是临床治疗兼教学、科研，他在医疗中认真负责，除为国内外一些国家领导人保健治疗外，长期坚持门诊为广大人民群众治病。除此，还孜孜不倦地学习，《针灸大成》、《医宗金鉴》是他专攻之书，又博览古今医书，写出“经络学说概述”、“中医对消化性溃疡的印证和治疗”、“腧穴性赋”、“针灸不谢方”等文稿。孙老大夫重视实践，深究理论，他针药并用，穴少药简，尤其重视脾胃，临床擅长内、妇、儿科。他写了不少宝贵的总结，但因突发心疾，过早离开人间，未能目睹为憾。

本人随孙老学习多年，今为发扬中医，提高针灸水平，在领导支持下，利用工作之余，把老师有关针法、灸法、穴性赋、不谢方等，结合个人学习记录笔记和临床治验，并收集了一些古今同道经验而整理成册。本书以中医传统理论为纵，师生及同道的实践经验为横，纵横交织，理论联系实际，反映了孙老大夫的部分学术思想，介绍了师生五十年对针灸的心领神悟之处，故名《针灸心悟》。由于本人水平有限，临床繁忙，整理中如有不当之处，敬请指正。本书特请

卫生部中医研究院国际针灸班副主任、中国针灸学会副主任委员程莘农教授题写书名，中医研究院原针灸研究所副所长张殿华同志作序，整理过程中又承蒙张茵华、张艺华二同志协助，值此一并致谢。

北京中医研究院广安门医院 高立山

1983年5月于北京

目 录

第一章 针灸简史.....	1
第一节 起源.....	1
第二节 发展.....	2
第三节 展望.....	7
第二章 毫针补泻.....	8
第一节 刺法概述.....	8
第二节 基本手法.....	12
第三节 专门手法.....	23
第四节 近代手法.....	35
第三章 灸法总要.....	44
第一节 灸法概述.....	44
第二节 灸法种类.....	45
第三节 灸法须知.....	51
第四节 灸治验方.....	54
第五节 灸治穴位.....	63
第四章 输穴性赋.....	81
第一节 节要穴性赋.....	81
第二节 穴性赋浅释.....	94
第三节 四总穴歌.....	153
第四节 马丹阳十二穴.....	167
第五章 针灸配方.....	180
第一节 针灸不谢方.....	180
第二节 针灸常用方.....	197

第三节	原络配穴·····	203
第四节	俞募配穴·····	213
第五节	八脉交会穴·····	214
第六节	古歌配方汇集·····	220
第六章	辨证治疗·····	264
第一节	脏腑经络辨证概说·····	264
第二节	中风·····	286
第三节	脾胃病·····	299
第四节	痹症·····	324
第五节	急性腰痛·····	327
第七章	论文选集·····	332
	《伤寒论》针灸学术思想探讨·····	332
	针刺治疗的五个重要步骤·····	341
	攒竹穴为主治疗急性腰背痛·····	346
	简要针药救急十法·····	349
	《标幽赋》浅释·····	352
附录	常用穴位简介表·····	373

第一章 针 灸 简 史

针灸是中国医学的宝贵遗产之一。它是历代劳动人民在生产过程中，通过长期与疾病作斗争的实践而成长发展起来的。几千年来，它在我国医疗保健事业上起了很大作用，在临床治疗上，由于它具有操作简便、疗效好、治疗范围广泛等优点，深受广大劳动人民欢迎。

第一节 起 源

针灸究竟起源于何时，应当从社会发展过程、文化记载及出土文物等方面进行考证。

根据社会发展的规律，人类在“石器时代”，曾将石器与火应用到医疗上来。如劳动时身体某一部分被石块撞破，其痛苦得以缓解甚至消失，这可能是刺法的萌芽。在人类懂得吃熟食以后，无意中被火烧了皮肤，又使某些痛苦得到解除，从而认识到火可以治病，这可能是灸法的伊始。

文献记载，如《山海经》说：“高氏之山，其上多玉，其下多箴石”。《素问·异法方宜论》云：“其治宜砭石……，其治宜灸焫”。《灵枢·背输》篇亦云：“以火补者，毋吹其火，须自灭也。以火泻者，疾吹其火，传其艾，须其火灭也。”这些都是古代医籍对砭和灸的原始记录。

此外，在《孟子·离娄》篇中有“犹七年之病，求三年之艾”的记述，《庄子·盗跖》篇有“丘所谓无病而自灸也”的载录。由此可见，远在公元四～五百年以前，不但已有了关于用艾灸治病的方法，同时对选择用艾的方面，也积累了

一定的经验。

从殷墟出土的文物及北京周口店掘出的“石英针”、东北沙锅屯出土的石器等，都说明针灸可能起源于“旧石器时代”，进入“新石器时代”以后，又有了发展。

第二节 发 展

一、夏、商、周、春秋、战国时代

(公元前2,196年至公元前222年)

针具的进步：公元前二千多年，因冶金术已经进步，夏代初期已有禹铸“九鼎”，至商代的“青铜器”，尤为精致。“九针”也可能在这个时期产生的。《灵枢·九针十二原》篇云：“余欲勿使被毒药，无用砭石，欲以微针通其经脉，调其血气，营其逆顺出入之会”。这说明针具随着社会发展，由“石质”进步为“金属”了。

运用针灸的先例：《左传》记载：“鲁成公十年（公元前581年），晋侯有疾，医缓云：疾之不可为也，在膏之下，攻之不可，达之不及”。其中的“攻”和“达”二法，即“攻”为灸，“达”为针。可见那时医缓对针灸的运用就十分重视了。《史记》扁鹊仓公列传记载：扁鹊治疗虢太子的“尸厥”，令弟子子阳砺针砭石“五会”而得苏。这就是史记上记载的用针灸起死回生的生动事例。

针灸经典著作：针灸文献最初可能有刺法和针经九卷等，但早已散佚；现在看到的《内经》著作年代多认为是公元前的作品。另外，《难经》传为秦越人所著，大部分根据《内经》原文而进行解释，其中二十二难至二十九难主要讨论经络流注始终、长短、度数、奇经之行、五腧并荣穴道，六

十九难至八十一难叙述补泻浅深迎随刺法，这些在研究针灸上都有重要参考价值。

二、秦、汉、魏时代（公元前221年至公元264年）

嬴秦氏并吞六国，统一政权，统一文字，虽曾一度焚书，但对医药文献例外。因此在秦、汉、魏时期，出现了很多针灸医家，当时无论内科、外科等医家，都能掌握针灸，说明在这个时期，针灸的发展已进入隆盛阶段。其中有不少针灸名家及事例：

《史记》扁鹊仓公列传所载：汉高后八年（公元180年），名医仓公，姓淳于名意，善用针灸、药物治疗，在他创制的医案记录二十五条中，多处谈到针灸治病，并提到“经络”名称和“人中”穴名。

汉末（公元142年至210年）的张仲景著《伤寒杂病论》包括金匱，其中亦有针灸记载：如太阳病服桂枝……先刺风池、风府……。热入血室，当刺期门等，并有“温针”、“烧针”（火针）、灸等操作方法。

华佗（约在公元141年至203年）除擅长外科，并善用针灸治病，如曹操患头风病，为刺脑空穴立愈等。

其它如涪翁，著有《针经诊脉法》等已失传，其弟子程高与郭玉，还有魏代崔彧、李潭，皆为当时的针灸名家。

三、晋、唐时代（公元265年至906年）

自晋代，文化中心由黄河流域转到长江流域后，医学也逐渐发展，针灸也不例外，这个时期，不但名医的著作丰富，而且医事制度也受到重视，同时针灸也开始流传到国

外。

晋·皇甫谧，集古代《针经》、《素问》、《明堂孔穴》、《针灸治要》，并参考《难经》，做了大量整理工作，删繁正错，事类相从，著成《针灸甲乙经》十二卷（公元256年），总结了古代针灸治疗的学术成就，可称为《灵枢经》后第一部实用价值很高的针灸专门著作，为针灸专科奠定了基础，起了承先启后的作用。

南齐·徐文伯整理了子午流注学说，著有“子午流注逐日按时定穴歌”。

甄权（公元541年至643年）曾撰著《脉经针方明堂形图》各一卷，虽已失传，但在《千金方》中可以看出它对针灸的穴位，作过一翻整理。

唐·孙思邈（公元581年至682年），著有《千金要方》及《千金翼方》，又如王焘著《外台秘要》（公元752年），都对针灸治疗作了专门的论述。

在唐代针灸治病已发展成为专科，如新唐百官志载：设有针博士一名、针助教一人、针师十人、掌教针生以经脉孔穴。由此可以看出，当时对针灸教学已十分重视。同时还订出了相应的考试制度。

公元568年，吴人知聪，携明堂图等医书到日本，此后日本更派遣留学生来学习中国医学，从而使针灸在日本得以广泛的传播与应用。

四、宋、明时代(公元960年至1643年)

这个时期出现了铜人的铸造以及经脉流注的发挥、针灸歌赋的选述、针灸文献的整理等，推动了针灸的发展。当时的针灸名医和专著有：

宋·王执中的《资生经》(公元1165年), 吴復珪的《小儿明堂灸经》一卷(十世纪末), 闻人耆年的《备急灸法》, 庄綽的《膏月腧穴法》。

辽·直鲁古的针灸书已失传。

金·窦汉卿的《针经指南》, 其中标幽赋, 流注指要赋等, 运用歌赋体裁写成, 由博而约, 便于学习记忆。

元·忽太必烈的《金兰循经》(公元1303年) 一卷已失传。滑寿在该书的基础上, 进行整理, 撰写《十四经发挥》(公元1341年) 三卷, 并对经脉的流注进行考查, 总结十二经脉及任、督二脉合称十四经, 对后人学习经脉提供了很大的方便。王国瑞著《扁鹊神应玉龙歌经》一卷, 杜思敬还著有《针经摘英》、《针灸节要》等。

明·汪机著《针灸问对》三卷(公元1530年), 以问答体裁写成。杨继洲的《针灸大成》(公元1601年), 吸取了明以前针灸治疗精华, 直到今天仍为学习针灸的主要参考书籍。陈会的《神应经》, 徐用的《针灸大全》, 李时珍的奇经八脉考等, 都是当时重要的针灸著作。

宋·王惟一, 撰《铜人腧穴图经》(公元1026年) 三卷, 在公元1027年铸成两俱铜人模型, 给后世在形像化针灸教学方面提供了有利条件。其中一具在十二~十三世纪, 已经遗失。另一具据传流落在日本。

明·高武, 著《针灸聚英发挥》, 公元1537年, 他还铸了三个铜人, 分男、女、小儿各一, 作为定穴之用。

五、清至中华民国时代(公元1644年至1948年)

针灸在明代以前, 一直是向前发展的, 然而到了清朝以

后则日趋衰落。书籍方面，除《图书集成·医部全录》、《医宗金鉴》有部分针灸外，其它尚有李守先的《针灸易学》、李学川的《针灸逢源》等。其衰落的原因，其一为鸦片战争以后，由于帝国主义的文化侵略，针灸和其它中医各科一样，遭到歧视与摧残；其二由于当时士大夫之流的封建思想影响，以为针灸时袒胸露裸，有失封建礼教而鄙视它；其三是儒医之流，重汤药而轻针灸，以致针灸趋向沉沦。

中华民国政府于1929年3月17日颁布废除中医的政令，虽因当时全国中医反对未能执行，但对中医针灸的发展，也产生不利的影响。

六、中华人民共和国成立以后针灸的复兴

自中国共产党成立以来，就很重视祖国医学文化遗产的发展，在抗日战争与解放战争中，就曾应用中药、针灸治病。1944年毛泽东主席在延安召开陕甘宁边区文教大会上制订了中西医团结的方针，以后有许多西医向老中医学习，并在解放军部队、地方卫生机构中广泛地采用针灸治病。

新中国成立以后，党中央一再督促和检查团结中西医政策执行情况，又于1951年9月成立针灸实验所，研究、推广针灸，培训针灸干部。1955年7月卫生部举办高等医学院校针灸师资训练班，并确定了针灸为高等医学院校的必修课程。于同年冬卫生部又建立了中医研究班，吸收主治医师以上的西医学习，其中就有针灸课程。1956年北京、上海、成都、广州成立了四所中医学院，都设有针灸课。各地中医院校都为发展中医、培训针灸医师发挥了重要作用。近年来上海中医学院、北京中医学院相继成立了针灸系，为针灸事业培养高级人材。随着国内针灸的发展和国际交往的增多，又成立了北京针

灸学院。目前在我国各地举办的国际针灸班已为102个国家和地区培训了七百多名针灸大夫，他们已用针灸方法积极地为当地人民治疗疾病，而且收到了较好的效果。

第三节 展 望

针灸医学不但在国内得到发展，由于针麻问世，使针灸誉满全球。1979年又在北京召开了全国针灸针麻学术讨论会，特邀请了许多外国专家及朋友参加讨论会，大会交流的论文引起国际上的注意，因此国际朋友纷纷要求来我国学习针灸，世界卫生组织在中国设立了培训中心，学员来自世界各地。此外我国医疗队派往第三世界国家，应用针灸治病，也发挥了较大的作用，並组成专门的针灸医疗队。近几年应许多国家的要求，我们派出了针灸讲学人员，到世界许多国家进行讲学。总而言之，针灸正在走向世界，针灸医学将为全中国、全世界人民的健康服务。

第二章 毫 针 补 泻

第一节 刺 法 概 述

一、刺法定义

由于不同原因导致人体的生理机能发生异常变化，而反映出病理征象造成疾病时，根据不同情况，选用不同形式不同质料的针，从选定的体表腧穴刺入皮内、肌肉以及筋骨间的经络通行之处，施以适合病情的各种手法，使患者产生酸、麻、重、胀以及热、凉等感觉，或在局部刺出血、排脓等，从而发挥或补或泻的作用，促使气血调和，经络通畅，达到祛邪扶正恢复健康的目的，这种治疗方法就叫做刺法。

二、刺法工具

根据社会发展规律，人们在与大自然作斗争的进程中，曾经采用石器作为生产工具，并且利用到医疗活动中，这是完全可以理解的，《山海经》说：“高氏之山，其上多玉，其下多砭石”。晋·郭璞注：“可以为砥针，刺痈肿者”。又《素问·异法方宜论》篇云：“东方之域……其病皆痈疡，其治宜砭石；南方者……其病挛痹，其治宜微针”。从这两段记载就可以知道砭石为刺法的原始工具。砭石、砥针皆属石制，已无疑问。在《内经》成书年代，已有微针，《灵枢·九针十二原》篇云：“余子万民，养百姓，而收其租税，余哀其不给，而属有疾病，余欲勿使被毒药，无用砭石，欲

以微针，通其经脉，调其血气，营其逆顺出入之会……”。后世学者考证，认为古代还用过竹针、骨针。据《灵枢经》记载已有九针，在其以前即有采用金属质料制成的针，刺法的工具此时已有一定的形式，从而为针具发展奠定了一定的基础。以后随着社会的进步，手工业的不断发展，常见的金属如金、银、铜、铁以及它们的合金，都可作为制针的原料。目前常用的针是以不锈钢制成，它坚韧而有弹力，因此用途日益广泛。但须说明随着后世医学的发展，分科愈来愈细，《内经》时代的九针也随着其不同的用途而逐步分化。如在近代有用五根针扎在一起叩打皮肤的“梅花针”，有用电作为辅助的“电针”以及“水针”、“激光针”，并有附带的消毒工具、藏针工具等。今将古今用针的大体形式和主要用途分述如下：

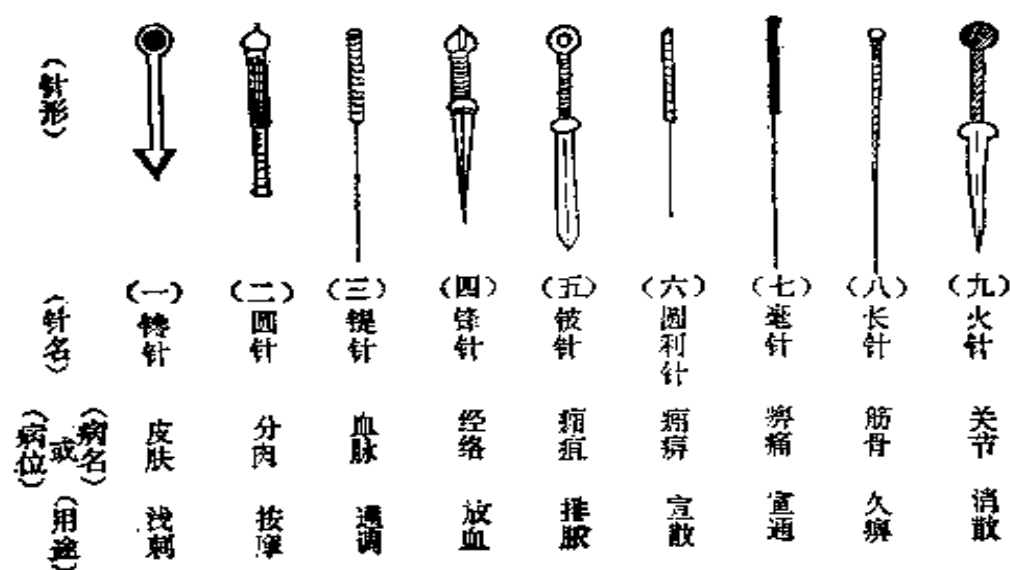
人身气血，合天地阴阳，昼夜旋转，无所宁息，少有留滞则为痹为痼。疾病有浅深之分，针形别有九类，不外取气、血、痼、痹诸法，故用以调气、和血，通关过节取深邪远痹。

古借九针，形异而各有所宜，病在皮肤无常处者，取以镵针于病所，肤白勿取；病在分肉间，取以员针于病所；病在经络痼痹者取以锋针；病在脉气少，当补之者，取之鍤针于井荣分输；病为大脓者，取以铍针；病痹气暴发者，取以员利针；病痹气痛而不去者，取以毫针；病在中者（中者、远也），取以长针；病水肿不能通关节者，取以大针。

按经言九针，乃针道之全也。今之用针乃其一隅耳，古人不欲深针者用镵针。现今针入皮后，则卧针以刺卫无伤荣也；若欲出血，或以三棱，或以磁锋；揩摩分肉用圆针，不伤皮肉，揩摩经穴，而病自去，有如砭石、导引、推拿，各

为一家；锋针发痼疾，如华佗截皮、割肉、刮骨之用；今失其传，所存其意者，惟三棱出血耳；铍针取脓，脓在肌肉之间，今多以开刀代之，若脓毒深蓄于筋骨，或淫邪流于节解，方用火针，今针家俱付之不究，以为疡医之事；圆利针其末微大，刺小士用之，亦未常用其式。现常用者，仅为三棱、毫针、圆利、长针、火针等，亦因其便也。

制针之体，金、银、铜、铁、合金（不锈钢）皆曰金；铜性味涩，行气最难，疾易留滞；铁者易锈而易折，且恐有毒，马啣者佳，亦须药煮；金、银体滑，作针多粗，细则质软，且价格昂贵。今之合金（不锈钢）镍，质韧不锈，且不易折，捻针留针，均为便利，故用之广泛。九针图如下：



图一 九针图

三、练针

欲求在临床上减轻进针刺痛和提高疗效，指力的强弱和捻运的灵活，有极为重要的关系，因为这是针灸医生的基本操作方法，所以必须不断练习，如果指力强则进针迅速刺痛

减少，甚至全无痛觉，捻转熟则病人易于得气，提插自如，这样方可提高疗效。

(一)指力练习

用细净草纸二十张，每张折作四叠，从四边用细绳扎作井字形，左手持纸，右手持一寸长毫针，向纸内作捻入练习，渐用一寸半、二寸半长针，等到不需过用力即可捻入，则指力已有。施于人体表肤，即可迅速捻进。

(二)捻针练习

作一如小皮球大小的棉球，外用纱布缝紧，内部棉花要充实，左手持球，右手三指（拇、食、中）持针柄，作回旋式练习以大拇指一退一进，目的在于使两指能随意旋转，到临床应用时，根据针刺方向，可从心所欲。

(三)提插练习

先将针插入棉球深部，右手持针柄大拇指向后一捻，针就提起少许，大拇指向前一捻，针又随之插入少许，如此反复行之，因提起多而插入少，针渐提至中部，再插至深部，名捻提法。反之先将针插入棉球浅部，大指向前一捻，就随之插入少许，大指复向后一捻，针又提起少许，如此反复行之，插下多提起少，针渐插至深部，而后再提至浅部，名捻插法。如上练习到进退自如，毫无阻滞力，指力针入即可。

四、刺法要领

刺法的目的为祛邪扶正，首先必须根据病情的虚、实、寒、热；病位的表、里、阴、阳，施以各种不同的手法，才能发挥补和泻的作用，因此补、泻就成为若干刺法的要领。如《灵枢·九针十二原》篇云：“凡用针者，虚则实之，满则泻之，宛陈则除之，邪胜则虚之”。意即虚证应用补法来

充实，实证应用泻法来放泄，有郁滞的就该除去，邪气偏胜的就应削弱。《灵枢·经脉》篇云：“盛则泻之，虚则补之，热则疾之，寒则留之，陷下则灸之，不盛不虚以经取之”。这在补泻两大要领下，进一步说明了针刺根据病情不同而或疾或徐以及过虚过实或虚实夹杂的处理原则：凡属实热证当用速刺法泻之；虚寒证当用留针法补之；虚甚而经气下陷的，当用灸法助其升举；既不纯属实证，又非单系虚证的复杂病证，唯运用脏腑之间相互生制的特点，选取一经至数经的腧穴，施行复式的刺法，或则先补后泻，或则补泻兼施。

第二节 基本手法

针灸之初，必先察其经络之虚实，切而循之，按而弹之，视其应动，乃复取之而后下之。

《图注难经》云：“当刺之时，先以左手压按所针荣俞之处，弹而弩之，爪而下之，其气之来，如动脉之状，顺针而刺之，得气推而纳之是谓补，动而伸之是谓泻，不得气，乃与男外女内，不得气，死不治。”

李梴云：“当刺之时，先将同身寸法比穴，以墨点记，后另患人饮食端坐或偃卧，必先以左手压按所针荣俞之处，阳穴从骨侧陷处，按之酸麻者为真，阴穴按之有动脉应手者为真。”

高武云：用针心无内慕，如待贵人。心为神，医者之心，病者之心，与针相随上下，先虑针损；又以左手按摩受针之穴，如握虎之状，右手捻针，如持无力之刃。

杨继洲云：凡下针之法，先用左手揣穴爪按，令血气开舒，乃可纳针；右手持针于穴上，令患者咳嗽一声，捻之一

左一右，透入于腠理。然后用其呼吸，徐徐推之，至於肌肉，以及分寸，却以左手按穴，象地而不动，右手持针，法天之运转，若得其气，左手按穴，可重五两以来，右手存意捻针而行补泻。

又云：用针之法，候气为先，须用左手闭其穴门，心无内慕，如待贵人，伏如横弩，起若发机，若气不至，或虽至如慢，然后转针取之。转针之法，令患者吸气，先左转针不至，左右一提也；更不至者，用男外女内之法。男用轻手按穴，谨守勿内，女用重手按穴，坚拒勿出。所以然者，持针居内是阴部，持针居外是阳部，浅深不同，左手按穴，是要分明，只以得气为度，如此而终不至者，不可治也。如针下气至，当察其邪正，分其虚实，经言邪气来者紧而疾，谷气来者徐而和，但濡虚者即是虚，但牢实者即是实，此其诀也。

宣行血气有十四法，《金针赋》云：“爪而切之，下针之法；摇而退之，出针之法；动而进之，催针之法；循而摄之，行气之法；搓而去病；弹而补虚；肚腹盘旋；扭为穴闭；重沉豆许曰按；轻浮豆许曰提，一十四法，针要所备。”

一、下针

（一）揣寻法（取穴法）

下手八法云：揣而寻之，凡点穴以手揣摸其处，在阳部筋骨之侧，陷者为真。在阴部郄腠之间，动脉相应。其肉厚浅，或伸或屈，或平或直，以法取之，按而正之。以大指爪切掐其穴，於中庶得，进退方有准也。《难经》云：“刺营无伤卫者，乃掐按其穴，令气散，以针而刺，是不伤其卫气。刺卫无伤营者，乃撮起其穴，以针卧而刺之，是不伤其营血”。此乃阴阳补泻之大法。

《针灸传真》云：“取穴法，昔人谓针一穴而必取五穴，治一经而先辨三经，盖恐其认穴不真，则针灸错用，经络不清，则阴阳倒施”。

初学针法，不得不多取几穴，以防错误，然熟练者，伸手便得。其法主用“爪切”和“指揣”。它具有住痛和宣散局部气血，更要紧是集中病员的精神。

口诀：

取穴先将爪切深， 须教勿外慕其心，
令彼荣卫无伤礙， 医者方堪入妙针。

（二）爪下法

下手八法云：爪而下之。针赋云：“左手重而切按，欲令气血得以宣散，是不伤於营卫；右手轻而徐入，欲不痛之因，乃下针之秘法”。

（三）指持法

杨氏十二法云：指持凡下针，以右手持针於穴上，着力旋插，直至腠理，吸气三口，提于天部，依前口气，徐徐而用。正谓持针者，手如握虎，势若擒龙，心无他慕，若待贵人之说。

口诀：

持针之士要心雄， 手如握虎莫放松，
欲识机关三部奥， 须将此理再推穷。

（四）进针法

杨氏十二法云：凡下针要病人神气定，息数匀，医者亦如之，切不可太忙。又须审穴在何部分，如在阳部，必取筋骨之间陷下为真。如在阴分，郄腠之内，动脉相应。以爪重切经络，少待方可下手。

进针法，可分所针部位而异，其一，平补平泻法，即平

捻刺入法，多适用于四肢部。先浅疾进，次缓捻进，一左一右，平补平泻。静听病者呼吸，以为轻重缓急之用，呼则手法较重而紧，吸则手法较轻而缓。随呼进针，与随咳进针同一理，不过彼急而此缓，彼猛而此搓入，猛进者多痛，搓入者无苦耳。其二，呼吸刺入法，多适用于胸腹部，随病者呼时进针，吸气时停针，此为入针时用之。若出针时当病者吸气时退针，呼气时停止退针。其三，急刺法（浅刺法），多用于末梢部，如小儿当急救用井穴时出血，疾刺入而速拔出。

口诀：

进针之法取机关， 失经失穴最不宜，

阳经取陷阴经脉， 三思已定针之愈。

（五）循通法（催气法）

下手八法云：循而通之。经云：凡泻针，必以手指於穴上下，四旁循之，使令气血宣散，方可下针。故出针时，不闭其穴，乃为真泻。此提按补泻之法，男女补泻，左右反用。

指循法，亦名催气法，在进针落穴后，欲行补泻，先求气至。先哲云，针下如鱼吞钩，即乃气至之象。气不至而遽行补泻，终归无功。然病程闭滞日久，气难自至，非用手法循按，则气不至而至亦迟，故运气催气。昔人都有循法之论，但仅言循其经络上下，但未道及如何乎如何起落，学者多误会。且又只言泻气时，必用手指于穴边四面上下循按。而未说出补针循法，于义缺然。夫循其经络上下，以为运气催气之助是也。阴阳之气道不同，补泻之内各别。泻法用循，补法亦用循，在识其顺逆迎随耳。必也于进针之后，仍以左手食、中二指夹针，右手循按所针之经，或使他人循

按。如针手三阳经而用泻法，按气道手三阳经由手走头，泻则令气由头走手而外出，故必先以手指循按所针之经，从头向手推按，渐渐按至所针穴边而停手，则气易至而经易通。若针手三阴亦然，不过手三阴经从胸走手，循按内外不同耳。补法用循，亦如泻法。如补足三阳，按气道足三阳经从头走足，补则顺其气道，仍使由头而至足，亦必先以手指循按所针之经，或使他人循按，从上而下，渐渐推至针穴边而停手，则气易足而经易实。如针足三阴亦然，不过足三阴经从足至腹，循按之上下有异耳。总之，循按手法，无非和动气血而设。泻法用此，则邪易退。补法用此，则正易足。举例说明，如针肩背疼痛症，审系风邪侵入阳明之经，应泻曲池，进针后针下气松，初不得气，于是用左手二指夹针，以右手从项上肩上着力循按，略按少时，针下气紧。泻少时而气又松，臂痛如故，又用手指循按，气又紧，乘其紧而又泻，泻少时而又松，按之又紧，如是五、六次，而真气松矣。再用手指循按，气亦不紧，而臂痛亦大减。可见风邪闭塞已久，非借手法循按气不至，非屡循屡泻邪不尽，通关过节，飞经走气之理，又在此也。岂针头补泻而已哉，补必得其实，泻必得其虚之谓。

口诀：

部分经络要指循，只为针头不沉紧，
推则行之引则止，调和气血始来临。

（六）弹弩法

下手八法云：弹而弩之，此先弹针头，待气至，却进一豆许，先浅而后深，自外推纳，补针之法，用以催气。

李梴云：弹而弩之，弹者，补也。以大指与次指爪，相交而叠，病在上，大指爪甲轻弹向上。病在下，次指爪甲

轻弹向下。使气速行，则气易至也。弩者以，大指次指捻针，连搓三下，如手颤状，谓之飞。补者入针飞之，令患者闭气一口，着力弩之。泻者提针飞之，令患者呼之，不必着力。一法二用，气自至者，不必用此弹弩。

（七）摇伸法

下手八法云：摇而伸之，乃先摇动针头，待气至，却退一豆许。为先深而后浅，自内引外，泻针之法。故曰针头补泻法。用以行气，运气。

摇针，凡退针出穴眼时，必须摆撼而出之，如青龙摆尾手法，即摇法也。故曰摇以行气，为出针之法。如扶船舵，不进不退，一左一右，慢慢拨动；又云青龙摆尾行气，龙为阳属，行针之时，提针至天部，持针摇而按之，如推船舵之缓，每穴左右，各摇五息，如龙摆尾之状，兼而按之，按则行卫也。

白虎摇头，似手摇铃，退方进圆，兼之左右摇而振之。白虎摇头行血，虎为阴属，行针之时，插针地部，持针提而动之，如摇铃之状，每穴各施五息。退方进圆，非出入也。即大指进前往后左右略转，提针而动之，似虎摇头之状。兼行提者，提则行荣也。龙补虎泻之法，青龙摆尾重在摇针，白虎摇头重在进圆退方之转针。

口诀：

摇针三部皆六摇， 依此推排在指梢，
孔穴大开无碍窒， 邪气退除病自消。

（八）搓转法

下针八法云：搓而转者，如搓线之貌，勿转太紧。转者左补右泻，以大指次指相合，大指往上进之为左，大指往下退之为右，此迎随之法。迎夺右而泻凉，随济左而补暖，乃

左右补泻之大法，可以使气。

搓针亦为运气、催气法，下针以后施用补泻的一种手法。于进针之后，审定虚实，将针或内或外，如搓线之状，勿转太紧，否则肉缠针身，难以进退，左转插之为热，右转提之为寒，各停五息，故曰搓以使气。

口诀：

搓针泻气最为奇， 气至针缠莫就移，
浑如搓线攸攸转， 急则缠针肉不离。

（九）捻法

下手八法云：捻者，治上大指向外捻，治下大指向内捻。外捻者，令气向上而治病。内捻者，令气向下而治病。如出针内捻者，令气行至病所、外捻者，令邪气至针下而出也。可以和气、调气。

口诀：

捻针指法不相同， 一般在手两般功，
内外转移行上下， 助正伏邪疾自轻。

（十）爪撮法

杨氏十二法云：爪撮，凡下针，如针下邪气滞涩不行者，随经络上下用大指爪甲切之，其气自可通行，能行气。

爪撮又为住痛法、一般在进针、行针、退针时，使病者感痛苦，造成对针治恐惧，用爪撮可以减少疼痛。进针后手法因病情虚实而异，病者疼痛，泻针甚于补针，因其邪盛，然痛虽甚，医者不能因痛而行出针，必须细加审查，如手法快而痛，则略为放缓，手法重而痛，则略为放轻，以指切其穴四旁，令邪气稍为退开，此其一；病者言痛，令其吸气一口，再为转针，此其二；先慢而轻施，使邪稍减，再快而重施，此其三；紧甚碍针不行者，於所针穴经下边，再进一

针，先行泻法，气稍退而再行原针，此其四：最后痛之太甚，遍施诸法不效，必另有他故，当审其因，或有因怒、惊、气恼、疲劳等。因怒则气上、惊则气乱。因此要区别稍等再刺。

口诀：

摄法原因气滞针， 大指爪甲切莫轻，
以指摄针待气至， 邪气流行针自轻。

（十一）留针法

杨氏十二法云：如出针至天部之际，须在皮肤之间留一豆许，少时方可出。

留针为候气而设，当补泻时气不至时则留针，进针时，无令气忤，静以久留，气驱至针紧不行、须爪摄以通之；气至缓迟，针下松弛，须指循以催之；痛剧时留针以镇之，痿挛时留针以疏之，气闭时留针以开之；出针时阶段逗留以和之。

口诀：

留针取气候沉浮， 出入徐徐必逗留，
能令营卫纵横散， 巧妙玄机在指头。

（十二）退针法

杨氏十二法云：凡退针，必在六阴之数，分明三部之用，要诚心着意，勿濶乱差讹，以泻为补，以补为泻，欲退之际，一部一部，以针缓缓而退，用以清气、抽气。

（十三）扞闭法

下手八法云：扞而闭之。凡补必扞而出之，故补欲出针时，就扞闭其穴，不令气出，使血气不泄，乃为真补，用以养气。

左手多用扞闭，有住痛移痛、固定穴位、避开血管等作

用，一般使用左手，常分五种姿势：

其一、指切法：左手拇指端切压于穴眼之近侧，针由爪甲端缘刺入，此法多适用于短针。

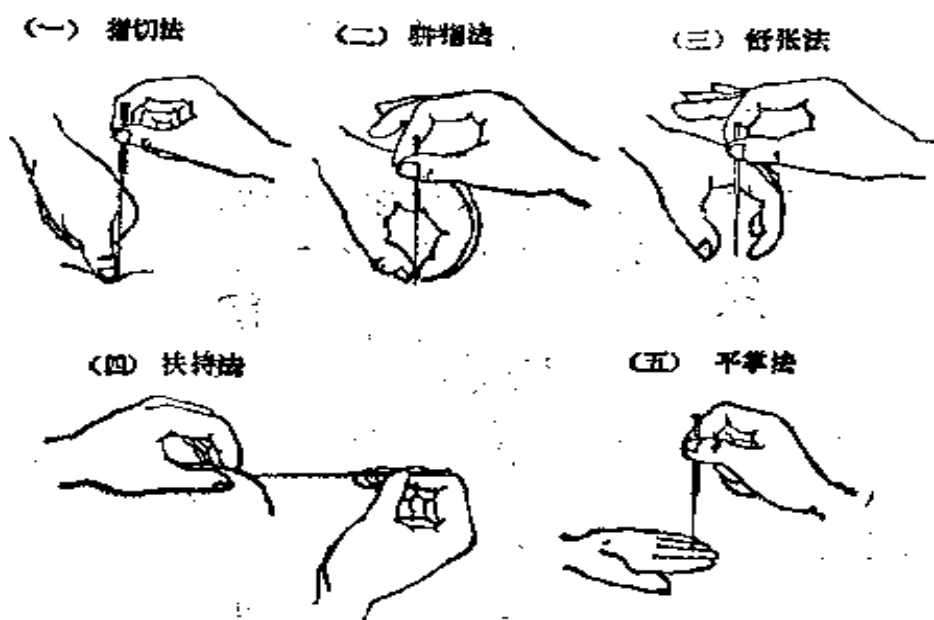
其二、骈指法：左手拇、食二指末端压于穴眼之缘，针由食拇指夹消毒棉球持针体，协助针刺入，此法多适用于长针。

其三、舒张法：左手拇食二指，向穴位两侧撑开，使皮肤紧张，针易刺入，此法多适于皮肤松弛之腹部。

其四、扶持法：左手拇食二指捏紧所刺该穴之部，针从该穴斜刺而入，此法多用于面部。

其五、平掌法：左手五指平压于穴眼经脉之上，针由食中二指尖部正当穴眼之上，由指缝刺入，此法多用于腰部。

李梴云：扞者，摩也，如痛未除，使痛散也。复以飞针引之，除其痛也。又起针之时，以手按其穴，亦曰扞。



图二 五种进针法示意图

(十四) 拔法

杨氏十二法云：指拔，凡持针欲出之时，待针下气缓，

不沉紧，便觉轻滑，用指捻针如拔虎尾之状。

补泻手法已尽，针下气和缓，不沉不紧，出针不可太急，否则易出血，施用补法后须用左手急按穴眼，施用泻法后不用按住穴眼，且摇大针孔而出针。

以下将杨继洲导气之法，概分七项於后：其一，扞而循之，於所刺经络部分，上下循之，令气血舒缓，易往易来。其二，切而散之，用大指爪甲于穴上，左右切之，腠理开舒，然后下针。其三，推而按之，用右手捻针按住，近气不失，远气不来。其四，弹而弩之，用爪甲弹针，令脉气膜满，而得疾行至病所。其五，爪而下之，用左手指爪连甲，按定针穴，乃使气散而刺荣，使血散而刺卫，则置针各有准。其六，通而取之，是持针进退，或转或停，以使血气往来，远近相通，而后病可取。其七，外引其门，以闭其神，是先用左手指收合针孔乃放针，则经气不泄，故曰知为针者信其左。

二、行针

病有虚实，针殊补泻，行针者乃为补虚泻实而设。进针后用手法行针，以针通行经脉之气，气闭而行之使开，气聚而行之使散，气不至而使其来，气有余而使之平，为行泻针之意；气寒而使热，气虚而使之实，气迟缓而行之使急速，气不足而行之使增加，此行补针之意。

行者，往来不息，不住循按，即不住搓转之谓。未有手不动而针自行之理，亦未有针不转而气自行之法。故行针者，於进针后，更觉手忙，眼与针一，心与针合，左手不离穴，右手不离针，又要循按，又要搓转，又要提插捣臼，又要手颤飞动，又要闻声，以辨病人呼吸，又要辨脉，以验邪退。

三、候气

《灵枢·九针十二原》篇云：“刺之而气不至，无问其数，刺之而气至，乃去之，勿复针”。《难经·七十八难》云：“不得气乃与男外女内，不得气，是谓十死不治也”。《标幽赋》并具体说明了沉、濡、紧而已至。又说：“气之至也如鱼吞钩饵之浮沉，气未至也如闲处幽堂之深遽”。这也说明行针候气与针下得气与否的感应，如不得气多病重，预后不良。因此在进针后第一步要候气，候气的意义，就是说如觉针下虚滑，必须持针留捻，或停片刻再捻；如觉针下沉紧，是为得气之候，然后因病因脉而施以补泻的手法。病人在这种情况下，必定感到针下酸胀，甚而由局部向外扩散，所以《灵枢》云：“刺之要，气至而生效，效之信，若风之吹云，明乎若见苍天”。《标幽赋》引申其意，“气速至而效速，气迟至而不治”。总的来说针刺的关键，就在得气与否，一般临床针灸家均有这种体会。

四、出针

《金针赋》云：“病势既退，针气微松。病未退者，针气始根。推之不动，转之不移，此为邪气吸拔其针，乃至真气至，不可出之，出之者，其病即复。再须补泻，停以待之，直候微松，方可出针豆许，摇而停之；补者，吸之去疾，其穴急扪；泻者，呼之去徐，其穴不闭，欲令腠密，然后吸气。故曰下针贵迟，太急伤血，出针贵缓，太急伤气。

针晕：神气虚也，不可起针，急以别针补之，用袖掩病人口鼻回气，纳与热汤饮之即苏，良久再针，晕针较重时，急取人中以醒脑，再取内关清心，或针足三里穴以求苏醒。

针痛：只是手刺粗莽，宜以左手挟住针腰，右手从容补泻。如又痛者，不可起针，令病人吸气一口，随吸将针捻活，伸提一豆即不痛。如伸提又痛，再伸提仍痛，须要入针便住痛。

针断：在原穴边，复下一针，使原针处松弛，或以磁石引出，或用药涂，或手术取出。

以上十四法为针家施用补泻大法的基础，熟练掌握这些方法后，其它如迎随、三部、调气等补泻手法，尽在其中，故称之为补泻的基本手法。

第三节 专 门 手 法

一、迎随法

凡用针者，随而济之，迎而夺之。《难经》云：所谓迎随者，知荣卫之流行，经脉之往来，随其逆顺而取之，故曰迎随。杨继洲云：迎随乃针下予夺之机，第一要知荣卫之流行，所谓诸阳之经，行于脉外，诸阳之络行于脉内。诸阴之经，行于脉内，诸阴之络，行于脉外，各有浅深。立针以一分为荣，二分为卫，交互停针，以候其气，见气方至，速便退针引之，即是迎；见气已过，然后进针追之，即是随。故刺法云：动退空歇，迎夺右而泻凉，随济左而补煖。第二要知经脉往来，所谓足之三阳，从头走足，足之三阴，从足走腹，手之三阴，从胸走手，手之三阳，从手走头。得气，以针头逆其经脉之所来，动而伸之，即是迎。以针头顺其经脉之所往，推而纳之，即是随。故经言，实者绝而止之，虚者引而起之。杨继洲又云：能知迎随之气，可令调之，迎随之法，因其中外上下病道遥远而设，是故当知荣卫内外之出入，

经脉上下之往来，乃可行之。夫荣卫者，阴阳也，经言阳受气於四末，阴受气於五脏，故泻者先深而后浅，从内引持而出之。补者先浅而后深，从外推内而入之。乃是因其阴阳内外而进退针耳。

迎随法常与呼吸、疾徐有关，呼吸乃病人之呼吸，疾徐乃医者之动作。杨继洲云：呼吸之理，乃调和阴阳法，故经言呼者因阳出，吸者随阴入，虽此呼吸分阴阳，实由一气而为体，其气内历於五脏，外随於三焦，周布一身，循环经络，流注孔穴，顺其形气之方圆，然后为用之不同耳。是故五脏之出入，以应四时，三焦之升降，而为荣卫经脉之循环，以合天度。然则呼吸出入，乃造化之枢纽，人身之关键，针家所必用也。诸阳浅在经络，诸阴深在脏腑，补泻皆取呼吸出纳其针，盖呼则出其气，吸则入其气，欲补之时，气出针入，气入针出。欲泻之时，气入针入，气出针出。

疾徐之理，乃持针出入法，经言刺虚实者，徐而疾则实，疾而徐则虚。所谓徐而疾者，一个作徐内针而疾出针，一个作徐出针而疾按之。所谓疾而徐者，一个作疾内针而徐出针，一个作疾出针而徐按之。盖疾徐二字，一解为缓急之意，一解为久速之义，若夫不虚不实，出针之法，则亦不疾不徐，配合其中可也。

二、三部法

《金针赋》云：下针之先，须爪按重而切之，次令咳嗽一声，随咳下针，三部针法，即三才法。

补者呼气，初针刺至皮内，乃曰天才；少停进针，刺入肉内，是曰人才；又停进针，刺至筋骨之间，名曰地才，此为极处，就当补之，再停良久，却须退针至人之分，待气沉

紧，倒针朝病，进退往来，飞经走气，尽在其中矣。

泻者吸气，初针至天；少停进针，直至于地，得气泄之；再停良久，即须退针，复至於人，待气沉紧，倒针朝病，法同前矣。

李梴云：切而散之，爪而下之。切者，以手爪掐按其所针之穴上下四傍，令气血散；爪者，先以左手大指爪重掐穴上，亦令气血宣散耳，然后用右手持针，食指顶住针尾，以中指大指紧执针腰，无名指略扶针头；却令患者咳嗽一声，随咳下针，刺入皮内，撒手停针十息，号曰天才；少时再进针至筋骨之间，停针十息，号曰地才；此为极处，再停良久，却令患者吸气一口，随吸退至人部，审其气至未，如针下沉重紧满者，为气已至，若人觉痛则为实，觉酸则为虚，如针下轻浮活者，气独未至，使用弹弩循扞引之，引之气犹不至，针下如插豆腐，松缓者死。

杨继洲云：补针之法，左手重切十字缝纹，右手持针於穴上，次令病人咳嗽一声，随咳进针；长呼气一口，刺入皮三分，针手经络时，效春夏停二十四息。针足经络时，效秋冬停三十六息，催气针沉，行九阳之数，捻九振九，号曰天才；少停呼吸二口，徐徐刺入肉三分，如前息数足，又觉针沉紧，以生数行之，号曰人才；少停呼气三口，徐徐又插至筋骨之间三分，又如前息数足，复觉针下沉涩，再以生数行之，号曰地才，再进推一豆许，谓之按，为截、为随也，此为极处，静以久留，却须退针至人部，又待气沉紧时，转针头向病所，自觉针下热，虚羸痒麻，病势各散，针下微沉后，转针头向上，插进针一豆许，动而停之，吸之乃去，徐入徐出，其穴急扞之。关于泻针之法，左手切按十字缝纹三次，右手持针於穴上，次令病人咳嗽一声，随咳进



针，插针三分，刺入天部；少停直入地部，提退一豆，得气沉紧，搓捻不动，如前息数尽，行六阴之数，捻六撮六，吸气三口，回针提出至人部，号曰地才；又待气至针沉，如前息数足，以成数行之，吸气二口，回针提出至天部，号曰人才；又待气至针沉，如前息数足，以成数行之，吸气回针，提出至皮间，号曰天才；退针一豆，谓之提，为担、为迎也，此为极处，静以久留，仍推进人部，待针沉气至，转针头向病所，自觉针下寒，冷热痹痛，病热各退，针下微松，提针一豆许，摇而停之，呼之乃去，疾入徐出，其穴不闭也。

《金针赋》云：其或晕针者，神气虚也，以针补之，口鼻气回，热汤与之，略停少倾，依法再施；有投针气晕者，补足三里或补人中，大致晕针，均属心中恐惧，或体位不适，以卧位针之尤佳。

杨继洲云：凡除寒热病，宜于天部行气，经络病，宜于人部行气，麻痹疼痛，宜于地部行气。杨氏又云：岐伯曰下针贵迟，太急伤血，出针贵缓，太急伤气，正谓针之不伤於荣卫也，是则进退往来，飞经走气，尽於斯也。

前人云：补泻九六次数，补数用九，泻数用六，此定法也，诸家皆用，故补有初九数，少阳数，老阳数；泻有初六数，少阴数，老阴数，曰老阳，曰老阴，以为补泻之法尽，不宜再施，其实泥矣。补泻之数，不在久暂多寡，而在病情轻重，邪重而深者，老阴数施尽，而邪不退，邪轻而浅者，不得老阴数施尽，而邪已退。气虚而甚者，老阳数施尽，而气未足，气虚未甚者，不待老阳数施毕，而气已足，补泻手数，以病之浅深轻重为断，非可预为切定，病邪泻尽未泻尽，正气补足未补足，又以脉象和针下为断，如数脉属火，泻后而数脉变缓，乃火退也，火退则出针，脉微为虚，补后

2

而微脉变大，乃正足也，正足则出针。一面补泻，一面验脉，补泻数手而病愈者不为少，补泻数十手而病仍在者，不妨再施未为多，至针下气来松紧，尤为补泻久暂多少之的，针下气犹紧，虽九六数毕，还须再施，针下气已松，虽略施数手，亦应出针。

三、调气法

古人云：凡用针之类，在於调气，气积於胃，以通荣卫，各行其道，宗气留於海，其下者，经於气冲，其直者，走於息道，故厥在於足，宗气不下，脉中之血，流而不止，弗之大调，弗能取之，知其气所在，先得其道，稀而疏之，稍深以留，故能徐入之。大热在上，推而下之，上者，引而去之，视先痛者，常先取之，大寒在外，留而补之，入於中者，从合泻之，上气不足，推而扬之，下气不足，积而从之，寒入于中，推而行之。六经调者，谓之不病，虽病，谓之自已。一经上实下虚而不通者，此必有横络盛於大经，令之不通，视而泻之，此所谓解结也。上寒下热，先刺其项太阳久留之，已刺即熨项与肩脾，令热下合乃止，此所谓推而上之者也。上热下寒，视其脉虚而陷下於经者，取之气下乃止，此所谓引而下之者也。大热遍身，狂而妄见妄闻妄语，视足阳明及大络取之，虚则补之，血而实者泻之；因其偃卧，居其前头，以两手四指挟按动脉久持之，捲而切推，下至缺盆中而复止如前，热去乃止，此所谓推而散之者也。散气可收，聚气可布，深居静处，占神往来，闭户塞牖，魂魄不散，专意一神，精气之分，毋闻人声，以收其精，必一其神，令志在针，浅而留之，微以浮之，以移其神，气至乃休，男外女内，坚守勿出，是谓得气。《难经》云：调气之方，必在

阴阳，知其内外表里，随其阴阳而调之，故曰调气之方，必在阴阳。

《金针赋》云：下针至地之后，复人之分，欲气上行，将针右转，欲气下行，将针左转，欲补先呼后吸，欲泻先吸后呼，气不至者，以手循摄，以爪切搯，以针摇动，进捻搓弹，直待气至；以龙虎升腾法，按之在前，使气在后，按之在后，使气在前，运气走至疼痛之所；以纳气之法，扶针直插，复向下纳，使气不回，若关节阻涩，气不过者，以龙虎龟凤，通经接气大段之法，驱而运之，仍以循摄爪切，无不应矣。

杨继洲云：平补平泻，谓其阴阳之不平，阳之下曰补，阴之下曰泻，但得内外之气调则已。有大补大泻，惟其阴阳俱有盛衰，纳针於天地之部内，俱补俱泻，必使经气内外相通，上下相接，盛气乃衰，此名调阴换阳，一名接气通经，从本引末，审按其道而与之，徐往徐来以去之，其实一义也。

四、治病八法

《金针赋》云：考夫治病，其法有八。

（一）烧山火

治顽麻冷痹，先浅后深，凡九阳而三进三退，慢提紧按，热至，紧闭插针，除寒之有准。

李梴云：烧山火，一名进气法，治久患瘫痪，顽麻冷痹，遍身走痛，癩风寒疟，一切冷症，先浅入针而后渐深入针，俱补老阳数，气行针下紧满，其身觉热，带补慢提急按，老阳数，或三九二十七数，即用通法，板倒针头，令患者吸气五口，使气上行，阳回阴退。

杨继洲云：烧山火，能除寒，三进一退热涌涌，鼻吸气一口，呵五口，烧山之火能除寒，一退三飞病自安，始入五分终一寸，三番出入慢提看。凡用针时，须捻运入五分之一中，行九阳之数，其一寸者，即先浅后深者也，若得气便行运针之道，运者，男左女右，渐渐运入一寸之内，三入三出，慢提紧按，若觉针头沉紧，其针插入之时，热气复生，冷气自除，未效依前再施。

前人认为烧山火，先浅入针，得气后，采取三进一退的捻旋手法，慢提紧按为补，即刺入针后，约为该经穴所规定的深度三分之一，找到感觉后，往复捻转几次，以加大感觉，再向下刺入约三分之一，往复捻转，最后将针刺入经穴规定的全部深度，慢提紧按，上下提插几次，稍停，向一方加大捻转固定，即可出热。

近代针家应用烧山火法，这种补法，是以徐疾、提插两种补法结合而成的方法，是由浅入深，分天、人、地三部进针，先插入天部，施以重插，轻提手法九次，使浅层的阳气充实，再进入第二层人部，施以重插，轻提手法九次，使中层的阳气充足，再进地部，如此三次，阳气补足后，局部能有温热感觉。适应于一切虚寒症，例如阳虚肢冷、食欲不振及四肢怕风发冷等证候。

（二）透天凉

《金针赋》云：治肌热骨蒸，先深后浅，用六阴数而三出三入，紧提慢按，徐徐举针，退热之可也。皆细细搓之，去病准绳。

李梴云：透天凉治风痰壅盛、中风、喉风、癫狂、疟疾单热及一切热证。先深入针而后渐浅退针，俱泻少阴数，得气觉凉，带泻急提慢按，初六数，或三六一十八数，再泻再

提，即用通法，徐徐提之，病除乃止。

杨继洲云：透天凉，能除热，三退一进冷冰冰 口吸气一口，鼻出五口。凡用针时，进一寸内，行六阴数，其五分者，即先深后浅也，若得气，便退而伸之，退至五分之中，三出三入，紧提慢按，觉针头沉紧，徐徐举之，则凉气自生，热病自除，如不效，依前法再施。

前人认为透天凉，先深入针，得气后，采取三退一进的旋捻手法，急提慢按为泻，即将针刺入经穴规定的全部深度，找到感觉后，往复捻转几次，加大感觉，上下提插几次，向上提出，并向一方捻转，慢慢提出。凡用这烧、透两法以前，需要注意的是，在未针之前，用一拇指或食指，押在需要针刺的经穴周围，用力按压，使患者感到有一定程度的酸胀反应，押手不要离开，再用针刺入，然后分别操作烧、透的手法。

近代针家常用这种泻法，是以徐疾，提插两法中的泻法结合而成的，操作时，先深后浅，分天、人、地三部进出，首先直接插入深层地部，用轻按重提手法六次，引阴邪外出，然后针退到人部，施以轻按重提手法六次，并引阴邪外出，最后将针退到浅层天部，仍照前法再施，由此三次，使病邪外出，就能产生凉的感觉；适用于骨蒸劳热，阳气有余所引起的风痰壅盛、中风、喉风、癫狂等证。

（三）阳中隐阴

《金针赋》云：先寒后热，浅而深，以九六之法，则先补后泻也。

李梴云：阳中隐阴，治疟疾先寒后热，一切上盛下虚等证，先浅入针，行四九三十六数，气行觉热，深入行三六一十八数。

杨继洲云：阳中隐阴，能治先寒后热，浅而深，阳中隐阴，先寒后热，入五分行九数，一寸六阴行，凡用针之时，先运入五分，乃行九阳之数，如觉微热，便运一寸之内，却行六阴之数，以得气，此乃阳中隐阴，可治先寒后热之证，先补后泻也。

前人认为，阳中隐阴，先浅入针，进行提插旋捻手法，行四九三十六数，气行觉热后，再行深入，並再行提插旋捻手法，三六一十八数，气行觉凉，乃先补后泻法。

（四）阴中引阳

《金针赋》云：先热后寒，深而浅，以六九之方，则先泻后补也，补者，直须热至，泻者，务待寒侵，犹如搓线，慢慢转针，法浅则用浅，法深则用深，二者不可兼而素之也。

李梴云：阴中隐阳、治疟疾先热后寒，一切半虚半实证，先深入针，行六阴数，气行觉凉，渐退针行九阳数，此龙虎交战法，俾阳中有阴，阴中有阳，盖邪气常随正气而行，不交战则邪不退而正不胜，其病复起。

杨继洲云：阴中隐阳，能治先热后寒，深而浅，凡用针之时，先运一寸，乃行六阴之数，如觉微凉，即退至五分之一中，却行九阳之数，以得气，此乃阴中隐阳，可治先热后寒之证，先泻后补法。

前人认为，阴中隐阳，先深入针，进行提插，旋捻手法，行六阴数，气行觉凉后，将针提起，再行提插旋捻手法，行九阳数，乃先泻后补法。阳中隐阴、阴中隐阳二法，亦名龙虎交战手法，但阳中隐阴用龙先虎后，阴中隐阳为虎先龙后，不可混乱为要。

（五）子午捣臼

《金针赋》云：水鼓膈气，落穴之后，调气均匀，针行

上下，九入六出，左右转之，千遭自平。

李挺云：子午捣臼法，治水鼓、膈气、胀满，落穴之后，补泻调气均匀，针行上下，九入六出，左右转之，千遭自平。

杨继洲云：子午捣臼法，水鼓膈气，子午捣臼，上下行针，九入六出，左右不停，且如下针之时，调气均匀，以针行上下，九入六出，左右转之不已，必按阴阳之道，其证自愈。

前人认为，子午捣臼，入针得气后，进行左右前后较重之旋转提插、为泻。

（六）进气法

《金针赋》云：进气之诀，腰背膝肘痛，浑身走注疼，刺九分，行九补，卧针五七吸，待气上行，亦可龙虎交战，左捻九而右捻六，是亦住痛之针。按烧山火亦名进气法。

前人认为，进气法，针入天部，行九阳之数，气至速卧倒针头，先令病人吸气五口，使气上行，阳回阴退。

（七）留气法

《金针赋》云：留气之交，痲癖癥瘕，刺七分，用纯阳，然后乃直插针，气来深刻，提针再停。

李挺云：治痲癖癥瘕气块，先针入七分，行老阳数，气行更深入一寸，微伸提之，却退至原处，不得气，依前法再施，名曰留气法。

杨继洲云：留气法，能破气，伸九提六，留气运针先七分，纯阳得气十分深，伸时用九提时六，癥瘕消溶气块匀。凡用针之时，先运入七分之一中，行纯阳之数，若得气，便深刻一寸之中，微伸提之，却退至原处，若未得气，依前法再行，可治癥瘕气块之疾。

附：运气、提气、中气法

杨继洲云：运气法能泻，先直后卧，运气用纯阴，气来便倒针，令人吸五口，疼痛病除根。凡用针之时，先行纯阴之数，若觉针下气沸，便倒其针，令患者吸气五口，使针力至病所，此乃运气之法，可治疼痛之症。

杨继洲云：提气法，提气从阴微捻提，冷麻之症一时除。凡用针之时，先从阴数，以觉气至，微捻轻提其针，使针下经络气至聚，可治冷痹之症。

杨继洲云：中气法，能除积，先直后卧泻之，凡用针之时，先行运气之法，或阳或阴，便倒其针，向外至疼痛，立起其针，不与内气回也。

（八）抽添法

《金针赋》云：抽添之诀，取其要穴，使九阳得气，提按搜寻，大要运气遍周，扶针直插，复向下纳，回阳倒阴，指下玄微，胸中活法，一有未应，反复再施。

五、飞经走气法

《金针赋》云：若夫过关过节，运气催气，以飞经走气，其法有四。

（一）青龙摆尾

如扶船舵，不进不退，一左一右，慢慢拨动。

李梴云：青龙摆尾，以两指扳倒针头朝病，如扶船舵，执之不转，一左一右，慢慢拨动九数，或三九二十七数，其气遍体交流。

针法云：进针得气后，以拇、食二指，扳倒针尾（角度视进针之浅深而定），不加旋捻，如扶船舵，一左一右，慢慢拨动，为补，能行气，使气流通遍体。

（二）白虎摇头

似手摇铃，退方进圆，兼之左右，摇而振之。

李梴云：白虎摇头，以两指扶起针尾，从肉内针头轻转，如下水船中之橹，振摇六数，或三六一十八数，如欲前行，按之在后，欲气后行，按之在前，二法轻病亦可行之，摆动血气，盖龙为气，虎为血，阳日先行龙而后虎，阴日先行虎而后龙。

前人认为，进针得气后，以拇食二指持针，不加旋捻，似手摇铃，一左一右，慢慢拨动（随其肉内针头自然旋转）为泻，能活血通瘀，使血液流通。

（三）苍龟探穴

如入土之象，一退三进，钻剔四方。

李梴云：苍龟探穴，以两指扳倒针头，一退三进，向上钻剔一下，向下钻剔一下，向左钻剔一下，向右钻剔一下，先上而下，自左而右，如入土之象。

（四）赤凤逢源

展翅之仪，入针至地，提针至天，候针自摇，复进其原。上下左右，四周飞旋，病在上，吸而退之，病在下，呼而进之。

李梴云：赤凤逢源，以两指扶起针，插至於地，复提至天部，候针自摇，复进至人部，上下左右，四围飞旋，如展翅之状，病在上吸而退之，病在下呼而进之，又将大指爪，从针尾刮至针腰，此为刮法，能移不忍痛，可散积年风，午后又从针腰刮至针尾。又云：病在上刮向上，病在下刮向下，有挛急者，频宜刮切，循摄二法，须连行三五次，气血各循经络，飞走之妙，全在此处，病邪从此退矣，放针停时约半个时辰之久，扶起针头，审看针下十分沉紧，则泻九补

六，如不甚紧，则泻六补九，补泻后针活，即摇而退之。撮者，用大指随经络上下切之，其气自得通行。

杨继洲云：若夫关节阻涩，气不通者，以龙虎大段之法，通经接气，驱而运之，仍以循、撮、切、摩，无不应矣。又按、扞、摩、屈、伸、导引之法而行。

杨氏云：苍龙摆尾手法，补。苍龙摆尾行关节，回拨将针慢慢扶，一似江中船上舵，周身遍体气流普。或用补法而就气，则纯补，补法而未得气，则用泻，此亦人之活变也。凡欲下针之时，飞气至关节去处，便使回拨者，将针慢慢扶之，如船之舵，左右随其气而拨之，其气自然交感，左右慢慢拨动，周身遍体，夺流不失其所矣。苍龙摆尾气交流，气血夺来遍体周，任君体有千般症，一插须交疾病休。按杨氏把苍龟探穴及青龙摆尾二补法合拢，故称苍龙摆尾手法。

杨氏云：赤凤摇头手法，泻。凡下针得气，如要使之上，须关其下；要下，须关其上。连连进针，从辰至巳，退针从巳至午，拨左而左点，拨右而右点，其实只在左右动，似手摇铃，退方进圆，兼之左右，摇而振之，针似船中之橹，犹如赤凤摇头，辨之迎随顺逆，不可违理胡求。按杨氏把赤凤逢源及白虎摇头二泻法归纳，称之赤凤摇头手法。

第四节 近代手法

一、手法的作用

医者将针刺入一定深度后，稍停，觉针头沉紧时，即询患者有何感觉，如像过电掣样刺激，向它处放散，若有酸痛或麻胀等现象，叫做得气。得气之后，再施以相应的手法，而手法的目的有三，即产生抑制、兴奋和诱导。

（一）抑制作用

亦叫强刺激，起镇静作用，此法对身体机能亢进，如疼痛、痉挛、抽搐、内脏和体表神经痉挛等症用之，但刺针应用较强的力量，以调节神经之亢进，使其达到缓解、舒弛、制止等目的，术后卧针时间宜长。

（二）兴奋作用

亦叫弱刺激，此法对于身体机能减退、感觉神经迟钝、运动神经麻痹、内脏神经麻痹等，应用轻度的刺激，时间宜短，勿多卧针，以达到振奋身体机能之目的。

（三）诱导作用

此法是刺激距离患部较远的神经，使之兴奋，血管扩张，发生反射作用。应用捻转卧针，反复行之，以诱导患部的血液，使疾病达到减退为目的，亦即内经所讲的上有病而下取之，左有病而右取之的意思。

二、五种方法

近代手法是依据古代手法的原则，综合为进、退、捻、留、捣五种方法，即易学又适用，若留心钻研，在临床上就会发挥一定的效果。

（一）进法

将针刺入肌肉之后，为了加强刺激，向里捻针叫做进，捻进得快，刺激就强烈，捻进得缓慢，刺激就缓和。

（二）退法

将针刺入一定的深度后，患者没有感觉，这表示针尖刺得不准，没有触到穴位，或超过了穴位，需要退针，然后将针转变方向，进行反复的进退。找到穴位以后，再用强或弱的刺激。

（三）捻法

就是在进针时，或退针时，或针刺到神经时，将针固定在一定位置的捻转（谓之行针），叫作捻，要因不同的情况而运用不同的强弱捻转手法，以达到治疗作用的目的。

（四）留法

将针捻转到一定程度时，或病人强烈感觉麻痛胀电掣感的时候，就停止捻转，卧针不动，或肌肉紧张，捻转不动。针退不出者叫实状。也可卧针，等待肌肉松弛，再退针。进针以后，肌肉松弛、捻转无阻碍也无感觉者叫虚状。也可卧针，等待局部神经因刺激使肌肉发生抵抗后，再行捻针，病人即可产生感觉。卧针时间的长短，要视病情而决定，以上卧针情形，叫做留针。

（五）捣法

将针进到一定深度，进行捻转，病人无感觉时，就可将针捻转上下捣动，如神经在下面不远，就会出现感觉。略进针，有时穴位与神经分布移位，上下直捣而无感觉，就应沿前后左右各方捣动，哪边有感觉，就向哪边进行捣动。为了加强刺激，有一种捣术，叫雀啄法，也叫乱捣，是将针上下前后左右的捣动，像雀子吃食的情况，上下距离不大，范围较小。以上各种方法全叫捣术，主要针对神经路线分布异常、神经感觉迟钝者而设，以加强刺激为目的。

三、八种刺术

近代刺术有八种，是根据患者年龄、性别、体质、病症等情形，采取弱、中、强三种刺激的手法，现分述如下。

（一）单刺术

将针直刺入皮肤，达到一定深度，病人感觉有酸麻胀重

时，即不宜用留捻等手法操作，即行出针。如刺入一定深度时，病人毫无感觉，应当使用兴奋法，可轻捣几下，或应用抑制法，可重捣几下，随即出针，此法在生理上，有促进组织细胞活力和兴奋或抑制生理机能的作用，适用于小儿妇女和身体衰弱的病人，或没有接受针治经验的人，亦名轻刺法。

（二）旋捻术

从一开始进针，到针至一定深浅度时，以达到预期的刺激目的整个过程中，始终作左右旋捻的操作，直到出针为止。它的刺激力较单刺术强一些，应根据临床的需要而运用旋捻手法。此法在生理上，可使组织机能衰退或障碍的患者，恢复正常状态。

（三）雀啄术

针刺到一定深度后，略停片刻，持针向上下提插捣动，好象麻雀啄食一样，直操作到病人觉得针下有酸麻重胀等感觉为止。此法在生理上，一方面使用重刺激，力量大，时间长，故可以使血管过度扩张和神经过度兴奋者，而逐渐减弱与调整；另一方面使用轻刺激，力量小，时间短，对一些神经机能减退或感觉迟钝的慢性患者，能促进神经和血管组织的兴奋，有增强活动力量的作用。

（四）屋漏术

将针体刺入三分之一时，行雀啄术，再进三分之一时，仍行雀啄术，更将所余三分之一进之，仍行雀啄术，退针时，其操作同入针，每退三分之一，行雀啄术，而后出针。其生理作用，与雀啄术相同，亦名重刺激法。

（五）置针术

将针进到一定深度之后，行捻提插捣等操作后，等病人自觉针下出现酸麻胀重等任何一种感觉时，则停止操作，置

针不动，留针于穴内，并根据疾病的情况，决定留针时间的长短，然后用轻轻退针的手法退针。此法能平定人体生理急剧病变，有镇静、镇痉、止痛、止吐、止泻、安神、安眠等作用，亦名停留针法。

（六）间歇术

将针进到一定深度，病人感到酸麻胀重之后，略停片刻，将针提起到半深部分，略歇片时，再行进针到原来深度，如此反复行之，二三次到五六次，再歇片时，然后出针，为刺激较强的手法。此法在生理上可使血管扩张、肌肉弛缓，有恢复和调整作用。

（七）震颤术

将针进入到一定深度后，待病人有酸麻胀重反应时，即停置针，用拇食二指甲轻轻在针柄的缠线上，频频向上或向下反复摩刮之，或用拇食指扶持针柄，作寒战样的微微震颤，或以指头轻弹针柄，使之震颤，是一种较轻刺激手法。此法在生理上有促进血管扩张、加强肌肉组织细胞活力和调整神经机能的作用。

（八）乱刺术（盘针）

将针刺入到一定深度，把针提起到真皮之下，不离原穴，再转方向刺入原来深度，如此从不同的方向，以不同的速度，反复行之，稍停片刻，然后出针。此法在生理上，可以激发皮肤、肌肉、神经的知觉，恢复精神及运动神经机能，能使已经麻痹瘫痪、萎缩或强直的皮肤肌肉神经组织的机能得以重新恢复和调整，对局部炎症有排毒、清血、消炎、止痛、解痉的效果，对剧痛有制止和镇静的作用，对因充血郁血阻碍而引起的酸麻胀痛等，可使之恢复正常。

附：五种方法小结

进：捻着针向里进，捻进较快刺激强，捻进缓慢刺激弱。

退：捻着针往外退，病人有感觉后即可退出，为了减轻刺激或为了施行间歇的刺激而行之。

捻：进针退针，或刺到神经均要捻动，捻得快、角度大、次数多、刺激就强，相反则弱。

捣：是将针捻转得上下捣动。

留：病人觉得刺激强烈难忍，或捻针到一定程度时，就要停止，这叫留针。留针时间长短视病情决定。

附：八种刺术小结

单刺术：针仅达肌层间，立即拔去；刺婴儿时，以毫针浅刺而疾拔针。

旋捻术：进退之际，将针左右旋捻；吸则转针。

雀啄术：将针刺入在孔穴中，作上下提插，如雀啄食之状，得气动而伸之，或推而纳之。

屋漏术：将应刺入的深度，分作三次刺入，每次均作雀啄术。开始浅刺之，而后深刺之，最后极深刺之。

置针术：针达到应刺的深度后，静留不动，置针时间到，然后退出；静以久留，刺实须其虚者，留针阴气隆至，后去针也。

间歇术：针达到一定深度后，予以捻转提插，停留一些时间，再捻转提插，反复行之，然后出针。

振颤术：进针后，行一种轻微的震颤手法，或以爪甲刮针柄，或以食指于针柄端频叩弹。

乱针术：将针于针穴内作长距离的或前或后、或左或右的提插捻转。

四、五补泻法

前人认为，补法总不外进气益气、扶正益虚之意。泻法总不外除邪散结、解郁开闭诸意。临床易学而常用者有以下五种：

（一）迎随补泻法：迎随就是顺逆的意思，逆其经气为迎为泻，顺其经气为随为补。《标幽赋》说：要识迎随，须知顺逆，因为全身十二经脉的走向是有一定规律的，例如手三阴经从胸走手，手三阳经从手走头，足三阳经从头走足，足三阴经从足走腹，如果能了解经脉循行的顺逆，就能掌握迎随补泻的操作手法。此法的具体操作有以下三种：

1. 针尖的顺逆：针尖顺其经脉走向进针为补，逆其经脉走向进针为泻。

2. 取穴的顺逆：取穴在一条经脉上用二三穴时，针刺时都要顺着经脉依次进针用穴的是补，相反的为泻。

3. 迎随补泻：是决定于捻转时手指的进退手法，任脉右转后退为补，左转向前为泻；督脉左转向前为补，右转向后为泻；手三阳及足三阴，针右侧时大指向后捻为补，向前捻为泻，如针左侧则相反。手三阴及足三阳，针左侧时大指向前捻为补，大指向后捻为泻，针右侧时则相反。

（二）呼吸补泻：这种补泻是根据病人呼吸和运气时针刺的出入而决定的。凡是在呼气进针，气出针入或吸气出针，气入针出为补法。由於针和气相随出入，不相迎逆，所以为补。吸气进针，气入针入，或呼气出针，气出针出为泻法。由於针入气亦入，针和气相迎相逆，所以为泻。因此呼吸补泻，也离不开迎随补泻的原则，这种方法一般用在腹部。

(三) 徐疾补泻法：《灵枢经》说到：徐而疾则实，补法；疾而徐则虚，泻法。这种方法，决定于进针出针的快慢。进针缓慢(三进)，出针较快(一退)，引导阳气入阴，故叫补法；进针快(一进)，出针较慢(三退)，使阴邪外出，故叫做泻法。

(四) 提插补泻法：这种方法，是根据提插轻重决定的，重插轻提为补，轻插重提为泻。从理论上解释，纳阳气入里为补，引阴邪外出为泻。

(五) 开合补泻：临床操作中，如行补法，出针后应以手指扞穴，勿使正气外泄；行泻法时，出针后，勿须按穴，使邪气外出，亦称为开合补泻。主要是出针时扞穴为补，不扞穴为泻。

以上迎随、呼吸、徐疾、提插、开合五种手法，是针灸治病最基本的补泻手法，在临床上可以综合使用，也可单独应用，根据病情轻重缓急而决定。

附：常用补泻手法种类小结

捻转补泻：大指进前，食指退后为补；

大指退后，食指进前为泻。

呼吸补泻：呼气进针，吸气出针为补；

吸气进针，呼气出针为泻。

开合补泻：出针后，急按针孔为补；

出针后，不按针孔为泻。

疾徐补泻：徐入针，疾出针为补；

疾入针，徐出针为泻。

提插补泻：指力偏重于插为补；

指力偏重于提为泻。

迎随补泻：随着经脉去向取穴或针刺为补；

逆着经脉去向取穴或针刺为泻。

平补平泻：轻缓的前后旋捻，用力均匀。

泻血法：用三棱针刺井穴或络出血为泻。

为了更好研究、学习和应用各种古今补泻手法，须说明一点，即古法多以押手为重，如揣、爪、循、摩、扞，今人手法多不以押手为重，多在针体提插、旋捻上下功夫。但从临床体会而言，古之左手重而多按欲令气散，右手轻而徐入不痛的操作方法较好，古之信其针者信其左，不信其针者信其右的告诫，是值得我们在临床中注意的，这样就能更好地发挥补泻作用和提高针灸治疗效果。

第三章 灸法总要

第一节 灸法概述

一、灸法简要

灸是烧灼意义。利用火热治病有着悠久的历史，如战国时期孟轲云，七年之病，求三年之艾的经验，在民间就广泛应用了。並在当时的文献《内经》中，就有针所不为，灸之所宜；阴阳俱虚，火自当之；经陷下者，火则当之；经络坚紧，火所治之，陷下则灸之；络满经虚，灸阴刺阳；经满络虚，刺阴灸阳等记载。《明堂经》为灸之专著，根据宋《太平圣惠方》云：历代医家如岐伯、扁鹊、华佗、杨玄操、甄权、孙思邈、秦承祖均有明堂之序。《千金方》云：宦游吴蜀，体上常须三两处灸之，切令疮暂瘥，则瘴疠温疟毒，不能着人，故吴蜀多行灸法，並云若要安，三里常不乾。有风者，尤宜留意。杨继洲云：病在肠胃，非药餌不能以济，在血脉，非针刺不能以及，在腠理，非灸焫熨不能以达，灸灼之法对一切寒湿痹痛，或久病体弱者，能促其产生温热，发挥温通气血、宣经活络、回阳补虚、祛寒驱湿等作用。灸不仅能治病，且能预防疾病，增强机体抗御外邪的能力。灸焫应用的材料有艾叶、桑木及含有辛香气味药物等，间接灸法则使用如生姜、大蒜、食盐、豆豉、附子或隔布数层的太乙针等。另外，天灸法采取芥子末、杏仁泥、毛茛叶等品，直接在穴位上贴用，俟其发疱作疮。总之医者治病，一病而治

各有不同，诸家方论，医药多门，药既无痊，全凭灸法。先哲亦有综合以治，各得其所宜，而求病愈。

二、灸法宜忌

当灸不灸，留邪以成痼疾，不当灸而灸、触忌焦肤伤肌。灸法治病，利用温热，促使气血温和，通经活络，散寒回阳，增强体力。凡属慢性久病，阳气虚弱，如肺癆、痰饮、胃肠功能衰退、风寒湿痹、中风脱症、暴泄后四肢厥冷等症，以及疡科阴陷久溃不敛，坚肿不消，非灸则不为功。从其禁忌方面来看，在体质方面，如素禀体阳火旺，阴虚内热，脉数烦躁，口干咽痛，面赤火盛等俱不宜灸。在穴位方面，《针灸大成》记载有四十五穴，如哑门、风府、天柱、承光、临泣、头维、丝竹、攒竹、睛明、素髻、禾髻、迎香、颧髻、人迎、天牖、天府、周荣、渊腋、乳中、鸠尾、腹哀、肩贞、阳池、中冲、少商、鱼际、经渠、地五会、阳关、脊中、隐白、漏谷、阴陵泉、条口、犊鼻、阴市、伏兔、髀关、申脉、委中、殷门、承扶、白环俞、心俞等均应禁灸。虽未说明施灸有什么危害，但这是前人之经验，亦不可忽视，尤其如哑门、睛明、人迎等穴位，确有禁忌的道理。但有些部位亦不可过分拘泥，如鼻衄灸少商，崩漏灸隐白等，还是可以的。其它如颜面禁用大炷，因遗留瘢痕，有碍美观。至於心脏部位，动脉浅在部位，胎前产后的腹部等，更要注意。

第二节 灸法种类

依据疾病的性质和受灸部位不同，分为艾炷灸、艾条灸、艾箱灸、温针灸、太乙针灸及桑木灸等。

一、艾炷灸

制艾绒：艾味苦，性温，通十二经，祛风湿痹气，温经络散寒补虚，主灸百病，亦名灸草。生田野间，其茎直生，白色，高一米许，叶四布，状如蒿面深缘，背有白毛，每年三月或五月连茎刈去暴乾，收叶制成艾绒。艾愈陈久，灸病愈良，国内以湖北蕲州产者为佳，茎雄叶厚气盛。取陈干艾叶，用药碾轧极细，筛去末屑，取绒色洁白为上品。或加麝香一分，绒四两拌匀，尤为气灵效速，惟孕妇不用麝香。

存贮法：艾绒宜干燥，避潮湿，否则不易燃，功效亦慢，用玻璃瓶或竹筒贮藏，口要封固，加麝香者尤宜密封，以免麝气挥发。

搓艾炷法：将制好艾绒取出，先搓成象炷大小长圆条，然后根据炷状大小，应灸壮数，每个炷置于手心中，用拇指搓紧，再放平面桌上，以手拇食指转捻成上尖下圆底平炷状，不可粗细不匀，或松疏难用。或用做炷型器压按亦可。做炷型器有铜制或有机玻璃的，上有炷状大小孔眼，下尖上平，将艾绒置於孔眼内，以杵於孔上，用锤压按，然后用铁针平顶自下面尖孔推出即成，较为便利。

