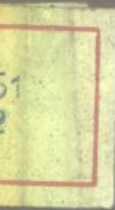


中医大辞典

针灸 推拿 气功 养生 分册

《中医大辞典》编辑委员会 编



样 本 库

中 医 大 辞 典

针灸、推拿、气功、养生分册

(试 用 本)

《中医大辞典》编辑委员会 编

中医研究院

广州中医学院

安徽中医学院

上海中医学院

主编

编



人 民 卫 生 出 版 社

1149959

中 医 大 辞 典

针灸、推拿、气功、养生分册

(试 用 本)

《中医大辞典》编辑委员会 编

人 民 卫 生 出 版 社 出 版

(北京市崇文区天坛西里10号)

兰 州 新 华 印 刷 厂 印 刷

新华书店北京发行所发行

787×1092毫米16开本 16印张 4 插页 340千字
1986年3月第1版 1986年3月第1版第1次印刷
印数: 00,001—16,100

统一书号: 14048·4656 定价: 5.10元

[科技新书目120—93]

《中医大辞典》分册总目

基础理论分册

内科分册

妇科、儿科分册

方剂分册

医史文献分册

外科、骨伤、五官科分册

中药分册

针灸、推拿、气功、养生分册

《中医大辞典》编辑委员会委员、顾问

(按姓氏笔划为序)

主任委员：李永春

副主任委员：王树岐 刘汝琛 许德良 张鼎臣

委 员：丁绪亮 区永欣 邓铁涛 许占民
杨医亚 杨树藩 李经纬 李慕才
肖敏才 吴贻谷 何传毅 余瀛鳌
张自云 张启光 陈玉琦 林建德
欧 明 贾维诚 高忻洙 徐廷素
郭振球 裘沛然 蔡景峰 廖品正
谭日强

顾 问：朱仁康 任应秋 米伯让 金寿山
黄星垣 鲁之俊

编辑委员会办公室主任：李经纬

针灸、推拿、气功、养生编写、审阅人员

(按姓氏笔划为序)

主要编写人员:

李洪涛 张自云 严隽陶 孟昭威
金德康 金义成 查少农 赵善祥
高忻洙 曹仁发

参加编写人员:

赵文恒 韩宪英

审阅人员:

郝金凯 彭静山

责任编辑:

贾维诚

2/24/28

出版说明

为了适应我国医学发展的形势，满足医药卫生人员学习中医的迫切需要，经卫生部一九七四年二月批准编写这部《中医大辞典》。

《中医大辞典》是一部供医疗、教学、科研工作中应用的工具书。全书选收中医基础理论、临床、针灸、中药、方剂、人物、文献、推拿、气功等词目约四万五千条（其中包括单字及附条），于一九七五年十月开始编写的。在编写过程中，力求做到既要反映祖国医药学发展的历史继承性，又要反映解放后医药卫生战线的新成就。释文也力求简明扼要，引用文献尽量摘其要者。初稿完成后，各编写单位曾广泛征求了修改意见，最后邀请名老中医、有关方面的专家审阅定稿。

《中医大辞典》先按基础理论、临床各科以“试用本”分八册出版，广泛征求意见后，再作修改，重新编排，正式合订出版。

本书在编写、审定过程中，得到北京、上海、广东、四川、辽宁、江苏、河北、陕西、湖南等省市有关领导、有关单位和全国许多地方的医务工作者的大力支持和热情协助，谨在此表示诚挚的谢意。

编写出版辞典类工具书，有它一定的特性；再由于水平所限，缺乏经验，因而本书的编写等工作，达不到预期要求，存在不少问题。诚恳希望大家提出宝贵意见，帮助我们提高质量。

本书题笺，是特请郭沫若同志手写的，专此志念。

人民卫生出版社

一九八〇年六月

凡 例

一、本分册包括针灸、推拿和气功、养生四个学科，共收载词目2660条。针灸包括经络、穴位、刺灸法以及与之有关的人体部位词目1901条；推拿包括该科专业术语、穴位（或施术部位）、手法或练功法等项词目570条；气功、养生包括术语、功法等词目189条。

二、选词力求正确反映祖国医学伟大宝库的实际内容，反映针灸、推拿和气功等学科的主要基础理论（经络学说）、历史源流、学术特点及其临床应用，也选收了这些学科在现代发展过程中出现的新词汇，诸如针刺麻醉、眼保健操等。

三、词目一般先定义，后解释，并注明出处，以便查核。出处确切而又属原始文献所载，冠以“出”字；虽有出处，但不一定属原始文献者，冠以“见”字。对于一词多义者，以①②③……分别叙述，但对其中不属本分卷各科的中医学术内容，一般不入词目，或必要时只作扼要介绍。如心、肝、脾等，着重解释它是推拿穴位内容；二十八脉主要解释为二十八条经脉等。

四、释文所引文献，如为本辞典《医史文献分册》所载，则略去时代与作者姓名，如属未收载者，则予注明。

五、针灸穴位，属经穴者基本全收；经外奇穴则择临床常用者（共收271穴）。对于现代新发现的穴位，只限于收载现时针灸文献所通用者，诸如失眠穴、球后穴等，统归入经外奇穴。对于某些与解剖名词相同的穴位，则加“穴”字命名，如阑尾穴等。耳针、鼻针、唇针等不收其具体穴位。

六、穴位的定位，历代文献颇不一致。若穴名的出处与定位的依据一致者，则不另行交待；若不一致者，则随文用括号标出所依文献的名称。定位方法有两种以上者，则以“一说”或“另说”阐述。

七、本分册的简化字采用1964年中国文字改革委员会《简化字总表》，并参考《新华字典》《辞海》等，按笔划及笔顺编排。

（1）同数笔画，据第一笔笔形一、丨、丿、丶、㇀为序。

（2）第一字相同，依第二字笔画多少为序；第一字相同，第二字画数相等，依第三字笔画多少为序。余类推。

（3）根据实用，改变了中医文献中个别用字习惯。如释文中有关体腔器官一律用脏腑，而不用藏、府。另外，为便于查阅古籍文献，收载的词目还保留了部分古体字和异体字，如抄、拏等。

（4）书末附词目第一个字的汉语拼音索引，以便检索。

检 字

(每字后的页码, 系检索目录的, 根据目录, 再查检词目)

一 画		弓 2	升 4	去 5	
一 1		女 2	长 4	甘 5	
二 画		小 2	仆 5	艾 5	
〔一〕		飞 2	化 5	本 6	
二 1		子 2	爪 5	打 6	
十 1		马 2	分 5	厉 6	
七 1		四 画		布 6	
〔丿〕		〔一〕		左 6	
人 1		开 2	反 5	右 6	
八 1		井 3	公 5	石 6	
九 1		天 3	丹 5	龙 6	
〔7〕		元 3	风 5	平 6	
力 1		无 3	乌 5	匝 6	
三 画		云 3	勾 5	〔丨〕	
〔一〕		韦 3	文 5	卡 6	
三 1		切 3	六 5	归 6	
干 1		五 3	方 5	目 6	
工 1		支 3	火 5	申 6	
下 1		不 3	为 5	叩 6	
大 2		太 3	斗 5	电 6	
丈 2		牙 3	心 5	出 6	
万 2		巨 3	〔7〕		四 6
寸 2		〔丨〕		〔丿〕	
〔丨〕		止 3	尺 5	失 6	
上 2		支 3	引 5	禾 6	
口 2		少 3	双 5	付 6	
巾 2		日 3	以 5	丘 6	
山 2		中 3	水 5	仙 6	
中 2		内 4	孔 5	白 6	
〔7〕		〔丿〕		他 6	
		丰 4	五 画	鸟 6	
		手 4	〔一〕	丛 6	
		毛 4	玉 5	印 6	
		气 4	击 5	外 6	
			正 5	旬 6	

包 7

[丶]

主 6

玄 6

閃 6

半 6

头 6

穴 6

永 7

[冫]

尻 7

司 7

对 7

奶 7

皮 7

发 7

母 7

丝 7

六 画

[一]

动 7

老 7

戎 7

耳 7

芒 7

西 7

机 7

权 7

地 7

压 7

百 7

存 7

夺 7

列 7

迈 7

成 7

夹 7

臣 7

托 7

扣 7

扌 7

扌 7

扌 7

至 7

过 7

[丨]

光 7

当 7

吐 7

吸 7

同 7

团 7

曲 7

回 7

吕 7

肉 7

[丿]

年 7

廷 7

舌 7

竹 7

朱 7

乔 7

传 7

伏 7

任 7

伤 7

华 7

自 7

血 7

凶 8

会 8

合 8

后 8

行 8

肋 8

多 8

[丶]

交 8

齐 8

羊 8

并 8

关 8

壮 8

冲 8

兴 8

灯 8

次 8

汗 8

池 8

守 8

安 8

[7]

异 8

导 8

阳 8

阴 8

收 8

孙 8

羽 9

七 画

[一]

麦 9

进 9

远 9

运 9

走 9

赤 9

志 9

劫 9

却 9

李 9

苍 9

劳 9

坎 9

极 9

束 9

豆 9

两 9

还 9

扶 9

抚 9

扯 9

折 9

扼 9

抓 9

扳 9

抑 9

拘 9

抖 9

扭 9

报 9

[丨]

步 9

旱 9

里 9

足 9

员 10

听 10

别 10

[丿]

吞 10

针 10

利 10

体 10

邱 10

延 10

伸 10

低 10

佗 10

身 10

近 10

彻 10

邻 10

谷 10

坐 10

肝 10

肚 10

肘 10

肠 10

龟 10

条 10

角 10
 鸬 10
 灸 10
 迎 10
 系 10
 饮 10

〔 ㄣ 〕

库 10
 疔 10
 应 10
 育 10
 怀 10
 间 10
 兑 10
 冷 10
 完 10
 穷 10

〔 7 〕

灵 10
 张 10
 尾 10
 局 10
 尿 10
 阿 10
 附 10
 努 10
 纯 10
 纳 10

八 画

〔 一 〕

环 10
 武 11
 青 11
 表 11
 枢 11
 板 11
 枕 11
 取 11
 直 11

或 11
 刺 11
 奇 11
 顶 11
 卧 11
 抹 11
 播 11
 拢 11
 拔 11
 押 11
 抻 11
 抽 11
 拊 11
 拍 11
 抵 11
 抱 11
 拉 11
 拧 11
 拂 11
 拨 11
 拇 11
 转 11

〔 丨 〕

歧 11
 齿 11
 虎 11
 非 11
 肾 11
 尚 11
 明 11
 昆 11
 昌 11
 呼 11
 鸣 11
 岩 11

〔 丿 〕

迭 11
 垂 11
 刮 11
 委 11
 季 11

秉 11
 和 11
 版 11
 侠 11
 金 11
 命 11
 邴 11
 念 11
 所 11
 乳 11
 肺 11
 服 11
 眇 11
 阪 11
 股 11
 肱 11
 肋 11
 颊 11
 鱼 11
 周 12

〔 ㄣ 〕

京 12
 夜 12
 卒 12
 府 12
 疟 12
 疝 12
 放 12
 卷 12
 单 12
 浅 12
 泪 12
 沿 12
 注 12
 泥 12
 泽 12
 宗 12
 定 12
 实 12
 肩 12
 房 12

〔 7 〕

建 12
 居 12
 屈 12
 降 12
 始 12
 承 12
 练 12
 经 12
 孤 12
 参 12

九 画

〔 一 〕

封 12
 项 12
 荡 12
 草 12
 带 12
 荡 12
 药 12
 荣 12
 柱 12
 标 12
 胡 12
 威 12
 研 12
 砭 12
 面 12
 牵 12
 拭 12
 持 13
 挟 13
 拽 13
 挺 13
 挤 13
 挑 13
 挤 13
 按 13
 指 13
 挪 13
 垫 13

[1]

背 13
点 13
临 13
哑 13
咽 13
是 13
冒 13
胃 13
迴 13
骨 13
幽 13

[丿]

选 13
重 13
复 13
秋 13
便 13
修 13
顺 13
保 13
泉 13
鬼 13
剑 13
俞 13
食 13
胆 13
脾 13
胞 13
脉 13
胎 13
独 13
怀 13
急 13

[ㄣ]

弯 13
亭 13
亮 13
庭 13
恢 13

闻 13
阁 13
养 13
前 14
首 14
逆 14
总 14
炼 14
酒 14
浊 14
洗 14
举 14
客 14
穿 14
扁 14
神 14

[7]

退 14
屋 14
屏 14
眉 14
骈 14
结 14
络 14
绝 14
姪 14

十 画

[一]

珠 14
素 14
起 14
真 14
贾 14
埋 14
核 14
根 14
璜 14
配 14
唇 14
原 14
振 14

捏 14
捋 14
挽 14
捣 14
热 14

[1]

紧 14
晕 14
豈 14
圆 14

[丿]

钱 14
铁 14
铍 14
铅 14
缺 14
透 14
秩 14
倒 14
候 14
俯 14
躬 14
拿 14
徐 14
殷 14
豹 14
胰 14
肱 14
胛 14
胸 15
脏 15
脐 15
脑 15
留 15
饿 15

[ㄣ]

高 15
疾 15
疰 15
顽 15

站 15
旁 15
悟 15
烧 15
拳 15
淮 15
瓷 15
资 15
消 15
海 15
浮 15
流 15
浴 15
涌 15
脊 15
害 15
宽 15
窈 15
容 15
窳 15
案 15
悟 15
被 15
调 15

[7]

弱 15
陵 15
陷 15
陶 15
通 15

十 一 画

[一]

球 15
理 15
勒 15
营 15
黄 15
域 15
梅 15
梳 15
豉 15

曹 15
 辄 15
 辅 15
 捧 15
 掩 15
 掉 15
 换 15
 捶 15
 推 15
 捻 15
 掐 15
 掖 15
 接 15
 掇 16
 掘 16

〔 丨 〕

颇 16
 虚 16
 雀 16
 常 16
 啄 16
 眼 16
 蛇 16
 趺 16
 累 16
 悬 16
 婴 16
 患 16
 崇 16
 颧 16

〔 丿 〕

银 16
 铜 16
 矫 16
 偶 16
 偏 16
 得 16
 盘 16
 斜 16
 脚 16
 脖 16

〔 丶 〕

毫 16
 旋 16
 鹿 16
 痘 16
 痼 16
 章 16
 商 16
 率 16
 寅 16
 着 16
 断 16
 清 16
 淋 16
 渊 16
 液 16
 淡 16
 深 16
 混 16
 梁 16
 情 16

〔 7 〕

弹 16
 随 16
 隐 16
 颈 16
 骑 16
 绰 16
 维 16

十二画

〔 一 〕

琵 16
 琢 16
 斑 16
 煮 16
 彭 16
 期 16
 散 16
 募 16
 葛 16

落 16
 棒 16
 椒 16
 惟 16
 厥 16
 硫 16
 雄 16
 颊 16
 翘 16
 指 16
 提 16
 揪 16
 插 16
 揪 16
 燃 16
 搓 16
 握 16
 搔 16
 揉 16

〔 丨 〕

斫 17
 紫 17
 掌 17
 跗 17
 遗 17
 蛭 17
 喉 17
 黑 17
 酩 17

〔 丿 〕

嵇 17
 铺 17
 锁 17
 锋 17
 锐 17
 短 17
 筑 17
 筋 17
 犊 17
 皓 17
 傍 17

循 17
 舒 17
 膈 17
 脾 17
 腑 17
 腋 17
 腕 17
 然 17

〔 丶 〕

痞 17
 阑 17
 道 17
 曾 17
 惺 17
 焯 17
 滞 17
 温 17
 滑 17
 割 17
 寒 17
 窗 17
 頰 17

〔 7 〕

强 17
 隔 17
 疏 17
 絮 17
 缕 17

十三画

〔 一 〕

魂 17
 蒜 17
 禁 17
 雷 17
 输 17
 摄 17
 摸 17
 搬 17
 摇 17
 猥 17

颐 17

〔 丨 〕

督 17

噬 17

暖 17

睛 17

蛾 17

骄 17

跟 17

照 17

〔 丿 〕

铍 17

催 17

鼠 17

微 17

颌 17

腰 17

膈 17

腹 17

膪 17

解 17

猿 18

〔 ㄨ 〕

廉 18

新 18

意 18

阙 18

慈 18

煨 18

煖 18

溪 18

滚 18

〔 7 〕

缠 18

辟 18

十四画

〔 一 〕

截 18

静 18

荼 18

聚 18

蔽 18

磁 18

拙 18

摘 18

〔 丨 〕

赝 18

雌 18

嗽 18

〔 丿 〕

铈 18

铨 18

箸 18

箕 18

鼻 18

魄 18

膈 18

膊 18

膀 18

腋 18

〔 ㄨ 〕

豪 18

膏 18

簪 18

瘕 18

瘖 18

端 18

精 18

漏 18

寡 18

〔 7 〕

缪 18

熊 18

十五画

〔 一 〕

璇 18

菱 18

横 18

震 18

撑 18

播 18

撮 18

擒 18

撚 18

〔 丨 〕

踝 18

睬 18

蝶 18

〔 丿 〕

偵 18

靠 18

箴 18

箭 18

膝 18

膝 18

〔 ㄨ 〕

摩 18

癍 18

颞 18

鹤 19

遑 19

遵 19

〔 7 〕

熨 19

十六画

〔 一 〕

颞 19

燕 19

馥 19

颞 19

〔 丨 〕

端 19

踵 19

〔 丿 〕

贺 19

纂 19

〔 ㄨ 〕

磨 19

辨 19

燔 19

〔 7 〕

颞 19

十七画

〔 一 〕

藏 19

翳 19

捺 19

〔 丨 〕

瞳 19

螺 19

蟀 19

髀 19

〔 丿 〕

臃 19

臃 19

〔 ㄨ 〕

膺 19

臂 19

〔 7 〕

臀 19

十八画

〔 丨 〕

赜 19

赜 19

骹 19	攢 19	〔 丿 〕	〔 一 〕
〔 丿 〕	〔 丨 〕	灌 19	囊 19
翻 19	巔 19	二十一画	〔 丿 〕
腐 19	嚙 19	〔 丨 〕	蕞 19
〔 丿 〕	晷 19	髓 19	饒 19
鷹 19	〔 丿 〕	〔 丿 〕	二十三画
〔 ㄇ 〕	顛 19	〔 丿 〕	〔 一 〕
戳 19	二十画	磨 19	颞 19
十九画	〔 一 〕	痲 19	〔 丿 〕
〔 一 〕	體 19	二十二画	巖 19

目 录

一 画		十二经别..... 3	八邪..... 6	 9
〔一〕		十二经标本..... 3	八华..... 6	三毛..... 9
一夫法..... 1		十二经络..... 3	八会..... 6	三百六十五节..... 9
一合..... 1		十二经脉..... 3	八会穴..... 7	三百六十五会..... 9
一进三退..... 1		十二经筋..... 3	八冲..... 7	三合..... 9
一指禅推法..... 1		十二络脉..... 3	八谷..... 7	三关..... 9
一指禅推拿..... 1		十二原穴..... 3	八卦..... 7	三阳..... 9
一指禅推拿..... 1		十七椎穴..... 3	八珍..... 7	三阳五会..... 9
一指鞭法..... 1		十大手法..... 4	八脉..... 7	三阳络..... 10
一扇门..... 1		十三鬼穴..... 4	八脉八穴配穴法	三阴..... 10
一窝风..... 1		十王..... 4	 7	三阴交..... 10
二 画		十五别络..... 4	八脉交会穴..... 7	三进一退..... 10
〔一〕		十五络..... 4	八段锦导引法..... 7	三里..... 10
二十七气..... 1		十五络穴..... 4	八帘..... 8	三角灸..... 10
二十八会..... 1		十五络脉..... 4	八椎下..... 8	三间..... 10
二十八脉..... 1		十六络脉..... 4	九气..... 8	三刺..... 10
二人上马..... 1		十六字气诀..... 4	九丹..... 8	三变刺..... 10
二龙戏珠..... 2		十四法..... 5	九六补泻..... 8	三结交..... 10
二龙摆尾..... 2		十四经..... 5	九曲中府..... 8	三起三落..... 10
二白..... 2		十四经穴..... 5	九还丹..... 8	三盘落地..... 11
二合..... 2		十四络脉..... 5	九针..... 8	三商..... 11
二交..... 2		十脉..... 5	九刺..... 8	三焦..... 11
二间..... 2		十宣..... 5	九转之丹..... 8	三焦经..... 11
二陵..... 2		七节..... 5	九转金丹..... 9	三焦俞..... 11
二扇门..... 2		七节骨..... 5	九变刺..... 9	三棱针..... 11
二趺..... 2		七抱三撑..... 5	九鬼拔马刀..... 9	三管..... 11
十二井穴..... 2		七星针..... 5	〔二〕	
十二节刺..... 2		七星针疗法..... 5	力劈华山..... 9	
十二皮部..... 2		〔三〕	三 画	
十二刺..... 2		〔四〕	〔一〕	
十二经之海..... 2		人中..... 6	三才..... 9	工尾势..... 11
十二经水..... 3		人迎..... 6	三门..... 9	下三里..... 11
十二经穴..... 3		人迎脉..... 6	三元延寿参赞书	下巨虚..... 11
		八风..... 6		下气海..... 12
		八石..... 6		下合穴..... 12
				下丹田..... 12

下关·····12	大谷·····14	上气海·····17	小肠·····19
下阴别·····12	大迎·····14	上丹田·····17	小肠经·····19
下纪·····12	大杼·····14	上关·····17	小肠俞·····19
下极·····12	大拇指头·····15	上纪·····17	小周天·····19
下极之俞·····12	大周天·····15	上迎香·····17	小指爪纹·····20
下极俞·····12	大泻刺·····15	上林·····17	小指尖·····20
下针·····12	大经·····15	上杼·····17	小指(趾)次指
下针法·····12	大指节横纹·····15	上星·····17	(趾)·····20
下育·····12	大指甲根·····15	上举通臂·····17	小骨空·····20
下林·····12	大指(趾)次指(趾)	上都·····18	小眉刀·····20
下昆仑·····12	·····15	上病下取·····18	小络·····20
下法·····12	大药·····15	上腕·····18	小海·····20
下都·····13	大骨空·····15	上腭穴·····18	小溪·····20
下病上取·····13	大顺·····15	上廉·····18	小横纹·····20
下陵·····13	大泉·····15	上廉泉·····18	飞丹·····20
下腕·····13	大钟·····15	上慈宫·····18	飞处·····20
下腰·····13	大都·····15	上龔里·····18	飞扬·····20
下廉·····13	大推天河水·····16	上管·····18	飞阳·····20
下管·····13	大圆手·····16	上髻·····18	飞法·····20
下摩生门·····13	大陵·····16	口寸·····18	飞虎·····21
下髻·····13	大裆·····16	巾针·····18	飞金走气·····21
大一·····13	大椎·····16	山根·····18	飞经走气·····21
大三关·····13	大鹏展翅·····16		子午捣臼·····21
大门·····13	大敦·····16		子午拳势·····21
大天心·····13	大槌·····16	〔一〕	子户·····21
大巨·····13	大膻·····16	弓箭档·····18	子母补泻·····21
大中极·····14	大领·····16	女须·····18	子母配穴法·····21
大包·····14	大赫·····16	女婿·····18	子宫穴·····21
大阳·····14	大横·····16	女膝·····18	马氏点·····21
大(太)阴脉·····14	大横纹·····16	小儿针疗法·····19	马丹阳天星十二
大羽·····14	丈母·····16	小儿龟胸穴·····19	穴·····21
大运转·····14	万字车轮功·····16	小儿按摩·····19	马裆·····21
大针·····14	寸口·····17	小儿疳痢·····19	
大肠·····14		小儿疳瘦·····19	
大肠经·····14	〔一〕	小儿推拿·····19	四 画
大肠侧·····14	上门·····17	小三关·····19	〔一〕
大肠俞·····14	上马·····17	小天心·····19	开天门·····22
大肠筋·····14	上天心·····17	小吉·····19	开关法·····22
大肠募·····14	上巨虚·····17	小竹·····19	开闭法·····22
		小针·····19	开刺·····22

开郁法·····22	天隐子养生书·····25	五经纹·····28	巨灵上廉·····32
开法·····22	天鼎·····26	五指节·····29	巨刺·····32
开胸阴阳·····22	天湿·····26	五腧俞·····29	巨胜·····32
开阖补泻·····22	天温·····26	五脏之俞·····29	巨觉·····32
开、阖、枢·····22	天窗·····26	五脏六腑之海·····29	巨骨·····32
开璇玑·····22	天溪·····26	五脏刺·····29	巨窞·····32
井穴·····23	天满·····26	五禽戏·····29	巨虚·····32
井灶·····23	天聪·····26	五腧·····29	巨虚下廉·····32
井荣·····23	天牖·····26	五输穴·····29	巨虚上廉·····32
天门·····23	天瞿·····26	五输配穴法·····29	巨挽·····33
天门入虎口·····23	天髎·····26	支正·····30	巨阙·····33
天井·····23	天衢·····26	支沟·····30	巨阙俞·····33
天五会·····23	元儿·····26	不死药·····30	巨髎·····33
天心·····23	元见·····27	不定穴·····30	
天白·····23	元炁·····27	不容·····30	〔 I 〕
天臼·····23	无名穴·····27	太乙·····30	止泻穴·····33
天会·····23	无痛进针器·····27	太乙神针·····30	步法·····33
天年·····23	无瘢痕灸·····27	太仓·····30	少关·····33
天冲·····23	云门·····27	太平御览·养生·····30	少冲·····33
天池·····24	韦驮献杵·····27	太白·····30	少阳脉·····33
天寿·····24	切法·····27	太冲·····30	少阳维·····33
天伯·····24	五十七疳·····27	太阳·····31	少阴郄·····33
天灸·····24	五十九刺·····27	太阳阴·····31	少阴脉·····33
天应穴·····24	五十九疳·····27	太阴·····31	少谷·····33
天枢·····24	五大·····27	太阴络·····31	少林寺·····33
天顶·····24	五户·····27	太极拳·····31	少泽·····34
天府·····24	五石·····27	太极磨子手·····31	少府·····34
天宗·····24	五节刺·····28	太刺·····31	少海·····34
天河·····24	五处·····28	太泉·····31	少商·····34
天河水·····25	五邪刺·····28	太祖·····31	日月·····34
天柱·····25	五会·····28	太陵·····31	日光灸·····34
天泉·····25	五合·····28	太渊·····31	中丹田·····34
天庭·····25	五里·····28	太溪·····32	中风七穴·····34
天突·····25	五体·····28	牙关·····32	中风不语穴·····35
天谿·····25	五枢·····28	牙痛穴·····32	中年·····35
天容·····25	五刺·····28	巨处·····32	中冲·····35
天笼·····25	五虎·····28	巨针·····32	中守·····35
天盖·····25	五变刺·····28	巨针疗法·····32	中极·····35
天隐子·····25	五经·····28		中刺激·····35

中枢·····35	内昆仑·····38	手少阳之正·····42	手厥阴经别·····46
中郄·····35	内视·····38	手少阳之别·····42	手厥阴经筋·····46
中府·····35	内庭·····38	手少阳经别·····42	手厥阴标本·····46
中阑·····35	内养功·····38	手少阳经筋·····42	手厥阴络脉·····46
中注·····35	内家拳·····38	手少阳标本·····42	手掌后白肉际穴·····46
中肩井·····36	内景·····38	手少阳络脉·····42	手掌后臂间穴·····46
中封·····36	内睛明·····38	手少阴·····42	手踝·····46
中指节·····36	内踝·····38	手少阴之正·····42	手髓孔·····46
中指同身寸·····36	内踝上·····38	手少阴之别·····42	毛际·····47
中庭·····36	内踝尖·····38	手少阴心经·····42	毛刺·····47
中泉·····36		手少阴郄·····42	毛茛灸·····47
中都·····36	〔 〕	手少阴经别·····42	气门·····47
中恶·····36	丰隆·····39	手少阴经筋·····43	气之阴郄·····47
中胆·····36	手三阳经·····39	手少阴标本·····43	气中·····47
中胆俞·····36	手三阴经·····39	手少阴络脉·····43	气户·····47
中流砥柱·····36	手三里·····39	手心·····43	气功·····47
中腕·····36	手下廉·····39	手心主·····43	气功推拿·····47
中商·····37	手上廉·····39	手心主之正·····43	气穴·····47
中渚·····37	手夫·····39	手心主之别·····43	气至病所·····47
中渚·····37	手太阳·····39	手心主标本·····43	气会·····47
中魁·····37	手太阳小肠经·····39	手阳明·····43	气合·····47
中管·····37	手太阳之正·····39	手阳明大肠经·····43	气关·····47
中膻·····37	手太阳之别·····39	手阳明之正·····43	气冲·····47
中膻俞·····37	手太阳穴·····39	手阳明之别·····43	气池·····48
中膻俞·····37	手太阳经别·····40	手阳明经别·····43	气舍·····48
中膻·····37	手太阳经筋·····40	手阳明经筋·····44	气郄·····48
中膻·····37	手太阳标本·····40	手阳明标本·····44	气府·····48
内八卦·····37	手太阳络脉·····40	手阳明络脉·····44	气俞·····48
内三合·····37	手太阴·····40	手足大指爪甲穴·····44	气原·····48
内太冲·····37	手太阴之正·····40	手足小指穴·····44	气海·····48
内丹·····37	手太阴之别·····40	手针疗法·····44	气海俞·····48
内功按摩·····37	手太阴肺经·····40	手针麻醉·····45	气街·····48
内外丹·····37	手太阴经别·····40	手表·····45	气端·····48
内外踝尖·····37	手太阴经筋·····41	手鱼·····45	升法·····48
内至阴·····37	手太阴标本·····41	手法运针·····45	升降法·····49
内关·····38	手太阴络脉·····41	手指平推扣拨法·····45	长平·····49
内阳池·····38	手五里·····41	手逆注·····45	长生·····49
内针·····38	手少阳·····41	手朝三元·····45	长针·····49
内迎香·····38	手少阳三焦经·····41	手厥阴心包经·····45	长谷·····49

长春子……………49	风关……………51	斗肘……………55	水俞五十七处……58
长蛇灸……………49	风池……………51	斗肘走气…………55	水突……………58
长颊……………49	风府……………52	心……………55	水道……………58
长顙……………49	风拳势……………52	心火……………55	水罐……………58
长强……………49	风摆荷叶……………52	心包经……………55	水罐法……………58
长颊……………49	风痲……………52	心主……………55	孔穴……………58
长置……………49	凤单展翅……………52	心系……………55	孔最……………58
长谿……………49	凤眼……………52	心俞……………55	幻真先生服内
长髻……………49	凤凰转翅……………52	心胞……………55	元气诀……………59
仆参……………49	凤凰单展翅………52	心经……………55	
化脓灸……………49	凤凰展翅……………52	心筋……………55	五 画
爪法……………49	凤凰鼓翅……………53	心演……………55	〔一〕
爪刺……………50	乌龙双摆尾…………53		玉户……………59
爪切押手法………50	乌龙钻洞……………53	〔7〕	玉环俞……………59
分水……………50	乌龙摆尾……………53	尺泽……………56	玉英……………59
分肉……………50	勾点法……………53	引气……………56	玉枕……………59
分阴阳……………50	勾漏……………53	引气法……………56	玉房俞……………59
分刺……………50	〔、〕	引水上天河………56	玉泉……………59
分法……………50	文台……………53	引伸法……………56	玉堂……………59
分推法……………50	六华……………53	引针……………56	玉液……………59
分筋……………50	六合……………53	引痰法……………56	击天鼓……………59
反观内照……………50	六经……………53	双凤展翅……………56	击天磬……………59
反听……………50	六经皮部……………53	双龙搅水……………56	击法……………59
反转子午拳………50	六经标本……………53	双龙摆尾……………56	击探天鼓……………59
反盖六合掌………50	六总穴……………53	双虎夺食……………56	正经……………60
公孙……………50	六筋……………53	以病为腧……………56	正骨推拿……………60
丹……………51	六腑……………54	水门……………56	正营……………60
丹田……………51	六腧……………54	水中捞月……………56	去爪……………60
丹凤摇头……………51	六缝……………54	水分……………57	去针……………60
丹凤摇尾……………51	方士……………54	水穴……………57	甘载……………60
丹田……………51	火针……………54	水针疗法……………57	艾斗……………60
丹田呼吸法………51	火针疗法……………54	水针麻醉……………57	艾条……………60
丹诀……………51	火补火泻……………54	水灸……………57	艾条灸……………60
丹房……………51	火候……………54	水谷之海……………57	艾灸疗法……………60
丹砂……………51	火罐……………54	水沟……………57	艾灸补泻……………60
丹鼎……………51	火罐气……………54	水底……………57	艾卷……………60
风门……………51	火罐法……………54	水底捞月……………58	艾卷灸……………61
风门热府……………51	为之……………55	水底捞明月………58	艾炷……………61
风市……………51		水泉……………58	艾炷灸……………61

艾绒·····61	平针法·····63	四白·····65	外丘·····68
本节·····61	平补平泻·····63	四合·····65	外关·····68
本池·····61	平刺·····63	四关·····65	外阳·····68
本经选穴法·····61	平推法·····63	四花·····66	外劳宫·····68
本神·····61	平掌押手法·····63	四花患门·····66	外枢·····68
打马过天门·····61	匝风·····63	四神聪·····66	外命·····68
打马过天河·····61		四总穴·····66	外经·····68
打天钟·····61	〔 1 〕	四根三结·····66	外陵·····68
打灯火·····61	卡法·····63	四海·····66	外维·····68
打法·····61	归来·····64	四渎·····66	外踝·····69
打躬势·····61	归法·····64	四街·····66	外踝尖·····69
厉兑·····62	目寸·····64	四满·····66	外膝眼·····69
布针·····62	目下网·····64	四缝·····66	句漏·····69
左右开弓·····62	目下纲·····64	四横纹·····66	包络·····69
左右配穴法·····62	目上网·····64		
左颊右颊·····62	目上纲·····64	〔 〕	〔 〃 〕
左端正·····62	目内眦·····64	失眠穴·····66	主客配穴法·····69
右关·····62	目本·····64	禾髎·····67	玄冥·····69
右端正·····62	目外眦·····64	付阳·····67	闪罐法·····69
石门·····62	目系·····64	丘墟·····67	半刺·····69
石关·····62	目纲·····64	仙人指路·····67	头皮针疗法·····69
石针·····62	目明·····64	白马分鬃·····67	头冲·····69
石留黄·····62	目窠·····64	白芥子灸·····67	头针疗法·····69
石黄·····62	目锐眦·····64	白针·····67	头针麻醉·····70
石阙·····62	目窗·····64	白虎摇头·····67	头角·····70
龙入虎口·····62	目临泣·····64	白环俞·····67	头临泣·····70
龙玄·····62	申脉·····64	白筋·····67	头窍阴·····70
龙角·····62	叩齿·····64	白鹤展翅·····67	头维·····70
龙虎·····63	叩法·····65	白蟒吐舌·····67	穴·····70
龙虎石·····63	电针机·····65	白晷·····67	穴会·····70
龙虎升降·····63	电针疗法·····65	他经选穴法·····67	穴位·····70
龙虎升腾·····63	电针麻醉·····65	鸟戏·····67	穴位压痛诊断法
龙虎交战·····63	电灸器·····65	丛毛·····68	·····70
龙虎经·····63	出爪亮翅·····65	丛针·····68	穴位刺激结扎
龙泉·····63	出针·····65	印堂·····68	疗法·····71
龙渊·····63	出针法·····65	外八卦·····68	穴位注射疗法·····71
龙烟·····63	四开·····65	外三合·····68	穴位封闭疗法·····71
龙颌·····63	四气街·····65	外丹·····68	穴位结扎疗法·····71
平手托塔·····63	四末·····65	外勾·····68	穴空·····71

穴俞·····71	耳上·····73	夹持押手法·····76	曲鬓·····80
穴道·····71	耳上发际·····73	夹脊穴·····76	回气·····80
永泉·····71	耳门·····73	臣觉·····77	回阳九针穴·····80
〔 ㄣ 〕	耳中·····73	托天·····77	回骨·····80
尻·····71	耳穴模型·····74	托法·····77	回旋灸·····80
司马子微·····71	耳穴探测器·····74	托踏·····77	吕细·····80
司马承桢·····71	耳尖·····74	扣法·····77	肉节·····80
对修常居·····71	耳后高骨·····74	扞法·····77	〔 丿 〕
对症选穴法·····71	耳针·····74	扫散法·····77	年寿·····80
奶旁·····71	耳针疗法·····74	扬刺·····77	廷孔·····80
皮内针·····71	耳针麻醉·····74	扬腕法·····77	舌下穴·····80
皮内针疗法·····71	耳针模型·····74	至阳·····78	舌本·····80
皮刺疗法·····72	耳垂·····74	至阴·····78	舌本·····80
皮肤针·····72	耳背高骨·····74	至荣·····78	舌厌·····80
皮肤针疗法·····72	耳脉·····74	至营·····78	舌肿·····81
皮罢·····72	芒针·····75	至宫·····78	舌横·····81
皮部·····72	芒针疗法·····75	过门·····78	竹杖·····81
发针·····72	西山先生·····75	过胸通臂·····78	朱砂·····81
发际·····72	机关·····75	〔 丨 〕	乔摩·····81
发泡灸·····72	权髻·····75	光明·····78	传尸·····81
发蒙·····72	地五会·····75	当阳·····78	传尸灸·····81
母腮·····72	地仓·····75	当容·····78	伏白·····81
丝竹空·····72	地机·····75	吐法·····78	伏针伏灸·····81
丝络·····72	地冲·····75	吐纳·····78	伏兔·····81
六 画	地合·····75	吸门·····79	任脉·····81
〔 一 〕	地箕·····75	吸筒疗法·····79	任脉之别·····81
动功·····73	压法·····75	同身寸·····79	任脉络脉·····81
动法·····73	压椎法·····75	团岗·····79	伤山·····82
动治法·····73	百节·····75	曲牙·····79	华池·····82
动静结合·····73	百虫·····75	曲节·····79	华佗穴·····82
老龙·····73	百虫窠·····75	曲发·····79	华佗夹脊·····82
老汉扳辘·····73	百会·····75	曲池·····79	华盖·····82
老汉绞辘·····73	百劳·····76	曲泽·····79	自我按摩·····82
老复丁·····73	存神·····76	曲垣·····79	自我推拿·····82
老虎吞食·····73	存泥丸·····76	曲骨·····79	自灸·····82
老商·····73	夺命·····76	曲泉·····80	血门·····82
戎盐·····73	列缺·····76	曲差·····80	血会·····82
	迈步·····76	曲颊·····80	血郄·····82
	成骨·····76		血脉·····82

血络·····82	多所闻·····85	池泉·····89	阳明脉·····92
血海·····82		守一·····89	阴中阴阳·····93
血清穴·····82	〔、〕	安邪·····89	阴分之上药·····93
血愁·····82	交叉选穴法·····85	安耶·····89	阴市·····93
凶会·····82	交会选穴法·····86	安神·····89	阴包·····93
会·····83	交仪·····86	安眠 ₁ ·····89	阴交·····93
会仄·····83	交会穴·····86	安眠 ₂ ·····89	阴关·····93
会阳·····83	交冲·····86	安眠穴·····89	阴池·····93
会阴·····83	交经八穴·····86		阴阳穴·····93
会宗·····83	交骨·····86	〔一〕	阴阳反掌·····93
会骨·····83	交信·····86	异经选穴法·····89	阴阳刺·····93
会原·····83	齐刺·····86	导气法·····89	阴阳循环一
会维·····83	羊矢·····86	导引·····89	大周天·····93
会额·····83	并裆·····86	导引行气·····90	阴阳循环一
合二气·····83	关门·····86	导引图·····90	小周天·····93
合穴·····83	关元·····86	阳中隐阴·····90	阴阳磨势·····93
合阳·····83	关元上·····87	阳白·····90	阴谷·····93
合阴阳·····84	关元俞·····87	阳刚·····90	阴刺·····94
合谷·····84	关仪·····87	阳交·····90	阴郄·····94
合谷刺·····84	关冲·····87	阳关·····90	阴脉·····94
合刺·····84	关阳·····87	阳池·····90	阴脉之海·····94
合法·····84	关刺·····87	阳谷·····91	阴独·····94
合治内腑·····84	关枢·····87	阳纲·····91	阴独八穴·····94
合颅·····84	关明·····87	阳刺·····91	阴络·····94
后发际·····84	关陵·····87	阳泽·····91	阴都·····94
后曲·····84	关梁·····87	阳脉·····91	阴陵泉·····94
后关·····84	关蛰·····87	阳脉之海·····91	阴维穴·····94
后顶·····84	关、闾、枢·····87	阳络·····91	阴维脉·····94
后神聪·····84	壮·····88	阳陵·····91	阴符经·····95
后腋·····84	冲门·····88	阳陵泉·····91	阴道·····95
后腋下·····84	冲阳·····88	阳辅·····91	阴鼎·····95
后溪·····84	冲脉·····88	阳维穴·····91	阴筋·····95
行气·····85	冲道·····88	阳维脉·····92	阴跷穴·····95
行气玉佩铭·····85	兴隆·····88	阳筋·····92	阴跷脉·····95
行气法·····85	灯火灸·····88	阳跷穴·····92	阴廉·····95
行针·····85	次门·····88	阳跷脉·····92	阴器·····95
行间·····85	次髎·····88	阳溪·····92	阴囊下横纹·····95
肋头·····85	汗法·····89	阳窟·····92	收诊法·····95
肋髃·····85	池头·····89	阳燧·····92	孙真人铭·····95

孙脉……………95	苍龟探穴……………98	旱地拔葱……………101	足少阴之正……………106
孙络……………96	劳宫……………98	旱莲灸……………101	足少阴之别……………106
羽客……………96	坎下……………99	里内庭……………101	足少阴肾经……………106
七 画	坎宫……………99	足三阳经……………101	足少阴经别……………107
〔一〕	极泉……………99	足三阴经……………101	足少阴经筋……………107
麦粒灸……………96	束骨……………99	足三里……………101	足少阴标本……………107
进针……………96	豆豉灸……………99	足下廉……………101	足少阴脉……………107
进针法……………96	两井……………99	足大趾端……………101	足少阴络脉……………107
进针管……………96	两手托天……………99	足上廉……………101	足心穴……………107
进法……………96	两手研子骨……………99	足小趾尖……………102	足阳关……………107
远近配穴法……………96	两间……………99	足太阳……………102	足阳明……………107
远取法……………96	两商……………99	足太阳之正……………102	足阳明之正……………107
远道刺……………96	两颐……………99	足太阳之别……………102	足阳明之别……………107
远道选穴法……………96	两额……………99	足太阳穴……………102	足阳明穴……………107
运土入水……………96	还丹……………99	足太阳经别……………102	足阳明经别……………107
运气疗法……………96	还精补脑……………99	足太阳经筋……………102	足阳明经筋……………107
运气按摩……………97	扶法……………99	足太阳标本……………102	足阳明标本……………108
运水入土……………97	扶承……………99	足太阳络脉……………102	足阳明胃经……………108
运动水土……………97	扶突……………99	足太阳膀胱经……………102	足阳明脉……………109
运针……………97	抚法……………100	足太阴……………103	足阳明络脉……………109
运法……………97	扯法……………100	足太阴之正……………103	足两踝……………109
运脐法……………97	扯痧……………100	足太阴之别……………103	足针疗法……………109
运膏肓……………97	折针……………100	足太阴经别……………103	足针麻醉……………109
运掌合瓦……………97	折法……………100	足太阴经筋……………103	足临泣……………109
走火入魔……………97	扼法……………100	足太阴标本……………103	足钜阳脉……………109
走马……………97	抓法……………100	足太阴络脉……………103	足蕤(厥)阴脉……………109
走罐法……………97	扳法……………100	足太阴脾经……………104	足泰(太)阳脉……………109
赤凤迎源……………98	抑法……………100	足五里……………104	足泰(太)阴脉……………111
赤凤摇头……………98	搦法……………100	足少阳……………104	足窍阴……………111
赤白肉际……………98	抖法……………100	足少阳之正……………104	足通谷……………111
赤淡黄筋……………98	扭法……………100	足少阳之别……………104	足厥阴……………111
赤筋……………98	扭痧……………100	足少阳穴……………104	足厥阴之正……………111
志室……………98	报灸……………100	足少阳经别……………104	足厥阴之别……………111
劫刺……………98	报刺……………101	足少阳经筋……………105	足厥阴穴……………111
却谷食气篇……………98	〔一〕	足少阳标本……………105	足厥阴肝经……………111
李真人一十六	步引……………101	足少阳胆经……………105	足厥阴经别……………111
字妙诀……………98	步郎……………101	足少阳脉……………105	足厥阴经筋……………111
苍龙摆尾……………98	步廊……………101	足少阳络脉……………106	足厥阴标本……………111
		足少阴……………106	足厥阴脉……………112

足厥阴络脉····· 112	针柄灸····· 115	肘椎····· 118	育募····· 121
足髓孔····· 112	针砭····· 115	肘髎····· 118	怀中抱月····· 121
足踵····· 112	针害····· 115	肠山····· 118	怀中抱月大小
足髀····· 112	针麻····· 115	肠风····· 118	缠丝手····· 121
员在····· 112	针麻三关····· 115	肠屈····· 118	间谷····· 121
员利针····· 112	针麻个体差异·· 115	肠遄····· 118	间使····· 121
员针····· 112	针麻仪····· 115	肠结····· 118	间接灸····· 121
员柱····· 112	针麻测痛····· 115	肠绕····· 118	间歇运针法····· 121
听会····· 112	针麻诱导····· 116	肠遗····· 118	间隔灸····· 121
听呵····· 112	针麻诱导期···· 116	肠道····· 118	兑冲····· 121
听河····· 112	针感····· 116	肠窟····· 118	兑骨····· 121
听宫····· 112	针罐法····· 116	龟尾····· 118	兑端····· 121
别穴····· 113	利尿穴····· 116	条口····· 118	冷灸····· 121
别阳····· 113	利机····· 116	角····· 118	完骨····· 121
〔 丿 〕	体针····· 116	角孙····· 118	穷骨····· 122
吞气····· 113	体针麻醉····· 116	角法····· 119	〔 冫 〕
针····· 113	体骨····· 116	鸠尾····· 119	灵台····· 122
针艾····· 113	邱处机····· 116	灸血病····· 119	灵道····· 122
针芒行气法···· 113	延年····· 116	灸疗器····· 119	灵墟····· 122
针向行气法···· 113	伸法····· 116	灸刺····· 119	张湛····· 122
针向补泻····· 113	低裆····· 116	灸法····· 119	尾穷骨····· 122
针灸····· 113	佗脊····· 116	灸疱····· 119	尾闾····· 122
针灸体位····· 113	身交····· 116	灸盏····· 119	尾翳····· 122
针灸疗法····· 113	身柱····· 116	灸熯····· 119	局部选穴法···· 122
针灸经穴模型·· 114	近取法····· 117	灸癆····· 119	尿血穴····· 122
针灸铜人····· 114	彻衣····· 117	灸癰风····· 120	尿胞····· 122
针灸感传现象·· 114	邻近选穴法···· 117	迎香····· 120	阿是穴····· 122
针刺手法····· 114	谷门····· 117	迎随补泻···· 120	附子灸····· 122
针刺角度····· 114	坐引····· 117	系络····· 120	附分····· 122
针刺疗法····· 114	坐裆····· 117	饮郄····· 120	附阳····· 123
针刺补泻法···· 114	坐罐法····· 117	饮膳太医···· 120	附饼灸····· 123
针刺麻醉····· 114	肝····· 117	〔 丶 〕	努法····· 123
针刺深度····· 115	肝木····· 117	库房····· 120	纯艾条····· 123
针刺感应····· 115	肝记····· 117	疗俞····· 120	纳气法····· 123
针法····· 115	肝经····· 117	应突····· 120	纳支补泻···· 123
针注疗法····· 115	肝俞····· 117	育门····· 120	八 画
针药罐法····· 115	肚角····· 117	育之原····· 121	〔 一 〕
针挑疗法····· 115	肘尖····· 117	育俞····· 121	
	肘俞····· 117		

环中····· 123	卧针····· 126	虎角····· 128	侠溪····· 131
环岗····· 123	卧虎扑食····· 126	非化脓灸····· 128	金门····· 131
环谷····· 123	抹法····· 126	肾····· 128	金丹····· 131
环跳····· 123	拢法····· 126	肾气····· 128	金龙戏水····· 131
环跳针····· 124	拔针····· 126	肾水····· 128	金针····· 131
武台····· 124	拔法····· 126	肾经····· 128	金津····· 132
青龙探爪····· 124	拔筒法····· 126	肾俞····· 128	金津、玉液····· 132
青龙摆尾····· 124	拔罐法····· 126	肾俞五十七穴	命门····· 132
青灵····· 124	押手····· 126	····· 129	命关····· 132
青灵泉····· 124	押手法····· 127	肾筋····· 129	郄门····· 132
青筋····· 124	押法····· 127	尚骨····· 129	郄中····· 132
表里配穴法····· 124	抻法····· 127	明耳目法····· 129	郄穴····· 132
枢持····· 124	抽气罐法····· 127	明光····· 129	念盈药条····· 132
枢儒····· 124	拊····· 127	明灸····· 129	所生病····· 132
板门····· 124	拍击法····· 127	明堂····· 129	乳下····· 132
枕骨····· 124	拍打法····· 127	昆仑····· 129	乳上····· 132
取天河水····· 124	抵法····· 127	昌阳····· 129	乳中····· 132
直针刺····· 124	抱朴子····· 127	呼吸行气····· 129	乳根····· 133
直肠····· 124	抱法····· 127	呼吸补泻····· 129	乳旁····· 133
直刺····· 124	拉法····· 127	鸣天鼓····· 130	肺····· 133
直骨····· 125	拉罐法····· 127	岩盐····· 130	肺系····· 133
直接灸····· 125	拧法····· 127		肺金····· 133
直推法····· 125	拧痧····· 127	[J]	肺底····· 133
或中····· 125	拂法····· 127	迭法····· 130	肺经····· 133
刺手····· 125	拨法····· 127	垂浆····· 130	肺俞····· 133
刺血疗法····· 125	拨络法····· 127	刮手背法····· 130	肺募····· 133
刺血拔罐法····· 125	拇指寸····· 127	刮法····· 130	服日····· 133
刺灸····· 125	转阳过阴····· 127	刮痧····· 130	服气····· 134
刺灸法····· 125	转阴过阳····· 127	委中····· 130	服食····· 134
刺法····· 125	转谷····· 127	委阳····· 130	服饵····· 134
刺络疗法····· 125	转膝····· 128	季肋····· 130	眇····· 134
刺络拔罐法····· 125		季肋····· 130	腧门····· 134
刺禁····· 125	[I]	秉风····· 131	股阴····· 134
刺激量····· 125	歧骨····· 128	和阴阳····· 131	肘肘····· 134
奇穴····· 126	齿牙····· 128	和法····· 131	胁脊····· 134
奇经····· 126	齿脉····· 128	和髀····· 131	胁堂····· 134
奇经八脉····· 126	虎口····· 128	版门····· 131	颊····· 134
奇输····· 126	虎口三关····· 128	侠白····· 131	鱼肚····· 134
顶天抱地····· 126	虎戏····· 128	侠承浆····· 131	鱼肠····· 134

鱼尾.....	134	实按灸.....	137	承命.....	140	封腰.....	143
鱼际.....	134	肩三针.....	137	承泣.....	140	项与手争.....	143
鱼络.....	134	肩井.....	137	承浆.....	140	项强穴.....	144
鱼脊.....	134	肩中俞.....	137	承筋.....	140	荡腿.....	144
鱼腰.....	134	肩内俞.....	137	承满.....	141	荡臂.....	144
鱼腹.....	134	肩内髃.....	137	练功.....	141	草鞋带.....	144
周荣.....	134	肩外俞.....	137	经中.....	141	药艾条.....	144
周营.....	135	肩头.....	137	经气.....	141	药物发泡灸.....	144
		肩贞.....	137	经水.....	141	药物发泡疗法	
		肩尖.....	138	经外奇穴.....	141		144
		肩后.....	138	经穴.....	141	药物敷贴疗法	
		肩柱.....	138	经别.....	141		144
京门.....	135	肩柱骨.....	138	经刺.....	141	药饼灸.....	144
京骨.....	135	肩胛.....	138	经脉.....	141	药筒法.....	144
夜光.....	135	肩脉.....	138	经脉之海.....	141	药鼎.....	144
卒腹痛穴.....	135	肩前.....	138	经始.....	142	药罐.....	144
府中俞.....	135	肩解.....	138	经络.....	142	药罐法.....	144
府舍.....	135	肩髃.....	138	经络之海.....	142	荣穴.....	144
府俞.....	135	肩髃.....	138	经络现象.....	142	带脉.....	144
疟门.....	135	肩髃.....	138	经络学说.....	142	柱骨.....	145
疝气穴.....	135	肩髃.....	138	经络经穴玻璃		标印.....	145
放血疗法.....	135	房中.....	138	人.....	142	胡盐.....	145
放法.....	135	房中术.....	138	经络经穴测定		威宁.....	145
放松功.....	135			仪.....	142	威灵.....	145
卷法.....	136			经络敏感现象		研子.....	145
单风朝阳.....	136				143	砭石.....	145
单盘膝.....	136			经络感传现象		砭针.....	145
单掌拉金环.....	136				143	面王.....	145
浅刺.....	136			经渠.....	143	面玉.....	145
河口.....	136			经筋.....	143	面正.....	145
泪孔.....	136			经俞.....	143	面针疗法.....	145
泪空.....	136			经隧.....	143	面针麻醉.....	146
沿皮刺.....	136			孤拐骨.....	143	面岩.....	146
注布.....	136			孤雁游飞.....	143	面髃.....	146
注市.....	136			参同契.....	143	牵引法.....	146
泥丸.....	136					牵正.....	146
泽前.....	136					牵抖.....	146
宗筋.....	136					牵法.....	146
定喘.....	136					拭目.....	146
定痛法.....	136						

拭法…………… 146	背缝…………… 150	修其城郭…………… 152	俞募配穴法…………… 154
持针…………… 147	点穴疗法…………… 150	顺水推舟…………… 152	食气…………… 154
持续运针法…………… 147	点穴法…………… 150	顺法…………… 153	食医…………… 154
挟按法…………… 147	点穴麻醉…………… 150	保健功…………… 153	食仓…………… 154
拽法…………… 147	点法…………… 150	保健推拿…………… 153	食宫…………… 154
挺法…………… 147	点脊法…………… 150	保健按摩…………… 153	食窦…………… 154
牵引…………… 147	临泣…………… 150	保健操…………… 153	胆…………… 155
挑治法…………… 147	哑门…………… 150	泉门…………… 153	胆经…………… 155
挑痔疗法…………… 147	咽…………… 150	泉阴…………… 153	胆俞…………… 155
挤法…………… 147	是动所生病…………… 150	泉液…………… 153	胆募…………… 155
按压行气法…………… 147	是动病…………… 150	泉腋…………… 153	胆囊穴…………… 155
按法…………… 147	冒阳…………… 150	鬼市…………… 153	胆囊点…………… 155
按弦走搓摩…………… 147	胃…………… 150	鬼心…………… 153	脾…………… 155
按弦搓摩…………… 147	胃之大络…………… 150	鬼穴…………… 153	胞门…………… 155
按摩…………… 148	胃仓…………… 150	鬼臣…………… 153	胞门、子户…………… 155
按摩麻醉…………… 148	胃经…………… 151	鬼邪…………… 153	胞中…………… 155
按脊法…………… 148	胃俞…………… 151	鬼当…………… 153	胞育…………… 155
按跻…………… 148	胃脘…………… 151	鬼胀…………… 153	胞络…………… 155
指三关…………… 148	胃维…………… 151	鬼床…………… 153	脉气…………… 155
指寸法…………… 148	胃管…………… 151	鬼枕…………… 153	脉会…………… 155
指切押手法…………… 148	胃管下俞…………… 151	鬼受…………… 153	脉度…………… 155
指压行气法…………… 148	迴气…………… 151	鬼封…………… 153	胎食…………… 156
指压疗法…………… 148	骨会…………… 151	鬼城…………… 153	胎息…………… 156
指压法…………… 148	骨针…………… 151	鬼信…………… 153	独阴…………… 156
指压麻醉…………… 148	骨空…………… 151	鬼官…………… 153	环跳…………… 156
指针…………… 148	骨度法…………… 151	鬼客厅…………… 153	急脉…………… 156
指针疗法…………… 148	骨骺…………… 152	鬼垒…………… 153	
指拨法…………… 149	幽门…………… 152	鬼哭…………… 154	[、]
挪法…………… 149		鬼营…………… 154	弯针…………… 156
垫法…………… 149		鬼堂…………… 154	亭头…………… 156
	[丿]	鬼眼…………… 154	亮档…………… 156
	选穴法…………… 152	鬼禄…………… 154	庭孔…………… 156
	重提轻插…………… 152	鬼腿…………… 154	恢刺…………… 156
	重插轻提…………… 152	鬼路…………… 154	间上…………… 156
	复合手法…………… 152	鬼窟…………… 154	间尾…………… 157
	复合穴…………… 152	鬼藏…………… 154	阁门…………… 157
	复溜…………… 152	剑针…………… 154	养生…………… 157
	秋石…………… 152	俞穴…………… 154	养生月览…………… 157
	便毒穴…………… 152	俞府…………… 154	养生方导引法
	修天庭…………… 152		
背阳关…………… 149			
背法…………… 149			
背俞…………… 149			
背俞穴…………… 149			
背腧中间…………… 149			
背腧穴…………… 149			
背解…………… 149			

..... 157	神道..... 160	真景希..... 163	 165
养生论..... 157	神阙..... 160	真德秀..... 163	
养生要集..... 157	神聪..... 160	贾铭..... 163	[I]
养老..... 157	神藏..... 160	埋针疗法..... 163	紧按慢提..... 166
养性..... 157		埋药疗法..... 163	紧提慢按..... 166
前发际..... 157	[一]	埋线疗法..... 163	晕针..... 166
前后配穴法..... 157	退针..... 160	埋植疗法..... 163	晕灸..... 166
前关..... 157	退法..... 160	埋藏疗法..... 163	豈刺..... 166
前谷..... 158	屋翳..... 160	核骨..... 163	圆针..... 166
前顶..... 158	屏翳..... 160	根结..... 163	圆利针..... 166
前承山..... 158	眉本..... 160	根、溜、注、入	
前神聪..... 158	眉头..... 160	 163	[J]
前推八匹马..... 158	眉冲..... 160	戔中..... 164	钱孔..... 166
首穹阴..... 158	骈指押手法..... 160	配穴法..... 164	铁针..... 166
逆注..... 158	结核穴..... 161	唇里..... 164	铍刀..... 166
总收法..... 158	络穴..... 161	唇针麻醉..... 164	铍石..... 166
总经..... 158	络却..... 161	原穴..... 164	铍针..... 166
总筋..... 158	络刺..... 161	原地踏步..... 164	铅丹..... 166
炼气..... 158	络郄..... 161	原络配穴法..... 164	缺盆..... 167
炼丹..... 158	络脉..... 161	振动法..... 164	缺盆骨..... 167
炼形..... 158	绝孕穴..... 161	振法..... 164	透天凉..... 167
炼药..... 158	绝阳..... 161	振埃..... 164	透穴法..... 167
洒腿..... 158	绝骨..... 161	振挺..... 165	透针法..... 167
浊浴..... 158	姤女..... 161	振颤法..... 165	透刺法..... 167
洗井灶..... 159		捏中指中节法	透镜灸..... 167
举手托天..... 159	十 画	 165	秩边..... 167
客主..... 159	[一]	捏法..... 165	倒拉九头牛..... 167
客主人..... 159	珠顶..... 162	捏挤法..... 165	倒拽九牛尾..... 167
穿鼻..... 159	素女..... 162	捏结喉法..... 165	候气..... 167
扁骨..... 159	素髀..... 162	捏脊..... 165	俯按山源..... 167
神门..... 159	起针..... 162	捏癰..... 165	躬尾势..... 167
神仙..... 159	起落升降..... 162	捋法..... 165	拿法..... 167
神仙传..... 159	起脾法..... 162	按法..... 165	徐疾补泻..... 168
神光..... 159	起罐..... 162	挽法..... 165	殷门..... 168
神府..... 159	真西山先生卫	捣针法..... 165	豹文刺..... 168
神宗..... 159	生歌..... 162	捣法..... 165	豹掌势..... 168
神封..... 159	真汞..... 163	热灸..... 165	胰俞..... 168
神庭..... 159	真铅..... 163	热府..... 165	肱骨..... 168
神堂..... 159	真景元..... 163	热病五十九俞	腧却..... 168

胸穴指压法····· 168	消冻····· 171	陷谷····· 173	掩耳····· 175
胸乡····· 168	海底捞月····· 171	陷骨····· 173	掩法····· 176
胸外心脏按摩术 ····· 168	海底捞明月····· 171	陶针····· 173	掉尾势····· 176
胸堂····· 169	海泉····· 171	陶针疗法····· 173	换法····· 176
脏会····· 169	浮心····· 171	陶道····· 173	捶法····· 176
脏病取原····· 169	浮白····· 171	通门····· 173	推中指法····· 176
脐上下五分穴 ····· 169	浮刺····· 171	通天····· 173	推板法····· 176
脐中····· 169	浮郄····· 171	通气法····· 173	推把上桥····· 176
脐中四边穴····· 169	浮络····· 171	通关····· 174	推肚脐····· 176
脐呼吸法····· 169	浮筋····· 171	通里····· 174	推法····· 176
脐旁穴····· 169	流注八穴····· 171	通间····· 174	推胃脘····· 176
脑户····· 169	浴面····· 171	通谷····· 174	推骨节····· 176
脑空····· 169	涌泉····· 171	通脉法····· 174	推食指法····· 176
脑盖····· 169	脊三穴····· 172	通理····· 174	推拿····· 176
留针····· 169	脊中····· 172		推脊····· 176
留针补泻····· 169	脊内俞····· 172	十 一 画	推拿手法····· 176
留罐法····· 170	脊阳关····· 172	〔 一 〕	推拿麻醉····· 177
饿虎扑食····· 170	脊柱旋转复位法 ····· 172		推拿基本手法 ····· 177
	脊背五穴····· 172	球后····· 174	推摩法····· 177
〔 〃 〕	脊俞····· 172	理法····· 174	推攒竹····· 177
高曲····· 170	脊旁····· 172	理筋····· 174	推罐法····· 177
高骨····· 170	害肩····· 172	勒法····· 174	捻五指背皮法 ····· 177
高盖····· 170	害蜚····· 172	营池····· 174	捻法····· 177
疾法····· 170	宽喉法····· 172	营治城郭····· 174	捻转行气····· 177
疰市····· 170	窍阴····· 172	黄土饼灸····· 174	捻转补泻····· 177
顽颡····· 170	容主····· 172	黄丹····· 175	捻转法····· 177
站桩功····· 170	容成····· 172	黄庭经····· 175	掐大指····· 177
站裆····· 170	窈穴····· 172	黄筋····· 175	掐五指爪甲····· 177
旁廷····· 170	案杌····· 172	黄蜂入洞····· 175	掐五指节····· 178
烧山火····· 170	案抆····· 173	黄蜂出洞····· 175	掐中指指甲法····· 178
烧灼灸····· 170	悟真篇····· 173	域中····· 175	掐法····· 178
烧针····· 170	被动动作····· 173	梅花针····· 175	掐揉五指节法 ····· 178
拳尖穴····· 170	被动运动····· 173	梅花针疗法····· 175	掐揉中指节····· 178
拳顶法····· 170	调和法····· 173	梳法····· 175	掖门····· 178
准头····· 170	〔 7 〕	豉饼灸····· 175	掖间····· 178
瓷针····· 170	弱刺激····· 173	曹溪····· 175	接经行气法····· 178
资脉····· 171	陵后····· 173	辄筋····· 175	
		辅骨····· 175	
		捧耳摇头····· 175	

接骨…………… 178	偏历…………… 180	渊腋…………… 183	葛孝先…………… 186
接脊…………… 178	偏肩…………… 180	液门…………… 183	落枕…………… 186
捺法…………… 178	偏骨…………… 180	淡黄筋…………… 183	棒击法…………… 186
掘法…………… 178	偏脚…………… 180	深刺…………… 183	椒饼灸…………… 186
〔 1 〕	得气…………… 181	混俗颐生录…………… 183	椎顶…………… 186
颅凶…………… 178	盘法…………… 181	梁门…………… 183	厥阳…………… 186
颅息…………… 178	斜板法…………… 181	梁丘…………… 183	厥阴俞…………… 186
虚里…………… 178	斜刺…………… 181	梁关…………… 184	厥俞…………… 186
雀啄灸…………… 178	斜搬法…………… 181	情欲…………… 184	硫黄…………… 186
雀啄法…………… 179	脚后跟穴…………… 181	〔 7 〕	雄黄…………… 186
常在…………… 179	脚髓孔…………… 181	弹拨法…………… 184	颊车…………… 187
啄法…………… 179	腠腠…………… 181	弹法…………… 184	颊里…………… 187
眼系…………… 179	〔 八 〕	弹筋法…………… 184	翹掌…………… 187
眼保健操…………… 179	毫针…………… 181	弹腿…………… 184	揩摩…………… 187
蛇头…………… 179	旋机…………… 181	随年壮…………… 184	提法…………… 187
趺阳…………… 179	旋推法…………… 181	隐白…………… 184	提弹法…………… 187
累属…………… 179	鹿戏…………… 181	颈中…………… 184	提插行气…………… 187
悬极俞…………… 179	痙门…………… 181	颈臂…………… 184	提插补泻…………… 187
悬枢…………… 179	痙…………… 181	骑竹马穴…………… 184	提插法…………… 187
悬命…………… 179	章门…………… 182	绰法…………… 184	提痧…………… 187
悬厘…………… 179	商丘…………… 182	维会…………… 185	揪针…………… 187
悬泉…………… 179	商曲…………… 182	维胞…………… 185	插花…………… 187
悬钟…………… 179	商阳…………… 182	维宫…………… 185	揪法…………… 188
悬起灸…………… 179	商谷…………… 182	维道…………… 185	搓法…………… 188
悬浆…………… 180	商盖…………… 182	十二画	搓食指…………… 188
悬颅…………… 180	率谷…………… 182	〔 一 〕	握固…………… 188
悬裆…………… 180	率骨…………… 182	琵琶…………… 185	握法…………… 188
婴儿…………… 180	寅门…………… 182	琢齿…………… 185	搔法…………… 188
患门…………… 180	着肤灸…………… 182	斑蝥灸…………… 185	揉大指…………… 188
崇骨…………… 180	断针…………… 182	煮针法…………… 185	揉大指甲法…………… 188
颞…………… 180	断谷…………… 182	彭祖…………… 185	揉大脚趾法…………… 188
〔 九 〕	清天河水…………… 182	期门…………… 185	揉手背法…………… 188
银口…………… 180	清里法…………… 182	散法…………… 185	揉耳摇头…………… 188
银针…………… 180	清冷泉…………… 183	散笑…………… 186	揉法…………… 188
铜针…………… 180	清冷渊…………… 183	募穴…………… 186	揉捏法…………… 188
矫摩…………… 180	淋泉…………… 183	葛玄…………… 186	揉脐法…………… 188
偶刺…………… 180	渊刺…………… 183	葛仙翁…………… 186	揉眼…………… 188
	渊液…………… 183		〔 1 〕

断交…………… 189	膈…………… 191		督俞…………… 196
紫宫…………… 189	脾…………… 191	〔 7 〕	督脉…………… 196
掌中…………… 189	脾土…………… 191	强壮功…………… 194	督脉之别…………… 196
掌压法…………… 189	脾之大络…………… 191	强阳…………… 194	督脉络脉…………… 197
跗…………… 189	脾舍…………… 191	强间…………… 194	督脊…………… 197
跗阳…………… 189	脾经…………… 191	强刺激…………… 194	噬…………… 197
跗属…………… 189	脾俞…………… 191	隔物灸…………… 194	暖针…………… 197
遗道…………… 189	腑会…………… 191	隔饼灸…………… 194	睛中…………… 197
蛭螬灸…………… 189	腑输…………… 191	隔姜灸…………… 194	睛明…………… 197
喉咙…………… 189	腋下穴…………… 191	隔盐灸…………… 194	蛾根…………… 197
黑筋…………… 189	腋门…………… 191	隔蒜灸…………… 194	跷脉…………… 197
骭骨…………… 189	腕骨…………… 191	疏表法…………… 194	跟子腿…………… 197
	腕踝针疗法…………… 191	疏法…………… 194	照海…………… 197
〔 丿 〕	然谷…………… 192	絮针…………… 194	
	然骨…………… 192	缕法…………… 194	〔 丿 〕
嵇叔夜…………… 189		十 三 画	铍石…………… 198
嵇康…………… 189	〔 ㄣ 〕	〔 一 〕	铍针…………… 198
铺灸…………… 189	痞根…………… 192	魂门…………… 195	催气…………… 198
锁子骨…………… 189	阑门…………… 192	魂舍…………… 195	鼠穴…………… 198
锋针…………… 189	阑尾穴…………… 192	蒜泥灸…………… 195	微针…………… 198
锐中…………… 189	道引…………… 192	禁针穴…………… 195	颌…………… 198
锐骨…………… 189	道刺…………… 192	禁灸穴…………… 195	颌厌…………… 198
短刺…………… 189	道藏…………… 192	雷火神针…………… 195	腰户…………… 198
筑法…………… 190	曾青…………… 193	输穴…………… 195	腰目…………… 198
筑宾…………… 190	惺惺…………… 193	输刺…………… 195	腰阳关…………… 198
筋束…………… 190	焮刺…………… 193	摄生…………… 195	腰奇…………… 198
筋会…………… 190	滞针…………… 193	摄生要义…………… 195	腰注…………… 198
筋缩…………… 190	温针灸…………… 193	摄法…………… 196	腰柱…………… 198
挟鼻…………… 190	温灸器…………… 193	摸法…………… 196	腰俞…………… 198
皓华…………… 190	温和灸…………… 193	搬法…………… 196	腰眼…………… 198
傍针…………… 190	温溜…………… 193	摇手法…………… 196	腰痛穴…………… 198
傍刺…………… 190	滑肉门…………… 193	摇肘肘…………… 196	臑肠…………… 199
循元…………… 190	割治疗法…………… 193	摇法…………… 196	腹屈…………… 199
循际…………… 190	割脂疗法…………… 193	摇膀子…………… 196	腹哀…………… 199
循法…………… 190	寒府…………… 194	揉法…………… 196	腹结…………… 199
循经选穴法…………… 190	窗聾…………… 194	揉法…………… 196	腹通谷…………… 199
循经接气法…………… 190	窗笼…………… 194	颞…………… 196	腹募穴…………… 199
循脊…………… 190	颞…………… 194	〔 丨 〕	臑穴…………… 199
舒张押手法…………… 190			解烦法…………… 199

解惑…………… 199
解溪…………… 199
猿戏…………… 200
猿猴摘果…………… 200

〔 丿 〕

廉…………… 200
廉泉…………… 200
新设…………… 200
新建…………… 200
意气功…………… 200
意舍…………… 201
阙俞…………… 201
慈石…………… 201
慈宫…………… 201
煨针…………… 201
煖痰法…………… 201
溪穴…………… 201
溪谷…………… 201
滚刺筒…………… 201
滚刺疗法…………… 201
滚法…………… 201
滚筋…………… 201
滚摇…………… 201

〔 7 〕

缠丝磨子手…………… 201
缠法…………… 201
缠络…………… 201
辟谷…………… 201

十 四 画

〔 一 〕

截疟…………… 201
截根疗法…………… 202
静功…………… 202
砭针…………… 202
聚毛…………… 202
聚泉…………… 202

蔽骨…………… 202
磁石…………… 202
摘法…………… 202
摘星换斗…………… 202

〔 丨 〕

龈交…………… 202
雌黄…………… 202
嗽玉津…………… 202

〔 丿 〕

鍼石…………… 202
鍼针…………… 202
鍼针疗法…………… 202
簪针…………… 202
箕门…………… 202
鼻交…………… 202
鼻交颊中…………… 202
鼻冲…………… 203
鼻针疗法…………… 203
鼻针麻醉…………… 203
鼻环…………… 203
鼻柱…………… 203
鼻准…………… 203
鼻穿…………… 204
鼻通…………… 204
魄户…………… 204
膈…………… 204
膈关…………… 204
膈俞…………… 204
膊井…………… 204
膀胱…………… 204
膀胱经…………… 204
膀胱俞…………… 204
臑骨…………… 204

〔 丶 〕

豪针…………… 204
膏之原…………… 204

膏肓…………… 204
膏肓俞…………… 204
膏摩…………… 205
膻…………… 205
瘰脉…………… 205
痞门…………… 205
端法…………… 205
精宁…………… 205
精灵…………… 205
精明…………… 205
精宫…………… 205
精露…………… 205
漏谷…………… 205
寡欲…………… 205

〔 7 〕

缪刺…………… 205
熊戏…………… 205

十 五 画

〔 一 〕

璇玑…………… 206
鼈针…………… 206
横三寸间…………… 206
横门…………… 206
横户…………… 206
横舌…………… 206
横纹…………… 206
横刺…………… 206
横骨…………… 206
横脉…………… 206
横络…………… 206
震颤法…………… 206
撑开押手法…………… 206
播筋…………… 206
撮捏押手法…………… 206
撮痧…………… 206
擒拿法…………… 207
撚法…………… 207

〔 丨 〕

踝尖…………… 207
踝骨…………… 207
踝法…………… 207
蝶转法…………… 207

〔 丿 〕

镇定…………… 207
靠山…………… 207
箴石…………… 207
箭腿压法…………… 207
臑俞…………… 207
膝下…………… 207
膝目…………… 207
膝外…………… 207
膝关…………… 208
膝阳关…………… 208
膝顶…………… 208
膝旁…………… 208
膝眼…………… 208
膝髌…………… 208

〔 丶 〕

摩目…………… 208
摩面…………… 208
摩胁…………… 208
摩法…………… 208
摩治法…………… 208
摩抄…………… 208
摩脐法…………… 209
摩娑…………… 209
摩脊法…………… 209
摩眼…………… 209
摩掌…………… 209
摩腹…………… 209
瘢痕灸…………… 209
额角…………… 209
额颞…………… 209

鹤顶…………… 209
 谄諂…………… 209
 遵生八笺…………… 209

〔 7 〕

熨目…………… 209

十 六 画

〔 一 〕

颞颥…………… 209
 燕口…………… 210
 擦骨…………… 210
 颞法…………… 210
 颞簪法…………… 210

〔 1 〕

踹…………… 210
 踵…………… 210

〔 丿 〕

赞刺…………… 210
 纂…………… 210

〔 丶 〕

磨法…………… 210
 磨裆…………… 210
 辨证选穴法…………… 210
 燔针…………… 210

〔 7 〕

颞大…………… 210

十 七 画

〔 一 〕

藏俞…………… 211
 藏输…………… 211
 翳风…………… 211
 翳明…………… 211
 擦法…………… 211

擦面…………… 211
 擦项及肩…………… 211

〔 1 〕

瞳子髎…………… 211
 螺蛳…………… 211
 螺蛳骨…………… 211
 蜂谷…………… 211
 髀…………… 211
 髀厌…………… 212
 髀关…………… 212
 髀阳…………… 212
 髀枢…………… 212

〔 丿 〕

膻中…………… 212
 臑(臂)石子头
 ……………… 212

〔 丶 〕

膺中俞…………… 212
 膺俞…………… 212
 膺窗…………… 212

〔 7 〕

臂五里…………… 212
 臂少阳脉…………… 212
 臂少阴脉…………… 213
 臂阳明脉…………… 213
 臂间…………… 213
 臂钜阴脉…………… 213
 臂泰阳脉…………… 213
 臂泰阴脉…………… 213
 臂臑…………… 213
 臂中…………… 213

十 八 画

〔 1 〕

腧髁…………… 213

髁髁…………… 213
 髁骨…………… 213
 髁骨…………… 213

〔 丿 〕

翻掌运臂…………… 214
 臑…………… 214
 臑会…………… 214
 臑交…………… 214
 臑俞…………… 214
 臑脊…………… 214

〔 丶 〕

鹰爪建力…………… 214

〔 7 〕

戳法…………… 214

十 九 画

〔 一 〕

攒竹…………… 214

〔 1 〕

巖…………… 214
 巖上…………… 214
 嚙日…………… 215
 嚙日气…………… 215
 嚙气…………… 215
 嚙唾…………… 215
 礞石…………… 215

〔 丶 〕

颤法…………… 215
 颤腰…………… 215
 颤摩法…………… 215

二 十 画

〔 一 〕

醴泉…………… 215

〔 丶 〕

灌溉中州…………… 215
 灌溉中岳…………… 215

二十一画

〔 1 〕

髓中…………… 215
 髓孔…………… 215
 髓会…………… 215
 髓府…………… 215
 髓空…………… 215
 髓俞…………… 215
 髓海…………… 215

〔 丶 〕

麝香灸…………… 216
 癩病穴…………… 216

二十二画

〔 一 〕

囊底…………… 216

〔 丿 〕

蠡沟…………… 216
 铤石…………… 216
 铤针…………… 216

二十三画

〔 一 〕

颞…………… 216
 颞髎…………… 216
 颞穴…………… 216

〔 丿 〕

一 画

〔一〕

一夫法 指寸法之一，亦称手夫。使患者食、中、环（无名指）、小四指相并，以其中节横纹宽度作三寸，称为一夫。《千金要方》：“凡量一夫之法，覆手并舒四指，对度四指上中节上横过为一夫。”适用于下肢、下腹的直寸和背部的横寸。又说：并舒三指，亦称一夫法。

一合 经脉的表里关系组合。出《灵枢·经别》。指足太阳与足少阴经别相合而言。

一进三退 针刺手法名。见《针灸大成》。指一次进针至深部，然后按深、中、浅次序分次退至皮下的针刺方法。操作时不论进退，每层均应根据需要作提插、捻转等手法。如需继续刺激，可以重复操作。

一指禅推法 推拿手法名。为推法的一种。医者沉肩、垂肘、屈腕，以拇指指腹或指端为着力点，通过腕部的摆动和拇指关节的屈伸活动，将力持续地作用于经络穴位。有行气活血、消痰等作用。

一指禅推拿 推拿的一种。将意气集定于手指（主要为拇指），然后在经络穴位上施用手法以治疗疾病。主要应用的手法是一指禅推法，此外还有按、拿、按、摩、揉、捻、缠、搓、抹、摇、抖等法。

一指鞭法 练功方法之一。见杜自明《中医正骨经验概述》。两手握拳，食指伸直，屈肘交臂于胸前，用力伸向两侧，再迅速收回。

一扇门 推拿穴位名。出陈氏《小儿按摩经》。位于手背第三掌骨小头桡侧。能退热发汗。治小儿汗不出、热不退、急惊风，口眼歪斜等症。《幼科推拿秘书·推拿手法》：“一扇门穴，在食、将两指根夹缝中，……掐揉之治小儿汗不出，热不退”。

一窝风 推拿穴位名。出陈氏《小儿按摩经》。位于腕背横纹正中处。能治腹痛、头痛、急慢惊风、泄泻等症，并能发汗祛风热。《小儿推拿广意·阴掌九穴疗病诀》：“掐之止肚疼，发汗去风热”。

二 画

〔一〕

二十七气 指十二经脉和十五络脉的脉气。《灵枢·九针十二原》：“经脉十二，络脉十五，凡二十七气，以上下。”

二十八会 出《灵枢·玉版》。即二十八脉。见该条。

二十八脉 亦称二十八会。指手足三阴三阳十二经脉，左右各一，计二十四脉，再加督脉、任脉和左右的跷脉，合共二十八

脉。《灵枢·五十营》：“人经脉上下、左右、前后二十八脉。”

二人上马 推拿穴位名。出陈氏《小儿按摩经》。能利尿、通淋、清神、顺气、散结。①位于手背第四与第五掌骨小头之间。《小儿推拿方脉活婴秘旨全书·掌背穴图》：“二人上马，在小指下里侧，对兑边是穴，治小便赤涩，清补肾水”。②又名上马。一手有二穴：位于手掌面第五掌指关节处横纹和第五掌骨底处。《幼科推拿秘书·推拿手

法》：“二人者，我之大、食二指也。上马者，以我大指尖，按儿神门外旁；又以我食指尖，按儿小指根横纹旁；掐之，清补肾水，治小肠诸气，最效。”

二龙戏珠 小儿推拿方法名。用于治疗惊风抽搐等症。①一手握住小儿腕部，另一手的拇、食、中指夹住小儿食、无名指作屈伸摇摆活动（见《厘正按摩要术》）。②揉捏或牵拉小儿两耳耳轮（见《小儿按摩经》）。③用两手小指分别掐住小儿治疗部位的两旁，两手食、中指分别并拢，在治疗部位上一前一后作来回推动（见《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》）。④用食、中两指指端在小儿前臂屈侧部正中，交替向前按压，自总筋穴起直至肘横纹处（见《幼科推拿秘书》）。

二龙摆尾 小儿推拿方法名。见《幼科推拿秘诀》。详双龙摆尾条。

二白 经外奇穴名。出《扁鹊神应针灸玉龙经》。位于前臂屈侧，腕横纹上4寸，掌长肌腱尺、桡侧缘各一穴，左右计4穴。一说“郄门穴两侧各二分”（《中国针灸学》）。主治痔疮，脱肛，前臂痛等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟（图1）。

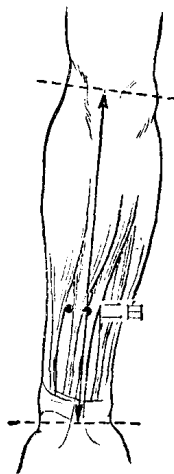


图1

二合 经脉的表里关系组合。出《灵枢·经别》。指足少阳与足厥阴经别相合而言。

二交 阴交、阳交两穴的合称。详见二陵条。

二间 经穴名。出《灵枢·本输》。别名间谷。属手阳明大肠经。荣（水）穴。位于食指桡侧，掌指关节前凹陷处，当赤白肉际，握拳取穴。布有桡神经的指背神经，正中神经的指掌侧固有神经，桡动、静脉的指背及指掌侧固有动、静脉。主治咽喉肿痛，

齿痛，鼻衄，目昏，口喎，颌肿，热病等。直刺0.2~0.3寸。艾炷灸3壮；或艾条灸5~10分钟。

二陵 阴陵泉、阳陵泉两穴的合称。《针经指南·标幽赋》：“二陵、二趺、二交，似续而交五大。”杨继洲注：“二陵者，阴陵泉、阳陵泉也；二趺者，阴趺、阳趺也；二交者，阴交、阳交也。续，接续也。五大者，五体也。言此六穴，递相交接于两手两足并头也。”

二扇门 推拿穴位名。用掐、揉法，有发汗等作用。①位于手背第二掌骨小头尺侧。《针灸大成》卷十：“掐两扇门，发脏腑之汗，两手掐揉，平中指为界，壮热汗多者，揉之即止。又治急惊，口眼歪斜”。②位于手背第四与第五掌骨小头之间（见《幼科推拿秘书》）。③一手有二穴，位于手背第三掌骨小头两旁（见《小儿推拿秘诀》）。

二趺 ①指阴趺、阳趺两脉的联称。②指阴趺，阳趺两脉起始部的穴位，即照海、申脉。参见二陵条。

十二井穴 ①十二经脉各有一个井穴，总称十二井穴。即：少商（肺），商阳（大肠），厉兑（胃），隐白（脾），少冲（心），少泽（小肠），至阴（膀胱），涌泉（肾），中冲（心包），关冲（三焦），足窍阳（胆），大敦（肝）。详见各该条。②仅指手三阴三阳经中的井穴，左右共十二。常用于热病急救。

十二节刺 即十二刺。见该条。

十二皮部 见皮部条。

十二刺 古刺法名。又称十二节刺。《灵枢·官针》：“凡刺有十二节，以应十二经。”指针刺方法可分为十二节要，以适应治疗十二经的不同病症。计分偶刺、报刺、恢刺、齐刺、扬刺、直针刺、输刺、短刺、浮刺、阴刺、傍针刺、赞刺。详各该条。

十二经之海 出《灵枢·海论》。见血海条。

十二经水 出《灵枢·经水》。指当时我国版图上的清、渭、海、湖、汝、滎、淮、漯、江、河、济、漳等十二条河流。《管子·水地篇》：“水者，地之血气，如筋脉之流通者也。”是说水之在地，如血气之在人体，水之流于大小河川，犹如人体之血气通流于经脉一样。用以比喻十二经脉气血运行的情况。《灵枢·经水》：“经脉十二者，外合于十二经水，而内属于五脏六腑。……夫经水之应经脉也，其远近浅深水血之多少各不同。”

十二经穴 指手足三阴三阳十二经脉所属的穴位，共309穴。见表。

经脉	肺	大肠	胃	脾	心	小肠	膀胱	肾	心包	三焦	胆	肝
穴数	11	20	45	21	9	19	67	27	9	23	44	14

十二经别 出《灵枢·经别》。指从十二经脉分出，走向体腔、头面的重要支脉。十二经别的分布特点可以用离、合、出、入四字概括，即从四肢部的本经别离（离），进入体腔（入），浅出体表（出）而上头项，然后阴经的经别归向与相为表里的阳经（合），而阳经的经别仍然归入本经。十二经别按经脉的表里关系分成六组，称为六合。经别虽从经脉分出，但与络脉不同，前者是加强体内表里两经之间的联系，而后者多在浅表。详见十二经各经别条。

十二经标本 见六经标本条。

十二经络 指十二经及其脉络。《灵枢·本输》：“凡刺之道，必通十二经络之所终始。”

十二经脉 亦称十二正经。是人体手、足三阴三阳十二条主要经脉的合称。《灵枢·海论》：“夫十二经脉者，内属于府藏，外络于肢节。”是人体运行气血的主要通道，也是经络系统的主体。十二经脉按阴阳属性分布于人体，四肢部阳经在外侧，阴经

在内侧；太阴、阳明在前（外），少阴、太阳在后（内），厥阴、少阳在中。手足三阳经脉皆会于头部，阳明在前，少阳在侧，太阳在后。胸腹部分布着手足三阴经脉及足阳明经，腰背部为足太阳所过，侧胸腹为足少阳所过。十二经脉的循行规律，《灵枢·逆顺肥瘦》：“手之三阴，从脏（胸）走手；手之三阳，从手走头；足之三阳，从头走足；足之三阴，从足走腹（胸）。”并按五行属性互为表里，阴经属脏络腑，阳经属腑络脏。十二经脉的名称及流注顺序是：手太阴肺经→手阳明大肠经→足阳明胃经→足太阴脾经→手少阴心经→手太阳小肠经→足太阳膀胱经→足少阴肾经→手厥阴心包经→手少阳三焦经→足少阳胆经→足厥阴肝经。详十二经脉各条。

十二经筋 出《灵枢·经筋》。是经络系统在人体体表的连属部分。由于它的分布部位及其病候着重在“筋肉”方面，因称“经筋”。十二经筋的分布特点与十二经脉基本一致，阳之筋分布在肢体外侧，阴之筋分布在肢体内侧，但都从四肢末端起始走向躯干，结聚于关节和骨骼附近，阳之筋上走头面，阴之筋进入腹腔，但都不入内脏。经筋发生病变，临床上多表现为筋脉的牵引、拘挛、弛缓、转筋、强直和抽搐等。

十二络脉 指十二经之络脉。《素问·气穴论》：“孙络之脉别经者……传注十二络脉。”

十二原穴 ①指五脏及膏肓之十二个原穴。即肺之原太渊，左右各一；心之原大陵，左右各一；脾之原太白，左右各一；肾之原太溪，左右各一；肝之原太冲，左右各一；膏之原鸠尾；肓之原膻中（气海）。
“凡此十二原者，主治五脏六腑之有疾者也。”（《灵枢·九针十二原》）②指五脏、心包及六腑的原穴，见《难经·六十六难》。参见原穴条。

十七椎穴 经外奇穴名。出《千金翼

方》。位于第五腰椎棘突下方。主治转胞，腰痛等。直刺0.5~1寸。艾炷灸5~7壮；或艾条灸10~15分钟。

十大手法 小儿推拿方法名。《厘正按摩要术》：“十大手法：法治乳滞感寒，将儿左手掌向上，医用两手中、名、小三指托住，将二大指轻按三关六腑之中，左食指靠腑，右食指靠关，中掐旁揉，自总经起循环转动至曲池边，横空三指，自下复上，三四转为妙”。方法同《小儿推拿广意》的黄蜂入洞法。见黄蜂入洞条。

十三鬼穴 古代用来治疗癫狂等精神疾患的十三个经验效穴。首载《千金要方》。旧说精神疾患是由鬼神作祟所致，治疗穴位均冠“鬼”字为名。其数十三，故称十三鬼穴。十三鬼穴，古代文献记载略有差异，今多指人中（鬼宫）、少商（鬼信）、隐白（鬼垒）、大陵（鬼心）、申脉（鬼路）、风府（鬼枕）、颊车（鬼床）、承浆（鬼市）、劳宫（鬼窟）、上星（鬼堂）、男会阴女玉门头（鬼藏）、曲池（鬼腿）、海泉（鬼封）等十三穴。参阅各该条。

十王 ①经外奇穴名。《肘后备急方》：“救卒死而张口反舌者：灸手足两爪后十四壮……”。《针灸经外奇穴治疗诀》列作奇穴，定位于手足十指背侧，指甲根后正中赤白肉际处。左右计20穴。主治卒死，痧症，中暑，霍乱等。向上浅刺0.1寸，或点刺出血。②推拿穴位名。出《小儿推拿广意》。位置有三：①位于每个手指指甲两角的稍外侧处。掐此穴有退热作用。②位于十指指尖（见《厘正按摩要术》）。③位于十指背侧指甲根正中的稍后方。

十五别络 即十五络脉，见该条。

十五络 十五络脉之简称，见该条。

十五络穴 见络穴条。

十五络脉 《灵枢·经脉》指十二经脉、任脉、督脉的络脉和脾之大络（见表）。《难经·二十六难》指十二经脉、阴跷脉、

阳跷脉的络脉和脾之大络。按：一般根据《灵枢》为准。十二经的络脉都是由表经别入里经，里经别入表经，起着沟通表里两经和加强其在体外联系的作用。任脉、督脉的络脉和脾之大络，分别位于躯体的前、后、侧部，有通调气血和治疗胸腹、背腰和胁肋部病症的作用。详各该条。

十五络脉表

本 经	络 名	部 位	邻 经
手太阴肺经	列缺	去腕寸半	别走阳明
手少阴心经	通里	去腕一寸	别走太阳
手厥阴心包经	内关	去腕二寸	别走少阳
手太阳小肠经	支正	去腕五寸	内注少阴
手阳明大肠经	偏历	去腕三寸	别入太阴
手少阳三焦经	外关	去腕二寸	合心主（厥阴）
足太阳膀胱经	飞扬	去踝七寸	别走少阴
足少阳胆经	光明	去踝五寸	别走厥阴
足阳明胃经	丰隆	去踝八寸	别走太阴
足太阴脾经	公孙	去本节之后一寸	别走阳明
足少阴肾经	大钟	当踝后绕跟	别走太阳
足厥阴肝经	蠡沟	去内踝五寸	别走少阳
任脉	尾翳（鸠尾）	鸠尾骨下	散于腹
督脉	长强	挟脊上项	散头上
脾之大络	大包	去渊腋下三寸	布胸胁

十六络脉 指十五络脉加胃之大络，合称十六络脉。

十六字气诀 气功功法。又名李真人一十六字妙诀。《遵生八笺》：“一吸便提，气归脐。一提便咽，水火相见”。这是一种简便的气功功法。开始，先自嗽3~5次，用舌搅上下腭，后以舌抵上腭，待满口生津后，连津咽下，使其有声。随即从鼻吸清气一口，意想送到腹部脐下一寸二分，即

丹田气海中, 略存一存为一吸。随即下部用力, 好象忍小便, 意想把气提起, 又回到肚脐, 达到夹脊双关肾门, 直提到头部后顶的玉枕, 透到眉心(泥丸), 为一呼。一呼吸合为一息。然后再咽唾如前, 循环一周。如此反复到24次。可随便作, 随便停。

十四法 指十四种针刺的基本手法。见金·窦杰《针经指南》。即动、摇、进、退、搓、盘、弹、捻、循、扞、摄、按、爪、切等十四种。后世医家继承了窦氏的学说, 并各有体会和发挥。如明·徐凤《针灸大全·金针赋》: “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; 弹则补虚; 肚腹盘旋; 扞为穴闭; 重沉豆许曰按; 轻浮豆许曰提。一十四法, 针要所备。”略去捻法而增加提法, 并指出了各法的用途。又如明·汪机《针灸问对》亦载“切、摇、退、动、进、循、摄、努、搓、弹、盘、扞、按、提”十四法。其内容大致相仿, 又另加努法, 并对各法的操作和作用均作了较详细的论述和阐发。参阅各条。

十四经 十二经脉和任脉、督脉的合称。《十四经发挥》: “十二经所列次第, 并以流注之序为之先后, 附以任督二奇者, 以其有专穴也, 总之为十四经云”。任、督两脉, 不仅各自有直接联属的穴位(其它六奇经的穴位都依附于十二经中), 而且在作用上与十二经也有密切关系, 故相提并论, 合称十四经。是经络系统中最主要者。

十四经穴 穴位分类名。指十四经脉所属的穴位, 简称经穴。穴位分经, 《黄帝内经》中有分散记述, 及至《针灸甲乙经》已较系统, 载有双穴300, 单穴49, 合计349穴。到清代《针灸逢源》, 经穴的数字已达361穴。现仍以此数。

十四络脉 指十二经脉、任脉、督脉的络脉。《素问·气穴论》: “孙络之脉别经者, 其血盛而当泻者, 亦三百六十五脉, 并

注于络, 传注十二络脉, 非独十四络脉也, 内解泻于中者十脉。”

十脉 《素问·气穴论》: “……内解泻于中者十脉。”王冰注: “……五脏之脉, 左右各五, 故十脉也。”

十宣 经外奇穴名。《千金要方》: “邪病大唤, 骂詈走, 灸手十指端, 去爪甲一分, 一名鬼城。”《奇效良方》列作奇穴, 名十宣。位于手十指尖端, 距指甲0.1寸处, 左右共10穴。主治休克, 昏迷, 晕厥, 高热, 中暑, 癫痫, 小儿惊厥, 急性扁桃体炎, 手指麻木等。点刺出血。艾炷灸1~3壮; 或艾条灸5~10分钟(图2)。



图2

七节 ①推拿穴位名。见七节骨条。《针灸聚英》卷一下: “七节自尾骶数上”。②解剖名。《类经·针灸类》: “人之脊骨共二十一节, 自上而下当十四节之间, 自下而上是为第七节。”

七节骨 推拿穴位名。又名七节。①位于腰骶正中, 命门至尾骨端一线。向上推温阳止泻, 并治脱肛; 向下推治便秘等症。②位于背部正中线, 约当第七胸椎处。《幼科推拿秘书》: “七节骨者, 从颈椎数下第七节也”, “七节骨穴, 与心窝相对”。治腹泻, 痢疾, 伤寒后骨节痛等症。

七抱三撑 气功术语。见秦仲三: 《气功疗法和保健》。呼气时, 使两臂以十分之三的力量向外撑张。吸气时, 使两臂以十分之七的力量向内环抱。

七星针 皮肤针之一。因针柄一端集针七枚, 如七星并列, 故名。参见皮肤针条。

七星针疗法 皮肤针疗法之一。因使用七星针进行刺激, 故名。见皮肤针疗法条。

〔 丿 〕

人中 ①体表部位名，指人中沟。又名水沟。指鼻下方、唇上方的皮肤纵沟——鼻唇沟部（《灵枢·经脉》）。②水沟穴别名（《肘后备急方》）。见该条。

人迎 ①经穴名。出《灵枢·本输》。别名天五会、五会。属足阳明胃经。足阳明、少阳之会。位于颈部，喉结旁开1.5寸，胸锁乳突肌的前缘，当颈总动脉处。布有颈皮神经及面神经颈支，深层为动脉球，最深层为交感干，外侧有舌下神经降支及迷走神经；有甲状腺上动脉，当颈内、外动脉的分歧处。主治咽喉肿痛，咯血，喘息，瘰癧，瘰气，以及高血压等。直刺或斜刺0.3~0.5寸，避开颈动脉（图3）。②切脉部位名。①指喉节两旁颈动脉搏动的部位，亦称人迎脉。《灵枢·寒热病》：“颈侧之动脉人迎，人迎，足阳明也，在婴筋之前”。②左手寸口脉的别称。《脉经》：“左为人迎，右为寸口”。

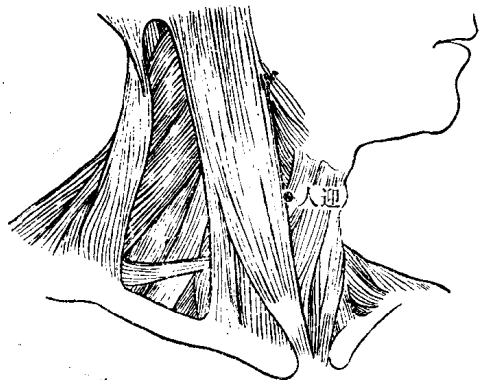


图3

人迎脉 见人迎条。

八风 经外奇穴名。

出《奇效良方》。位于足背侧各趾间趾蹼缘上赤白肉际处，左右共8穴。主治头痛，牙痛，月经不调，蛇咬伤，脚气，脚背红肿，足趾麻木等。斜刺0.5~1寸；或点刺出血（图4）。

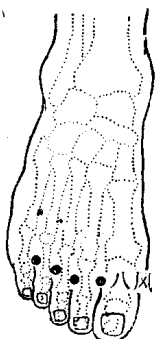


图4

八石 道家服食的八种矿产品，也是炼丹的原料。见《抱朴子内篇·论仙》。关于八石的组成，历代记载不一。王明·《抱朴子内篇校释·论仙注》为丹砂、雄黄、雌黄、石留黄（即硫黄）、曾青、矾石、磁石、戎盐。此外又有丹砂、雄黄、雌黄、空青、硫黄、云母、戎盐、硝石之说。

八邪 经外奇穴名。出《医经小学》。位于手背各指缝上，当赤白肉际处，左右共八穴。

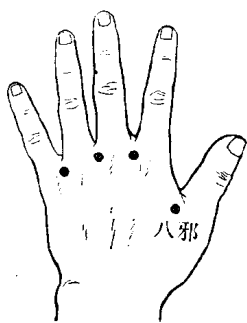


图5

《奇效良方》从桡侧向尺侧方向依次称大都、上都、中都、下都。主治烦热、目痛、头痛、项强、咽痛、牙痛、手指麻木、毒蛇咬伤、手臂红肿等。斜刺0.5~1寸，或点刺出血（图5）。

八华 经外奇穴名。见《针灸孔穴及其疗法便览》。位于背部，以两乳间距离的1/4（即2寸）为边，作等边三角形。将一角顶置于大椎穴上，底边呈水平，下两角是穴；再将此三角角顶放在上一三角底边中点，其下两角也是穴，如此再向下重复二次，共得8穴，称为八华。上6穴称六华。主治虚弱羸瘦，骨节疼痛，咳嗽，盗汗等。艾炷灸3~7壮（图6）。

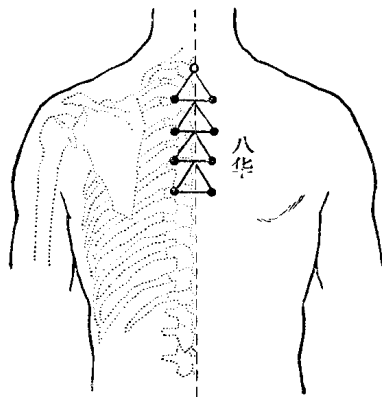


图6

八会 ①指脏、腑、气、血、筋、脉、骨、髓八者精气会聚的八个穴位。亦称八会

穴。《难经·四十五难》：“经言八会者，何也？然，府会太仓（中脘）、藏会季肋（章门）、筋会阳陵泉、髓会绝骨（悬钟）、血会膈俞、骨会大杼、脉会太渊、气会三焦外一筋直两乳内也（膻中）。热病在内者，取其会之气穴也”。现在临床应用，并不局限于热病。凡与八者有关的病症皆可据情取用。②经外奇穴名。《千金要方》：“狂走易骂，灸八会随年壮，穴在阳明下五分。”近代《针灸经外奇穴图谱》将本穴定于手背侧，鼻烟窝中点（阳溪）下0.5寸处。治癫狂，白内障，近视，高血压，中风，卵巢疾患等。

八会穴 见八会条。

八冲 经外奇穴名。《千金要方》：“凡脚气初得脚弱，使速灸之……其足十趾去趾奇一分，两足凡八穴，曹氏名曰八冲……”。即八风穴。见该条。

八谷 指八种谷物。有二说：①《本草注》为：黍、稷、稻、粱、禾、麻、菽、麦。②《续古文苑》·隋·李播《天文大象赋注》为：稻、黍、大麦、小麦、大豆、小豆、粟、麻。

八卦 推拿穴位名。见陈氏《小儿按摩经》。又称内八卦。围绕掌心周围八个穴位的总称。依离、坤、兑、乾、坎、艮、震、巽八卦为序排列。近第三掌骨小头处为离，近第三掌骨底处为坎，拇指侧为震，小指侧为兑，坎与兑之间为乾，离与兑之间为坤，坎与震之间为艮，离与震之间为巽。运八卦，能开胸化痰，除气闭。治气喘痰多，饮食不进等症。《针灸大成》卷十：“运八卦，除胸肚膨闷，呕逆气吼噫，饮食不进用之”。

八珍 古代烹饪中的八种珍品。对八珍的组成，有数说：①《周礼·天官》膳夫珍用八物注为：淳熬、淳母、炮豚、炮牂、搗珍、渍、熬、肝膋。②《渊鉴类函》又有二说：甲、龙肝、凤髓、豹胎、鲤尾、鸮炙、猩唇、熊掌、酥酪蝉。乙、醍醐、麋吭、野

驼蹄、鹿唇、驼乳糜、天鹅炙、紫云浆、玄玉浆。

八脉 奇经八脉之简称。《难经·二十七难》：“凡此八脉者，皆不拘于经，故曰奇经八脉也”。

八脉八穴配穴法 出《针灸指南》。指以奇经八脉的八个穴位配伍应用的方法。其法将八脉八穴按其作用相合配为四对。如内关与公孙相配，主治心、胸、胃部疾病。外关与临泣相配，主治目、头侧、面颊部疾病。后谿与申脉相配，主治颈、项、肩胛部疾病。列缺与照海相配，主治咽喉、胸膈部疾病。

八脉交会穴 经穴分类名。见《针经指南》。又称流注八穴、交经八穴等。是四肢上与奇经八脉脉气相通的八个穴位。即脾经的公孙（通冲脉），心包经的内关（通阴维脉）；小肠经的后溪（通督脉）；膀胱经的申脉（通阳跷脉）；胆经的足临泣（通带脉）；三焦经的外关（通阳维脉）；肺经的列缺（通任脉）；肾经的照海（通阴跷脉）。这些穴位临床上常配合应用，如公孙配内关治心、胸和胃部疾患；后溪配申脉治目内眦、颈项、耳、肩膊、小肠、膀胱部疾患；临泣配外关治目外眦、耳后、颊、颈、肩、缺盆、胸膈部疾患；列缺配照海治咽喉、胸膈部疾患。如配合天干、地支、八卦等应用，则成灵龟八法，详见该条。

八段锦导引法 气功功法。一般有内外两种，此指内八段锦。《遵生八笺》所载功法为：闭目瞑心坐（安心盘跌而坐），据固静思神。叩齿三十六，两手抱崑崙（两手交叉在颈后数九息不令耳闻）。左右鸣天鼓，二十四度闻（将两手移向两耳从第二指压中指弹脑后左右各24次）。微摆撼天柱（先握固继头左右摆着肩随动左右各24次），赤龙搅水津（赤龙是舌、用舌搅口齿和左右颊生津后准备咽下）。漱津三十六（把唾液漱三十六次），神水满口匀，一口分三咽（把口

内唾液分三次咽下有声),龙行虎自奔(液是龙气是虎)。闭气搓手热(用鼻吸气,闭气少许,搓手到极热,将气慢慢出),背摩后精门(精门是腰后的外肾,用手摩后,收回握固)。尽此一口气(再闭气),想火烧脐轮(闭气想心火向下烧丹田觉热极)。左右辘轳转(低头摆两肩左右各36次。想火自丹田透双关入脑户,鼻引清气,闭少许),两脚放舒伸(两脚放直)。叉手双虚托(两手相叉掌心向上托空三次或九次),低头攀脚频(两手向前攀脚心十二次,收足再盘坐)。以候逆水上(待口中唾液生。如未生即急用舌搅如前),再漱再吞津。如此三度毕,神水九次吞(即再漱三十六次共作三次,咽九次)。咽下汨汨响,百脉自调匀。河车搬运讫(摆肩和身24次,转辘轳24次),发火遍烧身(想丹田火自下而上,烧遍全身。想时口鼻闭气少许)。邪魔不敢近,梦寐不能昏。寒暑不能入,灾病不能运。子后午前作,造化合乾坤。循环次第转,八卦是良因。”

八竅 经穴上竅、次竅、中竅、下竅之合称,《素问·骨空论》:“八竅在腰尻分间。”位于一、二、三、四骶后孔中,左右共八穴,故名。

八椎下 经外奇穴名。见《针灸孔穴及其疗法便览》。位于背正中线,当第八、九胸椎棘突之间。主治疟疾。微向上斜刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

九气 指九种气病。《素问·举痛论》:“怒则气上,喜则气缓,悲则气消,恐则气下,寒则气收,炅则气泄,惊则气乱,劳则气耗,思则气结。”

九丹 炼丹术语。《抱朴子内篇·金丹》“九丹者长生之要。”九丹:丹华,神丹(亦曰神符),神丹,还丹,饵丹,炼丹,柔丹,优丹,寒丹。

九六补泻 指以提插、捻转手法配合阴

阳奇偶的关系来分别补泻的方法。古人认为阳数奇而属天为补,阴数偶而属地为泻,故补法用九数,泻法用六数。例如补法当紧按慢提或向左捻转九次,如不得气,少停再行九次,如此重复三遍,使成三九二十七数。泻法则慢按紧提或向右捻转六次,如邪气仍盛,少停再行六次,如此重复三遍,使成三六一十八数。本法以数字机械地规定补泻,不切实际,今已少用。

九曲中府 经外奇穴名。《千金要方》:“九曲中府:在旁廷(炷市),下三寸,刺入五分,灸三十壮,主恶风邪气通尸,内有瘀血。”位于腋中线上,当第七肋间直下3寸处。主治胸胁疼痛,腹痛等。斜刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

九还丹 炼丹术。把九转之丹再炼一次。《抱朴子内篇·金丹》:“若取九转之丹,内神鼎中,夏至之后,爆之鼎热,内朱儿一斤于盖下(米砂)。伏伺之,候曰精照之。须臾翕然俱起,煌煌辉辉,神光五色,即化为还丹。”

九针 针具名。出《黄帝内经》。为九种针具的总称。即鑱针、员针、鍤针、锋针、铍针、员利针、毫针、长针和大针。《灵枢·官针》:“九针之宜,各有所为,长短大小,各有所施也,不得其用,病弗能移。”说明九针的形状、用途各异,据情选用,方可去病。详各该条。

九刺 古刺法名。又称九变刺。《灵枢·官针》:“凡刺有九,以应九变。”指以不同的刺法应用于性质各异的病变。计有输刺、远道刺、经刺、络刺、分刺、大泻刺、毛刺、巨刺、焮刺等九种。详见各条。

九转之丹 炼丹术语。俗称九转金丹。即将丹循环烧炼九次。古代认为金丹烧炼次数越多越好。《抱朴子内篇·金丹》:“九转之丹者,封涂之于釜中,糠火,先文后武。其一转至九转,迟数各有日数多少,以

此知之耳。其转数少，其药力不足，故服之用日多，得仙迟也。其转数多，药力盛，故服之用日少，而得仙速也。”

九转金丹 炼丹术语。即九转之丹。详该条。

九变刺 即九刺，详该条。

九鬼拔马刀 练功方法之一。出《易筋经》。侧首直立，一手向下弯至腰后；另一手向上弯至项后，如拔刀状；然后两手交替

作上述动作。《易筋经》：“单膀用力，夹抱颈项，自头收回，鼻息调匀，两膝立直，左右同之。”

〔一〕

力劈华山 练功方法之一。见上海中医学院附属推拿学校《推拿学》。两手屈肘交叉于胸前，缓缓向两侧分开，肘部微屈，四指并拢，两臂同时用力上下劈动。

三 画

〔一〕

三才 经外奇穴名。《扁鹊神应针灸玉龙经·标幽赋》：“天地人三才也，涌泉同璇玑百会。”百会在顶应天，主气；涌泉在足应地，主精；璇玑在胸应人，主神。故称三才。

三门 推拿穴位名。见天庭条。

三元延寿参赞书 书名。元·李鹏飞著，五卷。载于《道藏·洞神部》深字号544册。刊本极少。书中提出人的寿命有三元：天元、地元、人元。纵欲则天元减；用心和动情过度则地元减；饮食无节制则人元减。全书用意新颖，说理明畅。

三毛 人体部位名。亦称丛毛、聚毛。生于足大趾背面爪甲后皮肤上者。《灵枢·经脉》：“胆足少阳之脉……还贯爪甲，出三毛”。

三百六十五节 指全身穴位。《素问·调经论》：“人有精气津液，四支九窍，五藏十六部，三百六十五节。”王冰注：“三百六十五节者，非谓骨节，是神气出入之处也”。三百六十五是约数，当时实际穴位不足此数。

三百六十五会 全身穴位的约数。《素问·气穴论》：“溪谷三百六十五穴会，亦应一岁。”

三合 经脉表里关系的组合。出《灵枢·经别》。指足阳明与足太阴经别相合而言。

三关 推拿穴位名。又名大三关。出陈氏《小儿按摩经》。①位于前臂桡侧缘（《小儿按摩经》）。因此处属于手太阴肺经，根据经络学说，太阴为“三阴之关”，故名三关。常用推法，自腕推至肘，为“推上三关”；自肘推至腕，为“退下三关”。男子“推上三关”与女子“退下三关”为热为补，男子“退下三关”与女子“推上三关”为凉为寒。现在，不论男女，皆推左手，取“推上三关”之法。寒症、虚症用之。能培补元气、发汗行气。治发热恶汗无汗，四肢冷弱，痢兼赤白，因寒而引起的头痛，腹痛等症。《幼科推拿秘书·穴象手法》：“三关穴，在手膊上旁边”。《幼科铁镜》：“男左手直骨背面为三关，属气分，推上，气行阳动，故为热为补”。《小儿按摩经·要诀》：“三关出汗行经络，发汗行气此为先”。②位于前臂伸侧。（见《幼科铁镜》）。③即指三关。详该条。

三阳 推拿穴位名。位于左眼胞。《幼科推拿秘书·赋歌诀秘旨》：“又若三阴三阳虚肿，心有疾也”。《幼科推拿秘书·夜啼》：“夜啼……如寒，推三阳”。

三阳五会 经穴别名。出《针灸甲乙

经》。即百会，见该条。

三阳络 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名通间、通门。属手少阳三焦经。位于腕背横纹上4寸，尺桡两骨间。一说“肘前三寸外廉陷者中”（《太平圣惠方》）；另说“肘前五寸外廉陷者中”（《针灸资生经》）。布有前臂背侧皮神经，前臂内侧皮神经，深层为前臂骨间背侧神经和骨间掌侧神经；并有前臂骨间背侧动、静脉通过。主治头痛，耳聋，暴痞，臂痛等。直刺0.5~1.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

三阴 推拿穴位名。位于右眼胞。《幼科推拿秘书·穴象手法》：“三阴：右眼胞”。《幼科推拿秘书·赋歌论诀秘旨》：“又若三阴三阳虚肿，心有痰也”。

三阴交 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足太阴脾经。足太阴、厥阴、少阴之会。位于小腿内侧内踝尖上三寸，胫骨后缘。另说：“在内踝上八寸”（《千金要方》）；“在内踝上一寸”（《扁鹊神应针灸玉龙经》）。布有小腿内侧皮神经，深层后方为胫神经；并有大隐静脉，胫后动、静脉通过。主治腹痛，肠鸣，腹胀，泄泻，便溏，月经不调，崩漏，带下，阴挺，经闭，不孕，难产，遗精，阳萎，遗尿，疝气，足痿，癰疹，失眠

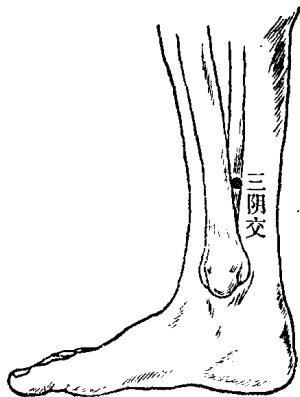


图7

三进一退 针刺手法名。见《针灸大成》。指先按浅、中、深次序分层进针，然后一次提至皮下的针刺方法。操作时不论进退，每层均应根据需要作提插、捻转等手

以及神经衰弱，荨麻疹；神经性皮炎等。直刺1~1.5寸，艾炷灸3~7壮，或艾条灸5~15分钟。《铜人腧穴针灸图经》：“孕妇禁针”（图7）。

法。如需继续刺激，可以重复操作。

三里 经穴名。在下肢者称足三里，属足阳明胃经。在上肢者称手三里，属手阳明大肠经。见各该条。

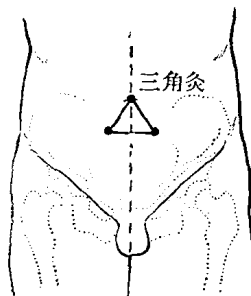


图8

三角灸 经外奇穴名。见《针灸学》（江苏省中医学校）。即疝气穴。见该条（图8）。

三间 经穴名。出《灵枢·本输》。别名少谷。属手阳明大肠经·输（木）穴。位于手背第二掌骨桡侧，掌骨小头后方凹陷处，握拳取穴。布有桡神经浅支，手背静脉网和第一掌背动脉的分支。主治咽喉肿痛，齿痛，目痛，胸腹满，气喘，热病，手背红肿等。直刺0.5~0.8寸。艾炷灸3壮；或艾条灸5~10分钟。

三刺 古刺法名。①指针刺浅深不同的三种刺法。即先刺至浅层，再较深的刺入，最后刺入更深的部位，以产生针刺感应，达到补虚泻实的目的。《灵枢·官针》：“所谓三刺则谷气出者……始浅刺之，以逐邪气而来血气；后深刺之，以致阴气之邪；最后极深刺之，以下谷气。”②即齐刺，详该条。

三变刺 古刺法名。《灵枢·寿夭刚柔》：“刺有三变，……有刺营者，有刺卫者，有刺寒痹之留经者。”《黄帝内经太素》名三变刺。具体方法为“刺营者出血”，放除郁血；“刺卫者出气”，疏泄邪气；“刺寒痹者内热”，除针刺外，还可配以火焮或灸中药熨的方法，使热气入内，去除寒邪。

三结交 经穴别名。《灵枢·寒热病》：“三结交者，阳明、太阴也，脐下三寸关元也。”

三起三落 练功方法之一。见上海中医学院附属推拿学校《少林内功》。身体慢慢下蹲，腰直胸微挺，两手仰掌置于腰部，两

掌前推，掌心相对，四指并拢，拇指外分，再收回至腰部，如此往返三次，在第四次推出时，身体慢慢起立，边推边起，然后边收边下蹲，重复三次。

三盘落地 练功方法之一。出《易筋经》。两足分开，两膝屈曲如骑马状，足尖稍向内收，膝向外开；两手从胸上提，自耳旁翻掌向下，分别悬空放于两大腿上方。《易筋经》：“目注牙齦，舌抵上腭，睛瞪口裂，两腿分跪，两手用力抓地，反掌托起，如托千斤，两腿收直。”

三商 经外奇穴名。《针灸集成》名排刺三针。即老商、中商、少商之合称。老商位于拇指尺侧，距指甲根0.1寸；中商位于拇指背侧正中距指甲根0.1寸；少商位于拇指桡侧，距指甲根角0.1寸。主治高热、流行性感、急性扁桃体炎、腮腺炎等。点刺出血（图9）。图9



三焦 推拿穴位名。①男位于左中指近端指骨的腹面，女位于右中指中段指骨的腹面（《针灸大成》卷十）。②位于总筋穴与天河穴之间（《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》）。③位于无名指中段指骨的腹面（《小儿推拿广意》）。④位于中指中段指骨的腹面（《幼科铁镜》）。⑤位于中指近端指骨的腹面（《推拿仙术》）。用于治疗心气冷痛、积热等证。

三焦经 手少阳三焦经之简称，见该条。

三焦俞 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足太阳膀胱经。三焦之背俞穴。位于腰部，第一腰椎棘突下旁开1.5寸处；一说“除脊寸半”（《针灸资生经》）。布有第十胸神经后支的外侧皮支，深层为第一腰神经后支的外侧支；并有第一腰动、静脉后支通过。主治腹胀，肠鸣，呕吐，泄痢，水肿，鼓胀，黄疸，遗尿，癃闭，腰脊强痛等。直刺1~1.5寸。艾炷灸5~10壮；或艾条灸10~

20分钟。

三棱针 即锋针。《古今医统》：“锋针……泻热出血宜此。今之所谓三棱（针）者是也。”见该条。

三管 管，与腕通。任脉的上腕、中腕、下腕三穴合称三管。《脉经》：“关脉细，脾胃虚，腹满，宜服生姜茱萸蜀椒汤、白薇圆，针灸三管。”

干沐浴 自我推拿方法名。即干浴。见该条。

干浴 自我推拿方法名。出《诸病源候论》。又称干沐浴。即用擦热的双手熨擦肢体。有疏通经络，祛风散寒等作用。《诸病源候论·时气候》：“摩手令热，令热从体上下，名曰干浴，令人胜风寒时气、寒热头痛”。

干洗脸 自我推拿方法名。即浴面。见该条。

工尾势 练功方法之一。出《易筋经》。又作躬尾势、掉尾势。取直立位，两足稍分开，两手上举过顶，旋即转而向下，挺膝弯腰，使手掌尽量接近地面；若不能贴近地面，须配合足跟起落动作；随后挺身直立。《易筋经》：“膝直膀伸躬鞠，两手交推至地，头昂目注，鼻息调匀，徐徐取入。”

下三里 经穴别名。《针灸集成》。即足三里，见该条。

下巨虚 经穴名。《灵枢·本输》名巨虚下廉。《素问·气府论》名下廉。《千金要方》名下巨虚。别名下林、足下廉。属足阳明胃经。小肠之下合穴。位于小腿前外侧膝眼直下9寸；或于足三里下6寸取穴（《针灸甲乙经》）；另说“在上廉下二寸”（《外台秘要》）；“在丰隆上三寸”（《循经考穴编》）。布有腓浅神经分支及腓深神经；并有胫前动、静脉通过。主治少腹疼痛，泄泻，痢疾，胸胁痛，小便不利，脚气，乳痛，下肢痿痹，足痿不收等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

下气海 经穴别名。出《灵枢·九针十二原》。即气海。见该条。

下合穴 指六腑在下肢部的合穴。《灵枢·邪气脏腑病形》：“胃合于三里（足三里），大肠合入于巨虚上廉（上巨虚），小肠合入于巨虚下廉（下巨虚），三焦合入于委阳，膀胱合入于委中央（委中），胆合入于阳陵泉。”根据“合治内腑”的原则，按照疾病所属的内腑不同，而取用其相应的下合穴治疗。如胃病取三里，大肠病取上巨虚等是。

下丹田 养生术语。脐下三寸。《医心方》卷二十七：“脐下三寸为命门宫，此下丹田也”。

下关 经穴名。出《灵枢·本输》。属足阳明胃经。足阳明、少阳之会。位于面部，下颌骨髁突之前方，当颧弓与下颌切迹之间的凹陷处。闭口取穴。布有面神经颧支及耳颞神经分支。并有面横动、静脉通过，最深层为上颌动、静脉。主治牙痛，牙关紧闭，耳鸣，耳聋；以及面神经麻痹，三叉神经痛，下颌关节炎，腮腺炎等。直刺0.5~1寸。艾条灸3~5分钟（图10）。

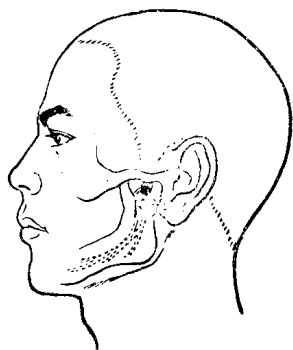


图10

下阴别 经穴别名。《素问·气府论》：“下阴别一。”王冰注：“谓会阴一穴也。”见会阴条。

下纪 经穴别名。《素问·气穴论》：“下纪者，关元也。”后《类经图翼》作关元穴之别名。见该条。

下极 人体部位名。①指会阴深部。《难经·二十八难》：“督脉者，起于下极之俞。”滑伯仁注“纂内深处为下极”。②杨玄操注：“下极者，长强也”。③张介宾：“下

极，两阴之间，屏翳处也”，即会阴穴部位。④指两目之间的部位，亦称山根、颡。

《灵枢·五色》：“下极者，心也”。古人认为观察此处色泽变化，可诊察心脏病变。

⑤指肛门。《难经·四十四难》：“下极为魄门”。⑥即横骨（《针灸甲乙经》），见该条。

下极之俞 人体部位名。《难经·二十八难》：“督脉者，起于下极之俞”。指会阴部。或指长强。参见下极条。

下极俞 经外奇穴名。出《千金翼方》。位于后正中线，第三腰椎棘突下凹陷处。主治腹痛，泄泻，腰痛；以及膀胱炎，肠炎等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

下针 即进针。《难经·七十难》：“初下针沉之，至肝肾三部，得气引持之。”见进针条。

下针法 见《针灸聚英》。即进针法，见该条。

下育 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即气海，见该条。

下林 经穴别名。《圣济总录》：“下林，穴在上林下一夫。”所指即下巨虚，见该条。

下昆仑 ①经穴别名。出《针灸大全》。即昆仑，见该条。②经外奇穴名。出《太平圣惠方》。别名内昆仑。位在足外踝下1寸，跟腱前缘凹陷处。主治偏风半身不遂，冷痹腰痛，脚重痛等。直刺0.1~0.3寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

下法 ①推拿方法名。见曹锡珍《外伤中医按摩疗法》。对颈项强硬不能低头或腰部板滞不能俯伏者，施以被动动作或对抗性动作，使头部或腰部逐渐前屈的一类方法。

②专用于小儿的一种推拿方法。《厘正按摩要术》卷二：“下法：周于蕃曰：凡小儿未能语者，忽大哭不止，多是腹痛。须令人抱小儿置膝上，医者对面，将两手于胸腹着力

久揉，如搓揉衣服状。又将两手摩神阙，左右旋转数百次，每转三十六，愈多愈效。再煎葱姜汤加麝香少许，将两手蘸汤，于胸腹两边分推数十次至百余次，亦将分阴阳之法。然后从胸口蘸汤，推至脐下小腹并肚角等处数十次。其余蘸汤由横纹推向版门，皆下法也。总之胸腹上下，或摩或揉，或推或搓等法，往来轻重缓急得宜，自然消化。切勿偏用，庶脏腑不致有反复不宁之患。即有痰滞食积在廻肠曲折之间，药力所不能到者，此则妙在运动，因之消化而解矣”。

下都 经外奇穴名。八邪之一。《奇效良方》：“下都二穴，在手无名指、小指本节后岐骨间，一名中渚也，中渚之穴本在液门下五分。治手臂红肿，针入一分，可灸五壮。”

下病上取 指在下部的病症选取其高位的腧穴进行治疗的方法。《素问·五常政大论》：“病在下，取之上。”如脱肛灸百会，腰痛刺人中中等。

下陵 见足三里条。

下脘 经穴名。出《针灸甲乙经》。《脉经》名下管。别名幽门。属任脉。足太阴、任脉之会。位于腹正中线，脐上2寸。布有第八肋间神经前皮支和腹壁下动、静脉。主治胃痛，腹胀，呕吐，反胃，肠鸣，泄泻，以及消化不良，急、慢性胃炎等。直刺1~1.5寸。艾炷灸5~7壮；或艾条灸10~20分钟。

下腰 经外奇穴名。《千金要方》：“泄痢久下，失气劳冷，灸下腰百壮，三报。穴在八魁正中央脊骨上。”即位于骶骨正中点处。主治泄泻，久痢，难产；以及慢性肠炎等。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

下廉 ①经穴名。出《针灸甲乙经》。《圣济总录》称手下廉。属手阳明大肠经。位于前臂背面，阳溪穴与曲池穴连线上，距曲池穴4寸处。一说“在曲池前五寸”（《医

学入门》）。布有前臂背侧皮神经、桡神经深支、桡动脉肌支与头静脉。主治头痛，目眩，目痛，腹痛、泄泄，肘臂痛等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。②下巨虚穴别名。见该条。

下管 见下腕条。

下摩生门 自我按摩方法名。见《圣济总录》卷一百九十九。生门即脐部。屏住呼吸，鼓起腹部，用手掌摩腹部一周。能调整三焦之气。

下髎 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足太阳膀胱经。位于骶部，在第四骶后孔中，约当白环俞与骶正中线的中点。布有第四骶神经后支和臀下动、静脉分支。主治少腹疼痛，肠鸣泄痢、大便下血，月经不调、赤白带下、疝痛、阴痒、腰骶痛、下肢瘫痪；以及坐骨神经痛等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

大一 见太乙条。

大三关 推拿穴位名。即三关。详该条。

大门 经外奇穴名。出《千金翼方》。位于头部中线，枕外隆凸上缘直上1寸处。主治半身不遂。沿皮刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

大天心 推拿穴位名。又名上天心。出《小儿推拿广意》。位于额上。《幼科推拿秘书·推拿手法》：“上天心者，大夫心也，在天庭中，小儿病目，揉此甚效，以我大指按揉之。眼珠上视，往下揉；眼珠下视，往上揉；两目不开，左右分揉。”

大巨 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名腋门。属足阳明胃经。位于脐下2寸，旁开2寸处。一说“去腹中行当各三寸”（《针灸资生经》）。布有第十一肋间神经；并有第十一肋间动、静脉分支通过，外侧为腹壁下动、静脉。主治腹痛，腹泻，小腹胀满，小便不利，疝气，遗精，阳痿，早泄等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸

5~15分钟。

大中极 经穴别名。见《针灸大全》。即关元。见该条。

大包 经穴名。出《灵枢·经脉》。属足太阴脾经。脾之大络。位于侧胸部腋中线上,当第六肋间隙处。布有第七肋间神经及胸长神经末支;并有胸背动、静脉及第七肋间动、静脉通过。主治胸胁满痛,气喘,全身疼痛,四肢无力等。斜刺0.3~0.5寸,不宜深刺。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

大阳 见太阳条。

大(太)阴脉 经脉名。即足太阴经。马王堆汉墓帛书载:“大(太)阴脉:是胃脉毆(也)。彼(被)胃,出鱼股阴下廉,膈上廉。出内踝之上廉。是动则病:上当走心,使复(腹)张(胀),善噫,食欲欧(呕),得后与气则快然衰。是矩阴脉主治其所产病:□□,心烦,死;心痛与复(腹)张(胀),死;不能食,不能卧,强吹(欠),三者同则死;唐(溏)泄,死;水与闭同则死,为十病。”

大羽 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即强间,见该条。

大运转 练功方法名。见杜自明《中医正骨经验概述》。取骑马势,微倾其腰,两臂伸直,随上体作运转运动,以活动腰部。适用于治疗腰背酸痛等疾患。

大针 ①九针之一。是一种针体粗长而尖微圆的针具。《灵枢·九针论》:“大针,取法于锋针,其锋微员,长四寸。主取大气不出关节者也。”②指火针。《针灸聚英》:“火针以火烧之可用,即九针中之大针是也。”《针灸大成》一名燔针。

大肠 推拿穴位名。见陈氏《小儿按摩经》。即大肠经。见该条。

大肠经 ①手阳明大肠经之简称。见该条。②推拿穴位名。出陈氏《小儿按摩经》。①位于食指拇侧边缘一线,也称大肠、大肠

筋(《幼科推拿秘书》)。现用此处居多。能治泄泻,止痢疾。《幼科推拿秘书·赋歌论诀秘旨》:“若治痢疾并水泻,重推大肠经一节”。②男位于食指中段指骨的腹面、女则在食指远端指骨的腹面(《小儿按摩经》)。③位于食指远端指骨的腹面(《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》)。④位于食指近端指骨的腹面(《小儿推拿广意》)。

大肠侧 见大肠条。

大肠俞 经穴名。出《脉经》。属足太阳膀胱经。大肠之背俞穴。位于腰部,第四腰椎棘突下旁开1.5寸处;一说“除脊各寸半”(《针灸资生经》)。布有第三腰神经的后支和第四腰动、静脉后支。主治腹痛,腹

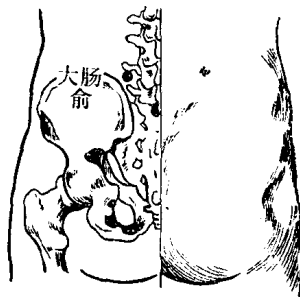


图11

胀,肠鸣,泄痢,便秘,腰脊痛;以及细菌性痢疾,肠梗阻,坐骨神经痛等。直刺1~1.5寸。艾炷灸5~10壮;或艾条灸10~20分钟(图11)。

大肠筋 推拿穴位名。见《幼科推拿秘书》。即大肠经。见该条。

大肠募 见《千金要方》。即天枢。

大谷 见溪谷条。

大迎 经穴名。出《素问·气穴论》。别名髓孔。属足阳明胃经。位于面部,下颌角前方咬肌附着部前缘,闭口鼓气时,即出现沟形凹陷的下端处。布有面神经及颊神经,前方有面动、静脉通过。主治齿痛,颊肿,牙关紧闭,口喎;以及面神经麻痹,腮腺炎等。斜刺0.3~0.5寸;或沿皮刺0.5~1寸。避开血管。艾条灸3~5分钟。

大杼 经穴名。出《灵枢·刺节真邪》。别名背俞。属足太阳膀胱经。足太阳、手太阳之会。八会穴之骨会。位于背部,第一胸椎棘突下旁开1.5寸处;一说“除脊各寸半

(《针灸资生经》)。布有第一、二胸神经后支的内侧皮支,深层为外侧支;并有第一肋间动、静脉后支的内侧支和颈横动脉降支通过。主治感冒,发热,头痛,咳嗽,喘息,项强,肩背痛等。斜刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~7壮;或艾条灸5~15分钟。

大拇指头 经外奇穴名。《千金要方》:“凡五尸者……又灸两手大拇指头,各七壮。”近代《中国针灸学》列作奇穴,名大拇指头。治肾炎水肿。

大周天 气功功法。全称阴阳循环一大周天。秦仲三《气功疗法和保健》载,其功法为:呼气时,舌守下腭,口微开,气贯丹田,鼓小腹,沉气会阴,分两支沿两腿下,直至脚心(涌泉)。吸气,收小腹,舌舔上牙龈,自涌泉提气,沿两腿上,气会肛门,提肛引气上升经尾椎、脊椎和颈项,到头,顺两耳分下,会于舌尖,与呼气时的气相接。

大泻刺 古刺法名。九刺之一。《灵枢·官针》:“大泻刺(《针灸甲乙经》注:一作太刺)者,刺大脓以铍针也。”是指用铍针切开排脓的方法。实为外科治疗方法的一种。古代列于针刺疗法之内。以其切开脓肿,畅泻脓血,故名大泻刺。

大经 ①指本经。《灵枢·官针》:“三经刺,经刺者,刺大经之结络经分也。”意谓这种刺法是刺在患病的本经,经与络之间有结聚不通之处,可随其处而针。②与小络对举,指经脉。《素问·调经论》:“神有余,则泻其小络之血,出血勿之深斥,无中其大经,神气乃平。”意谓对神气有余者,则刺其小络出血,但不要过深,也不要刺伤其深部经脉。这样,有余的神气就可以自然平调。

大指节横纹 经外奇穴名。《千金要方》:“目卒生翳,灸大指节横纹三壮,在左灸右,在右灸左,良。”近代《针灸经外奇穴图谱》列作奇穴,名大指节横纹,定位在

拇指掌侧指节横纹中点。

大指甲根 经外奇穴名。即今之三商,见该条。

大指(趾)次指(趾) 指食指。《灵枢·经脉》:“大肠手阳明之脉,起于大指次指之端”。或指足第二趾。

大药 道家对内丹和外丹的总称。唐·杜甫《杜工部草堂诗笺·赠李白》:“苦乏大药资,山林迹如扫。”

大骨空 经外奇穴名。《备急灸法》:“衄多不止者,握手屈大指,灸骨端上三炷。炷如粟米大。男女同法,右衄灸左,左衄灸右”。《扁鹊神应针灸玉龙经》名大骨空。位于拇指背侧指关节横纹之中点。主治目痛,翳膜内障,鼻衄,吐泻等。艾炷灸3~5壮;艾条灸5~10分钟。

大顺 经穴别名。出《医学正传》。即大敦,见该条。

大泉 经穴别名。出《千金要方》。即太渊,见该条。

大钟 经穴名。出《灵枢·经脉》。属足少阴肾经。足少阴之络穴。位于内踝后下方,当跟腱内侧缘与跟骨的交角处。布有小腿内侧皮神经及胫神经的跟骨内侧支,并有胫后动脉的跟骨内侧支通过。主治咽痛,气喘,咳血,嗜卧,痴呆,足跟痛等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

大都 ①经穴名。出《灵枢·本输》。属足太阴脾经。荣(火)穴。位于跖趾内侧,第一跖趾关节前下缘赤白肉际处(《针灸集成》)。一说“本节之后下陷者之中”(《灵枢·本输》)。布有足底内侧神经的趾底固有神经,并有足底内侧动、静脉的分支通过。主治胃痛,腹胀,呕吐,泄泻,便秘,热病无汗,手足逆冷等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸3壮;或艾条灸5~10分钟。②经外奇穴名。八邪之一。《奇效良方》:“大都二穴,在手大指次指虎口赤白肉

际，握拳取之。可灸七壮，针入一分。治头风牙痛。”参见八邪条。

大推天河水 小儿推拿方法名。见天河条。

大圆手 练功方法名。见杜自明《中医正骨经验概述》。取骑马势，上身不动，两手自胸前向内上外下方翻转，左起右落，相继而行。适用于治疗肩肘腕部疾患。

大陵 经穴名。出《灵枢·本输》。《针灸甲乙经》作太陵。别名鬼心。属手厥阴心包经。输（土）、原穴。位于掌后腕横纹上，当掌长肌腱与桡侧腕屈肌腱之间凹陷处。布有正中神经掌支，深层为正中神经本干；并有腕掌侧动、静脉网通过。主治心痛，惊悸，胃痛，呕逆，吐血，胸胁痛，癫狂，痫症，腕关节痛等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸5~10分钟。

大裆 练功方法之一。见上海中医学院附属推拿学校《推拿学》。两足分开一大步，膝直足实，两手后伸，挺肘翘掌，四指并拢，拇指外分，两目平视。

大椎 经穴名。出《素问·气府论》。《肘后备急方》作大槌，《铜人腧穴针灸图经》作大倾。别名百劳、上杼。属督脉。三阳、督脉之会。位于背部第七颈椎棘突与第一胸椎棘突之间，约与肩平高。布有第八颈神经后支及第一胸神经后支的内侧支；颈横动脉分支。主治发热，疟疾，中暑，感冒，癫狂，癰疽，骨蒸潮热，盗汗，咳喘，脊背强急，项强；以及肺结核，支气管炎等。向上斜刺0.5~1寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

大鹏展翅 练功方法之一。见杜自明《中医正骨经验概述》。两臂向左右分开，翘掌用力推向两翼，然后钩掌收回，贴于腰际。

大敦 经穴名。出《灵枢·本输》。别名水泉，大顺。属足厥阴肝经。井（木）穴。位于跖趾外侧，趾甲角旁约0.1寸处。一

说“足大指爪甲根后四分节前”（《针灸集成》）。布有腓深神经的趾背神经及趾背动、静脉。主治疝气，崩漏，遗尿，睾丸肿痛，月经不调，阴挺，癰疽等。斜刺0.1~0.2寸；或点刺出血。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

大槌 见大椎条。

大膪 即大杼。《灵枢·背腧》：“背中大膪，在大杼骨之端。”马蒔注：“五脏之俞皆在于背，故背中大膪在杼骨之端，大膪者，大杼穴也。”

大倾 见大椎条。

大赫 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名阴维、阴关。属足少阴肾经。冲脉、足少阴之会。位于腹正中线脐下4寸，旁开0.5寸处（《铜人腧穴针灸图经》）。另说在脐下3.5寸，旁开0.5寸（《针灸甲乙经》）；脐下4寸，旁开1寸（《针灸大成》）；脐下4寸，旁开1.5寸（《针灸资生经》）。布有肋下神经及髂腹下神经的分支，并有腹壁下动、静脉的肌支通过。主治遗精，阳萎，阴挺，带下，茎中痛等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

大横 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名肾气。属足太阴脾经。足太阴，阴维之会。位于脐中旁开3.5寸处。另说腹正中线旁开4寸（《针方六集》）；旁开4.5寸（《针灸资生经》）。布有第十肋间神经及第十肋间动、静脉。主治腹痛、泄泻，便秘，痢疾；以及肠蛔虫症等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

大横纹 推拿穴位名。出自陈氏《小儿按摩经》。又名横纹。腕部掌侧的横纹。《幼科推拿秘书·推拿手法》：“横纹者，大横纹也，手掌下一道大横纹。腕门直推到横纹，止吐神效；横纹转推到腕门，止泻神效。”

丈母 即女膝穴，见该条。

万字车轮功 练功方法名。见杜自明

《中医正骨经验概述》。取骑马势，左手钩掌，左臂后伸，右臂掌心向上伸向左前方，上身微向左转，继之右臂自左前方旋向右前方，掌心朝外，随即钩掌，右臂后伸，左臂随之掌心朝上伸向右前方，上身微向右转，顺势躬腰，左手下压并拉回，左侧钩掌后伸，右手自身后升至左前方，掌心朝上，回复初势，如此数便。继而右手改作左手姿势，左手改作右手姿势，再作前述动作，而旋转方向相反。适用于腰部及肩、肘、腕部疾患。

寸口 两手桡骨头内侧的桡动脉处，是中医诊脉的部位。亦称脉口、气口。因该处太渊（脉会太渊）去鱼际仅一寸，故名。《灵枢·经脉》：“肺手太阴之脉……入寸口，上鱼”。《难经·一难》：“寸口者，脉之大会，手太阴之脉动也……五脏六腑之所络始”。

〔 丨 〕

上门 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即幽门，见该条。

上马 推拿穴位名。即二人上马。见该条。

上天心 推拿穴位名。即大天心。见该条。

上巨虚 经穴名。见《千金翼方》。《灵枢·本输》名巨虚上廉。别名上林、足上廉、巨灵上廉。属足阳明胃经。大肠之下合穴。位于小腿前外侧，犊鼻穴直下6寸；或于足三里与下巨虚连线的中点取穴；一说在“膝下四寸”（《针灸大全》）。布有腓肠外侧皮神经及隐神经的分支，深层正当腓深神经；并有胫前动、静脉通过。主治腹胀满，肠鸣泄泻，痢疾，便秘，肠痛，脚气，膝胫痠痛，下肢痿痹；以及阑尾炎，胃肠炎，细菌性痢疾等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

上气海 经穴别名。出《类经图翼》。

即膻中，见该条。

上丹田 养生术语。两眉间部位。《素问·本病论》：“神失守位，即神游上丹田。”

上关 经穴名。出《灵枢·本输》。别名客主人、客主、容主。属足少阳胆经。手足少阳、足阳明之会。位于面部，颧弓上缘，距耳廓前缘约1寸处。与下关相直。布有面神经的颧支及颧面神经；并有颧眶动、静脉通过。主治头痛，耳鸣，耳聋，齿痛，口眼喎斜，惊痫；以及中耳炎，三叉神经痛等。直刺0.3~0.5寸。艾条灸5~10分钟。

上纪 经穴别名。《素问·气穴论》载：“上纪者，胃脘也。”王冰注：“谓中脘也。”后《类经图翼》等书列作中脘穴之别名。见该条。

上迎香 经外奇穴名。出《银海精微》。别名鼻通、鼻穿、穿鼻，位置缺如。近代定位于鼻骨下凹陷中，当鼻唇沟上端尽处。布有筛前神经，滑车下神经，眶下神经分支和面动、静脉。主治过敏性鼻炎，肥大性鼻炎，萎缩性鼻炎，鼻旁窦炎，鼻息肉，烂弦火眼，感冒头痛等。沿皮刺0.5~1寸。

上林 经穴别名。《圣济总录》“上林，穴在三里下一夫”，所指即上巨虚。见该条。

上杼 经穴别名。出《循经考穴编》。即大椎。见该条。

上星 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名神堂。属督脉。位于头正中线，入前发际1寸。布有额神经分支，额动、静脉分支及颞浅动、静脉分支。主治头痛，目眩，目赤痛，鼻塞，鼻出血，癫狂，痫症；以及前额神经痛，鼻炎，角膜炎，近视等。沿皮刺0.5~0.8寸。艾条灸5~10分钟。

上举通臂 推拿手法名。见杜自明《中医正骨经验概述》。一手按于病人肩后部，另一手握住肘上部，提臂上举。适用于肩部寒凝气聚等症。

上都 经外奇穴名。八邪之一。《奇效良方》：“上都二穴，在手食指、中指本节岐骨间，握拳取之。治手臂红肿。针入一分，可灸五壮。”

上病下取 指在上部的病症选取四肢远端的穴位进行治疗的方法。《素问·五常政大论》：“病在上，取之下。”如牙痛取合谷、内庭；头晕取太冲、丰隆等。

上脘 经穴名。出《针灸甲乙经》。《脉经》名上管。别名胃脘。属任脉。任脉、足阳明、手太阳之会。位于腹正中线上，脐上5寸。布有第七肋间神经前皮支和腹壁上动、静脉。主治胃痛，呃逆，呕吐，反胃，癰痛，以及急、慢性胃炎，消化性溃疡，胃下垂，食道痉挛等。直刺1~1.5寸。艾炷灸5~7壮；或艾条灸10~20分钟。

上腭穴 经外奇穴名。出《千金要方》。位于上腭腭缝际前端，当齿龈上缘中点处。主治黄疸等。斜刺0.1~0.2寸；或点刺出血。

上廉 ①经穴名。出《针灸甲乙经》。《圣济总录》称手上廉。属手阳明大肠经。位于前臂背面，阳溪穴与曲池穴连线上，距曲池穴3寸处。布有前臂背侧皮神经，桡神经深支；桡动脉肌支与头静脉。主治头痛，目眩，肠鸣腹痛，肩膊痠痛，手臂麻木，上肢不遂等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。②经穴别名。即上巨虚，见该条。

上廉泉 经外奇穴名。位于廉泉穴上1寸。或于前正中线颌下1寸，当舌骨与下颌缘之间凹陷处取穴。有下颌舌骨肌，颏舌骨肌间至舌体。布有舌动、静脉及舌神经，舌下神经分支。主治声音嘶哑，舌肌麻痹，咽炎，扁桃体炎，口腔炎等。向舌根方向斜刺0.5~1寸。

上慈宫 经穴别名。出《针灸聚英》。即冲门，见该条。

上龈里 经外奇穴名。出《千金要方》。位于口内上唇粘膜上，当与水沟穴相对处。主

治黄疸等。直刺0.1~0.2寸；或点刺出血。

上管 见上脘条。

上髎 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足太阳膀胱经。位于骶部，在第一骶后孔中，约当髂后上棘与骶正中线上之中点。布有第一骶神经后支和骶外侧动、静脉后支。主治腰骶疼痛，月经不调，赤白带下，大小便不利，下肢痿痹等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

口寸 同身寸之一。以患者本人两口角间宽度为1寸量取穴位，故名。《肘后备急方》救卒客忤死方：“又方，以绳横度其人口，以度其脐，去四面各一处，灸各三壮。”又《千金要方》：“风眩……灸法，以绳横度口之两边，既得口度之寸数，中屈之，……。”

巾针 出《灵枢·九针论》。铤针的前身，古时缝纫之针。《针灸甲乙经》称布针。

山根 ①体表部位名。见颞条。②推拿穴位名。见陈氏《小儿按摩经》。位于鼻根部，两目内眦连线之中点处。常用推、掐、揉等法，与其他穴位结合使用，可发汗，开窍，醒神，镇惊。用治外感风寒，急慢惊风等症。也可作察色验病之处。《针灸大成·卷十·察色验病生死诀》：“山根若见脉横青，此病明知两度惊，赤黑因疫时吐泻，色红啼夜不曾停。”

〔 7 〕

弓箭裆 练功方法之一。见上海中医学院附属推拿学校《推拿学》。取弓箭步势，上身略向前俯，臀部微收，两手后伸，挺肘翘掌（或两手叉腰，虎口朝内），呼吸随意。

女须 即女膝穴。见该条。

女膝 即女膝。见该条。

女膝 经外奇穴名。亦称女须、文母、女婿。出《癸辛杂识》。位于跟骨中央，当跟腱附着部下缘处。主治黄疸，吐泻转

筋,骨槽风,齿龈炎,精神病等。直刺0.2~0.3寸,艾炷灸3~7壮;或艾条灸5~15分钟。《千金要方》所载之脚后跟穴及《类经图翼》所载之足踵穴,位置与本穴相当。

小儿针疗法 即皮肤针疗法。因刺激轻微,适用于小儿故名。见该条。

小儿龟胸穴 经外奇穴名。《太平圣惠方》:“小儿龟胸……灸两乳前各一寸半上二行,三骨罅间六处,各三壮。”近代《腧穴学概论》列作奇穴,名小儿龟胸。位于前胸第二、三、四肋间隙,距前正中线2.5寸处,两侧共6穴。主治小儿鸡胸。艾炷灸3壮。

小儿按摩 即小儿推拿。见陈氏《小儿按摩经》。详见小儿推拿条。

小儿疳痢 见小儿疳瘦条。

小儿疳瘦穴 经外奇穴名。《太平圣惠方》:“黄帝疗小儿疳痢,脱肛体瘦,渴饮,形容瘦瘁,诸般医治不差者,灸尾翠骨上三寸骨陷间三壮,炷如小麦大。”近代《经穴治疗学》列作奇穴,名小儿疳瘦;《腧穴学概要》称小儿疳痢。位于尾骨尖端直上3寸处。主治小儿疳积羸瘦,消化不良,腹痛下痢,脱肛等。沿皮刺0.5~1寸。艾炷灸3~7壮;或艾条灸5~15分钟。

小儿推拿 专用于防治小儿病症的特定推拿方法。见明·龚廷贤《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》。又称小儿按摩。由于小儿在生理和病理上有一定的特点,所以小儿推拿也有着其特定的穴位和术式。如三关、六府、五经等穴位;分阴阳、开璇玑等术式。小儿推拿常用于防治感冒,发热,呕吐,腹泻,食滞,疳积,遗尿,脱肛,惊厥等证。

小三关 推拿穴位名。即指三关。详该条。

小天心 ①推拿穴位名。出陈氏《小儿按摩经》。位于手掌根部大鱼际与小鱼际相交处,距大陵穴五分。能治惊风抽搐,小便不通等症。《针灸大成》卷十“小天心,大

陵穴后五分”“掐小天心,天吊惊风,眼翻白偏左右及肾水不通用之”。②经外奇穴名。出《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》。位于手掌侧,当大、小鱼际交接处之中点。主治心痛,惊风,抽搐,目视不正,高热神昏;以及风湿性心脏病,心绞痛等。直刺0.3~0.5寸。

小吉 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即少泽穴。见该条。

小竹 经穴别名。出《太平圣惠方》。即眉冲。见该条。

小针 古针具名。《灵枢·九针十二原》:“小针之要,易陈而难入”,意同微针。见该条。

小肠 ①六腑之一。②推拿穴位名。常用推法以治腹泻。①位于小指尺侧缘一线(《幼科推拿秘书》)。现用此处居多。②男位于食指近端指骨的腹面,女则在食指中段指骨的腹面(《针灸大成》卷十)。③位于中指近端指骨的腹面(《小儿推拿广意》)。④位于食指中段指骨的腹面(《幼科铁镜》)。

小肠经 手太阳小肠经之简称。见该条。

小肠俞 经穴名。出《脉经》。属足太阳膀胱经。小肠之背俞穴。位于骶部,平第一骶后孔,距骶正中线1.5寸处;一说“除脊各寸半”(《针灸资生经》)。布有第一骶神经后支的外侧支和骶外侧动、静脉后支。主治小腹胀痛,赤白痢疾,遗精,遗尿,尿血,疝气,赤白带下,腰骶疼痛;以及盆腔炎等。直刺1~1.5寸。艾炷灸5~7壮;或艾条灸10~15分钟。

小周天 气功功法。全称阴阳循环一小周天。秦仲三《气功疗法和保健》载,其功法为:呼气时,舌抵上腭,鼓腹使气下降到脐下,称气贯丹田。再吸气,收腹,足趾抓地,舌抵上腭,从会阴运气过肛门,沿督脉的尾闾,夹脊和玉枕三关,到头顶百会穴。

再由两耳颊分道而下，会至舌尖，与任脉接。气沿此道可循环往复。

小指爪纹 经外奇穴名。《千金要方》：“喉痹，刺手小指爪文中，出三大豆许血，逐左右刺，皆须慎酒面毒物。”《针灸经外奇穴图谱》列作奇穴，名小指爪纹。定位在手小指背侧，爪甲根部中点处。主治喉痹。铁刺出血。

小指尖 见《针灸孔穴及其疗法便览》。详手足小指穴条。

小指（趾）次指（趾） 指无名指。《灵枢·经脉》：“三焦手少阳之脉，起于小指次指之端”。或指足第四趾。《灵枢·经脉》：“胆足少阳之脉……入小指（趾）次指（趾）之间”。

小骨空 经外奇穴名。出《扁鹊神应针灸玉龙经》。位于手小指背侧，近侧指骨关节横纹之中点处，屈指取之。一说在手小指背侧，远侧指节骨与中指节骨关节之中点处（《针灸经外奇穴图谱》）。主治目疾，耳聋，喉痛，指痛等。艾炷灸1~3壮。

小眉刀 是一种用钢质制成的小刀。柄长1~2寸，刀口倾斜如眉，故名。专用于割治放血。

小络 出《素问·调经论》。与大经对举。指浅浮于体表的络脉，或指孙络。参大经条。

小海 经穴名。出《灵枢·本输》。属手太阳小肠经。合（土）穴。位于尺骨鹰咀与肱骨内上踝之间凹陷中，屈肘取穴。一说在“天井外旁五分”（《针灸集成》）。布有前臂内侧皮神经分支及尺神经；并有尺侧上、下副动、静脉及尺侧运动、静脉通过。主治头痛，耳鸣，项强，颊肿，瘰癧，癰疽，肘臂痛等。直刺0.3~0.5寸，艾条灸5~10分钟（图12）。

小溪 见溪谷条。

小横纹 推拿穴位名。出《小儿按摩经》。①指小指与手掌交界处的横纹。能退

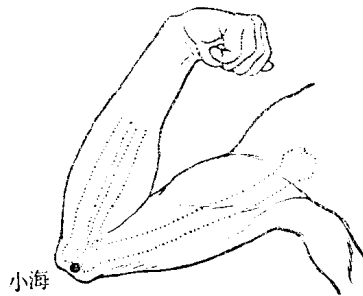


图12

热除烦，治口唇破烂。与肾水穴、六腑穴结合使用，治大便不通，小便赤涩、肚腹膨胀等症。《小儿推拿广意·阳掌十八穴疗病诀》：“小横纹，掐之退热除烦，治口唇破烂”。②指手掌与第二、第三、第四和第五指交界处的横纹。《厘正按摩要术》：“三节根为小横纹”。

飞丹 道家丹药之一。据《南史》载，晋·陶弘景曾得到制造这种丹药的方法，苦于无原料。齐高帝（公元478~482年）曾供给他黄金、朱砂、曾青、雄黄等物。陶用之合成飞丹，颜色洁白如霜，吃后身体轻松。

飞处 见飞虎条。

飞扬 见飞阳条。

飞阳 经穴名。出《灵枢·经脉》。《针灸甲乙经》作飞扬，别名厥阳。属足太阳膀胱经。足太阳之络穴。位于小腿后外侧，外踝尖与跟腱水平连线之中点直上七寸，当腓骨后缘处；或于承山斜下外开约1寸处取穴。另说“外踝上九寸”（《针灸资生经》）；“在昆仑上五寸五分”（《针灸集成》）。布有腓肠外侧皮神经。主治头痛，目眩，鼻衄，颈项痛，腰膝痠痛，癰疽，痔疾，脚气等。直刺1~1.5寸，艾炷灸3~5壮，或艾条灸5~10分钟。

飞法 刺法名。用拇指与食、中指相对捏持针柄，一捻一放，捻时食、中指内屈，使针顺转（左转），放时食、中指外伸，搓动针柄，使针逆转，当手指突然松开时，其针颤动有如飞鸟展翅，故称飞法。本法首载于《神应经》：“用右手大指、食指持针，却用

食指连搓三下(原注:谓之飞),仍轻提往左转,略退针半分许,谓之三飞一退。”其含意与《针经指南》所载的搓法同。飞又可解释作进。《针灸问对》:“陈氏(《神应经》)以搓为飞,他家以进为飞,无从可考,莫知谁是。”又曰:“飞者进也。”故近世对《金针赋》所载之“一退三飞”、“一飞三退”通常理解为“一退三进”、“一进三退”。

飞虎 经穴别名。出《针灸大全》。《神灸经论》作飞处。即支沟,见该条。

飞金走气 小儿推拿方法名。出《幼科推拿秘书》。详飞经走气条。

飞经走气 ①针刺术语。指针感沿经传导。金·窦汉卿《金针赋》:“若夫过关过节,催运气,以飞经走气。”②小儿推拿方法名。出陈氏《小儿按摩经》。又名飞金走气。操作方法有四种:①先运五经穴,后张开五指在内关拍打,再推心经,揉气关(见陈氏《小儿按摩经·手诀》)。②用拇指按儿总筋处,食中二指推向手弯处(见《小儿推拿秘诀·手上推拿法》)。③滴凉水于儿内宫,以右手中指引水至天河,前行三次退转一次,并用口吹气,跟水上行(见《幼科推拿秘书·十三大手法推拿注释》)。④右手拿儿四指不动,左手四指从儿曲池边轮流跳至总经几遍,再拿阴阳,将右手向上向外,一伸一缩,传送其气,徐徐过关(见《厘正按摩要术》卷三)。此法性温,能行气化痰,清肺热,治失音,消膨胀。

子午捣臼 针刺手法名。出金·窦汉卿《金针赋》。其法进针得气后,先紧按慢提,左转九次,再紧提慢按,右转六次。如此反复多次,能导引阴阳之气,用以治疗水肿、气胀等症。

子午拳势 练功方法之一。见杜自明《中医正骨经验概述》。两手握拳置于腰际,一拳翻转用力向前击前,瞬时开掌抢拿后,收回原处,两手交替进行。

子户 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即气穴,见该条。

子母补泻 指脏腑、经络发生病变时,视病情之虚实予以补母或泻子的针刺补泻法。《难经·六十九难》:“虚则补其母,实则泻其子。”其法将井、荣、输、经、合五输穴按五行相生次序,分属木、火、土、金、水,又依生我者为母、我生者为子的规律,根据病情的虚实,用补母或泻子的取穴方法来治疗,故亦称子母配穴法。如肺经虚证,可补本经(金)母穴太渊(土),或母经(脾经)的穴位,称虚则补其母(土生金);又如肺经实证,可泻本经(金)子穴尺泽(水),或子经(肾经)的穴位,称实则泻其子(金生水)。

子母配穴法 见子母补泻法条。

子宫穴 经外奇穴名。出《针灸大全》。原说位在“中极两旁各二寸”,今多据《针灸大成》定位于脐下4寸(中极)再旁开3寸处。有腹内、外斜肌,腹横肌;并有腹壁浅动、静脉,髂腹下神经及其伴行的动、静脉通过。主治妇女不孕,月经不调,痛经,阴挺;以及阑尾炎,盆腔炎,睾丸炎等。直刺1.5~2寸,孕妇禁针。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~15分钟。

马氏点 经外奇穴名。位于右下腹,当脐与髂前上棘连线的外1/3与中1/3的交点处。主治急、慢性阑尾炎。直刺0.5~1寸。

马丹阳天星十二穴 指宋代针灸家马丹阳在临床实践中总结出来的十二个治病要穴。《针灸大全·马丹阳天星十二穴并治杂病歌》:“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。”这些穴位,具有取用方便,治病效验的特点,为历代针灸家所重视。

马裆 练功方法之一。见上海中医学院附属推拿学校《推拿学》。两足分开呈内八字

形，屈膝下蹲，两手后伸，挺肘翘掌，四指并拢，拇指外分，挺胸收腹，两目平视，呼

吸随意。

四 画

〔一〕

开天门 小儿推拿方法名。出《幼科铁镜》。又名推攒竹。由小儿两眉头之间向上直推至额上发际处。《保赤推拿法》：“先从眉心向额上，推二十四数。谓之开天门”。有发汗解表、开窍醒神等作用。用治感冒，头痛，惊风等症。

开关法 自我按摩方法名。转动两肩关节。《医学入门·保养》：“先以左手脾（肱）骨并肩，向前圆转九数。次以右手脾骨并肩，向前圆转九次，复以左右脾骨并左右肩，向前圆转九次，加至一九、三九亦好，但要从容和缓为之，或先缓后急亦可为之。此法疏通膏肓、降心胞络火。与张紫丘治疗开关药方意同，善治少劳昏痛胸紧”。

开闭法 小儿推拿方法名。《幼幼集成》卷三：“凡小儿风痰闭塞、昏沉不醒，药不能入，甚至用艾火灸之，亦不知痛者。盖因痰塞其脾之大络，截其阴阳升降之隧道也，原非死证。用生菖蒲、生艾叶、生姜、生葱各一握，其入石臼内捣如泥，以麻油、好醋同前四味炒热，布包之，从项背胸四肢，乘热往下熨之。其痰一豁，倏然而醒，此方不特小儿，凡闭证皆效”。

开刺 即关刺。出《黄帝内经太素》，见该条。

开郁法 自我按摩方法名。《医学入门·保养》：“其法以两手旋午向前向后，两足作白鸢行步状，不拘数。良久，复以左手搭右肩，右足搭左膝腕委中而行。右手搭左肩，左足搭右膝腕委中而行。良久，复以左手向前泊腹，右足搭左膝盖而行。右手向后

泊腰，左足搭右膝盖而行。良久，以两手极力托天，两足极力踏地。复以两手向后向下，两足十趾挽起，仰面偃腹，使气下行。良久，蹲倒，以两手极力攀起脚后跟，足十趾点起，极力低头至膝下，良久，立起，以两手相交，掩两臂扶胸前脾上，极力摇动数次。善治名利不遂，郁气为病，心腹胀满，夜睡不宁等症。无病者亦可行之，如外感风寒，须行至汗出为度”。

开法 推拿手法名。①即拇指平推法。参见平推法及开天门条。②见《类经·针刺类》。即对屈曲痉挛，活动不利的肢体关节施以对抗性用力拉开活动的手法。如活动腕关节，名开腕缝。

开胸阴阳 小儿推拿手法名。出《小儿按摩经·婴童杂症》。即指胸部的分阴阳法。详分阴阳条。

开阖补泻 针刺手法名。指以出针时开、闭针孔来分别补泻的方法。《素问·刺志论》：“夫实者，气入也；虚者，气出也……入（刺）实者，左手开针空也；入虚者，左手闭针空也。”后世医家在此基础上发展成开阖补泻。以出针后轻轻按揉针孔，使其闭合不令经气外泄者为补法；反之，出针时边退边摇，针退出后不按针孔，促使邪气逸出者为泻法。

开、阖、枢 见关、阖、枢条。

开璇玑 小儿推拿方法名。出清·杨光斗《幼科集要》。用两手大指蘸姜葱热汁，在病儿胸前左右横推至两乳上，共三百六十六次。再从心坎处分推至胁肋六十四次，从心坎推下脐腹六十四次，用右手掌心合儿脐上，左右推挪各六十四次，再用双手自脐中

推下至少腹六十四次，最后用两大指推尾尻穴至命门两肾间。治小儿气促，风寒痰闭、夹食腹痛，呕吐泄泻，发热抽搐，昏迷不醒等证。

井穴 五输穴之一。《灵枢·九针十二原》：“所出为井。”意为此处脉气浅小，犹如泉水初出，故称井。井穴分布在四肢末端。其临床应用，《灵枢·顺气一日分为四时》曰：“病在藏者，取之井。”《难经·六十八难》又曰：“井主心下满。”近代的经络测定仪和知热感度测定还用以测试脏腑经络的虚实状况。

井灶 推拿穴位名。即两鼻孔。出明·周于蕃《推经仙术》。治小儿作寒作热，鼻流清涕，昏迷不醒，急慢惊风等。《厘正按摩要术·立法·汗泄》：“须用葱姜煎汤，以左手托病者头后，用右手大指面，蘸汤摩洗两鼻孔三十六次，谓之洗井灶，以通脏腑之气。”

井荣 五输穴名。指五输穴中的井穴和荣穴。《素问·水热穴论》：“冬取井荣。”张隐庵注：“夫井，木也，木生于水，故取井木以下阴气，易使其发生而上逆也；荣，火也，故取荣穴以实阳气，乃助其伏藏也。盖冬令闭藏，以奉春生之气，故冬取井荣……。”

天门 推拿穴位名。①位于眉心至前发际一线。见《幼科铁镜》。又名额天门。由眉心推至发际，称为开天门。能发汗解表。②即内八卦穴中的乾宫。出《小儿按摩经》。《幼科推拿秘书·推拿手法》：“天门即神门，乃乾宫也”。参见天门入虎口条。③位于拇指或食指的指端部。出《小儿推拿秘诀》。参见天门入虎口条。④即天庭穴。

天门入虎口 小儿推拿方法名。操作方法有：①用一手拇指和食、中指相对，分别拿住小儿的虎口和掌根部天门穴，另一手握住肘部，进行摇动。有顺气作用。见《小儿按摩经》。②自小儿手掌八卦中的乾宫穴，

经坎、艮部按至虎口处。有清脾作用。见《小儿按摩经》。③自小儿食指桡侧缘远端横纹处的命关穴推至虎口处。或从小儿拇指端推至虎口处。有健脾、止泻、发汗、通气血等作用。见《秘传推拿妙诀》。

天井 经穴名。出《灵枢·本输》。属手少阳三焦经。合（土）穴。位于肘尖（尺骨鹰咀）上方1寸。屈肘时呈凹陷处。布有臂背侧皮神经，桡神经的肌支和肘关节动、静脉网。主治头痛，瘰癧，癰疽，肘、臂、肩、项、背部疼痛，疮肿，荨麻疹，皮肤搔痒症等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

天五会 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即人迎，见该条。

天心 推拿穴位名。出陈氏《小儿按摩经》。①位于掌心。治惊风、口眼歪斜等。《小儿推拿方脉活婴秘旨全书·掌面诸穴图》：“天心穴，乾入寸许，天吊惊风、口眼歪斜，运之效”。②位于额前中，天庭下方。与其它穴位配伍，可治头痛、鼻塞伤风等。《幼科推拿秘书》：“天心穴，在额正中，略下于天庭”。

天白 见天白条。

天白 经穴别名。出《针灸甲乙经》。《外台秘要》作天白。即通天，见该条。

天会 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即天池，见该条。

天年 即天寿。见该条。

天冲 经穴名。出《针灸甲乙经》。《千金要方》作天衢。属足少阳胆经。足太阳、少阳之会。位于头颞部耳廓后上方，耳根后缘直上，入发际2寸处；或于率谷穴后约0.5寸取穴（《十四经发挥》、《循经考穴编》、《医宗金鉴》）。一说：“在耳上如前三分”（《针灸甲乙经》）；或“耳上如前三寸”（《千金要方》）。布有枕大神经分支及耳后动、静脉。主治头痛、癰疽、齿龈肿、瘰癧等。沿皮刺0.3~0.5寸，艾条

灸5~10分钟。

天池 ①经穴名。出《灵枢·本输》。别名天会。属手厥阴心包经。手足厥阴、少阳之会。位于胸部第四肋间隙，当乳头外侧1寸处。另说“在乳后同身寸之二寸”（《素问·气府论》王冰注）；“在乳后一寸，下五分”（《针灸集成》）。布有胸前神经肌支，第四肋间神经和胸腹壁静脉，胸外动、静脉分支。主治心烦胸满，胁肋疼痛，瘰癧，腋下肿痛等。斜刺0.3~0.5寸，禁深刺，艾炷灸3壮，或艾条灸5~10分钟。②经穴别名。出《针灸甲乙经》。即承浆，见该条。

天寿 名词。即先天赋予的寿命限度。亦称天年。《书经·君奭》：“天寿平格，保乂有殷。”《史记·楚世家》：“今乃得以天寿终，孤之幸也。”

天伯 经穴别名。出《铜人腧穴针灸图经》。即通天，见该条。

天灸 灸法名。出《针灸资生经》。又称自灸。是以药物敷贴肌肤后，局部起泡如灸疮，因而得名。今称药物发泡灸。古代文献上所载天灸法较多，如毛茛灸、斑蝥灸、旱莲灸、蒜泥灸、白芥子灸等，详各该条。

天应穴 穴名。即阿是穴。《扁鹊神应针灸玉龙经》：“不定穴，又名天应穴，但疼痛便针。”参见阿是穴条。

天枢 经穴名。出《灵经·骨度》。别名长谿，大肠募、谷门。属足阳明胃经。大肠之募穴。位于脐中旁开2寸处（《针灸甲乙经》）。布有第十肋间神经分支，并有第十肋间动、静脉分支及腹壁下动、静脉分支通过。主治腹痛，腹胀，肠鸣，泄泻，痢疾，便秘，绕脐切痛，水肿，月经不调，痛经，带下；以及肠道蛔虫病，肠梗阻，阑尾炎，细菌性痢疾，小儿单纯性消化不良等。直刺1~1.5寸。艾炷灸5~7壮；或艾条灸10~20分钟（图13）。

天顶 经穴别名。《针灸大全》作天鼎

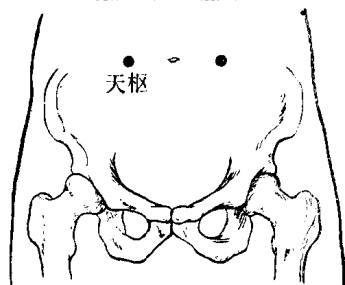


图13

别名，见该条。

天府 经穴名。出《灵枢·本输》。属手太阳肺经。位于上臂前外侧，平腋前纹头下3寸，当肱二头肌外侧沟处（《针灸甲乙经》）。布有臂外侧皮神经，肌皮神经和头静脉，肱动、静脉肌支。主治咳嗽，喘息，鼻衄，瘰气，上臂前外侧痛等。直刺0.5~1寸。艾条灸5~10分钟。

天宗 经穴名。出《针灸甲乙经》。属手太阳小肠经。位于肩后，肩胛冈下窝的中央。布有肩胛上神经和旋肩胛动、静脉肌支。

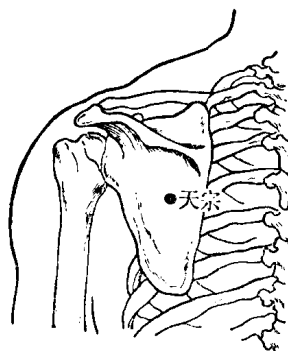


图14

主治肩胛疼痛，胸肋支满，颊颌肿痛，咳逆抱心，以及肩关节周围炎，乳腺炎等。斜刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟（图14）。

天河 推拿穴位名。出《小儿按摩经》。又名天河水。①位于前臂屈侧正中线。《幼科推拿秘书·推拿手法》：“天河穴，在胳膊中，从坎宫小天心处，一直到手弯曲池。清者，以我手三指，或二指，自大横纹推到曲池，以取凉退热，并治淋疳昏睡，一切火症俱妙。”从腕横纹推到肘横纹，名清天河水；从掌心劳宫推至肘横纹，名大推天河水；由肘横纹下推至劳宫，名取天河水；由腕横纹推至肘横纹，再以食、中、无名指三指向上拍之，并用口吹天河处，随吹随拍，名引水上天河；以一手大指按总筋处，另一

手大、食指如弹琴状弹天河穴，由内关弹至肘横纹上，再以两手大拇指掐肩井、琵琶、定马等穴，名打马过天河。用治诸热惊风，心经热盛，口渴咽干等一切热症。②位于前臂屈侧正中线。腕横纹上三横指处。《小儿推拿方脉活婴秘旨全书·掌面诸穴图》：“天河水，在总筋下三指”。

天河水 推拿穴位名。即天河。详该条。

天柱 ①经穴名。出《灵枢·本输》。属足太阳膀胱经。位于项后正中线上入发际0.5寸，再旁开1.3寸处，当中斜方肌外侧缘；或于哑门穴旁1.3寸取穴。布有枕大神经干和枕动、静脉干。主治头痛，项强，目赤痛，咽喉肿痛，鼻塞，肩背痛，小儿惊癇等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3壮；或艾条灸5~10分钟。②推拿穴位名。见《幼科推拿秘书》。位于项部正中线，自枕骨下方至第七颈椎棘突一线。《幼科推拿秘书》：“天柱，即颈骨也。”治发热等症。

天泉 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名天温。属手厥阴心包经。位于上臂前面，平腋前纹头下2寸，当肱二头肌长、短二头之间；或于曲泽穴上7寸取穴。一说在“腋下一寸”（《针灸大全》）。布有臂内侧皮神经，肌皮神经和肱动、静脉肌支。主治咳嗽，心痛，胸满，胁胀，臂痛等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3壮；或艾条灸5~10分钟。

天庭 ①推拿穴位名。出陈氏《小儿按摩经》。①位于额上，眉心穴的上方。与其它穴位配伍，能发汗。《保赤推拿法·掐天庭穴至承浆穴法》：“天庭至额上”。②即天门穴。《幼科推拿秘书·穴象手法》：“天庭穴，即天门，又名三门”。②气功术语。指两眉之间的部位。《云笈七籤》卷十七《黄庭内景经》：“天庭地关列斧斤。”注：“两眉间为天庭。”

天突 经穴名。出《灵枢·本输》。别

名玉户、天瞿。属任脉。阴维、任脉之会。位于胸骨上窝正中，当胸骨切迹上缘上0.5寸凹陷处（《素问·气府论》王冰注）。另说“在颈结喉下二寸”（《针灸甲乙经》）、5寸（《千金要方》），3寸（《太平圣惠方》）、1寸（《铜人腧穴针灸图经》）。布有锁骨上神经前支，皮下有颈静脉弓，甲状腺下动脉分支，深部为气管，胸骨柄后方为无名静脉及主动脉弓。主治咳嗽，哮喘，咯血，喉痹，失音，呕吐，呃逆，噎膈，瘰疬等。先直刺0.2~0.3寸，然后将针尖转向下方，沿胸骨后壁刺入0.1~0.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟（图15）。

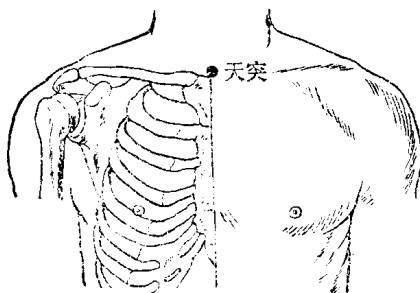


图15

天涇 见天温条。

天容 经穴名。出《灵枢·本输》。属手太阳小肠经。位于颈侧，下颌角后方，胸锁乳突肌前缘凹陷处。布有耳大神经前支，面神经颈支，深层为交感神经链，前为颈外静脉，深层有颈内动、静脉。主治耳鸣，耳聋，咽喉肿痛，颊肿，项强，瘰疬，瘰气以及甲状腺肿，扁桃腺炎，咽炎等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3壮；或艾条灸5~10分钟。

天笼 经穴别名。出《循经考穴编》。即天窗，见该条。

天盖 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即缺盆，见该条。

天隐子 养生书。即天隐子养生书。详该条。

天隐子养生书 养生书。唐·司马承祯著。又名《天隐子》。刊载于《夷门广牍》

及《说郛》中。内容有神仙、易简、渐门、斋戒、安处、存想、坐忘、神解等八篇。书中所述导引法，不咽气、吸气、停气，而只是安心定意，以意领气。

天鼎 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名天顶。属手阳明大肠经。位于颈外侧，扶突穴下1寸，胸锁乳突肌后缘；或于扶突穴与缺盆穴连线之中点处取穴（《医宗金鉴》）。另说“在缺盆上，直扶突、气舍后一寸五分。”（《针灸甲乙经》）；“在项缺盆直扶突，气舍后一寸陷者中。”（《太平圣惠方》）；“在颈缺盆置（直）扶突后一寸”（《铜人腧穴针灸图经》）；“扶突后寸半，合人迎后三寸；一法逐取结喉旁开四寸五分”（《循经考穴编》）。布有锁骨上神经，正当颈皮神经在胸锁乳突肌后缘穿出处，深层为膈神经，并有颈外浅静脉通过。主治暴瘡气哽，咽喉肿痛，瘰疬，瘰癧等。直刺0.5~1寸。艾炷灸1~3壮；或艾条灸3~5分钟。

天温 见天温条。

天温 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即天泉，见该条。《东医宝鉴》作天泾。

天窗 经穴名。出《灵枢·本输》。别名窗笼、窗聾、天笼。属手太阳小肠经。位于颈侧，胸锁乳突肌后缘，当扶突穴后上方约0.5寸处（《针灸甲乙经》）。一说“在风池、翳风之间”（《循经考穴编》广注）。布有颈皮神经，当耳大神经丛的发出部；并有颈升动脉通过。主治咽喉肿痛，颈项强直作痛，耳聋、耳鸣，以及甲状腺肿等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

天溪 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足太阴脾经。位于胸部第四肋间隙中，距胸正中线6寸处；或于乳头旁开2寸取穴。布有第四肋间神经外侧皮支，并有胸外侧动、静脉分支，胸腹壁动、静脉及第四肋间动、静脉通过。主治咳嗽气逆，胸胁满痛，少

乳，乳痈，呃逆等。斜刺0.3~0.5寸（不宜深刺）。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

天满 经穴别名。出《针灸聚英》。即百会，见该条。

天聪 经外奇穴名。《千金要方》：“初得病，或先头痛，身寒热，或漉漉欲守火，或腰背强直，面目如饮酒状。此伤寒……，若病者三、四日以上以绳度鼻正上尽发际，中屈绳断去半，便从发际入发中，灸绳头，名曰天聪。”位于头正中线上发际鼻尖至发际距离的1/2处。沿皮刺0.3~0.5寸。艾炷灸1~3壮；或艾条灸5~10分钟。

天牖 经穴名。出《素问·气穴论》。属手少阳三焦经。位于颈部外侧，颞骨乳突后下方，胸锁乳突肌后缘近发际处；或于天容穴与天柱穴连线之中点处取穴。另说“完骨下，发际上一寸”（《千金要方》）；“风池上一寸”（《千金翼方》）；“风池下一寸，微外些”（《针灸集成》）。布有枕小神经和耳后动脉。主治头痛，项强，耳鸣，耳聋，瘰癧等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3壮；或艾条灸5~10分钟。

天瞿 经穴别名。《千金要方》：“上气气闭，欬逆，咽冷，声破喉喘，灸天瞿五十壮，一名天突。”后《针灸聚英》等书列作天突穴之别名，见该条。

天髎 经穴名。出《针灸甲乙经》。属手少阳三焦经。手足少阳、阳维之会。位于背部，冈上窝内，当大椎穴与肩峰后端外缘连线之中点处；或于肩井与曲垣两穴连线的中点取穴。布有付神经，肩胛上神经分支和颈横动脉降支，深层为肩胛上动脉肌支。主治肩臂疼痛，颈项强痛；以及肩关节周围炎等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

天衢 见天冲条。

元儿 经穴别名。出《针灸甲乙经》。《针灸大成》作元见，《循经考穴编》作元

况,即臆中,见该条。

元见 见元儿条。

元况 见元儿条。

无名穴 经外奇穴名。见《针灸孔穴及其疗法便览》。位于后正中线上,当第二、三胸椎棘突之间。主治癫狂。略向上斜刺0.5~1寸。灸3~5壮;或艾条灸10~20分钟。

无痛进针器 针刺辅助器具。利用弹簧的力量将针迅速刺入皮下,借以减轻进针疼痛的器具。适用于婴幼儿、妇女、年老体弱及畏痛的患者。

无瘢痕灸 灸法名。即非化脓灸,见该条。

云门 经穴名。出《素问·水热穴论》。属手太阴肺经。位于前胸外上方,当锁骨外端下缘,距胸正中线6寸处(《针灸甲乙经》)。布有锁骨上神经中、后支,胸前神经分支,臂丛外侧束和头静脉,胸肩峰动、静脉,下方有腋动脉。主治咳嗽,气喘,胸痛,肩背痛等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

韦驮献杵 练功方法名。出《易筋经》。有三势:①第一势:取立位,两足分开,两手徐徐上提至胸前成捧球状。《易筋经》:“定心息气,身体立定,两手如拱,心存静极。”②第二势:两手分开,向两侧推移成侧平举状。《易筋经》:“足指挂地,两手平开,心平气静,目瞪口呆。”③第三势:身体挺立,足尖着地,足跟提起,两手高举过头顶,指尖相对,掌心向上,舌舐上腭,鼻息调匀,然后将手握成空拳,缓缓收至两腰部,脚跟同时落地。《易筋经》:“掌托天门目上观,足尖着地立身端,力周髀胁浑如植,咬紧牙关不放宽,舌可生津将腭抵,鼻能调息觉心安,两拳缓缓收回处,用力还将挟重看。”

切法 ①刺法名。指针刺时以拇指指甲切压穴位,以使局部气缓便于进针的方法。《针经指南》:“切者,凡欲下针,必先用

大指甲左右于穴切之,令气血宣散,然后下针。”《针灸问对·十四法》:“凡欲下针之时,用两手大指甲与穴傍上下左右四围掐而动之,如刀切割之状。”本法源于《素问·离合真邪论》“切而散之。”②推拿手法的一种。有二法:①《灵枢·刺节真邪》即掐法。《肘后备急方·救卒客忤死方》:“心腹绞痛胀满,气冲心胸……令切鼻柱下也”。②用手掌尺侧小鱼际肌处进行叩击。

五十七疔(wǔshíqī) 指治疗水病的五十七个主要穴位。《灵枢·四时气》:“风痼肤胀,为五十七疔。”参见水俞五十七处条。

五十九刺 指针治热病的五十九个主要穴位。《灵枢·热病》:“所谓五十九刺者,两手外内侧各三,凡十二疔;五指间各一,凡八疔;足亦如是;头入发一寸旁三分各三,凡六疔;更入发三寸边五,凡十疔;耳前后口下者各一;项中一,凡六疔;巅上一;囟会一;发际一;廉泉一;风池二;天柱二。”张景岳等注:即少泽、关冲、商阳;少商、中冲、少冲;后溪、中渚、三间、少府;束骨、足临泣、陷谷、太白;五处、承光、通天;头临泣、目窗、正营、承灵、脑空;听会、完骨、承浆、哑门;百会;囟会;神庭、风府;廉泉;风池;天柱等59穴。所列穴位与热病五十九俞多不同。本节偏重在四肢,可作泻热治本之用;后者偏重于病邪所在的局部,可作泻热治标之用。参见该条。

五十九疔 指治疗热病的五十九个主要穴位。《灵枢·四时气》:“温疟汗不出,为五十九疔。”见五十九刺及热病五十九俞条。

五大 人体部位名。亦称五体,指头和两手两足。《针经指南·标幽赋》:“似续而交五大”。

五户 见玉户条。

五石 炼丹用的五种药物。见《抱朴子内篇·金丹》。五石为:丹砂,雄黄,白砒,曾青,慈石。

五节刺 古刺法名。《灵枢·刺节真邪》：“刺有五节，……一曰振埃，二曰发蒙，三曰去爪，四曰彻衣，五曰解惑。”指五种大要的刺法。《黄帝内经太素》名五节刺。详各条。

五处 经穴名。出《针灸甲乙经》。《医学入门》作巨处。属足太阳膀胱经。位于头正中线上入前发际1寸，再旁开1.5寸处。布有额神经外侧支和额动、静脉。主治头痛，目眩，目不明，癫痫等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾炷灸3壮；或艾条灸5~10分钟。

五邪刺 古刺法名。《灵枢·刺节真邪》：“刺有五邪。”指对五类病邪分别用不同针具予以针刺的治疗方法。《黄帝内经太素》名五邪刺。五邪为痛邪（疮疡）、大邪（病邪实盛）、小邪（正气亏虚）、热邪及寒邪。此“五者之病，皆在皮肤肌肉之气分。”“刺痛者用铍针”，使“肿聚散亡”，消痛破结；“刺大者用锋针”，“泄夺其有余”，使实邪得除；“刺小者用圆利针”，“补其不足”促正气恢复；“刺热者用铤针”，使病邪“越而苍（沧），出游不归”，热除病却；“刺寒者用毫针”，“徐往徐来”，温益阳气。

五会 经穴别名。出《铜人腧穴针灸图经》。即人迎，见该条。

五合 经脉表里相合之名。出《灵枢·经别》。指手少阳与手厥阴经别相合而言。

五里 ①经穴名。在上肢者称手五里，属手阳明大肠经。在下肢者称足五里，属足厥阴肝经。见各该条。②经穴别名。出《针灸甲乙经》。即劳宫，见该条。

五体 见五大条。

五枢 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足少阳胆经。足少阳、带脉之会。位于腹侧，髂前上棘前方0.5寸，约与关元穴相平处。一说“在带脉直下二寸。”（《针灸集成》）。布有髂腹下神经和旋髂浅、深动、

静脉。主治小腹痛，腰胯痛，带下，疝气；以及子宫脱垂等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

五刺 古刺法名。又称五脏刺。《灵枢·官针》：“凡刺有五，以应五脏。”以其针刺深浅部位不同，分别适应五脏有关的病变。计有半刺、豹文刺、关刺、合谷刺、输刺等五种。详各该条。

五虎 经外奇穴名。《医经小学》：“五虎四穴次指背，二节尖上七壮宜。”所述位置不详。《奇效良方》定在手指食指及无名指第二节骨尖。即在食指、无名指背侧，当第二、三节骨关节横纹之中点处，握拳取穴。而《类经图翼》则定在手食指、无名指背间，本节前骨尖上各一穴。据此则在食指、无名指背侧的掌骨小头高点处。近世文献，虽各据一端，但以《类经图翼》之说为主。主治手指拘挛。艾炷灸3壮，或艾条灸5~10分钟。

五变刺 古刺法名。《灵枢·顺气一日分为四时》：“余闻刺有五变，以主五输。”有二义：①指四时变化和五俞穴相配合进行针刺，即冬刺井，春刺荣，夏刺输，长夏刺经，秋刺合，“是谓五变，以主五输。”②指五类疾病与五俞穴相配合进行针刺，即“病在藏者，取之井；病变于色者，取之荣；病时间时甚者，取之输；病变于音者，取之经；经满而血者，病在胃及以饮食不节得病者，取之于合……是谓五变也。”

五经 推拿穴位名。出陈氏《小儿按摩经》。即脾经、肝经、心经、肺经、肾经五穴，分别位于第一至五指远端的指腹上。参见各条。《幼科推拿秘书·推拿手法》：“五经者，五指头之经络也。心经在将指，肝经在食指，脾经在大拇指，肺经在无名指，肾经在小指。运者以我食指运小儿五指头肉上，此法能治大小便结，开咽喉胸膈中闷塞，以及肚响腹胀、气吼泄泻诸症。”

五经纹 推拿穴位名。出陈氏《小儿按

摩经》。分别位于掌面的第一掌指关节处横纹及食、中、无名、小指近端指间关节横纹处。《保赤推拿法·运五经纹法》：“五经纹，即五指第二节下之纹，用大指在儿五经纹往来搓之，治气血不和，肚胀，四肢抽掣，寒热往来，去风，除腹响”。

五指节 推拿穴位名。出陈氏《小儿按摩经》。一手有五穴，分别位于拇指指间关节背面横纹及食、中、无名、小指近端指间关节背面横纹处。《厘正按摩要术·取穴。阴掌图注》：“五指中节有横纹为五指节”。能祛风化痰，苏醒人事，通关膈闭塞。

五腧俞 经穴别名。《素问·刺疟》：“五腧俞各一。”王冰注：“五腧俞谓谿、腧。”

五脏之俞 指五脏之气输注于背部的五个（背）俞穴。《灵枢·背腧》：“愿闻五脏之腧。”所指即肺俞、心俞、肝俞、脾俞和肾俞五穴。因这些穴位与五脏之气相通，故名。临床上具有诊察和治疗本脏病证的作用。

五脏六腑之海 ①指足阳明胃经。《素问·痿论》：“阳明者，五脏六腑之海。”

②指胃。《灵枢·五味》：“胃者，五脏六腑之海也；水谷皆入于胃，五脏六腑皆禀气于胃。”③指冲脉。《灵枢·逆顺肥瘦》：“夫冲脉者，五脏六腑之海也，五脏六腑皆禀焉。”

五脏刺 ①即五刺。见该条。②指《灵枢·五邪》所述的五脏有病的各种治疗方法。《黄帝内经太素》称五脏刺。

五禽戏 古人仿效动物的活动进行的体操健身运动。正式记载见于《后汉书·华佗传》：“华佗曰：古之仙者，为导引之事，以求难老。吾有一术名五禽之戏。一曰虎，二曰鹿，三曰熊，四曰猿，五曰鸟。”后代流派很多，也较复杂。《云笈七籤·导引按摩》有简单的动作记述。

五腧 即五输穴，见该条。

五输穴 经穴分类名。指十二经脉肘，膝关节以下的井、荣、俞、经、合五个特定穴位。（见表）《灵枢·九针十二原》：“所出为井，所溜为荣，所注为腧，所行为经，所入为合，二十七气所行，皆在五腧也。”这是以水之源流，比喻脉气流行有从小到大，由浅入深，自远而近的特点。其临床应用，《难经·六十八难》曰：“井主心下满，荣主身热，俞主体重节痛，经主喘咳寒热，合主逆气而泄。”说明五输穴在主治上各有特点。参见各该条。

五 输 穴 表

五输 五脏	井 (木)	荣 (火)	输 (土)	经 (金)	合 (水)
手	肺	少商	鱼际	太渊	尺泽
三	心包	中冲	劳宫	大陵	曲泽
阴	心	少冲	少府	神门	少海
足	脾	隐白	大都	太白	阴陵泉
三	肝	大敦	行间	太冲	曲泉
阴	肾	涌泉	然谷	太溪	阴谷

五输 六腑	井 (金)	荣 (水)	输 (木)	经 (火)	合 (土)
手	大肠	商阳	二间	三间	阳溪
三	三焦	关冲	液门	中渚	支沟
阳	小肠	少泽	前谷	后溪	阳谷
足	胃	厉兑	内庭	陷谷	解溪
三	胆	窍阴	侠溪	临泣	阳辅
阳	膀胱	至阴	通谷	束骨	昆仑
					委中

五输配穴法 根据五输穴主治特性选配应用的方法。《灵枢·顺气一日分为四时》：“病在脏者，取之井；病变于色者，取之荣；病时间时甚者，取之输；病变于音者，取之经；经满而血者病在胃，及以饮食不节得病者，取之于合。”《难经·六十八难》：

“井主心下满，荣主身热，俞主体重节痛，经主喘咳寒热，合主逆气而泄。”临床可参照配用。

支正 经穴名。出《灵枢·经脉》。属手太阳小肠经。手太阳之络穴。位于前臂伸侧，阳谷穴与小海穴的连线上，距阳谷穴5寸处。一说“去养老一寸七分”（《针灸集成》）。布有前臂内侧皮神经分支，深层桡侧有前臂骨间背侧神经；并有前臂骨间背侧动、静脉末支通过。主治头痛，项强，目眩，颌肿，癫狂，消渴，肘挛，指痛等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

支沟 经穴名。出《灵枢·本输》。别名飞虎。属手少阳三焦经。经（火）穴。位于腕背横纹上3寸，尺桡两骨间。布有前臂背侧皮神经，深层有桡神经之前臂骨间背侧神经、正中神经之骨间掌侧神经，并有前臂骨间背侧动脉和前臂骨间掌侧动脉本干通过。主治胁肋痛，肘臂痛，暴痞，呕吐，便秘，耳鸣，耳聋等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

不死药 古代传说可使人长生不死的药。《韩非子》：“有献不死之药于荆王者。”韩非曾于约公元前237年左右仕秦。“荆”为楚国的前身，约在公元前692年以前。说明此时已有人研究这类药物。

不定穴 即阿是穴。《扁鹊神应针灸玉龙经》：“浑身疼痛疾非常，不定穴中细审详。”参见阿是穴条。

不容 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足阳明胃经。位于腹部，当脐上6寸，旁开2寸处（《针灸甲乙经》又云“去任脉三寸”）。一说在上管两旁各一寸（《太平圣惠方》）。布有第七肋间神经分支，第七肋间动、静脉分支及腹壁上动、静脉分支。主治胃痛，腹胀，呕吐，纳呆，噫酸；以及急、慢性胃炎，胃下垂，消化性溃疡，胆绞痛等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~7壮；或

艾条灸5~15分钟。

太乙 经穴名。出《针灸甲乙经》。《千金要方》作太一。属足阳明胃经。位于腹部，脐上2寸，旁开2寸处。（《针灸甲乙经》又云去任脉三寸）。布有第八、九肋间神经分支，并有第八、九肋间动、静脉分支及腹壁下动、静脉分支通过。主治胃痛，腹胀，心烦，癫狂等。直刺0.8~1.2寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

太乙神针 药艾条之一。首载于《太乙神针备急灸法合编》。所含药物，各家记载不一。近代处方为艾绒，硫黄、麝香、乳香、没药、丁香、松香、桂枝、雄黄、白芷、川芎、杜仲、枳壳、皂角、独活、细辛、穿山甲等。制成后，长20厘米，直径1.7厘米，净重24克。使用时，点燃，用布七层裹之，按于应灸穴位或痛处。针热消失后即另换一支，以灸之局部温热为度。用以治疗风寒湿痹，痿弱无力，以及一般慢性虚寒病症等。

太仓 经穴别名。《灵枢·根结》载：“太阴根于隐白，结于太仓。”后《针灸甲乙经》等书列作中脘穴之别名，见该条。

太平御览·养生 书名。系采·李昉等编《太平御览》中的一部分，共二卷。二卷分列。一在道部十，卷六百六十八。一在方术部一，卷七百二十。前者摘自道家诸书；后者摘自儒家诸子书、养生书及博物书等。

太白 经穴名。出《灵枢·本输》。属足太阴脾经。输（土）、原穴。位于足内侧第一跖骨小头后缘，赤白肉际处。布有隐神经与腓浅神经分支；足背静脉网，足底内侧动脉及跖内侧动脉的分支。主治胃痛，腹胀，呕吐，呃逆，肠鸣，泄泻，痢疾，便秘，脚气，痔漏等。直刺0.5~0.8寸。艾炷灸1~3壮；或艾条灸3~5分钟。

太冲 经穴名。出《灵枢·本输》。属足厥阴肝经。输（土）、原穴。位于足背第一、二跖骨结合部前方凹陷处。布有腓深神

经的分支,并有足背静脉网及第一跖骨背动脉通过。主治头痛,眩晕,失眠,癫痫,目赤肿痛,胁肋胀痛,黄疸,疝气,遗溺、尿闭,遗精,崩漏,闭经,滞产,小儿惊风,脚软无力,以及肝炎、高血压,精神分裂症等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟(图16)。

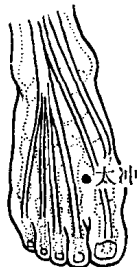


图16

太阳 ①经外奇穴名。出《银海精微》。别名前关、当阳。本穴位置原载:“在外眦五分是。”《圣济总录》:“眼小眦后一寸。”《奇效良方》:“在眉后陷中,太阳紫脉上。”今多据《圣济总录》结合《奇效良方》等,定位于外眼角与眉梢连线中点后开1寸处。布有耳颞神经、面神经,深层为颞颥神经,并有颞筋膜间静脉丛,颞眶动、静脉,颞深动、静脉通过。主治头痛,偏头痛,感冒,眩晕,牙痛,目赤肿痛以及三叉神经痛,面神经麻痹,急性结膜炎,麦粒肿等。直刺0.5~0.8寸,或点刺出血(图17)。

②经穴别名。出《千金要方》注。《东医宝鉴》作大阳。即瞳子髎,见该条。③人体部位名。指颞颥部。位于眼眶(眉棱骨)的外后上方,当颞骨弓上方的部位。

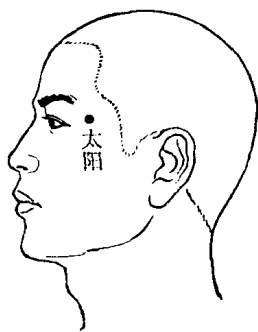


图17

太阳阴 经穴别名。出《千金要方》。即掖门,见该条。

太阴 ①经外奇穴名。出《外台秘要》。位于小腿内侧,内踝上8寸,胫骨内侧缘后凹陷中。主治脚气。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~7壮;或艾条灸5~15分钟。②经穴别名。出《外台秘要》。即中都,见该条。③推拿穴位名。出陈氏《小儿按摩经》。即右侧太阳穴。能发汗或止汗。《保赤推拿法·

分推太阳穴太阴穴法》:“太阴穴在右眉外梢”。《幼科铁镜·面各穴图》:“太阴,女重揉此穴发汗,男揉此止汗。”

太阴络 经穴别名。出《铜人腧穴针灸图经》。即漏谷。见该条。

太极拳 我国民间流传的一种卓有成效的保健拳法。原为技击,据说来自明·戚继光根据民间拳术总结出来的拳经三十二势。近代太极拳按流派可分为五类:陈氏太极拳、杨氏太极拳、吴氏太极拳、武氏太极拳和孙氏太极拳,各有特点。现在国家体委根据流行最广的杨氏太极拳改编成简化太极拳和八十八式太极拳。该拳法的特点是运动柔软、放松,适合于老弱者的健身。它对于慢性疾患如高血压、心脏病和慢性气管炎等都有较好的防治效果。

太极磨子手 推拿手法名。见杜自明《中医正骨经验概述》。将肩关节作左右旋转滚动的动作。适用于肩部寒凝气聚等症。

太刺 出《针灸甲乙经》注。即大泻刺,见该条。

太泉 经穴别名。出《针灸聚英》。即太渊,见该条。

太祖 经外奇穴别名。《中国针灸学》:“椎顶又名太祖。”江苏省中医学校《针灸学》作崇骨别名。

太陵 见大陵条。

太渊 经穴名。出《灵枢·本输》。别名大泉、太泉、鬼心。属手太阴肺经。俞(土)、原穴。八会穴之脉会。位于掌后腕横纹桡侧端,当桡侧腕屈肌腱与拇长展肌腱之间凹陷处。

布有前臂外侧皮神经和桡神经浅支,及桡动、静脉。主治咳嗽、气喘、咯血、咽痛、胸痹、腕掌关节痛、无脉症等。直刺0.3~0.5寸,避开动脉。艾条灸3~5分钟(图18)。

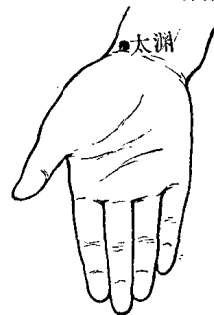


图18

太溪 经穴名。出《灵枢·本输》。别名吕细、内昆仑。属足少阴肾经。输(土)原穴。位于内踝尖与跟腱水平连线之中点。布有小腿内侧皮神经及胫神经；前方有胫后动、静脉通过。主治咽喉肿痛，齿痛龈肿，耳鸣，耳聋，视力减退，咳嗽，气喘，咯血，消渴，不寐，遗精，阳萎，月经不调，小便频数，腰背痛，足跟痛等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟(图19)。

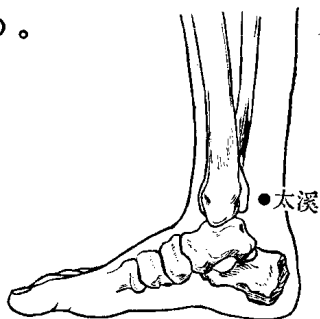


图19

牙关 推拿穴位名。出《小儿推拿秘诀》。位于颞颌关节处。治口噤不开。《厘正按摩要求·立法》：“牙关在两牙颞尽近耳处，用大中二指，对过着力合按之，治牙关闭者即开。”

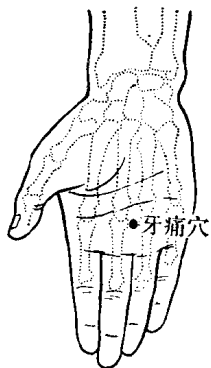


图20

牙痛穴 经外奇穴名。位于手掌侧面，当第三、四掌指关节间之中点处。主治牙痛，下颌关节痛。直刺0.3~0.5寸；或向上斜刺0.5~1寸(图20)。

巨处 见五处条。

巨针 针具名。《灵枢·热病》：“偏枯，身偏不用而痛，言不变，志不乱，病在分腠之间，巨针取之。”现代巨针多用不锈钢制造，形与毫针相似，针身较粗而长。用于治疗偏瘫，小儿麻痹后遗症等。

巨针疗法 用巨针刺刺激机体以治疗疾病的方法。临床操作时，以左手持针身下部，右手持针柄或针身中段，快速刺入，待有较

强感应时，即可出针，亦可据情留针10~15分钟。因本法所用针具粗大，刺激较强，应对患者作好说服解释工作，取穴宜少，出针宜缓，防止出血和刺伤内脏，并应严密消毒，以免感染。对孕妇及有出血倾向者忌用。适用于截瘫、小儿麻痹后遗症、痹症等。

巨虚上廉 经穴别名。出《圣济总录》。即上巨虚，见该条。

巨刺 古刺法名。九刺之一。《灵枢·官针》：“巨刺者，左取右，右取左。”是指机体一侧有病，而于对侧选取经穴治疗的方法。《素问·缪刺论》指出，巨刺适于“邪客于经”的疾患，刺时“必中其经，非络脉也。”本法与缪刺二者均于痛处对侧取穴，但刺法有异，即经脉有病，巨刺刺经；络脉有病，缪刺刺络。参缪刺条。

巨胜 养生药物名称。即黑芝麻。《参同契》：“巨胜尚延年。”

巨觉 经外奇穴别名。见《中国针灸学》。即臣觉，见该条。

巨骨 ①经穴名。出《素问·气府论》。属手阳明大肠经。手阳明、阳跷之会。位于肩端上，当锁骨肩峰端与肩胛岗之间凹陷处。布有锁骨上神经后支，副神经分支，深层有肩胛上神经和肩胛上动、静脉。主治肩背疼痛，半身不遂，癰疹，瘰癧；以及肩关节周围炎等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟(图21)。

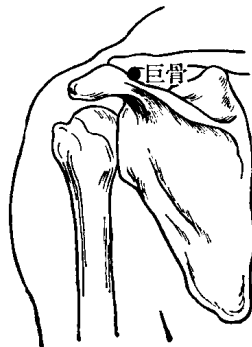


图21

②柱骨别名。见该条。

巨髃 经穴别名，出《针灸甲乙经》。即丝竹空，见该条。

巨虚 经穴名。见《西方子明堂灸经》。即下巨虚，见该条。

巨虚下廉 见下巨虚条。

巨虚上廉 见上巨虚条。

巨攬 经外奇穴别名。出《千金要方》。即巨觉穴，见该条。

巨阙 经穴名。出《脉经》。属任脉。心之募穴，位于腹正中线，脐上6寸（《千金要方》）。一说在脐上6.5寸（《针灸甲乙经》）。布有第七肋间神经前皮支和腹壁上动、静脉。主治心胸痛，胃脘痛，呃逆，反胃，吞酸，噎膈，呕吐，惊悸，健忘，癫痫，以及精神分裂症，神经衰弱，胆道蛔虫症等。直刺0.3~0.8寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

巨阙俞 经外奇穴名。出《千金翼方》，位于背正中线，当第四、五胸椎棘突之间。主治胸膈中气，支气管炎，支气管哮喘，心脏病，肋间神经痛，神经衰弱等。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~10分钟。

巨髎 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足阳明胃经。手足阳明、阳跷之会。位于面部，与鼻翼下缘平齐，正视时，直对瞳孔。一说“在鼻孔下，侠水沟旁八分”（《太平圣惠方》）。布有面神经及眶下神经的分支，并有面动、静脉及眶下动、静脉的分支通过。主治口眼歪斜，眼睑瞤动，鼻塞，鼻衄，齿痛；以及三叉神经痛等。直刺0.3~0.5寸。艾条灸3~5分钟。

〔 1 〕

止泻穴 即利尿穴。见该条。

支(pu扑)法 推拿手法名。用指尖、指掌或指背轻打治疗部位，似雨点下落状。见曹锡珍《外伤中医按摩疗法》。

少关 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即阴交，见该条。

少冲 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名经始。属手少阴心经。井(木)穴。位于小指桡侧指甲角旁约0.1寸。布有来自尺神经的指掌侧固有神经和指掌侧固有动、静脉所形成的动、静脉网。主治发热，昏迷，晕厥，心痛，心悸，胸痛，癫狂等。斜刺0.1

~0.2寸；或点刺出血。艾炷灸1~3壮；或艾条灸5~10分钟。

少阳脉 经脉名，即足少阳经。马王堆汉墓帛书载：“少阳脉，系于外踝之前廉，上出鱼股之外，出□上，出目前。是动则病；心与胁痛，不可以反稷(侧)，甚则无膏，足外反，此为阳厥。是少阳脉主治其所产病：□□□头颈痛，胁痛，疟，汗出，节尽痛，脾(髀)外廉痛，□痛，鱼股痛，膝外廉痛，振寒，足中指踝(痹)，为十二病。”

少阳维 经外奇穴名。《外台秘要》：“少阳维二穴，在内踝后一寸动筋中是。”所述位置似与足少阴肾经太溪穴同位。近代《针灸孔穴及其疗法便览》将其定位在太溪与复溜穴正中间。主治脚气，下腿慢性湿疹，狼疮，下肢麻痹等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

少阴郄 见阴郄条。

少阴脉 经脉名。即足少阴经。马王堆汉墓帛书载：“少阴脉：系于内踝(踝)外廉，穿腓，出腓(腓)中央，上穿脊之□廉，系于肾，夹(挟)舌。〔是动则病〕：恄(喝)恄(喝)如喘，坐而起则目膜如毋见，心如县(悬)病机，气不足，善怒，心肠(畅)，恐〔人将捕之〕，不欲食，面黯若黧色，咳则有血，此为骨蹶(厥)。是少阴脉主治其所产病：□□□□□舌析(坼)，噤干，上气，鱧(噎)，噤中痛，痺，耆(嗜)卧，欬、音(瘥)，为十病。〔少〕阴之脉，灸〔则强食产(生)肉，缓带〕，皮(拔)发，大丈(杖)，重履而步，灸几息则病已矣。”

少谷 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即三间，见该条。

少林寺 我国著名的寺院名。在今河南登封县西北少室山北麓。北魏孝文帝太和十九年(公元495年)始建隋文帝时(公元589~604年间)改名陟岵寺。唐改复原名。据清乾隆所修《一统志》称，印度迦佛陀禅师于

隋时来中国，隋朝皇帝于嵩山为其建少林寺。后该僧弟子昙云等，辅佐唐太宗战胜王世充，立了卓越战功。此后寺僧经常练习武术，自成流派，成为国内有名的少林派拳术。这种拳术是与气功相结合的。

少泽 经穴名。出《灵枢·本输》。别名小吉。属手太阳小肠经。井（金）穴。位于小指尺侧，指甲角旁约0.1寸处。布有来自尺神经的指掌侧固有神经及指背神经；并有指掌侧固有动、静脉和指背动、静脉形成的动、静脉网。主治热病，中风昏迷，头痛，项强，咽喉肿痛，鼻衄，目翳，乳痛，缺乳等。斜刺0.1~0.2寸；或点刺出血。艾炷灸1~3壮；或艾条灸3~5分钟。

少府 经穴名。出《针灸甲乙经》。属手少阴心经。荣（火）穴。位于手掌第四、五掌骨之间，平劳宫穴。布有来自尺神经的第四指掌侧总神经和指掌侧总动、静脉。主治胸痛，心悸，小指拘挛，掌中热，皮肤瘙痒，小便不利，遗尿等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸1~3壮；或艾条灸3~5分钟。

少海 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名曲节。属手少阴心经。合（水）穴。位于肘横纹内侧端，与肱骨内上髁连线之中点，微屈肘取穴。布有前臂内侧皮神经；深层桡侧为正中神经，并有贵要静脉，尺侧下付动、静脉和尺返动、静脉。主治心痛，手颤，肘挛，臂麻，瘰癧等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟（图22）。

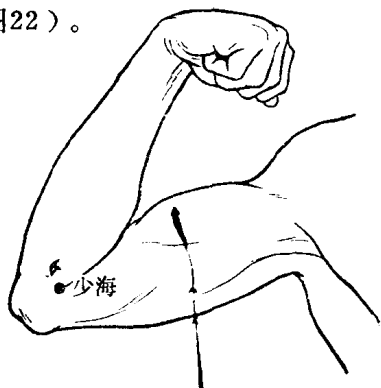


图22

少商 经穴名。出《灵枢·本输》。别名鬼信。属手太阴肺经。井（木）穴。位于拇指桡侧指甲角旁约0.1寸处。布有来自前臂外侧皮神经和桡神经浅支的混合支，正中神经的指掌侧固有神经形成的末梢神经网和指掌侧固有动、静脉形成的动、静脉网。主治发热，昏迷，咳嗽，咽喉肿痛，癫狂，鼻衄等。斜刺0.1~0.2寸；或点刺出血。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟（图23）。



图23

日月 经穴名。出《脉经》。别名神光。属足少阳胆经。胆之募穴。足太阴、少阳之会。位于乳头直下，当第七肋间处（《针灸甲乙经》）。另说“在期门下五分”（《千金要方》）；“在期门旁一寸五分，直下五分”（《循经考穴编》）；“在期门直下八分”（《针灸集成》）。布有第七肋间神经和第七肋间动、静脉。主治胁肋痛，呕吐，吞酸，呃逆，黄疸，胃痛，腹胀；以及胆囊炎，肝脏疾患等。斜刺0.3~0.5寸，不宜深刺。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~15分钟。

日光灸 指利用太阳能作为热源以治疗疾病的方法。其法有二：（1）将艾绒平铺腹部，在日光下暴晒（见《夷坚志》卷十九），适用于虚寒性疾病。（2）利用凸透镜集聚阳光照射穴位，故又称透镜灸。适用于治疗疟疾，牙痛等。使用本法时，穴位皮面应在透镜的焦点以内，略小于焦距，以免灼伤皮肤。

中丹田 养生术语。心中正穴（一说心下脐上脾宫正位或脐中）。《修真秘诀》：“心为绛宫中丹田”。

中风七穴 治疗中风的七个穴位。《太平圣惠方》：“凡人……或饮食不节，酒色过度，忽中此风，言语蹇涩，半身不遂，于七处一齐下火，灸三壮。如风在左灸右，在右灸左。一百会、二耳前发际（后世作曲鬓

穴)、三肩井穴、四风市穴、五三里穴、六绝骨穴、七曲池穴……依法灸之,无不获愈。”另说为风池、大椎、肩井、间使、曲池、足三里、百会等七穴(《针灸资生经》)。

中风不语穴 经外奇穴名。《肘后备急方》:“治卒中急风,闷乱欲死方……不能语者,灸第二槌(椎)或(《太平圣惠方》作及)第五槌上五十壮。”近代《经穴治疗学》列作奇穴,名中风不语穴。位于后正中线,第二胸椎及第五胸椎棘突高点处。主治中风不语。艾炷灸3~5壮。