艾炷大小：灸时根据体质、年龄、病情和部位，选择一定的艾炷，小如雀粪、麦粒，大如枣核或鸽卵。《明堂下经》云：

“凡灸欲炷下广三分，若不三分，则火气不达，病未能疗，是炷欲其大”。但仍须根据不同病情、年龄来决定，灸小儿炷宜小，灸成人炷宜大；灸头面及四肢末端荣俞穴宜小，灸腰腹部宜大；病轻宜小，病重宜大。凡穴位有不宜多灸者，但炷亦不宜过大，小儿七日以上，周年以内，炷如雀粪。

燃艾用火：过去用火石火镰、蜡烛、艾茎等，多所不

便，惟采用线香比较便利，且经济耐用。至於禁用松、柏、枳、橘、榆、枣、桑、竹八木之火，并无多大道理，现在使用火柴点艾炷，其疗效亦未受到损害。

壮数多少：《千金方》云，凡言壮数者，若壮丁，病根深笃，可倍于方数，老小羸弱可减半，至於扁鹊灸法，有至三百壮，甚至千壮，此亦太过，应该根据病情的轻重需要而应用，不可执泥，医者要通权达变。

灸火缓急补泻法：气盛则泻，气虚则补，以艾火补者，用隔姜片或附子末饼及豆豉饼灸之，毋吹其火须待自灭火力缓为补；以火泻之者，将艾炷直接置於穴上，速吹其火，火力急能开穴气为泻。

隔姜灸法：用老鲜姜切成半分厚的片，以三棱针刺数孔，放於施灸的穴位上面，再置艾炷於上燃烧。感觉灼痛时，即另易艾炷，待灸至穴位上有红晕湿润，扪之灼热，即可停止。很少起泡化脓，故适应症亦较广泛。如胃肠病、呕吐、泻痢、腹痛及风寒湿痹、痿弱无力等阳虚证候，均可应用。

隔蒜灸法：用独头蒜切半分厚片，以针刺数孔，置穴上，上放艾炷燃着，或放在未化脓的肿疡上灸之。适用肿疡初起及蛇蝎蜂虫蜇咬伤等。有拔毒、消肿、定痛、散结的功效。

隔盐灸法：用干净食盐末填满肚脐，上置大艾炷灸之，灼痛即更易艾炷，不拘壮数，对寒凉或食瓜果生冷引起腹痛及霍乱吐泻后致肢冷脉伏者，大有回阳救急功效，须连续灸至痛止肢温脉起为度。

隔药灸法：用生五灵脂24克、青盐15克、乳香3克、没药3克、夜明砂微炒6克、老鼠粪10克微炒、干老葱头6克、

木通10克、麝香0.15克，共研为细末。先用水和菰麦面作圆圈，置脐周。将药末6克放脐内，用槐树枝剪如钱，放置药上，用大艾炷灸之。壮与岁齐，积灸之。药与槐钱不时添换，能强壮脾胃，增加体力，调理诸虚，预防疾病。

隔饼灸法：①熟附子研为细末，用烧酒或水调加白芨粉等分，做成一分厚饼子，针刺数孔，置疮瘰口上灸，放艾炷于上，使感到温热为度。适用于外科溃后久不收口，流水无脓，若频频灸之，能去腐生肌、排毒、易于愈合。②豆豉研细末和白芨粉，制法同附饼，功同附灸，但力缓能宣发病毒、活血散结。③用白胡椒细末，和小麦面，麦与椒五比一，水调，制成饼钱大一分厚饼子，中按一凹陷，置药粉（如丁香粉、肉桂粉、麝香末，三者取其一即可），置于内，上用艾炷灸之，对慢性风寒酸痛或知觉麻木等多效。

二、艾条灸

将干燥洁白陈艾绒用粉连纸卷成长六市寸(20公分)，圆径一公分半，约半市两弱。将一端用火燃着，距皮肤穴位上约一寸至一寸半之间烤之，时间长短根据病情决定，一般15~30分钟。如果需要火力急，可在穴位做提上按下或旋转穴区烤之，适应症同艾炷灸法。此法经济方便，嘱患者穴位分寸自灸之，要告知慎火，因艾易燃，以免烧伤物品或引起火灾。灸时切勿自便，时间长短和距离皮肤高低，务须遵守。

三、艾箱灸

先做如箱状小盒无底盖，用二分厚板，高三寸，宽四寸，见方。中间衬托铁纱一层固定，用时将箱放在穴位上，将艾捲截成一寸或半寸，每寸艾捲燃时约10分钟，烧着艾捲

一端灸之，既省人力又不失疗效，中间铁纱距离穴位高一寸半，比较合适，适应于背腹部。

四、温针法

先将针刺入穴位后，手法施毕，用枣核大的艾炷安装在针柄上捏紧，再用硬纸两块垫在穴位针身之下，将艾炷燃着，以防落灰烫伤皮肤，热由针身传导穴内深处，或二三壮，热力较强，即行停灸，适应慢性风寒病、脚气等。

五、太乙针灸法

用药末和艾绒，用高方纸捲如炮竹，燃一端为阴火，用红棉布七层，垫一块同针粗径圆形铁纱，密包针火，用一米长带扎紧，於穴眼熨之，初起随熨随起，不断用手背试针热度，以免烫而起泡。

针方：人参120克、参三七250克、山羊血60克、千年健500克、钻地风500克、肉桂500克、川椒500克、乳香500克、没药500克、炮川甲250克、小茴香500克、蕲艾绒2000克、甘草1000克、麝香120克、防风2000克，除艾绒外，共研为极细粉末。

用棉纸一层，桑皮纸三层，纸宽一尺二寸五分，长一尺二寸，每次用艾绒和药共150克，分层将药敷匀，捲如炮竹，愈紧愈好，外皮用鸡蛋清涂匀一层，干后再涂，密封，用时以酒精灯或蜡烛，烧红一头，以红布七层，底垫纱铁钱，用带扎紧，按在穴眼或痛处，冷则易之，每穴一次灸五至七次为度。对风寒湿痹、痿弱无力及一切胃肠衰弱病症，能循按穴施灸，疗效颇著。此方为清代雍正时范培兰所传，同治时杜文澜重刻并述其效验，方亦载入赵学敏《本草拾遗》内。但

此方费用较高，又有雷火针较廉，功能颇同。雷火针方如：艾绒100克、沉香10克、木香10克、乳香10克、茵陈10克、羌活10克、干姜10克、川甲10克，除艾绒外，共研为极细末，加麝香0.3克，与艾绒和匀，制法如太乙针，治疗亦同，尤其对捩挫骨痛及寒湿气等，其效较好。

六、桑木灸法

用新干桑木（根段）劈碎，长约一尺，如拇指粗细扎紧，一头燃着吹灭用阴火，隔布七层，靠近患处灸之，火尽再燃，反复施灸，以内部觉热为度。对瘰疽、疔疖、瘰癧、流注及顽疮久不愈者颇效。但火力较猛，疡未成脓者能散之，已溃者能化腐生肌。

七、灯草灸

又名十三元宵火，多用于小孩患者。方法是用灯芯草一根，以麻油浸之，燃后，选择适当穴位灸之。功能疏风解表，行气化痰，舒郁宽胸，清神定志，常治小儿脐风，近代民间用以治疗胃痛、腹痛、痧胀等证。

八、温灸器

又名灸疗器，是金属所制之圆筒灸具，底部有数十小孔，内有一小筒也有十余小孔，放置艾绒及药物于内，点燃后置于应灸穴位上，隔纱布灸之。功能调和气血，温中散寒，施于妇女、小儿和未施过针灸的患者，自己灸时亦可用。

九、自灸

亦名天然灸，乃毛茛草的别名，前人用以截疟，采茛叶

接贴寸口，一夜作泡如火燎，故名自灸。按：毛茛乃草乌头之苗，本品形状及毒性皆似之。毛茛名毛建草(拾遗)、毛堇天灸(衍义)、自灸或水茛或猴蒜(纲目)。为毒草类之多年生草本，茎叶皆有毛，高二三尺，单叶，掌状分裂，复从其根出叶，间抽花茎，分枝开花於茎顶，色黄或白，花瓣五，又有复瓣者，其雌蕊有多数，排列成头状，结实为干果，多而且小，集成球形。辛温有毒，因其毒性较烈，肌肤厚处或无大动脉处用之尚可。

第三节 灸法须知

一、灸治择时

《千金方》云：正午以后乃可灸，谓阴气未至，灸无不着，午前平旦，谷气虚，令人癩瘡，不可针灸。卒急者，不用此例。《明堂下经》云：灸时若遇阴雾、大风雪、猛雨、炎暑、雷电虹霓，停候晴明再灸。急难者，亦不拘此。

二、施灸体位

《千金方》云：凡灸法坐点穴则坐灸，卧点穴则卧灸，立点穴则立灸，需四肢平舒，毋令倾侧，若倾侧则穴不正，明堂云：须得身体平舒，毋令卷缩，坐点勿令俯仰，立点毋令倾侧。

三、施灸次序

用灸原为温暖经络，宜在中午阳盛之时，天气易行，必分上下先后，上下经皆灸者，先灸上，后灸下；阴阳经皆灸者，先阳经，后阴经；若脉数有热，新愈气虚，俱不宜灸，恐伤气血。

四、灸后调养

施灸治罢，需谨避风寒，节慎起居，以养气血。喜、怒、忧、思、悲、恐、惊不可过极，怡和情志。禁食一切生冷醇酒厚味，宜食清淡，以调养脾胃。灸后不可当时饮茶及食物，需停一二小时再食。

五、灸疮调治

凡灸诸病，灸疮应发不发，是因气血大亏，不必复灸，即灸亦多不能愈。过七天之后，艾疤发时，脓水稠多，其疮易愈，以其气血充畅，经络流通。发后贴膏药者，防其六淫外袭，如灸疮里痛，脓汁污秽，乃因毒盛，必用薄荷、黄连、葱皮、芫荽煎汤洗之自愈。

灸疮膏药：黄芩、白芷、金星草、乳香、淡竹叶、当归、薄荷、川芎、葱白，以上各等分，用香油煎药至枯黄褐色，去滓过滤，再下铅粉熬至滴成珠，专贴灸疮。

（一）治灸疮急肿方

在灸疮脓溃以后，更焮肿急痛，多属风冷或因感染诱发。

水柳膏：治灸疮急肿痛不可忍。水柳枝二两剉碎（春夏用枝皮，秋冬用根皮），甘草二两槌碎，白麝香半两细研，麝香半两细研，松脂半两，黄蜡半两，黄丹三两，炒成紫色，油八合。先将香油放锅内，用微火炼开，下柳枝皮、甘草等煎成黑枯。去滓，再下白麝香、松脂等，候溶化，加以滤过。置於净锅内用火煎开，渐下黄丹，不断搅匀，再放急火上煎熬，滴於水中成珠，膏成，入麝香搅匀，装瓷罐内，摊熟绢上贴疮处。

吮脓膏：治灸疮急肿疼痛，拔火毒。黄芪15克，白芨

0.3克，白芷0.3克，白薇0.3克，当归0.3克，赤芍0.3克，甘草0.3克，防风0.3克，细辛0.3克，桑枝0.3克，乳香0.3克细研，垂柳枝二合剉细，清麻油500克，以上除乳香外，余皆细剉，放锅内用油浸一宿，以慢火煎至柳枝色黄黑，绢滤去滓，澄清，放锅外内慢火煎药油入黄丹，用柳木棍不断搅动，令黄丹色稍黑，取少许点于水内，入乳香又搅，令匀，倾於器内待用。看灸疮大小，以纸摊匀贴之，每日换两次，煎葱汤用帛浸熨洗之。

治灸疮肿急方：柏白皮100克，当归30克，薤白一把，均剉，用猪脂500克，同煎至薤白令黄焦为度，绞压去滓，候冷涂之，亦治伤水疮、火疮。

治灸疮掀肿或赤烂方：黄连、赤小豆、马蹄烧灰，川军、楸叶各等分，研极细末，用生麻油调涂之，立效。

（二）灸疮久不瘥方

灸法，中病则止，病已则疮瘥，若病势未除，或遇风冷，故久不瘥。

治灸疮久不瘥，宜用止痛生肌、解火毒方：黑豆半升，水五升，煮成浓汁，去豆放温，以帛裹指头，缓缓洗疮四周，令极净，候疮中脓出，疮痂自落时，便搽止痛生肌散。止痛生肌散：煅石膏0.3克，煅牡蛎15克，滑石0.3克，研极细，薄敷疮面，用软帛系之，候肌生，用柏皮膏。柏皮膏：柏树白皮末四两，猪脂半斤炼油去滓，伏龙肝末120克，同熬成膏，滤去滓，入瓷罐中，用时薄薄涂患处，以油纸隔敷，软帛裹。

生肌膏：治灸疮久不瘥且疼痛。防风0.3克，白欬0.3克，赤芍0.3克，当归0.3克，川芎0.3克，甘草0.3克，桑根白皮0.3克，杏仁0.3克浸去皮尖，垂柳枝三合剉，乱发30克洗去

泥垢，黄丹150克，木香0.3克，丁香0.3克，清麻油500克，以上丁、木二香为细末，其余细剉，用油浸一宿，慢火熬至柳枝色黄黑为度，绵滤去滓，澄清，入锅内慢火熬药油，入黄丹，用柳木棍不断搅动，令丹色稍黑，取少许滴入水内，以不粘手为度，入香末，搅匀，倾入石器中，看疮大小，摊匀纸上贴患处，每日两三度换，煎柳枝汤洗，慎风。

薤白膏：治灸疮经久不瘥。薤白一把，生地100克碎，梔仁30克，杏仁30克打微炒，胡粉100克，白芷30克，好酥60克（羊肾脏脂一大斗炼成的），用脂酥微火煎薤白等，候白芷色赤，以绵滤去滓，入器内，下胡粉搅匀，涂帛上贴患处，每日两三遍换，以瘥为度。

治灸疮久不瘥而烂痛，宜敷此方：密佗僧细末，煅白矾细末各等分，研匀，先用莲子草煎洗，去痂敷之。

第四节 灸 治 验 方

一、内科

（一）四花穴法

主治：男妇五劳七伤，气虚血弱，骨蒸潮热，咳嗽痰喘，消瘦痼疾。

取穴：膈俞，在第七胸椎下两旁，去脊各一寸五分。胆俞，在第十胸椎下两旁，去脊各一寸五分。膈俞、胆俞，名曰四花。《难经》云：血会膈俞，血病治此。胆乃肝之腑，肝主藏血，取其腑俞，二穴皆属足太阳膀胱经，各灸七壮，累积百壮，以隔姜灸法较好，免生灸疮。

（二）膏肓穴法

主治：阳气亏弱，诸风痼冷，梦中失精，上气咳逆，呃

逆膈噎，精神恍惚。

取穴：在第四胸椎下一分，第五胸椎上二分，两旁去脊各三寸肋间，令患者就床平坐，屈膝齐胸，头俯，以两手围其足膝，使两侧胛骨相离两旁，勿令动摇，穴在肩胛内缘之下，按之引胸中痛。灸七壮，累积至百壮，灸后加灸气海或足三里，引火下行。

（三）劳伤穴法

主治：久劳，手足心热，盗汗，精神困顿，骨节寒痛，初发咳嗽吐血，肌瘦面黄，食减少力。

取穴：心俞，在第五胸椎下，两旁各去脊一寸五分，灸随年壮，多加一壮，日灸七壮，如年龄30岁，灸三十一壮。

（四）劳瘵穴法

主治：劳瘵日久不愈，互相传染，因有劳虫。四花、膏肓、肺俞亦能祛虫。

取穴：腰眼，伏面而卧，腰间两旁，若正身直立时，有微陷处，用墨点记，以小艾炷灸七壮，或九壮，或十一壮，多寡量人而取。灸后吐泻，有虫夹其间，宜烧毁深掘土而埋之。

（五）痞块穴法

主治：腹中痞块，消痞化坚。

取穴：在第十二胸椎下，两旁各开三寸五分。块在左灸左，在右灸右，俱有俱灸，七壮。按：此处相当胃仓穴，主腹虚胀，水肿，饮食不下等。《针灸大成》云：在十三椎下，去脊三寸半处，乃是育门，主心下痛，大便坚等，则误。用上法加灸足第二趾骨处，相当胃经荣穴内庭穴，主腹胀满等。灸五至七壮，左患灸右，右患灸左，灸后觉腹中响动是验。

（六）精宫穴法

主治：专治夜梦遗精。

取穴：在第二腰椎下，去脊两旁各三寸，灸七壮。按：此穴即是太阳膀胱经志室穴，主梦中失精、淋沥、腰脊痛等。

（七）肿满穴法

主治：腹满身肿。

取穴：上穴，将两手拇指相并固定，相当于少商穴后与拇指关节部之间处。下穴，在两足第二趾趾尖部向后退一寸五分，各灸三至七壮。

（八）翻胃穴法

主治：反胃吐酸。

取穴：上穴，在两乳头直下一寸处。下穴，在内踝尖下用手三指稍斜向前排之处，各灸三至七壮。

（九）疝气穴法

主治：卒患小肠疝气，感受冷邪，腹连脐结痛，遗溺。

取穴：大敦，在足大趾端外侧去爪甲根角韭叶许处。另外一穴在趾关节后三毛丛中，各灸三壮。

又方：三阴交，在内踝骨上三寸，灸三壮。

又方：以患者口唇两角为寸，放三倍长，折成等边三角形，上角安脐中，下两角是穴，左灸右，右灸左，炷枣核大隔姜灸，四十壮，分五次灸。

（十）诸痔穴法

主治：肠风诸痔，或年深久痔。

取穴：其穴在第二腰脊下，两旁各去脊一寸处，灸七壮。

又方：以男左女右中指从指端至本节一指长为度，在尾闾骨起至直上一中指处是穴，再用指度横量两端各一穴，各灸七壮。对肠风下血有效。

(十一) 卒中穴法

主治：寐压暴绝，尸厥卒中。

取穴：第一穴，在两足大指内，去爪甲根角一韭处。第二穴，在两乳头后外方三寸，或两拇指头宽处，各灸三壮。

又方：主中恶精神恍惚、寒战，用前肿满穴法中之上穴，灸之效。

二、外科

(一) 痈疽穴法

主治：痈疽恶疮，发背疔毒，瘰癧诸风。

取穴：膈俞，在第七胸椎下，两旁去脊一寸五分。肝俞，在第九胸椎下，两旁去脊一寸五分，二穴均属足太阳膀胱经，各灸七壮。

(二) 瘰癧穴法

主治：瘰癧初起或日久。

取穴：①风池穴，在后头骨下缘凹陷中，灸三至七壮，患侧灸。②患者口吻两角为度，折成二分之一，在手表腕阳池穴中上下左右各量尽头是穴，灸三至七壮。③先从后发核上灸起，至初发母核而止，用独头蒜片隔艾炷灸三至七壮；④在肘端尖处，左灸右，右灸左，兼灸第一穴风池尤效。

(三) 赘疣穴法

主治：赘疣诸疾，紫白癫风。

取穴：在两手中指节，握拳宛宛中，亦名拳尖穴，灸三至七壮，炷如枣核大，隔姜片灸之。

(四) 狐臭穴法

主治：腋气狐臭。

取穴：先用剪刀剪净腋毛，再用好淀粉水调搽患处，俟

一周后，视腋下有一点黑者，必有孔如针鼻大，或如簪尖，即气孔，用小艾炷米粒大灸之，三四壮即愈。

（五）虫咬穴法

主治：凡蛇、蝎、蜈蚣、蜘蛛等咬伤，痛急势危者。

取穴：急用艾火于伤处灸之，拔散毒气；或用独头蒜片隔灸伤处，二三壮换一片，毒甚者，灸五六十壮。

（六）疯犬穴法

主治：疯犬咬伤。

取穴：急用拔罐，内净烧酒，烫极热，去酒拔咬处，吸尽恶血为度，去罐后，用艾炷枣核大灸之，五七壮。

三、妇科

（一）难产穴法

主治：一般滞产，横生逆产者差。

取穴：在右脚小指爪甲外尖上至阴穴，灸三壮，艾炷如小麦大。

（二）漏证穴法

主治：月事过期，淋漓不尽。

取穴：足拇趾内侧爪甲角根部一分半处，即隐白穴，灸二至三壮，久病脾虚气弱者效果好。

四、小儿科

（一）惊痫穴法

1. 惊痫，先惊恐啼叫，后乃发，灸顶上旋毛中三壮及耳后青络脉，炷如小麦大。

2. 风痫，先屈手指如数物乃发，灸鼻柱直上发际宛宛中三壮，炷如小麦大。

3. 缓惊风，灸尺泽各一壮，在肘中横纹约上动脉中，炷如小麦大。

4. 痫病，小儿恶疾，呼吸之间，不及求师，致困者不少。谚云：国无良医，枉死者半，诸痫病如尸厥吐沫，灸巨阙三壮，在鸠尾下一寸陷中，炷如小麦大。

5. 睡中惊，目不合，灸曲肘横纹上三分各一壮，炷如小麦大。

6. 鸡痫善惊，反折，手掣自摇，灸手少阴三壮，腕后半寸陷中，阴郄穴，炷小麦大。

7. 身强，角弓反张，灸鼻上入发际三分处三壮，次灸大椎下二壮，炷如小麦大。

8. 惊痫，灸鬼禄穴一壮，上唇内中央结上，炷如小麦大，用钢刀决断更佳。

9. 新生儿二七日内，若噤不吮奶，多啼，是客风中於脐，循流至心脾二脏之经，遂使舌强，唇疮，吮乳不得，此疾所施方药，不望十全尔，大底以去客风无过，灸承浆七壮，在下唇梭下宛宛中，次灸颊车各七壮，在耳下曲颊后，炷如雀屎大。

10. 羊痫，目瞪吐舌羊鸣，灸第九胸椎下节间三壮，炷如小麦大。

11. 急惊风，灸前顶三壮，在百会前一寸，若不愈，须灸两眉头及鼻下人中，炷如小麦大。

12. 风病，诸医不瘥，灸耳上入发际一寸五分，嚼而取之。

13. 睡中惊掣，灸足大趾次趾之端，去爪甲如韭叶，各一壮，炷如小麦大。

14. 食痫，先寒热洒淅乃发，灸鸠尾上五分三壮，炷如小麦大。

15. 牛瘤，目直视腹胀乃发，灸鸠尾三壮，在胸蔽骨下五分陷中，炷如小麦大。

16. 马瘤，张口摇头，反折马鸣，灸仆参各三壮，在足跟骨下白肉际陷中，拱足取之，炷如小麦大。

(二) 发育不良穴法

1. 囟开不合，灸脐上、脐下各五分，各灸三壮，灸疮未合，囟门先合，炷如小麦大。

2. 五六岁不语，心气不足，舌本无力，发音难，灸心俞穴三壮，炷如小麦大，在第五胸椎下两旁，各开一寸半陷中。

3. 龟胸，缘肺热满，攻胸膈所生，灸两乳前各一寸半上两行，三骨罅间六处，各三壮，炷如小麦大，春夏从下灸上，秋冬从上灸下，若不依此法，中灸难愈一二。

4. 龟背，生时被客风拍著脊骨，风达於髓所致。灸肺俞、心俞、膈俞各三壮，炷如小麦大，肺俞在第三椎下，心俞在第五椎下，膈俞在第七椎下，均去两旁各开一寸半。

(三) 目疾穴法

1. 二三岁忽发两眼大小眦俱赤。灸手大指次指间后一寸五分陷中各三壮，炷如小麦大。

2. 疳眼，灸合谷二穴各一壮，炷如小麦大，在手大指次指两骨间陷中。按：疳乃积热上冲，眼角膜软化，为营养不良，视物不明。

3. 热毒风盛眼睛痛，灸手中指本节头三壮，名拳尖穴，炷如小麦大。

4. 三五岁两眼每至春秋忽生白翳，遮瞳子，疼痛不可忍，灸第九椎节上一壮，炷如小麦大。

5. 癰疮入眼，灸大杼各一壮，在项后第一椎下，两旁

各去脊一寸半陷中，炷小麦大。

6. 妳病目不明，肩中俞各灸一壮，在肩髃内廉，各去脊三寸陷中，炷如小麦大。

7. 目涩怕明，状如青盲，灸中渚各一壮，在手小指次指本节后陷中，炷如小麦大。

8. 雀目，夜不见物，灸手大指甲后一寸内廉横纹头白肉际各一壮，炷如小麦大。

（四）泻痢脱肛穴法

1. 痢下赤白，秋未脱肛，每厕腹疼不可忍，灸第十二椎下节间，一壮，炷如小麦大。

2. 痞痢脱肛，体瘦渴饮，形容瘦瘠，诸医不瘥，灸尾椎骨上三寸陷中三壮，炷如小麦大。若在夏三伏天内，用桃枝柳枝煎水浴儿，午正时当日灸之尤效。

3. 脱肛泻血，秋深不轻，龟尾灸一壮，即脊端穷骨，炷如小麦大。

4. 秋深冷痢不止，灸脐下二、三寸间动脉中三壮，炷如小麦大。

5. 脱肛泻血，每厕脏腑痛不可忍，灸百会三壮，在头顶中心陷中，炷如小麦大。

（五）夜啼穴法

夜啼，上灯啼，鸡鸣止，灸中指甲后一分中冲穴一壮，炷如小麦大。

（六）喉痹穴法

1. 喉中鸣，咽乳不利，灸璇玑三壮，在天突穴下一寸陷中，炷如小麦大。

2. 急喉痹，灸天突穴一壮，在项结喉下三寸，剑骨柄上端陷凹中，炷如小麦大。

（七）疝肿穴法

1. 阴肿，灸两昆仑各三壮，内踝后五分筋骨间陷中，炷如小麦大。
2. 胎疝，卵偏重，灸囊后缝十字纹当上三壮，炷如小麦大。

（八）脐肿穴法

脐肿，灸腰后对脐脊骨节间三壮，命门穴，炷如小麦大。

（九）吐乳穴法

呕吐奶汁，灸中庭一壮，在膻中穴下一寸陷中，炷如小麦大。

（十）多涕穴法

多涕是脑门被风拍着及肺寒，灸囟会三壮，炷如小麦大。内庭穴，灸三壮。

（十一）口疮穴法

口有疮蚀，齰烂，臭秽气冲人，灸劳宫二穴各一壮，在手心中，以无名指屈指头著处，炷如小麦大。

（十二）水气穴法

水气四肢尽肿，腹大，灸脐上一寸处三壮，炷如小麦大，分水穴（即水分穴）。

（十三）头痛穴法

食时头痛及五心热，灸谿谿穴各一壮，在第六椎下，两傍各去脊三寸宛宛中，炷如小麦大。

（十四）目黄穴法

饮水不歇，面目发黄，灸阳纲穴各一壮，在第十椎下两傍去脊各三寸陷中，炷如小麦大。

（十五）消瘦穴法

羸瘦，饮食减少，不生肌肉，灸胃俞二穴各一壮，在第十二椎下，两傍去脊各一寸半陷中，炷如小麦大。

按：儿科之疾，全赖诊查详细，问询周密，古称哑科，默而抱病，自不能言，胎中受病，生后伤风，襁褓寒暖，乳食蓄积，烦扰惊动，煎烦不一，医者详审，乳母详知，据情诊断，施治良医，今录小儿明堂灸经，临床参考应用。

第五节 灸治穴位

一、头、颈部(计二十九穴)

百会：头中心陷者中，灸七壮。主脑重，鼻塞，头目眩痛，少心力，忘前失后，心神惚恍以及大人小儿脱肛。

神庭：鼻柱上发际中，灸三壮。主登高而歌，弃衣而走，角弓反张，羊痫吐舌。

水沟：鼻柱下宛宛中，灸五壮。主消渴饮水无休，水气偏头肿，笑无时节，癲癎病，语不识尊卑及口噤、牙关不开。

天突：项结喉下五分，中央宛宛中，灸五壮。主咳逆喘，暴瘖不能言，身寒热，颈肿，喉中鸣翕翕，胸中气鲠鲠。

耳前发际穴：黄帝问岐伯曰，凡人中风，半身不遂，如何灸之。岐伯答曰：凡人未中风之时，一两月前，或三五个月前，非时，足胫上忽发酸重顽痹，良久方解，此乃将中风之候，便须急灸三里穴与绝骨穴，四处各灸三壮，后用葱薄荷桃柳叶四味煎汤，淋洗灸疮，令驱逐风气，於疮口内出，灸疮若春较秋更灸，秋较春更灸，常令两脚上有灸疮为妙。凡人不信此法，或饮食不节，酒色过度，忽中此风，言语蹇

溜，半身不遂，宜於七处一齐下火，灸三壮。如风在左灸右，在右灸左，一百会穴，二耳前发际，三肩井穴，四风市穴，五三里穴，六绝骨穴，七曲池穴。上述七穴，神效极多，不能具录，依法灸之，无不获愈。中风灸治七穴，其中耳前发际穴，未具名，疑为曲鬓或耳门。

脑空：承灵后一寸半，玉枕骨下陷中，灸七壮。主头风目眩，癫狂病，身寒热引项强急鼻衄不止，耳鸣耳聋。

颊车：耳下二韭叶，陷者宛宛中，灸三壮。主牙关不开，口噤不能言，牙齿疼痛不能嚼及颊肿。

风府：项后入发际一寸，大筋内宛宛中，禁不可灸。主头痛项急，不得顾，暴暗不得言，多悲恐惊悸，狂走，目反视。

上星：直鼻上入发际一寸陷者中，灸七壮。主头风目眩，鼻塞不闻香臭。

听会：耳微前陷中，张口取穴，动脉应手，灸三壮。主耳淳淳浑浑，聋无所闻。

岐伯灸法：疗头旋目眩及头痛不可忍，牵眼眈眈不远视，灸眼小眦，各一壮，立瘥。

禾髻：鼻孔下侠水沟旁五分，灸三壮。主鼻塞口噤，清涕出不可止，鼻衄有疮，口不可闻及尸厥。

玉枕：络却后七分半，侠脑户旁一寸三分，入发际三寸，灸三壮。主头重如石，目痛如脱，不能远视。

天牖：完骨穴下发际宛宛中，灸三壮。主瘰癧寒热，头有积气，暴聋，肩中痛，头风，目眩，鼻塞，不闻香臭。

上关：耳前上廉起骨门口，穴陷宛宛中，灸一壮。主唇吻强，上口眼偏斜，牙齿齲痛，耳鸣聋。

天窗：曲颊下，扶突后，动脉应手陷中，灸三壮。主耳

鸣耳聋无所闻，颊肿耳中痛，暴暗不能言及肩痛引项不得顾。

张文仲疗风眼卒生翳膜，两目疼痛不可忍，灸手中指本节头，节间尖上，三壮，炷如小麦大，患左目灸右，患右目灸左。

曲鬓：耳上发际，曲隔陷中，鼓颌有穴，灸三壮。主颈项急强，不得顾引，牙齿痛，口噤不能言。

兑端：颐前，上唇之下，开口取之，宛宛中，灸三壮。主口噤鼓颌，癫疾吐沫及衄血不止。

天顶：项缺盆直扶突气舍后一寸，陷中，灸七壮。主暴暗，咽肿，饮食不下及喉中鸣。

承浆：下唇棱下宛宛中，灸三壮。主偏风，口眼歪斜，消渴，饮水不休，口噤不开及暴哑不能言。

附：黄帝灸法，疗神邪鬼魅及发狂癫，诸不择尊卑，灸上唇里中央肉弦上一壮，炷如小麦大，又用钢刀决断更佳。

天柱：项后大筋外宛宛中，灸三壮。主头风脑重，目如脱，项如拔，项痛强急，左右不顾。

攒竹：眉头陷中，灸一壮。主头目风眩，眉头痛，鼻衄衄，目眈眈无远见，尸厥，癫狂病，神邪鬼魅。

囟会：上星后一寸陷中，灸三壮。主头目晕眩，头皮肿，生白屑，兼主面赤暴肿。

强间：后顶后一寸五分宛宛中，灸三壮。主头痛如针刺，不可动，项如拔，左右不得顾。岐伯曰：兼治风痫病。

翳风：耳后尖角陷中，按之引耳，灸三壮。主耳鸣耳聋，暴哑不能言，口噤不开及口眼喎斜。

率谷：耳上入发际一寸五分陷者宛宛中，嚼而取之，灸三壮。主醉后头风发，头重，皮肤肿，两角眩痛。

后顶：百会后一寸五分，玉枕骨上陷中，灸三壮。主目

不明，恶风寒，头目眩痛。

前顶：囟会后一寸，直鼻中央陷中，灸三壮。主头风目眩，头皮肿，小儿惊痫病。

耳门：耳前起肉当缺陷中。主耳有脓，耳底耳痒，耳痛耳鸣耳聋，齟齿。不宜灸之，有病不过三壮。

二、胸、腹部(计四十三穴)

天池：乳后一寸著肋，直掖腋肋间，灸三壮。主寒热瘡症，热病汗不出，胸满头痛，四肢不举，腋肿，上气，胸中有喉鸣。

章门：直脐季肋端，侧卧伸下足，屈上足，举臂取之，灸七壮。主肠鸣盈盈然，饮食不化，胁痛不得卧，烦热口干，不嗜食，胸胁支满，腰背肋间痛，不能转侧，身黄羸瘦，四肢怠惰，腹胀如鼓，两胁积气如卵石。

俞府：璇玑旁二寸陷中，仰而取之，灸三壮。主咳逆上气，喘急，呕吐不下食及胸中痛。

胸乡：周荣下一寸六分，陷者宛宛中，灸五壮。主胸胁支满，却引背痛，不得卧，转侧难。

紫宫：华盖下一寸陷中，仰而取之，灸七壮。主饮食不下，呕逆烦心，上气吐血，唾如白胶。

乳根：乳下一寸六分陷中，仰而取之，灸五壮。主胸下满闷，臂肿，乳痛。华佗明堂云：主膈气不下食，噎病。

岐伯灸膀胱气攻冲两胁时，脐下鸣，阴卵入腹，灸脐下六寸，两旁各一寸六分，各灸三、七壮。

华盖：璇玑下一寸陷中，仰而取之，灸三壮。主胸胁支满，欬逆上气，喘不能言。

分水：下管下一寸陷中，仰而取之，灸七壮。主水病

腹胀，绕脐痛冲胸中，不得息，甄权云：主水气浮肿，鼓胀肠鸣，状如雷声，时上冲心，日灸七壮。

石门：脐下二寸陷中，灸七壮。主腹大坚，气淋，小便黄，身寒热，咳逆上气，呕吐血，卒疝，绕脐痛，奔豚气上冲。甄权云：主妇人因产恶露不止。

周荣：中府下一寸六分陷中，仰而取之，灸五壮。主胸胁支满，不得俯仰，咳唾脓。

膻中：两乳间陷中，灸五壮。主胸胁满闷，咳嗽气短，喉中鸣，妇人肺脉滞，无汗，下火即愈。岐伯云，积气成干噎。

巨阙：鸠尾下一寸陷中，灸七壮。主心痛不可忍，呕血烦心，胸中不利，胸胁支满，霍乱吐利不止，困顿不知人。

黄帝问岐伯云：凡人患噎疾，百味珍饈而不能食，灸何穴而立愈其疾？岐伯答曰：夫人噎病五般，一曰气噎，二曰忧噎，三曰食噎，四曰劳噎，五曰思噎，此皆由阴阳不和，故令气膈不调成噎疾。气噎灸膻中，在两乳间；忧噎灸心俞，在第五椎下两旁各一寸半；食噎灸乳根，在两乳下各一寸六分；劳噎灸膈俞，在第七椎下两傍各一寸半；思噎灸天府，在腋下三寸。

不容：上管两旁各一寸，灸三壮。主腹内弦急，不得食，腹痛如刀刺，两胁积气膨然。

五枢：带脉下二寸，水道旁一寸陷中，灸三壮。主阴疝，小腹痛及膀胱气攻两胁。

阴都：通谷下一寸陷中，灸三壮。主身寒热，瘡疔，病心恍惚。

石关：阴都下一寸宛宛中，灸三壮。主多唾呕沫，大便难，妇人无子，脏有恶血，腹厥痛，绞刺不可忍。

带脉：季肋下一寸八分，陷中，灸七壮。主妇人腹坚痛，月水不通，带下赤白，两胁下气转连背痛不可忍。

库房：气户下一寸六分，陷中，仰而取之，灸五壮。主胸腹支满，咳逆上气，呼吸不得息及肺寒咳嗽唾脓。

臑中：输府下一寸陷中，仰而取之，灸三壮。主咳嗽，上喘，不能食。

气冲：归来下一寸；鼠溪上一寸，动脉宛宛中，灸五壮。主腹有大气，腹胀，脐下坚，癰疽阴肿，亦主妇人月水不通及无子。

承满：不容下一寸陷中，灸三壮。主肠鸣，腹胀，上喘气逆，膈气咳血。

食竈：天溪下一寸六分陷中，举臂取之，灸五壮。主胸肋气满，膈间鸣泣，漉漉常有小声。

通谷：幽门下一寸陷中，灸三壮。主笑久口渴，善呕暴哑，不能言。

附：华佗疗男子卒疝，阴卵肿大，取患人足大趾，去甲五分，内侧白肉际，灸三壮，炷以半枣核大，左取右，右取左。

膺堂：腋下二骨间陷中，举腋取之，灸五壮。主胸肋气满，噫哕喘逆，目黄，远视眈眈。

天池：腋下三寸陷中，灸三壮。主上气咳嗽，胸中气满，喉中鸣，四肢不举，腹下肿。

日月：期门下五分陷中，灸五壮。主善悲不乐，欲走，多唾，言语不正，四肢不收。

幽门：巨阙旁各一寸半陷中，灸五壮。主善吐，饮食不下，唾多，吐涎，干哕呕沫及泻有脓血。

上管：巨阙下一寸，灸三壮。主呕吐，饮食不下，腹胀

气喘，心忪惊悸，时吐呕血，腹疔刺痛，痰多吐涎。

中极：脐下四寸陷中，灸五壮。主尸厥不知人，冷气积聚，时上冲心，饥不能食，小腹痛，积聚坚如石，小便不利，失精绝子；面黧。

中庭：膻中下一寸宛宛中，灸三壮。主食饮不下，呕吐，食下还出。

关元：脐下三寸陷中，灸五壮。主奔豚寒气入小腹，时欲呕溺血，小便黄，腹泄不止，卒疝，小腹痛，转胞不得小便。岐伯云：但是冷积虚乏病，皆宜灸之。

璇玑：天突下一寸陷中，仰头取之，灸三壮。主胸肋支满，咳逆，上喘喉中鸣。

鸠尾：蔽心骨下五分陷中，灸三壮。主心惊悸，神气耗散，癫癇病，狂歌不择言。

气海：脐下一寸五分宛宛中，灸七壮。主冷病，面黑，肌体羸瘦，四肢力弱，小腹气积聚，奔豚腹坚，脱阳欲死不知人，五脏气逆上攻。

中府：云门下一寸六分，乳上三肋间，动脉应手，灸五壮。主肺急，胸中满，喘逆，唾浊，善噎，皮肤痛。

天枢：侠脐旁各二寸陷中，灸五壮。主久积冷气，绕脐切痛，时上冲心，女子漏下赤白及腹大坚，食不化，面色苍苍。

曲骨：横骨上、中极下一寸，其毛际陷中，灸七壮。主五淋，小便黄，水病胀满，妇人带下赤白，小便闭涩不通，但是虚衰冷极，皆宜灸之。

三、背腰部(计三十六穴)

大杼：项第一椎下，两旁各一寸半陷中，灸五壮。主项

强痛，不可俯仰，左右不顾，病瘕痼身热，目眩，项强急，卧不安息。

心俞：第五椎下，两旁各去一寸半陷中，灸五壮。主寒热心痛，背相引痛，胸中满闷，咳嗽不得息，烦心多涎，胃中弱，饮食不下，目眈眈，泪出悲伤。

膈俞：第七椎下，两旁各一寸半陷中，灸五壮。主咳逆呕吐，膈上寒，饮食不下，腹胁满，胃弱，食少嗜卧，怠惰不欲动身。

肝俞：第九椎下，两旁各一寸半陷中，灸七壮。主咳逆，两胁满闷，脐中痛，目生白翳，气短唾血，目上视，多怒狂衄，目眈眈无远视。

肾俞：第十四椎下，两旁各一寸半陷中，灸五壮。主腰痛不可俯仰，转侧难，身寒热，饮食倍多，身羸瘦，面黄黑，目眈眈，兼主丈夫妇人久积冷气成劳病。

巨骨：肩端上两行骨陷中，灸一壮。主肩中痛，不能动摇。

风门：第二椎下，两旁各一寸半陷中，灸五壮。主头痛，目眩，鼻衄不止，鼻垂清涕。

魂门：第三椎下，两边各三寸陷中，灸三壮。主背胛满闷，项强急不得顾，劳损虚乏，尸厥走疰，胸背连痛。

至阳：第七椎节下间，微俯而取之，灸十壮。主四肢重，少气难言，脊急强。

胃俞：第十二椎下两旁各一寸半宛宛中，灸七壮。主胃中寒气不能食，胸胁支满，身羸瘦，背脊中气上下行，腰脊痛，腹中鸣。

膀胱俞：第十九椎下，两旁各一寸半陷中，灸七壮，主腰脊急强，腰以下酸重，至足不仁，腹中痛，大便难。

大椎：项第一椎下陷中，灸七壮。主五劳虚损，七伤乏力，泄气背腰间，项强不得顾及瘡疔久不愈。

身柱：第三椎下间宛宛中，灸三壮。主癰疽，怒欲煞人，狂走见鬼。

筋缩：第九椎节下间，俯而取之，陷中，灸五壮。主惊癰狂走，癰病多言，脊急强，两目转上及目眩。

胆俞：第十椎下两旁各一寸半，正坐取之陷中，灸五壮。主胸胁支满，呕无所出，口舌干，饮食不下。

脾俞：第十一椎下，两旁各一寸半陷中，灸五壮。主腹中胀满，引背间痛，食饮多，身羸瘦，四肢烦热，嗜卧怠惰，四肢不欲动摇。

志室：第十四椎下两旁各去三寸半陷中，正坐微俯而得之，灸七壮。主腰痛脊急，两胁胀满，大便难，食饮不下，俯仰不得。

长强：腰俞下，脊骶端陷中，灸五壮。主腰脊急强，不可俯仰，癰狂病，大小便难，洞泄不禁，五淋久痔，小儿惊癰病。

黄帝灸法：疗中风，目戴上及不能语，灸第二椎并第五椎上，各七壮，齐下火，炷如半枣核大，立差。

陶道：项大椎节下间，俯而取之陷中，灸五壮。主头重目眩；瘧疔，寒热洒淅。

肺俞：第三椎下，两傍各一寸半宛宛中，灸三壮。主肺寒热，肺痿上喘，咳嗽唾血，胸胁气满，不得卧，不嗜食，汗不出及背急强。

神道：第五椎下间陷中，灸五壮。主身热头痛，进退往来，瘡疔恍惚悲愁。

諛譟：第六椎下，两边各三寸陷中，灸五壮。主疔久不

愈，背气满闷，胸中气噎，劳损虚乏，不得睡。

阳纲：第十椎下两旁各三寸陷中，正坐微俯而取之，灸七壮。主食饮不下，腹中雷鸣，腹满胀，大便泄，消渴身热，面目黄，不嗜食，怠惰。

三焦俞：第十三椎下两旁各一寸半，正坐取之陷中，灸五壮。主背痛身热，腹胀肠鸣，腰脊强痛。

神堂：第五椎下，两旁各三寸陷中，正坐取之，灸三壮。主肩背连胸痛不可俯仰，腰脊急强，逆气上攻，时噎。

命门：第十四椎节下间，微俯而取之，灸三壮。主身热如火，头痛如破，寒热疟疾，腰腹相引痛。

白环俞：第二十一椎下两旁各一寸半，灸三壮。主腰脊急强，不能俯仰，起坐难，手足不仁，小便黄，腰尻重不举。

肩外俞：肩胛上廉，去脊骨三寸，灸三壮。主肩中痛，发寒热，引项急强，左右不顾。

魄户：第三椎下两旁各三寸，正坐取之，灸五壮。主肩膊间急痛，背气不能引顾，咳逆上喘。

意舍：第十一椎下两傍各三寸陷中，正坐阔肩取之，灸七壮。主胸胁胀满，背痛，恶寒，饮食不下，呕吐不止。

悬枢：第十一椎节下陷中，灸三壮。主腹中积气上下行，腹中尽痛。

胞肓：第十九椎下两旁各三寸陷中，俯而取之，灸五壮。主腰痛不可忍，俯仰难，恶寒，小便涩。

中膂俞：第二十椎下两傍各一寸半。主腰痛不可俯仰，夹脊脊痛，上下按之，应者从项后至此穴痛，皆灸之，立愈。

扁骨：肩端上两骨间陷中，灸三壮。主肩中热，指臂痛。

腰俞：第二十一椎节下间陷中，灸五壮。主腰痛不能久立，腰以下至足冷不麻，坐起难，腰脊急强，不可俯仰，腰

重如石，难举动。

四、上部(计三十二穴)

支沟：腕后三寸，两骨间陷中，灸五壮。主热病汗不出，肩臂酸重，胁腋急痛，四肢不举，口噤不开，暴哑不能言。

三里：亦名手三里，曲池下二寸，按之内起兑肉之端，灸三壮。主肘臂酸重，屈伸难。秦承祖明堂云：主五虚虚乏，四肢羸瘦。

中渚：手小指次指本节后间陷中，灸三壮。主目眈眈无所见，肘臂酸痛，手五指不握，尽痛。

偏历：腕后三寸陷中，灸五壮。主发热恶寒，疟久不愈，目视眈眈，手不及头，臂膊肘腕，酸痛难屈伸及癫疾多言。

肩井、曲池：见头部耳前发际灸中风七穴内。

少冲：手小指内廉之侧，去爪甲如韭叶，灸三壮。主烦心，上气，卒心痛，悲恐畏人，善惊，手拳不得伸，掌中热痛。秦承祖明堂云：兼主惊痫，吐舌沫出。

秦承祖灸狐魅鬼邪及癫狂病，诸医不瘥，以并两手大拇指，用软线绳子急缚之，灸三壮，艾炷着四处，半在甲上，半在肉上，四处尽烧，一处不烧，其疾不愈，神效不可量。小儿胎痫、妳痫、惊痫依此灸一壮，炷如小麦大。

曲池：肘外，屈肘曲骨之肘横纹头陷中，灸七壮。主肘中痛，曲伸难，手不得举，偏风，半身不遂，投物不得，挽弓不开，肘臂偏细，秦承祖明堂云，主大小人偏身风癩，皮肤痂疥。

后溪：手外侧腕前起骨下陷中，灸三壮。主瘡疔寒热，

目生白翳，肘臂腕重难屈伸，五指尽痛不可掣。

间使：掌后三寸两筋间陷中，灸七壮。主卒狂惊悸，臂中肿痛，屈伸难。岐伯云：主祛鬼邪。

支正：手太阳腕后五寸，去养老穴四寸陷中，灸五壮。主惊恐悲愁，肘臂挛，难屈伸，手不握，十指尽痛。秦承祖云：兼主五劳，四肢力弱，虚乏等。

青灵：肘上三寸，伸肘举臂取之，灸三壮。主肩不举，不能带衣。

通里：腕后一寸陷中，灸七壮。主头目眩痛，悲恐畏人，肘腕酸重及暴哑不能言。

肘髎：肘大骨外廉陷中，灸五壮。主肘臂酸重，不可屈伸，麻木不仁。

天井：肘外大骨之后，肘后一寸两筋间陷中，屈肘得之，灸五壮。主肘痛引肩，不可屈伸，头顶及肩臂痛，臂痿不仁，惊悸悲伤，病羊鸣吐舌。

商阳：手大指次指内侧，去爪甲如韭叶，灸三壮。主胸膈气满，喘急，耳鸣聋，疟病口干，热病汗不出。

孔最：腕上七寸陷宛宛中，灸三壮。主热病汗不出，肘臂厥痛屈伸难，手不及头，难握。

肩髃：肩髃上，举肩取之陷中，灸五壮。主肩重不举，臂痛。

三阳络：肘前三寸外廉陷中，支沟上一寸，灸五壮。主嗜卧，身不欲动，卒聋暴哑及齿痛。

液门：手小指次指之间陷中，灸三壮。主肘痛，不能自上下，瘡疔，寒热，目涩眵眵，头痛泣出。

臑会：臂前廉，去肩头三寸宛宛中，灸七壮。主瘰及臂肿。

外关：腕后二寸陷宛宛中，灸三壮。主肘腕酸重，屈伸难，手十指尽痛，不得握，兼主耳淳淳浑浑，聋无所闻。

二间：手大指次指本节陷中，灸三壮。主喉痹咽肿，多卧善睡，鼻衄及口眼喎斜。

中冲：手中指之端，去爪甲如韭叶陷中，灸一壮。主热病烦心，心闷而汗不出，身热如火，头痛如破，烦满，舌本痛。秦承祖云：兼主神气不足失志。

温溜：腕后五寸六寸间，动脉中，灸三壮。主寒热头痛，善嘔衄，肩不举，癰病病，吐舌鼓颌，狂言，喉痹不能言。

少府：手小指本节后陷中，灸三壮。主瘡疮，久不愈者，烦满少气，悲恐畏人，臂酸，掌中热，手握不伸。

列缺：腕上一寸筋骨罅间宛宛中，灸三壮。主偏风，半身不遂，口喎，腕劳肘臂痛及瘡疮，面色不定。

合谷：亦名虎口，手大指两骨罅间宛宛中，灸三壮。主瘡疮，寒热病汗不出，目不明，生白翳，皮肤痂疥，遍身风疹。

养老：手太阴踝骨上一穴，后一寸陷中，灸三壮。主肩欲折，臂如拔，手不能自上下。

少商：手大指内侧，去爪甲如韭叶陷中，灸三壮。主疟，寒热，烦心善嘔，唾沫唇干，呕吐，饮食不下，肠胀微喘，心下膨膨然。

少海：肘大骨外，去肘端五分陷中，屈肘乃得之，灸五壮，主四肢不举，癰痛吐舌，沫出羊鸣。

尺泽：肘中约上两筋动脉中。甄权云：臂屈肘横中，筋骨罅陷中，不宜灸，主癰病不间，手臂不得上头。

五、下肢部(计四十八穴)

至阴：足小指外侧，去爪甲如韭叶宛宛中，灸三壮。主

症发寒热，头重烦心，目翳眈眈然，鼻不利，小便淋，失精。

丰隆：外踝上八寸陷中，灸七壮。主厥逆胸痛，气刺不可忍，腹中如刀疴，大小便难，四肢不收，身体怠惰，腿膝酸痛屈伸难。

昆仑：足外踝后跟骨上陷中，灸三壮。主寒热癫疾，目眈眈，鼻衄多涕，腰尻重，不欲起，俯仰难，恶闻人音，女子绝产。

厉兑：足大指次指之端，去爪甲如韭叶，灸一壮。主尸厥如死，不知人，多睡善惊，面上浮肿。

涌泉：脚心底宛宛中，白肉际，屈足蹠指得，灸三壮。主心痛，不嗜食，妇人无子，咳嗽气短，喉痹身热，胸胁满闷，头痛日眩，男子如蛊，女子如妊娠，足指尽疼，不能践地。

悬钟：外踝上三寸宛宛中，灸五壮。主腹满，中焦客热，不嗜食，兼腿膝连膝胫痹麻，屈伸难。

蠡沟：内踝上五寸陷中，灸七壮。主卒疝，小腹痛，小便不利，脐下积气如卵石，足寒胫酸，屈伸难。

脚踝：岐伯灸法，疗脚转筋，时发不可忍，灸脚踝上一壮。内筋急，灸内，外筋急，灸外。

仆参：跟骨下陷中，拱足得之，灸三壮。主腰痛不可举足，承山下重，脚痿，癫疾尸厥，霍乱惊痫。

太冲：足大指本节后二寸，骨罅间陷中，灸五壮。主卒疝，小腹痛，小便不利，如淋状及月水不通。

巨虚：三里穴下三寸，胫骨外，大筋内，筋骨之间陷中，灸三壮。主脚胫酸痛，屈伸难，不能久立。甄权云：主大气不足，偏风，股腿脚十指坠。

复溜：足内踝上二寸，动脉中陷，灸七壮。主腰疼痛引脊内，痛不可俯仰，善怒多言，足痿不收，履胫寒，不自温，腹中雷鸣，兼治腹鼓，四肢肿，水肿病，女子赤白漏下，五淋，小便如散灰色。

大都：足大指节后陷中，灸三壮。主热病汗不出，手足逆冷，腹满善呕，日眩烦心，四肢肿。

凡妇人怀孕，不论月数，或坐产后，未满百日，不宜灸之。若绝子，灸脐下二寸三寸间，动脉中三壮。

风市：膝外两筋间，平立舒下两手著腿，当中指头陷宛宛中，灸三壮。主冷痹，脚胫麻，腿膝酸痛，腰尻重，起坐难。

光明：外踝上五寸陷中，灸七壮。主膝胫酸痹不仁。

阴跷：足内踝下陷中，灸三壮。主卒疝，小腹痛，左取右，右取左，立已。女子月水不调，嗜卧怠堕，善悲不乐，手足偏枯，不能行及小便难。

三里：膝下三寸，胫骨外，大筋内，筋骨之间宛宛中，灸三壮。主脏腑久积冷气，心腹胀满，胃气不足，闻食臭，肠鸣腹痛。秦承祖云：诸病皆治，食气水气，蛊毒癥瘕，四肢肿满，腿膝酸痛，目不明。华佗云：亦主五劳羸瘦，七伤虚之，大小人热，皆调三里。外台明堂云：凡人年三十岁以上，若不灸三里，会气上眼暗，所以三里下气。

悬钟：足外踝上三寸动脉中，灸三壮。主腹胀满，胃中热，不嗜食，膝胫连腰痛，筋挛急，足不收，坐不能起。

张文仲灸法：疗卒心痛不可忍，吐冷酸绿水，灸足大指次指内横纹中，各一炷，炷如小麦大，下火立愈。

委中：曲脉内，两筋骨宛宛中，令病人合面卧，舒挺两脚取之，灸三壮。主脚弱无力，腰尻重，曲脉中筋急，半身

不遂。

华佗疗男子卒疝，阴卵偏大，取患人足大指，去爪甲五分，内侧白肉际，灸三壮，炷如半枣核大，患左取右，患右取左。

侠溪：足小指岐骨间，本节前陷中，是足少阳脉之所流，灸三壮。主耳鸣耳聋。

地机：膝内侧转骨下陷中，伸足取之，灸三壮。主腰痛不可俯仰，足痹痛，屈伸难。

三阴交：内踝上三寸陷中，灸三壮。主膝内廉痛，小便不利，身重，足痿不能行。

承扶：尻臀下横纹中，灸三壮。主腰脊尻臀股阴寒痛，五肿痔疾，泻鲜血，尻腓中肿，大便难，小便不利。

筑宾：足内踝上，灸三壮。主小儿胎疝，癫病，吐食及呕吐不止。

束骨：足下小指外侧，本节后陷中，灸三壮。主惊痫，癫狂病，身寒热，头痛目眩。秦承祖云：主风赤，胎赤，两目毗烂。

环跳：髀骨宛宛中，灸三壮。主冷痹，风湿，偏风，半身不遂，腰胯疼痛。岐伯云：主睡卧伸缩，回转不得。

漏谷：足内踝上六寸陷中，灸三壮。主足热痛，腿冷痛，不能久立，麻痹不仁。

京骨：足外侧大骨之下，白肉际陷中，灸五壮。主疟寒热，善惊悸，不欲食，腿膝胫痿，脚挛不得伸，狂走，善自啮及膝胫寒。

阴胞：膝上四寸陷中，灸七壮。主腰痛连小腹胀，小便不利及月水不调。

阴市：膝上三寸伏兔穴下陷宛宛中，灸五壮。主卒疝，

小腹痛，力痿气少，伏兔中痛，腰如冷水。

临泣：足小指次指本节后，去侠溪一寸半陷中，灸三壮。主胸膈满闷，腋下肿，善自啮颊，兼主疟病日两发者。

交信：足内踝上二寸后廉，筋间陷中，灸三壮。主卒疝，大小便难及股胫内廉痛。

太溪：足内踝后跟骨上动脉中，灸三壮。主痰疟咳逆，烦心不得卧，小便黄，足胫寒，唾血及鼻衄不止。

张文仲救妇人横产：先手出，诸般药不捷，灸妇人右脚小指尖头三壮，炷如小麦大，下火立产。

飞扬：外踝上七寸陷中，灸五壮。主体重起坐不能步，失履不收，脚端酸重，战慄不能久立。

跗阳：外踝上三寸后，筋骨间宛宛中，灸五壮。主腰痛不能久立，腿膝胫酸重，筋急，屈伸难，坐不能起及四肢不举。

张文仲传神仙灸法：疗腰重痛，不可转侧，起坐难及冷痹，脚筋急挛不可屈伸，灸曲脉两纹头，左右四处各三壮，每灸一脚，二火齐下，艾炷烧到肉，初觉痛，便用二人两齐吹至火灭。午时着灸至人定以来，自行动脏腑一两回，或脏腑转动如雷声，其疾立愈，此法神效，卒不可量。

陷谷：足大指次指间，本节后陷中，灸三壮。主痒疝，小腹痛，头面虚肿及瘡疔发寒热。

承山：足腨肠下分肉间陷中，灸五壮。主寒热癰疾，脚腨酸痛，不能久立，腰膝重。起坐难，筋挛急，不可屈伸。

交信：内踝上五寸陷中，灸五壮。主卒疝，小腹痛，小便不利及妇人漏下赤血、月水不调。

解溪：系鞋带处陷中，灸三壮。主上气咳嗽息急，腹中积气上下行及目生白翳。

阳陵泉：膝下一寸外廉陷中，灸一壮。主膝腹内外廉痛不仁，屈伸难，喉中鸣，惊恐如人将捕之。

丘墟：外踝如前，去临泣三寸，灸三壮。主胸胁痛，善太息，胸满膨膨然，足跗不收，足胫偏细。

第四章 输穴性赋

第一节 节要穴性赋

穴性喻药性，处方不识药性，何以调燮寒热虚实，针灸不明穴性，焉起诸病之机。古人用肘膝关节而分五输，并荣之法，背输腹募，理脏腑之病。元·晁汉卿云：“阳跷阳维并督脉，去心腹肋肋在里之疑。脏腑病而求门海俞募之微，经络滞而求原别交会之道，更穷四根三结，依标本而刺无不痊，但用八法五门，分主客而针无不效，八脉始终连八会，本是纲纪，十二经络十二原，是谓枢要”。《通玄指要赋》云：“心胸痛，求掌后之大陵，肩背患责肘前之三里，冷痹肾败取足阳明之土，连脐腹痛泻足少阴之水，脊间心后者针中渚而立痊，肋下肋边者刺阳陵而速止，头项痛拟后溪以安康，腰脚痛在委中而已矣”。其又如四总、十二穴等，悉乃前人治病经验。总之熟悉诸穴性能，要在深明经络起止交会循行出入，相交相贯之理，方可起疾病之危急。本篇采取常用穴106个，分气血虚实寒热风湿八类，文仿歌赋，利于记诵。

一、气类

【原文】	短气气短不能续，	少气气少不足言，
	气痛走注内外疼，	气郁失志怫情间，
	上气气逆巨骨降，	下气气陷气海升，
	噯臭伤食肠胃郁，	食减消导自然安，

喜以恐胜悲以喜， 劳损短少膏肓司。

【直译】短气者，气短不能续息。少气者，气少不足言谈，皆不足之证。气痛者，气为邪阻，气道不通。或内而脏腑，或外而经络，攻冲走注而疼痛。气郁者，肝气郁结，怫郁不乐，情志不遂间能致气痛。上气者，浊气上逆，巨骨为手阳明阳跷之会，开肺降逆气，可降浊气。下气者，清气下陷，气海为任脉穴位在脐下一寸半，补气振阳益肾气，能升清气。噎腐臭秽，饮食所伤，肠胃郁结所致，郁在胃者上噎气，郁在肠者下矢气。饮食减少，治宜消导，自然病安。喜以恐胜，悲以喜胜，是以情志调治情志。久损成癆，消损不复而短气、少气者，可用膏肓俞司理、益气振阳，治癆益损。

【原文】气棣神经机能，怫情抑郁多般，原夫气会膻中，尺泽润肺，陷谷开胃，神门镇心，大敦泄肝，公孙运脾，复溜收肾气固精。

【直译】气棣属于精神经络机能之表现，因情志怫郁，抑郁而致气病是多般多样。气会膻中，可用于一切气病。尺泽为肺经合穴，调肺利气。陷谷为胃经荣穴，能开胃进食。神门为心经原穴，镇心安神。大敦为肝经井穴，泄肝胆之火。公孙为脾经络穴，别走阳明，通于冲脉，运脾化湿。复溜为肾之经穴，收纳肾气而固精。

【原文】理五脏之气求通谷，调肠胃之气必天枢，宣泄头部热气以攒竹，解郁升清降浊用中脘，上星泄热明目，膻中灸可宽膈，劳宫灸癰疾，列缺行水气，鱼际止咳，大柱镇逆。

【直译】调理五脏之气用膀胱经之荣穴通谷。通调肠胃之积滞用大肠经募穴天枢。宣泄头脑之热用攒竹。解郁和

肝，调理脾胃，升清降浊，用府会中脘。上星宣泄风热，明眼目。灸膻中穴可益气宽胸膈。劳宫为心包络荥穴，灸可调心神治癫疾。列缺为肺经络穴，别走阳明，通于任脉，行水利气。鱼际为肺经荥穴，清肺止咳。天柱则镇逆气上乱于头。

【原文】尝用大椎泄胸中热气兼理疟疾之病，大陵清心肃浊逆能起痴呆之症，驱腹中冷气灸关元，宣大肠诸气泄合谷。

【直译】大椎为手足三阳督脉之会，调营卫以泄心胸郁热，祛寒热兼调理疟疾病。大陵为心包络原穴，清肃浊气上冲于心，治神明无主之痴呆症。驱散腹中之冷气灸关元，关元乃足三阴任脉之会、小肠募穴。宣降大肠积滞，通调诸气，泄大肠原穴取合谷。

【原文】焉知曲池行气，肩井下气，肩髃舒经气，隐白提脾气，阳陵泉导气，太冲能镇逆，况有天突理喉，太阳治眼，斯三十有一穴，乃主诸气宜熟习，确是临床经历。

【直译】曲池为大肠经合穴，调气行气。肩井可镇肝降逆气。肩髃则舒筋调气。隐白为脾经井穴，升提脾气。阳陵泉为胆经合穴，导肝胆之热气下行。太冲为肝经原穴，其性下降，镇肝气上逆。天突可清利咽喉。太阳散风热，明眼目。这三十一个穴，主治诸气，均宜熟习，这确实是临床实践的经历。

二、血类

【原文】有形之血统乎气， 见血须要先调气，
补血生血中极效， 助阳生阴三里矫，
血会膈俞统理全身血， 三阴交穴肝脾肾能调，
委中承山清血热， 行间、涌泉性凉活。

【直译】有形之血的运行，全赖于气，血随气行，气为血

帅，故气统血，气行则血行，气滞则血滞，若治血病，先要调气。补肾气、益精血，膀胱募穴中极有效。补助胃阳，滋生脾阴，用胃经合穴足三里。血会膈俞，治理全身一切血症。三阴交为肝脾肾三阴经之交会，能健脾土补肝阴肾阳，调理三经之病。膀胱合穴委中与承山穴，能清血分之热。肝经荣穴行间、合穴曲泉，则能凉血、活血。

【原文】 乃用承浆通血脉，交信调经，上星止衄，郄门、间使止呕咯，神门通里安心膈。

【直译】 承浆通血脉，祛风正口喎。交信为阴跷郄穴，能通调经血。上星散风热，止鼻衄。郄门为心包经郄穴，清降凉血；间使为心包之经穴，降痰热，行血脉，二穴可清降凉血，祛血分热，行血而止呕血止咯血。神门为心经原穴，调心气，安心神。通里为心经络穴，别走太阳，宁心安神，清三焦，利胸膈。

【原文】 顾隐白止崩，昆仑逐破，大椎散瘀，兼曲池有功无过，佐肩髃力能通和，大将示矩，权变在我，不可拘滞，妙在辨证灵活。

【直译】 脾统血，隐白为脾经井穴，理脾统血而止崩漏。昆仑为膀胱之经穴，通太阳经气 逐瘀破血，大椎为手足三阳督脉之会，气行则血行，通阳气，散瘀血，配上多气多血的手阳明大肠经合穴曲池，对行气散瘀有益而无害，或配合肩髃，更能通经络，和气血，祛周身风邪。

老师教给认病治病的原则大法（规矩：划圆形和方形的仪器，比喻认病治病的原则大法）、临床治疗疾病，权宜变化，全在自己，不可拘泥板滞，要辨证论治，灵活应用。

三、虚类

【原文】 理虚三本肺脾肾， 华盖百脉一身根，
阳虚统脾精火气， 阴损肺统嗽骨蒸，
先天之因属禀赋， 后天酒色劳伤情，
痘疹病后失调摄， 外感重伤不醒劳，
境过人情须细审， 前药贻成妄伐削。

【直译】 调理虚损病的根本，在肺脾肾，肺为华盖，百脉朝肺，主一身之气，故为气之根源。阳气虚弱者，当从脾调补五脏之精气。阴气亏损者，当从肺治以止嗽，除骨蒸潮热。先天多因父母体弱，禀赋不足。后天多因暴饮暴食，酗酒房劳过度这些情况，还有因为痘疹等病后失于调理摄养，或感冒未愈，二次又感，久而不愈易成癆症。前人有久嗽不醒易成癆之说。在诊治时一定要详细审问病人情况，否则或针或药，误用了更损人之正气，殊伐无过，太不应该了。

【原文】 爰诸太渊润肺，公孙运脾，太溪滋阴益肾，中极虚寒可煦，更灸神阙助气，关元益精，膏肓填损理劳，气海诸虚可据。

【直译】 太渊为肺经原穴，润肺止嗽。公孙为脾经络穴，温运脾阳。太溪为肾经原穴，滋阴益肾。中极为膀胱募穴，益精补气血，下焦虚寒可温散。灸神阙可益肾精补气血。关元为小肠募穴，固下元，益肾精。膏肓俞可益气振阳，填损理劳。气海可补气振阳益肾精，为治虚要穴。

【原文】 助五脏医疴劳章门取，补三阴壮精血三阴交，
足三里、解溪健中洲之胃气，阴陵泉、涌泉扶脾肾以滋阴。

【直译】 五脏虚损，成疴成劳者，可取脏会，脾经募穴章门。补肝脾肾三经，益精气壮气血，可用三阴交、足三里

为胃经合穴，益胃补气血；解溪为胃之经穴，扶脾气益胃气，二穴健脾胃，补中气。阴陵泉可温中焦，理脾气。涌泉为肾经井穴，补肾益精而滋阴。

【原文】 况夫中脘振阳，上廉益胃，神门强心，复溜欬汗，曲泉养肝补血，抑又闻照海、阴谷、交信、然谷补肾滋阴功列寒谷亦生春。

【直译】 胃之募穴、府会中脘，能振阳益胃补六府。上廉为大肠下合穴，通肠化滞以和胃。心经原穴神门，能养心强心。肾之经穴复溜，固卫气而欬汗。肝经合穴曲泉，养肝补血。又知照海，通于阴跷，益肾阴。阴谷为肾经合穴，滋肾清热。交信为阴跷郄穴，补肾滋阴。然谷为肾经荥穴，益肾振阳。以上四穴，皆能滋肾阴，补肾阳，其功能尤如寒谷生春。

四、实类

【原文】 实症原荥取，闭症井中开，先哲铭言，冠诸篇端，考乎君主之实，择少冲、通里，泄心包之邪，需中冲大陵。

【直译】 实症，气血痰火为之邪，邪气盛则实，取原穴、荥穴治疗。闭症，外邪束表，阴阳失常，则可取井穴宣泄，这是前人实践体会，写在篇首，以启后学。

心者君主之官，其病实症，可选心经井穴少冲，以开心窍，泄邪热。心经络穴通里，宁心安神，熄风和营。若心包络有实邪，需用心包络井穴中冲。清泄心包，用心包原穴大陵，以清热安神。

【原文】 列缺少商宣肺气，外关关冲利三焦，行间疏肝，公孙理脾，阳陵泉泄中清以通便，滑肉门性通降助肠蠕。

【直译】 列缺为肺经络穴，八脉交会通于任脉；少商为肺经井穴，二穴宣散肺气。外关为三焦络穴，八脉交会通于阳维；关冲为心包井穴，二穴能通利三焦。行间为肝经荥穴，能疏泄肝气。公孙为脾经络穴。八脉交会通于冲脉，调理脾胃。胆经合穴阳陵泉，又为筋会，能泻中清之府（胆）以通大便。滑肉门穴在脐上一寸（水分穴）旁开二寸，性主通降，能助肠蠕动。

【原文】 内关快膈止痛，上腕利气宣壅，天枢、中脘、太白、长强逐秽通肠开六府，支沟、阳陵、丰隆、合谷除痰泻胃定狂妄，外关阳维表实证，照海阴跷里邪松。

【直译】 内关为心包之络穴，八脉交会通于阴维，能和胃快膈止痛。上腕，开收纳之门，利气宣壅导滞。天枢为大肠募穴。中脘为胃之募穴，又为府会。太白为脾经原穴。长强为督脉络穴。四穴能逐臭秽，通肠滞，开通六府。支沟为三焦之经穴。阳陵泉为胆经合穴，又为筋会。丰隆为胃之络穴。合谷为大肠原穴。四穴能除痰热，泻胃火，以安定患狂疾之人。外关为三焦络穴。八脉交会通于阳维，治表实证。照海为肾经穴位，八脉交会通于阴跷，治膈喉咙在里之疾。

五、寒类

【原文】 诸寒收引属肾水，经典古训，寒者热之，乃为正治。大椎发表振阳，中脘温中暖胃，气海、关元医腹中之冷，章门、隐白驱脏腑之寒。

【直译】 一般寒症，收缩拘急，都和肾水有关。古代文献早有记载，治寒症用热的办法是正治法。大椎为手足三阳督脉之会，疏三阳表邪，通一身阳气。中脘为胃之募穴，又为府会，能温中暖胃，散寒止痛。气海则益气温下焦。关元

为小肠募穴，温中，下焦，能治腹中寒凝气滞之疾。脾经募穴、脏会章门，脾经井穴隐白，可驱散脏腑寒邪，治脏寒结聚。

【原文】 后溪发表寒，公孙理腹寒，肾俞厉兑温下元能回厥逆，列缺除肺寒，膻中灸胸寒，曲泉、阴陵治血寒，主温脾元。

【直译】 后溪为小肠之俞穴，八脉交会通于督脉，能解表散寒。公孙为脾经络穴，八脉交会通于冲脉，能温脾散腹中之寒。肾俞可温下焦治足冷如冰。厉兑为胃经井穴，和肾俞俱能温下元，救四肢厥冷。列缺为肺经络穴，八脉交会通于任脉，能理肺散寒。膻中在两乳之间，灸能散胸中之寒。曲泉为肝经合穴，理血寒治腹寒。阴陵泉为脾经合穴，温中焦，理脾气。

【原文】 焉知助肾火驱痼冷须寻然谷，祛寒疝归来可爰，又闻散头寒回诸阳卧针百会，暖下元祛寒疝火攻大敦。

【直译】 又知助肾中之火，祛下焦痼冷沉寒可寻肾经荣穴然谷。祛除寒疝腹痛可选归来。百会为诸阳之会，散头寒，回诸阳，但须卧针横刺。肝经井穴大敦，灸可暖肝温下元，治寒疝腹痛。

六、热类

【原文】 热者寒之，当辨虚实，实热症首重荣井，虚热疾治取背俞。

【直译】 治热症当用寒法，但要分清虚热实热，实热症首先要重视荣穴、井穴，虚热疾要考虑五脏六腑背部俞穴。

【原文】 大椎、后溪发表症，三里、丰隆里诸般，
风门、内关肃胸热，支沟、阳陵胁肋痊，
五脏热背脊俞膜，法用点刺能清，

四肢热云门、肩髃，委中、悬钟可蠲。

【直译】 大椎为手足三阳督脉之会，后溪为小肠之俞穴，八脉交会通于督脉，俱能发表散热。足三里为胃之合穴，丰隆为胃之络穴，皆能清里及六腑之热，降肠胃痰热，治在里诸般热邪。风门可清胸背热。内关为心包之络穴，亦清心胸热。支沟为三焦之络穴，阳陵泉为胆经合穴，二穴俱属少阳，降肝胆热，可治胁肋之病。五脏有热，可取十二经之合穴和背部俞穴，用点刺出血或点刺不留针，均能清泄邪热。四肢热邪，可用云门开胸降气泻四肢热，肩髃可疏泄阳明清四肢热。委中为膀胱合穴，清血热，通经络。悬钟为髓会，能清三阳经热，祛四肢热。

【原文】 头面诸窍兮曲池合谷，止渴生津兮金津、玉液，尺泽委中清血而祛暑，阴交神门平肝而安神。

【直译】 头面诸窍热邪，可选大肠合穴曲池，以清血分头面诸窍热。大肠原穴合谷，清气分头面诸窍热。金津、玉液在舌下两边紫脉上，出血可退心胃热，生津止渴。尺泽为肺经合穴，出血清血热，泻心火治暑热；委中为膀胱合穴，刺出血以清血热，暑邪多伤气分，二穴清血热以调气。三阴交可清血热，平肝热。神门为心经原穴，清心安神。

【原文】 天枢通大肠，上脘宽胸膈，解溪清胃，丝竹清眼，然谷泻肾，针罢即时安。阳陵泉降肝胆热，净胃肠巨虚上廉，大凡临症要在究源，对症施方治病何难。

【直译】 天枢为大肠募穴，能通大肠积滞，清大肠热。上脘可清心胃热而宽胸膈。解溪为胃之经穴，可清降胃热。丝竹空为三焦经之穴，散风热以明目。然谷为肾之荥穴，泻肾经热，上穴针后，病可即时转向安然。阳陵泉为胆经合穴，能降泻肝胆热邪。巨虚上廉为大肠下合穴，能通降肠胃

积滞。凡是临床治疗，定要追究其病源，知病在何处，对症施治，治病何难。

七、风类

【原文】 察蠲邪扶正之道，莫如金针；

考决凝开滞之机，补泻迎随。

【直译】 观察祛邪扶正治病的道理，首为金针。前人有一针二灸三吃药之说。考查开决凝结行滞消导之机，应知道补泻之法，如迎面夺之为泻，随而济之为补。

【原文】 解诸外感风邪，须向风池风府，熄镇肝风内动，求取风门太冲，肩髃、曲池上肢风邪主穴，环跳、风市腰腿风湿有灵，八风、八邪末梢手足诸风尽，三里、阴交搜四肢风必有功。

【直译】 风池可搜风，治头风、外感风邪；风府可治外感风邪头痛，凡外感风邪俱可选此二穴。风门治肝风内动。太冲为肝之原穴，平肝熄风。若肝风内动，镇肝熄风取风门、太冲。肩髃、曲池可搜上肢之风邪，通经络调气而治痹痛。环跳、风市搜腰腿风湿，治痿痹诸症效灵。八风八邪治腿膝肘臂四肢末梢麻木疼痛，很有效果。足三里、三阴交可调气血通经络，治四肢风湿痹痛，很有功效。

【原文】 水沟回卒不省人事，承浆正口喎之偏风，颊车开口噤，百会理头风，疗颜面麻痹加地仓堪奇，昆仑止挛急，膝关祛腿疾，治脐风撮口独然谷可续。

【直译】 水沟祛头面风邪，治卒中不省人事。承浆治偏风又正口喎。颊车散风邪治口噤不开。百会调理头部风邪。治疗面部麻痹加地仓效佳。昆仑为膀胱之经穴，能止筋脉拘挛。膝关即膝阳关，为胆经穴位，祛风寒治腿膝诸疾。治疗

小儿脐风，撮口可选肾经然谷。

【原文】 少商喉科要穴，平小儿惊搐，委中腰腿之空，愈痧症出血。囟会突陷，验婴儿病危之兆，可疗鼻塞头风疴。风居百病之长，晓其善行数变。

【直译】 少商为肺经井穴，宣泄肺热，为治喉科要穴，能平小儿惊风、抽搐。委中为膀胱之合穴，治腰腿疾患。四总穴歌云：腰背委中求。刺出血可治痧症、霍乱、吐泻、中暑。囟会穴在前头顶，突起或凹陷，俱是小儿病情危重之征兆，囟会又可治鼻塞不通，头痛头晕。

风为百病之长，与湿合为风湿，与寒合为风寒，与热合为风热，又有风火等，要知道风性是善行而数变的。

八、湿类

【原文】 湿从土化，立法脾胃是关键，穴选渗利，上、下巨虚阴陵泉。二市、悬钟祛腰腿风湿下受，曲池、昆仑散四肢湿邪之浸。

【直译】 湿多因脾胃土虚而成，治疗应以健脾和胃是关键，应选用能渗湿、利湿的穴位，如上巨虚为大肠下合穴，理脾和胃，通肠化滞，疏调经气；下巨虚为小肠下合穴，小肠是受盛之官，分泌清浊，湿邪可去；阴陵泉为脾经合穴，运中焦，化湿滞。风市、阴市、悬钟穴祛风胜湿，可祛腰腿下受风湿，酸痛沉重。曲池为大肠合穴，昆仑为膀胱之经穴，二穴行气化湿，治四肢湿邪，酸麻痛胀。

【原文】 三里三阴交健脾胃，中脘配委中剿湿源，太溪益肾利水，内关疏凿水泉，原夫复溜化湿，水沟消肿，隐白温脾，水分功禹。

【直译】 足三里、三阴交健脾运，调肝气，补肾阳而祛

水湿。中脘、委中升清降浊，健脾胃而治水湿。太溪为肾经原穴，益肾气，利水消肿。内关为心包之络穴，别走少阳，调三焦，行气化，以利水湿。复溜为肾经经穴，利导膀胱，祛湿消滞。水沟满肿。隐白为脾经井穴，温脾祛水湿，水分运脾土，利水湿，功如大禹治水。

【原文】 诸穴性赋，门分八类，气血虚实寒热风湿，暇时熟诵，临症变通，法要主次，加减随症，前人经验，触类旁通，撮词俗陋，同志斧正。

【直译】 把各种穴性编成歌赋，分门为八类，即气类、血类、虚类、实类、寒类、热类、风类、湿类。闲暇时熟读背诵，临症自会变通，治法中要分清主次，随症加减，这些都是前人的经验，触类旁通，举一反三，本赋撮词通俗简陋，可供参考。

附：四总穴歌临床配伍

【原歌】 肚腹三里留，腰背委中求，
头项寻列缺，面口合谷收。

【配伍】 肚腹三里留

肚腹疾患先取足三里（人体前面的疾患）。

胃痛：加中脘；

消化不良：加中脘、下脘；

腹胀：加天枢；

腹痛：加气海；

便秘：加天枢、支沟、阳陵泉；

泻泄：加天枢、三阴交；

呕吐：加内关、中脘、下脘；

痛经：加中极、气海、三阴交；

膝痛：加阴陵泉、阳陵泉；

强壮：灸足三里。

腰背委中求

腰背疾患先取委中穴（人体后面的疾患）。

背痛：加大椎、肝俞；

腰痛：加肾俞、大肠俞；

腿痛：加秩边、承山；

膝痛：加阳陵泉、膝眼；

腿酸：加足三里、三阴交；

腹痛：加委中放血（如中暑）；

转筋：加承山；

吐泻：加曲泽；

痔疮疼痛：加长强、承山。

丹毒：加曲池、血海。

头项寻列缺

头项疾患先取列缺穴（人体上部头两侧疾患）。

偏头痛：加太阳、头维。

前额痛：加上星、攒竹；

咽痛：加少商、商阳；

鼻塞：加上星、迎香、风池；

气喘：加肺俞、喘息；

失音：加照海、廉泉；

咳嗽：加尺泽、肺俞、天突；

项痛：加大椎、风池、大杼；

后脑痛：加风池、印堂；

手腕痛：加合谷、阳溪。

面口合谷收

面口疾患可先取合谷（人体上部前面疾患）。

面肿：加人中；

目赤：加攒竹、丝竹空；

牙痛：加下关、颊车；

头痛：加风池、太阳；

咽痛：加少商、商阳；

鼻塞：加风池、迎香、通天；

前额痛：加攒竹、上星；

腹痛：加天枢、气海；

头晕：加风池、上星、天柱；

镇静：加太冲、印堂。

第二节 穴性赋浅释

以歌赋形式总结传授针灸理论与实践，实为针灸发展的一大特点，如玉龙歌、标幽赋等枚不胜数。今日发展中医，提高针灸，保持中医特色是为当务之急，近年来国内外学习针灸者普遍要求了解掌握穴性，我的老师生前教导我：“穴性喻药性，处方不识药性，何以调燮寒热虚实，针灸不明穴性，焉起诸病之机”。可见掌握穴性之重要。

二十多年前在北京中医学院时，有幸收集到“经穴性赋”一书，通过二十年临床实践，凡是用中医理论辨证确切的病人，依此穴性配穴治疗，效果较好，因此在临床治疗和教学中，颇受国内外同学欢迎。为使穴性能公布，经验能推广，本人将此赋有因传抄错漏、字迹不清者作了补充纠正外，其形式词句尽量保持原赋面目。同时参考《素问灵枢类纂约注》、《医宗金鉴》、《针灸学》、《针灸学讲义》、《内科学讲义》，以及结

合个人临床心得体会，对此赋，逐句浅加解释，名为穴性赋浅解。

一、气门

经穴性质，气分为先。

少商宣泄肺气

浅释 肺主气，主肃降，肺气壅则胸满息高，肺气逆则咳嗽、喘息。喉为肺系，肺热上逆，咽喉肿痛。少商为手太阴之脉，所出为井，能宣泄肺经火气上逆，使热邪得清，肺气肃降，则呼吸均匀、胸满息高、咳嗽气喘、咽喉疼痛俱可消失。

附方 肺经邪热上逆，咽喉肿痛取少商、商阳、天突、合谷。

操作 针斜刺一分，或点刺出血。

注 操作指赋句中提到穴位的一般针灸，针之深度标准按同身寸。灸指艾条灸，特殊艾炷灸时则加以标明，下皆同。

胆俞降泄肝胆

浅释 肝主疏泄，性喜条达，其脉布两胁。胆附于肝，相为表里。肝失条达，疏泄无能，气滞两胁，则胸胁疼痛。若肝气犯胃，则气逆呕吐。气滞郁久化火，肝火及胆，循经上逆，则口苦耳鸣、头晕目眩。胆俞为胆的背俞穴，能清胆火，祛湿热，和胃宽胸，可使肝气条达，胆火得泄。

附方 肝胆火旺，头晕、胁痛取胆俞、风池、支沟、阳陵泉。

操作 针斜刺五分。灸五～十五分钟。

公孙降脾胃气逆而止呕

浅释 脾主运化，为胃行其津液。脾病不能为胃行其津

液，胃失和降而上逆甚则呕吐。公孙是足太阴之络穴，别走阳明。八脉交会通于冲脉，能理气机，和冲脉。冲脉洒于阳明，冲脉和，胃气降，呕吐自止。

附方 胃气上逆，恶心呕吐取公孙、内关、中脘。

操作 针直刺五～八分。灸三～五分钟。

丰隆降肺气定喘而化痰

浅释 脾为生痰之源，肺为贮痰之器。脾病则生痰，上阻于肺，肺失肃降，发为喘息。丰隆为足阳明之络穴，别走太阴，能和胃气，祛湿痰。痰湿得祛，不困扰脾气，脾运得以恢复，使肺气得清，喘息可定。

附方 脾湿肺热，痰多咳喘取丰隆、列缺、尺泽。

操作 针直刺五～十二分。灸五～十五分钟。

经渠降肺气而治气逆

浅释 肺司呼吸，外合皮毛，上通喉鼻，肺乃娇脏，怕冷怕热。或因外邪客表，气失宣畅，或因湿痰内阻，肺失清降，肺的宣降失常则气逆，逆则咳喘。经渠为手太阴之脉，所行为经，经之所治，皆主喘息寒热。以其能宣降肺气，恢复清降，咳喘可平。

附方 湿痰上阻，气逆胸满而喘取经渠、膻中、足三里。

操作 针直刺一～二分。

天突降逆气而定哮喘

浅释 哮喘皆责于肺，哮以声响而言，喘以气息而言，故《医宗金鉴》记：喘则呼吸气急促，哮则喉中有响声。天突、任脉乃阴维之会，能降气逆。《玉龙歌》记：哮喘之症最难当，夜间不睡气遑遑，天突妙穴宜寻得，膻中着艾便安康。

附方 胸闷憋气，痰多气喘取天突、膻中、丰隆、定喘。
操作 针斜刺三～五分。灸三～七分钟。

巨阙治咳逆而开胸满

浅释 心肺居于胸中，是清阳之气出入之道。心主血脉，心病则血脉失畅，胸中痛，膺背肩胛间痛。肺主气，肺病则清降之令不行，气逆咳喘。心肺俱病，咳逆胸满。巨阙为任脉穴位，心之募穴，能消除胸膈痰凝，运化中焦湿滞，故可理气畅中，平咳除满。

附方 气逆咳嗽，胸胁胀满取巨阙、膻中、内关、足三里。

操作 针直刺三～八分。灸五～十五分钟。

隐白治咳逆而升陷阳

浅释 脾病不能散精上归于肺，肺虚则咳嗽气喘。中阳下陷，上见气短，下见泄泻，四肢倦怠，耳聋目障。隐白为足太阴之脉，所出为井，补益脾气，则咳喘气逆可止；升举陷阳，则泄泻止，通利耳目，实四肢而不倦怠。

附方 中气下陷，脾虚泄泻取隐白、足三里、百会。

操作 针斜刺一分。小艾炷灸三～五壮。

大肠俞疏通肠胃之气化兮而润便燥

浅释 大肠主管传导，故饮食消化之糟粕经此而排出。若胃肠气滞，或大肠津少，则出现便燥。大肠俞是大肠的背俞穴，能疏通肠胃，理气化滞。气行津还，大便得润而不燥。

附方 肠热津少，大便干燥取大肠俞、肾俞、支沟、阳陵泉。

操作 针直刺七～十分。灸五～十五分钟。

膀胱俞疏通膀胱之气化兮而利小便

浅释 膀胱主蓄水液，兼有气化之功能，与排尿有关。

它与肾相表里，肾气不足则膀胱气化不利。小便不利，轻者尿出不畅为癃，重者点滴不下为闭。膀胱俞是膀胱的背俞穴，能调膀胱，宣下焦，行气化，利小便。

附方 膀胱气滞，小便不利取膀胱俞、列缺、中极。

操作 针直刺五～十分。灸五～十五分钟。

是以曲池行气

浅释 手阳明大肠之脉，上肩走肩髃，过颊入齿，左右交叉，上挟鼻孔。耳目口鼻咽喉俱为清窍，禀清阳之气。若阳明经络失畅，则肩臂前缘疼痛，清阳之气不能上充清窍，则清窍不利。曲池为手阳明之脉，所入为合，其性走而不守，擅能宣气行血，搜风逐邪，利关节，为祛风湿之要穴。偏枯诸痹，俱其所宜。

附方 阳明经脉失畅，上肢前缘疼痛取肩髃、曲池、合谷。

操作 针直刺五～十五分。灸三～七分钟。

云门开胸

浅释 肺司清降，病则气上逆，喘咳、胸满，烦心。云门为肺经胸部穴位，《标幽赋》记：“穴起云门”与它说不同，它能开胸顺气，导痰理肺，平喘止咳。

附方 肺气郁遏，胸满咳嗽取云门、肺俞、内关、列缺。

操作 针直刺三～五分（不可深刺）。灸三～七分钟。

阳陵泉有行气导泄之效

浅释 胆藏清汁，经脉行人身两侧，与肝相表里。肝郁气滞，胆脉失畅，胁下痛，不能转侧，气郁化热，循经上逆则口苦咽干，头晕头痛。阳陵泉为足少阳之脉，所入为合，主治逆气而泄，其性沉降。泻清净之府，平肝火横逆，使中气得

和，经脉通畅，府气下行，肝胃调和，病邪自可下泄。

附方 肝气犯胃，胃脘两胁疼痛，口苦，恶心取阳陵泉、中脘、内关、足三里。

操作 针直刺八～十二分。灸五～七分钟。

厥阴俞有治胸满呕吐之功

浅释 胸中心阳不得宣散，阴霾弥漫则胸满，浊气上逆则呕吐。心包代心用事，厥阴俞是心包的背俞穴，针之宣通心阳则阴霾消散，浊气下降，满除呕停。《千金方》记：治胸中膈气聚痛好吐，灸厥阴俞。

附方 心阳郁遏，浊气上逆，胸满，恶心、呕吐取厥阴俞、内关、足三里。

操作 针斜刺三分。灸五～七分钟。

抑又闻肝俞治肝

浅释 肝性喜条达，藏血主筋，脉布两胁，开窍于目。肝气横逆犯胃，则胁痛呕吐。肝气郁久化热上行则目眩头晕。血亏筋失濡养则抽搐痉挛。肝俞为肝的背俞穴，能补营血，消凝瘀，祛肝胆湿热，宁神明目。肝血得和，肝气条达，诸症可消。

附方 肝胆火逆，目赤肿痛取肝俞、攒竹、丝竹空、太冲、外关。

操作 针斜刺五分。灸五～十五分钟。

肺俞理肺

浅释 肺主气司呼吸，外合皮毛，上通喉鼻。肺是娇脏，怕寒怕火，或因外感，或因内伤，致使肺失宣降则咳喘胸闷。肺与大肠相表里，肺热移于大肠又有便秘、泄泻。肺热上逆则又鼻衄喉痹，咽痛失音。肺俞为肺的背俞穴，能调肺气，清虚热，和营血，补虚劳。邪去正复，清降令行，诸

症可愈。

附方 寒邪束表，气逆咳嗽取肺俞、大椎、合谷、天突。

操作 针斜刺五分(不可深刺)。灸五~十五分钟。

欲调肠胃之气求内庭

浅释 胃主纳谷，脾为胃行其津液，将饮食之精微，通过肺输布全身，故胃为五脏六腑之海。人以胃气为本，纳谷则昌，失谷则亡。肠胃又都有传化之能，肠胃不调，或寒或热，胃中热则消谷善饥，肠中热则出黄如糜，胃中寒腹痛胀满，肠中寒肠鸣飧泄。内庭为足阳明之脉，所溜为荣，能通降胃气，和肠化滞，肠胃通调则能寒去热清。

附方 肠胃虚寒，腹胀腹痛取内庭、足三里、天枢。

操作 针直刺三~五分。灸三~五分钟。

理肺气以中府

浅释 肺主一身之气，肺气若为寒邪外束，或为内热上干，失其宣降则咳嗽喘息，胸满胀痛。中府为肺之募穴，手足太阴之会，穴在胸膺，能清宣上焦，疏调肺气，每遇肺气郁遏，针之行气调血则痛止满消。

附方 肺气郁遏，胸闷胀满取中府、内关、大椎。

操作 针斜刺三~五分。灸三~五分钟。

气海膻中专治一切气病

浅释 气海，一名丹田，生气之海，元气之所居，全身强壮穴之一，补元气，回生气，振肾阳以散诸阴，温下元温四肢，阳脱欲死，大艾炷灸之。气为血帅，气行血行，又为妇科经、带、崩、漏所常用。膻中在两乳之间，能调气降逆，清肺化痰，宽胸利肺，气会膻中，治一切气病，尤能治气滞乳汁不行。

附方 下焦虚寒，腹胀腹痛取气海、合谷、三阴交。气

滞，乳汁不行取膻中、乳根、少泽。

操作 气海，针直刺八～十二分。灸五～十五分钟。膻中，针横刺三～五分。灸三～七分钟。

上中下脘乃脾胃之气疾

浅释 上脘是足阳明手太阳和任脉之会，一名胃脘，属脾络胃，在胃上口贲门之位，功用能健胃和胃，止胃痛呃逆，开收纳之门，治饮食不下，且挫上逆之势，又治呕吐等症。中脘是手太阳少阳足阳明任脉之会，胃之募穴，六腑之会，有壮胃中之阳气、腐熟水谷之功，且为中气之会，能和中调升降，解郁理肝脾。下脘为足太阴任脉之会，穴位于胃下口，若六腑气寒，精不转化，则能温通脾胃、转化水谷精微。饮食停滞，中焦积气，俱可选用。

附方 中焦停滞，腑气不通取上脘、中脘、天枢、气枢、气海、内关、足三里。

操作 上脘，针直刺八～十二分。灸五～十五分钟。中脘，针直刺十～十五分。灸五～十五分钟。下脘，针直刺八～十二分。灸五～十五分钟。

常闻足临泣泄肝降逆以定喘

浅释 肝者，善行数变，性喜条达，胆附于肝，互为表里。胆病多阳亢火旺，多因肝火亢盛导致。肝热犯肺，肺失清降，宣降无权，致呼吸急促。足临泣为足少阳之脉，所注为俞。八脉交会，通于带脉，能清火熄风止咳。降肝胆气逆，化痰热阻遏；肝胆火降，肺热得清，喘息可平。

附方 肝胆火热，耳鸣耳聋取足临泣、外关、听宫、听会。

操作 针直刺三～五分。灸三～五分钟。

足三里升气降逆而调中

浅释 脾主运化，胃主纳谷，纳运正常，清升浊降，使五脏六腑得以滋养，反之清气在下则完谷不化而泄泻，浊气在上则气滞胸胁而胀满。若清浊相干，气乱肠胃，中焦失调则上吐下泻。足三里为足阳明之脉，所入为合，主治逆气而泄，又是胃的枢纽，能升清降浊，调理中焦，止吐止泻。

附方 清浊相干，乱於肠胃，上吐下泻取足三里、天枢、内关、中脘。

操作 针直刺五～十三分。灸五～十五分钟。

调和卫气有大椎

浅释 营行脉中，主运血脉。卫行脉外，充皮肤，实腠理。营在内属阴，卫在外属阳，阴为阳的内守，阳为阴的外使，营卫必须调和，若卫不和则营亦失调，营卫失调则生病。大椎为手足三阳督脉之会，属阳主表，能疏三阳表邪，通一身之阳气，清里达表以调和营卫。

附方 风寒束表，发热恶寒，身痛头痛取大椎、曲池、风池、合谷。

操作 针直刺五分。灸五～十分钟。

行气下气寻照海

浅释 肾为水火之脏，开窍于耳，其经脉循喉咙，若水亏火旺，虚火上炎则咽喉肿痛，有的或耳鸣耳聋。照海为肾经穴位，八脉交会，通于阴跷，能通经和营，滋阴降火，火降气清，咽喉利，耳窍聪。

附方 阴虚火旺，虚火上炎，咽喉肿痛取照海、列缺、天突。

操作 针直刺三～五分。灸三～七分钟。

商阳泄肠

浅释 大肠主管传导，转送饮食之糟粕，肠热则出黄如

痰，肠寒则肠鸣腹痛。阳明经脉病，颈肿，鼻衄，喉痹……。气盛有余，当经脉所循行的部位发热肿胀。商阳手阳明之脉，所出为井，能清肺利咽喉，疏泄阳明热。

附方 阳明热邪上逆，咽喉肿痛取商阳、少商、合谷。

操作 针斜刺一分。或点刺出血。

内关调胃

浅释 胃主纳谷，以下行为顺，上逆则恶心呕吐，胸胁胀满疼痛。内关为手厥阴之络穴，别走少阳，八脉交会，通于阴维。能清心胃，疏三焦，使心胸郁热从水道下行。宽胸理气，和胃安神，有胸胁内关谋之谚。

附方 肝胃不和，胃脘两胁疼痛取内关，中脘、足三里、太冲。

操作 针直刺五～七分。灸三～七分钟。

合谷泻肺气之郁结

浅释 肺是气之本，肺气通于鼻，肺和鼻能知香臭，肺气壅塞，喘而胸胁满。肺与大肠相表里，合谷为大肠原穴，能升能散，清泄肺气，通降肠胃。头为诸阳之会，耳鼻口咽喉是清窍，禀受清阳之气，合谷清轻走上以通清窍。四总穴歌：面口合谷收。

附方 风火上攻，牙龈疼痛取合谷、下关、颊车、足三里。

操作 针直刺五～八分。灸三～七分钟。孕妇禁针灸。

肺俞降肺气之上逆

浅释 肺主气，司清肃，肺病则气上逆，逆则喘咳胸满，肩背疼痛。肺俞为肺的背俞穴，能调肺气，清虚热，降肺气，止上逆，使肺气宣散，行清肃下行，逆气可降。

附方 肺失清肃，气逆咳嗽取肺俞、天突、列缺、合谷。

操作 针斜刺五分，不可深刺。灸五～十五分钟。

以上气穴，须当熟悉，临床治病，才有把握。

二、血门

穴有血门，亦当牢记。

一切血病膈俞饶

浅释 心生血，肝藏血，脾统血。肝受血而能视，足受血而能步，掌受血而能握，指受血而能摄。视听动言俱关于血，血和则经脉流行，营复阴阳，筋骨强劲，关节轻利。血病则面色不华，心悸怔忡，目眩痉痹，便血，崩漏。膈俞，血会也，统理全身之血，能清血分，和胃气。

附方 热邪灼伤肺络而咯血取膈俞、肺俞、尺泽、列缺。

操作 针斜刺五分。灸五～十五分钟。

大便脓血腹哀治

浅释 大肠主传导，水谷糟粕由此排出，若过食高粱厚味、辛辣香燥之物，积滞成热。泻下糜臭者，肠有热甚。若大便恶臭，肛门灼热，里急后重，湿热积滞，久郁化热，伤及络脉则大便脓血。腹哀在建里两旁各四寸，足太阴阴维之会，可清热利湿，化食消滞。大肠通畅，气血不伤则脓血自愈。

附方 湿热下注，大便脓血取腹哀、天枢、上巨虚。

操作 针直刺五～七分。灸五～十分钟。

原夫委中清血能解血中之毒

浅释 水谷经脾胃之纳运，化饮食之精微，变为人身之气血，内注五脏六腑，外养四肢百骸。心主血脉，各种疮疡疼痛，多因血中热毒。心火亢盛，又有山岚瘴气，暑秽攻心，阴阳气不相顺接，致风暴厥。委中穴居腠窝，足太阳之

脉所入为合，针刺出血可放出暑湿风热毒秽。诸凡疗毒、痈疽、发热红肿，热毒入血，暑秽攻心，委中可清血泄热。

附方 中暑而吐泻心烦取委中、曲泽、内关、足三里。

操作 针直刺五～十五分。或点刺出血。

行间行瘀可破血结之证

浅释 人身之血内注五脏六腑，外养四肢百骸，若血瘀上焦，发脱不生，肩臂胸膈刺痛。血瘀中焦，胃脘两胁腰间刺痛，四肢无力。血瘀下焦，腹满刺痛，大便黑，小便淋。瘀于脏腑经络之间则生癥瘕积聚，皮肤甲错。肝藏血，肝气失调，则血易瘀，肝气条达，则血无凝瘀之虑。行间为足厥阴之脉，所溜为荣，祛瘀通络，泄火郁通血脉。

附方 肝气不舒，胸胁刺痛取行间、支沟、中脘、阳陵泉。

操作 针斜刺五分。灸三～五分钟。

天枢足三里破瘀理血有治吐血咳血行血之效

浅释 热邪迫伤络脉，上逆则咳血、吐血，多因肺胃热也，倘肺清胃和，热散气降，血自安宁。天枢为大肠募穴，能分利水谷，降浊导滞，和营调经。大肠与肺相表里，腑气通则肺气得清。足三里为足阳明之脉，所入为合，主治逆气而泄；天枢为胃之枢纽，导痰行滞，引胃气下行。胃以下行为顺，气顺则胃和，天枢调理以治气，足三里行气祛瘀，肺清胃和，血行安宁。

附方 肺胃有热，伤络咳血取天枢、足三里、尺泽、肺俞。

操作 天枢：针直刺五～十分。灸五～十五分钟。足三里：针直刺五～十三分。灸五～十五分钟。

太冲三阴交通经行瘀尤有清血凉血固血之功

浅释 血瘀，或因寒凝，或因气滞，总是经脉失畅而成。瘀在何部自有脉证可凭。肝藏血，脾统血，治血又不离乎肝脾二经。肝喜条达，太冲为肝之原穴，又是足厥阴之脉，所注为俞，疏肝行血，清泄肝热，祛瘀通络。脾主运化，三阴交为肝脾肾三阴经之交会，补脾之中兼补肝阴肾阳，滋阴益血。健运恢复，经脉通畅，祛瘀清热，血自固也。

附方 肝郁气滞，血热上攻，目赤胁痛取太冲、肝俞、太阳、支沟、阳陵泉。下焦虚寒，行经腹痛取三阴交、气海、列缺。

操作 太冲：针直刺五分。灸三～五分钟。三阴交：针直刺五～九分。灸五～十分钟。

咳血咯血肺俞太渊宣审

浅释 咳血咯血多因肺病，或因热邪伤络，或因咳逆太甚，致肺气上逆，血随痰出。肺俞能调肺气，清虚热。太渊为肺之原穴，手太阴之脉所注为俞。又为脉会，祛风痰，理肺气，清肃上焦之气，肺气清则咳止，气顺利则血安。

附方 气逆咳嗽，痰中带血取肺俞、太渊、尺泽。

操作 肺俞：针斜刺五分。灸五～十五分钟。太渊：针直刺二～三分。灸三分钟。

呕血咳血心俞肝俞同攻

浅释 呕血咳血皆气上逆，血失常道溢出血络。肝藏血，肝胆气旺则易怒，怒则气上，热伤络脉，气上逆则呕血咳血。心俞为心的背俞穴，养心安营，清热宁血。肝俞为肝的背俞穴，补营血，消瘀清热，肝气得舒，不横逆上冲，血即可止。

附方 心虚肝热，咳嗽带血取心俞、肝俞、大椎、内关。

操作 心俞：针斜刺三分。灸五～十五分钟。肝俞：针斜刺五分。灸五～十五分钟。

月经不调自有地机血海

浅释 月经周期、经量、经色改变，并有症状出现，即月经不调。先期多忧思气结，久郁化火；后期多寒滞胞宫，运行无力；也有生育过度，失血劳倦脾肾两亏而前后至无定期。统血者脾，地机为脾经郄穴，能和脾理血，调燮胞宫。血海为脾经穴位，能调血清血，宣通下焦。《百症赋》记：妇人月事改常，自有地机血海。

附方 月经不调，时前时后取地机、血海、气海、列缺。

操作 地机：针直刺五～八分。灸三～七分钟。血海：针直刺五～十分。灸三～五分钟。

漏血不止无不交信合阳

浅释 血来骤下为崩，淋漓不断为漏，崩久体虚可转为漏症，多因冲任损伤，肝脾失调，肝失条达，郁结生热，热迫血行，溢络而下。或思虑劳倦，脾不统血，致成漏症。交信为肾经穴位，阴跷郄穴，可培本固元，益气统血。合阳为膀胱经穴位，膀胱与肾相表里，清热而宁血，主治崩中带下。《百症赋》记：少气漏血无不交信合阳。

附方 脾肾两虚，妇人漏血取交信、合阳、隐白。

操作 交信：针直刺四分。灸三～七分钟。合阳：针直刺七～十分。灸五～十分钟。

鼻衄二间极效

浅释 鼻衄指鼻出血，鼻为肺窍，鼻根两旁，上挟太阳经脉，下挟阳明经脉。风寒外束或内热伤肺，则气上冲鼻，或因阳明燥热，循经上逆伤络，血出鼻孔，致成鼻衄。肺与

大肠相表里，大肠为手阳明，二间乃手阳明之脉，所溜为荣，故疏散热邪，清泄阳明，导热下行，鼻衄可止。

附方 阳明燥热，上逆鼻衄取二间、迎香、风池、足三里。

操作 针直刺二～三分。灸三分钟。

牙衄合谷最良

浅释 肾主骨，齿为骨之余，牙齿为阳明经络所环绕，大凡牙齿出血，多是阳明邪热上攻，也有肾虚虚火上炎所致者。合谷为手阳明大肠经原穴，能清能散，清泄肺热，宣散阳明，通调肠胃，邪热得清，牙衄可停。

附方 阳明郁热，牙龈出血取合谷、内庭、足三里、人中。

操作 针直刺五～八分。灸三～七分钟。孕妇禁针灸。

月事不行照海灸

浅释 女子十四岁，天癸至，任脉通畅，太冲脉盛，月事以时下，一月一行为月经正常。若因肝热煎熬，血枯经闭，或寒凝气滞，血滞经闭，皆月事不行，过期不至。照海为肾经穴位，八脉交会，通于阴跷，灸之温肾散寒，通经和营，月经可行。

附方 寒凝气滞，血滞经闭取照海、合谷、三阴交。

操作 针直刺三～五分。灸三～七分钟。

吐血不止尺泽攻

浅释 正常人之血，畅行经脉，充达肌肤，流通无滞，是为循经。一但失常，溢于经外，上逆则为吐衄。气为血帅，气行血行，欲止血必先调气，肺主一身之气，尺泽为太阴之脉，所入为合，主治气逆而泄，泄肺火，降逆气，清上焦之热，吐血可止。

附方 肺经蕴热，咳吐痰热取尺泽、肺俞、膈俞、足三里。

操作 针直刺五～七分。灸三～七分钟。

迎香气户能治鼻衄不止

浅释 手阳明的经脉，起食指之端……上挟鼻孔。足阳明之脉，起于鼻旁交颧中，旁约太阳之脉，下循鼻外。迎香为手足阳明之交会，通鼻窍，散风邪，清火气。气户为足阳明穴位，在胸部璇玑穴两旁各四寸，能调阳明之气。二穴俱阳明经穴，治鼻衄不止因阳明经热上攻者。

附方 阳明热邪上攻鼻衄取迎香、气户、上星、合谷、内庭。

操作 迎香：针斜刺三分。气户：针直刺三分。灸五～十分钟。

十二井十宣能使气血通流

浅释 气为血帅，气行血行，气滞血滞。指端是阴阳经络气血交接之处，人有突然气闭，血壅昏厥，不省人事，多因阴阳气血不相顺接，如暑邪伤心，汗多昏厥。十二井（指手十二个井穴），十宣俱在指端，点刺出血，可泻十二经邪热，交接阴阳气血，气行血调，流通自畅。

附方 暑邪伤心，昏厥不省取十宣、十二井、曲泽、委中、人中。

操作 针直刺一～三分，或点刺出血。灸依病情而定。

血崩漏血求大敦

浅释 妇女经血，非时而下，发病急骤，暴下如注，大量出血为崩。发病势缓，血流量少，淋漓不断为漏。肝失条达，郁热内生，疏泄太过，致成崩漏。大敦为足厥阴之脉，所出为井，调经和营，清理下焦，肝气得条，自能藏血而不

妄行。

附方 肝脾不和，崩漏下血取大敦、隐白、气海、三阴交。

操作 针直刺一～二分。灸三～五分钟。

调经行瘀曲池针

浅释 阳明多气多血，气滞则血滞。曲池乃手阳明之脉，所入为合，走而不守。风寒袭络，经脉失和，手臂前缘疼痛。曲池，能疏邪通络，利关节，祛风湿，调气血，气行则血不瘀，经血得调。

附方 阳明经脉失畅，上肢前缘疼痛取曲池、肩髃、合谷。

操作 针直刺八～十五分。灸三～七分钟。

吐血咳血有鱼际

浅释 吐血咳血气逆而成，倘肺清胃和气顺则无此患。鱼际为手太阴之脉，所溜为荣，能泻肺中火气，疏肝和胃，清血热，肺清胃和热去血宁。

附方 肺胃有热，咳痰咳血取鱼际、尺泽、丰隆、内庭。

操作 针直刺二～三分。灸三分钟。

齿衄鼻衄求内庭

浅释 阳明之脉挟口环唇，肺气上通于鼻，阳明经邪热迫血上攻而齿衄；肺热上攻，血从鼻出为鼻衄。内庭为足阳明之脉，所溜为荣，通降胃气，和肠化滞，导热下行，血自安宁。

附方 牙龈肿痛出血取内庭、合谷、下关。

操作 针直刺三～五分。灸三～五分钟。

中极关元妇人血症为主

浅释 妇人血症不离肝脾，冲任损伤者也不少见。中极为任脉穴位，脐下四寸，足三阴任脉之会，膀胱募穴，调经养血，调血室，温精宫，利膀胱，理下焦。关元为任脉穴位，脐下三寸，足三阴任脉之会，小肠募穴，滋补阴精，培肾固元，温调血室，除阴分寒。二穴为妇人血症、调理下焦常用穴。

附方 寒凝气滞，月事不调取中极、关元、列缺、照海。

操作 中极：针直刺八分。灸三～七分钟。关元：针直刺八～十二分。灸五～十五分钟。

气海阴交施治功效亦同

浅释 气海为任脉穴位，在脐下一寸半，为生气之海，振阳气，和营血，理经带，温下焦，祛湿浊。阴交为任脉穴位，脐下一寸，任脉足少阴冲脉之会，主崩漏带下，月事不调。

附方 肝郁气滞，月事不调取气海、阴交、太冲、合谷。

操作 气海：针直刺八～十二分。灸五～十五分钟。阴交：针直刺八～十二分。灸五～十五分钟。

若能因症配合而施治，针到病除显奇功。

三、虚门

虚者补之，穴要审真。

隐白补脾益肾

浅释 脾主运化，为胃行其津液，又主肌肉。脾阳不运，四肢肿胀，腹胀泄泻，倦怠少气。肾阳不足，不能温运脾土，脾湿不化，水气渗于皮肤而浮肿。隐白为足太阴之

脉，所出为井。补之大益脾气，升举下陷之阳，温散沉寒，统驭中州。

附方 脾虚不能统血，血下淋漓不断取隐白、百会、气海、三阴交。

操作 针斜刺一分。灸三～五壮。

地机补脾益精

浅释 水谷入胃经过腐熟，其精微通过脾的运化，肺的化生，而贮存于肾。五脏六腑需要时，肾再将精还于五脏六腑。故用补肾者，当于脾胃求之，又有精不足者，补之以味。地机为足太阴之郄穴，能调脾行血，把饮食精微转变成人身需要的气血，又能运化糟粕于体外。

附方 脾虚气滞，行经腹痛取地机、血海、三阴交、合谷。

操作 针直刺五～八分。灸三～七分钟。

益精气之不固漏谷去取

浅释 人的精神气血，奉养五脏六腑，故与人的生命有关。而五脏六腑之精气，皆取之于胃，胃纳好，脾运健，饮食增进，精气紧固。漏谷为脾经穴位，诸凡脾虚胃弱，面黄不华，纳少气短，懒言倦怠等脾虚精气不固，可用漏谷扶脾胃益精气。

附方 脾虚气滞，脘腹胀痛取漏谷、中脘、气海、内关、三阴交。

操作 针直刺五～八分。灸三～五分钟。

补气血之不足心俞下针

浅释 心主血脉，心阳不足，每见心悸惊恐，气喘气短。心阴损伤，则见虚烦不眠，盗汗健忘，掌心发热。心俞为心的背俞穴，补益经气，振奋心阳，资助心气。若要养心

安神，养阴清热，又可配合手少阴心经，与足少阴肾经穴位，养阴清热，调理心肾。

附方 心肾不足，惊悸失眠取心俞、肾俞、太溪、神门。

操作 针斜刺三分。灸五～十五分钟。

原夫脾胃虚弱补使上中下脘

浅释 上脘又名胃脘，在胃上口，功能健胃和胃，开收纳之门。治饮食不下，且挫上逆之势，能治呕吐。中脘又名太仓，是胃之募穴，六腑之会，有壮胃中阳气、腐化水谷之功。且为中气之会，和调中焦气，解郁而理肝脾。下脘，当胃下口肠上口，足太阴任脉之会，六腑有寒食不转化，它能温通脾胃，化水谷之精微。

附方 食滞中焦，打嗝泛酸，脘腹胀满取上脘、中脘、下脘、天枢、气海、内关、足三里。

操作 上脘：针直刺八～十二分。灸五～十五分钟。中脘：针直刺八～十二分。灸五～十五分钟。下脘：针直刺八～十二分。灸五～十五分钟。

饮食不化脾俞胃俞同功

浅释 食入胃后，其精微由脾输肝，浓稠的输入心注于脉中。饮入胃其精微由脾入肺，因肺朝百脉，精微可布周身。饮食之精微，内注五脏六腑，外养四肢百骸。脾胃虚弱，饮食不化，胸腹胀满，不思饮食。脾俞为脾的背俞穴，扶土祛水湿，理脾助运化。胃俞为胃的背俞穴，调中和胃气，化湿且消滞。脾胃功能恢复，饮食可化。

附方 脾胃虚弱，不思饮食取脾俞、胃俞、中脘、足三里。

操作 脾俞：针斜刺五分。灸五～十五分钟。胃俞：针

斜刺五分。灸五～十五分钟。

阳气欲脱神阙灸

浅释 真气衰微，元气暴脱。症见目合、口张、手撒、遗尿、鼻鼾、呼吸微弱。今元阳欲脱，必从阴以救阳。任脉为阴脉之海，脐为生命之根蒂，神阙位脐中属任脉。为真气之所系，艾灸回垂绝之阳。阳气来复，间有固卫而防外脱之望。

附方 中风脱证取神阙、百会、足三里。

操作 禁针。灸五～十五分钟。

虚损劳弱天枢攻

浅释 诸虚劳损皆气血虚亏，虚则补之。或因先天而补肾，或因后天补脾胃。若因脾胃虚弱而致者，当补益脾胃，增进饮食。天枢为大肠募穴，能疏调肠胃理气化滞，扶土祛湿，增加饮食。气血充裕，虚劳则有恢复之机。

附方 脾虚运化不好，腹胀纳少取天枢、大肠俞、足三里。

操作 针直刺五～十分。灸五～十五分钟。

治虚劳肺痿魄户好

浅释 虚者，津液气血荣卫不足。损者，外而皮脉肉筋骨，内而肺心脾肝肾消损。成劳者，虚积日久，留连不愈而成劳。肺痿，多因上焦燥热，灼伤津液，或肺中虚冷，气不化津，肺叶枯焦而成，咳吐浊唾涎沫为主症。魄户，背部两旁肺俞穴外一寸半处，主治虚劳肺痿，咳逆喘息。

附方 燥热伤阴，肺痿咳吐唾涎取魄户、肺俞、列缺、足三里。

操作 针斜刺三～五分。灸五～十五分钟。

止阴虚盗汗间使高（佐太溪、阴郛）

浅释 睡则汗出，醒则自止，谓之盗汗，多因心虚不固，或心火伤阴。治总以养阴清热为主。间使为手厥阴之脉，所行为经，调心气，疏厥阴少阳邪热。太溪为足少阴之脉，所注为俞，又是肾经原穴，滋肾阴退虚热。阴郄为手少阴之郄穴，清心火潜虚阳。三穴共凑养阴清热，止盗汗之功。

附方 阴虚盗汗，失眠多梦取间使、太溪、阴郄。

操作 间使：针直刺五～七分。灸三～五分钟。太溪：针直刺三分。灸三～七分钟。阴郄：针直刺三～四分。灸三～五分钟。

闻之膏肓俞益精气而补虚损

浅释 脏腑久损，元气虚弱，而致各种慢性疾病谓虚损。禀赋不足，后天失调，或久病失养，积劳内伤，渐至元气亏耗，久虚不复而成。治疗损者益之，劳者温之。形不足者，温之以气，精不足者，补之以味。膏肓俞为膀胱经穴位，背脊第四椎下，两旁各去三寸，能补肺健脾，宁心培肾，治劳益损。

附方 肺气不足，咳嗽气喘取膏肓俞、足三里。

操作 针斜刺三～五分。灸五～十五分钟。

中膂俞止消渴而益肾阴

浅释 消渴者，多因阳明热盛，蕴热化燥，消灼肺胃津液，或因肾燥精虚所致。有口渴多饮为上消，多食善饥为中消，多尿如脂为下消，均与肺脾肾有关。其标为三，其本为一，中膂俞位于腰骶部，第三腰骶孔平齐，距背正中一寸五分，治肾虚消渴。

附方 肾虚腰骶酸痛取中膂俞、委中、太溪。

操作 针直刺七～十分。灸五～十分钟。

补肾益精命门肾俞宜审

浅释 肾是藏精之处，主骨，开窍于耳，腰为肾之府。肾虚则腰痛、耳鸣、筋骨酸软无力。命门可培元补肾，舒筋和血，调气固精。肾俞为肾的背俞穴，补肾脏，振肾阳，祛水湿，强腰脊。二穴为补肾常用穴。

附方 肾虚腰酸腰痛取肾俞、命门、委中、太溪。

操作 命门：针直刺五～八分。灸五～十五分钟。肾俞：针斜刺五～十分。灸五～十五分钟。

养津益液太渊少冲同针

浅释 腠理不固而排出体外水分为汗这叫津。饮食化生气血，滋润筋骨，使筋骨屈伸滑利，又能补益脑髓，润泽皮肤这叫液。津脱者，腠理开汗大泄。液脱者，骨属屈伸不利，色夭。太渊为手太阴之脉，所注为俞，又是肺经原穴，为脉会，能理肺止咳，清肃上焦，肺气清降，则能输津布液。少冲为手少阴之脉，所出为井，开心窍，泄上焦邪热，热祛则津液不受煎熬。

附方 心肺蕴热，咳嗽胸满取太渊、少冲、肺俞、心俞。

操作 太渊：针直刺二～三分。灸三分钟。少冲：针刺一分，或点刺出血。灸三～五壮。

大便闭结支沟取

浅释 大便闭结为大肠传导失常之一，但与脾胃及肾也有关。其多因燥热内结，津液不足，或精神影响，气血郁滞，或劳倦内伤气血不足。治疗不外清热润肠，顺气行滞，益气养血，温通开结。支沟为手少阳之脉，所行为经，清三焦，通腑气，降逆火，对燥热、气滞、虚闭之大便闭结有效。《玉龙歌》记：大便闭结不能通，照海分明在足中，更把

支沟来泻动，方知妙穴有神功。

附方 燥热气滞，大便闭结取支沟、阳陵泉、天枢。

操作 针直刺五～八分。灸三～七分钟。

虚热烦渴涌泉清

浅释 肾为水火之脏，真阴不足，相火妄动，虚火上扰清窍则头晕耳鸣、潮热虚烦、口干而渴、面色潮红、咽喉疼痛。涌泉为足少阴之脉，所出为井。能清肾热，降阴火，水生火降，虚热烦渴自清。

附方 心肾不交，神昏肢厥取涌泉、劳宫。

操作 针直刺三～五分。灸三～七分钟。

抑又闻丹田（关元）固下元益精气而补虚损

浅释 虚者，阴阳、气血、荣卫、精神、骨髓、津液不足。损者，外面皮脉肉筋骨，内而肺心脾肝肾消损。治总以虚者补之，形不足者补之以气，精不足者补之以味，损者养之。关元为任脉足三阴经之会，小肠募穴可培肾固本，补益回阳，温调血室、精宫，祛除阴分之冷，分清别浊，调元祛邪，是强壮穴位。

附方 下元虚冷，气乏无力，小便淋漓取关元、三阴交、足三里。

操作 针直刺八～十二分。灸五～十五分钟。

气海固下元助阳气且滋肾阴

浅释 肝肾不足，下元虚损，症见小儿遗尿，大便不畅，赤白带下，肢冷腰酸。气海可调气固元，培肾和营，理经带，温下焦，祛邪扶正。凡气虚下焦阴冷，俱可选用。

附方 气虚水湿内停，下肢肿胀取气海、足三里、三阴交。

操作 针直刺八～十二分。灸五～十五分钟。

补肺治虚劳以肺俞

浅释 肺气不足，皮毛不固。外受风寒，营卫失调，形寒发热。肺阴亏损，清肃不行。气逆干咳，伤络则咳血。津不上承，口燥舌干。肺气久损不复则成癆证，故有久嗽不醒成癆之说。肺俞为肺的背俞穴，调肺气，清虚热，和营血，补劳损。

附方 肺癆咳嗽，气短乏力取肺俞、膏肓俞、列缺、足三里。

操作 针斜刺五分。灸五～十五分钟。

补中益脾阳以公孙

浅释 胃脘隐痛，纳少不香，泛吐清水，喜暖恶凉，按之痛减，倦怠乏力，四肢不温，食后腹胀，消化不良，舌淡脉虚软，是中虚脾阳不振。公孙为足太阴之络穴，别走阳明。八脉交会，通于冲脉。其能扶脾胃，理气机，补中益脾阳，治胃脘疼痛。

附方 脾胃虚弱，运化不好，食后胀痛取公孙、内关、中脘。

操作 针直刺五～八分。灸三～五分钟。

太冲曲泉与行间补血而养肝

浅释 肝藏血主筋，性喜条达，肝气失条，气滞血瘀，筋失所养而拘挛，气滞经脉失畅则两胁疼痛。太冲、曲泉、行间都是肝经穴位，可调肝血，理肝气。太冲为足厥阴之脉，所注为俞，肝经原穴，可清肝火平肝阳，疏泄下焦湿热。曲泉为足厥阴之脉，所入为合，清泄肝火，通调下焦。行间为足厥阴之脉，所溜为荣，清肝火，凉血热。

附方 肝阳上亢，头晕头痛取太冲、合谷、风池、太阳。

操作 太冲：针直刺五分。灸三～五分钟。曲泉：针直刺五～八分。灸三～七分钟。行间：针直刺五分。灸三～五分钟。

太溪复溜连交信滋阴而补肾

浅释 肾藏精而主骨，开窍于耳，腰为肾之府，肾虚则腰痛，筋骨酸痛无力，耳聋耳鸣。太溪、复溜、交信都是肾经穴，能滋阴降火，补肾强腰。太溪为足少阴之脉，所注为俞、肾经原穴，滋肾阴，壮元阳。复溜为足少阴之脉，所行为经，祛湿消滞，滋肾润燥。交信为阴跷郄穴，养血调经，培本固元。

附方 肾虚腰痛，筋骨酸痛取太溪、肾俞、命门。

操作 太溪：针直刺三分。灸三～七分钟。复溜：针三～五分。灸三～七分钟。交信：针直刺四分。灸三～七分钟。

中极固下元虚冷

浅释 下元虚冷，气滞血瘀，行经腹痛，月经后错或经闭不行。中极为足三阴任脉之会，膀胱募穴，调血室，温精宫，祛下焦虚寒而固下元。

附方 气滞血瘀，行经腹痛取中极、次髎、地机。

操作 针直刺八分。灸三～七分钟。

曲骨补真气而益精

浅释 曲骨为任脉足厥阴之会，任脉总领诸阴。主治失精，五脏虚弱，赤白带下，癃闭，此因曲骨补真气益精血之故。

附方 下焦湿热，小便不通取曲骨、三阴交。

操作 针直刺三～十分。灸七～十五分钟。

肝俞补肝血

浅释 肝主筋藏血，开窍于目。肝热上攻，头晕目赤。

筋失血养，痉挛拘急。肝脉布两胁，肝气郁结则两胁作痛。肝俞为肝的背俞穴，能调补营血，消凝祛瘀，通络止痛。

附方 肝郁气滞，两胁疼痛取肝俞、支沟、阳陵泉。

操作 针斜刺五分。灸五～十五分钟。

上廉温胃津

浅释 脾为胃行其津液，胃津不行则中满胀闷，水湿内停，大便稀，下肢肿胀。上廉为足阳明穴，大肠下合穴，理脾和胃，通肠化滞，脾运恢复，自能温化胃中津液。

附方 气滞湿停，腹胀肠鸣取天枢、上廉。

操作 针直刺五～十五分。灸五～十分钟。

足三里益气而补脾胃

浅释 五脏六腑都依胃津滋养，有胃气则生，无胃气则死，脾胃为后天之本。胃为水谷之海，又有纳谷者昌，失谷者亡。胃气壮则纳谷昌，饮食精微营养周身脏腑经络，否则脏腑失养，精气断绝。足三里为足阳明之脉，所入为合，胃之枢纽，能温化脾胃，升清降浊，导痰行滞，通经络气血，扶正培元，祛病强身。

附方 健壮身体，预防中风灸足三里。

操作 针直刺五～十三分。灸五～十五分钟。

三阴交生气血而补三阴

浅释 肝藏血，脾统血，肾藏精。三阴交为肝脾肾三条阴经之交会，补脾之中兼补肝阴肾阳，有两补气血之功能。扶脾土、助运化，通气滞，疏下焦，调血室精宫，是妇科常用穴。

附方 气滞痛经取三阴交、地机、中极。

操作 针直刺五～九分。灸五～十分钟。孕妇禁针。

此是实践特效穴，必须师传始得真

四、实门

实则泻之，症要辨清。

涌泉然谷太溪俱泻肾

浅释 邪气盛则实，实则泻之。泻肾者，泻肾之邪。肾气虚者，四肢厥冷，实则肿胀。肾气热则腰脊不举，骨枯而髓减发为骨痿，热实当清泻。涌泉为足少阴之脉，所出为井，能清肾热，降阴火。然谷为足少阴之脉，所溜为荣，退肾热，理下焦。太溪为足少阴之脉，所出为井，能清肾热，降阴火。然谷为足少阴之脉，所溜为荣，退虚热，理下焦。太溪为足少阴之脉，所注为俞，肾经原穴，滋阴退虚热。

附方 肾气热者，腰脊不举，骨枯髓减取然谷、绝骨、肾俞、三阴交、大杼。

操作 涌泉：针直刺三～五分。灸三～七分钟。然谷：针直刺三分。灸三～七分钟。太溪：针直刺三分。灸三～七分钟。

神门少府通里俱泻心

浅释 舌为心之苗，心热则舌红。心主血脉，热迫血妄行则吐血衄血。心主神明，心病则心悸、健忘、失眠，甚则谵语，发狂。虚者多心阳不足，或心阴亏损。实则多属邪蔽心神，或迫血妄行。心与小肠相表里，小肠热上移于心，则口舌生疮，实热当泻。神门为手少阴之脉，所注为俞，心经原穴，可清心热，凉血安营。少府为手少阴之脉，所溜为荣，可清心热，祛虚烦。通里为手少阴之络穴，别走太阳，可熄风和营，宁心安神。

附方 心中郁热，心烦失眠取神门、天柱、足三里。

操作 神门：针直刺三～四分。灸三～五分钟。少府：

针直刺二～三分。灸三～五分钟。通里：针直刺三～四分。灸三～五分钟。

脾胃之实何穴泻阴陵商丘同公孙

浅释 脾实多系湿滞交阻，腹满疼痛，湿热蕴蒸，肤黄尿赤。湿困脾土，脘腹胀满。胃实多系胃火炽甚，消谷善饥，口渴欲饮。食滞留阻，脘腹胀满，甚则疼痛拒按，舌红苔黄厚，脉洪大有力。阴陵泉为足太阴之脉，所入为合。可运中焦，化湿滞。商丘为足太阴之脉，所行为经，可调气消胀，祛湿热。公孙为足太阴之络穴，别走阳明，八脉交会，通于冲脉，调中气，平冲逆，湿祛热解，脾胃实邪则祛。

附方 湿热交阻，脘腹胀满、泄泻取阴陵泉、足三里、天枢、中脘。

操作 阴陵泉：针直刺五～八分。灸三～五分钟。商丘：针直刺二～三分。灸三～五分钟。公孙：针直刺五～八分。灸三～五分钟。

心包有热中冲泻曲泽内关大(陵)劳(宫)针

浅释 心包为心之宫城，代心受邪。温邪上受，首先犯肺，逆传心包，则症见神昏谵语，惊狂不寐，躁扰不安。若心火上炎，症见木舌重舌，咽痛口渴。以上俱心包有热之症。中冲为手厥阴之脉，所出为井，能清热开窍，泄营分热。曲泽为手厥阴之脉，所入为合，有祛烦热，涤邪秽之力。内关为手厥阴之络穴，别走少阳，八脉交会，通于阴维，能清心包热，疏三焦气。大陵为手厥阴之脉，所注为俞，乃心包经原穴，清心宁神，清营凉血。劳宫为手厥阴之脉，所溜为荣，清心火，除湿热，凉血安神。

附方 上焦有热，心烦失眠取内关、大陵、大椎、足三里。

操作 中冲：针斜刺一分，或点刺出血。灸三～七分钟。内关：针直刺三～五分。灸三～七分钟。大陵：针直刺三～五分。灸三～五分钟。劳宫：针直刺三～五分。

泻肝期门曲泉行间太冲好

浅释 肝的病机多为肝气郁结，肝火亢盛，肝阳上扰，肝风内动。症如胸满胁痛，呃逆泛酸，头痛目赤，口眼喎斜，发痉，筋脉动惕，目病，妇女病。期门为足太阴厥阴阴维之会，肝经募穴。祛血室邪热，化癥消瘀，平肝利气。曲泉为足厥阴之脉，所入为合，能清湿热，泄肝火，通下焦。行间为足厥阴之脉，所溜为荣，泄肝火，清血热，熄肝风。太冲为足厥阴之脉，所注为俞，肝经原穴，清肝火，熄肝风，疏下焦，祛湿热。

附方 肝胆风热上攻，目赤头晕头痛取太冲、阳陵泉、风池、攒竹、丝竹空。

操作 期门：针斜刺三分。灸三～五分钟。曲泉：针直刺五～八分。灸三～七分钟。行间：针直刺五分。灸三～五分钟。太冲：针直刺五分。灸三～五分钟。

大肠商阳二间合谷曲池清

浅释 大肠为传导之官，主传化糟粕，其经脉上络于肺，脾胃能运化接纳水谷，因此在生理方面，大肠与肺、脾、胃关系密切。大肠传导失常，则出现便秘或泄泻。经脉若为风寒所滞，则经脉所过处痹痛，若热随经脉上行，则腮肿齿痛，治多清泄。商阳为手阳明之脉，所出为井。解表退热，疏泄阳明。二间为手阳明之脉，所溜为荣，散邪热，利咽喉。合谷为大肠原穴，解表清热，疏风散邪，通降肠胃。曲池为手阳明之脉，所入为合，疏邪热，祛风湿，调血气，利关节。

附方 风寒阻滞经气，上肢前缘疼痛取合谷、曲池、

肩髃。

操作 商阳：针斜刺一分，或点刺出血。二间：针直刺二～三分。灸三分钟。合谷：针直刺五～八分。灸三～七分钟。曲池：针直刺八～十五分。灸三～七分钟。

小肠少泽同少海

浅释 小肠为受盛之官，主司分泌清浊。功能失常，主要为二便失调，或大便泄泻，或小便不利。经脉病多为经气阻滞，循行部位痹痛。心与小肠相表，心热移于小肠，尿痛尿血。少泽为手太阳之脉，所出为井，清心火，散郁热。小海为手太阳之脉，所入为合，散太阳经邪气，通小肠经热结。

附方 风寒阻滞经气，上肢后缘疼痛取小海、养老、后溪。

操作 少泽：针斜刺一分。灸三～五壮。小海：针直刺三～四分。灸五～十分钟。

肝胆阳陵(泉)临(泣)(足)窍阴

浅释 胆附于肝，相为表里。胆病多阳亢，阳亢多因肝火亢盛所致，胆火上窜清窍，头晕头痛，口苦目眩。经脉受风寒则收引，气滞疼痛。热盛循经上逆则耳聋耳鸣。阳陵泉为足少阳之脉，所入为合，又为筋会，能舒筋脉，清胆热，疏经络湿滞，降肝胆火逆。足临泣为足少阳之脉，所注为俞。能清火熄风，疏肝胆气滞，化痰热阻遏。足窍阴为足少阳之脉，所出为井，熄风阳，清肝胆，疏气火。

附方 少阳风热，头晕耳鸣取阳陵泉、外关、风池、听会。

操作 阳陵泉：针直刺八～十二分。灸五～七分钟。足临泣：针直刺三～五分。灸三～五分钟。足窍阴：针斜刺一～二分。灸二～三分钟。

膀胱委中中极泄

浅释 膀胱为津液之府，主蓄水液，职司小便。膀胱启闭失常，不约则洩数遗尿，不利则瘀闭淋漓，膀胱经脉病多痹多痿。委中为足太阳之脉，所入为合，能清泄血热，祛风湿，利关节，舒筋通络。中极为足三阴任脉之会，膀胱募穴，利膀胱，理下焦。

附方 湿热内蕴，小便混浊不利取中极；委中、三阴交。

操作 委中：针直刺八～十五分，或点刺出血。中极：针直刺八分。灸三～七分钟。

三焦关冲外(关)(支)沟清

浅释 三焦为六腑之一，主司一身之气。气化失司，水道不利，水湿潴留体内，或泛滥为患则肌肤肿胀，气逆腹满，小便不利。经脉病多痹痛。经气郁久化热，沿经脉所过灼热肿痛。关冲为手少阳之脉，所出为井，疏经络气火，解三焦郁热。外关为手少阳之络穴，别走厥阴，八脉交会，通于阳维，散六经表邪，疏三焦壅热，通经络气滞。支沟为手少阳之脉，所行为经，清三焦，通腑气，降气火。

附方 少阳经邪热上攻，偏头痛取外关、阳陵泉、角孙。

操作 关冲：针斜刺一分。灸二～五壮。外关：针直刺五～八分。灸三～七分钟。支沟：针直刺五～八分。灸三～七分钟。

若还痰多丰隆泄

浅释 痰是津液在人体各部分郁滞不通凝聚而成的。多因脾虚气弱，运化失司，升清降浊失职，津液聚集而成，脾为生痰之源即为此意。痰多则咳嗽喘逆，痰盛则胸膈堵闷，食欲不振，身重便溏。丰隆为足阳明之络穴，别走太阴，和胃

气，化湿痰，通大便。肺气通降，则火降痰化。

附方 肺胃有热，痰多咳嗽取丰隆、中脘、肺俞。

操作 针直刺五～十二分。灸五～十分钟。

胸膈痞满上脘针

浅释 脾主运化，胃主纳谷。若痰湿阻滞，或食不下行，则中焦气滞，纳化不好，升降失司，胸膈痞满。上脘为足阳明手太阳任脉之会，在胃上口，贲门之位，功能健胃和胃，止胃痛呃逆，能开收纳之门，治饮食不下，且挫上逆之势。中焦气调，脾升胃降，胸膈痞满自消。

附方 痰湿阻滞，胸膈痞满取上脘、中脘、下脘、内关、丰隆。

操作 针直刺八～十二分。灸五～十五分钟。

井少商荣鱼际络列缺合尺泽

浅释 少商为手太阴之脉，所出为井，通经气，苏厥逆，清肺热，利咽喉，疏泄十二经气火之冲逆。鱼际为手太阴之脉，所溜为荣，舒肝和胃，利咽喉，清血热。列缺为手太阴之络穴，别走手阳明，八脉交会，通于任脉。宣肺祛风，疏经活络。尺泽为手太阴之脉，所入为合，泄肺火，降逆气，清上焦热。

附方 肺胃有热，咽喉肿痛取少商、商阳、合谷。

操作 少商：针斜刺一分，或点刺出血。鱼际：针直刺五～七分。灸三～五分钟。尺泽：针直刺五～七分。灸三～七分钟。列缺：针斜刺二～三分。灸三～七分钟。

附《针灸大成》：假令得浮脉，病人咳嗽，洒淅寒热，脐右有动气，按之牢痛，此肺病也。若心下满刺少商(井)，身热刺鱼际(荣)，体重节痛刺太渊(俞)，咳嗽寒热刺经渠(经)，逆气而泄刺尺泽(合)。

连募中府穴泻肺从肺经

浅释 中府为手太阴肺之募穴，清宣上焦，疏调肺气，肺经实证，当从肺经取穴以清泄。

附方 肺气不调，胸痛气逆取中府、肺俞、内关。

操作 针斜刺三～五分。灸三～五分钟。

胃实内庭足三里泻

浅释 胃实如胃火炽甚，消谷善饥，口渴欲饮。又如食滞胃脘，脘腹胀痛，疼痛拒按，脉象洪大有力，舌红苔黄。胃的经脉病则口喎、唇疹、颈肿、喉痹、齿痛、龈肿，甚则腐烂出血。风寒阻塞经气，下肢前缘酸痛。内庭为足阳明之脉，所溜为荣，通降胃气，和肠化滞。足三里为足阳明之脉，所入为合，理脾胃，和中气，和肠消滞，通经络气血。

附方 食滞中焦，脘腹胀痛取足三里、内庭、中脘、天枢。

操作 内庭：针直刺三～五分。灸三～五分钟。足三里：针直刺五～十三分。灸五～十五分钟。

血结膈俞血海攻

浅释 气行则血行，气滞则血滞。血结在胸，胸满疼痛。血结胃脘，脘肋刺痛。血结于下，症瘕积聚。膈俞为血会，清血热，和胃气，宽胸膈，治一切血病。血海为脾经穴位，脾统血，故能调血清热，宣通气血。

附方 血分风热，身起隐疹蓓蕾取膈俞、血海、曲池、足三里。

操作 膈俞：针斜刺五分。灸五～十五分钟。血海：针直刺五～十分。灸三～五分钟。

泻胃逐秽通肠天枢妙

浅释 大肠司传导糟粕，秽浊内聚，传导失司，便秘或

泄泻，腹胀腹痛。天枢为胃经穴位，大肠募穴，疏调大肠，扶土化湿，理气化滞。

附方 中焦积滞，湿热内蕴，痢下赤白取天枢、大肠俞、足三里、上巨虚。

操作 针直刺五～十分。灸五～十五分钟。

泻腑导泻消滞中脘针

浅释 纳谷运化不好，中焦饮食停滞，腑气不通，胃气不得下降。中脘为手太阳少阳足阳明任脉之会，胃之募穴，腑会中脘，能化湿滞，和胃气，理中焦，调升降。腑气得通，清升浊降，积滞则可消化。

附方 中焦积滞，胃脘疼痛取中脘、天枢、足三里、内关。

操作 针直刺十～十五分。灸五～十五分钟。

辨证虚实当分清，施治补泻瞭于心

五、寒门

寒则温之，须了于心

中脘神阙气海足三里

浅释 中脘为手太阳少阳足阳明任脉之会，胃之募穴，腑会中脘，调和胃气，温化湿滞，灸之温中散寒，行气止痛。神阙位在脐中，可温通元阳，化腹中寒湿积滞。气海可调气益元，温下焦，祛湿浊，生气之海，治气病。足三里为足阳明之脉，所入为合。理脾胃温中散寒，助消化和肠化滞。

附方 脾虚，腹痛绵绵取中脘、气海、足三里、三阴交。

操作 中脘：针直刺十～十五分。灸五～十五分钟。神阙：禁针，灸五～十五分钟。气海：针直刺八～十二分。灸

五~十五分钟。足三里：针直刺五~十三分。灸五~十五分钟。

中焦寒冷灸即温

浅释 中焦寒冷，即脾胃寒冷。脾寒就是脾阳衰弱，水湿不化，以致阴寒偏盛。由于过食生冷，脾阳不振，症见腹痛隐隐，泄泻连绵，甚者完谷不化，小便清长，四肢清冷，舌质淡红，舌苔白，脉沉迟。胃寒就是胃阳不足，寒邪偏胜，症见胃脘胀痛，呕吐呃逆，时泛清涎，喜热饮，四肢冷，舌苔白滑，脉沉迟。

附方 寒凝气滞，脘腹胀痛取中脘、气海、足三里。

操作 同前。

心俞温而振阳气

浅释 心阳不足，症见心悸不宁，时有恐惧，气短气喘，口唇指甲青紫，脉微弱，舌淡白。心俞为心的背俞穴，养心安神，灸之益心气，振心阳。

附方 心阳不足，心悸气短取心俞、内关、足三里。

操作 针斜刺三分。灸五~十五分钟。

温肝之寒灸大敦

浅释 肝主筋，前阴为宗筋之所聚，足厥阴之脉，环阴气抵小腹，故诸疝痛，筋脉拘挛，俱属于肝。外受寒邪，经气阻滞，治当温通。大敦为足厥阴之脉，所出为井，舒筋调肝，调理下焦。灸之散寒、通络、止痛。

附方 寒疝气痛，睾丸坠痛取大敦、曲泉。

操作 针斜刺一~二分。灸三~五壮。

然谷温下(焦)助肾火

浅释 肾为水火之脏，肾阳不足，命门火衰，不能温养下元，下元失固，每见阳痿早泄，遗多遗尿，腰脊酸楚，足膝

无力，头昏耳鸣，面白畏寒，脉弱，舌质淡红。然谷为足少阴之脉，所溜为荣，退肾热，理下焦，助肾火，驱痼冷。

附方 并入下句。

操作 针直刺三分。灸三～七分钟。

命门肾俞再同针

浅释 命门为督脉穴，腰脊十四椎下，培元补肾，疏经调气，灸之善补肾中真阳。肾俞位在命门穴两旁各去一寸半，补肾脏，振气化，益水壮阳，强腰脊，能祛除腰部寒湿，也可调益肾气。

附方 寒湿腰痛取命门、肾俞、大肠俞、委中、承山、然谷。

操作 命门：针直刺五～八分。灸五～十五分钟。肾俞：针直刺五～十分。灸五～十分钟。

章门温脏寒积聚

浅释 积聚是腹内结块，或胀或痛。积有形，固定不移，痛有定处，病属血分，是为脏病。聚无形，聚散无常，痛无定处，病属气分，多为腑病。积聚多先因气聚，日久血瘀成积，初起多因受寒。《灵枢·百病始生》篇云：“积之始生，得寒乃生”。章门为足厥阴少阴之会，脾经募穴，脏会章门，散五脏寒气，化中焦积滞，消痰瘀，助运化。

附方 肝脾不和，腹胀肠鸣取章门、气海、足三里、支沟、阳陵泉。

操作 针直刺五～八分。灸三～七分钟。

理心腹寒以公孙

浅释 脾胃大肠小肠都是管理人饮食吸收消化排泄糟粕的，皆位于人身心腹之间，心腹受寒，脾胃升降失调，大肠传导及小肠受盛失职。公孙为足太阴脾经络穴，别走阳明，

八脉交会，通于冲脉，能扶脾胃，理气机，使升降得调，心腹之寒可祛。

附方 脾胃虚寒，心腹隐痛取公孙、足三里、中脘、气海。

操作 针直刺五～八分。灸三～五分钟。

温中(焦)理脾(寒)阴陵(泉)灸

浅释 中焦脾胃虚弱，升降不和，纳谷运化失常，以致纳谷不香，食后腹胀，胸闷肢倦，二便不调。阴陵泉为足太阴之脉，所入为合，能运化中焦，温化湿滞，温中理脾。

附方 脾阳虚弱，脘腹胀痛取阴陵泉、气海、中脘、三阴交。

操作 针直刺五～八分。灸三～五分钟。

一切血寒三阴交(温)

浅释 肝藏血，脾统血，肾藏精。三阴交为肝脾肾三阴经之交会，补脾之中又补肝阴肾阳，独有两补气血之功，是妇科血证常用穴，可温脾土，助运化，调血室，温精宫。

附方 气滞血瘀，行经腹痛取气海、三阴交、列缺。

操作 针直刺五～九分。灸五～十分钟。

中下焦寒隐白理

浅释 中焦即脾胃，脾主大腹，寒可收引。中下焦有寒，脾运失职，水湿不化，则腹胀肠鸣泄泻，少气倦怠纳少，月事不调。隐白为足太阴之脉，所出为井，升举下陷之阳，温化沉寒痼冷。

附方 脾不统血，崩漏下血取隐白、足三里、三阴交、气海。

操作 针斜刺一分。灸三～五壮。

灸后壮阳脾亦温

浅释 隐白为足太阴之脉，所出为井，灸之太益脾气，举下陷之阳。脾运恢复，则胸满腹胀可消，此即壮阳温脾之功。

附方 脾阳下陷脱肛取隐白、百会、足三里。

操作 针斜刺一分。灸三～五壮。

一切表寒大椎除

浅释 风寒犯表，营卫失调。大椎为手足三阳与督脉之交会，统领诸阳经，主一身之表，干旋营卫，能疏三阳之表邪，通一身的阳气，凡外感六淫之邪表者，皆能疏泄表散。

附方 风寒束表，寒热身痛取大椎、曲池、合谷。

操作 针直刺五分。灸五～十五分钟。

后溪陶道亦可清

浅释 后溪为手太阳之脉，所注为俞，八脉交会，通于督脉，通太阳经气，发散风寒，通督脉，固表清热。陶道为足太阳督脉之会，疏表邪，清肺热。

附方 风寒外受，腰脊疼痛取后溪、大椎、申脉。

操作 后溪：针直刺五～七分。灸三～七分钟。陶道：针斜刺五分。灸三～七分钟。

关元暖(子)宫阳气振

浅释 关元为足三阴任脉之会，小肠募穴，在脐下三寸，能培肾固本，补气振阳，调血室精宫，祛除寒湿阴冷，有保健防病之功。

附方 下焦虚寒腹痛，小便不利取关元、三阴交、阴陵泉。

操作 针直刺五～十二分。灸五～十五分钟。

腹寒血冷曲泉温

浅释 寒性收引，腹寒常气滞血瘀疼痛，血得热则行，

得寒则凝。肝经脉环绕阴器，抵小腹。曲泉为足厥阴之脉，所入为合，能通散下焦散，祛除膀胱湿。

附方 少腹寒疝疼痛，睾丸下坠取曲泉、太冲、归来、气海。

操作 针直刺五～八分。灸三～七分钟。

治寒以温，施灸或针。

六、热门

热则清之，阴阳有别。

肺俞鱼际俱泻肺

浅释 邪热蕴肺，气失宣降。多见咳吐粘痰，气息喘促，胸痛胸闷，身热口渴，或鼻衄喉痹，舌质红，舌苔黄白，脉数。肺俞为肺的背俞穴，调肺气，清肺热。鱼际为手太阴之脉，所溜为荣，清肺热，利肺气。

附方 肺热咳嗽咽痛取肺俞、鱼际、少商。

操作 肺俞：针斜刺五分。灸五～十五分钟。鱼际：针直刺五～七分。灸三～五分钟。

少商尺泽刺出血

浅释 少商为手太阴之脉，所出为井。点刺出血，能清肺热，利咽喉。又因肺朝百脉，针之可泄十二经气火之冲逆。尺泽为手太阴之脉，所入为合，泄肺火，清上焦。

附方 热伤肺络，咳吐痰血取尺泽、列缺、足三里。

操作 少商：针斜刺一分，或点刺出血。灸三～五壮。尺泽：针直刺五～七分，或点刺出血。灸五分钟。

阳明经热商阳二间连

浅释 大肠主司传导，其热则肛门热痛，大便臭秽或便脓血，脉数苔黄。经脉热证，龈肿齿痛，颈肿口臭。商阳为

手阳明之脉，所出为井，清肺解表退热，疏泄阳明邪热。二间为手阳明之脉，所溜为荥，散热邪，利咽喉。

附方 阳明经热，龈肿齿痛取二间、曲池、下关、内庭、足三里。

操作 商阳：针斜刺一分，或点刺出血。二间：针直刺二～三分。灸三分钟。

解表经渠与列缺

浅释 肺主皮毛，若寒邪束表，则肺失宣降，致气逆咳嗽。经渠为手太阴之脉，所行为经，疏通肺气，散寒解表。列缺为手太阴之络穴，别走阳明，八脉交会，通于任脉，宣肺祛风。

附方 寒邪束表，气逆咳嗽取列缺、肺俞、大椎。

操作 经渠：针直刺一～二分。列缺：针斜刺二～三分。灸三～七分钟。

合谷不但清气分

浅释 合谷为大肠原穴，清轻走表，其性升而能散，专走气分，发表解热，疏散风邪，清泄肺气，通降肠胃，为清上焦气分常用穴。

附方 肺气不利，鼻塞不畅取合谷、迎香。

操作 针直刺五～八分。灸三～七分钟。孕妇禁针灸。

且清头面诸窍热

浅释 合谷若配曲池，二穴均属阳明，曲池走而不守，合谷升而能散，合而清热散风，以其轻清上浮，为清上焦妙法。头为诸阳之会，耳目口鼻咽喉为清窍，合谷之轻载，曲池之走，升于头面诸窍，发挥清散作用。何窍有病，再配治何窍之穴，则力专而效速。

附方 阳明热邪上攻，龈肿齿痛取合谷、曲池、下关、

颊车。

操作 针直刺五～八分，灸三～七分钟。孕妇禁针灸。

解溪厉兑足三里

浅释 解溪为足阳明之脉，所行为经。扶脾化湿滞，清除胃中热。厉兑为足阳明之脉，所出为井，和胃清神气，疏泄阳明热。足三里为足阳明之脉，所入为合，理脾和胃，通肠消滞。

附方 胃气不和，失眠多梦取厉兑、足三里。

操作 解溪：针直刺五～七分。灸三～五分钟。厉兑：针斜刺一分。灸三～五壮。足三里：针直刺五～十三分。灸五～十五分钟。

中脘内庭清胃热

浅释 中脘为手太阳少阳足阳明任脉之会，胃之募穴，腑会中脘，化湿滞，理中焦，和胃气，调升降。内庭为足阳明之脉，所溜为荥，通降胃气，和肠化滞。若传导失职，中焦停滞，积而化热，口渴欲饮，身热，大便干，胃热上逆，食入即吐。以上穴位，通肠化滞，消导和中，腑气得通，胃热能清。

附方 食滞中焦，大便干燥取中脘、天枢、内庭、足三里。

操作 中脘：针直刺十～十五分。灸五～十五分钟。内庭：针直刺三～五分。灸三～五分钟。

肝俞脾俞同胃俞

浅释 肝俞可消凝瘀，祛肝胆湿热。脾俞能扶土祛水湿，理脾助运化。胃俞可调中和胃气，化湿又消滞。

附方 脾虚肝旺，食后腹胀取肝俞、脾俞、胃俞。

操作 肝俞：针斜刺五分。灸五～十五分钟。脾俞：针斜

刺五分。灸五～十分钟。胃俞：针斜刺五分。灸五～十五分钟。

泻肝又泻五脏热

浅释 肝阳亢盛太过，引动肝风，其症状有胸满胁痛，呃逆头痛，目赤目眩，发痉，口渴咽动，筋脉动惕。肝俞可泻肝热以利肝胆。肝俞、脾俞、胃俞，能化湿消滞，通降肠胃，调理肝脾，以使清升浊降，则五脏热可清。

附方 肝胆有热，心烦易怒，口苦目眩取肝俞、胆俞、太冲、阳陵泉。

操作 同前。

清心神(门)通(里)心(俞)少府

浅释 心主神明，邪热攻心，症见心悸健忘，失眠多梦。热盛则昏迷谵语。热邪伤络，则吐血衄血。心经经气阻滞时，上肢后缘疼痛。舌为心之苗，心火上炎，故口舌生疮、重舌木舌。神门为手少阴之脉，所注为俞，又是心经原穴，清心热，凉营血，安神宁心。通里为手少阴之络穴，别走太阳，熄风和营，宁心安神。心俞为心的背俞穴，清心安神。少府为手少阴之脉，所溜为荣，清心热，除心烦。

附方 心虚有热，失眠头晕取天柱、神门、足三里。

操作 神门：针直刺三～四分。灸三～五分钟。通里：针直刺三～四分。灸三～五分钟。心俞：针斜刺三分。灸五～十五分钟。少府：针直刺二～三分。灸三～五分钟。

行间则清肝肾热

浅释 肝藏血，肾藏精，具在下焦，肝肾同源，阴虚肝则易旺，肝旺多肝肾俱热，清肝热亦能清肾热。行间为足厥阴之脉，所溜为荣，泄肝火，凉血热，清下焦，熄肝风。

附方 肝热经血过期不止取行间、气海、列缺、三阴交。

操作 针斜刺五分。灸三～五分钟。

大椎陶道退热兼解表

浅释 外邪束表，营卫失调，故发热恶寒、头痛身痛。大椎为手足三阳督脉之会，能通一身阳气，疏三阳经表邪。营卫得调，表证可解，寒热可退。陶道为足太阳督脉之会，疏表邪，清肺热。

附方 外感风寒，恶寒发热取大椎、曲池、合谷、风池。

操作 大椎：针直刺五分。灸五～十五分钟。陶道：针斜刺五分，灸三～七分钟。

三阴交平肝而清血

浅释 阴虚则肝旺，肝藏血，脾统血。三阴交乃肝脾肾三阴经之交会，滋肾阴而平肝热，血热可清。脾统血，三阴交健脾运，气滞得通，则血热可去。

附方 肝胆有热，漏血淋漓取三阴交、气海。

操作 针直刺五～九分。灸三～十分钟。

间使内关清心包

浅释 心包代心用事，心包受热则心悸失眠、神昏谵语。间使为手厥阴之脉，所行为经，调心气，清神志。内关为手厥阴之络穴，别走少阳。八脉交会，通于阴维，清心包，疏三焦，和胃安神。

附方 心包有热，心神恍惚，烦躁不安取间使、丰隆、太冲。

操作 间使：针直刺五～七分。灸三～七分钟。内关：针直刺五～七分。灸三～七分钟。

又能解散胸中热

浅释 心包的经脉，起于胸中，出属心包络……，内

关、间使俱为手厥阴心包经之穴位，间使能祛胸膈痰瘀，疏厥阴与少阳邪气。内关宽胸利膈清热，有“心胸内关谋”之谚。

附方 心胸有热，恶心欲吐取内关、中脘、足三里。

操作 同前。

清血少冲少泽连血海

浅释 心主血，少冲为手少阴之脉，所出为井，开心窍，泄邪热，清血分，醒神志。心与小肠相表里，心热移于小肠，小便赤痛。小肠热上窜于心则口舌生疮。少泽为手太阳之脉，所出为井，清心火，散郁热。脾统血，血海为脾经穴位，调血清血，宣通气血。

附方 血分风热，皮肤丹毒取血海、曲池、足三里。

操作 少冲：针斜刺一分，或点刺出血。灸三～五壮。

少泽：针斜刺一分。灸三～五壮。血海：针直刺五～十分（不可过深）。灸三～五分钟。

太溪养阴而清热

浅释 肾为水火之脏，阴虚则内热，虚火上炎，故有头晕耳鸣。肾主骨，腰为肾之府，肾虚则腰酸无力，筋骨酸软。太溪为足少阴之脉，所注为俞。肾经原穴，滋肾阴，退虚热，故头晕耳鸣、腰酸骨软可逐渐减轻。