中年 养生用语。一般认为人四十岁左右为中年。汉·王充《论衡·论死》:“若中年夭亡,以亿万数。”

中冲 经穴名。出《灵枢·本输》。属手厥阴心包经。井(木)穴。位于中指桡侧指甲角旁约0.1寸处(《针灸甲乙经》)。一说在“手中指之端”(《灵枢·本输》)。布有正中神经的指掌侧固有神经和指掌侧固有动、静脉所形成的动、静脉网。主治中风昏迷,热病心烦,身热如火,舌强不语,晕厥,头痛,心痛,中暑,惊风等。直刺0.1~0.2寸;或点刺出血。艾炷灸1~3壮;或艾条灸5~10分钟。

中守 经穴别名。《千金要方》:“腹胀满遘脐结痛,坚不能食,灸中守百壮,穴在脐上一寸,一名水分。”后《类经图翼》等书列作水分穴之别名。见该条。

中极 经穴名。出《素问·骨空论》。别名玉泉、气原。属任脉。足三阴、任脉之会。膀胱之募穴。位于腹正中线,脐下4寸(《针灸甲乙经》)。布有髂腹下神经的分支,腹壁浅动、静脉分支及腹壁下动、静脉分支。主治遗精,阳萎,遗尿,小腹痛,月经不调,带下,崩漏,痛经,胎衣不下,产后恶露不止,外阴搔痒,以及子宫脱垂,盆腔炎,尿潴留,尿失禁等。直刺0.5~1寸。艾炷灸5~7壮;或艾条灸10~15分钟。

中刺激 刺激强度名。指介于强、弱刺激之间的针灸刺激量而言。

中枢 经穴名。出《素问·气府论》王冰注。属督脉。位于背部,第十、十一胸椎棘突之间。布有第十胸神经后支的内侧支和第十肋间动脉后支。主治胃痛,呕吐,腹胀满,黄疸,腰背痛;以及肝炎,胆囊炎等。向上斜刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

中郄 经穴别名。出《脉经》。①《铜人腧穴针灸图经》作中都穴别名。②委中穴别名。见《中国针灸学》。

中府 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名膺俞、膺中俞、府中俞。属手太阴肺经。肺之募穴。手、足太阴之会。位于前胸外上方,平第一肋间隙,距胸正中线6寸处。布有锁骨上神经中支,胸前神经分支,第一肋间神经外侧皮支;上外侧有腋动、静脉,胸肩峰动、静脉。主治咳嗽,气喘,咳吐脓血,胸膈痛,肩背痛,以及肺炎,肺结核等。直刺0.3~0.5寸;或向外斜刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟(图24)。

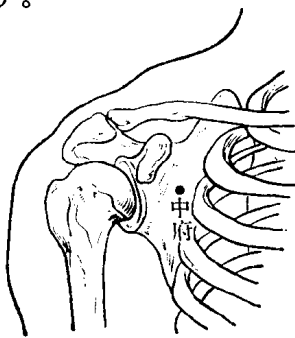


图24

中阏 经外奇穴名。见《经外奇穴汇编》。位于脐下4寸(中极)旁开0.2寸处。主治子宫脱垂。直刺0.5~0.7寸。

中注 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足少阴肾经。冲脉、足少阴之会。位于腹正中线脐下1寸旁,开0.5寸处(《铜人腧穴针灸图经》)。另说在脐下0.5寸,旁0.5寸

(《针灸甲乙经》); 脐下1寸, 旁开1寸(《针灸大成》); 脐下1寸, 旁开1.5寸(《针灸资生经》)。布有第十肋间神经, 并有腹壁下动、静脉的肌支通过。主治月经不调, 腹痛, 泄泻, 便秘, 小便淋沥等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮; 或艾条灸5~10分钟。

中肩井 经穴别名。《针灸资生经》注肩髃曰: “肩头正中两骨间一名中肩井, 外台名扁骨。”后《针灸聚英》等作肩髃穴别名。

中封 经穴名。出《灵枢·本输》。别名悬泉。属足厥阴肝经。经(金)穴。位于足背内侧, 当内踝前方1寸, 胫骨前肌腱内侧缘凹陷处(《针灸甲乙经》)。一说“内踝之前一寸半陷者之中”(《灵枢·本输》)。布有足背内侧皮神经的分支及隐神经, 足背静脉网及内踝前动脉。主治黄疸, 疝气, 遗精, 小便淋沥, 绕脐痛, 阴茎痛等。直刺0.3~0.5寸。艾条灸5~10分钟。

中指节 推拿穴位名。中指的近端指关节部。《小儿推拿广意·阳掌十八穴疗病诀》: “中指节, 推内则热, 推外则泻”。

中指同身寸 指寸法之一。是以患者本人中指第一、二指节横纹桡侧端间距离为1寸量取穴位, 故名。《太平圣惠方》: “今取男左女右手, 中指第二节内度两横纹, 相去为一寸。”适用于四肢直寸与背部横寸取穴。

中庭 ①经穴名。出《针灸甲乙经》。属任脉。位于胸正中线, 平第五肋间隙。布有第六肋间神经前皮支和乳房内动、静脉的前穿支。主治胸胁胀满, 呕吐, 呃逆, 噎膈, 以及心绞痛等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮; 或艾条灸5~10分钟。②推拿穴位名。《幼科推拿秘书·穴象手法》: “中庭穴, 在发际上边些”。

中泉 经外奇穴名。出《奇效良方》。位于手背腕横纹上当阳池穴与阳谿穴连线的中点处。主治心痛, 胸中气满不得卧, 肺胀

满膨膨然, 目中白翳, 掌中热, 胃气上逆, 唾血及腹中诸气痛。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~7壮; 或艾条灸5~15分钟。

中都 ①经穴名。出《针灸甲乙经》。别名中郄、太阴。属足厥阴肝经。足厥阴之郄穴。位于内踝尖上7寸, 胫骨内侧面近内侧缘处。布有隐神经的分支及大隐静脉。主治月经不调, 崩漏, 带下, 疝气, 少腹痛, 遗精, 泄痢等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮; 或艾条灸5~10分钟。②经外奇穴名。八邪穴之一。《奇效良方》: “中都二穴, 在手中指, 无名指本节岐骨间, 又名液门也。治手臂红肿。针入一分, 可灸五壮。”③经穴别名。出《针灸甲乙经》。即神门, 见该条。

中恶 经外奇穴名。《肘后备急方》: “五尸者……灸乳后三寸十四壮, 男左女右。不止, 更加壮数, 差。”《医宗金鉴》列作奇穴, 名中恶。近代《中国针灸学》易名传尸。位于胸侧部, 乳头外侧3寸处, 约当第四肋间隙。主治怔忡, 腹痛, 胸肋痛, 肋间神经痛等。艾炷灸3~5壮; 或艾条灸5~10分钟。

中膈 膈与膻同。指脊骨。《素问·气穴论》: “中膈两旁各五, 凡十穴”。

中膈俞 见中膻俞条。

中流砥柱 推拿手法名。见杜自明《中医正骨经验概述》。以腋部夹紧患肢的腕部向后牵拉, 一手托住患肘鹰嘴部, 另一手挟置患肩并缓稳柔和地向前推。适用于肘部疾患。

中脘 经穴名。出《针灸甲乙经》。《脉经》名中管。别名上纪、太仓、胃脘。属任脉。任脉, 手太阳、少阳, 足阳明之会。胃之募穴。八会穴之腑会。位于腹正中线, 脐上4寸。布有第七肋间神经的前皮支和腹壁上动、静脉。主治胃痛, 呕吐, 呃逆, 反胃, 腹痛, 腹胀, 泄泻, 痢疾, 疝疾, 黄疸, 水肿。直刺1~1.5寸。艾炷灸5~10

壮；或艾条灸15~30分钟（图25）。

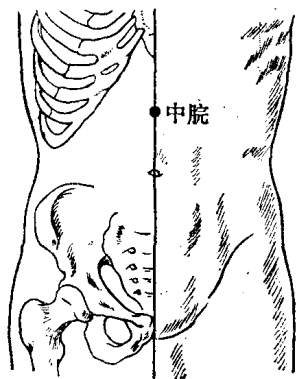


图25

中商 三商之一，见该条。

中渚 经穴名。出《灵枢·本输》。属手少阳三焦经。输（木）穴。位于手背第四、五掌骨间，掌指关节后方凹陷处。布有来自尺神经的手背支，并有手背静脉网和第四掌背动脉通过。主治头痛，目赤，耳鸣，耳聋，咽喉肿痛，手臂红肿疼痛以及肘间神经痛等。直刺0.5~0.8寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

中渎 经穴名。出《针灸甲乙经》。《医学纲目》作中腓。属足少阳胆经。位于大腿外侧，腓横纹上5寸，当股外侧肌与股二头肌之间；或于风市穴直下2寸取穴。布有股外侧皮神经，股神经肌支和旋股外侧动、静脉肌支。主治半身不遂，下肢痿痹，脚气；以及坐骨神经痛等。直刺1~1.5寸。艾炷灸5~7壮；或艾条灸10~15分钟。

中魁 ①经外奇穴名。出《扁鹊神应针灸玉龙经》。位于手中指背侧，当近侧指骨关节横纹之中点处，屈指取之。一说在手中指背侧，远侧指骨关节横纹之中点处（《针灸经外奇穴图谱》）。主治呕吐，噎膈，鼻衄，牙痛，白癫风等。艾炷灸3~7壮。②经穴别名。出《针灸甲乙经》。即阳溪，见该条。

中管 见中脘条。

中膂 见中膂俞条。

中膂内俞 见中膂俞条。

中膂俞 经穴名。亦称中膂内俞，出《针灸甲乙经》。《灵枢·刺节真邪》名中膂。《千金要方》作中膂俞。别名脊内俞。属足太阳膀胱经。位于骶部，平第三骶后孔，距骶正中中线1.5寸处。布有第三、四骶神经后支的外侧支和骶外侧动、静脉后支，臀下动、静脉分支。主治腹泻，痢疾，疝气，腰骶痛；及坐骨神经痛等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~7壮，或艾条灸5~15分钟。

中殇 养生用语。指男女未成年的死亡。《仪礼》谓12~15岁的死亡为中殇。

中髎 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足太阳膀胱经。位于第三骶后孔中，约当中膂俞与骶正中中线之中点。布有第三骶神经后支和骶外侧动、静脉后支。主治月经不调，赤白带下，滞产，便秘，腰骶疼痛，坐骨神经痛，下肢瘫痪等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

内八卦 推拿穴位名。即八卦，详该条。

内三合 气功术语。见秦仲三《气功疗法与保健》。心与意合（思想念头和意志实施一致），意与气合（以意领气），气与力合（气下降时，内脏随之松弛；气上升时，内脏随之紧缩），是谓内三合。

内太冲 经外奇穴名。出《针灸集成》。位于足背，伸踇长肌腱胫侧缘，与太冲穴相平处。主治疝气上冲，呼吸不通。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

内丹 养生术语。道家称进行气功炼功活动，吐故纳新，为炼内丹。

内功按摩 即运气按摩。见该条。

内外丹 内丹和外丹的合称。各详该条。

内外踝尖 即足两踝，见该条。

内至阴 经外奇穴名。见江苏省中医学学校《针灸学》。位于足小趾内侧趾甲角旁约0.1寸处。主治小儿惊风，晕厥，脏躁等。

浅刺0.1~0.2寸；或点刺出血。当施行知热感度测定法时，以本穴代替足少阴肾经涌泉穴测定温热值。

内关 经穴名。出《灵枢·经脉》。属手厥阴心包经。手厥阴之络穴。八脉交会穴之一，通于阴维。位于前臂掌侧，腕横纹上2寸，当掌长肌腱与桡侧腕屈肌腱之间。布有前臂内、外侧皮神经，正中神经掌皮支，深层为前臂掌侧骨间神经；并有前臂正中动、静脉，深层为前臂掌侧骨间动、静脉通过。主治心痛，惊悸，胃痛，呕吐，呃逆，健忘，失眠，胸胁痛，癫狂，痫症，疟疾，肘臂挛痛；以及休克，心律不齐，心绞痛，神经衰弱，精神分裂症，瘰病，无脉症等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟（图26）。

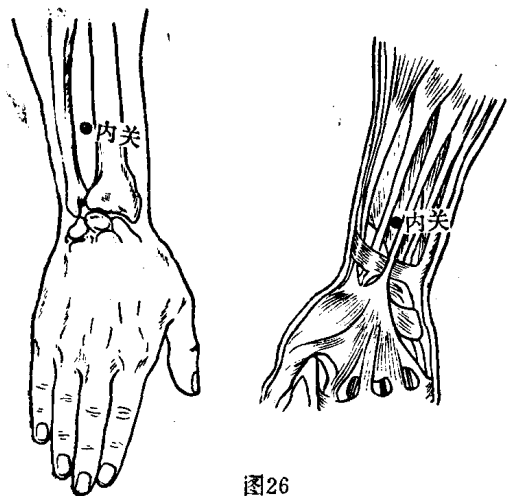


图26

内阳池 经外奇穴名。见《针灸经外奇穴治疗诀》。位于前臂屈侧，大陵穴上1寸处。主治鹅掌风，口腔炎等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~15分钟。

内针 出《灵枢·官针》。即进针，见该条。

内迎香 经外奇穴名。出《扁鹊神应针灸玉龙经》。位于鼻孔内上端，鼻粘膜上。主治晕厥，目赤肿痛，中暑等。点刺出血。

内昆仑 经穴别名。①出《普济方》。

即太溪，见该条。②出《太平圣惠方》。即昆仑，见该条。

内视 气功术语。也称反观内照。即闭双目，内视身体的某一部位。义在意守以引起机体的相应变化。

内庭 经穴名。出《灵枢·本输》。属足阳明胃经。荣（水）穴。位于足背第二、三跖趾关节前方凹陷处；或于二、三趾间的缝纹端取穴。布有足背内侧皮神经外侧支之趾背神经和足背静脉网。主治发热，头痛，牙痛，口渴，鼻衄，咽喉肿痛，腹痛，腹胀，泄泻，痢疾，便秘，便血，瘾疹，足背肿痛等。直刺0.5~0.8寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

内养功 气功功法。系采取一定体位、配合一定呼吸方法的一种练功法。分为侧卧式、坐式、仰卧式等多种方法。

内家拳 结合气功的一种拳术名称。据传始于宋·张三丰。张精于少林拳，并有所发展，增加了点穴法等。著名的八卦掌、太极拳、形意拳等都属此类。

内景 气功术语。古人以阳为外景，阴为内景。景，意为神（据《云笈七籤》和《黄庭内景经注释》）。内景，可理解为内部精神的变化。

内睛明 经外奇穴名。《扁鹊神应针灸玉龙经》：“睛明在目内眦泪孔中。”《针灸经外奇穴图谱》称此为“内睛明”。并定位于眼内眦泪阜上。主治目赤红肿，视网膜出血，视神经萎缩，结膜炎等。沿眶内侧壁直刺0.5~1寸。勿捻转，免伤眼球。

内踝 见踝骨条。

内踝上 经外奇穴名。《千金要方》：“诸风，若筋急不能行者，内踝筋急，灸内踝上四十壮”。近代《针灸经外奇穴图谱》列作奇穴，名内踝上。定位在内踝上缘上一寸，胫骨内缘处。

内踝尖 出《备急灸法》。见足两踝条。

〔 〕

丰隆 经穴名。出《灵枢·经脉》。属足阳明胃经。足阳明之络穴。位于小腿前外侧，犊鼻穴与外踝尖连线的中点处；或于条口穴外侧1寸取穴。布有腓浅神经及胫前动、静脉分支。主治头痛眩晕，咳嗽多痰，气喘，胸痛，癫狂，痫症，下肢浮肿，腿膝痠痛，下肢痿痹；以及高血压等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

手三阳经 指手阳明大肠经、手太阳小肠经和手少阳三焦经，总称手三阳经。《灵枢·逆顺肥瘦》：“手之三阳，从手走头。”详各该条。

手三阴经 指手太阴肺经、手少阴心经和手厥阴心包经，总称手三阴经。《灵枢·逆顺肥瘦》：“手之三阴，从胸走手”。详各该条。

手三里 经穴名。出《针灸甲乙经》。亦称三里。属手阳明大肠经。位于前臂背面，阳池穴与曲池穴连线上，距曲池穴2寸处。布有前臂背侧皮神经，桡神经深支，桡侧返动、静脉的分支。主治肘臂痠痛，上肢不遂，齿痛，颊肿，瘰癧，腹痛，吐泻，腰背痛；以及消化性溃疡等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

手下廉 见下廉条。

手上廉 见上廉条。

手夫 即一夫法。《千金要方》：“三里穴，在膝头骨节下一夫，附胫骨外是。一云在膝头骨节下三寸，人（有）长短大小，当以病人手夫度取。”参见一夫法条。

手太阳 出《灵枢·经水》。即手太阳小肠经，见该条。

手太阳小肠经 十二经脉之一。《灵枢·经脉》：“小肠手太阳之脉，起于小指之端，循手外侧上腕，出踝中，直上循臂骨下廉，出肘内侧两筋之间，上循膈外后廉。出

肩解，绕肩胛，交肩上，入缺盆，络心，循咽，下膈，抵胃，属小肠；其支者，从缺盆循颈上颊，至目锐眦，却入耳中；其支者，别颊，上颔，抵鼻，至目内眦，斜络于颧”。本经自手小指尺侧端（少泽）起始，沿手掌尺侧缘上行，出尺骨茎突，沿前臂后边尺侧直上，出尺骨鹰咀和肱骨内上髁之间（小海），向上沿上臂后边内侧，出行到肩关节后面，绕行肩胛，在大椎穴处与督脉相会，向前进入缺盆（锁骨上窝），深入体腔，联络心脏，沿着食道下行，贯穿膈肌，到达胃部，入属小肠。它的分支，从锁骨上窝沿颈上颊，到外眼角，折回来进入耳中（听官）。另一条支脉，从面颊部分出，行至眶下，到达鼻根部的内眼角，然后斜行到颧部（颧髻）。脉气由此与足太阳膀胱经相接。本经发生病变，主要表现为咽痛，颌肿，耳聋，目黄和肩部，上肢后边内侧本经脉过处疼痛等（图27）。

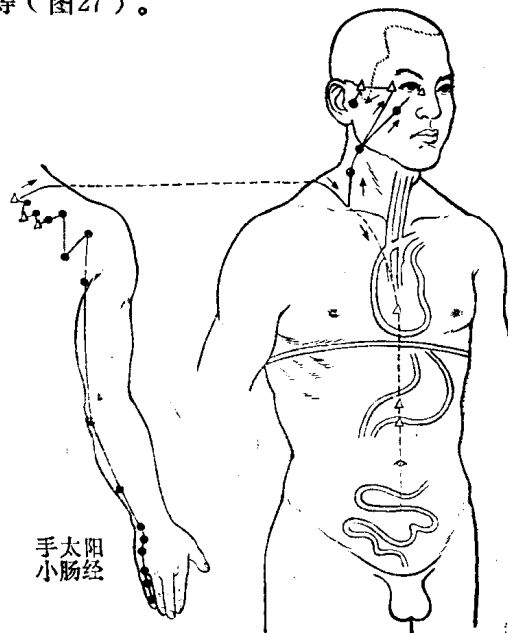


图27

手太阳之正 出《灵枢·经别》。即手太阳经别，见该条。

手太阳之别 出《灵枢·经脉》。即手太阳络脉，见该条。

手太阳穴 经外奇穴名。①《千金要

方》：“手太阳穴，手小指端。灸随年壮，治黄疸。”②《千金翼方》：“鼻中拥塞，针手太阳，入三分，在小指外侧后一寸白肉际宛宛中。”位于手小指尺侧缘，平指尖后1寸处。主治鼻塞。直刺0.1~0.3寸。

手太阳经别 十二经别之一。《灵枢·经别》：“手太阳之正，指地，别于肩解，入腋走心，系小肠也。”本经别从手太阳小肠经的肩关节部分出，进入腋窝，斜下络心，再向下联系小肠。

手太阳经筋 十二经筋之一。《灵枢·经筋》：“手太阳之筋，起于小指之上，结于腕，上循臂内廉，结于肘内锐骨之后，弹之应小指之上，入结于腋下；其支者，后走腋后廉，上绕肩胛，循颈，出走太阳之前，结于耳后完骨；其支者，入耳中；直者出耳上，下结于颌。上属目外眦。……本支者，上曲牙，循耳前，属目外眦，上颌，结于角。”

手太阳标本 十二经标本之一。《灵枢·卫气》：“手太阳之本，在外踝之后；标在命门之上寸也。”本在外踝之后，约当本经之养老穴部位，标在命门（目）之上寸，约当攒竹。

手太阳络脉 十五络脉之一。《灵枢·经脉》：“手太阳之别，名曰支正，上腕五寸，内注少阴；其别者，上走肘，络肩髃。”脉从腕上5寸的支正穴处分出，向里注入手少阴心经；它的支络，从支正向上，经过肘、臂，网络于肩髃部。本脉发生病变，实则关节弛缓不收，肘部痿废不用；虚则皮肤生疣。

手太阴 出《灵枢·经水》。即手太阴肺经，见该条。

手太阴之正 出《灵枢·经别》。即手太阴经别，见该条。

手太阴之别 出《灵枢·经脉》。即手太阴络脉，见该条。

手太阴肺经 十二经脉之一。《灵枢·经脉》：“肺手太阴之脉，起于中焦，下络

大肠，还循胃口，上膈属肺，从肺系横出腋下，下循膈内，行少阴心主之前，下肘中，循臂内上骨下廉，入寸口，上鱼，循鱼际，出大指之端；其支者，从腕后直出次指内廉，出其端。”本经自中焦的胃脘部起始，向下联络大肠，反过来沿着胃的上口，贯穿膈肌，入属肺脏，从肺系（气管、喉咙）横行出于胸壁外上方（中府），走向腋下，沿上臂前边外侧，行于手少阴心经和手厥阴心包经的外面，下至肘中（尺泽），再沿前臂桡侧下行，至寸口（桡动脉搏动处），沿大鱼际外缘出拇指之桡侧端（少商）。它的支脉从腕后桡骨茎突上方（列缺）分出，经手背虎口部至食指桡侧端（商阳）。脉气由此与手阳明大肠经相接。本经发生病变，主要表现为胸部满闷，咳嗽，气喘，锁骨上窝痛，心胸烦满，小便频数，肩背，上肢前边外侧厥冷、麻木痠痛等症（图28）。

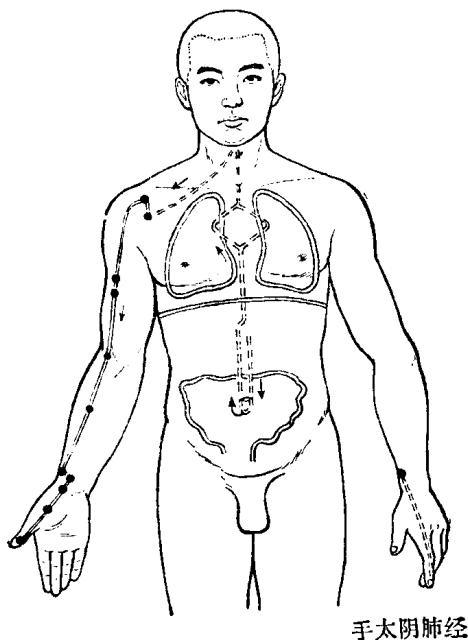


图28

手太阴经别 十二经别之一。《灵枢·经别》：“手太阴之正，别入渊腋少阴之前，入走肺，散之太阳，上出缺盆，循喉咙，复合阳明。”本经别从手太阴肺经的腋部分出，行走在手少阴心经的前边，入胸走

肺，向下散络大肠，向上出于缺盆（锁骨上窝），沿着喉咙，再与手阳明大肠经相合。

手太阴经筋 十二经筋之一。《灵枢·经筋》：“手太阴之筋，起于大指之上，循指上行，结于鱼后，行寸口外侧，上循臂，结肘中，上臑内廉，入腋下，出缺盆，结肩前髃，上结缺盆，下结胸里，散贯贲，合贲下，抵季胁。”经筋从手大指上起始沿指上行，结于鱼际后方，经寸口外侧，沿前臂，结于肘中，向上经上臂内侧，进入腋部。出缺盆（锁骨上窝），结于肩髃部前方，再上结于缺盆，下行结于胸里，散布贯穿胃的上口贲门部。再会合下行，到达季胁部。

手太阴标本 十二经标本之一。《灵枢·卫气》：“手太阴之本，在寸口之中；标在腋内动也”。本在寸口之中，约当太渊；标在腋内动脉，约当天府。

手太阴络脉 十五络脉之一。《灵枢·经脉》：“手太阴之别，名曰列缺，起于腕上分间，并太阴之经，直入掌中，散入鱼际。”脉从腕上1.5寸的列缺穴处分出，与手太阴经相并，直入掌中，散于鱼际部。本脉发生病变，实则手掌和手腕部发热；虚则呵欠，短气，遗尿和小便频数。

手五里 经穴名。《灵枢·本输》原名五里。《圣济总录》名臂五里，《针灸资生经》又作手五里。属手阳明大肠经。位于上臂后外侧，曲池穴与肩髃穴连线上，距曲池穴3寸处（《针灸甲乙经》）。另说“在肘上二寸”（《十四经发挥》）；“在肘髁斜上二寸五分”（《循经考穴编》）。布有前臂背侧皮神经，深层为桡神经；并有桡侧副动、静脉通过。主治肘臂疼痛，挛急，上肢不遂，瘰癧等。直刺0.5~1寸，艾条灸5~10分钟。

手少阳 出《灵枢·经水》。即手少阳三焦经，见该条。

手少阳三焦经 十二经脉之一。《灵枢·经脉》：“三焦手少阳之脉，起于小指次指之端，上出两指之间，循手表腕，出臂外两骨

之间，上贯肘，循臑外，上肩，而交出足少阳之后，入缺盆，布膻中，散络心包，下膈，循属三焦；其支者，从膻中上出缺盆，上项，系耳后直上，出耳上角，以屈下颊至颐；其支者，从耳后入耳中，出走耳前，过客主人前，交颊，至目锐眦。”本经自无名指尺侧端（关冲）起始，上出于四、五两指之间，沿手背行至腕部（阳池），向上行经尺、桡两骨之间，通过肘尖部，沿着上臂后边，到肩部，在大椎穴处与督脉相会，从足少阳胆经后面，前行进入缺盆（锁骨上窝），分布在膻中（两乳之间），脉气散布联络心包，向下贯穿膈肌，统属于上、中、下三焦。它的分支，从膻中部位分出，向上浅出于锁骨上窝，经颈至耳后，上行出耳上角，然后屈曲向下到达面颊，直至眼眶下部。它的另一条支脉，从耳后（翳风）进入耳中。出行至耳前，经过客主人前边，在面颊部与前条支脉相交，到达外眼角（丝竹空、瞳子髅）。脉气由此与足少阳胆经相接。本经发生病变主要表现为耳聋，耳鸣，咽喉肿痛，外眼角痛，汗出，颊痛，耳后、肩、臑、肘、臂部本经脉过处疼痛等（图29）。

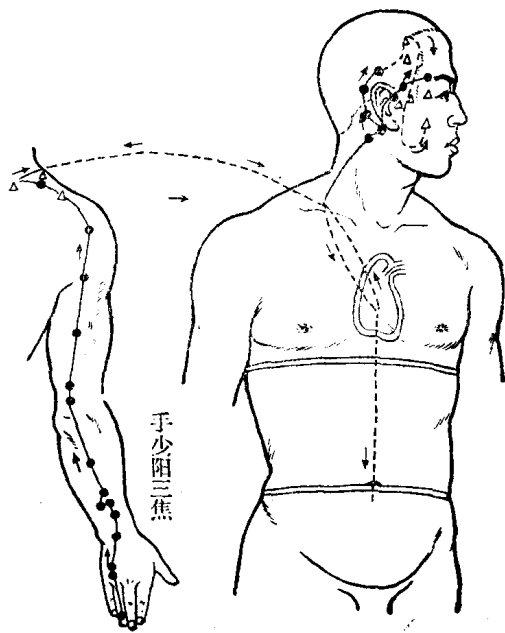


图29

手少阳之正 出《灵枢·经别》。即手少阳经别，见该条。

手少阳之别 出《灵枢·经脉》。即手少阳络脉，见该条。

手少阳经别 十二经别之一。《灵枢·经别》：“手少阳之正，指天，别于巅，入缺盆，下走三焦，散于胸中也。”本经别从头部手少阳三焦经的头巅部分出，向下进入缺盆（锁骨上窝）；历经上、中、下三焦，并散布于胸中。

手少阳经筋 十二经筋之一。《灵枢·经筋》：“手少阳之筋，起于小指次指之端。结于腕，上循臂，结于肘，上绕臑外廉，上肩头颈，合手太阳；其支者，当曲颊入系舌本；其支者，上曲牙，循耳前，属目外眦，上乘颌（《针灸甲乙经》卷二第六及《圣济总录》卷一九一同，《黄帝内经太素》卷十三作“颌”，《类经》卷七第四谓当作“颧”），结于角。”经筋从无名指端起始，结于腕背，沿臂上行，结于肘尖部位，经上臂外侧，上肩，走颈，与手太阳的经筋相合；它的分支，当下颌角部进入，联系舌根；另一条分支，从曲牙部上行，沿耳前，属目外眦，上过颧，结于头角。

手少阳标本 十二经标本之一。《灵枢·卫气》：“手少阳之本，在小指次指之间上二寸，标在耳后上角下外眦也。”本在小指次指间上二寸，约当中渚；标在耳后出耳上角，下至目外眦的丝竹空。

手少阳络脉 十五络脉之一。《灵枢·经脉》：“手少阳之别，名曰外关，去腕二寸，外绕臂，注胸中，合心主。”脉从腕后2寸的外关穴处分出，绕行臂膊外侧，向上进入胸中与手厥阴心包经相合。本脉发生病变，实则肘关节挛缩不伸；虚则纵缓不收。

手少阴 出《灵枢·经水》。即手少阴心经，见该条。

手少阴之正 出《灵枢·经别》。即手少阴经别，见该条。

手少阴之别 出《灵枢·经脉》。即手少阴络脉。见该条。

手少阴心经 十二经脉之一。《灵枢·经脉》：“心手少阴之脉，起于心中，出属心系，下膈，络小肠；其支者，从心系，上挟咽，系目系；其直者，复从心系，却上肺，下出腋下，下循臑内后廉，行太阴心主之后，下肘内，循臂内后廉，抵掌后锐骨之端，入掌内后廉，循小指之内出其端。”本经自心中起始，出来属于心系（心脏周围脉管等组织），向下贯穿膈肌，联络小肠。它的分支，从心系向上，挟着食道两端两旁，连系目系（眼球与脑相连的组织）；它外行的主干，从心系上肺，斜走出于腋下（极泉），沿上肢前边，行于手太阴肺经和手厥阴心包经的内侧，下行肘节（少海），沿前臂尺侧，到手掌后豌豆骨突起处（神门），进入掌中，沿小指桡侧出其末端（少冲）。脉气由此与手太阳小肠经相连。本经发生病变，主要表现为咽干，心痛，口渴，目黄，胁痛和上肢前边内侧本经脉过处厥冷，疼痛，掌中热痛等（图30）。

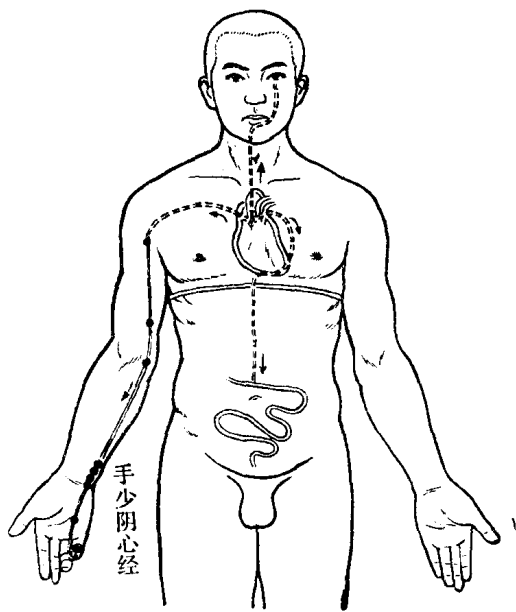


图30

手少阴郄 见阴郄条。

手少阴经别 十二经别之一。《灵枢·

经别》：“手少阴之正，别入于渊腋两筋之间，属于心，上走喉咙，出于面，合目内眦。”本经别从手少阴心经腋窝下的两筋间处分出，进入胸腔，属于心，向上走至喉咙，出于面部，在目内眦处与手太阳小肠经汇合。

手少阴经筋 十二经筋之一。《灵枢·经筋》：“手少阴之筋，起于小指之内侧，结于锐骨，上结肘内廉，上入腋，交太阴，挟乳里，结于胸中，循臂（据《甲乙》、《太素》应为“贲”），下系于脐。”经筋从手小指内侧起始，结于锐骨（豆骨）。向上结于肘节内侧，上行进入腋部，与手太阳经筋相交，伏行乳内，结于胸中，沿膈向下，联系于脐部。

手少阴标本 十二经标本之一。《灵枢·卫气》：“手少阴之本，在锐骨之端；标在背腧也。”本在锐骨之端，约当神门；标在背俞者，即心俞。

手少阴络脉 十五络脉之一。《灵枢·经脉》：“手少阴之别，名曰通里，去腕一寸半（半字应据《黄帝内经太素》卷九《十五络脉》、《千金要方》卷十三第一及《圣济总录》卷一九一删），别而上行，循经入于心中，系舌本，属目系。”脉从掌后1寸的通里穴处分出，别走手太阳小肠经，在腕后1.5寸处与本经相并上行，进入心中，上连舌根，属于目系（眼球与脑相联系的组织）。本脉发生病变，实则胸膈胀满，虚则不能言语。

手心 经外奇穴名。《千金要方》：“鬼魅灸入发一寸百壮，又灸间使、手心各五十壮。”《千金翼方》称：“灸黄法，手心中灸七壮。”近代《针灸孔穴及其疗法便览》谓此穴位于手掌正中央。主治黄疸，百日咳，小儿疳疾，亦治口腔炎，高血压，指端知觉异常，癔病，精神分裂症等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

手心主 出《灵枢·经水》。即手厥阴心包经，见该条。

手心主之正 出《灵枢·经别》。即手厥阴经别，见该条。

手心主之别 出《灵枢·经脉》。即手厥阴络脉，见该条。

手心主标本 即手厥阴标本，见该条。

手阳明 出《灵枢·经水》。即手阳明大肠经，见该条。

手阳明大肠经 十二经脉之一。《灵枢·经脉》：“大肠手阳明之脉，起于大指次指之端，循指上廉，出合谷两骨之间，上入两筋之中，循臂上廉，入肘外廉，上臑外前廉，上肩，出髃骨之前廉，上出于柱骨之会上，下入缺盆，络肺，下膈，属大肠；其支者，从缺盆上颈贯颊，入下齿中，还出挟口，交人中，左之右，右之左，上挟鼻孔”。本经自食指桡侧端（商阳）起始，沿食指桡侧上行，出走于两骨（第1、2掌骨）之间，进入两筋（伸拇长、短肌腱）之中（阳溪），沿着前臂桡侧，向上进入肘弯外侧（曲池），再沿上臂后边外侧上行，至肩部（肩髃），向后与督脉在大椎穴处相会，然后向前进入锁骨上窝，联络肺脏，向下贯穿膈肌，入属大肠。它的支脉，从锁骨上窝走向颈部，通过面颊，进入下齿中，回过来挟着口唇两旁，在人中处左右交叉，上挟鼻孔两旁（迎香）。脉气由此与足阳明胃经相接。本经发生病变，主要表现为齿痛，颈肿，目黄，口干，鼻衄，喉痹，肩臂疼痛，食指不用和经脉过处灼热肿胀或寒栗不复等症（图31）。

手阳明之正 出《灵枢·经别》。即手阳明经别，见该条。

手阳明之别 出《灵枢·经脉》。即手阳明络脉，见该条。

手阳明经别 十二经别之一。《灵枢·经别》：“手阳明之正，从手循膺乳，别于肩髃，入柱骨，下走大肠，属于肺，上循喉咙，出缺盆，合于阳明也。”本经别从手阳

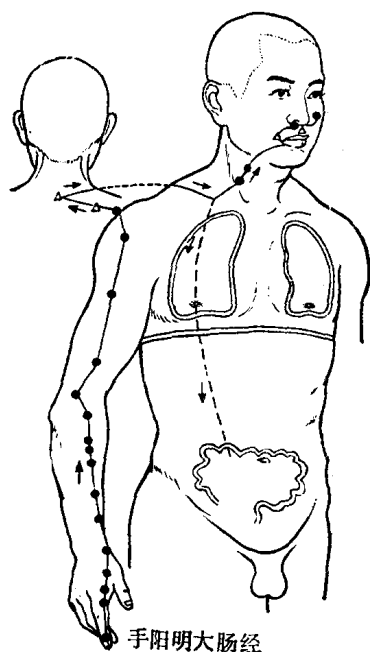


图31

明大肠经的手部分出，沿着腕、臂、肘、膈、肩部，分布在胸膈乳房等部；有一支从肩髃部分出，进入项后柱骨之下（指第七颈椎），前行深入体腔，向下走至大肠，属于肺，向上沿着喉咙，出于缺盆（锁骨上窝），归属手阳明大肠经。

手阳明经筋 十二经筋之一。《灵枢·经筋》：“手阳明之筋，起于大指次指之端，结于腕，上循臂，上结于肘外，上膈，结于髃；其支者，绕肩髃，挟脊；直者，从肩髃上颈；其支者，上颊，结于颊；直者，上出手太阳之前，上左角，络头，下右颌。”经筋从食指末端起始，结于腕背，沿臂上行，结于肘外，再经上臂，结于肩髃部；它的分支，绕肩髃，挟脊柱两旁；直行的从肩髃部上颈；分支上行面颊，结于颊（鼻旁），上行的出走手太阳经筋前方，上左额角，络头部，下向右侧颌部。

手阳明标本 十二经标本之一。《灵枢·卫气》：“手阳明之本，在肘骨中，上至别阳，标在颜（按：《黄帝内经太素·经脉标本》作“颊”）下合钳上也。”肘骨中，当曲池；标在颜下合钳上者，约当迎香、头维穴部位。

手阳明络脉 十五络脉之一。《灵枢·经脉》：“手阳明之别，名曰偏历，去腕三寸，别入太阴；其别者，上循臂，乘肩髃，上曲颊偏齿；其别者，入耳，合于宗脉。”脉从腕上3寸的偏历穴处分出，走入手太阴肺经；它的支络，从偏历向上，沿臂膊经肩髃，到达下颌角，遍布于齿；它的另一条支路，从下颌角处进入耳部，与在耳部聚集的许多主要经脉（宗脉）相结合。本脉发生病变，实则齿龋，耳聋；虚则齿冷，胸部痹闭膈塞不畅。

手足大指爪甲穴 见鬼眼条。

手足小指穴 经外奇穴名。《千金要方》：“消渴小便数，灸两手小指头及足两小指头……”。后《类经图翼》列作奇穴，名手足小指穴。位于手、足小指（趾）尖端处。近世以在手者称小指尖，在足者称足小趾尖。主治食注，消渴，小便频数，癰疽。手小指尖并治黄疸，百日咳；足小指尖并治难产。直刺0.1寸。艾炷灸3~5壮。

手针疗法 针刺手部特定部位以治疗疾病的方法。临床操作时，用短毫针在选定的部位上，快速进针，但不可刺伤骨膜，给予中强刺激后，留针5~15分钟，并可加用电针。本法主要应用于各种急慢性疼痛疾患的治疗，如关节扭伤，风湿痹痛，神经性头痛，三叉神经痛，胆绞痛等；对支气管哮喘，夜尿症等亦有效。

手针疗法穴位及主治症表

分部	穴名	位置	主治
手	升压点	在手背腕横纹中点	各种疾病引起的血压下降
背	腰腿点	在手背腕横纹前1.5寸，第二伸指肌腱桡侧及第四伸指肌腱尺侧，共两点。	腰腿痛，腰扭伤
侧	踝点	拇指桡侧掌指关节赤白肉际	踝关节痛
	胸点	拇指桡侧指关节赤白肉际	胸痛，吐泻，癰疽

分部	穴 名	位 置	主 治
手	眼 点	拇指尺侧指关节赤白肉际	眼痛, 眼病
	肩 点	食指桡侧掌指关节赤白肉际	肩痛
	前头点	食指桡侧第一指关节赤白肉际	前头痛, 胃痉挛, 急性胃肠炎急性单纯性阑尾炎, 膝关节痛
	头顶点	中指桡侧第一指关节赤白肉际	神经性头痛, 头顶痛
	偏头点	无名指尺侧第一指关节赤白肉际	偏头痛, 胸肋痛, 肝脾区痛, 胆绞痛
	呃逆点	手背中指第二指关节横纹中点	呃逆
背	退热点	手背中指桡侧指蹼处	发热, 目疾
	会阴点	小指桡侧第一指关节赤白肉际	会阴部痛
	后头点	小指尺侧第一指关节赤白肉际	后头痛, 急性扁桃体炎, 臂痛, 颊痛、呃逆
	脊柱点	小指尺侧掌指关节赤白肉际	急性棘间韧带扭伤, 椎间盘突出, 手术后的腰痛, 尾骨痛, 耳鸣, 鼻塞
侧	坐骨神经点	手背第四掌指关节尺侧缘	坐骨神经痛, 髋关节及臀疼痛
	咽喉点	手背第三掌指关节尺侧缘	急性扁桃体炎, 咽喉炎, 三叉神经痛, 牙痛
	颈 点	手背第二掌指关节尺侧缘	落枕, 颈项扭伤
	腹泻点	手背第三、四掌指关节上一寸	腹泻
手	疟疾点	第一掌骨与腕关节结合处, 大鱼际桡侧缘	疟疾
	扁桃体点 (鱼际点)	掌面第一掌骨尺侧中点	扁桃体炎, 喉炎
	咳喘点	掌面, 食指掌指关节尺侧	支气管炎, 支气管哮喘, 神经性头痛
	小儿消化不良点	掌面, 中指第一指关节横纹中点	小儿消化不良
掌	急救点	中指尖, 距指甲缘2分许	急救昏迷
	牙痛点	掌面, 第三、四掌骨间, 距掌指横纹后约一寸	牙痛
	夜尿点	掌面, 小指第二指关节横纹中点	夜尿, 尿频
	定惊点	手掌侧大小鱼际交接处中点	高热引起惊厥
部	胃肠点	劳宫穴与大陵穴联线中点	慢性胃炎, 溃疡病, 消化不良, 胆道蛔虫病

手针麻醉 针刺麻醉法之一。是在手针疗法基础上发展起来的针刺麻醉法, 即按针麻要求在手针刺激点上针刺, 以进行各种手术。临床上根据手术部位选取相应刺激点, 并辅以体针穴位, 如头颈部手术取咽喉点、颈项点透咳喘点、合谷等。操作手法参手针疗法条。

手表 人体部位名。指手背。《灵枢·经脉》: “三焦手少阳之脉, 起于小指次指之端, 上出两指之间, 循手表腕……”。

手鱼 人体部位名。指大鱼际部, 在手腕之前, 大指本节之后, 有肌肉隆起如鱼, 因名。《灵枢·本输》: “鱼际者, 手鱼也”。

手法运针 指医生用手操作进行运针。或相对于采用针刺手法仪运针而言。

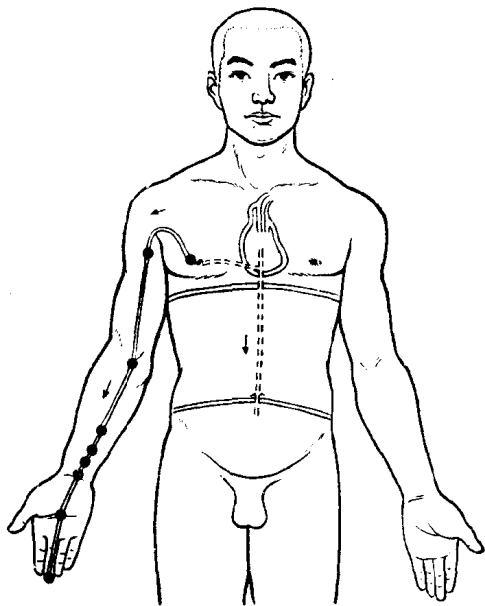
手指平推扣拨法 推拿方法之一。简称指拨法。见该条。

手逆注 经外奇穴名。出《千金要方》。位于前臂屈侧, 掌长肌腱与桡侧腕屈肌腱之间, 当腕横纹与肘横纹连线之中点。主治瘰癧病及前臂疼痛, 痉挛, 麻痹等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~7壮; 或艾条灸5~15分钟。

手朝三元 自我推拿方法名。见陶弘景《真诰》。又名上朝三元。三元指头顶。用手指从前额部向上抚摩头部如梳头状。有活血祛风等作用。《圣济总录·神仙导引上》: “以手乘额上, 谓之手朝三元, 固脑坚发之道也。头四面, 以手乘顺就结, 唯令多也。于是头血流散, 风湿不凝。”

手厥阴心包经 十二经脉之一。《灵枢·经脉》: “心主手厥阴心包络之脉, 起于胸中, 出属心包络。下膈, 历络三焦; 其支者, 循胸出肋, 下腋三寸, 上抵腋下, 循膈内, 行太阴少阴之间, 入肘中, 下循(循字据《甲乙经》卷二及《素问·藏气法时论》王注补)臂行两筋之间, 入掌中, 循中指出其端; 其支者, 别掌中, 循小指次指出

其端。”本经自胸中起始，出来属于心包络，向下贯穿膈肌，联络上、中、下三焦。它的分支，从胸中出走胁部，在腋下三寸的部位（天池）又向上行至腋窝下面。沿上臂前边，行走在手太阴肺经和手少阴心经之间，进入肘中（曲泽），下行前臂两筋（桡侧腕屈肌腱与掌长肌腱）的中间，进入掌中，沿中指出其末端（中冲）；它的另一条支脉，从掌中分出，出无名指尺侧端（关冲）。脉气由此与手少阳三焦经相接。本经发生病变，主要表现为手心热，肘臂挛急，腋肿，胸胁胀闷，心痛，心烦，面赤，目黄，喜笑无常等（图32）。



手厥阴心包络

图32

手厥阴经别 十二经别之一。《灵枢·经别》：“手心主之正，别下渊腋三寸，入胸中，别属三焦，出循喉咙，出耳后，合少阳完骨之下。”本经别从手厥阴心包络的渊腋穴下三寸处分出，进入胸膛，分别连属上、中、下三焦，向上循喉咙，浅出耳后，在耳后完骨（颞骨乳突）之下与手少阳三焦经汇合。

手厥阴经筋 十二经筋之一。《灵枢·经筋》：“手心主之筋，起于中指，与太阴

之筋并行，结于肘内廉上，上臂阴，结腋，下散前后挟肘；其支者，入腋，散胸中，结于臂（据《甲乙》、《太素》、《圣济》应为“贲”）。”经筋从手中指起始，与手太阴经筋并行，向上结于肘节内侧，经上臂内侧，结聚于腋，向下分散在肘部前后；它的分支，进入腋内后，散布胸中，结于贲膈。

手厥阴标本 十二经标本之一。《灵枢·卫气》：“手心主之本，在掌后两筋之间二寸中；标在腋下三寸也。”本在掌后两筋之间二寸中当内关穴；标在腋下三寸，即天池。

手厥阴络脉 十五络脉之一。《灵枢·经别》：“手心主之别，名曰内关。去腕二寸，出于两筋之间别走少阳，循经以上系于心，包络心系。”脉从腕后2寸的内关穴处分出，出行于两筋之间，与本经相并上行，维系心包络，联络心系（心脏周围的脉管组织）。本脉发生病变，实则心痛，虚则烦心。

手掌后白肉际穴 经外奇穴名。《千金要方》：“转筋在两臂及胸中者，灸手掌白肉际七壮。”《类经图翼》列作奇穴，名手掌后白肉际穴。位于掌后腕横纹中点稍前赤白肉际。直刺0.2~0.3寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

手掌后臂间穴 见臂间条。

手踝 经外奇穴名。《外台秘要》：“删繁疗转筋，十指筋挛急不得屈伸。灸法：灸手踝骨上七壮，良。”《针灸孔穴及其疗法便览》列作奇穴，名手踝。定位在手背腕上髌骨尖上，即桡骨背侧结节之高点处。灸3~7壮。并治牙痛。

手髓孔 经外奇穴名。出《千金要方》：“灸猥退风半身不遂法：先灸天窗……次手髓孔，腕后尖骨头宛宛中。”近代《针灸经外奇穴图谱》云即阳谷，属手太阳小肠经穴。

毛际 人体部位名。指男女生殖器上方阴毛边缘部位。《灵枢·经脉》：“胆足少阳之脉……绕毛际”。

毛刺 古刺法名。九刺之一。《灵枢·官针》：“毛刺者，刺浮痹皮肤也。”是指浅刺皮肤治疗浮表痹症的方法，现在常用的皮肤针刺法，即属此。以其病处浮浅，针刺浅及皮毛，故名。

毛茛灸 灸法名。药物发泡灸之一。是指用新鲜毛茛茎叶捣烂，敷贴有关穴位使之起泡的方法。敷贴时间约1~2小时，以局部起泡为度。适用于疟疾，黄疸等。

气门 ①经外奇穴名。出《千金要方》。位于脐下3寸（关元）再旁开3寸处。主治妇女不孕，崩漏，阴挺，胎漏下血，石淋不得小便等。直刺1.5~2寸（妊娠及胎漏禁刺）。艾炷灸3~7壮；或艾条灸10~20分钟。②子户穴别名。出《世医得效方》。

气之阴郛 经穴别名。出《针灸甲乙经》，《医学原始》名阴郛。即长强，见该条。

气中 经外奇穴名。出《医学纲目》。亦称气冲。位于脐下1.5寸，再旁开腹正中线1.5寸处。主治妇人血弱气喘，腹痛肠鸣。直刺1~2寸。艾炷灸3~5壮；艾条灸5~15分钟。

气户 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足阳明胃经。位于胸部，锁骨下缘，距胸正中线4寸处。布有锁骨上神经及胸前神经的分支；并有胸肩峰动、静脉分支通过，上方为锁骨下静脉。主治咳嗽，气喘，胸胁胀满，吐血，呃逆等。斜刺0.3~0.5寸，不宜深刺。艾炷灸1~3壮；或艾条灸5~10分钟。

气功 近代养生术语。是在意识主导下，通过意和气的锻炼，调和气血，疏通经络，提高机体抗病能力，增强体质的一种自我疗法或健身术。现代认为，气功有三要素：①全身放松，保持一种特定的姿式。

②气的锻炼，即呼吸的锻炼和内气的锻炼。③意守身体某部位，以诱发入静。从而使机体达到调整，修复和“建设”的作用。

气功推拿 即运气按摩。见该条。

气穴 ①指膻穴。因穴位与脏腑经络之气相通，故名。《素问·气穴论》：“气穴之处，游针之居。”参见膻穴条。②经穴名。出《针灸甲乙经》。别名胞门、子户。属足少阴肾经。冲脉、足少阴之会。位于腹正中线脐下3寸，旁开0.5寸处（《铜人腧穴针灸图经》）。另说在脐下2.5寸，旁开0.5寸（《针灸甲乙经》）；脐下3寸，旁开1寸（《针灸大成》）；脐下3寸，旁开1.5寸（《针灸资生经》）。布有助下神经及髂腹下神经的分支，并有腹壁下动、静脉的肌支通过。主治月经不调，经闭，痛经，不孕，带下，腹泻，小便不利等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

气至病所 针刺术语。出《针经指南》。“气”是指针下的得气感应。《灵枢·九针十二原》：“刺之要，气至而有效。”气至病所，是指这种感应通过一定的手法，到达了病变部位而言。

气会 八会穴之一。《难经·四十五难》：“气会三焦外一筋直两乳内也。”所指为膻中穴。膻中位于两乳之间，内部为肺，肺主气，诸气皆属于肺，故名。凡属气之为病，皆可酌情取用。

气合 见气舍条。

气关 推拿穴位名。位于食指中段指骨的腹面。《保赤推拿法·揉气关法》：“气关，在食指正面第二节，揉之，行气通窍”。

气冲 ①经穴名。出《针灸甲乙经》。别名气街。属足阳明胃经。位于腹部，脐下5寸旁开2寸处（《针灸甲乙经》、《素问·刺热篇》王冰注）。一说“去腹中行当各三寸。”（《针灸资生经》）。布有髂股沟神

经；并有腹壁浅动、静脉通过，外侧为腹壁下动、静脉。主治疝气，偏坠，睾丸肿痛，小便淋漓，月经不调，带下，难产，遗精，阳萎等。直刺0.5~1寸。艾条灸5~10分钟。〔附注〕本穴位置，《针灸甲乙经》载：“在归来下，鼠蹊上一寸，动脉应手。”《千金要方》谓：“在归来下一寸，鼠蹊上一寸。”《素问·刺热篇》王冰注谓：“在腹脐下横骨两端鼠蹊上同身寸之一寸动脉应手。”其与腹正中线距离有2寸（《针灸甲乙经》）和3寸（《针灸资生经》）二说。今从《针灸甲乙经》和《素问》王冰注定位。

②经外奇穴别名。《医学纲目》：“气冲在气海旁一寸半。”所指即经外奇穴气中，见该条。

气池 推拿穴位名。又名坎下。见陈氏《小儿按摩经》。《幼科推拿秘书·穴象手法》：“气池，在目下胞，一名坎下”。与目上胞（风池）同作望诊之处。《小儿推拿广意·上卷》：“风气二池黄吐逆，若黄舌色定为风，惊啼烦躁红为验。”

气舍 ①经穴名。出《针灸甲乙经》。属足阳明胃经。位于颈部，人迎穴直下，锁骨内端上缘，当胸锁乳突肌的胸骨头与锁骨头之间凹陷处。布有锁骨上神经前支及舌下神经袢肌支；并有颈前静脉通过，深层为颈总动脉。主治咽喉肿痛，颈项强急，咳嗽，气喘，瘰疬，瘰癧等。直刺0.3~0.5寸。不宜深刺。艾条灸3~5分钟。②经穴别名。出《针灸甲乙经》。《铜人腧穴针灸图经》作气舍。即脐中，见该条。

气郛 经穴别名。出《针灸大全》。即长强，见该条。

气府 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即京门，见该条。

气俞 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即京门，见该条。

气原 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即中极，见该条。

气海 ①人体部位名。有上下之分。膻

中为上气海，是宗气所聚之处。《灵枢·海论》：“膻中者，为气之海”。丹田为下气海（《类经附翼》）。②经穴名。出《针灸甲乙经》。别名脐中、下盲、下气海。属任脉。盲之原穴。位于腹正中线，脐下1.5寸。布有第十一肋间神经前皮支，腹壁浅动、静脉分支和腹壁下动、静脉分支。主治虚脱，厥逆，腹痛，泄泻，月经不调，痛经，崩漏，带下，遗精，阳萎，遗尿，疝气，以及尿潴留，尿路感染，肠梗阻等，具有强壮作用。直刺1~1.5寸。艾炷灸5~10壮；或艾条灸15~30分钟。

气海俞 经穴名。出《太平圣惠方》。属足太阳膀胱经。位于腰部，第三腰椎棘突下旁开1.5寸处；一说：“除脊各寸半”（《针灸资生经》）。布有第二腰神经后支的外侧皮支和第二腰动、静脉后支。主治腰痛，月经不调，痛经，痔漏下血，下肢瘫痪等。直刺1~1.5寸。艾炷灸5~10壮；或艾条灸10~20分钟。

气街 脉气所行径路名。指经脉之气汇聚和流通的共同通道。气街有四，又称四街、四气街。《灵枢·卫气》：“胸有气街，腹有气街，头有气街，胫有气街。故气在头者，止之于脑；气在胸者，止之膺与背腧；气在腹者，止之背腧与冲脉于脐左右之动脉者；气在胫者，止之于气街与承山、踝上以下。”所述脉气到头部的，通至脑；脉气到胸部的，通至胸和背俞；脉气到腹部的，通至背俞和冲脉；脉气到下肢的，通至腹股沟、小腿等部。其相通的道路，即为气街。说明头面、胸、腹、胫各部的分段联系，所以这些部位的穴位除能治局部和有关内脏病变外，还能治疗四肢部分的疾病。

气端 经外奇穴名。出《千金要方》。位于足十趾之尖端。主治脚气，足趾麻痹，足背红肿；并用于急救。直刺0.1~0.2寸。艾炷灸3壮。

升法 推拿方法名。见曹锡珍《外伤中

医按摩疗法》。将患肢下陷处反复上提以恢复原状的一类手法。

升降法 推拿手法名。见杜自明《中医正骨经验概述》。对肢体关节进行上下屈伸活动的一类手法。有滑利关节、舒展筋脉，解除粘连，帮助复位等作用。

长平 ①经穴别名。出《针灸甲乙经》。即章门，见该条。②经外奇穴别名。《千金翼方》：“多汗，四肢不举少力，……灸长平五十壮，在侠脐相去五寸，不针。”所述与长谷同位。近代《针灸经外奇穴图谱》作长谷别名，见该条。

长生 养生用语。谓生命可以延长或不死。《老子》：“勿劳汝形，勿摇尔精，可以长生。”古人这些论述的中心思想是人们在生活上不要过分讲究安逸享受，以免损害身体；要锻炼身体，保持精气神的旺盛。

长针 针具名。九针之一。又名环跳针。《灵枢·九针论》：“长针，取法于綦针，长七寸，主取深邪远痹者也。”现代所用芒针类此。多用于深刺，以治疗痹症。

长谷 经外奇穴名。出《千金要方》。别名循际、长平、循脊、循元。位于脐中旁开2.5寸处。主治泄痢，纳呆，消化不良，四肢乏力，多汗等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~15分钟。

长春子 即邱处机。见该条。

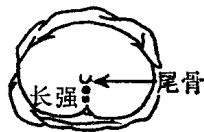
长蛇灸 间接灸之一。亦称铺灸，用大蒜适量，去皮捣泥，平铺于脊柱（自大椎穴至腰俞穴）上，宽厚各约6毫米，周围用桑皮纸封固，然后用黄豆大的艾炷分别放在大椎穴及腰俞穴上施灸，至患者口鼻内觉有蒜味时止。民间用以治疗虚劳。

长颊 见长颊条。

长颊（huì） 见禾髻条。

长强 经穴名。出《灵枢·经脉》。《千金要方》作长疆。别名气之阴郛、概骨，气郛、为之、骨骶。属督脉。督脉之络穴。位于尾骨尖端与肛门连线之中点处，跪伏位取

穴。布有尾骨神经后支，肛门神经；以及肛门动、静脉分支。主治痔疮，脱肛，便血，便秘，遗精，遗尿，腹泻，痢疾，腰脊强痛，癰疽，以及精神分裂症，前列腺炎等。紧靠尾骨前面斜刺0.5~1寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸



5~15分钟（图33）。

图33

长频 经穴别名。出《铜人腧穴针灸图经》。《针灸大全》作长髻；《针灸聚英》作长颊；《针灸大成》作长颞。即禾髻，见该条。

长疆 见长强条。

长谿 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即天枢。见该条。

长髻 见禾髻条。

仆参 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名安邪。属足太阳膀胱经。足太阳，阳蹻之会。位于足跟的外侧面，外踝尖与跟腱水平连线之中点直下，当跟骨凹陷中之赤白肉际处。布有腓肠神经跟骨外侧支和腓动、静脉跟骨外侧支。主治足跟痛，脚气，腰痛，癰疽，以及踝关节炎等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

化脓灸 直接灸之一种。是将艾炷直接置于穴位上点燃施灸，以使局部皮肤起疱，化脓，故名。施灸时先以甘油或葱、蒜汁涂抹灸处，然后放置艾炷施灸，每炷必须燃尽，除去灰烬，易炷再灸，灸满规定壮数。这种灸法由于热力较强，灼伤皮肤后，局部组织发生异常变化，加强了机体自然的抗病能力和修复作用，所以疗效较其它灸法优异。《针灸资生经》：“凡着艾得疱发，所患即瘥，不得疱发，其疾不愈。”化脓灸一般在灸后一周左右化脓，经4~6周结痂愈合，脱痂后留下永久性瘢痕，故亦称瘢痕灸。本法适用于哮喘，支气管炎，肺结核，瘰癧等慢性疾患；并可用于防病保健。

爪法 ①刺法名。指针刺时，以拇指指

甲爪掐穴位便于准确进针的方法。《针经指南》：“爪者，凡下针，用手指着力置针有准也。”本法源于《素问·离合真邪论》“抓而下之”。②推拿手法名。即掐法，《肘后备急方·救卒中恶死方》：“救卒死……令爪其病人人中，取醒”。详见掐法条。

爪刺（cì刺） 推拿手法名。出《肘后备急方·救卒死尸厥方》。即掐法。见该条。

爪切押手法 即指切押手法，见该条。

分水 经穴别名。《太平圣惠方·九十九》：“分水一穴，在下管下一寸陷者中”。后《针灸大成》等书列作水分穴之别名，见该条。

分肉 ①指脂肪与肌肉的分界处；或谓肌肉之间界限分明。《灵枢·本输》：“春取络脉诸荣，大经分肉之间”。②经穴别名。《素问·气穴论》“府俞七十二穴……分肉二穴”。新校正云：“按《甲乙经》无分肉穴，详处所疑是阳辅。”后《针灸聚英》等作阳辅穴别名，见该条。

分阴阳 小儿推拿方法名。①出陈氏《小儿按摩经》。由小儿腕掌部中点向两侧分推。可调和气血，用于治疗惊风，痾症，昏迷，抽搐，泄泻、痢疾，黄疸，咳喘痰喘，乍寒乍热。《幼科推拿秘书·推拿手法》：“盖小儿之病，多因气血不和，故一切推法，必先从阴阳分起，诸症之要领，众法之先声，推此不特能和气血，凡一切膨胀泄泻，如五脏六腑有虚，或大小便不通，或惊风痰喘等症，皆可治之。至于乍寒乍热，尤为对症”。②指分腹阴阳：从中脘穴向两侧分推。有健脾和胃、消食导滞等作用。用治消化不良，伤食，停乳，胃痛，腹胀等症。《厘正按摩要术·立法》：“将两手蘸汤，于胸腹两边分推数十次，亦为分阴阳之法”。③指分推胸口法：用两手大拇指在胸口处向两旁分推。有宽胸利气，止咳平喘，发表解热等作用。④指分头阴阳，即分推坎宫

法。详坎宫条。

分刺 古刺法名。九刺之一。《灵枢·官针》：“分刺者，刺分肉之间也。”是指于机体分肉处针刺的方法。分肉有指为肌肉间隙处，亦有称深部近骨的肌肉为分肉者。以其刺及分肉，故名。

分法 推拿手法名。①见《保生秘要》：“……后二指由胸至胁分之”。用两手指或手掌，由一处向两边分开推动。参见分推法。②即分筋手法，见分筋手法条。

分推法 推拿手法名。为推法的一种。又名分法。用两手指指腹由一处向两边分开移动。操作时的起点多在穴位上。常用于胸腹、前额及腋掌部。《保赤推拿法》：“分者，医以两手之指，由几经穴划向两边也”。

分筋 推拿手法名。见杜自明《中医正骨经验概述》。用拇指指端深压于筋结或压痛点的边缘部，稳缓地进行按揉拨动。有助于筋结的解除或软组织粘连的分离。

反观内照 气功术语。即内视。详该条。

反听 养生术语。即注意力集中听自身呼吸的声音。《抱朴子内篇·论仙》：“欲得恬愉淡泊，涤除嗜欲，内视反听。”

反转子午拳 练功方法之一。见杜自明《中医正骨经验概述》。上体左转呈左弓箭步，两手握拳，贴于胸侧，左臂屈肘外展，使肘与肩平，拳心朝下；右手拳心向下，迅速向前击出，收回原处，上臂外展呈外展位。然后换右弓箭步，交替反复行之。

反盖六合掌 练功方法之一。见杜自明《中医正骨经验概述》。取骑马势，上体左转，左臂微屈，手心朝上，在转身的同时拦成侧平举状，再迅速收回腰间，右手自右向左上方迅速压下，左手顺势翘掌推出，左右同姿，交替进行。

公孙 经穴名。出《灵枢·本输》。属足太阴脾经。足太阴之络穴。八脉交会穴之一，通冲脉。位于足内侧第一跖骨基底的前缘，赤白肉际处。布有隐神经及腓浅神经分

支；并有足背静脉网及跗内侧动脉通过。主治胃痛，呕吐，肠鸣，腹痛、泄泻，痢疾，腹胀，食不化，脚气等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

丹 ①丹砂即朱砂的简称。②药物剂型的一种。如丸、散、膏、丹中的丹剂。③道家炼制的丹药。

丹元 气功术语。心神的代名词。《简易方》：“心名丹元。”唐·李商隐有“丹元何索？在己莫问邻”的诗句。

丹凤摇头 小儿推拿方法名。出《推拿指南》。详赤凤摇头条。

丹凤摇尾 小儿推拿方法名。出陈氏《小儿按摩经》。用一手掐劳宫，一手掐心经，摇之。治惊风。

丹田 ①人体部位名。位于脐下三寸关元穴部位。道家认为这里是男子精室、女子胞宫的所在处。后世作关元穴别名。②经穴别名。其说有三：①指气海穴（《普济本事方》）。②指石门穴（《针灸甲乙经》）。③指关元穴（《针灸资生经》）。见各该条。③气功意守部位名称。《黄帝内经》：“丹田之中精气微”。《抱朴子内篇》认为丹田有三：上丹田在两眉间；中丹田在心下；下丹田在脐下。道家称丹田在人身脐下三寸。

丹田呼吸法 气功功法。见胎息条。

丹诀 炼丹的方法。晋·干宝《搜神记》：“有人入焦山七年，老君与之木钻，使穿一盘石。……积四十年，石穿，遂得神仙丹诀。”

丹房 道教观房的别名。指炼丹药的所在。

丹砂 炼丹药物，即朱砂。为八石之一。《抱朴子内篇·金丹》：“而丹砂烧之成水银，积变又还成丹砂。”

丹鼎 即药鼎。见该条。

风门 经穴名。亦称风门热府，出《针灸甲乙经》。别名热府。属足太阳膀胱经。督脉、

足太阳之会。位于背部第二胸椎棘突下旁开1.5寸处。布有第二、三胸神经后支的内侧皮支，深层为外侧支。并有第二肋间动、静脉后支的内侧支和颈横动脉降支通过。主治伤风咳嗽，头痛发热，胸背彻痛，项强，痈疽发背等。斜刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

风门热府 见风门条。

风市 经穴名。出《肘后备急方》。属足少阳胆经。位于大腿外侧中线，当腓横纹上7寸处；或直立垂臂，于中指指尖到处取穴。布有股外侧皮神经，股神经肌支和旋股外侧动、静脉肌支。主治半身不遂，下肢痿痹、麻木，遍身瘙痒，脚气；以及坐骨神经痛，股外侧皮神经炎，荨麻疹等。直刺1~2寸。艾炷灸5~7壮；或艾条灸10~15分钟（图34）。

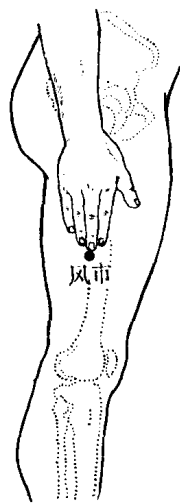
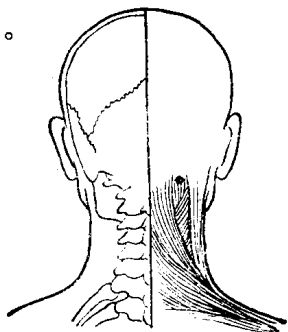


图34

风关 ①经外奇穴名。《针法穴道记》：“小儿惊风，用三分毫针，风关此穴在食指根横纹中，少少外口下针，见血即可。针毕务必出汗为妙，不见汗不效……。”即位于手食指掌面，掌指关节横纹之中点。《针灸经外奇穴图谱》定在手食指掌侧，近侧指节骨与中指节骨间横纹中点。②小儿虎口三关之一。即食指根之横纹。察其脉色以占疾病。

风池 经穴名。出《灵枢·热病》。属足少阳胆经。足少阳、阳维之会。位于项后枕骨下两侧，项后当斜方肌上端和胸锁乳突肌之间凹陷中，与风府穴平高（《针灸甲乙经》）。布有枕小神经分支和枕动、静脉分支。主治头痛，眩晕，伤风感冒，鼻渊，鼻衄，目赤肿痛，迎风流泪，夜盲症，耳鸣，耳聋，颈项强痛，落枕，荨麻疹，丹毒；以及神经衰

弱，癫痫，高血压，甲状腺肿，电光性眼炎，视神经萎缩等。向鼻尖方向直刺0.5~1寸（图35）。



风池
图35

风府 经穴名。出《素问·骨空论》。别名舌本、曹谿、鬼穴、鬼枕。属督脉。督脉、阳维之会。位于项正中线上，入后发际1寸，当枕骨粗隆下两侧斜方肌之间凹陷处。布有第三枕神经与枕大神经分支，枕动脉分支。主治头痛，项强，目眩，鼻衄，咽喉肿痛，中风不语，以及癫痫，精神分裂症，神经性头痛，流行性感冒等。直刺0.5~1寸，禁深刺。

风拳势 练功方法之一。见杜自明《中医正骨经验概述》。两足并立，迅速蹲下，勿须起踵，同时握拳屈肘，并肘并拳挟于胸股之间，以两膝反弹之力起立，同时两拳翻转，掌心朝下，向两侧弹出，再迅速蹲下如初，反复行之。

风摆荷叶 练功方法之一。见上海医学院附属推拿学校《推拿学》。两手屈肘伸掌，掌心朝上，左右手交叉于胸前，然后用力前推，再缓缓分向左右成侧平举状，再收回交叉于胸前。

风痲 经外奇穴名。《千金要方》：“治风痲不能语，手足不遂灸法：度病者手小指内歧间至指端为度；以置脐上，直望心下，以丹注度上端毕；又作两度，续所注上，合其下，升其上，取其本度，横置其升上，令三合其状，如到（倒）作△字形。男度左手，女度右手。嫌不分了，故上丹注三处，同时起火，各一百壮愈。”即取患者小

指端至掌横纹内侧端间距离为度量单位，以其一端置脐中，沿前正中线直上，于度端定一点。于此点上再以同等长度作一倒置等边三角形，其底边呈水平，三角各顶端是穴共3穴。近代《针灸经外奇穴图谱》列作奇穴，名风痲，定位在中脘穴下0.5寸一穴，左右旁开1.5寸各一穴，共3穴。主治中风不语，手足不遂。艾炷灸3~7壮。

凤单展翅 小儿推拿方法名。出陈氏《小儿按摩经》。又名凤凰单展翅。操作方法有三种。①右手大指自儿总筋处按揉至关中，再用掐法，性温热，治寒症（见陈氏《小儿按摩经·手诀》）。②左手腕顶儿一窝风处，右手食指将儿大指屈压在内劳宫，右大指按拿外劳宫并摇动（见《小儿推拿秘诀·手上推拿法》）。③右手拿儿中指，左手按掐外肘处，慢慢摇动，能消噎膈，除虚热（见《幼科推拿秘书·十三大手法推拿注释》）。

凤眼 经外奇穴名。《肘后备急方》：“卒吐逆……。又方：灸两手大拇指内边爪后第一文头各一壮。”后《太平圣惠方》、《针灸集成》等均有记载，并谓治小儿雀目，目生白翳，指不能屈伸等。《针灸孔穴及其疗法便览》以大指甲后约一寸，内侧横纹尖端列作奇穴，名凤眼。主治一切目疾。直刺0.2寸。艾炷灸1~3壮。

凤凰转翅 小儿推拿方法名。出《厘正按摩要术》卷二。详凤凰鼓翅条。

凤凰单展翅 小儿推拿方法名。出《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》。详凤单展翅条。

凤凰展翅 ①小儿推拿方法名。出《小儿推拿广意》。《厘正按摩要术》卷三：“法主温，医用两手托儿手于总经上，将两手上四指在下边两面爬开，二大指在上阴阳二穴，两面爬开，再以两大指捏阴阳二穴向外摇二十四下，捏紧一刻，又将左大食中指侧拿儿，向下转摆三四下，复用左手托儿斗

肘，右手托儿手背，大指掐住虎口，往上向外顺摇二十四下”。②练功方法之一。见上海中医学院附属推拿学校《推拿学》。屈肘伸掌，两手交叉于胸前，然后翘掌向两侧分开，犹如开弓之势，不可抬肩，再屈臂内收至原状。③针刺手法“赤凤迎源”之别称。详该条。

凤凰展翅 小儿推拿方法名。出陈氏《小儿按摩经》。又名凤凰转翅。陈氏《小儿按摩经·手法》：“掐精宁、威灵二穴，前后摇摆之：治黄肿也”。此法能降喉内痰响，治暴死。见《推拿抉微·推拿各法》。

乌龙双摆尾 小儿推拿方法名。即乌龙摆尾。见该条。

乌龙钻洞 练功方法之一。见上海中医学院附属推拿学校《推拿学》。两手屈肘仰掌置于腰部，两掌徐徐前推，旋臂使掌心朝下，边推边上身随势前俯，然后上身挺直，两掌收回至腰部。

乌龙摆尾 小儿推拿方法名。出《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》。又名乌龙双摆尾。用右手拿儿小指，左手托肘，将小指摇动，如摆尾之状，能开闭结。

勾点法 推拿手法名。点法的一种。手指微屈，用指端用力按压穴位。常用于天突及病人取仰卧位时的风池、风府等穴位，以便于操作和施加压力。

勾漏 即勾漏。见该条。

〔 丶 〕

文台 推拿穴位名。即龙角。见该条。

六华 穴位名。即八华穴中的上六穴。见《针灸孔穴及其疗法便览》。见八华条。

六合 经别按十二经脉的表里关系分六对组合，故名。即以足太阳、足少阴经别为一合；足少阳、足厥阴经别为二合；足阳明、足太阴经别为三合；手太阳、手少阴经别为四合；手少阳、手厥阴经别为五合；手阳明、手太阴经别为六合。见《灵枢·经

别》。

六经 十二经脉按阴阳属性分为六组，称为六经。即太阳、阳明、少阳；太阴、少阴、厥阴。《灵枢·百病始生》：“六经不通四肢，则肢节痛，腰脊乃强。”

六经皮部 见皮部条。

六经标本 指手足六经的标部和本部。亦称十二经标本。标，一般是指末梢；本，是指根本。《灵枢·卫气》：“能知六经标本者，可以无惑于天下。”十二经以四肢肘膝以下的某些部（穴）位为本，头、面、胸、背的某些部（穴）位为标，其分布部位与根结基本相仿，但标本的联系范围较之更为广泛。说明经脉四肢（本）与头、面、胸、背（标）之间在生理功能与穴位主治上的联系。其具体内容据《灵枢·卫气》篇所载，列表如下：

六经标本表

标本 六经	本	标
足太阳	在跟以上5寸中	在两络命门
足少阳	在窍阴之间	在窗笼之前
足阳明	在厉兑	在人迎颊挟颞
足太阳	在中封前上4寸之中	在背腧与舌本
足少阴	在内踝下上3寸中	在背腧与舌下两脉
足厥阴	在行间上5寸所	在背腧
手太阳	在外踝（髁）之后	在命门（目）之上1寸
手少阳	在小指次指之间上2寸	在耳后上角下外毗
手阳明	在肘骨中，上至别阳	在颌下合钳上
手太阴	在寸口之中	在腋内动也
手少阴	在锐骨之端	在背腧
手厥阴	在掌后两筋之间2寸中	在腋下3寸

六总穴 见四总穴条。

六筋 推拿穴位名。见陈氏《小儿按摩经》。位于腕部掌侧，自桡侧起至尺侧，依

次分别为赤筋（浮筋）、青筋（阳筋）、总筋、赤淡黄筋（心筋）、白筋（阴筋）、黑筋（肾筋）。《小儿按摩经·要诀》：“六筋专治脾肺热，遍身湿热大便结，人事昏沉总可推”。

六腑 ①胃、大肠、小肠、胆、膀胱、三焦六个腑的合称。②推拿穴位名。出陈氏《小儿按摩经》。①位于前臂屈侧尺侧边，自肘至腕一线（《小儿按摩经》）。②位于前臂伸侧，自肘至腕一线（《幼科铁镜》）。常用推法。男儿在左臂自肘推至腕，称推下六腑、退六腑，性凉，主泻。女孩则在右臂自腕推至肘，称推上六腑。《小儿按摩经·手法》：“男退下六腑，退热加凉，属凉；女反此，推上为凉也。”现不论男女，皆推左手，取“退下六腑”之法，用于热症，治脏腑热，遍身潮热，大便秘结，小便赤涩，神志昏沉，热泻等症。《小儿推拿方脉活婴秘旨全书·掌上诸穴拿法歌》：“六腑专治脏腑热，遍身潮热大便结，人事昏沉总可推。”

六腑 指六腑所属阳经的井、荣、俞、原、经、合等六个特定穴位。《灵枢·九针十二原》：“六腑六腧，六六三十六腧”。

六缝 经外奇穴名。见《腧穴学概论》。位于手掌侧第二、三、四、五指近端指骨关节横纹中点各一穴（即四缝穴），以及拇指掌指关节横纹中点和指骨关节横纹中点各一穴，每手六穴，左右计12穴。主治疳积，疔疮等。直刺0.1~0.2寸。

方士 方术之士。指古代掌握求仙、炼丹、禁祝、祈祷诸术的人。这种职业的出现开始于周，至秦汉渐盛。《史记·秦始皇纪》：“方士欲炼以求奇药。”

火针 针具名。出《千金要方》。又名煨针、燔针。现代所用的火针，多用不锈钢制成，长3~4寸，体粗圆，尖锐利，柄用角质或竹、木制作。近有用钨丝制作者，形同毫针，略较粗长，受热散热较快，不易变

形。使用时将针烧红，于选定部位速刺速出。应掌握深浅，部位，凡血管、内脏及关节附近等处禁用。临床多用于痈疽、瘰癧、顽癣和痹症等。或指大针，见该条。

火针疗法 又称燔针烙刺疗法。用火针烧灼后刺激机体穴位的治疗方法。《灵枢·经筋》所述以“燔针劫刺”治疗经筋痹症即指本法。《针灸聚英》指出，针具“烧令通红，用方有功”，且“必先安慰病人，令勿惊心”。刺时要“切忌太深”，又“不可太浅”，“一针之后，疾速便去，不可久留”。这些要求现仍适用。临床上，对痈疽，瘰癧等，可深刺以排除脓液，对象皮腿、风湿痹痛及顽癣等宜予浅刺或叩刺法。施术时，务必细心谨慎，深浅适当，叩刺均匀，动作敏捷，一刺即中。并须避开血管及脏器。头面部疾患忌用本法。

火补火泻 即艾灸补泻，见该条。

火候 ①炼丹术语。指炼丹时用火烧炼的程度。《参同契注》：“古有丹书，述火候功用，谓之火记”。②指气功练功的程度。

火罐 拔罐疗法器具。是一种大小不等，口部光平而不漏气的瓶罐。因其以燃火排除罐内空气，利用负压而吸附皮表，故名。古代火罐用兽角、竹筒、陶土制成；近代普遍用玻璃、竹管或金属制作。参见拔罐法条。

火罐气 拔罐法的古代名。出《本草纲目拾遗》卷二。详拔罐法条。

火罐法 即拔罐法。其操作方法，有下列几种：①闪火法：用镊子夹住沾有95%酒精的棉球（或以粗铅丝一端裹以纱布蘸取酒精）点燃后，伸入罐内缓动片刻，随即退出，迅速将罐口复罩在应拔罐的部位上，让罐吸紧后再松手。应用此法时，蘸取的酒精不宜太多，以免燃烧时滴下；也不要使蘸有酒精的棉球碰触罐口燃着，烫伤皮肤。②投火法：用小纸片（最好用带蜡油的纸片）点燃后投入罐内，待火旺而纸片尚未烧尽时，

迅速将火罐的罐口罩合在拟拔的穴位或皮肤上,让罐吸紧后再松手。应用此法时,须注意不要将火罐烧得发烫,且动作要快;防止烫伤皮肤。③架火法:取一直径约2~3厘米而不易燃烧和不易传热的块状物,作为点火架垫在穴位上,上面平放一个小酒精棉球,燃着后,随即将罐罩上,火熄灭后火罐就吸住了。在应用时扣罩要准确,不要将燃烧着的点火架碰翻。④滴酒法:将酒精滴1~2滴在罐内中段,再将罐转动几下,使酒精均匀地附在罐壁上,但不要沾染在靠近罐口的罐壁上,然后用火柴点燃,迅速扣在应拔的部位上。⑤贴棉法:用一小块薄薄的药棉,沾以酒精(不要太湿,以免燃烧时,酒精滴下,烧伤皮肤)。贴在罐内壁中段,用火点燃后,迅速扣上。

为之 经穴别名。出《医学原始》。即长强。见该条。

斗肘 ①经外奇穴名。见《针灸经外奇穴治疗诀》。位于肘部,曲池穴外方,肱骨外上踝之高点处。主治臂肘神经痛,偏瘫,神经衰弱等。艾炷灸3~7壮;或艾条灸5~15分钟。②推拿穴位名。出陈氏《小儿按摩经》。又作肘肘。位于肘尖(尺骨鹰嘴)部。用揉、运、掐、推、摇等法,可顺气生血,通经活络。《幼科推拿秘书》“在手肘曲处高起圆骨处”,“胳膊下肘后一团骨也”。

斗肘走气 小儿推拿方法名。出陈氏《小儿按摩经》。一手托住小儿斗肘穴进行运转,另一手握住小儿的手掌加以摇动。用治痞症。

心 ①五脏之一。②推拿穴位名。见陈氏《小儿按摩经》。即心经。详该条。《幼科推拿秘书·穴象手法》:“中指名为将指,属心。心气通于舌,络联于将指,通背左筋心俞穴、手中冲穴、足涌泉穴。”

心火 推拿穴位名。见《小儿推拿广

意》。即心经。详该条。

心包经 手厥阴心包经之简称。见该条。

心主 ①指手厥阴心包经。《灵枢·经脉》:“肺手太阴之脉……行少阴、心主之前……”。②推拿穴位名。见《幼科铁镜》。即心经。详该条。

心系 指心脏周围的脉管组织,包括主动脉、肺动脉、肺静脉和上、下腔静脉等。《灵枢·经脉》:“心手少阴之脉,起于心中,出属心系。”

心俞 经穴名。出《灵枢·背腧》。属足太阳膀胱经。心之背俞穴。位于背部第五、六胸椎棘突下旁开1.5寸处;布有第五、六胸神经后支的内侧皮支,深层为外侧支;并有肋间动、静脉后支的内侧支和颈横动脉降支通过。主治惊悸,健忘,心烦,癫痫,癫狂,失眠,咳嗽,吐血;以及风湿性心脏病,冠心病,心动过速或过缓,心律不齐,心绞痛等。斜刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~7壮;或艾条灸5~15分钟。

心胞 推拿穴位名。见《厘正按摩术》。即胞经。见该条。

心经 ①手少阴心经之简称。见该条。

②推拿穴位名。见陈氏《小儿按摩经》。又名心、心火、心主。位于中指远端的指腹面。能退热发汗、通利小便,治火眼、口疮、惊搐等症。《小儿推拿广意·阳掌十八穴疔病诀》:“心火,推之退热发汗,掐之通利小便”。《幼科推拿秘书·推拿手法》:“凡心火动,口疮弄舌,眼大小眦赤红,小水不通,皆宜推而清之。至于惊搐,又宜清此”。参见五经条。

心筋 推拿穴位名。即赤淡黄筋。详该条。

心演 推拿穴位名。出陈氏《小儿按摩经》。位于两乳之间的心窝部,用治惊风。《针灸大成》卷十:“慢惊……两太阳、心演用潮粉热油拭之”。

〔一〕

尺泽 经穴名。出《灵枢·本输》。别名鬼受，鬼堂。属手太阴肺经。合(水)穴。位于肘横纹中，当肱二头肌腱桡侧缘凹陷处，微屈肘取穴。布有前臂外侧皮神经，桡神经和头静脉，桡侧返动、静脉分支。主治咳嗽，气喘，咯血，胸部烦满，咽喉肿痛，肘臂挛痛等。直刺0.3~0.5寸。艾条灸5~10分钟(图36)。

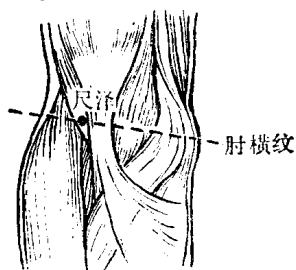


图36

引气 气功术语。即将气引运到身体一定部位。汉·董仲舒《春秋繁露》十六卷循天之道：“天气常下施于地，是故道者亦引气于足。”隋·巢元方《诸病源候论》卷一。“养生方导引法”：“鼻引气入喉，须微微缓作，不可卒急强作。待好调和，引气勿令自闻出入之声。每引气，心心念送之，从脚趾头，使气出。”

引气法 即行气法。见该条。

引水上天河 小儿推拿治疗方法之一。出《幼科铁镜》。用冷水滴儿大横纹处，两大指自大横纹推至曲池，同时用两手四指拍之，并口吹凉气送之。此法性凉，治热病。

引伸法 推拿手法名。牵拉肢体，使关节伸展活动的方法。常用于四肢和颈腰部。有舒展筋脉，缓解挛缩和帮助关节复位等作用。

引针 即出针。《素问·离合真邪论》：“候呼引针。”意指待病人呼气时出针。

引痰法 小儿推拿方法名。《幼幼集成》卷三：“凡小儿痰嗽，上气喘急，有升无降，喉中牵锯之声，须引而上行。用生白

矾一两研末，少入面粉，米粉亦可。盖生矾见醋即化成水，入面粉取其胶粘故也。好醋和作二小饼，贴两足心，布包之一宿，其痰自下”。

双凤展翅 小儿推拿方法名。出《小儿推拿广意》。用双手食、中二指分别挟住小儿的两耳之头部往上提拉。有退热除痰、祛寒、截疟等作用。用于治疗肺经受寒之证。

双龙搅水 练功方法之一。见上海中医学院附属推拿学校《推拿学》。两人对练，同取弓步，一手撑腰一手伸直握拳，两人脉门相对，用力大幅度转动肩关节。

双龙摆尾 小儿推拿方法名。出明·周于蕃《幼科推拿妙诀》。又名二龙摆尾。操作方法有三种。①左手屈按儿中指无名指，右手摇其食、小二指。见《小儿推拿秘诀·手上推拿法》。②右手拿儿食指，左手拿小指，往下摇拽。③左手托儿斗肘，右手拿其食小二指扭摇，以上二法见《幼科推拿秘书·十三大手法推拿注释》。此法能治大小便秘结。

双虎夺食 练功方法之一。见上海中医学院附属推拿学校《推拿学》。两人对练，同取弓步，两手相握后，互相争拉。

以痛为腧 针灸术语。出《灵枢·经筋》。意指对于某些病症，可以在病痛局部或压痛点作为穴位进行治疗。因为这种穴位即无点名，也无定位，所以后世有阿是穴，不定穴、天应穴之称。参见各该条。

水门 经穴别名。出《针灸甲乙经》。既水突，见该条。

水中捞月 小儿推拿方法名。出《幼科铁镜》。操作方法有二种。①在儿掌心滴冷水，旋推旋吹冷气，如运八卦相似(见《幼科铁镜》卷一)。②左手大指屈儿中指，用冷水滴在劳宫，用右手扇几下，再滴冷水于总经，以冷气吹之，又用中指节自总经按摩至曲池，并在儿臂外侧按摩(见《厘正按摩要术》卷三)。此法性凉，除大热。

水分 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名分水、中守。属任脉。位于腹正中线，脐上一寸。布有第八、九肋间神经前皮支和腹壁下动、静脉。主治腹痛，肠鸣泄泻，水肿，蛊胀；以及肾炎等。直刺0.5~1寸。艾炷灸5~7壮；或艾条灸10~20分钟。

水穴 经穴别名。出《外台秘要》。即扶突，见该条。

水针疗法 又称针注疗法，穴位注射疗法。注射局部麻醉药物者，则称穴位封闭疗法。是指用注射器的针头代针具刺入穴位，在得气后注入药液以治疗疾病的方法。它兼备针刺和注射药物的作用。临床操作时，在选取的穴位上，按肌肉注射的要求，当进针得气后，即可缓慢推入药液。一般说来，凡适合于肌肉注射的中西药物，均可据情选取。常用的有葡萄糖、各种维生素、普鲁卡因，当归、红花注射液及部分抗菌素等药物。通常用量均小于该药物的常规剂量，头面和耳部穴位须更为减少。施术时，应注意无菌操作，防止感染；必要时，须做药物过敏试验，还应避免将药液注入关节腔内或刺伤内脏。本法适应范围很广，常用于腰腿痛，肩背痛，关节痛，软组织损伤，支气管炎，哮喘，肺结核，高血压，肝炎，消化性溃疡及神经衰弱等。

水针麻醉 针刺麻醉法之一。是在水针疗法基础上发展起来的针麻方法。即按针麻要求通过注入注射用水或药液以刺激经络穴位达到镇痛作用而施行各种手术。目前应用于普通外科、五官科、胸外科、神经外科及各种门诊小手术，其中以甲状腺手术、五官科手术、颅脑手术效果较好。临床上各种手术均常规选取安眠穴，并根据循经取穴的原则选取适当穴位，如甲状腺手术取安眠穴、天窗、合谷（患侧）。麻醉开始时，先在双侧安眠穴注射镇静药液（杜冷丁50~100毫克及氯丙嗪12.5~25毫克混合后以注射用水稀释至6毫升）各3毫升，15~30分钟后依

次在其它选定的穴位内注水，一般四肢穴位注射量为3~5毫升，躯干部穴位注水量为5~15毫升，耳穴注水量为0.1~0.2毫升，或在注射水中加入少量杜冷丁（每10毫升注射水中加入杜冷丁3~5毫克）。继在切口局部宽约1厘米，长超过切口两端各1厘米的范围内皮内注水。注水完毕后20~30分钟即可开始手术，如手术时间较长，可追加注水。

水灸 推拿方法名。用刺激性药物擦脊背。《理渝骈文》。“癆瘵，用大蒜擦脊梁，名水灸”。清·邹德枢《外治寿世方·劳伤》：“治劳病人未气虚者，水灸法：……尾闾起，擦上至大椎，又从大椎起擦下至尾沟，如此数十遍”。

水谷之海 四海之一。指胃。《灵枢·海论》：“胃者水谷之海，其输上在气街，下至三里。”胃腑受纳饮食，故称。其气血输注出入的重要穴位，上在气冲，下在足三里。其症候：“水谷之海有余，则腹满；水谷之海不足，则饥不受谷食。”

水沟 经穴名。出《针灸甲乙经》。《肘后备急方》名人中。别名鬼宫、鬼市、鬼客厅。属督脉。督脉、手足阳明之会。位于鼻柱下，人中沟的上1/3与中1/3交点处。一说“在鼻下三分，衔水突起处是穴”（《扁鹊神应针灸玉龙经》）。布有面神经颊支，眶下神经分支；上唇动、静脉。主治中风昏迷，口噤不开，口眼喎斜，面肿唇动，水气浮肿，小儿惊风，心腹绞痛；以及休克，晕厥，窒息，癫痫，精神分裂症，癔病，低血压，急性腰扭伤等。

向上斜刺0.3~0.5寸（图37）。

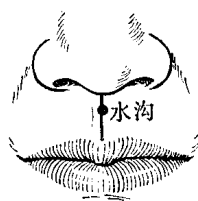


图37

水底 推拿穴位名。出《幼科推拿秘书》。位于小指及第五掌骨远端旁的尺侧一线。有清心止热作用。《幼科推拿秘书·穴象手法》：“水底穴，在小指旁，从指尖到乾宫

外边皆是”。参见水底捞月条。

水底捞月 小儿推拿方法名。用于治疗发热等症。操作方法有：①先掐总经，清天河水，滴一点水于劳宫处，用手扇几下，再滴一点水于总筋处，然后用屈曲的中指节往右运劳宫穴，并以口吹气，随吹随运。《小儿按摩经·手诀》：“先清天河水，后五指皆跪，中指向前跪，四指随后，右运劳宫，以凉气呵之，退热可用。若先取天河水至劳宫，左运呵暖气，主发汗，亦属热”。②由小指尖推向手掌根部坎宫穴，再回转至内劳宫穴，如捞物状。《幼科推拿秘书·推拿手法》：“水底者，小指边也；明月者，手心向劳宫也。其法以我手拿住小儿手指，将我大指自小儿小指旁尖，推至坎宫，入内劳轻拂起，如捞明月之状”。

水底捞明月 小儿推拿方法名。出《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》。详水底捞月条。

水泉 ①经穴名。出《针灸甲乙经》。属足少阴肾经。足少阴之郄穴。位于内踝尖与跟腱水平连线中点直下1寸，跟骨结节前上方凹陷处。布有小腿内侧皮神经及胫神经的跟骨内侧支，并有胫后动脉的跟骨内侧支通过。主治月经不调，痛经，经闭，阴挺，小便不利，目视昏花等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。②经穴别名。《千金要方》载：“石淋小便不得，灸水泉三十壮，足大敦是也。”

水俞五十七处 出《素问·水热穴论》。即肾俞五十七穴，见该条。

水突 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名水门。属足阳明胃经。位于颈侧部，人迎穴与气舍穴连线的中点处；或于胸锁乳突肌前缘，平甲状软骨下缘处取穴。布有颈皮神经，深层为交感神经发出的心上神经及交感干，并有颈总动脉通过。主治咽喉肿痛，气喘，咳嗽；以及甲状腺肿等。直刺0.3~0.5寸。艾条灸5~10分钟。

水道 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足阳明胃经。位于腹部，脐下3寸，旁开2寸处（《循经考穴编》）。另说在天枢下五寸（《针灸甲乙经》）；天枢下四寸（《针灸聚英》）；“去腹中行当各三寸”（《针灸资生经》）。布有助下神经分支，外侧为腹壁下动、静脉。主治小腹胀痛，小便不利，遗尿，便秘，月经不调，疝气等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

水罐 火罐放入水（放在药液中者称药罐）煮沸应用，故名。使用时，将罐子颠倒用镊子挟出，用折迭毛巾紧扣罐口，吸去水液，趁热吸附于穴位或病痛局部皮表。参见火罐疗法条。

水罐法 拔罐法的一种。此法是用煮水时水气之力，排去罐内空气，使罐内形成负压，以吸着在拟吸拔的穴位或皮肤上的一种疗法。由于此罐多用竹筒制成，因此，亦称竹罐疗法。其操作方法如下：将作罐放在清水中煮沸3~5分钟。然后用镊子将罐从锅内取出，倒出罐内水，并迅速用毛巾擦去罐口余水，立即罩在治疗部位上。每次留罐时间，以不超过20分钟为度。倘在留罐期间，发生疼痛或有灼热感时，立即起罐检查，以免烫伤。此法具有通经活血，逐寒去湿的作用。常用于风湿痹痛，感冒风寒等症。如配入药物同煮，则又称为药罐法。详药罐法条。

孔穴 即腧穴。晋·皇甫谧撰《针灸甲乙经》，称引《明堂孔穴针灸治要》；后《千金要方》又载：“凡孔穴在身，皆是脏腑荣卫血脉流通，表里往来，各有所主。”参见腧穴条。

孔最 经穴名。出《针灸甲乙经》。属手太阴肺经。手太阴之郄穴。位于前臂掌侧，太渊穴与尺泽穴的连线上，当太渊穴上7寸处。布有前臂外侧皮神经，桡神经浅支和头静脉，桡动、静脉。主治咳嗽，气喘，

咯血，咽痛，肘臂痛等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

幻真先生服内元气诀 气功功法。见《遵生八笺》。这是一套较全面的气功方法。共分十二诀：进诀第一，转气诀第二，调气诀第三，咽气诀第四，引气诀第五，炼气诀

第六，委气诀第七，闭气诀第八，布气诀第九，六气诀第十，调气液诀第十一，饮食调护诀第十二。各诀虽然名目不同，但大体都有吸气、呼气、咽唾、咽气，配合闭目、闭气、按摩、握固等法。

五 画

〔一〕

玉户 经穴别名。出《针灸甲乙经》。《铜人腧穴图经》作五户。即天突，见该条。

玉环俞 经穴别名。见《中国针灸学》。即白环俞，见该条。

玉英 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即玉堂，见该条。

玉枕 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足太阳膀胱经。位于后头部，当枕外粗隆上缘外侧，脑户穴旁开1.3寸处。一说在脑户穴旁开1.5寸处（《循经考穴编》）。布有枕大神经分支，和枕动、静脉。主治头痛，目眩，目痛，鼻塞，癫痫等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾炷灸3壮；或艾条灸5~10分钟。

玉房俞 经穴别名。见《中国针灸学》。即白环俞，见该条。

玉泉 ①经穴别名。出《针灸甲乙经》。即中极，见该条。②经外奇穴名。①《千金要方》：“男阴卵大，癰病，灸玉泉百壮，报之。穴在屈骨下阴，以其处卑，多不灸之。”即位于男性阴茎根上正中央、耻骨联合下缘处。②出《幼幼新书》。位于后头部，当枕外隆凸上缘，旁开头正中中线1.5寸，再直下1寸处。主治瘡痂不语等。艾炷灸3壮，或艾条灸5~10分钟。③即唾液。《茅亭客话》：“玉泉者，舌下两脉津液是也。”

玉堂 经穴名。出《难经·三十一难》。

别名玉英。属任脉。位于胸正中线，平第三肋间隙。布有第三肋间神经前皮支和乳房内动、静脉的前穿支。主治咳嗽，气喘，胸痛，呕吐，以及心绞痛等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮，或艾条灸5~15分钟。

玉液 ①道家养生术语。①指人工炼造的可以服食的丹药。《隋书》：“金丹玉液，长生之事，历代糜费，不可胜纪。”②指唾液。道家认为，吞饮玉液，可以长生。

②经外奇穴金津玉液穴之一。见金津玉液条。

击天鼓 自我按摩方法名。出《保生秘要》。即击探天鼓法。见该条。

击天磬 自我按摩方法名。即叩齿法。《杂病源流犀烛·口齿唇舌病源流》：“《养性书》曰：齿宜朝暮叩以会神。……若辟邪秽叩右齿，名曰击天磬”。

击法 推拿手法名。用空拳、手指、手掌尺侧面或桑枝棒由轻到重作有节奏地敲打。有促进气血运行，消除疼痛，缓解肌肉痉挛等作用。

击探天鼓 自我按摩方法名。又名鸣天鼓。两手掌掩耳，手指置脑后，用食指压住中指，再滑下轻弹后脑部，耳内如有击鼓之声。有清醒头脑，预防耳疾等作用。《圣济总录》卷一百九十九：“天鼓者，耳中声也。举两手心紧掩耳门，以指击其脑户。常欲其声壮盛，相续不散。一目三探，有益下丹田”。

正经 ①指本经。《难经·四十九难》：“有正经自病，有五邪所伤”。②与奇经相对，即十二经脉。《针经指南·标幽赋》：“正经十二”。

正骨推拿 治疗骨伤科疾患的推拿按摩方法。《圣济总录》卷一百四十五：“凡坠堕颠扑，骨节闪脱，不得入臼，遂致蹉跌者，急须以手揣搦，复还枢纽；次用药调养；使骨正筋柔，荣卫气血不失常度，加以封裹膏摩，乃其法也”。

正营 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足少阳胆经。足少阳、阳维之会。位于头顶部，当瞳孔直上入发际3寸处；或于头临泣后2.5寸取穴。另说在入发际2.5寸（《千金翼方》）；“目窗后一寸五分”，即入发际3.5寸（《针灸大成》）。布有额神经和枕大神经吻合支；并有颞浅动、静脉顶支和枕动、静脉的吻合网。主治偏头痛，目眩，齿痛等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾条灸5~10分钟。

去爪 古刺法名。五节刺之一。《灵枢·刺节真邪》：“去爪者，刺关节肢络也。”是指针刺关节及络脉的方法。该篇还指出，水湿形诸于外（如癰疽等），用铍石治疗，即属本法。谓祛除多余之水湿，犹剪除多余之爪甲，故名去爪。

去针 即出针，《素问·针解》：“刺虚须其实者，阳气隆至，针下热乃去针也”。见该条。

甘载 推拿穴位名。出《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》。位于第一掌骨背面。《厘正按摩要术·立法·掐法》：“甘载在掌背，合谷后”。《小儿推拿广意·阴掌九穴疗病诀》：“掐之能拯危症”。

艾斗 灸具名。其上部为金属丝绕制的弹簧斗，下部为石棉制成的衬垫，两旁有丝带以供固定之用。可用于温灸或间接灸。

艾条 即艾卷，见该条。

艾条灸 又称艾卷灸。指用艾条在穴位

或病变部位进行熏灼的方法。此法从古代太乙神针和雷火针灸法简化而来。使用简便，效果良好，为目前临床所常用。艾条灸按其操作方法，可分为悬起灸和实按灸二种，详各该条。

艾灸疗法 针灸疗法的一大类。简称灸法。指以艾绒为主要材料制成艾炷或艾条，点燃后熏熨或温灼体表穴位，给人体以温热刺激的一种治疗方法。据考古学的发掘证明，我国五十万年前的“北京人”（中国猿人）已懂得用火。火的发现和使用，给灸治提供了条件，人类就有可能用火烘烤以至灼烫病痛所在，这可看成是灸法的起始。战国时期的书籍中就有“七年之病，求三年之艾”的记载，说明灸法当时是一种通行的医疗方法。《灵枢·官能》篇曰：“针所不为，灸之所宜”。说明灸法可以弥补针刺的不足。以后的医学文献，如《针灸甲乙经》、《肘后备急方》、《千金要方》、《外台秘要》、《备急灸法》、《神灸经纶》等，对灸法都有所发展。灸法多以陈艾作为灸火材料。《名医别录》曰：“艾，味苦，微温，无毒，主灸百病”。有温经通络，升阳举陷，行气活血，祛寒逐湿，消肿散结，回阳救逆等作用。并可用于保健。艾灸疗法适应范围较广，对慢性虚弱性病症和风、寒、湿邪为患的疾病尤为适宜。

艾灸补泻 灸法名。亦称火补火泻。《灵枢·背腧》：“以火补者，勿吹其火，须自灭也；以火泻者，疾吹其火，传其艾，须其火灭也”。凡火力由小到大，慢慢深入，待火燃尽，灼伤皮肉者为补法。有温阳补虚的作用。如用口吹其火，使之速燃，使病人觉烫，不待烧及皮肉即除去艾炷者为泻法。有祛寒散结的作用。

艾卷 即用棉纸包裹艾绒制成的圆柱状长卷，故名。又称艾条。一般长20厘米，直径1.2厘米，重约10克。艾卷可以用纯艾绒或艾绒掺药制作，前者称纯艾卷，后者称药艾卷。

艾卷灸 即艾条灸, 见该条。

艾炷 艾绒制成的圆锥形艾团, 其大小根据需而定, 小的如米粒, 多用于直接灸; 大的如蚕豆, 多用于间接灸。制作时务求紧实。

艾炷灸 是将艾炷直接或间接置于穴位上施灸的一种方法。临床上可分为直接灸和间接灸两法。是灸法的主体。施灸时艾炷的大小、多少, 当以疾病的性质、病情的轻重和施灸的部位结合考虑。如初病体质强壮, 艾炷宜大, 壮数宜多。久病体质虚弱, 艾炷宜小, 壮数宜少。头面胸部不宜大炷多壮; 腹部腰背则艾炷宜大, 壮数宜多; 四肢末端皮薄骨多, 不可多灸; 肩背和四肢皮厚肉多之处, 多灸无妨。妇孺宜少; 壮男可多等。