附方 阴虚虚火上炎，头晕耳鸣取太溪、天柱、翳风。

操作 针直刺三分。灸三～七分钟。

三焦有热支沟清

浅释 三焦为六腑之一，司一身之气化，热甚则行气化水之职失司，症见身热气逆、尿少浮肿。支沟为手少阳之脉，所行为经，清三焦，通腑气，降上逆火气，气行水化，浮肿可消。

附方 气化失常，水湿下注，下肢肿胀取支沟、足三里、三阴交。

操作 针直刺五～八分。灸三～七分钟。

肠胃有热天枢平

浅释 肠胃积滞，则郁热内生，或泻下黄臭，或痢下赤白。热邪循阳明经上逆，龈肿齿痛，颈肿。天枢为大肠募穴，疏泻大肠，理气化滞，腑气通，积滞祛，热邪可平。

附方 肠胃有热，大便燥结，矢气恶臭取天枢、支沟、阳陵泉、足三里。

操作 针直刺五～十分。灸五～十五分钟。

胃热生痰丰隆化

浅释 水谷之精微，不能转化为人身之气血，被热邪灼熬为痰。丰隆为足阳明之络穴，别走太阴，其性通降，引热从阳明下行，而且太阴湿土以润下，故不但泻其实，且能化痰热。

附方 肺胃有热，咳吐黄痰取丰隆、列缺、中脘、脾俞。

操作 针直刺五～十二分。灸五～十分钟。

心胃有热上脘泻

浅释 心胃有热，痰热蒙心，轻则心烦失眠、口渴欲冷饮，重则癫痫狂乱。上脘为足阳明手太阳任脉之会，能理脾胃，化痰热，疏气机，宁神志。

附方 痰热上攻，心烦不安取上脘、天枢、内关、丰隆。

操作 针直刺八～十二分。

身热曲池有特效

浅释 曲池为手阳明之脉，所入为合，清散风热，调理

上焦，其性走而不守，游走通导，故能散风逐湿、清泄风热。配大椎、合谷，干旋营卫，清解表热。若系阴虚发热，又可配三阴交、内关等穴，以养阴清热。

附方 外感发热，身痛怕冷取曲池、大椎、合谷。

操作 针直刺八～十五分。灸三～七分钟。

其功则在清气分

浅释 气有余便是火，阳明多气多血，曲池为手阳明之脉，所入为合，合之所治，皆主逆气，可泄阳明经气火上逆。曲池走而不守，轻清走表，专达气分。

附方 同上条。

操作 同上条。

清肠热有小肠俞

浅释 小肠有热，尿赤涩痛，心烦口渴，口舌生疮，舌质红，脉数，甚则小便带血。小肠俞为小肠的背俞穴，理小肠，化积滞，别清浊，调膀胱，使热从小便下行。

附方 心热下移小肠，小便涩痛取小肠俞、气海、三阴交。

操作 针直刺五～十分。灸五～十五分钟。

丝竹空清头目热

浅释 肝开窍于目，肝热则目赤。手少阳之脉，起于小指次指之端……至目外眼角。丝竹空为手少阳三焦经穴位，在眉梢外侧陷中，散风止痛，清火泄热，通调三焦气机，清泄肝胆之热。

附方 少阳风热，目赤疼痛取丝竹空、攒竹、外关、阳陵泉。

操作 针横刺三分（沿皮刺）。

脾热大都阴陵泉

浅释 脾为湿土，受热则湿热互蒸，脘痞不舒，身重困倦，口腻而粘，不欲饮食，恶心欲吐，尿色发黄。大都为足太阴之脉，所溜为荣，能清热利湿，利气消胀。阴陵泉为足太阴之脉，所入为合，运中焦以化湿滞，二穴共凑利湿清热之功。

附方 湿困脾土，腹胀身重取阴陵泉、气海、足三里。

操作 大都：针直刺一～二分。灸三～五分钟。阴陵泉：针直刺五～八分。灸三分钟。

阴陵还能清胸热

浅释 胃之经络，向下通过胸膈；脾经上行通过横膈。脾与胃相表里，脾胃有热，上逆心胸则胸热。阴陵泉为足太阴之脉，所入为合，主逆气而泄，泻脾胃之热而清心胸热。

附方 心胸郁热，胸闷尿涩取三阴交、阴陵泉、气海、列缺。

操作 针直刺五～八分。灸三～五分钟。

涌泉治余热不解

浅释 肾为水火之脏，病后肾水不足，阴虚火盛，此为虚火。或热病后，大热已退，阴分不足，余热不尽，治用壮水之主以制阳光法。涌泉为足少阴之脉，所出为井，能滋肾水，降阴火，引火归原，以达养阴清热。

附方 肾虚，虚火上扰，牙痛取涌泉。

操作 针直刺三～五分。灸三～七分钟。

尤能清肾治热厥

浅释 肾阴不足，相火妄动，骨蒸潮热，手足心热。涌泉为足少阴之脉，所出为井，清肾热，降阴火，宁神志，苏厥逆。

附方 同上条。

操作 同上条。

阴虚发热命门炎

浅释 命门为督脉穴位，十四椎下，培元补肾，疏经调气，灸之引火下行，治阴虚发热。

附方 肾虚腰酸腰痛取命门、肾俞、委中、太溪。

操作 针斜刺五～八分。灸五～十五分钟。

退热冲阳刺出血

浅释 胃为五脏六腑之海，胃热则五脏六腑易热，阳明又为多气多血，故多热证。冲阳为胃之原穴，化湿滞，清肺热，导热下行。胃腑通降，热邪可退。

附方 胃热攻心，发狂奔走取冲阳、内庭、后溪、间使。

操作 针直刺三分避开血管（出血是泻法的另一种），灸三～五分钟（不可多灸）。

委中出血清热毒

浅释 委中为足太阳之脉，所入为合，穴居腠中，在大血管处，刺出血能放出暑湿风热毒秽，如霍乱而阴阳气不相接续，刺出血能宣气通血脉，接调气闭。祛风湿解暑秽，清热毒，治疮疡。

附方 夏日中暑，上吐下泻取委中、曲泽、内关、足三里。

操作 针直刺八～十五分。或点刺出血。

还能清泄四肢热

浅释 血热则四肢亦热，血热过盛成毒，四肢易生疮疖。委中清血热，通四肢经气，故散泄肢热，消肿治疮。

附方 血热四节疮疖取委中、曲泽、血海、足三里。

操作 同前。

身热烦渴心包热

浅释 心包代心用事，心热症状与心包络热的症状相近。心火炽盛，面红目赤，五心烦热，口燥唇裂，舌碎糜破，甚则神明无主，哭笑无常，谵语神昏，抽搐吐血等。

附方 同下条。

操作 同下条。

劳宫曲泽刺出血

浅释 劳宫为手厥阴之脉，所溜为荣，性清善降，理劳损气滞，开七情郁结，大能清肺膈之热，导火腑下行之路。曲泽为手厥阴之脉，所入为合，有祛烦热、涤邪秽之力，身热心乱神昏，皆其所宜。

附方 中暑恶心，呕吐身热取曲泽、委中、内关。

操作 劳宫：针直刺三～五分。灸三～七分钟。曲泽：针直刺五～八分，或点刺出血。灸三～七分钟。

头脑有热求百会

浅释 头为诸阳之会，清阳之气上充，有热则清窍不利，头晕耳鸣，口苦咽干。百会为手足三阳督脉之会，熄肝风，潜肝阳，举阳气下陷，清阳明燥热，散风热于上，可治中风、头痛、癫狂诸疾。

附方 肝热上冲，头晕目眩取百会、风池、上星、合谷、太冲。

操作 针横刺三分。灸五～二十分钟。

后溪大杼清表热

浅释 后溪为手太阳之脉，所注为俞，八脉交会，通于督脉，能散表热，固表分。大杼为手足太阳之会，骨会大杼，能祛风邪，解表分。二穴宣散太阳经气，清除外邪表热。

附方 外感风寒，腰背疼痛取后溪、申脉、大椎、大杼。

操作 后溪：针直刺五～七分。灸三～七分钟。大杼：针斜刺五分。灸五～十分钟。

胸背烦热内关大陵心俞膈俞可针

浅释 胸背之间，心肺之域，心主血脉，而肺主气。烦热者，心中有热，心包代心受邪。内关为手厥阴之络穴，别走少阳，八脉交会，通于阴维，清心包，疏三焦，宽胸理气，和胃安神。大陵为手厥阴之脉，所注为俞，乃心包络原穴，清心宁神，和胃宽胸，凉营清血。心俞可养心安神，清神宁志。膈俞为血会，清血热，和胃宽胸。

附方 心胸闷热，烦躁易急取心俞、内关、足三里。

操作 内关：针直刺五～七分。灸三～七分钟。大陵：针直刺五～七分。灸三～七分钟。心俞：针斜刺三分。灸五～十五分钟。膈俞：针斜刺五分。灸五～十五分钟。

肚腹闷热三里内庭天枢大肠（俞）可清

浅释 脾胃大肠居肚腹中，升降失调，传导失畅，则郁滞而生热。足三里为足阳明之脉，所入为合，理脾胃，调中气，和肠化滞。内庭为足阳明之脉，所溜为荥，通降肠胃，和肠化滞。天枢为大肠募穴，疏调大肠，理气化滞。

附方 传导失畅，肚腹闷热，二便不畅取中脘、天枢、气海、大肠俞、足三里。

操作 足三里：针直刺五～十三分。灸五～十五分钟。内庭：针直刺三～五分。灸三～五分钟。天枢：针直刺五～十分。灸五～十分钟。大肠俞：针直刺七～十分。灸五～十五分钟。

恶心呕吐中暑热金津玉液刺出血

浅释 夏日中暑，暑热多伤心气，心失所主，神志无依。暑又挟湿，多困脾土，而升降失司，清浊相干，乱于中

焦，胃脘不适，上吐下泻。舌下两边紫血管上，左为金津，右为玉液。浅刺出血，清心火，降胃热，止呕吐。

附方 中暑心烦，恶心呕吐取金津、玉液、内关、足三里。

操作 点刺出血。

若泄五脏六腑热则求脏腑诸（背）俞穴

浅释 五脏属阴，有热当清，六腑属阳，有热当泻，五脏六腑之热，各有脉舌症因。俞穴是脏腑经气输注于背部的输穴，脏腑有病，俞穴则有压痛或敏感，五脏有病多取背俞穴，俞穴多与募穴相配，治疗脏腑慢性病。背俞又可治与本脏有关的器官的病，如肝俞可治目疾，因肝开窍于目。

附方 大便积滞，小便不畅取大肠俞、天枢、中极、上巨虚。

操作 针斜刺十四椎以上两旁俞穴，针五分（厥阴俞，心俞，督俞针三分），或十四椎以下两旁俞穴，针五～十分（包括肾俞）。灸依病情五～十五分钟。

脏热当清，腑热当泻，审症清楚，随经选穴。

七、风门

原夫百病，首中於风。

合谷解表祛风寒

浅释 寒邪束表，肺气失宣，则鼻塞咳嗽，身痛头痛，脉象浮紧，舌淡苔薄白。肺与大肠相表里，合谷为大肠原穴，轻清走表，能发表散风寒，解热清肺，所以风寒外受，头面诸疾，具可配用。故四总穴歌云：面口合谷收。

附方 风寒头痛头晕取合谷、大椎、风池、太阳。

操作 针直刺五～八分。灸三～七分钟。孕妇禁针灸。

大杼解表而祛风

浅释 风为百病之长，善行数变，风能与热合，与湿合，与寒合，与火合，故风病失治，变证丛生，其患无穷。大杼为手足太阳之会，骨会大杼，能通太阳经气，故可祛风解表。

附方 外受风寒，逆气上冲，头痛头晕取大杼、天柱、昆仑、后溪。

操作 针斜刺五分。灸五～十分钟。

鱼际解外感风寒之邪

浅释 外感风寒，则头身疼痛，寒热咳嗽。鱼际为手太阴之脉，所溜为荣，能肃清肺气，利咽止痛，肺气得宣，风寒能散。

附方 风寒咳嗽，肺热咽痛取鱼际、肺俞、合谷。

操作 针直刺五～七分。灸三～五分钟。

肩髃搜周身四肢之风

浅释 风寒湿三气杂至，合而为痹。痹者，闭也，血脉闭塞不通，不通则痛。肩髃为手阳明阳跷之会，能疏散经络风湿，清泄阳明气火，通利关节，消肿止痛。

附方 手阳明经气阻滞，上肢前缘疼痛取肩髃、曲池、合谷。

操作 针直刺六～十二分。灸五～十分钟。

头风外感风池妙

浅释 头为诸阳之会，高巅之上，惟风可致，故有伤于风者，上先受之。风寒阻滞经脉，发为头痛头晕，阳维脉主阳主表。风池为手足少阳阳维之会，疏散表邪，宣散风热，镇头痛，止寒热。

附方 外感风寒，头痛头晕取风池、太阳、大椎、合谷，

操作 针直刺五~八分（禁深刺），针左穴则针尖对右目内眼角，针右穴则针尖对左目内眼角。灸三~七分钟。

头痛驱风头维攻

浅释 胃经热邪上攻，外为风邪所犯，风热相搏，前额作痛。头维为足阳明少阴之会，祛风泄邪火，治头痛如破，目痛如脱。

附方 风热上攻，偏正头痛取头维、风池、列缺、合谷。

操作 针横刺五~十分。

搜周身风邪有曲池（足）三里

浅释 起居失调，卫气不固，腠理空疏，或劳累之后，汗出当风，或涉水冒寒，久卧湿地，致外邪侵袭经络，气血闭阻，不能畅行而周身酸痛，此为风寒湿痹。曲池为手阳明之脉，所入为合，能通经络，利关节，祛风湿，调气血。足三里为足阳明之脉，所入为合，疏风化湿祛寒，通调经络气血。

附方 风寒阻滞经气，四肢经脉失畅，疼痛无定处取曲池、足三里、大椎、风池。

操作 曲池：针直刺八~十五分。灸三~五分钟。足三里：针直刺五~十三分。灸五至十五分钟。

治腰腿诸风必风市委中

浅释 寒湿客于经络，腰部气血运行失畅，腰酸疼痛，步履艰难。风市可祛风冷，散寒湿，强筋骨，调气血。委中为足太阳之脉，所入为合，能舒筋通络，祛风湿，利腰膝，故四总穴歌云：腰背委中求。

附方 风寒阻滞经络，腰臀腿疼痛取委中、秩边、承山、阳陵泉。

操作 风市：针直刺五～八分。灸五～七分钟。委中：针直刺八～十五分，或点刺出血。

冷风湿痹针环跳

浅释 素体虚弱，阳气不足，腠理空虚，卫外不固，风寒湿得以乘虚而入，流走经络，致气血运行不畅而成痹证。环跳为足少阳太阳之会，疏散经络风湿，宜利腰髀气滞。

附方 经络气滞，腰膝腿外侧疼痛取环跳、阳陵泉、绝骨。

操作 针直刺十五～二十五分。灸五～十分钟。

头风外感列缺攻

浅释 头为诸阳之会，凡五脏精华之血，六腑清阳之气，皆上会於此。若寒遏经脉，或热扰清窍，或湿蔽清阳，则见头痛，亦称头风。列缺为手太阴之络穴，别走阳明，八脉交会，通于任脉，能宣肺祛风，疏经活络，解表止头痛，故四总穴歌云：头项寻列缺。

附方 肺胃有热，咳嗽头痛取列缺、合谷、头维、足三里。

操作 针斜刺二～三分。

常闻阳陵泉搜四肢之风且舒经络

浅释 四肢受风寒，经气不畅而疼痛，或麻木屈伸不利，或中风半身不遂，筋骨不用，阳陵泉为足少阳之脉，所入为合。驱腿膝风邪，疏经络湿滞，又为筋会，能舒筋利节，治痿痹，以起筋骨不用。

附方 下肢外侧疼痛，步行困难取阳陵泉、环跳、绝骨。

操作 针直刺五～八分。灸五～七分钟。

足三里搜四肢之风又治腹痛

浅释 风寒湿邪阻滞四肢，经气不通则痛，是为痹证。

足三里为足阳明之脉，所入为合，能通阳活血，渗湿散寒，通经络，调气血而治诸痹、膝痛、筋挛。阳明经循行过腹，又治腹痛。故四总穴歌云：肚腹三里留。

附方 寒凝气滞，脘腹疼痛取足三里、气海、中脘。

操作 针直刺五～十三分。灸五～十五分钟。

肺俞驱风治风寒咳嗽

浅释 肺主皮毛，风寒束表，肺失宣降，上逆而咳嗽。

肺俞为肺的背俞穴，能宣肺解表，降气止咳。

附方 风寒咳嗽取肺俞、列缺、合谷。

操作 针斜刺五分。灸五～十五分钟。

通天泄表可治鼻塞不通

浅释 鼻为肺窍，肺气和利则鼻知香臭，肺气不利，则鼻塞不通。通天为膀胱经穴，位在头前顶，《百症赋》记：“通天去鼻内无闻之苦”。通膀胱经气祛表邪，肺气宣散则鼻塞可通。

附方 肺气失宣，鼻塞不畅取通天、上星、风池、合谷。

操作 针横刺二～三分。灸三～七分钟。

风府风门专理一切中风病

浅释 人之中风，上先受之。风府为足太阳督脉阳维之会，祛风邪，利关节，通督脉及太阳经气以散风邪。风门为足太阳督脉之会，祛风宣肺气，疏经解表邪。

附方 外受风寒，头痛项强取风府、风门、后溪、昆仑。

操作 风府：针直刺三～五分（不宜过深）。风门：针斜刺五分。灸三～五分钟。

百会水沟治一切暴中风

浅释 暴中风证见猝然昏仆，神识模糊，喎僻偏废，语言蹇涩，发病骤急，变证多端，此乃风性善行而数变之故。百会为手足三阳督脉之会，熄肝风，潜肝阳，苏厥逆，清神志，祛风邪。^④水沟为手足阳明督脉之会，苏厥逆，醒神志。督脉为诸阳之总督，暴中风多因阳亢火盛，泻水沟，调督脉，使阳经上亢气火得以清泄。

附方 昏迷不省，急救取水沟、百会、涌泉、劳宫。

操作 百会：针横刺三分。灸三～七分钟，水沟：针斜刺二～三分。灸二～三分钟。

风性善行数变，治疗切莫死板。

八、湿门

大凡湿症，艾灸最良。

利湿委中太溪好

浅释 膀胱主蓄水，藏津液。气化则水液能出，行气则可化湿。肾与膀胱相表里，肾司二便又为胃关，关门不利，聚水从其类……胕肿者，聚水而生病也。委中为足太阳之脉，所入为合，祛风湿，利腰膝，舒筋通络。太溪为足太阴之脉，所注为俞，又是肾的原穴，故壮元阳，利水湿，通调二便。

附方 湿盛着痹，下肢酸沉取委中、承山、足三里、三阴交。

操作 委中：针直刺八～十五分，或点刺出血。太溪：针直刺三分，灸三～七分钟。

行湿昆仑阴陵泉

浅释 膀胱主气化，气行则水行湿化。脾主运化，能祛水湿。昆仑为足太阳之脉，所行为经，祛太阳经邪，舒筋化

湿，健腰强肾。阴陵泉为足太阴之脉，所入为合，运中焦，化湿滞，调膀胱祛风冷。

附方 水湿下注，下肢肿胀取昆仑、阴陵泉、三阴交、列缺。

操作 昆仑：针直刺五分。灸三～五分钟。孕妇禁针。
阴陵泉：针直刺五～八分。灸三～五分钟。

承(山)中(腕)天枢化脾胃之湿而助消化

浅释 脾主运化，喜燥恶湿，湿困脾土，脾不能为胃行其津液，则纳谷不佳，消化不良。承山可祛湿健脾胃，增进饮食，《席弘赋》记：“针到承山饮食思”。中腕为手太阳少阳足阳明任脉之会，胃之募穴，腑会中腕，能和胃气，化湿滞，理中焦，调升降。天枢为大肠募穴，疏调大肠，扶土祛湿，理气消滞。

附方 湿困脾土，肢倦纳差取承山、中腕、曲池、足三里、天枢。

操作 承山：针直刺五～八分。灸五～十一分钟。中腕：针直刺十～十五分。灸五～十五分钟。天枢：针直刺五～十分。灸五～十五分钟。

脾俞胃俞化脾胃之寒以快饮食

浅释 脾主运化，胃主纳谷，脾为胃行其津液，纳运正常，饮食自快。脾俞为脾的背俞穴，扶土祛水湿，理脾助运化。胃俞为胃的背俞穴，调中和胃气，化湿兼消滞。灸之温脾胃，化寒湿。

附方 脾胃阳虚，纳运不好取脾俞、胃俞、足三里。

操作 脾俞：针斜刺五分。灸五～十分钟。胃俞：针斜刺五分。灸五～十五分钟。

燥湿行湿足三里

浅释 足三里为足阳明之脉，所入为合，和肠消滞，疏风化湿，理脾胃，调中气，中气得调，脾升胃降，纳运正常，湿邪可去。

附方 湿困脾土，胸闷纳少取足三里、内关、中脘、膻中。

操作 针直刺五～十三分。灸五～十五分钟。

化湿行湿三阴交

浅释 肝主疏泄，脾主运化，肾为胃关，又司二便，疏泄通畅，纳运正常，二便通调，则湿祛矣。三阴交为肝脾肾三条阴经之交会，健脾化湿，补肝益肾，化气行水，湿即可去。

附方 水湿内停，下肢浮肿取三阴交、足三里、气海、中脘。

操作 针直刺五～九分。灸五～十分钟。

内关利湿有开胃祛痰之功

浅释 脾为生痰之源，脾虚水湿内停，津液不化聚而生痰。治痰必去湿，祛湿必健脾，脾运健则湿祛痰除。心包代心用事，心阳宣散，阴霾水湿则祛。内关为手厥阴心包之络穴，别走少阳，八脉交会，通于阴维；能清心包，疏三焦，宁神和胃，宽胸理气，行气祛湿。

附方 脾虚肺热，咳吐黄痰取内关、丰隆、脾俞、肺俞。

操作 针直刺五～七分。灸三～七分钟。

水分渗泄为利小便治水肿之穴

浅释 水分为任脉穴位，在脐上一寸，能运脾土，利水湿，通小便，消水肿。《玉龙歌》记：“水病之疾最难熬，腹满虚胀不肯消，先灸水分并水道，后针三里及阴交”。《行

《针指要歌》记：“或针水，水分挟脐上边取”。

附方 水肿腹胀取水分、气海、足三里、三阴交、阴陵泉。

操作 针直刺五～十五分(腹部水肿不宜针)，灸五～十五分钟。

治湿大要，肺脾肾三经。

第三节 四 总 穴 歌

一、来源简介

(一) 歌词及来源

肚腹三里留，腰背委中求，

头项寻列缺，面口合谷收。

这是一首概括性强，启发性好，言简意深，好读易记的针灸歌诀。《针灸聚英》、《针灸大成》都将它收入书中，据传出于《乾坤生意》，作者何人，未见明确记载，估计最晚也是明朝以前的作品，流行至今已五百多年。因它常和马丹阳十二穴相提并论，十二穴以记主治病症为主，四总穴以主治部位来概括，因此有人认为四总穴是十二穴的概括提纲(由博返约)，又用肚、腹、腰、背、头、项、面、口提醒主治部位，启发思考这些部位的病症(由约返博)，正是十二穴的内容。今日临床，四穴应用范围之广，临床疗效之好，都超过其他穴位。因此四总穴是历代医家长期临床实践的经验总结，是广大针灸医生熟悉的一首脍炙人口的针灸歌诀。

(二) 位置的重要

足三里在外膝眼直下三寸，胫骨前缘，外侧一横指处。委中在腘窝横纹中点处。列缺在桡骨茎突的上方，腕横纹上

一寸五分。合谷在第一、二掌骨结合部与指蹠缘连线的中点处。合谷、列缺在上肢手腕关节附近，足三里、委中在下肢膝关节附近。四总都在人体四肢肘膝以下，它涉及人体腕、膝、髌等部位，这些部位又是原穴、络穴、合穴所分布。某一脏腑有病变，往往反应于该经的原穴，故有“五脏有疾，取之十二原”的说法。说明原穴是治疗内脏病的重要穴位。合谷是大肠经原穴，自然也不例外。“络”是联络表里两经的意思，所以用于治疗表里两经的有关病证，列缺是肺经络穴，既可以治疗肺经的病，又可以治疗与其表里的大肠经的病。每经经气最后，有如百川的汇合之处为合，故合穴脉气深大，其穴多在肘膝关节附近。足三里、委中都是合穴，合穴主治有两种：①合主气逆而泄；②合治内腑。说明合穴有作用六腑、调节全身的功能。总之，以上四穴都具有：①治疗局部组织与器官的病症；②治疗所属经脉循行远隔部位的组织与器官的病症；③有影响全身的作用；④尤其对肚、腹、腰、背、头、项、面、口有明显特殊的作用。从四穴所在的位置，反映出它们在治疗方面有重要的作用。

（三）升降与出入

内经记载：“……出入废则神机化灭，升降息则气立孤危，故非出入则无以生长壮老已，非升降则无以生长化收藏，是以升降出入，无器不有……，四者之有，而贵常守，反常则灾害。”古人把升降出入，看作是维持自然界万物生命生长衰亡的机理，自然界如此，人也如此。升降出入某一方面太过或不及，在自然界就会形成反常气候，在人体就要发生疾病，严重时则形成“出入废则神机化灭，升降息则气立孤危”的局面。因此，认识事物升降出入这个机理是很重要的。

足三里：能升（升补脾气）一升（有上升作用）

能降（和降胃气）一降（有下降作用）

委中：能清（清血分热）一入（入指向里清血分之热）

能通（通膀胱经气）一出（指脏腑之气向外疏通）

列缺：能清（清调肺气）一入（指向里清调肺经热邪）

能解（解散表邪）一出（向外祛解表邪）

合谷：能泻（清泻大肠与肺）一入（指向里去清）、降（指向下通降）

能散（宣散表邪）一出（指向外解表）、升（指向上宣发）

观上四穴，分别都具有升降出入，或升降，或出入的明显功能，因此通过针刺或艾灸这些穴位，调动它们的功能，调节人体出入升降之机，对人体防病治病具有重要的作用。

（四）“双向性”作用

四穴通过不同的针法，或补或泻，或浅刺，或深刺，均能表现出明显的“双向性”主治作用，古医书记载很多。如：

足三里：

……补三里以温胃中。（《灵枢·五邪》篇）

气街、三里、巨虚上下廉，此八者以泻胃中之热。（《甲乙经》）

……阴阳俱有余，俱不足，则有寒有热，皆调于三里。（《灵枢·五邪》篇）

按：补三里以温胃中，又能泻胃中之热；既能治寒证，又能治热证。这是足三里俱有的“双向性”治疗作用。在同时有寒有热时，足三里又有调理的作用，这又是它优于其他

穴位之处。

委中：

治小便难。（《甲乙经》）

治遗尿。（《钢人》）

肾与膀胱实而腰痛者，刺出血妙。（《类经图翼》）

大虚腰痛，刺而复发，腰重不能举体，可刺委中动脉出血。（《医学纲目》）

按：从其症状来看，小便难和遗尿是相反的，针委中可治小便难，又能治遗尿。出血治实证腰痛，又治大虚腰痛。刺而复发，既治实，又治虚，委中之双向性作用，不言而喻。

列缺：

手太阴之别，名曰列缺，起于腕上分肉，并太阴之经，直入掌中，散入鱼际，其病实则手锐掌热，虚则欠欬，小便遗数，取之去腕寸半，别走阳明也。（《灵枢·经脉》篇）

按：列缺既可反映出实证，又可反映出虚证，故用补泻之法既可治虚又可治实。

合谷：

能止汗，又能发汗。（《针灸学》，南京中医学院编）

按：许多古医书都有此记载。

四总穴明显的“双向性”主治作用，不仅反映在古书记载和临床治疗中，而且有的也为一些实验研究所证实。如：

足三里：观察针刺健康人和胃病患者的手三里和足三里，发现胃弛缓时，针刺会使收缩加强，胃紧张时针刺能使之弛缓。并可解除幽门痉挛。（《针灸学讲义》，北京中医学院编）

合谷：用万能毛细血管镜观察三叉神经痛患者的第四指甲床毛细血管的变化，发现浅刺合谷，毛细血管收缩、变

白，如进一步深刺时，随着针感的出现，毛细血管立即扩张，数目增多，颜色变红，这种反应在针刺后15~30分钟最明显，一般可维持60~90分钟。（《针灸学讲义》，北京中医学院编）

以上四穴明显的“双向性”治疗作用，是它们应用范围广、治疗效果好的重要基础，当然要取得较好疗效，还要掌握好针刺手法、刺浅刺深、针刺时间和与其它穴位的配合等。

（五）主治及其它

为了扩大和思考这些穴位的治疗作用，现从古医书针灸歌赋和临床点滴体会摘录一些病症，把与四总穴歌有直接关系的列入主治，把不与四总穴歌有直接关系的列入其它，分此两类供大家学习研究参考。

足三里：

主治病症（肚腹三里留）：

①胃病；②肝病及胃；③阳明合脾；④食滞吐泻；⑤六腑胀；⑥胃中热；⑦胃中寒；⑧瘀血心痛；⑨食不充肌；⑩气乱肠胃。

其它病症：

①眼病；②膝痛；③狂歌妄言；④乳痈有热；⑤中风；⑥腰膝重；⑦四肢疾；⑧颌项肿痛；⑨耳鸣；⑩保健。

委中：

主治病症（腰背委中求）：

①风：痉身反折；②厥：挟脊而痛；③腰脊强；④太阳令人腰痛，引项脊尻背如重状。

其它病症：

①膀胱病，小腹偏肿而痛；②膝痛，痛及跗指；③筋急，身热；④小便难；⑤癰疾反折；⑥衄血不止（加承浆）；⑦

脚重痛；⑧久痼宿疹；⑨遗尿；⑩满膝不得屈伸；⑪虚汗、盗汗补委中；⑫除腿风湿症；⑬霍乱；⑭腹中绞痛；⑮眉发脱落；⑯下牙痛；⑰痛风；⑱疔疮；⑲卒中；⑳咽喉病症。

列缺：

主治病症（头项寻列缺）：

①喉痹；②口渴；③胸项有痛；④咽干；⑤头部痛；⑥偏正头痛；⑦齿痛；⑧口噤不开。

其它病症：

①小便遗数；②热病；③四肢暴肿；④善忘、善笑；⑤溺血；⑥饥则烦，饱则善面色变；⑦心胀烦心；⑧男子阴中痛；⑨半身不遂；⑩腕劳；⑪风痰；⑫两乳刺痛。

合谷：

主治病症（面口合谷收）：

①耳聋；②齿痛；③唇紧；④鼻衄；⑤目痛；⑥头痛；⑦喉痹；⑧小儿乳蛾；⑨口角面上生疔疮；⑩面肿。

其它病症：

①痒、痿；②止汗、发汗；③疥疮；④手连肩背痛；⑤咳嗽；⑥脾病气血；⑦肠鸣；⑧风疹；⑨坠胎；⑩通月经。

二、应用配伍

（一）肚腹三里留

人身体前面的疾患，应以足三里穴为主来治疗。足三里是胃经合穴，足阳明胃经分布在人身之前面，与足太阴脾经相表里。脾胃为后天之本，胃主纳谷，脾主运化，针足三里能升能降，调理脾胃，因此见到因胃肠失调，运化失职的肚腹部位的疾患，应首先选择足三里穴。临床治疗中应注意：

①在足阳明胃经循行的头、面、胸、腹、腿（足三里）、趾出

现病症时，以及胃府失调的呕吐、胃痛、腹泻、俱可选用。
②足三里针刺感觉循经向下或逆经向上，且感觉直达病所者治疗效果较好。③有人实验，针刺足三里能使紧张的胃松弛，又能使松弛的胃加强收缩，且能调节胃液分泌等，根据这些结果，可调治有关的西医疾病。

配伍：

(1) 胃痛——加中脘

足三里是胃经合穴，中脘是胃的募穴，二穴相配，有和胃止痛的作用。中焦受邪，升降失常，气滞而致胃脘疼痛。中上腹部，或脐上心窝部疼痛，诸如西医之胃溃疡、急慢性胃炎、胃痉挛、胃神经官能症等，均可参考上穴治疗。

(2) 消化不良——加中脘、下脘

脾胃虚弱，食不下行，反胃吞酸，纳谷减少，大便有不消化食物，身体消瘦，面色不华，食后即泻，脾虚湿盛，治当健脾祛湿，亦可用灸法，若湿久郁化热，可在足三里先泻（泻其湿热）后补（补其中气），改善肠胃消化功能。

(3) 腹胀——加天枢

天枢是大肠募穴，若腑气不通而致腹胀、呃逆或失气后胀能减轻、大便干燥、或肠蠕动减弱等，以足三里配天枢，调整胃肠，增强蠕动，改善传导。但应区别腹胀之虚实而使用补泻手法。

(4) 腹痛——加气海

气海能补气、调气、行气，或因寒，或因热，或因虚，或因实，气滞而致腹痛者，尤其脐下疼痛明显，如肠痉挛、月经痛、受凉腹痛等，均可使用。虚寒者可加灸气海，凡腹腔脏器、妇女盆腔生殖器官的病变、肠道寄生虫以及精神因素引起的腹痛也可止痛，但对急性阑尾炎、肠梗阻、急性腹膜

炎、胃溃疡穿孔等，应用时要严密观察，并采取综合措施。

(5) 便秘——加天枢、支沟、阳陵泉

便秘而兼见口苦、咽干、心烦、易急、胁痛、少阳之气不畅，针足三里、天枢，调理大肠。支沟、阳陵泉疏通少阳之气，少阳热清气通，不犯胃肠，大肠热清，传导通畅，便秘可通，但对津液缺乏，大肠干燥而便秘者，效果较差。

(6) 泄泻——加天枢、三阴交

天枢是大肠募穴，三阴交是肝、脾、肾三条阴经交会之处。大肠功能紊乱，传导失常，以致大便次数增多或大便稀甚至水泻，或因脾虚运化失职，大便稀溏，都可使用，急慢性肠炎也可参考应用。

(7) 呕吐——加内关、中脘、下脘

内关通于阴维，能宽胸止呕，足三里是胃经合穴，能升能降，或因寒，或因热，或因伤食胃气上逆呕吐者，均可应用。对于食入良久而吐的属寒吐者，可在中脘、下脘加灸，效果较好。西医的急慢性胃炎、神经性呕吐和其它肝胆疾患引起的呕吐症状，也可参考应用，但对肿瘤压迫消化道而引起的呕吐效果不好。

(8) 痛经——加中极、气海、三阴交

中极能行经定痛，对于月经前和正在行经时腹痛者，可强刺激泻法，止痛效果较好，对于腹部发凉，兼有瘀血者，可在气海加灸、委中放血，再配血海。散寒，活血、化瘀、止痛。

(9) 膝痛——加阴陵泉、阳陵泉

阳陵泉为筋会，阴陵泉为脾经合穴，风湿痹痛集中膝关节周围固定不移者使用之，对筋骨疼痛配合调理肝肾的穴位效果较好。

(10) 强壮——灸足三里

要想身体安，三里常不干。意思是要想身体安康，经常将足三里灸后产生灸疮，而有渗出液渗出使足三里穴不干。所以说灸足三里有强壮身体的作用。艾条、艾柱灸俱可，以皮肤红润为度，当然也可灸至产生灸疮，但要保护疮面，防止感染。临床中灸后可降低血液粘稠度，常用来预防中风。

(二) 腰背委中求

人身体后面的疾患，应取委中穴为主治疗。委中是膀胱经合穴，膀胱经行人身之后面，头、项、背、腰、臀及下肢后面，是人身最长的经脉，共有六十七个穴位，五脏六腑的背俞穴，都分布在膀胱经上。膀胱与肾相表里，肾为先天之本，太阳膀胱主一身之表，是人身之藩篱，有卫外作用。委中穴因属从背腰而来的两支膀胱经脉在腘窝的会合处，所以它是治疗腰背疾患的要穴，故《灵枢·终始》篇云：病在腰者取之腘；《丹溪心法》云：腰曲不得伸，针委中出血立愈。在临床应用时：①对属于膀胱经循行头、项、背、腰、臀、下肢后面的疾患，首先选用委中。②对属于外感实证之腰、背疾患，效果较好。对于虚证要配合其它穴位应用。③委中穴一般不艾灸。

配伍：

(1) 背痛——加大椎、肝俞

大椎是诸阳经与督脉的交会处，肝俞是肝的背俞穴，外感风寒，膀胱经气失畅，以致背部疼痛，掣及两胁，咳嗽加重，或者背部发紧，或者肩胛骨内缘处疼痛等，有明显压痛者，可选用上穴。针刺大椎时，针尖向痛处，使针刺感觉传到痛处，效果更好。

(2) 腰痛——加肾俞、大肠俞

一般急性、慢性腰痛，偏脊柱两侧疼痛的效果较好。若因外受风寒者，腰部也可拔火罐。若是虚寒疼痛，可灸腰部穴。若属扭伤急性腰痛者，可点刺委中出血。诸如西医之急性腰扭伤、腰肌劳损，都可参考使用。

(3) 腿痛——加秩边、承山

腰痛连及臀部，沿下肢膀胱经疼痛者，针时要求针感能下达足第五趾外，效果较好。本人经验在秩边附近选准灸点灸时，热感下传至腠部，患者自觉舒畅，疼痛可以缓解。

(4) 膝膈痛——加阴陵泉、阳陵泉

膝关节周围疼痛，膈窝处疼痛明显，以致膝关节屈伸困难者，可用上穴，有活血、散寒、疏筋、通络的作用。

(5) 腿酸——加足三里、三阴交

下肢酸沉，小腿尤其明显，或见微肿。足三里祛湿健脾，三阴交利湿健脾，补肝肾而强筋骨，委中疏通太阳膀胱经气，再配服二妙丸（中成药），对上述病症，疗效较好。

(6) 腹痛——委中点刺出血

此指中暑而致之腹痛，暑伤气则气滞，暑伤心则血脉失畅，委中点刺出血，可调气行血以止腹痛。

(7) 转筋——加阳陵泉、承山

腠部受寒或筋脉失养，常致拘挛而腠部疼痛，谓之转筋。阳陵泉为筋之会，筋病则取委中、承山，二穴散寒通经络。若因寒邪较重，承山加灸，有时指按承山，或按健侧承山，亦有显著解痉止痛效果。此病西医叫腠肠肌痉挛。

(8) 吐泻——加曲泽

湿热伤于中焦，以致胃肠功能失调，上吐下泻。刺委中、曲泽，能清血分湿热，湿祛热清，中焦气和，升降恢

复，吐泻可止。西医急性胃肠炎、中暑内热或伤食吐泻都可参考应用。

(9) 痔疮疼痛——加长强、承山

因湿热下注而痔疮疼痛者，临床针上穴有消肿止痛作用。若病久已有漏管形成的疗效不好。

(10) 丹毒——加曲池、血海

红疹突起皮肤，灼热刺痛，可发在全身各处，但多在头、胸背或腰腹，中医认为血中热毒起疹红赤如丹，故名丹毒，西医谓之带状疱疹。针之可清血热，泄火毒，初起用牛黄解毒丸以护心（防毒攻心），连翘败毒丸以消肿止痛，治疗效果更好。

(三) 头项寻列缺

人身体头颈躯干两侧之病变取列缺为主治疗。列缺是肺经的络穴，肺经从此处与大肠经相联络。肺主气，司呼吸，是五脏六腑之华盖，又主皮毛，故列缺具有疏解风寒、清肺止咳的作用。临床应用时：①列缺能治头项病症，是因为通过与肺经相表里的大肠经循行经过颈、头部的缘故。②因肺主皮毛，外感风寒头项疼痛时，列缺解表散风寒，故治此效果较好。③肺经虚证、实证都可使用，临床操作时多横刺针尖向上（针灸向人体头部方向）。

配穴：

(1) 偏头痛——加太阳、率谷

对于口苦、咽干、心烦、喜呕、脉弦的少阳头痛者，或肺热循经（大肠经）过颈、面颊，以致头面疼痛者，或外感风寒引起的偏正头痛者，以上穴俱可使用。

(2) 前额痛——加上星、攒竹、头维

咳吐黄痰，鼻塞不畅，前额胀痛，苔黄，脉滑数，阳明

风热上攻，可用上穴治疗。西医的慢性鼻窦炎、神经性头痛，或胃痛兼头痛者，可使用上穴治疗。

(3) 咽痛——加少商、商阳

外感风寒或肺热上逆，而致咽喉部位疼痛，且吞咽时疼痛加重，可在少商、商阳点刺出血，再配列缺清解肺热或宣散外寒。西医上呼吸道感染及扁桃腺炎都可以选用。

(4) 鼻塞——加上星、迎香、合谷、风池

肺开窍于鼻，肺气不利则鼻塞不通。列缺清利肺气，再配局部之上星、迎香，散在头面之风热。若内有热，外受寒，加合谷、风池、宣散之力更锐。对一般慢性鼻炎、鼻窦炎都可应用。

(5) 气喘——加肺俞、定喘

或因寒，或因热，肺气上逆，肃降失常而喘息，可以应用。对于过敏性喘息、支气管哮喘、喘息性支气管炎，都可参考应用。

(6) 失音——加廉泉、照海

外感或内伤而致声音嘶哑、咽喉疼痛，均可应用。列缺配照海系八脉交会，列缺是肺经穴与任脉相通，照海是肾经穴通阴跷，它们主治肺喉咙胸膈部位的疾患，再配廉泉局部取穴，对失音效果较好。声带麻痹之失音亦可使用，但对声带息肉而致失音效果差。

(7) 咳嗽——加尺泽、肺俞、天突

尺泽肺经合穴，肺俞肺的背俞穴，二穴能清泄肺热。天突是任脉穴，能降肺以复肃降，气不上逆，咳嗽可止，不论外感或是内伤，以肺经有热效果较好。

(8) 项强——加大椎、风池、大杼

颈项强痛，回顾困难，或因受风寒颈项疼痛，或因睡眠

姿势不当而致颈项紧痛，以及落枕常常应用之，外伤而颈项肌肉痛也可参考。

(9) 后脑痛——加风池、印堂、太溪

肾生骨髓，上注于脑，脑为髓海，肾气不足则髓海空虚，或因久病后而致后脑发空疼痛，可取太溪补肾，风池清散头部虚热，印堂在前而此病在后则前取之，列缺主头项病，互相配合，补肾充脑、清虚热止痛，对于神经衰弱之头痛或虚烦失眠、兼后脑发空而痛者，都可参考应用。

(10) 手腕痛——加合谷、阳谿

手腕痛或因受风寒，或因牵拉用力过度而致疼痛者，都可应用。三穴都是局部取穴，有散寒、行气、通络、止痛的作用。

(四) 面口合谷收

人身头面躯干前面疾患可取合谷为主治疗。合谷是大肠经的原穴，若大肠腑传导失畅，积而生热，上攻心肺及头面，则见头晕、目赤、口干、气喘、心跳。合谷能清泄大肠，宣散上焦风寒，清头目而治头面部疾患。实践体会到，面口应包括五官、唇、齿及头部。在临床中：①合谷有疏风、开郁、消肿、止痛的功效。②初诊身体弱者，要轻刺、浅刺和卧床针刺，少留针，以防晕针。③身强壮实泻针时，针感一时难消失者，告诉病人不要紧张。④孕妇禁针。

配伍：

(1) 面肿——加水沟

沐浴后受风，面目突然肿胀，或因感受瘟毒而致大头瘟，可用合谷、水沟，清散上焦风热、利水消肿。

(2) 目赤——加攒竹、丝竹空

目赤红肿，又兼胁痛、口苦、咽干、舌红、脉弦，此系

上焦风热，或少阳热邪上攻，可用上穴。对结膜炎，眼内干涩甚则疼痛、视物不清，可参考上穴治疗。

(3) 牙痛——加下关、颊车、承浆

针之清泻阳明大肠，疏通大肠经络，治下牙痛较好。

(4) 头痛——加风池、太阳

外感头痛多用此配穴。

(5) 咽痛——加少商、商阳

上焦风热，咽喉疼痛，吞咽则甚，大便干，小便黄，先针少商，又在商阳点刺出血，再强刺合谷泻大肠热。有时咽痛顿止。

(6) 鼻塞——加迎香、风池

外感鼻塞，胃气壅滞而致肺气不和，则鼻塞不通，可用上穴。

(7) 前额痛——加攒竹、上星

大便干之大肠热者，肠热及胃，胃热上攻前额痛者用此。

(8) 腹痛——加天枢、气海

大肠传导失司而致腹痛、腹泄，或受凉而致脐周疼痛可以选用。

(9) 头晕——加风池、上星、天柱

头晕、目赤、头痛，用上穴清头明目，散风清热，头晕可止。

(10) 镇静——加太冲、印堂

合谷、太冲，名为四关，调气活血，具有镇静作用。如头痛、失眠、烦躁，阴阳气血不调，神经衰弱，可以应用，以镇静安神。再加印堂，以助其力。

第四节 马丹阳十二穴

明·高武著“针灸聚英”为薛真人之著作，薛氏受於扁鹊，传至丹阳著成歌。但汉代司马子长著扁鹊传，未提及扁鹊有针书传于后世，据此情况，此十二穴可能是民间流传常用针法，薛氏加以总结，托名扁鹊，传至马丹阳时编成歌诀。马丹阳，六朝人，医书不多，佛道书尚多。十二穴歌诀如下：

三里内庭穴	曲池合谷接
委中配承山	太冲昆仑穴
环跳与阳陵	通里并列缺
合担用法担	合截用法截
三百六十穴	不出十二诀
治病如神灵	浑如汤泼雪
北斗降真机	金锁教开彻
至人可传授	匪人莫浪说

“三里内庭穴”至“合截用法截”，此八句是全歌提要，以下句可作参考。十二穴分为六组，人身经络多有主要穴位，脏腑有五俞按虚实论治，此十二穴是为门径。“担”、“截”的含义有二。担：一是双穴的意思，二是补的意思。截：一是单穴的意思，二是泻的意思。三里、内庭属足阳明胃经，曲池、合谷属手阳明大肠经，委中、承山属足太阳膀胱经，太冲属足厥阴肝经，昆仑属足太阳膀胱经，环跳、阳陵属足少阳胆经，通里属手少阴心经，列缺属手太阴肺经。十二穴中上肢阳经有曲池、合谷（俱手阳明），上肢阴经有通里（手少阴）、列缺（手太阴）。下肢阳经有委中、承山、昆仑（具足太阳）、环跳、阳陵（俱足少阳）、三里、内庭（俱足阳明），下肢阴

经有太冲（足厥阴）。十二穴中阳经共九穴，阴经共三穴。

其一：足三里。在膝眼下三寸，胫骨外廉，取穴时两腿当弯曲，则针直刺之不易伤筋。它是足阳明胃合穴，有升降浊之功，导痰行滞之力，补之则升，泻之则降，为调里肠胃、温中散寒之主穴。主治胸胁痛、腹胀、胃寒、肠鸣、脾寒泻泄、眼目红肿、膝胫酸痛、伤寒热不已、瘦弱虚损、小肠气痛、水气蛊毒、鬼击诸证。三十岁以后灸之明日，针五分，留七呼，灸三壮。调理脾胃以三里为主，小儿禁灸，灸恐目不明。足阳明胃经，多气多血，为病最广，饮食劳倦，最易伤人，五味不当，煎炼烹炸，最伤胃肠之气。食能养人，亦能伤人，自然界诸物遇火则萎，人亦如是。足阳明胃，其俞上起气街，下至於足三里，胃正气为燥，与脾之湿土之气相平和则无病。燥有余伤胃，湿有余伤脾；脾胃失调，俱可用三里而调之。

其二：内庭。在足大趾次趾外间陷中，二、三趾之间，本节前。是足阳明胃荣水穴，能回厥，清阳明热。主治四肢厥逆、喜静恶闻声、瘾疹不快、咽喉肿痛、数欠、牙龈痛、疟疾、不思饮食、耳内蝉鸣。针三分，留十呼，灸三壮。阴盛则闭，阳盛则燥，厥者手足冷，逆则冷过肘膝。逆重于厥，气有余则牙龈痛、咽喉肿痛，当泻；气不足，喜静恶闻声、数欠，当补。

其三：曲池。在肘辅骨内廉，屈肘纹头尽，取必拱手，不拱不准，以手拱胸。手阳明大肠合穴，其性走而不守，具有通散作用，能行气血，故气血不通，血分有热，俱可使用。主治偏风、半身不遂、臂痛拉弓不开、两臂瘫痪不能举手向发、喉痹喘促欲死、伤寒振寒而余热不尽、皮肤干燥、痂疥等症。针七分，留七呼，灸三壮。

其四：合谷。在虎口，拇食紧闭，纹头尽处，针此全手麻胀。为手阳明大肠经原穴，能升能降，能宣能通，轻清走表，能发表托邪，能祛邪清热。主治偏正头痛、面目浮肿、疟疾、寒热、身体发热、汗不收、目翳视物不明、齿龋朽痛、鼻中流血不止、口噤不开。针三分，留六呼，灸三壮。是穴宣散力强，幼儿、老人、体弱惧针者，针之当慎，不可久留针。

其五：委中。在腘中央凹陷中，能清血分湿热，热重于湿泻血，湿重于热针刺。足太阳膀胱经合穴，主治腰脊沉坠疼痛、痲疯痲疾、两腿肚转筋、疼痛难动、风痹疼痛流注不定、热病难愈、两足膝痛难以伸屈。针五分，留七呼，禁灸。

其六：承山。在腿肚下尖，为膀胱经穴位，能散寒、祛湿、舒筋、止痉。主治腰背疼痛、痔疮、大便难、脚气、膝肿、胫酸、跟痛、伤寒时疫、寒热疟疾、战栗不能行立、霍乱转筋。针五分，灸五壮。

其七：太冲。足大趾本节后二寸陷中，动脉引手，病者有此脉生，无此脉死。是肝经原穴，有平肝降逆作用，与合谷共称四关穴。主治急慢惊风、羊痫风、咽喉疼痛、胸胁胀满、寒湿脚气而行走困难、小腹疝气而偏坠疼痛、两目昏暗、腰背疼痛。针三分，留十呼，灸三壮。

其八：昆仑。在足外踝后五分，跟骨上凹中。是足太阳膀胱经经穴，能清热、利湿、止痛。主治腰尻疼痛、臂重不能举、前阴肿痛、偏正头痛、背脊拘急、暴咳、喘促、足脑痛走不得履地。针三分，留七呼，灸三壮，是穴按之若痛减，多为外伤痛，不减多为内伤痛。

其九：环跳。在髀枢中，侧卧，伸下足，屈上足取之，上腿垫平。为胆经穴，能祛风通络，疏经活络。主治半身不遂、闪挫腰痛而不能回顾、冷风、湿痹、周身拘急、腿胯腿

肚疼痛不能转动。针一寸，留十呼，灸三壮。

其十：阳陵泉。膝下一寸，外廉陷中，尖骨前，筋骨间，屈膝取之。为足少阳胆经合穴，筋会阳陵，能泻胆平肝、舒筋止痛。主治两膝肿痛、冷痹、不仁、半身不遂、腰背重痛、起坐艰难、面目浮肿、胸中胀满、两足疼痛难移、不能起坐。

其十一：通里。腕侧后一寸陷中，为心经的络穴，心虚心实俱可取之。主治声哑、心烦极甚、怔忡不宁、四肢重痛、头面红肿、懒言、数欠、咽喉疼痛、气息不通、虚实不思食、暴瘡面无润泽。针三分，灸三壮。

其十二：列缺。腕后侧上一寸五分，两手交叉，当食指末筋骨罅中。为肺经的络穴，理气行水，头项病多用。主治偏风头痛、遍身风痹麻木、痰壅气堵、口噤不开。针二分，留三呼，灸三壮。

附：十二穴主治杂病歌

【原歌】	三里内庭穴	曲池合谷接
	委中配承山	太冲昆仑穴
	环跳与阳陵	通里并列缺
	合担用法担	合截用法截
	三百六十穴	不出十二诀

其一

三里膝眼下	三寸两筋间
能通心腹胀	善治胃中寒
肠鸣并泄泻	腿肿膝脂酸
伤寒羸瘦损	气虚及诸般
年过三旬后	针灸眼便宽
取穴当审的	八分三壮安

其二

内庭次指外	本属足阳明
能治四肢厥	喜静恶闻声
癰疹咽喉痛	数欠及牙痛
疟疾不能食	针着便惺惺
针三分 灸三壮	

其三

曲池拱手取	屈肘骨边求
善治肘中痛	偏风手不收
挽弓开不得	筋缓莫梳头
喉痹促欲死	发热更无休
遍身风癰癩	针着即时瘳
针三分 灸五壮	

其四

合谷在虎口	两指歧骨间
头痛并面肿	疟疾热还寒
齿齲鼻衄血	口噤不开言
针入五分深	令人即便安
灸三壮	

其五

委中曲脉里	横纹脉中央
腰痛不能举	沉沉引脊梁
疼痛筋莫展	风痹复无常
膝头难伸屈	针入即安康
针五分 禁灸	

其六

承山名鱼腹	腓肠分肉间
-------	-------

善治腰疼痛 痔疾大便难
脚气并膝肿 辗转战疼酸
霍乱及转筋 穴中刺便安
针七分 灸五壮

其七

太冲足大趾 节后二寸中
动脉知生死 能治惊痫风
咽喉并心胀 两足不能行
七疝偏坠肿 眼目似云朦
亦能疗腰痛 针下有神功
针三分 灸三壮

其八

昆仑足外踝 跟骨上边寻
转筋腰尻痛 暴喘满冲心
举步行不得 一动即呻吟
若欲求安乐 须于此穴针
针五分 灸三壮

其九

环跳在髀枢 侧卧屈足取
折腰莫能顾 冷风并湿痹
腿膀连膂痛 转侧重欬嗽
若人针灸后 顷刻病消除
针二寸 灸五壮

其十

阳陵居膝下 外廉一寸中
膝肿并麻木 冷痹及偏风
举足不能起 坐卧似衰翁

针入三分止 神功妙不同
灸三壮

其十一

通里腕侧取	去腕一寸中
欲言声不出	懊悵及怔忡
实则四肢重	头腮面颊红
虚则不能食	暴瘡面无容
毫针微微刺	方信有神功
针三分 灸三壮	

其十二

列缺腕侧上	次指手交叉
善疗偏头患	遍身风痹麻
痰涎频壅上	口噤不开牙
若能明补泻	应手即如拏
针三分 灸五壮	

【新编】（一）三里膝盖下 三寸两骨间
主疗肠胃病 善治胃痉挛
肠鸣并下痢 急慢性胃炎
头痛高血压 腿疼四肢倦

（二）内庭在足前 二三趾缝中
能治间歇热 牙痛颜面肿
衄血齿齲炎 腹鸣肠疝痛
咽喉肌痉挛 四肢厥冷症

（三）曲池屈肘取 横纹之外端

专治肘风湿	並疗肋膜炎
肋间神经痛	红肿扁桃腺
贫血及疲倦	发烧和疥癬

(四) 合谷在手背	大食歧骨间
头痛和面肿	喘息且多痰
牙痛和衄血	盗汗与失眠
咬肌痉挛症	扁桃腺发炎

(五) 委中膝腘内	横纹正中央
肿痛背难举	膝痛步行难
痔疮便带血	热病不出汗
感冒鼻衄血	吐泻急肠炎

(六) 承山腓肠内	肌肉沟下端
主治痔出血	腓肠肌痉挛
脚气膝盖肿	腰痛大便难
肠炎吐与泻	小儿病急痢

(七) 太冲居足背	一二蹠骨中
下腹肌痉挛	腰痛与胸痛
子宫出血症	小儿急痛病
角膜生白翳	两足不能行

(八) 昆仑外踝后	跟腱正前缘
头痛鼻衄血	腰部肌痉挛
坐骨神经痛	跟踝关节炎

阴肿痔出血 脚气腿难弯

(九) 环跳居臀部 骶骨五指间
感冒身发热 腰痛转侧难
坐骨神经痛 股膝组织炎
脚气下肢肿 偏瘫与截瘫

(十) 阳陵腓骨前 小头前下边
能治脚气病 善疗关节炎
坐骨神经痛 下肢肌痉挛
颜面有浮肿 经常无大便

(十一) 通里腕尺侧 去腕一寸中
心悸亢进症 眼充血头痛
舌骨肌麻痹 扁桃腺红肿
遗尿月经多 臂疼精神病

(十二) 列缺腕桡侧 纹后一寸半
能治偏头痛 咀嚼肌痉挛
疟疾和喘息 牙痛与多痰
三叉神经痛 面神经瘫痪

【穴解】 三里 内庭

夫三里者，乃胃经之合穴也。胃为后天精华之所根，水谷之海，脏腑之源，主消纳，胃气盛则消纳畅营养固，否则脏腑失荣，生机危矣。此穴能专治腹内诸疾，补之足以固卫健脾，泻之足以升清降浊。且本经之内庭穴属荣水穴，胃为

戊土是乃真土，万物生于土，土燥则热生，热生则阳亢，故必须水以滋润，故成水土交融，温内脏阴阳之机，一以振阳于上，一以和阴于下，阴阳既合，疾自除而气自和矣。故此二穴擅治腹中诸疾。

曲池 合谷

曲池为大肠经之合穴，主行气血，其性游走通导，故能宣气行血，搜风逐邪，气血行风邪退，则轻清之气上浮。合谷为本经原穴，能升能散，能清气分之热，热清则邪散。且头为诸阳之会，禀清阳之会气，开清窍于上，故凡治上焦之病，必此二穴上行之力，而实具清散功能，此乃以阳从阳之意，故能扫荡邪秽，清除障碍，以治头面诸疾，自能独胜其任矣。

委中 承山

查此二穴有专治腰背诸疾之功，考委中为膀胱经之合穴，乃大动脉之所出，故能出血，浊血既出则清血生焉。故其出血之能力，放出秽浊，风湿痧暑等气，阅其有清血之功，且其疏风利湿之效，故能降大肠膀胱之热。承山亦具清血之力，并有舒筋利节之功，故以之为佐，经络既通，气血已舒，则无上下断隔之弊，此二穴虽位于下，犹如河流之出口，倘河道为淤泥所阻塞，已无出路，苟决其出口，则流自通畅，腰为肾府，背为膀胱之部分，其强其痛，乃该经气塞滞之故也。

太冲 昆仑

太冲乃肝经之原穴，有降气养血之效，行瘀凉血之功，能泻肝热以镇静。肝主筋，为前阴宗筋之所聚，凡筋痹、诸疝、脚弱等症，均由于风邪所袭，温热内蕴所致，故佐以性具下血行湿之昆仑穴，此穴乃膀胱经之穴，以辅助太冲降气养血之力，舒筋和肝祛湿之效。而起其斩关破巢之功，至于

开关节，搜风理痹，调气血，通经行瘀，乃是其特殊效能。

环跳 阳陵泉

环跳属胆经，善搜风祛湿，理气调血，其性舒通宣散，均有舒筋利节，搜四肢风邪之效。且阳陵泉为筋之会，胆之合穴亦具有协同效力，惟其性沉降，泻之能肃清净之府，并行气导浊，故能降上逆而平肝火，温中焦以利脾气。举凡肝肺抑郁，胸胁作痛，与夫中风偏枯，诸痹痠痹，腰痛筋挛，历节痿痹，脚气等疾，靡不获效。

通里 列缺

通里属心经，为手少阴之络穴，别走手太阳小肠经，能泻心清热，定神守心。列缺属肺经，为手太阴之络穴，别走手阳明大肠经，能逐水利气，搜风祛邪。此二穴均居臂手内廉，且属孙脉，其性通降，以其能通，故有住痛移疼之效，所谓通则不痛是也。以其能降，故有散热行气之功。二者互相为用，则清散宣散之效著，祛邪扶正之功宏，其邪自去则痛自蠲也，疼痛何有。

【分部取穴】

（一）头面五官疾患

头痛、面肿：合谷

偏头痛：列缺

头腮面颊红：通里

眼目似云朦：太冲

目疾：足三里

鼻衄血：合谷

口噤：合谷

痰涎频涌、口噤不开：列缺

欲言声不出：通里

暴瘖面无容：通里

牙疼：内庭

齿齲：合谷

(二) 咽喉疾患

心胸胀：太冲

心腹胀：三里

胃中寒：三里

不能食：通里

暴喘满冲心：昆仑

气膨及诸般臌胀：三里

(三) 腰背疾患

腰痛：太冲

腰疼痛：承山

腰尻痛：昆仑

折腰莫能顾：环跳

腰痛不举、沉沉引脊：委中

(四) 四肢疾患

肘中痛：曲池

挽弓开不得、筋缓莫梳头：曲池

偏风手不收：曲池

膝头难伸屈：委中

腿肿膝脂酸：三里

脚气并膝肿、辗转战疼痛：承山

膝肿并麻木：阳陵泉

腿胯连膈痛：环跳

两足不能行：太冲

举足不能起：阳陵泉

举步行不得：昆仑
酸痛筋莫展：委中
转筋：昆仑

霍乱转筋：承山
四肢厥冷：内庭
四肢重：通里

(五) 疝痔及大便疾患

七疝偏坠肿：太冲
痔疾大便难：承山
肠鸣泄泻：三里

(六) 诸风伤寒及热病

惊痫风：太冲
风痹复无常：委中
遍身风痹麻：阳陵泉
遍身风痹癩：曲池
冷痹及风痹：阳陵泉
冷风、湿痹：环跳
瘾疹：内庭
伤寒：三里

发热无休：曲池
疟疾热还寒：合谷
疟疾不能食：内庭

(七) 诸虚劳损诸疾患

羸瘦损：三里
懊悵怔忡：通里
喜静恶闻声：内庭
数欠：内庭

第五章 针 灸 配 方

第一节 针灸不谢方

一、大椎、曲池、合谷

恶寒发热风寒证， 大椎曲池合谷并，
能清里热兼解表， 暑湿外邪亦参用，
头项强痛若明显， 风池风府穴不忘，
热盛心烦兼尿黄， 内关两穴效非常，
谵语便秘胃家实， 足三里配丰隆治，
胁痛呕吐少阳症， 支沟阳陵泉共用，
气逆而致咳嗽喘， 鱼际穴再加少商，
鼻塞流涕前额重， 上星穴与通天共，
倘若过敏荨麻疹， 合谷去掉三里增。
一切风寒暑湿邪可祛， 能清里达表。

大椎属督脉，是手足三阳督脉之会，统全身阳主表，凡外感六淫之邪在表，皆能疏解。关于曲池、合谷乃手阳明原合之穴，主气化而能传导，助大椎而调和营卫，故清里达表。如果身热自汗，则泻大椎以解肌。无汗恶寒，则可补大椎以发表。体虚邪实，先泻后补，邪气尚盛病久，先补后泻。对疟疾寒热，能调营而和卫。于虚劳骨蒸、盗汗，有养阴清热的作用。

凡邪在经，头项强痛，加风池、风府。热盛心烦、尿赤，加内关。谵语便燥，胃家实，加胃经丰隆、足三里。胁

痛、呕吐病在少阳，加少阳支沟、阳陵泉。气逆喘咳，加鱼际。伤风鼻塞额痛，加上星。荨麻疹去合谷，加足三里。

二、合谷、复溜

大肠合谷肾复溜， 古云发汗又止汗，
发补合谷泻复溜， 止补复溜泻合谷，
振阳利水兼行气， 寒饮喘逆水肿治。

补复溜、泻合谷能止汗，泻复溜、补合谷能发汗。

复溜属肾经经穴，能壮水固表，其功能有三：一利水消肿，二养阴止汗，三回厥冷而复脉，温肾和膀胱之气。合谷清气分之热，而且轻扬走表托邪，开泄皮毛。如寒饮喘逆，而且水肿，用复溜振阳行水，合谷利气降逆，加列缺行气利水尤佳。

三、曲池、合谷

曲池性走而不守， 合谷能升且能散，
二穴同为手阳明， 上焦风热能清散，
头面诸窍若有病， 选配各穴效更专，
风池头维头晕痛， 睛明丝竹目翳生，
迎香禾髎鼻渊痔， 听会翳风耳鸣聾，
水沟劳宫治口臭， 鱼际可医咽喉肿痛，
龈肿齿痛下关穴， 口眼喎斜地颊针。

曲池、合谷为清热散风，理上焦气分要穴。

二穴均属大肠经主气，曲池性走而不守，它能行气。合谷升而能散，以达轻清之气上浮。人之头为诸阳之会，耳目口鼻咽喉皆禀清阳上升之气，故和清窍。合谷之轻，载曲池之走，而能上升头面诸窍，而起清散作用。故能扫荡一切邪秽。

如头痛、头晕，加风池、头维。目赤、目翳不清，加丝竹空、睛明。鼻痔、鼻渊，加迎香、禾髎。耳鸣、耳聋，加听会、翳风。口臭唇裂，加水沟、劳宫。咽肿、喉痹，加鱼际、颊车。口中齁肿齿痛，加下关。口眼喎斜，加地仓、颊车。

四、水沟、风府

水沟在前风府后，二穴相应治急症，
一切卒中人不省，针治诸风开牙紧。

开关解噤，通阳醒神，搜风舒经，主治一切卒中昏厥急症、牙关不开、人事不苏。

二穴前后相应，水沟属督脉，手足阳明经的交会。风府亦名舌本，为督脉足太阳阳维三脉交会。《金匱》云：邪入于脏，舌即难言，口中吐清涎，肾脉夹舌本，脾脉络舌本，散舌下，厥阴心之别络，亦系舌本，故风邪深中三脏，即刻则令人舌强难言、口吐涎沫、神昏不省。面部三阳之经络，入颌颊夹于口，今诸为风寒之邪所客，故经急而口噤不开，补水沟通阳醒其神志，开关解噤，泻风府搜舌本之风，疏通手足三阳，是以对卒中急症效。其如口眼喎斜，又见偏枯不遂，虽风中经中络有别，亦乃所宜。

五、肩髃、曲池

肩髃曲池宣气血，理气快膈搜风邪，
中风偏枯及诸痹，上肢疼痛不能举，
肩肘关节疼痛病，二穴为主配合用。

肩髃、曲池宣气行血，理肺快膈，搜风顺气。

二穴俱属手阳明，肩髃卧针能疏通曲池走而不守，它们对

经络客邪，血气阻滞，尤其是中风偏枯不遂诸痹效果更好。

六、环跳、阳陵泉

环跳阳陵调气血， 搜风祛湿通经络，
二穴俱属足少阳， 性能舒筋利关节，
诸痹不仁及不遂， 腰腿疼痛及痿痹。

环跳、阳陵泉通经络，调气血，搜风祛湿。

两穴均属足少阳经，能舒通宣散。阳陵泉又是筋会，具有舒筋利节之功。环跳搜经络之风及四肢风邪，位居髀枢。中风偏枯不遂以及诸痹不仁、痲疯筋挛、腰痛痿废，环跳合阳陵泉，二穴相应，功效相得益彰。

七、曲池、委中、下廉

曲池委中下巨虚， 通阳疏风兼利湿，
风痹湿邪肘膝痛， 以此为主加减用，
若痛游走无定处， 风市阴市足三里，
腿痛不离膝周围， 阴阳二陵足三里。
为风寒湿痹主方。

曲池搜风行湿，委中搜风利湿，下廉巨虚可以通阳渗湿，下肢疼痛游走无定处加风市以及阴市、足三里。膝周围疼痛固定可加阴陵泉、阳陵泉、足三里。

八、曲池、阳陵泉

曲池在肘阳陵膝， 具在四肢关节地，
清肺走表行气血， 舒筋利节能泻里，
肝肺气郁胸胁痛， 热结肠胃俱可医。
为半身不遂，历节诸痹主方。

曲池、阳陵泉居肘膝之处，皆属大关节。肘部曲池行气血通经络，消肺走表。阳陵泉又能舒筋利节，泻肝胆清里。是方功能宣通下降，又能分浊泻火，肝肺气郁胸胁作痛，或热结肠中及胃，腹胀便浊，借之清利疏泄。

九、曲池、三阴交

曲池穴配三阴交， 清血搜风是其要，
行气活血能散瘀， 妇科瘀痕和经闭，
肿痛疮毒风湿痹， 都可以此配穴治。
为清血搜风主方。

曲池性游走通导，擅能清热搜风。三阴交为三阴经之会，属肝脾肾之枢纽，为治疗血分要穴。曲池又善入导三阴之分，能清血中之热，搜肝木之邪，而瘀自行血自通。固大凡肿痛疮毒，风湿诸痹，腰痛脚气，痲疯热厥及妇女带下瘀痕积聚经闭尤效。

十、足三里、三阴交

足三里和三阴交， 脾胃虚寒气血薄，
升阳益胃调清浊， 滋阴健脾理虚劳，
疝气偏坠加归来， 产后血晕支沟协。
为脾胃虚寒，气血亏虚主方。

三里升阳益胃，三阴交滋阴健脾，乃虚损治疗不可缺少。胃强脾弱，阳亢阴亏，补三阴交而泻足三里，为补阴之中兼行清浊。又比如阳虚气乏，风湿客邪成痹，腿膝麻木疼痛时作，一以振阳，一以和阴，则有舒筋理痹止痛之功。

加归来主治疝气、偏坠。加支沟理产后血虚而头晕不省人事之病，须用补法。

十一、阳陵泉、足三里

足三里配阳陵泉，肝胃不和主治方，
吞酸口苦吐与泻，膝痛筋挛俱可当。
为肝胃不和主方。

阳陵泉为胆经合穴，三里为胃府合穴，泻膝部阳陵泉肃清净之府，平肝火之横逆，输胆汁而通入胃，从木疏土。再泻三里导胃中浊气，能疏通胃中之阳，于是清阳得升，浊阴得降，这样脾胃自和；肝木自畅。且阳陵泉为全身诸筋所会，大有舒筋利节搜风祛湿之力，足三里有通阳活血渗湿散寒之功，故治中消停痰以及吞酸口苦、泄泻呕吐。又可治诸痹、膝关节痛、筋挛历节、痿躄脚气。

十二、四关（合谷、太冲）

合谷太冲名四关， 气血为病是主方，
搜风理痹开关节， 妇女经病小儿痫，
坠痰泻火治癫狂， 再加丰隆阳陵泉，
痫症百会和神门， 顺气镇静神志安。
开关节，搜风理痹，行气血，通经行瘀。

四关乃合谷、太冲，又指肘膝关节六十六个五输穴。合谷属手阳明原穴，为阳主气；太冲属足厥阴原穴，为阴主血，皆为气血通行之关，均处手足歧骨之间。故为治气血失常疾病之主方，又治妇女经闭、小儿惊痫。

如癫狂加丰隆，阳陵泉以坠痰泄火。五痫之症加百会，神门以顺气镇静安神。破伤风、抽搐口噤、角弓反张加天突。

十三、丰隆、阳陵泉

胃经络穴是丰隆， 别走太阴其性通，
再加胆经阳陵泉， 能通大便性下沉，
凡遇阳明痰热症， 能通能降能安神。
通大便， 功同承气， 不如承气之峻。

丰隆胃经之络穴， 别走太阴， 其性通降， 引邪从阳明下行， 得太阴湿土之润下。阳陵泉穴， 属少阳之合土， 性亦沉降， 又斜针向下透向足三里， 从木疏土， 使中气和， 故经通腑顺。所以其治癫狂非但泻降实邪， 亦且折其痰。

十四、气海、天枢

大肠募穴是天枢， 气海脐下一寸半，
下焦积寒与痼冷， 腹痛尿闭月经乱，
下焦阳气得伸展， 导滞清浊病可安。
振下焦阳气， 清浊导滞。

气海为任脉穴位， 居下焦， 固元益肾气， 振奋下焦之阳， 有如釜底添薪， 故能蒸腾膀胱之水府， 使气化上腾而布周身。胃经天枢乃大肠募穴， 属阳明经， 其分理水谷及其糟粕， 消导一切浊滞， 调肺气司转枢， 清气而能达于胃府， 转浊滞而出于肠。与气海相配， 它们对腹痛疝瘕、奔豚脱阳、失精阴缩、厥逆、腹部胀满、疔痛气喘、小便不利、妇女转胞、崩带、月经不调、虚劳羸瘦、积寒固冷等的治疗， 功比天雄散或肾气丸， 有过而无不及。

十五、中脘、足三里

六府之会中脘穴， 升清降浊足三里，

调理胃府主要方， 主治腹中一切疾，
上吐下泻胃肠病， 升清降浊病可医，
若见下元虚冷症， 气海针后再加灸，
上焦郁热泻通谷， 脏气不足章门补，
肠中积滞加天枢， 呕吐不止间使伍，
胃脘连腹痛且胀， 公孙二穴不要忘。

调理胃府专方，主治腹中一切疾病。

古云：阳明之上，燥气治之，燥气乃阳明燥土本气，胃府禀此故能消磨水谷。若燥气不能充足，则水湿停运。太过则为中消噎膈，燥土之气关乎胃者如此。主以中脘属六腑之会，又是胃之募穴，性能解郁利气，升清降浊，振奋中阳益胃，调燮六腑，导浊化湿。配以足三里穴，更益胃补气血，应中脘而安胃气，故主所有腹中一切冷邪湿寒诸症。如胃中虚寒，饮入之食不下，胀痛积聚，或停痰蓄饮，补中脘用之以壮胃散寒。泻三里引导胃气下行而降浊又消滞，助中脘以利运行之功。若胃府燥化行之太过，消谷引饮，呕吐反胃，中脘以宜酌情而泻。霍乱为病，多由忧愁思虑，饮食不节，外加暑湿浊秽，扰乱中宫，以致清浊不分，阴阳相互混淆，上吐下泻，腹中疼痛，故挥霍撩乱，如是宜先在曲泽、委中出其恶血，去其暑秽之邪，后补中脘以升清，泻三里以降浊，中气调和通畅，阴阳得以接续而愈。

如胃病兼下元虚冷，补气海。上焦郁热，泻膀胱通谷。脏气不足补章门。肠中滞加泻胃经天枢，或取上脘，或取三里。加间使主呕吐反胃不止。去三里加内关、公孙主治胃疼。加胃之天枢治急性痢疾。

十六、合谷、三里

足三里穴与合谷， 调理中焦通胃府，
蓄食停饮脘腹胀， 湿热阻中呕吐啰，
泻足三里引合谷， 导浊降逆病可除。
调理中焦，宣通胃府。

合谷为大肠原穴，能升降宣通。三里为胃经膝部合穴，补之益气升清，泻之通阳降浊。二穴皆属阳明，一手一足，上下相应，肠胃并调。若清阳下陷，胃气虚弱，纳谷不畅，此刻则补三里，应合谷以升下陷之阳，俾胃气充足而饮食自进。若湿热壅塞，浊滞中焦，这样则蓄食停饮，腹胀噫啰，则泻三里，引大肠合谷下行，以导浊降逆，中气自然和畅。

十七、足三里

胃为后天之根本， 能益气血补亏损，
足三里是土中土， 能燥能清能补中，
谚云若要身体安， 必得三里常不干。
升清降浊，导痰行滞。

脏腑及肢节，皆赖气血以为营养，有胃气则生，无胃气则死。胃为后天之本，水谷出入之海，主消纳，胃气盛则纳谷自畅，营养则能自周，否则脏气失养，而生气绝。足三里属于胃之合土，经气之枢纽，能壮人身之元阳，又能补气血之亏损，如寒气积聚症瘕，其功能温而且能化，湿浊弥漫肿胀，能燥能消，可与中药补中升阳之方并美。

十八、劳宫、足三里

劳宫穴配足三里， 清降心胃治火逆，

结胸痞满呕吐啰， 噫气吞酸火结医。

清降心胃， 火热上逆。

劳宫心主之荣穴，能清善降，理劳开郁，並能清胸膈热邪，导火下行，配足三里，故可以清降心胃上逆之邪。对结胸痞满，呕吐干啰，噫气吞酸、烦倦好卧、郁结之火皆效。

十九、三阴交

三阴交会肝脾肾， 和血养血滋脾阴，

阴虚发热劳损症， 血枯经闭少腹痛。

健脾养血， 滋脾和阴。

李东垣治病以脾胃为主，立方偏重升提而且辛燥。但阴虚火亢体质，则宜避之。唐容川又提倡资助脾阴学说，深得医林之信仰。如果是脾阳虚陷，运化失职，诚宜益气升阳。若是阴分枯槁，津液耗烁，理当滋阴润燥。故对妇女血枯经闭，阴虚劳损，少腹疼痛，可用三阴交。

二十、隐白

隐白穴为太阴根， 补益脾气陷阳升，

腹胀泄泻崩漏带， 寐多恶梦厉兑增。

温脾理中， 升阳止血。

脾主运化，全赖阳气，苟脾阳不能转运，则腹胀泄泻，倦怠少气，崩漏带下等症俱发作，东垣立补中、调中、升阳悉宗此旨。趾端隐白为太阴之根，补之大益脾气，升举中焦下陷之阳，温散沉痼寒邪，统驭中焦，为内伤脾胃虚劳之良方。

加厉兑主寐多、恶梦。

二十一、大敦

大敦本是肝井穴，能调肝气通经络，
诸症寒瘕少腹痛，头痛头晕肝火升，
寒甚卵缩引腹痛，隐白太冲曲泉增，
若见四肢风湿痹，再加曲池与委中，
气从少腹上攻心，关元加灸治奔豚。
调肝气，通经络。

肝主筋，前阴为宗筋所聚，厥阴经脉环绕阴器，抵少腹。
诸疝皆属于肝，大敦为肝经趾端井穴，对妇女寒瘕下坠，痛引少腹，阴挺肿胀而痛及男子寒疝，虚寒者用之则补，实热者用之速泻。

如寒甚卵缩，引少腹痛，加隐白。痛止以后，再取三阴交、太冲、行间、中封、蠡沟、曲泉，风湿症加曲池、委中。若奔豚气痛向上攻心，昏迷加关元，灸比针良。

二十二、大椎、内关

大椎督脉三阳会，内关厥阴络少阳，
驱饮降逆调水气，功比青龙与苓桂，
胸脘饮停肺胀满，喘咳气逆俱可用，
头项喉中气上逆，中冲穴位要可知，
小肠火逆冲咽喉，劳宫二穴在手心。
调气行水，驱饮降逆。

饮为水邪，停于胸脘之间，上逆则肺胀满，胸闷喘咳气逆之症作。然停水总责乎三焦，因它是决渎之官，水道出焉，而三焦乃体腔油膜，运行水津道路，津液蒸发是由三焦下输膀胱，这样则决渎通畅，水无停留之患。如三焦气机发

主不利，油膜阻滞，水道也闭塞，气不化行，这样造成痰饮喘咳胸满吐逆诸症蜂起。大椎属督脉，手足三阳之会，调太阳之气，阳气通行则水自利，且性能宽胸降气。内关穴乃是手厥阴心主之络，别走手少阳，性能宣心阳而且退群阴，利油膜而通淤塞则决渎畅，饮邪也可自蠲，其方与青龙、苓桂同。

又如调胸膈诸气穴，内关司心系瘀热。心包中冲主头项至喉之冲逆。劳宫降小肠火上逆于喉膈。大陵开胸膈。间使化心肺闭热，又治脾气不开，临症加减，庶免拘执。

二十三、内关、三阴交

内关穴与三阴交， 清热养心治虚劳，
骨蒸盗汗与咳嗽， 梦遗经闭亦可调，
失眠不寐加神门， 内关公孙脾胃好。
为清热养阴主方。

内关清心及胸膈热邪，利达三焦，使水道能够下行，配三阴交滋阴养血，交济心肾，为治疗阴虚劳损要法。下焦阴精若亏，则上焦心肺之阳独亢，故骨蒸盗汗、咳嗽失血、梦遗经闭带下诸症涌起。内关清上，三阴交清下，两穴一以和阳，一以固阴，阴阳平和，斯可滋阴而化生育。

加神门主失眠不寐。去三阴交加公孙调理腹胀胃痛之症。

二十四、鱼际、太溪

鱼际属肺太溪肾， 阴亏阳损多劳症，
极阴理劳肺肾病， 清燥救肺汤意固。
极阴理劳主方。

虚劳阴亏阳损，阴亏多咳嗽吐血，骨蒸盗汗潮热，皆由酒色过度，沉于思劳，脾肾两脏俱亏，阴液枯槁，不能上滋心肺，导致虚火上炎，柔金遭克，遂显损症。调治大法，又可仿喻嘉言氏清燥救肺汤之意，清火势以减火对金刑，滋阴液以润肺燥，子母相生，庶有不复生机。法有主太溪补肾经土穴，润燥而能上生肺金。配鱼际泻肺中之火穴，逐邪而扶正。若要理肾贵节色欲，清肺要屏酒醇，相辅消息，慢慢自可收功。

二十五、天柱、大杼

大杼能调经气逆， 天柱清头且镇静，
五脏气若乱于头， 头昏目眩与耳鸣，
纳呆心烦不得眠， 再加足三里神门。
清头镇静，导气下行归经。

古人曾云：五脏气乱于头，则头昏、目眩、耳聋耳鸣。用以导气下行，法定不补不泻，如果脏气逆乱，补之则益其乱，泻之则犯全真。所以要采取平补平泻之法。二穴均属膀胱经要紧之俞，大杼性能调理经脉气逆，又加天柱能降逆气而镇静，徐徐平捻。五脏之俞皆在背，而且循太阳之经而下行以归经，则紊乱之气得平。

二十六、巨骨

巨骨本属手阳明， 开胸镇逆其性沉，
宣肺理气治胸膈， 上逆之势它能挫，
气虚神弱切忌用， 指按亦有部分功。
折冲降逆，定喘止咳，化胸中瘀血。

巨骨属手阳明，其性沉降，开胸镇逆，且又宣肺利膈。

凡胸中瘀滞及上逆之邪，能推之使气向下，如气喘咳逆，肝火上冲，呕血吐血，这都可挫其上逆之势。对气虚神弱者勿针，可以运用指按压其穴，稍有功效。

二十七、俞府、云门

开胸顺气主云门， 俞府纳气降冲逆，
理肺纳气治咳喘， 二穴针时要注意。
咳嗽气喘； 理肺纳肾。

咳嗽气喘，其标在肺，其本在肾，肺司人身呼吸，肾主收纳精气，肾气虚而不固，挟冲脉而向上逆，鼓动肺气。主穴俞府性降冲气之向上逆，理肾气之源，配云门开胸顺气，导痰降气理肺，标本兼施。至於相火随冲上逆之症状，如胸中结闷，烦热呛咳等可平。

二十八、气海、关元、中极、子宫

关元中极与子宫， 益精治血且调经，
再加气海振阳气， 男精女血寒能祛。
益精气， 调经血。

气海振阳气，属生气之海，关元滋阴精，都是足三阴任脉之会，藏精之所，故主男子下元阳精虚冷。中极调经养血，亦属三阴任脉四者交会。子宫为胞宫门户，位于中极旁开三寸，它的性能暖胞除寒，故主女子阴血不足，胞寒而无子。

二十九、合谷、三阴交

合谷穴配三阴交， 养阴清热二穴妙，
有说安胎有说坠， 临症使用须辨别，

如见分娩浆膜破， 可选二穴助宫缩。

养阴清热，对阳亢阴亏，上热下寒，如产妇分娩浆膜已破、宫缩无力难产等有效。

早在刘宋时期（南齐），徐文伯得当时权贵们的喜宠，试用坠胎，后世深以为戒。近世李文宪氏又引徐灵胎、叶天士之说，喻苓术安胎之论。其实先哲认为合谷、三阴交为妊娠禁针穴位之例，亦应权慎。三阴交性能温补滋润，所以宜别补泻手法，合谷可清上中二焦热邪，若得三阴交滋下焦之阴，则阳亢阴亏，上热下寒的病症，皆所应用。

三十、少商、商阳、合谷

少商性能宣肺热， 商阳利气泄大肠，
若要消散上焦热， 再配合谷功效卓，
清解表里如双解， 喉科常用此二穴。

主治太阴阳明热邪内蟠，上结咽喉，儿科内热上攻烁肺，外感交攻，咳嗽喘逆发烧。

少商为手太阴井穴，其性能宣泄肺热。商阳在指端，为手阳明井穴，能利气泄热。二穴点刺出血，有和里清荣之效。合谷为手阳明原穴，它可清散上焦客热，有釜底抽薪之功。

小儿外感时邪，而又兼停食积滞，上吐下泻加四缝。腹痛时可加隐白、厉兑、大敦。热极生风，惊痫痰厥抽搐，目直色青，或角弓反张，加诸井穴或十宣。邪积病危，险象丛生，诸治不效加用水沟、风府、百会、前顶、素髻、痲脉、涌泉、昆仑、身柱、命门等。热盛喘急，烦躁不安加少冲、中冲、少泽，去合谷，治咳嗽发作，连声不止，喉中笛音，或吐，眼睑浮肿，小儿百日咳症。

三十一、曲泽、委中

曲泽肘窝委中膈，能祛暑湿与秽浊，
霍乱心烦吐与泄，卒暴闭症昏与厥，
金津玉液吐不止，少商商阳合谷协，
心烦不安中少冲，腹痛中脘天枢接。
祛暑湿疫秽，霍乱吐泻，昏厥。

曲尺乃曲泽、尺泽之处。静脉刺之出血，二者性能清热解秽，通达心肺，故心烦神昏得以清解。委中指腘窝静脉，又称血郄，刺之出血，解暑湿之毒，利导膀胱经气，则腹痛呕吐泄泻止。二处乃大经络之所在，均为出血之要紧处。风暑湿秽卒中伤人，内外闭绝，经络因而阻滞，上下隔绝，犹河渠为淤泥所堵，水流致无去路。苟决以出口，则河渠通畅，庶免破堤泛滥。故对暑邪毒秽风热，挥霍撩乱上吐而下泻，或欲吐不出，欲泻不能，卒暴昏厥，均可用之急救。

如吐不止，加金津玉液、少商、商阳、合谷等。心烦不安加中冲、少冲、百会。如腹中疼痛吐泻不止，加中脘、天枢、足三里，留针。

三十二、四缝、天枢

小儿食积疳痞症，四缝天枢一块用，
四缝刺出黄粘水，天枢导浊又分清，
腹痛时作加隐白，惊痫印堂与昆仑。
小儿内伤食积，疳积痞块。

四缝位于两手食、中、无名、小四指中节掌内侧横纹中之细络，刺出黄水或紫血，性能消食除积热内蟠阳明，上烁心肺清阳，泻之能澄清上焦化源。天枢乃大肠募穴，位近兰

门，其功主分清浊，为泄泻主穴，二穴一调心肺之在上化源，一以分清导浊，食积必传导而去，使其不伤肠胃膜络，诚为儿科善法。

腹痛加隐白，惊痫加昆仑、章门、身柱、百会、印堂。

三十三、大椎、命门、膏肓、志室、八髎、关元、足三里

大椎命门与膏肓， 志室八髎加关元，
升清降浊足三里， 调理诸虚上穴选。

调理诸虚，恢复病后体力衰弱，诸穴皆有理虚强壮功能。

大椎属督脉，调气理劳伤。命门在腰，为督脉穴，助命门相火，退骨蒸，却五脏之虚热。膏肓属膀胱经穴，主羸瘦虚损。志室又称精宫，主食不消，失精，固元气。又有八髎即上次中下髎孔，为强腰脊要穴，尤其是次中二髎为胜。关元为任脉足三阴之会，又是小肠募穴，专理积冷虚乏，性温下元。足三里在膝，胃府之合，专治胃中寒冷，又兼消导，具有升清降浊之力。诸穴根据疾病损伤情况，可再配用一、二穴，以促其恢复气血体力。

三十四、曲池、足三里、脾俞、三焦俞、大肠俞、小肠俞

脾俞曲池足三里， 三焦大肠小肠俞，
肠胃机能可激发， 促进消化饮食增。
激发肠胃技能，促进消化，增进饮食。

曲池、足三里为手足阳明之合，调补肠胃而又能行气。脾、三焦、大肠、小肠等俞，皆能输通调理内脏功能以养气血。

三十五、命门、带脉

命门补肾且助阳，合用带脉祛湿寒，
调经止带妇科病，肾虚腰酸亦可参。
可调经止带。

命门补之起右肾之阳，化寒祛湿。带脉连属少阳，围腰如束带，冲任督带均属胞宫。如果任脉为病，女子则带下积聚，性能温宫，对于女子下焦湿寒带下，月事失调效果很好。

第二节 针灸常用方

一、治感冒病歌诀

感冒风池补合谷，太阳大椎泻复溜，
鼻塞迎香上星加，尺泽咳嗽二商喉。

大椎、风池对外感风寒具有较强的发散作用。补合谷泻复溜可以发汗。鼻塞不通，前额疼痛可加迎香、上星。咳嗽加尺泽。喉痛加少商、商阳（此即二商），点刺出血。

二、治咳喘歌诀

治咳肺俞加中府，内关尺泽三里伍，
哮喘天突膻中刺，痰多丰隆与合谷。

肺俞、中府为肺的俞穴与募穴，内关为治疗胸胁部病症要穴。加尺泽、足三里，补土而又生金清肺热。哮喘时取上穴再加天突、膻中。若是痰多可刺丰隆、合谷。

三、治胃肠病歌诀

胃肠之病俞募全， 三里巨虚加内关，

腹泻隔姜灸神阙， 酸多公孙并行间。

肠胃病，如肠胃炎、消化不良、肠胃神经官能症等，可用“俞募配穴”治疗，一般用胃俞、中脘即可，也可同用大肠俞与天枢，或小肠俞与关元，再配以足三里、上巨虚、下巨虚以及内关等。腹泄可隔姜灸神阙穴。反酸可加公孙、行间。

四、治肿胀歌诀

肿胀肾俞膀胱俞， 京门中极不可漏，

三里地机多有用， 三阴交穴并复溜。

肾为水脏，开窍于二阴。膀胱为津液之府，职司小便，脾主运化水湿。脾肾阳虚肿胀，可以用肾与膀胱的俞募穴，脾经的三阴交、地机，还可加足三里。

五、治小儿遗尿歌诀

遗尿神门並关元， 三阴交穴和兑端，

膀胱俞募配三里， 调整习惯愈不难。

用膀胱经俞募穴膀胱俞、中极、关元、三阴交，再加神门、足三里、兑端，治疗遗尿病效果较好，在治疗期间，嘱患儿调整习惯，白天注意不要过度疲劳，傍晚后尽量少饮水。

六、治妇女病歌诀

妇科关元三阴交， 肾俞血海要记牢，

更年石门三里穴， 归来太冲痛经消，

经少气海并带脉， 经多隐白大敦妙。

妇科病主要涉及冲脉、任脉以及肝、脾两条经络，可用关元、三阴交、肾俞、血海通治，如为更年期病症加石门、足三里。同时还可以配合对症加一些其它穴，如失眠加印堂，头晕加百会等。痛经针归来、太冲。月经过少不畅取气海、带脉。月经过多取隐白、大敦，点刺出血。如属虚证，可灸隐白。

七、治心神病歌诀

心神三里三阴交， 神门关元合谷捎，
头痛太阳列缺好， 失眠涌泉印堂要，
眩晕内庭百会刺， 内关中脘呕吐消，
心悸内关合心俞， 肾俞太冲可通调。

心主神明，心神病可选足三里、三阴交，或神门、关元、合谷。头痛可加太阳、列缺。失眠加涌泉、印堂。眩晕加内庭、百会。恶心呕吐加中脘、内关。心悸加内关、太冲、心俞、肾俞，交通心俞，养血镇静。

八、治阳萎早泄歌诀

阳萎早泄需开导， 再刺三里三阴交，
命门曲骨太冲穴， 关元肾俞加灸烤。

阳萎早泄病人，常与缺乏生理知识有关，还有思想负担较重，因此治疗时要问清情况，给以正确解释开导，暂时夫妻分居，容易收到较好治疗效果。

九、治癫狂症歌诀

风府少商加上星， 隐白申脉并大陵，

曲池颊车承浆穴， 轻刺舌下重劳宫，
男刺会阴女玉门， 常用之穴是人中。

此歌诀即唐代名医孙思邈治癫狂症十三鬼穴所改编，歌中舌下即舌下中缝，它在金津和玉液两穴之间。玉门穴位于大阴唇上方，少用。病情若重者可一次用十三穴，轻者可选五～七穴，每次交换使用，但都要用泻法强刺。另外，百会、间使、丰隆、太冲也为常用穴，可作备用。

十、中风急救歌诀

中风闭证针百会， 劳宫涌泉紧相接，
脱证内关灸关元， 莫忘隔姜灸神阙，
人中闭脱可通用， 闭证十宣可放血。

中风急救，首先区分闭证、脱证，方能有的放矢。不论闭证、脱证皆可应用人中。对于闭证可在十宣放血。脱证千万不能多用灸的办法。《医宗金鉴》云：“脱证撒手为脾绝，开口眼合是心肝，遗尿肾绝鼾声肺，闭证握固紧牙关”，可供辨别闭、脱证时参考。

十一、口眼歪斜歌诀

口眼喎斜合谷先， 地仓攒竹丝竹空，
百会颊车二白用， 再取内庭和太冲。

口眼喎斜属风邪中于经络，可用歌中穴位尽早治疗。二白指阳白与四白，初起针患侧，久则两侧均用。配合葱白煎汤来熏洗患侧，避风寒，忌烟酒，收效较快。

十二、治四肢病歌诀

四肢病用局部穴， 分经取穴轮流医，

患侧病久健侧治， 针刺阿是功效奇，
下肢环跳足三里， 绝骨阳陵并解溪，
上肢外关曲池刺， 合谷后溪并肩髃。

四肢疼痛、半身不遂等，均可局部取穴，但是还要辨证分经取穴，一般先针患侧，病程日久针刺感觉迟钝时，亦可先刺健侧，再针患侧，遇到疼痛，有时取阿是穴效果好。

十三、治眩晕证歌诀

目眩头晕足三里， 百会印堂风池取，
太冲曲池兼合谷， 三阴交穴并后溪。

眩晕因肝阳偏亢，上冲头目而致，可用太冲调治肝经，足三里导气下行，再配其它各穴。若痰热盛者可加中脘、丰隆。针刺治疗多用泻法。

十四、口齿咽喉歌诀

齿痛颊车并下关， 喉痛风池和廉泉，
齿痛人中喉照海， 两症合谷全承担。

四总要穴：面口合谷收。故齿痛喉痛可应用大肠原穴合谷。一般加局部穴，痛重时可加人中。肾阴虚火旺齿痛、喉痛，可加肾经照海养阴清热、润喉止痛。

十五、治疗耳病歌诀

耳病下关及听宫， 耳门完骨风池行，
外关中渚合谷穴， 久病再把肾俞针。

耳部为少阳经所过，取手足少阳经耳门、完骨、中渚、外关和其它局部穴，加面部治疗总穴合谷即可。耳为肾窍，耳病久者，治疗要加刺肾俞。

十六、治疗眼病歌诀

眼病太阳和睛明， 攒竹鱼腰四白中，
合谷光明一般刺， 其它穴位手要轻。

一般眼病局部取穴加合谷即可。胆经起于眼外角的瞳子髎，刺光明对目疾较好。眼部的各穴位要轻刺不要捻转、提插。另配风池治眼病，治疗针感由穴位传向同侧眼部效果明显。

十七、治疗腰痛歌诀

腰痛主穴选委中， 肾俞命门大肠俞，
咳嗽痛增不能动， 加刺阳陵问轻重，
风寒急性难俯仰， 攒竹二穴可用上，
腰痛连腹卧不安， 天枢针后可起床。

四总要穴：腰背委中求。急性腰痛可在委中放血治疗，局部配肾俞、命门、大肠俞。若痛甚以致不能咳嗽，咳则疼痛增加，刺阳陵泉用泻法。边针令患者咳嗽，问疼痛是否减轻。因风寒而致急性腰背疼痛，前俯后仰困难，可针两眉头攒竹穴，出眼泪效果更好，此为笔者经验。如果是腰痛连腹可针天枢，从阴引阳。

十八、五十肩痛歌诀

五十肩痛不能举， 攀头摸脊穿衣难，
先刺条口透承山， 合谷曲池肩髃全，
还要配合多锻炼， 阳陵泉穴不能忘。

五十肩又叫肩凝症。多在五十岁左右得此病，表现肩部疼痛不能上举，攀探头部，后摸脊柱，穿上衣等，俱感困难。先以针从条口透承山穴，再依次针合谷、曲池，最后针肩

髌。还要令患者高举患肢上下活动或者以肩为圆心以患肢为半径作划圆活动，以加强功能锻炼。

十九、治疗落枕歌诀

头项强痛难回顾， 先刺承浆后风府，
前后困难刺后溪， 左右难转昆仑寻。

“先刺承浆后风府”出自玉龙歌，屡用屡效。如果前后低头抬头困难加后溪通督脉。若左右回顾转头困难，针昆仑，以疏通太阳经气以止痛。

第三节 原 络 配 穴

一、概述

原络配穴法属内经中阴阳针法的一种。因为它是根据脏腑经络的表里关系而来的，因此也包括在表里相配法之内。又因输穴的特性，原络配穴是表里相配法中一种常用配穴方法，故又叫“主客原络法”，或“表里原络法”。表经都属腑而络脏，里经都属脏而络腑，这是在体内的连贯关系。在体表表经的别络必交里经，里经的别络必会表经，也构成了相互联缀的整体。因此脏(里)病可以通过经络影响到腑(表)病，腑(表)病亦可以通过经络影响到脏(里)病。在脏(里)腑(表)合病，同时有两经症状表现时，应用原络配穴法最为适宜。主者主病，客者由主病影响到与其相表里经的病，主病即可用本经原穴，客病则可以用被主病影响到与其相表里经的络穴。当阳经腑病影响到阴经里病时，以阳经原穴为主，配合阴经络穴，阴经脏病影响到阳经表病时，以阴经原穴为主，配合阳经络穴。因为原络配穴是依阴阳、表里、脏腑而来的，所以

它是阴阳大法，主病用原，客病配络。例如肺与大肠两经合病，若以肺经先病而影响到表经大肠时，则以肺经的原穴太渊为主穴，再配大肠经之络穴偏历为客穴配合治疗之。若以大肠经病为主时，则先取大肠经的原穴合谷为主穴，再取肺经络穴列缺为客穴配合治疗。在表里、脏腑阴阳的基础上，后人又结合五行学说，根据虚则补其母、实则泻其子的原理，发展出五俞穴，以井荣俞（原）经合为名，取用肘膝以下六十六穴，以广泛治疗疾病，从而进一步扩大原络配穴的临床治疗范围。

二、意义

原穴共计十二，是脏腑真气输注于经络出入的穴位，故为脏腑原精原气出入之所。阳经均有原穴，阴经无原，以俞代替原。《灵枢·九针十二原》篇云：“五脏有六腑，六腑有十二原，十二原出于四关，四关主治五脏，五脏有疾当取之十二原”。这清楚地说明了原穴的分布与功用。

络穴共计十五，人体的脏腑互为表里，络穴有联系表里的作用。若因本经疾患通过经络而影响到与其相表里的经脉脏腑发病时，取用络穴相配最为恰当。

原络相配，能调理脏腑，通达内外，贯彻上下，对内脏与体表的疾患都能治疗，当表里两经合病，同时有两经症状表现时，可应用此法。但如果本经疾患未影响到相表里的经络脏腑时，则可不用其络穴，而单用本经之两个原穴即可。

三、主治

（一）肺经表里原络穴主治

歌诀：

肺经原络应刺病， 胸胀溇泻小便频，
洒洒寒热咳喘短， 木痛皮肤肩缺盆。

穴位：

肺经里之原穴：太渊。大肠表之络穴：偏历。

分解：

胸胀（肺），溇泻（大肠），小便频数（肺），洒洒恶寒（肺），洒洒发热（肺），咳嗽（肺），喘促（肺），短气（肺），皮肤、肩背、缺盆麻木疼痛（肺、大肠）。

说明：

若无溇泻、肩背麻木疼痛等大肠经症状，可不用偏历。

（二）大肠经表里原络穴主治

歌诀：

大肠原络应刺病， 大次不用肩臂疼，
气满皮肤木不仁， 面颊腮肿耳聋鸣。

穴位：

大肠表之原穴：合谷。肺经里之络穴：列缺。

分解：

手之大指次指（指食指）不用（大肠），肩臂疼痛（大肠、肺），皮肤麻木不仁（肺），面颊腮肿（大肠），耳聋（大肠），耳鸣（大肠）。

说明：

若无肩臂疼痛、皮肤麻木不仁等肺经症状，可不用列缺。

（三）脾经表里原络穴主治

歌诀：

脾经原穴应刺病， 重倦面黄舌强痛，

腹满时痛吐或泻， 善饥不食脾病明。

穴位：

脾经里之原穴：太白。胃经表之络穴：丰隆。

分解：

身重(脾)，倦怠(脾)，面黄(脾)，舌强而疼(脾)，腹满时时作痛(脾)，呕吐(胃)，泄泻(脾)，善饥而不能食(脾胃)。

说明：

若无吐、善饥而不能食等胃经症状，则不可用丰隆。

(四) 胃经表里原络穴 主治

歌诀：

胃经原络应刺病， 项膺股胫足跗疼，

狂妄高歌弃衣走， 恶闻烟火木音惊。

穴位：

胃经表之原穴：冲阳。脾经里之络穴：公孙。

分解：

项、颈、胸、膺、胯、股、胫、跗、足跗疼痛(胃)，发狂妄言(胃)，高歌弃衣而走(胃)，恶烟火(胃)，闻木音即惊(胃脾)。

说明：

若无股胫疼痛、闻木音即惊等脾经症状，则不用公孙。

(五) 心经表里原络穴 主治

歌诀：

心经原络应刺病， 消渴背腹引腰疼，

眩仆咳吐下泄气， 热烦好笑善忘惊。

穴位：

心经里之原穴：神门。大肠表之络穴：支正。

分解：

饮水即消（心），背腹引腰疼痛（心 小肠），眩晕仆倒（心），上逆咳吐（心），下注泄气（小肠），热而心烦（心 小肠），好笑（心），善忘（心），多惊（心）。

说明：

若无背腹引腰疼痛、下注泄气、热而心烦等小肠经之症状，则可不用支正。

（六）小肠经表里原络穴 主 治

歌诀：

小肠原络应刺病， 颧颌耳肿苦寒热，
肩髃肘臂内外廉， 痛不能转腰似折。

穴位：

大肠表之原穴：腕骨。心经里之络穴：通里。

分解：

颧颌耳肿（小肠），苦寒热（小肠、心），肩髃肘臂内外侧疼痛（小肠、心），不能转动，腰痛似折（心、小肠）。

说明：

若无苦寒热及肩、髃、肘、臂内侧疼痛和腰痛似折等心经症状，可不用通里。

（七）肾经表里原络穴 主 治

歌诀：

肾经原络应刺病， 大小腹痛大便难，
脐下气逆脊背痛， 唾血渴热两足寒。

穴位：

肾经里之原穴：太溪。膀胱经表之络穴：飞扬。

分解：

大腹少腹脊背疼痛（肾、膀胱），大便结燥（肾），脐下气

逆上冲(肾)，口渴吐血(肾)，两足寒冷(肾)。

说明：

若无大腹少腹胀痛等膀胱经之症状，不用飞扬。

(八) 膀胱经表里原络穴 主 治

歌诀：

膀胱原络应刺病， 目脱泪出头项疼，

脐突大小腹胀痛， 按之尿难洩血脓。

穴位：

膀胱表之原穴：京骨。肾经里之络穴：大钟。

分解：

目胞脱陷泪出(膀胱)，头项强痛(膀胱)，脐突大腹少腹胀痛、按之其尿难出、而洩血脓(肾、膀胱)。

说明：

若无脐突、少腹胀痛、按之其尿难出而洩血脓等肾经症状，则不用大钟。

(九) 三焦经表里原络穴 主 治

歌诀：

三焦原络应刺病， 小指次指如痠同，

目眦耳后喉肿痛， 自汗肩膈内外疼。

穴位：

三焦经表之原穴：阳池。心包里之络穴：内关。

分解：

手之小指次指(指无名指)，如痠而不能用(三焦)，目眦、耳后、咽喉肿痛(三焦)，自汗(三焦、心包)，肩膈内外疼痛(三焦、心包)。

说明：

若无自汗、肩膈内疼痛等心包经症状，可不用内关。

(十) 心经表里原络穴 主 治

歌诀：

心包原络应刺病， 面红目赤笑不休，
心中动热掌中热， 胸腋臂手痛中求。

穴位：

心包里之原穴：大陵。三焦表之络穴：外关。

分解：

面红目赤(心包)，好笑不休(心包)，心中动悸(心包)，
内热(心包)，手心热(心包)，胸腋与臂手疼痛(心包、三焦)。

说明：

若无胸腋与手臂疼痛等三焦经症状时，不用外关。

(十一) 胆经表里原络穴 主 治

歌诀：

胆经原络应刺病， 口苦胸胁痛不宁，
髀膝外踝诸节痛， 太息马刀侠瘤瘕。

穴位：

胆经表之原穴：丘墟。肝经里之络穴：蠡沟。

分解：

口苦(胆)，胸胁髀膝外踝诸节疼痛(胆、肝)，太息(胆、肝)，马刀瘤瘕(胆)。

说明：

若无胸胁髀膝内侧诸节疼痛、太息等肝经症状，可不用蠡沟。

(十二) 肝经表里原络穴主治

歌诀：

肝经原络应刺病， 头痛颊肿胁疝痛，

妇人少腹胞中痛， 便难洩淋怒色青。

穴位：

肝经里之原穴：太冲。胆经表之络穴：光明。

分解：

头痛(肝)，颊肿(肝)，胁疝疼痛(肝)，妇人少腹胞中疼痛(肝)，大便难(肝、胆)，小便淋(胆、肝)，好怒色青(肝)。

说明：

若无大便难、小便淋等胆经症状，可不用光明。

四、解释

肺经病时，能影响大肠之气化。(肺)

洒洒：寒噤。(肺)

翕翕：形容发热现象有像毛羽盖在身上。(肺)

大指次指：即指食指而言。(大肠)

阴经病症表现较重，影响到阳经，出现之症状表现也较明显。(大肠)

阳经病症表现轻浅，影响及阴经，出现之症状表现不甚明显。(大肠)

脾主四肢，主肌肉，其色黄，司大腹，其脉夹咽连舌本，散舌下。(脾)

木能克土，故脾胃病而土虚者，闻木音则惊。(胃)

心为君主不受邪，心有病均心包代之。(心)

同名经有病时，亦互相影响，出现同病相连的情况。(小肠)

肾为寒脏，开窍于二阴，其脉贯脊属肾，络膀胱。(肾)

三焦者，通利水道，营卫之源，相火之经。(三焦)

小指次指：即指无名指而言。（三焦）

表阳气虚则自汗。（三焦）

肝胆之火，均为相火。（胆）

肝藏血，在所有阴经中，其经脉循行路线最长，可上至巅顶。（肝）

胆少阳相火之经，清净之府，不受邪。（胆）

肝实则消谷善饥，虚则不欲饮食，肝和纳佳，不和纳差。（肝）

肾为胃之关，胃为肺之关。

在发生发展中，先有原络配穴法（阴阳），后有五俞穴（六十六穴法）配穴（五行）。

五、小结

脏腑相连，脏病腑亦病，腑病亦能影响脏病。

当脏病影响到腑亦病时，用脏之原穴配腑之络穴。

当腑病影响到脏亦病时，用腑之原穴配脏之络穴。

原络配穴法是阴阳用穴之开端。

原络穴应用时，可以配合应用，亦可分别用，当病未影响到表里之经，出现同病时，可以不用络穴，而单用两原穴，也可以原络配穴为主，再配合其它病穴。

原穴既可补，又可泻，左右逢源，故前贤有拔原针法，临床已广泛应用。

六、附表

（一）十二经主客原络相配主治简表

主		客		主 治
主经	原穴	络穴	客经	
肺	太渊	偏历	大肠	咳嗽气喘上部浮肿
大肠	合谷	列缺	肺	外感咳嗽偏正头痛
胃	冲阳	公孙	脾	胃疼呕吐肠鸣腹痛
脾	太白	丰隆	胃	胸腹胀闷痰饮咳嗽
心	神门	支正	小肠	怔忡惊悸癰瘤目眩
小肠	腕骨	通里	心	头项颈痛舌强不语
膀胱	京骨	大钟	肾	背脊腰痛耳鸣洩难
肾	太溪	飞扬	膀胱	头痛咽肿咳嗽目眩
心包	大陵	外关	三焦	胸胁疼痛心烦吐血
三焦	阳池	内关	心包	胸胁胀满头痛发热
胆	丘墟	蠡沟	肝	少腹疝痛胁肋胀痛
肝	太冲	光明	胆	肝胆火炎目赤肿痛

(二) 使用举例

肝热病者小便先黄，腹痛多卧身热，热争则狂言及惊、胁满痛、手足躁、不得安卧，刺足厥阴、少阳。

肝热病而刺足厥阴、少阳者，因厥阴为本脏，少阳为胆腑，表里相通，互相联系，当取本经之原，少阳之络为主要经穴。再按病状配合其它适当之穴，则治疗无不奏效。

治疗经穴：太冲、光明、行间，侠溪、肝俞、期门、章门、内关、中脘、阳陵泉、三阴交、足三里。

配穴原理：太冲为本经之原，光明为胆府之络，乃表里相通，主客相应之要穴，刺之以清利本脏之热。行间、侠溪，为胆荥穴，荥之所治皆主身热，肝俞为泻热要穴，因五

脏俞主泻五脏之热也。

刺以上诸穴，则本脏邪热亢进之势得以挫折，佐以期门、章门以疗胸胁之满痛（期门为肝之募、章门为诸脏之会）。中脘、足三里以治腹痛。内关通和胸膈。阳陵泉、三阴交引热下行，可起诱导作用而调节血行之过盛，则手足躁、不得坐卧可愈。

刺法技术：原络荣俞皆用泻法，期门浅刺左右同针。章门深刺，用强烈刺激。针阳陵泉用泻法（二穴先左后右），同时下针施术，使患者感觉两胁通畅为宜。中脘深刺，针头向下微斜，用平补平泻。内关宜左右同针，使针力直透胸膈。足三里、三阴交皆先左后右均施泻法。

第四节 俞募配穴

一、意义

俞穴是脏腑经气输注于背部的输穴，募穴是脏腑经气汇集于胸腹部的输穴。俞穴募穴与各脏腑病理有密切关系，脏腑发生病变时，多在俞穴募穴上得到反应，表现压痛或敏感，因此某一脏腑有病，可以用其所属之俞穴和募穴治疗。如胃病取胃俞和中脘，膀胱病取膀胱俞和中极等。

二、应用

五脏有病，多取背部俞穴。如肺病变出现咳嗽、多痰、胸闷等症状，可针背部肺俞。这也叫从阳引阴。

六腑有病，多取胸腹部募穴。如胃病疼痛、呕吐，可以针胃的募穴中脘。这也叫从阴引阳。

背部俞穴与胸腹部募穴配合，多用于脏腑病，效果较

好。背为阳、腹为阴，这也是一种阴阳配穴法。

各经俞募穴如下：

俞 穴	(足太阳经)	肝俞	—肝—	期门	(足厥阴经)	募 穴
	(足太阳经)	心俞	—心—	巨阙	(任脉)	
	(足太阳经)	厥阴俞	—心包—	膻中	(任脉)	
	(足太阳经)	脾俞	—脾—	章门	(足厥阴经)	
	(足太阳经)	肺俞	—肺—	中府	(手太阴经)	
	(足太阳经)	肾俞	—肾—	京门	(足少阳经)	
	(足太阳经)	大肠俞	—大肠—	天枢	(足阳明经)	
	(足太阳经)	小肠俞	—小肠—	关元	(任脉)	
	(足太阳经)	三焦俞	—三焦—	石门	(任脉)	
	(足太阳经)	胆俞	—胆—	日月	(足少阳经)	
	(足太阳经)	胃俞	—胃—	中脘	(任脉)	
	(足太阳经)	膀胱俞	—膀胱—	中极	(任脉)	

第五节 八脉交会穴

一、概述

八脉交会穴是介绍奇经八脉会于正经的穴位。奇经八脉通过这些穴位，与正经相联系，因此正经有病能影响到奇经八脉，当奇经八脉有病时，也能影响到正经。这些穴位能治疗正经与奇经八脉的脏腑经络为病，因此应用比较全面，是主要针法之一，是针法的宗典。在应用八脉交会时：①要查明病在何经，辨清病的寒热虚实。②要知道经脉的阴阳顺逆，以决定补泻。

二、穴位

公孙冲脉胃心胸，	内关阴维下总同，
临泣胆经连带脉，	阳维目锐外关逢，
后溪督脉内眦颈，	申脉阳跷络亦通，
列缺任脉行肺系，	阴跷照海膈喉咙。

公孙（冲脉，脾）；内关（阴维，心包）。公孙，脾络，足太阴脾总领三阴之脉，冲脉是奇经八脉中主要阴经脉之一。脾主后天营卫之气，冲脉与足少阴、足阳明相联系，与任、督脉为一源三歧。肾为后天之根本，任督总领阴阳，故有冲脉为十二经之海的说法。先后二天之气相连，冲脉与脾相通。内关，心包的络穴，手厥阴心包统领全身血脉，奇经八脉之阴维，维诸阴经，起于诸阴之交，交三阴而行与任脉同归。血脉有形之体属阴，故阴维脉与心包络相通。公孙、内关四个穴位，能通达脾、冲脉、心包、阴维四经，故能主治四经所过胃、心、胸之间的疾病。

临泣（带脉，胆）；外关（阳维，三焦）。临泣，胆络，足少阳胆与带脉相通。少阳主枢，能上下左右枢转。带脉起于少阳，围腰如束带，带脉能约束诸经，使经气通畅有调节作用。外关，三焦经的络穴，手少阳三焦经是水谷气血之道路，又是上下表里阳经之枢纽，阳维维系诸阳之脉，手少阳三焦经与阳维脉相通。临泣、外关四个穴位，能通达带脉、胆经、阳维、三焦，故能主治四经所过处发生的病症。

后溪（督脉，小肠）；申脉（阳跷，膀胱）。后溪，小肠经，小肠经是血府之经，分泌清浊，小肠属太阳经，故阳最多。督脉统率阳气，统摄真元，二经相通。申脉，膀胱经，足太阳膀胱为州都之官，津液藏也，气化则能出矣。阳跷是阳经跷健之脉，此二经相通。后溪、申脉四个穴位通达督脉、小肠、阳跷、膀胱四经，故主治四经所过处发生的病症。

列缺（任脉，肺）；照海（阴跷，肾）。列缺，肺络，手太阴肺，统乎诸气，三阴之统率。任脉为阴经之海，二脉相通。照海，属肾经，足少阴肾为先天之本，藏经之所，主纳

而藏精。阴跷为诸阴经跷健之脉，二经相通。列缺、照海四个穴位，通达任脉、肺、阴跷、肾四经，故主治四经所过处发生的疾病。

以上四组穴联系到所有奇经八脉和正经的脾、心包、胆、三焦、小肠、膀胱、肺、肾，虽未直接涉及心、胃、大肠、肝四经，但都与四经有间接联系。如心包代心受邪，冲脉洒于阳明，脾与胃相表里，肺与大肠相表里，阳经都与督脉、阳维等相联系，所以八脉交会穴相配，是针法之规矩。

三、主治

(一) 冲脉公孙主治

九种心疼病不宁， 结胸翻胃食难停，
酒食积聚肠鸣见， 水食气疾膈脐疼，
腹痛胁胀胸膈满， 疰疾肠风大便红，
胎衣不下血迷心， 急刺公孙穴自灵。

1. 九种心疼(与脾有关)：心疼即胃脘痛，分①饮痛、②食痛、③冷痛、④悸痛、⑤热痛、⑥虫痛、⑦注痛(山岚瘴气而致)、⑧去来痛(时痛时止)、⑨风痛，又说气、血、冷、火、痰、食、虫、悸、疰九种。

2. 结胸(与心、胸有关)：胸满硬痛俱备是也，分大、小结胸。大结胸，从心下至少腹硬而痛，小结胸仅在心下。此处指小结胸。

3. 翻胃、伤酒、伤食、积滞、胃肠雷鸣(都与脾胃有关)：翻胃者，朝食暮吐，暮食朝吐，食入即吐，食难停胃。伤酒者，饮酒过多，为酒所伤。伤食者，指饮食不节而伤。积滞者，肠胃受伤，食滞不化。胃肠雷鸣，漉漉转物之声。

4. 水食、气积：脘间脐腹疼痛，两胁作胀，胸膈满闷（以上与胃，心，冲脉有关），皆因水、食、气而引起。

5. 疟疾：时令病，夏冬时间多，主症为寒热往来。

6. 肠风：大便下血，大肠风邪。

7. 妇人胞衣不下：瘀血上攻迷心（与冲脉有关）：妇科疾病。

（二）阳维内关主治

中满心胸多痞胀， 肠鸣泄泻及脱肛，

食难下膈伤于酒， 积块坚硬横肋旁，

妇女胁痛兼心痛， 里急腹痛势难当，

伤寒不解结胸病， 疟疾内关可独当。

1. 中满、心胸痞胀（与心包有关）：谓腹满心胸痞胀，不通畅也。

2. 肠鸣泄泻及脱肛（与小肠有关）：指暴泻脱肛也。

3. 食难下膈伤于酒（与三焦有关）：指呕吐，食不能下，或因酒伤。

4. 积块坚硬，横冲于肋：指肠内外血结。

5. 妇女心胁疼痛：血络郁结，水、气、血、痰、寒皆能致之。

6. 里急胀痛：腹胀痛欲大便。

7. 伤寒结胸硬痛：误下或早下伤阴所致。

8. 疟疾、里实：阴不调，属里、属阴之病。

（三）带脉临泣主治

中风手足举动难， 麻痛发热筋拘挛，

头风肿痛连颞项， 眼赤而痛合头眩，

齿痛耳聋咽肿证， 游风搔痒筋牵缠，

腿疼肋胀肋肢痛， 针入临泣病可痊。

1. 中风手足举动难：指脏腑中风，如手足不随、疼痛、麻木、拘挛等，非指外感之中风。

2. 头风眩暈及肿痛连颞、项、目、牙齿、两耳、咽喉皆赤肿、游风搔痒：皆属少阳经风热。

3. 筋脉牵引腰、胁、四肢及肋疼痛：带脉为病。

（四）阳维外关主治

肢节肿痛与膝冷， 四肢不遂合头风，
背脊内外筋骨痛， 头项眉棱病不宁，
手足热麻夜盗汗， 破伤足肿目睛红，
伤寒自汗烘烘热， 惟有外关针最灵。

1. 四肢骨节肿痛，两膝痹冷，四肢不遂：皆痹痛。

2. 偏正头痛、脊背、腰脊、筋骨、头项、眉棱疼痛、伤寒阳明自汗、蒸热烘烘：这是邪在太阳和传经阳明。

3. 手足发热麻木，脚跟肿痛，夜间盗汗：阴虚之症状。

（五）督脉后溪主治

手足拘挛战掉眩， 中风不语并癫痫，
头痛眼肿涟涟泪， 背腰腿膝痛绵绵，
项痛伤寒病不解， 牙齿颞肿喉病难，
手足麻木破伤风， 盗汗后溪穴先砭。

1. 手足拘挛：屈伸困难。战掉：手足颤摇不能握。眩：眼前发黑，常伴头晕，谓眩晕。

2. 中风不语：中风卒然昏仆，不能语言，不省人事。

3. 头痛：暴发火眼，热泪常流。

4. 行痹：背腰腿膝疼痛，周身疼痛。

5. 项强，伤寒感冒，汗不出：膀胱经受寒邪。

6. 上下牙齿齧，颞、咽喉肿痛：胃火上炎。

7. 盗汗：睡眠出汗。

(六) 阳跷申脉主治

腰背脊强足踝风， 恶风自汗或头痛，
手足麻挛臂间冷， 雷头赤目眉棱痛，
吹乳耳聋鼻衄血， 癰疽肢节苦烦疼，
遍身肿满汗淋漓， 申脉先针有奇功。

1. 腰背脊强：疼痛不能俯仰。

2. 足踝风：足内踝红肿名绕踝风，外踝为穿漏风。

3. 恶风、自汗、头痛、暴发火眼、眉棱骨痛、耳聋、鼻衄：风热内侵。

4. 手足麻木、拘挛、癰疽、抽搐、肢节烦痛：阴虚阳亢化风。

5. 遍身肿满，头汗淋漓：湿热内蒸。

6. 吹乳：乳房红肿。因小儿吃奶口吹而致。

(七) 任脉列缺主治

痔疮肛肿泄痢缠， 吐红溺血嗽咳痰，
牙疼喉肿小便涩， 心胸腹痛噎咽难，
产后发强不能语， 腰痛血疾脐腹寒，
死胎不下上攻膈， 列缺一刺病乃痊。

1. 痔疮、肛肿、泄痢赤白、溺血、小便涩：下焦湿热。

2. 吐红、咳嗽、吐痰、牙痛、喉肿、噎咽困难不利：肺胃有热。

3. 心胸腹疼、腰痛、脐腹痛：任、督二脉受病。

4. 产后恶露不尽：败血上攻，舌强不语，死胎不下。

(八) 阴跷照海主治

喉痹淋涩与胸肿， 膀胱气痛并肠鸣，

食黄酒积脐腹痛， 呕泻胃翻及乳痛，
便燥难产血昏迷， 积块肠风下便红，
膈中不快梅核气， 格主照海针有灵。

1. 咽闭不通，胸中肿痛：上焦火盛。
2. 膀胱气痛，小便淋涩：下焦热结。
3. 食积、酒积、发热：湿热伤脾。
4. 脐腹痛、吐泻、翻胃、吐食、乳痛、大便燥结：肠胃不和。
5. 妇人难产、瘀血块痛、昏迷、肠风下血：下焦瘀血。
6. 梅核气：咽喉不利似有物，咯之不出，咽之不下。

四、小结

(一) 应用八脉交会穴治疗时，对新病、实证效果较好。实证、阳症宜泻。虚证、久病宜补，补之不应，加艾灸。

(二) 八脉交会中，通乎奇经八脉，正经之中上肢无大肠与心，下肢未及肝。但实际已寓其中，列缺络阳明已寓大肠；心包代心行事已寓乎心；乙癸同源，调肾即是调肝。因此八穴即联系奇经八脉，又贯通十二正经。

(三) 临床体会到，列缺、照海多主内裡之病。后溪、中脉主外多治表病。外关、临泣主枢转，多治半表半里的少阳症。公孙、内关主心脾两经有病而出现心胸胃腹的症状。

第六节 古歌配方汇集

以歌赋形式记载、传授，流传针灸的理论和实践，实为针灸之一发明，它简明扼要，重点突出，易读易记，不少用之临床效如桴鼓。如《玉龙歌》中“头项强痛难回顾，牙痛

并作一般看，先向承浆明补泻，后针风府即时安”。以这种先针承浆，后针风府的方法，用于落枕项强，^因风火牙痛，屡用屡效。故今将《百症赋》、《标幽赋》、《席弘赋》、《玉龙赋》、《通玄指要赋》、《灵光赋》、《兰江赋》、《玉龙歌》、《胜玉歌》、《杂病穴法歌》等十首中有关临床治疗用穴，按人身部位分类、汇集。先列症状、穴位，后列出处，便于临床查阅。

一、头部

头风一囟会、玉枕。

囟会连于玉枕，头风疗以金针。（百：指百症赋）

偏头痛一悬颅、颌厌。

悬颅、颌厌之中，偏头痛止。（百）

头痛一强间、丰隆。

强间、丰隆之际，头痛难禁。（百）

项强恶风一束骨、天柱。

项强多恶风，束骨相连于天柱。（百）

项强伤寒一温溜、期门。

审他项强伤寒，温溜期门而主之。（百）

瘰气一浮白。

瘰气须求浮白。（百）

痲疮一五里、臂臑。

五里臂臑，生痲疮而能治。（百）

头风头痛一申脉、金门。

头风头痛，刺申脉与金门。（标：指标幽赋）

偏正头痛一列缺、太渊。

列缺头痛以偏正，重泻太渊无不应。（席：指席弘赋）

头风—神庭。

神庭理乎头风。（玉赋：指玉龙赋）

项急—风府。

风伤项急，始求于风府。（通：指通玄指要赋）

头晕目眩—风池。

头晕目眩要觅于风池。（通）

脑晕目赤—攒竹。

脑晕目赤，泻攒竹以便宜。（通）

头项强—承浆。

头项强，承浆可保。（通）

头痛难忍—丝竹空。

丝竹空疗头痛不忍。（通）

头项痛—后溪。

头项痛，拟后溪以安然。（通）

偏正头痛—列缺。

偏正头痛泻列缺。（灵：灵光赋）

头部痛—列缺。

头部还须寻列缺，痰涎壅塞及咽干。（兰：指兰江赋）

伤寒头痛—外关。

伤寒在表并头痛，外关动泻自安然。（兰）

头风—神庭。

头风呕吐眼昏花，穴取神庭始不差。（玉歌：指玉龙歌）

头项强痛—承浆、风府。

头项强痛难回顾，牙疼并作一般看，先向承浆明补泻，
后针风府即时安。（玉歌）

偏正头痛—丝竹空、率谷。

偏正头风痛难医，丝竹金针亦可施，沿皮向后透率谷，

一针两穴世间稀。（玉歌）

偏正头痛一风池、合谷。

偏正头风痛难移，有无痰饮细推观，若然痰饮风池刺，
倘无痰饮合谷安。（玉歌）

眉间疼痛一攒竹、头维。

眉间疼痛苦难当，攒竹沿皮刺不妨，若是眼昏皆可治，
更针头维即安康。（玉歌）

乳鹅一少商。

乳鹅之症少人医，必用金针疾始除，如若少商出血后，
即时安稳免灾危。（玉歌）

头痛、眩晕一百会。

头痛眩晕百会好。（胜：指胜玉歌）

瘰癧一少海、天井。

瘰癧少海天井边。（胜）

头风一风池。

头风头痛灸风池。（胜）

头痛发热一外关。

一切风寒暑湿邪，头痛发热外关起。（杂：指杂病穴法歌）

头部病一曲池、合谷。

头面耳目口鼻病，曲池合谷为之主。（杂）

偏正头痛一列缺、太渊。

偏正头痛左右针，列缺太渊不用补。（杂）

二、面部

面肿虚浮一水沟、前顶。

原夫面肿虚浮，须仗水沟前顶。（百）

面如有虫行一迎香。

面上虫行有验，迎香可取。（百）

面赤如妆一通里。

连日虚烦面赤妆，心中惊悸亦难当，若须通里穴寻得，
一用针灸体便康。（玉歌）

面肿一颊车、合谷、临泣。

牙风面肿颊车神，合谷临泣泻不数。（杂）

三、口部

舌下肿痛一廉泉、中冲。

廉泉、中冲，舌下肿疼堪取。（百）

牙痛一耳门、丝竹空。

耳门、丝竹空，住牙痛于顷刻。（百）

口渴一颊车、地仓。

颊车、地仓，正口渴于片刻。（百）

喉痛一液门、鱼际。

喉痛兮，液门、鱼际去疗。（百）

颌肿口噤一阳谷、侠溪。

阳谷、侠溪，颌肿口噤并治。（百）

血虚口渴一少商、曲泽。

少商、曲泽，血虚口渴同施。（百）

舌干口燥一复溜。

复溜祛舌干口燥之悲。（百）

舌缓不语一哑门、关冲。

哑门、关冲，舌缓不语而要紧。（百）

失音啞嚅一天鼎、间使。

天鼎、间使，失音啞嚅而休迟。（百）

唇喝一太冲。

太冲泻唇喝以速愈。（百）

牙痛一承浆。

承浆泻牙痛而即移。（百）

消渴一行间、涌泉。

行间、涌泉，主消渴之肾竭。（百）

喉风一天突。

谁知天突治喉风。（标）

牙痛腰痛咽痹一二间、阳溪。

牙痛腰痛并咽痹，二间阳溪疾怎逃。（席）

咽喉疾一百会、太冲、照海、阴交。

咽喉最急先百会，太冲照海及阴交。（席）

口渴一地仓、颊车。

地仓、颊车疗口渴。（玉赋）

牙痛一二间。

二间治牙痛。（玉赋）

口气一大陵、人中。

大陵、人中频泻，口气全除。（玉赋）

牙齿痛一吕细。

牙齿痛，吕细堪治。（通）

流涎一地仓。

地仓能止口流涎。（灵）

牙痛一颊车。

颊车可灸牙齿痛。（灵）

噤口咽风一照海。

噤口咽风针照海，三棱出血刻时安。（兰）

口眼喎斜一地仓、颊车。

口眼喎斜最可嗟，地仓妙穴连颊车，喎左泻右依师正，喎

右泻左莫令斜。（玉歌）

失音一哑门。

偶尔失音语言难，哑门一穴两筋间，若知浅针莫深刺，
言语音和照旧安。（玉歌）

口苦一关冲。

三焦热气壅上焦，口苦舌干岂易调，针刺关冲出毒血，
口生津液病自消。（玉歌）

牙疼一二间。

牙痛阵阵苦相煎，穴在二间要得传。（玉歌）

口臭一大陵、人中。

口臭之疾最可憎，劳心只为苦多情，大陵穴内人中泻，
心得清凉气自平。（玉歌）

头项强急一承浆。

头项强急承浆保。（胜）

牙腮紧疼一大迎。

牙腮疼紧大迎全。（胜）

颌肿喉闭一少商。

颌肿喉闭少商穴。（胜）

口臭一大陵。

心热口臭大陵除。（胜）

口噤一地仓、颊车。

口噤咽斜流涎多，地仓颊车仍可举。（杂）

口舌生疮一舌下窍（舌下两边紫筋）。

口舌生疮活下窍，三棱刺血非粗卤。（杂）

舌裂出血一内关、太冲、阴交。

舌裂出血寻内关，太冲阴交走上部。（杂）

舌上生苔一合谷。

舌上生苔合谷当。（杂）

舌风舞一手三里。

手三里治舌风舞。（杂）

呕噎一阴交。

呕噎阴交不可饶。（杂）

四、鼻部

鼻衄一天府、合谷。

天府、合谷，鼻中衄血可追。（百）

鼻内无闻一通天。

通天去鼻内无闻之苦。（百）

咳嗽一肺俞、天突。

咳嗽连声，肺俞须迎天突。（百）

鼻痔一龈交。

鼻痔必取龈交。（百）

冷嗽一合谷（补）、三阴交（泻）。

冷嗽先宜补合谷，却须针泻三阴交。（席）

鼻渊一上星。

头风鼻渊，上星可用。（玉赋）

气嗽痰哮一乳根、俞府。

乳根、俞府疗气嗽痰哮。（玉赋）

咳嗽风痰一太渊、列缺。

咳嗽风痰太渊，列缺宜刺。（玉赋）

喘促一璇玑、气海。

羸羸喘促，璇玑气海当知。（玉赋）

痰嗽一肺俞、丰隆。

丰隆、肺俞，痰嗽称奇。（玉赋）

寒邪之嗽一风门。

风门主伤胃寒邪之嗽。（玉赋）

喘嗽一天突、膻中。

天突、膻中医喘嗽。（玉赋）

鼻塞一迎香。

迎香攻鼻塞为最。（玉赋）

鼻塞无闻一迎香

鼻塞无闻，迎香可引。（通）

咳嗽寒痰一列缺。

咳嗽寒痰，列缺堪治。（通）

鼻衄一禾髎。

两鼻衄衄针禾髎。（灵）

鼻塞一迎香。

鼻塞不闻迎香间。（灵）

喘痰一天突。

天突宛中治喘痰。（灵）

喘痛一昆仑。

住喘却痛昆仑愈。（灵）

定喘一尺泽。

吐血定喘补尺泽。（灵）

鼻渊一上星。

鼻流清涕名鼻渊，先泻后补疾可痊，若是头风并眼痛，
上星穴内刺无偏。（玉歌）

不闻香臭一迎香。

不闻香臭从何治，迎香两穴可堪攻，先补后泻分明效，
一针未出气先通。（玉歌）

咳嗽一身柱。

忽然咳嗽腰背痛，身柱由来灸便轻。（玉歌）

咳嗽一肺俞、丰隆。

伤风不解嗽频频，久不医时劳便成，咳嗽须针肺俞穴，
痰多宜先丰隆寻。（玉歌）

喷嚏一风门。

腠理不密咳嗽频，鼻流清涕气昏沉，须知喷嚏风门穴，
咳嗽宜加艾火深。（玉歌）

哮喘一天突、膻中。

哮喘之症最难当，夜间不睡气遑遑，天突妙穴宜寻得，
膻中着艾便安康。（玉歌）

气喘一璇玑、气海。

气喘急急不可眠，何当日夜苦忧煎，若得璇玑针泻动，
更取气海自然安。（玉歌）

吼喘一俞府、乳根。

吼喘之症嗽痰多，若用金针疾自和，俞府乳根一样刺，
气喘风痰渐渐磨。（玉歌）

痰涎咳嗽一肺俞。

若是痰涎并咳嗽，治却须当灸肺俞。（胜）

小儿吼闭一天突、筋缩。

更有天突与筋缩，小儿吼闭自然疏。（胜）

鼻塞一合谷、太冲。

鼻塞鼻痔及鼻渊，合谷太冲随手取。（杂）

冷嗽一合谷、三阴交

冷嗽只宜补合谷，三阴交泻即时住。（杂）

喘急一列缺、足三里。

喘急列缺足三里。（杂）

五、耳部

耳聋气闭一听会、翳风。

耳聋气闭，全凭听会、翳风。（百）

耳中蝉噪一听会

耳中蝉噪有声，听会堪攻。（百）

耳聋气痞一听会、迎香。

耳聋气痞听会针，迎香穴内泻如神。（席）

耳聋一金门、听会。

但患伤寒两耳聋，金门听会疾如风。（席）

蝉鸣一足三里、地五会。

耳内蝉鸣腰欲折，膝下明存三里穴，若能补泻五会间，
且没向人轻易说。（席）

耳聋一听会。

耳聋腮肿，听会偏高。（玉赋）

耳闭一听会。

耳闭须听会而治也。（通）

耳聋气闭一听会。

耳聋气闭听会间。（通）

耳聋气闭一翳风。

耳聋气闭痛难言，须刺翳风穴始痊，亦治项上生瘰癧，
下针泻动即安然。（百）

耳聋一听会。

耳聋之症不闻声，痛痒蝉鸣不快情，红肿生疮须用泻，
宜从听会用针行。（百）

耳闭一听会。

耳闭听会莫迟延。（胜）
耳聋一临泣、金门、合谷。
耳聋临泣与金门，合谷针后听人语。（杂）

六、目部

目眩一支正、飞扬。
目眩兮，支正、飞扬。（百）
目黄一阳纲、胆俞。
目黄兮，阳纲胆俞。（百）
攀睛一少泽、肝俞。
攀睛攻少泽、肝俞之所。（百）
泪出一临泣、头维。
泪出刺临泣、头维之处。（百）
目中漠漠一攒竹、三间。
目中漠漠即寻攒竹三间。（百）
目觉眈眈一养老、天柱。
目觉眈眈，急取养老、天柱。（百）
雀目肝气一睛明、行间。
观其雀目肝气，睛明行间而细推。（百）
目眩一颧髻、大迎。
目眩兮颧髻大迎。（百）
眼痒痛一光明、地五会。
眼痒眼痛泻光明于地五。（标）
眼疾一睛明、合谷、光明。
睛明治眼未效时，合谷光明安可缺。（席）
目疼头痛一攒竹、头维。
攒竹、头维，治目疼头痛。（玉赋）

目症一睛明、太阳、鱼尾。

睛明太阳鱼尾，目症凭兹。（玉赋）

眼烂一大小骨空。

大小骨空治眼烂，能止冷泪。（玉赋）

目疼一太阳。

左右太阳医目疼，善除血翳。（玉赋）

眼红一迎香。

搐迎香于鼻内，消眼热之红。（玉赋）

目昏一肝俞。

目昏血溢，肝俞辨其实虚。（玉赋）

眼痛一合谷。

眼痛合谷以推之。（通）

目昏不见一二间。

目昏不见，二间宜取。（通）

眵膜冷泪一临泣（头）。

眵膜冷泪，临泣尤准。（通）

努肉攀睛一睛明。

睛明治眼努肉攀。（灵）

眼目疾一临泣。

眼目之疾诸疾苦，更须临泣用针担。（兰）

两睛红肿一睛明、鱼尾、太阳。

两睛红肿疼难熬，怕日羞明心自焦，只刺睛明鱼尾穴，
太阳出血自然消。（玉歌）

眼痛一太阳。

眼痛忽然血贯睛，羞明更涩最难睁，须得太阳针血出，
不用针刀疾自平。（玉歌）

眼红一内迎香。

心血炎上两眼红，迎香穴内刺为通，若将毒血挤出后，
目内清凉始见功。（玉歌）

目烂一大、小骨空。

风眩目烂最堪怜，泪出汪汪不可言，大小骨空皆妙穴，
多加艾火疾应痊。（玉歌）、

目昏一肝俞、足三里。

肝家血少目昏花，宜补肝俞力便加，更把三里频泻动。
还光益血自无差。（玉歌）

眼痛一清冷渊。

眼痛须寻清冷渊。（胜）

眼痛一上星。

头风眼痛上星专。（胜）

目内红痛一丝竹空、攒竹。

目内红痛苦皱眉，丝竹攒竹亦堪医。（胜）

目眩一申脉、金门、手三里。

头晕目眩项掣强，申脉金门手三里。（杂）

赤眼一迎香、临泣、太冲、合谷。

赤眼迎香出血奇，临泣太冲合谷侣。（杂）

七、上肢部

两臂顽麻一少海、三里。

且如两臂顽麻，少海就傍于三里。（百）

半身不遂一阳陵泉、曲池。

半身不遂，阳陵远达于曲池。（百）

体重节痛一俞穴（十二经井荣俞之俞穴）

体重节痛而俞居。（标）

筋挛骨痛一魂门（补）。

筋挛骨痛而补魂门。（标）
手连肩脊痛一合谷、太冲。
手连肩脊痛难忍，合谷针时要太冲。（席）
手不如意一曲池、合谷。
曲池两手不如意，合谷下针宜仔细。（席）
心痛手颤一少海、阴市。
心痛手颤少海间，若要除根觅阴市。（席）
肘痛一尺泽、太渊。
玉般肘痛寻尺泽，太渊针后却收功。（席）
筋急不用一尺泽。
尺泽理筋急之不用。（玉赋）
腕痛难移一腕骨。
腕骨疗手腕之难移。（玉赋）
肘挛痛一尺泽、曲池。
肘挛痛兮，尺泽合于曲池。（玉赋）
手臂红肿一中渚、液门。
手臂红肿，中渚液门要辨。（玉赋）
臂痛一肩井。
肩井除臂痛如拿。（玉赋）
两肘拘挛一曲池。
但见两肘拘挛，仗曲池而平扫。（通）
四肢懈惰一照海。
四肢之懈惰，凭照海以消除。（通）
肘疼筋紧一尺泽。
尺泽去肘疼筋紧。（通）
两肩难任一肩井。
肩井除两肩难任。（通）

心疼手颤一少海。

心疼手颤针少海。（灵）

五指不伸一中渚。

五指不伸中渚取。（灵）

腕中无力一腕骨。

腕中无力痛艰难，握物难移体不安，腕骨一针虽见效，
莫将补泻等闲看。（玉歌）

两臂痛一肩井。

急痛两臂气攻胸，肩井分明穴可攻，此穴原来真气聚，
补多深少应其中。（玉歌）

肩背痛一背缝、五枢。

肩背风气连臂痛，背缝二穴用针明，五枢亦治腰间痛，
得穴方知疾顿轻。（玉歌）

两肘拘挛一曲池、尺泽。

两肘拘挛筋骨连，艰难动作欠安然，只将曲池针泻动，
尺泽兼行见圣传。（玉歌）

肩红肿痛一肩髃。

肩端红肿疼难当，寒湿相争气血旺，若向肩髃明补泻，
管君多灸自安然。（玉歌）

手难伸一合谷、尺泽。

筋急不开手难伸，尺泽从来要认真，头面纵有诸样症，
一针合谷效通神。（玉歌）

手臂红肿一中渚、液门。

手臂红肿连腕痛，液门穴内用针明，更将一穴名中渚，
多泻中间疾自轻。（玉歌）

手生疮一劳宫。

劳宫穴在掌中寻，满手生疮痛不禁。（玉歌）

拘挛一尺泽。

尺泽能医筋拘挛。（胜）

两手酸痛一肩髃、曲池、合谷。

两手酸疼难执物，曲池合谷共肩髃。（胜）

臂疼背痛一三里。

臂疼背痛针三里。（胜）

手指疼连肩一合谷、太冲。

手指连肩相引疼，合谷太冲能救苦。（杂）

肩痛连脐一手三里。

手三里治肩连脐。（杂）

手颤一少海、阴市。

心痛手颤少海求，若要除根阴市睹。（杂）

八、下肢部

腿疼一后溪、环跳。

后溪环跳，腿疼刺而即轻。（百）

转筋一金门、丘墟。

转筋兮，金门丘墟来医。（百）

中风一环跳。

中风环跳而宜刺。（标）

膝痛一阳陵泉（烧针）。

最是阳陵泉一穴，膝间疼痛用烧针。（席）

脚痛膝肿指麻一三里、悬钟、二陵、三阴交、太冲。

脚痛膝肿针三里，悬钟二陵三阴交，更向太冲须引气，

指头麻木自轻飘。（席）

转筋一鱼腹、承山、昆仑。

转筋目眩针鱼腹，承山昆仑立便消。（席）

冷痹一环跳、腰间（肾俞、命门、腰阳关）。

冷风冷痹疾难愈，环跳腰间针与烧。（席）

中风一顶门、百会。

暴中风顶门百会。（玉赋）

脚气一三里、绝骨、三阴交。

脚气连涎，里、绝、三交。（玉赋）

腿脚乏力一风市、阴市。

风市阴市驱腿脚之乏力。（玉赋）

膝肿一阴陵、阳陵。

阴陵阳陵除膝肿之难熬。（玉赋）

脚气一绝骨、三里、三阴交。

绝骨三里三阴交，脚气宜此。（玉赋）

脚痛一商丘、解溪、丘墟。

商丘解溪丘墟，脚痛堪追。（玉赋）

足肿一太溪、昆仑、申脉。

太溪昆仑申脉，最疗足肿之速。（玉赋）

腿脚重疼一髌骨、膝关、膝眼。

腿脚重疼，针髌骨膝关膝眼。（玉赋）

步行艰楚一足三里、中封、太冲。

行步艰楚，刺三里中封太冲。（玉赋）

腿风湿痛一居髌、环跳、委中。

腿风湿痛，居髌环跳与委中。（玉赋）

行步难移一太冲。

且如行间难移，太冲最奇。（通）

筋转一承山。

筋转而疼，泻承山而在早。（通）

脚腕痛一昆仑。

大抵脚腕痛，昆仑解愈。（通）

膝股痛一阴市。

股膝痛，阴市能医。（通）

膝肿一行间。

行间治膝肿目疾。（通）

腿痛一髌骨（委中上三寸，膝腘上一寸）。

髌骨将腿痛以祛残。（通）

两足拘挛一阴市。

两足拘挛觅阴市。（灵）

两膝风邪痛一犊鼻。

犊鼻治疗风邪痛。（灵）

后跟痛一仆参。

后跟痛在仆参求。（灵）

转筋、久痔一承山。

承山转筋并久痔。（灵）

足掌痛一涌泉。

足掌下痛寻涌泉。（灵）

脚气一阴跷（照海）、阳跷（申脉）。

阴跷阳跷两踝边，脚气四穴先寻取。（灵）

腿股风一居髎、委中、环跳。

环跳能治腿股风，居髎二穴认真攻，委中毒血更出尽，
愈见医科神圣功。（玉歌）

膝腿无力一风市、阴市。

膝腿无力身立难，原因风湿致伤残，倘知二市穴能灸，
步履悠然渐自安。（玉歌）

腿痛一髌骨、膝眼、膝关。

髌骨能医两腿痛，膝关红肿不能行，必针膝眼膝关穴，

功效须臾病不生。（玉歌）

脚足草鞋风一昆仑、申脉、太溪。

红肿腿足草鞋风，须把昆仑二穴攻，申脉太溪加再刺，
神医妙诀起痠癢。（玉歌）

脚气一足三里、三阴交、绝骨。

寒湿脚气不可熬，先针三里及阴交，再将绝骨穴兼刺，
肿痛登时立见消。（玉歌）

足背痛一丘墟、解溪、商丘。

脚背疼起丘墟穴，斜针出血即时轻，解溪再与商丘识，
补泻行针要辨明。（玉歌）

行步艰难一太冲、三里、中封。

行步艰难疾转加，太冲二穴效堪攻，更针三里中封穴，
去病如同用手抓。（玉歌）

鹤膝风一阳陵泉、阴陵泉。

膝盖红肿鹤膝风，阳陵二穴亦堪攻，阴陵针透尤收效，
红肿全消见异攻。（玉歌）

髀痛一肩井。

髀痛要针肩井穴。（胜）

膝肿一行间。

行间可治膝肿痛。（胜）

行步艰难一中封、太冲。

若人行步苦艰难，中封太冲针便痊。

足背痛一商丘。

脚背痛时商丘穴。（胜）

脚风缠一委中。

委中驱疗脚风缠。（胜）

腿膝酸痛一环跳、风市、阴市。

腿股转酸难移步，妙穴说与后人知，环跳风市及阴市，
泻却金针病自除。（胜）

臃疮一血海。

热疮臃内年年发，血海寻来可治之。（胜）

两膝肿一膝眼、三里。

两膝无端肿如斗，膝眼三里艾当施。（胜）

转筋一承山。

两股转筋承山刺。（胜）

脚气一复溜。

脚气复溜不须疑。（胜）

踝跟骨痛一昆仑、绝骨、丘墟。

踝跟骨痛灸昆仑，更有绝骨共丘墟。（胜）

脚膝痛一行间、三里、申脉、金门。

脚膝诸痛灸行间，三里申脉金门侈。（杂）

转筋一然谷、承山。

脚若转筋眼发花，然谷承山法自古。（杂）

两足难移一悬钟、条口。

两足难移先悬钟，条口后针能步履。（杂）

两足酸麻一太溪、仆参、内庭。

两足酸麻补太溪，仆参内庭盘跟楚。（杂）

脚痛连胁一环跳、阳陵泉。

脚痛连胁痛难当，环跳阳陵泉内杵。（杂）

寒风湿痹一环跳，阳陵泉、足三里。

冷风湿痹针环跳，阳陵三里针尾烧。（杂）

九、胸腹胁部

胸中苦闷一建里、内关。

建里内关，扫尽胸中之苦闷。（百）
心下悲凄一听宫，脾俞。
听宫脾俞，祛残心下之悲凄。（百）
胁肋疼痛一气户、华盖。
久知胁肋疼痛，气户华盖有灵。（百）
肠鸣一下腕、陷谷。
腹内肠鸣下腕陷谷能平。（百）
胸肋支满一章门。
胸肋之满何疗，章门不用细寻。（百）
膈痛一臆中、巨阙。
膈痛饮蓄难禁，臆中巨阙便针。（百）
胸满噎塞一中府、意舍。
胸满更加噎塞，中府意舍所行。（百）
胸膈瘀血一肾俞、巨髎。
胸膈停留瘀血，肾俞巨髎宜征。（百）
胸满项强一神藏、璇玑。
胸满项强，神藏璇玑已试。（百）
脐风一然谷。
脐风须然谷而易醒。（百）
腋肿一委阳、天池。
委阳天池，腋肿针而速散。（百）
烦心呕吐一幽门、玉堂。
烦心呕吐，幽门开彻玉堂明。（百）
脐肿一阴陵、水分。
阴陵水分去水肿之脐盈。（百）
完谷不消一脾俞、膀胱俞。
脾虚谷以不消，脾俞膀胱俞觅。（百）

胃冷难消化—魂门、胃俞。
 胃冷难消化，魂门胃俞堪责。（百）
 寒疝—大敦、照海。
 大敦照海，患寒疝而善蠲。（百）
 疝瘕—冲门、血海。
 疝瘕兮，冲门血海强。（百）
 心腹胁肋—照海（阴跷）、内关（阴维）、列缺（任）、公孙（冲）。
 阴跷阴维任冲脉，去心腹胁肋在里之疑。（标）
 心下痞满—十二经井穴。
 心下痞满而井主。（标）
 心胀咽痛—太冲。
 心胀咽痛，针太冲而必除。（标）
 脾冷胃疼—公孙。
 脾冷胃疼泻公孙而立愈。（标）
 胸满腹痛—内关。
 胸满腹痛刺内关。（标）
 胁肋疼痛—支沟（飞虎）。
 胁肋疼痛针飞虎。（标）
 虚喘—足三里。
 虚喘须寻三里穴。（席）
 食癖气块—手三里、足三里。
 手足上下针三里，食癖气块凭此取。（席）
 胃中有积—璇玑、三里。
 胃中有积刺璇玑，三里功多人不知。（席）
 胸满不思食—阴陵泉、承山。
 阴陵泉治心胸满，针到承山饮食思。（席）
 小肠气痛—大杼、长强。

大杼若连长强寻，小肠气痛即行针。（席）

水肿一水分、气海。

水肿水分兼气海，皮内随针气自消。（席）

腹痛一公孙、内关。

腹痛须是公孙妙，内关相应必然廖。（席）

阳明恶吐一风府、上脘。

阳明二日寻风府，呕吐还须上脘疗。（席）

男子痃癖一三里。

男子痃癖三里高。（席）

膀胱气闭一风府、三里。

从来风府最难针，却用功夫度浅深，倘无膀胱气未散，
更宜三里穴中寻。（席）

小腹痛一照海、阴交、曲泉、关元、气海。

若是七疝小腹痛，照海阴交曲泉针，又不应时针气海，
关元同泄效如神。

脐腹痛一阴交、涌泉。

小肠气撮痛连脐，速泻阴交莫在迟，良久涌泉针取气，
此中玄妙少人知。（席）

痃疝一期门、大敦。

期门大敦能治坚痃疝气。（玉赋）

心闷一劳宫、大陵。

劳宫大陵可疗心闷疮痍。（玉赋）

心悸虚烦一三里。

心悸虚烦刺三里。（玉赋）

脾泄一天枢。

天枢理感患脾泄之危。（玉赋）

蛊胀一三阴交、水分、三里。

阴交水分三里虫胀宜刺。（玉赋）

热壅三焦一关冲。

壅热盛于三焦，关冲最宜。（玉赋）

脾虚黄疸一腕骨、中腕。

脾虚黄疸，腕骨中腕何疑。（玉赋）

饱满气逆一足三里。

欲调饱满之气逆，三里可胜。（玉赋）

腹膜一内庭、临泣。

内庭临泣，理小腹之膜。（玉赋）

翻胃一中魁。

中魁理翻胃而即愈。（玉赋）

心惊一通里。

通里疗心惊而瘥。（玉赋）

腹疾有块一内关、照海。

取内关于照海，医腹疾之块。（玉赋）

九种心痛一上腕、中腕。

上腕中腕疗九种之心痛。（玉赋）

腹痛便秘一大陵、外关、支沟。

肚痛秘结，大陵合外关于支沟。（玉赋）

胸结一涌泉。

胸结身黄，取涌泉而即可。（通）

腹胀血膨一期门。

期门罢胸满血膨而可也。（通）

七疝偏坠一大敦。

稽夫大敦去七疝之偏坠。（通）

腹胀一内庭。

腹膨而胀，夺内庭以休迟。（通）

胃心痛—劳宫。

劳宫退胃心痛亦何疑。（通）

心胸痛—大陵。

心胸病求掌后之大陵。（通）

腹痛—阴谷。

连脐腹痛泻足少阴之水。（通）

肋胁下疼痛—阳陵泉。

肋下胁边者，刺阳陵泉而即止。（通）

心下寒—少泽。

少泽应除心下寒。（灵）

腹坚—中脘，下脘。

中脘下脘治腹坚。（灵）

胸中之病—内关。

胸中之病内关担。（兰）

脐下病—公孙。

脐下公孙用法担。（兰）

腹中气块—内关。

腹中气块痛难当，穴法宜向内关防，八法有名阴维穴，
腹中之疾永安康。（玉歌）

腹痛—大陵、外关、支沟。

腹中疼痛亦难当，大陵外关可消详，若是胁痛并便秘，
支沟奇妙效非常。（玉歌）

脾病—间使。

脾家之症最可怜，有寒有热两相煎，间使二穴针泻动，
热泻寒补病俱痊。（玉歌）

心痛—上脘、中脘。

九种心痛及脾疼，上脘穴内用神针，若还脾败中脘补，

两针神效免灾侵。（玉歌）

翻胃一中魁。

若患翻胃并吐食，中魁奇穴莫教偏。（玉歌）

腹胀一内庭、临泣。

小腹胀满气攻心，内庭二穴要先针，两足有水临泣泻，
无水方能病不侵。（玉歌）

心胸痛一大陵。

心胸之病大陵泻，气攻胸腹一般针。（玉歌）

腹满虚胀一水分、水道、三里、阴交。

水病之疾最难熬，腹满虚胀不肯消，先灸水分并水道，
后针三里及阴交。（玉歌）

肾气冲心一关元、带脉。

肾气冲心得几时，须用金针疾自除，若得关元并带脉，
四海谁不仰明医。（玉歌）

脾泄一天枢。

脾泄之症别无他，天枢二穴刺休差，此是五脏脾虚疾，
艾火多添病不加。（玉歌）

心脾疼痛一上脘。

心脾疼痛上脘先。（胜）

胃冷一下脘。

胃冷下脘却为良。（胜）

心疼一巨阙。

霍乱心疼吐痰涎，巨阙着艾便安然。（胜）

脾心痛一公孙。

脾心痛急寻公孙。（胜）

痞满一章门。

终年或变劳怯者，痞满脐旁章门诀。（胜）

吞酸一臛中。

噎气吞酸食不投，臛中七壮除膈热。（胜）

小肠气痛一归来。

小肠气痛归来治。（胜）

腹胀一水分。

腹胀水分多得力。（胜）

霍乱一中脘、三里、内庭。

霍乱中脘可入深，三里内庭泻几许。（杂）

心痛一劳宫、少泽。

心痛翻胃刺劳宫，寒者少泽细手指。（杂）

胁痛一阳陵泉。

胁痛只须阳陵泉。（杂）

腹痛一公孙、内关。

腹痛公孙内关尔。（杂）

心胸痞满一阴陵泉、承山。

心胸痞满阴陵泉，针到承山饮食美。（杂）

泄泻一三里、内庭。

泄泻肚腹诸般疾，三里内庭功无比。（杂）

胀满水肿一水分、中脘、复溜、三里。

水肿水分与复溜，胀满中脘三里揣。（杂）

内伤食积一手三里、足三里、璇玑。

内伤食积针三里，璇玑相应块亦消。（杂）

十、腰背部

背连腰痛一白环、委中。

背连腰痛，白环委中曾经。（百）

脊强一水道、筋缩。

脊强兮，水道筋缩。(百)

痉病一颇息。

痉病非颇息而不愈。(百)

肩背腰腿疾一申脉(阳跷)、后溪(督脉)、外关(阳维)
临泣(带脉)。

阳跷阳维并督带，主肩背腰腿在表之病。(标)

腰痛一委中。

委中专治腰间痛。(席)

脚膝肿一至阴。

脚膝肿时寻至阴。(席)

气滞腰痛一横骨、大都。

气滞腰痛不能立，横骨大都宜急救。(席)

肩背风劳一肺俞、三间。

更有三间肾俞妙，善除肩背浮风劳。(席)

腰痛一委中。

委中腰痛脚挛急，取得其经血自调。(席)

髌骨腿疼一三里、复溜。

髌骨腿疼三里泻，复溜气滞便离腰。(席)

肩背痛一中渚。

久患伤寒肩背疼，但针中渚得其宜。(席)

肩痛连脐一手三里。

肩上痛连脐不休，手中三里便须求，下针麻重即须泻，
得气之时不用留。(席)

腰胯痛一三里、气海。

腰连胯痛急必大，便于三里攻其隘，下针一泻三补之，
气上攻噎只管住，噎不住时气海灸，定泻一时立便瘥。(席)