艾绒 由菊科植物艾蒿的干叶制成。是因其色泽灰白, 柔软如绒, 故名。艾绒有粗细之分。粗者多用于温针或制作艾条, 细者多用于制作艾炷。质地以陈年者为佳。

本节 骨骼部位名。指掌关节或趾蹠关节的圆形突起部。《灵枢·骨度》: “腕至中指本节长四寸, 本节至其末长四寸半”。

本池 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即廉泉, 见该条。

本经选穴法 即循经选穴法, 见该条。

本神 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足少阳胆经。位于头正中线, 入前发际0.5寸, 旁开3寸处; 或于神庭穴与头维穴间连线的内三分之二与外三分之一交点处取穴(《铜人针灸腧穴图经》)。另说“在曲差两旁各一寸五分, 在发际”(《针灸甲乙经》); “在临泣外一寸半”(《医学入门》); “在临泣旁一目寸”(《针灸集成》)。布有额神经外侧支, 并有颞浅动、静脉额支和额动、静脉外侧支通过。主治头痛, 目眩, 颈项强痛, 癫痫; 以及眶上神经痛等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾条灸5~10分钟。

打马过天门 小儿推拿方法名。即打马过天河。详该条。

打马过天河 小儿推拿方法名。出陈氏《小儿按摩经》。又名打马过天门。操作方法有五种。①用右大指面运儿内劳宫, 再将四指屈起, 使其指尖向上, 以右大指自总经弹至天河(见陈氏《小儿按摩经·手诀》)。

②用食、中、无名指由儿上马穴边经手背推到天河, 与捞明月相似(见《小儿推拿方脉活婴秘旨全书·十二手法诀》)。③用食、中指从儿上马穴边打起, 直到天河, 去四回三, 至曲池处弹一下(见《幼科推拿秘书·十三大手法推拿注释》)。④用左大指捏儿总筋, 左大、中指沿天河弹至曲池, 反复几遍, 再掐肩井、琵琶、走马等穴(见《厘正按摩要术》卷三)。⑤中指为午位, 属马。用食、中指弹儿中指甲十余次, 随后拿至天河, 按揉数次, 再用食、中指沿天河打至手弯处数次(见《小儿推拿秘诀·手上推拿法》)。以上五法性温凉, 治寒热往来; 行气和血, 通关节脉窍。⑥一手握住患儿手掌, 一手用大指由其手心劳宫穴往上推至腕上三寸间使穴, 然后左转推回至劳宫穴。推左手者经腕臂尺侧部而还; 推右手者经腕臂桡侧部而还。推劳宫可补心气, 推左手由尺侧而还可通小肠之气, 推右手经桡侧而还可通大肠之气(见《脏腑图点穴法·点穴法》)。

打天钟 自我推拿方法名。即叩齿法。《杂病源流犀烛·口齿唇舌病源流》: “《养性书》曰: 齿宜朝暮叩以会神。……当叩左齿三十六, 名曰打天钟”。

打灯火 即灯火灸。见该条。

打法 推拿手法名。用力拍打治疗部位。与拍法相似但用力较重。《千金要方·老子按摩法》: “若有脚患冷者, 打热便休”。

打躬势 练功方法之一。出《易筋经》。取直立位, 两足稍分开, 两手抱头, 掌心紧贴耳门, 弯腰直膝俯首, 尽量使头靠近两膝, 再挺身直立。《易筋经》: “两肘用力夹抱后脑, 头前用力探出, 牙咬, 舌抵上腭, 躬身低头至腿, 头耳掩紧, 鼻息调匀”。

厉兑 经穴名。出《灵枢·本输》。属足阳明胃经。井(金)穴。位于第二趾外侧趾甲角旁约0.1寸处。布有腓浅神经的趾背神经和趾背动、静脉形成的趾背动、静脉网。主治面肿,口渴,齿痛,鼻衄,咽喉肿痛,心腹胀满,胃脘疼痛,热病,多梦等。斜刺0.1~0.2寸;或点刺出血。艾炷灸1~3壮,或艾条灸3~5分钟。

布针 出《针灸甲乙经》。即巾针。《类证本草》谓“布针,用缝布大针也”。参见巾针条。

左右开弓 自我推拿方法名。一手侧平举,一手向胸前屈曲如拉弓状,两目注视屈曲之手。左右手轮作。《寿世青编·十二段动功》:“左右开弓:……将左手伸直,右手作攀弓状,以两目看右手。左右各三次,泻三焦火,可以去臂腋风邪积气”。

左右配穴法 指左右两穴同时应用的方法。常用于内脏病变,如胃病取两侧胃俞,心悸取两侧神门,呕吐取两侧内关等。

左颊右颊 推拿穴位名。《幼科推拿秘书·穴象手法·穴道图象·穴在面者》:“左颊右颊,在颧之旁”。

左端正 推拿穴位名。出《小儿推拿广意》。位于左手中指远端指骨的桡侧边缘。《厘正按摩要术·立法·针法》:“端正在中指端两旁”。掐左端正,能止泻。《小儿推拿广意·中卷·杂症门》:眼“右视,掐左端正穴”。但《幼科推拿秘书·推拿病症分类·目疾门》:“左视掐左端正”。

右关 见石关条。

右端正 推拿穴位名。出《小儿推拿广意》。位于左手中指远端指骨的尺侧边。用掐法,能止吐。《厘正按摩要术·立法·掐法》:“端正者在右者,中指端右侧,掐之止吐”。《小儿推拿广意·中卷·杂症门》:“眼左视,掐右端正穴”。但《幼科推拿秘书·推拿病症分类·目疾门》:“右视掐右端正”。

石门 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名命门、丹田、利机、精露。属任脉。三焦之募穴。位于腹正中线,脐下2寸。布有第十一肋间神经前皮支,腹壁浅动、静脉分支和腹壁下动、静脉分支。主治小腹痛,疝气,月经不调,痛经,经闭,泄泻,痢疾,遗尿,尿闭,以及功能性子宫出血,尿潴留,高血压等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~7壮;或艾条灸10~20分钟。《针灸甲乙经》:“女子禁不可刺灸中央,不幸使人绝子”。

石关 经穴名。出《针灸甲乙经》。《太平圣惠方》作右关。别名石阙。属足少阴肾经。冲脉、足少阴之会。位于腹正中线脐上3寸,旁开0.5寸处(《类经图翼》)。另说在脐上2寸,旁开0.5寸(《针灸甲乙经》);脐上2寸,旁开1.5寸(《铜人腧穴针灸图经》)。布有第八肋间神经,并有腹壁上动、静脉的分支通过。主治腹痛,呕吐,呃逆,便秘等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~7壮;或艾条灸5~10分钟。

石针 即砭石。《礼记内则》:“古者以石为针,所以为刺病”。

石留黄 即硫黄。见该条。

石黄 即雄黄。见该条。

石阙 经穴别名。出《千金要方》注。即石关,见该条。

龙入虎口 小儿推拿方法名。出陈氏《小儿按摩经》。陈氏《小儿按摩经·诸穴治法》:“板门穴,往外推之,退热除百病;往内推之,治四肢掣跳。用医之手大拇指,名曰:龙入虎口”。

龙玄 经外奇穴名。出《针灸大成》。位于前臂桡侧,列缺穴上方之静脉处。主治中风口喎,下牙痛,手痛等。艾炷灸3~7壮。

龙角 推拿穴位名。又名文台。位于左鬓发处。《幼科推拿秘书·穴象手法·穴道图象·穴在面者》:“龙角,一名文台,在左鬓毛”。

龙虎 养生术语。炼丹中龙为水，虎为火，又龙为坎，虎为离（据《苏沈良方》）。气功中龙指心火，虎指肾水。又常以两字代表性别，龙为男，虎为女（据《遵生八笺》）。

龙虎石 养生药物。又名秋石、真汞。见《遵生八笺》和《苏沈良方》。系从青少年男女尿中提取的一种药物。据称有补益作用。

龙虎升降 针刺手法名。出《针灸问对》。亦称龙虎升腾。其法进针后先在浅（天）部左盘一圈，紧按至中（人）部，随即慢提至浅部，右盘一圈，如此反复九次，然后将针轻插至深（地）部，先右后左盘旋，各紧提慢按六次。最后据情使用按法，按之在前，使气在后，按之在后，使气在前，有调和阴阳，宣通经络的作用。适用于一切经络壅滞、气血不通之症。

龙虎升腾 即龙虎升降，见该条。

龙虎交战 针刺手法名。出金·窦汉卿《金针赋》。其法进针后先左转（大指向前）九次，后右转（大指向后）六次，反复交替施行。也可分浅、中、深三层重复进行。有疏通经气的作用。适于疼痛性疾患。

龙虎经 书名。著者不详，宋·王道为之注疏。全书分三十三卷，内容专论炼丹。

龙泉 见龙渊条。

龙渊 经穴别名。出《针灸甲乙经》。《千金要方》作龙泉。即然谷，见该条。

龙烟 气功术语。肝神的代名词。《简易方》：“肝名龙烟”。

龙颌 经外奇穴名。出《千金要方》。位于前正中线胸骨剑突末端向上1.5寸处。一说“在鸠尾穴上1.5寸”（《中国针灸学》）。主治胃脘寒痛，喘息等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

平手托塔 练功方法之一。见上海中医学院附属推拿学校《少林内功》。两手屈肘仰掌置于两腰，两手仰掌向前推出，犹似托

物在手，待推足后再缓缓收回至腰间。

平针法 进针后达到得气而不分补泻的方法。《医经小学》：“先说平针法……掐穴故教深，持针安穴上，令他嗽一声，随嗽归天部，停针再至人，再停归地部，待气候针沉，气若不来至，指甲切其经，次提针向病，针退天地人。”本法适用于不虚不实和虚实难分的疾病。近人亦有称之为平补平泻法。

平补平泻 ①指先泻后补的补泻方法。《神应经》：“……平补平泻，须先泻后补，谓之先泻邪气，后补真气”。②指调和气血，平衡阴阳的补泻方法。《针灸大成》：“有平补平泻，谓其阴阳而平也。阳下之曰补，阴上之曰泻。但得内外之气调则已。”故亦称调和法。现今多以中等强度的捻转、提插为平补平泻。用以治疗虚实不太显著或虚实兼有的病证。

平刺 即横刺，见该条。

平推法 推拿手法名。为推法的一种。分别以手指、全掌、掌根、大鱼际或小鱼际为着力点，贴于人体的一定部位上，用力向前作直线移动。有温通经络，利气活血，祛风散寒，消肿等作用。《灵枢·刺节真邪》：“以两手四指……推下至缺盆中……此所谓推而散之者也”。《保赤推拿法》：“推者，医指按儿经穴，挤而上下之也。”《厘正按摩要术·推法》：“推须着力，故推必沾汤，否则有伤肌肤。……推从摩法出，……按少而摩多者，均以宣通为得其法也”。

平掌押手法 即骈指押手法。见该条。

匝（zā 扎）风 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即脑户，见该条。

〔 1 〕

卡法 推拿手法名。将一手的腕部或前臂垫压病员肘或膝关节的屈侧面，另一手握住病员的手腕或脚踝，屈曲肘或膝关节，使该关节受到压挤。

归来 ①经穴名。出《针灸甲乙经》。别名溪穴。属足阳明胃经。位于腹部，脐下4寸，旁开2寸处（《针灸甲乙经》、《千金要方》）。一说“去腹中行当各三寸”（《针灸资生经》）。布有髂腹下神经，外侧有腹壁下动、静脉通过。主治腹痛，疝气，月经不调，闭经，崩漏，带下，阴挺，遗精，阳痿等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。②经外奇穴别名。即遗道。《千金要方》：“妇人阴冷肿痛，灸归来三十壮，三报，侠玉泉五寸是其穴”。参见遗道条。

归法 推拿方法名。见曹锡珍《外伤中医按摩疗法》。①用两手掌或两手指对合在治疗部位上进行压挤。②即拨法。见该条。

目寸 同身寸之一。以患者本人内、外眼角间宽度为1寸量取穴位，故名。《医学入门》：“头部横寸：以眼内眦角至外眦角为一寸”。

目下网 见目纲条。

目下纲 见目纲条。

目上网 见目纲条。

目上纲 见目纲条。

目内眦 人体部位名。指内眼角。《灵枢·经脉》：“膀胱足太阳之脉，起于目内眦”。

目本 人体部位名。指眼球深部。《灵枢·寒热病》：“足阳明有挟鼻入于面者，……对入系目本”。或指眼系。《灵枢·寒热病》：“足太阳有通项入于脑者，正属目本，名曰眼系”。

目外眦 见目锐眦条。

目系 指眼球后方通入颅腔的组织。亦称眼系。《灵枢·经脉》：“心手少阴之脉……其支者，从心系上挟咽，系目系”。

目纲 人体部位名。指上、下眼睑部。《医宗金鉴》：“目纲者，即上、下目胞之两睑也，又名曰睫，司目之开阖也”。其中上眼睑部又称目上纲（或作目上网），下眼睑部

又称目下纲（或作目下网）。

目明 经外奇穴名。出《扁鹊心书》。正视时，位于瞳孔直上入发际处，主治头痛，目赤，视力减退等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾炷灸1~3壮；或艾条灸3~5分钟。

目瞤 经穴别名。出《外台秘要》。即丝竹空，见该条。

目锐眦 人体部位名。亦称目外眦。指外眼角。《灵枢·经脉》：“胆足少阳之脉，起于目锐眦”。

目窗 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名至营。属足少阳胆经。足少阳、阳维之会。位于瞳孔直上入发际1.5寸处；或于头临泣后1寸取穴。一说在“临泣后一寸半”（《针灸大成》）。布有额神经内、外侧支的吻合支和颞浅动、静脉额支。主治头痛，目眩，目赤肿痛，青盲内障，鼻塞，面目浮肿，惊痫等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾条灸5~10分钟。

目临泣 见头临泣条。

申脉 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名阳跷。属足太阳膀胱经。八脉交会穴之一，通阳跷。位于足外踝下缘之中点凹陷中。布有腓肠神经和外踝动脉网。主治头痛，眩晕，癫、狂、痫，腰腿痛，足踝关节痛等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟（图38）。

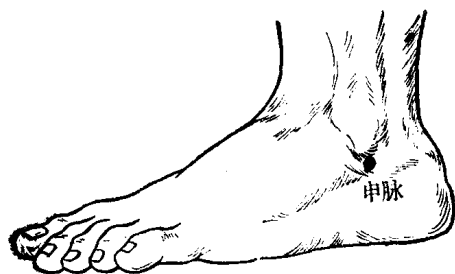


图38

叩齿 自我推拿方法名及养生术语。又名鸣天鼓。见《诸病源候论·鬼邪候》。又名琢齿。使上、下齿互相叩击如咀嚼状。龚

居中《红炉点雪·却病延年一十六句之术》：

“齿之有疾，乃脾胃之火熏蒸。每日清晨，或不拘时，叩齿三十六遍，则气自固，虫蛀不生，风邪消散”。

叩法 推拿手法名。操作同击法，用力较重。

电针机 针灸仪器名。指在电针疗法、针刺麻醉中使用的一种电能输出器。种类很多，目前临床使用的多为晶体管电针机，性能比较稳定。操作时，在进针得气后，将电针机的两极分别连接在已刺入穴位的两根针柄上，选择需要波形，开启电源开关，将输出电位器由0度逐渐调高至需要的或病员所能忍受的强度，至预定时间后，再将输出电位逐渐调至0度，关闭电源，除去电极。电针机应用于针刺麻醉时称针麻仪。参见电针疗法条。

电针疗法 针刺疗法之一。指在刺入穴位的针具上，用电针机通电，将电流刺激和针刺结合起来的的治疗方法。我国在解放前就有报道，近年来应用更为普遍。临床操作时，选取两个适宜穴位，进针得气后，即可按电针机使用要求给予电流刺激，至予定时间达到刺激量时，即可停止通电，然后退针。施术时，必须选用性能正常的电针机，并注意检修针具、防止折针。本法应用范围很广，除体针外，耳针、头针、面针等均可参用本法。并应用于针刺麻醉。对延髓附近的穴位，电流不宜过强；心脏病患者使用本法时，须避免电流回路通过心脏，以防发生意外。

电针麻醉 针刺麻醉法之一。指针刺入穴位后用电麻仪（即电针机）通过毫针输入电流而达到镇痛目的，以施行手术的方法。它是在电针疗法的基础上发展起来的一种针麻方法。目前普遍应用于各种针麻手术。

电灸器 灸具名。利用电热代替燃艾作为热源进行灸治的器具。接通电源，调节到适宜温度后，即可施灸。

出爪亮翅 练功方法之一。出《易筋经》。两手上举过顶，足尖着地，十指用力张开，然后两手左右分开而下，足跟着地，再推手向前，用力握拳后收回至两腰部。《易筋经》：“掌向上分，足趾拄地，两肘用力，并腿立直，鼻息调匀，目观天门，牙咬，舌抵上腭，十指用力，腿直，两拳收回，如挟物然”。

出针 指将针从刺入的穴位内拔出。出《灵枢·厥病篇》。又称引针、去针、发针、拔针、退针，俗称起针。金·何若愚在《流注指微赋》中指出：“出针贵缓，急则多伤”。参阅出针法条。

出针法 指将针从刺入的穴位内拔出的方法。一般是左手持消毒干棉球按于针旁皮肤上，以右手轻转针体，缓慢外提，逐步退出。避免快速猛抽，以防出血和遗留疼痛。如出现弯针或折针者，处理方法见各该条。

四开 《奇效良方》：“四开四穴，合谷并行间。是穴手足共四穴”。后《针灸大成》等名为四关。

四气街 又称四街。见气街条。

四末 指四肢的末梢部位。《灵枢·九针十二原》：“治之者反取四末”。

四白 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足阳明胃经。位于瞳孔直下1寸，当眶下孔处。布有面神经分支，正当眶下神经处；并有面动、静脉分支及眶下动、静脉分支通过。主治目赤痛痒，口眼歪斜，眼睑瞤动，头痛，目眩；以及急、慢性结膜炎，角膜炎，近视，鼻旁窦炎，胆道蛔虫症，三叉神经痛等。直刺0.3~0.5寸。不宜过深，以防刺伤眼球。

四合 出《灵枢·经别》。指手太阳与手少阴经别相合而言。

四关 ①指四肢肘、膝关节。《灵枢·九针十二原》：“十二原出于四关”。②指肘、膝关节以下的五俞穴。见《扁鹊神应针灸玉龙经·标幽赋》注。③指合谷、太冲两

穴。见《针灸大成》。

四花 经外奇穴名。出《外台秘要·崔氏别录》，所述取穴法繁复。《针灸聚英》认为：“合太阳行背二行膈俞、胆俞四穴”今多从之。主治癆瘵，咳嗽，喘息，虚弱羸瘦等。艾炷灸7~15壮。

四花患门 即四花与患门两穴之联称。详各该条。

四神聪 即神聪，见该条。

四总穴 明代以前针灸医家在临床实践中总结出来的四个经验穴，即足三里、委中、列缺、合谷。《针灸聚英·四总穴歌》：“肚腹三里留，腰背委中求，头项寻列缺，面口合谷收”。说明头项、面口、肚腹、腰背部的病症，不论是虚实寒热，发病的急暴缓慢，都可以据情选用，或再配其它穴位治疗。后人在此基础上，更增“胸胁内关应，急救水沟谋”两句，亦属经验之谈，名称六总穴。

四根三结 《针经指南》：“更穷四根三结，依标本而刺无不痊”。经脉以四肢末端为根，称为“四根”，以头、胸、腹三部的一定部位为结，称为“三结”。四根三结，说明四肢与头身之间经脉和穴位主治上的相互联系。临床上取四肢穴位治疗头面躯干疾病，与根结之间的相互联系有关。

四海 指人身水谷、气、血、髓所汇聚之处。《灵枢·海论》：“人有髓海（脑）、有血海（冲脉）、有气海（膻中）、有水谷之海（胃）。凡此四者，以应四海也”。详各该条。

四渎 经穴名。出《针灸甲乙经》。属手少阳三焦经。位于前臂背侧，肘尖（尺骨鹰咀）下5寸，尺、桡两骨间。布有前臂背侧皮神经，前臂内侧皮神经，深层有前臂骨间背侧神经和骨间掌侧神经；并有前臂骨间背侧动、静脉通过。主治头痛，耳聋，齿痛，暴暗，臂痛，上肢麻痹等。直刺0.5~1.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10

分钟。

四街 即四气街。《灵枢·动输》：“四街者，气之径路也”。见气街条。

四满 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名髓府、髓中。属足少阴肾经。冲脉、足少阴之会。位于腹正中线脐下2寸、旁开0.5寸处（《铜人腧穴针灸图经》）。另说在脐下1.5寸，旁开0.5寸（《针灸甲乙经》）；脐下2寸，旁开1寸（《针灸大成》）；脐下2寸，旁开1.5寸（《针灸资生经》）。布有第十一肋间神经，并有腹壁下动、静脉的肌支通过。主治少腹痛，泄泻，月经不调，崩漏，带下，不孕症，遗精，疝气，小便淋沥等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

四缝 经外奇穴名。出《奇效良方》。位于手二、三、四、五指掌侧面，近端指关节横纹中点，左右计8穴。另说在二、三、四、五指掌侧面，远端指关节横纹中点（《针

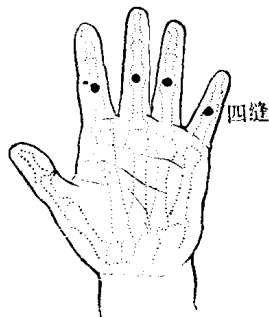


图39

灸穴位及其疗法便览》)；或近端指关节横纹之两头处（《中国针灸学》）。主治疳积，百日咳，蛔虫症等。三棱针浅刺0.1~0.2寸，挤出黄白色粘液（图39）。

四横纹 推拿穴位名。出陈氏《小儿按摩经》。分别位于食、中、无名、小指掌指关节屈侧的横纹处，一手有四穴。应用时用推法，有和气血，退热除烦等作用。可治不思乳食，手足常掣，头偏左右，肠胃湿热，眼目翻白，气急气喘，肚腹疼痛，口眼歪斜，嘴唇破烂等症。

〔ノ〕

失眠穴 经外奇穴名。位于足底跟部，当足底中线与内、外踝尖连线相交处。主治失眠，脚底痛等。直刺0.3~0.5寸。艾条灸

5~15分钟。

禾髻 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名颞、长颞。属手阳明大肠经。位于鼻翼外缘直下，与水沟穴平齐处。布有面神经与眶下神经的吻合支；并有面动、静脉的上唇支通过。主治鼻塞，鼻衄，鼻息肉，口喎等。直刺或斜刺0.3~0.5寸。

付阳 见跗阳条。

丘墟 经穴名。出《灵枢·本输》。属足少阳胆经。原穴。位于足背外侧，外踝前下缘，当趾长伸肌腱外侧凹陷处。一说“去临泣一寸”（《针灸甲乙经》）。布有足背中间皮神经分支及腓浅神经分支；并有外踝前动脉分支通过。主治胸胁满痛，颈项强，腋肿，下肢痿痹，疟疾，脚气，足跟痛；以及肋间神经痛，坐骨神经痛等。直刺0.5~1寸。艾条灸5~10分钟。

仙人指路 练功方法之一。见上海中医学院附属推拿学校《推拿学》。两手屈肘仰掌置于两腰，一手仰掌上提至胸前，翘掌向前推出，推足后旋臂握拳，蓄劲而收至腰部。两手交替进行。

白马分鬃 练功方法名。见杜自明《中医正骨经验概述》。取骑马势，躬腰，两手交叉于膝前，挺腰，两臂随之上举至头前方，然后掌心向外，两上肢左右分开作迴旋运动。适用于治疗肩部疾患。

白芥子灸 药物发泡灸之一。用白芥子研末调敷有关穴位上使之发泡的治法。敷贴时间约3~4小时，以局部起泡为度。用治肺结核，哮喘，口眼喎斜等。也有加用他药物专治冷哮的。《张氏医通》治冷哮法用白芥子净末、延胡索各一两，甘遂、细辛各五钱，共为末，入麝香五分，杵匀，调敷肺俞、膏肓、百劳等穴，涂后麻臂疼痛，切勿便去，候二炷香足去之，十日后涂一次。

白针 指单纯针刺，不用温针等其他辅助方法。《千金要方》：“但其孔穴与针无忌，即下白针，若温针讫，乃灸之”。

白虎摇头 针刺手法名。出金·窦汉卿《金针赋》。又名赤凤摇头。其法进针后，先插针左转，再提针右转，并左右摇动如手摇铃状，如此反复操作六次或六的倍数。有行血的作用，适用于治疗血瘀等症。

白环俞 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名玉环俞、玉房俞。属足太阳膀胱经。位于骶部，平第四骶后孔，距骶正中中线1.5寸处。一说“除脊各寸半”（《针灸资生经》）。布有臀下皮神经，第三、四骶神经后支的外侧支和臀下神经；并有臀下动、静脉通过，深层为阴部内动、静脉。主治遗精，疝气，白带，血崩，大小便不利，腰骶痛；以及坐骨神经痛，下肢瘫痪等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

白筋 推拿穴位名。又名阴筋。出陈氏《小儿按摩经》。位于腕部掌侧横纹，正对无名指处。性微凉，能退热。治胸膈胀满，头昏痰盛。

白鹤展翅 练功方法名，见杜自明《中医正骨经验概述》。取弓箭步，两肩放松，两手交叉，一手搁于对侧肩上，另一手搁于对侧腋下，然后两手张开呈侧平举状，两手一上一下，交替进行。适用于肩部疾患。

白蟒吐舌 推拿手法名。见杜自明《中医正骨经验概述》。使上肢作前伸动作。常用于漏肩风、肩部扭伤等症。

白礞 炼丹药物。即硫化砷铁(FeAsS)。为八石之一。在天然矿中，色白如银。《抱朴子·金丹》：“五石者，丹砂、雄黄、白礞、曾青、慈石也。”

他经选穴法 见异经选穴法条。

鸟戏 导引法。模仿鸟类动作的一种体操活动。战国时期（公元前475~201年间）《庄子》有“熊经鸟伸”的叙述。马王堆三号墓出土的西汉初年（公元前168年前）帛画《导引图》有“鹤□”、“鹞”等图。《后汉书·华佗传》始列入五禽戏中。《云笈七籤·导引按摩》（似为宋以前著作）有简单

动作记述：“鸟戏者，双立手，翘一足，伸两臂，扬眉鼓力，右二七。坐伸脚，手挽足距各七，缩伸二臂各七也”。此后流派甚多。

丛毛 见三毛条。

丛针 皮肤针之一。将毫针集簇成丛，外加捆扎，故名。参见皮肤针条。

印堂 经外奇穴名。出《扁鹊神应针灸玉龙经》。位于两眉头连线中点。布有滑车上神经的额上支，两侧有额内侧动、静脉分支通过。主治头痛，眩晕，感冒，目痛，鼻衄，失眠，小儿急、慢惊风，产后血晕；以及鼻炎，高血压等。沿皮刺0.5~1寸。艾条灸5~10分钟。

外八卦 推拿穴位名。出陈氏《小儿按摩经》。位于左手掌背中心周围。参见八卦条。《针灸大成·卷十·阴掌图各穴手法仙诀》：“外八卦，通一身之气血，开脏腑之秘结，穴络平和而荡荡也”。

外三合 气功术语。见秦仲三《气功疗法和保健》。即肩与胯合，肘与膝合，手与足合。

外丹 养生术语。古代藉服用炼成的丹药和其它药物以求长生，这些药物统称外丹。

外勾 经穴别名。出《针灸大全》。《东医宝鉴》作外丘。即伏兔，见该条。

外丘 ①经穴名。出《针灸甲乙经》。属足少阳胆经。足少阳之郄穴。位于小腿前外侧，外踝尖上7寸，当腓骨前缘处；或于阳交穴前方1寸取穴。一说“在外踝上六寸”（《循经考穴编》）。布有腓浅神经和胫前动、静脉肌支。主治头项痛，胸胁痛，腿痛，脚气，下肢麻痹；以及肝炎，胆囊炎，坐骨神经痛等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~5壮；艾条灸5~10分钟。②经穴别名。见外勾条。

外关 经穴名。出《灵枢·经脉》。属手少阳三焦经。手少阳之络穴。八脉交会穴

之一，通阳维。位于腕部背横纹上2寸，尺、桡两骨间。布有前臂背侧皮神经，深层有桡神经之前臂骨间背侧神经，正中神经之骨间掌侧神经，并有前臂骨间背侧动脉和前臂



图40

骨间掌侧动脉本干通过。主治感冒，头痛，发热，耳鸣，耳聋，目痛，咽肿，口眼喎斜，瘰癧，胸胁痛，手颤指麻，肘臂屈伸不利等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟（图40）。

外阳 经穴别名。《扁鹊神应针灸玉龙经》：“外阳，在外踝上三寸，阳跷郄”。所指即跗阳。

外劳宫 经外奇穴名。出《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》。位于手背中央，与掌心相对处。主治落枕，五谷不消，腹痛泄泻，掌指麻痹，五指不能屈伸，小儿脐风，手背红肿发痛等。直刺0.5~1寸。艾炷灸1~3壮；或艾条灸3~5分钟。

外枢 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即维道，见该条。

外命 经穴别名。出《外台秘要》。即复溜，见该条。

外经 指经脉的外围部分。《灵枢·邪气脏腑病形》：“荣输治外经，合治内府”。

外陵 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足阳明胃经。位于腹部脐下1寸，旁开2寸处。另说“在天枢下半寸”（《千金要方》）；“去腹中行当各三寸”（《针灸资生经》）。布有第十肋间神经分支，并有第十肋间动、静脉分支及腹壁下动、静脉分支。主治腹痛，泄泻，痢疾，痛经，疝气，腹胀等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

外维 指外眼角的联系组织。《灵枢·

经筋》：“足少阳之筋……结于目眦为外维”。

外踝 见踝骨条。

外踝尖 经外奇穴名。出《千金要方》。位于足外踝之高点上。主治淋病，脚气，牙痛，白虎历节风痛，小腿外侧肌群痉挛等。点刺出血。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

外膝眼 见膝鼻条。

句漏 山名。又作勾漏。在今广西北流县东北十五里。因山中多洞，洞洞相通，故名。相传晋·葛洪曾在此山白沙洞炼丹。洞方圆达百亩。下有枯井八处，传为采沙处。《晋书·葛洪传》：“有洪为句漏令事。”

包络 见《厘正按摩要术》。即胞络。详该条。

〔 〕

主客配穴法 即原络配穴法。见该条。

玄冥 气功术语。肾神的代名词。《简易方》：“肾名玄冥”。

闪罐法 拔罐法的一种，当火罐吸着体表后，立刻除去，又吸上；如此随拔随除，反复多次，直至皮肤潮红为止（一般约需10余次）。如操作时发现罐体太热，必须另换火罐，以免烫伤皮肤。本法多用局部肌肉麻木等症。

半刺 古刺法名。五刺之一。《灵枢·官针》：“半刺者，浅内而疾发针，无针伤肉，如拔毛状，以取皮气，此肺之应也”。是指浅刺及皮，并迅速出针的针刺方法。以其所刺极浅，如常法之半，故名半刺。因肺合皮毛，故本法应肺而用于治疗与肺有关的咳嗽痰喘等疾患。

头皮针疗法 即头针疗法，见该条。

头冲 出《千金要方》。《千金翼方》作颈冲，并曰：“一名臂臑”。近人因作臂臑穴别名。

头针疗法 又称头皮针疗法。是指针刺

头皮上特定刺激区的治疗方法。它是近年来我国医务工作者，将针刺疗法和现代医学关于大脑皮层功能定位的理论相结合，在大脑皮层相应的头皮投射区进行针刺，治疗某些中枢神经系统疾患取得了良好效果的基础上，发展起来的一种针刺疗法。临床操作时，以毫针在选定的刺激区上，沿皮快速进针至一定深度，予以大幅度（720°~1080°）、高频率（200次/分左右）捻转，出现针感后，仍持续捻转3~5分钟，留针10~20分钟，期间可再行捻转2次。亦可加用电针刺激。本法对中枢神经系统疾患效果较佳，如中风后遗症，震颤性麻痹，舞蹈病，肌萎缩性侧索硬化症，神经性头痛等。

头针疗法刺激区定位及主治作用表

名 称		定 位	主 治	
运 动 区	下 肢、 躯 干 区	以前后正中中线（眉间和枕外粗隆顶点下缘的连线）中点后0.5公分（约同身寸的1/4）处为上点，眉枕线（眉中点上缘和枕外粗隆尖端的头侧面连线）和鬓角发际前缘的交点为下点作一连线为本区	对本区上1/5处 对本区中2/5处 对本区下2/5处	对侧下肢瘫痪 对侧上肢瘫痪 对侧中枢性面瘫，运动性失语，流涎症，发音障碍
	上 肢 区			
	面 区			
感 觉 区	下肢、头、 躯 干 区	自运动区向后平移1.5厘米（同身寸的3/4）为本区	本 区 上1/5 处	对侧腰腿痛、麻木、感觉异常，后头部、颈项部疼痛，头晕
	本区中 2/5处		对侧上肢麻木、疼痛、感觉异常	
	本 区 下2/5 处		对侧偏头痛，三叉神经痛，牙痛，颞颌关节炎，面部麻木	
足 运 感 区		在前后正中中线两侧旁开各1厘米，与该线平行，自感觉区上点后1厘米平齐处向前进针3公分，为本区	下肢瘫痪、麻木、疼痛，急性腰扭伤，夜尿，子宫脱垂	
舞蹈、震颤控制区		自运动区向前平移1.5厘米为本区	小儿风湿性舞蹈病，震颤性麻痹	
血管舒缩区		自舞蹈震颤控制区向前平移1.5厘米为本区	皮层性浮肿，高血压	

名 称	定 位	主 治
晕 听 区	在耳尖直上1.5厘米处向前后各2厘米处作一水平线, 计长4厘米, 即为本区	神经性耳鸣, 头晕, 听力下降, 内耳性眩晕
言 语 ₂	自顶骨结节后下2厘米处, 向后作平行正中中线长3厘米的直线, 即为本区	命名性失语症
言 语 ₃	晕听区中点向后平移4厘米为本区	感觉性失语症
运 用 区	以顶骨结节为起点, 向下、前、后分别成40°角, 刺三针, 每针进针3厘米	失用症
视 区	自枕外粗隆平齐, 旁开1厘米处, 向上与正中中线平行作4厘米长直线, 即为本区	皮质性失明症
平 衡 区	自枕外粗隆平齐, 旁开3.5厘米处, 向下与正中中线平行作4厘米长直线, 即为本区	小脑疾病引起的平衡失调
胃 区	以瞳孔直上的发际处为起点, 向后与正中中线平行作2厘米长的直线, 即为本区	对上腹部不适有一定治疗作用
肝 胆 区	从胃区向前作2厘米长的直线, 即为本区	对右上腹及右季肋部疼痛、慢性肝炎有一定治疗作用
胸 腔 区	在胃区及前后正中中线之间, 以发际为中点向上、下各取2厘米长直线, 即为本区	哮喘, 胸部不适, 室上性阵发性心动过速
生 殖 区	在胃区外侧, 以胃区和胸腔区的距离向后作长2厘米的直线, 即为本区	功能性子宫出血, 配足运感区可治子宫下垂

头针麻醉 针刺麻醉法之一。是在头针疗法基础上发展起来的针麻方法, 即按针麻要求在头针刺激区针刺以进行手术。临床上可根据手术部位及手术所涉及的脏腑器官选取相应的刺激区。一般均须取用手术部位对侧的相应感觉区, 其它均取双侧, 大部分手术须配合体针穴位注射, 如胃切除术可选取感觉区上五分之一, 胃区及足三里穴位封闭。参见头针疗法条。

头角 人体部位名。亦称额角。指前发际在左、右两端弯曲下垂所呈之角。《灵枢·

经脉》: “胆足少阳之脉……上抵头角”。

头临泣 经穴名。《针灸甲乙经》名临泣; 《圣济总录》名目临泣; 《针灸资生经》名头临泣。属足少阳胆经。足太阳、足少阳、阳维之会。位于眉中直上入发际0.5寸, 正视时与瞳孔相直; 或于神庭穴与头维穴连线之中点取穴。布有额神经内、外侧支的吻合支和额动、静脉。主治头痛, 目眩, 目外眦痛, 目翳, 鼻塞, 鼻渊, 惊痫等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾条灸5~10分钟。

头窍阴 经穴名。《针灸甲乙经》名窍阴; 《圣济总录》名首窍阴; 《针灸资生经》名头窍阴。别名枕骨。属足少阳胆经。足太阳、少阳之会。位于耳后颞骨乳突后上方, 天冲穴与完骨穴间平行耳后发际弧形连线的下1/3与中1/3交点处。布有枕大神经和枕小神经吻合支及耳后动、静脉分支。主治头项痛, 耳痛, 耳鸣, 耳聋, 喉痹等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾条灸5~10分钟。

头维 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足阳明胃经。足阳明、足少阳之会。位于头部额角入发际0.5寸, 距头正中线4.5寸处(《铜人腧穴针灸图经》)。另说“在额角发际侠本神两旁各一寸五分”(《针灸甲乙经》)。“在额角发际, 本神旁一寸”(《太平圣惠方》)。布有耳颞神经之分支及面神经颞支, 并有颞浅动、静脉额支通过。主治头痛, 眩晕, 目痛, 迎风流泪等。沿皮刺0.5~1寸。

穴 膈穴。《素问·气穴论》: “三百六十五穴, 针之所由行也。”见该条。

穴会 即膈穴。《素问·气穴论》: “孙络三百六十五穴会”。

穴位 即膈穴。详该条。

穴位压痛诊断法 是根据经络学说的理论, 用拇指或食指的指腹在经络穴位上按压或滑动, 以发现压痛, 凹陷或结节等现象, 并进行分析综合, 借以诊断疾患的一种方法。

穴位刺激结扎疗法 在针灸穴位上行手术切开并刺激与结扎小量组织的治疗方法。操作时,将选定施术部位常规消毒和局麻,在穴位旁开1.5~2.5厘米处作一0.3~0.5厘米的与经络走向垂直的切口,用血管钳斜插至穴位下方肌层中,加压按摩至有麻胀感,再以三角缝针带羊肠线自切口处进入,由深层穿过,至对侧1.5~2.5厘米处穿出,再经原处刺入,内线至原切口处穿出,结扎羊肠线,剪除线头,埋入皮肉,包敷固定。实证紧扎,虚证轻扎。15~20天施术一次。结扎时注意无菌操作,防止伤口感染,并须避开重要血管和神经。有轻度反应,无需处理;重者,应及时治疗。本法主要用于小儿麻痹后遗症,对支气管哮喘,消化性溃疡等亦可使用。

穴位注射疗法 即水针疗法,见该条。

穴位封闭疗法 指用注射药物,主要为普鲁卡因等局部麻醉剂的水针疗法。见水针疗法条。

穴位结扎疗法 即穴位刺激结扎疗法,见该条。

穴空 空,古与孔通,即孔穴。《素问·气府论》:“分之所在穴空”。参见膻穴条。

穴俞 出《素问·生气通天论》。即膻穴,见该条。

穴道 出《太平圣惠方》。即膻穴,见该条。

永泉 经外奇穴别名。见《针灸经外奇穴治疗诀》。即池泉,见该条。

〔 一 〕

尻 骨名。包括骶骨和尾骨。《灵枢·经别》:“足太阳之正……其一道下尻五寸,别入于肛”。

司马子微 即司马承桢。见该条。

司马承桢 人名。唐代道士。字子微。温州人。师事潘师正,学辟穀导引之术,颇

著成效。武则天(公元690年)至玄宗(公元750年)之间,曾多次被召见。后定居于王屋山。卒年八十九岁,谥贞白先生。著有《天隐子》一书。

对修常居 自我推拿方法名。见《圣济总录》。常居即眼部。用双手按揉两眉后凹陷处,有明目醒神等作用。《圣济总录·神仙导引上》:“常以两手按眉后小穴中。……眉后小穴,为上元六合之府,主化生眼晕,和莹精光,长珠彻瞳,保炼目精。是真人坐起之道。一名真人常居。”

对症选穴法 指直接取用对某些症状有特殊疗效的穴位进行治疗的方法。如牙痛取合谷,胃痛取三里,腰痛取委中;大椎退热,人中苏厥,四缝消积等。

奶旁 推拿穴位名。又名乳旁。出《小儿推拿秘诀》。位于两乳外侧,左右共二穴。能去风,止咳吐。

皮内针 针具名。是一种浅刺皮下埋置留针的专用小型针具。常用的有颗粒式和揸钉式(即揸针)二种。颗粒式皮内针尾端如麦粒,身长有5分、1寸两种,粗细如毫针;揸钉式皮内针尾部绕成圆形,状如图钉,身长1~2分。使用时将针横刺入皮下(揸针则垂直按入),若无不适,且不刺痛或影响肢体活动时,即可用胶布固定。埋针时间应据情而定。临床多用于某些需要较长时间留针的疼痛性疾病或慢性病。参见皮内针疗法条。

皮内针疗法 又称埋针疗法。是指将皮内针浅刺穴位皮下并留置较长时间以治疗疾病的方法。临床操作时,首先应选以易于固定而又不影响肢体活动处(如背部、四肢或耳部等)的穴位。如用颗粒式或环式皮内针,可横刺;如用揸针,则直刺。若无不适,即可以胶布固定。据情留置1~7天,夏季宜酌减,以防感染。留置期间可嘱患者自行按压,以加强刺激。本法对神经性头痛、高血压、胃痛、神经衰弱等疗效较优。

皮刺疗法 即皮肤针疗法,因刺激仅及皮肤而名,见该条。

皮肤针 针具名。一种多针浅刺的专门针具,因其刺激仅及皮肤,故名。可用6~7号缝衣针5~7枚,横插入一根钻有孔眼的竹箸末端并加线固定,亦称箸针。市售小锤式皮肤针,以其装置的针数不同,分别有梅花针、七星针、丛针等名称。使用时用腕力弹扣刺激部位。现在之滚刺筒,亦属此类。

皮肤针疗法 又称皮刺疗法、小儿针疗法。是指用皮肤针刺激机体穴位以治疗疾病的方法,具有多针、浅刺及刺激面广的特点。因所用的针具不同,又分别有“七星针疗法”、“梅花针疗法”、“滚刺疗法”等名称。临床操作时,选定适宜针具和刺激部位予以消毒后,手持针柄以腕力进行弹扣或使滚筒来回滚动,先轻后重,着力均匀,由上而下,自内向外,直至皮肤潮红充血或有微量出血为止。每日或间日一次,7~15次为一疗程。本法适应范围较广,对头痛、高血压、消化性溃疡、神经衰弱、肋间神经痛、痛经、近视、神经性皮炎等效果更佳。

皮罢 推拿穴位名。又名肝记。出周于蕃《推拿仙术》。位于大指端爪甲内。能清神,治哮喘、昏迷不醒等。《推拿仙术·身中十二拿法》:“八拿皮罢穴,属肝经能清神”。《厘正按摩要术·立法·掐法》:“大指端即肝记穴,又名皮罢。掐之治哮喘,并治昏迷不醒者”。

皮部 ①指人体表皮按十二经脉分布划分为十二个部区,故称皮部。《素问·皮部论》:“欲知皮部……以经脉为纪者,诸经皆然”。十二皮部按手足同名经相合,则称六经皮部。六经皮部各有专名:太阳皮部称关枢,阳明皮部称害蜚,少阳皮部称枢持,太阴皮部称关蛰,少阴皮部称枢儒,厥阴皮部称害肩,详各该条。②经穴别名。出《针

灸甲乙经》。即承扶,见该条。

发针 ①即出针。《灵枢·逆顺肥瘦》:“浅刺而疾发针”。意指针刺深度较浅而很快出针。②指进行针刺。《灵枢·官针》:“输刺者,直入直出,稀发针而深之”。

发际 ①体表部位名。头发的边际处。其中额部上方的头发边缘称前发际;项部上方的头发边缘称后发际。《灵枢·经脉》:“胃足阳明之脉……循发际,至额颅”。②经外奇穴名。《太平圣惠方》:“小儿风痫者,先屈手指如数物乃发也,灸鼻柱上发际宛宛中,三壮,炷如小麦大”。《类经图翼》定名为发际。主治头风,眩晕等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾炷灸1~3壮;或艾条灸5~10分钟。《针灸疗法入门》所载前发际与本穴同位。③经穴别名。即神庭,见《普济本事方》。

发泡灸 用艾炷烧灼或用刺激性药物敷贴穴位使局部皮肤发泡的治疗方法。水泡一般不必挑破,可任其自然吸收。适用于疟疾,头痛,黄疸,神经性皮炎等。

发蒙 古刺法名。五节刺之一。《灵枢·刺节真邪》:“发蒙者,刺府输,去府病也”。是指六腑疾患取用六阳经的穴位予以治疗。亦有指取用三阳经的五俞穴者。该篇还指出,耳无所闻,目无所见者,取用听宫穴,即属本法。所谓开蒙发聩,当即指此。

母臑 推拿穴位名。出《小儿推拿广意》。位于大指甲后一韭叶处。掐之,止吐血。

丝竹空 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名巨髎、目髎。属手少阳三焦经。位于眉毛外侧端凹陷处。布有面神经颞支,耳颞神经分支和颞浅动、静脉的额支。主治头痛,目眩,目赤痛,目翳,眼睑颤动,视物不明,癔病等。沿皮刺0.5~1寸。

丝络 见横络条。

六 画

〔一〕

动功 近代气功术语。古代称导引。为气功和武术中的常用功法。太极拳是这种功法的典型。这种功法要求运动时全身放松。通过放松的运动，使内气通调。

动法 刺法名。指入针后，摇动针体并结合提插、捻转，以使气行的方法。《针经指南》：“动者，如气不行，将针伸提而已”。《针灸问对》：“凡下针时，如气不行，将针摇之，如摇铃之状，动而振之，每穴每次须摇五息，一吹一摇，按针左转，一吸一摇，提针右转，故曰动以运气”。

动治法 推拿方法名。出《石室秘录》。为活动关节之法。根据各关节的活动特点不同，有扭转、抖摇、屈伸等法，以帮助有病的关节和肌肉萎缩的肢体恢复其正常功能。适用于头颈、腰背及四肢各关节。《石室秘录·动治法》：“因其不动而故动之也。如双足麻木不能履地，两手不能执物者是也……乘其尚有可动之机，因而活动之”。

动静结合 近代气功术语。一般认为，在气功和武术中，静功和动功互相配合，效果显著。

老龙 推拿穴位名。①出《小儿推拿广意》。位于中指远端背面靠指甲根处。掐此穴治惊风、昏迷。《保赤推拿法·掐老龙穴法》：“此穴在中指背靠指甲处。相离如韭叶许。若儿急惊暴死，对拿精灵、威灵二穴，不醒，即于此穴掐之，不知疼痛，难救”。②出《幼科铁镜·虎口合骨穴图》。位于中指指端。掐此穴用治惊风。

老汉扳辘 小儿推拿方法名。出陈氏《小儿按摩经》。又名老翁绞轳。《针灸大成·卷十·手诀》：“以一手掐大指根骨，

一手掐脾经摇之，治痞块也”。

老汉绞轳 (céng层) 小儿推拿方法名。出《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》。详老汉扳辘条。

老复丁 古代养生术语。意为返老还童。《通俗编》：“急就章云，长乐无极老复丁。”《参同契》：“老翁复丁壮也。”

老虎吞食 小儿推拿方法名。出《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》。《小儿推拿方脉活婴秘旨全书·脚上诸穴图》：“仆参穴：治小儿吼喘，将此上推下掐，必然苏醒。如小儿急死，将口咬之，则回生，名曰：老虎吞食”。

老商 三商之一，见该条。

戎盐 炼丹药物，又名胡盐，岩盐。因产于戎地，故名。

耳上 经外奇穴名。《千金要方》：“治小儿暴痢，若目反上视，眸子动，当灸凶中。……次灸两耳上，卷耳取之，当卷耳上头是也。一法：大人当耳上横三指，小儿各自取其指也”。即位于耳尖直上三横指处。沿皮刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾灸5~10分钟。

耳上发际 即耳上。见该条。

耳门 经穴名。出《针灸甲乙经》。属手少阳三焦经。位于耳屏上切迹之前方凹陷处，张口取穴。布有耳颞神经，面神经分支和颞浅动、静脉。主治耳鸣，耳聋，聤耳，齿痛，颌肿，眩晕等。直刺0.3~0.5寸。艾条灸5~10分钟。

耳中 经外奇穴名。《千金要方》：“耳中穴，在耳门孔上横梁是，针灸之，治马黄黄疸，寒暑疫毒等病”。《针灸经外奇穴图谱》定位在耳轮脚之中点处。直刺0.1~0.2寸。

耳穴模型 针灸教具。是标示耳针穴位位置的模型。又称耳针模型。多用塑料、乳胶或石膏制成。供针灸教学和临床参考之用。

耳穴探测器 针灸仪器。通过测定耳廓皮肤电阻确定耳穴位置的仪器。市售的耳穴探测器分电表指示、氖灯指示和音响指示三种。以后者为常用。使用时，打开电源开关，将探棒插头插入“检查”插孔内，此时耳机无声，即可探测。将一电极在患者内穴处压紧，探棒压于合谷穴或耳部脊髓穴，调正仪器灵敏度，使耳机发出一定声响，以此为准，探测耳穴，凡听到同样声音即为阳性；如尚有针刺样疼痛，则为强阳性；若无声响则为阴性。探测完毕后，拔出探棒和耳机，关闭电源。

耳尖 ①经外奇穴名。出《针灸大成》。位于耳廓上端，卷耳取之，尖上是穴（《奇效良方》）。主治目赤肿痛，目翳，偏正头痛等。直刺0.1寸；或点刺放血。②经穴别名。见《银海精微》。即率谷，见该条。

耳后高骨 推拿穴位名。即耳背高骨。见该条。

耳针 针具名。为耳针疗法专用针具。形如毫针而较短，体长约1~2毫米，便于耳部浅刺。

耳针疗法 指针刺耳廓特定的穴位，以治疗疾病的方法。耳和经络有密切的关系，《灵枢》有“耳者宗脉之所聚也”的论述，并说“十二经脉，三百六十五络……其别气走于耳而为听”。利用针灸刺激耳廓治疗疾病，在《千金要方》、《针灸大成》等许多古代文献均有记载，民间亦广为流传，但未形成系统。解放后，广大医务工作者继承发扬祖国医学遗产，吸收国外研究成果，反复实践，不断总结，发展成为一种系统的治疗方法。不仅可予针灸，还可施行电针，注射药物或割治等方法，并可用作针刺麻醉。临床操作时，以耳针（或短毫针）对准选定穴

位快速刺入，但不可穿透耳壳，捻转数秒钟后留针30~60分钟，其间可运针数次。需较长时间留针，可用皮内针埋置。使用其他方法者，参阅有关各条。本法适应范围很广，凡针刺疗法适应病症均可酌情使用，对疼痛性疾患效果尤佳。为准确选取穴位，有耳穴探测器可供使用。

耳针麻醉 针刺麻醉之一。是在耳针疗法基础上发展起来的针刺麻醉方法。即按针麻要求在耳穴上针刺以进行手术。现被广泛应用于各种使用针麻的外科手术，尤以颅脑、五官、颈、胸部手术为宜。通常按心藏神，肺主皮毛的藏象学说选取耳部神门穴、肺穴为各种手术的基本穴；按手术部位选取耳部相应刺激点，如胃切除选胃穴，脾切除术取脾穴等等。并配合现代医学生理病理学知识选穴，如胸腹部手术常选取有调节植物神经功能的交感穴等等。操作时采用捻转法，频率为每分钟180~300次；如用电麻仪以双相尖波电脉冲为宜，频率一般亦为每分钟180~300次。刺激强度以病人能耐受为度。

耳针模型 即耳穴模型，见该条。

耳垂 经外奇穴名。出《陈修园医书七十二种·刺疗捷法》。位于耳垂前面中点。主治锁口疔等。直刺0.1寸，或点刺出血。

耳背高骨 推拿穴位名。出《小儿推拿广意》。又名耳后高骨。在耳后颞骨乳突后缘微下处凹陷中。用揉按法，可治惊风抽搐、烦躁不安、外感头痛等症。《厘正按摩要术·立法》：“用两手中指、无名指，揉运耳后高骨，二十四下毕，再掐三下，治风热”。

耳脉 经脉名。即手少阳经。马王堆汉墓帛书载：“耳温（脉）：起于手北（背），出臂外两骨之间，〔上骨〕下廉，〔出肘中〕，入耳中。是动则病：耳聋，焯焯（焯）焯焯，嗑种（肿）。是耳脉主治其所产病：目外渍（眦）痛，颊痛，耳聋，为三病”。

芒针 针具名。针身细长，形如麦芒故名。现用芒针仿古代长针用不锈钢制造，形与毫针相似，但针体较长，一般都在6寸以上，专用于深刺透刺。参见芒针疗法条。

芒针疗法 是指用芒针深刺穴位的治疗方法。临床操作时，以右手持针柄捻转，左手持针体下压，缓慢进针至一定深度并出现较强针感时为止。刺激时如患者感觉不适，即应停针。腹部可直刺，腰臀及肘膝关节处宜斜刺，头面或腰背部应横刺。施术应认真谨慎，防止刺伤内脏。适用于精神病、风湿痹痛、月经不调等疾患。体质虚弱者慎用。

西山先生 即真德秀。见该条。

机关 经穴别名。《千金要方》：“卒中风口噤不得开，灸颊车二穴。穴在耳下八分，小近前”。又《千金翼方》：“凡卒中风口噤不开，灸机关二穴，在耳下八分近前”。两者内容相同。《针灸资生经》等据此将机关作颊车别名。

权髻 见颞髻条。

地五会 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足少阳胆经。位于足背部，当第四、五跖骨间，靠小趾伸肌腱的内侧缘，侠溪穴上1寸处。布有足背中间皮神经分支，足背动、静脉网，第四跖骨背动、静脉。主治目赤肿痛，耳鸣，吐血，乳痈，腋肿，足背红肿等。直刺0.3~0.5寸。艾条灸5~10分钟。

地仓 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名会维、胃维。属足阳明胃经。阳骄、手足阳明之会。位于口角外侧，正视时，适与瞳孔相直。布有面神经及眶下神经的分支，深层为颊神经的末支；并有面动、静脉通过。主治口眼歪斜，流涎，眼睑颤动，齿痛，颊肿；以及面神经麻痹，三叉神经痛等。沿皮刺0.5~1寸。艾条灸3~5分钟。

地机 经穴名。出《针灸甲乙经》。《医学入门》作地箕。别名脾舍。属足太阴脾经。足太阴之郄穴。位于小腿内侧，当胫骨

内踝下缘下3寸，胫骨后缘处。一说：“阴陵泉下五寸，与巨虚相对”（《循经考穴编》）。布有小腿内侧皮神经，深层后方有胫神经；前方有大隐静脉及膝最上动脉的分支，深层有胫后动、静脉通过。主治腹痛，腹胀，食欲不振，泄泻，水肿，小便不利，痢疾，月经不调，痛经，遗精等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

地冲 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即涌泉，见该条。

地合 经外奇穴名。出《陈修园医书七十二种·刺疗捷法》。位于承浆穴下方，下颌骨正中向前突起之高点处。主治头面疔疮，牙痛等。斜刺0.3~0.5寸。

地箕 见地机条。

压法 推拿手法名。见《诸病源候论·目暗不明候》。用手指、手掌或尺骨鹰嘴突用力向下进行按压，与按法相似，但用力较重。多用于肌肉较丰厚的部位。有行气活血，舒筋止痛等作用。参见按法条。

压椎法 推拿方法名。在背部选择脊柱有压痛的棘突，以拇指或其他手指左右滑动地用力按压。常用治疟疾及各种脏腑疾患。

百节 泛指全身关节。《灵枢·经脉》：“脾之大络……虚则百节尽皆纵”。

百虫 推拿穴位名。见《小儿推拿秘诀》。位于大腿前方。能止惊搐。《幼科推拿秘书·穴象手法·穴道图象·穴在腿足者》：“百虫穴，在大腿之上外边”。

百虫窠 ①经外奇穴名。出《针灸大成》。别名血郄。位于大腿内侧，当血海穴直上1寸处。主治风疹，湿疹，皮肤搔痒症等皮肤疾患。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。②经穴别名。出《针灸大全》。即血海，见该条。

百会 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名三阳五会、天满、巅上。属督脉。督脉，足太阳之会。位于头正中线，入前发际5

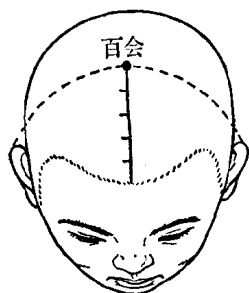


图41

寸, 约当两耳尖连线之中点处。布有枕大神经分支, 左右颞浅动、静脉和左右枕动、静脉的吻合网。

主治头痛, 昏厥, 耳鸣, 鼻塞, 眩晕, 癫狂, 阴挺, 脱肛, 痔疮,

中风失语等。沿皮刺0.5~0.8寸。艾炷灸3~5壮; 或艾条灸5~15分钟(图41)。

百劳 ①经外奇穴名。《针灸资生经》: “妇人产后浑身疼, 针百劳穴, 遇痛处即针, 避筋骨及禁穴”。所述位置不详, 或作阿是穴。《针灸集成》曰: “百劳, 在大椎向发际二寸点记, 将其二寸中折墨记, 横布于先点上, 左右两端尽处是。主治瘰癧, 灸七壮, 神效”。即大椎穴上2寸旁开1寸处。主治咳嗽, 气喘, 落枕及淋巴结核等。直刺0.5~1寸, 艾炷灸3~7壮; 或艾条灸5~15分钟。②经穴别名。《扁鹊神应针灸玉龙经》: “百劳, 在背第一椎骨尖上, 针三分, 灸二七壮”。后《针灸大全》等作大椎别名, 见该条。

存神 养生术语。指保养精神, 又为气功方法之一。《后汉书·冯衍传》: “陂山谷而闻处兮, 守寂寞而存神。”

存泥丸 自我推拿方法名。泥丸指囟门。两手擦热后, 从额部摩到头顶。有理脑作用。《太平御览》: “以两手相摩令热, 以手摩额上至顶上, 满二七止, 名曰存泥丸”。

夺命 经外奇穴名。出《针灸聚英》。《医学入门》名惺惺。位于上臂前外侧, 当肩髃穴与尺泽穴连线之中点处。主治头晕, 丹毒, 上臂痛等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~7壮; 或艾条灸5~15分钟。

列缺 经穴名。出《灵枢·经脉》。属手太阴肺经。手太阴之络穴。八脉交会穴之一, 通于任脉。位于前臂桡侧, 桡骨茎突上

方, 腕横纹上1.5寸处(《针灸甲乙经》)。另说“去腕半寸”(《灵枢·经脉》); “腕上一寸”(《太平圣惠方》)。或以两手虎口交叉, 一手食指押在另一手的桡骨茎突上, 当食指尖到处是穴。布有前臂外侧皮神经和桡神经线支及头静脉、桡动、静脉分支。主治头痛, 项强, 咳嗽, 气喘, 咽喉肿痛, 口眼歪斜, 手腕无力等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮; 或艾条灸5~10分钟(图42)。



图42

迈步 经外奇穴名。位于大腿伸侧, 髂前上棘与髌骨外缘的连线上, 平臀沟下2.5寸处。正当股外侧皮神经, 深部有旋股外侧动、静脉及神经的分支。主治下肢麻痹, 瘫痪, 疼痛, 腰痛, 膝关节痛, 腹股沟淋巴结核等。直刺或斜刺1~2寸。艾炷灸3~5壮; 或艾条灸5~10分钟。

成骨 经外奇穴名。《素问·刺腰痛篇》: “少阳令人腰痛, 如以针刺其皮中, 循循然不可以俯仰, 不可以顾, 刺少阳成骨之端出血, 成骨在膝外廉之骨独起者, 夏无见血”。近代《针灸经外奇穴图谱》列作奇穴, 名成骨。位在膝关节腓侧, 股骨外上髁最高点处。主治腰痛, 鹤口疽, 坐马痈等。浅刺出血。

夹持押手法 押手法之一。是以右手持针柄, 左手拇、食二指夹持针身下部, 露出针尖少许, 协同右手用力将针刺入穴位的押手方法。适于长针进针。

夹脊穴 经外奇穴名。①指背部脊椎两旁的穴位。《素问·缪刺论》: “从项数脊椎侠背, 疾按之应手而痛, 刺之旁, 三瘡立已”。杨上善注: “脊有二十一椎, 以两手侠脊当推按之, 痛处即是足太阳络, 其输两

旁，各刺三瘡也”。《华佗别传》：“又有人病脚臂不能行，……后灸愈。灸处夹脊一寸上下行，端直均调如引绳也”。即指脊椎旁0.5寸处为穴位。近代诸书多同此说。即自第一胸椎至第五腰椎各椎棘突下旁开0.5寸，左右共34穴。亦称华佗穴、华佗夹脊、佗脊、脊旁等。亦有以第一颈椎至第五腰椎各椎棘突下旁开0.5~1寸为穴者，计48穴（见《针灸学》上海中医学院）。②《类经图翼》：“夹脊穴：《肘后》云，此华佗法。《千金翼》云：治霍乱转筋，令病者合面而卧，伸两手着身，以绳横牵两肘尖，当脊间绳下两旁，相去各一寸半所”。主治见下表：

夹脊穴主治表

夹脊穴	主 治
胸 1	上肢疾患
2	
3	
4	
5	
6	胸部疾患
7	
8	
9	腹部疾患
10	
11	
12	
腰 1	下肢疾患
2	
3	
4	
5	

臣觉 经外奇穴名。出《千金要方》。别名巨搅、巨觉。位于背部，肩胛骨内上角边际，当两手相抱时，中指端尽处是穴。主治狂走，喜怒悲泣，肩胛痛等。斜刺0.5~0.8寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

托天 自我按摩方法名。术者取坐位，

两手握拳后，向上举起，然后分别放在两膝上。《寿世青编·十二段动功》：“托天：以两手握拳……即向天托起，随放左右膝上。每行三次，去胸腹中邪气”。

托法 推拿手法名。出《备急千金要方·养性》。用两手或一手将患处托起，有消肿散积作用，如托腹法。参见颠簸法。

托踏 自我推拿方法名。两手向上托起，两足稳站在地，静心宁神。《红炉点雪·却病延年一十六句之术》：“托踏应无病法：双手上托，如举大石；两脚前踏，如履实地。以意内顾，神气自生，筋骨康健，饮食消融”。

扣法 推拿手法名。①“扣”同“叩”。即击法，见该条。②用手掌覆盖穴位。《儒门事亲·解利伤寒》：“可用两手指相交，紧扣脑后风府穴，向前礼百余拜，汗出自解”。

扣法 ①刺法名。指出针后，以手指扣按穴位，掩闭针孔，无令正气外泄的方法。补法多用之。《针经指南》：“扣者，凡补者出针时用手扣闭其穴也”。《针灸问对》：“补时出针，用手指掩闭其穴，无令气泄，故曰扣以养气”。适用于补法。②推拿手法名。见《保生秘要》。两手擦热后迅速地将一手按放在某一穴位上。有散寒通络等作用。

扫散法 推拿手法名。用拇指桡侧部或其余四指指端快速地来回推抹头颞部。有疏散风邪等作用。常用于头痛等症。

扬刺 十二刺之一。《灵枢·官针》：“扬刺者，正内一，傍内四，而浮之，以治寒气之搏大者也”。指治疗痹症寒邪稽留范围较大的针刺方法。其法正中刺一针，四傍各刺一针，均用浅刺法。这种刺法扬散浮浅，故名扬刺。近代的皮肤针疗法，即扬刺法的演变。

扬腕法 推拿手法名。见北京中医学院附属医院《刘寿山正骨经验》。一双手分别握

住患者腕部桡、尺骨下端，两拇指在上，其余四指抵住掌根部，一紧一松，使腕关节轻快地作屈伸活动。

至阳 经穴名。出《针灸甲乙经》。属督脉。别名肺底。位于背部第七、八胸椎棘突之间，约与肩胛骨下角相平。布有第七胸神经后支的内侧支和第七肋间动脉后支。主治咳嗽，气喘，黄疸，胸胁胀闷，脊背强痛；以及肝炎，胆囊炎，疟疾等。向上斜刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

至阴 经穴名。出《灵枢·本输》。属足太阳膀胱经。井（金）穴。位于足小趾外侧，趾甲角旁约0.1寸处。布有趾底固有神经及足背外侧皮神经；并有趾背动脉及趾底固有动脉形成的动脉网。主治头痛，昏厥，鼻塞，目翳，衄衄，滞产，胞衣不下；以及胎位不正等。针刺0.1~0.2寸；或点刺出血。艾炷灸3~7壮；或艾条灸10~15分钟（图43）。

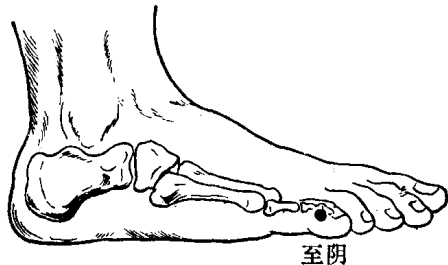


图43

至荣 见至营条。

至营 经穴别名。出《针灸甲乙经》。《普济方》作至宫，《针灸逢源》作至荣。即目窗，见该条。

至宫 见至营条。

过门 见通门条。

过胸通臂 推拿手法名。见杜自明《中医正骨经验概述》。一手按于对侧肩部，另一手握住患侧肘部，使肩关节作内收动作。适用于肩部寒凝气聚等症。

〔 1 〕

光明 ①经穴名。出《灵枢·经脉》。

属足少阳胆经。足少阳之络穴。位于小腿前外侧，外踝尖上5寸，腓骨前缘处。布有腓浅神经和胫前动、静脉分支。主治小腿痿痛，下肢痿痹，偏头痛，目痛，夜盲，近视，癫痫，乳部胀痛；以及白内障等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。②经外奇穴名。出《银海精微》。位于眉毛中点，正视时直对瞳孔。主治偏正头痛，目赤肿痛，目翳，以及面神经麻痹等。沿皮刺0.3~0.5寸。③经穴别名。出《铜人腧穴针灸图经》。即攒竹，见该条。

当阳 ①经外奇穴名。出《千金要方》。位于瞳孔（正视时）直上入发际1寸处。主治头痛，眩晕，感冒，鼻塞，目赤肿痛等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾炷灸1~3壮；或艾条灸5~10分钟。②太阳穴别名。见《中国针灸学》。

当容 经外奇穴名。《千金要方》：“肝劳邪气眼赤，灸当容百壮，两边各尔。穴在眼小眦近后，当耳前三阳三阴之会处。以两手按之，有上下横脉，则是与耳门相对是也”。位于外眦外方，颧骨额突外缘凹陷处。主治目赤痛等。斜刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮；艾条灸5~10分钟。

吐法 小儿推拿方法名。《厘正按摩要术》卷二：“吐法：周于蕃曰：小儿外感风寒，内伤乳食，致咳嗽呕吐，痰涎积聚，宜先用汗法，随将左手托病者脑后，令头向前，用右手中食两指插入喉间，捺舌根令吐，有乳吐乳，有食吐食，有痰吐痰。如初感于一吐之后，病即告退，再按证以手法施治，则愈矣。但孩儿已生牙齿，按牙关穴，牙关立开，须用竹笏笔杆之类，填牙龈，再入手指，庶免咬伤。须从容入口，恐伤喉腭。即或胃无积滞，用此一吐，亦舒通脏腑之气，若由版门推下横纹令吐者，不若按舌之快也”。

吐纳 气功术语。呼出污浊之气为吐，吸入新鲜之气为纳。总称吐故纳新。其法称

吐纳之术。魏·嵇康：《养生论》：“又呼吸吐纳，服食养身，使形神相寄，表里具济也。”《庄子·刻意》：“吹响呼吸，吐故纳新，熊颈鸟伸，为寿而已矣。”

吸门 《难经·四十四难》：“会厌为吸门”。详会厌条。

吸筒疗法 即拔罐法，亦称吸筒法。详拔罐法条。

同身寸 出《针灸资生经》。是指以患者本人体表的某些部位折定分寸，作为量取穴位的长度单位，故名。同身寸从广义理解，应包括骨度法和指寸法两种，现习指后者，如中指同身寸等。此外还有目寸、口寸等法，亦属此范畴，惟今已鲜用。详见各该条。

团岗 经外奇穴名。出《千金要方》。《针灸集成》作环岗。位于骶部，当小肠俞直下2寸处。主治大小便不通，腰痛等。艾炷灸3~7壮。

曲牙 ①人体部位名。亦称曲颊。《灵枢·经筋》：“手太阳之筋……上曲牙……”。详曲颊条。②经穴别名。《素问·气穴论》：“曲牙二穴”。王冰注“为颊车穴也”。后《针灸聚英》等作颊车别名，见该条。

曲节 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即少海，见该条。

曲发 经穴别名。《太平圣惠方》：“曲发二穴，在耳上发际曲隅陷者中，鼓颌有穴”。后《针灸聚英》等作曲鬓，见该条。

曲池 ①经穴名。出《灵枢·本输》。别名阳泽、鬼臣、鬼腿。属手阳明大肠经。

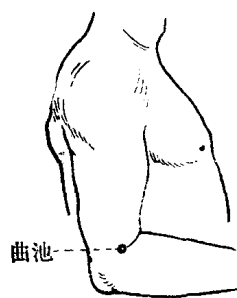


图44

合(土)穴。位于肘横纹桡侧端凹陷处，屈肘取穴。布有前臂背侧皮神经，内侧深层为桡神经；并有桡侧返动、静脉的分支通过。主治发热，咽喉肿痛，目赤，齿痛，臂肘疼痛，上肢不遂，腹痛，吐泻，痢疾，瘰疬，丹毒，疮

疡，湿疹，荨麻疹；以及中暑，高血压，神经衰弱等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟(图44)。②推拿穴位名。出《针灸大成》卷十。又名洪池、拱池。即肘窝部。《杂病源流犀烛·痧胀源流》：“臂弯名曲池”。

曲泽 经穴名。

出《灵枢·本输》。属手厥阴心包经。合(水)穴。位于肘横纹中，当肱二头肌腱尺侧缘处，微屈肘取穴。布有正中神经本干和肱动、静脉。主治心痛，心悸，热病烦躁，胃痛，呕吐，肘挛，臂痛等。直刺0.3~0.5寸；或点刺出血。艾条灸3~5分钟(图45)。

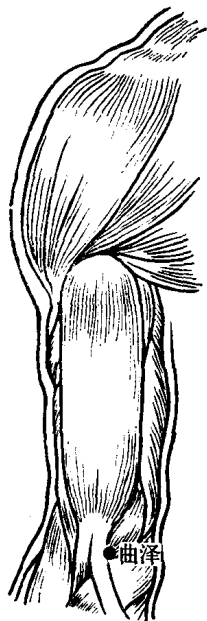


图45

曲垣 经穴名。出《针灸甲乙经》。属手太阳小肠经。位于肩后，肩胛冈上窝内端，约当臑俞与第二胸椎棘突连线的中点处。布有第二胸神经后支的外侧支及付神经，深层为肩胛上神经肌支，并有颈横动、静脉降支通过，深层为肩胛上动、静脉肌支。主治肩背疼痛，颈项强急，以及冈上肌腱炎，肩关节周围炎等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

曲骨 ①人体部位名。指耻骨联合部。

②经穴名。出《针灸甲乙经》。别名回骨。属任脉。任脉、足厥阴之会。位于腹正中线，脐下5寸，耻骨联合上缘上方凹陷处。布有髂腹下神经的分支，腹壁下动脉及闭孔动脉的分支。主治小腹疼痛，月经不调，带下，遗精，阳痿，疝气，遗尿，尿闭等。直刺0.3~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

曲泉 经穴名。出《灵枢·本输》。属足厥阴肝经。合(水)穴。位于膝内侧横纹头,半膜肌腱上方凹陷中,屈膝取穴。布

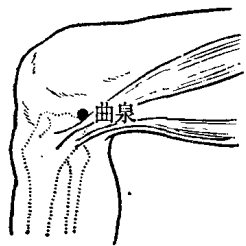


图46

有隐神经,膝最上动脉,前方为大隐静脉。主治少腹痛,小便不利,遗尿,尿闭,泄泻,痢疾,阴挺,阴痒,遗精,膝

痛等。直刺0.5~0.8

寸。艾条灸5~10分钟(图46)。

曲差 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名鼻冲。属足太阳膀胱经。位于头正中线入前发际0.5寸,再旁开1.5寸处;或于神庭与头维两穴连线的内1/3与中1/3的交点处取穴(《铜人腧穴针灸图经》)。另说在前发际上,距头正中线1.5寸(《针灸甲乙经》);或在头正中线入前发际0.5寸,再旁开1目寸处(《针灸集成》)。布有额神经外侧支和额动、静脉。主治头痛,目眩,鼻塞,鼻衄等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾炷灸3壮;或艾条灸5~10分钟。

曲颊 人体部位名。面的两侧称颊。因其屈而向前,故称曲颊。相当于下颌角部分。《灵枢·本输》:“足少阳在耳下曲颊之后”。

曲鬓 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名曲发。属足少阳胆经。足太阳、少阳之会。位于头颞部,耳前上方鬓发内,约当角孙穴前一横指处;或于平齐耳尖之横线与耳屏根直上的交点处取穴。布有耳颞神经颞支和颞浅动、静脉顶支。主治偏正头痛,齿痛,颌颊肿,口眼歪斜等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾条灸5~10分钟。

回气 经外奇穴名。出《千金要方》。《千金翼方》作迴气。位于骶骨尖端。主治痔疮,便血,大便不禁等。艾炷灸3~7壮。

回阳九针穴 出《针灸聚英》。指治疗阳气脱绝的九个主要穴位,即哑门、劳宫、

三阴交、涌泉、太溪、中脘、环跳、(足)三里、合谷。

回骨 经穴别名。出《铜人腧穴针灸图经》。即曲骨,见该条。

回旋灸 悬起灸之一种。将艾条燃着的一端在施灸部位上方一定距离处作回旋运动,给患者以较大范围的温热刺激。适用于风湿痛,神经麻痹等。

吕细 穴位别名。①太溪穴别名。见《针灸聚英》。②指内踝尖穴,见《针灸集成》。③《扁鹊神应针灸玉龙经》:“吕细,在足内踝骨肉下陷中,针三分”。所指疑为照海穴。

肉节 指肌肉与骨节相连部位。《灵枢·邪气藏府病形》:“刺此者,必中气穴,无中肉节”。

〔 〕

年寿 推拿穴位名。见陈氏《小儿按摩经》。治鼻干等症。也是望诊的部位之一。①位于印堂与山根之间(《小儿推拿广意》)。②在山根与准头之间。(《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》)。③在鼻尖,即准头(《幼科推拿秘书》)。

廷孔 亦作庭孔,指阴道。《素问·骨空论》:“督脉者,起于少腹以下骨中央,女子入系廷孔”。张志聪注:“廷孔,阴户也”。

舌下穴 经外奇穴名。出《千金要方》:“舌下穴挟舌两边,针治黄疸等病”。位于舌两侧缘,舌伸出口外,正对口角处。主治黄疸,急喉风,喉蛾痧等。直刺0.1~0.2寸,或点刺出血。

舌本 ①人体部位名。指舌根部。《灵枢·经脉》:“脾足太阴之脉……连舌本,散舌下”。②经穴别名。所指有二:①出《铜人腧穴针灸图经》。即廉泉,见该条。②出《针灸甲乙经》。即风府,见该条。

舌厌 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即哑门,见该条。

舌肿 见舌横条。

舌横 经穴别名。出《针灸甲乙经》。《外台秘要》作横舌，《东医宝鉴》作舌肿。即哑门，见该条。

竹杖 经外奇穴名。《肘后备急方》：“葛氏治卒腰痛诸方，不得俛仰方，正立倚小竹，度其人足下至脐，断竹，及以度后，当脊中，灸竹上头处，随年壮”。近代《中国针灸学》列作奇穴，名竹杖。即位于后正中线上，当与脐相对之脊骨处。主治腰痛，便血，吐血，衄血，痔疮，脱肛，阴挺；以及慢性肠炎，肠结核等。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。《针灸经外奇穴治疗诀》所载之血愁穴与本穴同位。

朱砂 ①即丹砂。详该条。②中药名。

乔摩 推拿的古称。出《灵枢·病传》。“乔”通“骄”。详推拿条。

传尸 见中恶条。

传尸灸 经外奇穴名。《外台秘要》：“立脚于系鞋处横纹，以手四指于纹上量胫骨外，逼胫当四指中节按之，有小穴，取一缕麻刮令薄，以此麻缓系上灸，令麻断。男左女右，患多减”。近代《针灸经外奇穴图谱》列作奇穴，名传尸灸。定位在小腿伸侧胫骨前嵴，当内外踝连线中点直上3寸处。

伏白 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即复溜，见该条。

伏针伏灸 针灸术语。指在盛夏的三伏天进行针灸治疗。民间习以此时治疗哮喘、老年性支气管炎等慢性病。

伏兔 ①人体部位名。指大腿前方肌肉。相当股直肌隆起部，因其形如兔伏，故名。《灵枢·经脉》：“胃足阳明之脉……下髀关，抵伏兔”。②经穴名。出《灵枢·经脉》。别名外勾。属足阳明胃经。位于大腿前外侧，髌前上棘与髌骨外缘连线上，距髌底外侧端6寸处（《针灸甲乙经》）。或术者以手腕横纹抵患者膝盖上缘，当中指到达处是穴。一说在膝盖上七寸（《铜人腧穴

针灸图经》）。布有股前皮神经及股外侧皮神经；并有旋股外侧动、静脉分支通过。主治腰腿痛，膝冷，下肢麻痹或瘫痪，脚气；以及股外侧

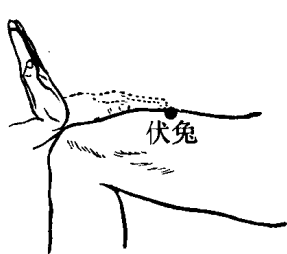


图47

皮神经炎等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟（图47）。

任脉 奇经八脉之一。《素问·骨空论》：“任脉者，起于中极之下，以上毛际，循腹里，上关元，至咽喉，上颐，循面入目”。本脉自小腹内起始，下出于会阴部，向前上行于阴毛部位，沿着腹里，经过关元，沿腹正中线直上，经咽喉，至下颌，环绕口唇，经过面部，进入眼目。本经发生病变，主要表现为男子内结七疝，女子带下，腹中结块等（图48）。

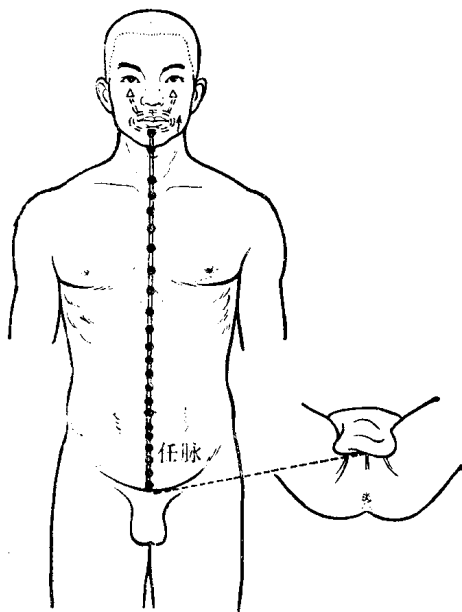


图48

任脉之别 出《灵枢·经脉》。即任脉络脉。见该条。

任脉络脉 十五络脉之一。《灵枢·经脉》：“任脉之别，名曰尾翳，下鸠尾，散于腹”。脉从胸骨剑突下方的鸠尾穴处分出，向下散于腹部。本脉发生病变：实则腹部皮肤疼痛；虚则腹部皮肤搔痒。

伤山 经穴别名。出《千金要方》。《铜人腧穴针灸图经》作肠山。即承山,见该条。

华池 古代养生术语,见《养生经》。道士称人口为华池。

华佗穴 经外奇穴名。见《针灸学简编》。即夹脊穴,见该条。

华佗夹脊 经外奇穴名。即夹脊穴,见该条。

华盖 经穴名。出《针灸甲乙经》。属任脉。位于胸正中线,平第一肋间隙;或于璇玑穴下1寸处取穴。另说在璇玑穴下2寸(《十四经发挥》);或1.6寸(《针灸大成》)。布有第一肋间神经前皮支和乳房内动、静脉的前穿支。主治咳嗽,气喘,胸肋满痛,咽喉痛等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

自我按摩 即自我推拿。见该条。

自我推拿 推拿的一种。又称自我按摩。在自己身体的一定部位上,运用手法来防治疾病的方法,也可配合气功及肢体运动等法。如眼保健操、摩腹等法。晋·葛洪《抱朴子·道意》有以“自摩”法治疗头痛、腹痛的记载。

自灸 即天灸,见该条。

血门 经外奇穴名。出《医经小学》。位于脐上4寸,再旁开腹正中线3寸处。治妇人腹中血块,胃痛,消化不良;以及急性胃炎等。直刺0.5~1寸。艾炷灸5~7壮;或艾条灸10~15分钟。

血会 八会穴之一。《难经·四十五难》:“血会膈俞”。膈俞位居心俞和肝俞之间。心主血,肝藏血,本穴居中,血液聚会,故名。凡血之为病,皆可酌情取用。

血郄 经外奇穴名。所指有二:①出《针灸集成》。即百虫窠,见该条。②《铜人腧穴针灸图经》:“委中者,血郄也”。

血脉 出《灵枢·五邪》。即血络。或指经脉。《黄帝内经太素》杨注:“人之血脉上下纵者为经,支而横者为纬……在肤内

之里,皆上下行,名曰经脉”。

血络 亦称血脉。指位于机体浅表的细小动、静脉和毛细血管。《灵枢·血络》:“刺血络而仆者,何也?……”张隐菴注:“血络者,外之络脉孙络,见于皮肤之间”。临床上常用作诊断和刺血治病。

血海 ①四海之一。指冲脉。又称十二经之海。《灵枢·海论》:“冲脉者为十二经之海,其输上在于大杼,下出于巨虚之上下廉”。冲脉上循脊里,与十二经脉会聚而贯通全身,因称。《素问·上古天真》论王冰注:“冲为血海”。其气血输注出入的重要穴位,上在大杼穴,下出于上巨虚和下巨虚穴。其症候:“血海有余,则常想其身大,怫然不知其所病;血海不足,亦常想其身小,狭然不知其所病”。②经穴名。出《针灸甲乙经》。别名百虫窠。属足太阴脾经。位于大腿内侧,髌骨内上缘上2寸,当股四头肌内侧头隆起处。或当屈膝成直角时,以对侧手掌按其膝盖,2~5指向膝上伸直,大指向膝内侧约呈45°角斜置,指端尽处取穴(《千金翼方》)。另说在膝上二寸半(《针灸甲乙经》等);在膝上三寸(《千金要方》注);在膝上一寸(《类经图翼》)。布有股前皮神经及股神经肌支;并有股动、静

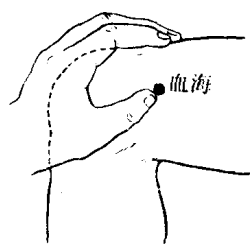


图49

脉肌支通过。主治月经不调,痛经,经闭,崩漏,带下,五淋,湿疹,瘾疹,阴部痒痛,股内侧痛等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸

5~10分钟(图49)。

血清穴 经外奇穴名。即利尿穴,见该条。

血愁 经外奇穴名,见竹杖条。

凶会 经穴名。出《灵枢·热病》。属督脉。位于头正中线,入前发际2寸。布有额神经分支;颞浅动、静脉与额动、静脉的吻

合网。主治头痛，眩晕，鼻塞，鼻出血，小儿惊风等。沿皮刺0.5~0.8寸。艾炷灸5~10分钟。

会 指膻穴。《灵枢·小针解》：“节之交三百六十五会者，络脉之渗灌诸节者也”。因穴位为经络气血会聚之处，故名。参见膻穴条。

会厌 人体部位名。亦称吸门。位于舌部舌骨之后，形如一树叶，柄在下，能张能收，呼吸发音时会厌开启，饮食吞咽或呕吐时会厌关闭，以防误入气道。为声音之门户。《灵枢·忧悲无言》：“会厌者，音声之户也”。

会阳 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名利机。属足太阳膀胱经。位于尾骨下端两旁，距骶正中line 0.5寸处（《医宗金鉴》）。另说“阴尾骨外，各开一寸半”（《医学入门》）；“长强外开二寸”（《针灸集成》）。布有尾骨神经和臀下动、静脉分支。主治腹痛，泄泻，痢疾，便血，痔疮，带下，阳萎，阴部湿痒等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

会阴 ①人体部位名。亦称篡、下极、屏翳。指外生殖器后方与肛门前方的部位。《医宗金鉴》：“篡者，横骨之下，两股之前，相合共结之凹也。前、后两阴之间名下极穴，又名屏翳穴、会阴穴，即男女阴气之所也”。②经穴名。出《针灸甲乙经》。别名屏翳、下极、下阴别。属任脉。位于会阴部正中。男子当肛门与阴囊之间；女子当肛

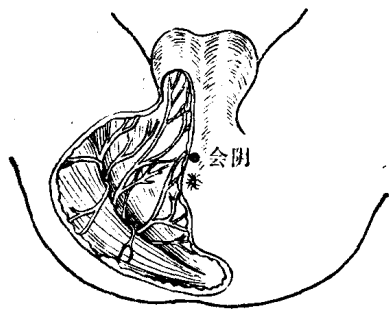


图50

门与阴唇后联合之间。布有会阴神经分支和会阴动、静脉分支。主治溺水窒息，昏迷，癲狂，脱肛，痔疮，疝气，小便不通，带下，月经不调，阴部瘙痒等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3壮；或艾条灸5~10分钟（图50）。

会宗 经穴名。出《针灸甲乙经》。属手少阳三焦经。手少阳之郄穴。位于腕背横纹上3寸，尺骨之桡侧缘；或于支沟穴尺侧约一横指取穴。布有前臂背侧皮神经，前臂内侧皮神经，深层为前臂骨间背侧神经和骨间掌侧神经；并有前臂骨间背侧动、静脉通过。主治耳聋，癲病，臂痛等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

会骨 经穴别名。出《外台秘要》。即冲阳，见该条。

会原 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即冲阳，见该条。

会维 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即地仓，见该条。

会额 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即脑户，见该条。

合二气 即合阴阳。见《陶朱公致富全书·卫生至要》。详合阴阳条。

合穴 五输穴之一。《灵枢·九针十二原》：“所入为合”。意为脉气至此最为盛大，犹如水流合入大海，故名。合穴多分布在肘、膝关节附近。其临床应用，《灵枢·顺气一日分为四时》曰：“经满而血者，病在胃（《千金要方》等作“胸”）及以饮食不节得病者，取之于合”。《难经·六十八难》又曰：“合主逆气而泄”。

合阳 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足太阳膀胱经。位于小腿后面，腓窝横纹中点直下2寸处，当腓肠肌二头之间。另说“在膝约中央下三寸”（《千金要方》）；“委中下一寸”（《针灸大全》）；“委中下四寸大些”（《针灸集成》）。布有腓肠内侧皮神经，深层为胫神经；并有小隐静脉和深屈的腓动、静脉通过。主治腰脊强痛，膝胫

痠重，下肢痿痹，寒疝，崩漏，带下等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

合阴阳 小儿推拿方法名。详和阴阳条。

合谷 经穴名。出《灵枢·本输》。别名虎口。属手阳明大肠经。原穴。位于手背第一、二掌骨之间，近第二掌骨之中点处；或当拇、食指并拢时，在第一骨间背侧肌隆起之中央处；或以一手的拇指指骨关节横纹，放在另一手拇、食指之间的指蹼缘上，当拇指尖下是穴。布有桡神经浅支，深部有正中神经的指掌侧固有神经；并有手背静脉网，近侧为桡动脉从手背穿向手掌之处。主治发热，头痛，目赤肿痛，鼻衄，鼻渊，咽喉肿痛，齿痛，耳聋，面肿，口眼喎斜，中风口噤，热病无汗，多汗，消渴，黄疸，痛经，经闭，滞产，腹痛，消化不良，痢疾，

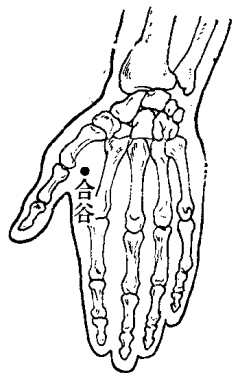


图51

便秘，瘾疹，丹毒，疔疮，臂痛；以及流行性感，急性扁桃体炎，流行性腮腺炎，三叉神经痛，瘰病，神经衰弱，小儿单纯性消化不良等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。孕妇不宜针灸（图51）。

合谷刺 古刺法名。五刺之一。《灵枢·官针》：“合谷刺（《黄帝内经太素》称合刺），左右鸡足，针于分肉之间，以取肌痹，此脾之应也”。是指在患部肌肉进针，而针向左右斜刺形如鸡爪的针刺方法。古人谓“肉之大会为谷”，本法刺入肌肉，且左右合如鸡足，故名合谷刺。因脾主肌肉，故本法应脾而用于治疗与脾有关的肌肉痹症等疾患。

合刺 出《黄帝内经太素》。即合谷刺，见该条。

合法 推拿手法名。①又名和法。用两手拇指指腹分别从两个穴位向中间合拢。其起点和止点往往在穴位上。②见曹杨珍《中医按摩疗法》。对抗性地用力推并，使散离的筋肌或脱错的关节得以归合而复原状。

合治内腑 针灸术语。《灵枢·邪气脏腑病形》：“荣输治外经，合治内腑”。合，指下合穴，即六腑有病取其所属的下合穴进行治疗。如胃病取足三里，大肠病取上巨虚，小肠病取下巨虚，膀胱病取委中，三焦病取委阳，胆病取阳陵泉等。参下合穴条。

合颅 经穴别名。出《铜人腧穴针灸图经》。即脑户，见该条。

后发际 见发际条。

后曲 经穴别名。出《外台秘要》。即瞳子髎。见该条。

后关 经穴别名。出《针灸大全》。即听会，见该条。

后顶 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名交冲。属督脉。位于头正中线，百会穴后1.5寸；即入后发际5.5寸处。布有枕大神经分支和左右枕动、静脉分支。主治头痛，目眩，失眠，癫狂，癫痫等。沿皮刺0.5~0.8寸。艾条灸5~10分钟。

后神聪 经外奇穴名。出《类经图翼》。位于头部中线，当前、后发际连线的中点处；或于百会穴后1寸取穴。主治中风，头痛，眩晕，癫痫等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾炷灸1~3壮；或艾条灸3~5分钟。

后腋 见后腋下条。

后腋下 经外奇穴名。《千金要方》：“一切瘰癧，……灸患人背两边腋下后纹上，随年壮”。《类经图翼》列作奇穴，名后腋下。近代《腧穴学概论》名后腋。位于腋后纹头处。主治颈项瘰癧，肩背挛急不举，喉风喉痹等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

后溪 经穴名。出《灵枢·本输》。属手太阳小肠经。输（木）穴。八脉交会穴之

一,通督脉。位于手掌尺侧缘第五掌骨小头后方,握拳时,当掌横纹端,赤白肉际处是穴。布有尺神经手背支,并有指背动、静脉及手背静脉网通过。主治头痛项强,落枕,目赤肿痛,耳聋,耳鸣,鼻衄,癫痫,疟疾,黄疸,盗汗,腰背腿痛,肘、臂、手指挛急等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟(图52)。



图52

行气 气功术语。《抱朴子内篇》卷八释滞:“初学行气,鼻中引气而闭之,阴以心数至一百二十,乃以口微吐之,及引之,皆不欲令己耳闻其出入之声,常令入多出少,以鸿毛著鼻口之上,吐气而鸿毛不动为候也。渐习转增其心数,久久可以至千。至千则老者更少,日还一日矣。”

行气玉佩铭 气功铭文。原刻于一十二面体角柱形玉佩上,约刻于公元前380年前后(即战国初期)。原拓片见《三代吉金文存》卷二十,是我国现存最早的有关气功的文字记述,共四十五字:“行气,深则蓄,蓄则伸,伸则下,下则定,定则固,固则萌,萌则长,长则退,退则天。天几春在上;地几春在下。顺则生;逆则死。”郭沫若释:“作者认为这是深呼吸的一个回合。吸气深入则多其量,使它往下伸,往下伸则定而固;然后呼出,如草木之萌芽,往上长,与深入时的径路相反而退进,退到绝顶。这样天机便朝上动,地机便朝下动。顺此行之则生,逆此行之则死。”(《奴隶制时代》)

行气法 指能使针刺感应向一定方向扩散传导的一类针刺方法,亦称引气法、通气法和导气法。《针灸大成》:“有病道远者,必先使气直得病所”。说明本法在临床上的重要意义。本法历代文献中有分散记载,主要是提插行气,呼吸行气,捻转行气,按压

行气,针向行气,接经行气等法,详各该条。

行针 出《灵枢·行针》。即施行针刺之意。亦指针刺时施行各种操作手法,又称运针。见该条。

行间 经穴名。出《灵枢·本输》。属足厥阴肝经。荣(火)穴。位于足背第一趾蹼缘中点上0.5寸;或于第一、二趾间的趾缝端取穴。布有来自腓深神经的趾背神经,足背静脉网及第一趾背动、静脉。主治头痛,眩晕,青盲,雀目,目赤肿痛,失眠,癫痫,瘰疬,小儿惊风,胸胁痛,口眼歪斜,遗尿,癃闭,疝气,遗精,月经过多,干湿脚气,以及高血压,神经衰弱,精神分裂症等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

肋头 经外奇穴名。《千金翼方》:“治瘰癧,患左灸左,患右灸右,第一屈肋头近第二肋下即是灸处,第二肋头近第三肋下向肉翅前亦是灸处”。《类经图翼》列作奇穴,名肋头。位于胸骨两侧缘,当第一及第二肋骨头下缘处,左右共4穴。主治瘰癧,咳嗽,哮喘,呃逆;以及肋间神经痛,支气管炎等。斜刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

肋罅(xià 下) 经外奇穴名。《千金要方》:“凡五尸者……又以细绳量患人两乳头内,即裁断中屈之,又以乳头向外量,使当肋罅于绳头,灸三壮或七壮”。《类经图翼》列作奇穴,名肋罅。位于乳头向外旁开4寸,约当第四肋间隙处。主治腹痛,胁肋痛等。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

多所闻 经穴别名。《素问·气穴论》:“耳中多所闻二穴”。王冰注:“听官穴也”。后《针灸聚英》等作听官之别名,见该条。

〔、〕

交叉选穴法 指根据经脉相互交贯的理论取用健侧的穴位进行治疗的方法。《扁鹊

神应针灸玉龙经·玉龙歌》：“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”。其它如左牙痛取右合谷；左侧瘫痪取右侧穴位等。本法与缪刺法类同，参阅该条。

交会选穴法 指选用交会穴治病的方法。《标幽赋》：“住痛移痛，取相交相贯之经”。如肝、脾、肾三经的病症，可取三阴经交会的三阴交穴，各种热病，可取用督脉与足三阳经交会的大椎穴等。

交仪 经穴别名。《千金要方》：“女人漏下赤白，月经不调，灸交仪三十壮，穴在内踝上五寸”。《针灸资生经》作蠡沟穴别名。

交会穴 经穴分类名。指有两条或两条以上经脉交会通过的穴位。出《针灸甲乙经》。这类穴位大多分布在头面和躯干部。一般阳经与阳经相交，阴经与阴经相交。表明经脉之间的交叉会合，脉气互通和穴位主治作用的特异性。临床上有主治本经和交会经病症的作用。如三阴交为脾、肝、肾三经所交，除能治脾经病症外，也能治肾经和肝经病症。

交冲 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即后顶，见该条。

交经八穴 出《针经指南》。即八脉交会穴，见该条。

交骨 推拿穴位名。出《推拿仙术》。一手有两穴，分别位于腕部阴池和阳池旁。治急慢惊风。《厘正按摩要术·取穴·阳掌图注》：“掌根上为阳池，下为阴池，二池旁为交骨”。

交信 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名阴跷。属足少阴肾经。阴跷之郄穴。位于内踝尖与跟腱水平连线中点直上2寸，再向前0.5寸处，当胫骨内侧缘的后方。本穴与复溜同高，其前后关系，参阅复溜条。布有小腿内侧皮神经，深部为胫神经束干；深层为胫后动、静脉通过。主治月经不调，崩漏，

带下，阴挺，闭经，泄泻，便秘，痢疾，疝气，睾丸肿痛等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

齐刺 古刺法名。十二刺之一。又称三刺。《灵枢·官针》：“齐刺者，直入一，傍入二，以治寒气小深者。或曰三刺，三刺者，治痹气小深者也”。指治疗痹症，寒邪稽留范围较小而又较深的针刺方法。其法当病处直下一针，左右两旁各下一针，三针齐下，故名齐刺，或三刺。

羊矢 经外奇穴名。《千金要方》：“瘰癧……胸堂、羊矢，灸一百壮”。定位缺如。《医学入门》定于“气冲下一寸”。《类经图翼》定于：“会阴旁三寸，股内横纹中，按皮肉间有核如羊矢。可刺三分，灸七壮”。近代《针灸孔穴及其疗法便览》定定位于“股内横纹中，鼠蹊内端与耻骨上缘之交点”处。而《针灸经外奇穴图谱》则谓在“耻骨结节之高点处”。

并裆 练功方法之一。见上海中医学院附属推拿学校《推拿学》。两足并拢，足跟微向外，两手微向后伸，挺胸翘掌，掌心朝下，四指并拢，拇指外分，两目平视。

关门 经穴名。出《针灸甲乙经》。《千金翼方》作关明。属足阳明胃经。位于腹部脐上3寸旁开2寸处（《针灸甲乙经》又云去任脉3寸）。一说“在梁门下五分”（《外台秘要》）。布有第八肋间神经，并有第八肋间动、静脉分支及腹壁上动、静脉分支通过。主治腹痛，腹胀，肠鸣，泄泻，纳呆，身肿等。直刺0.8~1.2寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

关元 经穴名。出《灵枢·寒热病》。别名三结交、下纪、次门、丹田、大中极。属任脉。足三阴、任脉之会。小肠之募穴。位于腹正中线上，脐下3寸。布有第十二肋间神经的前皮支的内侧支；腹壁浅动、静脉分支和腹壁下动、静脉分支。主治中风脱症，肾虚气喘，遗精，阳痿，疝气，遗尿，淋浊，

尿频，尿闭，尿血，月经不调，痛经，经闭，带下，崩漏，腹痛，泄泻，痢疾，以及尿路感染，功能性子宫出血，子宫脱垂，神经衰弱，晕厥，休克等。并有强壮作用。直刺1~1.5寸。艾炷灸7~10壮；或艾条灸15~30分钟（图53）。

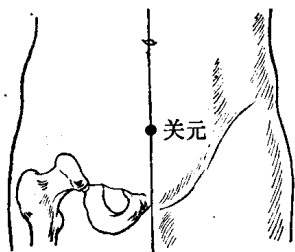


图53

关元上 经外奇穴名。即利尿穴，见该条。

关元俞 经穴名。出《太平圣惠方》。属足太阳膀胱经。位于腰部，第五腰椎棘突下旁开1.5寸处。一说“除脊各寸半”（《针灸资生经》）。布有第五腰神经后支和腰最下动、静脉后支。主治腰痛，腹胀，泄泻，痢疾，遗尿，消渴；以及膀胱炎等。直刺1~1.5寸。艾炷灸5~10壮；或艾条灸10~20分钟。

关仪 经外奇穴名。《千金要方》：“女人阴中痛引心下，及小腹绞痛，腹中五寒，灸关仪百壮。穴在膝外边上一寸宛宛中”。即在膝外侧缘，当腓窝横纹上1寸处。主治小腹绞痛。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

关冲 经穴名。出《灵枢·本输》。属手少阳三焦经。井（金）穴。位于无名指尺侧，指甲角旁约0.1寸。布有来自尺神经的指掌侧固有神经和指掌侧固有动、静脉形成的动、静脉网。主治昏厥，热病，头痛，目赤痛，咽喉肿痛等。斜刺0.1~0.2寸；或点刺出血。艾炷灸1~3壮；或艾条灸5~10分钟。

关阳 见膝阳关条。

关刺 古刺法名。五刺之一。《灵枢·官针》：“关刺者，直刺左右尽筋上，以取

筋痹，慎无出血，此肝之应也。或曰渊刺（《黄帝内经太素》作开刺），一曰岂刺”。指在患处两端尽筋上，即关节的肌腱附着部直刺而避免出血的刺法。以其刺处在关节附近，故名关刺。因肝主筋，故本法应肝而用于治疗与肝有关的筋痹等疾患。

关枢 六经皮部之一。太阳皮部名。《素问·皮部论》：“太阳之阳，名曰关枢，上下同法，视其部中有浮络者，皆太阳之络也”。说明手足太阳经循行部位上所见到的浮络都属于太阳络，而浮络之外的皮肤，即为太阳之皮部。“关”是关键、门栓的意思，“枢”有枢转的含义。阳经中以太阳为关，故称“关枢”。

关明 见关门条。

关陵 经穴别名。出《针灸大全》。即膝阳关，见该条。

关梁 经穴别名。出《针灸甲乙经》。《针灸聚英》作梁关。即金门，见该条。

关蛰 六经皮部之一，太阴皮部名。《素问·皮部论》：“太阴之阴，名曰关蛰，上下同法，视其部中有浮络者，皆太阴之络也”。说明手足太阴经循行部位上所见到的浮络都属于太阴络，而浮络之外的皮肤，即为太阴之皮部。“关”是关键的意思，蛰有阴气蛰藏的含义，阴经以太阴为关，故称关蛰。

关、闾、枢 见《灵枢·根结》、《素问·阴阳离合论》等篇。古时用此来解释经络学说中三阴三阳气机变化的特点。（按“关”原文作“开”，应据《黄帝内经太素》卷十《经脉根结》及《素问·阴阳离合论》新校正引《九墟》文改为“关”，方与《灵枢·根结》之“折关败枢”文合。）原意关是门栓，其变动为开；闾是门扇，其变动为闭；枢是户枢，其变动为转。六经中的太阳居阳分之表，为关；阳明居阳分之里，为闾；少阳居阳分之中，为枢；太阴居阴分之表，为关；厥阴居阴分之里，为闾；少阴居

阴分之中，为枢。六经皮部也都结合关、阖、枢命名。参皮部条。

壮 灸法术语。①指艾炷灸中的计数单位。每灸一个艾炷，称为一壮。②指艾炷。如大壮灸，即指用较大的艾炷施灸，小壮灸即指用较小的艾炷施灸。

冲门 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名慈宫、上慈宫。属足太阴脾经。足太阴、厥阴之会。位于耻骨联合上缘旁开3.5寸处，股动脉外侧。另说腹正中线旁开4寸（《针方六集》）；旁开4.5寸（《针灸资生经》）。布有股神经，内侧为股动脉。主治腹痛，疝气，小便淋沥，尿闭，带下，产后血崩等。直刺0.5~1寸，避开血管。艾条灸5~10分钟。

冲阳 ①经穴名。出《灵枢·本输》。别名会原、会骨、趺阳。属足阳明胃经。原穴。位于足背最高点，解溪穴下1.5寸，当第二、三跖骨与楔状骨间凹陷处。布有腓浅神经的足背内侧皮神经，深层为腓深神经；并有足背动、静脉及足背静脉网。主治头痛、牙痛，口眼歪斜，胃脘痛，足背肿痛，足缓不收等。直刺0.3~0.5寸，避开血管。艾条

灸5~10分钟。②经穴别名。出《针灸甲乙经》。即迎香。见该条。

冲脉 奇经八脉之一。出《素问·骨空论》等篇。其循行路线，所载多有出入，《针灸甲乙经》：“冲脉任脉者，皆起于胞中，上循脊里，为经络之海。其浮而外者，循腹上行，会于咽喉，别而络口唇”。本脉自小腹内起始，下出于会阴部，向上行于脊柱之内，其外行者经腹股沟中央的气街（气冲）部，与足少阴肾