臂痛一身柱。

身柱蠲嗽，能除臂痛。（玉赋）
伛偻一风池、绝骨。
风池、绝骨而疗乎伛偻。（玉赋）
痿伛一人中、曲池。
人中曲池可治其痿伛。（玉赋）
肩脊痛一五枢、背缝。
肩脊痛兮，五枢兼于背缝。（玉赋）
肩痛一肩髃。
风湿传于两肩，肩髃可疗。（玉赋）
腰脊拘痛一人中、委中。
人中委中除腰脊痛拘之难制。（玉赋）
肾败腰痛一带脉、关元（多灸）。
带脉关元多灸，肾败堪攻。（玉赋）
脊膂强痛一人中。
人中除脊膂之强痛。（通）
泻肾一然谷。
然谷泻肾。（通）
腰痛一肾俞。
肾俞把腰疼而泻尽。（通）
肩背患一手三里。
肩背患，责肘前之三里。（通）
冷痹肾败一足三里。
冷痹肾败取足阳明之土。（通）
脊间心后病一中渚。
脊间心后者，针中渚而立愈。（通）
腰脚痛一委中。
腰脚痛在委中而已矣。（通）

腰痛—委中。

五般腰痛委中安。(灵)

脾俞(髀枢)不动一丘墟。

脾俞不动泻丘墟。(灵)

浮肿—复溜。

复溜治肿如神医。(灵)

水肿—水分。

水肿水分灸亦安。(灵)

脊背强痛—人中、委中。

强痛脊背泻人中，挫捩腰酸亦可攻，更有委中之一穴，
腰间诸疾任君攻。(玉歌)

腰痛—肾俞。

肾弱腰痛不可当，施为行止甚非常，若知肾俞二穴处，
艾火频加体自康。(玉歌)

背痛—中渚。

脾疼背痛中渚泻。(胜)

腰痛—中空穴(中髎)。

腰痛中空穴最奇。(胜)

脊间疼—中渚。

脊间心后称中渚。(杂)

腰痛—环跳、委中、昆仑。

腰痛环跳委中神，若连背痛昆仑武。(杂)

腰痛连腿—腕骨、三里。

腰连腿痛腕骨升，三里降下随释跪。(杂)

腰连足痛—环跳、行间、风市。

腰连脚痛怎生医，环跳行间与风市。(杂)

十一、二阴部

小便赤涩—兑端。

小便赤涩，兑端独泻太阳经。（百）

肠风下血—长强、承山。

刺长强于承山，善主肠风新下血。（百）

白浊遗精—三阴交、气海。

针三阴于气海，专司白浊久遗精。（百）

五淋—盲俞、横骨。

且如盲俞横骨，泻五淋之久积。（百）

痔瘤—商丘。

商丘痔瘤而最良。（百）

脱肛—百会、尾翳。

脱肛百会尾翳之所。（百）

无子—阴交、石关。

无子搜阴交石关之乡。（百）

积痢—中脘、外丘。

中脘主乎积痢，外丘收乎大肠。（百）

水蛊—偏历。

刺偏历利小便，医大人之水蛊。（标）

五淋—气海、三里。

气海专能治五淋，更针三里随呼吸。（席）

小便不禁—关元。

小便不禁关元好。（席）

大便闭涩—大敦。

大便闭涩大敦烧。（席）

痔漏—二白。

二白医痔漏。(玉赋)

疝气一大敦。

大敦去疝气。(玉赋)

便多一命门、肾俞。

老者便多，命门兼肾俞而着艾。(玉赋)

痔疾一长强、承山。

长强承山灸痔最妙。(玉赋)

便秘一照海、支沟。

照海支沟通大便之秘。(玉赋)

痢疾一百会、鸠尾。

百会鸠尾治痢疾。(灵)

大小便一大肠俞、小肠俞。

大小肠俞大小便。(灵)

五淋一气海、血海。

气海血海疗五淋。(灵)

偏坠一大敦。

大敦二穴主偏坠。(灵)

痔漏一二白穴(间使)。

痔漏之疾亦可憎，表里急重最艰禁，或痛或痒或下血，
二白穴在掌中寻。(玉歌)

尿频一命门、肾俞。

肾败腰虚小便频，夜间起止苦劳神，命门若得金针助，
肾俞艾灸起遭迤。(玉歌)

痔漏一承山、长强。

九般痔漏最伤人，必刺承山效若神，更有长强一穴是，
呻吟大痛穴为真。

遗精一心俞、白环俞。

胆寒由是怕惊心，遗精白浊实难禁，夜梦鬼交心俞治，
白环俞治一般针。（玉歌）

大便秘结一照海、支沟。

大便秘结不能通，照海分明在足中，更把支沟来泻动，
方知妙穴有神功。（玉歌）

疝气一大敦。

七般疝气取大敦，穴法由来指侧间，诸经具载三毛处，
不与师传隔万山。（玉歌）

疝气一关元、大敦。

肾强疝气发甚频，气上攻心似死人，关元兼刺大敦穴，
此法亲传使得真。（玉歌）

闭结一支沟。

筋痛闭结支沟穴。（胜）

泄泻一天枢。

肠鸣大便时泄泻，脐旁二寸灸天枢。（玉赋）

疝气一大敦。

灸罢大敦除疝气。（胜）

肠风一长强。

痔疾肠风长强期。（胜）

小便频一肾俞。

肾败腰痛小便频，督脉两边肾俞除。（胜）

痢疾一合谷、三里、中脘。

痢疾合谷三里宜，甚者必须兼中脘。（杂）

七疝一大敦、太冲。

七疝大敦与太冲。（杂）

五淋一血海。

五淋血海通男妇。（杂）

大便虚秘一支沟、足三里。

大便虚秘补支沟，泻足三里效可拟。（杂）

热淋一长强、大敦、阳陵泉。

热秘气秘先长强，大敦阳陵堪调护。（杂）

小便不通一阴陵泉、足三里。

小便不通阴陵泉，三里泻下溺如注。（杂）

十二、寒热

热病汗不出一大都、经渠。

热病汗不出，大都更接于经渠。（百）

发热一少冲、曲池。

发热仗少冲、曲池之津。（百）

岁热时行一陶道、肺俞。

岁热时行，陶道复求肺俞理。（百）

温寒湿热一下髻。

温寒湿热下髻定。（百）

厥热厥寒一涌泉。

厥寒厥热涌泉清。（百）

寒栗恶寒一二间、阴郄。

寒栗恶寒二间疏通，阴郄暗。（百）

劳瘵传尸一魄户、膏肓。

劳瘵传尸，趋魄户膏肓之路。（百）

中邪霍乱一阴谷、三里。

中邪霍乱寻阴谷三里之路。（百）

盗汗一阴郄、后溪。

阴郄后溪治盗汗之多出。（百）

疼痒一至阴、尾翳。

至阴尾翳疗痒疾之痛多。(百)
热极一肩髃、阳溪。
肩髃阳溪，消隐中之热极。(百)
寒疟一商阳、太溪。
寒疟商阳太溪验。(百)
寒热痹痛一四关(合谷、太冲)。
寒热痹痛开四关而已之。(标)
体热劳嗽一魄户(泻)。
体热劳嗽而泻魄户。(标)
虚损一天枢。
虚损天枢而可取。(标)
伤寒一期门。
期门穴主治伤寒，六日过经尤未汗。(席)
伤寒一风府、风池。
风府风池寻得到，伤寒百病一时消。(席)
疟疾一间使。
间使剿疟疾。(玉赋)
瘰癧一天井。
天井治瘰癧疹。(玉赋)
时疟疟症一后溪。
时疟疟症寻后溪。(玉赋)
伤寒一期门。
期门刺伤寒未解，经不再传。(玉赋)
伤寒无汗一复溜。
伤寒无汗，攻复溜宜泻。(玉赋)
伤寒有汗一合谷。
伤寒有汗取合谷当随。(玉赋)

虚汗一百劳。

百劳止虚汗。(玉赋)

热壅一少冲。

又若心虚热壅，少冲明于济夺。(玉赋)

疟疾一间使。

疟生寒热兮，仗间使以扶持。(通)

伤寒一期门。

伤寒过经期门愈。(灵)

寒热一申脉。

申脉能除寒与热，头风偏正及心惊，耳鸣鼻衄胸中满，
好把金针此穴明。(兰)

伤寒无汗一合谷(补)、复溜(泻)。

无汗更将合谷补，复溜穴泻好施针。(兰)

汗多一合谷(补)。

倘若汗多流不绝，合谷收补效如神。(兰)

疟疾一后溪。

时行疟疾最难禁，穴法由来未审明，若把后溪穴寻得，
多加艾火即时轻。

盗汗一百劳。

满身发热痛为虚，盗汗淋淋渐损躯，须得百劳椎骨穴，
金针一刺疾俱除。(玉歌)

无汗一复溜(泻) 有汗一合谷。

无汗伤寒泻复溜、汗多宜将合谷收，若然下脉皆微
细，金针一补脉还浮。(玉歌)

伤寒一期门、三里。

伤寒过经尤未解，须向期门穴上针，忽然气喘攻胸膈，
三里泻多须用心。(玉歌)

五疰一间使、大杼。

五疰寒多热更多，间使大杼真妙穴。（胜）

十三、精气神

梦魇不宁一历兑、隐白。

梦魇不宁，历兑相谐于隐白。（百）

发狂奔走一上脘、神门。

发狂奔走上脘同起于神门。（百）

惊悸怔忡一阳交、解溪。

惊悸怔忡取阳交解溪勿误。（百）

反张悲哭一天冲、大横。

反张悲哭仗天冲、大横须精。（百）

癫疾一身柱、本神。

癫疾身柱本神令。（百）

风痫一神道、心俞。

风痫常发，神道须还心俞宁。（百）

痫一鸠尾、涌泉。

鸠尾能治五般痫，若下涌泉人不死。（席）

癫一人中、十三鬼穴（人中、少商、隐白、大陵、申脉、风府、颊车、承浆、劳宫、上星、会阴、曲池、舌下缝、后溪、间使）。

人中治癫功最高，十三鬼穴不须饶。（席）

气不调一肩井、三里。

若针肩井及三里，不刺之时气未调。（席）

虚劳一膏肓。

膏肓补虚劳。（玉赋）

呆痴笑眇一神门。

神门治呆痴笑眇。(玉赋)
黄疸神疲一至阳。
至阳却疸，善治神疲。(玉赋)
癫痫一鸠尾。
鸠尾针癫痫已发，慎其妄施。(玉赋)
脉沉一复溜。
要起六脉之沉匿，复溜称神。(玉赋)
梦遗一心俞、肾俞。
心俞肾俞治腰肾虚乏之梦遗。(玉赋)
尸劳一涌泉、关元、丰隆。
涌泉关元丰隆，为治尸劳之例。(玉赋)
惊搐一印堂。
印堂治惊搐。(玉赋)
呆痴一神门。
神门除心性之呆痴。(通)
癫痫狂一后溪。
痫发癫狂兮，凭后溪而疗理。(通)
五劳一足三里。
三里却五劳之羸瘦。(通)
黄疸一腕骨。
固知腕骨祛黄。(通)
气上壅一足三里。
治气上壅足三里。(灵)
癫一水沟、间使。
水沟间使治邪癫。(灵)
身倦一劳宫。
劳宫医得身劳倦。(灵)

癲狂一后溪。

后溪专治督脉病，癲狂此穴治还轻。（兰）

中风不语一顶门（囟会）、百会。

中风不语最艰难，发际顶门穴要知，更向百会明补泻，
即时苏醒免灾危。（玉歌）

中风一中冲、人中。

中风之症非轻，中冲二穴可安宁，先补后泻如无应，
再刺人中立便轻。（玉歌）

胆寒心虚一少冲。

胆寒心虚病如何，少冲二穴最功多，刺入三分不着艾，
金针用后自平和。（玉歌）

癰疹一天井。

如今癰疹疾多般，好手医人治亦难，天井二穴，
多着艾，纵生瘰癧灸皆安。（玉歌）

痴呆一神门。

痴呆之症不堪亲，不识尊卑枉骂人，神门独治痴呆病，
转手骨开得穴真。（玉歌）

黄疸一至阳。

至阳亦治黄疸病，先补后泻效分明。（玉歌）

强壮一膏肓。

膏肓二穴治病强，此穴原来难度量，斯穴禁针多着艾，
廿一壮亦无妨。（玉歌）

黄疸一腕骨、中脘。

脾家之症有多般，致成翻胃吐食难，黄疸亦须寻腕骨，
金针必定夺中脘。（玉歌）

传尸劳一涌泉、丰隆、丹田。

传尸劳病最难医，涌泉出血免灾危，痰多须向丰隆泻，

气喘丹田亦可施。(玉歌)

痛一鸠尾。

鸠尾独治五般痛，此穴须当存细观，若然着艾宜七壮，多则伤人针亦难。(玉歌)

五痛一后溪、鸠尾、神门。

后溪鸠尾及神门，治疗五痛立便痊。(胜)

中风一人中、颊车。

泻却人中及颊车，治疗中风口吐沫。(胜)

气症一气海。

诸般气症从何治，气海针之灸亦宜。(胜)

遗精一心俞。

遗精白浊心俞治。(胜)

黄疸一至阳。

黄疸至阳便能离。(胜)

肝血盛一肝俞。

肝血盛兮肝俞泻。(胜)

脾病气血一合谷、三阴交。

脾病气血先合谷，后刺三阴针用烧。(胜)

内伤一内关。

一切内伤内关穴，痰火积块退烦潮。(杂)

吐衄一尺泽、上星、禾髻。

吐血尺泽功无比，衄血上星与禾髻。(杂)

痛一劳宫、涌泉。

劳宫能治五般痛，更刺涌泉疾若挑。(杂)

痴呆一神门、人中、间使。

神门专治痴呆症，人中间使祛癫妖。(杂)

十四、妇人

经期不准—地机、血海。

妇人经事改常，自有地机血海。(百)

漏血—交信、合阳。

女子少气漏血，不无交信合阳。(百)

带下产崩—冲门、气冲。

带下产崩，冲门气冲宜审。(百)

月潮违限—天枢、水泉。

月经违限，天枢水泉细详。(百)

乳痈—肩井。

肩井乳痈而极效。(百)

妇人血晕—阴交、阳别。

阴交阳别而定血晕。(标)

下胎衣—照海、外关。

阴跷阳维而下胎衣。(标)

两乳刺痛—太渊、列缺。

气痛两乳求太渊，未应之时泻列缺。(席)

难产—乳根二肋。

但向乳根二肋间，又治妇人生产难。(席)

妇人心痛—心俞。

妇人心痛心俞穴。(席)

妇人乳肿—少泽、太阳。

妇人乳肿，少泽与太阳可推。(玉赋)

赤白带—中极。

赤带白带求中极之异同。(玉赋)

泻死胎—阴交。

文伯泻死胎于阴交。(通)

气刺两乳一太渊。

气刺两乳求太渊。(灵)

吹乳一少泽。

妇人吹乳痛难消，吐血风痰稠似胶，少泽穴内明补泻，
应时神效气能调。(百)

赤白带一中极。

赤白妇人带下难，只因虚败不能安，中极补多宜泻少，
灼火还须着意看。(玉歌)

下胎衣一阴交。

阴交针入下胎衣。(胜)

两乳刺痛一太渊、列缺。

太渊列缺穴相连，能祛气痛刺两乳。(杂)

通经一合谷、三里。

妇人通经泻合谷。(杂)

催孕一三里、至阴。

三里、至阴催孕妊。(杂)

死胎一阴交。

死胎阴交不可缓。(杂)

下胞衣一照海、内关。

胞衣照海内关寻。(杂)

十五、婴幼儿

盗汗骨蒸一阴郄。

泻阴郄止盗汗，治小儿骨蒸。(标)

脱肛一百会(灸)、鸠尾。

小儿脱肛患多时，先灸百会次鸠尾。(席)

小儿慢惊一印堂。

孩子慢惊何可治，印堂刺入艾还加。（玉歌）

小儿惊风一少商、人中、涌泉。

小儿惊风少商穴，人中涌泉泻莫深。（杂）

第六章 辨证治疗

第一节 脏腑经络辨证概说

脏腑经络辨证，是中医针灸治疗的主要辨证，它是建立在脏腑经络学说的基础上，用阴阳、虚实、寒热、表里分析疾病，得出结果，立法选穴治疗。

一、肺与大肠

(一) 概说

1. 肺

肺的生理：①司呼吸，主一身之气。②外合皮毛上通喉鼻。③肺为娇脏，怕寒畏火。④肺朝百脉。⑤起于中焦，土能生金。⑥肺根于肾，金水相生。

肺的病理：①病机——宣降失常。②症状——咳嗽、哮喘、咳血、胸闷、胸痛(以上为肺本脏症状)，便秘、泄泻(肺与大肠的关系)，鼻渊、鼻衄、喉痹、失音(肺有热)。③肺病的实证，一因外邪客表，肺气失宣；二因热邪壅肺，或湿痰内阻而致肺失宣降。虚证，一因脾虚不能养肺致肺虚(土不生金)；二因肾虚影响及肺虚(水不生金)。肺的经络症状：其一为经脉痹阻而痛；其二为经热上冲喉部肿痛。

2. 大肠

大肠的生理：①为传导之官，主传化糟粕。②与肺、脾、胃关系密切。

大肠的病理：①病机——传导功能失常。②症状——便

秘、泄泻，里急后重、便血肠痛、脱肛(皆本腑症状)。③大肠腑病，同上。经络病一为经脉由风寒湿邪痹阻；二为肠热上冲，龈肿齿痛。

3. 肺与大肠治疗

①肺实证，取本经穴位，针刺用泻法，疏通经气，恢复宣降。肺虚证，脾虚及肺，兼取足太阴脾经；肾虚及肺，兼取足少阴肾经，针刺用补法。

②大肠腑病，取俞募配穴再加大肠下合穴及脾胃经穴。经络病，取本经输穴。针灸时虚则补，实则泻。

(二)证治

1. 肺

(1)肺虚证治

①肺阴不足

主证——干咳少痰，咳唾不爽，痰中带血，午后潮热，两颧泛红，盗汗骨蒸，口干咽燥，音哑，脉象细数，舌红少苔。

病机——肺阴不足，虚热内生。

治疗——选手太阴肺经穴和背俞，针刺用补法，或平补平泻，不灸。

取穴——尺泽、肺俞、膏肓、足三里，清热养肺，祛痰止咳。列缺、照海、鱼际，养阴润燥，清肺利咽。

②肺气亏虚

主证——咳嗽气短，痰涎清稀，形寒自汗，倦怠懒言，面色㿔白，脉象虚弱，舌淡苔白。

病机——脾肺气虚。

治疗——选脾肺的背俞，手足太阴经穴，可针灸并用。

取穴——肺俞、脾俞，灸能益气。太渊、足三里，补土

生金。以上各穴共用能补益肺气。

(2)肺实证治

①外感风寒

主证——恶寒发热，头痛，骨节酸楚，鼻塞流涕，咳嗽，吐痰易出，脉象浮紧，舌淡苔白。

病机——外受风寒，肺气失宣。

治疗——选手太阴肺、手阳明大肠经为主，针用泻法。

取穴——列缺，宣肺。风门、风池，祛风寒。合谷、大椎，宣散风寒，以上穴位共用可宣肺、散寒、解表。

②邪热蕴肺

主证——咳嗽痰粘，气息喘促，胸痛胸闷，身热口渴，或致鼻渊鼻衄，喉痹，舌干红，苔黄，脉数。

病机——邪热壅于肺，肺失宣降。

治疗——取手太阴与手阳明经穴为主，针用泻法，或三棱针点刺出血，禁灸。

取穴——肺俞、列缺、合谷，清降肺气。少商、尺泽，清泻肺热。

③痰湿阻肺

主证——咳嗽气喘，喉中痰鸣，痰稠量多，胸胁满痛，倚息不得安卧，苔白腻，脉弦滑。

病机——痰湿内阻，肺失宣降。

治疗——选手太阴、足阳明经，针刺泻法。

取穴——肺俞、太渊、章门、丰隆，健脾利肺，祛湿化痰。如果反复发作，正气不足，可针灸并用，正气充盛，痰浊则可消除。

(3)经脉证治

①风寒阻络

主证——臃臂内前廉酸重疼痛。

病机——风寒湿邪痹阻经脉。

治疗——取本经及附近俞穴，针刺用泻法，也可艾灸。

取穴——尺泽、列缺、合谷、曲池，温通经气。

②热邪上冲

主证——经络热邪上冲，咽喉肿痛。

病机——肺经热邪上冲咽喉。

治疗——取手太阴、手阳明，针刺用泻，也可三棱针刺出血，禁灸。

取穴——少商、商阳，放血。配合谷，共同清泄肺热。

2. 大肠

(1)大肠腑证治

①大肠寒证治

主证——腹痛肠鸣，大便泄泻，脉象沉迟，舌苔白滑。

病机——外受寒邪，内伤生冷致传导失常。

治疗——取本腑募穴、俞穴、下合穴，针灸并用。

取穴——大肠俞、天枢、上巨虚，散寒止泻。

②大肠热证治

主证——肛门热痛，大便臭秽，甚或便血，痢下赤白，肠热肿痛，腹痛拒按，腿屈不伸，脉滑数，苔黄。

病机——肠热伤络。

治疗——本腑募穴、下合穴，足阳明经穴，针刺用泻法，不灸。

取穴——天枢、上巨虚、丰隆、合谷、曲池、委中，共同清泄肠热。

③大肠虚证治

主证——大便不禁，肛门滑脱，脉象细弱，舌淡红苔薄

白。

病机——久泄久痢不止，中气下陷。

治疗——选足太阴、手足阳明、任督经脉，针刺用补法，可重灸。

取穴——公孙、内关、百会、足三里、大肠俞、合谷，益气恢复大肠功能。

④大肠实证治

主治——大便秘结，下利不爽，里急后重，腹痛拒按，苔厚，脉沉缓有力。

病机——积滞内停，化热伤气。

治疗——手阳明经为主，针刺用泻法，不灸。

取穴——丰隆、足三里、大肠俞、天枢，排除肠中积滞。

(2)经脉证治

①属寒

主证——上肢外侧前缘疼痛。

病机——外受风寒，阻滞经脉。

治疗——取本经穴，针刺泻法，可用灸法。

取穴——肩髃、曲池、合谷，散寒通络。

②属热

主证——大肠经所过处热或肿，龈肿齿痛，颈肿，口臭，脉象洪滑而数，舌红苔黄。

病机——大肠火热循经上冲。

治疗——取手足阳明经穴为主，针刺用泻法，或刺出血。

取穴——合谷、内庭、商阳、天枢，清泄阳明热邪。

二、脾与胃

(一)概说

1. 脾胃

脾胃生理：①胃主受纳，腐熟水谷，胃气以下行为顺，其喜湿恶燥。②脾主运化，转输精微，脾气以上行为顺，喜燥恶湿。

脾胃病理：①病机——纳运、腐熟、转输功能失职，升降机能失常，燥湿失调。②症状——呃逆、呕吐、泄泻、便秘、脘腹胀满、吞酸暖腐、吐泻交作、便血、崩漏，属脾统血无权。③经脉病：脾经病，其一为循行经脉部位出现痹痛；其二为舌本痛、咽痛。胃经病，则鼻衄、齿痛、口喎、颊肿、颌肿、喉痹。脾运不好，也可转生胃纳不佳，此脾病及胃；吐泻不止，脾失健运，此胃病久及脾，因脾与胃相表里之故。

2. 脾胃治疗

辨证时要区别脾胃的寒、热、虚、实，在经络，或在脏腑。治疗时可选俞穴、募穴，足太阴、足阳明经穴。单纯脾病针刺补法，用温灸。

(二) 证治

1. 脾

①脾虚证治

主证——面色萎黄，懒言少气，肢倦乏力，肌肉消瘦（脾气虚弱）；腹满便溏，四肢欠温，足面浮肿，脉象濡弱，舌淡苔白（脾阳不振）。

病机——运化失常，水精不布，脾气虚弱，脾阳不振。

治疗——取本脏俞募穴、足太阴、足阳明经穴为主，针刺用补法，可重用灸法。

取穴——脾俞、章门，为脾的俞募穴，调益脾气。天枢为大肠募穴，中脘为胃募腑会，足三里为胃之合穴，上穴共

同鼓舞中气，恢复运化。脾阳虚可重灸大肠俞、脾俞。

②脾实证治

主证——腹部胀满，或有疼痛(湿邪阻滞)，皮肤发黄，小便黄赤(湿热蕴蒸)；脘闷腹胀，二便不利(脾湿运差)。

病机——湿热阻滞，运化无权。

治疗——取足太阴、足阳明经穴为主，针刺用泻法。

取穴——中脘是胃募穴，天枢是大肠募穴，二穴调肠胃。足三里可通胃腑，阴陵泉可调脾阴，上穴共用祛湿热，复健运，通调脾胃。

③脾寒证治

主证——腹痛隐隐，泄泻绵绵，甚至完谷不化，小便清白，四肢清冷，舌淡苔白，脉象沉迟。

病机——一是脾阳衰微，水湿不化，阴寒内盛，二是过食生冷，湿困脾阳。

治疗——取本脏俞募、足太阴、足阳明，针灸并用。

取穴——脾俞、章门、天枢、气海、足三里、阴陵泉，温脾散寒。

④脾热证治

主证——脘痞不舒，身重困倦，口腻而粘，不思饮食，口腻泛甜，呕吐涎沫，小便短少而黄，苔黄腻。

病机——湿热互蒸。

治疗——足太阴、足阳明，针刺用泻法，不灸。

取穴——足三里、阴陵泉、大肠俞、天枢、承山，共用祛湿泻热，针刺泻法，不灸。

2. 胃

①胃虚证治

主证——胸脘微痞，不思饮食，有时暖气，气短少力，

唇舌淡红，右关脉弱。

病机——胃虚不能腐熟水谷。

治疗——取本脏俞募、足阳明为主，针刺用补法，多灸。

取穴——胃俞、中脘、足三里、内关，补益胃气。

②胃实证治

主证——消谷善饥，口渴欲饮，牙龈肿痛，苔黄脉数（胃火）；脘腹胀满，甚或疼痛，暖腐酸臭，苔腻脉滑（食滞）；疼痛拒按，舌红苔黄厚，右关脉洪大。

病机——胃火炽盛，或食滞中焦。

治疗——取足阳明胃经、任脉、足太阴脾经，泻足阳明，补足太阴。

取穴——上脘、中脘、下脘，消食导滞。足三里、璇玑，消食开胃。丰隆，清降痰热。公孙、内关、三阴交、大都，和胃清热。

③胃寒证治

主证——胃脘胀痛，呕吐呃逆，时泛清涎，喜进热饮，寒甚亦有四肢厥冷，舌苔白滑，脉右关沉迟。

病机——胃阳不足，寒邪偏盛。

治疗——取俞募穴、足阳明、手厥阴，针刺平补平泻，多灸。

取穴——胃俞、中脘、内关、足三里、陷谷，共补胃阳散寒邪。

④胃热证治

主证——身热，口渴引饮，喜冷恶热，胃热上逆则呕吐，食入即吐，胃热下移则大便干燥，脉洪，苔黄厚。

病机——胃阳过实致热。

治疗——取手足阳明、任脉，针刺泻法，不灸。

取穴——上腕、中腕、下腕、天枢、内关、足三里、支沟、阳陵泉，清泄胃热。

⑤经脉证治

主证——口渴，唇疹，颈肿，齿痛，龈肿，腐烂出血，脉洪数，苔黄。

病机——脾胃蕴热，循经上窜。

治疗——取手足阳明经穴，针刺泻法，不灸。

取穴——合谷、内庭、足三里、商阳、天突、下巨虚，泻阳明热。风寒湿痹阻经脉，下肢前缘疼痛，循经取穴，针刺或艾灸。

三、心与小肠

(一) 概说

1. 心

心的生理：一主血脉，主管血液循环；二主神明，即主人的精神、思维、意识等。

心的病理：一因血脉失畅妄行，见吐血、衄血等血运失调之症；二因神志无依，症见心悸、健忘、失眠、昏迷、谵语、发狂。若是心虚，或因心阳不足，或因心阴亏损。若是心实，多是邪蔽心神，热迫血妄行。其经脉症，一是风寒湿邪外侵，内致经气痹阻，膻臂内后廉痛厥；二是心火过盛，则口舌糜腐，或重舌，木舌。

2. 小肠

小肠的生理：小肠是受盛之官，专管分别清浊。

小肠的病理：功能失调，清浊不分，症见大便泄泻、小便短少。经脉病多为循行部位痹痛。心为阴脏，属火，小肠

为阳府也属火，心与小肠之火并于上则口舌生疮，流于下则小便热赤，甚至尿血。这是心与小肠相表里之故。

3. 心与小肠的治疗

①心病取本经输穴，也取心包经俞穴或脾经俞穴。

②小肠病取其俞募、下合穴、胃经穴。

(二) 证治

1. 心

(1) 心虚证治

①心阳不足

主证——心悸不宁，有恐惧感，兼有气短，气喘，脉微弱，舌淡白，甚至口唇指甲青紫。

病机——阳虚寒盛。

治法——一取本脏背俞，二取手少阴经，三取任脉，针灸并用，补益经气，振奋心阳，补助心气。

取穴——心俞、巨阙、神门、内关，共同调理心经气机，能镇静安神。

②心阴亏损

主证——心悸不宁，多兼虚烦不安，少寐多梦，掌心发热，健忘盗汗，舌质淡红，或舌尖干红，少苔，脉细虚数。

病机——阴虚生内热。

治法——取背俞、手少阴心经穴、手厥阴心包络穴，配以足少阴肾经穴，针刺用泻法，不灸。

取穴——心俞、巨阙、神门、内关、太溪，共同滋阴降火，养阴清热。

(2) 心实证治

①心火上炎

主证——口舌生疮，木舌重舌，咽痛口苦，口渴咽干，

小便赤少，甚则吐血衄血，脉数，舌赤苔黄。

病机——心火上炎，迫血妄行。

治疗——取手少阴、手厥阴、手太阳为主，兼手阳明，针刺泻法，泻诸经热。

取穴——内关、中冲、少泽、气海、太冲、合谷，导赤清心火，散上焦风热。

②痰火蒙心

主证——神昏谵语，惊狂不寐，壮热面赤，舌赤或干裂，黄苔，脉滑洪数。

病机——热毒传里，扰乱神明。

治疗——取手少阴、手厥阴，甚者手足阳明、督脉、手十二井，针刺用泻法，或三棱针刺出血。

取穴——大陵、曲池，泻心包及阳明热邪。水沟、少商、隐白、风府，可醒脑开窍。丰隆，可和胃化痰。手十二井穴，点刺出血，可清泄内热。

(3) 经脉证治

主证——腋膂臂内后廉疼痛，经脉循行的局部有酸重感。

病机——风寒湿外侵经气痹阻。

治疗——取本经俞穴。

取穴——神门、曲泽、少冲，疏通经络。

2. 小肠

①小肠寒证

主证——肠鸣泄泻，小便短少，腹痛喜按，脉迟苔白。

病机——中焦虚寒，水谷不化，泌别失职。

治疗——温阳散寒，取本经俞穴、募穴、下合穴，足阳明经穴。

取穴——小肠俞、气海、下巨虚、足三里。

②心火下移

主证——小便赤痛，心烦口渴，口舌生疮，小便带血，溺血，脉数，舌尖红。

病机——心火下移小肠。

治疗——取手少阳，手太阳经。

取穴——阳池、小肠俞、气海、下巨虚、内关、神门、腕骨。

③小肠经证

主证——常见颈项肩臂肘外廉痛，经脉循行部位有酸重感。

病机——风寒湿邪痹阻经脉。

治疗——取本经及督脉穴，针或灸。

取穴——大椎、肩贞、小海、后溪。

四、肾与膀胱

(一) 概说

1. 肾

肾的生理：①主水，藏精，为水火之脏。②统一身之水，封藏精液。③元气之根，命门之火的根源。

肾的病理：造成肾虚功能低下，一是外伤筋骨，肾主骨，骨伤则摇肾；二是房劳过度；三是用脑过度，脑为髓海，肾生骨髓。房劳与用脑过度，伤人之髓可致肾阴亏损，久之可致肾阳虚弱。肾病症状有水肿、消渴、遗精、阳萎、气喘、晨泄、腰痛、头晕、耳鸣。经脉病症：风寒湿热之邪外侵，经气闭阻，下肢内侧后廉酸痛，发冷发沉，或见足萎不能任地。耳鸣耳聋为肾阴不足虚火上炎者居多，故精脱者耳聋。目昏不明是精气不足，不能上注于目所致。

2. 膀胱

膀胱的生理：膀胱为津液之府，职司小便。

膀胱的病理：常见启闭失常。膀胱不约则洩数为遗尿。膀胱不利，小便淋漓不下，轻者为癃，重者为闭。对膀胱的不约或不利治疗时要分辨虚实。其经脉病，为其循行部位为痹为痿。肾为脏属阴（阴中有阳），膀胱为腑属阳，二者互相表里，均属水，肾气不化则膀胱不利，小便不通，膀胱不利，水无去路，泛滥则肿。

3. 肾与膀胱治疗

肾病少实证，治多培其不足。阳虚者，灸为主；阴虚者针刺用补，少灸。气海、关元能扶助肾气。阴虚导致阳旺，不能泻偏亢之阳，又当补肾平肝，平衡阴阳。膀胱虚寒者，多与肾阳有关，治兼补肾。实热时，多清利湿热为法。

（二）证治

1. 肾

（1）肾虚证治

①肾阳不足：

主证——阳萎早泄，洩多遗尿，腰脊酸楚，足膝无力，头昏耳鸣，面白畏寒，舌淡脉弱。

病机——肾阳虚不能温养，下元失固。

治疗——选背俞及任、督脉穴，灸为主，针时用补，振奋经气，恢复肾阳，固摄精气。

取穴——肾俞、命门、三阴交，培补肾气，振奋经气。关元，固壮下元真气。

②肾气不足

主证——气短喘息，呼吸不续，动则尤甚，自汗懒言，头晕畏寒，两足逆冷，脉弱。

病机——气浮于上，不能摄纳归根(肾不纳气)。

治疗——取背俞及任、督脉，针刺用补法，可灸，温壮肾阳，摄气归元。

取穴——太渊、太溪，补肺肾之气。肺俞、膏肓俞，灸可补益肺气。肾俞、气海，灸可补益肾气。足三里，调补后天。

③阳虚水泛

主证——周身浮肿，肤冷，下肢尤甚，按之如泥陷而不起，大便溏泄，脉沉迟无力，舌苔润滑。

病机——肾阳虚弱，水泛皮下而为浮肿。

治疗——取任脉、足少阴、太阴经穴，针刺平补平泻，多用灸法，温经利水，化气消肿。

取穴——水分，分利水湿。足三里、三阴交，健脾祛水湿。肺俞、大杼，宣肺气，气行则水行。脾俞、肾俞，培补脾肾。

④肾阴亏损

主证——形体瘦弱，头昏耳鸣，少寐健忘，多梦遗精，口干咽燥，或时有潮热，腰脚酸软，或见咳嗽，痰中带血，脉多细数，舌红少苔。

病机——肾精不足，阴虚火旺。

治疗——取背俞穴，足少阴经为主，兼取足厥阴、手少阴经穴，针用补法或平补平泻，不灸。

取穴——太冲、侠溪，风池、肝俞、胆俞，泻上亢之阳。肾俞，调肾气。鱼际，清肺热。

(2) 经脉证治

膀胱经脉病症。其一受风寒湿热之邪外侵，经气痹阻，其二是下肢内侧后廉酸重冷痛，足不任地。治取太溪、阴谷、然谷、肾俞、秩边、飞扬，通经络，祛外邪，止疼痛。

2. 膀胱

①虚寒证治

主证——小便频数或遗尿，脉弱苔滑。

病机——下焦虚寒，脬气不固。

治疗——取本腑俞募穴、肾的背俞及任脉，针刺用补法，多灸，温补膀胱之气，补肾固脬。

取穴——肾俞，补肾气。三阴交，调理三阴。膀胱俞、中脘，振奋膀胱之气。

②实热证治

主证——小便短涩不利，黄赤混浊，甚而闭阻不通，或淋漓不畅，兼挟脓血沙石，茎中疼痛，少腹急胀，脉沉实，舌赤苔黄。

病机——湿热蕴积，气化阻滞。

治疗——本腑俞募、任脉、足三阴经，针刺用泻法，不灸，以清利湿热。

取穴——膀胱俞、中极、三阴交、阴陵泉、足三里、列缺，共奏清利下焦湿热之功。

③经脉证治

主证——项背，腰尻，脘膈，脚酸重冷痛。

病机——风寒湿邪痹阻经脉。

治疗——选本经输穴，或针或灸。

取穴——秩边、委中、承山、昆仑、大椎、肝俞、肺俞、肾俞。

五、心包与三焦

(一) 概说

1. 心包络：它是心的外围，代心用事。神志方面的病

症有神昏谵语、癫狂躁扰。

2. 三焦：主管一身之气化，气化失职，水道不利，水湿滯溜，肌肤肿胀，气逆腹满，小便不利。三焦气化失司，上见肺失宣降，中见脾胃升降失调，下见肾与膀胱气化不利。

3. 经络病：一为风寒湿阻滞经络为痹痛；二为风热外伤或七情内郁，内热上冲而灼热肿疼。

4. 治疗三焦病症，取本经俞募穴、下合穴及任脉、足太阴脾经穴。

（二）证治

1. 心包络

同心的证治。

2. 三焦

①虚证证治

主证——肌肤肿胀，腹中胀满，气逆腹冷或遗尿，小便失禁，脉沉细或沉弱，苔多白滑。

病机——肾气不足，三焦气化不行，水湿内停。

治疗——用俞募配穴、下合穴、任脉穴，针灸并用，温通经气，扶助肾阳，行气祛湿。

取穴——水分、气海，行气行水。三焦俞，调理三焦之气，足三里、三阴交、肾俞，健脾补肾，祛湿。

②实证证治

主证——身热，气逆，肌肤肿胀，小便不通，脉多滑数，舌红苔黄。

病机——湿热蕴结于里，气化失职。

治疗——选俞募穴、下合穴，针刺泻法，不灸，疏通经气，排除湿热。

取穴——水分、气海、三焦俞、足三里、三阴交、合谷、肺俞，共用清利湿热。

③经脉证治

主证——肩髃臂外侧酸胀冷痛，耳暴聾，耳鸣按之不减，目锐眦痛，颊肿，喉痹，腋肿，瘰癧，胁痛，身热，咽干，脉数舌红，苔薄黄。

病机——一因风寒湿邪痹阻经络；二因外感风热，或因七情内郁，经气闭阻。

治疗——选手足少阳经为主，针刺泻法，或出血，不灸。

取穴——耳前三穴（耳门、听宫、听会）、外关、阳陵泉、丘墟。下肢取环跳、风市、阳陵泉、绝骨。上肢取外关、中渚、支沟、天井。

六、肝与胆

（一）概说

1. 肝

肝的生理：①肝为风木之脏。②内寄相火。③性喜条达。④储藏血液。

肝的病理：①肝气郁结，因七情内伤，肝失条达。②肝火亢盛，因肝郁太过，气郁化火。③肝阳上亢，阴虚阳亢，上扰清空。④肝风内动，此因肝阳太盛，热极生风。肝病症状为胸满胁痛、呕逆、头痛目赤、目眩、发痉、口眼喎斜，筋脉动惕。经脉病主要是经气郁滞，经络痹痛、疝痛、胁痛。

2. 胆

胆的生理：①胆附于肝，肝胆互为表里。②胆病多阳亢火旺。③胆主决断，虚则胆怯。

胆的病理：多为胆气郁结化热，胆病症状为口苦、胁痛、头痛、目眩。经脉病症，一为风寒痹阻经脉；二为胆热入络，阻滞经气。

3. 肝与胆治疗

治疗肝病，以针刺为主，实泻虚补，或平补平泻。水不涵木时，肝肾兼顾。肝木乘土时泻肝补脾。

(二) 证治

1. 肝

(1) 肝实证治

①肝气郁结

主证——胁肋疼痛，走串不定，胸闷不舒，气逆干呕，呕吐酸水，腹痛泄泻。

病机——情志抑郁，肝气横逆，侮土犯胃。

治疗——本经俞募穴为主，兼取足少阳胆经穴、足太阴、足阳明二经穴，针用泻法或平补平泻，通经气，疏肝木，兼调脾胃。

取穴——肝俞、期门、支沟、阳陵泉，泻肝胆，调三焦。足三里、三阴交，和胃健脾。

②肝火亢盛

主证——头目胀痛，巅顶疼痛，头目眩晕，目赤肿痛，心烦不寐，脉弦有力，黄苔。

病机——气郁化火。

治疗——本经输穴泻之，泻肝经之火。

取穴——风池、行间、百会、悬颅、侠溪，共同清泻肝胆。

③肝风内动

主证——猝然昏倒，不省人事，四肢抽搐，口眼喎斜，

半身不遂，语言蹇涩。

病机——热极生风，气血并走于上。

治疗——取足厥阴、督脉、手十二井穴，针刺泻法，或十二井出血。

取穴——水沟，通督脉，清脑醒神。手十二井，通十二经，放血清泻诸经热邪。太冲，平肝熄风。丰隆，清降痰热。

(2) 肝虚证治

肝阴亏损

主证——头目昏眩，两目干涩雀目，耳鸣，声响低弱，按之即轻，肢体麻木，振颤颤动，身热咽干，少寐多梦，脉多细数，舌红少苔。

病机——本虚标实，水不涵木。

治疗——平补平泻本经，补足少阴肾，不灸。

取穴——太冲、侠溪、风池、肝俞，泻肝。肾俞，调肾气，治其本。

(3) 经脉证治

主证——疝痛，睾丸偏坠胀痛，牵引少腹疼痛，脉沉弦而迟，舌苔白滑。

病机——寒凝经脉。

治疗——取本经及任脉穴为主，针灸并用，散寒通经。

取穴——关元、三阴交、大敦，散寒通经。

2. 胆

①胆实证治

主证——头痛，目赤，口苦，耳聋耳鸣，胁痛，呕吐苦水，脉弦，舌红少苔。

病机——胆火炽盛，上冲头目。

治疗——取胆经、肝经，疏通经气，泄热清火。

取穴——翳风、听会、侠溪、太冲、丘墟，清泄肝胆。

②胆虚证治

主证——胆怯，易惊，善怒，夜寐不安，视物模糊，脉象细弱，苔少白滑。

病机——肝胆气虚。

治疗——取本腑背俞及手少阴穴，针灸补法，温经壮胆。

取穴——胆俞、神门、丘墟、太冲，温经壮胆。

③经脉证治

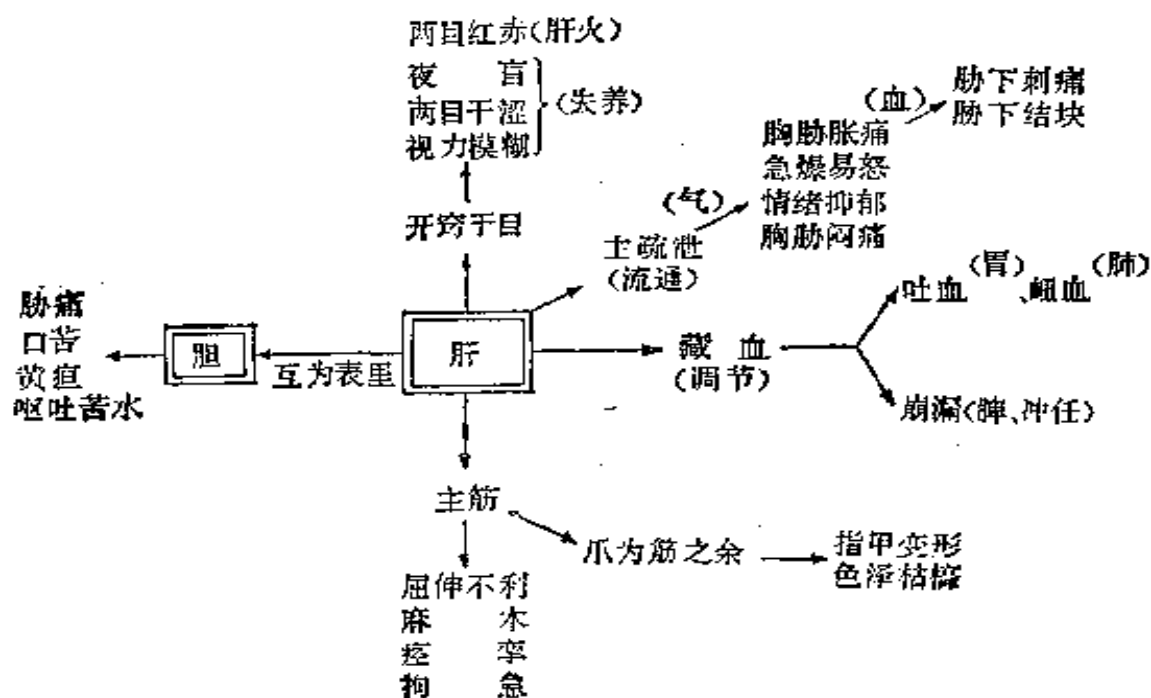
主证——经脉循行部位痛麻，或有肿痛。

病机——一为胆腑热邪上窜；二为风寒湿邪痹阻经气，下肢外侧麻木或肿痛。

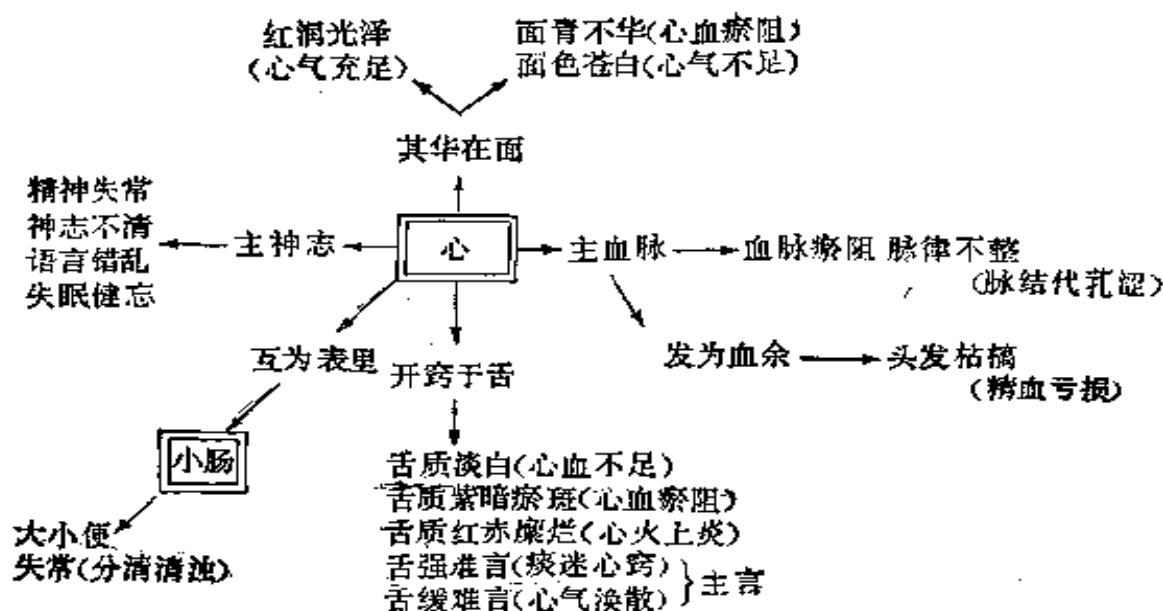
治疗——祛邪通络，选本经穴，针灸并用。

取穴——环跳、风市、阳陵泉、绝骨、飞扬。

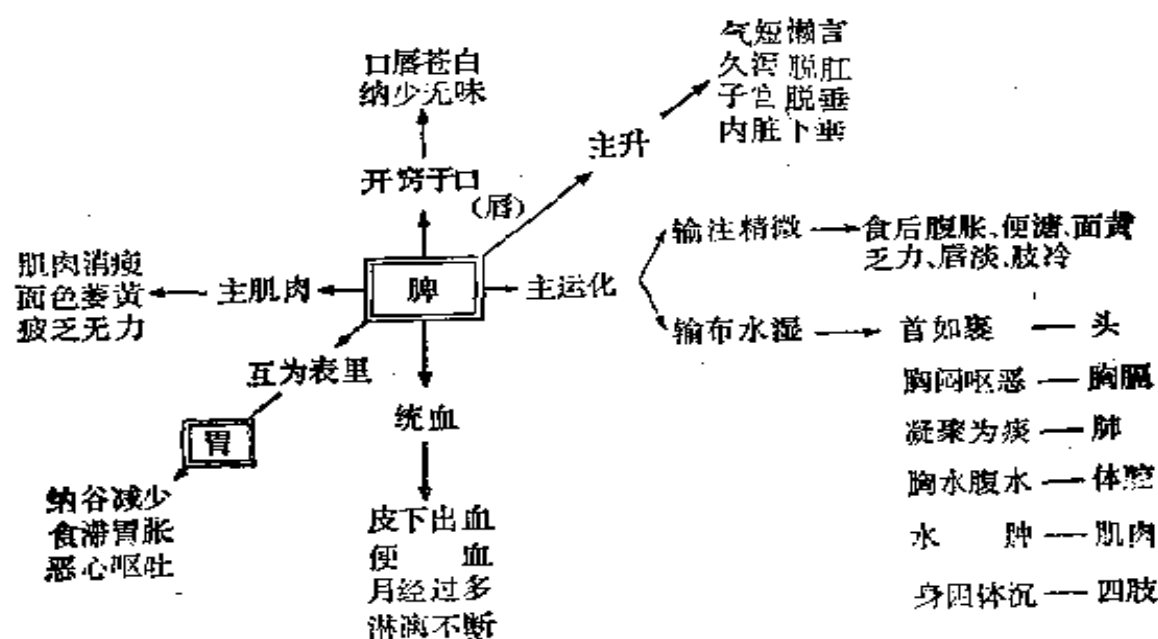
附：五脏生理病理示意图



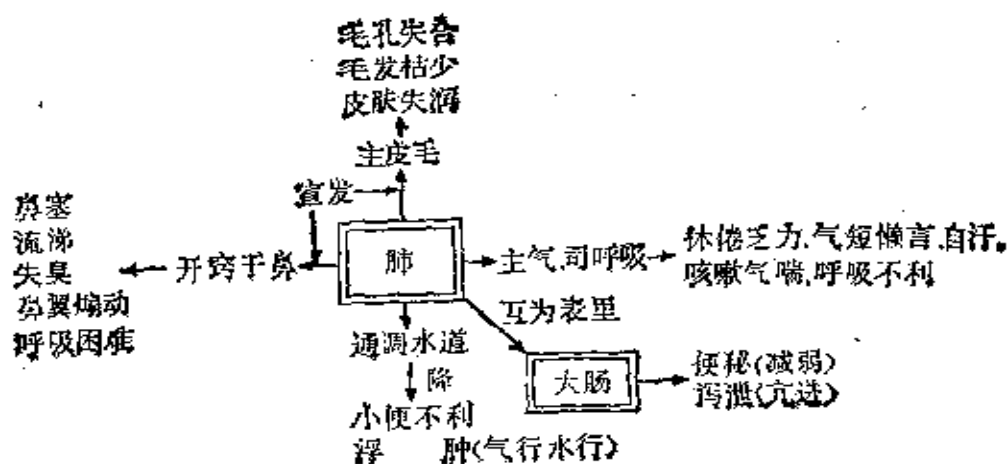
图三 肝生理病理示意图



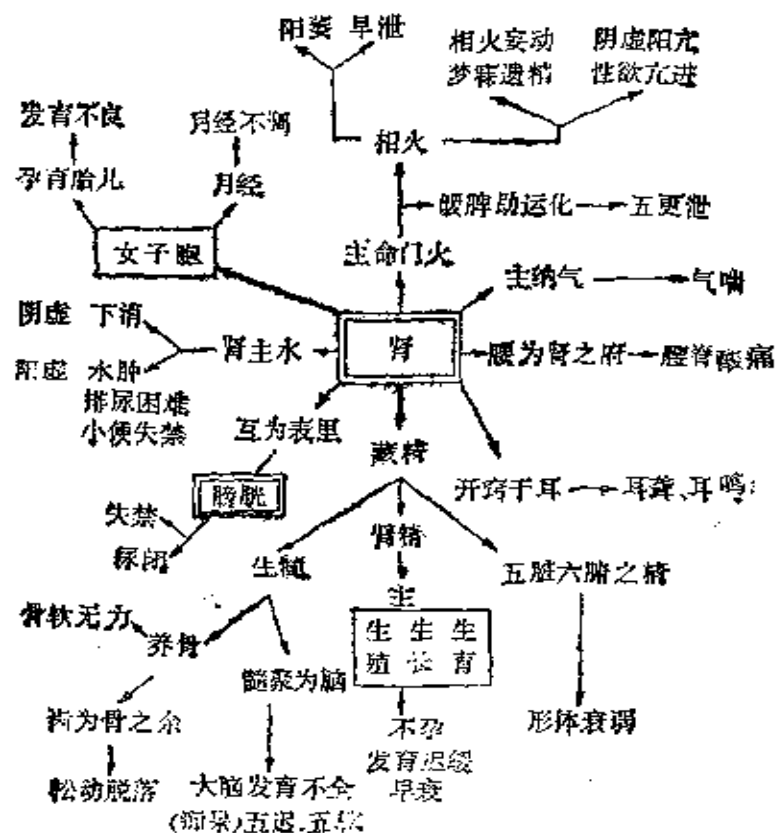
图四 心生理病理示意图



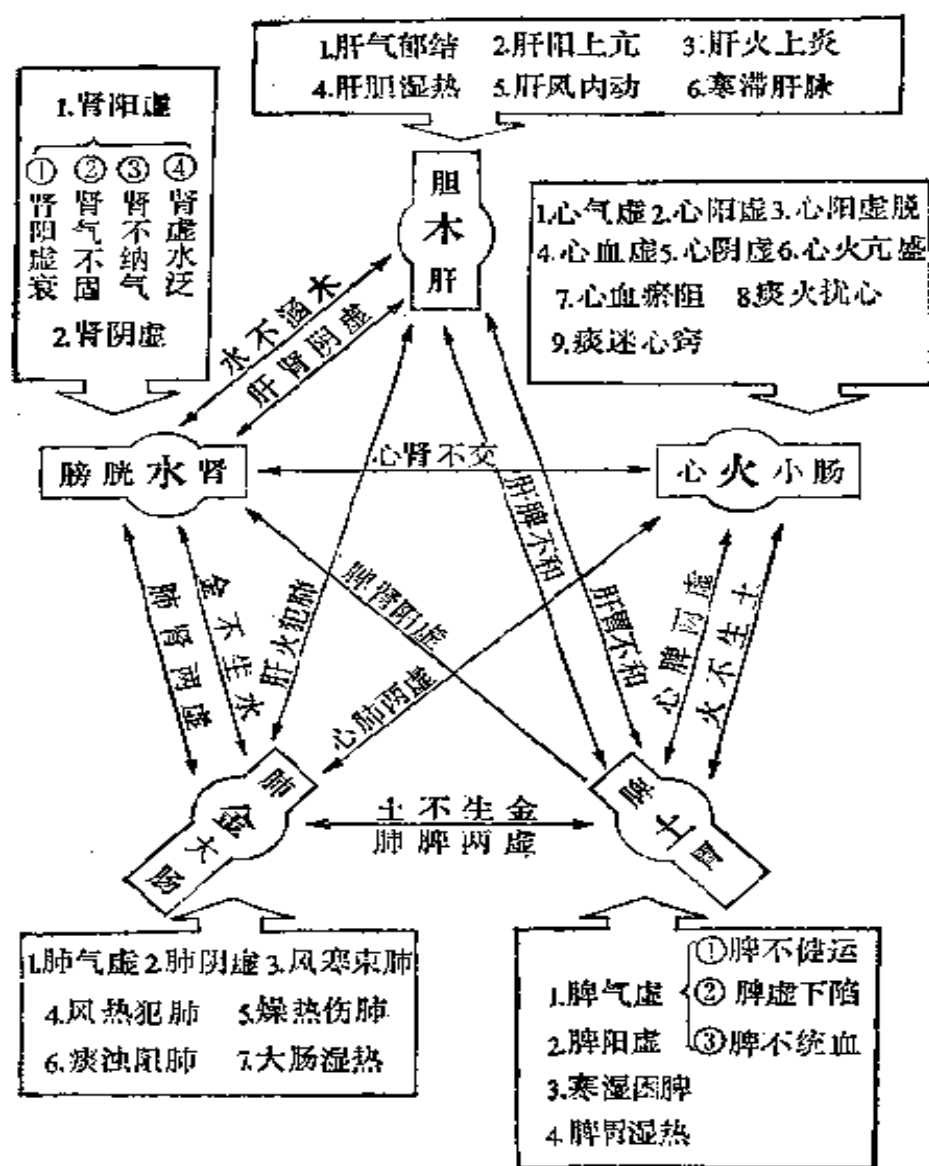
图五 脾生理病理示意图



图六 肺生理病理示意图



图七 肾生理病理示意图



图八 五脏病理关系示意图

第二节 中 风

一、中风概述

(一) 对中风的认识

中风又称“卒中”，本病以猝然昏仆，不省人事，或半身

不遂，或四肢不举，或口眼喎斜，或语言蹇涩为主证，因为发病骤急，变化多端，具有如“风者善行数变”的性质，故名中风。风为百病之长，中医古书籍一向把中风列为群病之首，又把风、癱、鼓、胀列为中医四大疑难病症，且有专书讨论，这些都说明了中风是一个急病、暴病，多见而目前又难以彻底治愈，易复发的病。加之临床发病年龄不仅为六十、七十岁，甚至四十岁，三十岁者也不少见，再加各种原因引起的偏瘫、截瘫等，借用中风半身不遂的治疗方法，也有一定效果，因此讨论中风更具有现实意义。祖国医学在这方面早有记载，认识也逐渐深入。

早在《内经》即有“风之伤人也，真气去，邪气独留，发为偏枯”之说，这是从病因来认识中风。又有“气之与血，并走于上，则为大厥，厥则暴死，气复反则生，不反则死”的记述，这是从病理机转讨论中风。还有“民病卒中，偏瘫，手足不仁，偏枯，身偏不用”以及“口音，不能言”的记载，这又从症状方面描写中风。

汉·张仲景在金匱中将中风分为中络、中经、中脏、中腑等四种。中络症见口眼喎斜，肌肤不仁；中经症见左右不遂，筋骨不用；中腑症见昏不识人，便溺阻隔；中脏症见神昏不语，唇缓涎出。这种对中风分类方法，有利于认识中风的浅深和针对性治疗。

唐·孙思邈在千金方中又把中风分成：①风痲，主证是四肢不收，身无痛处。②偏枯，主证是半身不遂，身有痛处，其言不变，志不乱，邪微浅，病在分腠荣卫之间。③瘖痲，主证比偏枯重，又有不能言，志乱，神昏，此为肾气内夺，少阴不至而厥，邪已入脏，病多凶险。④风痹，主证是但臂不遂，且有疼痛，这是因风寒侵袭经络失畅的原因。以

上从症状、命名方面认识中风的发病和轻重，有利于紧急治疗。

从内经到宋唐，多把外风侵犯作为中风的病因。

到金元时期，刘河间认识到，五志过极，动火而卒中，将息失宜，心火暴甚。他从情志的变化过急，悟出火是中风的发病因素。李东垣主张“因乎气虚”。提出年逾四旬，忧忿伤气，或体肥者，形盛气衰，它从人形体不同，提出胖人气衰也是中风发病的因素。朱丹溪又认为是由湿生痰，由痰生热，由热生风，这是中风病发生发展与湿、痰、热有关的认识。在治疗方面张子和主张用吐的办法。

到清代叶天士，认为肝阳偏亢，内风时起。张伯龙认为，内风昏仆，谓之阴虚阳扰，水不涵木，木旺生风，而气升、火升、痰升，上冲所致，故顷刻瞀乱，神志迷蒙，或失知觉，或失运动。

到金元以后，出现了内风之说，认为风从内生，也是中风的病因。风从外来者为真中，风从内生者为类中，但在临床中所见，真中较少，而类中较多。

中医书中又有虚中、气中、食中、寒中、火中、湿中、暑中、中恶等八类中风的记载，认为发病时突然昏倒，不省人事，但无口眼喎斜，半身不遂等后遗症，因此与中风相类但又不同，这又是一种类中与真中的说法。

临床中我们认为，风从外中的叫外风，是真中风，区别于伤寒之中风；痰火内发，是内风，叫类中风，与前所谓八种类中风又不同。

以上是古人对中风的认识，这些理论，有效的指导着临床治疗。

（二）闭证与脱证

在中风卒中之际，病人来就诊，首要分清闭证与脱证，然后积极抢救。

闭证：病人平素体质较好，中风后神昏不语，痰涎壅塞，两手握固，牙关紧急，面赤气粗，或二便闭塞，脉象滑大弦劲。

脱证：病人平素体质较差，中风后不省人事，口张开，手撒开，目闭合，汗出如油如珠，二便失禁，肢体厥冷，脉象细弱。

歌曰：脱证撒手为脾绝，开口眼合是心肝，遗尿肾绝嘶声肺，闭证握固紧牙关。

如汗出如油如珠，面赤如妆，脉微欲绝，或浮大无根，是真阳外越之危候。

（三）中风的先兆、预防和预后

朱丹溪说：“眩暈者，中风之渐也”。《证治汇补》云：“平人手指麻木，不时晕眩，乃中风先兆，须预防之，宜慎起居，节饮食，远房帏，调情志”。临床见到，年过四旬，经常头晕，目眩，肢麻，肉瞤，舌尖麻，舌根紧，时见语言不利，头重脚轻，如踩棉花，形体肥胖，半身出汗，面红目赤，易急易怒，血压增高，舌红，苔腻，脉弦滑而数，或沉细而弦等，这些是中风将至的先兆，一定要提高警惕。

《证治汇补》云“须预防之，宜慎起居，节饮食，远房帏，调情志”等，具体说来要注意：①饮食有节：不暴饮暴食，不吃辛辣刺激性食物，禁烟酒、大蒜、大葱、辣椒，饮食要规律。②起居有常：要劳逸结合，防止摔跤。生活有规律，适当活动，不作过强的脑力劳动与体力劳动。③调节情志：不要过喜、过怒，遇事要防暴怒，防动肝火。④减少房

事：远房帑，免房劳过度，阴精受伤，肝阳上亢，上冲于脑，促成中风。⑤可灸足三里与绝骨穴预防之。

临床上对中风的发生发展，做到心中有数，了解其预后：①中经络病轻，中脏腑病重。②闭证急但正气未衰，尚有抢救时机；脱证，正气已虚衰，病情更急，要积极抢救。③初次发病易治，再次发病比较难治。④神志清楚易治，神志昏迷难治。⑤病久呃逆、呕吐，提示后天之本脾胃气将绝；二便失禁，说明先天之本肾气将绝，先后天俱败，病入险途。⑥脱症中，目合，肝气将绝；口张，心气将绝；手撒，脾气将绝；遗尿，肾气将绝；鼻鼾，肺气将绝。若出四、五症，病已很危。

二、中风分析

中风常见症状有头晕、肢麻、血压高、舌强等。头晕常因用脑过度，肝阳上亢。肢麻多因伤肾，肾虚肝旺。头晕、肢麻时轻时重，有似风象，故曰风。血压高或因肝火，或因心火。舌强均因痰阻舌本，或饮食劳倦伤脾，脾湿生痰；或心阳不振，肾水上泛而生痰。这一阶段的治疗，属风应镇或潜，属火应泻或清，属痰应豁与化。但治不如法，或病情转重，风、火、痰均会影响君主之官。心主血，正常时阴升阳降。阴阳调和，若因风火痰，气血并走于上，则为大厥，暴死，此即卒中。从阴阳学说分析，下为阴，上为阳，气血并走于上即是并走于阳。心者，阳中之阳，头为诸阳之会，四肢为诸阳之本，督脉为诸阳脉之海，因此中风时常见心、头、四肢、督脉等部位的症状。在大厥发生后首先要分清病之轻重，要知中在何部，若有口眼喎斜，肌肉皮肤麻木不仁，为中络。

若有或左或右半身不遂，筋骨不用，为中经。若昏不认人，叫之尚应，便溺阻隔，为中腑。若神昏不语，叫之不应，唇缓涎出，为中脏。中经络病轻，中脏腑病重。中络、中经、中腑、中脏，可单独出现，也可混合出现。但在治疗时要分清是闭证还是脱证，脱证用固脱法、闭证用开泄进行抢救。经过抢救，若气不反，气血仍并走于上，这可导致死亡。若经过抢救，气复反则生，气降、血升，又成阴升阳降之象，故病人清醒，保存了生命，这时可有后遗症出现。后遗症可分三类：其一，心主血脉，心病则血脉失畅，症见半身不遂，四肢不举，口眼喎斜，肢重难移，麻木不仁，脉弦涩或弦滑，足内翻或足外翻等；其二，心主神明，心病神无所主，症见猝然昏倒，不省人事，醒后神志迟钝失去记忆，傻哭傻笑，答非所问，自言自语，不知礼貌；其三，心开窍于舌，心病则舌不灵活，常见舌强难言，舌缓难言，舌偏，舌麻木等。临床上把卒中以前叫预兆期，卒中时叫卒中期，卒中清醒后叫后遗症期。预兆期常用滋脑补肾、补土祛湿、养血通络之法调理；卒中期须急救，闭证用开泄法、脱证用固脱法抢救；后遗症期可用补中益气、滋补肝肾、活血通络法调治。

总之中风是一个急证、暴证，易复发，目前多见而难治。因发病年龄提前，其它各种瘫痪可借用此法治疗，其中包括了一些中医的急救措施，所以研究中风的辨证治疗，总结临床经验是十分重要的。

三、治疗讨论

（一）预兆期

1. 以头晕、头痛为主者

①头晕、头痛、口苦、咽干、心烦急躁、大便不畅、小便黄浊、舌苔黄厚而腻、脉象弦滑而数，此系肝胆湿热，治以清泄肝胆。穴位可用风池、天柱、曲池、阳陵泉、太冲、天枢。药物可配合龙胆泻肝汤。

②头晕、头痛、心中烦热、手足心热、常有潮热、小便发黄、大便不干、舌红少苔、脉象细弦而数，此系阴虚肝旺，治以滋肾平肝。穴位可用风池、天柱、内关、三阴交、太溪。药物可配合杞菊地黄丸。

③头晕、头痛、胸闷纳差、舌苔白腻、脉象滑缓、肢重浮肿、大便稀溏、气粗痰声，此系湿痰阻滞，治以健脾祛湿化痰。穴位用头维、内关、中脘、丰隆、承山。药物可配合平胃散加二陈汤加减。

④头晕、头痛、心慌气短、身倦乏力、食后腹胀、舌淡苔白、边有齿痕、脉象沉小、二便一般，此系中气不足，治以补中益气。穴位可用百会、气海、中脘、列缺、足三里。药物可配合补中益气丸。

2. 以肢麻为主者

麻木多是虚证，气虚则麻重，血虚则木重，痰湿阻滞经络亦能引起麻木。气虚当补气，血虚当补血，痰湿为病当化痰祛湿通络。总的治疗穴位可用大椎、肩髃、曲池、合谷、环跳、风市、阳陵泉、绝骨等。若属气虚加灸肺俞、足三里，药物可配补中益气丸，或黄芪、党参、当归、白芍、大枣以补气调气。若属血虚，加肝俞、膈俞、血海，药物可配合八珍丸，也可用郁金、姜黄、鸡血藤、桂枝、生姜以养血活血。若属痰湿阻络加用中脘、天枢、丰隆，药物配二陈丸，也可用苍术、厚朴、陈皮、茯苓、白术、橘红、焦三仙，祛痰湿通经络。

3. 以血压高为主者

血压高常见有肝旺、肝胆湿热、肾虚肝旺，降压时作者常取风池、曲池、阳陵泉。如系肝旺，可加太冲、行间、曲泉，配合菊明降压丸。如系肾虚肝旺，加太溪、阴谷、太冲，药配杞菊地黄丸。如系肝胆湿热，加曲池、太冲、承山、天枢，药配龙胆泻肝汤。

4. 以大便干结为主者

治疗以通便为主，大便通下则诸症俱减。中风先兆或后遗期等病人，一定要保持大便通畅。穴位可用天枢、大肠俞、气海、支沟、阳陵泉、次髎丰隆、上巨虚，药物可选麻仁滋脾丸、五仁橘皮汤、番泻叶以及开塞露、甘油栓、香油配蜂蜜等。

5. 预防

可灸足三里、绝骨，头晕重可加风池，另配桑叶、菊花、蒺藜、夏枯草、天麻、钩藤、决明子，浓煎常服，以资预防。肢麻，可配生葱、薄荷、桃枝、柳枝四味煎汤淋洗，生活上起居有常，饮食有节，断绝酒色。

（二）卒中期

1. 脱证

症状：前已详述，中风症见口开目合，手撒不握，声嘶气促，舌短面青，甚则冷汗淋漓，手足逆冷，脉伏不见，二便自遗等。

病机：元阴告竭，真气不续，已处于一厥不回，性命危在旦夕。

治法：回阳固脱，摄纳真阴，固护元气，恋阴益液，潜镇虚阳，灸气海，或关元，或神阙，灸时要注意病人汗出、脉象、肢厥的变化。药物若滋阴重镇时可配服人参、阿胶、鸡

子黄、龙骨、牡蛎、龟板、鳖甲，浓煎频灌，以期气反。若固护元气，可重用人参、附子、白术、炙黄芪、炙甘草、陈皮、云茯苓，煎汤频灌。若脉伏肢冷，或自汗头汗如油如珠，中医认为阳加于阴谓之汗，这时随时有造成亡阴或亡阳的危险，急用大剂参附汤灌之。

2. 闭证

症状：猝然昏倒，目瞪口呆，两手握固，牙关紧急，痰声曳锯，气粗息高，面赤唇红，脉弦滑有力。

病机：肝阳上升，气血奔涌，痰随气逆，闭塞脉道，所以势盛难遏。

治法：开窍泻热。①通关散取嚏（南星、皂角、细辛、薄荷，生半夏共为细末吹鼻）。开关散松牙关紧急（乌梅、冰片、生南星共为细末包布内擦牙关）。②刺人中、十宣，手十二井穴放血，肝火盛加太冲，痰多加丰隆。③火盛加配中药至宝丹、牛黄清心丸，清醒神志。气闭加苏合香丸、十香返魂丹，芳香开窍。④羚羊角、钩藤、全蝎、地龙、姜蚕、丹皮、山栀、竹沥、姜汁、橘红、半夏、胆南星，潜阳镇逆化痰。⑤大便秘结，矢气频作，舌苔黄燥，脉沉滑有力，可用小承气汤。⑥痰涎壅盛可用礞石滚痰丸泄热涤痰，以通腑气。⑦热盛昏迷用安宫牛黄丸、牛黄清心丸，竹沥水化开，服用或鼻饲。

（三）后遗症

卒中后期经积极抢救治疗，气复反而生者，病情逐缓和，意识逐渐恢复，肢体逐渐恢复正常，亦有很久不愈而留后遗症者。后遗症常见血脉病、神志病、语言病三类，详述已如前。三者可单一出现，也可混合出现。若属血脉病，可用补中益气法，穴取中脘、内关、足三里、百会；上肢常温通阳明，穴用肩

髃、臂臑、曲池、合谷、外关；下肢多调理少阳，穴用环跳、风市、阳陵泉、绝骨、足三里。另可配膈俞、血海、尺泽、委中、肝俞。若见精神方面症状时，调心气可用间使、通里、巨阙、心俞，活心血可用肝俞、膈俞、神门、曲泽，祛湿可用中脘、脾俞、天枢、丰隆。若有语言不利，具可针风府、廉泉。若通心气再加心俞、通里。若补肾气再加肾俞、太溪。若健脾气再加脾俞、商丘。

在后遗期中常有以下不同情况者：

①面赤烦躁，口眼喎斜，舌强难言，半身不遂，二便不畅，脉象弦劲，舌质红，苔黄腻。痰火未尽，内风未熄，可继续用熄风涤痰法。穴取风池、风府、廉泉、内关、丰隆、太冲。药物可配天麻、生白芍、生牡蛎、橘红、生石决明、竹沥、半夏、炙姜蚕、夏枯草。风火渐平，痰湿渐去，胃口稍开，穴用三阴交、神门、风池、太渊。药用大生地、生白芍、龟板、京玄参、甘菊花、远志、橘络。

②面白神倦，口角流涎，手足弛纵，言语蹇涩，小溲清长，脉象濡缓，舌淡红苔白，是正气虚衰，治当益气通络，穴取足三里、气海、中脘、通里、曲池、气海、廉泉。药用党参、生黄芪、姜半夏、云茯苓、代赭石，还可用人参再造丸、补中益气丸等。

③肢麻言蹇，足不能行，二便艰涩，舌淡红，脉细，此系肝肾不足，虚风内动，治以温润肝肾，穴用太溪、肾俞、通里、廉泉、足三里、气海、三阴交。

④偏枯不复，头目晕眩，脉缓无力，为血虚肝络失养。养营滋液，可用当归身、枸杞子、生白芍、绿豆衣、淮牛膝、制首乌、桑寄生。穴位配肝俞、三阴交、风池、神门，又可用肩髃、曲池、外关、环跳、阳陵泉、绝骨，深刺透

针。偏枯不仁，脚麻发软或挛急，可养血祛风，药用青防风、全当归、生白芍、大熟地、川牛膝、鸡血藤、川芎。穴位可配曲池、外关、合谷、阳陵泉、足三里、三阴交。

⑤瘀血阻塞，肢体偶有刺痛，神态时有失常，脉象涩滞，舌色暗紫，瘀点明显，治当祛瘀通络，穴位取尺泽、委中、膈俞、肝俞、列缺。药可用四物汤加桃仁、红花、石菖蒲，也可用血府逐瘀汤加牛膝。

不论初中时情况是虚是实，是闭是脱，有无后遗症，均可采用以下方法：

滋阴养液膏(薛一瓢方)：女贞子、旱莲草、霜桑叶、黑芝麻、菊花、枸杞子、归身、白芍、地黄、黑大豆、茯神、萎蕤、橘红、沙蒺藜、炙甘草、驴皮胶，白蜜收膏。痰多加川贝，头眩加天麻，肢麻加桑寄生，少寐加柏子仁，食少加炒谷芽，耳鸣加磁石。针穴用曲池、内关、足三里、三阴交、百会、风府等穴调治之。

治语言和精神方面后遗症时可用四物汤加党参、黄芪、桃仁、红花、牛膝、丹参，以养血活血通窍。

治肢体不用，因虚召风，中人经络，半身不遂，心清语蹇，舌软无力，语言困难，此是营卫不足之病，宜用黄芪五物汤(若系痰火而致，不宜用)，黄芪补卫以起肢体不用，桂枝、白芍，益营以致肌肤麻木不仁，生姜、大枣调和荣卫。病在右属气加倍黄芪，在左属血加用当归。两下肢重者加牛膝。骨软不能久立加虎骨。筋软难以屈伸加木瓜。周身不适，或左或右，经络不通者，加炮附子。有寒亦可加炮附子。

(四) 中风证治简表

概述	概念：突然昏倒，不省人事——心主神明 半身不遂、肢麻口喎——心主血脉 舌根发紧、语言不利——舌为心之苗，心主言 舌红少苔，脉象细弦——阴虚肝旺 舌红苔腻，脉弦有力——痰火上攻、内盛				
病因	①肝火上亢，冲心、攻脑 ②痰热内生，蒙心、壅舌				
辨证	发病前	年过四十，经常头晕，目眩，肢麻，肉颤，舌尖麻，舌根发紧，时见语言不清，头重脚轻如踩棉花，形体发胖，半身出汗，面红目赤，易急易怒，血压增高，舌红少苔，舌红苔黄而腻，脉沉细弦或弦滑有力而数			
	发病中	在脏腑 (重)	闭 证	眼开 口闭 两手紧握 无汗 二便闭结 脉弦滑有力	脱 证 眼合 口开 两手微开 汗出如油 二便失禁 虚
		在经络 (轻)	不仁——肌肤麻木、感觉迟钝 不用——肢重不举、半身不遂、口眼喎斜		
治	在		发病后 ①在经络轻，在脏腑重 ②闭证病急，易治(邪正俱盛)；脱证病缓，难治(正虚邪盛) ③初次易治，二次难治 ④神清易治，神昏难治		
			治法：开 开窍熄风 泻法 取 人中 { 通督脉、开窍醒脑 百会 { 穴 十二井——点刺出血、泄热祛风 涌泉——导热下行		

脏	腑	闭	随症加减	牙关紧闭：		循经局部、调理阳明	
				颊车 下关 合谷			
				痰多：			
证	脱	治法	固	回阳固脱		补法	
				灸治回阳			
				肢暖 脉出 汗收			
疗	症	取穴	气海 关元 神阙		灸治回阳	肢暖 脉出 汗收	
在	经	半身不遂	治法	取阳经，调理气血，通经活络			
				取穴	头 部	百会 风府 通天	泄头部风邪
					上 肢	肩髃 曲池 外关 合谷	
		下 肢	环跳 阳陵泉 足三里 解溪	足阳明、少阳			

形态：从形态学看，中医与西医对脾胃的认识基本是一致的。中医书籍和西医解剖学对这两个脏器的描述基本相同，不多赘述。

生理、病理：从生理、病理来看，中西医对脾胃的认识明显不同，不能全用西医理论来衡量中医对脾胃的认识。如西医认为脾是造血器官，用这个理论很难解释中医的脾主运化、脾主肌肉、脾主四肢、思虑伤脾、劳倦伤脾等。

治疗：中医脾和胃的概念，包括西医消化系统的功能，如脾胃主管人的饮食的吸收消化、津液气血的输送分布等。但从治疗上看，它又远远超过了消化系统的范畴，治疗相当广泛。如脾虚生痰，痰迷心窍(因心主神明)，可出现神志不清、谵语郑声等神经系统症状。若痰火上攻清窍(脑)，可出现脑血管病。湿邪流注关节，影响肢体运动，出现运动系统疾患。脾虚不能统血，还能出现子宫出血、月经淋漓不尽等妇科病。因此说在治疗上，脾胃的治疗范围，就不仅仅限于消化系统的疾患了。要想比较全面理解脾和胃的概念，第一要注意到脏器形态，第二要注意生理病理，第三不能机械地用西医脾胃的形态功能来代替中医对脾胃的认识。