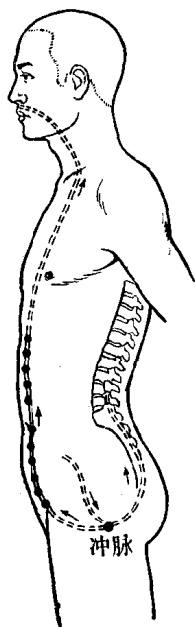


图54

经交会，沿着腹部两侧，上达咽喉，环绕口

唇。本脉发生病变，主要表现为胸腹气逆而拘急，躁热，瘕疝，喘动应手，不孕，痿症等（图54）。

冲道 经穴别名。出《循经考穴编》。即神道，见该条。

兴隆 经外奇穴名。《凌氏汉章针灸全书》：“兴隆二穴，小肠为腑，主心中冷惫年深，气上攻或结双瘕成痞块，兴隆二穴与针通。其穴在脐角斜上一寸，以指按瘕跳是穴。令人仰卧之，取草一根作三寸三折，一角按神阙中，二角尽处是穴也”。即以一寸为边长，作等边三角形，倒置脐上，一角顶点置脐中，底边呈水平，上两角顶为穴位。近代《针灸经外奇穴图谱》定位于脐上1寸，再旁开1寸处。

灯火灸 俗称打灯火。出《本草纲目》。指用灯草蘸油燃火在穴位上直接点灼的一种灸法。操作时，取灯心草一段，蘸以植物油，点燃后对准穴位迅速灼灸，当灼及皮肤时，可听到“拍”的响声。灼灸次数，根据病情需要掌握，一般3~5次。灸后局部应保持清洁，涂以消炎软膏，防止感染。适用于腮腺炎，小儿惊厥，小儿消化不良，呃逆等病症。

次门 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即关元，见该条。

次髎 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足太阳膀胱经。位于骶部，在第二骶后孔中，

约当髂后上棘下与骶正中线的中点。布有第二骶神经后支和骶外侧动、静脉后支。主治腰骶疼痛，月经不调，赤白带下，阴挺，痛经，疝气，下肢痿痹；以及坐骨神经痛，盆腔炎；并可用于催产，引产

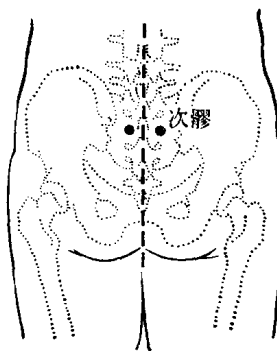


图55

等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟（图55）。

汗法 小儿推拿方法名。《厘正按摩要术》卷二：“汗法：周于蕃曰：凡小儿寒热互作，鼻流清涕或昏迷不醒，一切急慢惊风等症，须用葱姜煎汤，以左手托病者头后，用右手大指面蘸汤，摩洗两鼻孔三十六次，谓之洗井灶，以通脏腑之气，随用两大指蘸汤，摩洗鼻两边二十四次，后又蘸汤，由鼻梁山根推至印堂频门三十六次；再用两手食指、中指、无名指、小指将病者两耳攀转向内掩两耳门，即以两大指自天庭左右分推两额各三十六次。又以大指掐两太阳并印堂二十四次，掐后又将全指揉二十四次，再用两大指按两太阳，两中指按脑后两风池穴，一齐着力按揉三十六次。令小儿大哭出汗，即当时无汗，随后亦自有汗。或蘸葱姜汤推肺俞穴、一窝风、内劳宫、二人上马等处，皆取汗法也。总之面部通脏腑，无论何证，以取汗诸法为最。但蘸汤推摩后，须用手掌指之，令头面皆干，恐水湿反招风也。即有病自汗者亦用以取正汗。汗后须推脾土以收之。是法于风寒外感最宜，若内伤则又宜参酌也”。

池头 见蛇头条。

池泉 经外奇穴名。见《针灸经外奇穴治疗诀》。别名永泉。位于手背腕横纹之中点，与大陵穴相对处。主治心胸痛。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

守一 养生术语。指集中意念于任何一种事物。一般集中于下丹田、中丹田或上丹田中（参见丹田条）。集中则有益于健康。《抱朴子内篇·地真》：“子欲长生，守一当明；思一至饥，一与之粮；思一至渴，一与之浆。”

安邪 经穴别名。出《针灸甲乙经》。《千金要方》作安耶。即仆参，见该条。

安耶 见安邪条。

安神 养生术语。指收摄精神，使精神内守。《后汉书·仲长统传》：“安神闺房，思老氏之玄虚；呼吸精和，求至人之仿佛。”

安眠₁ 经外奇穴名。位于翳风与翳明两穴连线之中点处。主治失眠，偏头痛，精神分裂症等。直刺1~1.5寸。

安眠₂ 见天听条。

安眠穴 经外奇穴名。位于翳风与风池两穴连线之中点。在胸锁乳突肌肌腱中部，深部有头夹肌及枕动、静脉；布有枕小神经及耳大神经分支。主治失眠，眩晕，头痛，心悸，精神病等。直刺1~1.5寸。

〔一〕

异经选穴法 指本经罹病而取用他经穴位进行治疗的方法。或称他经选穴法。如足阳明胃经的胃痛，取足太阴脾经的公孙；任脉为病的崩漏，取足太阴脾经的三阴交等。

导气法 ①针刺手法名。《灵枢·五乱》：“徐入徐出，谓之导气”。指进针后，徐缓入针，得气后再徐缓出针的方法。

②即行气法，见该条。

导引 一作道引。以主动的肢体运动为主，并配合呼吸运动或自我推拿而进行的一种锻炼身体、防治疾病的方法，也是古代养生方法，后为道家承袭。《庄子·刻意》：

“吹响呼吸，吐故纳新，熊经鸟申，为寿而已矣，此道引之士，养形之人，彭祖寿考者之所好也”。唐·成玄吴注：“导引神气，以养形魄，延年之道，驻形之术”（《南华真经注疏》）。晋·李颐注：“导气令和，引体令柔”。意指通过调整呼吸，使脏腑经络之气和顺；通过肢体运动，使人体动作灵活柔和。《素问·异法方宜论》：“其病多痿厥寒热，其治宜导引按跷”。唐·王冰注：“导引，谓摇筋骨，动支节”。唐·慧琳《一切经音义》：“凡人自摩自捏，伸缩手足，除劳去烦，名为导引”。宋《圣济

总录》：“人之五脏六腑，百骸九窍，皆一气之所通，气流则形和，气壅〔11 丽〕则病，导引之法，所以行血气、利关节、辟除外邪，使不能入也”。长沙马王堆三号汉墓出土的《导引图》中绘有四十余种导引姿态图象。隋·巢元方《诸病源候论》中载有导引法二百六十余条。

导引行气 养生术语。始见于《内经·病传篇》：“或有导引、行气、乔摩、灸、熨、刺、熨、饮药之一者。”参见导引及行气条。

导引图 书名。①1973年长沙马王堆三号汉墓出土的西汉初年的帛画，是迄今我国最早的导引图谱。原帛画长约100厘米与前段40厘米帛书连在一起。画高40厘米。上有四十四个各种人物的导引图象，分上下四层，每层绘有11幅小图。每幅小图平均高9~12厘米。每小图为一人像，有男有女，有老有少，或有衣著，或裸背，均为工笔彩绘。除个别人像作器械运动外，多为徒手操练。其中涉及到动物的有八图。鸟最多，占四图，计有鸟、鸱、鹤、鸱。猿猴次之，计二图。此外为一龙，一熊。与五禽戏相对照缺鹿和虎。原无图名，现名系由马王堆汉墓帛书整理小组定的。②《隋书·经籍志》：《导引图》三卷，原注立一，坐一，卧一。③《导引图序》·梁肃作，原载《崇文总目》王应麟《汉书艺文志考证》引文。此图可能是唐人图，系宋初著录。④《云笈七籤》卷三十四《宁先生导引养生法》有图。亦系宋画。原出处不祥。⑤《六气导引图》一卷，见《崇文总目》。⑥《黄庭五藏导引图》一卷，见《崇文总目》（以上②至⑤皆佚）。⑦清·敬慎山房刊有《导引图》，但流传不广。

阳中隐阴 针刺手法名。出金·窦汉卿《金针赋》。其法先进针至浅部（0.5寸左右），行紧按慢提九次，觉微热，再进针至深部（1寸左右），行慢按紧提六次，此为

一度。必要时可反复施术。适用于先寒后热，虚中夹实之症。本法以补为主，补中有泻，故名阳中隐阴。

阳白 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足少阳胆经。足少阳、阳维之会。位于前额眉中直上1寸，正视时与瞳孔相直处。一说“在眉上七分，直瞳子”（《针灸集成》）。布有额神经外侧支和额动、静脉外侧支。主治前额痛，目眩，目痛，眼睑瞤动；以及近视，夜盲症，面神经麻痹，眶上神经痛等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾条灸5~10分钟。

阳刚 经外奇穴名。出《古今医统》。近代《中国针灸学》等名肠风。位于第二腰椎棘突下，旁开1寸处。主治小儿饮水不歇，黄疸，肠风下血，痔疮，腰痛，遗尿，遗精等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~10分钟。

阳交 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名别阳、足髀。属足少阳胆经。阳维脉之郄穴。位于小腿外侧，外踝尖上7寸，当腓骨后缘处；或于外丘穴后方1寸取穴。布有腓肠外侧皮神经和腓动、静脉分支。主治胸胁胀满，膝踝肿痛，脚气，惊厥，下肢痿痹；以及胆囊炎，肋间神经痛，坐骨神经痛，腓肠肌痉挛等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

阳关 经穴名。在腰部者称腰阳关，属督脉；在膝部者称膝阳关，属足少阳胆经。见各该条。

阳池 ①经穴名。出《灵枢·本输》。别名别阳。属手少阳三焦经。原穴。位于腕背横纹中，当指总伸肌腱尺侧缘凹陷处。布有尺神经手背支，前臂背侧皮神经末支和腕背静脉网，腕背动脉。主治腕痛无力，臂肘疼痛，耳聋，疟疾，消渴等。直刺0.3~0.5寸。艾条灸5~10分钟。②推拿穴位名。①位于腕背尺骨下端桡侧，掌背横纹上1寸许的凹陷处。见《小儿按摩经》。用掐法或揉法，有降逆、清脑，止头痛等作用。②位于

前臂背侧，离掌根三寸处。《小儿推拿方脉活婴秘旨全书·掌背穴图》：“在掌根三寸是。治风痰，头痛”。③位于掌侧腕部横纹的靠桡侧一边。见《幼科推拿秘书》。治头痛，风寒无汗，肢冷等症。

阳谷 经穴名。出《灵枢·本输》。属手太阳小肠经。经（火）穴。位于手腕尺侧缘，当尺骨茎突与三角骨之间凹陷处。布有尺神经手背支和来自尺动脉的腕背侧动脉。主治头痛目眩，耳鸣耳聋，目赤肿痛，齿痛颌肿，癫狂瘈瘲，腕关节疾患等。直刺0.3~0.5寸。艾条灸5~10分钟。

阳纲 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足太阳膀胱经。位于背部，第十胸椎棘突下旁开3寸处。一说“除脊各三寸取穴”（《针灸资生经》）。布有第八、九胸神经后支的外侧支和肋间动、静脉的后支。主治脘腹胀痛，肠鸣泄泻，饮食不下，黄疸，消渴；以及肝炎，胆囊炎，胆道蛔虫症等。斜刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

阳刺 古刺法名。《黄帝内经太素·杂刺》：“在头疾头痛……阳刺，入一旁四。”指治疗头痛，用正中一针，四旁各刺一针的刺法。即《灵枢·官针》所述十二刺之扬刺。《素问·长刺节论》所载阴刺之法亦同此，谓“入一旁四处”，但十二刺之阴刺为“左右率刺”之法。故林亿在校正时指出：“此阴刺疑是阳刺也”。杨上善注《黄帝内经太素》中亦谓：“本作阴刺者，字误耳。”因本法用治头病，头为阳；且刺入五针为奇数，亦属阳，故称阳刺。

阳泽 经穴别名。出《千金翼方》。即曲池，见该条。

阳脉 指属于六腑的经脉，即手、足三阳经。《灵枢·脉度》：“阴脉荣其藏，阳脉荣其府，如环之无端。”说明阴脉主要是营运五脏的精气，阳脉主要是营运六腑的精气，表里内外，互相贯通，如圆环一样，终而复始地循环，维持机体正常的功能活动。

阳脉之海 指督脉。在十二经脉中，手、足三阳经脉均会于督脉，有统率阳经和调节一身阳气的作用，因称阳脉之海。《十四经发挥》：“督脉者，起于下极之腧，……属阳脉之海也”。

阳络 指肌体浅部的络脉。《灵枢·百病始生》：“阳络伤则血外溢，血外溢则衄血；阴络伤则血内溢，血内溢则后血”。张隐菴注：“阳络者，上行之络脉，伤则血外溢于上而为衄；阴络者，下行之络脉，伤则血内溢而为后血”。

阳陵 经穴别名。出《针灸大全》。即膝阳关，见该条。

阳陵泉 经穴名。出《灵枢·本输》。属足少阳胆经。合（土）穴。八会穴之筋会。位于小腿外侧，腓骨小头前下方凹陷处。当腓总神经分为腓浅及腓深神经处，并有膝下外侧动、静脉通过。主治胁肋痛，口苦，呕吐，黄疸，便秘，半身不遂，下肢痿痹，膝肿痛；以及肝炎，胆囊炎，胆道蛔虫症，坐骨神经痛，膝关节炎等。直刺1~1.5寸。艾炷灸5~7壮；或艾条灸10~15分钟（图56）。

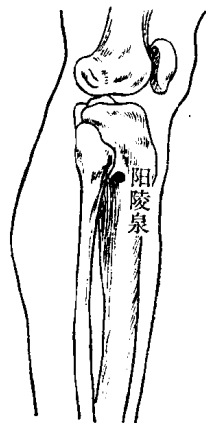


图56

阳辅 经穴名。出《灵枢·本输》。别名分肉、绝骨。属足少阳胆经。经（火）穴。位于小腿前外侧，外踝尖上4寸，腓骨前缘，当趾长伸肌与腓骨短肌之间凹陷处。布有腓浅神经和胫前动、静脉分支。主治偏头痛，目外眦痛，胸胁痛，腋下肿痛，瘰癧，脚气，腰腿痛，下肢麻痹；以及坐骨神经痛等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

阳维穴 经外奇穴名。出《千金翼方》。位于耳廓后，当用手拉耳向前时，于根部所出现的弦筋上，与耳门穴相平处（《类经图

翼》)。主治耳鸣,耳聋,以及中耳炎等。直刺0.1~0.2寸。艾炷灸3~5壮。

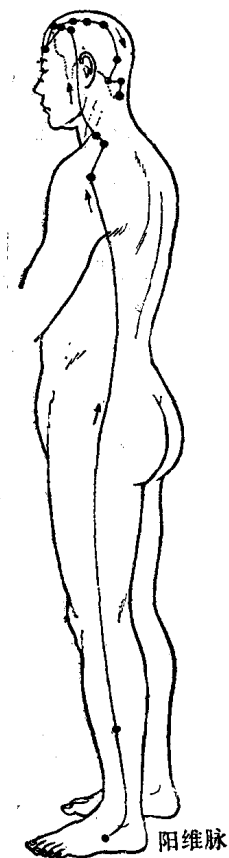


图57

阳维脉 奇经八脉之一。见《素问·刺腰痛论》。其循行路线,据《奇经八脉考》载:“阳维,起于诸阳之会,其脉发于足太阳金门穴,……循膝外廉,上髀厌,抵少腹侧……循胁肋,斜上肘上……过肩前……入肩后……上循耳后……下额……循头入耳,上至本神而止。”本脉自诸阳经的交会之处起始,其脉气发自足太阳经的金门穴部位,沿着下肢外侧上行,经过髋关节部,循胁肋后侧,从腋后上肩至前额,再到项后,与督脉会合。本脉发生病变,主要表现为寒热往来等(图57)。

阳筋 推拿穴位名。即青筋。详该条。

阳跷穴 经穴别名。①指申脉。《素问·气穴论》:“阴阳跷四穴”。王冰注:“……阳跷穴是谓申脉”。②指跗阳。《素问·气府论》王冰注:“阳跷一,谓跗阳穴也”。

阳跷脉 奇经八脉之一。出《灵枢·寒热病》。其循行路线,据《难经·二十八难》载:“阳跷脉者,起于跟中,循外踝上行,入风池”。本脉自足跟外侧的申脉穴起始,经外踝上行腓骨后缘,沿股部外侧,经髋、胁,至肩膊外侧,沿颈上至口吻,到目内眦,与太阳、阴跷脉会合,再上行经额,与足少阳经合于风池。本脉发生病变,主要表现为失眠,目痛从内眦始等(图58)。

阳溪 经穴名。出《灵枢·本输》。别

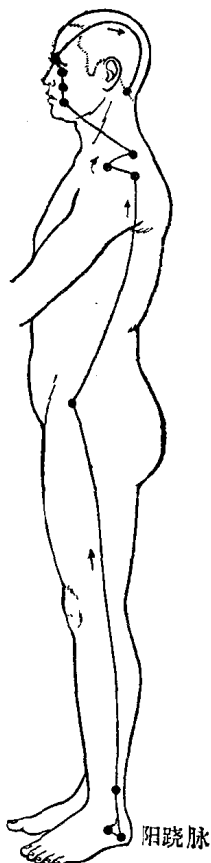


图58

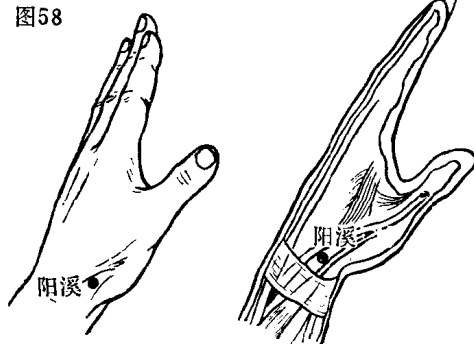


图59

名中魁。属手阳明大肠经。经(火)穴。位于腕关节桡侧,拇指上翘时,在拇长伸肌腱与拇短伸肌腱之间凹陷中;或以两手虎口交叉,当拇指尽处是穴。布有桡神经浅支,头静脉、桡动脉本干及其腕背支。主治头痛,目赤肿痛,齿痛,咽喉肿痛,耳聋,手腕痛等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟(图59)。

阳燧 经穴别名。出《针灸聚英》。即腹结,见该条。

阳燧 指古时用铜质制成的凹面镜,用以聚集日光,点燃艾炷施灸。《本草纲目》:“阳燧,火镜也。以铜铸成,其面凹,摩热向日,以艾承之,则得火”。

阳明脉 经脉名。即足阳明。《马王堆汉墓帛书》:“阳明脉:系于髀骨外廉,循髀而上,穿腓,出鱼股□□□□,穿〔乳〕,穿颊,〔出目外〕廉,环〔颜〕□。是动则病:洒洒病寒,喜龙(伸),萎(数)吹(欠),颜〔黑,病种(肿),病至则恶人与火,闻〕木音

则恹(惕)然惊,心肠(惕)、欲独闭户牖而处,〔病甚〕则〔欲登高而歌〕,弃衣而走,此为肝厥(厥)。是阳明脉主治其所产病:颜痛,鼻肌(鼯),颌(颌)颈痛,乳痛,心与肱痛,腹外种(肿),阳(肠)痛,膝跳,付(跗)□□,为十病”。

阴中隐阳 针刺手法名。出金·窦汉卿《金针赋》。其法先进针至深部(1寸左右),行紧提慢按六次,觉微凉,再退针至浅部(0.5寸左右),行紧按慢提九次,此为一度,必要时可反复施术。适用于先热后寒,实中夹虚之症。本法以泻为主,泻中有补,故名阴中隐阳。

阴分之上药 养生药物。见《遵生八笺》。即青年妇人的乳汁。古人有阴分之上是乳,阴分之下是血的说法。认为年老和身体虚弱的人,最好以人乳补养。制作方法是和面加乳调匀,打糊成丸,作养生药用。

阴市 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名阴鼎。属足阳明胃经。位于大腿前外侧,髌前上棘与髌骨外缘连线上,距髌底外侧端3寸处。一说“当伏兔下行二寸,临膝取之”(《千金要方》)。布有股前皮神经及股外侧皮神经,并有旋股外侧动脉降支通过。主治腿膝麻痹痠痛,屈伸不利,小腹胀痛,水肿,疝气等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

阴包 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足厥阴肝经。位于大腿内侧,股骨内上踝上4寸,当股内肌与缝匠肌之间。一说“在股内廉膝上三寸,横直阴市”(《针灸集成》)。布有股前皮神经及闭孔神经前支,深层外侧有股动、静脉,旋股内侧动脉浅支通过。主治月经不调,小便不利,遗溺,尿闭等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

阴交 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名少关、横户。属任脉。任脉、冲脉、足少阴之会。位于腹正中线,脐下1寸。布有第

十肋间神经前皮支,腹壁浅动、静脉分支和腹壁下动、静脉分支。主治脐周疼痛,泄泻,月经不调,痛经,带下,产后血晕,疝气,水肿;以及肠梗阻,功能性子宫出血,子宫脱垂等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~7壮;或艾条灸10~20分钟。

阴关 经穴别名。所指有二:①出《针灸甲乙经》。即承扶,见该条。②出《针灸甲乙经》。即大赫,见该条。

阴池 推拿穴位名。出陈氏《小儿按摩经》。位于腕部掌侧横纹的尺侧边。与其它穴位配伍,可治头痛。

阴阳穴 ①经外奇穴名。出《千金要方》。位于跗趾趾节横纹内侧端。主治卒中恶风,赤白带下,泻注,肠疝。艾炷灸3壮。②经外奇穴名。即营池,出《千金要方》,见该条。③推拿穴位名。位于腕部掌侧横纹的桡侧边及尺侧边,即阳池穴和阴池穴。应用手法时,有分阴阳与和阴阳之别。《小儿按摩经·手诀》:“分阴阳:屈儿卷于手背上,四指节从中往两下分之,分利气血”。“和阴阳:从两下合之,理气血用之”。详分阴阳、和阴阳各条。

阴阳反掌 练功方法名。见杜自明《中医正骨经验概述》。又称滚筋。两臂前平举,取阳掌(掌心向上)或阴掌(掌心向下)势,迅速翻掌,反复行之。适用于治疗腕部疾患。

阴阳刺 即偶刺,见该条。

阴阳循环一大周天 气功功法。为大周天的全称。详该条。

阴阳循环一小周天 气功功法。为小周天的全称。详该条。

阴阳磨势 练功方法名。见杜自明《中医正骨经验概述》。两足分开比肩略宽,两手撑腰,拇指点压脊旁痛点,稳缓地左右转动上体。适用于腰部疾患。

阴谷 经穴名。出《灵枢·本输》。属足少阴肾经。合(水)穴。位于膝内侧横纹

头,半腱肌腱与半膜肌腱之间凹陷处,曲膝取穴。布有股内侧皮神经,并有膝上内侧动、静脉通过。主治小便不利,遗精,阳痿,崩漏,

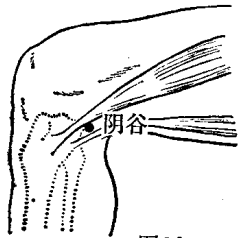


图60

带下,疝气,阴囊湿痒,膝痛,以及尿路感染,尿滞留等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟(图60)。

阴刺 古刺法名。①十二刺之一。《灵枢·官针》:“阴刺者,左右率刺之,以治寒厥;中寒厥,足踝后少阴也”。指治疗寒厥的针刺方法。其法左右并刺,以治阴寒之症。如取足少阴肾经原穴太溪,即属此法。以其刺阴经之穴而治阴寒之病,故名阴刺。

②《素问·长刺节论》:“阴刺,入一旁四处”。实指阳刺,见该条。

阴郄 ①经穴名。出《千金要方》。《针灸甲乙经》名手少阴郄。《外台秘要》作少阴郄。属手少阴心经。手少阴之郄穴。位于前臂掌侧,当尺侧腕屈肌腱桡侧缘,腕横纹上0.5寸处。布有前臂内侧皮神经,尺侧为尺神经;并有尺动脉通过。主治心痛,惊悸,盗汗,衄血,失音等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸1~3壮;或艾条灸5~10分钟。②经穴别名。见气之阴郄条。

阴脉 与阳脉对举,指属于五脏的经脉,即手、足三阴经。详阳脉条。

阴脉之海 指任脉。十二经脉中的手、足三阴经脉,阴维脉和冲脉均会于任脉,有总调一身阴气的作用,因称阴脉之海。《十四经发挥》:“任脉起于中极之下……属阴脉之海”。

阴独 经外奇穴名。见《针灸孔穴及其疗法便览》。位于足背侧,第四、五趾之夹缝间,侠溪穴微前处。主治足背肿痛,月经不调等。斜刺0.3~0.5寸。艾炷灸3壮;或温灸3~5分钟。

阴独八穴 经外奇穴名。出《针灸集

成》。即八风穴。见该条。

阴络 与阳络对举,指机体深部的络脉。详阳络条。

阴都 ①经穴名。出《针灸甲乙经》。别名食官。属足少阴肾经。冲脉、足少阴之会。位于腹正中线脐上4寸,旁开0.5寸处(《类经图翼》)。另说在脐上3寸,旁开0.5寸(《针灸甲乙经》);脐上3寸,旁开1.5寸(《铜人腧穴针灸图经》)。布有第八肋间神经,并有腹壁上动、静脉分支通过。主治胃痛,呕吐,腹胀,肠鸣,泄泻,便秘等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。②经中穴别名,见该条(《针灸集成》)。

阴陵泉 经穴名。出《灵枢·热病》。属足太阴脾经。合(水)穴。位于小腿内侧,胫骨内侧髁下缘,当胫骨后缘和腓肠肌之间凹陷处。一法“取曲膝之横纹尖头处”(《扁鹊神应针灸玉龙经》)。布有小腿内侧皮神经,深层有胫神经;前方有大隐静

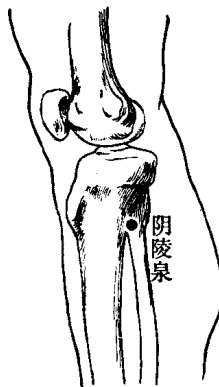


图61

脉,膝最上动脉,深层有胫后动、静脉通过。主治腹胀,水肿,黄疸,泄泻,小便不利或失禁,遗精,月经不调,赤白带下,膝胫痠痛等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~15分钟(图61)。

阴维穴 经穴别名。所指有二:①出《针灸甲乙经》。即大赫,见该条。②出《扁鹊神应针灸玉龙经》。即内关,见该条。

阴维脉 奇经八脉之一。见《素问·刺腰痛论》。其循行路线,据《奇经八脉考》载:“阴维起于诸阴之交,其脉发于足少阴筑宾穴……上循股内廉,上行入少腹……循胁肋……上胸膈挟咽,与任脉会于天突、廉泉,上至顶前而终”。本脉发生病变,主要

表现为心、胸疼痛(图62)。

阴符经 书名。作者佚名。约为公元279年前著作。一卷,为道家书,其中有丹法及房中健身等内容。

阴道 ①房中术的别称。《汉书·艺文志》房中八家,计有《容成阴道》,《务成子阴道》、《尧舜阴道》等。②女性生殖器官解剖名词。

阴鼎 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即阴市,见该条。

阴筋 推拿穴位名。即白筋。详该条。

阴跷穴 指照海穴。《素问·气穴论》王冰注:“……阴跷穴在足内踝下,是谓照海”。或指交信。《素问·气府论》王冰注:“阴跷一,谓交信穴也”。

阴跷脉 奇经八脉之一。其循行路线,据《难经·二十八难》载:“阴跷脉者,亦起于跟中,循内踝上行,至咽喉,交贯冲脉”。又《灵枢·脉度》:“(阴)跷脉者,

少阴之别,起于然骨之后,上内踝之上,直上循阴股,入阴,上循胸里,入缺盆,上出人迎之前,入颊,属目内眦。合于太阳、阳跷而上行”。本脉自然骨(舟骨粗隆)后方的照海穴起始,经过内踝,沿下肢内侧向上,进入阴部,向上沿着胸腔里面,入于缺盆(锁骨上窝),再上行,从结喉旁人迎穴的前边出来,经颧部内侧,到目内眦,与太阳、阳跷脉相会。本脉发生病变,主要表现为嗜睡等(图63)。

阴廉 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足厥阴肝经。位于大腿内侧,当耻骨联合上缘旁开2寸,再直下2寸,长收肌外缘处。布有生殖股神经,股内侧皮神经分支,深层有闭孔神经的前支;并有旋股内侧动、静脉的分支通过。主治月经不调、赤白带下,外阴搔痒,股内侧痛,下肢麻痹等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

阴器 指外生殖器。《灵枢·经脉》:“肝足厥阴之脉……过阴器,抵小腹”。

阴囊下横纹 经外奇穴名。《肘后备急方》:“治卒中急风,闷乱欲死方……,若眼反,口噤,腹中切痛者,灸阴囊下第一横理十四壮”。《类经图翼》列作奇穴,名阴囊下横纹。位于阴囊下第一横纹之中点处。

收诊法 小儿推拿方法名。即总收法。详该条。

孙真人铭 养生铭文。唐·孙思邈著。《遵生八笺》:“怒甚偏伤气,思多太损神。神疲心易役,气弱病相萦。勿使悲欢极,当令饮食均。再三防夜醉,第一戒晨嗔。玄寝鸣云鼓,晨兴嗽玉津。妖神难犯己,精气自全身。若要无诸病,常当节五辛。安神宜悦乐,惜气保和纯(不要焦急发怒)。寿夭休论命,修行本在人。若能遵此理,平地可朝真。”

孙脉 指络脉的分支。出《灵枢·痈疽》。即孙络,见该条。

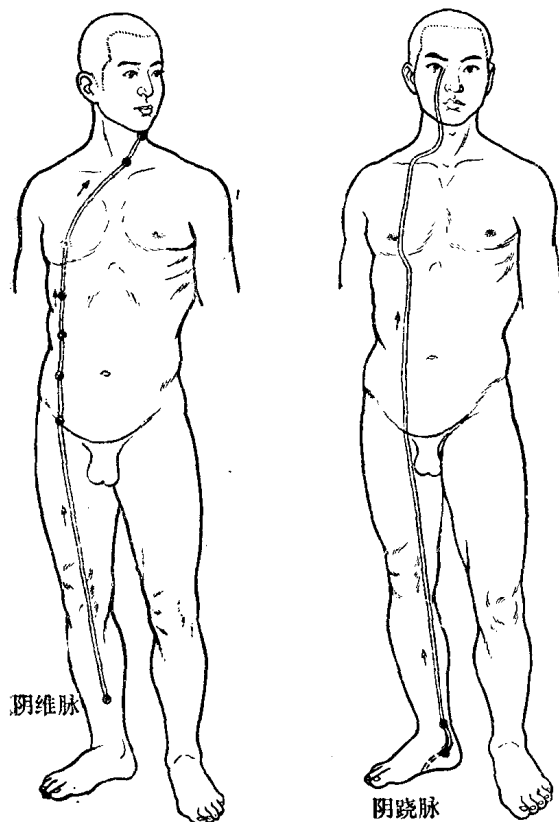


图62

孙络 指络脉的分支。亦称孙脉。《素问·气穴论》：“孙络之脉别经者，其血盛而当写者，亦三百六十五脉……”张隐菴注：“夫经脉之支别曰络脉，络脉之支别曰孙络”。

羽客 即道士。传说燕昭王（公元前312～279年间）曾召大臣甘需，想学长生久视的方法，甘需给了他一件羽毛做的衣服（据《拾遗记》）。后人遂称道士为羽客。

七 画

〔一〕

麦粒灸 灸法术语。指用麦粒大小的艾柱施灸，故名。一般作直接灸用。《千金要方》：“啻，灸承浆七壮，柱如麦大”。

进针 又称内针、下针。指将针刺入穴位，或针刺入穴位后继续向下插进。

进针法 又称下针法。指将针刺入穴位的方法。《子午流注针经·流注指微针赋》：“针入贵速，即入徐进。”说明不论何种进针法，在透皮入穴时都应快速，以减轻疼痛。针入以后，当根据补泻手法的需要再区分轻重快慢。临床常用的有捻转和提插两种。

进针管 针刺辅助器具。呈管型，长度略短于所用毫针，粗细以通过针尾为度。应用时将针放入管内，置于穴上，以指力弹击针尾，使针迅速刺入皮内，可以减轻疼痛。

进法 刺法名。指入针后，捻针进至一定深度以候气至的方法。《针经指南·真言补泻手法》：“进者，凡不得气，男外女内者，及春夏秋冬，各有进退之理。”又《针灸问对》：“下针后，气不至，男左女右转而进之，外转为左，内转为右，春夏秋冬，各有浅深。”所述分男左转而进，女右转而进，并结合四时分浅深，以此候气，似不切实用。

远近配穴法 指以局部与远道相结合的配穴方法。如胃痛取中脘、胃俞为近取；内关、足三里为远取；两相结合，即为远近配

穴法。

远取法 即远道选穴法，见该条。

远道刺 古刺法名。九刺之一。《灵枢·官针》：“远道刺（《针灸甲乙经》作道刺）者，病在上取之下，刺府输也。”指身体上部有病取用肘膝以下阳经（属腑）的穴位进行治疗。亦有指取用下肢足三阳经穴位或六腑下合穴者。以其针刺穴位距病处较远而名。近代所称“远道取穴法”盖源此。

远道选穴法 本法源于《灵枢·官针》“远道刺者，病在上取之下，刺府输也”的理论。后金·窦汉卿《标幽赋》又有“头有病而脚上针，左有病而右畔取”的论述。现今泛指远离病变部位选取穴位的方法。又称远取法。如牙痛选取合谷、内庭；肝病选取太冲、阳陵泉等。

运土入水 小儿推拿方法名。操作方法有：①用运法由小儿拇指指腹部的脾经穴起，沿手掌的掌根和尺侧部，至小指指腹部的肾经穴。因脾属土，肾属水，故名。用于治疗消化不良，腹胀，腹泻，尿频，小便赤涩等症。《小儿按摩经·手诀》：“照前法（运水入土法）反回是也。肾水频数无统用之，又治小便赤涩”。②由脾经穴运至手掌根部正中的坎宫穴。《幼科推拿秘书·推拿手法》：“土者脾土也，在大指；水者坎水也，在小天心穴上，运者从大指上推至坎宫。盖因丹田作胀、眼净，为土盛水枯。运以滋之，大便结甚效。”

运气疗法 我国民间流传已久的一种疗

法。据记载：由术者练功运气，通过手的穴位发放“外气”，达到病人的穴位，以激发病人经络中的“内气”，从而通经络、调气血，达到治病的目的。

运气按摩 推拿方法名。又称气功推拿。运用体内之气，通过手指或手掌等部的发效，以作用于经络穴位而治病的方法。晋·许逊《灵剑子·胎息秘要歌诀》中有“布气与他人攻疾”的记载。《诸病源候论·虚劳膝冷候》：“互跪，调和心气，向下至足，意想气索索然，流布得所，始渐渐平手，舒手傍肋，如似手掌内出……去膝头冷、膀胱宿病，腰内脊强，脐下冷闭。”

运水入土 小儿推拿方法名。操作方法有：①用运法由小儿小指指腹部的肾经穴起，沿手掌的尺侧和掌根部，至大指指腹的脾经穴。因肾属水，脾属土，故名。《小儿按摩经·手诀》：“以一手从肾经推去，经兑、乾、坎、艮土脾土按之，脾土太旺，水火不能既济，用之，盖治脾土虚弱”。用治脾胃虚弱，食谷不化等证。②由肾经穴运至手掌大鱼际处（即八卦中的艮卦穴）。《幼科推拿秘书·推拿手法》：“土者胃土也，在厥门穴上，属艮宫；水者肾水也，在小指处边些。运者以我大指，从小儿小指侧巅，推往乾、坎、艮也。此治能治大小便结，身弱肚起青筋，痢泻诸病”。

运动水土 自我按摩方法名。“水”指肾，“土”指脾。在食后，缓缓行步，用手在两侧肋肋上下抚摩，再摩擦腰部，使其发热。能助消化、疏肝胆、通血脉。《圣济总录》卷一百九十九：“食毕须勉强行步，以手摩两肋上下良久，又转手摩肾堂令热，此养生家谓之运动水土。水土即脾肾也”。

运针 又称行针。指针刺得气后，以捻转提插等运动针体的方法，使针感得以保持或加强。运针的方法，可据病情需要采取持续运针法或间歇运针法。如需作长时间运针，尚可用针刺手法仪代替手工操作。

运法 推拿手法名。①见《保生秘要》。用手指指腹或掌根在穴位上作轻柔缓慢的环形移动，仅在体表皮肤上旋围摩擦，不带动深层肌肉组织。常用于头额、腹部及手掌部。《厘正按摩要术·立法》：“运则行之，谓四面旋绕而运动之也。宜轻不宜重，宜缓不宜急。俾血脉流动，筋络宣通。”《推拿仙术》：“运者医人用右手大指推也……周环旋转故谓之运”。②用手活动患者的可动关节。清·尤乘《寿世青编·十二段动功》：“运膏肓：此穴在背上第四椎下脊两旁各三寸，药力所不到。将两肩扭转二七次，治一身诸疾。”参见摇法条。

运脐法 小儿推拿方法名。《小儿推拿广意》：“脐上，运之治肚胀气响。”

运膏肓 自我按摩方法名。肘部屈曲，转摇肩关节，带动肩胛骨，以作用于背部的膏肓穴。《理渝骈文》：“两肩扭转，运动膏肓穴，除一身疾。”

运掌合瓦 练功方法之一。见上海中医学院附属推拿学校《推拿学》。两手屈肘仰掌置于两腰，右手转为俯掌向前推，再变仰掌徐徐收回，待近胸时，左手即转为俯掌前推，在胸前与右手掌心交叉相合，再继续向前推，右手则继续收回至腰部。

走火入魔 民间气功术语。指在练气功中发生的一些不正常的现象，如怔忡、痞逆、躁扰不宁，或腹痛肠鸣不已，或头面赤热，喘蒸汗，形成上脱，或二便引急，形成下脱等。

走马 推拿穴位名。出周于蕃《推拿仙术》。《厘正按摩要术·立法》：“走马在琵琶下，斗肘之上，以大指按之，发汗。”

走罐法 拔罐法的一种。亦称推罐法，或称拉罐法。是拔罐时，把火罐推拉移动，以扩大作用面的方法。此法宜选用罐口光滑的大罐，在罐口和治疗部位上分别涂上一层凡士林或油膏之类的润滑剂，当火罐吸着后，用手捏住罐体慢慢分段来回推移若干

次,待局部充血出现红晕为止。此法多用于腰背部及四肢肌肉丰满处,适用于风湿痛,失眠,胸闷等症。

赤凤迎源 针刺手法名。出金·窦汉卿《金针赋》。又名凤凰展翅。其法先进针至深(地)部,再提针至浅(天)部,得气后,再进针至中(人)部,随即大幅度的快速捻转,一捻一放,针柄飞旋,如凤展翅状。病在上者,吸气时右转提针;病在下者,呼气时左转插针。有通行络脉的作用,适于经络气血壅滞的疾患。

赤凤摇头 ①小儿推拿方法名。操作方法有:①一手握住小儿肘部,一手挟住小儿手指,进行摇动。见《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》。又名摇肘肘。有通关顺气,补脾和血等作用。②捧住小儿头部耳前上方处,轻轻摇动。用于治疗惊风。见《小儿按摩经》。③摇动小儿的拇指。有健脾等作用。见明·周于蕃《秘传推拿妙诀》。②一种针刺手法的别称,即白虎摇头,见该条。

赤白肉际 掌(或跖)与指(或趾)的阴面皮色较白,称白肉,阴面生毫毛的部位皮色较深,称赤肉。赤肉与白肉的分界处,称赤白肉际。《针灸甲乙经》:“京骨,在足外侧大骨下,赤白肉际陷者中。”

赤淡黄筋 推拿穴位名。又称心筋、淡黄筋。出陈氏《小儿按摩经》。位于腕部掌侧横纹,正对中指与无名指之间处。掐之,即转热,使元气流通,除壅塞之患。

赤筋 推拿穴位名。①又名浮筋。出陈氏《小儿按摩经》。位于腕部掌侧横纹,近桡动脉处。《保赤推拿法·掐赤筋法》:“掌肱交界之横纹上,靠大指边,第一赤筋,属火,以应心与小肠,掐之,治内热外寒、霍乱”。②即赤淡黄筋,见该条。

志室 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名精宫。属足太阳膀胱经。位于腰部,第二腰椎棘突下旁开3寸处;一说“除脊各三寸取穴”(《针灸资生经》)。布有第十二胸

神经后支的外侧支及第一腰神经外侧支;并有第二腰动、静脉后支通过。主治腰脊强痛,遗精,阳萎,小便不利,阴中肿痛,头昏目眩,耳鸣耳聋,月经不调,以及肾炎,肾盂肾炎,前列腺炎等。直刺0.5~1寸。艾炷灸5~10壮;或艾条灸10~20分钟。

劫刺 古刺法名。《灵枢·经筋》:“燔针劫刺,以知为数,以痛为输。”劫为快之意,指于痛处取穴,用火针速刺即出的刺法。

却谷食气篇 养生书。西汉帛书。1973年底长沙马王堆三号汉墓出土。原无书名,经马王堆汉墓帛书整理小组定名。原文残缺较多,内容主要是关于不食谷物利用食气养生的一些记述。

李真人一十六字妙诀 即十六字气诀。详该条。

苍龙摆尾 ①小儿推拿方法名。出《小儿推拿广意》。在小儿前臂曲侧正中部位,用手掌侧由腕至肘来回搓摩;然后一手握住肘部,一手握住手指进行摇动。《小儿推拿广意》上卷:“医右手一把拿小儿左食、中、名三指,掌向上,医左手侧掌从总经起,搓磨天河及至肘肘,略重些,自肘肘又搓摩至总经。如此一上一下三四次。医又将左大、食、中担肘肘,医右手前拿摇动九次。此法能退热开胸。”②一种针刺手法的别称。即青龙摆尾,见该条。

苍龟探穴 针刺手法名。出金·窦汉卿《金针赋》。其法进针得气后,向上下左右四方斜刺,每方均按浅、中、深三层行三进一退的“钻剔”动作。有通行经脉的作用。适用于治疗经脉壅滞之症。

劳宫 经穴名。出《灵枢·本输》。别名五里、掌中、鬼路。属手厥阴心包经。荣(火)穴。位于掌心横纹第二、三掌骨之间。屈指握拳时,当中指尖下是穴。一说“在掌中央横纹动脉中,屈无名指指头着处即是穴”(《太平圣惠方》)。布有正中神经

的第二指掌侧总神经和指掌侧总动脉。主治昏迷, 晕厥, 中暑, 呕吐, 心痛, 癫狂, 痫症, 口舌生疮, 口臭, 鹅掌疯等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸3壮; 或艾条灸3~5分钟(图64)。

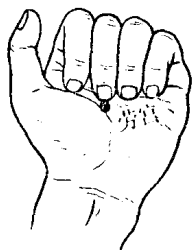


图64

坎下 推拿穴位名。即气池。见该条。

坎宫 ①推拿穴位名。位于两眉上缘。出《小儿推拿广意》。《厘正按摩要术·立法》:“坎宫在两眉上, 蘸汤由小儿眉心分推两旁, 能治外感风寒”。有发汗解表, 开窍醒神作用, 用治感冒发热, 头痛, 目赤痛等症。②八卦之一。参见八卦条。

极泉 经穴名。出《针灸甲乙经》。属手少阴心经。位于腋窝中间, 腋动脉的内侧。举臂开腋取穴。布有尺神经, 正中神经, 臂内侧皮神经; 外侧为腋动脉。主治心痛, 目黄, 胸胁痛, 腋肿, 肩臂不举等。直刺0.5~1寸, 避开动脉。艾炷灸1~3壮; 或艾条灸5~10分钟(图65)。

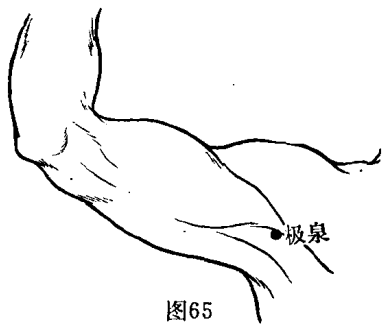


图65

束骨 ①骨骼部位名。相当第五跖跗关节部分。《释骨》:“小指(趾)本节后曰束骨”。②经穴名。出《灵枢·本输》。属足太阴脾经。输(木)穴。位于足跗外侧, 第五跖骨小头后下方赤白肉际处。布有第四趾底总神经及足背外侧皮神经; 并有第四趾底总动、静脉通过。主治头痛, 目眩, 项强, 癫狂, 痫, 腰背痛等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮; 或艾条灸5~10分钟。

豆豉灸 即豉饼灸, 见该条。

两井 天井、肩井两穴的合称。详见两间条。

两手托天 练功方法之一。见上海医学院附属推拿学校《少林内功》。两手屈肘仰掌置于两腰, 指端向前, 两手缓缓上举过头, 再徐徐而下收回至腰部。

两手研子骨 见研子条。

两间 手阳明大肠经二间、三间两穴的合称。《针灸指南·标幽赋》:“两间、两商、两井, 相依而别两支。”杨继洲注:“两间者, 二间、三间也; 两商者, 少商、商阳也; 两井者, 天井、肩井也。言六穴相依而分别于手之两支也。”

两商 少商、商阳两穴的合称。详见两间条。

两颐 推拿穴位名。出陈氏《小儿按摩经》。位于上口唇两旁。作为望诊处之一。《幼科推拿秘书·穴象手法》:“两颐, 在上口唇两旁, 即腮也”。《针灸大成》卷十:“更有两颐胚样赤, 肺家客热此非宝”。

两额 推拿穴位名。位于太阳穴的上方。《幼科推拿秘书·穴象手法》:“两额, 在太阳之上”。

还丹 炼丹术语。指道家炼丹方法中的循环变化。参见九还丹和九转金丹条。

还精补脑 养生术语。古人认为, 房中术的要点在于保精, 保精才能保神, 即补脑。《抱朴子内篇·释滞》:“房中之法十余家, 或以补救伤损, 或以功治众病, 或以采阴益阳, 或以增年延寿。其大要在于还精补脑之一事耳”。

扶法 推拿手法名。见曹锡珍《外伤中医按摩疗法》。用一手扶持固定肢体, 以便于另一手进行各种手法操作的方法。

扶承 见承扶条。

扶突 经穴名。出《灵枢·本输》。别名水穴。属手阳明大肠经。位于颈外侧, 喉结旁开3寸, 胸锁乳突肌后缘处; 或于人迎

穴后1.5寸处取穴(《针灸甲乙经》)。另说“在气舍后一寸半”(《千金要方》);“在颈,当曲颊下同身寸之一寸,人迎后”(《素问·气府论》王冰注)。布有耳大神经、颈皮神经、枕小神经及副神经;深层内侧有颈升动、静脉。主治咳嗽气喘,咽喉肿痛,吞咽困难,暴痞,瘰气,瘰癧等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸1~3壮;或艾条灸3~5分钟。

抚法 推拿手法名。见《保生秘要》。用手掌或指腹贴放于治疗部位上,徐缓、轻柔地来回作直线形或圆周的抚摩。有消肿止痛,镇静解痉等作用。

扯法 推拿手法名。用拇指和屈曲的食指,捏住皮肤一提一放,至皮肤上出现充血性红斑为度。清·夏云集《保赤推拿法》:

“扯者,于儿皮轻轻频撮之而频弃之也”。常用于眉心(印堂)、颈项、腹背等处。有祛风散寒,退热止痛等作用。对感冒、中暑的头胀、胸闷和晕车、晕船等症有一定的效果。

扯痧 推拿方法名。即提痧。《急救痧证全集》卷上:“扯痧法(即提痧):南方秋夏,痧症最多。曾见人卒病,扯痧不药立愈。其法用水拍湿结喉及两边(即人迎穴)皮上、两手臂弯(即曲泽穴,在腕中)皮上、两腿弯(即委中穴)皮上,将食指、中指拳曲,夹著结喉两边等处皮上,用力揪扯一二十下,则痧气发现,皮上露出黑紫颜色”。

折针 又称断针。指针刺时针体发生折断的现象。《针灸聚英》:“折针,本草云,医工针人而针折在肉中不出。”多由针身伤蚀,操作粗猛,体位变动或外力碰撞所致。针折后,患者应保持原体位,如断端尚在体外,可即拔出;如断端与皮面相平或稍低,可在其附近按压,当断端外露时,再予钳除;若断端埋入较深,简易方法不能取出时,如在重要脏器附近或妨碍肢体活动而有

明显不适者,则需手术取出,否则可暂缓取出,但应严密观察,必要时再据情处理。现代针具已大为改进,如能事先予以检查,并注意操作,折针是可以避免的。

折法 推拿方法名。见《孟子·梁惠王》。是指帮助关节屈曲的一类手法。

扼法 推拿手法名。见《诸病源候论·白发候》。拇食指张开如钳法,用力按掐穴位或紧握肢体片刻。《石室秘录·摩治法》:“口眼歪斜之法:……掐住不歪斜之耳轮,……摩其歪斜之处者,至数百下,面上火热而后已”。

抓法 推拿手法名。出《肘后备急方·治卒腹痛方》。将五指分开满把拿捏,常用于头部和肌肉丰满处,有通调气血作用。

扳法 推拿手法名。见《保生秘要》。又名搬法。扳动肢体,使关节伸展或旋转活动。常用于四肢及颈腰部。有舒展筋脉,滑利关节,松解粘连,帮助复位等作用。根据用力方向和施行方法的不同而有侧扳、后扳、斜扳等多种。

抑法 推拿手法名。即按法。《肘后备急方》卷五:“但令痛,以手摩将、抑按,日数度”。《医宗金鉴·正骨心法要旨》:“按者,谓以手往下抑之也”。详按法条。

掐法 推拿手法名。食、中两指并拢,以其指腹在头颞部作圆弧形的推抹。有清醒头目等作用。常用治头痛。

抖法 推拿手法名。又称颠法。用手握住患者上肢或下肢的远端,用力连续上下抖动,使患肢作小幅度颤动。有放松肌肉,滑利关节等作用。

扭法 推拿手法名。用手指挟住肌肤,反复扭转,使局部皮肤呈现紫红色。多用于肩颈部和腰背部,有排除风邪的作用,本法与揪法相似,但揪法揪有转动。

扭痧 推拿方法名。即提痧。见该条。

报灸 灸法术语。指分次重复施灸的方法。《千金要方》:“凡阴阳濡风口喎僻

者,不过三十壮,三日一报;报如前,微者三报,重者九报”。

报刺 古刺法名。十二刺之一。《灵枢·官针》:“报刺者,刺痛无常处也。上下行者,直内无拔针,以左手随病所按之,乃出针,复刺之也。”指治疗游走性疼痛一类病症的针刺方法。其法直刺痛处,并予留针,再以左手按其周围痛处乃出针再刺。报作复解,刺而复刺,故名报刺。

〔 1 〕

步引 导引的一类。包括立式和走式的多种姿势。《汉书·艺文志》中记有《黄帝杂子步引》十二卷。

步廊 见步廊条。

步廊 经穴名。出《针灸甲乙经》。《千金要方》作步郎。属足少阳肾经。位于第五肋间隙,距胸正中线2寸处。布有第五肋间神经前皮支,深部为第五肋间神经;并有第五肋间动、静脉通过。主治咳嗽,气喘,胸痛等。斜刺0.3~0.5寸,不宜深刺。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

旱地拔葱 练功方法名。见杜志明《中医正骨经验概述》。适用于腰膝、腿胯部疾患。方法有三种:①双手拔葱势:取骑马式,躬腰俯头,两手下伸,握拳如拔葱状,再挺腰抬头,两臂上托,至前平举时开拳,掌心向上,然后徐徐收至胸前,握拳后放置腰间。②单手拔葱势:两足分开,与肩同宽,两手握拳提于两胁,然后一手开拳,自同侧乳部斜向对侧脚尖外侧,徐徐插下,再移至同侧脚尖外侧,与此同时作深呼吸,继之擒拿如拔葱状,同侧下肢用力下蹬,上肢用力上提后收至腰间,作深吸气。③双合势:单手拔葱势和双手拔葱势结合进行。

旱莲灸 药物发泡灸之一。用新鲜旱莲草捣烂敷贴有关穴位,使之发泡的方法。敷贴时间约为3~4小时,以局部起泡为度。适用于疟疾等。

里内庭 经外奇穴名。见《中国针灸学》。位于足底,当第二、三趾骨间,与内庭穴相对处。主治足趾疼痛,小儿惊风,癫痫,胃痛等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

足三阳经 指足阳明胃经、足太阳膀胱经和足少阳胆经。总称足三阳经。详各该条。

足三阴经 指足太阴脾经、足少阴肾经和足厥阴肝经。总称足三阴经。《灵枢·逆顺肥瘦》:“足之三阴,从足走腹。”详各该条。

足三里 经穴名。《灵枢·本输》原名三里、下陵。《圣济总录》名足三里。别名鬼邪、下三里。属足阳明胃经。合(土)穴。位于小腿前外侧,犊鼻穴直下3寸,胫骨前嵴外侧一横指处。布有腓肠外侧皮神经及隐神经分支,深层正当腓深神经;并有胫前动、静脉通过。主治胃痛,恶心,呕吐,呃逆,噎膈,纳呆,消化不良,腹痛,腹胀,肠鸣,泄泻,痢疾,便秘,肠痛,乳痛,目疾,喉痹,头痛,失眠,眩晕,心悸,怔忡,气喘,虚劳,黄疸,水肿,癫痫,下肢痹痛、瘫痪或麻痹,脚气;以及急性胃肠炎,溃疡病,胰腺炎,胆囊炎,阑尾炎,高血压,神经衰弱,小儿单纯性消化不良等。并有强壮作用。直刺1~1.5寸。艾炷灸5~10壮;或艾条灸10~30分钟(图66)。

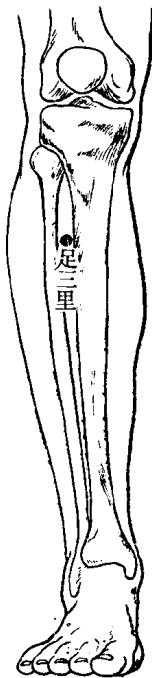


图66

足下廉 经穴别名。出《圣济总录》。即下巨虚,见该条。

足大趾端 经外奇穴名。见《外科大成》。位于足大趾之尖端。主治便毒,穿踝疽等。艾炷灸3壮。

足上廉 经穴别名。《圣济总录》:“足

上廉二穴，一名上巨虚。”见该条。

足小趾尖 见《中国针灸学》。即手足小指穴之在足者。参手足小指穴条。

足太阳 十二经之一。出《灵枢·经水》。即足太阳膀胱经，见该条。

足太阳之正 十二经别之一。出《灵枢·经别》。即足太阳经别，见该条。

足太阳之别 十五络脉之一。出《灵枢·经脉》。即足太阳络脉，见该条。

足太阳穴 经外奇穴名。《千金要方》：“消渴咽喉干，灸胸堂五十壮，又灸足太阳五十壮。”又“淋病九部诸疾，灸足太阳五十壮。”又“男子卵大癰病，灸足太阳五十壮，三报之。”位置不详。后《类经图翼》列作奇穴，定位在“外踝后一寸宛宛中”。今从。

足太阳经别 十二经别之一。《灵枢·经别》：“足太阳之正，别入于膈中，其一道下尻五寸，别入于肛，属于膀胱，散之肾，循膂，当心入散；直者，从膂上出于项，复属太阳。”本经别从足太阳膀胱经的膈窝部分出，其中一条延展分布到骶下5寸处进入肛门，向内连属膀胱，散络于肾，并沿脊柱两侧上行至当心脏的部位入内而散；它直行的一条，从脊柱两旁上行，出于颈项，归属足太阳膀胱经。

足太阳经筋 十二经筋之一。《灵枢·经筋》：“足太阳之筋，起于足小指，上结于踝，邪上结于膝，其下循足外踝，结于踵，上循跟，结于膈；其别者，结于踇外，上膈中内廉，与膈中并上结于臀，上挟脊上项；其支者，别入结于舌本；其直者，结于枕骨，上头，下颜，结于鼻；其支者为目上纲，下结于颊；其支者，从腋后外廉，结于肩髃；其支者，入腋下，上出缺盆，上结于完骨；其支者，出缺盆，邪上出于颊。”经筋从足小趾起始，上结于外踝，斜上结聚于膝部，下面足外踝，结于脚跟，向上沿跟腱结于膈；它的分支，从外踝上行结聚于腿肚外侧，向上与膈窝部的一支相并上行结于臀

部，挟着脊柱两旁，直到项部，至此分出一支，结于舌根；它直行的一支，结于枕骨，经过头顶，下至颜面，结聚于鼻部；分支为目上纲（上睑缘，“纲”一作网），下结于鼻旁；它的分支，从腋后外侧结于肩髃部；一支进入腋下，向前上行出于锁骨上窝，结于完骨（颞骨乳突）；它的另一条分支，从锁骨上窝处分出，斜上结于鼻旁。

足太阳标本 十二经标本之一。《灵枢·卫气》：“足太阳之本，在跟以上五寸中；标在两络命门。命门者，目也。”跟上5寸，指附阳穴。马元台注：“附阳本在外踝上三寸，今曰跟上五寸，则踝下至跟二寸，而踝上有三寸，则当是附阳穴也。”两络命门，指睛明穴左右各一。杨上善注：“其末行于天柱，至目内眦以为标末也。肾为命门，上通太阳于目，故目为命门。”

足太阳络脉 十五络脉之一。《灵枢·经脉》：“足太阳之别，名曰飞扬，去踝七寸，别走少阴。”脉从外踝上7寸的飞扬穴处分出，走向足少阴肾经。本脉发生病变，实则鼻流清涕，鼻塞，头痛，背痛，虚则鼻流清涕和鼻腔出血。

足太阳膀胱经 十二经脉之一。《灵枢·经脉》：“膀胱足太阳之脉，起于目内眦，上额，交巅；其支者，从巅至耳上角；其直者，从巅入络脑，还出别下项，循肩髃内，挟脊抵腰中，入循膂，络肾，属膀胱；其支者，从腰中下挟脊，贯臀，入膈中；其支者，从髀内左右，别下贯胛，挟脊内，过髀枢，循髀外，从后廉下合膈中，以下贯腓内，出外踝之后，循京骨至小指外侧。”本经自内眼角（睛明）起始，上向额部（神庭），在头顶与督脉相会（百会）。它的分支，从头顶到耳上角。它直行的主干，从头顶入颅，联系脑，回出来从后项部左右分开向下，一支沿着肩胛内侧，脊柱两旁，到达腰部，由此深入，沿脊柱两侧的肌肉，联络肾脏，属于膀胱。它在腰部的分支，从腰部

挟脊继续下行,通过臀部,进入膝膕窝中(委中)。它的另一条支脉,从后项向下,自肩胛内缘,直至肩胛下面,挟着脊柱向下,经过髋关节,沿着大腿后面下行,在膕窝中与前支经脉会合。由此合而下行,通过腓肠肌内,出外踝后方,沿第五跖骨粗隆(京骨)到足小趾外侧末端(至阴)。脉气由此与足少阴肾经相接。本经发生病变,主要表现为顶头痛,目痛,目黄,泪出,鼻衄,痔疾,疟疾,癫狂,项、背、腰、骶、大腿后侧、膕窝、腓肠肌、脚部疼痛,足小趾不用等(图67)。

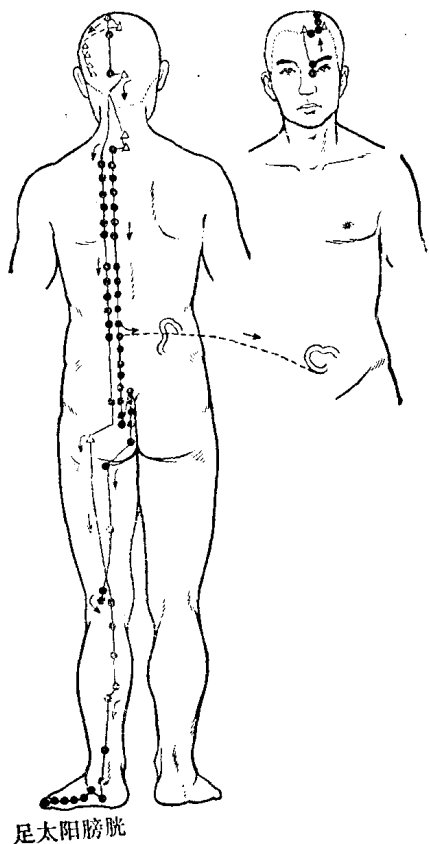


图67

足太阴 ①经脉名。出《灵枢·经水》。即足太阴脾经,见该条。②经穴别名。所指有三:①指地机穴。《素问·刺腰痛论》:“腰痛……上热,刺足太阴。”王冰注:“地机主之。”②指三阴交穴。《千金要方》:“女人漏下赤白及血,灸足太阴五十

壮,穴在内踝上三寸。足太阴经内踝上三寸名三阴交。”③指公孙穴。《千金要方》:

“右手关上阳绝者,无胃脉也,苦吞酸,头痛,胃中有冷,刺足太阴治阴,在足大指本节后一寸。”③经外奇穴名。《千金翼方》:

“妇人逆产足出,针足太阴入三分,足入乃出针,穴在内踝后白肉际陷骨宛宛中。”近代《中国针灸学》列作奇穴,定位在足内踝后一寸;《针灸经外奇穴图谱》则说在足内踝下缘后约一寸凹陷中。

足太阳之正 十二经别之一。出《灵枢·经别》。即足太阴经别,见该条。

足太阴之别 十五络脉之一。出《灵枢·经脉》。即足太阴络脉,见该条。

足太阴经别 十二经别之一。《灵枢·经别》:“足太阴之正,上至脾,合于阳明,与别俱行,上结于咽,贯舌中。”本经别从足太阴脾经分出,至脾部与足阳明胃经的经别合而并行,向上结于咽部,通贯舌中。

足太阴经筋 十二经筋之一。《灵枢·经筋》:“足太阴之筋,起于大指之端内侧,上结于内踝;其直者,络于膝内辅骨,上循阴股,结于髀,聚于阴器,上腹,结于脐,循腹里,结于肋,散于胸中;其内着,着于脊。”经筋从足大趾内侧端起始,上行结于内踝,它直行的结于内辅骨(股骨内上踝与胫骨内踝),上沿大腿内侧,结于股前,合聚于阴器(生殖器)向上经下腹,结于脐,沿着腹部里边,结于肋,散布于胸中;在里面的经筋,则附着于脊柱。

足太阴标本 十二经标本之一。《灵枢·卫气》:“足太阴之本,在中封前上四寸之中;标在背腧与舌本也。”本在中封前上4寸,指三阴交;标在脾俞及廉泉部。

足太阴络脉 十五络脉之一。《灵枢·经脉》:“足太阴之别,名曰公孙,去本节之后一寸,别走阳明;其别者,入络肠胃。”脉从足大趾本节1寸的公孙处分出,走向足阳明胃经;它的支络,向上进入腹腔,联

络肠胃。本脉发生病变，实则腹中绞痛；虚则膨胀；脉气厥逆则霍乱吐泻。

足太阴脾经 十二经脉之一。《灵枢·经脉》：“脾足太阴之脉。起于大指之端，循指内侧白肉际，过核骨后，上内踝前廉，上腓内，循胫骨后，交出厥阴之前，上膝股内前廉，入腹，属脾，络胃，上膈，挟咽，连舌本，散舌下；其支者，复从胃别，上膈，注心中。”本经自足大趾的内侧端（隐白）起始，经核骨（第一跖趾关节）后面，向上到达内踝骨的前边（商丘），在三阴交穴处与足厥阴、足少阴两经交会，再沿胫骨内缘，向上交叉浅出于足厥阴肝经的前边，经过膝关节，沿大腿内侧前边，进入腹腔，入属脾脏，联络胃府，再向上贯穿膈肌，挟食道两旁，连系舌根，散布舌下。它的支脉从胃部分出，通过膈肌，流注心中。脉气由此

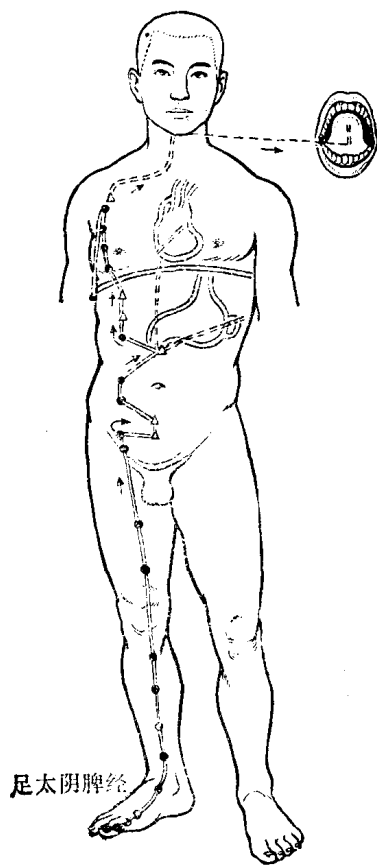


图68

与手少阴心经相接。本经发生病变主要表现为舌根强痛，腹胀，噎气，胃痛，呕吐，心烦，泄泻，黄疸，身体沉重，动作不利，不能卧，膝股内侧肿、厥冷，足大趾不用等（图68）。

足五里 经穴名。《针灸甲乙经》原名五里。《圣济总录》名足五里。属足厥阴肝经。位于大腿内侧，当耻骨联合上缘旁开2寸再直下3寸，长收肌外缘，股动脉搏动处。布有生殖股神经，股前皮神经及闭孔神经前支；并有旋股内侧动、静脉浅支通过。主治小腹胀满，小便不利，倦怠嗜卧，阴部湿痒，股内侧痛等。直刺1~1.5寸，避开血管。艾条灸5~10分钟。

足少阳 经脉名。出《灵枢·经水》。即足少阳胆经，见该条。

足少阳之正 十二经别之一。出《灵枢·经别》。即足少阳经别，见该条。

足少阳之别 十五络脉之一。出《灵枢·经脉》。即足少阳络脉，见该条。

足少阳穴 经外奇穴名。《千金要方》：“左手关上阳实者，胆实也，苦腹中不安，身軀习习也，刺足少阳治阳，在足上第二指本节后一寸是。”所指似为足少阳胆经之临泣穴。也有说位在足背第二趾正中线第二跖趾关节之后方1寸处者（《针灸经外奇穴图谱》）。

足少阳经别 十二经别之一。《灵枢·经别》：“足少阳之正，绕髀入毛际，合于厥阴；别者，入季胁之间，循胸里属胆，散之上肝，贯心，以上挟咽，出颐颌中，散于面，系目系，合少阳于外眦也。”本经别从足少阳胆经的髀部分出，绕过髀枢部而进入阴部毛际，与足厥阴肝经相合；它的分支，上行进入十一、十二肋软骨之间，进入胸腹，属于胆，散行上至肝脏，通过心脏部位，挟着食管，浅出下颌、口旁，散布面部，联系目系——眼球与脑相连的组织，在目外眦部，归属入足少阳胆经。

足少阳经筋 十二经筋之一。《灵枢·

经筋》：“足少阳之筋，起于小指次指，上结外踝，上循胫外廉，结于膝外廉；其支者，别起外辅骨，上走髀，前者，结于伏兔之上，后者，结于尻；其直者，上乘眇季肋，上走腋前廉，系于膺乳，结于缺盆，直者，上出腋，贯缺盆，出太阳之前，循耳后。上额角，交巅上，下走颌，上结于颊；支者，结于目眦为外维。”经筋从足第四趾起始，向上结于外踝，上沿胫骨外缘，结于膝外侧；它的分支，自腓骨处别行，上至髀，前面结于伏兔部（股四头肌），后面结于骶（尻）部；它直行的一支，上至腋下，经季肋，走腋前，联系乳部，结于缺盆（锁骨上窝）。直行的复从腋部，通过缺盆，出行在足太阳经筋之前，沿耳后，上额角，在头顶交叉，下行至颌，上结于鼻旁；其分支结于目外眦，形成“外维”。

足少阳标本 十二经标本之一。《灵枢·卫气》：“足少阳之本，在窍阴之间；标在窗笼之前。窗笼者，耳也。”窍阴之间，约当于窍阴、侠溪之处；窗笼之前，约当听宫、听会之间。

足少阳胆经 十二经脉之一。《灵枢·经脉》：“胆足少阳之脉，起于目锐眦，上抵头角，下耳后，循颈行手少阳之前，至肩上，却交出手少阴之后，入缺盆；其支者，从耳后入耳中，出走耳前，至目锐眦后；其支者，别锐眦，下大迎，合于手少阳，抵于颔，下加颊车，下颈、合缺盆，以下胸中，贯膈，络肝，属胆，循胁里，出气街，绕毛际，横入髀厌中；其直者，从缺盆下腋，循胸过季肋，下合髀厌中，以下循髀阳，出膝外廉，下外辅骨之前，直下抵绝骨之端，下出外踝之前，循足跗上，入小指次指之间；其支者，别跗上，入大指之间，循大指歧骨内出其端，还贯爪甲，出三毛。”本经自外眼角（瞳子髎）起始，向上到达头角（头维），再向下行至耳后，沿着头颈，行走在手少阳三焦经的前面，至肩上，交出手少阳

三焦经之后，在大椎穴处与督脉相会，然后退回向前，进入缺盆（锁骨上窝）。它的支脉，从耳后进入耳中，浅出耳前，到达目外眦后方。它的另一条支脉，从外眼角分出，下行到大迎穴部位，上与手少阳三焦经分布在面颊部的那条支脉相会，到达眼眶下边；向下经过颊车穴部位，下行到颈部，与上一条经脉在锁骨上窝处合后，由此下行胸部，贯穿膈肌，联络肝，属于胆，沿着胁肋里面，浅出于腹股沟中央的气街部，绕过阴部毛际，横行进入髀厌（股骨大转子）部。它直行的主干，从锁骨上窝下行腋部，沿着侧胸，经过季肋，下行与前支经脉在股关节部会合，由此向下，沿着大腿和膝部的外侧，向下行走在腓骨前边，直到绝骨（腓骨下端），浅出于外踝骨的前面，沿足背进入第四趾的外侧端（足窍阴）。它的另一条支脉，从足背（临泣）分出，沿着第一、二跖骨之间，出足大趾外侧端（大敦），回过来贯穿爪甲，出行在爪甲后方的丛毛之中。脉气由此与足厥阴肝经相接。本经发生病变，主要表现为口苦，叹气，心窝及胁下疼痛，面色灰暗，皮肤干燥，头痛，目外眦痛，颌痛，锁骨上窝及腋下肿痛，瘰癧，疟疾，胸、肋、髋关节及下肢外侧本经脉过处疼痛，足第四趾不用，足外侧灼热，出汗，怕冷等（图69）。

足少阳脉 经脉名。即足少阳经。马王堆汉墓帛书载：“足少阳脉：出于踝前；枝于骨间，上贯膝外兼（廉），出于股外兼（廉），出肋；枝之肩薄（膊）；其直者，贯腋，出于项、耳、出臑（枕），出目外渍（眦）。其病：病足小指次〔指〕废，胫外兼（廉）痛，胫寒，膝外兼（廉）痛，股外兼（廉）痛，脾（髀）外廉痛，肋痛，□痛，产（生）马（疑马刀侠癭之省，即瘰癧），缺盆痛瘰（癭），聋，臑（枕）痛，耳前痛，目外渍（眦）痛，肋外种（肿），诸〔病〕此物者，皆灸少阳脉。”

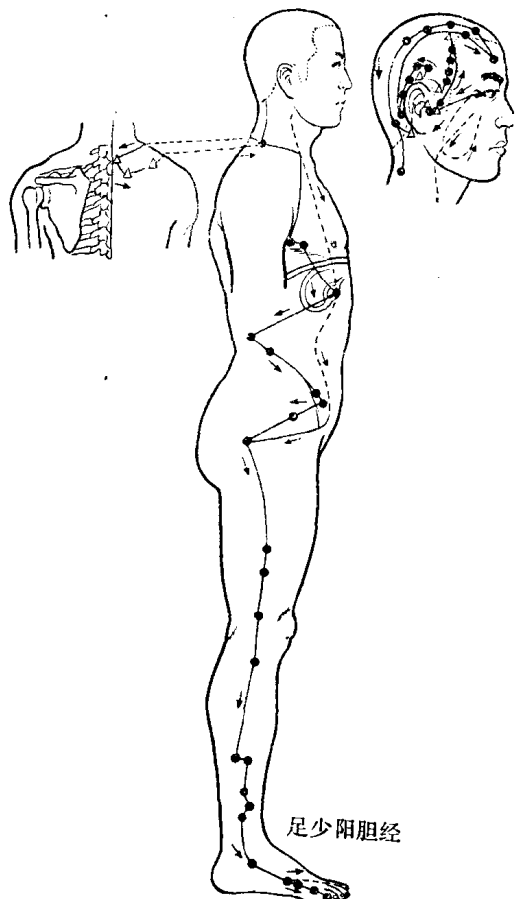


图69

足少阳络脉 十五络脉之一。《灵枢·经脉》：“足少阳之别，名曰光明，去踝五寸，别走厥阴，下络足跗。”脉从足外踝上5寸的光明穴处分出，走向足厥阴肝经，向下网络足背。本脉发生病变，实则气逆而厥；虚则下肢痿废不用，不能起坐。

足少阴 十二经脉之一。出《灵枢·经水》。即足少阴肾经，见该条。

足少阴之正 十二经别之一。出《灵枢·经别》。即足少阴经别，见该条。

足少阴之别 十五络脉之一。出《灵枢·经脉》。即足少阴络脉，见该条。

足少阴肾经 十二经脉之一。《灵枢·经脉》：“肾足少阴之脉，起于小指之下，邪走（《素问·阴阳离合论》王注引《灵枢》文作“斜趣”足心，出于然谷之下，循内踝之后，别入跟中，以上端内，出腘内廉，上股内后廉，贯脊，属肾，络膀胱；其

直者，从肾上贯肝膈，入肺中，循喉咙，挟舌本；其支者，从肺出络心，注胸中。”本经自足小趾的下边起始，斜行到足掌心中（涌泉），出行到然骨（舟骨粗隆）的下面，沿着内踝后方，分布在足跟中，由此向上在三阴交处与足太阴脾经、足厥阴肝经相会，然后行至腓肠肌内，浅出腘窝内侧（阴谷），沿大腿内侧后边向上，穿过脊柱，属于肾脏，联络膀胱。它直行的主干，从肾脏出来，向上穿过肝脏和膈肌，进入肺部，沿着气管喉咙，到舌根两侧。它的支脉，从肺脏出来，联络心，流注到胸中。脉气由此与手厥阴心包经相接。本经发生病变，主要表现为饥不欲食，面色发黑，喘息气逆，咳唾有血，目花，心悸，惊恐；口舌干燥，咽喉肿痛，心烦心痛，黄疸肠澼，脊柱、大腿内后廉痛，下肢肌肉萎缩，足底灼热疼痛等（图70）。

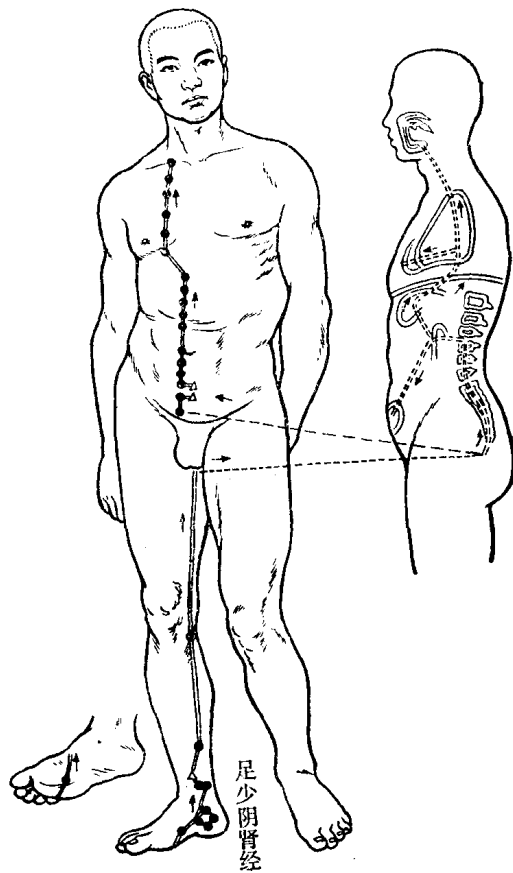


图70

足少阴经别 十二经别之一。《灵枢·经别》：“足少阴之正，至膈中，别走太阳而合，上至肾，当十四椎，出属带脉；直者，系舌本，复出于项，合于太阳。”本经别从足少阴肾经的膈窝部分出，别走与足太阳经别汇合并行，上至肾，在第二腰椎处出属带脉；直行的一条，上行连系舌根，又上出于项部，脉气合入足太阳膀胱经。

足少阴经筋 十二经筋之一。《灵枢·经筋》：“足少阴之筋，起于小指之下，并足太阴之筋，邪走内踝之下，结于踵，与太阴之筋合而上结于内辅之下，并太阴之筋而上循阴股，结于阴器，循脊内挟膂，上至项，结于枕骨，与足太阳之筋合。”经筋从足小趾的下面起始，与足太阴经筋并行，斜走至内踝的下方，结于踵（足跟），与太阳经筋相合，向上结于内辅（胫骨内髁）之下，又与太阴经筋相并上行，沿大腿内侧，结于阴器（生殖器），向后沿着脊柱，挟膂（脊柱两旁的肌肉）上至后项，结于枕骨，与足太阳经筋相会合。

足少阴标本 十二经标本之一。《灵枢·卫气》：“足少阴之本，在内踝上下三寸中（按：《黄帝内经太素》“三寸”作“二寸”）；标在背腧与舌下两脉也。”张景岳注：“内踝下上三寸中为踝下一寸，照海也，踝上二寸，复留、交信也。”标在肾俞及廉泉部。

足少阴脉 经脉名。即足少阴经。马王堆汉墓帛书载：“足少阴脉：出内踝窞（委）中，上贯膈（膈），入脘（脘），出股，入腹，循脊内□兼（廉），出肝，入肱，系舌□。其病：病足热，膈（膈）内痛，股内痛，腹街，脊内兼（廉）痛，肝痛，心痛，烦心，咽（咽）□□□□舌络□旦尚□□□数踞（喝）、牧（昧）牧（昧）耆（嗜）卧，以咳。〔诸〕病此物〔者〕，皆灸足少阴〔脉〕。”

足少阴络脉 十五络脉之一。《灵枢·经脉》：“足少阴之别，名曰大钟，当踝后绕跟，别走太阳；其别者，并经上走于心包，

下外贯腰脊。”脉从足内踝后下方的大钟穴处分出，在内踝后绕过足跟，走向足太阳膀胱经；它的支络与本经相并上行，到心包下面通贯腰脊。本脉发生病变，实则小便潴留；虚则腰痛；脉气上逆则心烦，胸闷。

足心穴 经外奇穴名。出《幼幼新书》。位于足底，当涌泉穴后1寸处。主治崩漏，头痛，眩晕，足底痛等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~15分钟。

足阳关 见膝阳关条。

足阳明 十二经脉之一。出《灵枢·经水》。即足阳明胃经，见该条。

足阳明之正 十二经别之一。出《灵枢·经别》。即足阳明经别，见该条。

足阳明之别 十五络脉之一。出《灵枢·经脉》。即足阳明络脉，见该条。

足阳明穴 经外奇穴名。据《千金翼方》灸熨退风半身不遂法载，穴在“足拇指奇三寸”。奇，指奇缝，即位于足背，当一、二趾趾缝端直上3寸处。也有说在拇趾尖端直上3寸者（《针灸经外奇穴图谱》）。艾炷灸3~5壮；或温灸5~10分钟。

足阳明经别 十二经别之一。《灵枢·经别》：“足阳明之正，上至髀，入于腹里，属胃，散之脾，上通于心，上循咽出于口，上颊颞，还系目系，合于阳明也。”本经别从足阳明胃经的髀部处分出，进入腹腔，属于胃，散络于脾，向上通过心脏部位，沿着咽，出于口部，上至鼻根、眼下，联系目系（眼球与脑相连的组织），归属足阳明胃经。

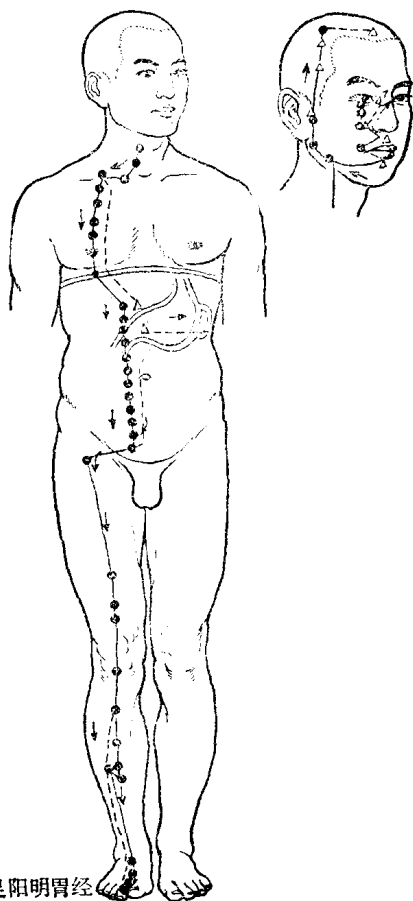
足阳明经筋 十二经筋之一。《灵枢·经筋》：“足阳明之筋，起于中三指，结于跗上，邪外上加于辅骨，上结于膝外廉，直上结于髀枢，上循胁属脊；其直者，上循骭，结于膝；其支者，结于外辅骨，合少阳；其直者，上循伏兔，上结于髀，聚于阴器，上腹而布，至缺盆而结，上颈，上挟口，合于颞，下结于鼻，上合于太阳，太阳

为目上网；阳明为目下网；其支者，从颊结于耳前。”经筋从足中趾（或作三趾）起始，结于足背，斜行向外，到外辅骨（腓骨），结聚于膝的外侧，直上结于髌枢（股关节），上沿肋肋，入属脊柱；它直行的一支，上沿胫骨，结于膝部，分支结于腓骨部，并与足少阳经筋相合；它直行的一支，从伏兔部（股四头肌）向上，结于股前，与足三阴之筋聚于阴器（生殖器），上行分布于腹部，结于缺盆（锁骨上窝），上颈，挟口，会合于鼻旁，下边结于鼻，上边与足太阳经筋相合为目上纲（上睑）；阳明为目下纲（下睑）。另一条分支，从面颊部分出，结于耳前。

足阳明标本 十二经标本之一。《灵枢·卫气》：“足阳明之本，在厉兑；标在人迎颊下，上挟颧颥也。”颧颥，指喉头及咽峡部。

足阳明胃经 十二经脉之一。《灵枢·经脉》：“胃足阳明之脉，起于鼻之交頄中，旁纳（一本作约字）太阳之脉，下循鼻外，入上齿中，还出挟口，环唇，下交承浆，却循颐后下廉，出大迎，循颊车，上耳前，过客主人，循发际，至额颅；其支者，从大迎前下人迎，循喉咙，入缺盆，下膈，属胃，络脾；其直者，从缺盆下乳内廉，下挟脐，入气街中；其支者，起于胃口，下循腹里，下至气街中而合，以下髀关，抵伏兔，下膝腘中，下循胫外廉，下足跗，入中指内间；其支者，下廉三寸而别，下入中指外间；其支者，别跗上，入大趾间，出其端。”本经自鼻翼两旁起始，上至鼻根中，在内眼角处与足太阳膀胱经相交，沿鼻外侧（承泣、四白、巨髃）下行，入上齿中，回出来挟着口的两旁，环绕嘴唇，向下交会于任脉的承浆穴；然后退回来沿着下颌的后下方，浅出于本经的大迎穴，沿着下颌角（颊车），上至耳前，经过足少阳胆经的上关穴，沿鬓发边际，上抵头角（头维），行至额前（神庭）。它下行的支脉，从大迎穴前

边直下人迎，沿喉咙，进入锁骨上窝（缺盆）。深入体腔，贯穿膈肌，入属胃府，联络脾脏。它外行的主干，从锁骨上窝向下，经乳部内侧向下挟着脐的两旁，进入到腹股沟（气街）部。它在腹内的一条支脉，从胃下口的幽门部开始，经腹至气街与外行的主干会合。自此合而下行，经大腿前边的髀关，伏兔，下至膝腘中，再向下沿胫骨外侧，走向足背，进入中趾内侧（厉兑）。另有一条支脉，从膝下3寸（足三里）处分出，向下到中趾外侧。它的又一条支脉，从足背部（冲阳）分出，至足大趾的内侧端（隐白）。脉气由此与足太阴脾经相接。本经发生病变主要表现为洒洒恶寒，面色发黑，癫狂，腹胀，鼻塞，衄血，口咽颈肿，喉痛，颈部肿痛，沿胸、乳、股、胫外侧及足背部本经脉过处皆痛，饮食不化或消谷善饥等（图71）。



足阳明胃经

图71

足阳明脉 经脉名。即足阳明经。马王堆汉墓帛书载：“足阳明脉：循膈中，上贯膝中，出股，夹（挟）少腹，上出乳内兼（廉），出膈（嗌），夹（挟）口，以上之鼻。其病：病足中指废，膈痛，膝中种（肿），腹种（肿），乳内兼（廉）痛，□外肿，颧（颧部）痛，颡（颡）溺（衄），数热汗出，胫瘦，颜寒。诸病此物者，皆灸阳明脉。”

足阳明络脉 十五络脉之一。《灵枢·经脉》：“足阳明之别，名曰丰隆，去踝八寸，别走太阴；其别者，循胫骨外廉，上络头项，合诸经之气，下络喉嗌。”脉从足外踝上8寸的丰隆穴处分出，走向足太阴脾经；它的支络，沿着胫骨外缘上行，络于头项部，与各经在头项部的脉气相会合，又向下联络喉咽和咽峡部。本脉发生病变，实则发狂、癲；虚则足胫痿枯，弛缓不收；脉气上逆则咽喉疼痛，突然音哑。

足两踝 经外奇穴名。见《千金要方》。亦称内、外踝尖。其位置，《备急灸法》载，在“足两踝尖”。在内者称内踝尖（亦名吕细、踝尖），在外者称外踝尖。主治小儿不语，霍乱转筋，牙痛，扁桃体炎等。艾炷灸5~7壮；或艾条灸10~15分钟。

足针疗法 是指针刺足部特定部位的治疗方法。临床操作时，应先用温水浸泡足部或以酒精反复擦拭，促使较厚的足底皮肤软化，减轻进针疼痛，并可清洁消毒，避免感染。选定部位后，快速进针，应注意不要刺伤骨膜，给予中强刺激，留针5~15分钟，可据情加用电针等刺激。本法适于神经衰弱、失眠、头痛、腰腿痛、三叉神经痛等。

足针麻醉 针刺麻醉法之一。是在足针疗法的基础上发展起来的针刺麻醉方法。目前多用于眼部、口腔、颌面部、颈部手术。一般取对侧足底后1/3内侧“头”、“目”二穴；也可根据脏象学说选取相应穴位。操作方法参足针疗法条。

足临泣 经穴名。《灵枢·本输》原名

临泣。《圣济总录》名足临泣。属足少阳胆经。八脉交会穴之一，通带脉。输（木）穴。位于足背部，当第四、五跖骨结合部之前方凹陷处，当小趾伸肌腱的外侧。或于第四、五跖骨间，侠溪穴后1.5寸取穴。布有足背中间皮神经分支和足背动、静脉网，第四跖骨背动、静脉。主治肋肋痛，目眩，偏头痛，目外眦痛，乳痛，疟疾，月经不调，足跗肿痛等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸3壮；或艾条灸5~10分钟。

足钜阳脉 经脉名。即足太阳经。马王堆汉墓帛书载：“足钜（《礼记·三年间》注：“大也”。）阳脉：潼外踝委中，出郛（脚）中，上穿胫（跟），出厌中，夹（挟）脊，出于项，□头角，下颜，夹髑（颞），系目内廉。是动则病：潼（肿），头痛，□□□，脊痛，腰似折，髀不可以运，脰如结，膈如裂，此为蹠蹠（厥）。是钜阳脉主治其所产病：头痛，耳聋，项痛，耳聩，疟，北（背）痛，要（腰）痛，尻痛，痔（痔），脊（脰）痛，膈痛，足小指痹，为十二病。”

足蕤（厥）阴脉 经脉名。即足厥阴经。马王堆汉墓帛书载“足蕤（通厥）阴脉：循大指间，以上出肱内兼（廉），上八寸，交泰（太）阴脉，□股内，上入脘间。其病：病胫瘦，多弱（溺），耆（嗜）饮，足跗（跗）种（肿），疾界（痹）。诸病此物者，灸蕤（厥）阴脉。”

足泰（太）阳脉 经脉名。即足太阳经。马王堆汉墓帛书：“足泰阳脉，出外踝委（委）中，上贯膊（膈），出于脘（脘）；枝之下脾（人体部位名，未详）；其直者，贯□，夹脊，□□，上于豆；枝颜下，之耳；其直者，贯目内渍（眦），之鼻。其病：病足小指废，膊（膈）痛，脘（脘）挛，脘通，产（生）痔，腰痛，夹（挟）脊痛，□痛，项痛，手痛，颜痛，产聾，目痛，颡（颡）溺（衄），数瘕（癥）疾。诸病此物者，皆灸泰阳脉。”

足 针 疗 法 穴 位 表

穴号	位 置	针 刺 方 法	主 治
1	在外踝与内踝连线足底之中点	直刺或斜向下刺0.5~1寸	神经衰弱, 癔病, 失眠, 低血压
2	足跟后缘正中线上5寸外1寸	直刺或向内透刺0.5~1寸	失眠, 癔病, 神经衰弱
3	足跟后缘正中线上4寸外旁1.5寸	直刺或斜刺向下1~1.5寸	坐骨神经痛, 腰腿痛
4	在足跟后缘正中线上5寸	直刺或斜刺0.5~1寸	失眠, 黄疸型肝炎, 哮喘, 大脑发育不全
5	足跟后缘正中线上5寸, 内旁1寸	直刺或向下透刺1~1.5寸	痢疾, 腹泻
8	5号穴前1寸	同 上	痢疾, 腹泻
10	足底三、四趾间后3寸	直刺或斜刺向内1.5寸	腹痛, 急慢性胃肠炎, 痛经
11	足底拇趾与次趾间直后3寸	直刺1寸	急慢性胃肠炎, 胃痉挛
13	足底第四趾跟后3寸	斜向下刺或直刺0.5~1寸	坐骨神经痛, 荨麻疹, 肩痛
14	足底小趾后1寸	斜向下刺或直刺0.5~1寸	牙痛
15	解溪穴下0.5寸两旁凹陷中	透刺或斜向上下刺0.5~1寸	腰腿痛, 腓肠肌痉挛
17	解溪穴下2.5寸	直刺或点刺0.1~0.5寸	心绞痛, 哮喘, 感冒
19	足内侧舟骨突起上凹陷中	直刺0.5寸	高血压, 腮腺炎, 急性扁桃体炎
20	足背第二、三趾间后3寸	直刺或斜向上刺2寸	急慢性胃肠炎, 胃十二指肠溃疡
21	在足临泣与地五会连线的中点	直刺或斜刺0.5~1寸	坐骨神经痛, 腮腺炎, 扁桃体炎
23	足背三、四趾间后2寸	直刺或斜刺1.5寸	落枕
25	足背第一跖骨底内前凹陷中	斜刺或直刺1~2寸	急性腰扭伤
26	行间与太冲穴连线的中点	直刺或斜向上刺1~2寸	急性扁桃体炎, 流行性腮腺炎
27	伸拇长肌腱内侧跖趾关节处	点刺或浅刺0.1~0.5寸	同上及湿疹, 荨麻疹
29	在内踝正中直下2寸处	直刺或横刺1~2寸	功能性子宫出血
30	在内侧舟骨突起下后凹陷中	直刺1寸	痛经, 功能性子宫出血, 子宫附件炎
34	太白与公孙穴连线的中点	横刺1~2寸	癫痫, 癔病, 神经衰弱
35	昆仑穴直上1寸处	横刺或斜刺向上1~2寸	坐骨神经痛, 头痛, 腹痛
44	十趾第一横纹中点	横刺或斜刺向下0.5寸	遗尿、尿频
45	足底拇趾与第二趾间后1寸	直刺0.5~1寸	牙痛
46	第二趾的第二趾关节内侧	点刺0.1~0.3寸	头痛
47	第三趾的第二趾关节内侧赤白肉际处	点刺0.1~0.3寸	头痛
48	第四趾的第二趾关节内侧赤白肉际处	点刺0.1~0.3寸	头痛
49	足底后缘正中线上1寸	直刺0.5寸	感冒, 头痛, 上颌窦炎, 鼻炎
50	1号穴内旁1寸	直刺或斜刺0.5~1.5寸	三叉神经痛
51	3号穴直后1寸	直刺0.5寸	肋间神经痛, 胸痛, 胸闷

注: ①足跟后缘与中趾跟部连线折为10寸。

②内、外踝中点与足底板平线各折为3寸。

③掌面第跖趾关节赤白肉际处与第五跖趾关节赤白肉际处连线横为5寸。

④足背同上。

⑤足跟部横折为3寸。

足泰(太)阴脉 经脉名。即足太阴经。马王堆汉墓帛书载：“足泰阴脉：出大指内兼(廉)骨蔡(际)，出内踝上兼(廉)，循胫内兼(廉)，□膝内兼(廉)，出股内兼(廉)。其病：病足大指废，胫内兼(廉)痛，股内痛，腹痛，腹胀(胀)，复□，不耆(嗜)食，善意(噫)，心□，善肘(疔)。诸病此物者，皆灸足泰阴脉。”

足窍阴 经穴名。《灵枢·本输》原名窍阴，《圣济总录》名足窍阴。属足少阳胆经。井(金)穴。位于第四趾外侧，趾甲角旁约0.1寸处。布有趾背神经，趾背动、静脉和趾底动、静脉形成的动、静脉网。主治偏头痛，目眩，目痛，耳聋，胁痛，失眠，多梦，热病；以及高血压，肋间神经痛等。斜刺0.1~0.2寸；或点刺出血。艾炷灸1~3壮；或艾条灸5~10分钟。

足通谷 经穴名。《灵枢·本输》原名通谷。《针灸大全》名足通谷。属足太阳膀胱经。荣(水)穴。位于足跖外侧，第五跖趾关节前下方凹陷处。布有趾底固有神经及足背外侧皮神经；并有趾底动、静脉通过。主治头痛，目弦，项强，癫狂，鼻衄等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

足厥阴 十二经脉之一。出《灵枢·经水》。即足厥阴肝经，见该条。

足厥阴之正 十二经别之一。出《灵枢·经别》。即足厥阴经别，见该条。

足厥阴之别 十五络脉之一。出《灵枢·经脉》。即足厥阴络脉，见该条。

足厥阴穴 经外奇穴名。《千金要方》：“消渴口干烦闷，灸足厥阴百壮。”又“治卒癰……又灸足厥阴，在左灸右，在右灸左三壮，在足大指本节间。”近代《针灸经外奇穴图谱》列作奇穴，定位在拇指背侧中线，跖趾关节部，灸治消渴，癰疽等。

足厥阴肝经 十二经脉之一。《灵枢·经脉》：“肝足厥阴之脉。起于大指丛毛之

际，上循足跖上廉，去内踝一寸，上踝八寸，交出太阴之后，上脘内廉，循股阴，入毛中，过阴器，抵小腹，挟胃、属肝、络胆，上贯膈，布胁肋，循喉咙之后，上入颞颥，连目系，上出额，与督脉会于巅；其支者，从目系下颊里，环唇内；其支者，复从肝别，贯膈，上注肺。”本经自足大趾背侧外际(大敦)起始，向上沿着足背内侧到达内踝前一寸(中封)的部位，再向上在三阴交穴处与足太阴脾经和足少阴肾经相会，在内踝上八寸处交叉到足太阴脾经的后面，上至脘窝内缘(曲泉)沿着大腿内侧，分布于阴毛部位，绕过阴器(外生殖器)，到达小腹，挟着胃的旁边，属于肝脏，联络胆腑，向上贯穿膈肌，分布在胁肋部，沿着喉咙的后边，向上进入鼻咽部，联系目系(眼与脑相连的组织)，上出额部，与督脉会于巅顶。它的支脉，从目系下行到口颊里边，环绕唇内。它的另一条支脉从肝分出，贯穿膈肌，进入肺中。肺气由此回复到手太阴肺经。本经发生病变，主要表现为腰痛，疝气，妇人少腹肿，咽干，面色灰暗，胸满，呕逆，飧泄，遗尿，癰闭等(图72)。

足厥阴经别 十二经别之一。《灵枢·经别》：“足厥阴之正，别跖上，上至毛际，合于少阳，与别俱行。”本经别从足厥阴肝经的足背部分出，向上至阴部毛际，与足少阴经别合而并行。

足厥阴经筋 十二经筋之一。《灵枢·经筋》：“足厥阴之筋，起于大指之上，上结入内踝之前，上循胫，上结内辅之下，上循阴股，结于阴器，络诸筋。”经筋从足大趾的上边起始，向上结于内踝之前，沿着胫骨内侧，结于内辅(胫骨内踝)的下方，直沿大腿内侧，结于阴器(生殖器)，于此联络各经筋。

足厥阴标本 十二经标本之一。《灵枢·卫气》：“足厥阴之本，在行间上五寸所；标在背膕也。”行间上五寸所，指中封穴，

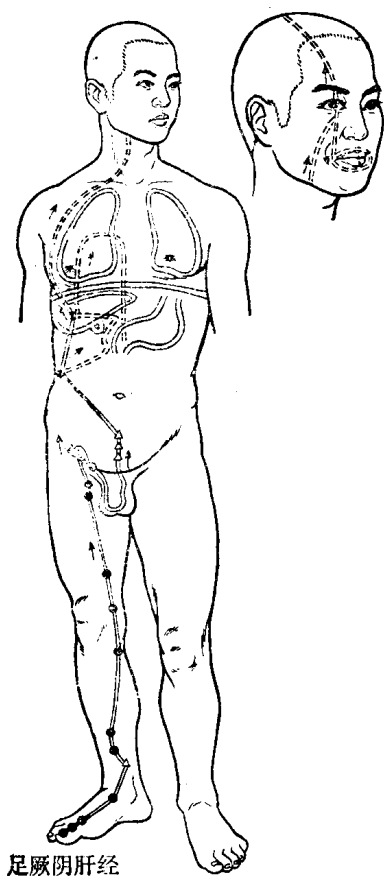


图72

标在肝俞。

足厥阴脉 经脉名。即足厥阴经。马王堆汉墓帛书载：“厥阴脉：系于足大指敦（丛）毛之上，乘足〔跗上廉〕，去内踝（踝）一寸，上踝（踝）五寸，而〔出大（太）阴之后〕，上出鱼股内廉，触少腹，大渍（臍）旁。是动则〔病：丈〕夫贲（贲）〔山（疝）〕，妇人则少腹种（肿），腰痛不可以仰（仰），甚则嗌干，面疵。是厥阴脉主治其所产病：热中，降（癢），贲（贲），扁（偏）山（疝），□□有而心烦，死，勿治毆（也）。有阳脉与之俱病，可治毆（也）。”

足厥阴络脉 十五络脉之一。《灵枢·经脉》：“足厥阴之别，名曰蠡沟，去内踝五寸，别走少阳。其别者，经脰上睾，结于茎。”脉从内踝上5寸的蠡沟穴处分出，走

向足少阳胆经；它的支络，沿胫骨向上，至睾丸，结聚于阴茎部。本脉发生病变，实则强阳不倒；虚则阴部搔痒；脉气上逆则睾丸肿胀、疝气。

足髓孔 经外奇穴名。《千金要方》：“灸猥退风半身不遂法，先灸天窗……次脚髓孔，足外踝后一寸。”近代《中国针灸学》称足髓孔，即昆仑，属足太阳膀胱经穴。

足踵 出《类经图翼》。位置同女膝穴，见该条。

足髀 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即阳交，见该条。

员在 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即攒竹，见该条。

员利针 针具名。九针之一。《灵枢·九针论》：“员利针，取法于毫针，微大其末，反小其身，令可深内也，长一寸六分，主取痛痹者也。”是一种针体细小而尖微大圆利的针具。用于治疗痛肿、痹症等。

员针 古针具名。九针之一。《灵枢·九针论》：“员针，取法于絮针，箴其身而卵其锋，长一寸六分。主治分间气。”是一种身为圆柱状，端呈卵圆形的针具。用于按摩体表，治疗筋肉痹痛等症。

员柱 经穴别名。出《外台秘要》。即攒竹，见该条。

听会 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名听呵、后关。属足少阳胆经。位于面部，当耳屏间切迹前方，下颌髁状突之后缘，张口有空处。布有耳大神经，面神经和颞浅动脉。主治耳鸣，耳聋，齿痛，口眼喎斜；以及中耳炎，腮腺炎，下颌关节炎等。直刺0.5~1寸。艾条灸5~10分钟。

听呵 经穴别名。出《针灸资生经》。《针灸大全》作听河。即听会，见该条。

听河 见听呵条。

听宫 经穴名。出《灵枢·刺节真邪》。别名多所闻。属手太阳小肠经。手、足少阳，

手太阳之会。位于耳屏前方，下颌骨髁状突的后缘，张口时呈凹陷处（《医学入门》）。一说“在耳中，珠子大，明如赤小豆。”（《针灸甲乙经》）。布有面神经分支及耳颞神经和颞浅动、静脉的耳前支。主治耳鸣，耳聋，聾耳，聋哑，癫狂，齿痛；以及神经性耳聋，中耳炎，外耳道炎等。直刺0.3~1寸。

别穴 经穴分类名。见《医学入门》。即经外奇穴，详该条。

别阳 经穴别名。所指有二：①出《针灸甲乙经》。即阳交，见该条。②出《针灸甲乙经》。即阳池，见该条。

〔 〕

吞气 养生术语，也是道家的一种养生方法。刘勰《新论》中有“决命必在吞气”之说。《抱朴子内篇·杂应》中亦有“有冯生者，但单吞气，断谷已三年”的记载。

针 ①指针刺器具。古作箴或鍼。用以刺激机体治疗疾病。源于砭石；早期的针以骨、竹或陶片制成。随着社会生产力的发展，在冶金术发明以后，人们利用金属的可塑和延展性能，以各种不同的金属或合金，制造出形式多样的针具，以适合临床治疗的需要。《黄帝内经》中就有“九针”的记载。现代的针具多用不锈钢制造，种类繁多，方便耐用。详见各该条。②指针刺。《灵枢·九针十二原》：“刺之而气至，乃去之，勿复针。”

针艾 是指刺灸治疗的主要工具和材料。《素问·汤液醪醴论》：“鑱石针艾治其外。”

针芒行气法 即针向行气法，见该条。

针向行气法 行气法之一。又称针芒行气法。指以针刺方向来控制针感传导的方法。欲使针感向上传导，则针尖宜向上斜刺；欲使针感向下传导，则针尖宜向下斜

刺。

针向补泻 即迎随补泻，详该条。

针灸 针灸疗法的简称，见该条。或作针刺及艾灸的合称。《素问·病能论》：“有病项痛者，或石治之，或针灸治之。”

针灸体位 指针灸治疗时患者的身体应采取的姿势而言。通常分为坐位和卧位两种。坐位又可分为仰靠式（适用于头面、颈前和胸部），伏案式（适用于头顶、后项和背部）和侧靠式（适用于耳侧、口颊和耳部）；卧位又可分为仰卧（除下肢后侧和腰背、后头部外，均可采用），侧卧（适用于头侧部、胸腹侧面和下肢外侧）和俯卧（适用于后头、下肢后面及腰背部）。其目的是便于显露施术的部位，能正确的取穴和操作。并使患者舒适，可保持持久的姿势，以防止在针刺过程中因不舒适而移动体位，引起晕针等不良后果。