(二) 脾胃的生理功能

1. 脾

主运化：就是运输和消化的意思。其运化功能表现有二：一是输注精微。指把胃初步腐熟(消化)的食物，再进一步消化，并由脾将消化后产生的精微(营养)物质，上输于肺，依靠气血运行到全身以滋养各组织器官。脾气健运则营养充足(吸收好)，肌肉丰满，四肢温暖，活动轻快有力，口唇红润光泽，因此说脾主肌肉，其华在唇四白。脾失健运，水谷运化失常，出现食欲不振，食后堵闷，腹胀便溏，日久出

现肢冷乏力，肌肉消瘦，面黄唇淡，营养不足的症状。二是输布(运输敷布)水湿。即对人体水液有调节作用，这一功能发生障碍时，可导致水湿停滞。停于头部，则觉头沉重如裹物。停于胸膈则胸闷呕恶。停于肺可凝聚为痰。停于体腔产生胸水腹水。停于肠道则腹泄。停于肌肉则水肿。溢于四肢则身困体沉。因此中医有“诸湿肿满，皆属于脾”、“脾病生痰”，“脾为生痰之源”的说法。

主升、恶湿喜燥：脾气能上升，故将水谷精气和精微上输到肺，经肺再输布于其它脏腑而化生气血，以维持各个脏器的恒定位置和正常功能。如脾气不升，心气不足，肺气怯弱，就出现懒言、气短。脾气下陷就易久泻脱肛，以致脏器位置改变，出现子宫下垂等其它内脏下垂的现象，这些情况在治疗时都要考虑升补脾气。湿过盛则增加脾的负担，故恶湿。燥可祛湿，助升，顺脾之性能故喜燥。

开窍于口：其华在唇四白，其荣在唇。脾气充足，口唇红润；脾气不足，口唇淡白。

脾主肌肉：脾气充足，肌肉丰满，红润光泽；脾气不足，肌肉消瘦，面色萎黄，疲乏无力。

脾统血：指脾气能统摄血液在脉内正常运行，不溢于血管之外。脾气充足，则血运正常；不足则血失统摄而妄行血管之外，发生各种出血现象，如长期慢性皮下出血、便血，月经过多等。

脾与胃相表里：与胃关系密切，胃纳不好也可影响脾运。

2. 胃

主受纳和腐熟：受纳指接受盛纳的意思。胃有受纳水谷及初步腐熟(消化)水谷的功能，故称“胃为水谷之海”。当这

一功能障碍，则出现食欲不振，食量减少，消化不良，胃疼呕吐等症状。胃受纳和腐熟水谷的作用，主要靠“胃气”的作用。

主降、喜润、恶燥：胃气下降，水谷才能下行，以便于消化、吸收和排泄。若胃气不降而反上逆，轻则嗝气、呃逆，重者恶心、呕吐。胃喜湿润，湿润则能下降。若燥盛则伤阴津，不能润下则大便干燥，口干舌燥，呕吐恶心，故胃恶燥。

3. 脾胃与其它脏腑的关系

心脾两虚：心血常靠脾气转输的水谷精微所化生，而脾的转输功能又靠心血不断滋养。另外，脾有统血的功能，可使心血循经运行，不溢于外。在病理上，脾气虚能导致心血不足，出现心悸、失眠，或导致出血。如心血不足时，也可导致脾失健运而出现纳少、腹胀、肢倦乏力。这些情况，我们常叫“心脾两虚”。

肝脾不和：脾主运化，必须肝气条达。肝所藏之血，又赖脾之生化，如果脾虚不运，可致肝血不足。肝气郁结可致脾失健运，如生气发怒后常见胁痛，这叫肝气失条；继而纳少腹满，此为脾虚。肝病及脾而胁痛、纳少、腹胀、脉弦缓、舌淡苔白，此乃肝脾不和。

脾肾两虚：脾主运化，但须靠命门之火的帮助。命门火衰，则不能暖脾助运，而出现五更泄泻，这种情况属脾肾两(阳)虚。

胃与小肠：小肠主要功能是受盛胃中的水谷(饮食)，主化物(消化)和分清泌浊(清指饮食消化后的精华部分，浊指消化后的糟粕)，胃中水谷进入小肠后，由小肠进一步消化，清者被吸收，由脾转送到全身各处，成为各组织器官功能活

动的物质基础。浊者下注大肠，或渗入膀胱，形成大、小便排出体外。所以小肠有病时，除影响消化吸收外，还会出现大小便异常，但小肠的这种功能又往往包括在脾的功能之中。

脾与胃一脏一腑，脾属阴，胃属阳，脾主升，胃主降，脾喜燥，胃喜润，彼此互相依赖、互相制约，保持着动态平衡，共同担负了饮食物的受纳、吸收、消化、排泄作用。临床上出现消化障碍时，可以根据脾和胃这些不同功能以鉴别病在脾还是在胃，分别予以调治。但因脾胃关系极为密切，如脾运不好也影响胃纳，胃纳失常也影响脾运，因此脾胃关系也叫表里关系，治疗时往往脾胃兼顾。

二、脾胃的常见症状与主要症状

（一）常见症状

脾失健运：食欲不振，食后堵闷，腹胀便溏，肢冷乏力，头如裹，胸闷呕恶，吐痰，胸水腹水，泄泻，水肿。

主升恶湿：气短，懒言，久泻脱肛，子宫下垂及其它内脏下垂。

开窍于口：纳少，唇淡不华。

主肌肉：肌肉消瘦，面色萎黄，身倦无力。

统血：皮下出血，月经过多，淋漓不断。

胃主纳谷：纳少。

胃气上逆：呃逆，呕吐。

胃气不和：疼痛。

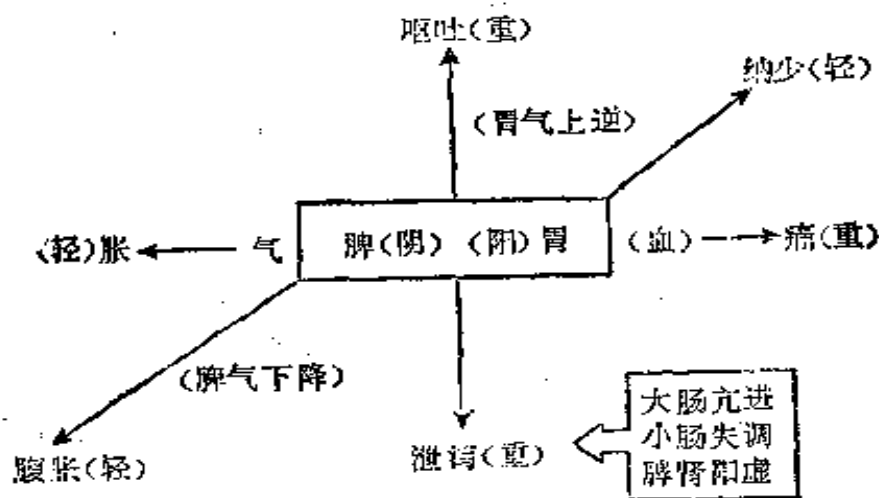
（二）主要症状

胀：气滞，初病在气（病轻）。

痛：血瘀，久痛入络（病重）。

吐：胃气上逆，轻时纳少。

泻：脾气下陷，时时腹胀。



图九 脾胃病主要症状示意图

三、胃脘痛、呕吐、泄泻证治

(一) 胃脘痛

1. 概述

胃痛即胃脘痛，其痛在胃脘至歧骨处，即心窝处，古书也称作“心痛”，故应和“心痛甚，手足寒冷至节，旦发夕死，夕发旦死的真心痛”相区别。真心痛很类似今日西医的心绞痛、心肌梗塞。

2. 病因

饮食积滞：饮食不节，暴饮暴食，食滞中焦，传导失职，中焦气机阻塞，而致胃脘胀痛，这就是古人所指的“饮食自倍，肠胃乃伤”。

肝气犯胃：肝喜条达，忧思恼怒，情志抑郁，肝失条达，横逆犯中(脾胃)，胃失和降，脾失健运，中焦失畅，而致胃脘阵痛，攻及两胁。

胃虚受寒：或因先天不足，中焦阳气虚弱，以致寒从内生，或因饮食起居不慎，稍触寒邪，寒凝气滞，以致胃脘隐痛，喜热喜按。

3. 辨证

饮食积滞：胃脘胀痛，拒按，暖气有腐臭味，不思饮食，食则痛甚，舌苔厚腻，脉沉实。也叫伤食胃痛。

肝气犯胃：胃脘阵痛，两胁胀痛，伴有暖气频作，恶心吐酸，腹胀，食欲减退，苔多薄白，脉象沉弦。也叫肝气胃痛。

胃虚受寒：胃脘隐痛，四肢倦怠，泛吐清水，喜热喜按，得热则痛减，舌苔薄白，脉象沉迟。

4. 治疗

局部取穴与远道取穴相配合，以和胃止痛。饮食积滞者，消导积滞；肝气犯胃者，调和肝胃。以上两种，针刺用泻法，留针三十分钟至一小时。胃虚受寒者，温胃散寒，针刺用平补平泻，并可用灸法。

胃经合穴为足三里，胃的募穴中脘，二穴能和胃止痛。内关通于阴维，能理气宽胸止呕。消食除胀再加章门、内庭。疏肝理气，消胀定痛加太冲、期门。健脾和胃，祛寒定痛，加脾俞、公孙、气海，可针灸并用。气海可隔姜灸，生姜有温中散寒的功能，艾有温通止痛的作用，最适用于久病虚寒的胃痛患者。

5. 参考

西医认为，引起胃脘痛的疾病很多，一般在临床中，急慢性胃炎、消化性溃疡(胃与十二指肠溃疡)、胃神经官能症、胃痉挛及一些肝胆疾患引起的胃肠症状，可以从中医胃脘痛去考虑辨证治疗。又如胃穿孔、肠梗阻、阑尾炎、胆囊

炎、心肌梗塞等，有时也有一段胃脘疼痛的过程，这些就不能按胃脘痛去治疗。因此对胃脘部位疼痛的病人要结合病史认真检查，仔细区别，才能更好发挥针灸治疗胃脘痛的功效。

除前叙三种常见胃脘痛辨证外，有久病入络，由气及血，血瘀胃脘刺痛，串及两胁及腰背，面色紫褐，舌色紫红兼有瘀点、瘀斑，脉象细涩。此系血瘀阻络，瘀血作痛，可用活血化瘀，行气止痛法。穴取尺泽、委中、中脘、胃俞、膈俞、血海。

若素有胃脘痛，又兼食滞，胃脘胀痛，暖气食少，恶心欲吐，舌苔白腻，脉象弦滑，治疗可调理肠胃，消滞定痛。穴用上脘、中脘、下脘、天枢、气海、内关、足三里。

胃痛串及腰背明显，则调理肝肾，健脾祛湿。穴用肝俞、脾俞、肾俞、三阴交、承山。

胃痛串及两胁疼痛明显，治以行气止痛，穴用支沟、阳陵泉、中脘、足三里。

（二）呕吐

1. 概述

呕吐一症，常并见于许多疾病中，凡是寒热诸邪、痰湿、食积、肝气等导致中焦脾胃不和，胃气上逆，常引起呕吐。中医把有声无物叫做呕，有物无声叫做吐，有物有声叫呕吐。

2. 病因

饮食停滞：饮食过多，或生冷油腻之物停滞中焦，中焦不化，胃气不能下行，则上逆而呕吐。

肝气犯胃：郁怒伤肝，肝失疏泄，横逆犯胃，肝火上冲，促使胃气上逆则成呕吐。

脾胃虚弱：脾虚胃弱，运化无力，中气不足，无力运化

传送水谷，则上逆而呕吐。

3. 辨证

饮食停滞：脘腹胀满疼痛，呕吐酸腐，暖气厌食，便秘失气，舌苔厚腻，脉象滑实。

肝气犯胃：胸胁胀痛，舌苔薄腻，脉象弦缓。

脾胃虚弱：面色萎黄，饮食稍多则吐，饮食无味，大便微溏，神疲肢软，脉象无力，舌苔薄白。

4. 治疗

治法以取足阳明胃经为主。饮食停滞者，针刺用泻法。肝气犯胃者，针刺也用泻法。脾胃虚弱者，针刺用补法，也可艾灸。

取穴可用足三里、中脘，二穴和胃降逆，而且足三里是胃经合穴，可治气逆。内关、公孙是八脉交会穴，可降逆、宽胸、理气。若属饮食停滞，可加天枢通泻肠腑，若系肝气犯胃，加太冲疏泄肝气。脾胃虚弱，加脾俞健脾气。若因热盛呕吐不止，可加金津玉液，点刺出血而泻热止呕。

5. 参考

急慢性胃炎、神经性呕吐等可用以上辨证方法进行治疗。

食入即吐属热，可用泻法。食入较长时间才吐属寒，虚寒温补，可用灸法。对于神经性呕吐，每进食则吐，可以两内关穴同时针刺，一边进食，一边针刺。另有止吐经验穴“地合”，位于下颏尖端，针时针尖向承浆穴，有止吐作用，供急用时参考。

（三）泄泻

1. 概述

泄泻是指排便次数增多，粪便稀溏，甚至泻出如水样大便而言。病变主要在胃和大肠、小肠。虽然有虚实寒热之

分，但主要关键在于湿盛，因湿盛则濡泄，与脾胃功能失常有关。

2. 病因

急性的多因内伤饮食，外受寒湿，或夏秋季节，感受湿热。寒湿，湿热侵犯肠胃，外邪阻滞，气机不和，胃肠运化与传导功能失常，清浊不分，水并大肠则成泄泻。

慢性多因脾胃素弱，或久病体虚，中气不足，健运无力，脾气不能散精，食物难以消磨，下注大肠而致完谷不化，此属脾虚泄泻，有时进食后即大便。另有因肾阳不振，命门火衰，不能腐熟水谷，亦能导致泄泻，多在早晨起床大便，此是鸡鸣泄，又叫脾肾泄，因属脾肾两虚。

3. 辨证

急性寒湿者，大便清稀，腹痛肠鸣，身寒喜温，口不渴，舌淡苔白，脉多沉迟。若急性湿热者，排泄物黄糜热臭，腹痛即泻，肛门灼热，小便短赤，舌苔黄腻，脉象滑数，或兼身热，口渴等症。

慢性属脾虚者，大便溏薄，甚至完谷不化，脘腹胀满，不思饮食，神疲倦怠，舌苔淡薄，脉细无力。慢性属肾虚者，每在黎明之前，腹中微痛，肠鸣泄泻一次或数次，腹部及下肢畏寒，舌苔淡白，脉沉无力。因在黎明前公鸡叫时泄泻，故叫鸡鸣泄。

4. 治疗

急性用疏调肠胃气机为主，取大肠俞募穴。寒湿者，针刺平补平泻，可用灸法，或用隔姜灸法。湿热者针刺用泻法，穴位取用天枢、大肠俞。

慢性则调补脾胃、温补肾阳，脾虚者调补脾胃中气，针刺用补法，也可用灸法。肾虚者温补肾阳，针刺用补泻，可

用灸法。穴位可取天枢、肾俞、大肠俞、足三里，以健脾补肾，调理大肠。

寒湿明显者再加中脘、气海，温中散寒。湿热明显者加内庭、阴陵泉、合谷，清泄大肠湿热。脾虚者加脾俞、章门、太白、中脘，针灸并用，振奋脾阳，健运止泻。肾虚明显者加肾俞、命门、太溪、关元温补肾阳。百会灸能升提下陷之中气，而起益气止泻作用。

5. 参考

急慢性肠炎、消化不良、肠道寄生虫、肝胆疾患、代谢障碍而致的腹泻均可在上述范围进行辨证治疗。

临床中脾湿下注泄泻，以利湿为主，行气利湿是治湿泻的一种方法。穴用列缺、天枢、足三里、三阴交，可行气健脾祛湿。

吐泻并作时，也可按上法辨证，找出引起脾气不升，胃气不降的原因以进行治疗。

四、胃脘痛针药治疗常用方

1. 疏泄肝胆、和胃止痛

穴位：太冲、阳陵泉共用疏泄肝胆。中脘、天枢、足三里、内庭，和胃止痛。

方药：柴胡、白芍、枳实、甘草、苍术、厚朴、陈皮、姜黄(即四逆散、平胃散加减)。

2. 温中散寒、行气止痛

穴位：脾俞、胃俞、中脘，可针灸并用，温中散寒。内关、足三里，行气止痛。

方药：桂枝、白芍、甘草、生姜、大枣、黄芪、香附、乌药。

3. 温补脾肾

穴位：脾俞、肾俞、章门、京门、三阴交，针灸并用。

方药：附子理中丸加五苓散，可温中扶阳、化气行水，多用以温脾。济生肾气丸，温肾化气行水。

4. 活血化瘀、行气止痛

穴位：尺泽、委中、中脘、胃俞、膈俞、血海。

方药：膈下逐瘀汤、桃红四物汤加减。

5. 调理肠胃、消滞定痛

穴位：三脘(上、中、下)、天枢、气海、内关、足三里(七个穴位，共十针，胃痛十针，北京市针灸老大夫王乐亭老师经验)。

方药：越鞠保和丸。或者白糖二两，炒黑，温开水冲服，服后肠鸣、泄下即想吃饭。

6. 胃下垂

补中益气，健脾和胃。穴位取气海、足三里、关元、中脘，方药用补中益气丸。

7. 膈肌痉挛

宽膈和胃，降逆调气。取膻中、内关、膈俞、肝俞，以宽中和胃；取支沟、阳陵泉、足三里三穴，以降气调气。久病呃逆，再兼吐泻，多为脾胃衰败之危象，治疗要慎重观察。

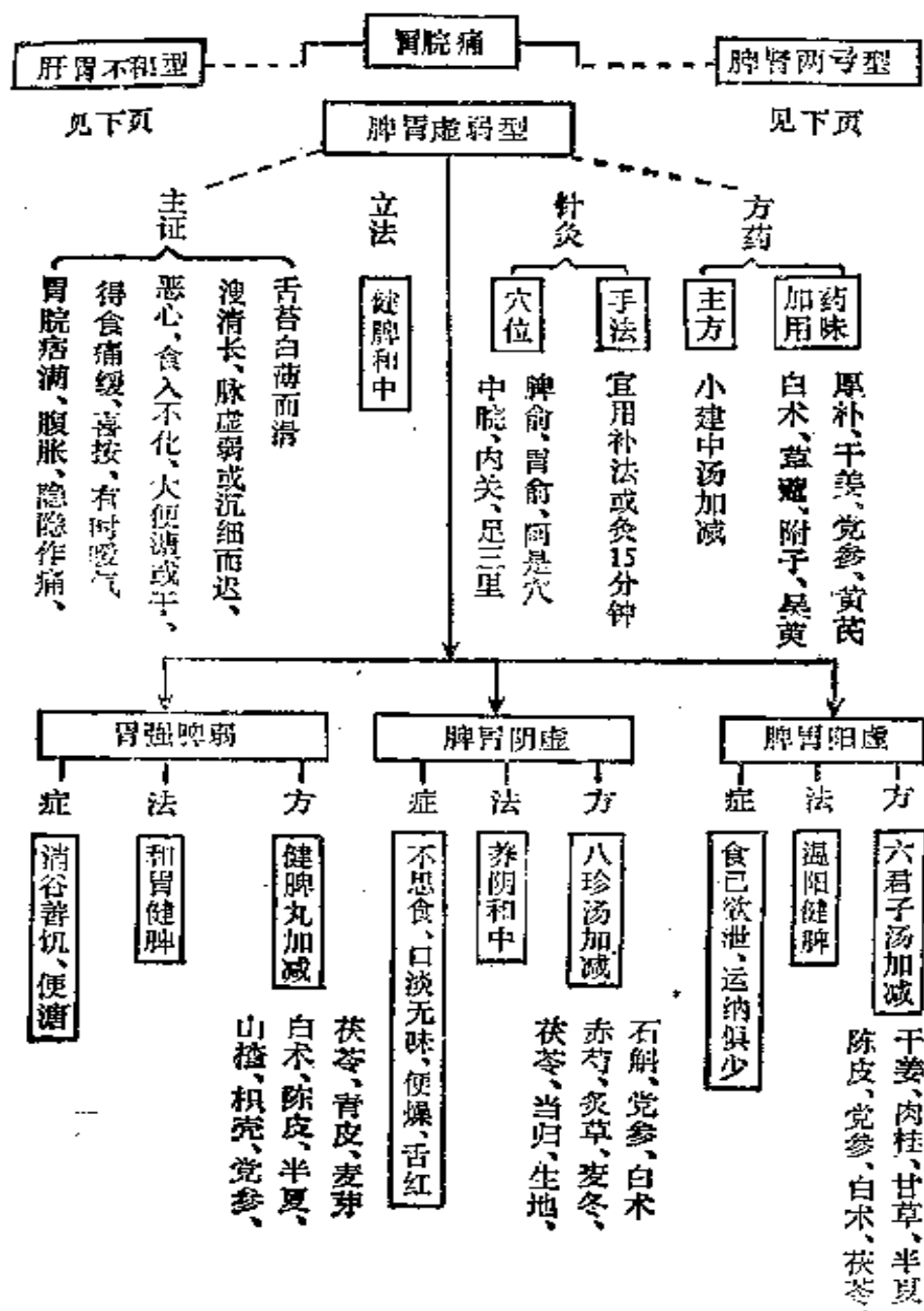
8. 脾胃病后调理

孙震寰老师临床常用：白术土炒二两、茯苓二两、陈皮二两、甘草一两、党参二两、焦楂二两、白豆蔻六钱、厚朴一两、神曲一两、枳实一两、沉香曲三钱、砂仁三钱、藿香三钱、芡实三钱、黄连二钱、薏苡仁五钱、扁豆五钱，共为细末。炼蜜为丸，重三钱。早晚空腹，各服一丸，白开水送下。连服三个月。

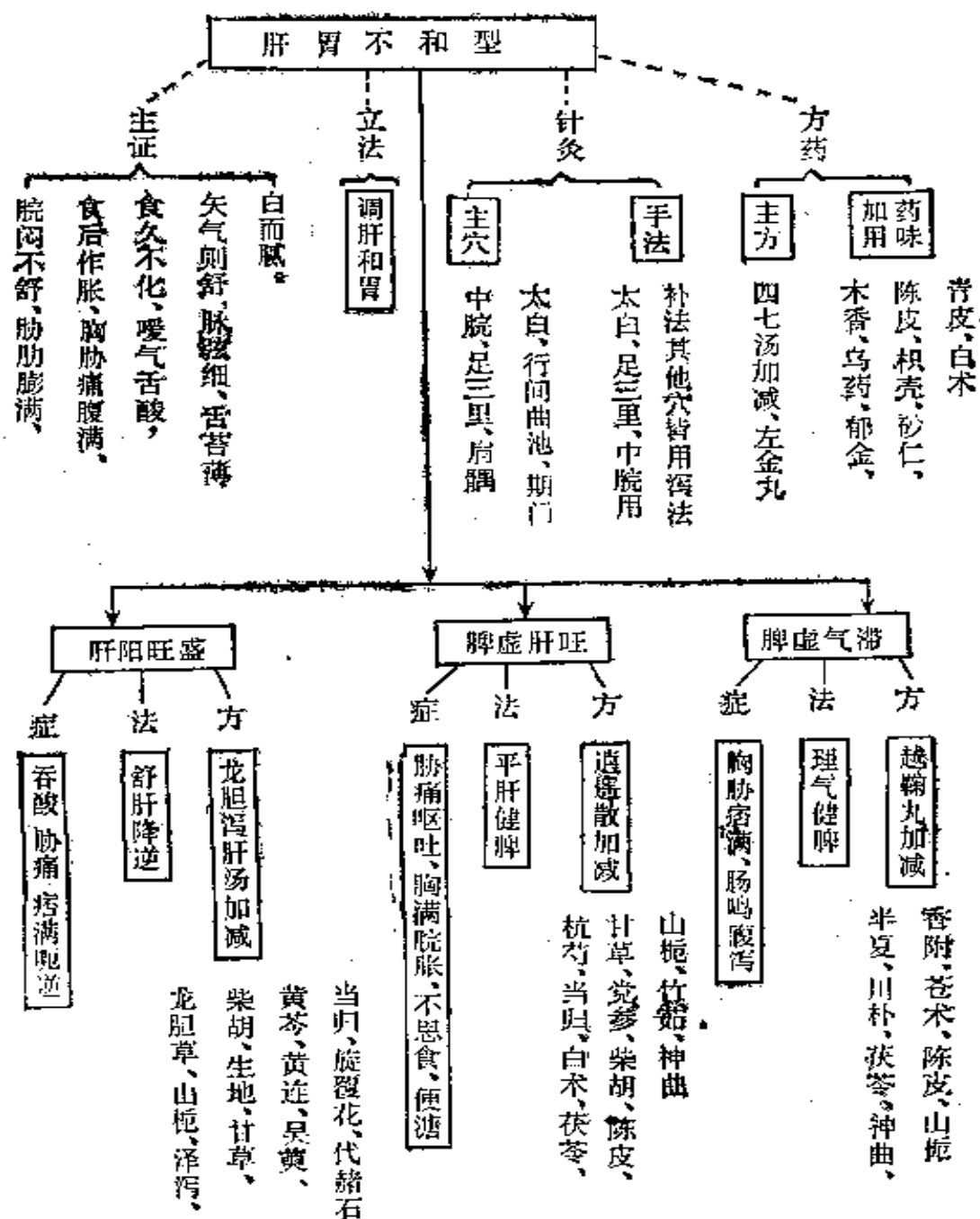
3. 胃脘痛

内关、中脘、足三里为治疗胃病(痛)的主方。八法中内关属阴维，阴维的是动所生病有“苦心痛”。内关能解心郁，清胸胁热。中脘为八会穴中的腑会，六腑之会，能治疗腑病，又是胃的募穴，故中脘能升清降浊。足三里为胃经之合穴属土，是土中之真土，胃病之要穴，能壮阳升清降浊，补能益气升清，泻能通阳降浊。临床加减参考如下：①七情内伤引起之胃病(痛)加上脘、巨阙、鸠尾，可治神志病。《百症赋》记：“发狂奔走，上脘同神门”。上脘是手足阳明大小肠任脉之会，而小肠与心又相互表里，故可治心病调情志。②大便不调加天枢，即胃经脐旁穴，主肠胃病，舌苔厚腻，能分利水谷与糟粕，能消导一切浊滞。③大便燥结加阳陵泉，它是胆的合土穴，木中之土，针刺须向足三里，达木以疏土，性沉降。也可加丰隆，丰隆为胃之别络，其性通降，功专逐痰。④气血俱虚加气海，男子生气之海，藏精之舍，补则振阳气。再加三阴交，三阴交为足三阴经之交会，能补脾经，又兼能补肝肾阳，为妇科、内伤杂病及虚劳病主要穴位。⑤脐上胀坠，有气上冲动加下脘，下脘为任脉穴，在胃下口小肠上口，导食由胃入肠。⑥吐酸、口苦、咽干加阳陵泉，其为胆经合土穴，能泻肝胆之火，肝阳横逆，或上逆欲吐，可用之，合主气逆而泄。再加日月，胆之募穴，治吐酸效果好。⑦胃痛伴两胁痛、腹胀，加支沟，其为三焦经穴，调少阳经气。加阳陵泉，为少阳胆经合土穴，可利胆止痛。再加太冲，肝经原穴，调肝理气止痛。⑧胃痛连胸加膻中，其为气会穴，在任脉两乳间，宽胸利气。加肩井，泻肝胆之热。⑨胃痛彻背加肩井，调理肝胆。再加阿是穴，背部找压痛点，以痛为俞。⑩胃痛及腹加天枢，大肠募穴。再加气

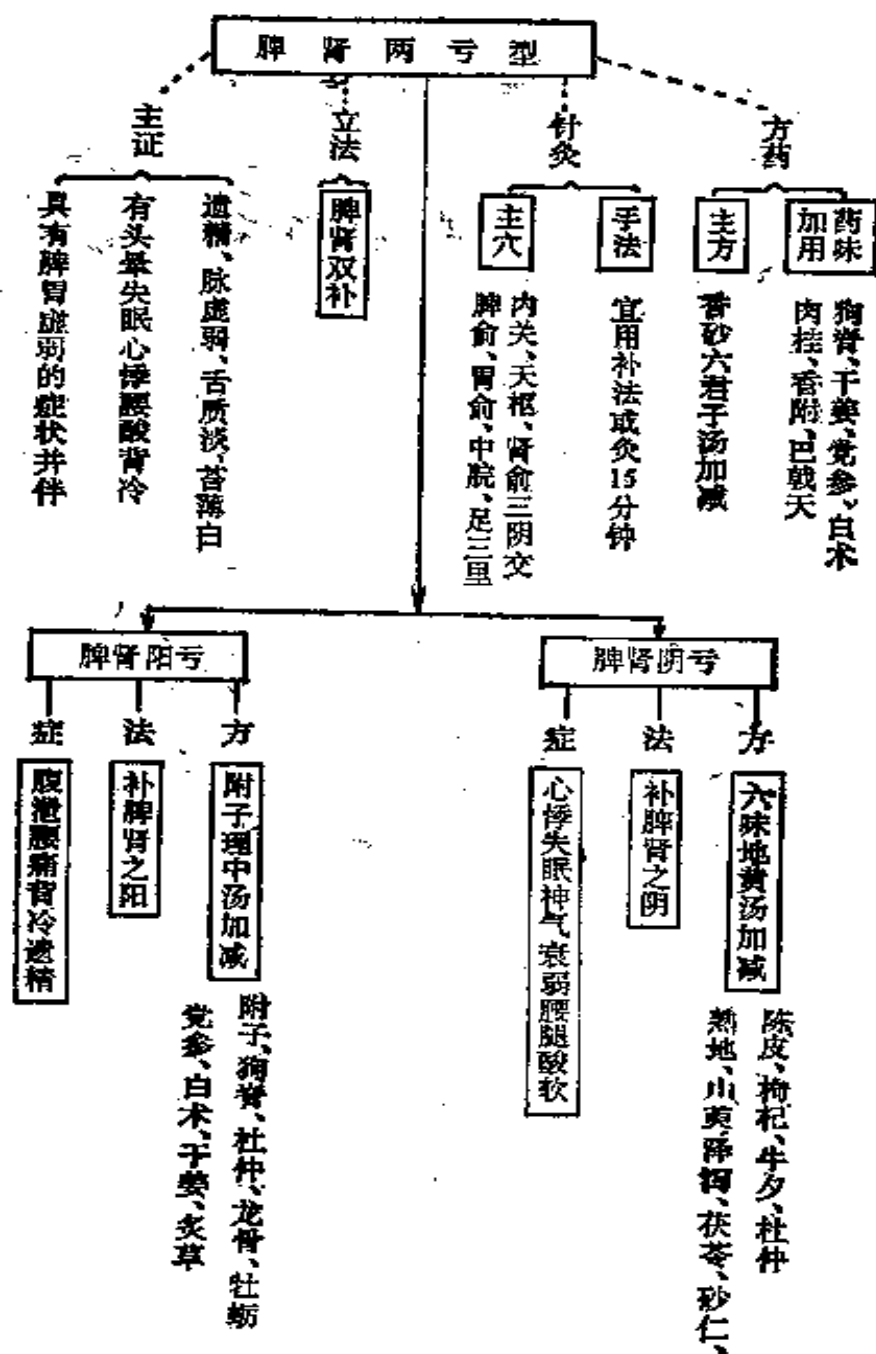
胃脘痛辨证分型治疗简表



海，脐下一寸半，益生气之源。⑪呕吐较重可加金津、玉液，点刺出血。舌为心之苗，能泻心胃之热，再加劳宫，心



之荣水穴，多用泻法，荣之所治，皆主身热，故能泻热止呕。⑫不思饮食加食关，建里旁一寸，经外奇穴，再加承山，有“针到承山美味食”之说，能祛湿健脾开胃，增进食欲、增多食量。



五、胃脘痛治验及体会

本人在治疗中接触胃脘痛患者较多，现举两例，谈谈体会。

【例一】宁××，男，29岁，工人。

初诊病情：胃脘疼痛，牵掣腰背，时发时止，病已十年多，西医曾诊断为胃及十二指肠溃疡、胃粘膜脱垂。近十天来，由于工作紧张，不能按时进食，胃脘疼痛又发作，每天上午九点多、下午三四点、晚上七八点疼痛最重，按之痛增，得食稍减，多食则脘腹作胀，受寒凉则兼吐酸、呃逆，情绪不好则胸闷、疼痛加重。经常怕冷，倦怠，气短，汗多，头痛绵绵，休息稍轻，手足发凉，肠中漉漉有声，面色黄白，两颧稍红，唇干时裂，牙龈充血，精神欠佳，语声低怯，纳谷一般，时欲大便，量少色黄，便时不畅，时干时稀，小便稍黄，尿量一般，睡眠不佳，近三四日来，每晚只睡三小时左右，舌红少苔，脉沉细弦稍数。曾患肺结核、遗精病，有吸烟历史。

辨证立法：胃者水谷之海，主纳谷腐熟，是气血之大源。脾者为胃行其津液，主运化输布水谷之精微，腹部属脾，多食脘腹作胀，脾虚无疑。每日上午九点多，下午三四点、晚上七八点疼痛加重，这多在进食之后疼痛，又是脾虚之明证。脾虚运化失职，不能为胃行其津液，结成湿痰，下流大肠，气滞不行，故肠中漉漉有声，时有便意，便时不畅，时干时稀，量少色黄。湿困脾土，四肢不能禀水谷之气，故四肢倦怠，面色黄白。脾阳不升，不能上荣心肺，荣卫失调，内守外卫失职，故气短，声怯，汗多，怕冷。脘痛得食稍减，食助脾胃气虚于一时。按之痛增，湿痰实邪内停胃肠之故。两颧稍红，唇干时裂，牙龈充血，此皆东垣所谓阴火上乘是也。胃不和则卧不安，故睡眠不佳。综前所述，脉症参合，证属脾虚胃弱，阴火上乘，湿痰内停，发为胃脘疼痛。治以燥湿化痰，健脾和胃，方宗二陈汤加味。

治疗经过：本例从一九六四年二月七日起共四十二天，就诊十二次。其中针九次，服药二十三付。初以二陈汤燥湿化痰、健脾和胃为主，消化不好时加炒稻麦芽、焦三仙、草果仁，肝郁气滞加白蒺藜、炒香附，阴火上乘加石斛、麦冬。如此服药六付后，胃脘疼痛减轻，上午九点多、晚上七八点微有疼痛，但可忍受，下午四点已不痛，未吐酸，未呃逆，食后脘腹胀满、肠中漉漉有声俱有减轻，大便通畅，头未见痛，睡眠达八小时左右，舌尖稍红，苔薄白，脉沉细缓。据此情况，又值春节，建议停诊几天。但在春节期间，因饮食不节，胃脘疼痛发作，两胁胀痛尤甚，有时干呕，泛酸，呃逆，纳少，睡眠不好，右脉浮大，左脉弦细，舌尖红，苔白。此又系饮食不节伤胃，土虚木乘之像。因此又采取培土抑木的方法，针药并用，取胃募、腑会、中脘穴，壮胃中阳气，腐化水谷。用胃经合穴足三里，温化脾阴胃阳，升清降浊，导痰行滞。取肝募期门点刺，和肝理气。用胆经合穴阳陵泉，疏通少阳，调和肝胆。如痛及腰背时，则选用膈俞、肝俞、脾俞、胃俞。再加太冲平肝，内庭和胃，胸闷加内关，腹胀甚加气海，天枢可行气消胀。方以小建中汤，温中补虚以培土，和里缓急以抑木，加陈皮、香附，乌药以助行气之力，消化不好又加砂仁、草果仁或保和丸。曾一度气乏无力，加白参少许。前后共针五次，服药八付，二十多日未痛。

治疗小结：二十多天胃脘未痛，两胁不胀痛，食后脘腹不胀，头未作痛，食睡俱好，二便通调，惟背稍沉紧，稍有泛酸，舌尖红，苔白，脉弦缓。以和肝养胃善后，给以左金丸、香砂养胃丸，並嘱节饮食，慎风寒，忌悲怒气恼。如疼痛再发，可再来就诊。从三月十九日停诊，到七月十九日小

结，一百二十多天未来就诊。后随访一次，得知病人疼痛未作。

【例二】樊××，男，四十七岁，总务。

初诊病情：胃脘刺痛，串及胸胁腰背，时发时止，病已三年，西医曾诊断为胃下垂。近七天来，由于工作紧张，食后胃脘胀闷，早上九点左右，胃脘刺痛，串及胸胁腰背，痛甚则恶心欲吐，吞酸，呃逆，按之痛减，受寒痛增。性情急躁，每逢急躁时则疼痛发作。素好头晕，胸闷气短，惊则心悸，午后腹胀乏力尤甚，口干且苦，不欲多饮，咳吐白痰，有时手足发凉，形瘦面黄，精神不振，懒于言语，食睡一般，二便尚调，舌淡苔白，脉沉细弦，右脉无力（肘部有外伤瘢痕，右臂较左臂稍短）。上脘、中脘压痛明显，两肘及右第十肋有畸形（打仗受过伤），曾患浮肿，素好烟酒，喜食辛辣。

辨证立法：脾喜燥而恶湿，素好烟酒，喜食辛辣，湿热挫伤脾胃，中气不足，以致脾失健运，食后胃脘胀闷，午后腹胀乏力。脾气不足，不能上荣心肺，以致神少，懒言，惊则心悸。四肢不能禀水谷之气，故时发凉。津结为痰，故时咳吐白痰。脾主肌肉，其色为黄，脾虚则形瘦面黄，喜按怕凉。肝性喜条达，素好急躁，肝火偏亢，痛及两胁兼有吞酸；又横逆犯胃，胃失和降，故痛甚则恶心欲吐，呃逆。工作紧张，劳倦伤脾，饮食不节，又损胃气，以致损不足，中气更虚，中气不足，阴火上乘，实有余，更助肝火。综前所述，参合脉象，证属木乘土虚，脾胃不和，发为胃脘疼痛。治以柔肝调中，行气止痛。

治疗经过：分两个阶段。第一阶段，一九六三年十一月二十七日到十二月十三日，共十六天，就诊九次，针九次。

服附子理中丸二十四丸，小建中汤一付。初取上脘、中脘、内关、足三里、阳陵泉，柔肝调中，行气止痛。针三次后，疼痛推迟，上午九点多不痛，下午四点多疼，不向两肋串痛，惟腰背酸沉，疼痛一刻钟左右，能自行缓解，不用吃西药止痛。但食后仍有胃脘胀闷，腹胀乏力，胸闷气短，咳吐白痰，神少懒言，形瘦面黄，大便稍稀，小便一般，周身怕冷，食睡一般，舌质淡，苔薄白，两脉沉细稍弦。此系肝气稍得条达，脾胃虚寒之像显露。治宗培土抑木之法，又佐以附子理中丸，下午四点以前服用，以温中散寒，补益中气。针穴同前（上脘、中脘、内关、足三里、阳陵泉），针五次，胃脘不痛，未恶心，未呃逆，未吞酸，食后稍胀，口舌欠津，大便稍干，小便一般，食睡尚可，舌淡红，脉象沉细。此系肝气得条，脾气不足。津液不能上承，故口舌欠津。脾阴不足，大便稍干。脾胃不和，食后腹胀。故以中脘、气海、内关、足三里调气和胃，升清降浊；又以小建中汤加乌药、香附、陈皮、焦三仙温脾和胃，助消化以建中气。针药并用后胃脘未发疼痛，无恶心呕吐，食后不胀，午后倦怠减轻，身体渐有力，食睡尚可，二便通调，舌淡少苔，脉细稍弦。暂停治疗观察，嘱慎风寒，忌恚怒气恼，节饮食，防止过度劳累及精神紧张，此后九十多天未发疼痛。第二阶段，由一九六四年四月十六日到五月十二日，共二十六天，就诊九次，针九次，服汤药六付，附子理中丸六丸。经上次治疗后，三个多月未疼痛，每天上班，近又因工作紧张，不能按时进食，冷热不调，疼痛发作，疼痛串及腰背胸肋，大便每日一次，不干，小便稍黄，食后腹胀满，困倦嗜睡，精神不振，面黄消瘦，舌红少苔，脉象沉细。继用中脘、气海、内关、足三里调气止痛。针后当日稍轻，次日又痛，故佐以附

予理中丸于次日痛前服用，以温中散寒止痛。针药后疼痛得减，但劳倦则加重，休息稍轻，背部沉紧，稍有咳嗽，纳食不香，二便一般，舌苔薄白，脉沉细稍弦。治以健脾理气助肾，穴用脾俞、三焦俞、肾俞，佐以小建中汤加陈皮、乌药、桔梗、杏仁、旋复花。

治疗小结：如上述出入针五次，服药两付，十余天未痛，纳谷转佳，二便通调，睡眠尚好，食后不胀，精神渐佳，舌红少苔，脉细弦缓。以香砂六君子丸调理，嘱慎风寒，节饮食，忌患怒气恼，避免过度劳倦，如发疼痛再来就诊，从五月十二日停诊到七月十九日小结，六十多天没有复发。

治疗体会：①胃脘痛初发病时，疼痛时发时止，疼痛不甚，可以自行缓解，因此不引人注意。待来就诊，病已延误日久，故病程较长，脾胃受伤，中气不足，而渐渐步入虚途，因此本病日久，多以脾胃虚寒为主。治疗时谨守温养脾胃的大法以培其本，在疼痛发作时，和肝理气通络止痛治其标。前二例中治疗或用附子理中丸，或用小建中汤加味，均本此意。②治疗中虽谨守温养脾胃大法以培其本，但仍要辨证论治。如第一例，初起就以解决痰湿为主要矛盾，故用二陈汤加减。待痰去湿化，又显土虚木乘，故以小建中汤加味，配合针灸，温中补虚以培土，和里缓急以抑肝。第二例，初以木邪乘中，故以柔肝调中，行气止痛为法。待肝气得条，而又显脾胃虚寒本象，故又用附子理中丸和小建中汤，温脾阳，建中气。两例治疗先后方法不同，但最后疼痛均能缓解。从临床中体会到，脾胃虚寒与肝胃不和是胃脘痛中的两大法门，这两种情况，有时在同一病人发病的不同阶段出现，有时又同时出现在某一阶段，这就给我们在诊断中增加

了困难，因此就要认真的辨证，分清标本缓急及主次去进行论治。③具体应用方药穴位，也本着温养脾胃大法为主。如情志不遂，或素好郁怒，痛攻两胁，暖气吞酸，太息为快，脉见弦象，就合以舒肝理气之品，如陈皮、香附、乌药、木香、砂仁、草果仁或左金丸，穴位取期门、内关、肝俞、阳陵泉、太冲等。另外因脾胃虚弱，纳消运化失职，每因饮食不节或进食不消化而食滞中焦，胃脘堵闷，应合入消导之品，如建曲、炒稻麦芽、焦山查或保和丸等，穴位取中脘、足三里、脾俞、天枢、内庭等。至于食滞，从阳热化，从阴寒化，也当随症加减。但祛邪不过用苦寒散气之药，扶正谨守温养脾胃大法。④从以上两例看出，饮食不节，过度劳累，外受风寒，患怒气恼，是引起胃脘痛发病常见因素。因此在治疗中，或停诊后，时刻嘱咐患者，既要树立战胜疾病的信心，又要慎风寒，节饮食，忌患怒气恼，避免过度劳累与长时间精神紧张，以使患者作到劳逸结合，饮食有节，起居有常，寒温适和，从而配合治疗。

六、脾胃病症状选穴古歌赋选

胸闷：

建里、内关，扫尽胸中之苦闷。（百）

听宫、脾俞，祛残心下之悲凄。（百）

胸满：

阴陵泉治心胸满，针到承山饮食思。（席）

胸满更加噎塞，中府、意舍所行。（百）

胸满项强，神藏、璇玑已试。（百）

欲调饱满之气逆，三里可胜。（玉赋）

经年或变劳怯者，痞满脐旁章门决。（胜）

诸般气从何治，气海针之灸亦宜。（胜）

心胸痞满阴陵泉。（杂）

心胸有病少腹泻。（肘）

中满如何去得根，阴包如刺效如神。（肘）

胁痛：

久知胁肋疼痛，气户华盖有灵。（百）

胸胁支满何疗，章门不用细寻。（百）

若是胁痛并闭结，支沟奇妙效非常。（玉歌）

胁痛只须阳陵泉。（杂）

伤寒痞结胁积痛，宜用期门见神功。（肘）

两足两肋满难伸，飞虎神针七分到。（肘）

肠鸣：

腹内肠鸣，下脘、陷谷能平。（百）

疟疾面肿及肠鸣，先取合谷后内庭。（肘）

腹中痛块疼难当，穴法宜向内关防。（玉歌）

肠鸣大便时泄泻，脐旁两寸灸天枢。（胜）

泄泻肚腹诸般疾，三里内庭功无比。（杂）

脘痛：

脘痛饮蓄难禁，膻中巨阙便针。（百）

上脘、中脘治九种之心痛。（玉赋）

九种心痛及脾痛，上脘穴内用神针。（玉歌）

心痛、脾痛上脘先。（胜）

霍乱心痛吐痰涎，巨阙着艾便安然。（胜）

脾痛背痛中渚泻，脾心急痛寻公孙。（胜）

心痛翻胃刺劳宫。（杂）

若是胃中停宿食，后寻三里起璇玑。（长）

中脘回还胃气通。（肘）

呕吐：

烦心呕吐，幽门开彻玉堂明。（百）

呕吐还须上脘疗。（席）

头风呕吐眼昏花，穴取神庭始不差。（玉歌）

伤寒呕啰闷涎随，列缺下针三分许。（杂）

腹痛：

肚痛须是公孙妙，内关相应必然廖。（席）

腹痛秘结，大陵合外关支沟。（玉赋）

腹中疼痛亦难当，大陵外关可消详。（玉歌）

小肠气痛先长强，后刺大敦不要忙。（胜）

小肠气痛归来治。（胜）

腹痛公孙内关耳。（杂）

如是小肠连脐痛，先刺阴陵后涌泉。（长）

腹胀：

内庭临泣理小腹之腹。（玉赋）

腹膨而胀，夺内庭以休迟。（通）

小腹胀满气攻心，内庭二穴要先针。（玉歌）

腹胀水分多得力。（胜）

肚腹浮肿胀膨膨，先针水分泻建里。（胜）

倦怠：

倦言嗜卧往通里大钟而明。（百）

至阳却疸，善治神疲。（玉赋）

若是头风并眼痛，上星穴内刺无偏。（玉歌）

便秘：

大便闭涩大敦绕。（席）

照海支沟通大便之秘。（玉赋）

腹痛便秘大陵合外关支沟。（玉赋）

若是胁痛并闭结，支沟奇妙效非常。（玉歌）

大便闭结不能通，照海分明在足心，更把支沟来动泻，方知妙穴有神功。（玉歌）

大便虚秘补支沟，泻足三里效可拟。（杂）

尿赤：

小便赤涩，兑端独泻太阳经。（百）

小便不禁，关元好。（席）

多梦：

梦魇不宁，历兑相谐于隐白。（百）

惊悸：

惊悸怔忡，取阳交解溪勿误。（百）

通里疗心惊而即瘥。（玉赋）

发黄：

目黄兮，阳纲胆俞。（百）

黄疸亦须寻腕骨，金针必定奇中腕。（玉歌）

黄疸至阳便能离。（胜）

噎气吞酸：

噎气吞酸食不投，膻中七壮除膈热。（胜）

食不消化：

脾虚谷以不消，脾俞膀胱觅。（百）

胃寒食而难化，魂门胃俞堪责。（百）

手足上下针三里，食癖气块凭此取。（席）

胃中有积刺璇玑，三里功多人不知。（席）

阴陵泉治心胸满，针到承山饮食思。（席）

胃冷下脘却为良。（胜）

内伤食积针三里，璇玑相应块亦消。（杂）

若是胃中停宿食，后寻三里起璇玑。（长）

第四节 痹 证

一、概述

痹者，闭阻不通的意思。当风寒湿外邪，侵犯人体经络，气血闭阻不能畅行，因而引起肢体关节等处，出现痛、酸、麻、沉的症状，有的甚至红肿，即是中医所谓之痹证，临床较为多见。

发病原因，多由起居失调，卫外不固，腠理空疏，或劳累之后，汗后受风，涉水冒寒，久卧湿地等，以致风寒湿邪乘虚侵入，经络闭阻，发为风寒湿痹。古云：“风寒湿三气杂至合而为痹”是也。又有因素体热盛，或风寒湿邪郁而化热，发为热痹。西医以关节部位肿胀、疼痛，活动受限制为主证，分为：①风湿性关节炎。此患者常易发生风湿性心脏病。关节疼痛多在大关节，呈游走性疼痛。其在急性期多红肿，病后无畸形，无骨质改变，急性时血沉快为其特点。②类风湿性关节炎。很少伴心脏病，其疼痛多发生在小关节，呈对称性，其肿成梭形，活动受限，晚期多有关节强直，后期有骨质疏松的改变，血沉快是其特点。③骨性关节炎。其患者一般无心脏病，其疼痛多发生在活动多，负重大的关节，使活动其度受限制，但不强直，有骨刺形成，血沉无变化。以上病症可参照中医痹证进行治疗。

二、辨证

(一) 风寒湿痹

关节酸痛，或一部分肌肉酸重麻木，日久不愈，可发生肢体拘急，甚至关节肿大。又因感受风寒湿邪气偏胜不同，

又分为风气胜者为行痹，寒气胜者为痛痹，湿气胜者为着痹。

1. 行痹：肢体上下左右走窜疼痛，痛无定处，有时兼有寒热，舌苔黄腻，脉浮。

2. 痛痹：遍身或局部疼痛，痛有定处，得热痛减，遇冷加重，舌苔白，脉弦紧。

3. 着痹：肌肉麻木，肢体关节酸痛，酸沉有定处，阴雨天受潮湿病情加重，脉濡缓，苔白腻。

（二）热痹

关节酸痛，局部热肿，甚则痛不可近，关节不能活动，可涉及一个或多个关节，有时伴有口渴，发热，苔黄燥，脉滑数。

三、治疗

（一）宣痹（驱风、散寒、逐湿）通络止痛

1. 肩关节：肩髃、肩髃、肩贞。
2. 肘关节：阳溪、养老、外关。
3. 指关节：八邪、外关。
4. 髋关节：环跳、秩边。
5. 膝关节：膝眼、阳陵泉。
6. 踝关节：昆仑、丘墟、绝骨。
7. 趾关节：八风、绝骨。
8. 脊椎病：大椎、华佗夹脊。

（二）加减

1. 风胜加风市、阴市、足三里、风池。
2. 寒胜加大椎、曲池、阳陵泉。
3. 湿胜加足三里、三阴交、阴陵泉、承山。

4. 热痹加大椎、曲池、合谷、内关、丰隆。

(三) 五痹

1. 皮痹：主要表现是发麻，肌肤感觉尚好，见此加列缺、阳池。

2. 肉痹：主要表现是发木，肌肤感觉已差，见此加足三里、中脘。

3. 脉痹：主要表现是血脉失畅，肌肤颜色改变，或红或青，见此加太渊、神门。

4. 筋痹：主要表现为经脉挛急、抽痛，见此加阳陵泉、筋缩。

5. 骨痹：主要表现疼痛，活动则痛增，行走困难，见此加骨会、大杼穴。

(四) 内舍五脏

1. 皮痹久治不愈见气喘咳嗽，知内舍于肺，可加肺俞、中府、太渊。

2. 肉痹久治不愈见纳少困倦，知内舍于脾，可加脾俞、章门、太白。

3. 脉痹久治不愈见心慌心悸，知内舍于心，可加心俞、巨阙、神门。

4. 筋痹久治不愈见胁痛易急，知内舍于肝，可加肝俞、期门、太冲。

5. 骨痹久治不愈见腰痛肢酸，知内舍于肾，可加肾俞、京门、太溪。

(五) 临床治疗经验

1. 膝关节局部疼痛不移：阴陵泉、阳陵泉、足三里、曲池。

2. 下肢疼痛，游走无定处：风市、阴市、足三里、大

椎、风池、阳池。

3. 下肢后面窜痛：秩边、殷门、委中、承山、飞扬、阳陵泉。

4. 下肢外侧疼痛：环跳、风市、阳陵泉、绝骨、丘墟、委中。

5. 痛连腰脊酸沉者：肾俞、命门、大肠俞、腰阳关。

6. 上肢疼痛：肩髃、曲池、合谷、列缺、外关。肩部疼重，可加健侧肩髃，患侧环跳、臂臑。肘部疼重，可加健侧曲池，患侧阳陵泉、手三里。腕部疼重，可加健侧列缺、阳池、大陵，患侧解溪、丘墟。

7. 风寒痛：加灸或加电针。

8. 风湿痛：加电针。

9. 风胜配疏风定痛丸，寒胜配小活络丹，湿胜配二妙丸。

10. 脾主四肢，脾胃消化不好者：若脾虚运化不好的加公孙、中脘、内关，也可配补中益气丸。胃滞纳谷不香，加内关、中脘、足三里，可配保和丸。

11. 外伤后疼痛，病久刺痛：属瘀血加尺泽、委中、膈俞、血海，可配跌打丸、七厘散，局部可贴狗皮膏以活血散寒止痛。

12. 刺痛在下肢者，取环跳，或秩边、风市，或委中，刺络拔罐。

13. 气血不足时可加足三里、三阴交、太渊、内关。

第五节 急性腰痛

因受风寒湿邪，或外伤扭闪而致突然腰部疼痛的急性腰痛，是临床常见疼痛病之一。初起治不及时，或治不如法，

拖延日久，常易转成时发时止的慢性腰痛。其治疗方法很多。

一、辨证论治

(一) 风寒湿邪

症状：感受风寒湿邪后，突然腰背沉重疼痛，肌肉拘急，不能俯仰，或痛连臀部下肢，行走困难，痛处常感寒冷，体息疼痛不减。若腰痛串及腿脚，脉象弦缓，多属风邪偏盛。腰部痛重，得热则减，遇寒更痛，脉象弦紧，是寒邪偏盛。腰部沉重疼痛，如坐水中，如负重物，脉象滑缓，湿邪偏盛。

治则：宣痹(祛风、散寒、逐湿)通络止痛。

选穴：腰阳关、肾俞、大肠俞、委中、承山。风邪偏盛加风池、风府、风市、阴市。寒邪偏盛加大椎、后溪、阳陵泉、昆仑。湿邪偏盛加中脘、天枢、足三里、阴陵泉、三阴交。

(二) 外伤扭闪

1. 外伤

症状：跌打坠伤，内脏无损，没有骨折，瘀血内滞，腰部疼痛，痛如锥刺，或如被绞，呆痛不移，不能转侧，日轻夜重，脉弦，舌淡苔白。

治则：活血化瘀，行气止痛。

选穴：尺泽、委中、膈俞、肝俞、血海、肾俞。

2. 扭闪

症状：因姿势不正，强举、强抬、强提或扭转不当，突然腰部作响而痛，不能活动，行走困难，仰俯、转侧、咳嗽、深呼吸则加重疼痛，不能翻身，影响睡眠、饮食及二

便。脉弦紧，舌淡苔白。

治则：行气止痛。

选穴：攒竹、人中、委中、太冲

二、典型病例

【例一】袁××，女，72岁，家庭妇女。

病情：患者年已古稀，平日行走自如，今日清晨上厕所时，忽觉下身一阵寒冷，旋即腰痛不能起立，不能转动，后被人抬回家中。疼痛两个多小时，无法忍受，家属急用儿童小车四人抬来，坐在车内，腰骶及背部因疼痛不能活动。查腰背局部无红肿，痛处轻摸尚可，重按痛增，神志清楚，上肢活动正常，脉象弦紧，舌质淡红，舌苔薄白，食睡二便一般。血压130/80毫米汞柱。

证属：风寒侵袭腰部，膀胱经脉失畅，以致急性腰痛。

治则：散寒通络、行气止痛。

处方：攒竹、大椎、后溪、肾俞、秩边。

效果：先针大椎针感向下传至腰部，攒竹点刺流泪，后溪用泻法不留针，针后患者觉身体微有汗，腰痛顿时大减，由家属扶起迈出小车。后又针肾俞、秩边，秩边针感下传到足，留针20分钟，起针后步行回家。后又因觉下肢酸软无力，针双秩边、双足三里，用补法十余次，并在患处贴狗皮膏一周，步行恢复原状而停针。后能走十余里路程去探亲，一年后见其家属询问，腰痛未发。

【例二】刘××，女，50岁，退休工人。

病情：腰痛一月，初因搬煤，突然腰痛，曾服各种止痛药，又注射VB₁₂十二针，休息疼痛不见好转。现右侧腰痛，牵及右臀，不能直立，行走困难，须人扶持。行走、咳嗽、弯

腰、坐久起立、夜间翻身时疼痛俱加重。饮食、睡眠欠佳，二便一般，局部无红肿，脉弦，舌淡苔白。

症属：用力扭伤，血瘀气滞腰痛。

治则：活血化瘀，行气止痛。

处方：攒竹、大椎、肾俞、秩边、委中。

效果：针大椎针感到腰部，又针攒竹流泪，腰痛减轻，后针肾俞、秩边针感下至足，委中点刺再拔火罐出血，留针20分钟，起针后弯腰、咳嗽腰俱不痛，走路不用人扶。第二天就诊右下肢外侧稍痛，又针环跳、风市、阳陵泉、绝骨（均取右侧），环跳、阳陵泉针感传至足，风市、绝骨针感局部扩散。留针20分钟，针后腰腿不痛，行走自如。第三、四天又针肾俞、大肠俞两次，行动恢复正常，能操持家务，並去动物园游玩一天，腰不觉痛。

三、体会

（一）中医认为，腰为肾之府，肾与膀胱相表里，在外为太阳，在内属少阴，又为冲、任、督、带之会。急性腰痛多因外伤扭伤，或受风寒湿邪致伤膀胱经气失畅。但患者平素均有不同程度的肾虚情况，故治疗时多用肾俞。

（二）选穴以督脉、膀胱经为主，肾俞、大肠俞、秩边、委中多配合应用。风寒盛加大椎、风池、后溪，针刺时微微出汗较好。扭伤疼痛重时刺委中出血，以起活血化瘀作用。以上两例在患处贴狗皮膏一周，可减少后遗症。

（三）不论因风寒湿邪，或外伤扭伤，针刺膀胱经攒竹穴，均有一定止痛效果。因此急性疼痛可先针攒竹，待疼痛减轻，稍活动，再针刺其它穴位。

（四）临床对症治疗时，急则治其标

一側偏痛：針健側，患側皮下有節結可針患側。
低頭痛重：針大椎。
伸膝痛重：針天柱。
腰痛及腹：針天樞。
咳嗽痛重：針陽陵泉。
行走疼痛：灸痛點上下左右各一寸處。
腰痛及背：針肝俞。
腰痛及腿：針秩邊。
受風寒痛：後溪瀉法。
扭傷瘀血：委中出血。
藥物配合（此系筆者常用）。
補腎：六味地黃丸。
止痛：山藥丸。
祛寒：疏風定痛丸。
祛濕：二妙丸。
補氣：補中益氣丸。
養血：養血榮筋丸。
活血：跌打丸、七厘散
膏藥：狗皮膏。

第七章 论文选集

《伤寒论》针灸学术思想探讨

一、针灸条文综述及针灸功能、治疗范围

《伤寒论》是公元三世纪东汉人张仲景在《内经》、《难经》等书的基础上，总结了东汉以前的医学理论和医疗实践，结合自己临床经验，写出的一部理、法、方、药（针、灸）的医学经典著作。他确立了“六经证治”、“八纲辨证”，使祖国医学“辨证论治”的独特思想体系，更系统、更完整、更切合临床应用，这种思想有效地指导着中医方药的临床治疗。但对《伤寒论》中的针灸条文，和用它来指导针灸临床的探讨甚少，今作初步探讨。

（一）针灸条文综述

《伤寒论》全文398条，而涉及针灸的有32条，占全书条文8%。全书用于药物治疗的条方212条，用于针灸防治的条文16条，针灸防治条文占针药总治疗条文的7%。在32条针灸防治条文中：

1. 防治的条文共16条。其中防止传经的1条(8)。针刺治疗的9条，三阳篇8条(太阳6条：24、108、109、142、143、171。阳明2条：216、231。少阳没有)。三阴篇中条(太阴没有。少阴1条：308。厥阴没有)。灸(火)治疗的6条，三阳篇没有，三阴篇6条(太阴没有。少阴3条：292、304、325。厥阴3条：343、349、362)。

2. 应用针刺、灸(火)、温针产生“坏病”和不该用针刺、灸(火)、温针的条文共16条。其中因灸(火)的10条,三阳篇9条(太阳8条:111、112、113、114、115、116、117、118。阳明1条:200。少阳没有)。三阴篇1条(太阴没有。少阴1条:284。厥阴没有)。因温针的6条,全在三阳篇(太阳4条:16、29、114、153。阳明1条:221。少阳1条:267),三阴篇没有。

3. 在32条有关针灸的条文中包括针药并用的2条(24、231),灸药并用的2条(117、204)。

(二) 针灸功能、治疗范围

1. 针刺治疗9条中,三阳篇占8条,三阴篇占1条,说明针刺治疗多用于三阳篇,三阴篇少用。三阳篇中的8条,太阳占6条,阳明占2条。太阳、阳明是正邪俱盛阶段,少阳是正邪相持阶段,三阴篇是邪胜正衰阶段。少阳篇没有针刺条文,三阴篇只有一条,说明针刺治疗是以祛邪为主,首在太阳,次则阳明,多用于邪正俱盛之时。

2. 灸(火)治疗6条中,全在三阴篇,说明灸(火)治疗多用于三阴篇,三阳篇少用。在三阴篇的6条中,少阴3条,厥阴3条,这都是邪胜正衰的阶段,因此灸(火)治疗是以扶正为主,多用于正(阳)气衰减病症。

3. 针刺治疗不当,尚无条文。灸(火)、温针用不得当的16条中,灸(火)治不得当10条,三阳篇占9条(太阳8条,阳明1条,少阳没有),由此看出,灸(火)不宜多用在正邪俱盛的太阳、阳明阶段。否则易出“坏病”或转生它疾。三阴篇用不得当仅1条,在少阴。太阴、厥阴尚无用不得当的条文,说明三阴篇可酌情用灸(火)治疗,在少阴要慎重考虑。

温针用不得当的共6条，全在三阳篇（太阳4条，阳明1条，少阳1条），这说明三阳篇不宜多用温针，尤其太阳不宜多用，阳明、少阳次之。三阴篇尚无温针用之不当的条文，说明温针在三阴篇可酌情应用。

综上所述，针刺在《伤寒论》中多以祛邪通络、调和营卫为主，治疗多用于三阳篇的实证。灸（火）、温针在《伤寒论》中多以扶正（阳）温里（脏）、益气养血为主，治疗多用于三阴篇的阳虚病症。

注：①伤寒论 398 条及各条文编号均以重庆人民出版社出版、重庆市中医学会编注的《新辑宋本伤寒论》条文的编号为准。②笔者把伤寒论中的灸法、火劫、火迫、被火、火薰等统归于灸（火）治疗。

二、针灸“四要”

《伤寒论》中不仅有许多针灸临床实践的条文，统观全部针灸条文内容，“四要”贯穿其中，现探讨如下。

（一）要辨两纲六要

从《伤寒论》111、112、115、143、153、216、292、304、343、349、362等十一条条文中摘出词句分析。

阴阳：两阳相薰，阳盛，阴虚，阴阳俱虚竭，亡阳，阴阳气并竭，无阳，独阴。

表里：表里俱虚。

寒热：发热恶寒，热除身凉，热入血室，手足不厥冷，反发热，背恶寒，手足厥冷，手足厥逆。

虚实：阳盛，阴虚，阴阳俱虚，此为实，实以虚治，随其实而取之，随其实而泻之，表里俱虚。

由此可以看出针灸治病，不知表里、寒热，怎辨阴阳虚

实。不明病的阴阳虚实，自要犯虚虚实实之戒。因此从针灸条文中反映出，针灸治病，必须辨两纲（阴、阳）六要（表、里、寒、热、虚、实）。

（二）要知脏腑经络

从《伤寒论》8、108、109、114条条文中，有“经尽”、“再经”、“使经不传”、“到经不解”、“肝乘脾”、“肝乘肺”等记载。提示：①针灸治病时，必须知道“经、肝、脾、肺”。经即是经络，即要知道经络的分布、走向、属络、是动所生病等，才能知道是否“经尽”、“再经”、“经不传”、“到经不解”。②条文中的肝、脾、肺其概念即指五脏的肝脏、脾脏、肺脏，也包括了肝经、脾经、肺经以及肝与胆合、脾与胃合、肺与大肠合、肝经与胆经相表里、脾经与胃经相表里、肺经与大肠经相表里等。同时要了解这些脏腑经络的生理、病理和它们之间的关系，才能弄清什么是“肝乘脾”、“肝乘肺”，以便进一步采取刺期门的方法。③一般认为经络在表在外，脏腑在里在内，从这一意义讲，针灸治病，必须知在外经络受邪情况，知在内脏腑寒热虚实。

（三）要会切脉观神

从《伤寒论》16、108、112、113、114、115、116、118、119、142、221、292、295等十三条条文中记载脉象词句有：观其脉证，寸口脉浮而紧，伤寒脉浮，脉不弦紧而弱，脉浮热盛，微数之脉，脉弦，脉不至者，脉微涩。神态词句有：谵语，亡阳必惊狂，卧起不安，躁，烦躁，必惊，不得眠。

说明针灸治病，必须要会切脉、观神，否则就会出现不良后果，如“微数之脉，慎不可灸”。不懂什么是微数之脉，怎知慎灸与否。又如“阳明病……若发汗则躁，心愠愠反谵语，若加温针，必怵惕，不得眠……”。不知躁、心愠愠、

谵语、怵惕、不得眠，怎知温针前后的病情变化。因此从《伤寒论》针灸条文看出，作为一个好的针灸医生一定要会切脉观神。

（四）要保卫气、存津液

从《伤寒论》16、29、111、112、220、284六条条文中看出，温针、烧针、火迫、被火等都属针灸范畴的治疗方法，使用时对治疗前患者的阴(津)阳(气)盛衰情况和治疗后阴(津)阳(气)的变化都要注意，如已发汗或重发汗，在阴津已伤的情况下，再用温针、烧针，可伤阴出现“坏病”，伤阳而出现用四逆汤治疗的病症。因此在《伤寒论》针灸条文中反映出保卫气、存津液的重要思想。

综上所述，我认为以上“四要”是《伤寒论》针灸理论的指导思想，张仲景以此有效地指导了临床实践。

三、针刺三方

（一）刺期门方五条探讨

1. 伤寒腹满谵语，寸口脉浮而紧，此肝乘脾也，名曰纵，刺期门。（108）

脉浮而紧，伤寒脉象。腹满，肝乘脾也。谵语，肝病及胃，为阳明谵语。刺期门者，调肝木，缓脾土。

2. 伤寒发热，啬啬恶寒，大渴欲饮水，其腹必满，自汗出，小便利，其欲解，此肝乘肺也，名曰横，刺期门。（109）

发热、啬啬恶寒，此系风寒犯表。其腹必满、渴欲饮水，此系阳明气滞，大肠有热。自汗出则表寒可解，小便利则内热能清，故其病欲解。刺期门者，调少阳，祛太阳、阳明之邪。

3. 发汗则谵语脉弦，五日谵语不止，当刺期门。(142)

本条系142条太阳与少阳并病，见头项强痛或眩冒，时如结胸，心下痞鞭者，当刺大椎第一间，肺俞肝俞。慎不可发汗，若发汗则出现谵语脉弦，此系阳明津液受损，阳明热盛则谵语，脉弦为少阳之脉，刺期门可调少阳祛阳明热邪。

4. 妇人中风，发热恶寒，经水适来，得之七八日，热除而脉迟身凉，胸胁下满，如结胸状，谵语者，此为热入血室也，当刺期门，随其实而取之。(143)

发热恶寒是表证，热除脉迟身凉，邪由气入血。胸胁下满，是少阳气滞。谵语是阳明血分热盛。刺期门泻血室热，调少阳气滞。

5. 阳明病，下血谵语者，此为热入血室，但头汗出者，刺期门，随其实而泻之，濈然汗出则愈。

下血是热伤阴络。谵语是阳明血分热邪扰乱神明。但头汗出是肝热循经上至头顶，刺期门以泻肝热。濈然汗出是热邪由阳明向外泄出。

由上可知刺期门应掌握：①有少阳症状、脉象可用。②阳明血热致谵语者可用。③因肝致脾胃病者可以用。④肝病及肺与大肠病者可用。

(二) 刺大椎、肺俞、肝俞方二条探讨

1. 太阳少阳并病，头项强痛，或眩暈，时如结胸，心下痞鞭者，当刺大椎第一间，肺俞肝俞，慎不可发汗。(142)

头痛项强是太阳病症，心下痞鞭是邪由表及里。肺主皮毛，邪由表入里至肺，故选肺俞。眩冒，时有结胸，肝之病症也。胸胁少阳之分野，故治取肝俞。又大椎通三阳调和营卫。其虽有恶寒发热的表证，但不可发汗，此系太阳外受寒束，少阳气滞枢机不利，故不能用发汗。

2. 太阳少阳并病，心下硬，颈项强而眩者，当刺大椎肺俞肝俞，慎勿下之。(171)

颈项强系太阳病症，眩是少阳，故用肺俞、肝俞、大椎，其理同上。告戒有大便秘少里证，不能用下法，重在调少阳。

应用大椎、肺俞、肝俞要注意：①太少并病而有表证，不可汗时则用之。②太少并病有里证，不可下时则用之。③穴解：大椎通三阳调和营卫，肺俞宣肺解表、祛太阳邪，肝俞疏肝理气以和少阳气滞。

（三）刺风池、风府方一条探讨

太阳病，初服桂枝汤，反烦不解者，先刺风池风府，却与桂枝汤则愈。(24)

烦者，热也。太阳病，初服桂枝汤反烦不解，是风邪盛未能散，故反热而烦。刺风池调和少阳除烦热，刺风府泄督脉散太阳，以通达太阳之经而泄风气。

外感风邪较甚，兼有烦时，可先刺风池、风府，再服桂枝汤。

四、灸法六条

（一）少阴篇灸法三条

1. 少阴病，吐利，手足不逆冷，反发热者，不死，脉不至者，灸少阴七壮。(292)

吐利是脾肾阳虚，手足不逆冷，反发热者，不死，此因阳气未尽，故不死。脉不至又作脉不足，阳气虚也。肾之原出于太溪，灸少阴七壮，当灸太溪，这是里寒盛，外有热，系阳虚致热。

2. 少阴病得之一二日，口中和，其背恶寒者，当灸之，

附子汤主之。(304)

背恶寒少阴病心肾阳虚，肺气虚导致卫阳不足背部恶寒。口中和脾胃阳虚。灸以助之，助脾胃阳虚，如常器之云：少阴病，灸膈关温其表以散外邪，灸关元温其里而助元气。这是内外皆虚寒。

3. 少阴病，下利，脉微涩，呕而汗出。必数更衣，反少者，当温其上，灸之。(325)

下痢是少阴病。脉微涩是阳虚血少。阴邪盛于内，拒阳于上而呕。阳虚失护而汗出。必数更衣，反少者，痢之阳虚血少，见里急后重，当灸之。如方有执说：“上，谓顶，百会是也，升举其阳，以调夫阴”。《脉经》又云：灸厥阴可五十壮。阳虚血少之下痢，灸百会，升举其阳，有阳生阴长之意，灸厥阴亦助阳益血。

少阴篇灸法使用须知：①少阴篇灸是助阳益阴。②吐利，手足不逆冷，反发热，脉不至者，是阴虚阳弱。③口中和，其背恶寒是阳气虚弱之象。④下痢脉微涩，吐而汗出，必数更衣反少者，是阴虚阳微也。

(二) 厥阴篇灸法三条

1. 伤寒六七日，脉微，手足厥冷，烦躁，灸厥阴，厥不还者，死。(343)

脉微是阴阳俱虚。手足厥冷，阳虚不达四末之故。烦躁是虚阳内扰。灸厥阴可通其阳以达四末，可灸太冲、灸厥阴俞等。脉不还者死，为亡阳，阴阳离决。

2. 伤寒脉促，手足厥逆可灸之。(349)

脉促，阳虚不能接续。手足厥逆，阳虚不达四末。可灸之，用灸通其阳。

3. 下利，手足厥冷，无脉者，灸之。不温，若脉不还，

反微喘者，死。(362)

伤脾胃则下利。阳不达四末则手足厥冷。心阳不足则脉出无力。助其阳用灸法，依具体情况选穴，若土不生金，肺虚微喘，病甚也，当积极抢救。

厥阴篇灸法使用须知：①厥阴篇灸法是通阳接阴。②脉微，手足厥冷，烦躁，是虚热内扰。③无脉，手足厥冷，下利，是阳气虚微。

五、有关“坏病”

针灸使用不恰当，出现“坏病”，今从16、29、111、112、113、114、115、116、117、119十条条文中摘录以进行分析。

太阳病三日已发汗，若再用温针，病不解为“坏病”。此系伤阴或伤阳。

伤寒脉浮，重发汗，复加烧针，出现用四逆汤的症情。此系亡阳。

太阳病中风，火劫发汗，则见身黄欲衄，小便难。此系两阳相薰，阳盛阴虚。

伤寒脉浮，火迫劫之，出现惊狂，卧起不安。此系亡阳。

形作伤寒，脉弱，渴。被火则谵语。此为阴伤而阳亢。

太阳病，火薰之，不得汗则见心烦、清血，此因火邪、内热所致。

脉浮阳盛，灸之，咽燥吐血。此系阳盛。

太阳伤寒，温针治疗则易惊。阳盛之故。

烧针发汗，针处被寒，核起而赤，必发奔豚。

微数之脉，慎不可灸。

【按】如见下列情况，应不用、少用或慎用温针、火劫、火迫、火薰、灸法等：①太阳中风。②太阳病。③伤寒脉浮。④脉浮。⑤已发汗，重发汗。⑥脉浮阳盛。⑦形作伤寒，脉弱口渴。⑧微数之脉。

综合分析，针灸后出现“坏病”及其它症状，此乃仲景之告诫，也是我们今日使用针灸的注意事项。使用以上方法时要注意人体阴阳在治疗前后的变化以及出现这些变化的原因。

在针灸学发展中，《内经》和《难经》以阐述针灸理论为主，《针灸甲乙经》扩充了针灸的临床应用，且是我国现存最早的一部针灸专书。而《伤寒论》成书在内、难之后，而在甲乙经之前。它不仅有较完整的针灸理论，更有丰富的具体的临床实践记载。因此说，《伤寒论》在内、难与甲乙经之间，起了承上启下的作用。我们认为，《伤寒论》不仅是医方之祖，为中医方药家必读的中医四部经典之一。也是中医针灸家学习、研究针灸学的必读之书。对《伤寒论》针灸理法进行研究探讨，是提高针灸医生理论水平与临床疗效的重要途径。

针刺治疗的五个重要步骤

为了正确运用针刺治疗，提高临床疗效，现将针刺治疗过程的五个重要步骤分述如下。

一、辨证

辨证论治是中医独特的思想体系之一，针灸治疗也不例外，必须坚持辨证。在针刺治疗方面，通过辨证，找出病因，确定病位，分析病机，定出病名。

找出病因：通过四诊，尤其是问诊，千方百计找出病人当时发病的原因，或外感六淫，或内伤七情，或两者以外的其它原因。

确定病位：经过分析病症，以确定病在脏腑，还是经络，还是在皮、肉、脉、筋、骨。

分析病机：通过分析、综合，归纳出脏腑或经络之间的内在联系以及寒、热、虚、实等。

定出病名：中医病名，如痹证、痿证、中风、中暑、眩晕、消渴等，定出病名，有利于我们用中医理论认识与鉴别疾病，采取有效治法。

举例：患者两天前洗澡受凉，继则恶寒发热已两天，头痛头晕，鼻塞流清涕，周身疼痛，二便食睡一般，咳嗽较重，脉浮紧，舌淡苔白。

病因：外感风寒。

病位：病在肌表，与肺气失却宣降、膀胱经气失畅有关。

病机：风寒外束、营卫失调。

病名：感冒（太阳伤寒）。

二、立法

在辨证的基础上，确立治疗法则，要遵循急则治其标，缓则治其本的原则，抓住主要病情，不被枝节情况纠缠。治疗大法一补一泻，补什么泻什么要目标明确，胸中有数。

补法：从全身气血考虑如补气、补血、气血双补。从具体脏腑考虑如补肺、补脾、补肾、脾肾双补等。举例：脾虚泻者，温补脾阳；鸡鸣泻者，双补脾肾。

泻法：祛除外来病邪的，如祛风、散寒；清除内在病邪

的，如清热、利湿等。举例：痛痹者，散寒通络止痛。行痹者，散风通络止痛。肺热咳嗽者，清肺（热）止咳。下肢浮肿者，利湿消肿。

三、处方

处方是在确立治疗法则的前题下，选择最恰当穴位配伍成方。选穴处方时要考虑病人正邪斗争的情况及穴位的主治特性和配合的相互关系。

病人正邪情况：首先要注意正气，是正气尚充实，还是正气已衰惫，其次要看邪气正盛，还是邪气渐退。

穴位主治特性：要掌握穴位的特殊治疗作用和特殊主治部位，如郄穴止痛，多治急性病；络穴主治表里经同病；足三里主治肚腹；内关主治胸胁；阳陵泉主治筋病；膻中主治在气等，只有熟知穴位特性才能知穴善用。

举例：肾虚受寒腰痛，选用肾俞、大肠俞、飞扬、太溪、后溪等。肾俞、太溪补肾；大肠俞局部取穴加强肾俞以疏通太阳膀胱；因属膀胱经病兼有肾虚，故选膀胱络穴飞扬；后溪通督脉可散外寒。用泻法时，则须观察病人具体情况。正邪俱盛可以重泻；正虚邪盛，泻时要顾及正气；正衰邪退可扶正，正盛邪即退。

四、取穴

取准穴位是针灸由分析、综合、归纳病情，并立法、处方、进入针刺操作的前提。穴位选准，疗效易凑。要选准穴位，首先要熟悉经络分布。古人告诫，不明脏腑经络，开口动手便错，即指此义而言。

找经：要注意经络循行分布。找四肢经络，要注意前、

中、后的关系。如找心包经，要注意到前面的肺经和后面的心经分别与心包经位置上的关系，所以《标幽赋》记载：“取三经用一经而可正”。

取穴：取一穴要照顾到其上下左右四旁的穴位。如取中脘，要照顾到上面的上脘，下面的建里，两旁的梁门，这就是《标幽赋》所载的“取五穴用一穴而必端”。

宁失其穴，勿失其经，离穴不离经：这是临床治疗的一种应变措施。如要针内关穴，又巧逢内关穴部位有损伤或瘢痕，这样可以在向上或向下的心包经上针刺，但不要靠前或靠后偏离心包经。这是强调在特殊情况下，不离开经络的特殊办法。

为取准穴位，《标幽赋》记载：阳经取筋骨之侧，陷下为真；阴经取郄腠之间，动脉相应。明堂取穴法指出：头面腹背手足，横用横尺寸，直用直尺寸，横法不可以准直，直法不可以准横。又说：诸穴有眉、发、筋、骨、约纹、陷下、肉际者，即取之，不必度也。这些对我们取准穴位都是有益的教导。

五、操作

针刺手法的熟练与否，与治疗效果直接有关，刺的得当，病人舒适，愈病也快，反之效果则差。因此对操作要好好练习，严格要求，不断体会针感与疾病的关系，才能不断提高针刺治疗效果。

反复练针：练针的目的，主要是锻炼指力，有一定的指力，才能保证进针顺利，减轻疼痛和提高疗效。练针常用纸垫，可多偏重练习捻转，棉团可偏于练提插。初练时先在纸垫、棉团上，次之则自身练针，再次则互相试针，最后给病

入针。这样由自身体会针感，到互相体会针感，再针病人则能体会病人针感。即使针刺熟练的人，也要不断体会针感与每个病人愈病的关系，这才能不断丰富自己临床经验。

进针要求：进针方法很多，但我们体会到作好以下三点，效果较好：

(1) 左右手配合：古人也很重视针刺时左右手配合，如《标幽赋》“左手重而多按，欲令气散，右手轻而徐入，不痛之因”的双手操作方法。《难经》也提出“信其针者信其左，不信其针者信其右”的告诫。现今把左手叫押手、认为它有固定穴位、减少疼痛、避开血管、体会针感的作用，右手叫刺手，用它进针出针、提插捻转、体会针感、施行补泻。如果只用右手不用左手，左手作用就失去了。所以有的临床家指出，在针刺操作过程中要左手不离穴，右手不离针。

(2) 必须要“得气”：进针后医者提插捻转，调动机体经气，使患者感到酸、麻、沉、胀，感觉扩散、传导，医者感到针下沉紧或如鱼吞钓饵一样，这就是“得气”的表现。

“得气”在针刺中是很重要的，《灵枢》记载：“为刺之要，气至（得气）而有效，效之信。若风之吹云，明乎若见苍天”。

《标幽赋》记载：“轻滑慢而未来（未得气），沉紧涩而已至（已得气）”，又记载：“气至也如鱼吞钓饵之浮沉，气未至如闭处幽堂之深邃”。《金针赋》记述：“气速效速，气迟效迟”。以上说明了针刺“得气”的重要性，因此我们针刺时一定要要求“得气”。

但临床也常有不得气的时候，分析原因有：①取穴不准。②角度、深度不当。③刺激不够。④久病正气过虚。对前三者要适当调整，继续耐心寻找。对第四种情况可用左手叩打或循按穴位附近的经络及穴位，摧气以求针感，若实在没

有得气即可停止行针。

(3) 要施行补泻：疾病是在病因作用下，引起人体产生太过或不及，造成人体阴阳失却平衡的表现。因此只有通过补泻消除太过和不及，方能使阴阳平衡，人体功能恢复正常。

补法：可鼓舞病人正气，使低下的功能恢复旺盛。

泻法：疏散体内病邪，使亢进的功能恢复正常。

补泻的重要性，如《灵枢》记载：“虚实之要，九针最妙，补泻之时，以针为之”。《千金方》记述：“凡用针之法，以补泻为先”。可以看出针刺一定要行补泻。本人在临床中遇到虚实明显者大补大泻，若不明显时小补小泻。本人常把迎随、呼吸、提(退)插(进)、开合结合起来运用(如在四肢)。行针时，补法是随经刺，呼气插针(进针)，吸气提针(退针)；泻法是迎经刺，呼气提针(退针)，吸气插针(进针)。出针时，补法是急按其孔，泻法是摇大针孔。

出针是针刺过程的结束，不能马虎，否则给病人产生不良反应，甚至影响效果，因此也要注意。①双手配合，慢慢出针，且不可向拔草一样起针。②起针时必待针下沉紧消失方可起针，急须时也要先捻动使针下松弛方可退出。③出针后应施行补泻方法。④防止出血(要求放血者例外)。

攒竹穴为主治疗急性腰背痛

急性腰背痛是比较痛苦和影响劳动力出勤的常见病。针灸治疗的方法很多，但多宗四总穴“腰背委中求”之旨。循经远道取穴，或在腰背局部取穴。今我们将以针刺攒竹穴为主治疗急性腰背痛的体会，介绍如下。

一、具体方法

眉头陷中选取攒竹穴，按针刺常规消毒穴位皮肤。让患者活动腰背，达到出现最痛的受限制姿势时，用五分（或一寸）针直刺（或针尖向百会穴方向）入穴1~2分（至骨），有酸胀感觉后，反复提插（幅度很小，提时针尖不出皮肤），点刺3~5分钟，要求达到流出眼泪，再留针20~30分钟。留针期间，可让患者活动腰背，左右旋转活动。根据患者疼痛的情况，可每10分钟再反复提插点刺1~2分钟，加强针感。每日针一次，针六次为一疗程。有时针入痛止，即使这样，也要坚持针完六次，以求巩固。

二、典型病例

姚××，男，40岁，科技人员。

初诊病情：腰部疼痛七八天，因天寒洗衣服时间较长，初觉腰部发凉、发紧，继又因扛煤气罐而引起腰部疼痛，两腰眼部位尤明显。曾服药及磁疗五次，其效不显。现腰痛集中腰骶部，久坐起立时腰骶酸沉，腰向前凸疼痛明显，呼吸、咳嗽或翻身时自觉疼痛加重。二便一般，纳睡尚好，脉象沉小，舌淡苔白，腰背局部无红肿，骶部按之疼痛，腰背部怕冷，形体瘦弱，语声低怯，面有疼痛表情，不敢直腰行走。

辨证与立法：形体瘦弱、脉象沉小、语声低怯，为肾气不足之像。肾与膀胱相表里，肾虚膀胱气亦虚，洗衣汗出，表阳已虚，外出负重，又遇天寒。《内经》说：“阳气者，烦劳则张”，劳倦过力，汗出阳虚，表阳不固，膀胱经气又虚，寒邪乘虚侵犯太阳，阳气被遏，背部恶寒，寒凝气滞，腰骶疼痛。治以温散寒邪，通阳固表。穴用攒竹、后溪、秩

边。

操作及效果：先用攒竹依前法针刺即觉腰骶痛轻，可以挺胸，咳嗽疼痛大减。督脉总督一身之阳，后背属阳，背部恶寒，故取八脉交会穴后溪通其阳，用呼吸补泻，泻两分钟而全身微汗出，腰骶痛顿减若失。后又针两秩边，通阳固表，留针20分钟，可直立挺腰行走。又嘱贴狗皮膏，隔日复诊，虽未贴膏药，腰骶已不痛，稍觉腰背不适。再针攒竹、大椎，病情痊愈。

三、体会

(一) 攒竹穴治疗急性腰背痛讨论。古今医书文献，对攒竹穴多用于治疗头面目诸疾，而用于治疗腰背痛，尚无记载。过去曾听说有“点眼药治腰痛”之说，又“《外科全生集》有“硼砂点眼法”治疗闪挫、促颈的记载”。二者施术部位，均在目内眦（即睛明穴的部位）。为了避开睛明穴，防止产生眼出血、血肿或其他意外，我们根据经络学说的“经络所过，主治所及”的理论，认为背部为膀胱经所过，膀胱经的穴位应能治腰背疾患，故启用攒竹穴。关于攒竹穴：①是膀胱经的穴位，经气所发之处，符合“住痛移疼取相交相贯之经”和“病在下，上取之”的原则；②睛明穴能治腰痛，要求出眼泪，攒竹穴在膀胱经上离睛明穴最近处，针刺该穴能达到眼睛流泪，故有睛明穴治腰痛的作用。③《素问·骨空论》说：“从风憎风刺眉头”，意思就是受了风寒，有怕风寒症状的可以刺眉头（即攒竹穴）。综上所述攒竹穴有祛散外来风寒，疏通太阳经气的作用，而达到通则不痛的目的。所以上面病例，以攒竹穴为主针刺治疗收到满意效果。多年临床体会此法方便易行，效果较好，有时常有针入痛止的情况。

(二) 针刺取效的三个要点和治疗范围的体会。要取得较好效果，针刺攒竹时，要注意以下三点：①先让病人活动腰背，作出最痛时身体受限制的姿势，进行针刺；②在进针至骨有针感后，要继续提插点刺，不要拘于3~5分钟，而要使针感由轻渐重，直至泪出为度（也有针不出泪的，但针出泪效果较好）；③为巩固效果和防止转成时痛时止的慢性腰背痛，针刺后可在患处贴狗皮膏5~7天，如贴后有刺痒皮肤过敏的，可先用鲜生姜擦患处后，再贴膏药。本法适用于因风寒而致太阳膀胱经脉失畅之急性腰背痛者；或扭伤、岔气、落枕，以致膀胱经气失畅，引起腰背及颈部酸痛紧胀而活动受限制者；或外伤筋骨和其它内脏疾患而致腰背痛者。

以上是我们通过理论学习与临床实践的一点心得体会，不一定拘于“腰背委中求”之说，进一步扩大了攒竹穴的使用范围，此法简便易行安全，提供同道参考。

简要针药救急十法

中医亦有一些急救措施，但因条件不同应用较少，今仅就笔者临床应用属内科范围内的一些方法，总结出以下十条。它可以在不同的条件下进行配合或单独使用，如中西医条件都已具备者，要互相配合，共同抢救。如医疗条件较差，或在边远地区，或路途如遇险情，可单独使用，故名救急十法。

一、祛痰

适应症：各种急症，痰涎壅盛，呼吸急促。

方法：针中脘、内关、丰隆，泻法不留针。药用竹沥水30毫升，急滴入口中或鼻饲。

二、开窍

适应症：各种急症，痰热壅盛，神昏不语。

方法：针人中、间使、丰隆，泻法不留针。药用安宫牛黄丸一丸，加竹沥水30毫升，化开滴入口中或鼻饲。

三、泄热

适应症：高烧壮热，神昏欲抽，体温39℃以上。

方法：针十宣放血，又针曲池、足三里、印堂、大椎，俱泻法不留针。药用紫雪散一支，竹沥水30毫升冲服。

四、降压

适应症：头痛，血压增高，脉弦，舌红苔腻，血压160/100毫米汞柱以上。

方法：针十宣放血，另针风池、内关、阳陵泉，太冲，泻法可留针。药用龙胆泻肝丸9克温开水送下，日服二次（苔不腻时亦可用菊明降压丸）。

五、钦汗

适应症：汗出不止，呼吸短促，精神不振。

方法：灸气海，最少30分钟，灸时防止烫伤，注意汗情及呼吸、精神情况。药可用人参9克、麦冬9克、五味子9克，急煎服。

六、回阳

适应症：汗多气喘，肢冷脉微，神昏欲脱。

方法：灸气海，30分钟，针神门、太溪，足三里，补法

不留针。

七、通便

适应症：大便燥结，腹胀失气。

方法：针天枢、大肠俞、上巨虚、列缺，泻法，不留针。大便燥用玄明粉9克冲服。

八、利尿

适应症：小便短少，腹胀拒按。

方法：取列缺、气海、三阴交，平补平泻，不留针。或灸百会、肾俞，指按阴交穴。药可用车前子9克，水煎服。或淡竹叶9克，水煎服。

九、醒神

适应症：神志昏迷，叫之不应。

方法：取人中、劳宫、涌泉，强刺激不留针。药用牛黄清心丸一丸，开水化开，滴入口中或鼻饲，有清心的作用。或者苏合香丸一丸，开水化开，滴入或鼻饲，有行气的作用。或人参10克煎，滴入或鼻饲，有补气的作用。

十、止痉

适应症：高烧抽搐，角弓反张。

方法：针十宣放血，另取人中、印堂、合谷、太冲、阳陵泉、昆仑、攒竹，强刺不留针。药用紫雪散一支，或牛黄镇惊丸一丸，或牛黄抱龙丸一丸，竹沥水30毫升化开，急灌入或鼻饲。

《标幽赋》浅释

《标幽赋》为古代流传歌赋之一，内容包括：经络、气血、候气、取穴、手法、治疗等。均系针要之纲领，而且是传统之针灸法，因此不论针灸家、临床家、方药家均必须掌握。此赋流传八百多年，历经许多医家实践，确系千锤百炼之品，不可不知。《流注指微针赋》、《流注通玄指要赋》，与此大体相同，可以参考阅读。《标幽赋》注家有徐凤、杨继洲、吴琨三人，俱明朝人。原赋系宋时（相当公元一二七七年）北朝窦汉卿所著，其名傑，今广平府肥乡县人，为金太师，谥文贞，善针而作此赋。标者，标榜也，犹表章也。针之为道，玄微深奥，故曰幽。《标幽赋》著成后，由其弟子王镜泽传王国瑞，传孙王廷玉，传曾孙王宗泽，举世相传，有根有源，有源有流，实践性很强，为历代针灸家之规范。

我们知识有限，只作粗解，供初学者参考，以待深入研究。

拯救之法，妙用者针

救治疾病之苦的方法，最切合用的是针灸疗法。

上古神良之医，针为先务，末世失其传，故莫知其妙。窦氏妙之，其所得者深矣。医之神良者须沉和巧速。《灵枢》、《素问》俱言针灸，言针灸者十之七。另云：一针、二灸、三服药。针之妙从此而明，良医必针、灸、药俱备也。针灸全为适用，不作玄虚，拘于神鬼者，不可与言至德，惑于砭石者，不可与言至巧，此皆说明针无巫神之说。学习针灸，运用针灸治疗，是一个艰苦的过程，须了解经络、骨骼、脏腑、皮毛以及内外之联系，后方能求良效。善针者，病应手而起，不善针者，应手而错，古人传此术于人，非常

慎重，否则杀人耳。基于以上原因，针灸不能广传，此弊病也。

察岁时於天道

春温、夏热、秋凉、冬寒，春夏以浅，秋冬以深，为医者，因时之道也。

岁有五运六气，时有主客加临，皆当察之，以审病源。

针之神妙，尚须天时以和之。一年四时，温热寒冷不同。一月之中，上半月为阳时，而阴虚；下半月为阴时，而阳虚。一日子到午为阳，午至子为阴。阴阳寒热变化，人身气血应之。针有长短粗细，长者治病邪深，短者治病邪浅，粗者泻实，细者补虚。风、暑、热多伤阳，阳在表；寒、湿多伤阴，阴在里。天人相应，病有虚实，治当察病在阴在阳，在内在外，在气在血，而后调之。不知天之五运，地之六气，因时而变，而能调病之虚实乎。

定形气於予心

形有厚、薄、肥、瘦、坚、脆，气有长、短、怯、壮、虚、实，此当定之于心，以施针治。形薄瘦脆、气短怯虚者，治当偏补；形厚肥坚，气长壮实者，治当偏泻。不顾形气，一概而针之，多误伤也。古人云：脉色不顺者，莫针。形气相生，形盛脉小，形衰脉大，反复告诫，应当定病人之形气于医者之心，方可施针灸之术。

春夏瘦而刺浅，秋冬肥而刺深

春夏气浮于表，故云瘦；秋冬气沉于里，故云肥。春生夏长发泄故瘦，秋收冬藏闭藏故肥。春夏阳气在外，邪浅刺浅；秋冬阳气在内，邪深刺深。刺之太过伤内，刺之不及伤外。又有春刺井，夏刺荣，季夏刺俞，秋刺经，冬刺合，井荣浅，经合深，依穴的位置与特性分深浅。又以病在脏腑、

病程久暂而定，轻重如是而治疗之，自然浅深不错。

不穷经络阴阳、多逢刺禁

知病在经在络，为阴为阳，则万举万当。不讲阴阳、气血、经络，多逢禁刺，刺错部位。经有十二，有是动所生、虚实之病。络有十五，亦有虚实之分。古云：阴阳者，天地之道也，万物之纲纪，变化之父母，生杀之本始，神明之府也。阴者血，阳者气；天为阳，地为阴。平旦至日中，阳中之阳；日中至黄昏，阳中之阴；合夜至鸡鸣，阴中之阴；鸡鸣至平旦，阴中之阳。人内为阴，外为阳；背为阳，腹为阴；五脏为阴，六腑为阳。春夏病伤气为阳，秋冬病伤在内为阴。阳中之阳心，阳中之阴肺，阴中之阴肾，阴中之阳肝，阴中之至阴脾。阴无阳不生，阳无阴不长。阴主升养，阳主降化。如是之说、俱告诫说明，经络阴阳之要所在，故针家必明乎此。

既论脏腑虚实，须向经循

知脏腑何者为虚，何者为实，各有所主经穴，宜寻其邪由，而施针治。

脏腑为人体有形之物，病则有虚有实，脉为血府，故测脉能知脏腑之虚实，刺者不明脏腑虚实而刺之，多虚虚实实，医之杀人耳。麻痒多虚，病在气；肿痛多实，病在血。脏腑虚实，以脉候之，气口主里，人迎主表。寸脉右肺，左心；关脉右脾胃，左肝胆；尺脉右肾、大肠，左肾、小肠。如左关脉大肝实，右关脉缓脾胃虚。虚则补其母，实则泻其子。如心实取神门泻之（火生土，泻子，神门属土），心虚取少冲以补之（木能生火，补母，少冲属木）。又如心病虚则补肝木，实则泻脾土等。

原夫起自中焦，水初下瀾，太阴为始，至厥阴而方终，

穴出云门，抵期门而最后

此略言经穴起止。每日寅时从肺起，卯时流入大肠经，辰胃巳土午心火，未时流入小肠经，申属膀胱，酉属肾，戌走包络亥焦宫，气血如是循环不已，而为时以应之。穴起于肺经云门，终止肝经期门。

正经十二，别络走三百餘支，正侧偃伏，气穴有六百餘候

此略言经穴之数，正经十二，别络十五，横络孙络散在周身，三百六十五穴以应一年，正侧偃伏，前后左右之意也。全身共六百多穴，分布有深居于荣，浅在于卫。

手足三阳，手走头而头走足，手足三阴，足走腹而胸走手

手之三阳，从手走至头；足之三阳，从头走至足；手之三阴，从脏走至手；足之三阴，从足走入腹。

阴气升而主养，阳气降而主化，气之出入俱在经脉。经脉者，气血出入之道路，男女无异。

要识迎随，须明逆顺

手足三阴三阳，经络传注，周流不息，逆顺不同，针法有迎随补泻，要识针法迎随，须先明经脉逆顺。

迎夺随济，顺经脉方向为随，逆经脉方向为逆。逆顺含义有二：一为营卫气血之流行，二为迎泻随补之方法。

况夫阴阳气血，多少为最，厥阴太阳，少气多血，太阴少阴，少血多气，而又气多血少者，少阳之分，气盛血多者，阳明之位

多者易实，宜泻其多，少者易虚，宜补其少。掌握阴经阳经、气血多少，是最重要的。

厥阴太阳，少气多血；太阴少阴，少血多气；少阳之分，气多血少；阳明之位，气盛血多。

先详多少之宜，次察应至之气

先了解某经气血之多少，再知针气之至，如阳明气血不调，针时气至快，但太阳少气之经，得用催气。

轻滑慢而未来，沉涩紧而已至

入针后轻浮、滑虚、慢迟，值此为气未至。入针后沉重、涩滞、紧实，值此为气至。正气来时缓而和，邪气来时紧而急。

既至也，量寒热而留疾

留者，久留其针於孔穴；疾者，疾出其针也。此言之正气既至，必审寒热而施之。古云：刺热须至寒者，必留针，阴气隆至，乃呼之，去徐，其穴不闭。刺寒须至热者，阳气隆至，针气必热，乃吸之，去疾，其穴急扞之。

未至也，据虚实而候气

气未至，或进或退，或按或提，以催其气，气至方可行补泻。虚者，针下空滑；实者，针下沉紧。虚则推内进搓，以补其气；实则循扞弹努，以引其气。

气之至也，如鱼吞钩饵之沉浮；气未至也，如闲处幽室之深邃

气既至，则针有涩紧，似鱼吞钩，或沉或浮，或动。其气不来，针自轻滑，如人居幽静寂然无闻之地。

气速至而速效，气迟至而不治

此诊断之语。气速至，病愈快；迟至而慢，候之不至，病难愈也。

观夫九针之法，毫针最微，七星上应，众穴主持。本形金也，有调邪扶正之道。短长水也，有决凝开滞之机。定刺象木，或斜或正，口藏比火，进阳补虚，循机拍而可塞以象土，实应五行而可知。

九针：镵针、圆针、鍉针、锋针、铍针、员利针、毫针、长针、火针也。毫针第七，取数於星，故云应七星。七星者北斗星，主持众星，寓按以毫针主持于众穴。微者妙也。

本形言针，是由金属制作，有蠲邪（祛邪、泻法之意）、扶正（助正、补法之意）之功能。

长短针也，比喻针之长短，如水之流，人之气血凝滞而不通，犹水之凝滞不通也。水之不通，决之使流于湖海，气血不通，针之使周于经脉，故言针应水。

刺阳经者必斜卧针，无伤其卫，刺阴分者，必正立其针，毋伤其荣。斜正之像如木，故言针应木，针刺象木也。

口藏温其针，借针家之阳气，补患者之瘦弱，以针应火。

循、扞之动作，如用土填塞之意，故言针应土。

实应五行之理，总结针刺过程实应五行。

然是三寸六分，包含妙理

三寸六分，毫针之度也，上应七星，备五行之象，是包含妙理。然字，语又起之意。针三寸六分，其会理多，有五行之长，能调脏腑虚实。

虽细楨于毫发，同贯多岐

毫针为质甚微，如下文平五脏，遣八邪，开四关，所贯何多岐，楨：针干。岐，气血道路。

虽然很细的毫针，但能通调气血的道路，调和脏腑的虚实。

可平五脏之寒热，能调六府之虚实

补之则寒者温，泻之则热者凉，气至则虚者实，气散则实者虚。平：治的意思。

拘挛闭塞，遣八邪而去矣

手足拘挛，经坠闭塞，八风之邪所为也。宜用针之，汗之，遣散八风之邪。拘挛：筋脉拘挛。闭塞：气血不通。

正气养人，邪气伤人，寒热痹痛，开四关而已之

四关：乃十二经别走之络，为阴阳表里交通隘塞之地，在于四末，如往来之关隘，故曰四关。言为寒、为热、为痹、为痛皆四关闭塞所致，宜开通四关而已之。四关穴为合谷、太冲也。此处四关指五脏六腑十二原及五俞穴。

凡刺者，使本神朝而后入，既刺也，使本神定而气随，神不朝而勿刺，神已定而可施

本神，主宰本经元神也，前云气至，此云神朝旨哉言矣。《难经》所谓知为针者信其左，乃本神穴也，自非神良，恶能道此。

用针时必等病人精神朝定，思想集中安定，才能下针。神定才能知虚实，知虚实才能行补泻。气随即指补泻也。

定脚处，取气血为主意

立定主意，气病调气，血病取血，调气用迎随补泻，取血则出凝结之血而已。盖甚血不去留之於经，则成病痹故也。定脚处是注意点，针何处，用何法心有主意。

下手处，认水土作根基

水谓肾，土谓脾，肾水不亏者，如树之有根，脾之不败者，如室之有基，虽枝叶披离，垣墙颓败，犹能建立。假令肾亏脾败，是无根基，不足以施针治也。

有云水木者，相生之意，虚补母，实泻子也。

天地人三才也，涌泉同璇玑百会

涌泉穴在足心，屈脚踏指缝凹中，与大指本节平等是穴，主治三焦诸疾。史记济北王，阿母患热厥，足下热，仓

公刺足下立愈，盖此穴也。璇玑一穴，在天突下一寸陷中，主胸膈诸疾。百会穴为手足三阳督脉之会，主诸阳百病，史记虢太子尸厥，扁鹊取三阳五会，有间，太子苏，盖此穴也。

此言三才，百会在头应乎天，属督脉阳纲。璇玑在胸应乎人，属主阴之海任脉。涌泉在足心应乎地，先天之源属肾。言三穴为三才，能主上中下周身之疾，此三者为先天之源。

上中下三部也，大包与天枢地机

大包穴，直腋下六寸，为脾大络，布胸胁，出九肋及季肋端，别络诸阴，总统阴阳，由脾灌溉五脏。天枢穴，侠脐两旁各二寸，胃脉所发，大肠募也。地机穴，足太阴郄穴，在膝下五寸。言此三穴皆脾胃所发，主中宫气血，脾胃诸病。

大包在上，天枢在中，地机在下，三者后天之本脾胃的大经穴也。

阳跷阳维并督带，主肩背腰腿在表之病，阴跷阴维任冲脉，去心腹胁肋在里之疑

此论八法孔穴分主表里也，阳跷谓申脉，阳维谓外关，督脉谓后溪，带谓临泣，阴跷谓照海，阴维谓内关，任谓列缺，冲谓公孙，此八孔穴也。为针家一大法门，详在八法中论之。阳跷、督脉主表，阴跷、阴维、任、冲主里，阳维、带脉主半表半里。疑指病也。

二陵，二跷，二交，以续而交五六

二陵是阴陵泉、阳陵泉。二跷是阴跷照海，阳跷申脉。二交是三阴交、阳交。此六穴者，以之相续於足，而交乎五体也。以续即接续、五体是指头及四肢，六穴通达手足并头。

两间，两商，两井，相因而别两支

两间指二间、三间。两商指少商、商阳。两井指天井、

肩井。此六穴者，以之相依而别于两手也。

此为经脉交通之点，三才、三部、八脉交会之处。

足见取穴之法，必有分寸，先审其意，次观分肉，或屈伸而得之，或平直而安定，在阳部筋骨之侧，陷下为真，在阴分郄腠之间，动脉相应，取五穴用一穴而必端，取三经用一经而可正，头部与肩部详分，督脉与任脉易定

取穴之理大率详此。分寸指中指同身寸，折量分寸，按胸、腹、头、四肢而定，因开合体位不同之故。先审其意，即医生先审病在何经，治用何经、何穴，体位、开合、侧正、仰伏、病形、气血、浅深，俱要审清。如环跳取时侧卧，伸下腿屈上腿取之，病人体位要舒适为主。在阳部即阳经，取穴在筋骨之侧，有凹陷之处，不在冈上。在阴部即阴经，取穴避开血脉，郄腠之处。头部有宽有狭，尺寸不能一概而论，肩部有正有斜，体位要保持不动。督脉、任脉易定，因它们是定其它经穴的标准。

明标与本，论刺深刺浅之宜

病有标本，必明何者为标，何者为本，急则治其标，缓则治其本。又诸经气血，为病不同，四时肥瘠，浅深亦异。病在气分及形瘠者，宜刺浅；病在阴分及形肥者，宜刺深。标本是中医术语之一，包括广泛，临症须区别，从病之缓急言，急则为标，缓则为本。就病之先后言，后病为标，先病为本。就病之传变言，由此及彼，彼为标，此为本。从形体言，阳为标，阴为本；腑为标，脏为本。从经络言，络为标，经为本。

住痛移疼，取相交相贯之经

经脉直行者，有左右相交，络脉别走者，为表里相贯，针家住痛移疼，取此交贯孔穴而已。径，路之小而捷者，指

络脉而言。住痛即止痛。移疼，把痛由重要部位移到次要处，如由腰到腿，由脏到腑，由经到络。肺气实不易泄出，可由列缺分一部分到大肠，再由大肠处理。

岂不闻脏腑病，而求门、海、俞、募之微

门谓五门，十二经井荣俞经合也。谓之门者，以本经之气血由之出入也。海谓四海，髓海、气海、血海、水谷之海也。谓之海者，以其极蓄而大也。胃为水谷之海，其俞上在气街，下在三里。冲为十二经之海，其俞上在于柱骨之上下，前在于人迎。脑为髓海，其俞上在于其盖，下在风府。俞谓肺俞、包络俞、心俞、肝俞、胆俞、脾俞、胃俞、三焦俞、肾俞、大肠俞、小肠俞、膀胱俞。谓之俞者，脏腑之气于此输也。募指肺募中府、心募巨阙、肝募期门、脾募章门、肾募京门、胃募中脘、胆募日月、大肠募天枢、小肠募关元、三焦募石门、膀胱募中极。谓之募者，脏腑之气于此召募也。以上门海俞募之微，凡脏腑病宜求之。岂是语助词。岂不闻是你听说过吗？微是妙的意思。

经络滞，而求原别交会之道

原者，十二经之原，三焦元气所游行者也。肺之原太渊、包络之原大陵、肝之原太冲、脾之原太白、肾之原太溪、心之原兑骨（即神门）、胆之原丘墟、胃之原冲阳、三焦之原阳池、膀胱之原京骨、大肠之原合谷、小肠之原腕骨。五脏无原，以俞代原也。别，十二经别走之络，为阴阳表里，往来之关也。手太阴别走阳明者为列缺，手阳明别走太阴者为偏历，手少阴别走太阳者为通里，手太阳别走手少阴者为支正，手厥阴别走少阳者为内关，手少阳别走厥阴者为外关，足太阳别走少阴者为飞扬，足少阴别走太阳者为大钟，足阳明别走太阴者为丰隆，足太阴别走阳明者为公孙

（又为漏谷），足少阳别走厥阴者为光明，足厥阴别走少阳者为蠡沟。交，谓两脉交贯也，左右相交，如人中、承浆。前后相交如阳交、阴交是也。会者谓二经、三经、四经、五经共会一穴也。如头部百会为督脉足太阳之会，风池为足少阳阳维之会；面部睛明为手足太阳足阳明之会，承泣为阳跷任脉足阳明之会；颈部廉泉为阴维任脉之会；肩部秉风为手阳明太阳手足少阳之会；胸部天突为阴维任脉之会；腹部上脘为任脉足阳明手太阳之会；上肢鱼际为诸络之会；下肢三阴交为足太阴少阴厥阴之会，悬钟为足三阳络之会。以上原别交会之道，凡经络壅滞不得流通者，皆所当求也。

更穷四根三结，依标本刺而无不痊

诸经根于四末，谓之四根。结於面部、胸部、腹部、谓之三结。先病者为本，后病者为标。既穷根结标本，则病邪之巢穴蹊径，皆在目关，治之有不痊者乎。更，再要。穷，精通。根结是经脉起止交叉的部位。

但用八法五门，分主客而针无不效

八法为公孙、内关、临泣、外关、后溪、申脉、列缺、照海八穴之法。五门即井荣俞经合，五者为经气所出入，若门户焉，故曰五门。主客无定位，但当经孔穴谓之主，配合兼施孔穴谓之客，八法故有主客，五门有子母先后，亦主客也。例之汤液，类有君臣佐使之制乎。八法者，循而扪之，切而散之，推而按之，弹而努之，爪而下之，通而取之，动而伸之，推而纳之，谓之八法。

八脉始终连八穴，本是纪纲

此复言八法八穴，通于奇经八脉，与之始终，是为八会，本是针家纪纲，诸经病变，不能出其范围也。又一注：血会膈

俞，气会膻中，脉会太渊，筋会阳陵泉，骨会大杼，髓会绝骨，脏会章门，府会太仓（中脘），谓之八会。

奇经八脉四阴四阳，统领人身阴阳，是为纲纪。

十二经络十二原，是为枢要

言取十二经别走之络及十二经真气游行之原，是为枢机要法，守约施博之道也。

一日取六十六穴之法，方见幽微

此子午流注孔穴法也，六阳经皆有井荣俞原经合，六六合三十六穴；六阴经无原，以俞代原，五六合三十穴，共成六十六穴。法以十干分主其日，甲日胆，乙日肝，丙日小肠，丁日心，戊日胃，己日脾，庚日大肠，辛日肺，壬日膀胱，癸日肾，三焦寄壬，包络寄癸。阳日阳病取阳经，阴日阴病取阴经，各以所旺日取穴开针，次第相生，周而后已。方外谓之周天针法，盖以百刻而后已也。其理玄奥，故曰幽微。由子时至午时行阳二十五度，午时至子时行阴二十五度，午前膀胱旺，午后脏旺。

一时取十二经之原，始知要妙

原者，三焦之气所游行者也。用针者，以候气为妙。候气之法，子时气血盛在足少阳原丘墟，丑时在足厥阴原太冲，寅时在手太阴原太渊，卯时在手阳明原合谷，辰时在足阳明原冲阳，巳时在足太阴原太白，午时在手少阴原神门，未时在手太阳原腕骨，申时在足太阳原京骨，酉时在足少阴原太溪，戌时在手厥阴原大陵，亥时在手少阳原阳池。气穴广关，独此为生气之源，按时取穴，知要妙乃尔。

原夫补泻之法，非呼吸而在手搓

呼吸之法，古人补泻恒用之，补之呼尽，内针，候吸引针；泻者吸尽内针，候呼引针，此呼吸道也。然所以为补泻

者，不在呼吸之间，而在乎手指动退推内也，补泻的方法，不全在呼吸，也要参考重视各种手法。

速效之功，要交正而识本经

交正者，十二经别走，交会正经之蹊径，络脉是也。本经指受邪之经，针家求此而刺之。功速效也。速效，用针法效快。交，经交，如太阴肺经交于大肠经，由此交彼。正，正经，经气行在正经，先受病。如肺受邪为正经，肺交经于大肠，寅时肺经气实，卯时则经气交于大肠，而大肠经气实，肺经气虚，补泻之法，须按此虚实而定之。

交经缪刺，左有病而右畔取

交经者，刺法与经脉左右相交也。身有疼处而经不病者，行缪刺法，左病刺右，右病刺左，胸腹病刺四肢，缪其处也。所以然者，络病而经不病故也。交经，经脉交会。缪刺，刺络之法。病在身而不现病脉，病不在经而在络，形病脉不病，可用缪刺。

泻络远刺，头有病而脚上针

凡缪刺之法，皆属泻络。泻络者，远病而针。如头有病，而脚上针，乃其道也；上牙痛针内庭；头痛针京门。

巨刺与缪刺各异

巨刺，刺大经也。痛在于左而右脉病者，则巨刺之。邪客于经，左盛而右病，右盛而左病，亦有移易，左痛未已，而右脉先病，如此者巨刺之，必中其经，非络脉也。巨刺是刺经之法，脉形俱病用此。

微针与分刺相遁

微针者，刺微之针方，不伤大经者也。刺微奈何，曰按摩勿释，着针勿斥，移气於不足，神气乃复。适人必革，精气自伏，皆刺微邪之方也。九针之内，如铍针、铤针，皆

此妙义。分刺者，刺分肉之间，不犯大经，恐伤经气也。微针亦不犯大经，不伤经气，二法虽殊，义相通也。

微针，熟练的用针才有妙之言。妙：良好效果。

观部分而知经络之虚实

此下二句，以脉言。脉之部分，两寸有余，两尺不足，为经满络虚；两尺有余，两寸不足，为络满而经虚。盖两寸为手太阴之经，两尺为手太阴之络，故也。周身经络有余不足，並准于此。“部分”指天、地、人。天是皮脉（肺、心），阳不足，心肺绝于外，属阳。人是肌肉（脾、胃），属阴阳枢纽。地是筋骨（肝、肾），阴不足，肝肾绝于内，属阴。阳不足，阳经虚；阴不足，阴气虚。

视浮沉而辨脏腑之寒温

脉来浮大，为阳为温，为病在府。脉来沉细，为阴为寒，为病在脏。又说轻浮是得气慢，沉涩是得气快。

且夫先令针耀而虑针损，次藏口内而欲针温，目无外视，手如握虎，心无内幕，如待贵人

言慎针之事。针家要使针光泽不曲而无折损之虑，要使温针而不伤荣卫，针时要目无斜视，精神集中，诚心诚意，如待亲朋。

左手重而切按，欲令气散

欲令本经真气散去，不至损伤，下针前，押手重切其穴，使气血宣散。

右手轻而徐入，不痛之因

刺手轻而慢地进针，不伤阴血，故不痛。针手轻、正、重、慢而刺入，则可不痛。

空心恐惧直立侧而多晕

空心恐惧则神失其养，直立倚侧则体失所依，晕之由也。

背目沉掐坐卧平而没昏

背目则神不惊，沉掐则神内定，坐卧平则四体有所倚着，则无昏闷。背目即指医生专心专意也，沉掐指医生多掐宣散气血。

推於十干十变，知孔穴之开合，论其五行五脏，察日时之兴衰

此以日时干支五行，推脏腑孔穴之开合，乃候气之法。人经脉之气血盛衰，与天时阴日阳日有关，阴日阳时阳经气旺，阴日阴时阴经气足，阳日阳经经气行，阴日阴经经气行。

伏如横弩，应若发机

气未至而不应，则针偃伏，如横置之弩，扣之不发，气至而应，则迎随补泻，若发机也，疾莫如之矣。

阴交阳别而定血晕

此经刺法也，阴交即脐下一寸之阴交穴，足三阴任脉冲脉所会。阳别即阳交，一名阳别，是足少阳所发，在外踝上七寸，为阳维之郄。斜属三阳分肉间，言二穴留针，则任脉之虚阳不起，少阳上升之气归原，故可以定血晕。

阴跷阴维而下胎衣

此络刺法也。阴跷谓照海，是足少阴肾经所发；阴维谓内关，手厥阴心主所发。经脉专注，以次相及，足少阴注于手厥阴，一定之序也。肾系胞胎，刺照海（泻）则胞胎之气泄而不固，刺内关则所谓迎而夺之也。二穴泄其经气，故下胎衣。照海可通经活血，外关可行阳泻气。

痹厥偏枯，迎随俾经络接续

痹厥偏枯，乃风寒湿三者为邪，流于经络，经络不得接续而成病也。用针者察病属于何经，须迎而夺之，以去其邪，随而济之，以补其正，则病去而气血复也。气血复其

常，安复有瘳厥偏枯乎。

崩漏带下，温补使气血依归

崩漏带下，乃气血虚寒所致，法宜温针补之，使气血依归，则崩漏带下之疾去矣。漏：淋下不止。崩：忽然大下。带下：冲妊失调。俱为气血离经之象，治当温补，使气血归经。

静以久留，停针待之

针出速则病多反复，必久留其针，待病邪去尽，经气平调，然后出针，此承上文而总结之也。

必准者取照海治喉中之闭塞

此泻络远针之法，照海为肾经所发，肾脉循喉咙，故主喉中闭塞。必准：是准确的意思。

端的处，用大钟治心内之呆痴

大钟足少阴之络，别走太阳。少阴肾脉，其支者络心，注胸中，故主心内呆痴，此亦远刺法也。

大抵疼痛实泄，痒麻虚补

诸疼痛者为邪气实，法宜泻。诸痒麻者为正气虚，法宜补。

体重节痛而俞居，心下痞满而并主

阳俞木，阴俞土，木主筋，筋根于节，土主肉，肉附於体，故体重节痛，而取之于俞。阳井金，阴井木，金为肺，肺病则贲郁。木为肝，肝病则不得条达，故心下痞满而取之于井，二句义本难经。

胸胀咽痛针太冲而必除

太冲足厥阴肝脉所发，其脉上贯肝膈，布胁肋，循喉咙之后，故主胸胀咽痛，此远刺之法也。

脾痛胃疼泻公孙而立愈

公孙足太阴脾所发，别走阳明，其经属脾络胃，故主脾痛胃疼，亦远刺法也。

胁肋痛刺飞虎

飞虎，支沟也。以虎口交叉，中指飞到处是穴，故名飞虎。为手少阳脉气所发，少阳行于身侧，其经属三焦，故主胁痛肋疼，亦远刺法也。

筋挛骨痛而补魂门

魂门，足太阳经所发，肝之部也。肝主筋，肝病而筋挛骨痛者，宜取之，此巨刺法也。

体热劳嗽而泄魄户

魄户是足太阳经所发，肺之部也。肺主气，肺病而体热，劳嗽者宜取之，亦巨刺法。

头风疼痛，刺申脉于金门

刺申脉与金门，言刺申脉与金门之分也。二穴相近，皆足太阳脉所发，足太阳之脉，起目内眦，上额交巅，从巅至耳上角。其直行者，入络脑，还出，别下项，故主头风头痛，此亦泻络远刺之法。

眼痒眼疼泻光明与地五

光明、地五皆少阳所发，光明为足少阳络，别走厥阴。少阳之脉，起于目锐眦，故主眼痒眼痛，亦泻络远刺之法。

泻阴郄止盗汗，治小儿骨蒸

阴郄，手少阴郄也。心血不足，则阳偏胜，而生内热，令大人盗汗，小儿骨蒸，故泻阴郄以去内热，内热除则盗汗骨蒸去矣，亦泻络远针之旨。

刺偏历利小便，医大人水蠱

偏历，手阳明络，别走太阴者，其经属大肠。大肠之间为阑门，主泌别清浊，故刺偏历，则大肠气化而阑门通，小

便利而蛊愈矣，亦泻络远刺之法。

中风环跳而宜刺

环跳足少阳脉气所发，少阳为木为风，故刺中风者宜取之，此巨刺法也。

虚损天枢而可取

天枢足阳明脉气所发，阳明居中土也，万物之母，五脏百骸莫不受其气而为之。故虚损者，宜取天枢，刺而灼之可。

由是午前卯后，太阳生而疾温

午前卯后，三阳生旺之时，用针者，乘时取气，而推内之，则疾温矣。

离左西南，月魄亏而速冷

离左西南，三阳气减之际，用针者，乘时迎泻，而动退也，则速冷矣，此以阴道右旋推之也。

月廓满时不能补，调阳；月廓空时不能泻，补阴。初一至十五是阳生，不泻阴；十五至三十阴盛，不泻阳。

循扣弹怒，留吸母而坚长

以指循环于孔穴上谓之循，即而摩之谓之扣，以指重搏孔穴谓之弹，孔穴赤起谓之怒，静置其针谓之留，患人气入谓之吸，生我经穴谓之母，肉著于针谓之坚，间息而来谓之长。言月循扣弹怒留吸母诸法，皆所以补虚，虚得补则肉坚而息长也。

爪下伸提，疾呼子而虚短

以爪掐取孔穴谓之爪，针虽而入谓之下，引出豆许谓之伸，针起肉随谓之提，急出其针谓之疾，患人呵欠谓之呼，所生经穴谓之子，内不著针谓之虚，声微气劣谓之短。言用爪下提伸疾呼子诸法，皆所以泻实，则经虚而息短矣。

动退空歇迎夺右而泻凉

摇动其针谓之动，引针稍出谓之退，不扞针痞谓之空，不复用针谓之歇，先邪取空谓之迎，大泻其邪谓之夺，右旋其针谓之右。以上诸法，皆所以泻实而令热者凉也。

推内进搓随济左而补暖

将针力入谓之推，刺入穴分谓之内，渐次入深谓之进，捻转其针谓之搓，后邪取穴谓之随，引气益之谓之济，左旋其针谓之左。以上诸法，皆所以补虚，而令寒者暖也。

慎之，大凡危疾色脉不顺而莫针

病人色脉相生者吉，色脉相克者凶，不可更施针治。慎之。小心。大患：动脏腑之病，色脉不合之病。

寒热风阴饥饱醉劳而切忌

寒、热、风、阴，天气之乖和也。饥、饱、醉、劳，人气之乖和也。如是者皆不宜刺。

望不补而晦不泻，弦不夺而朔不济

人身营气，与大阴同其盈亏，故当其亏而泄，是谓重虚，令人益困。“望”指十五，气血旺，轻补。“晦”指三十，气血衰，不泻。“弦”指月末，不夺。“朔”指月初，不补。

精其心而穷其法，无灼艾而坏其肌

脉证为寒为积，为气虚胃弱者，宜灼火；为风、为火、为血虚、为热、不宜灼艾。精是精心也。

正其理而求其原，免投鍼而失其位

病有理有源，必正其理，求其源，何者宜针经，何者宜针络，不然投针，失位无益也。

避灸处而和四肢，四十有六

避灸处数字说法不一，今依针灸聚英把禁灸歌附后：禁

灸之穴四十五，承光哑门及风府，天柱素髎临泣上，睛明攒竹迎香数，和髎颧髎丝竹空，头维下关与脊中，肩贞心俞白环俞，天牖人迎共乳中，周荣渊液并鸠尾，腹哀少商鱼际位，经渠天府及中冲，阳关阳池地五会，隐白漏谷阴陵泉，伏兔髀关委中穴，殷门申脉承扶忌。

禁刺处而除六俞，二十有二

附禁刺穴歌参考：禁针穴道要先明，脑户囟会及神庭，络却玉枕角孙穴，倾息承泣随承灵，神道灵台膻中忌，水分神阙并会阴，横骨气冲手三里，箕门承筋并青灵，更加臂上三阳络，二十二穴不可针，孕妇不宜针合谷，三阴交用亦通论，石门针灸应须忌，女子终身无妊娠，外有云门并鸠尾，缺盆客主人莫深，肩井深时人闷倒，三里急补人还平。

抑又闻高皇抱疾未瘥，李氏刺巨阙而得苏

高皇，金之高皇，李氏今不能考。巨阙、心之募也，主五脏气相干，卒心痛，尸厥，此巨刺也。

太子暴死为尸厥，越人针维会而得醒

太子，号太子。越人，秦越人也。史记称，虢太子病死厥，扁鹊为之刺三阳五会，有间，太子苏，即百会穴。此云维会，则非百会。针经云：脐中一名维会，谓扁鹊当时取此穴耳。盖人之生当以此穴，受母之气，刺家能取穴，调其厥逆，使之冲利，亦何嫌之于刺哉，脐中为事，古之神良，固不要以禁刺胶鼓哉。

肩井曲池甄权刺臂痛而复射

鲁州刺史庾狄嶺，患风痹，甄权取此二穴刺之，立能援弓引射，亦经刺也。

悬钟环跳华佗刺蹙足而立行

悬钟为络刺，环跳为经刺，皆足少阳经所发，足少阳

为甲木，故主风，能治蹇足。

秋夫针腰俞而鬼免沉病，王蕞针交俞而妖精立出

璧文从巫，以其通於鬼神也，故治鬼出妖，不为幽妄，圣人不语，术士材焉。有煮针方中，主以五毒（官桂、川乌、鬼臼、狼毒、自然铜也），复用真人手符，为降魔驱妖计也。交俞，非古穴，说者以为人中，三阴交近是。刘宋时徐熙之子，秋夫仕至射阳令，当夜有鬼，呻吟。秋夫问何须，答言，家在东阳，患腰痛死，虽为鬼，痛犹难忍，请疗之。鬼请为髡人，按孔穴针之，秋夫如言为灸四处，又针肩井，鬼谢而归。

按古今医统云，蕞为海陵人。羽览经方，大工针石远近知名，所疗多效。初宋土磊柘中，有女被妖惑，蕞为针，妖狐即从女衾中游去，女病逐愈。

刺肝俞与命门，使瞽士视秋毫之末

肝俞足太阳脉气所发，肝气于此输转，故曰肝俞。目为肝之窍，故刺之。命门非督脉命门，亦非任脉命门。《灵枢·根结》篇曰：“命门者，目也”。谓睛明穴，此治外障法也。治内障者，宜相睛中穴。其法候于暑天，先以凉水沃之，以凝其血，次用三棱针开孔穴，继以黄金针刺入，按其内障，五年、十年不见物者，立能见物，复明如旧。其刺始于龙木禅师，详载大藏经中，神妙也。所以必用凉水者，非水凉则血不凝，能令血贯瞳人，不能复治矣。如水凉之不足，为患亦同，故于将出针时，宜更以凉水沃之，所以必候暑月者，非暑月不足以胜凉水故也。识者，慎之。

取少阳与交别，俾聋夫听秋蚋之声

取少阳，取其结于耳者，翳风是也，为手足少阳之会。交于手少阳者为内关，别于手少阳者为外关，交于足少阳者为蠡

沟，别于足少阳者为光明，外关与内关平等，光明与蠡沟亦平等，皆一针可取二穴者也。手足少阳脉皆入于耳。故治耳聋，此亦泻络运针之法。

嗟夫！去圣愈远，此道渐坠，或不得意而散其学，或衍其能而犯禁忌，愚庸志浅，不难契于玄言，至道渊深得之者有几，偶述斯言。不敢示诸达者焉，庶几乎童蒙之心启

契：一若。至道：好道。示：拿出。庶：可以。乎：近乎。童蒙：初学之人。

以上为感叹自谦之语也。

附录：常用穴位简介表

穴名	部位	取穴	穴性	主治		针 (分)	灸 (分钟)
				1	2		
中府 (肺 1)	胸	平卧，自乳头上向外开二寸，按取第三肋与第四肋之间	①肺之募穴 ②手足太阴经交会穴 ③理肺利气	①咳嗽 ②气喘 ③胸痛		3~5	3~7
云门 (肺 2)	胸	中府上方，锁骨外端下方，当胸肌三角之外侧凹陷中，距任脉六寸	① ② ③开胸顺气，导痰理肺	①咳嗽 ②气喘 ③胸痛		3~5	3~7
尺泽 (肺 5)	肘	上肢少弯曲(约35°)掌心向上，肘横纹大筋(肱二头肌)外侧	①肺之合穴 ②泄肺火，降逆气	①咳嗽 ②咳血 ③肘臂痛	潮热，小儿惊风	5~7	3~7
列缺 (肺 7)	前臂	两手虎口交叉，食指端到达的凹陷处	①肺之络穴 ②八脉交会通任脉 ③宣肺祛风，疏经活络	①咳嗽 ②咽喉肿痛 ③手腕无力	偏正头痛，口眼歪斜	2~3	3~7

穴名	部位	取穴	穴性	主 治		针 (分)	灸 (分钟)
				1	2		
经渠 (肺 8)	前臂	仰掌，在腕掌横纹上一寸，当桡动脉中	①肺之经穴 ②宣降肺气，散寒解表	①咳嗽喘急 ②胸痛 ③手腕痛	咽喉肿痛	1~2	
太渊 (肺 9)	腕关节	仰掌，掌后内侧，横纹头凹陷处，有动脉跳动处	①肺之输穴、原穴 ②会太渊脉会 ③祛风化痰，理肺止咳	①咳嗽喘急 ②咳血 ③胸痛	无脉症	2~3	
鱼际 (肺 10)	掌	仰掌，在第一掌骨掌侧中部，赤白肉际处取穴	①肺之荣穴 ②清肺热，利肺气	①咳嗽喘急 ②咳血 ③失音不语	咽喉肿痛	5~7	3~5
少商 (肺 11)	拇指端	在拇指桡侧距爪甲角后一分许取穴	①肺之井穴 ②通经苏厥，泄肺利咽	①咳嗽喘急 ②重舌 ③手指麻木	咽喉肿痛 中风昏迷	2~4 点刺出血	
商阳 (大肠 1)	次指端	在食指桡侧距爪甲后一分许处	①大肠之井穴 ②清肺利咽，疏泄阳明	①齿痛 ②耳聋 ③手麻木	咽喉肿痛 中风昏迷 热病	1 点刺出血	
二间 (大肠 2)	指	在第二掌指关节前桡侧取穴	①大肠之荣穴 ②散热邪，利咽喉	①目昏 ②鼻衄 ③齿痛	热病	2~3	3
合谷 (大肠 4)	手背	将拇食二指张开，歧骨中间凹陷处便是穴位	①大肠之原穴 ②清泄肺气，宣散阳明	①头痛 ②齿痛 ③口渴	热病 腹痛 咽痛	5~3 孕妇禁用	3~7
曲池 (大肠 11)	肘	屈肘时，当肘横纹外端凹陷处（屈肘90°）于肘横纹尽处	①大肠之合穴 ②宣气行血，搜风利节	①发烧 ②偏瘫 ③肘关节痛	皮肤搔痒	8~15	3~7

穴名	部位	取穴	穴性	主治		针 (分)	灸 (分钟)
				1	2		
肩髃 (大肠15)	肩胛 关节	将手臂平举，肩关节前上面凹陷中便是	① ②手阳明、 腕脉之会 ③清泄阳明， 宣痹通络	①肩臂 痛 ②上肢 瘫痪	灸治牙 痛	6~12	5~10
迎香 (大肠20)	面	鼻翼外缘中沟 点的中间取穴	① ②手足阳明 之会 ③通鼻开窍， 散风清火	①鼻塞 不通 ②迎血 ③口眼 喎斜	面痒 浮肿	3	
头维 (胃8)	侧头	从两眉头正发 际向上入发际 五分，再向外 横开约四寸五 分处，咬牙则 鼓起不咬则消	① ②足少阳阳 明、阳维 之会 ③清散阳 明，祛风 泄火	①头痛 ②目疾		5~10	
膻中 (胃13)	胸	锁骨中点之 下缘，和乳 中线的交点	① ② ③调理阳明，	①咳喘 ②气逆 ③胸肋 胀满		3	5~10
天枢 (胃25)	上腹	仰卧，脐旁 二寸处是穴	①大肠之募 穴 ② ③疏调肠胃， 降浊导滞	①痢疾 ②泄泻 ③绕脐 痛	针治腰 痛	5~10	5~15
足三里 (胃36)	小腿	屈膝或平卧， 外膝眼（犊 鼻）下三寸， 距胫骨外缘 一横指处	①胃之合穴 ②全身强壮 穴 ③温养脾胃， 升清降浊	①胃痛 ②中风 瘫痪 ③膝胫 酸痛	肚腹疾 患	5~13	5~15
上巨虚 (胃37)	小腿	在足三里下 三寸，犊鼻 下六寸	①大肠之下 合穴 ② ③理脾和胃 通肠化滞	①痢疾 ②腹泄 ③中风 瘫痪	肠病	5~12	5~10

穴名	部位	取穴	穴性	主治		针 (分)	灸 (分钟)
				1	2		
丰隆 (胃40)	小腿	外踝前缘(平踝尖)与腓骨上端连线的中点,离胫骨约二横指	①胃之络穴 ②和胃祛痰 ③通便降逆	①胸痛 ②呕吐 ③大便难	癰狂痰多	5~12	5~10
解溪 (胃41)	踝关节	脚背前面正筋中,当两筋(趾长伸肌腱、腓长伸肌腱)中间的凹陷中即是	①胃之经穴 ②清解胃热 ③清肺胃热、化湿行滞	①头痛 ②面肿 ③足下	癰疾	5~7	3~5
冲阳 (胃42)	足背	解溪下方,足背最高处,当第二、三跖骨与楔状骨间凹陷部	①胃之原穴 ②清肺胃热、化湿行滞	①口眼斜 ②足痿力乏 ③脚背红		3	3~5
内庭 (胃44)	足背	足第二三趾间,当第二趾关节前外方凹陷中	①胃之荥穴 ②通降胃气和肠化滞	①口眼斜 ②齿痛(上齿) ③腹胀	足背肿痛	3~5	3~5
厉兑 (胃45)	趾端	足第二趾外侧距爪甲角一分许处	①胃之井穴 ②和胃清神 ③疏泄阳明	①面肿 ②口渴 ③足胫寒冷	癰狂、多梦	1	
隐白 (脾1)	趾端	距趾内侧、距爪甲角后一分许取之	①脾之井穴 ②升阳益脾、温散沉寒	①腹胀 ②月经过多 ③多梦	癰狂	1	
大都 (脾2)	趾	足大趾内侧,第一跖趾关节前下方,赤白肉际处取	①脾之荥穴 ②清热利湿、行气消胀	①腹胀 ②胃痛 ③泄泻	热病无汗	1~2	3~5

穴名	部位	取穴	穴性	主治		针 (分)	灸 (分钟)
				1	2		
公孙 (脾 4)	足	足大趾内侧，第一跖关节后赤白肉际处。	①脾之络穴 ②八脉交会冲脉 ③和胃理脾	①呕吐 ②腹泻 ③胃痛	痢疾	5~8	3~5
商丘 (脾 5)	踝关节	内踝前下方凹陷处。	①脾之经穴 ②理脾消胀， 清利湿热	①腹胀， ②泄泻， ③足踝部痛	舌本强难言	2~3	3~5
三阴交 (脾 6)	小腿	内踝尖上三寸，胫骨后缘	①足太阴、 ②少阴、厥阴之会 ③健脾祛湿， 益肝滋肾	①肠鸣， ②腹胀， ③月经不 调， ④遗尿	妇科主穴，失眠	5~9 孕妇禁	5~10
漏谷 (脾 7)	小腿	三阴交上约四横指(三寸)胫骨后缘取之	① ② ③扶脾胃， 益脾气	①腹胀， ②肠鸣， ③腿膝冷 厥， ④足踝痛		5~8	3~5
地机 (脾 8)	小腿	在阴陵泉下约四横指(三寸)在阴陵泉与内踝尖的连线上	①脾之郄穴 ②调脾行血， 暖宫调经	①食欲不振 ②月经不 调， ③腹胀	痛经、 水肿	5~8	3~7
阴陵泉 (脾 9)	小腿	胫骨内缘，胫骨内侧之凹陷部	①脾之合穴 ②温中理脾， 祛湿行滞	①小便不利 ②泄泻 ③膝痛	水肿	5~8	3~5
血海 (脾 10)	大腿	屈膝成直角，以手掌按于膝上，五指向上，大指向上，大指尽处是穴	① ② ③调血清热， 通理下焦	①月经不 调， ②股内 侧皮 肤 ③湿疹	一切血 病、痛经、	5~10	3~5

穴名	部位	取穴	穴性	主治		针 (分)	灸 (分钟)
				1	2		
腹哀 (脾16)	腹	建里(脐上三寸)旁开四寸是穴	①足太阴、阴维之会 ②清热利湿 ③化肠消滞	①腹痛 ②消化不良 ③便秘		5~7	5~10
通里 (心5)	前臂	掌心向上,掌后锐骨下陷(神门)上行一寸处	①心之络穴 ②熄风和营,宁心安神	①心悸怔忡 ②臂腕痛 ③失眠	突然咯噎	3~4	3~5
阴郄 (心6)	前臂	通里下五分,腕横纹上五分	①心之郄穴 ②清心火,泄虚阳	①心悸 ②心痛 ③咳血	盗汗	3~4	3~5
神门 (心7)	腕关节	掌心向上,手背第一腕横纹尺侧凹陷中取之	①心之输穴,原穴 ②清心凉血,安神宁心	①心痛 ③心烦 ③癫痫	失眠	3~4	3~5
少府 (心8)	掌	仰掌屈指,于无名指与小指之间,当第四、五掌骨间取之	①心之荣穴 ②清心热,祛虚烦	①心悸 ②胸痛 ③手指拘挛	阴痒	2~3	3~5
少冲 (心9)	指端	手小指桡侧距爪甲角后一分许取之	①心之井穴 ②泄热清心,凉血醒神	①热病 ②心烦 ③癫狂	中风昏迷	1点刺出血	
少泽 (小肠1)	指端	手小指尺侧距爪甲角后一分许取之	①小肠之井穴 ②清心火散郁热	①热病 ②目翳 ③咽喉肿痛	中风昏迷,乳汁少	1	

穴名	部位	取穴	穴性	主治		针 (分)	灸 (分钟)
				1	2		
后溪 (小肠3)	掌侧	在第五掌指关节后，当第五掌骨小头赤白肉际陷中，握拳取之	①小肠之络穴 ②八脉交会通督脉 ③发散风寒，疏通督脉	①头痛 ②肘臂手指急赤 ③目赤	癫痫	5~7	3~7
小海 (小肠8)	肘	在肘关节后，尺骨鹰嘴上取之	①小肠之合穴 ②散太阳邪，通小肠经	①烦肿 ②项肩外痛 ③肘关节		3~4	5~10
通天 (膀胱7)	前头	上星入发一寸，上五分寸处，直上通天	① ② ③通经祛邪，开窍	①头痛 ②眩暈 ③鼻塞	鼻塞	2~3	3~7
大杼 (膀胱11)	背	在项下（第一椎下）陶道（督脉）旁一寸五分取之	①手足太阳经交会穴 ②骨会大杼 ③通太阳经，驱风解表	①咳嗽 ②项强 ③肩胛酸痛		5	5~10
风门 (膀胱12)	背	在第二椎下，两旁各一寸五分	① ②督脉足太阳交会穴 ③宣肺祛风，疏经解表	①伤风咳嗽 ②项强 ③腰背痛		5	3~5
肺俞 (膀胱13)	背	在第三椎下（身柱）旁开一寸五分	①肺之背俞穴 ② ③宣降肺气，清解肺热	①咳嗽 ②气喘 ③盗汗		6	5~15
厥阴俞 (膀胱14)	背	在第四椎下，两旁各一寸五分	①心包之背俞穴 ② ③宣通心阳	①咳嗽 ②心痛 ③胸闷		3	5~7

穴名	部位	取穴	穴性	主治		针 (分)	灸 (分钟)
				1	2		
心俞 (膀胱15)	背	在第五椎下 (神道) 两 旁各一寸五 分	①心之背俞 ②养心安营 ③清心宁血	①咳嗽 ②吐血 ③心痛	惊悸	3	5~15
膈俞 (膀胱17)	背	第七椎下 (至阳) 两 旁各一寸五 分	①血会膈俞 ②清血和胃 ③宽胸利膈	①咳嗽 ②吐血 ③呕吐	主一切 血症	5	5~15
肝俞 (膀胱18)	背	第九椎下 (筋缩) 两 旁各一寸五 分	①肝之背俞 穴 ② ③调肝消瘀 通络止痛	①吐血 ②胁痛 ③目眩	癲狂	5	5~15
胆俞 (膀胱19)	背	第十椎下 (中枢) 两 旁各一寸五 分	①胆之背俞 穴 ② ③清泄肝胆 和胃祛湿	①胸胁 痛 ②口苦 ③潮热	黄疸	5	5~15
脾俞 (膀胱20)	背	第十一椎下 (脊中) 两 旁各一寸五 分	①脾之背俞 穴 ② ③扶土祛湿 健脾助运	①腹胀 ②水肿 ③黄疸	脾虚	5	5~15
胃俞 (膀胱21)	背	第十二椎下 两旁各一寸 五分	①胃之背俞 穴 ② ③调中和胃 化滞消滯	①胃脘 痛 ②肠鸣 ③呕吐	胃虚	5	5~15
肾俞 (膀胱23)	腰	第十四椎下 (命门) 即 第二腰脊下 两旁各一寸 五分	①肾之背俞 穴 ② ③补肾振阳 祛湿强腰	①腰痛 ②阳痿 ③月经 不	耳鸣	5~10	5~15

穴名	部位	取穴	穴性	主治		针 (分)	灸 (分钟)
				1	2		
大肠俞 (膀胱25)	腰	在第十六椎下(腰阳关)两旁各一寸五分	①大肠之背俞穴 ② ③疏调肠胃,理气化滞	①泄泻 ②便秘 ③腹痛	腰痛	7~10	5~15
小肠俞 (膀胱27)	臀	在第十八椎下,两旁各一寸五分,平第一骶后孔	①小肠之背俞穴 ②理小肠化积滞	①小腹痛 ②遗尿疾 ③痢疾		5~10	5~15
膀胱俞 (膀胱28)	臀	在第十九椎下,两旁各一寸五分,平第二骶后孔	①膀胱之背俞穴 ② ③通调膀胱,行气利水	①遗尿 ②腰痛 ③强小便不通		5~10	5~15
中膂俞 (膀胱29)	臀	在第二十椎下,两旁各一寸五分,平第三骶后孔	① ② ③益肾精,止消渴	①腰脊强痛 ②痢疾		7~10	5~10
委中 (膀胱40)	膝腘	在腘窝横纹中央,微膝取之(俯卧)	①膀胱之合穴 ② ③清泄血热,宣痹祛湿	①腰痛 ②腹痛 ③吐泻	下肢痿痹	8~15 点刺出血	
魄户 (膀胱42)	背	第三椎下(身柱)两旁各三寸	① ② ③益虚治癆	①肺癆咳嗽 ②项强背痛 ③		3~5	5~15
膏肓俞 (膀胱43)	背	第四椎下两旁各三寸	① ② ③补肺健脾,宁心培肾	①盗汗 ②咳血 ③		3~5	7~15
合阳 (膀胱55)	小腿	委中直下二寸	① ② ③清热宁血	①腰脊痛 ②下肢酸		7~10	5~10

穴名	部位	取穴	穴性	主治		针 (分)	灸 (分钟)
				1	2		
承山 (膀胱57)	小腿	在腓肠肌肌腹下，伸小腿时，当肌腹下出现交角处取之	① ② ③祛湿健脾，解痉止痛	①痔疮 ②腰痛 ③转筋		5~8	5~10
昆仑 (膀胱60)	踝关节	在外踝与跟腱之间，凹陷处	①膀胱之经穴 ② ③疏通太阳，行气化湿	①头痛 ②腰痛 ③项强	肩背拘急	5 孕妇禁用	3~5
涌泉 (肾1)	足心	于足底（去趾）前三分之一处，足时呈凹陷处是穴	①肾之井穴 ② ③导热下行，开窍宁神	①咽痛 失音 ②小便不利 ③小儿惊风	头顶痛，衄血	3~5	3~7
然谷 (肾2)	足部	在舟骨粗隆下缘凹陷中取之	①肾之荥穴 ② ③退肾热，理下焦	①月经不调 ②遗精 ③足背肿痛	消渴	3	3~7
太溪 (肾3)	足部	内踝与跟腱之间凹陷中，平对内踝尖取之	①肾之输穴，原穴 ② ③滋阴退热，壮阳温肾	①咽痛 ②咳血 ③月经不调	齿痛	3	3~7
照海 (肾6)	足部	内踝正下缘之凹陷中取穴，（内踝下一寸）	①阴跷脉所生 ②八脉交会通阴跷脉 ③滋阴降火，通经和营	①咽干 ②月经不调 ③子宫脱垂		3~5	3~7
复溜 (肾7)	小腿	内踝上二寸（太溪上）当跟腱之前缘取之	①肾之经穴 ② ③祛湿消滞，滋肾润燥	①肠鸣 ②泄泻 ③水肿	盗汗脉微		

穴名	部位	取穴	穴性	主治		针 (分)	灸 (分钟)
				1	2		
交信 (肾 8)	小腿	太溪上二寸，当复溜与胫骨内缘之间	①阴跷脉之郄穴 ②养血调经，补肾强腰	①月经不调 ②子宫虚冷 ③崩漏		4	3~7
曲泽 (心包 3)	肘	手掌向上，肘微屈，肘窝大筋(肱二头肌腱)内侧(尺侧)肘横纹上	①心包之合穴 ②祛除烦热，清暑逐秽	①心悸怔忡 ②心痛臂厥 ③手震颤	中暑	5~8	3~7
间使 (心包 5)	前臂	掌后第一横纹正中直上三寸，两筋之间	①心包之经穴 ②调心气，宁心神	①心痛狂 ②瘰癧 ③肘挛		5~7	3~7
内关 (心包 6)	前臂	手腕横纹(掌面)上二寸，两筋之间	①心包之络穴 ②八脉交会通阴维 ③宽胸理气和胃安神	①心痛 ②呕吐 ③肘挛	热病	5~7	3~7
大陵 (心包 7)	腕关节	掌后横纹正中，两筋之间取穴	①心包之输穴、原穴 ②清心宁神，清营凉血	①心痛 ②惊悸 ③癰狂		3~5	3~5
劳宫 (心包 8)	掌	握拳时当中指与无名指之间的掌心中取穴	①心包之荣穴 ②清心除热，凉血安神	①心痛 ②癰疽 ③口疮	鹅掌风	3~5	3~7
中冲 (心包 9)	指端	手中指尖端中央取穴	①心包之井穴 ②清心开窍，泄血分热	①心痛 ②舌强语风 ③昏迷	热病	1点刺出血	2

穴名	部位	取穴	穴性	主治		针 (分)	灸 (分钟)
				1	2		
关冲 (三焦 1)	指端	手无名指外 侧端距指甲 角后一分许	①三焦之井 穴 ② ③疏经结气, 解三焦热	①头痛 ②目赤 ③咽喉 肿痛	热病 昏迷	1	
外关 (三焦 5)	前臂	腕后(手背 侧)阳池穴 上二寸,两 骨(尺桡) 之间	①三焦之络 穴 ②八脉交会 通阳维 ③祛邪通经, 疏通少阳	①头痛 ②耳鸣 ③肘臂 痛	热病 手颤	5~8	3~7
支沟 (三焦 6)	前臂	腕后三寸, 外关上一寸 两骨之间	①三焦之经 穴 ② ③清三焦热, 通肺气滞	①肩痛 ②胸肋 疼痛 ③暴暗 哑	热病	5~8	3~7
丝竹空 (三焦 23)	眉外端	在眉梢,略 入于眉毛中	① ② ③散风止痛 清火明目	①头痛 ②目疾 ③眼睑 颤动		3	
风池 (胆 20)	项	在风府(督 脉)外侧当 胸锁乳突肌 和斜方肌上 端之间的凹 陷中	① ②足少阳、 阳维之会 穴 ③疏散表邪, 清头明目	①头痛 ②目疾 ③肩背 痛	鼻塞不 通	5~8	3~7
环跳 (胆 30)	股关节	股骨大转子 最高点(腰 管俞)连线 中1/3与外 1/3连接点 (侧卧屈膝 取)	① ②足少阳、 太阳之交 会 ③祛邪利 宣	①腰痛 ②半身 不遂 ③下肢 外侧 痛		15~25	5~10
风市 (胆 31)	大腿	大腿外侧腓 骨上七寸, 当直立垂手 时中指在大 腿外侧的终 止点	① ② ③祛风散寒, 舒筋止痛	①半身 不遂 ②下肢 痹痛	遍身搔 痒	5~8	5~7

穴名	部位	取穴	穴性	治		针 (分)	灸 (分钟)
				1	2		
阳陵泉 (胆34)	小腿	腓骨小头前 下方凹陷中	①胆之合穴 ②筋会阳陵 泉 ③清泄肝胆、 舒筋利节	①胁痛 ②半身不遂 ③膝肿痛	筋骨疼痛	8~12	5~7
足临泣 (胆41)	足跖	在第四、五 趾骨结合部 前方凹陷内 取之	①胆之输穴 ②八脉交会 通带脉 ③清火熄风、 疏肝胆气	①目疾 ②胁痛 ③足肿		3~5	3~5
足窍阴 (胆44)	趾端	第四趾外侧 距爪甲角后 一分许	①胆之井穴 ②平肝熄风、 疏泄胆火	①偏头痛 ②目痛 ③胁痛	多梦、 热病	1~2	2~3
大敦 (肝1)	大趾端	从大趾趾爪 甲根部中央、 向外侧各一 分许取穴	①肝之井穴 ② ③调肝舒筋、 通络止痛	①疝气 ②崩漏 ③子宫脱垂		1~2	
行间 (肝2)	趾间	从两趾外侧 本节后离趾 缝约五分处	①肝之荥穴 ② ③清肝凉血、 祛瘀通络	①月经过多、 ②小便不通 ③胁痛	目赤	5	3~5
太冲 (肝3)	跖	以指从足拇 趾次趾间向 上摸至过本 节(趾掌关 节)一寸半 处凹陷中	①肝之输穴、 原穴 ② ③疏肝泄热、 祛瘀通络	①崩漏 ②疝气 ③小便不通	小儿惊 风、 失眠疾	5	3~5
曲泉 (肝8)	膝关节	屈膝，从膝 关节内侧横 纹端陷凹中	①肝之合穴 ② ③清泄肝火、 调理下焦	①膝腿痛 ②少腹痛 ③疝气		5~8	3~7
章门 (肝13)	季肋	第十一浮肋 游离端之下 际取之	①脾之募穴 ②脏会章门 ③温脏散寒、 化积消痰	①呕吐 ②泄泻 ③腰背肋 痛		5~8	3~7

穴名	部位	取穴	穴性	主治		针 (分)	灸 (分钟)
				1	2		
期门 (肝14)	肋	在乳中线上 乳头下二筋 当第六肋间 隙取之	①肝之募穴 ②平肝利气, 化痰消瘀	①呕吐 ②胁痛 ③呃逆		3	3~5
命门 (督4)	腰椎	第十四椎节 下(第二腰 椎)凹陷中, 俯卧取之	① ② ③补肾固精 益水壮火	①阳萎精 ②遗精 ③脊强腰 痛		5~8	5~15
陶道 (督13)	胸椎	第一胸椎之 上凹陷中	① ②督脉足太 阳交会穴 ③疏表邪, 清肺热	①脊强 ②头痛, 狂 痫	热病 疟疾	5	3~7
大椎 (督14)	颈胸椎	第七颈椎与 第一胸椎之 间, 约与肩 相平	① ②督脉手足 三阳交会 ③于旋枢 清里解表	①咳嗽 ②项强 ③脊痛	疟疾	5	5~10
风府 (督16)	后头	在枕后正中 枕骨下缘两 侧斜方肌之 间凹陷中取 之	① ②督脉、阳 维交会穴 ③祛风邪, 通督脉	①中风口 ②项强 ③舌难言	癰狂	3~5 不宜深刺	
百会 (督20)	头顶	距后发际上 七寸, 当两 耳廓尖连线 之中点取 之	① ②督脉、足 太阳之交 ③补中益气, 熄肝潜阳	①头痛 ②目眩 ③耳鸣	癰中 风脱肛	3	3
水沟 (督26)	人中	鼻唇沟的上 1/3与中1/3 连接点处	① ②督脉手足 阳明交会 ③苏厥清神, 祛风清热	①口眼歪 ②斜视 ③小儿惊 风	昏迷急 救腰脊 痛	2~3	

穴名	部位	取穴	穴性	主治	针(分)	灸(分钟)
1	2					
曲骨 (任 2)	下腹	脐下五寸，耻骨联合上缘	①任脉与足少阴交会穴 ②调经、益精、补元阳	①阳萎、遗精、尿闭	痛经	3~10 7~15
中极 (任 3)	下腹	腹正中线脐下四寸，耻骨上一寸	①膀胱之募穴 ②任脉与足少阴、三阴交会穴 ③调经、利下焦	①月经不调、尿频、尿闭、子宫脱	痛经	8 3~7
关元 (任 4)	下腹	在脐下三寸	①小肠之募穴，强壮穴 ②任脉与足少阴、三阴交会穴 ③滋补元阳、温散下焦	①月经不调、小便频数、尿闭	灸中风脱症	8~12 5~15
气海 (任 6)	下腹	腹正中线在脐下一寸五分	①强壮穴 ②补元阳、回生气	①月经不调、崩漏、带下	灸中风脱症	8~12 5~15
阴交 (任 7)	下腹	脐下一寸，腹正中线上	①任脉、足少阴、冲脉之会 ②任脉、足少阴、冲脉之会 ③调经、理冲任	①月经不调、崩漏、带下		8~12 5~15
神阙 (任 8)	脐中	脐窝正中	①回阳救逆	①肠鸣、腹痛、泄泻不止	中风脱症	禁针 5~15
水分 (任 9)	上腹	脐上一寸，腹正中线上	③利湿消肝	①肠鸣、水肿		8~12 5~15 腹水不能深刺
下脘 (任 10)	上腹	脐上二寸，腹正中线上	①任脉、足太阴之会 ③温通脾胃、转化水谷	①胃脘痛、腹胀、肠鸣	呕吐	8~12 5~15

穴名	部位	取穴	穴性	主治	针 (分)	灸 (分钟)
中脘 (任12)	上腹	脐上四寸、 腹正中线上	①胃之募穴 ②任脉、手足 太阳、足少阴 ③温胃祛寒、 腐熟水谷	①胃痛吐 ②反胃 ③反胃	10~15	5~15
上脘 (任13)	上腹	脐上五寸、 腹正中线上	①任脉、足手 太阳、之会 ②温胃祛寒、 止呕止痛	①胃痛吐 ②反胃 ③反胃	病证	8~12 5~15
巨阙 (任14)	上腹	脐上六寸、 在腹正中线 上	①心之募穴 ②	①心胸 痛 ②反胃 ③呕吐	3~8	5~15
膻中 (任15)	胸	两乳之间、 胸骨中线、 平第四肋间 隙	① ②气会膻中 ③	①气喘 ②咳嗽 ③胸痛	乳少	3~5 3~7
天突 (任22)	颈	胸骨上窝正 中	① ②任脉、阴 维交会穴 ③	①咳嗽 ②气喘 ③咽肿	3~5	3~7
金津 玉液 (奇)	舌下	舌向上卷、 舌下两边、紫 筋上、左叫 金津、右叫 玉液	① ② ③	①舌肿 ②口疮 ③呕吐	中碧地 沟	点刺 出血
十宣 (奇)	十指端	十指尖端正 中	① ② ③	①中风 ②热病 昏迷 ③手指 麻木		点刺 出血