针灸疗法 针刺、艾灸两种治疗方法的总称。简称针灸。针刺疗法是用特制的金属针具，刺激人体穴位，运用操作手法，籍以疏通经络，调和气血。艾灸疗法是以艾绒搓成艾团或艾条，点燃后温灼穴位皮表，达到温通经脉、扶阳散寒的目的。方法虽异，但都是通过刺激经络穴位而达到防治疾病的目的，临床上常配合使用。针灸疗法是我国劳动人民及医药学家在长期与疾病作斗争的过程中创造出来的一种独特的医疗方法。脏腑、经络学说是指导针灸疗法的基本理论。它具有简便、效验、安全、适应症广等特点，数千年来，对广大人民的医疗保健作出了一定的贡献。针刺原起于砭石；艾灸萌芽于火燎。冶金术的发明和对植物学的认识深化，逐渐过渡过金属制针、燃艾而灸。大约成书于战国时期的《黄帝内经》，对针灸的应用已有全面的论述，而且形成了系统的理论。晋代的皇甫谧，把《黄帝内经》中的针灸内容分门别类、系统整理，并参考《明堂孔穴针灸治要》等书，结合自己的经验，

撰《针灸甲乙经》12卷,是我国现存最早的针灸专著,流传国内外,是学习针灸的重要参考书籍。隋唐时期,针灸学有很大发展。唐代太医署设立针灸专科,内有针博士、针助教、针工,从事针灸专业。孙思邈著《千金要方》,并绘彩色针灸图;王焘编《外台秘要》注重灸法。北宋王惟一,撰《铜人腧穴针灸图经》,详考经穴,并创铸铜人,教授针灸。这一时期,我国的针灸已传入日本、朝鲜等国。元明时期,针灸著作日益增多。滑伯仁撰《十四经发挥》,考证经络;杨继洲在家传《卫生针灸玄机秘要》的基础上,集诸家之说,广搜博引,并结合自己的临床经验,编撰《针灸大成》,总结了明以前的针灸文献,影响较大,至今仍为学习和研究针灸学术的主要参考文献。清代还有《医宗金鉴·刺灸心法要诀》和《针灸集成》等著作,其中《针灸逢源》首列经穴361数,为今所循。从晚清至民国,针灸学术受统治者的摧残而比较衰落。中华人民共和国成立以后,针灸疗法有很大发展。开展针灸教学,成立研究机构,针灸临床也取得了明显进展,特别是针刺麻醉的成功,经络研究的深入,对外交流也日益增多。目前,我国正在积极应用现代科学的理论和方法对针灸治病原理、经络实质和针麻原理进行多方面的研究。

针灸经穴模型 针灸教具名。是标示体表经络循行路线和经穴位置的人体模型。多用塑料或石膏制作。供针灸教学和临床参考之用。

针灸铜人 用铜铸造的针灸人体模型。古代用以教学和考核学生。首见于宋代。针灸学家王惟一于1027年设计并主持制作。以后明、清两代又曾铸造若干。

针灸感传现象 见经络感传现象条。

针刺手法 简称针法或刺法。①指针刺时(包括进针、运针及出针)所使用的各种操作方法。②专指运针时所使用的各种促使

针刺得气或保持与加强针感以及各种针刺补泻的方法。

针刺角度 指进针时,针体和穴位皮肤间的角度而言。一般分为直刺、斜刺和横刺三种。采用何种角度主要与穴位的所在部位和治疗要求有关。有时同一穴位亦可采用不同角度进行针刺。

针刺疗法 针灸疗法的一大类。简称针法。指应用特制的针具,刺激机体穴位以防治疾病的方法。一般是指用毫针刺刺激经穴、奇穴等治疗疾病(即体针);如以其它针具及特殊刺激形式或刺激特殊部位的穴位者,则另有专称。如耳针疗法、电针疗法、皮肤针疗法、头针疗法等等。详各该条。

针刺补泻法 指针刺治疗中,为了达到补虚泻实目的而使用的各种针法。一般分补法与泻法两类。早在《黄帝内经》中已有记载,如“微旋”、“出针按针”为补,“切而转之”、“摇大其穴”为泻。自元、明以后又有发展,如《金针赋》提出“慢提紧按(插)”为补,“紧提慢按”为泻;“左转”(顺捻)为补,“右转”(倒捻)为泻等等。至今沿用的主要有徐疾补泻、开阖补泻、迎随补泻、捻转补泻、提插补泻等。近代亦有以刺激量的强弱来分别补泻者,一般以较弱的刺激为补,较强的刺激为泻。

针刺麻醉 简称针麻。它是在我国传统的针灸学术原理基础上发展起来的一种具有镇痛作用并能达到麻醉效果的新技术。其法根据手术部位、手术病种等,按循经取穴、辨证取穴、局部取穴等方法,选取适当穴位,术前一般按麻醉常规给予辅助用药,进针后经15~30分钟捻转诱导,多数即可开始手术,术间酌情以手法运针,刺激强度以达到镇痛效果而又能为患者所耐受为宜。也可用电针刺刺激(称电针麻醉)。手术完毕,即可出针。由于患者在清醒状态和生理机能保持正常的情况下达到痛觉迟钝或消失,故能主动配合手术,且没有某些麻醉药物的副作

用,术后恢复也较快。临床已较广泛地用于头面、五官、颈、胸、腹及四肢的一百多种手术。亦适用于肝、肾、肺功能不正常,休克,体衰等,或对麻醉药物过敏的患者。针刺麻醉是麻醉学术的一个新的领域,目前仍在不断总结经验和加强理论研究,对于所存在的镇痛不全,肌肉松弛不够和内脏牵拉反应等问题尚待解决。针刺麻醉包括体针麻醉、鼻针麻醉、面针麻醉、唇针麻醉、手针麻醉、足针麻醉、电针麻醉、水针麻醉等。详见各条。

针刺深度 指针刺时,针体进入机体的深浅程度。《素问·刺要论》:“病有浮沉,刺有浅深,各至其理,勿过其道。”指出针刺时要根据疾病的情况,采用适当的深度。一般在肌肉丰厚处可予深刺,在重要脏器邻近的穴位或肌肉浅薄处则应浅刺。不应为了获得强烈的针刺感应而针刺过深,以防发生不良的后果。亦不宜偏取浅刺,而达不到预期的疗效。

针刺感应 简称针感,指患者对针刺所产生的酸、麻、重、胀或触电样等感觉反应。不同针感的出现,和患者的体质、病种、针刺的部位以及刺激量的大小有关。凡进行针刺治疗,一般均要求有适当的针感,才能获得预期的疗效。至于针刺感应的强弱,则应视具体情况而定,目前临床上通常所说的“得气”,主要是指“针感”。参得气条。

针法 又称刺法。①指针刺治疗疾病的方法。即针刺疗法。②各种针具的针刺操作方法的总称。如毫针的各种针刺手法,火针的劫刺法,三棱针的点刺法等。

针注疗法 即水针疗法,见该条。

针药罐法 拔罐法之一。是针罐法和药罐法结合的一种拔罐方法。常用于治疗风湿痛等。

针挑疗法 即挑治疗法,见该条。

针柄灸 即温针灸,见该条。

针砭 古代以砭石为针,刺穴治病的方

法。后世泛称针刺治疗和砭石出血为针砭。《西斋话记》:“陇州道士曾若虚者,善医,尤得针砭之妙术。”

针害 是指针刺时,患者发生组织或器官损伤等异常情况。《灵枢·九针十二原》:“夺阴者死,夺阳者狂,针害毕矣。”由于针刺治疗时选用的针具不当或有损伤,或操作手法粗猛,过深过重,可造成胀痛久留不退,或局部血肿;如刺伤内脏或脑脊髓,后果就更为严重,可致气胸、内脏出血、休克、甚至死亡,应立即采取急救措施予以处理。针刺时,除选择适宜而质优的针具外,对重要血管神经及脏器附近的穴位,应特别注意针刺手法,避免进针过深,刺激过重,防生意外。

针麻 即针刺麻醉。见该条。

针麻三关 针麻术语。针麻过程中迄今存在的镇痛不全,肌肉紧张及内脏牵拉反应三个不足方面,简称针麻三关。这些不足方面有碍手术的顺利进行,目前正在研究探讨中。

针麻个体差异 针麻术语。针刺麻醉的效果,受多种因素的影响,临床研究发现,如在手术病种、针麻穴位、针刺方法、辅助用药等等条件均相同的情况下,不同个体所取得针麻效果不同,这种差异称针麻个体差异。它和患者的精神类型,基础痛阈,耐针力或耐电力,辨证类型等因素有关。

针麻仪 见电针机条。

针麻测痛 针麻术语。针麻手术前,在病员的一定穴位上针刺,通过一定的诱导,然后运用物理性或化学性痛刺激的方法来测量手术区或规定部位针刺前后痛阈和耐痛阈的变化,以测知不同针刺穴位的镇痛效应,称针麻测痛。临床研究发现,凡痛阈或耐痛阈提高显著者,针麻效果多好,反之多差,从而可作为预测针麻效果的指标。亦可以此来筛选针麻有效穴位,提高针麻效果。

针麻诱导 针麻术语。针麻过程中,为了提高痛阈,达到手术的要求,须在手术前施以针刺,当获得针感后,进行手法操作或用电针给予一定的刺激,这个过程称针麻诱导。从针刺得气至手术开始所需要的时间称针麻诱导期。诱导期一般为15~30分钟。

针麻诱导期 详针麻诱导条。

针感 针刺感应的简称,见该条。

针罐法 拔罐法的一种。是留针与拔罐法结合运用的一种方法。此法是先在穴位扎针,待得气后留针,再在上面进行拔罐。适用于风湿痹痛症。惟应用此法时必须准确,防止碰压针柄。

利尿穴 经外奇穴名。别名止泻、血清、关元上。位于腹中线,当脐下2.5寸处。或于神阙与曲骨穴连线之中点取穴。主治尿潴留,腹痛,腹泻,痢疾,血尿,淋病,肾炎等。直刺1~1.5寸。

利机 经穴别名。所指有二:①出《针灸甲乙经》。即石门,见该条。②出《针灸甲乙经》。即会阳,见该条。

体针 通常是相对于耳针、鼻针、头针等局部器官的针刺疗法而言,实即传统的针刺疗法。

体针麻醉 针刺麻醉法之一。是相对于耳针麻醉、面针麻醉等法而言。指以针刺经穴或经外奇穴为主的一种针麻方法。其法根据不同手术,按循经取穴、辨证取穴、神经节段取穴等原则,选配适当穴位。术前按针麻常规给予辅助用药,针麻诱导。手法以提插、捻转为主,频率每分钟120次左右,或用针麻仪以电脉冲刺激,刺激强度均以达到手术要求并能病人所耐受为度。体针麻醉广泛应用于针麻临床。通常所称的针刺麻醉多指本法。

体骨 经外奇穴名。《奇效良方》:“体骨四穴,在梁上两傍各开一寸五分,两足共四穴,治腿疼,可灸二七壮。”《针灸大成》

名髌骨。

邱处机 养生家,宋代道士。棲霞人,号长春子。当时以长于养生之道而闻名于世。据传元太祖成吉思汗曾向其探问长生之术。邱劝太祖少杀人,远女色。此后定居北京,建白云观,卒年八十,葬后殿中,墓今尚存。著有《摄生消息论》一卷。

延年 推拿穴位名。出《幼科铁镜》。位于鼻梁骨高耸处,在山根穴与准头穴之间。《保赤推拿法·掐天庭穴至承浆穴法》:

“延年在鼻高骨”。有开窍醒神,止抽搐等作用。用治外感风寒,惊厥等症。

伸法 推拿方法名。是帮助活动功能障碍的关节进行伸展的一种方法。本法可活血舒筋,增加关节的活动度,促使错位的软组织复位。《诸病源候论·风湿痹候》引《养生方》导引法:“正卧,叠两手著背下,伸两脚不息十二通,愈足湿痹不任行,腰脊痛痹。”

低档 练功方法之一。见上海中医学院附属推拿学校《推拿学》。两足并拢,足跟略向外,屈膝下蹲,臀部后坐不可着地,两手握拳前举,肘微屈,掌心相对,两目平视。

佗脊 见《针灸孔穴及其疗法便览》。即夹脊穴,见该条。

身交 经外奇穴名。《千金要方》:“妇人胞落颓,……又灸身交五十壮,三报,在脐下横纹中。”近代《中国针灸学》等定位在腹正中线,脐下0.3寸处。《针灸孔穴及其疗法便览》则谓在脐下3寸。主治便秘,尿闭,遗尿,白带等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

身柱 经穴名。出《针灸甲乙经》。属督脉。位于背部第三、四胸椎棘突之间。布有第三胸神经后支的内侧支和第三肋间动脉后支。主治身热,咳嗽,气喘,惊厥,癫痫,脊背强痛,疔疮;以及百日咳,支气管炎,肺炎,肺结核,癌病等。向上斜刺0.5~1

寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

近取法 即邻近选穴法，见该条。

彻衣 古刺法名。五节刺之一。《灵枢·刺节真邪》：“彻衣者，尽刺诸阳之奇输也。”指治疗热性疾病针刺机体外侧及背部奇穴的方法，亦有认为取用热病五十九俞者。该篇还指出恶寒无汗，内外皆热，咽干欲饮的热性疾患，因奇输“未有常处”，可取用天府、大杼、中膺俞等穴治疗。刺治后汗出热退，恶寒解除，即不必“外重丝帛衣”，故称彻衣。

邻近选穴法 指在病变部位附近选穴治疗的方法。或称近取法。如头部病取攒竹、天柱；口颊病取翳风、天容；眼病取上星、目窗等。

谷门 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即天枢，见该条。

坐引 导引的一类。以跪坐为主要姿势。长沙马王堆出土的西汉帛画《导引图》中，记有“坐引八维”一势。

坐裆 练功方法之一。见上海中医学院附属推拿学校《推拿学》。两足交叉，盘膝而坐，臀部坐于足跟，上身微向前倾，两手后伸翘掌，肘微屈，两目平视。

坐罐法 即留罐法，详该条。

肝 ①五脏之一。②推拿穴位名。见陈氏《小儿按摩经》。即肝经。详该条。

肝木 推拿穴位名。见《小儿推拿广意》。即肝经。详该条。《幼科推拿秘书·推拿手法》：“肝木在食指”。

肝记 推拿穴位名。即皮罢。见该条。

肝经 ①足厥阴肝经之简称，见该条。②推拿穴位名。又名肝、肝木。①位于食指远端的指腹面（《小儿推拿广意》），现通用此处。可退肝胆之火。《幼科推拿秘书·穴象手法》：“大拇指下一指名为食指，属肝。肝气通于目，络联于食指，通于小天心穴、足大溪穴。”②男位于无名指近端指骨

的掌侧面上，女位于无名指中段指骨的掌侧面上（《小儿按摩经》）③位于无名指中段指骨的掌侧面上（《幼科铁镜》）。参见五经条。

肝俞 经穴名。出《灵枢·背腧》。属足太阳膀胱经。肝之背俞穴。位于背部，第九胸椎棘突下旁开1.5寸处。一说“除背各寸半”（《针灸资生经》）。布有第九、十胸神经后支的内侧皮支，深层为外侧支；并有第九肋间动、静脉后支的内侧支通过。主治黄疸，胁痛，胃痛，吐血，衄血，眩晕，夜盲，目赤痛，青光眼，癫狂，痫症，脊背痛；以及急、慢性肝炎，胆囊炎，神经衰弱，肋间神经痛等。斜刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟（图73）。

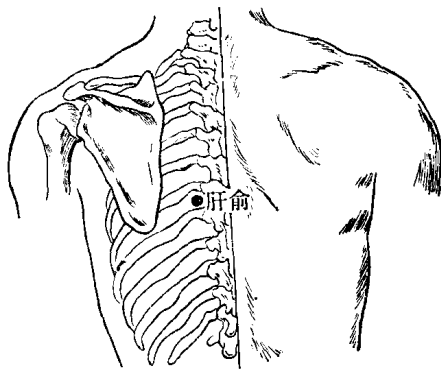


图73

肚角 推拿穴位名。见明·周于蕃《小儿推拿秘诀》。位于脐下两旁。治腹痛，止泄泻。《厘正按摩要术·立法》：“肚角在脐之旁，用后掌心按之，治腹痛，亦止泄泻。”

肘尖 经外奇穴名。《千金要方》：“肠痛，屈两肘，正灸肘头锐骨各百壮，则下脓血，即差。”《奇效良方》列作奇穴，名肘尖。位于肘关节后面，鹰嘴突起之尖端处，屈肘取穴。一说肱骨内上髁高点处名小肘尖（《外科大成》）。主治疗疔，疔疮痈肿等。艾炷灸3~5壮；艾条灸5~15分钟。

肘俞 经外奇穴名。见《针灸孔穴及其疗法便览》。位于肘关节后面，鹰嘴突起与

桡骨小头间之凹陷处。主治肘关节疾患。直刺0.3寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

肘椎 经外奇穴名。出《肘后备急方》。位于腰部，取穴时，患者俯卧，垂肘贴身，以两肘尖连线与后正中线交点旁开左右各1寸处。主治霍乱吐泻，心腹痛胀等。艾炷灸3~7壮。近代《腧穴学概论》谓中间一点亦是穴，共3穴。

肘髻 经穴名。出《针灸甲乙经》。属手阳明大肠经。位于上臂外侧，肱骨外上髁的上方，肱三头肌的外缘，肱桡肌的起始部；或于曲池穴外上方1寸，肱骨边缘处，屈肘取穴。布有前臂背侧皮神经，内侧深层为桡神经；并有桡侧副动、静脉通过。主治肘臂疼痛、拘挛、麻木、瘰癧等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

肠山 见伤山条。

肠风 见阳刚条。

肠屈 经穴别名。出《铜人腧穴针灸图经》。即腹结，见该条。

肠遶 遶，音义同绕。出《针灸集成》。即肠绕，见该条。

肠结 出《千金翼方》。《铜人腧穴针灸图经》作腹结穴别名，见该条。

肠绕 即归来穴。《针灸集成》：“肠绕二穴，在挟玉泉（即中极穴）两旁相去各二寸，主治大便闭塞，灸以年为壮。”

肠遗 经外奇穴名。《千金要方》：“大便不通，灸挟玉泉相去各二寸，名曰肠遗，随年壮。”并有注谓：“一云二寸半。”近代多以中极穴旁开2.5寸定位。本穴《腧穴学概论》名肠道。

肠道 出《腧穴学概论》。即肠遗，见该条。

肠窟 经穴别名。出《外台秘要》。即腹结，见该条。

龟尾 推拿穴位名。出《肘后备急方》。

又名尾闾、闾尾。位于尾骨端。治赤白痢，泄泻，腹胀，脱肛，慢惊风等症。《幼科推拿秘书·穴象手法》：“龟尾穴，一名闾尾，脊背尽头处。”《秘传推拿妙诀·周身穴图》：“龟尾即尾闾穴，旋推止泻。”

条口 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足阳明胃经。位于小腿前外侧，犊鼻穴直下8寸；或于外膝眼与解溪穴连线的中点取穴。另说“在上廉下一寸”（《太平圣惠方》）；“膝下五寸许”（《针灸大全》）。布有腓肠外侧皮神经及隐神经的分支，深层正当腓深神经；并有胫前动、静脉通过。主治膝胫痠痛，两足无力，脚气，转筋，腹痛，泄泻，肩凝症等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~7壮；艾条灸5~15分钟。

角 指拔罐法。古时用兽角制成的杯罐作拔罐工具，故名。据马王堆出土的西汉文物《五十二病方》载：“牡痔居窍旁，大者如枣，小者如枣覈（核）者方：以小角角之，如孰（熟）二斗米顷，而张角，繫以小绳”。参见拔罐疗法条。

角孙 经穴名。出《灵枢·寒热病》。属手少阳三焦经。手太阳，手、足少阳之会。位于头侧部，耳尖正上方发际处，折曲耳廓取穴。布有耳颞神经分支和颞浅动、静脉的分支。主治耳部红肿，目赤肿痛，目翳，颊肿，齿痛等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾炷灸3壮；或艾条灸5~10分钟（图74）。

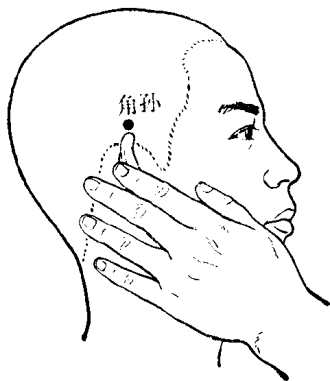


图74

角法 即拔罐法。因古代用兽角做拔罐疗法的器具,故称。详拔罐法条。

鸱尾 ①人体部位名。见鸱尾条。②经穴名。出《灵枢·九针十二原》。别名尾翳、鸱尾。属任脉。膏之原穴。任脉之络穴。位于腹正中线上,脐上7寸处,仰卧,两臂上举取穴(《千金要方》)。一说脐上7.5寸(《针灸甲乙经》)。布有第七肋间神经前皮支和腹壁上动、静脉。主治心胸痛,胃痛,反胃,惊悸,癫痫,以及精神分裂症,心绞痛等。向下斜刺0.5寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟(图75)。

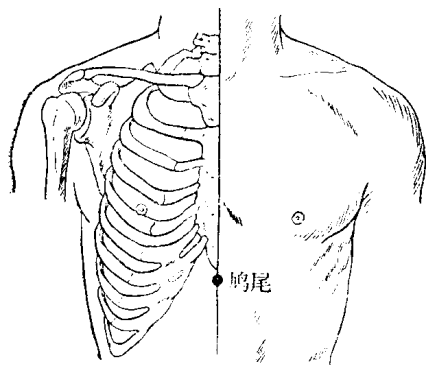


图75

灸血病 经外奇穴名。《千金要方》：“大便下血，灸第二十椎，随年壮。”近代《中国针灸学》列作奇穴，名灸血病。位于第三骶骨嵴之高点处。主治吐血、衄血，便血，妇人血崩等。艾炷灸5~7壮；或艾条灸10~15分钟。

灸疗器 即温灸器，见该条。

灸刺 艾灸和针刺的合称。《灵枢·四时气》：“灸刺之道，得气穴为定。”

灸法 灸，灼体疗病。用艾绒或其它易燃药物在穴位上烧灼、熏熨，借灸火的热力，透入肌肤，刺激组织，以调和气血，疏通经络，而达防治疾病目的的方法称灸法。灸法在我国已有悠久的历史，大概人类发明用火之后，即已逐渐形成并应用于医疗。经

过后世医家的实践和总结，使灸法内容日趋完备。目前大体上已可分为艾炷灸、艾条灸、温筒灸和天灸四类。《灵枢·经脉》：

“陷之则灸之。”又《灵枢·官能》：“阴阳皆虚，火自当之……经陷下者，火则当之；结络坚紧，火所治之。”说明灸法具有温阳起陷，行气活血的作用。多适用于阳气衰弱，沉寒痼冷等疾患。参见艾灸疗法条。

灸疮 灸法术语。出《针灸甲乙经》。指以艾炷直接灸灼穴位。致使灸处皮肤引起脓疱，称灸疮。《针灸资生经》引明堂曰：

“凡着艾的疮发，所患即瘥；不得疮发，其疾不愈。”说明灸疮是化脓灸过程中的正常现象。有因灸法不当，火毒伤及皮肤所发之疮，亦称灸疮者，见《刘涓子鬼遗方》。可用甘草膏（甘草入当归、胡粉、羊脂、猪胆）外敷治之。

灸盏 灸具名。形如杯盏故名。据《灸法秘传》载：“四周银片稍厚，底宜薄，须穿数孔，下用四足，计高一分许。将盏足钉在姜片上，姜上亦穿数孔，与盏孔相当，俾药气可以透入经络脏腑也。”近代所用的艾斗即由此发展而来。

灸焫（ruò若）指灸法。《素问·异法方宜论》：“脏寒生满病，其治宜灸焫。”王冰注：火艾烧灼，谓之灸焫。

灸癆 经外奇穴名。《针灸资生经》引《集效》：“灸癆法：……令身正直，用草子，男左女右，自脚中指指尖量过脚心下，向上至曲肱大纹处截断，却得此草自鼻尖量，从头正中至脊，以草尽处用墨点记；别用草一条，令病人自然合口，量阔狭截断，却将此草于墨点上平摺，两头尽处量穴，灸时随年多灸一壮，累效。”近代《中国针灸学》等列作奇穴，名灸癆。即以足中趾尖经足心至膈窝横纹之长为度，自鼻尖向后沿正中线上量至脊背尽处标点，此点旁开半口寸处是穴。主治虚劳盗汗，咳嗽，咳吐脓血，面黄消瘦，神疲乏力等。艾炷灸3~7壮；或艾

条灸5~15分钟。

灸癰风 经外奇穴名。《千金要方》：“白癰风，灸左右手中指节去延外宛中三壮，未差报之。”近代《针灸经外奇穴图谱》列作奇穴，名灸癰风，定位于手中指掌侧，远侧指节横纹中点稍前方处。

迎香 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名冲阳。属手阳明大肠经。手、足阳明之会。位于鼻唇沟内，横平鼻翼外缘中点处，布有面神经与眶下神经的吻合支；并有面动、静脉及眶下动脉分支通过。主治鼻塞，鼻衄，鼻渊，鼻息肉，口眼喎斜，面痒浮肿；以及胆道蛔虫症等。斜刺0.2~0.3寸；或沿皮刺0.5~1寸（图76）。

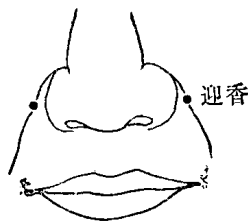


图76

迎随补泻 指以针尖方向与经脉之间的逆（迎）、顺（随）关系来分别补泻的办法。《灵枢·终始》：“泻者迎之，补者随之，知迎和随，气可令和。”较原则的提出了泻法为迎、补法为随的见解。后世医家据此加以发挥，认为迎随是以经络循行的顺逆为准。明·杨继洲曰：“至于经脉为流行之道，手三阳经，从手上头，手三阴经，从胸至手，足三阳经，从头下足，足三阴经，从足入腹。故手三阳泻者，针芒望外（针尖向四肢），逆而迎之；补者，针芒望内（针尖向头身），顺而追之，余者仿此。乃是因其气血往来，而顺逆行针也。”即顺（随）着经络循行方向进针的为补法，逆（迎）着经络循行方向进针的为泻法。故亦称针向补泻。也有以顺着经脉的循行方向取穴，依次用针的为补法，逆着经络循行方向取穴，依次用

针的为泻法者。

系络 指从十五络脉分出的细小络脉。翟良《经络汇编》：“十二经出十五络，十五络生一百八十系络，系络生一百八十缠络，缠络生三万四千孙络。”

饮郄 经外奇穴名。出《外台秘要》。位于胸部第六肋间隙，距前正中线六寸处。主治肠鸣，腹满，胀痛，肋间神经痛等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾柱灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

饮膳太医 官名。元世祖忽必烈设置。专管皇帝及其家族的饮食。并负责从本草中挑选有补益作用的药品与饮食配合。

〔、〕

库房 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足阳明胃经。位于胸部，在第一肋间隙中，距胸正中线4寸处。布有胸前神经分支，并有胸肩峰动、静脉及胸侧动、静脉分支通过。主治咳嗽，气喘，胸胁胀痛，咳吐脓血等。斜刺0.3~0.5寸。不宜深刺。艾柱灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

疔俞 经外奇穴名。见《针灸秘开》。位于前臂屈侧，神门穴直上4寸，向内侧旁开0.3寸处。主治疗痛。艾柱灸（患侧）3~7壮。

应突 经外奇穴名。出《外台秘要》。位于胸部乳头外开2寸直下，当第六肋间隙下1寸处。主治饮食不入，腹满肠鸣泄泻，大便不节，以及肋间神经痛等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾柱灸1~3壮；或艾条灸5~10分钟。

育门 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足太阳膀胱经。位于腰部，第一腰椎棘突下旁开3寸处；一说“除脊各三寸取穴”（《针灸资生经》）。布有第十二胸神经后支的外侧支和第一腰动、静脉后支。主治腹痛，痞块，便秘等。直刺0.5~1寸。艾柱灸5~10壮；或艾条灸10~20分钟。

育之原 十二原(穴)之一。即气海。《灵枢·九针十二原》：“育之原，出于脐臑。”参见十二原穴条。

育俞 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足少阳肾经。冲脉、足少阳之会。位于脐中(神阙)旁开0.5寸处。另说脐中旁开1寸(《针灸大成》)；脐中旁开1.5寸(《针灸资生经》)。布有第十肋间神经，并有腹壁下动、静脉的肌支通过。主治腹痛，腹胀，呕吐，泄泻，便秘，疝痛，小便淋沥等。直刺0.5~1寸。艾柱灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

育募 经外奇穴名。《千金要方》：“结气囊裹针药所不及，灸育募随年壮。育募二穴，从乳头斜度至脐，中屈去半，从乳头下行，度头是穴。”主治病后衰弱，萎黄，腹中积块疼痛等。艾柱灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

怀中抱月 练功方法之一。见上海中医学院附属推拿学校《推拿学》。两手交叉于胸前，向两侧分开后，指端向下，掌心朝内，上身略前倾，两手由上向下如抱物状，再向下而上徐徐抄起，仍收回至胸前交叉。

怀中抱月大小缠丝手 练功方法之一。见杜自明《中医正骨经验概述》。取弓箭步，前臂交于胸前，掌心朝上，斜向外上方弹出，旋即收至胸前，手掌翻转向两侧伸出，再迅速收至胸前。左右同姿，上下交替。

间谷 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即二间，见该条。

间使 经穴名。出《灵枢·本输》。别名鬼路。属手厥阴心包经。经(金)穴。位于前臂掌侧，腕横纹上3寸，当掌长肌腱与桡侧腕屈肌腱之间。布有前臂内、外侧皮神经，正中神经掌皮支，深层为前臂掌侧骨间神经；并有前臂正中动、静脉，深层有前臂掌侧骨间动、静脉通过。主治心痛，惊悸，胃痛，呕吐，热病烦躁，胸痛，疟疾，癫狂，

痫症，肘挛，臂痛等。直刺0.5~1寸。艾柱灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

间接灸 艾炷灸之一种。指艾柱与穴位皮肤之间衬隔物品的灸法。故又称间隔灸，隔物灸。通常以生姜、大蒜一类辛温芳香的药物作衬隔，具有加强温通经络的作用，而不使艾火直接灼伤皮肤。间接灸的种类很多，其名称通常随所垫隔的物品而定。如隔姜灸、隔蒜灸、隔盐灸、隔饼灸等。根据病症选用。详各该条。

间歇运针法 指针刺得气后每隔一定时间断续地给予捻转或提插等操作，使患者的针感得到保持或加强。每次运针或间时间隔可视病情而定。

间隔灸 即间接灸。见该条。

兑冲 经穴别名，出《针灸甲乙经》。即神门，见该条。

兑骨 ①骨骼部位名。亦称锐骨。指手腕背部小指一侧的骨性隆起，今称尺骨茎突。《针灸甲乙经》：“神门者，……在掌后兑骨之端陷者中。”②经穴别名。所指有二：①出《针灸甲乙经》。即颞髻。见该条。②《难经·六十六难》：“少阴之原，出于兑骨。”丁注：“兑骨，即神门。”见神门条。

兑端 经穴名。出《针灸甲乙经》。属督脉。位于上唇尖端，当人中沟下端皮肤与上唇粘膜之移行处。布有面神经颊支、眶下神经分支及上唇动、静脉。主治癫狂，口喎唇动，齿龈痛，鼻塞，鼻出血；以及口腔炎，鼻炎，癫痫，晕厥等。直刺0.2~0.3寸。

冷灸 指相对热灸而言，称不用任何热源进行灸治的方法为冷灸，如药物发泡灸等。

完骨 ①人体部位名。指颞骨乳突。《灵枢·骨度》：“耳后当完骨者，广九寸。”②经穴名。出《素问·气穴论》。属足少阳胆经。位于耳后颞骨乳突后下方凹陷处，与风

府穴相平(《针灸甲乙经》)。布有枕小神经主干和耳后动、静脉。主治头痛,项强,颊肿,齿痛,咽喉肿痛,口眼喎斜,失眠等。向下斜刺0.3~0.5寸。艾条灸5~10分钟。

③经穴别名。见腕骨条。

穷骨 骨名。指尾骨。《医宗金鉴》:“尾骶骨即尻骨也,……其末节名曰尾间,一名骶端,一名橛骨,一名穷骨,俗名尾椿。”

〔 7 〕

灵台 经穴名。出《素问·气府论》王冰注。别名肺底。属督脉。位于背部,第六、七胸椎棘突之间。布有第六胸神经后支的内侧支和第六肋间动脉后支。主治咳嗽,气喘,项强,背痛,痈疽,疔疮;以及胆道蛔虫症,疟疾等。向上斜刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

灵道 经穴名。出《针灸甲乙经》。属手少阴心经。经(金)穴。位于前臂掌侧,当尺侧腕屈肌腱桡侧缘,腕横纹上1.5寸处。布有前臂内侧皮神经,尺侧为尺神经;并有尺动脉通过。主治心痛,失音,腕臂痛,暴暗等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸1~3壮;或艾条灸5~10分钟。

灵墟 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足少阴肾经。位于第三肋间隙,距胸正中线2寸处。布有第三肋间前皮支,深层为第三肋间神经;并有第三肋间动、静脉通过。主治咳嗽,气喘,呕吐,胸胁胀痛,乳痛;以及肋间神经痛等。斜刺0.3~0.5寸;不宜深刺。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

张湛 晋代养生学家。著有《养生要集》一书,已佚。内容残见于《千金方》、《医心方》及其他书中。据《晋书》,豫章太守范宁患目痛求医于张。张示以药方为:“一、损读书;二、减思虑;三、专内视;四、简外观;五、旦晚起;六、夜早眠。”

范照方行事,其病立愈。

尾穷骨 经外奇穴名。《千金要方》:“腰卒痛,灸穷骨上一寸七壮,左右一寸各灸七壮。”《针灸集成》列作奇穴。名尾穷骨。位于尾骨尖上一寸及其左右各一寸处,共3穴。主治腰痛,尾骶痛,淋病,便秘,尿闭,痔疮等。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

尾闾 ①经外奇穴别名。见穷骨条。②推拿穴位名。即龟尾,见该条。

尾翳 经穴别名。《灵枢·经脉》:“任脉之别,名曰尾翳。”后《针灸甲乙经》等书列作鸠尾穴之别名,见该条。

局部选穴法 指在病变局部选穴治疗的方法。如额痛取印堂、攒竹;胃痛取中脘、梁门等。适用于周身体表各部的局部病变,对内脏和深部疾患亦有一定疗效。

尿血穴 经外奇穴名。《千金要方》:“治小儿尿血方,……灸第七椎两旁各五寸,随年壮。”《针灸经外奇穴图谱》列作奇穴,名尿血。

尿胞 ①即膀胱。②指曲骨穴。《千金要方》:“腹中满小便数数起,灸玉泉(中极)下一寸,名尿胞,一名曲骨端。”

阿是穴 凡以压痛点或其它病理反应点作穴治病,这个穴位则称阿是穴。《千金要方》:“吴蜀多行灸法,有阿是之法,言人有病痛,即令捏其上,若里当其处,不问孔穴,即得便快成(或)痛处,即云阿是,灸刺皆验,故曰阿是穴。”这类穴位既没有固定名称,也没有固定位置,与《灵枢·经筋》所说的“以痛为输”意同。后世亦称不定穴、天应穴等。

附子灸 即附饼灸,见该条。

附分 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足太阳膀胱经。手、足太阳之会。位于背部,第二胸椎棘突下旁开3寸处;一说“除脊各三寸取穴”(《针灸资生经》)。布有第一、二胸神经后支的外侧皮支,深层为肩胛背神

经；并有颈横动脉降支及肋间动、静脉后支的外侧支通过。主治肩背拘紧，颈项强痛，肘臂麻木等。斜刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

附阳 见附阳条。

附饼灸 隔物灸之一。出《千金要方》。用生附子3份，肉桂2份，丁香1份，切细碾末。以黄酒或蜂蜜调和，制成6毫米厚的药饼，细针穿刺数孔，上置艾炷施灸。亦称附子灸。由于附子辛温大热，有温阳扶羸的作用，适用于阳萎，早泄，命门火衰，疮疡久溃不敛等症。

努法 刺法名。指入针得气后，用大指、次指捏住针头，用中指侧压针身使之成弯弓之状，以使气行的办法。《针灸问对》：“下针至地，复出人部，补泻务待气至，如欲上行，将大指次指捻住针头，不得转动，却用中指将针腰轻轻按之，四五息久，如拔弩机之状，按之在前，使气在后，按之在后，使气在前。”具有行气的作用。

纯艾条 见艾卷条。

纳气法 小儿推拿方法名。《幼幼集成》卷三：“凡小儿虚脱大证，上气喘急，真气浮散，不得归元，诸药莫效，用吴茱萸五分、胡椒七粒、五倍子一钱，研极细末，酒和作饼，封肚脐，以带扎之，其气自顺。”

纳支补泻 指以十二经脉纳支时刻为基础的针刺补泻方法。《素问·针解篇》：“补泻之时者，与气开阖相合也。”十二经脉的血气盛衰，各有一定的时刻，古人以十二地支来相配，一经一时，依次而行，称为纳支。即肺经寅时，大肠经卯时，胃经辰时，脾经巳时，心经午时，小肠经未时，膀胱经申时，肾经酉时，心包经戌时，三焦经亥时，胆经子时，肝经丑时。经脉流注时刻已至，正当经气大盛之时，用针迎而夺之，损其有余，是为泻法。如肺经实证，应于寅时针刺。经脉流注时刻已过，正渐衰退而后进针，随而济之，以补充其不足，是为补法。如肺经虚证，应于卯时针刺。本法亦可与子母补泻法配合应用。

八 画

〔一〕

环中 经外奇穴名。见《中国针灸学》。位于环跳穴与腰俞穴连线之中点。主治坐骨神经痛。直刺1~1.5寸。艾炷灸5~15壮；或艾条灸10~30分钟。

环岗 见团岗条。

环谷 指脐中。《灵枢·四时气》：“徒瘀，先取环谷下三寸，以铍针针之。”《黄帝内经太素·杂刺》杨上善注：“环谷当是脐中也。”

环跳 经穴名。出《针灸甲乙经》。《千金要方》作环跳。别名腓骨。属足少阳胆经。足少阳、太阳之会。位于股骨大转子最

高点与骶管裂孔连线的外1/3与中1/3交点处，侧卧屈股取穴。布有臀下皮神经，臀下神经；深部正当坐骨神经；其内侧为臀下动、静脉。主治腰腿痹痛，下肢痿痹，半身不遂，风疹，脚气；以及坐骨神经痛，髋关节疾患等。直刺2~3寸。艾炷灸5~10壮；或艾条灸10~20分钟（图77）。

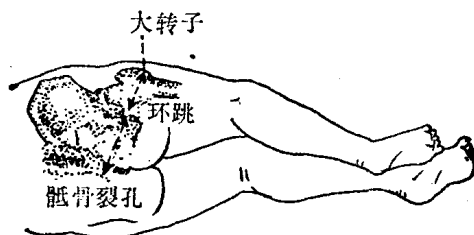


图77

环跳针 出《医宗金鉴》。即长针，见该条。

武台 推拿穴位名。即虎角。见该条。

青龙探爪 练功方法之一。出《易筋经》。两手握拳置于两腰，上体偏转，一手沿胸壁伸向对侧，五指伸开，掌心向上，再旋臂翻掌，上体前俯，掌绕过膝，握拳收回至腰际。《易筋经》：“肩背用力，平掌探出，至地围收，两目注平。”

青龙摆尾 ①针刺手法名。出金·窦汉卿《金针赋》。又名苍龙摆尾。其法进针得气后，斜刺向病所，持针勿转，不进不退，然后向左右慢慢摆动针柄，如扶船舵状。一说“行针之时，提针至天部（浅部），持针摇而按之”（《针灸问对》）。有行气至病所的作用，适用于经络气血壅滞之症。②练功方法名。见杜自明《中医正骨经验概述》。两臂前平举，掌心朝下，两手掌向内外徐徐摆动。适用于治疗腕部疾患。

青灵 经穴名。出《太平圣惠方》。《医学入门》作青灵泉。属手少阴心经。位于上臂前内侧，平腋前纹头下6寸，当肱二头肌内侧沟处；或于少海穴上3寸取穴。布有前臂内侧皮神经，臂内侧皮神经，尺神经和贵要静脉，尺侧上副动脉。主治目黄，胁痛，腋下肿痛，肩臂不举等。直刺0.5~1寸。艾炷灸1~3壮；或艾条灸5~10分钟。

青灵泉 见青灵条。

青筋 推拿穴位名。又名阳筋。出陈氏《小儿按摩经》。位于腕部掌侧横纹，正对食指处。《小儿按摩经·六筋》：“青筋：乃纯阳属木，以应肝与胆，主温和，外通两目。”外热内寒者，掐之，以汗出为度。尚治目赤涩、多泪等。

表里配穴法 指在表里相合的经脉上选配穴位用以治疗本脏本腑有关疾病的方法。如胃病取足三里（胃经）与公孙（脾经）；咳嗽取太渊（肺经）与合谷（大肠）。以本经原穴与其表里经的络穴相配者则称原络配

穴法，参见该条。

枢持 六经皮部之一，少阳皮部名。《素问·皮部论》：“少阳之阳，名曰枢持，上下同法，视其部中有浮络者，皆少阳之络也。”说明手足少阳经循行部位上所见的浮络都属于少阳络，而浮络之外的皮肤，即为少阳之皮部。“枢”是枢纽、枢要的意思；“持”有执持的含义，阳经以少阳为枢，故名“枢持”。

枢儒 六经皮部之一，少阴皮部名。《素问·皮部论》：“少阴之阴，名曰枢儒，上下同法，视其部中有浮络者，皆少阴之络也。”说明手足少阴经循行部位上所见到的浮络都属于少阴络，而浮络之外的皮肤，即为少阴络。“儒”是柔、顺的意思，少阴为三阴关阖之枢，其阴气柔顺，故称枢儒。

板门 推拿穴位名。又名阪门、版门。①位于手掌大鱼际处（见《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》）。治气促，气攻，气吼，气痛，呕胀等症，并止小肠之寒气。《幼科推拿秘书·推拿手法》：“阪门穴，在大指下，高起一切平肉如板处。属胃脘。”②位于掌侧腕横纹的远心端，大小鱼际之间（见《针灸大成》卷十）。

枕骨 经穴别名。出《针灸聚英》。即头窍阴，见该条。

取天河水 小儿推拿方法名。详天河条。

直针刺 古刺法名。十二刺之一。《灵枢·官针》：“直针刺者，引皮乃刺之，以治寒气之浅者也。”指治疗寒邪痹症稽留于肌表的针刺方法。其法用挟持押手，将患处皮肤提起，然后将针沿皮刺入，针可直入无避，故名直针刺。近代所用的沿皮刺，即源于此。

直肠 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即承筋，见该条。

直刺 指进针时，针体和穴位皮肤约呈垂直刺入的刺法。主要用于肌肉丰厚处的穴

位。《灵枢·九针十二原》：“正指直刺。”

直骨 经外奇穴名。《千金要方》：“小儿温疟，灸两乳下一指三壮。”《针灸集成》列作奇穴，名直骨。并定位“在乳下大约离一指头，看其低陷之处与乳直对不偏者是穴也。妇人按其乳直向下，看乳头所到之处正穴也。”位于乳头直下一横指处。主治小儿温疟，咳嗽，气逆等。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

直接灸 艾炷灸之一种。又称明灸、着肤灸。是把艾炷直接放在穴位皮肤上施灸的方法。施灸的方法，根据灸量的大小及机体反应的不同，可分为化脓灸和非化脓灸二种。详各该条。

直推法 推拿手法名。为推法的一种。用拇指或食中两指指腹在体表一定部位上轻快地作直线移动。《小儿推拿广意·杂症门》：“凡推法必似线行，毋得斜曲，恐动别经而招患也。”

或中 见或中条。

刺手 指针刺时持针操作的手。一般多用右手。

刺血疗法 又称刺络疗法、放血疗法。是指用三棱针或皮肤针或小眉刀等针具刺破浅表小静脉放出少量血液以治疗疾病的方法。临床操作时，根据病情需要，选用三棱针点刺，或皮肤针扣刺，滚刺，或小眉刀挑刺放出少量血液。施术时，应注意严密消毒，着力适宜，并避开动脉，以免发生感染或出血过多。对体虚、孕妇及有出血倾向者慎用。适用于中暑，头痛，扁桃体炎，神经性皮炎及疔疮等疾患。

刺血拔罐法 即刺络拔罐法。详该条。

刺灸 针刺和艾灸的合称。《素问·疏五过论》：“刺灸砭石毒药所主。”

刺灸法 指各种针刺和灸治的方法而言。早在《黄帝内经》中就有五刺、九刺、十二刺及针刺和艾灸补泻方法的记载，后世又续有发展。刺灸法为针灸学的重要内容

之一，使用适当与否，对临床疗效有很大的影响，具体方法，参有关各条。

刺法 出《灵枢·官针》。即针法。见该条。

刺络疗法 即刺血疗法。见该条。

刺络拔罐法 拔罐法之一。亦名刺血拔罐法。是指在刺络（刺血）之后再进行拔罐的综合治疗方法。此法于消毒皮肤后，先用皮肤针叩打，或用三棱针或平口小刀浅刺，根据不同的疾病，刺激量的要求，分为：轻刺、中刺、重刺三种。轻刺以皮肤出现红晕为度，中刺以微出血为度，重刺以点状出血为度；然后再拔火罐，每次留罐的时间，约在10~15分钟左右，起罐后，用消毒棉球擦净血迹，每次出血的总量成人不超过10毫升为宜。一般每隔3~7天治疗一次，4~6次为一疗程。主治肌肉劳损，扭伤，腰腿风湿痛，神经性皮炎，皮肤瘙痒，丹毒，神经衰弱，胃肠神经官能症等疾病。但急性传染病，癌症及有出血倾向的病症和孕妇均不宜使用。在大血管的部位须慎用。

刺禁 指针刺的禁忌。这是古人在针刺治疗过程中，由于发生医疗事故而积累下来的经验教训。《灵枢·终始》指出，“凡刺之禁”，有惊恐、恼怒、劳累、过饱、饥饿、大渴、房事、醉酒及长途跋涉情绪未定等各种情况，此时均不宜立即针刺。此外某些重要内脏、器官或组织附近的穴位，及某种特定情况下（如妊娠）的个别穴位，亦不宜针刺。近代临床实践表明，这些禁忌并非绝对，除个别穴位及特殊情况外，只要认真负责，谨慎操作，并针对具体情况予以检查，一般都可针刺。

刺激量 指针灸治疗时给予患者的刺激强度。通常分为强、中、弱三种。针刺刺激量由针具的粗细，操作方法，刺激形式和持续时间决定；灸治刺激量则以艾炷大小，壮数多少，或艾卷熏灸时间来区分。一般机体反应与刺激量大小成正比，刺激愈重，反应

愈烈。但患者的反应尚与体质强弱,敏感程度,选取穴位及病种有关。同一刺激量亦可引起不同程度的反应。临床须酌情掌握使用。

奇穴 经外奇穴之简称,见该条。

奇经 奇经八脉之简称。《脉经》:“奇经之为病何如?”

奇经八脉 指十二经脉以外的八条经脉。奇经,是相对十二正经而言,即督脉、任脉、冲脉、带脉、阳跷脉、阴跷脉、阳维脉和阴维脉。奇经八脉的内容,最早散见于《黄帝内经》,集于《难经·二十七难》,并详载它们的分布路线和病候,指出:“凡此八脉者,皆不拘于经,故曰奇经八脉也。”奇经八脉具有内不联属脏腑,外无本经输穴(任、督两脉除外)和无表里相配的特点。它错综于十二经脉之间。起着调节溢蓄正经脉气的作用。详见各该条。

奇输 《灵枢·刺节真邪》:“撤衣者,尽刺诸阳之奇输也。”张隐菴注:“奇输者,六府之别络也。”或指奇穴(见《灵枢经白话解》)。

顶天抱地 练功方法之一。见上海中医学院附属推拿学校《少林内功》。两手屈肘仰掌置于两腰处,徐徐向上举,掌心朝上,指尖相对,再缓缓向两侧分开,同时上身向前俯,两掌渐渐合拢、相迭,掌背尽量靠地,然后上身起立,两掌如抱重物随之放于胸前。

卧针 ①指针刺时,将针体横卧进针。《难经·七十一难》:“针阳者,卧针而刺之。”②指留针。《针灸大全·梓岐风谷飞经走气撮要金针赋》:“进气之诀,……刺九分,行九补,卧针五七吸。”

卧虎扑食 练功方法之一。出《易筋经》。取弓箭步,弯腰向前,两手撑地,昂头前视,胸向前俯,如虎扑食。《易筋经》:“膀背十指用力,两足蹲开,前跪后直,十指拄地,腰平头昂,胸向前探,鼻息调匀,

左右同之。”

抹法 推拿手法名。①用拇指指腹或手掌面紧贴皮肤,略用力作上下或左右缓慢的往返移动。常用于头部、颈项及胸腹部。②推拿的俗称。《理渝骈文》:“推拿,乡村人谓之抹。”

拢法 推拿手法名。见曹锡珍《外伤中医按摩疗法》。用两手掌尺侧面对合,夹住应治疗部位的肌肉,一夹一放地反复进行;也可将肌肉夹起后摇动几下再放。多用于腹部。

拔针 出《灵枢·官针》。即出针。

拔法 推拿手法名。即拉法。《备急千金要方·养性》:“左右换,前后拔”。

拔筒法 即拔罐法。见《外科正宗》卷二:“脑疽应用方”。

拔罐法 是用排除杯、筒或罐内空气,以产生负压,使其吸附体表,以治疗疾病的方法。古代有以兽角或竹筒为工具的,所以又称为“角法”或“火罐”气;并有称为吸筒疗法及拔筒法者。通常多用竹筒,或陶瓷、玻璃等制成。它是通过局部的温热和负压作用而引起局部组织充血和皮内轻微的郁血,促使该处的经络通畅,气血旺盛;具有活血、行气、止痛、消肿、散结、退热、祛风、散寒、除湿、拔毒等作用。此法,在《肘后备急方》、《外台秘要》、《苏沈良方》中都有记述。适用于感冒、咳嗽、肺炎、哮喘、头痛、胸胁痛、风湿痹痛、扭伤、腰腿痛、消化不良、胃痛、高血压、疮疖肿痛、毒蛇咬伤(排除毒液)等症。使用时应注意以下事项:①选用的罐口应光滑,大小要适宜。②拔罐的部位,要以肌肉丰满和毛发较少的地方为宜。③拔罐的时间不宜过长,每次约在10~15分钟左右即可。常用拔罐方法有投火拔罐法,抽气拔罐法,水罐法,闪罐法,留罐法,走罐法,刺络拔罐法等。详各该条。

押手 指针刺时用来按压穴位配合进针

的手称押手。一般习用左手。押手具有固定穴位，防止针体弯曲，减轻进针疼痛而使进针顺利等作用。《难经·七十六难》：“知为针者信其左。”是对押手作用的重视。

押手法 指针刺时，如何使用押手协助刺手进针的方法。临床常用的有指切押手法，撮捏押手法，舒张押手法，骈指押手法等数种。详各该条。

押法 推拿手法名。见《诸病源候论·虚劳体痛候》。用指腹压在局部不动，比压法要轻。

抻(chēn 瞋)法 推拿方法名。即拔法。见该条。

抽气罐法 拔罐法的一种。是利用注射器等工具抽去罐内空气，形成负压使吸住在皮肤上。本法所用罐子，多用青霉素等废瓶将底切去，磨至光平而成。施用时，将罐子紧扣在需要吸拔的部位上，用注射器从橡皮塞内抽去罐内空气，即能使罐吸住。如果在罐内事先盛贮一定的药液（常用的有辣椒水、生姜汁、风湿药酒等）约为罐子的 $2/3 \sim 1/2$ ，然后按本法操作抽去空气，使之吸住在皮肤上，则称为“贮药罐”；又属于药罐法的范畴。参药罐法条。

拊(fǔ 府) 推拿手法名。出《灵枢·经筋》。用手进行抚摩。

拍击法 推拿手法名。拍打法与击法的统称。见该条。

拍打法 推拿手法名。用虚掌或手指，有节律地平稳拍打体表的一定部位。具有促进气血运行，消除肌肉疲劳以及解痉止痛等作用。拍打背部还有助于痰液的排出。《名医类案》卷十：“游让溪翁云：被廷杖时，太医用粗纸以烧酒贴患处，手拍血消，复易之。”

抵法 推拿手法名。见曹锡珍《外伤中医按摩疗法》。用两手指或两手掌相对，在治疗部位上用力进行按压。作用同按法，而刺激量较大。

抱朴子 书名。晋·葛洪撰。外内外二篇，内篇二十卷，外篇五十卷。内篇讲神仙方药、养生延年等，属道家，是古代有关气功、炼丹的重要著作；外篇讲人事问题，属儒家。

抱法 推拿手法名。用上肢环抱肢体进行各种活动，以使局部的筋腱得到牵拉伸展。《诸病源候论·风四肢拘挛不得屈伸候》：“两手抱右膝著膺，除下垂难屈伸。”

拉法 推拿手法名。见曹锡珍《外伤中医按摩疗法》。又称牵法、牵引法、拔法。在患处上下两端用力作持续对抗牵拉。多用于四肢和腰部疾患。

拉罐法 即走罐法。详该条。

拧法 推拿手法名。用屈曲的食指和中指，张开如钳形。蘸水后，挟住治疗部位的肌肤。一挟一放，直到被拧的部位出现红紫色斑痕为度。适应病症同扯法，但本法刺激量较强。

拧痧 推拿手法名。即提痧。见该条。

拂法 推拿手法名。见龚居中《红炉点雪·却病延年一十六句之术》。伸直手指，轻快地掠擦治疗部位的肌肤，如拂掸尘埃状。

拨法 推拿手法名。见杜自明《中医正骨经验概述》。又名拨络法、弹拨法、抻法。用手指按于穴位上，适当用力来回拨动。能解痉止痛，对松解软组织粘连有一定的作用。

拨络法 即拨法。见该条。

拇指寸 指寸法之一。以拇指屈侧指节横纹两端间距离为1寸量取穴位，故名。《千金要方》：“取手大拇指第一节横度为一寸。”适用于四肢部取穴。

转阳过阴 小儿推拿手法名。详猿猴摘果条。

转阴过阳 小儿推拿方法名。详猿猴摘果条。

转谷 经外奇穴名。出《外台秘要》。位

于胸侧部，腋前皱襞直下，第三肋间隙中。主治胸胁支满，食欲不振，呕吐；以及肋间神经痛等。斜刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

转膝 练功方法名。见杜自明《中医正骨经验概述》。两下肢并立，上身前倾，微躬其腰，双手掌分按于两膝，旋转活动膝关节。适用于治疗膝部疾患。

〔 1 〕

歧骨 骨骼部位名。指两骨末端互相交合的部分，状如分枝，故名。《灵枢·经脉》：“胆足少阳之脉，……循大指歧骨内出其端。”

齿牙 出《神灸经纶》。即颊车。见该条。

齿脉 经脉名。即手阳明经。马王堆汉墓帛书载：“齿脉：起于次指与大指上，出臂上廉，入肘中，乘膈，〔穿〕颊，入齿中，夹〔挟〕鼻。是〔动〕则病：齿痛，𩈶（𩈶）种（肿）。是齿脉主治其所产病：齿痛，𩈶（𩈶）肿，目黄，口干，膈痛，为五病。”

虎口 ①经外奇穴名。出《千金要方》。位于手背拇、食指之间，合谷穴前赤白肉际。主治烦热，头痛，眩晕，心痛，失眠，盗汗，牙痛，扁桃体炎，肩胛、手背痛等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸5~7壮；或艾条灸5~15分钟。②经穴别名。出《针灸甲乙经》。即合谷，见该条。

虎口三关 小儿推拿穴位名。即指三关。详该条。

虎戏 导引法。模仿虎的动作的一种健身活动。西汉初《淮南子·精神训》有“吹响呼吸，吐故纳新，熊经鸟伸，鳧浴猿蹻，鸱视虎顾，是养形之人也”的叙述。《后汉书·华佗传》始列入五禽戏中。《云笈七籤·导引按摩》（似为宋以前，公元960年前著作）有简单动作记述：“虎戏者，四肢距地，前三擗，却二擗，长引腰，乍却，仰

天，即返距行，前、却各七过也。”此后流派渐多。

虎角 推拿穴位名。又名武台。位于右鬓发处。《幼科推拿秘书·穴象手法·穴道图象·穴在面者》：“虎角，一名武台，在右鬓毛。”

非化脓灸 直接灸之一种。是将艾炷直接置于穴位上点燃施灸，但不灼伤皮肤，不使局部起疱化脓，故名。施灸时当艾炷燃至一半左右，患者感到皮肤发烫或灼痛时，即用镊子将艾炷挟去，另易新炷施灸，以局部皮肤发生红晕为度。因其灸后不留瘢痕，故亦称无瘢痕灸。本法适用于一般虚寒性疾患。

肾 ①五脏之一。②推拿穴位名。见陈氏《小儿按摩经》。即肾经。见该条。《幼科推拿秘书·穴象手法》：“小指属肾，肾气通于耳，络联于小指，通目瞳人，手合骨穴，足大敦穴。”

肾气 经穴别名。出《医学纲目》。即大横。见该条。

肾水 推拿穴位名。见陈氏《小儿按摩经》。即肾经。见该条。

肾经 ①足少阴肾经之简称。见该条。②推拿穴位名。又名肾、肾水。①位于小指远端指骨的腹面。见《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》，现一般以此为准。②位于腕部尺侧。见《幼科推拿秘书》。③男位于小指中段指骨的腹面，女位于小指远端指骨的腹面。见《小儿按摩经》。④即后溪穴。常用推法，能清脏腑之热，治小便赤涩，大便秘结等。参见五经条。

肾俞 经穴名。出《灵枢·背腧》。属足太阳膀胱经。肾之背俞穴。位于腰部，第二腰椎棘突下旁开1.5寸处；一说“除脊各寸半”（《针灸资生经》）。布有第一腰神经后支的外侧皮支，深层为外侧支；并有第二腰动、静脉后支通过。主治遗精，阳萎，遗尿，潮血，泄泻，头昏，目眩，耳鸣，耳聋，虚喘，

月经不调,赤白带下,痛经,水肿,腰痛;以及肾炎,肾盂肾炎,支气管哮喘,坐骨神经痛,神经衰弱等。直刺1~1.5寸。艾炷灸5~10壮;或艾条灸10~20分钟。

肾俞五十七穴 又称水俞五十七处。指治疗水病的五十七个主要穴位。《素问·水热穴论》:“肾俞五十七穴,积阴之所聚也,水所从出入也。尻上五行行五……伏兔上各二行行五……踝上各一行行六”。王冰注:即脊中、悬枢、命门、腰俞、长强;大肠俞、小肠俞、膀胱俞、中膂内(内:《针灸甲乙经》、《千金要方》均无此字)俞、白环俞;胃仓、育门、志室、胞育、秩边;中注、四满、气穴、大赫、横骨;外陵、大巨、水道、归来、气街(气冲);太冲、复溜阴谷;照海、交信、筑宾等,左右共为57穴。

肾筋 推拿穴位名。即黑筋,具体详该条。

尚骨 经穴别名。出《循经考穴编》。即肩髃。见该条。

明耳目法 养生功法。见《遵生八笺》。其功法为:常用手按两眉后小穴中,27次;再用手心和手指摩两眼和颧骨上,再向后揉耳,共30次。作毕,用手自耳向额按摩27次,到眉中和发际。同时要咽唾液。常做可耳目清明。

明光 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即攒竹,见该条。

明灸 即直接灸。详该条。

明堂 ①望诊部位,指鼻。《灵枢·五色》:“明堂者,鼻也。”②针灸模型表明膻穴的志点。故人体经脉孔穴图,旧称明堂图或明堂孔穴图。《医说》:“今医家记针灸之穴,为偶人点老其处,名明堂。”③指上星穴。《太平圣惠方》:“明堂一穴,在鼻直上入发际一寸是穴。”

昆仑 ①经穴名。出《灵枢·本输》。别名下昆仑。属足太阳膀胱经。经(火)穴。

位于足部,外踝尖与跟腱水平连线之中点凹陷处。布有腓肠神经;小隐静脉及外踝后动、静脉。主治头痛,目眩,项强,鼻衄,腰痛,脚跟痛,小儿癫痫,难产,胞衣不下,下肢麻痹或瘫痪;以及坐骨神经痛,足踝关节及周围软组织疾患等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟(图78)。②道家养生术语。为脑的别称。《云笈七籤·太上黄庭外景经》:“子欲不死修昆仑。”



图78

昌阳 经穴别名。出《针灸甲乙经》。《铜人腧穴针灸图经》作冒阳,即复溜。见该条。

呼吸行气 行气法之一。指针刺时配合患者呼吸来控制针感传导的方法。《金针赋》:“病在上,吸而退之;病在下,呼而进之。”是指病位在所取穴位的上方,宜在病人吸气时提针,使气上行;病位在所取穴位的下方,宜在病人呼气时插针,使气下行之意。

呼吸补泻 指进、出针时配合病人呼吸来分别补泻的方法。《素问·离合真邪论》:“吸则内针,无令气忤,静以久留,无令邪布,吸则转针,以得气为故,候呼引针,呼尽乃去,大气皆出,故命曰泻……呼尽内针,静以久留,以气至为故,如待所贵,不知日暮,其气以至,适而自护,候吸引针,气不得出,各在其处,推合其门,令神气存,大气留止,故命曰补。”意指呼气时进针,吸气时出针,针气相顺为补;吸气时进针,呼

气时出针，针气相逆为泻。

鸣天鼓 自我推拿方法名。①即击探天鼓。《河间六书》：“双手闭耳如鼓音，是谓鸣天鼓也。由脉气流行而闭之于耳，气不得泄，冲鼓耳中。故闻之也。”②即叩齿。《杂病源流犀烛·口齿唇舌病源流》：“《养性书》曰：……叩中央齿名鸣天鼓。”

岩盐 即戎盐。见该条。

〔 丿 〕

迭法 推拿手法名。①拳迭法：见陈宇清《新推拿法》。两手握拳，以食、中、无名、小指四指的近侧指间关节处为着力点，在治疗部位上作前后来回的摆动。用于腹部，有消散去积的作用。②腰迭法：病员取坐位，作弯腰动作数次。有促进肠胃蠕动，使宿食下移等作用。《诸病源候论·呕吐候》：“《养生方》导引法：坐直舒两脚，以两手挽两足，自极十二遍，愈肠胃不能受食吐逆”。③股迭法：一手握住膝盖，一手握住小腿，作屈髋动作，然后再向外或向内转动髋关节，可促进肠胃蠕动，治疗大便秘结。《诸病源候论·心腹胀候》：“《养生方》导引法云：伸右胫，屈左膝，内压之……去心腹寒热，胸臆邪胀”。

垂浆 经穴别名。出《圣济总录》。即承浆，见该条。

刮手背法 小儿推拿方法名。出《小儿按摩经·手诀》。《保赤推拿法》：“刮手背法，从儿手背刮至中指梢，能使儿泻。”

刮法 ①针刺手法名。指用指甲向上或向下频频刮动针柄以促使得气和加强针感的一种方法。《医学入门》：“将大指爪从针尾刮至针腰，此刮法也。”②推拿手法名。①以拇指侧或食、中两指指面在体表上，用力作快速的推动。《保赤推拿法》：“刮者，医指挨儿皮肤，略加力而下也”。②用光滑的嫩竹板、瓷器片、象牙板、玻璃棒或圆针等辅助工具，以代替手指在体表上进行推动。

所用器具的边缘要光滑。

刮痧 推拿方法名。又作括沙。用边缘光滑的瓷器或硬币，沾取植物油或温水刮颈项、肩胛、背部或肋间等处，自上而下，由内向外反复数次，到皮肤出现紫红色为止。常用于感冒、中暑、恶心、呕吐、头昏头胀、胸闷、腹痛、腹泻、食积、晕车晕船晕机、水土不服等症。《景岳全书·杂证谟》：

“盖以五脏之系，咸附于背，故向下刮之，则邪气亦随而降。凡毒气上行则逆，下行则顺。改逆为顺，所以得愈。虽近有两臂刮沙之法，亦能治痛，然毒深病急者，非治背不可也。”

委中 经穴名。出《灵枢·本输》。别名郤中、血郤、中郤。属足太阳膀胱经。合（土）穴。位于膝关节后面，腘窝横纹之中点，当股二头肌腱与半膜肌肌腱的中间。布有股后皮神经，胫神经，皮下有股腘静脉，深层内侧为腘静脉，最深层为腘动脉。主治

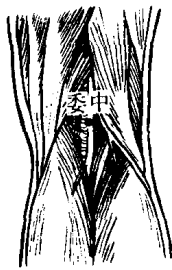


图79

中暑，衄血，癰疽，疟疾，下肢痿痹，膝肿痛，腰脊强痛；以及急性胃肠炎，坐骨神经痛，腓肠肌痉挛等。直刺1~1.5寸；或点刺出血（图79）。

委阳 经穴名。出《灵枢·本输》。属足太阳膀胱经。三焦之下合穴。位于膝关节后面，腘窝横纹中点外开1寸，股二头肌腱内侧缘处；或于委中穴外侧1寸处取穴。另说“委中外二寸”（《医学入门》）；“委中上一寸五分，略斜向后”（《循经考穴编》）；“浮郤下一寸七分”（《针灸集成》）。布有股后皮神经，腓总神经和膝上外侧动、静脉。主治腰脊强痛，腘筋挛急，小腹胀满，小便不利，下肢痿痹等。直刺1~1.5寸。

季肋 见《灵枢·经筋》。即季肋，见该条。

季肋 ①人体部位名。亦称季肋。指下

边的肋骨,相当侧胸部第十一、十二两个软肋。《灵枢·经脉》:“胆足少阳少脉”……“循胸,过季肋”。②经穴别名。《难经·四十五难》:“脏会季肋”,后《针灸大全》等作章门穴别名。

秉风 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名肩解。属手太阳小肠经。手阳明、太阳,手、足少阳之会。位于肩后肩胛岗上窝之中央,天宗穴直上,举臂时有凹陷处。布有锁骨上神经后支和付神经,深层为肩胛上神经;并有肩胛上动、静脉通过。主治肩臂疼痛,肩胛痛,上肢酸麻等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

和阴阳 小儿推拿方法名。出《小儿按摩经》。又名合阴阳、合二气。用拇指由小儿腕横纹两端向中间合推。有和气血、消痰涎等作用。《小儿按摩经·手诀》:“从两下合之,理气血用之”。

和法 推拿手法名。即合法。《保赤推拿法》:“和者,医以两手之指由儿两处经穴合于中间一处也”。

和髻 经穴名。出《针灸甲乙经》。属手少阳三焦经。手、足少阳,手太阳之会。位于耳廓根上缘前方,鬓发后缘,当颞浅动脉处。布有耳颞神经的分支,面神经颞支和颞浅动、静脉。主治头痛,耳鸣,牙关紧闭,颈颌肿痛等。斜刺0.3~0.5寸,避开动脉。艾条灸5~10分钟。

版门 推拿穴位名。即板门。详该条。

侠白 经穴名。出《针灸甲乙经》。属手太阴肺经。位于上臂前外侧,平腋前纹头下4寸,当肱二头肌外侧沟处;或于尺泽穴上5寸取穴。布有臂外侧皮神经,肌皮神经和头静脉,肱动、静脉肌支。主治咳嗽,气喘,心痛,胸满,上臂前外侧痛等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

侠承浆 经外奇穴名。出《千金要方》。位于下颌部,承浆穴外开1寸,当颏孔处。

布有面神经,颞神经和面、颞动、静脉分支。主治黄疸,面瘫,齿痛,唇口疔疮;以及齿龈溃烂,三叉神经痛等。直刺0.3~0.5寸。

侠溪 经穴名。出《灵枢·本输》。属足少阳胆经。荣(水)穴。位于足背部,第四、五趾缝间,趾蹼缘上0.5寸处。布有趾背神经和趾背动、静脉。主治胁肋痛,寒热,头痛,目眩,耳鸣,耳聋,目外眦痛,颊颌肿,足背肿痛,足趾痉挛;以及高血压,乳腺炎等。斜刺0.3~0.5寸。艾炷灸3壮;或艾条灸5~10分钟。

金门 ①经穴名。出《针灸甲乙经》。别名关梁。属足太阳膀胱经。足太阳之郄穴。位于足外踝前下方,当骰骨外侧凹陷处。布有足背外侧皮神经,深层为足底外侧神经;并有足底外侧动、静脉通过。主治头痛,眩晕,癫痫,腰膝痛,外踝痛,下肢痹痛等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。②经穴别名。指会阴穴。《千金要方》:“金门在谷道前,囊之后,当中央是也,从阴囊下度至大孔前,中分之。”

金丹 养生药,见《抱朴子·内篇》。古代道士选用各种金石炼药,认为服后可以长生。这种炼出的丹药即称为金丹。

金龙戏水 练功方法名。见杜自明《中医正骨经验概述》。取立位,两上肢伸直,手掌贴于大腿前,顺腿下滑,躬腰,手至足尖时翘掌,将臂上举至前平举位,目视指尖,然后掌心向面,收至耳侧,再顺鬓旁下压,复至原位。适用于治疗腰部疾患。

金针 针具名。①指金质所制的针具。1968年我国考古工作者在河北省满城县西汉刘胜墓葬中发现医用金针四枚,银针五枚。形与九针中的锋针、圆针、圆利针等相合。因其质贵,今已鲜用。②泛指金属针具。《针灸聚英》:“古曰金针者,贵之也。又金为总名,铜、铁、金、银之属皆是也”。

金津 经外奇穴名。见金津玉液条。

金津、玉液 经外奇穴名。《千金要方》：“治舌卒中，满口溢出如吹猪胞，气息不得通，须臾不治杀人：刺舌下两边大脉出血……”《针灸大全》列作奇穴，名金津、



图80

玉液。位于舌系带两侧静脉上。左称金津，右称玉液。主治重舌肿痛，口疮，喉痹，失语，呕吐，腹泻，消渴；以及舌炎，扁桃体炎等。点刺出血（图80）。

命门 ①经穴名。出《针灸甲乙经》。别名累属、精宫。属督脉。位于腰部，第二、三腰椎棘突之间。布有腰神经后支的内侧支和腰动脉后支。主治腰脊强痛，遗精，阳痿，月经不调，痛经，带下，久泻，痔血，脱肛，小儿发痫痲疯，下肢萎痹等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。②经穴别名。出《针灸甲乙经》。即石门，见该条。

命关 经穴别名。出《扁鹊新书》。即食窦。见该条。

郄门 经穴名。出《针灸甲乙经》。属手厥阴心包经。手厥阴之郄穴。位于前臂掌侧，腕横纹上5寸，当掌长肌腱与桡侧腕屈肌腱之间。布有前臂内侧皮神经，深层为正中神经，前臂掌侧骨间神经；并有前臂正中动、静脉，深层为前臂掌侧骨间动、静脉通过。主治心痛，心悸，呕血，衄血，胸胁痛，前臂痛，疔疮等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

郄中 经穴别名。《素问·刺腰痛篇》：“足太阳脉令人腰痛，……刺其郄中。”王冰注：“郄中，委中也”。

郄穴 经穴分类名。见《针灸甲乙经》。郄，是间隙的意思，经脉之气深聚之处的穴

位称郄穴。十二经及阴跷、阳跷、阴维、阳维各有郄穴一个（见表），大多分布于四肢肘膝以下，临床多用于治疗急性病症。如胃痛取梁丘，吐血取孔最等。

郄穴表

手三阴	手太阴—孔最	手三阳	手阳明—温溜
	手厥阴—郄门		手少阳—会宗
	手少阴—阴郄		手太阳—养老
足三阴	足太阴—地机	足三阳	足阳明—梁丘
	足厥阴—中都		足少阳—外丘
	足少阴—水泉		足太阳—金门
跷脉	阴跷脉—交信	维脉	阴维脉—筑宾
	阳跷脉—跗阳		阳维脉—阳交

念盈药条 药艾条之一。所含药物以桂枝、川乌、雄黄、广皮、檀香、丹参、香附、白芷、藿香、降香、良姜为主。用于风寒湿痹，寒性腹痛，痛经等。

所生病 在十二经脉中，本经穴位能主治某方面所发生的病症称所生病。如《灵枢·经脉》：“肺手太阴之脉……是主肺所生病者：咳，上气喘渴，烦心胸满，膈臂内前廉痛厥，掌中热。”

乳下 经外奇穴名。《肘后备急方》：“治卒吐逆方，灸乳下一寸，七壮即愈。”又《千金要方》：“小儿癖，灸两乳下一寸各三壮。”《针灸集成》列作奇穴，名乳下。位于乳头直下一寸处。主治腹痛腹胀，胸胁疼痛，乳肿少乳，小儿癖疾，久嗽，反胃，干呕，吐逆，胃脘痛，闭经等。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

乳上 经外奇穴名。《千金要方》：“妬乳，以蒲横度口，以度从乳上行，灸度头二七壮。”《类经图翼》列作奇穴，名乳上穴。位于乳头直上1寸处。主治乳痛，少乳；以及肋间神经痛等。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

乳中 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足阳明胃经。位于乳头中央，不针灸，只作胸腹部输穴的定位标志——两乳头之间作8

寸。

乳根 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足阳明胃经。位于胸部，在第五肋间隙中，距胸正中线4寸处。布有第五肋间神经分支及肋间动、静脉分支。主治咳嗽，气喘，胸痛，少乳，乳痈；以及肋间神经痛，乳腺炎等。斜刺0.3~0.5寸。不宜深刺。艾条灸5~10分钟（图81）。

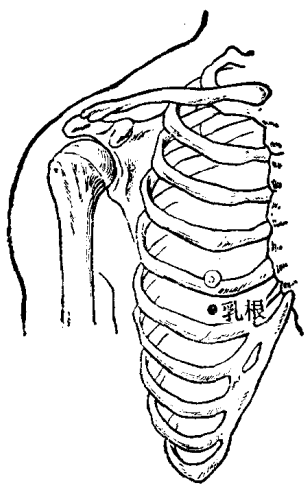


图81

乳旁 推拿穴位名。即奶旁。见该条。

肺 ①五脏之一。②推拿穴位名。见陈氏《小儿按摩经》。即肺经。见该条。《幼科推拿秘书·穴象手法》：“小指上一指名为无名指，属肺。肺气通于鼻，络联于无名指，通胸前膻中穴，背后风门穴。”

肺系 指气管与喉咙。《灵枢·经脉》：“肺手太阴之脉，……从肺系，横出腋下”。

肺金 推拿穴位名。见《小儿推拿秘旨》。即肺经。见该条。

肺底 经穴别名。所指有二：①灵台穴别名。出《循经考穴编》。②至阳穴别名。出《医学原始》。各见该条。

肺经 ①手太阴肺经之简称。见该条。②推拿穴位名。出陈氏《小儿按摩经》。又

名肺、肺金。位于无名指远端指骨的腹面。能止咳化痰。《小儿按摩经·手法歌》：“肺经受风咳嗽多，即在肺经久按摩”。参见五条。

肺俞 经穴名。出《灵枢·背腧》。属足太阳膀胱经。肺之背俞穴。位于背部，第三胸椎棘突下旁开1.5寸处；一说“除脊各寸半”（《针灸资生经》）。布有第三、四胸神经后支的内侧皮支，深层为外侧支。并有第三肋间动、静脉后支的内侧支和颈横动脉降支通过。主治咳嗽，气喘，咯血，骨蒸潮热，盗汗；以及支气管炎，支气管哮喘，肺炎，肺结核，荨麻疹，皮肤搔痒症等。斜刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟（图82）。

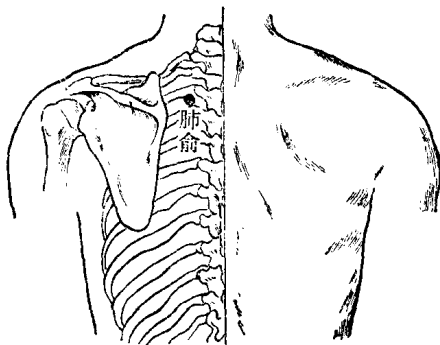


图82

肺募 ①指中府穴。《难经》：“肺俞在背第三椎，募在中府。”②经外奇穴名。《千金要方》：“小儿暴痢，……若腹满短气转鸣，灸肺募，在两乳上第二肋间宛宛中，悬绳取之，当瞳子是。”位于前胸第二肋隙，约距胸正中线1.5寸处。主治癰痈等。艾炷灸3~5壮。

服日 道家修炼养生的一种方法。陶弘景·《真诰》卷十四：“昼服日，存想日在心中，大如钱，赤色有光芒，从心中上升，出喉咙至牙齿间，然后返还胃中。”道家认为，此法可治诸病，并可预防传染疾患。

服气 气功术语。早为道家修炼方法之一。是通过吸气、咽气等进行的练功方法。《晋书·张忠传》：“恬静寡欲，清虚服气，餐芝饵石，修导养之法。”

服食 古代道家通过吞食药物以求养生的一种方法。据记载吞食药物甚广，《抱朴子内篇·仙药》记有丹砂、黄金、白银、诸芝、五玉、云母、明珠、雄黄、太乙余粮、石中黄子、石桂、石脑、石硫黄、石粉、曾青、松柏脂、茯苓、地黄、麦门冬、木巨胜、重楼、黄连、石韦、楮实、象柴等二十余种。《隋书经籍志》列神仙服食书一项，计二十八种。

服饵 指食丹药。《魏书·裴伯茂传·豁情赋序》：“余摄养舛和，服饵寡术，自春徂夏，三婴凄疾。”

眇 人体部位名。指肋下空软的部位。《灵枢·经筋》：“足少阳之筋……上乘眇季胁……”。

版门 推拿穴位名。即板门。详该条。

股阴 人体部位名。股指大腿，阴指内侧。大腿内侧称股阴。《灵枢·经脉》：“肝足厥阴之脉……循股阴，入毛中”。

肘肘 即斗肘。见《小儿推拿秘旨》。详该条。

胁脊 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即章门，见该条。

胁堂 经外奇穴名。《外台秘要》：“胁堂，在腋阴下二骨陷者中。主治胸胁支满，牖胀贲豚，噫哕，喘逆，瞻视目黄。举腋取之。”近代《中国针灸学》则定位于“腋窝下二寸陷中，当渊液穴斜上一寸之处。”并治心内膜炎，肝病，胸膜炎。灸3壮。

颞(qiú 求) 人体部位名。指眼眶下外侧之高骨，或称颧骨。《灵枢·经筋》：“足太阳之筋……邪上出于颞”。

鱼肚 推拿穴位名。位于小腿后方。能醒神，止泄，平喘。《小儿推拿秘诀·身中

十二拿法》：“十拿鱼肚穴，能止泻，醒人事”。《幼科推拿秘书·推拿手法》：“承山穴，在腿肚中。一名鱼肚穴，一把拿之。拿此穴，小儿即醒，又治喘”。

鱼肠 见鱼腹条。

鱼尾 ①经外奇穴名。出《银海精微》。位于眼外眦横纹尽处。一说：“在目上眉外尖”（《扁鹊神应针灸玉龙经》）。主治头痛，头旋，目疾；以及面神经麻痹等。沿皮刺0.3~0.5寸。②经穴别名。出《扁鹊神应针灸玉龙经》。即瞳子髎，见该条。

鱼际 经穴名。出《灵枢·本输》。属手太阴肺经。荣（火）穴。位于手掌大鱼际部，当第一掌骨中点，赤白肉际处。布有桡神经浅支和从拇指流向头静脉的小静脉支。主治咳嗽，咯血，咽喉肿痛，发热；以及扁桃体炎，小儿营养不良等。直刺0.5~1寸。艾炷灸1~3壮；或艾条灸3~5分钟。

鱼络 指手太阴肺经在鱼际部的络脉。《灵枢·邪气藏府病形》：“鱼络血者，手阳明病。”意指手太阴肺经在鱼际部的络脉如果充血，多为其表经即手阳明大肠经病变。

鱼脊 推拿穴位名。出《幼科推拿秘书》。位于腕部掌侧面的桡侧缘。《幼科推拿秘书·穴象手法·穴道图象·穴在阳搏者》：“鱼脊穴：阳池旁边，小窝处，乃大指散脉处”。

鱼腰 经外奇穴名。出《医经小学》。《奇效良方》云：“在眉中间是穴”，与《银海精微》所云之光明穴同。参见光明条。

鱼腹 经穴别名。出《针灸甲乙经》。《循经考穴编》作鱼肠。即承山，见该条。

周荣 经穴名。《针灸甲乙经》原名周营。《千金要方》名周荣。属足太阴脾经。位于胸部，第二肋间隙中，距胸正中线6寸

处。布有胸前神经肌支及第二肋间神经外侧皮支,并有胸外侧动、静脉及第二肋间动、静脉通过。主治咳嗽,气喘,胸胁支满,饮食不下等。斜刺0.3~0.5寸(不宜深刺)。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

周营 见周荣条。

〔、〕

京门 经穴名。出《脉经》。别名气府、气俞。属足少阳胆经。肾之募穴。位于侧腰部,当第十二肋骨游离端下际(《针灸甲乙经》、《针灸集成》等)。另说“一头齐神阙,一头齐命门,折中是穴”(《循经考穴编》);“脐上五分,旁开九寸半”(《类经图翼》)。布有第十一肋间神经和第十一肋间动、静脉。主治腹胀,腹痛,肠鸣,泄泻,腰痛;以及肾炎等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~15分钟。

京骨 ①骨骼部位名。相当于足外侧第五跖骨基底部分。《灵枢·经脉》:“膀胱足太阳之脉……出外踝之后,循京骨。”②经穴名。出《灵枢·本输》。属足太阳膀胱经。原穴。位于足跖外侧,第五跖骨粗隆下方赤白肉际处。布有足背外侧皮神经,深层为足底外侧神经;并有足底外侧动、静脉通过。主治头痛,项强,癫痫,腰腿痛,踝关节痛等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

夜光 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即攢竹,见该条。

卒腹痛穴 经外奇穴名。《千金要方》:“治小儿卒腹痛皮青黑方……又灸脐上下左右去脐半寸,并鸠尾骨下一寸,凡五处,各三壮。”近代《针灸经外奇穴图谱》将前者列作奇穴,名卒腹痛。

府中俞 经穴别名。出《针灸大全》。即中府。见该条。

府舍 经穴名。出《针灸甲乙经》。属

足太阴脾经。足太阴、足厥阴、阳维之会。位于腹部耻骨联合上缘上0.7寸,旁开腹正中线3.5寸处。另说“在腹结下二寸”(《针灸大成》);“在大横下三寸”(《医学入门》);腹正中线旁开4寸(《针方六集》);旁开4.5寸(《针灸资生经》)。布有髂腹股沟神经。主治腹痛,积聚,痞块,疝气等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

府俞 出《素问·气穴论》。即腑输,见该条。

疝门 经外奇穴名。位于手背侧,中指与无名指之间指蹼缘稍后之赤白肉际处。主治疝疾。斜刺0.5~1寸(图83)。

疝气穴 经外奇穴名。《世医得效方》:“治疝气

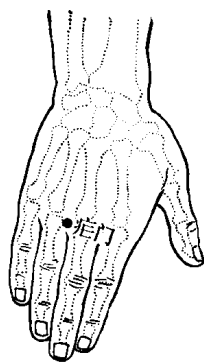


图83

偏坠,量患人口角,两角为一折断,如此则三折,成三角如△样,以一角安脐心,两角在脐之下,两旁尽处是穴。左偏灸右,右偏灸左,二七壮;若灸两边亦无害。”即以两嘴角间长度为一边作一等边三角形,顶角置脐心,底边呈水平,下两角是穴。后《医宗金鉴》定名疝气穴。《针灸集成》则定名脐旁穴,均作奇穴。近代《针灸学》(江苏省中医学校)等又改称三角灸。

放血疗法 即刺血疗法,见该条。

放法 推拿手法名。提捏起肌肤以后,再予放松,使肌肤恢复原状。在捏、弹、拿等手法中,都有放的动作。

放松功 近代气功练功方法之一。练功方法为:练前安心静意,闭目2~3分钟。然后随呼吸全身逐步放松。先默想从头部开始放松,特别注意两眉间(印堂穴),逐渐松至两肩、两手、胸廓、腹部、两腿、两

足。再从后脑开始，逐步放松至背、腰、臀、大腿后侧，足底。如是反复多次，达到全身轻松舒适。然后停止反复，在呼气时默念“松”字，使“松”字随呼气遍放全身。

卷法 推拿手法名。出《灵枢·刺节真邪》。即捏法。《灵枢·刺节真邪》：“大热偏身，狂而妄见、妄闻、妄言，视足阳明及大络取之，虚者补之，血而实者泻之，因其偃卧，居其头前，以两手四指挟按颈动脉，久持之，卷而切推，下至缺盆中，而复止如前，热去乃止，此所谓推而散之者也。”详捏法条。

单凤朝阳 练功方法之一。见上海中医学院附属推拿学校《推拿学》。两手屈肘仰掌置于两腰，一手旋臂转为俯掌，经对侧胸前，缓缓外展成侧平举状，再收回至腰部，两手交替进行。

单盘膝 即偏跏。见该条。

单掌拉金环 练功方法之一。见上海中医学院附属推拿学校《少林内功》。单掌用力向前伸出，旋臂翻掌握拳后，徐徐拉回至胁旁，两手交替进行。

浅刺 指针刺时，针体进入组织较浅或仅及皮肤的程度。《灵枢·终始》：“脉虚者，浅刺之。”又“痒者，阳也，浅而刺之。”一般在皮肉浅薄之处或重要脏器附近的穴位，或病变部位较浅，属于热、虚证候，或体质虚弱及感应灵敏患者，适于浅刺。浅刺虽不致引起不良后果，但应该获得适当的针感才能达到预期的目的。

河口 经外奇穴名。《千金要方》：“狂走惊痫，灸河口五十壮。穴在腕后陷中动脉是。此与阳明同也。”《类经图翼》：“按此当是手阳明阳溪之穴。”

泪孔 经穴别名。出《针灸甲乙经》。《针灸聚英》作泪空。即睛明，见该条。

泪空 见泪孔条。

沿皮刺 即横刺，见该条。

注布 见注市条。

注市 ①经外奇穴名。《千金要方》：“一切症无新久，先仰卧，灸两乳边邪（斜）下三寸，第三肋间，随年壮，可至三百壮。又治诸气神良。一名注市。”近代《中国针灸学》称注布。位于胸侧部，腋中线上，当第七肋间隙处。主治症，胸胁痛，腹痛等。斜刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。②旁廷穴之俗名。出《千金要方》。《针灸集成》作注布。见旁廷条。

泥丸 气功意守部位名称。①道家称上丹田为泥丸，即两眉之心。②医家称百会为泥丸（泥丸宫）。又，泥丸即囟门（囟会）。《黄庭内景经》：“脑神经根字泥丸。”

泽前 经外奇穴名。见《中国针灸学》。位于尺泽前下一寸，直对中指处。主治甲状腺肿大，上肢麻痹，前臂痉挛等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

宗筋 指阴茎、睾丸。《灵枢·五音五味》：“去其宗筋……故须不生。”杨上善注：“人有去其阴茎仍有髭须，去其阴核须必去者，则知阴核并茎为宗筋也。”或专指阴茎。《素问·痿论》：“宗筋弛纵，发为筋痿。”

定喘 经外奇穴名。位于第七颈椎棘突旁开0.5寸处，一说在大椎穴旁开1寸。有斜方肌、菱形肌、上后锯肌、夹肌、头最长肌、半棘肌等。布有第七颈神经后支的皮支，深部正当第八颈神经后支内侧支。有颈横及颈深动、静脉分支。主治支气管哮喘，支气管炎，落枕，荨麻疹等。直刺0.5~1寸。

定痛法 小儿推拿方法名。《幼幼集成》卷三：“凡小儿胸中饱闷，脐腹疼痛，一时不能得药，用食盐一碗，锅内炒极热，布包之。向胸腹从上熨下。盖盐走血分，最能软坚，所以止痛。冷则又炒又熨，痛定乃止。男妇气痛，皆同此法。”

实按灸 艾条灸之一种。将艾条(通常用药艾条)燃着端,隔布或棉纸数层,紧按在穴位上施灸,使热气透入皮肉,待火灭热减后,再重新点火按灸,每穴可按灸几次至几十次。常用于风湿痹症。古代的太乙神针、雷火针灸法属此范畴。

肩三针 为分布在肩关节周围的肩髃、肩前、肩后三个穴位的合称。肩髃:见该条。肩前:在腋前皱襞头上1寸。肩后:在腋后皱襞头上1.5寸。主治肩痛不举,上肢瘫痪或麻痹等。各刺1~1.5寸。

肩井 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名膊井、肩解。属足少阳胆经。手足少阳、阳维之会。位于肩上,当大椎穴与肩峰间连线之中点处。或以手拼拢,食指靠颈,中指指尖到达处是穴。布有锁骨上神经后支,副神经;并有颈横动、静脉通过。主治项强,肩背痛,手臂不举,中风偏瘫,滞产,产后血晕,乳痈,瘰癧;以及高血压,功能性子宫出血等。直刺0.3~0.5寸,不宜深刺。艾炷灸3~7壮;或艾条灸5~15分钟(图84)。

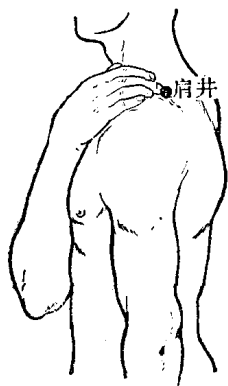


图84

肩中俞 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足太阳小肠经。位于背部,第七颈椎棘突下旁开2寸处(《针灸甲乙经》,《循经考穴编》)。另说“大杼旁二寸”(《医学入门》);“肩外俞上五分”(《针灸集成》)。布有第一、二胸神经后支内侧皮支及副神经,深层

为肩胛背神经及颈横动、静脉。主治咳嗽,气喘,唾血,项强,肩背疼痛等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

肩内俞 经外奇穴名。见《腧穴学概论》。位于肩髃穴与云门穴连线之中点直下1寸处。主治肩臂痛不举。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~15分钟。

肩内髃 经外奇穴名。见《经外奇穴汇编》。位于胸壁外上方,中府穴外侧0.5寸处。主治肩壁疼痛。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

肩外俞 经穴名。出《针灸甲乙经》。属手太阳小肠经。位于背部,第1胸椎棘突下旁开3寸处。另说“大杼旁三寸”(《医学入门》);“平开大椎三寸”(《循经考穴编》广注);“横直陶道四寸七分微高些”(《针灸集成》)。布有第一、二胸神经后支内侧皮支及副神经,深层为肩胛背神经及颈横动、静脉。主治肩背酸痛,颈项强急,落枕,肘臂冷痛等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

肩头 经外奇穴名。《千金要方》:“灸癖法……平举两手,持户两边,取肩头小垂际骨解宛宛中灸之,两火俱下,各三壮。若七壮,十日愈。”《医说》:“灸牙痛法,随左右所患,肩尖微近后骨缝中,小举臂取之,当骨解陷中,灸五壮。”近代《针灸孔穴及其疗法便览》据以列作奇穴,名肩头。《针灸经外奇穴图谱》一名肩尖。位于肩部,肩锁关节之凹陷中,肩髃穴之内上方处。主治癖,齿痛,肩凝症,上肢麻痹或疼痛。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~7壮;或艾条灸5~15分钟。

肩贞 经穴名。出《素问·气穴论》。属手太阳小肠经。位于肩部后下方,当腋后纹头直上1寸处;垂臂合腋取穴(《针灸甲乙经》)。布有腋神经分支,深部上方为桡

神经；并有旋肩胛动、静脉通过。主治肩胛疼痛，手臂不举，上肢麻木，耳鸣，齿痛，瘰癧，以及肩关节周围炎等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

肩尖 经外奇穴别名。见《针灸经外奇穴图谱》。即肩头，见该条。

肩后 经外奇穴名。见肩三针条。

肩柱 经外奇穴名。出《针灸集成》。所载位置与肩柱骨同。见该条。

肩柱骨 经外奇穴名。出《奇效良方》。位于肩部，肩胛骨肩峰突起之高点处。主治瘰癧，肩臂痛，手不能举动等。艾炷灸3~7壮。

肩胛 见肩解条。

肩脉 经脉名。即手太阳经。马王堆汉墓帛书载：“肩脉：起于耳后，下肩，出臑外〔廉〕，出□□□，乘手北（背）。是〔动则病：噬痛，颌种（肿）〕，不可以顾，肩以（似）脱，臑以（似）折。是肩脉主治其所产病：领（颌）〔痛，喉痹，臂痛，肘〕痛，为四病。”

肩前 经外奇穴名。见肩三针条。

肩解 ①人体部位名。指肩关节。《灵枢·经脉》：“小肠手太阳之脉……出肩解，绕肩胛。”②穴位名。《素问·气穴论》：“肩解二穴。”王冰注：“谓肩井也。在肩上陷解中，缺盆上，大骨前。”又《素问·气府论》：“肩解各一。”王冰注：“谓秉风二穴也。在肩上小髃骨后举臂有空。”

肩髃 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名中肩井、扁骨、偏骨、尚骨、偏肩、髃骨。属手阳明大肠经。手阳明、阳蹻之会。位于肩部，锁骨肩峰端与肱骨大结节之间，三角肌上部中央凹陷处；上臂外展至水平位时，在肩峰锁骨关节前缘下际出现二个凹陷，前方凹陷中是穴。布有锁骨上神经后支及腋神经；并有旋肱后动、静脉通过。主治肩臂

疼痛，上肢不遂，项强，齿痛瘰癧，癰疹，以及肩关节周围炎等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟（图85）。

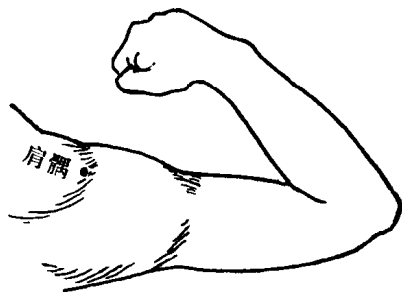


图85

肩髃 人体部位名。指肩胛部。《灵枢·经脉》：“膀胱足太阳之脉……循肩髃内，挟脊抵腰中。”

肩髃 经穴名。出《针灸甲乙经》。属手少阳三焦经。位于肩峰突起之后下方，约肩髃穴后1寸凹陷处。布有腋神经肌支和旋肱后动脉肌支。主治肩臂痛，上肢麻痹或瘫痪；以及肩关节周围炎等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~15分钟（图86）。

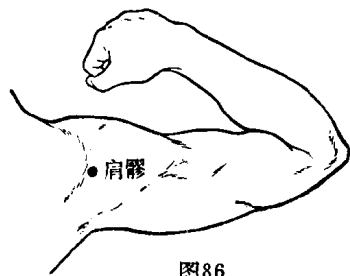


图86

房中 古代医书的分类名称之一。西汉将医书分为四类：医经、经方、房中、神仙。其中房中计有八种，一百八十六卷，专讲男女生活中的保健方法。

房中术 古代的一种养生健身术，别称阴道，介绍男女性生活中的种种保健方法。此术汉代最盛，唐以后渐趋没落。现存最完

整的房中术记载是《医心方》卷二十八。其他诸书也有散见,如《千金方》、《墨娥小录》、《遵生八笺》等。马王堆出土的竹简有大量房中术著录,正研究整理中。

〔一〕

建里 经穴名。出《针灸甲乙经》。属任脉。位于腹正中线,脐上3寸。布有第八肋间神经前皮支和腹壁上、下动脉交界处的分支。主治胃痛,呕吐,腹胀,腹痛,肠鸣,泄泻,水肿,食欲不振;以及急慢性胃炎等。直刺1~1.5寸。艾炷灸5~7壮;或艾条灸10~20分钟。

居髎 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足少阳胆经。阳跷、足少阳之会。在髂前上棘与大转子最高联线中点(图87)。另说“在章门下同身寸之八寸三分,髂骨上”(《素问·气府论》王冰注);“从维道下行三寸,监骨上陷中”(《医宗金鉴》);“维道下二寸,后开五分,环跳前,横直环跳,相去三寸微高些”(《针灸集成》)。布有股外侧皮神经;并有旋髂浅动、静脉分支及旋股外侧动、静脉升支通过。主治腰腿痹痛,月经不调,带下,疝气;以及坐骨神经痛,下肢瘫痪等。直刺1~1.5寸。艾炷灸5~7壮;或艾条灸5~15分钟。

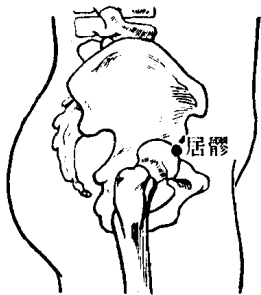


图87

屈肘反背翻掌通臂 推拿手法名。见杜自明《中医正骨经验概述》。一手按于肩部,一手握住腕部,将病人上肢向后,屈肘翻手于背部。适用于肩部寒凝气聚等症。

屈法 推拿手法名。见《诸病源候论·风冷候》。是对活动功能障碍的关节帮助其屈曲的一类手法,多用于上、下肢关节。

屈骨 即曲骨。《千金要方》曲骨作屈骨。

屈骨端 即曲骨穴。《千金要方》:“失精,五脏虚竭,灸屈骨端五十壮,阴上横骨中央宛曲如却月中央是也。”

降龙伏虎 养生术语。①在炼丹药中,以龙喻水,以虎喻火。水火未济则丹未成;水火既济为丹成。②在节制情欲中,龙指心火,虎指肾水。降龙是力制嗔怒和色欲,使心火下降;伏虎是使肾水上润。心肾交则人可健康而长寿。

降法 推拿手法名。见曹锡珍《外伤中医按摩疗法》。指向下拉或向深部用力按压一类的手法,使有突出或高凸形状的病变部位恢复原状。

始光 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即攒竹,见该条。

始素 经外奇穴名。出《外台秘要》。位于腋窝中线,渊腋穴直上约1寸陷中。主治胁下支满,腰痛引腹,筋挛,阴气上缩等。斜刺0.3~0.5寸。

承山 经穴名。出《灵枢·卫气》。别名鱼腹、肉柱、伤山。属足太阳膀胱经。位于小腿后面,腓肠肌两肌腹交界处下端,当踝关节伸展时呈“人”字形凹陷处;或于委中直下8寸处取穴。布有腓肠内侧皮神经,深层为胫神经;并有小隐静脉和深层的胫后动、静脉通过。主治小腿痛,腰背痛,霍乱转筋,便秘,痔疮,脱肛;以及腓肠肌痉挛,坐骨神经痛,下肢麻痹或瘫痪等。直刺1~2寸。

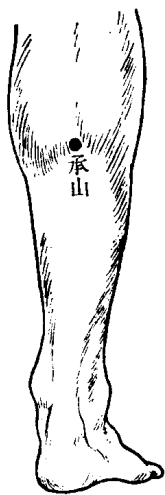


图88

寸。艾炷灸3~5壮；或艾炷灸5~10分钟（图88）。

承光 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足太阳膀胱经。位于头正中线入前发际2.5寸，再旁开1.5寸处（《铜人腧穴针灸图经》）。另说在头正中线入前发际3寸，再旁开1.5寸（《针灸甲乙经》）；或在头正中线入前发际2寸，再旁开1.5寸处（《千金要方》）。当额神经外侧支和枕大神经吻合支处；并布有额动、静脉，颞浅动、静脉及枕动、静脉的吻合网。主治头痛，目眩，鼻塞，目翳等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾炷灸3壮；或艾条灸5~10分钟。

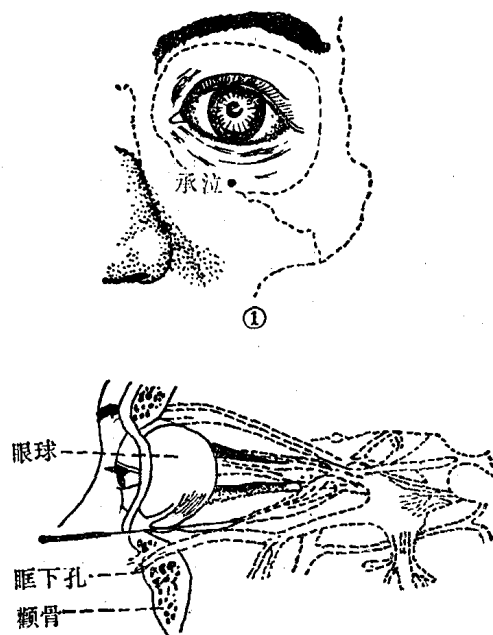
承扶 经穴名。亦作扶承。出《针灸甲乙经》。别名肉郛、阴关、皮部。属足太阳膀胱经。位于大腿的后面，臀下横纹中点处。布有股后皮神经，深层为坐骨神经；并有与坐骨神经并行的动、静脉通过。主治腰、骶、臀、股部疼痛，痔疾，大便难；以及坐骨神经痛，下肢麻痹或瘫痪等。直刺1~2寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

承灵 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足少阳胆经。足少阳、阳维之会。位于头顶部，当瞳孔直上入发际4.5寸处；或于头临泣后4寸取穴。另说在入发际三寸五分（《千金翼》）；入发际五寸（《针灸大成》）。布有枕大神经分支和枕动、静脉分支。主治头痛，眩晕，鼻渊，鼻衄，耳鸣，项强等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾条灸5~10分钟。

承命 经外奇穴名。出《千金要方》。位于小腿内侧，太溪直上3寸处。主治癫痫，下肢浮肿。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

承泣 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名睛穴、面髻、谿穴。属足阳明胃经。阳跷、任脉、足阳明之会。位于眶下缘与眼球之间，正视时直对瞳孔。布有眶下神经分支，

动眼神经下支及面神经肌支，并有眶下动、静脉分支及眼动、静脉分支通过。主治目赤肿痛，迎风流泪，夜盲，色盲，近视，远视，口眼歪斜；以及急、慢性结膜炎，白内障，青光眼，斜视，视神经萎缩等。直刺，嘱患者眼向上看，轻轻固定眼球，沿眶下壁缓缓刺入0.5~1寸，不宜过深。勿大幅度捻转提插，出针后局部压迫1~2分钟，以防出血（图89①②）。



②
图89

承浆 ①人体部位名。在下唇中央部下方凹陷处。盖口中有水浆外溢多流经此处，故名。②经穴名。出《针灸甲乙经》。别名天池、悬浆、垂浆。属任脉。手、足阳明，督脉，任脉之会。位于面部颏唇沟正中凹陷处。布有面神经分支和下唇动、静脉的分支。主治口眼喎斜，面肿，龈肿，齿痛，流涎，癫狂，以及口腔溃疡，三叉神经痛等。斜刺0.2~0.3寸。艾条灸5~10分钟。

承筋 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名腨肠、直肠。属足太阳膀胱经。位于小腿后面，腓窝横纹中点直下5寸，当腓肠肌肌腹中央；或于合阳与承山两穴连线的中点处

取穴。另说“在胫后，从脚跟上七寸”（《千金要方》）；“从仆参量上合九寸。一法：居承山上一寸”（《循经考穴编》）；“在合阳下二寸”（《针灸集成》）。布有腓肠内侧皮神经，深层为胫神经；并有小隐静脉和深层的胫后动、静脉通过。主治腰背痛，小腿痛，膝酸重，痔疮，霍乱转筋；以及腓长肌痉挛，下肢麻痹等。直刺1~2寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

承满 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足阳明胃经。位于腹部，脐上5寸旁开2寸处。《针灸甲乙经》又云去任脉三寸。布有第七肋间神经分支；并有第七肋间动、静脉分支及腹壁上动、静脉分支通过。主治胃痛，呕吐，腹胀，纳呆，吞酸，肠鸣，泄泻等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

练功 一种功能锻炼的方法。它通过进行某些特定的姿势、动作来锻炼身体、防治疾病。如华佗的五禽戏，《易筋经》中所记载的韦驮献杵、摘星换斗等法。

经中 经外奇穴名。出《针灸集成》。又名阴都。位于脐下1.5寸（气海）再旁开3寸处。主治二便不通，五淋，月经不调，赤白带下，腹泻等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~15分钟。

经气 亦称脉气。《素问·离合真邪论》：“真气者，经气也。”又《灵枢·刺节真邪》：“真气者，所受于天，与谷气并而充身者也。”所指“经气”即为“真气”。而真气包括禀受于先天的原气和后天水谷精微变化的营卫之气。因此经气的含义也有两个方面。①指经络本身的原气，也就是经络天赋的功能动力；②指营卫之气在经脉内外流行不息的功能现象。

经水 见十二经水条。

经外奇穴 腧穴分类名。简称奇穴。奇，是相对于常而言，即以十四经经穴为常，它是指既有定名，又有定位，临床用之

有效，但尚未纳入十四经系统的腧穴。这类腧穴，《黄帝内经》中已有散在记载，如《素问·刺症论》“刺十指间”“刺舌下两脉”等，后《千金要方》、《外台秘要》等书记载更多，至《奇效良方》才列“奇穴”一门。经外奇穴分布比较分散，但与经络仍有密切联系，如印堂与督脉，太阳与三焦等。其中少数腧穴，后来又补充到十四经穴，如督脉的阳关、中枢、灵台，膀胱经的眉冲、膏肓俞、厥阴俞等。随着针灸学术的发展，现代发现的一些新穴，诸如阑尾穴、球后穴等，亦作经外奇穴之列。

经穴 ①十四经穴之简称。详该条。②五输穴之一。《灵枢·九针十二原》：“所行为经。”意为脉气至此，犹如通渠流水之迅速经过，故名。经穴多分布在腕、踝关节附近及臂、胫部，其临床应用，《灵枢·顺气一日分为四时》：“病变于音者，取之经。”《难经·六十八难》：“经主喘咳寒热。”

经别 十二经别之简称。详该条。

经刺 古刺法名。以其所刺之处均和经脉有关，故名。①九刺之一。《灵枢·官针》：“经刺者，刺大经之结络经分也。”是指于经脉结聚不通之处（如压痛、郁血等）进行针刺的方法。②《灵枢·禁服》：“不盛之虚，以经取之，名曰经刺。”是指某经有病即选用本经穴位进行针刺治疗的方法，近代所称“循经取穴法”盖源此。③指巨刺。《素问·缪刺论》：“凡刺之数，先视其经脉……不调者，经刺之，有痛而经不病者，缪刺之。”和缪刺对举，为巨刺刺经之法。

经脉 出《灵枢·经脉》。即经络。或与络脉对举。指位处深部的经络主干。《灵枢·脉度》：“经脉为里，支而横者为络。”《灵枢·本脏》：“经脉者，所以行血气而营阴阳，濡筋骨，利关节者也。”

经脉之海 指冲脉。《素问·痿论》：“冲脉者，经脉之海也。”

经始 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即少冲，见该条。

经络 人体运行气血的通道。包括经脉和络脉两部分，其中纵行的干线称为经脉，由经脉分出网络全身各个部位的分支称为络脉。《灵枢·经脉》：“经脉十二者，伏行分肉之间，深而不见……诸脉之浮而常见者，皆络脉也。”经络的主要内容有：十二经脉、十二经别、奇经八脉、十五络脉、十二经筋、十二皮部等。其中属于经脉方面的，以十二经脉为主，属于络脉方面的，以十五络脉为主。它们纵横交贯，遍布全身，将人体内外、脏腑、肢节联成为一个有机的整体。

经络之海 指冲脉和任脉。《灵枢·五音五味》：“冲脉、任脉，皆起于胞中，上循背（《针灸甲乙经》、《黄帝内经太素》均作脊）里，为经络之海。”

经络现象 见经络感传现象条。

经络学说 祖国医学用以解释人体生理、病理现象，指导临床实践的基础理论之一。来源于医疗实践。其形成和发展，与我国独特的医疗保健方法如针灸、推拿、气功等的应用有着密切的关系。它是祖国医学理论体系的重要组成部分，也是针灸学术的理论核心。从文献考察，早在二、三千年以前，我国医家已把针灸的临床经验进行了初步总结，长沙马王堆汉墓中出土的帛书中，已有医方、经脉和《导引图》等多种医书。《黄帝内经》对经络的内容已有比较完整的论述，而且形成了系统的理论。经络内属脏腑，外络肢节，沟通内外，贯穿上下，将人体各部组织器官联系成为一个有机的整体；并籍以运行气血，营养机体，使人体各部的功能活动得已保持协调和相对平衡。此后，历代中医文献又不断有所补充和发挥。由于历史条件限制，祖国医学对经络学说未能作出进一步的认识。近年从临床观察和实验研究积累了许多资料，如经络敏感人的相继发

现，证明经络现象的客观存在，探究经络感传的实质已为研究者所瞩目，他如针刺麻醉的成功等，都为进一步深入研究经络开辟了新的道路。对于经络实质，迄今还不能从解剖学和组织学上得到形态证实，存在着各种不同的见解。如有人根据一些经络现象不同于神经、血管和淋巴管的分布情况而认为经络是一种至今尚未发现的特殊结构；有人以神经通路的某一部分受到阻滞、切断或破坏后，针刺效应和循经感传就相应消失，以及从尸体上观察到多数经穴都分布在神经通路上的特点，认为经络与神经系统关系比较密切；有人则提出淋巴反应系统的理论；还有人认为经络是中枢神经系统内特殊机能排列在人体局部的投射，由此解释针刺一个穴位能够引起一条感应路线的原因。此外，还有经络——内脏——皮层相关说；经络与神经、体液调节机能相关说；类传导假说等。还有学者从控制论观点进行解释，将人体看作是一个自动的控制系统，而经络相当于“传导道”，穴位则相当于“发生器”，针灸等刺激相当于“信息源”，经络在控制系统与控制对象之间传递着控制信号与反馈信号等等。目前，国内有人提出，第三平衡论和整体区域全息论，即经络是一个新的系统，与已知的神经系统共同协作维持体内的平衡调节。都为经络研究提高了良好的思路。

经络经穴玻璃人 针灸教具名。是一种直立位正常成年男性体形的针灸电动教学模型。由上海医学模型厂等单位协作设计制造。外壳及内脏均采用有机玻璃或塑料制造。经络穴位采用场致发光工艺装置，整机由一电子程序控制台操纵，随着演示需要模型能自动演转，并有录音磁带配合讲解。台面装有十四经脉，经穴185个，奇穴16个的按钮，均可根据需要演示。

经络经穴测定仪 针灸仪器名。通过测定皮肤电阻观察脏腑经络功能变化和穴位位置的仪器。种类很多，但其主要组成部分均

由电源、电流计(微安表)、控制电量的可变电阻和接触人体的两个电极等组成。测定脏腑经络功能时,主要是通过原穴、井穴及背俞穴进行。探测穴位位置则以皮肤电阻大小为标志,电阻小处即为穴位。

经络敏感现象 见经络感传现象条。

经络感传现象 又称经络现象、经络敏感现象或针灸感应现象。指感觉沿经络循行路线传导或循经出现的各种皮肤病症。这种现象在某些人身上可因针刺、艾灸、通电、按压等刺激穴位或在气功练功的过程中产生。经络感传的性质,因刺激原和个体之不同而有所不同。如针刺多感酸、胀、重、麻;艾灸则现热气感;低频脉冲电可有电麻感;按压可有胀、麻等,一般呈带状、线状或放射状,其感传路线与经络主干的分布基本相符,有的还出现表里经之间,手足同名经之间的互传现象。感传速度一般缓慢,能为受试者清楚描述,而且可呈双向性传导。这种传导可被机械压迫或局部注射麻醉剂所阻断。刺激一旦停止,感传也就逐渐减弱及至消失。经络感传现象的另一种表现,如沿经抽痛,皮疹,脱毛和引起皮肤出现红线、白线、皮丘带、过敏带、麻木带等特异现象。经络感传现象,对于研究经络实质,有重要意义。

经渠 经穴名。出《灵枢·本输》。属

手太阴肺经。经(金)穴。位于前臂掌侧,当桡骨茎突内缘,腕横纹上1寸处。布有前臂外侧皮神经和桡神经浅支和桡动、静脉。主治咳嗽,气喘,胸痛,喉痹,手腕痛等。直刺0.3~0.5寸,避开动脉。

经筋 出《灵枢·经筋》。详十二经筋条。

经俞 ①指经穴。杨上善曰:“经俞者,谓经之穴也。”②指五输穴中的经穴和俞穴。《素问·水热穴论》:“秋刺经俞。”马蒔注:“经俞者,据下节井荣推之,则是各经之经穴俞穴也。”

经隧 指潜布于表体以下运行气血的经络通路。《素问·调经论》:“五脏之道,皆出于经隧,以行血气,血气不和,百病乃变化而生,是故守经隧焉。”

孤拐骨 见踝骨条。

孤雁游飞 小儿推拿方法名。出陈氏《小儿按摩经》。《针灸大成·卷十·手诀》:“以大指自脾土外边推去,经三关、六府、天门、劳宫边,还止脾土,亦治黄肿也。”此法还治虚胀(见《推拿指南·大手术》)。

参同契 书名。为我国最早的炼丹书。葛洪《神仙传》认为系汉·魏伯阳的著作。书中以《易经》的卦象术语讲述炼丹的方法。以坎、离、水、火、龙、虎、铅、汞为中心,并以阴阳五行、早晚时刻相配合。

九 画

〔一〕

封金匾 自我按摩方法名。入睡前用左、右两手交替搓摩脐部,再以两手搓摩胁肋,摇摆身躯。用治梦遗滑精。明·高濂《遵生八笺》:“欲动则火炽,火炽则神疲,神疲则精滑,而梦失也。寤寐时,调息神思。以左手搓脐二七,右手亦然。复以两

手搓两肋。摇摆七次。屈足侧卧”。

封腰 推拿方法名。用两手拇指和中指端分别在两侧腰三角处,徐徐用力按压。常用于急、慢性腰痛等症。

项与手争 自我推拿方法名。明·高濂《遵生八笺》:“踊身令起,平身正坐,两手叉项,仰视举首,左右抬揺,使项与手争。”

项强穴 ①经外奇穴名。见《经外奇穴

汇编》。位于手背第二、三掌骨小头向后方之凹陷处。主治项强。直刺0.5~0.8寸。②落枕穴别名，见该条。

蕩腿 练功方法名。见杜自明《中医正骨经验概述》。取立位，手扶台或椅，将同侧下肢提起，作前后摆荡，逐渐增大幅度 and 力量。适用于髌腿疾患。

蕩臂 练功方法名。见杜自明《中医正骨经验概述》。两上肢放松，作前后摆荡，幅度由小渐大。适用于治疗肩部疾患。

草鞋带 经穴别名。出《扁鹊神应针灸玉龙经》。即解溪，见该条。

药艾条 指含有药末的艾条，如太乙神针、雷火神针、念盈药条等。详见各条。

药物发泡灸 灸法之一。又称药物敷贴疗法，药物发泡疗法。指用有刺激性的药物敷贴于穴位处使其发泡的方法。古称天灸。运用本法时，应据病情选用适当药物和掌握敷药时间，发泡后需注意防止感染。临床上关节疼痛，敷贴疼痛局部；哮喘，敷贴膻中、大椎、肺俞；疟疾，敷贴内关、大椎；扁桃体炎，敷贴合谷、鱼际；黄疸，敷贴外关；滞产，敷贴涌泉等。常用的药物发泡灸有毛茛灸、斑蝥灸、旱莲灸、蒜泥灸、白芥子灸等。详见各条。

药物发泡疗法 即药物发泡灸，见该条。

药物敷贴疗法 即药物发泡灸，见该条。

药饼灸 即隔饼灸，见该条。

药筒法 即药罐法。见《外科正宗》。参药罐法、水罐法条。

药鼎 道士炼丹工具。亦称丹鼎。多可以为加火的密闭的铜铁器。

药罐 见水罐条。

药罐法 拔罐法的一种。见《外科正宗》。亦称药筒法，是拔罐与药物治疗法结合在一起使用的一种治疗方法。通过拔罐的操作，有利于药物的渗入和吸收，以温通经

络，祛风除湿，舒筋止痛。适用于风湿痹痛，腰腿痛，急慢扭伤，哮喘，气管炎，早期乳腺炎等症。所用的药液，可根据病情灵活改变，一般多选用性味辛温，具有活血止痛作用的中药制成。药罐法按其操作方法可分为煮药罐与贮药罐二类。前者归属于“水罐法”的范围；后者由于事先要将药液贮存在罐内，且采用抽气法吸拔，则属于抽气罐法范畴。详见各条。

荣穴 五输穴之一。《灵枢·九针十二原》：“所溜为荣。”意为脉气至此渐大，犹如泉之已成小流，故名。荣穴多分布在指（趾）、掌（跖）关节附近，其临床应用，《灵枢·顺气一日分为四时》曰：“病变于色者，取之荣。”《难经·六十八难》又曰：“荣主身热”。

带脉 ①奇经八脉之一。出《灵枢·经别》。其循行路线，据《难经·二十八难》载：“带脉者，起于季肋，回身一周。”本脉约自与第二腰椎同高的季肋部下边开始，斜向下行到带脉、五枢、维道横行腰腹，绕身一周。本脉发生病变，主要表现为腹部胀

满，腰脊疼痛，妇女带下，足痿不用等（图90）。②经穴名。出《灵枢·癫狂》。属足少阳胆经。足少阳、带脉之会。位于侧腰部，当第十一肋游离端直下，与脐相平处。侧卧取穴（《针灸甲乙经》、《针灸集成》等）。另说在“季肋下一寸八分，脐上二分，两旁各七寸半”（《针灸大成》）；“脐旁八寸半，肥人九寸，瘦人

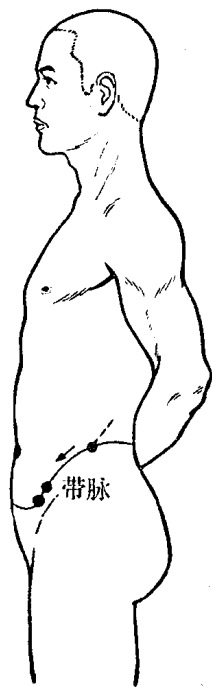


图90

八寸”(《类经图翼》)。布有肋下神经和肋下动、静脉。主治经痛,月经不调,赤白带下,经闭,疝气,腰痛;以及子宫脱垂,盆腔炎等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~15分钟。

柱骨 人体骨骼名。指锁骨。古时亦名锁子骨、缺盆骨和巨骨。《医宗金鉴》:“柱骨者,膺上缺盆之外,俗名锁子骨也。内接横骨,外接肩解也”。或指颈椎。《释骨》:“骨三节,植颈项者,通曰柱骨”。

标印 推拿方法名。见《串雅·绪论》。即提痧。详该条。

胡盐 即戎盐。见该条。

威宁 推拿穴位名。即威灵。详该条。

威灵 推拿穴位名。又名威宁。用掐法或揉法治头痛、耳鸣、急惊风、手不能屈伸等症。①位于腕背横纹的尺侧端(见《小儿按摩经》)。②位于手背第二掌骨基底部的桡侧。见《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》。③位于手背第2~3掌骨间,约与外劳宫相平处。见《幼科推拿秘书》。④参见精宁④条。

研子 经外奇穴名。《千金要方》:“热病后发豌豆疮,灸两手腕研子骨尖上三壮,男左女右。”所指灸处,即尺骨茎突之高点处。《类经图翼》列作奇穴,名两手腕研子骨。近代《针灸孔穴及其疗法便览》则名研子。

砭石 指一种楔形石块,是我国最古的医疗工具。亦称针石,铍石,石针,砭针。约起源于新石器时代,用以砭刺患部治疗各种疼痛和排脓放血等。《素问·宝命全形论》:“四曰制砭石小大”,王冰注:“古者以砭石为针,故不举九针,但言砭石尔。”又全元起云:“砭石者,是古外治之法,有三名。一针石,二砭石,三铍石,其实一也。”随着社会生产力的发展,这种医疗工具逐渐被九针代替。

砭针 即砭石。出《针经指南·通玄指

要赋》。杨继洲在《针灸大成》中注“砭针者,砭石是也”。

面王 经穴别名。出《针灸甲乙经》。《外台秘要》作面玉;《铜人腧穴针灸图经》作面正。即素髎,见该条。

面玉 见面王条。

面正 见面王条。

面针疗法 是针刺面穴以治疗疾病的方法。面部和经络联系密切,“十二经脉,三百六十五络,其血气皆上于面而走空窍”(《灵枢·邪气藏腑病形》)。《灵枢·五色》明确指出,在颜面,“五藏六府肢节三部也,各有部分”,并具体记载了相应部位的划分,并以其色泽变化的情况,“各以其色言其病”。解放后,广大医务工作者据此进行临床实践,创造了面针疗法。不仅用于治疗疾病,还可以进行针刺麻醉。临床操作时,根据病变处所选取相应穴位,视其肌肤厚薄分别采用直刺、斜刺或横刺角度进针,得气后留针15~30分钟,其间可运针数次,亦可加用电针等刺激或以皮内针埋藏。唯面部感觉敏锐,刺激不宜过强;如有疤痕破溃处,应予避开。本法适应范围较广,凡针刺疗法适应症均可使用,对神经衰弱、高血压、痹症、哮喘等效果尤佳。

面针疗法穴位表

区别	穴 名	部 位 及 取 法
额 区	首面(单穴)	当额正中中部,当眉心至前发际正中连线的上、中三分之一交界处
	咽喉(单穴)	当眉心至前发际正中线的中、下三分之一交界处,即首面与肺点连线的中点
	肺(单穴)	当两眉内侧端连线的中点
鼻 区	心(单穴)	在鼻梁骨最低处,正当两眼内眦连线的中点
	肝(单穴)	在鼻梁骨最高点之下方,当鼻正中线与两颧连线之交叉处,即心点与脾点连线的中点
	脾(单穴)	在鼻尖上方,当鼻端准头上缘正中处
	胆(双穴)	在鼻梁骨外缘偏下方,当肝点的两旁、目内眦直下,鼻梁骨下缘处

区别	穴 名	部 位 及 取 法
眼区	胃 (双穴)	在鼻翼中央偏上方, 当脾点的两旁, 胆点直下, 两线交叉处
	膻乳 (双穴)	在目内眦稍上方, 鼻梁骨外缘凹陷处
口区	子宫、膀胱 (单穴)	在人中沟上, 当人中沟的上、中三分之一交界处
	股里 (双穴)	在口角旁五分, 当上、下唇吻合处
耳区	背 (双穴)	在耳屏前方, 当耳屏内侧与下颌关节之间
颧区	小肠 (双穴)	在颧骨内侧缘, 当肝、胆点的同一水平线上
	大肠 (双穴)	在颧面部, 当目外眦直下方, 颧骨下缘处
	肩 (双穴)	在颧部, 当目外眦直下方, 颧骨下缘处
	臂 (双穴)	在颧骨后上方, 当肩点之后方, 颧骨弓上缘处
	手 (双穴)	在颧骨后下方, 当臂点之下方, 颧骨弓下缘处
颊区	股 (双穴)	当耳垂与颌角连线的上、中三分之一交界处
	膝 (双穴)	当耳垂与下颌角连线的中、下三分之一交界处
	膝髌 (双穴)	当下颌角上方凹陷处
	胫 (双穴)	下颌角之前方, 下颌骨上缘处
	足 (双穴)	在胫点前方, 目外眦直下方, 下颌骨上缘处
	肾 (双穴)	在颊部, 当鼻翼水平线与太阳穴直下垂线的交叉处
	脐 (双穴)	在颊部, 当肾点之下方约七分处

面针麻醉 针刺麻醉法之一。是在面针疗法的基础上发展起来的一种针刺麻醉法。即按针麻要求在面针刺刺激点上针刺以进行手术。临床上可根据手术部位选取相应的刺激点, 如股骨颈三刃钉内固定术可选取股点, 胃切除术可选取胃点等; 并可根据“肺主皮毛”、“心主神明”脏象学说的理论选用肺点止切皮痛, 用心点以镇静安神。其操作方法参阅面针疗法条, 一般多采用手法运针, 颧区、鼻区、眼区等部位则以电针更为适宜。

面岩 经外奇穴名。出《刺疗捷法》。

近代《针灸经外奇穴图谱》定位于鼻翼凸出处平行两侧, 上直眶下缘外 $1/4$ 与内 $3/4$ 交界点。主治头面疔疮, 直刺 $0.2 \sim 0.3$ 寸。

面髻 经穴别名。出《针灸甲乙经》, 即承泣, 见该条。

牵引法 推拿手法名。即拉法。见该条。

牵正 经外奇穴名。位于耳垂前 $0.5 \sim 1$ 寸。在咬肌中。正当面神经颊支, 上前方有腮管; 深部有咬肌动、静脉分支。主治面神经麻痹, 腮腺炎, 口腔溃疡等。斜刺或沿皮刺 $0.5 \sim 1$ 寸 (图91)。

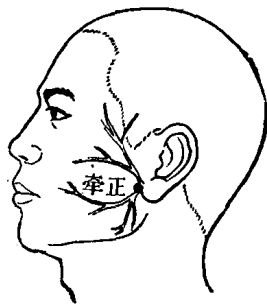


图91

牵抖 推拿方法名。牵拉并抖动病人的肢体。如腰部牵抖, 使病人俯卧, 双手抓住床头, 术者两手握住其两踝上部, 用力向下牵引, 然后放松, 作左右摆动, 待患者腰部肌肉松弛时, 突然抖颤腰部 $3 \sim 4$ 次。然后再用力向下牵引。常用于急性腰扭伤、腰椎间盘突出等症。

牵法 推拿手法名。见《千金要方》。即拉法。《世医得效方》: “理腰痛, 病人正东坐, 收手抱心, 一人于前据蹶其两膝, 一人后捧其头, 徐牵令偃卧, 头到地, 三起三卧便差”。

拭目 自我推拿方法名, 即熨目。《诸病源候论·目暗不明候》: “以两手中指……相摩, 拭目, 令人目明”。

拭法 推拿方法名。在治疗部位上用手掌或手指作直线或螺旋形反复摩擦。《诸病源候论·目暗不明候》: “以两手中指……相摩, 拭目, 令人目明”。

持针 术者操持针具的方法。《灵枢·九针十二原》：“持针之道，坚者为宝。”意谓针刺时拿针的方法，应以坚定有力为佳。以毫针为例，一般用右手拇、食、中三指捏持针柄，以无名指抵住针身，这样针刺时便不致弯曲，而直至腠里。亦即持针时要牢实，才能便于进针操作。

持续运针法 指针刺得气后不间断地进行捻转或提插等运针操作。使患者一直保持明显的针刺感应，持续时间视病情而定。

挟按法 推拿手法名。出《灵枢·刺节真邪》。即挤法。详该条。

拽法 推拿手法名。见曹锡珍《外伤中医按摩疗法》。用力牵拉患者肢体关节的手法。

挺法 推拿方法名。见曹锡珍《外伤中医按摩疗法》。使弯曲的肢体挺直的一类手法。如腰、指、趾等关节屈不能伸者，用一手或两手先徐缓地摇关节，然后逐渐使之挺直。

挤引 按摩导引之意。出《史记·扁鹊仓公列传》。唐·司马贞《史记索隐》：“挤音九兆反，谓好按摩之法，天挤引身，如熊顾鸟伸也”。

挑治法 又称针挑疗法，截根疗法。是指以三棱针等针具在体表特定部位或穴位，挑断皮下白色纤维样物，以治疗疾病的方法。专门用以治疗痔疮者，又称挑痔疗法。此法在我国民间流传甚广，解放后经医务工作者总结发展而成。临床操作时，于选定部位上，以三棱针（或大号缝衣针）先把皮肤挑破0.2~0.3厘米，再将皮下白色纤维样物挑断，包敷固定。隔2~3周可再选部位进行挑治。施术时应注意严密消毒，术后注意局部清洁，避免感染。本法适于痔疮、脱肛、疔疮、痈疽、急性结膜炎、麦粒肿、月经过多、前列腺炎等疾患。

挑痔疗法 挑治法之一。指在腰骶部及上唇系带处挑治以治疗痔疮的方法。见挑

治疗法条。

挤法 推拿手法名。又名挟按法。用单手或双手，在治疗部位对称用力向当中挤压。多用于治疗腱鞘囊肿等软组织损伤的疾患。

按压行气法 即指压行气法，见该条。

按法 ①刺法名。本法历代医家所述不一，如《针经指南》：“以手捻针，无得进退，如按切之状是也。”《针灸问对》：“欲补之时，以手紧捻其针，按之如诊脉之状，毋得那移，再入每次按之，令细细吹气五口，故曰按以添气，添助其气也。”系指捻针时以手指按压穴位的方法，用于补法。《针灸大全·金针赋》：“重沉豆许曰按。”《医学入门》明确指出：“按者，插也。”今多从后说。②推拿手法名。出《素问》。又名抑法。用手指、手掌或屈曲的指间关节突起部按压穴位。有活血止痛，开通闭塞等作用。《素问·举痛论》：“按之则血气散，故按之痛止。”“按之则热气至，热气至则痛止矣”。《医宗金鉴·正骨心法要旨》：“按者，谓以手往下抑之也”。“按其经络，以通郁闭之气。”《厘正按摩要术·按法》：“按而留之者，以按之不动也。按字从手从安，以手探穴而安于其上……以言手法，则以右手大指面直接之，或用大指背屈而按之，或两手对过合按之，其于胸腹则又以掌心按之”。

按弦走搓摩 小儿推拿方法名。详按弦搓摩条。

按弦搓摩 小儿推拿方法名。出陈氏《小儿按摩经》。操作方法有三种：①先运八卦，后搓儿手、前臂，经关上、关中、关下，再拿儿手摇动（见《针灸大成》卷十）。②左手拿儿手、掌向上，右手大食二指自阳池穴轻轻按摩，经三关至曲池，再经六腑至阴池穴，属阳证，关轻腑重；属阴证，腑轻关重；再用两手搓摩前臂，最后以左手捏肘肘，右手捏儿大指，往外摇动（见《厘正按

摩要术》卷三)。③用两大指搓儿手与肱之背面各几下,再拿儿手慢慢摇动(见《增图考释推拿法》上卷)。此法能消痰化积,去痞块。

按摩 中医防治疾病的方法之一及推拿别称。出《灵枢经》。通过按捺或按摩人的身体,以健身或治病。《汉书艺文志》有《黄帝岐伯按摩》十卷,说明西汉(公元前206~公元24年)已有按摩专著。唐代(公元618~906年),太医署开始设按摩博士、按摩师(见《唐书·百官志》)。唐大中五年(公元851年)释慧琳·《一切经音义》卷18《十轮经》:“按摩”:“凡人自摩自捏,伸缩手足,除劳去烦,名为导引。若使别人握身体,或摩或捏,即名按摩也。”又《厘正按摩要术》:“推拿者,即按摩之异名也。”见推拿条。

按摩麻醉 即推拿麻醉。见该条。

按脊法 推拿方法名。即点脊法。见该条。

按跷 推拿的古称。出《素问·异法方宜论》。“按”与“跷”是推拿中的两种手法。唐·王冰注:“按,谓抑按皮肉;跷,谓捷举手足。”意指按压和活动肢体的手法。《素问·金匱真言论》明·吴昆注:“按,手按也;跷,足踹也。”意指按法和踩法。也有说“跷”系指穴位,如《类经·论治类》张介宾注:“按,捏按也;跷,即阳跷、阴跷之义。盖谓推拿溪谷跷穴以除疾病也。”详见推拿条。

指三关 推拿穴位名。又名小三关、虎口三关。即食指三节指骨的腹面。近端指节为风关,中段指节为气关,远端指节为命关。《小儿推拿广意·阳掌十八穴疗病诀》:“指上三关,推之通血气发汗”。也是小儿望诊部位之一。

指寸法 以患者本人手指折定分寸,作为量取穴位的长度单位,故名。《千金要方》:“凡孔穴在身,皆是脏腑荣卫,血脉

流通,表里往来,各有所主,临时救难,必在审详。人有老少,体有长短,肤有肥瘦,皆需精思商量,准而折之,无得一概,致有差失。其尺寸之法,依古者八寸为尺。仍取病者男左女右手中指上第一节为一寸,亦有长短不定者,即取手大拇指第一节横度为一寸,以意消息,巧拙在人。”临床常用的有中指同身寸、拇指寸和一夫法等。见各该条。

指切押手法 押手法之一,亦称爪切押手法。是以左手拇指指甲切压于穴位旁,以便右手持针刺入的押手方法。多用于短针进针。

指压行气法 行气法之一。亦称按压行气法。指用手指按压针刺穴位的前后来控制针感传异的方法。金·窦汉卿《金针赋》:“按之在前,使气在后,按之在后,使气在前。”即要使针感向上,可用手指按压针刺穴位的下方,“闭其下气”则经气上行;反之,要使针感向下,可用手指按压针刺穴位的上方,“闭其上气”则经气下行。

指压疗法 即指针疗法,见该条。

指压法 推拿手法名。用手指用力按压穴位。常用的方法有两种:①滑动指压法:用较强的压力抵紧穴位,然后顺着一定的方向反复滑动。②持续指压法:以中等强度的压力持续抵压穴位,手指不滑动。参见按法、点法、压法等条。

指压麻醉 用手指按压穴位来达到镇痛、镇静作用,以便进行手术的方法。又称点穴麻醉。常用于拔牙、甲状腺切除、骨折复位、关节脱位复位等手术中。

指针 ①以手指代针称指针。参见指针疗法条。②推拿方法名。在一定穴位或部位上专用按、压、点、掐等手法治疗疾病的方法。有舒筋活络,疏通瘀滞,开窍止痛等作用。《针灸大成》:“如急惊、天吊惊,掐手上青筋……以上数法乃以手代针之神术也”。后人因称此为指针。

指针疗法 又称指压疗法、点穴疗法。

是指以手指于选定穴位上进行按压、爪切或掐拿等刺激以治疗疾病的方法。以手指代替针具进行刺激，早在《黄帝内经》中就有记载。《素问·病能论》所述：“其中手如针也，摩之切之”，即是指此。这种疗法在民间广为流传，解放后，有了进一步地发展，并在某些医学杂志上有专篇介绍。临床多用于急性疾患或畏惧针刺者，对晕厥、中暑、癰病、癲癇、胃痛、牙痛等亦可应用。

指拨法 ①针刺时用手指拨动针柄以增强针感的方法。其法用拇、食指捏持针柄，以中指轻轻拨动针体。②推拿方法的一种。全称手指平推扣拨法。见上海中医学院《推拿学》。施术时嘱病员指明在作某一动作时最痛点的位置，并保持这一体位不动，医者用拇指指腹按住最痛点；另一手握持病员肢体进行拨伸、旋转活动，或嘱其自作弯腰、抬腿、踏步等动作，使该最痛点转变为不痛或稍痛时，医者拇指向下、向外轻柔地平推数下。然后嘱病员重复前次活动，再找出最痛点，按同法施术。如此反复多次，直至痛点或活动障碍消失或显著减轻为止。原痛点处贴以胶布固定，这时不可再用外力按捺。适用于落枕、漏肩风、肩背痛、腕指腱鞘炎、踝关节扭伤等软组织损伤疾患。

挪法 推拿手法名。见曹锡珍《外伤中医按摩疗法》。把手掌平压在治疗部位上，然后如握拳状，将此部位的肌肤提住，稍停，再放手前移，提住前方肌肤，如此不断前移。

垫法 推拿手法名。在仰卧时，将掌背或拳背向上垫于腰背及骶部八髖穴处，并同时进行下肢屈伸活动或进行深呼吸，可对督脉和足太阳膀胱经穴位进行刺激。以疏通经络及改善和调节脏腑的功能，常用于消化不良、便秘、腰腿痛等症。《诸病源候论·风湿痹候》：“正卧，叠两手著背下，伸两脚不息十二通，愈足湿痹不任行，腰脊痛痹”。

〔 1 〕

背阳关 经穴别名。出《针灸大全》。即腰阳关。见该条。

背法 推拿手法名。医者和患者背靠背站立，用两肘挽住患者肘弯部，然后弯腰屈膝挺臀，将患者背起，使其双脚离地，同时以臀部着力抵住病人腰部进行颤动。常用于腰部扭伤等疾患。

背俞 经穴别名。《素问·气穴论》：“背俞二穴”。王冰注：“大杼穴也”。

背俞穴 经穴分类名。①指脏腑之气输注于背部的一些特定穴位。如肺俞、心俞、肾俞、膀胱俞等(见表)。脏腑有病时其相应背俞穴往往出现异常反应，如敏感、压痛等；而刺灸这些穴位，又能治疗其相应脏腑的病变。②专指肺俞、心俞、肝俞、脾俞、肾俞等五脏之背俞穴(见《灵枢·背腧》)。③泛指背、腰、骶部穴位(见《针灸资生经》)。

背 俞 穴 表

脏 腑	背 俞	脏 腑	背 俞
肺	肺 俞	胃	胃 俞
心 包	厥阴俞	三 焦	三焦俞
心	心 俞	肾	肾 俞
肝	肝 俞	大 肠	大肠俞
胆	胆 俞	小 肠	小肠俞
脾	脾 俞	膀 胱	膀胱俞

背腧中间 经外奇穴名。《肘后备急方》：“狂走斫刺人，或欲自杀，骂詈不息，称鬼语者，灸两口吻头赤肉际各一壮；又灸两肘屈中五壮，又灸背腧中间三壮，三日报灸三。”《针灸经外奇穴图谱》将后者列作奇穴，定位在肩胛骨冈下窝，肩胛骨外、上、下三角之中点。主治癲狂。艾炷灸3壮。

背腧穴 即背俞穴。见该条。

背解 经穴别名。出《针灸甲乙经》。

即腰俞，见该条。

背缝 经外奇穴名。见《针灸经外奇穴治疗诀》。位于肩胛部，腋后纹头直上，与第四胸椎棘突相平处。主治肩背疼痛。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

点穴疗法 即指针疗法。见该条。

点穴法 推拿方法名。运用手指点压、叩击穴位等手法来治病的方法。常用于颈、肩、腰腿痛、扭挫伤、头痛、牙痛、腹痛、消化不良、遗尿、失眠、瘫痪等症。

点穴麻醉 即指压麻醉。见该条。

点法 推拿手法名。见《保生秘要》。指作用面积小而用力较重的按压法。参见按法及压法条。

点脊法 推拿方法名。又称按脊法。是以拇指和食指端在患者脊柱或脊柱两侧进行点按的一种治疗方法。一般用于治疗内脏疾病与小儿疳积、腹泻等症。《杂病源流犀烛·痧胀源流》：“凡痧者属肝经者多，肝附于背第七骨节间。若犯痧，先循其七节骨缝中，将大指甲重掐入，候内骨节响方止”。

临泣 经穴名。在头部者，称头临泣；在足部者，称足临泣。同属足少阳胆经。见各该条。

哑门 经穴名。《素问·气穴论》名瘖门。《千金翼方》又作瘖门。近作哑门。别名舌横、舌厌。属督脉。督脉、阳维之会。位于项正中线，入发际0.5寸，适当第一、二颈椎棘突之间（《铜人腧穴针灸图经》）。一说

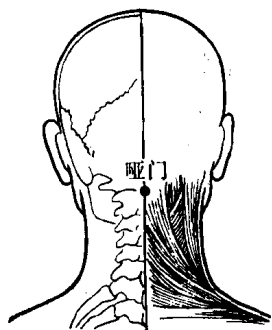


图92①

“在后发际宛宛中。”布有第三枕神经和枕动、静脉分支。主治暴瘖，失语，头痛，项强，脊强反折，聋哑，癫痫，以及精神分裂症，癔病，大脑发育不全，脑性瘫痪等。直刺0.5~1寸，禁深刺（图92）。

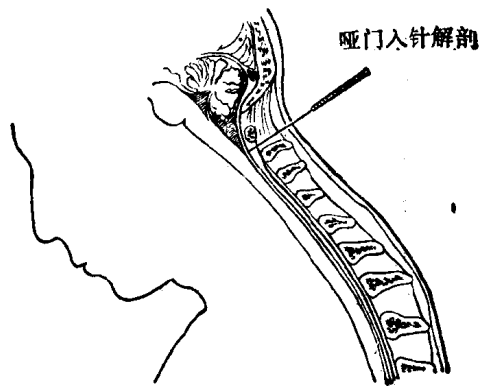


图92②

咽 人体部位名。指食管（食道）。《素问·太阴阳明论》：“咽主地气。”张介宾注：“咽为胃系，所以受水谷，故下通于地”。《灵枢·经脉》：“小肠手太阳之脉……络心，循咽”。现代所指之咽，则分鼻咽、口咽、喉咽等部。

是动所生病 出《灵枢·经脉》。为是动病、所生病的合称。详各该条。

是动病 经脉病候的一类。出《灵枢·经脉》。包括（1）本经脉气异常变动引致所联络脏腑的病症。如手太阴肺经“是动则病肺胀满，膨膨而喘咳”。（2）经脉循行径路上所发生的病症，如手厥阴心包经“是动则病手心热，臂肘挛急，腋肿。”因其病主要由经脉传来，非本脏腑所生，故称是动。

雷阳 见昌阳条。

胃 ①六腑之一。②推拿穴位名。出《小儿推拿广意》。位于拇指近端指骨的腹面。治呕吐和泄泻等症。《厘正按摩要术》：“大指端脾，二节胃”。

胃之大络 《素问·平人氣象论》：“胃之大络，名曰虚里，贯膈络肺，出于左乳下，其动应衣（《甲乙经》作“其动应手”），脉宗气也。“脉从胃部起始，向上贯穿膈肌，与肺相联络，脉气出于左乳之下宗气积聚之处。”

胃仓 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足太阳膀胱经。位于背部，第十二胸椎棘突

下,旁开3寸处;一说:“除脊各三寸取穴”(《针灸资生经》)。布有第十一胸神经后支的外侧支和肋下动、静脉后支。主治胃脘痛,腹胀满,饮食不下,脊背疼痛等。斜刺0.3~0.5寸。艾炷灸5~10壮;或艾条灸10~20分钟。

胃经 足阳明胃经之简称。见该条。

胃俞 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足太阳膀胱经。胃之背俞穴。位于背部,第十二胸椎棘突下旁开1.5寸处;一说“除脊各寸半”(《针灸资生经》)。布有第十二胸神经后支的内侧皮支,深层为外侧支;并有肋下动、静脉后支的内侧支通过。主治胃脘痛,胸胁痛,呕吐,翻胃,腹胀,腹泻,痢疾,鼓胀;以及胃炎,消化性溃疡,胃下垂等。斜刺0.3~0.5寸。

胃脘 ①泛指胃腔。②经穴别名。《素问·气穴论》载:“上纪者,胃脘也。”王冰注:“谓中脘也。”后类经图翼》列作中脘穴之别名。而《针灸聚英》则作上脘穴之别名。见各该条。

胃维 经穴别名。出《外台秘要》。即地仓。见该条。

胃管 经穴别名。指中脘穴。《千金要方》载:“积聚坚大如盘,冷胀,灸胃管二百壮,三报之,穴在巨阙下二寸。”

胃管下俞 经外奇穴名。别名胛俞,胰俞。《千金要方》:“消渴,咽喉干,灸胃管下输三穴各百壮,穴在背第八椎下横三寸间寸灸之。”位于第八、九胸椎棘突之间旁开1.5寸处(《针灸学》上海)。布有第八胸神经后支的内侧皮支,深层为第八胸神经后支,外侧皮支,上位2~3个胸神经外侧支;并有第八肋间动、静脉背侧支的内侧支通过。

迴气 见回气条。

骨会 八会之一。《难经·四十五难》:“骨会大杼”。大杼属膀胱经,膀胱与胃相表里,肾主骨;且该穴位于第一胸椎两旁,

是肩部负重着力之处,而支撑重量则有赖于骨,故曰骨会。凡骨病皆可酌情取用。

骨针 古针具名。指以动物骨骼制作的原始针具。据考我国大约在山洞文化时期已能用石刀削制骨针,用来缝纫,这时就有可能将骨针应用于医疗方面。

骨空 出《素问·骨空论》。指骨间空隙,多为穴位所在之处。参见腧穴条。

骨度法 定穴方法之一。出《灵枢·骨度》。古时以骨节作标志定出度数,测量人体各部长短、大小,称骨度。用骨度方法量取穴位则称骨度法。即不分人体高矮肥瘦,在一定部位内都折成相同分寸;厘定穴位所在。后世为了取穴方便,经过临床考察,在《灵枢·骨度》的基础上,对部分尺寸作了某些修改。现行骨度分寸,如下表:

常用骨度分寸表

部位	起止部位	度量法	骨度(单位寸)	附注
头	前发际至后发际	直寸	12	前发际不明者,从眉心量至大椎穴作18寸;后发际不明者,从大椎穴量至眉心作18寸。眉心(印堂)至前发际,大椎穴至后发际各作3寸
	耳后两乳突(完骨)之间	横寸	9	
胸腹	天突至歧骨(胸剑联合)	直寸	9	胸部与肋部直寸,一般以肋间隙为根据,两肋间隙之间折作1.6寸
	歧骨至脐中	直寸	8	
	脐中至耻骨联合上缘	直寸	5	
	两乳头之间	横寸	8	女性可用两缺盆穴间距代替两乳头间距离作横寸量穴
侧胸部	腋横纹以下至季肋	直寸	12	季肋指十一肋端
背腰部	大椎至骨骶	直寸	21椎	背部直寸根据脊柱间隙定取。平肩胛骨下角,相当第七胸椎,平髂嵴相当第四腰椎棘突
	肩胛骨内缘至脊柱中线	横寸	3	或用中指同身寸折量

部位	起止部位	度量法	骨 度 (单位寸)	附 注
上 肢	腋前横纹至肘横纹	直寸	9	通用上肢的内外侧
	肘横纹至腕横纹	直寸	12	
下 肢	耻骨联合上缘至股骨内上髁	直寸	18	1. 膝中的水平线, 前面相当于 犊鼻, 后面相当于 委中穴 2. 臀横纹至腓横纹也有作12寸者
	股骨大转子至膝中	直寸	19	
	胫骨内髁以下至内踝尖	直寸	13	
	膝中至外踝尖	直寸	16	
	臀横纹至腓横纹	直寸	14	
	外踝尖至足底	直寸	3	

骨骶 经穴别名。见《神灸经纶》。即长强，见该条。

幽门 ①经穴名。出《针灸甲乙经》。别名上门。属足少阴肾经。冲脉、足少阴之会。位于腹正中线脐上6寸，旁开0.5寸处。一说：挟巨阙两旁各一寸五分”（《铜人腧穴针灸图经》）。布有第七肋间神经，并有腹壁上动、静脉分支通过。主治胃痛、呕吐、心烦、腹胀，腹泻，痢疾等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。②经穴别名。出《圣济总录》。即下皖，见该条。

〔 〕

选穴法 指根据病情选取有效穴位进行治疗的方法。又称取穴法。常用的有局部选穴法，邻近选穴法，远道选穴法，循经选穴法，异经选穴法，辨证选穴法，对症选穴法等。详各该条。

重提轻插 即紧提慢按，见该条。

重插轻提 即紧按慢提，见该条。

复合手法 将几种推拿基本手法综合在一起，在特定的穴位或部位上同时进行复合性的操作。如总收法、宽喉法等。

复合穴 凡由两个或两个以上的穴位联合应用于某种疾病，而另立新名者，称复合穴。如四关、四花等。

复溜 经穴名。出《灵枢·本输》。别名昌阳、伏白、外命。属足少阴肾经。经（金）穴。位于内踝尖与跟腱水平连线中点直上2寸，当跟腱前缘处。《医学入门》等定本穴于交信之后，《针灸聚英》等定本穴于交信之前，说法不一，今从前说。布有腓肠内侧皮神经和小腿内侧皮神经，深层为胫神经；深层前方有胫后动、静脉通过。主治腹胀，水肿，肠鸣，泄泻，盗汗，自汗，脚气，腿肿，足痿。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

秋石 即龙虎石。见该条。

便毒穴 经外奇穴名。《外科大成》：“便毒灸法：随患之左右，量手中指为则子，次自手掌尽处横纹量起，自臂当中以则子尽处是穴，麦子大艾炷灸三壮，肿消痛止。”所指灸处，即位于前臂屈侧，掌长肌腱与挠侧腕屈肌腱之间，腕横纹上约4寸处。《针灸经外奇穴图谱》列为奇穴，名便毒。

修天庭 自我推拿方法名，出《养性书》。将两手掌擦热后，来回抚摩额部。《杂病源流犀烛·面部病源流》：“《养性书》：热摩手心，频拭额上，谓之修天庭。连发际，二三七遍，面上自然光泽，所谓手宜在面是也”。

修其城郭 自我推拿方法名。出《养性书》。城郭即耳廓。用手摩揉耳轮。可防治耳病。《杂病源流犀烛·耳病源流》：“《养性书》：以手摩耳轮，不拘遍数，所谓修其城郭，以补肾气，以防聋聩也”。

顺水推舟 练功方法之一。见上海中医学院附属推拿学校《推拿学》。两手伸掌置于两腰，掌心朝上，用力徐徐向前推出，边推边旋臂使掌根朝外，虎口朝下，两手指尖相对，似环之形，再慢慢将掌收回至两腰

部。

顺法 推拿手法名。在患者肢体的内侧
面,由远端推向近端。有理顺筋脉的作用。

保健功 一种肢体运动与自我推拿相结
合的防治疾病的方法。又称保健操。有疏通
经脉,调和营卫,畅通气血,舒利关节,健
筋壮骨等作用。

保健推拿 即保健按摩。见该条。

保健按摩 按摩的一种。又称保健推
拿。用作强身保健的按摩方法。《备急千金
要方·养性》:“小有不好,即按摩按捺,
令百节通利,泄其邪气”。常用的有浴面、
摩腹、擦腰等法。

保健操 即保健功。见该条。

泉门 经外奇穴名。《千金要方》:“妇
人绝嗣不生,漏赤白,灸泉门十壮,三报
之。穴在横骨当阴上际。”即位于女性耻骨
联合下缘,阴唇前联合上缘处。

泉阴 经外奇穴名。出《千金翼方》。
位于耻骨联合上缘(曲骨)旁开3寸处(《中
国针灸学》)。主治偏坠,睾丸炎等。直刺
0.3~1寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~
10分钟。

泉液 经穴别名。出《针灸聚英》。即
渊液,见该条。

泉腋 经穴别名。出《千金要方》。即
渊腋,见该条。

鬼市 ①十三鬼穴之一。出《千金要
方》。即承浆穴。②经穴别名。《千金翼
方》:“邪病语不止及诸杂候,人中主之,
一名鬼市。”即水沟,见该条。

鬼心 十三鬼穴之一。《千金要方》:
“百邪所病者,针有十三穴……第四针掌后
横纹,名鬼心”。原注为太渊穴。《针灸大
全》则指为大陵穴,今多从此说。

鬼穴 经穴别名。出《千金要方》。即
风府,见该条。

鬼臣 十三鬼穴之一。《千金要方》:
“百邪所病者,针有十三穴……第十二针尺

泽横纹外头接白肉际,名鬼臣……此即曲
池。”《针灸大成》易鬼臣为鬼腿,今多从
此说。

鬼邪 经穴别名。出《千金要方》。即
足三里。见该条。

鬼当 经外奇穴名。《针灸集成》:“手
大指甲后第一节横纹头白肉际,兼肝俞各灸
一壮,治大人小儿雀目。”近代《中国针灸
学》列作奇穴,名鬼当。位于手拇指尺侧,
当指关节横纹头赤白肉际。主治小儿肠胃
病,结膜炎,角膜白翳。直刺0.1~0.2寸。
艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

鬼胀 推拿穴位名。《幼科推拿秘书·
穴象手法》:“鬼胀穴,在后腿肚旁”。

鬼床 十三鬼穴之一。《千金要方》:
“百邪所病者,针有十三穴……第七针耳前
发际宛宛中耳垂下五分,名鬼床。”《针灸
大成》指为颊车穴,今从此说。

鬼枕 十三鬼穴之一。《千金要方》:“百
邪所病者,针有十三穴……第六针大椎上入
发际一寸,名鬼枕”。所指即风府穴。

鬼受 经穴别名。出《千金要方》。即
尺泽,见该条。

鬼封 十三鬼穴之一。《千金要方》:
“百邪所病者,针有十三穴……第十三针舌
头一寸,当舌中下缝,刺贯出舌上,名鬼
封。”今多指经外奇穴海泉,见该条。

鬼城 经外奇穴别名。出《千金要方》。
即十宣穴,见该条。

鬼信 十三鬼穴之一。《千金要方》:
“百邪所病者,针有十三穴……第二针手大
指爪甲下,名鬼信”。《针灸大成》指为少
商穴,今从。

鬼宫 十三鬼穴之一。出《千金要方》。
即水沟。

鬼客厅 经穴别名。出《千金要方》。
即水沟,见该条。

鬼垒 十三鬼穴之一。《千金要方》“百
邪所病者,针有十三穴……第三针足大指爪

甲下，名鬼垒”。《针灸大成》指为隐白穴。今从。

鬼哭 见鬼眼条。

鬼营 《针灸聚英》所载之十三鬼穴之一，指劳宫穴。参鬼路条。

鬼堂 十三鬼穴之一。《千金要方》：“百邪所病者，针有十三穴……第十针直鼻上入发际一寸，名鬼堂。”所指即上星穴。又《千金翼方》作尺泽穴别名。

鬼眼 ①经外奇穴名。出《神应经》：“癲病、鬼眼四穴，在手大指足大指内侧爪甲角，其艾炷半在爪上，半在肉上，三壮极妙。”即位于手、足大指(趾)桡侧(胫侧)爪甲角处，左右共四穴。主治癲病，精神病，晕厥等。艾炷灸3~7壮。〔注〕本穴《千金要方》载：“卒中邪魅，恍惚振瞤，灸鼻下人中及两手足大指爪甲，本令艾丸半在爪上，半在肉上，各七壮，不止十四壮，壮如雀矢大。”《类经图翼》以“两手足大指爪甲”列作奇穴，名手足大指爪甲穴。《医学入门》、《医宗金鉴》则将位于手大指内侧爪甲角的二穴称“鬼哭”。近代《针灸孔穴及其疗法便览》称此四穴为鬼哭。《针灸经外奇穴图谱》谓本穴即少商二穴和隐白二穴。②腰眼穴别名。《医学入门》：“鬼眼穴，专祛癆虫，令病人举手向上略转后些，则腰上有两陷可见，即腰眼也。”

鬼裸 经外奇穴别名。出《千金要方》。即悬命，见该条。

鬼腿 十三鬼穴之一。出《针灸大成》。即曲池。参鬼臣条。

鬼路 十三鬼穴之一。《千金要方》：“百邪所病者，针有十三穴……第五针外踝下白肉际足太阳，名鬼路。”原注为申脉穴，今从此说。又“第九针手横纹上三寸两筋间，名鬼路。”原注为劳宫穴。《千金翼方》又曰为间使穴。《针灸聚英》易鬼路为鬼营，《针灸大成》则称为鬼窟，均指劳宫穴。

鬼窟 十三鬼穴之一。出《针灸大成》。即劳宫穴。参鬼路条。

鬼藏 十三鬼穴之一。《千金要方》：“百邪所病者，针有十三穴……第十一针阴下缝灸三壮，女即玉门头，名鬼藏。”《针灸大成》指男为会阴穴，女为玉门头穴，今多从此说。

剑针 出《针灸大成》。即铍针，见该条。

俞穴 见膻穴条。

俞府 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足少阴肾经。位于锁骨下缘，距胸正中线2寸处。布有锁骨上神经的前支，并有乳房内动、静脉的前穿支通过。主治咳嗽，气喘，呕吐，不嗜食，胸痛等。斜刺0.3~0.5寸，不宜深刺。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

俞募配穴法 指以背俞穴与募穴相配用以治疗本脏或本腑有关疾病的方法。如胃病取胃俞配中脘；肝病取肝俞配期门等。详见下表：

俞募配穴表

俞穴	肺俞	大肠俞	胃俞	脾俞	心俞	小肠俞	膀胱俞	肾俞	厥阴俞	三焦俞	胆俞	肝俞
脏腑	肺	大肠	胃	脾	心	小肠	膀胱	肾	心包	三焦	胆	肝
募穴	中府	天枢	中脘	章门	巨阙	关元	中极	京门	膻中	石门	日月	期门

食气 养生术语。道家通过呼吸修炼的一种方法。《抱朴子·对俗》：“是以真人但令学其导引以延年，法其食气以绝穀。”

食医 古代官名。见《周礼·天官》。专门掌管帝王饮食保健。

食仓 推拿穴位名。位于两颐下。《幼科推拿秘书·穴象手法。穴道图象·穴在面者》：“食仓穴，在两颐下”。

食宫 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即阴都，见该条。

食襄 经穴名。出《针灸甲乙经》。别

名命关。属足太阴脾经。位于胸部，第五肋间隙中，距胸正中线6寸处。布有第五肋间神经外侧皮支及胸腹壁静脉。主治胸胁胀痛，噎气翻胃，腹胀水肿，咳嗽，痰饮，少乳等。斜刺0.3~0.5寸，不宜深刺。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

胆 ①六腑之一。②推拿穴位名。出《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》。位于拇指近端指骨的腹面。与其他穴位配伍，治小儿夜啼。

胆经 足少阳胆经之简称，见该条。

胆俞 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足太阳膀胱经，胆之背俞穴。位于背部，第十胸椎棘突下旁开1.5寸处；一说“除脊各寸半”（《针灸资生经》）。布有第十、十一胸神经后支的内侧皮支，深层为外侧支；并有第十肋间动、静脉后支的内侧支通过。主治黄疸，口苦，呕吐，胁痛，惊悸，胸腹胀满，骨蒸潮热，以及肝炎，胆囊炎，胃炎，肋间神经痛等。斜刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

胆募 见神光条。

胆囊穴 即胆囊点，见该条。

胆囊点 经外奇穴名。亦称胆囊穴。位于阳陵泉下1~2寸间，压痛明显处。布有腓肠外侧皮神经分支，深部正当腓浅神经处。主治急、慢性胆囊炎，胆石症，胆道蛔虫症，下肢麻痹或瘫痪等。直刺1~1.5寸。

肿 人体部位名。指脊椎两侧的肌肉或髂嵴以下的肌肉部分。《黄帝内经太素》卷八：“足太阳之脉……从髀内左右别下贯肿（《灵枢·经脉》原作“胛”。《太素》、《千金要方》、《素问·厥论》王注及《铜人腧穴针灸图经》等均作“肿”。）”。《素问·刺腰痛篇》：“腰痛引少腹控眇，不可以仰，刺腰尻交者，两髀肿上”。

胞 人体器官名。指子宫，《灵枢·五音五味》：“冲脉任脉，皆起于胞中。”

张景岳说：“胞者，子宫也。此男女藏精之所，皆得称为子宫。惟女子于此受孕，因名曰胞。然冲任督脉，皆起于此，所谓一原而三歧也”。

胞门 经穴别名。所指有二：①出《针灸甲乙经》。即气穴，见该条。②出《千金要方》。即水道穴。见胞门、子户条。

胞门、子户 经穴别名。即水道穴。《千金要方》：“妇人妊子不成，若堕落，腹痛，漏见赤，灸胞门五十壮，在关元左边二寸是也，右边二寸名子户。”其中子户穴，《世医得效方》又名气门。

胞育 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足太阳膀胱经。位于骶正中线上旁开3寸，与第二骶后孔相平处。一说在第二骶椎棘突下，除骶椎旁开3寸处（《针灸资生经》）。布有臀上皮神经，深层为臀上神经；并有臀上动、静脉通过。主治肠鸣，腹痛，腹胀，腰痛，大小便不利等。直刺1~1.5寸。艾炷灸5~7壮；或艾条灸5~15分钟。

胞络 推拿穴位名。出《幼科推拿秘书》。又名心胞、包络。位于无名指近端指骨的腹面。《厘正按摩要术》：“无名指端肺，三节胞络”。

脉气 出《素问·气府论》。即经气。见该条。

脉会 八会穴之一。《难经·四十五难》：“脉会太渊。”太渊为肺经俞穴，肺朝百脉，本穴位于寸口，为脉之大会，属中医诊脉之处，故名脉会。凡脉病皆可酌情取用。

脉度 指经脉的长度。其中包括手足三阴三阳十二经脉（左右共24脉），跷脉（左右共2脉）、任脉和督脉，合计二十八脉，共长十六丈二尺。是人体运行气血的较大通路。《灵枢·脉度》：“手之六阳，从手至头，长五尺，五六三丈。手之六阴，从手至胸中，三尺五寸，三六一丈八尺，五六三尺，合二丈一尺。尺之六阳，从足上至头，

八尺，六八四丈八尺。足之六阴，从足至胸中，六尺五寸，六六三丈六尺，五六三尺，合三丈九尺。跷脉从足至目，七尺五寸，二七一丈四尺，二五一尺，合一丈五尺。督脉、任脉，各四尺五寸，二四八尺，二五一尺，合九尺。凡都合一十六丈二尺，此气之大经隧也”。

胎食 气功术语。即把舌下的唾液咽下。

胎息 气功术语。原为道士修炼方法之一。古人认为，掌握了这种方法可以不用口鼻呼吸，好象胎儿在胎胞中的呼吸一样（据《抱朴子》），故名。近代又称胎息为丹田呼吸法或脐呼吸法。练功时要求意守中丹田。吸气时，意想气自丹田吸入，自觉有气自丹田向内收合。吸气后稍作停留，随后将气呼出。呼气时，意想气自丹田呼出，稍停再复如前吸气。

独阴 经外奇穴名。《太平圣惠方》：“张文仲灸法，疗卒心痛不可忍，吐冷酸绿水及元脏气，灸足大指次指内横纹中各一壮。炷如小麦大，下火立愈。《奇效良方》作奇穴，名独阴。位于足第二趾掌侧，趾骨关节横纹之中点处。主治腹痛，呕吐，死胎，胞衣不下，月经不调，小肠疝气，心痛等。直刺0.2寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟（图93）。

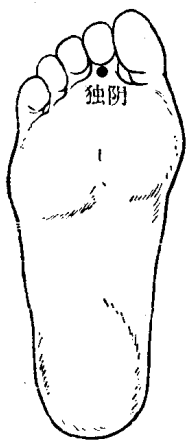


图93

环跳 见环跳条。

急脉 经穴名。出《素问·气府论》。属足厥阴肝经。位于耻骨联合下缘旁开2.5寸，当腹股沟处。布有髂腹股沟神经，深层下方为闭孔神经的前支；并有阴部外动、静脉的分支及腹壁下动、静脉的耻骨支通过，外方为股静脉。主治少腹痛，月经不

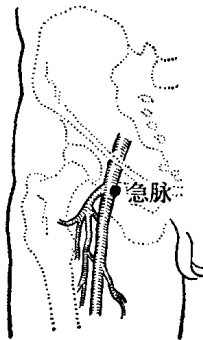


图94

调，阴挺，疝气，阴茎痛，腿痛等。直刺0.5~0.8寸，避开血管。艾条灸5~10分钟。《素问·气府论》王冰注谓：“可灸而不可刺”（图94）。

〔\〕

弯针 指针刺时由于某种原因而致针身在肌体内发生弯曲的现象。此多由进针过快，刺激太强引起局部痉挛收缩；或针体触及坚硬组织；或患者体位移动；或某种外力碰撞而引起。轻度弯针可缓慢退出，针体弯曲角度较大时，应轻为摇动，顺着针柄倾斜方向出针。如针体发生多个弯曲，则应仔细观察，顺着针柄倾斜方向分段逐步退出。若因患者体位移动造成，则需先矫正体位，再行起针。切忌急速猛抽，使患者增加痛苦，甚至发生折针。针刺时应根据上述的原因，予以防止。

亭头 经外奇穴名。见《经外奇穴汇编》。位于脐下4.5寸，再旁开腹正中横一指处。主治子宫脱垂。直刺0.5~1寸。

亮裆 练功方法之一。见上海中医学院附属推拿学校《少林内功》。取弓箭步，两手由后向前上方亮掌，掌心朝前，指尖相对，目注掌背，上身略前倾，换步时向后转，两手收回至腰后，再向上亮掌。

庭孔 见廷孔条。

恢刺 古刺法名。十二刺之一。《灵枢·官针》：“恢刺者，直刺傍之，举之前后，恢筋急，以治筋痹也。”指治疗筋肉挛急痹痛一类病症的针刺方法。其法将针直刺在拘急筋肉之傍侧，并或前或后提插运针，以舒通经络，恢复拘急。因使恢廓通畅，故名恢刺。

阔上 经外奇穴名。《针灸大成》灸肠

风下血法：“取男左女右手中指为准，于尾闾骨尖头，从中倒比，上至腰脊骨一指尽处，是第一穴也。又以第二指，于中穴取中一字分开指头各一穴，灸七壮。”近代《针灸经外奇穴治疗诀》列作奇穴，名闾上。位于尾骨尖端直上一中指处一穴，此穴左右旁开1/2中指长度处各一穴，共3穴。主治痔疮，肠风下血等。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

闾尾 推拿穴位名。即龟尾。见该条。

闾门 经外奇穴名。出《扁鹊神应针灸玉龙经》。位于耻骨下缘中点，阴茎根旁开3寸处。主治竖痙疝气，气上攻心。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~15分钟。

养生 古代用于保健的专用词。其内容和方法包括很广，除药外，凡有益于身体健康，如气功、饮食、文娱、体育活动，以至艺术欣赏、性情陶冶等无所不包。《抱朴子内篇·微旨》：“凡养生者，欲令多闻而体要，博见而善择，偏修一事，不足必赖矣。”

养生月览 养生书，南宋·周守忠编，二卷。内容大多根据西晋、南北朝和隋唐诸书，记述有关养生的经验传说，饮食起居的宜忌等。现有明寿养丛书本和明胡氏文会堂本。

养生方导引法 养生书，散录于隋·巢元方《诸病源候论》中。主要记述用导引气功的方法治疗各种疾病。可视为现存最早的导引气功治疗专著。

养生论 养生著作，三国·嵇康著。嵇在景元中（公元206—263年）被司马昭杀害。此文当在公元263以前写成，是古代养生学著述中较早的一篇。该文存梁昭明太子《文选》中。其中有一段重要佚文未被选入，后吸入《医心方》。佚文为：“养生有五难：名利不去，一难也。喜怒不除，二难也。声色不去，三难也。滋味不绝，四难也。神虑精散，五难也。五者必存，虽心希

难老，口诵至言，咀嚼英华，呼吸太阳，不能不曲其操，不废其年也。五者无于胸中，则信顺日济，玄德日全。不祈禧而有福，不求寿而自延。此亦养生之大经也。然或有服膺仁义，无甚泰之累者，抑亦其亚也。”

养生要集 养生书，晋·张湛著。是我国古代最早的养生著作。原书已佚，其中许多片段被录入《医心方》卷二十七、二十八中。

养老 经穴名。出《针灸甲乙经》。属手太阳小肠经。手太阳郄穴。位于前臂伸侧，腕后1寸，以掌向胸时，当尺骨茎突桡侧缘上方之骨缝中。另说“阳谷后一寸五分”（《循经考穴编》广注）；“去阳谷一寸二分，行向外”（《针灸集成》）。布有前臂背侧皮神经和尺神经手背支的吻合支，并有前臂骨向背侧动、静脉的末支及腕静脉网通过。主治目视不明，肩、背、肘、臂膈痛等。直刺0.5~0.8寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟（图95）。

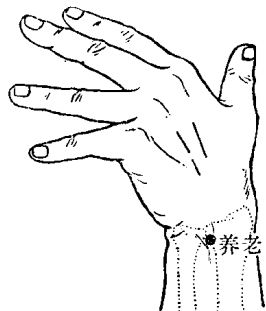


图95

养性 养生术语。指精神、性情的修养。《抱朴子·论仙》：“汉武帝享国，最为寿考，已得养性之小益矣。”

前发际 ①经外奇穴名。出《刺疗捷法》。位于太阳穴直上3寸，当发际处。主治颜面疔疮。沿皮刺0.3~0.5寸。艾炷灸1~3壮；或艾条灸5~10分钟。②即发际穴，见该条。

前后配穴法 前指胸腹，后指背腰，前后穴位相配，称前后配穴法。如胃痛取腹部的中脘、梁门，背部的脾俞、胃俞；咳嗽气喘取胸部的膻中、天突，背部的定喘、肺俞等。以背俞穴和胸腹部的募穴相配者则称俞募配穴法。参见该条。

前关 经穴别名。所指有二：①出《千金要方》注。即瞳子髎。见该条。②太阳穴

别名。《太平圣惠方》：“前关二穴，在目后半寸是穴。亦名太阳之穴。”

前谷 经穴名。出《灵枢·本输》。属手太阳小肠经。荣（水）穴。位于小指尺侧，第五掌指关节前方，掌指横纹端凹陷处，赤白肉际，握拳取穴。一说“在手小指外侧，第二节纹头”（《针灸集成》）。布有来自尺神经的指背神经及指掌侧固有神经，并有来自尺动、静脉的指背动、静脉通过。主治热病无汗，头痛项强，耳聋，耳鸣，目赤，鼻塞，咽痛，疟疾，产后无乳，手指麻木等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸3壮；或艾条灸5~10分钟。

前顶 经穴名。出《针灸甲乙经》。属督脉。位于头正中线，入前发际3.5寸；或于百会穴前1.5寸取穴。当额神经分支和枕大神经分支的会合处，并有左右颞浅动、静脉吻合网。主治癫痫，头痛，眩晕，鼻渊，目痛，颜面浮肿，小儿惊痫等。沿皮刺0.5~0.8寸。艾条灸5~10分钟。

前承山 推拿穴位名。出《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》。位于小腿前方。与承山穴相对。治急惊。《厘正按摩要术·立法、掐法》：“前承山，在足三里下，与后承山相对”。

前神聪 经外奇穴名。出《类经图翼》。位于头部中线，入前发际4寸，或于百会穴前1寸取穴。主治中风，头痛，眩晕，癫痫等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾炷灸1~3壮；或艾条灸3~5分钟。

前推八匹马 练功方法之一。见上海中医药大学附属推拿学校《推拿学》。两手屈肘，置掌于两胁，挺胸，目平视，两掌心相对，拇指伸直，四指并拢，两臂用力徐徐前推，伸直，再慢慢屈肘，收回至两胁。

首穹阴 见头穹阴条。

逆注 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即温溜，见该条。

总收法 小儿推拿方法名。又称收诊

法。出《幼科推拿秘书》。用一手食指掐按小儿的肩井穴。另一手捏住小儿的食指和无名指，伸摇数次。不论何种病症进行推拿治疗，都以本法为结束手法，故名总收法。《幼科推拿秘书·推拿手法》：“诸症推毕，以此法收之，久病更宜用此”。现在临床上应用中，常将此法简化，仅以双手按掐肩井穴。《幼科铁镜·卓溪家传口诀》：“肩井穴是大关津，掐此开通气血行，各处推完将此掐，不愁气血不周身”。《保赤推拿法》：“不拘何症，推拿各穴毕，掐此（肩井）能周通一身之血”。

总经 推拿穴位名。详总筋条。

总筋 推拿穴位名。见陈氏《小儿按摩经》。又名总经。位于腕部掌侧横纹，正对中指处。能清心火，退心经热病。治口内生疮，遍身潮热，夜间啼哭，四肢抽掣，惊风等症。《小儿按摩经·六筋》：“诸惊风，掐总筋可治”。

炼气 气功术语。道家运用呼吸吐纳，以求长生的方法。南朝刘宋、鲍照有诗：“服食炼气读仙经。”

炼丹 ①指道家应用金、石等矿物作原料，以一定方法炼制，据云可使人长生的丹药。②气功的练功，亦称炼丹，即炼内丹。

炼形 养生术语。道家养身的方法。传说老子有九丹、八石、引气炼形的方法（见《列仙传》）。

炼药 即炼丹。见该条。

洒腿 自我推拿方法名。屈膝提腿，清·尤乘《寿世青编·十二段动功》：“洒腿：足不运则气血不和，行走不能爽快。须将左足立定，右足提起，共七次，左右交换如前”。

浊浴 经外奇穴名。出《千金要方》。位于第十胸椎棘突下，旁开后正中线2.5寸处。主治胆病惊恐，食欲不振，口苦无力等。斜刺0.5~1寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

洗井灶 小儿推拿方法名。出《小儿推拿秘诀》。用拇指沾葱姜汤擦洗小儿鼻孔及其周围。用治感冒发热，鼻流清涕，急慢惊风等症。《小儿推拿秘诀·汗法》：“医者用右手大拇指面蘸葱姜汤，于病者两鼻孔着实擦洗数十。随用两大指再蘸汤，擦鼻两旁数十下。随再由鼻梁，山根、推上印堂数十下”。

举手托天 练功方法之一。见上海中医学院附属推拿学校《推拿学》。两掌缓缓上托，举过头顶，掌心朝上，再渐渐收回至两腰部。

客主 经穴别名。出《针灸大全》，又作容主。即上关，见该条。

客主人 经穴别名。出《素问·气府论》《针灸甲乙经》作上关穴别名。见该条。

穿鼻 经外奇穴别名。出《刺疗捷法》。即上迎香，见该条。

扁骨 经穴别名。《太平圣惠方》：“扁骨，在肩端上两骨间陷者中。”所指即肩髃穴。《针灸聚英》作肩髃穴别名。见该条。

神门 经穴名。出《针灸甲乙经》。《难经·六十六难》名兑骨。别名兑冲、中都、锐中。属手少阴心经。输（土）、原穴。位于掌后腕横纹尺侧端，当尺侧腕屈肌腱之桡侧缘凹陷中。布有前臂内侧皮神经，尺侧为尺神经；并有尺动脉通过。主治心痛心烦，惊悸怔忡，健忘失眠，癫狂，痫症，目黄，失音，喉痹，胁痛，腕关节痛等。直刺0.3~0.5寸。艾条灸5~10分钟（图96）。

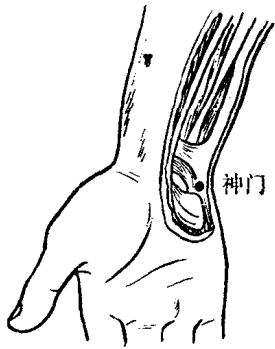


图96

神仙 古代医书分类名称之一。西汉时将医书分为四类，即：医经、经方、房中、神仙。神仙主要是研究、探求长生之道。《汉

书·艺文志》卷三十：“神仙者，所以保性命之真，而游求于其外者也。聊以荡意平心，同死生之域，而无惕怵于胸中。然而或者专以为务，则诞欺怪迂之文弥以益多，非圣王所以教也。”

神仙传 书名，晋·葛洪著。书中所录有八十四人，皆为长生之人。虽涉怪诞，但有些内容对研究古代长生术有一定参考意义。

神光 经穴别名。《千金要方》：“吐呕宿汁吞酸，灸神光，一名胆募，百壮”。据《针灸甲乙经》载：“日月，胆募也。”所指即日月穴。后《类经图翼》等作日月之别名。而《针灸聚英》将神光、胆募均作辄筋别名。

神府 经外奇穴名。《千金要方》：“心痛暴绞急绝欲死，灸神府百壮，在鸠尾正心，有忌。”即位于胸骨剑突之中心处。主治心痛。艾炷灸3~5壮。

神宗 经穴别名。出《太平圣惠方》。即脊中见，该条。

神封 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足少阴肾经。位于第四肋间隙，距胸正中线2寸处。布有第四肋间神经前皮支，深部为第四肋间神经；并有第四肋间动、静脉通过。主治胸满，咳嗽，气喘，乳痛；以及肋间神经痛等。斜刺0.3~0.5寸；不宜深刺。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

神庭 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名发际。属督脉。督脉、足太阳、阳明之会。位于头正中线，入前发际0.5寸（《外台秘要》）。一说：“在发际，直鼻”（《针灸甲乙经》）。布有额神经分支和额动、静脉分支。主治头痛，眩晕，惊悸，失眠，鼻渊，癫痫等。沿皮刺0.5~0.8寸。艾条灸5~10分钟。

神堂 ①经穴名。出《针灸甲乙经》。属足太阳膀胱经。位于背部，第五胸椎棘突

下旁开3寸处；一说“除脊各三寸取穴”（《针灸资生经》）。布有第四、五胸神经后支的内侧皮支，深层为外侧支及肩胛背神经；并有肋间动、静脉后支及颈横动脉降支通过。主治咳嗽，气喘，胸腹胀满，脊骨疼痛等。斜刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。②经穴别名。出《针灸聚英》。即上星，见该条。

神道 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名冲道。属督脉。位于背部第五、六胸椎棘突之间。布有第五胸神经后支的内侧支和第五肋间动脉后支。主治健忘，惊悸，咳嗽，疟疾，脊背强痛，癫痫；以及神经衰弱，肋间神经痛等。向上斜刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

神阙 ①人体部位名。指脐。②经穴名。出《外台秘要》。即脐中，见该条。

神聪 经外奇穴名。出《银海精微》。别名四神聪。原说位在百会四边各开2.5寸。



图97

今多据《太平圣惠方》定位于百会前、后、左、右各开1寸处。主治头痛，目眩，癫痫，狂乱等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾炷灸1~3壮；或艾条灸5~10分钟（图97）。

神藏 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足少阴肾经。位于第二肋间隙，距胸正中线2寸处。布有第二肋间神经前皮支，深层为第二肋间神经；并有第二肋间动、静脉通过。主治咳嗽，气喘，胸痛，呕吐；以及肋间神经痛等。斜刺0.3~0.5寸；不宜深刺。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

【一】

退针 ①即出针，见该条。②指针在穴位内由深处向浅部抽提。可单纯外抽和捻转结合进行，退针快慢据情而定，一般急退

为泻，缓退为补。

退法 ①刺法名。指退针的方法。《针经指南》：“退者，为补泻欲出针时，各先退针一豆许，然后却留针，方可出之。”《针灸问对》又掺以呼吸，分别补泻，提出：“凡施补泻，出针豆许，补时出针宜写三吸，写时出针宜补三呼，再停少时，方可出针。”目前退针的方法，宜从深部缓缓退至皮下，留置片刻以待气缓，当针下不觉沉紧时随即拔出。②推拿手法名。指方向向后或向下的平推法。《小儿推拿秘诀·字法解》：“退之者，而实也为推也。”如退六府即推六府法。

屋翳 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足阳明胃经。位于胸部，在第二肋间隙中，距胸正中线4寸处。布有胸前神经的胸大肌肌支，并有胸肩峰动、静脉及胸侧动、静脉分支通过。主治咳嗽，气喘，咳吐脓血，胸胁胀痛，乳痈等。斜刺0.3~0.5寸。不宜深刺。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

屏翳 经穴别名。出《针灸甲乙经》，即会阴，见该条。

眉本 经穴别名。《素问·气穴论》载：“眉本二穴。”王冰注：“攒竹穴也。”

眉头 经穴别名。《素问·气府论》载：“两眉头各一。”王冰注：“谓攒竹穴也。”

眉冲 经穴名。出《脉经》。别名小竹。属足太阳膀胱经。位于眉毛内侧端直上入前发际0.5寸处；或于神庭与曲差两穴连线之中点取穴（《太平圣惠方》、《医学入门》）。布有额神经内侧支和额动、静脉。主治头痛，目赤，鼻塞，眩晕，癫痫等。沿皮刺0.3~0.5寸。

骈指押手法 押手法之一，又称平掌押手法。是以左手五指相骈，手掌平伸，按放于施针部位，使穴位适当食、中二指缝间，针由缝间进入的押手方法。多用于长针进针或腰背臀部的穴位。

结核穴 经外奇穴名。位于后正中线上旁开3.5寸，与大椎穴相平处。主治肺结核及其它结核病。直刺0.5~1寸。

络穴 经穴分类名。指十五络脉从本经（脉）别出之处的穴位（见表）。其中十二经脉的络穴，有沟通表里经脉和治疗表病及里、里病及表，或表里两经同病的见证；任脉督脉及脾之大络有通调躯干前、后、侧部营卫气血和治疗胸腹、背腰及胁肋部病症的作用。

络 穴 表

手三阴经	手太阴肺经—列缺
	手少阴心经—通里
	手厥阴心包经—内关
手三阳经	手太阳小肠经—支正
	手阳明大肠经—偏历
	手少阳三焦经—外关
足三阳经	足太阳膀胱经—飞扬
	足少阳胆经—光明
	足阳明胃经—丰隆
足三阴经	足太阴脾经—公孙
	足少阴肾经—大钟
	足厥阴肝经—蠡沟
任 脉—尾翳（鸠尾）	
督 脉—长强	
脾之大络—大包	

络却 经穴名。出《针灸甲乙经》。《千金要方》作络却；《医学入门》作络郤。别名强阳、脑盖。属足太阳膀胱经。位于头正中线上入前发际5.5寸，再旁开1.5寸处（《铜人腧穴针灸图经》）。另说在头正中线上，入前发际5.8寸（《针灸甲乙经》）、或5寸（《千金要方》）、或5.3寸（《针灸集

成》），再旁开1.5寸处。布有枕大神经分支和枕动、静脉分支。主治眩晕，耳鸣，青盲内障，鼻塞，口喎，癫狂等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾炷灸3壮；或艾条灸5~10分钟。

络刺 古刺法名。九刺之一。《灵枢·官针》：“络刺者，刺小络之血脉也。”是指浅刺皮下血络的针刺方法，三棱针及皮肤针的刺法均属此。以其刺及络脉，故名络刺。

络郤 见络却条。

络脉 络是网络的意思。指从经脉分出遍布全身的细小分支脉络。《灵枢·脉度》：“经脉为里，支而横者为络。”意指经脉的位置较深，而从经脉横行别出位置较浅的分支则称为络脉。络脉以十五络为主体，也包括孙络、血络、浮络等，有沟通经脉，运行气血，反应和治疗疾病的作用。

绝孕穴 经外奇穴名。《太平圣惠方》：“凡妇人……若绝子，灸脐下二寸三分间动脉中，三壮。”又“小儿深秋冷痢不止者，灸脐下二寸三分间动脉中三壮，炷如小麦大。”近代《腧穴学概论》列作奇穴，名绝孕。

绝阳 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即商阳，见该条。

绝骨 ①人体部位名。在外踝直上三寸许的腓骨凹陷处。《灵枢·经脉》：“胆足少阳之脉……直下抵绝骨之端。”腓骨在此突然陷下如尽，故名。②经穴别名。所指有二：①悬钟穴别名。出《千金要方》。②阳辅穴别名。出《素问·刺疟篇》王冰注。见各该条。

姤女 ①气功隐语，指肾精。②鍊丹术语。指水银。《同易参同契》：“河上姤女，灵而最神；得火而飞，不见埃尘。”

十 画

〔一〕

珠顶 经外奇穴名。见《针灸经外奇穴治疗诀》。位于耳屏尖端。主治牙痛，耳部疾患等。直刺0.1寸。艾炷灸3壮。

素女 古代对长于房中术的女性的泛称。后世许多房中术的专书都冠以“素女”字样。如《隋书·经籍志》有《素女秘道经》一卷，《素女方》一卷。有关素女的说法片段地保留在《医心方》卷二十八中。

素髻 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名面王，鼻准，准头。属督脉。位于鼻尖正中。布有筛前神经的鼻外支和面动静脉鼻背支。主治昏迷，鼻塞，鼻衄，鼻渊，酒齄鼻，鼻息肉，小儿惊风；以及休克，窒息，低血压，心动过缓等。直刺0.2~0.3寸。

起针 即出针的俗称。见该条。

起落升降 练功方法名。见杜自明《中医正骨经验概述》。两足分开与肩等宽，交替作下蹲和起立动作，足跟不离地。适用于膝胯部疾患。

起脾法 自我按摩方法名。《医学入门·保养》：“先静坐存中气，后挺身，以两手相叉，极力扒左扒右各七次。扒左侧头向右，扒右侧头向左。如此者三、五次，静坐良久。善和脾胃、进饮食；兼治臂腰拘挛。与开关法相续行之，亦可”。

起罐 拔罐术语。指拔罐后将火罐除去之意。起罐时常先用手指按压罐口边的皮肤，另以一手将罐体略向对侧扳动，使罐口与皮肤间形成一个孔隙，让空气进入罐内，火罐就可松脱。惟起罐时，用力宜轻缓，以免损伤皮肤。

真西山先生卫生歌 养生歌诀。南宋·真德秀著。《遵生八笺》载，歌诀为：“万物

惟人为最贵，百岁光阴如寄旅。自非留意修养中，未免病苦为心累。何必餐霞饵大药，妄意延龄等龟鹤。但于饮食嗜欲间，去其甚者即安乐。食后徐徐行百步，两手摩胁并腹肚，须臾转手摩肾堂，谓之运动水与土。仰面仍呵三四呵，自然食毒气消磨。醉眠饱卧具无益，渴饮饥餐犹戒多。食不欲粗并欲速，宁可少餐相接续。若教一饱顿充肠，损气损脾非是福。生食粘腻筋韧物，自死禽兽勿可食。馒头闭气不相和，生冷偏招脾胃疾。鲊酱胎卵兼油腻，陈臭醃藏皆阴类。老年切莫喜食之，是借寇兵无以异。炙燔之物须冷吃，不然损齿伤血脉。晚食常宜申酉前（下午3—5点为申，5—7点为酉），问夜须防滞胸膈。饮酒莫教饮大醉，大醉伤神损心志。酒渴饮水并吃茶，腰脚自兹成重坠。尝闻避风如避箭，坐卧须教预防患。沉因饮后毛孔开，风才一入成瘫痪。不问四时具暖酒，大热又须难问口。五味偏多不益人，恐随肺脏成残咎。视听行藏不必久，五劳七伤从此有。四肢亦欲尝小劳，譬如户枢终不朽。卧不厌缩觉贵舒。饱则入浴饥则梳。梳多浴少益心目，默寝暗眠神晏如。四时惟夏难将摄，伏阴在内腹冷滑。补肾汤药不可无，食肉稍冷休哺啜。心旺肾衰何所忌，特忌疏通泄精气。卧处尤宜绵密间，宴居静虑和心意。沐浴盥嗽皆暖水，卧冷枕凉皆勿喜。瓜茄生菜不宜食，岂独秋来多疟痢。伏阴在内三冬月，切忌汗多阳气泄。阴雾之中勿远行，暴雨震雷宜远避。道家更有卧生旨，第一令人少嗔恚。秋冬日出始求衣，春夏鸡鸣宜早起。夜后尽夜睡觉来，瞑目叩齿二七回。吸气吐故无冷缓，咽嗽玉泉还养胎。摩热手心熨两眼，仍更揩擦额与面。中指时将摩鼻频，左右眼耳摩数遍。更能干浴

遍身间，按胜暗须纽两肩。纵有风劳诸冷气，何忧腰背复拘挛。嘘呵呼吸吹及咽，行气之人分六字。果能依用力其间，断然百病皆可治。情欲虽之属少年，稍知节养自无愆。固精莫忘伤神气，莫使苞羽火中燃。有能操履长方正，于名无贪利无竞。纵向邪魔路上行，百行周身自无病。”

真汞 即龙虎石。见该条。

真铅 指未婚少女自然分泌的乳汁。见《遵生八笺》。养生方中认为此物系“纯阴之正”，有补阳的强大效果。

真景元 即真德秀。见该条。

真景希 即真德秀。见该条。

真德秀 人名，字景元，后改景希。南宋庆元年间进士，浦城人。尊朱熹学派，人称为西山先生。著作有《西山甲乙稿》、《大字衍义》等书。所著《真西山先生卫生歌》，通俗易懂，有重要参考价值。

贾铭 饮食养生家，浙江海昌人。生于南宋（公元1269年），故于明初（公元1374年）。卒年一百零六岁，为历代养生家中年寿最长者。明初太祖召见，问养生法。答曰，无他，注意饮食宜忌。献所著《饮食须知》八卷。

埋针疗法 即皮内针疗法。见该条。

埋药疗法 埋植疗法之一。见该条。

埋线疗法 埋植疗法之一。见该条。

埋植疗法 又称埋藏疗法。是指在穴位皮下埋留异物以治疗疾病的方法。埋留羊肠线或药物者，又可特称为“埋线疗法”或“埋药疗法”。临床操作时，首先选择经过灭菌处理的异物，对施术部位常规消毒，如施行埋线，可以外科缝皮针或腰椎穿刺针进行，应注意将线完全埋入皮下，线端不可露出皮肤。如埋植钢圈或药物，则需将皮肤作一0.5~1厘米的切口，割除少量脂肪组织后，埋入钢圈或药物，缝合皮肤，包敷固定。术中应严格无菌操作，防止感染，术后如有局部疼痛、低热、疲乏、全身不适等反

应时，一般无需处理，可自行消失。如有感染或反应过重，则应另行处理。每20~30天埋留一次。本法适于治疗哮喘，慢性支气管炎，慢性胃病，消化性溃疡，慢性肠胃炎，癫痫，腰腿痛，关节炎，小儿麻痹后遗症等。

埋藏疗法 即埋植疗法。见该条。

核骨 骨骼部位名。指第一跖趾关节内侧圆形突起。《灵枢·经脉》：“脾足太阴之脉……过核骨后”。

根结 经络部位名。《灵枢·根结》：“奇邪离经，不可胜数，不知根结，五脏六腑，折关败枢，开合而走，阴阳大失，不可复取。”经脉以四肢末端的井穴为根，头面胸腹的一定部位为结，用以说明四肢与头面胸腹之间生理功能和穴位主治上的联系。根结的具体部位，据《灵枢·根结》所载，列表如下：

根 结 表

六 经		根	结
太 阳	明 阳	至 阴	命门（目）
少 阳		厉 兑	颧大（面）
		窍 阴	窗笼（耳）
太 阴	阴	隐 白	太仓（腹）
少 阴		涌 泉	廉泉（喉）
厥 阴		大 敦	玉英（胸）

手三阴三阳的根结《灵枢·根结》中没有记述，据理也应以四肢末端的“井”穴为根，头胸、腹三部的一定部位为结。

根、溜、注、入 指手足阳经中脉气流行出入的部位。《灵枢·根结》：“足太阳根于至阴，溜于京骨，注于昆仑，入于天柱、飞扬也；足少阳根于窍阴，溜于丘墟，注于阳辅，入于天容、光明也；足阳明根于厉兑，溜于冲阳，注于下陵（足三里），入于人迎、丰隆也；手太阳根于少泽，溜于阳谷，注于少（小）海，入于天窗、支正也；

手少阳根于关冲，溜于阳池，注于支沟，入于天牖、外关也；手阳明根于商阳，溜于合谷，注于阳溪，入于扶突、偏历也。”所云根在井穴，溜在原穴，注在经穴或合穴，入在颈部和络穴。

或中 经穴名。出《针灸甲乙经》。《千金要方》作或中，《医学入门》作域中。属足少阴肾经。位于第一肋间隙，距胸正中线2寸处。布有第一肋间神经前皮支及锁骨上神经前支，深层为第一肋间神经；并有第一肋间动、静脉通过。主治咳嗽，气喘，胸痛，不嗜食等。斜刺0.3~0.5寸；不宜深刺。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

配穴法 指针灸临床治病时穴位相互配合的方法。常用的有：前后配穴法、俞募配穴法、表里配穴法、原络配穴法、远近配穴法、子母配穴法等。详各该条。

唇里 经外奇穴名。出《千金要方》。位于下唇粘膜，与承浆穴相对处。主治黄疸，瘟疫，口噤，口臭，面颊肿；以及齿龈炎，口腔炎等。点刺出血。

唇针麻醉 针刺麻醉法之一。指按针麻要求，针刺唇部人中、承浆二穴以进行各种手术的方法。目前主要用于纵膈肿瘤切除、脾切除、胆囊切除、阑尾切除、疝修补等手术。一般取用30~32号毫针，以15度角斜刺进针。人中穴向上刺入约1寸至鼻中膈软骨下；承浆穴沿下唇缘中点向下刺入约1寸左右，多采用缓慢捻转手法，得气后接上电麻仪，负极接上唇，正极接下唇，频率每秒钟为120~200次，以唇部肌肉微微颤动为宜。

原穴 经穴分类名。原，即本原，原气的意思。脏腑原气经过和留止的穴位称为原穴。原气与三焦有密切关系，三焦是原气的别使，导源于肾间动气，通达全身，对维持人体正常生命活动有着密切关系。脏腑病变，往往反应于十二原穴，刺激原穴对治疗脏腑

病变又有着重要意义。《灵枢·九针十二原》篇说：“五脏有疾也，应出十二原，而原各有所出，明知其原，睹其应，而知五脏之害矣。”“凡此十二原者，主治五脏六腑之有疾也。”十二经各有原穴一个，见下表：

原 穴 表

脏	肺	大	胃	脾	心	小	膀	心	三	胆	肝
腑	肺	肠	胃	脾	心	肠	胱	肾	焦	胆	肝
原	太	合	冲	太	神	腕	京	太	大	丘	太
穴	渊	谷	阳	白	门	骨	骨	溪	陵	墟	冲

原地踏步 练功方法名。见杜自明《中医正骨经验概述》。两手叉腰或一手扶台（或椅），交替提腿作踏步运动。适用于治疗膝、踝部疾患。

原络配穴法 指以本经原穴与其表里经的络穴相配合，用以治疗本脏本腑有关疾病的方法。如肺经有病取本经的原穴太渊，配以大肠经的络穴偏历等。因本法以取本经的原穴为主，表里经的络穴为配（客），故又称主客配穴法。其具体配用见下表：

原络配穴表

原	太	合	冲	太	神	腕	京	太	大	丘	太
穴	渊	谷	阳	白	门	骨	骨	溪	陵	墟	冲
脏	肺	大	胃	脾	心	小	膀	肾	心	三	胆
腑	肺	肠	胃	脾	心	肠	胱	肾	包	焦	肝
络	偏	列	公	丰	支	通	大	飞	外	内	翳
	历	缺	孙	隆	正	里	钟	扬	关	关	沟
											明

振动法 推拿手法名。以一手手掌平放在治疗部位上，另一手在其手背上作有节奏的拍击。常用于胸肋内伤等症。

振法 推拿手法名。出《诸病源候论·风身体手足不随候》。①指振颤法。详该条。②指振动法。详该条。

振埃 古刺法名，五节刺之一。《灵枢·刺节真邪》：“振埃者，刺外经，去阳病也。”阳病属外，故针刺循行于四肢体表

的经脉(外经)予以治疗。该篇还指出,气满闭塞,咳逆喘息等取用天容,廉泉等穴即属本法,并谓其“病恶埃烟,饴(噎)不得息”,刺而愈病,犹如振落尘埃,故名振埃。

振挺 整骨按摩使用的木棒器械。《医宗金鉴·正骨心法要旨》:“长尺半,圆如钱大,或面杖亦可。盖受伤之处,气血凝结疼痛肿硬,用此挺微微振击其上下四旁,使气血流通,得以四散则疼痛渐减,肿硬渐消也”。

振颤法 推拿手法名。又称颤法、颤摩法。用指端或手掌按压在治疗部位上作连续不断的有节律的颤动。使治疗部位发生幅度很小而速度较快的振动。常用于治疗胸腹胀痛,消化不良等症。

捏中指中节法 自我按摩方法名。手握拳,拇指捏住中指中节,两掌面相合,放于两大腿之中,用力紧挟。《寿世保元·伤寒》:“病人用大指捏住中指中节,紧捏莫放,十指俱屈,合掌夹在两大腿中,紧紧坐住,待良久汗自出”。用治伤寒无汗等症。

捏法 推拿手法名。与拿法相似,但需将肌肤提起。操作方法有两种:①用拇指和食、中两指相对,挟提皮肤,双手交替捻动,向前推进。②手握空拳状,用食指中节和拇指指腹相对,挟提皮肤,双手交替捻动,向前推进。常用于治疗食欲不振、消化不良、腹泻、失眠及小儿疳积等症。

捏挤法 推拿手法名。以两手拇、食二指捏住一定部位后,再用力挤压,然后放松,如此反复数次,以局部皮肤出现红色、紫色或黑紫色为度。常用于小儿。

捏结喉法 推拿方法名。见《医学衷中参西录·治痰饮方》。用手捏结喉部。常与点天突穴法同用治痰厥。《医学衷中参西录·治痰饮方》:“捏结喉法……其令人喉痒作嗽之力尤速。欲习其法者,可先自捏其结喉,如何捏法即可作嗽,则得其法矣。然当气塞不通时,以手点天突穴,其气即通。

捏结喉,必痒嗽吐痰后,其气乃通。故二法宜相辅并用也”。

捏脊 按摩方法名。又称捏癪。两手沿着脊柱的两旁,用捏法把皮肤捏起来,边提捏,边向前推进,由尾骶部捏到枕项部,重复3~5遍。为了加强疗效,在挟提到与病情相关的背俞穴上时,可加重挟提力量,并用力向上提捏一次。《肘后备急方·治卒腹痛方》:“粘取其脊骨皮深取痛引之,从龟尾至项乃止。未愈更为之”。本法有调整阴阳,通理经络,促进气血运行,改善脏腑功能等作用。常用于食欲不振、消化不良、腹泻、失眠及小儿疳积等症。

捏癪 推拿方法名。即捏脊。因本法多用于治疗小儿积聚之症而得名。

捋法 推拿手法名。出《金匱要略·杂疗方》。在患者肢体的外侧面,由近端推向远端。《寿世保元·发痧》:“先将儿两手自臂捋下,血聚指头方刺”。

接法 推拿手法名。见《诸病源候论·风头眩候》用手掌轻压在治疗部位上作短促的揉搓。《备急千金要方·居处法》:“小有不好,即按摩接捺,令百节通利,泄其邪气”。

挽法 推拿手法名。出《诸病源候论·偏风候》。用手左右推拉或移动。《备急千金要方·养性》:“左右挽,前后拔”。

捣针法 见提插法条。

捣法 推拿手法名。屈曲食指或中指,以近端指间关节的背面轻轻叩击穴位。

热灸 与冷灸相对而言,称利用各种热源进行灸治的方法为热灸,如艾灸、灯火灸等。

热府 经穴别名。出《千金要方》。即风门。见该条。

热病五十九俞 指治疗热病的五十九个主要穴位。《素问·水热穴论》:“治热病五十九俞……头上五行行五者,以越诸阳之热逆也;大杼、膺俞、缺盆、背俞,此八者,

以泻胸中之热也；气街、三里、巨虚上下廉，此八者，以泻胃中之热也；云门、髃骨、委中、髓空，此八者，以泻四支之热也；五藏俞傍五，此十者，以泻五藏之热也。凡此五十九穴者，皆热之左右也。”王冰注：即上星、囟会、前顶、百会、后顶；五处、承光、通天、络却、玉枕；头临泣、目窗、正营、承灵、脑空；大杼、膺俞（中府）、缺盆、背俞（风门）；气街（气冲）、足三里、上巨虚、下巨虚；云门、髃骨（肩髃）、委中、髓空（腰俞）；魄户、神堂、魂门、意舍、志室等五十八穴。按文中“云门、髃骨、委中、髓空，此八者，以泻四支之热。”说明髓空当有二穴，而王注髓空为腰俞，便少一穴。今据《素问·骨空论》：“髓空在脑后三分，在颅际锐骨之下”之文。拟补风府一穴，以合五十九俞之数。热病五十九俞与五十九刺所含穴位并不完全相同，但都是治疗热病的要穴。临床可相互为用。参见该条。

〔 1 〕

紧按慢提 针刺手法名。出金·窦汉卿《金针赋》。紧，作急解；按，指下按（插），紧按慢提，就是急插缓提的意思。紧按刺激较重；慢提刺激较轻，故亦称重插轻提。

紧提慢按 针刺手法名。出金·窦汉卿《金针赋》。紧，作急解；按，指下按（插）。紧提慢按，就是急提缓插的意思。紧提刺激较重；慢按刺激较轻，故亦称重提轻插。

晕针 指由于针刺而产生的晕厥现象。《针灸大全·金针赋》：“其或晕针者，神气虚也。”当针刺时，患者感觉头晕，恶心，目眩，心悸，继而面色苍白，冷汗出，四肢厥逆，血压降低，脉搏散弱，甚至突然意识丧失者，即为晕针。多因患者体质虚弱，精神紧张，饥饿疲劳，或针刺体位不当，针体较粗，刺激过重，针感太强等而发

生。一旦晕针，应及时处理，免致不良后果。首先将患者平卧，喂予温开水或糖水，休息10~15分钟，一般可以恢复，必要时需给予中西药物抢救。临床上对晕针的发生必须设法加以防止，对初针的患者，在进针前，宜作说服解释并应选择适宜的针具和体位及避免强烈的刺激等。

晕灸 灸法术语。指病人在灸治过程中发生的晕厥现象。多因体质虚弱，情绪紧张，或艾炷过大，壮数太多，火力过猛所引起。清·吴亦鼎《神灸经纶》：“着火有眩晕者，神气虚也，仍以冷物压灸处，其晕自甦。”临床表现与处理方法参晕针条。

豈刺 即关刺。出《灵枢·官针》。见该条。

圆针 即员针。见该条。

圆利针 即员利针。见该条。

〔 丿 〕

钱孔 经外奇穴名。《千金要方》：“钱孔穴，度乳至脐中，屈肋头是，灸百壮，治黄疸。”即当乳头至脐中连线与肋弓下缘交点处。近代《针灸经外奇穴图谱》定位于胸膈窝下三寸，从正中线左右旁开各2.5寸处。

铁针 古针具名。指以熟铁制成的针具。《针灸聚英》“铁针……柔铁即熟铁，有毒，故用马啣则无毒。”

铍刀 出《华佗别传》。即铍针，见该条。

铍石 针具名。出《灵枢·刺节真邪》。指形如铍针的砭石。

铍针 古针具名。九针之一。亦称铍针、铍刀、剑针。《灵枢·九针论》：“铍针，取法于剑锋，广二分半，长四寸，主大痈脓，两热争者也。”是一种形如宝剑，两面有刃的针具。用于疮疡排脓放血。

铅丹 炼丹药物。又名黄丹。《抱朴子·金丹》：“乐子长丹法，以曾青、铅丹合汞及丹砂，着铜篴中，干瓦白滑石封之，于

白砂中蒸之，八十日，服如小豆，三年仙矣。”

缺盆 ①人体部位名。即锁骨上窝。《灵枢·经脉》：“大肠手阳明之脉……从缺盆上颈贯颊”。②经穴名。出《素问·气府论》。别名天盖。属足阳明胃经。位于锁骨上窝中央，胸正中线旁开4寸处。布有锁骨上神经中支，深层正当臂丛的锁骨上部；上方有颈横动脉通过。主治咳嗽，气喘，缺盆中痛，胸部满闷，喉痹，瘰癧，瘰癧等。直刺或斜刺0.3~0.5寸。不宜深刺，《类经图翼》：“孕妇禁针”。艾条灸5~10分钟。

缺盆骨 见柱骨条。

透天凉 针刺手法名。出明·徐风《针灸大全》。其法将预定针刺深度分为浅（天部）、中（人部）、深（地部）三层，操作时，由深至浅，每层紧提慢按六次，如此反复几遍（称几度），至病人自觉某一局部或全身有凉感时出针，不揉闭针孔，有泻阳退热的作用。适用于肝阳上亢、及温症、骨蒸癆热等症。凡经施术5~7度后，如无凉感出现，宜即出针，另换他法。

透穴法 指透穴而刺，即一针多穴的刺法。又称透针法、透刺法。其法为刺入某穴后，将针尖刺抵相邻近的穴位但不可穿透皮肤，如地仓透颊车，条口透承山，外关透内关，合谷透劳宫等。本法为窦汉卿所创。在王国瑞撰的《扁鹊神应针灸玉龙经》及吴昆的《针方六集》中均有记载，对后世针灸临床有很大的影响，今仍常用。

透针法 即透穴法。见该条。

透刺法 即透穴法。见该条。

透镜灸 日光灸之一种。见该条。

秩边 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足太阳膀胱经。位于骶部，骶正中线旁开3寸，与骶管裂孔相平处。或于第四骶椎棘突下旁开3寸取穴。一说“在第二十椎下两旁，相去各三寸”（《铜人腧穴针灸图经》）。

布有臀下神经、股后皮神经及坐骨神经；并有臀下动、静脉通过。主治腰骶痛，痔疾，下肢痿痹，以及坐骨神经痛等。直刺2~3寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

倒拉九头牛 练功方法之一。见上海中医学院附属推拿学校《推拿学》。挺胸蓄臀，两掌相对置于两胁，两手用力向前推出，同时前臂旋转，使拇指向下掌心朝外，再用力握拳，旋臂使拳眼朝上，然后徐徐拉回至两胁。

倒拽九牛尾 练功方法之一。出《易筋经》。取弓步位，一手上举，屈肘握拳，拳心向面，双目观拳；另一手握拳伸肘用力后伸，拳心向后。《易筋经》：“小腹运气，空松，前跪，后腿伸直，二目观拳，两膀用力。”

候气 ①指针刺未能得气时，停针不动，静候片刻，以待气至。《针经指南·标幽赋》：“次察应至之气……未至也，据虚实而候气。”《针灸大成》：“用针之法，候气为先。”《灵枢·九针十二原》所谓“气至而有效”即指针刺必须候气至才能生效。如未得气，可用候气之法，再以手法运针，得气就较易出现。②指掌握病气变化而予施针治疗的时机。《素问·离合真邪论》：“候气奈何？……方其来也，必按而止之，止而取之，无逢其冲而泻之。”即用针的时机，当候邪气来时即予针刺，而不必待其顶盛之时再加祛除。

俯按山源 自我推拿方法名。山源即鼻中隔。用第二和第三指之端，分别伸入两鼻孔，挟住鼻中隔，轻轻揉捏。然后，叩齿数遍，以手按鼻片刻。《圣济总录》：“鼻下山源，是一身之武津，真邪之府，守真者所以遏万邪”。

躬尾势 即工尾势。详该条。

拿法 推拿手法名。用拇指和食、中指，或用拇指和其余四指的指腹，相对用力

紧捏一定部位。用五指进行捏拿的又称抓法。明·周于蕃《秘传推拿妙诀·字法解》：

“拿者，医人以两手指或大指或各指于病者应拿穴处或掐或捏或揉，皆谓之拿也”。

徐疾补泻 指以进出针的快慢来分别补泻的方法。《灵枢·小针解》：“徐而疾则实者，言徐内而疾出也；疾而徐则虚者，言疾内而徐出也。”即缓慢地进针至一定深度，行针完毕后迅速退至皮下而出针者为补法。反之，迅速进针至一定深度，行针完毕后，缓慢地退至皮下而出针者为泻法。其进慢出快的方法，在于扶助正气由浅入深，由表达里，能起补虚的作用，而进快出慢的方法，在于祛除邪气由深出浅，由里达表，能起泻实的作用。

殷门 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足太阳膀胱经。位于大腿的后面，臀下横纹之中点直下6寸处。另说在承扶下3寸（《针灸大成》）；或5.3寸（《针灸集成》）。布有股后皮神经，深层正当坐骨神经；外侧为股深动、静第三穿支。主治臀股麻木，腰脊疼痛，以及急性腰部扭挫伤，坐骨神经痛，下肢麻痹或瘫痪等。直刺1~2寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟（图98）。

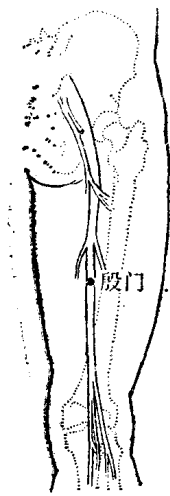


图98

豹文刺 古刺法名。五刺之一。《灵枢·官针》：“豹文刺者，左右前后针之，中脉为故，以取经络之血者，此心之应也。”指于患部前后左右的血脉针刺出血的刺法。以其针时出血，痕若豹纹，故名豹文刺。因心主血脉，故本法应心而用于治疗与心有关的血脉瘀阻等疾患。

豹掌势 练功方法之一。见杜自明《中医正骨经验概述》。五指微屈，掌心朝前，用力迅速抽出，旋即掌心向上，迅速收回。

胰俞 经外奇穴名。见《针灸学》（上海中医学院1974年版）。即胃管下俞。见该条。

胫骨 骨名。亦作胫骨。即胫骨。《灵枢·本输》：“下陵，膝下三寸，胫骨外三里也”。或为小腿胫、腓骨之统称。《医宗金鉴》：“胫骨者，俗名胫骨也。其骨两根，在前者名成骨，又名胫骨；形粗，膝外突出之骨也。在后者名辅骨，形细，膝内侧之小骨也”。

胛却 见络却条。

胸穴指压法 推拿方法名。以手指按压胸部穴位进行治疗的一种手法。所用胸穴大多是分布于胸部前面和侧面的敏感压痛点。适用于头痛、胸痛、腰痛、胃痛及软组织扭伤等疾病。

胸乡 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足太阴脾经。位于胸部，第三肋间隙中，距胸正中线6寸处。布有第三肋间神经外侧皮支，并有胸外侧动、静脉及第三肋间动、静脉通过。主治胸胁支满，痛引胸背，咳嗽气逆等。斜刺0.3~0.5寸（不宜深刺）。艾炷灸3~5壮，或艾条灸5~10分钟。

胸外心脏按摩术 复苏心脏的急救推拿法。在血液循环骤停（心搏骤停、心室纤维颤动和心脏收缩乏力等）时，使病员仰卧在硬板床上，医生双手重叠，用掌根部有节奏地压迫前胸胸骨正中线下半段心前区，以维持心脏排血功能，使大脑等重要脏器不致因缺氧而受到不可复原的损害。按压的频率一般约每分钟60次左右，小儿约100~120次。每按压3~4次，配合口对口人工呼吸1次。《金匱要略·杂疗方》：“一人以脚踏其两肩，手少挽其发，常弦弦勿纵之；一人以手按据胸上，数动之；一人摩捋臂胫，屈伸之。”如按摩有效时，可摸到周围动脉（如颈或股动脉）搏动。再根据病情需要，进行输血、输液、给氧、降温、脱水、降压、颅内压、辅助循环等治疗。

胸堂 ①指膻中穴。《千金要方》：“上气厥逆，灸胸堂百壮。穴在两乳间。”②经外奇穴名。出《针灸孔穴及其疗法便览》。位于两乳之间，胸骨之两侧缘。主治咳嗽，喘息，噎膈，咯血，心悸，怔忡，乳少乳痛等。艾炷灸3~5壮；艾条灸5~10分钟。

脏会 八会穴之一。《难经·四十五难》：“脏会季肋”。季肋指章门穴。盖章门为脾之募穴，脾为生化之源，五脏皆取禀于脾，故名。凡五脏疾患，皆可酌情取用。

脏病取原 指五脏有病取其原穴进行治疗的方法。《灵枢·九针十二原》：“五脏有疾，当取之十二原”。如肾脏疾患取足少阴肾经的太溪；肝脏疾患取足厥阴肝经的太冲等。

脐上下五分穴 经外奇穴名。《千金要方》：“小儿凶陷，灸脐上下各半寸，及鸠尾骨端，又足太阴各一壮。”近代《针灸孔穴及其疗法便览》将前者列作奇穴，名脐上下五分。并治肠炎，下痢，水肿，疝痛，肠雷鸣，腹直肌痉挛，腹部膨胀，妇科病等。直刺0.5~1寸。艾炷灸5~7壮；或艾条灸10~20分钟。

脐中 经穴名。出《针灸甲乙经》。又名神阙。别名气舍、维会。属任脉。位于脐窝正中。布有第十肋间神经前皮支和腹臂下动、静脉。主治中风脱症，腹痛，泄泻，痢疾，脱肛，水肿等。禁针。艾炷灸（隔盐或姜）7~15壮；或艾条灸20~30分钟。

脐中四边穴 经外奇穴名。《千金要方》：“治小儿暴痢者，身軀正直如死人，及腹中雷鸣，灸太仓及脐中上下两旁各一寸，凡六处。”近代《针灸孔穴及其疗法便览》取脐中及其上下左右各1寸为奇穴，定名脐中四边。主治慢性肠炎，小儿一切痉挛，腹部疼痛，胃痉挛，水肿病，肠鸣，疝痛，胃扩张，消化不良等。直刺（脐中不针）0.5~1寸。艾炷灸5~7壮；或艾条灸10~20分钟。

脐呼吸法 气功功法。见胎息条。

脐旁穴 出《针灸集成》。即疝气穴。见该条。

脑户 经穴名。出《素问·刺禁论》。别名匝风、会额、合颅。属督脉。督脉、足太阳之会。位于头正中线，风府穴直上1.5寸，当枕骨粗隆上缘凹陷处。布有枕大神经分支和左右枕动、静分支。主治癫痫，头晕，失眠，项强，瘖不能言；以及枕神经痛等。沿皮刺0.5~0.8寸。艾条灸5~10分钟。

脑空 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名颞颥。属足少阳胆经。足少阳、阳维之会。位于后头部，风池穴直上，与枕骨粗隆上缘相平处（《针灸甲乙经》、《循经考穴编》、《针灸集成》等）。布有枕大神经分支和枕动、静脉分支。主治头痛，目眩，颈项强痛，心悸，耳鸣，癫痫等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾条灸5~10分钟。

脑盖 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即络却。见该条。

留针 指针刺得气后，将针留置于穴位内至预定时间再予出针。《素问·针解篇》：“刺其实须其虚者，留针。”意即治疗实邪疾患，可用留针的方法。留针期间可施行各种手法操作，并可加用温针、电针等。留针时间长短应视具体情况而定，一般在15分钟左右，长者可达几小时乃至数天，如耳针、皮内针等。毫针留针时应嘱患者不要随便改变体位，以防发生弯针等意外。需长时留针的患者，具体方法可参阅皮内针疗法、耳针疗法条。

留针补泻 指留针时，采取不同的操作，来分别补泻的方法。补法的留针，目的待气，故气至后稍加捻运即行出针。《素问·离合真邪论》：“静以久留，以气至为故，如待所贵，不知日暮，其气以至，适而自护。”泻法的留针，目的散邪，故气至后，尚须持续捻运，待邪气散尽方可出针。

《素问·针解篇》：“刺实须其虚者，留针，阴气隆至，乃去针也。”

留罐法 拔罐法的一种。亦称坐罐法。是拔罐后，让火罐留在吸着的穴位上不去动它。一般留置10~15分钟为度。对镇痛效果较好。惟此法吸着力强，夏季或皮肤较嫩的部位，留罐时间不宜过长，否则皮肤上会出现水泡。

饿虎扑食 练功方法之一，见上海中医学院附属推拿学校《推拿学》。两手仰掌置于腰间，两掌前推，边推边旋臂，使掌心朝前，虎口朝下，同时腰部也随势前俯，前腿得势似冲，后腿使劲伸直，然后握拳收回至腰间。

〔、〕

高曲 经穴别名。出《千金要方》注。即商曲。见该条。

高骨 ①骨骼部位名。指手腕部近拇指一侧显著隆起的部分，今称桡骨茎突。②经外奇穴名。出《针灸大成》。位于掌后横纹桡侧端，桡骨茎突前凹陷处。主治手腕痛。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

高盖 经穴别名。出《太平圣惠方》。《循经考穴编》作商盖。即督俞。见该条。

疾法 推拿方法名。指加快手法操作速度，以增强刺激。如对四肢麻痹症施以极其快速的摇动或其他活动，可促使其知觉恢复。

疰市 见疰市条。

颞颥 人体部位名。指咽后壁上的后鼻道，是人体与外界进行气体交换的必经之路。《灵枢·经脉》：“肝足厥阴之脉……循喉咙之后，上入颞颥”。相当于鼻咽部。

站桩功 气功的一种练功方法。许多内家拳的武术中有此功法。功法要求术者取站立姿式，外表不动，内心要静。持久的锻炼可使人自觉有“内气”活动，遍及全身。它

不但有保健治病的功效，在武术中可突发为“外气”，制敌取胜。

站档 练功方法之一。见上海中医学院附属推拿学校《少林内功》。两足分开，宽于两肩，足尖略内收，前胸微挺，后臀要蓄，两手后伸，挺肘翘掌，四指并拢，拇指外分，两目平视，呼吸随意。

旁廷 经外奇穴名。《千金要方》：“旁廷在腋下四肋间，高下正与乳相当，乳后二寸陷中。俗名注市，举腋取之，刺入五分，灸五十壮。主卒中恶，飞尸遁注，胸胁满。”即位于胸部第四肋间隙，乳头外开2寸，适与足太阴脾经天溪穴同位。

烧山火 针刺手法名。出明·徐凤《针灸大全》。其法将预定针刺深度分为浅（天部）、中（人部）、深（地部）三层，操作时，由浅至深，每层紧按慢提九次，如此反复几遍（称几度），至病人自觉某一部或全身有温热感时出针，并揉闭其孔；有引经通气，益阳补虚的作用。适用于一切顽麻冷痹及虚寒之症。凡经施术5~7度后，如无热感出现，宜即出针，另换他法。

烧灼灸 与温和灸相对而言，凡可使患者产生烧灼感觉的灸法，称之为烧灼灸，如化脓灸等。

烧针 出《伤寒论》。即温针。见该条。

拳尖穴 经外奇穴名。《千金要方》：“风翳患右目，灸右手中指本节头骨上五壮，如小麦大。左手亦如之。”《太平圣惠方》定名拳尖。位于手背第三掌骨小头之高点，握拳取之。主治目痛，目翳，癰风，赘疣等。艾炷灸3~5壮。

拳顶法 推拿手法名。手握拳，用食指或中指近端指间关节的背面用力按压穴位。作用似按法而刺激量较大。

准头 经穴别名。出《医宗金鉴》。即素髻。见该条。

瓷针 即陶针。参见该条。

资脉 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即痰脉。见该条。

消泺 经穴名。出《针灸甲乙经》。属手少阳三焦经。位于肘尖（尺骨鹰咀）与肩髃穴连线上，当清灵渊与臑会穴连线之中点处，前臂尽力旋前，在肱三头肌外侧头隆起的下缘。布有臂背侧皮神经，桡神经肌支和中侧副动、静脉。主治头痛，齿痛，项强，癫疾，臂痛，上肢麻痹等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

海底捞月 练功方法之一。见上海中医学院附属推拿学校《推拿学》。两手屈肘仰掌置于两腰，缓缓向上，由上胸徐徐高举，再向两侧分开，翘掌朝上旋腕，再慢慢使掌心向下，腰向前俯，两掌由上而下逐渐靠拢，两掌相迭，掌心朝上似抱物状，再慢慢抄起，缓缓提到胸部，上身随势而直，两手收回至腰部。

海底捞明月 小儿推拿方法名。见《脏腑图点穴法》。两手捏住患儿手腕，两大指按住屈侧面，两食指缓缓分拨手腕伸侧面的筋脉。有通十二经络的作用。

海泉 经外奇穴名。出《针灸大全》。位于舌系带中点处。主治呕吐，重舌肿胀，呃逆，喉闭，腹泻，消渴等。点刺出血（图99）。

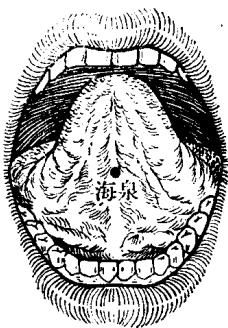


图99

浮心 推拿穴位名。出《幼科推拿秘书》。位于腕部大横纹的桡侧边。

浮白 经穴名。出《素问·气穴论》。属足少阳胆经。足太阳、少阳之会。位于颞骨乳突后上方，当天冲穴与完骨穴间平行耳后发际弧形连线的上1/3与中1/3交点处；或于耳根上缘向后入发际1寸处取穴。布有枕大神经分支及耳后动、静脉。主治头痛，耳鸣，耳聋，目痛，瘰气等。沿皮刺

0.3~0.5寸。艾条灸5~10分钟。

浮刺 古刺法名。十二刺之一。《灵枢·官针》：“浮刺者，傍入而浮之，以治肌急而寒者也。”指治疗肌肉挛急而属于寒的一类病症的针刺方法。其法斜针浅刺，故名浮刺。

浮郄 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足太阳膀胱经。位于大腿后外侧，腘窝横纹上1寸，股二头肌腱内侧缘处；或于委阳穴直上1寸取穴。另说“委阳上二寸”（《循经考穴编》广注）；“去殷门下一寸三分”（《针灸集成》）。布有股后皮神经，腓总神经和膝上外侧动、静脉。主治髌枢不仁，霍乱转筋，下肢麻痹等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

浮络 指位于皮部的络脉。因为位浅如浮，故名。《素问·皮部论》：“视其部中有浮络者……”《黄帝内经太素》杨注：“浮谓大小络见于皮者也”。临床上可根据其部位和色泽的变化用来诊断和刺血治病。

浮筋 推拿穴位名。即赤筋。详该条。

流注八穴 出《针经指南》。即八脉交会穴。详该条。

浴面 自我推拿方法名。见清·尤乘《寿世青编·十二段动功》，又名摩面擦面、干洗脸。双手擦热，贴在面下部，两手中指分别放在鼻翼两侧迎香穴处，向上推擦，经睛明、攒竹至前额发际处，然后两手分开推擦至额角后而下，经耳门穴而返回下面部。《寿世青编·十二段动功》：“浴面：将两手自相摩热，覆面擦之”。有畅通气血、祛风散寒、提神醒脑等作用。《理渝骈文》：“晨起擦面，非徒为光泽也，和气血而升阳益胃也”。常用以防治感冒、鼻炎、头痛、失眠等症。

涌泉 经穴名。出《灵枢·本输》。别名地冲。属足少阴肾经。井（木）穴。位于足掌心，第二、三跖骨间，当蹬足时呈凹陷处；或于足底中线的前、中1/3交点处取

穴。布有第二趾底总神经深层为足底弓。主治昏厥，头顶痛，眩晕，喉痹，衄血，舌干，失音，小儿惊风，癫痫，足心热，五趾尽痛；以及休克，中暑，神经衰弱，高血压，精神分裂症等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~15分钟（图100）。



图100

脊三穴 脊上三个穴位的合称。见《针灸经外奇穴治疗诀》。位于后正中线上哑门穴下1寸处一穴；陶道穴一穴；第五腰椎棘突下（十七椎下）一穴。主治脑脊髓膜炎，腰背神经痛等。各直刺0.5~1寸。艾炷灸1~3壮；或艾条灸5~10分钟。

脊中 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名神宗、脊俞。属督脉。位于背部第十一、十二胸椎棘突之间。布有第十一胸神经后支的内侧支和第十一肋间动脉后支。主治腰脊强痛，黄疸，腹泻，痔疮，脱肛，癫痫等。向上斜刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

脊内俞 经穴别名。出《铜人腧穴针灸图经》。即中脊俞。见该条。

脊阳关 经穴别名。出《循经考穴编》。即腰阳关。见该条。

脊柱旋转复位法 推拿手法名。用一手拇指顶住偏歪的棘突，推向健侧；另一手搂住背部，使脊柱向偏歪的一侧作旋转运动；两手协同，以将偏歪的棘突拨正。常用于腰椎后关节紊乱、腰椎间盘突出症等。

脊背五穴 经外奇穴名。《千金要方》：“大人癫，小儿惊痫，灸背第二椎及下旁骨两处，以绳度，中折绳端一处，是脊骨上也，凡三处毕，复断绳作三折，令各等而参合如△字，以一角注中央灸，下二角挟脊两边，便灸之，凡五处也。”《类经图翼》列作奇穴，名脊背五穴。即第二胸椎棘突高点一穴，骶骨尖端一穴，两穴连线中点处一

穴，再以此穴为顶点，以前两穴连线的1/6为一边，作一等边三角形，底边呈水平，下两角顶点二穴，共5穴。主治癫疾，惊痫等。艾炷灸3~5壮。

脊俞 经穴别名。出《太平圣惠方》。即脊中，见该条。

脊旁 见《针灸学简编》（第二版）。即夹脊穴。见该条。

害肩 六经皮部之一。害，古与盍、阖通，阖为闭合，肩有任的意思。阴经以厥阴为阖，故称“害肩”。《素问·皮部论》：“心主之阴，名曰害肩，上下同法，视其部中有浮络者，皆心主之络也。”说明手足厥阴经循行部位上所见到的浮络都属厥阴络，而浮络之外的皮肤，即为厥阴皮部。

害蜚 六经皮部之一，阳明皮部名。“害”古与盍、阖通用，应读作“阖”，“蜚”是阳气飞动之意。阳经以阳明为阖，故称“害蜚”。《素问·皮部论》：“阳明之阳，名曰害蜚，上下同法，视其部中有浮络者，皆阳明之络也”。说明手足阳明经循行部位上所见到的浮络都属于阳明络，而浮络之外的皮肤，即为阳明之皮部。

宽喉法 推拿方法名。即喉科擒拿法。见擒拿法条。

窍阴 经穴名。在头部者，称头窍阴；在足部者，称足窍阴，同属足少阳胆经。见各该条。

容主 见上关条。

容成 人名，传为黄帝大臣。相传道家采阴补阳的房中术，即由容成传来。因之容成成为房中的代名。《汉书艺文志》阴阳家有《容成阴道二十六卷》，《容成子十四篇》，均已失传。其片段见《医心方》二十八卷中。

窈穴 泛指穴位。《针灸聚英》：“此书以经络窈穴类聚为一卷。”

案扪（wù 务） 按摩导引之意。扪，动也。出《史记·扁鹊仓公列传》。又

作案玩、案玩。唐·司马贞《史记索隐》：“**玩**，也谓按摩而玩弄身体使调也”。案同按；玩通玩，意义均同；即按摩和活动肢体的意思。

案玩 即案玩。玩，音义同玩。出《史记：扁鹊仓公列传》。清·张文虎《校刊史记集解索隐正义札记》：“案玩：《索隐》、宋本、中统、游、凌、毛并作‘玩’；王、柯譌‘玩’；凌引一本作‘元’。《考异》云：《索隐》音玩，谓按摩而玩弄身体，当作‘玩’，从手从元”。见案玩条。

悟真篇 内功内丹专著，宋·张伯端著。全书有诗词百篇，演述金丹的道理。

被动动作 指推拿手法中运动肢体关节一类的手法。又称被动运动。由医生根据治疗的需要，在关节活动功能的许可范围内，活动病人的肢体关节。操作时，患者须放松肌肉，听任医生活动。在个别情况下，患者要协助用力或进行对抗。有舒展筋脉、活血祛瘀、滑利关节、解除粘连、疏通狭窄、整复脱位等作用。

被动运动 即被动动作。见该条。

调和法 即《针灸大成》所称的平补平泻。见该条。

〔 7 〕

弱刺激 指较小量的针灸刺激。针刺，用细短针具，低频率，小幅度，短时间地捻转提插，使患者获得微弱针感者为弱刺激。灸治，则以小炷，少壮或短时间熏灸为弱刺激。适用于体质较弱，耐受性较差，或情绪紧张，易于晕针晕灸的患者。

陵后 经外奇穴名。见《针灸孔穴及其疗法便览》。位于小腿外侧，当腓骨小头后缘下方凹陷处。主治腓神经痛，膝关节炎，坐骨神经痛，下肢麻痹或瘫痪。直刺0.5～1寸。艾炷灸3～5壮；或艾条灸5～10分钟。

陷谷 经穴名。出《灵枢·本输》。属足阳明胃经。别名陷骨。输（木）穴。位于足背第二、三跖骨结合部之前方凹陷处；或于内庭穴上2寸取穴。布有足背内侧皮神经和足背静脉网。主治腹痛胀满，肠鸣泄痢，面目浮肿，目赤痛，疝气，足背肿痛等。直刺0.5～1寸。艾炷灸3～5壮；或艾条灸5～10分钟。

陷骨 经穴别名。见《普济方》。即陷谷。见该条。

陶针 以陶瓷碎片代针称陶针，或称瓷针。《本草纲目》：“以瓷针治病，亦砭之遗意也。”参见陶针疗法条。

陶针疗法 是指用陶针在体表特定部位浅刺以治疗疾病的方法。本法起源很古，现在尚流传于广西壮族地区。临床操作时，一般均选用中锋陶针，慢性虚寒病症用轻刺激，急性实热疾患用重刺激。

陶道 经穴名。出《针灸甲乙经》。属督脉。督脉、足太阳之会。位于背部第一、二胸椎棘突之间。布有第一胸神经后支的内侧支和第一肋间动脉后支。主治发热，疟疾，头痛，项背强痛；以及癰疽，精神分裂症等。向上斜刺0.5～1寸。艾炷灸3～7壮；或艾条灸5～15分钟。

通门 经穴别名。出《针灸聚英》。《针灸大成》作过门。即三阳络。见该条。

通天 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名天白、天伯。属足太阳膀胱经。位于头正中线上入发际4寸，再旁开1.5寸处（《铜人腧穴针灸图经》）。另说在头正中线上入前发际4.5寸，再旁开1.5寸（《针灸甲乙经》）；或在头正中线上入前发际3.5寸，再旁开1.5寸处（《千金要方》）。布有枕大神经分支及颞浅动、静脉和枕动、静脉的吻合网。主治头痛，目眩，鼻塞，鼻衄，鼻痔，以及急、慢性鼻炎等。沿皮刺0.3～0.5寸。艾炷灸3壮；或艾条灸5～10分钟。

通气法 即行气法。见该条。

通关 经穴别名。《针灸摘英集》：“通关二穴，在中腕穴两旁同身寸之相去各五分”。所指即阴都穴。

通里 经穴名。出《灵枢·经脉》。《千金要方》作通理。属手少阴心经。手少阴之络穴。位于前臂掌侧，当尺侧腕屈肌腱桡侧缘，腕横纹上1寸处。布有前臂内侧皮神经，尺侧为尺神经；并有尺动脉通过。主治心痛，心悸怔忡，头晕，目眩，咽喉肿痛，暴瘡，舌强不语，腕关节痛等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸1~3壮；或艾条灸5~10分钟。

通间 经穴别名。《素问·骨空论》：“臂骨空在臂阳，去踝四寸，两骨空之间。”王冰注：“在支沟上同身寸之一寸，是谓通间。”所指即三阳络穴。见该条。

通谷 ①经穴名。位于腹部者，称腹通谷，属足少阴肾经；位于足部者，称足通谷，属足太阳膀胱经。②经外奇穴名。《千

金要方》：“心痛恶气上胁急痛，灸通谷五十壮，在乳下二寸。”主治心痛，胁痛，乳腺炎，肋间神经痛等。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

通脉法 小儿推拿方法名。《幼幼集成》卷三：“凡小儿忽儿手足厥冷，此盖表邪闭其经络，或风痰。阻其荣卫，又或大病之后，阳不布散于四肢。逐用生姜煨熟，捣汁半小杯，略入麻油调匀，以指蘸姜油，摩儿手足，往下搓挪揉挾，以通其经络。俟其热回，以纸拭去之。凡小儿指纹滞涩，推之不动，急以此法推豁之。盖此法不论阴阳虚实，用之皆效”。

通理 ①经外奇穴名。出《针灸集成》。位于足背部，当第四、五跖骨间，小趾跖趾关节上2寸处。主治崩漏，月经过多。斜刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮；艾条灸5~10分钟。②通里穴别名。详该条。

十 一 画

〔一〕

球后 经外奇穴名。位于眶下缘的外1/4与内3/4交点处。布有面神经分支及颧面神经分支，眶下神经和眶下动、静脉。主治视神经萎缩，视神经炎，近视，青光眼，玻璃体混浊，内斜视等。直刺，嘱病人眼向上看，固定眼球，朝视神经孔方向刺1~2寸。勿用强烈手法。出针后轻轻压迫局部1~2分钟。以防出血。

理法 推拿手法名。又名缕法。见曹锡珍《外伤中医按摩疗法》。用手握住肢体，然后一松一紧，自上而下循序移动。多用于四肢部。有理顺筋脉的作用。

理筋 推拿手法名。见杜自明《中医正骨经验概述》。用手指顺着筋脉缓缓地进

行按压推移，反复多次。有舒理筋脉、畅通气血等作用。

勒法 推拿手法名。用屈曲食、中两指紧夹患者手指（趾）根部，迅速滑出指（趾）端。常用于指、趾麻木、屈伸不利之症。

营池 经外奇穴名。出《千金要方》。别名阴阳。位于足内踝下缘前、后之凹陷处，每侧二穴，左右计4穴。主治月经过多，赤白带下。直刺0.2~0.3寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

营治城郭 自我推拿方法名。见南朝齐梁、陶弘景《真诰》。城郭即耳郭。用手掌紧贴耳朵，一紧一松数遍。能防治失聪。《圣济总录》卷一百九十九：“耳欲得数按抑，左右令无数，使人听彻。所谓‘营治城郭’。”

黄土饼灸 隔饼灸之一。出《千金要

方》。取净土和水为泥，制成6毫米厚的药饼，细针穿刺数孔，上置艾炷施灸。每灸一炷，即易一饼，施灸壮数，当以病情而定。适用于发背疔疽，对白癣、湿疹等也有一定疗效。

黄丹 即铅丹。见该条。

黄庭经 气功书名，传为晋武帝将军魏舒之女魏夫人著。约成书于公元317年以前，包括《黄庭内景经》、《黄庭外景经》、《黄庭遁甲缘身经》、《黄庭玉轴经》等四种。书中多使用隐语，论精、气、神在气功中的作用。世人推此书为道家之祖。

黄筋 推拿穴位名。①即赤淡黄筋。见《保赤推拿法》。②即赤筋。各详该条。

黄蜂入洞 小儿推拿方法名。①用屈曲的大拇指按揉小儿的外耳道，有通气作用。见《小儿推拿秘诀》。②将耳壳折向前方以掩住耳门，有通气作用。见《小儿推拿秘诀》。③即洗井灶法。见《幼科推拿秘书》。详该条。④屈儿小指，再揉劳宫穴，有去风寒作用。见《针灸大成》卷十。⑤即黄蜂出洞。见《小儿推拿秘旨》。详该条。⑥在小儿前臂屈侧部正中，从腕横纹盘旋揉至肘横纹处。见《小儿推拿广意》。

黄蜂出洞 小儿推拿方法名。出陈氏《小儿按摩经》。掐心经、劳宫和推三关后，将两手拇指并拢在前，余四指随后，在小儿前臂屈侧部，由腕横纹处向上一捏一放，然后再掐八卦中的离、坎两穴。《针灸大成》卷十：“大热。做法：先掐心经，次掐劳宫，先开三关，后以左右二大指从阴阳处起，一撮一上至关中，离、坎上掐穴。发汗用之。”《小儿推拿秘旨》又称本法为黄蜂入洞。

域中 见彘中条。

梅花针 皮肤针之一种。因针柄一端集针五枚形如梅花，故名。参见皮肤针条。

梅花针疗法 皮肤针疗法之一。因使用梅花针进行刺激而名。见该条。

梳法 推拿手法名。见《理渝骈文》。又称疏法。五指展开，以指面和掌面为接触面，如梳发状在体表作轻轻的滑动。有疏通积滞的作用。

豉饼灸 隔饼灸之一。出《千金要方》。又称豆豉灸。将淡豆豉粉末用黄酒调和，制成6毫米厚的药饼，用细针穿刺数孔，上置艾炷施灸。适用于痈疽发背溃后久不收口，疮色黑暗者，可促使疮口愈合。

曹溪 经穴别名。出《普济本事方》。即风府。见该条。

辄筋 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名神光、胆募。属足少阳胆经。位于侧胸部，腋窝中点直下3寸，再向前1寸处，约平乳头。布有第五肋间神经外侧皮支；并有胸外侧动、静脉及第五肋间动、静脉通过。主治胸满，气喘、胁痛，呕吐，吞酸；以及乳腺炎，肋间神经痛等。斜刺0.3~0.5寸，不宜深刺。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~15分钟。

辅骨 辅助主干的骨骼。①指腓骨。《医宗金鉴》：“小腿骨……在后者名辅骨，其形细”。②指桡骨。《医宗金鉴》：“臂骨有正辅两骨，辅骨在上，短细偏外”。③指挟膝两侧之骨。包括股骨下端的内外上髁和胫骨上端的内外侧髁。在内侧者名内辅骨，在外侧者名外辅骨。《素问·骨空论》：“辅骨上横骨下为榫……骸下为辅，辅上为膕”。

捧耳摇头 小儿推拿方法名。出《幼科铁镜》。又名揉耳摇头，丹风摇头。先用两手拇、食两指揉捏小儿两耳垂，再用两手捧住小儿头部轻轻摇动。有镇惊、退热、祛风寒等作用。《保赤推拿法》：“将两手捻儿两耳下垂揉之，再将两手捧儿头摇之”。

掩耳 自我推拿方法名。出《诸病源候论·头面风候》。用手掌掩住两耳，伸屈头部数次。能治头痛，眩晕。明·高濂《遵生八笺》：“邪风入脑，虚火上攻，则头目昏旋，偏正作痛。……以两手掩耳，折头五七

次，……以逐其邪，自然风散邪去”。

掩法 推拿手法名。见《诸病源候论·头面风候》。用手掌遮盖于穴位或一定部位上。《备急千金要方·少小婴孺方》：“治小儿夜啼……以儿母手掩脐中，亦以摩儿头及脊”。

掉尾势 即工尾势。详该条。

揅法 推拿手法名。见曹锡珍《外伤中医按摩疗法》。揅是拉长、扯平的意思。①用一手或两手握住患肢的手指或足趾，作上下颤动。使患肢有如波浪起伏地抖动。②即拨法。

捶法 推拿手法名。出《千金要方·养性》。用拳或手掌尺侧部有节奏地击打治疗部位，用力较击法轻。一般用双手交替起落捶击。《石室秘录·摩治法》：“手足疼痛者……轻轻捶之千数，觉两足少快……”。

揅中指法 小儿推拿方法名。出《厘正按摩要术》。用左手拇指及无名指捏持小儿中指端，以中指和食指托住中指指背，用右大指外侧在中指指面推之。治寒热往来。

推扳法 推拿手法名。用手指紧紧按住肌肉，进行与肌纤维成垂直方向的向前推压或向后扳动，使痉挛的肌肉得到牵伸而放松。常用以治疗软组织劳损、痉挛、粘连等引起的疼痛等症。

推把上桥 练功方法之一。见上海医学院附属推拿学校《推拿学》。两人对练，同取弓步，双方虎口相交叉，轮流进行推拉。

推肚脐 小儿推拿方法名。用两大指交互由脐向小腹或小腹向脐推。《厘正按摩要术·立法》：“推肚脐：须蘸汤，往小腹下推，则泄；由小腹往肚脐上推，则补”。

推法 推拿手法名。出《灵枢》。用手指或手掌着力于人体一定部位或穴位上，用力向一定方向推动。根据历代在应用上发展，常用的有平推法、直推法、旋推法、分推法、一指禅推法等。各详该条。有疏通经络，行气消瘀等作用。

推胃脘 小儿推拿方法名。由喉部向下推至中脘穴，用治呕吐等症。《厘正按摩要术》：“推胃脘：由喉往下推，止吐；由中脘往上推，则吐。均须蘸汤”。

推骨节 小儿推拿治疗方法名。又称推脊。《厘正按摩要术》：“推骨节，由项下大椎，直推之龟尾，须蘸葱姜汤推之，治伤寒骨节疼痛。”有退热作用。

推食指法 小儿推拿方法名。《推拿指南》：“推食指法，此法能和气血，能发汗，用右大指外侧在虎口三关上，向上下推之，男左女右”。

推拿 中医学中防治疾病的一门学科。又称为按摩、按跷、乔摩、矫摩等。是在人体一定部位上，运用各种手法和进行特定的肢体活动，以达到疏通经络、滑利关节、促使气血运行、调整脏腑功能、增强人体抗病能力等作用，以来防治疾病的方法。广泛应用于临床各科的多种病症中。《灵枢·九针论》：“形数惊恐，筋脉不通，病生于不仁，治之以按摩醪药。”《汉书·艺文志》记有《黄帝歧伯按摩》十卷。《抱朴子·道意》中有关“自摩法”的记述。隋唐时代在太医署中设有按摩博士等职位。明清时代在小儿推拿方面有较大发展，并开始广泛应用“推拿”这个名称（见《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》）。解放后推拿得到了很大的发展，并大大丰富了保健推拿、整骨推拿、小儿推拿、运动按摩、推拿麻醉等各方面的内容。

推脊 小儿推拿方法名。即推骨节法。详该条。

推拿手法 在推拿防治疾病过程中所施行的各种技巧动作。它通过许多不同形式的操作方法来刺激人体的经络穴位。其中有的以按捏为主，如按法、压法、点法、拿法、捏法等；有的以摩擦为主，如平推法、擦法、摩法、搓法、揉法等；有的以振动肢体为主，如拍法、抖法等；有的以活动肢体关

节为主,如摇法、扳法、引伸法等。共约有一百余种。根据情况,可选择或综合应用。

推拿麻醉 祖国医学的麻醉方法之一。又称按摩麻醉。运用推拿手法刺激穴位以达到镇痛效果,使病人能在意识完全清醒的状态下接受手术的方法。常用于拔牙、甲状腺切除、胃部分切除等手术。由于在手法操作中,多用按压一类的手法,又有指压麻醉或点穴麻醉之称。

推拿基本手法 ①推拿手法中动作比较单一的基本操作方法。如按法、摩法、推法、拿法、扳法、摇法等。许多手法都是在此基础上发展变化而成。如小儿推拿中的按弦走搓摩法即由按、搓、摩三种基本手法组成。②推拿各学术流派中最主要或最常用的手法。

推摩法 ①指小儿按摩法。心禅《一得集·推摩法论》：“推摩法……按病推之。……其法以手五指分主五脏，指尖属脏；本节属腑。热清寒温，实泻虚补，分顺推逆，推左旋右，旋右推左，以定温清补泻之法，俱有下数，或三百或五百，不可乱推。又有揉以运气，掐以定惊。面上亦各有所主之部位，肚腹手足，俱可推摩”。②推拿手法名。其法用手掌边推边摩。

推攒竹 小儿推拿方法名。详开天门条。

推罐法 即走罐法。详该条。

捻五指背皮法 小儿推拿治疗方法名。《保赤推拿法》：“捻五指背皮法：将五指背面夹缝上皮轻轻捻之，治惊吓，又燥湿”。

捻法 ①刺法名。捻同撚，指入针后，以拇、食指持针作前后交替动作使针转动的方法，现称捻转法。《针经指南》：“捻者，以手捻针也，务要识乎左右，左为外，右为内，慎记耳。”《针灸大成》：“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。指出本法有行气的作用，以使气至病所，提高疗效。参捻转法条。②推拿手法名。出《备急千金要方·养性》。用拇指和食指捏位一定部位，对称用力作均匀和缓的捻线状搓揉。《保赤推拿法》：“捻者，医以两指撮几皮，微用力而略动也”。《石室秘录·摩治法》：“手足疼痛者……执其两手捻之者千下而后已。”本法多用于指、趾小关节及浅表肌肤部。有调和气血的作用。《诸病源候论·鼻病诸候》：“手捻鼻两孔，治鼻中患”。

捻转行气 行气法之一。指用捻转的手法来控制针感传导方向的方法。金·窦汉卿《金针赋》：“欲气上行，将针右捻，欲气下行，将针左捻。”据针灸临床实践，捻转的手法虽可促使针感的产生和加强传导，但对针感传导方向的影响似无一定的关系。

捻转补泻 指针刺得气后，以捻转幅度的大小、频率的快慢和次数的多少来分别补泻的方法。《灵枢·官能》：“泻必用员，切而转之……补必用方……微旋而徐推之”。现今一般以捻转幅度较小（ 180° 左右），频率较慢，次数较少者为补；捻转幅度较大（ 360° 以上），频率较快，次数较多者为泻。亦有以捻转的方向分别补泻。金·窦汉卿《标幽赋》：“迎夺右而泻凉”，“随济左而补暖”。意指右转为泻，左转为补。

捻转法 指针刺时，使针体作左右旋转的一种基本针刺手法。通常以右手拇食指持住针柄，进行一前一后的交替运动，针即呈旋转状。捻转幅度的大小应视病情而定。一般在 180° 左右的称小幅度捻转； 360° 以上的称大幅度捻转。施行捻转法时，应注意勿过度单向捻转，以免肌肉纤维缠绕针体，造成滞针。

掐大指 小儿推拿方法名。《针灸大成》卷十：“小儿喉中气响，掐大指第二节”。

掐五指爪甲 小儿推拿方法名。出《保

赤推拿法》。重掐小儿五指的爪甲处。《保赤推拿法》：“掐五指爪甲法，治惊吓，若不醒，再拿精宁、威灵二穴”。

掐五指节 小儿推拿方法名。其法有二：①出《小儿按摩经》。掐小儿五指近端指间关节手背侧的横纹处。祛风，化痰，苏醒人事，通关膈闭塞。治惊风，四肢抽搐，夜寐不安，伤风，面青等症。掐后继用揉法，治口眼歪斜，咳嗽，风痰等症。②出《针灸大成·卷十·阴掌图各穴手法仙诀》：“掐五指节：伤风被水吓，四肢常掣，面带青色用之”。

掐中指甲法 小儿推拿方法名。《保赤推拿法》：“掐中指甲法，将儿中指甲上面轻轻掐之，止儿泻”。《厘正按摩要术》：“掐中指甲，医者以大指入儿中指甲内，着力掐之，治急慢惊”。

掐法 推拿手法名。又称爪法。用指甲按压穴位。用力较重而刺激面积较小，为开窍解痉的强刺激手法。常用于晕厥、惊风等证。《幼科推拿秘书》：“掐者，用大指甲，将病处掐之。”《厘正按摩要术·立法》：“掐之则生痛，而气血一止，随以揉继之，气血行而经舒也”。

掐揉五指节法 小儿推拿方法名。《推拿指南》：“掐揉五指节法，此法治风痰咳嗽，口眼歪斜，……用右大指甲掐之，复以右大指面揉之，男左女右”。

掐揉中指节 小儿推拿方法名。出《小儿按摩经》。用手指掐病儿中指第一节横纹，掐后揉之。治泄泻，咳嗽等症。

掖门 ①经外奇穴名。《千金要方》：“掖门在掖下攒毛中一寸，名太阳阴，一名掖间。灸五十壮，主风。”《千金翼方》作腋门。位于腋中线上，腋窝下1寸处。主治诸风惊妄，呃逆，狐臭，瘰癧等。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。②经穴别名。见液门条。

掖间 经外奇穴别名。出《千金要方》。

即掖门。见该条。

接经行气法 行气法之一。又称循经接气法。指按照经脉循行方向在其穴位上依次针刺，以使针感向一定部位传导的方法。如针刺足三里穴，欲使针感达胃，则可从足三里、梁丘、伏兔、脾关等穴循经而上，依次针刺。也可不按穴位针刺，即其针感在那里终止，就在那里下针相接。

接骨 经外奇穴别名。见《中国针灸学》。即接脊。见该条。

接脊 经外奇穴名。出《太平圣惠方》。别名接骨。位于背部中线，当第十二胸椎棘突下凹陷处。主治小儿痢疾，脱肛，癫痫，消化不良等。斜刺0.5~1寸。艾炷灸1~3壮；或艾条灸5~10分钟。

揠法 推拿手法名。出《千金要方·养性》。使关节作扭转活动的方法。

掘法 推拿手法名。即擦法。《千金要方·老子按摩法》：“两手拳反背上，掘脊上下亦三遍。（掘措之也）”。

〔 1 〕

顽凶 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即顽息。见该条。

顽息 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名顽凶。属手少阳三焦经。位于耳后，当翳风穴与角孙穴沿耳翼连线的上、中1/3的交点处。布有耳大神经和耳小神经的吻合支，并有耳后动、静脉通过。主治头痛、耳鸣、耳聋，惊痫、抽搐等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾炷灸3壮；或艾条灸5~10分钟。

虚里 ①经络名。十六络脉之一。《素问·平人氣象论》：“胃之大络，名曰虚里。”位于左乳下心尖搏动之处，是宗气的表现，宗气以胃气为本，故称作胃之大络。②推拿穴位名。位于左乳下三寸。《厘正按摩要术》：“虚里，在左乳下三寸”。

雀啄灸 悬起灸之一种。将艾条燃着的一端在施灸部位上作一上一下忽近忽远的一

种灸法。形如雀啄，故名。适用于昏厥急救及一般虚寒性疾病。本法热感较强，应避免灼伤皮肤。

雀啄法 见提插法条。

常在 气功术语。脾神的代名词。《简易方》：“脾名常在”。

啄法 推拿手法名。见曹锡珍《外伤中医案摩疗法》。五指聚拢或稍分开，用指端快速叩击治疗部位，如鸡啄之状。

眼系 见《灵枢·寒热病》。即目系，见该条。

眼保健操 预防近视眼和保护视力的一种自我推拿方法。它通过对眼部周围一些穴位的轻柔按摩，能疏通经络，调和气血，消除眼肌疲劳，减轻睫状肌痉挛，消退眼部郁血，有助于预防近视眼的发生，并对近视（尤其是假性近视）和视力减退有一定治疗作用。《诸病源候论·目暗不明候》：“以两手中指……相摩，拭目，令人目明”。《圣济总录》：“《太上三关经》云：常欲以手按目近鼻之两眦，闭气为之，气通即止。终而复始，常行之，眼能洞见。又云：导引毕，以手按目四眦，三九遍捏，令见光明，是检眼神之道，久为之，得见灵也”。解放后，编有眼保健操多种，在我国学校中推行，对预防近视眼和保护视力起到了积极作用。目前常用的有两种，一种为四节，即揉天应穴（上眶角）、挤按睛明（鼻根部）、按揉四白穴、按太阳穴并轮刮眼眶。另一种为五节，即挤按睛明穴、按揉太阳穴和轮刮眼眶、按揉四白穴、按揉风池穴、干洗脸。

蛇头 经穴别名。出《针灸甲乙经》。《针灸资生经》等作池头。即温溜，见该条。

趺阳 经穴别名。《类经图翼》：“冲阳，一名会原，即仲景所谓趺阳也。”后有以趺阳作冲阳之别名者。见冲阳条。

累属 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即命门。见该条。

悬极俞 见悬枢条。

悬枢 经穴名。出《针灸甲乙经》。《医心方》名悬极俞。属督脉。位于腰部，第一、二腰椎棘突之间。布有腰神经后支的内侧支和腰动脉后支。主治腰痛，腹痛，泄泻，痢疾，脱肛等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

悬命 经外奇穴名。出《千金要方》。别名鬼禄。位于上唇系带之中点处。主治癫狂，昏迷谵语，小儿惊痫等。直刺0.1~0.2寸。

悬厘 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足少阳胆经。手足少阳、阳明之会。位于鬓角之下际，当头维穴与曲鬓穴间沿鬓发弧形连线的下1/2中点处。布有耳颞神经颞支和颞浅动、静脉顶支。主治偏头痛，耳鸣，癫痫，目外眦痛，齿痛；以及三叉神经痛等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾条灸5~10分钟。

悬泉 经穴别名。出《千金要方》。即中封。见该条。

悬钟 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名绝骨，属足少阳胆经。八会穴之髓会。位于小腿前外侧、外踝尖上3寸，当腓骨后缘与腓骨长、短肌肌腱之间凹陷处。布有腓浅神经和胫前动、静脉分支。主治胸腹胀满，颈项强急，落枕，偏头痛，半身不遂，腰腿疼痛，脚气；以及坐骨神经痛，下肢瘫痪等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟（图101）。

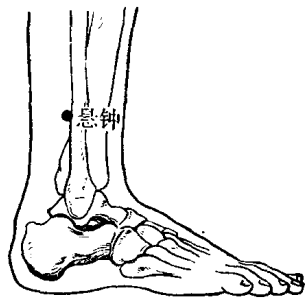


图101

悬起灸 艾条灸之一种。将艾条悬于穴上施灸的方法。又分为温和灸、雀啄灸和回旋灸三种。一般每次灸至皮肤温热潮红为

度。详温和灸、雀啄灸、回旋灸条。

悬浆 经穴别名。出《针灸资生经》。即承浆。见该条。

悬颅 经穴名。出《灵枢·寒热病》。属足少阳胆经。手足少阳、阳明三脉之会。位于鬓发中，当头维穴与曲鬓穴间沿鬓发弧形连线的中点（《针灸甲乙经》）。布有耳颞神经颞支和颞浅动、静脉顶支。主治偏头痛，目外眦痛，齿痛，面肿，鼻鼾衄等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾条灸5~10分钟。

悬档 练功方法之一。见上海中医学院附属推拿学校《推拿学》。两足分开，屈膝半蹲，两手后伸，挺肘翘掌，四指并拢，拇指外分，两目平视。

婴儿 ①气功隐语，指心血。②炼丹术语，指铅。③初生儿称婴儿。

患门 经外奇穴名。见《医学入门》。位于背部。取穴时，先以绳量取足大趾端经足跟至骶横纹长度，然后此绳一端从鼻尖沿头正中线向后量至背脊，尽端作点标记；再从此点旁开以鼻柱底至口角端距离处。一说在第五胸椎突起两旁各开1.5寸处（《针灸学》江苏中医进修学校）。主治五劳七伤，骨蒸潮热，面黄体瘦，饮食无味，咳嗽，遗精，盗汗，心痛，胸背引痛等。艾炷灸3~7壮。

崇骨 经外奇穴名。出《针灸集成》。别名椎顶、太祖。位于后正中线，第六颈椎棘突下缘。主治感冒，咳嗽，疟疾，项强；以及支气管炎，癫痫等。直刺0.5~1寸。艾炷灸5~7壮；或艾条灸5~15分钟。

颞 ①人体部位名。指眼眶下面的骨，相当于解剖学上的上颌骨与颧骨构成眼眶的下侧部分。《灵枢·经脉》：“三焦手少阳之脉……以屈下颊，至颞”。②经穴别名。出《外台秘要》。即禾髎。见该条。

〔 丿 〕

银口 经外奇穴名。见《针灸孔穴及其

疗法便览》。位于肩胛骨下角处。主治咳血，肋间神经痛，肺炎等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

银针 针具名。指银质所制的针具。参见金针条。

铜针 针具名。指铜质所制的针具。估计我国在青铜器时代已开始应用。

矫摩 推拿的古称。出《说苑》。《苍颉篇》：“矫，正也。”《易·说卦传》宋衷注：“曲者更直为矫，直者更曲为揉。”一说矫通桥，是举的意思。

偶刺 古刺法名。十二刺之一。又称阴阳刺。《灵枢·官针》：“偶刺者，以手直心若背，直痛所，一刺前，一刺后，以治心痹。刺此者，傍针之也。”指治疗心气闭塞，如心胸痛一类疾病的针刺方法。其法用手按其胸背，当痛处所在，前后相对各刺一针。刺时必须斜针刺入，以防伤及内脏。因此法一前一后相对针刺，前胸属阴后背属阳，故又名阴阳刺。后世所称的前后配穴法即源于此。

偏历 经穴名。出《灵枢·经脉》。属手阳明大肠经。手阳明之络穴。位于前臂背面桡侧，阳溪穴与曲池穴连线上，距阳溪穴3寸处；或以两手虎口交叉，当中指尽处是穴。其桡侧布有前臂外侧皮神经和桡神经浅支，尺侧为前臂背侧皮神经和前臂骨间背侧神经；并有头静脉通过。主治鼻衄，耳聋，耳鸣，目赤，齿痛，咽喉肿痛，口眼歪斜，水肿，腕臂痛等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

偏肩 经穴别名。出《针灸大成》。即肩髃。见该条。

偏骨 经穴别名。出《循经考穴编》。即肩髃。见该条。

偏跏 气功姿势名称。俗称单盘膝。即盘膝而坐，一足落地，另一足压于对侧大腿上。

得气 指进行针刺时,患者所产生的酸、麻、重、胀、疼痛或触电样反应以及医生持针之下的沉紧等感觉。《灵枢·终始》:

“坚拒勿出,谨守勿内,是谓得气。”《医学入门》指出:“如针下沉重胀满者,为气已至,若患人觉痛则为实,觉酸则为虚。如针下轻浮虚活者,气犹未至。”历代针灸医家都十分重视针刺的得气,认为“刺之要,气至而有效”(《灵枢·九针十二原》)。如已得气,则应“密意守气勿失”(《灵枢·小针解》)。如未得气,可采取候气或催气的方法,促使得气。目前,对得气的理解,大多着重于受针者的感觉,称为针刺感应。详该条。

盘法 ①刺法名。指入针后,手持针柄并作圆环形轻盘摇转的方法。《针经指南》:“盘者,如针腹部,于穴内轻盘摇转而已”。《针灸问对》又规定了每次盘转的次数,并以左右区分补泻,谓:“其盘法如循环之状,每次盘时,各须运转五次,左盘按针为补,右盘提针为泻,故曰盘以和气。”本法多用于腹部或肌肉丰满处的穴位,有促使针下得气的作用。②推拿手法名。即活动幅度较大的摇法。

斜板法 推拿手法名。又名斜搬法。施术时,患者侧卧上面腿屈曲,下面腿伸直。医者用一手扶住其肩前部,另一手扶住臀部,两手同时用力作相反方向推动,使其腰椎扭转。常用于腰椎间盘突出症及腰椎后关节紊乱等症。

斜刺 针刺角度之一。指进针时,针体与穴位皮肤呈 60° 左右刺入的刺法。主要用于骨骼边缘和肌肉浅薄处的穴位。在运用某些针刺手法进行催气时亦常使用。斜刺时,采取或上、或下、或左、或右的方向,则根据具体穴位或补泻要求而定。

斜搬法 推拿手法名。即斜板法。详该条。

脚后跟穴 出《千金要方》。位置同女

膝穴。参该条。

脚髓孔 见足髓孔条。

腠腠 经穴别名。即气海。《灵枢·九针十二原》:“育之原,出于腠腠。”

〔·〕

毫针 针具名。《灵枢·九针十二原》:“毫针,长三寸六分”。“尖如蚊虻喙”。又《九针论》云:“毫针取法于毫毛,长一寸六分。主寒热痛痹在络者也”。现代的毫针,多用不锈钢制成,坚韧锋利,方便耐用。亦有用金、银或其他合金制成者。毫针的构造分针尖(针芒)、针身、针根、针柄、针尾五部分。为适应临床的需要,其针身长短和粗细各有不同的规格,针身长度有0.5寸(15mm),1寸(25mm),1.5寸(40mm),2寸(50mm),2.5寸(65mm),3寸(75mm),4寸(100mm),5寸(125mm),6寸(150mm)等几种;粗细直径有26号(0.4mm),28号(0.38mm),30号(0.32mm)和32号(0.28mm)等几种;临床以1.5~3.5寸长度和26~30号粗细的毫针为常用。

旋机 见璇玑条。

旋推法 推拿手法名。为推法的一种。用拇指指腹在穴位上作回旋移动,用力较轻,不带动皮肉筋脉。

鹿戏 导引法,系模仿鹿的动作的一种体操健身活动。《后汉书·华佗传》始列入五禽戏中。《云笈七籤·导引按摩》(似为宋以前,公元960年前著作),始有简单动作记述:“鹿戏者,四肢距地,引项反顾,左三右二。左右伸脚,伸缩亦三亦二也。”此后流派很多。

痘门 见哑门条。

疔 ①指针孔。《灵枢·邪气脏腑病形》:“已发针,或按其疔,无令其出血”。

②指穴位。《灵枢·热病》:“所谓五十九刺者,两手外内侧各三,凡十二疔……”。

③指针刺次数。《素问·刺腰痛论》：“厥阴之脉，令人腰痛……刺之三痛。”王冰注：“三刺其处，腰痛乃除”。

章门 经穴名。出《脉经》。别名长平、胁髎、季胁。属足厥阴肝经。脾之募穴。足厥阴、少阳之会。八会穴之脏会。

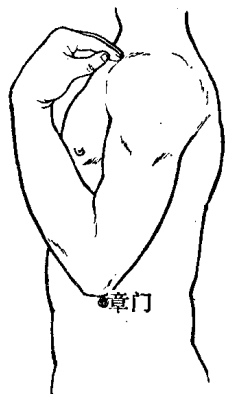


图102

位于侧腹部、腋中线直下，当第十一肋游离端之际；屈肘合腋时正当肘尖尽处（《针灸甲乙经》）。一说“在季肋前一寸半”（《脉经》）。其稍下方布有第十肋间

神经，并有第十肋间动脉末支通过。主治胸胁满痛，腹胀，肠鸣，呕吐，泄泻，痞块，背强腰痛，以及肝脾肿大，消化不良等。直刺或斜刺0.5~1寸，不宜深刺。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟（图102）。

商丘 经穴名。出《灵枢·本输》。属足太阴脾经。经（金）穴。位于内踝前下方，当舟骨结节与内踝尖连线的中点处。布有小腿内侧皮神经及腓浅神经分支；并有腓内侧动脉及大隐静脉通过。主治胃痛，腹胀，肠鸣，泄泻，黄疸，便秘，足踝疼痛等。直刺0.3~0.5寸。艾条灸5~10分钟。

商曲 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名高曲。属足少阴肾经。冲脉、足少阴之会。位于腹正中线脐上2寸，旁开0.5寸处（《类经图翼》）。另说在脐上1寸，旁开0.5寸（《针灸甲乙经》）；脐上1寸，旁开1.5寸（《铜人腧穴针灸图经》）。布有第九肋间神经，并有腹壁上、下动、静脉分支通过。主治腹胀，腹痛，食欲不振，泄泻，便秘等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

商阳 经穴名。出《灵枢·本输》。别名绝阳。属手阳明大肠经。井（金）穴。位于食

指桡侧指甲角旁约0.1寸处。布有来自正中神经的指掌侧固有神经和指背动、静脉网。主治中风昏迷，发热，耳聋，齿痛，咽喉肿痛，青盲，颌肿，胸满，喘咳，手指麻木等。斜刺0.1~0.2寸；或点刺出血。艾炷灸1~3壮；或艾条灸3~5分钟。

商谷 经穴别名。《针灸集成》：“商谷二穴，在石关下一寸”。所指即商曲穴。

商盖 见高盖条。

率谷 经穴名。出《针灸甲乙经》。《银海精微》作率骨。《外台秘要》作蟀谷。别名耳尖。属足少阳胆经。足太阳、少阳之会。位于头颞部，耳尖直上入发际1.5寸处。一说：在耳直上入发际一寸，高于曲鬓，相距八分。布有耳颞神经和枕大神经吻合支；并有颞浅动、静脉顶支通过。主治偏头痛，目眩，耳鸣，呕吐，惊痫等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾条灸5~10分钟。

率骨 见率谷条。

寅门 经外奇穴名。《千金要方》：“寅门穴，从鼻头直入发际，度取通绳，分为三断，绳取一分，入发际，当绳头针。是穴治马黄黄疸等病。”《针灸经外奇穴图谱》定位于前正中线入发际1.8寸。主治黄疸等。沿皮刺0.3~0.5寸。

着肤灸 即直接灸。详该条。

断针 即折针。见该条。

断谷 即辟谷。见该条。

清天河水 小儿推拿方法名。详天河条。

清里法 小儿推拿方法名。《幼幼集成》卷三：“小儿发热至二、三日，邪已入里，或乳食停滞，内成郁热，其候五心烦热、睡卧不宁、口渴多啼，胸满气急、面赤唇焦、大小便秘，此为内热。以鸡蛋一枚，去黄取清，以碗盛之，入麻油约与蛋等，再加雄黄细末一钱，搅极匀，复以妇女乱发一团，蘸染蛋清，于小儿胃口拍之。寒天以火烘暖，不可冷用。自胸口拍至脐轮止，须拍

半时之久。仍以头发敷于胃口，以布扎之，一炷香久，取下不用。一切诸热，皆能退去。盖蛋清能滋阴退热；麻油、雄黄拔毒凉肌故也。此身有热者用之，倘身无热，惟啼哭焦烦、神志不安者，不必蛋清，专以麻油、雄黄乱发拍之，仍敷胃口，即时安卧。此法多救危险之症”。

清冷泉 见清冷渊条。

清冷渊 经穴名。出《针灸甲乙经》。《千金要方》作清冷泉。属手少阳三焦经。位于肘尖（尺骨鹰咀）上方2寸处；或于天井穴直上1寸取穴。一说“肘上三寸”（《千金要方》）。布有臂背侧皮神经，桡神经肌支和中侧副动、静脉末支。主治头痛，项强，目黄，肩臂痛等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

淋泉 经外奇穴名。《针灸集成》：“石淋……又方，以禾稈量患人口吻如一字样，一端按尾穷骨端向上，稈尽脊上点记；将其按中摺，墨记，横着于脊点，左右稈两端尽处，三七壮。”近代《针灸经外奇穴治疗诀》等列作奇穴，名淋泉。位于后正中线，尾骨尖端上1口寸，再旁开各0.5口寸处。主治淋症。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

渊刺 即关刺。出《灵枢·官针》。见该条。

渊液 即渊腋。见该条。

渊腋 经穴名。出《灵枢·经脉》。别名泉液。属足少阳胆经。位于侧胸部腋中线上，腋下3寸，当第五肋间隙处（《针灸甲乙经》）。布有第五肋间神经的外侧皮支，胸长神经的分支；并有胸腹臂静脉，胸外动、静脉及第五肋间动、静脉通过。主治胸胁满痛，瘰癧，肩臂痛；以及肋间神经痛，腋窝淋巴结炎等。斜刺0.3~0.5寸，不宜深刺。艾条灸5~10分钟。

液门 ①经穴名。出《灵枢·本输》。《针灸甲乙经》作腋门，《千金要方》作掖

门。属手少阳三焦经。荣（水）穴。位于手背侧第四、五指缝间，当指掌关节前方赤白肉际处。布有尺神经的手背支和来自尺动脉的指背动脉。主治头痛，发热，目赤，耳鸣，耳聋，咽喉肿痛，指臂挛痛等。斜刺0.3~0.5寸。艾炷灸3壮；或艾条灸5~10分钟。

②大巨穴别名。见该条。

淡黄筋 推拿穴位名。即赤淡黄筋。详该条。

深刺 指针刺时，针体进入组织较深的程度。《灵枢·终始》：“脉实者，深刺之”。又：“痛而以手按之不得者，阴也，深刺之。”一般在肌肉丰厚处的穴位，或病变部位较深，属于寒、实证候，或体质较为强壮及感应迟钝者可施行深刺。凡肌肉浅薄处的穴位，如需深刺者，可采用斜刺或横刺的方法。但深刺时必须适度而止，以免发生意外。

混俗颐生录 养生书，宋·刘词著。见《道藏·洞神部》573册。一卷。内容均为作者的经验记述，共十篇，包括饮食宜忌、饮酒禁忌、四季的调养、劳病风病的调养以及男女性生活的节制和禁忌等。

梁门 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足阳明胃经。位于腹部，脐上4寸，旁开2寸处（《针灸甲乙经》又云去任脉三寸）。布有第八肋间神经分支，并有第八肋间动、静脉分支及腹壁上动、静脉分支通过。主治胃痛，呕吐，纳呆，泄泻，便溏；以及消化性溃疡病，急、慢性胃炎，胃下垂等。直刺0.8~1.2寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

梁丘 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足阳明胃经。足阳明之郄穴。位于大腿前外侧，髌前上棘与髌骨外缘连线上，距髌底外侧端2寸处。另说在膝上三寸（《千金要方》）；在膝盖骨上尽处陷中（《循经考穴编》广注）。布有股前皮神经及股外侧皮神经，并有旋股外侧动脉降支通过。主治膝胫

痹痛，鹤膝风，胃痛，乳痈等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

梁关 见关梁条。

情欲 养生常用语。指人的各种情感和本能的欲望。古人认为，欲求长生，应予节制。《庄子·天篇》：“以禁攻寝兵为外，以情欲寡洩为内”。但也有另外一种说法。王充、《论衡》中有“草木无欲，寿不踰岁；人多情欲，寿至于百”的语句。

〔一〕

弹拨法 推拿手法名。即拨法。见该条。

弹法 ①刺法名。《素问·离合真邪论》：“弹而怒之。”意是指在针刺前以手指弹动皮肤，使脉气膜满的方法。后世医家发展为，入针后，用手轻弹针柄，以促使得气的方法。《针经指南》：“弹者，凡补时，可用大指甲轻弹针，使气疾行也。”《针灸问对》：“如气不行，将针轻轻弹之，使气速行，用大指弹之，像左，补也；用次指弹之像右，写也，每穴各弹七下，故曰，弹以催气”。②推拿手法名。出《灵枢·刺节真邪》。用拇指或中指指腹压住食指指甲，将食指迅速弹出，弹打治疗部位。

弹提法 推拿手法名。见杜自明《中医正骨经验概述》。又称“提弹法”。以手指紧捏肌肉或肌腱，用力拉捏，然后放开，使其弹回，如拉放弓弦状。适用于颈项、肩背部。可舒筋活络、畅通气血。常用于风湿痹痛等症。

弹腿 练功方法名。见杜自明《中医正骨经验概述》。并足站立，两手叉腰，屈髋膝踮足，迅速蹬出后再收回，左右交替往复。适用于膝部陈伤。

随年壮 灸法术语。指治疗某些疾病，艾灸壮数与患者年龄相同而言。即年几岁，灸几壮。《千金要方》：“狂走易骂，灸八

会，随年壮”。

隐白 经穴名。出《灵枢·本输》。属足太阴脾经。井（木）穴。位于踇趾内侧，趾甲旁约0.1寸处。布有腓浅神经的趾背神经与趾底固有神经的吻合支，并有趾背动脉通过。主治腹胀，泄泻，便血，崩漏，带下，癫狂，惊风等。斜刺0.1~0.2寸；或点刺出血。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

颈中 经穴别名。出《千金翼方》。即臂臑。见该条。

颈臂 经外奇穴名。见《芒针疗法》。位于锁骨内1/3与外2/3交点向上1寸，当胸锁乳突肌锁骨头后缘处。布有锁骨上神经前支，深部在前斜角肌外缘稍内处，正当臂丛神经根；并有颈浅及颈横动、静脉的分支通过。主治上肢瘫痪、麻木，肩臂风湿痛等。直刺0.5~1寸。勿向下深刺，免伤肺尖（图103）。

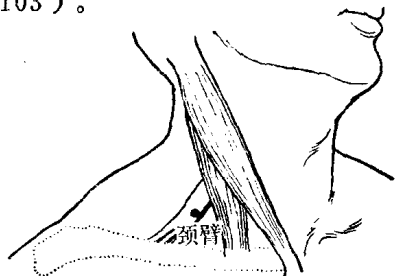


图103

骑竹马穴 经外奇穴名。出《备急灸法》。位于背部，取穴时以绳量取肘横纹至中指尖长度，令患者跨竹竿上，挺背正坐，并令两人抬扛，两人扶定，使足尖离地寸许。然后以绳之一端着尾骨尖，沿脊直上，尽处标点，以此点向两侧各开1同身寸处是穴。约当第十胸椎之两侧各开1寸处。主治发背脑疽，肠痈，牙痛，风痺肿瘤，恶核瘰癧，四肢下部痛疽疔疮等。艾炷灸3~7壮。

绰法 推拿手法名。见曹锡珍《外伤中医按摩疗法》。绰是抓提的意思。先用五指抓捏，捏后急速滑开。或用两手掌平贴于患

处,然后手掌小指侧用力向中间滑起。有舒展筋脉等作用。

维会 经穴别名。出《循经考穴编》。即脐中。见该条。

维胞 经外奇穴名。见《经外奇穴汇编》。位于髂前上棘下方之凹陷处;或于维道穴斜下1寸处取穴。主治子宫下垂。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

维宫 经外奇穴名。见《经外奇穴汇编》。位于髂前上棘下方凹陷(维胞)斜下1寸处;或于维道穴斜下2寸处取穴。主治

子宫下垂。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

维道 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名外枢。属足少阳胆经。足少阳、带脉之会。位于腹侧,髂前上棘前下方,当五枢穴向前斜下0.5寸处。一说“对章门直下七寸”(《针灸集成》)。布有髂腹股沟神经和旋髂浅、深动、静脉。主治少腹痛,腰胯痛,疝气,带下;以及子宫脱垂,盆腔炎等。直刺0.5~1寸;或斜刺2~3寸。艾炷灸3~7壮;或艾条灸5~15分钟。

十二画

〔一〕

琵琶 推拿穴位名。出《小儿推拿广意》。位于肩前方。《厘正按摩要术·立法·按法》:“琵琶在肩井下,以大指按之,能益精神”。

琢齿 自我推拿方法名。即叩齿法。《诸病源候论·齿虫候》:“琢齿二七过,使人丁壮有颜色,去虫而牢齿”。

斑螫灸 药物发泡灸法之一。用斑螫末敷贴有关穴位使之发泡的方法。使用时,先取胶布一块,中间剪一小孔,贴在有关穴位上,以暴露穴位并保护周围皮肤,将斑螫粉少许置于孔内,上面再贴一胶布。以局部起泡为度。适用于关节疼痛,黄疸等。

煮针法 指古代将针具以某些药物煎煮处理后再用于临床的方法。出《世医得效方》。其法先用乌头、硫黄、麻黄、木鳖子、乌梅等在瓷石器内先煎一日,洗濯后再用没药、乳香、当归、花蕊石等再水煎一日,最后将针具“瓦屑打磨净端直,松子油涂”贮以备用。明代针灸家高武谓:“煮针非素问意,今依法煮之,以解铁毒,此有益

无害也。”(《针灸聚英》)近代针具已有改进,并有更为合理的消毒处理措施。上述煮针法,今已废用。

彭祖 传说中的长寿人物。《论语疏》说他是上古陆终氏第三子名篯铿,作尧的臣,年七百岁,经虞、夏以至商。《世本》说他在商是守藏史,在周是柱下史,年八百岁。晋·张湛《养生要集》中引有彭祖的话,恐系伪託。

期门 经穴名。出《伤寒杂病论》。属足厥阴肝经。肝之募穴。足太阴、厥阴、阴维之会。位于乳头直下,当第六肋间隙中。(《针灸甲乙经》)。另说:“在乳下四寸,第三筋(肋)端”(《扁鹊神应针灸玉龙经》);“乳旁开一寸五分,直下一寸五分”(《循经考穴编》);“在乳直下四寸,乳根下微外,日月上,横直巨阙”(《针灸集成》)。布有第六肋间神经,第六肋间动、静脉。主治胸胁满痛、黄疸、呕吐,呃逆,腹胀、胁下积聚等。斜刺0.3~0.5寸,不宜深刺,艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟(图104)。

散法 推拿手法名。指用揉、推、摩等

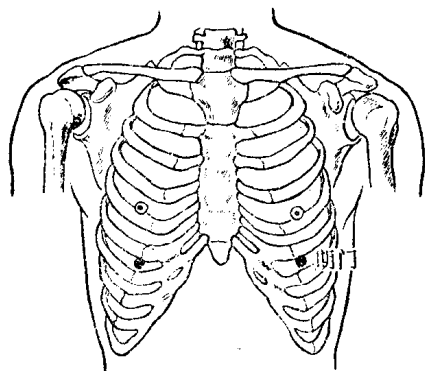


图104

手法向患处四周进行离心方向操作的方法。
明·曹士珩《保生秘要》：“气胀加推散四肢”。

散笑 经外奇穴名。出《刺疗捷法》。位于迎香穴下方，当鼻唇沟之中点处。主治鼻塞，面瘫，疔疮等。沿皮刺0.3~0.5寸。

募穴 经穴分类名。或称腹募。指脏腑之气汇聚于胸腹部的一些特定穴位。五脏、心包络及六腑各有募穴一个（见表），多用以诊断和治疗本脏腑病症。《素问·奇病论》：“胆虚气上溢而口为之苦，治之以胆募俞。”又《太平圣惠方》：“募中府隐隐而痛者，肺疽也；上肉微起者，肺痛也”。

募穴表

脏腑	募穴	脏腑	募穴
肺	中府	胃	中脘
心包	膻中	胆	日月
心	巨阙	膀胱	中极
肝	期门	大肠	天枢
脾	章门	三焦	石门
肾	京门	小肠	关元

葛玄 著名的养生方士，字孝先，世称葛仙翁，三国时代吴国人，从左慈为师，得《九丹液仙经》。

葛仙翁 即葛玄。见该条。

葛孝先 即葛玄。见该条。

落枕 经外奇穴名。别名项强。①位于

手背，当第二、三掌骨间隙的前1/3与中1/3交点处，或平指掌关节后0.5寸取穴。

②一说位于天容与天柱穴连线之中点。前者有第二掌骨间肌，正当掌背神经，动、静脉，指掌侧总神经，动、静脉和掌深弓，尺神经掌伸支的分支。主治落枕，偏头痛，肩臂痛，胃痛等。直刺0.5~1寸。

棒击法 推拿手法名。以特制的软棒轻轻捶击肢体穴位的方法。《医学入门·历代医学姓氏》：“马湘：字自然。唐之盐官县人，……治病以竹杖打之”。

椒饼灸 隔饼灸之一。用胡椒末和面粉等量，调制成3毫米厚的薄饼，中央按成凹陷，放入药末（丁香、肉桂、麝香等分）少许，上置艾炷施灸。适用于风湿痹痛，肌肤麻木等症。

椎顶 经外奇穴名。即崇骨。见该条。

厥阳 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即飞扬。见该条。

厥阴俞 经穴名。亦称阙俞，出《千金要方》。别名厥俞。属足太阳膀胱经。心包之背俞穴。位于背部，第四胸椎棘突下旁开1.5寸处；一说“除脊各寸半”（《针灸资生经》）。布有第四、五胸神经后支的内侧皮支，深层为外侧支；并有第四肋间动、静脉后支的内侧皮支和颈横动脉降支通过。主治咳嗽，胸闷，呕吐，失眠；以及风湿性心脏病，心动过速、心律不齐，心绞痛，肋间神经痛等。斜刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

厥俞 经穴别名。出《针灸大成》。即厥阴俞。见该条。

硫黄 炼丹药名，又名石留黄，即今一般的硫（S）。《抱朴子内篇·金丹》：“以华池和丹，以曾青硫黄末覆之焉之，内箬中沙中，蒸之五十日，服之百日。”

雄黄 ①炼丹药物，又名石黄，即二硫化二砷（As₂S₂）。《抱朴子·金丹》：“五石者，丹砂、雄黄、白磐、曾青、慈石也。”

②中药名。

颊车 ①经穴名。出《灵枢·经脉》。别名曲牙，机关、鬼床、齿牙。属足阳明胃经。位于面部下颌角前上方一横指，咬肌附着部，用力咬牙时，当咬肌隆起处是穴。（《针灸甲乙经》）。一说在“耳后坠下三分”（《扁鹊神应针灸玉龙经》）。布有耳大神经、面神经及咬肌神经，并有咬肌动脉通过。主治口噤不语，口眼歪斜，牙痛，面颊肿；面神经麻痹，三叉神经痛、腮腺炎等。直刺0.3~0.5寸；或沿皮刺1~1.5寸。艾条灸3~5分钟（图105）。②人体部位名。指下颌角部，相当于颊车穴所在处。《灵枢·经脉》：“胃足阳明之脉……出大迎，循颊车”。或指整个下颌骨。《医宗金鉴》：“颊车者，下牙床骨也，总载诸齿，能咀食物，故名颊车”。

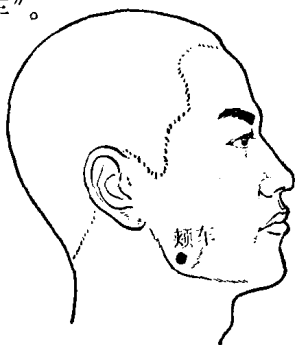


图105

颊里 经外奇穴名。出《千金要方》。位于口腔内颊粘膜上，当口角平开1寸处。主治黄疸、瘟疫、口疳，齿龈溃烂等。斜刺0.1~0.2寸；或点刺出血。

翘掌 练功方法名。见杜自明《中医正骨经验概述》。两臂前平举，尽量翘掌，静止片刻。适用于治疗腕部疾患。

揩摩 推拿手法名。揩擦揉摩穴位。出《灵枢·九针十二原》。

提法 ①刺法名。指针刺入穴位后，向上抽提的方法。《针灸大全·金针赋》：“轻浮豆许曰提”。《针灸问对》：“欲泻之时，以手捻针，慢慢伸提豆许，无得转动再出，每次提之，令细细吸气五口，……故曰

提以抽气。②推拿手法名。见清·费山寿《急救痧症全集》卷上。捏住肌肤后，用力往上牵拉。常用在拿法或捏法的操作过程中，以加强手法的刺激强度。

提弹法 推拿手法名。即弹筋法。见该条。

提插行气 行气法之一。指用提插手来控制针感传导方向的方法。《针灸大成》：“徐推其针气自往，微引其针气自来。”又：“推之则前，引之则止。”盖推指插针，引指提针。意指提插可以加强针感和促使它扩散传导的作用。

提插补泻 指针刺得气后，以针上下进退的快慢和用力的轻重来分别补泻的方法。《难经·七十八难》：“推而内之是谓补，动而伸之是谓泻”。意指插针为补，提针为泻。后世医家在此基础上逐渐发展成提插补泻手法。以反复紧按慢提（重插轻提）为补法；以反复紧提慢按（重提轻插）为泻法。

提插法 指针刺时，针体在穴位内上提下插的手法。提插的幅度一般在3~5分之间，不宜过大，但其轻重快慢，则应据病情虚实而有区别。补法以插为主，重插轻提（紧按慢提）；泻法以提为主，重提轻插（紧提慢按）。大幅度的反复紧按称捣针法；轻微的有节律的捣动称雀啄法。

提痧 推拿方法名。又名扭痧、拧痧、扯痧。用拇指和屈曲的食指，或者是屈曲的食指和中指，张开如钳形，蘸取温水后，夹持肌肤作反复扭提至局部出现紫红色为度。常施用于眉心、颈项等处。适用于感冒，中暑，恶心，呕吐，头昏头胀，胸闷，腹泻，食积，晕车、晕船、晕机，水土不服等症。《急救痧证全集》卷上：“苏、杨、杭、绍风俗，患痧者令仆人以指挟其咽喉两旁及项下胸前作菊花样，谓之提痧”。

揪针 见皮内针条。

插花 经外奇穴名。出《刺疗捷法》。位于额曲（头维）直上1.5寸处。主治头面疔

疮、偏头痛等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾炷灸1~3壮；或艾条灸3~5分钟。

揪法 推拿手法名。见《急救痧证全集》。与拧法相似。用拇指和食指，或再加重中指，快速敏捷地用力捏住肌肉或韧带上提。多用于肩腰部。

搓法 ①刺法名。指入针后，以拇食指持住针柄，如搓线状朝一个方向捻转的方法。《针经指南》：“搓者，凡令人觉热，向外针似搓线之貌，勿转太紧。治寒而里卧针，依前转法，以为搓也”。有的搓法掺以提插，区分寒热。如《针灸问对》：“下针之后，将针或内或外，如搓线之状，勿转太紧，令人肥肉缠针，难以进退。左转插之为热、右转提之为寒，各停五息久，故曰搓以使气。”本法有促针感产生和加强针感的作用。但单向捻转数不宜过多，否则针身容易为肌肉组织缠住，发生滞针、折针等异常情况。②推拿手法名。见《饮膳正要·养生避忌》。用两手掌面挟住一定部位，相对用力，方向相反作来回快速搓揉。《厘正按摩要术·立法》：“搓以转之，谓两手相合而交转以相搓也。或两指合搓，或两手合搓，各极运动之妙，是从摩法生出者”。本法常用于四肢及肋肋部。有疏通经络、行气活血等作用。

搓食指 小儿推拿方法名。《厘正按摩要术》：“搓食指……大指中指合而直搓之，能化痰”。

握固 自我按摩方法名。拇指屈曲，置于食指根部，然后其余四指屈曲，将拇指握在掌内。《寿世青编·十二段动功》：“两手当屈。两大指抵食指根，余四指捻定大指，是为两手握固。”

握法 推拿手法名。用一手或两手握持治疗部位，一松一握，反复进行。多用于四肢部。

搔法 推拿手法名。出《礼记·内则》。用手指轻轻地抓抚治疗部位。

揉大指 小儿推拿方法名。《推拿捷经》：“醒脾消食应揉二大指头顶，向外转三十六次”。

揉大指甲法 小儿推拿方法名。《保赤推拿法》：“揉大指甲法，大指甲为外脾，揉之，补虚止泻”。

揉大脚趾法 小儿推拿方法名。《针灸大成·诸穴治法》：“惊，揉大脚趾，捏中脚趾爪甲少许”。

揉手背法 小儿推拿方法名。出《保赤推拿法》。重揉小儿手背。可平肝和血，用治惊风等症。

揉耳摇头 小儿推拿方法名。即捧耳摇头。详该条。

揉法 推拿手法名。见元忽思慧《饮膳正要·养生避忌》。用手指指腹或手掌掌面轻按于治疗部位上，带动该处皮下组织，作轻柔缓和的回旋转动。《保赤推拿法》：“揉者，医以指按儿经穴，不离其处而旋转之也”。《厘正按摩要术·揉法》：“揉以和之。揉法以手宛转回环，宜轻宜缓，绕于其上，是从摩法生出者。可以调气血，可以活筋络，而脏腑无闭塞之虞矣”。本法有祛瘀活血、消肿散结等作用。

揉捏法 推拿手法名。为揉法和捏法的综合手法。操作时手掌自然张开，拇指外展，其余四指并拢，紧贴于皮肤上，以拇指或掌根作为着力点，作环形旋转的揉捏动作，即拇指和掌根作揉的动作，其余四指作捏的动作，边揉捏边向前作螺旋形地推进。用于四肢及腰背部的软组织损伤。

揉脐法 小儿推拿方法名。《针灸大成》卷十：“揉脐法：掐斗肘毕，又以左大指按儿脐下丹田不动，以右大指周围搓摩之，一往一来”。《幼科推拿秘书》：“神厥，揉此止泻痢”。

揉眼 自我推拿方法名。即熨眼。《饮膳正要·养生避忌》：“凡夜卧，两手摩令热，揉眼，永无眼疾”。

〔 1 〕

断交 即赅交。详该条。

紫宫 经穴名。出《针灸甲乙经》。属任脉，位于胸正中线，平第二肋间隙。布有第二肋间神经前皮支和乳房内动、静脉的前穿支。主治咳嗽，气喘，呃逆，胸痛等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

掌中 经穴别名。出《针灸资生经》。即劳宫。见该条。

掌压法 推拿手法名。两手相叠，用手掌部按压穴位。用力较重，常呈间歇性。多用于腰脊等处，有行气活血、舒筋止痛等作用。《备急千金要方·养性》有“两手相重叠胜”之法。

跗 人体部位名。指足背。《灵枢·经脉》：“肝足厥阴之脉……上循足跗上廉”。《医宗金鉴》：“跗者·足背也”。

跗阳 经穴名。出《针灸甲乙经》。《千金要方》作付阳；《素问·气穴论》王冰注作附阳。别名外阳、阳趺。属足太阳膀胱经。阳趺之郄穴。位于小腿后外侧，外踝尖与跟腱水平连线之中点直上3寸处。布有腓肠神经、小隐静脉，深层为腓动脉末支。主治头重，头痛，外踝红肿，脚气，腰腿痛，下肢痿痹等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

跗属 人体部位名。足上曰附，其外侧近踝者曰跗属。《灵枢·骨度》：“膝腠以下至跗属，长一尺六寸。跗属以下至地，长三寸”。

遗道 经外奇穴名。《千金要方》：“遗溺，灸遗道，侠玉泉五寸。随年壮。”即位于脐下4寸（中极即玉泉）旁开2.5寸处。与肠遗穴同位。近代《针灸经外奇穴图谱》则定位于中极穴旁开5寸处。

蛭蟥灸 间接灸之一。《医宗金鉴》：“疔瘰恶疮，诸药不验者，取蛭蟥剪去两

头，安疮口上，以艾灸之，七壮一易，不过七枚，无不效者”。蛭蟥即金龟子的幼虫，功能行血祛瘀，化结散滞，故能灸治恶疮、瘰管等症。

喉咙 人体部位名。指气管。《素问·太阴阳明论》：“喉主天气”。张介宾注：“喉为肺系，所以受气，故上通于天”。《灵枢·经脉》：“胃足阳明之脉……循喉咙，入缺盆”。

黑筋 推拿穴位名。又名肾筋。出陈氏《小儿按摩经》。位于腕部掌侧横纹，正对小指处。疝瘕昏沉，捏之。《小儿按摩经·六筋》：“黑筋：乃重浊纯阴，以应肾与膀胱，主冷气，外通两耳”。适用于小便不利、神昏等症。

肝(gān 干)骨 骨名。指胫骨。《灵枢·经筋》：“足阳明之筋……其直者，上循肝，结于膝”。

〔 2 〕

嵇叔夜 即嵇康。见该条。

嵇康 人名。字叔夜，三国·谯郡人，竹林七贤的领袖。对导引吐纳很有研究。所著《养生论》，是我国古代一篇重要的养生专论。公元262年间被司马昭杀害。

铺灸 即长蛇灸。见该条。

锁子骨 见柱骨条。

锋针 针具名。九针之一。亦称三棱针。《灵枢·九针论》：“锋针，取法于絮针。箝其身，锋其末，长一寸六分，主痈热出血。”又《灵枢·九针十二原》：“锋针者，刃三隅，以发痼疾。”是一种体呈圆柱，针尖锋利，三面有刃的针具。用于浅刺出血，治疗热病、痈肿及经络痼痹等疾患。

锐中 经穴别名。出《针灸聚英》。即神门。见该条。

锐骨 见《灵枢·经脉》。即兑骨。见该条。

短刺 古刺法名。十二刺之一。《灵枢

·官针》：“短刺者，刺骨痹，稍摇而深之，致针骨所，以上下摩骨也。”指治疗骨痹的针刺方法。其法进针后稍许摇动针柄，逐渐深入至骨所，然后短促提插。故名短刺。

筑法 推拿手法名。出《备急千金要方·养性》。用空拳敲击治疗部位。

筑宾 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足少阴肾经。阴维脉之郄穴。位于小腿内侧，内踝尖与跟腱水平连线中点直上5寸，当腓肠肌内侧肌腹下端处。布有腓肠内侧皮神经和小腿内侧皮神经，深层为腓神经本干；深层部有腓后动、静脉通过。主治腹痛，呕吐，癫狂，疝气，脚软无力，足踝内痛，腓肠肌痉挛；并可用于肾炎，睾丸炎，盆腔炎等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

筋束 出《医学入门》。即筋缩。见该条。

筋会 八会穴之一。《难经·四十五难》：“筋会阳陵泉。”阳陵泉属于胆经穴，胆与肝相表里，肝主筋。故称筋会。凡筋肉拘急或弛缓不收等症，皆可酌情取用。

筋缩 经穴名。出《针灸甲乙经》。《医学入门》作筋束。属督脉。位于背部第九、十胸椎棘突之间。布有第九胸神经后支的内侧支和第九肋间动脉后支。主治胃痛，脊强，瘕疝，腰背痛，癫痫；以及肝炎，胆囊炎等。向上斜刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

髌鼻 经穴名。出《灵枢·杂病》。俗称外膝眼。属足阳明胃经。位于膝关节外侧，髌骨下缘，髌韧带外侧凹陷处。布有腓肠外侧皮神经、腓总神经关节支和膝关节动、静脉网。主治膝关节痠痛、屈伸不利，脚气等。膝中斜刺0.5~1寸。艾条灸5~10分钟。

皓华 气功术语。肺神的代名词。《简易方》：“肺名皓华”。

傍针刺 古刺法名。十二刺之一。《灵枢·官针》：“傍针刺（《针灸甲乙经》称

傍刺）者，直刺傍刺各一，以治留痹久居者也。”指治疗顽痹的针刺方法。其法在患处正中刺一针，旁边刺一针。因其正、傍同刺，故名傍针刺。

傍刺 出《针灸甲乙经》。即傍针刺。见该条。

循元 经外奇穴别名。出《针灸集成》。即长谷。见该条。

循际 经外奇穴别名。出《千金要方》。即长谷。见该条。

循法 刺法名。指入针后，用手指于针刺穴位所在之经络上下推循以促使得气的方法。《针经指南》：“循者，凡下针于穴部分经络之处，用手指上下循之，使气血往来而已。”《针灸问对》：“下针后，气不至，用手上下循之，假如针手阳明合谷穴，气若不至，以三指平直，将指面于针边至曲池，上下往来抚摩，使气血循经而来。”本法源于《素问·离合真邪论》：“扞而循之。”

循经选穴法 指本经罹病即在本经的循行路线上选取穴位的方法。又称本经选穴法。本法早在《内经》中已有论述。所谓“按其所以之经以调之”。亦为后世医家所重视。《针灸问对》：“病随经所在，穴随经所取，庶得随时应变之理。”又《医学入门》：“因各经之病而取各经之穴者最为要诀”。一般分远取和近取两种。远取者以头面躯干部疾患选取四肢肘膝关节以下的本经穴位，如阳明头痛取合谷，胃脘疼痛取足三里，近取者以选取病所较近的本经穴位，如肝区疼痛取章门，鼻塞不闻取迎香等。

循经接气法 即接经行气法。见该条。

循脊 经外奇穴别名。出《针灸集成》。即长谷。见该条。

舒张押手法 押手法之一，又称撑开押手法。是将左手拇、食二指平放于穴位上，然后分开两指，使穴位处皮肤绷紧以便进针的押手方法。主要使用于皮肤松弛或皱褶处

(如腹部)的穴位。

脘 人体部位名。指膝部后方屈膝时的凹处,俗称腿凹或膝弯。《灵枢·经脉》:“膀胱足太阳之脉……循腓外从后廉下合腠中”。

脾 ①五脏之一。②推拿穴位名。见陈氏《小儿按摩经》。即脾经。见该条。

脾土 推拿穴位名。见陈氏《小儿按摩经》。即脾经。详该条。《针灸大成》卷十:“脾经有病食不进,推动脾土效必应。”《幼科推拿秘书·穴象手法》:“大拇指属脾土,脾气通于口,络联于大指,通背右筋、天枢穴、手列缺穴、足三里。”

脾之大络 十五络脉之一。《灵枢·经脉》:“脾之大络,名曰大包,出渊腋下三寸,布胸胁。”脉从渊腋穴(胆经)下三寸的大包穴处分出,散布在胸胁部。本脉发生病变,实则浑身尽痛;虚则全身关节松弛无力。

脾舍 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即地机。见该条。

脾经 ①足太阴脾经之简称。见该条。②推拿穴位名。见陈氏《小儿按摩经》。又名脾土、脾。①位于拇指远端的指腹面。治脾胃虚弱,疳积,泄泻等证。《针灸大成》卷十:“饮食不进,人瘦弱,肚起青筋,面黄,四肢无力用之。”②位于拇指桡侧缘(转引自《幼科铁镜》)。参见五经条。

脾俞 经穴名。出《灵枢·背腧》。属足太阳膀胱经,脾之背俞穴。位于背部,第十一胸椎棘突下旁开1.5寸处;一说“除脊各寸半”(《针灸资生经》)。布有第十一、十二胸神经后支的内侧皮支,深部为外侧支;并有肋间动、静脉后支的内侧支通过。主治脘腹胀痛,胸胁支满,呕吐噎膈,黄疸,泄泻,鼓胀,痢疾,便血,带下;以及胃炎,消化性溃疡,胃下垂,肝炎,糖尿病,消化不良,贫血等。斜刺0.3~0.5寸。艾炷灸5~10壮;或艾条灸10~20分钟。

腑会 八会之一。《难经·四十五难》:“腑会太仓。”太仓,指中脘穴。中脘为胃之募穴。胃为水谷之海,六腑之大源,故名。凡六腑疾患,皆可酌情取用。

腑输 ①指六腑所属诸阳经的俞穴。《灵枢·刺节真邪》:“刺腑输,去腑病,何输使然?”②与藏俞对举,指六腑所属诸阳经的井、荣、输、原、经、合诸穴,每经六穴,六六三十六穴,左右合之,共七十二穴。《素问·气穴论》:“府俞七十二穴”。

腋下穴 经外奇穴名。《千金要方》:“噫啰膈中气闭塞,灸腋下聚毛下附肋宛宛中五十壮。”《类经图翼》列作奇穴,名腋穴。位于腋中线上,腋窝直下1.5寸处。主治噫啰,胸膈满闷,狐臭;以及肋间神经痛等。斜刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

腋门 经穴别名。出《针灸甲乙经》,《外台秘要》作掖门,《医心方》作液门。即大巨。见该条。

腕骨 经穴名。出《灵枢·本输》。《黄帝内经太素》作完骨。属手太阳小肠经。原穴。位于手掌尺侧,当第五掌骨后端与钩骨所构成关节部上方的凹陷处。有尺神经和手背静脉网通过。主治头痛,项强,目翳,耳鸣,疟疾,黄疸,消渴,胁痛,指、腕关节挛痛等。直刺0.5~1寸。艾条灸5~10分钟。

腕踝针疗法 针刺疗法之一。是指针刺腕踝关节处特定刺激点以治疗疾病的方法。临床操作时,于选定的刺激点上,将针体与皮肤表面呈30°角进针,透过皮肤后将针放平,沿皮下纵向刺入1.4寸左右,不必进行捻转、提插等操作手法,亦不要求有明显针感。留针30分钟后出针。每日或隔日一次,10次为一疗程,选取刺激点,主要以病变所在部位决定,如病处在左侧取右腕及踝部刺激点,反之则取左侧;如病处在中间或两侧均有者,左右刺激点均可选取;如病在膈水平线上者取腕部刺激点,反之则取踝部刺激

点。本法对神经性疼痛及某些功能性疾患效果较好，如头痛、牙痛、关节痛、腰腿痛、月经痛、白带、遗尿、神经衰弱、哮喘、失眠、过敏性肠炎、皮肤搔痒症等。

腕踝针疗法刺激点表

部 位	刺激点	取 法
腕 部 (各刺激点均在腕横纹上二横指的一周处)	上 ₁	小指侧的尺骨缘前方，用拇指端按压的最凹陷处
	上 ₂	腕掌面的中央，二条最明显的肌腱中间、即内关穴部位
	上 ₃	靠桡动脉外侧
	上 ₄	手心向内，在拇指侧的桡骨缘上
	上 ₅	腕背面的中央点，即外关穴部位
	上 ₆	小指侧的尺骨缘背
踝 部 (各刺激点均在内、外踝最高点上三横指的一周处)	下 ₁	靠跟腱内缘
	下 ₂	内侧面的中央、靠胫骨后缘
	下 ₃	胫骨前缘向内一厘米半处
	下 ₄	胫骨前缘与腓骨前缘的中点
	下 ₅	外侧面的中央，靠腓骨后缘
	下 ₆	靠跟腱外缘

然谷 经穴名。出《灵枢·本输》。别名龙渊，然骨。属足少阴肾经。荣(火)穴。位于足内侧缘，舟骨粗隆下缘凹陷处。布有小腿内侧皮神经末支及足底内侧神经，并有足底内侧动脉及跖内侧动脉分支通过。主治喉痹，咳血，消渴，阴痒，阴挺，月经不调，阳萎，遗精，脐风口噤，足跖肿痛等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3壮；或艾条灸5~10分钟。

然骨 ①经穴名。即然谷穴。《针灸甲乙经》卷十二：“女子不孕，阴暴出，经水漏，然骨主之”。见然谷条。②骨骼部位名。相当于舟状骨部分。《灵枢·脉度》：“跷脉者，少阴之别，起于然骨之后”。杨上善云：“然骨在内踝下近前起骨是也”。

〔、〕

痞根 经外奇穴名。出《医经小学》。位于腰部，当第一腰椎棘突下旁开3.5寸处（《医学入门》）。另说在“十二椎下旁开三寸半”（《医宗金鉴》）；“第十一胸椎之下两侧，相去三寸半”（《中国针灸学》）。主治痞块。艾炷灸3~7壮。

阑门 经外奇穴名。出《针灸大全》，原谓“在曲骨两旁各三寸”。一说“在阴茎根两旁各开三寸是穴”（《类经图翼》）。今多据《医学纲目》定位于耻骨下缘中点，阴茎根旁开2寸处。主治疝气，偏坠，阴汗，阴囊红肿等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~15分钟。

阑尾穴 经外奇穴名。位于小腿前外侧足三里直下1~2寸间，压痛明显处。布有腓肠外侧皮神经，深部有腓深神经及胫前动、静脉。主治急、慢性阑尾炎，急、慢性肠炎，下肢麻痹或瘫痪，足下垂等。直刺1.5~2寸。

道引 即导引。见该条。

道刺 出《针灸甲乙经》。即远道刺。见该条。

道藏 书名，为一大型丛书，约成书于宋代（960~1279年间），系道家仿佛家的大藏经编辑而成。内容庞杂，包罗甚广，不少是专为祈祷神仙的，有些是子书，也有医书。《内经》、《千金方》亦被包括在内。其他如炼丹、服食、气功、导引等方法的书几乎全部搜罗在内。现存有明正统（公元1436~1444年间）和万历（公元1573~1619年间）二刻本。近代有商务印书馆影印正统

本。

曾青 ①炼丹药物，即硫酸铜（ CuSO_4 ）。为八石之一。《抱朴子内篇·金丹》：“又乐子长法，以曾青、铅丹、合汞及丹砂，箬铜桶中，干瓦白滑石封之，于白砂中蒸之，八十日，服如小豆，三年仙矣。”

②中药名。

惶惶 即奇命。见该条。

焯刺 古刺法名。九刺之一。《灵枢·官针》：“焯刺者，刺焯针则取痹也。”是指治疗痹症时，将针烧红，迅入速出的针刺方法。意与劫刺同，参阅该条。

滞针 指针刺后发生的针下滞涩而捻转提插不便等运针困难的现象。《针灸大成》：

“如针至深处，而进不能，退不能，其皮上四围起皱纹，其针如生在内，此气实之极也。”多因患者精神紧张，操作失当，患者体位移动，或留针时间过久而致局部肌肉痉挛或组织缠绕针体而致。可在针刺穴位附近循按或另刺一针，或再加温针，能予缓解；如因同一方向捻转过度而致，则需向反方向回捻，方可消除。

温针灸 又称针柄灸。是针刺与艾灸相结合的一种方法。即在留针过程中，将艾绒搓团捻裹于针柄上点燃，通过针体将热力传入穴位。每次燃烧枣核大艾团1~3团。本法具有温通经脉、行气活血的作用，适用寒盛湿重，经络壅滞之证，如关节痹痛，肌肤不仁等。

温灸器 灸具名。又称灸疗器。是一特制的金属圆筒，外形分筒体和持柄两部分。筒体上下各有多数小孔，上孔可以通风出烟，下孔用以传导温热。内另有小筒一个，可置艾或药物燃烧。使用时，先将艾或药物点燃，置灸器于应灸之处，或作来回温熨，使温热传至体内，有调和气血、温散寒邪的作用。

温和灸 悬起灸之一种。是将艾条燃着的一端与施灸部位的皮肤保持一寸左右距

离，使患者有温热而无灼痛的一种方法。亦有认为相对烧灼灸而言，凡可使患者产生温热感觉的灸法，均称为温和灸。一般每次灸至皮肤潮红为止。用于一般灸法适应症。

温溜 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名蛇头，逆注。属手阳明大肠经。手阳明郄穴。位于前臂背面，阳溪穴与曲池穴连线上，距阳溪穴5寸处。（《医学入门》）。另说“在腕后，少士五寸，大士六寸。”（《针灸甲乙经》）；“在腕后五寸六寸间，动脉中。”（《太平圣惠方》）。布有前臂背侧皮神经，桡神经深支；桡动脉肌支与头静脉。主治头痛，面肿，项强，口舌咽喉肿痛，口眼喎斜，肠鸣腹痛，肩臂痠痛，疔疮等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

滑肉门 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足阳明胃经。位于腹部脐上1寸，旁开2寸处（《针灸甲乙经》），又云去任脉三寸。布有第九肋间神经分支，并有第九肋间动、静脉分支及腹壁下动、静脉分支通过。主治胃痛，呕吐，呃逆，肠鸣，泄泻，癫狂等。直刺0.8~1.2寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

割治疗法 又称割脂疗法。是指在手掌等特定部位或某些穴位处，切开皮肤割除少量皮下组织以治疗疾病的方法。本法在我国民间早有流传，近三十年得到进一步整理和提高。临床操作时，在选定的部位常规消毒和局麻后，用手术刀切开0.5~1厘米长的切口，以手术钳进行分离，取出黄豆样大小的皮下脂肪组织，并用手术钳按摩刺激至有酸麻或胀感为度，尚可配合埋藏疗法埋植异物，然后包敷固定。可7天割治1次。施术时，应注意不要损伤血管和神经，并注意防止污染发炎。本法适用于支气管哮喘、慢性支气管炎、慢性消化不良、小儿疳积、神经衰弱、消化性溃疡等疾患的治疗。

割脂疗法 即割治疗法。见该条。

寒府 《素问·骨空论》：“鼠痿寒热，还刺寒府，寒府在附膝外解营。”马蒨注：“阳关为寒府也”。见阳关条。

窗窻 经穴别名。出《外台秘要》。即天窗。见该条。

窗窻 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即天窗。见该条。

颞(e 通) 人体部位名。指鼻根部。《灵枢·经脉》：“胃足阳明之脉，起于鼻之交颞中”。后称山根。《医宗金鉴》：“颞者，鼻梁，即山根也”。

〔一〕

强壮功 气功练功方法。分坐、卧两种姿式。卧式除呼吸法外，其他与内养功同。

强阳 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即络却。见该条。

强间 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名大羽。属督脉。位于头正中线，百会穴后3寸，即入后发际4寸处。布有枕大神经分支和左右枕动、静脉分支。主治头痛，目眩，烦心、失眠，癡狂，颈项强痛等。沿皮刺0.5~0.8寸。艾条灸5~10分钟。

强刺激 指较大的针灸刺激。针刺以粗长针具，高频率，大幅度及长时间地捻转提插，使患者得到强烈感应者为强刺激；灸治则以大炷，多壮，或长时间熏灸为强刺激。适用于体质壮实，耐受性强，或某些需要大剂量刺激的病症，如急性疼痛和痉挛瘫痪等。

隔物灸 即间接灸。见该条。

隔饼灸 间接灸之一。指艾炷与穴位皮肤之间隔以药饼的灸法。亦称药饼灸。药饼通常用辛温芳香药物制成。具有行气活血，温阳祛寒的作用。常用的有椒饼灸，附饼

灸，豉饼灸等。详各该条。

隔姜灸 间接灸之一。取厚3毫米左右的生姜片，以细针穿刺数孔，上置艾炷放在穴上施灸，待病人觉痛，将姜片略略提起，稍停放下再灸，直至局部皮肤潮红湿润为止，适用于一般虚寒病症。如果在艾绒中掺入少量麝香，再隔姜灸之，称麝香灸。具有行气止痛的作用。

隔盐灸 间接灸之一。出《千金要方》。用炒过的细净食盐填至略高于脐孔，上置大艾炷施灸（如患者脐孔不是凹形者，可用湿面条围敷脐周，中纳食盐施灸）具有回阳固脱，温补下元的作用。适用于中风脱症，虚寒腹痛，霍乱（非真性霍乱）吐泻等。艾炷壮数视病情酌定。

隔蒜灸 间接灸之一。出《千金要方》。取厚3毫米左右的鲜大蒜片，以细针穿刺数孔，上置艾炷放在穴上施灸。一般每次5~7壮。适用于疮疖初起，毒虫咬伤，瘰癧，肺结核等。

疏表法 小儿推拿方法名。《幼幼集成》卷三：“小儿发热，不拘风寒食饮，时行痘疹，并宜用之。以葱一握，握烂取汁，少加麻油在内，和匀。指蘸葱油，摩运儿之五心、头面、项背诸处。每处摩擦十数下。运完以厚衣裹之，蒙其头，略疏微汗，但不可令其大汗。此法最能疏通腠理，宣行经络，使邪气外出，不致久羁荣卫，而又不伤正气”。

疏法 推拿手法名。即梳法。见该条。

絮针 古时纺纱织线之针。《灵枢·九针论》：“二曰员针，取法于絮针”。

缕法 推拿手法名。见曹锡珍《外伤中医按摩疗法》。即理法。见该条。

十三画

〔一〕

魂门 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足太阳膀胱经。位于背部第九胸椎棘突下旁开3寸处；一说“除脊各三寸取穴”（《针灸资生经》）。布有第七、八胸神经后支的外侧支和肋间动、静脉后支。主治胸胁胀痛，脊背疼痛，呕吐，食不化，泄泻等。斜刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

魂舍 经外奇穴名。出《千金要方》。位于脐中两旁各1寸处。主治泄痢脓血，肠炎，消化不良，习惯性便秘等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~15分钟。

蒜泥灸 药物发泡灸之一。用生大蒜捣烂成泥敷贴穴位上使之发泡的方法。敷贴时间约1~3小时，以局部起泡为度。适用于虚劳，乳蛾等。

禁针穴 古人认为禁用针刺的穴位。后世将部分不宜深刺的穴位也归入这一范畴，所以文献上对这类穴位的记载逐渐增加。禁针穴在《素问·刺禁论》中曾作专篇论述。这些穴位多半在重要脏器或动脉所在处；易因针刺不当，造成不良后果。近代由于针具改良，解剖明确，只要消毒严密，针刺的方向及深度掌握适当，不少古代禁针穴位已可针刺，但对某些因特殊情况禁刺的穴位，如妇女在妊娠期，不宜针刺合谷和三阴交等，仍需注意。

禁灸穴 古人认为禁灸的穴位。这些穴位大多分布在重要器官或动脉邻近处，如睛明、丝竹空接近眼球；人迎在颈动脉处，经渠在桡动脉处等。《针灸甲乙经》最早记载禁灸24穴，后世逐渐有所增加，近代由于医学进展，对禁灸穴的认识也更为明确，目前

除颜面、血管、乳头和心尖搏动等处外，不少古代禁灸的穴位已可施灸。

雷火神针 药艾条之一。首载于《本草纲目》。所含药物，各家所载不一。近代处方以艾绒、沉香、木香、乳香、茵陈、羌活、干姜、穿山甲、麝香等为主。其制作和操作方法与太乙神针相同。适用于筋骨疼痛，经络不通，沉寒积冷等。参见太乙神针条。

输穴 ①泛指全身穴位。输，古与俞、膂通。故亦作俞穴或膂穴。②五输穴之一。《灵枢·九针十二原》：“所注为输。”意为脉气至此已较强盛，犹如水流之注输于深处，故名。输穴多分布在腕踝关节附近。其临床应用，《灵枢·顺气一日分为四时》曰：“病时间时甚者，取之输。”《难经·六十八难》曰：“俞主体重节痛。”

输刺 古刺法名。①九刺之一。《灵枢·官针》：“输刺者，刺诸经荣输藏输也。”指取用四肢的荣穴和背部的藏输穴进行治疗的方法。亦有指取用五输穴和脏俞穴者。因取用特定的俞穴进行针刺，故名输刺。②十二刺之一。《灵枢·官针》：“输刺者，直入直出，稀发针而深之，以治气盛而热者也。”指治疗气盛有热的病症，以少取穴，直入直出而深刺的方法，以输泻邪热而名输刺。③五刺之一。《灵枢·官针》：“输刺者，直入直出，深内之至骨，以取骨痹，此肾之应也。”指直刺深入至骨以治骨痹的方法，与②相类。盖肾主骨，故本法可应用于治疗与肾有关的骨痹等疾患。

摄生 即养生。见该条。

摄生要义 养生书，宋·河滨丈人著，一卷。该书将养生原则概括为八字：“调息，摄性，缓形，节欲。”内容包括存想、调气、按摩、导引、行景、饮食、居住、房中、

四时、禁忌等十篇。

摄法 ①刺法名。指入针后，以指甲在针刺穴位所在经络上下进行按捏的方法。《针经指南》：“摄者，下针如气涩滞，随经络上用大指甲上下切，其气血自得通行也。”《针灸问对》：“下针之时，气或涩滞，用大指、食指、中指三指甲，于所属经分来往摄之，使气血流行，故曰摄以行气。”本法多用于针刺感应迟纯和发生滞针的患者。②推拿手法名。手指对合捏拿住穴位后，再予以牵拉。作用与拿法相似而刺激量较强。

摸法 推拿手法名。用手触摸肢体穴位，可用于诊断和治疗。《医宗金鉴·正骨心法要旨》：“模法摸者，用手细摸其所伤之处，或骨断、骨碎、骨歪、骨整、骨软、骨硬、筋法、筋柔、筋歪、筋正、筋断、筋走、筋粗、筋翻、筋寒、筋热，以及表里虚实，并所患之新旧也。先摸其或为跌扑，或为错闪，或为打撞，然后依法治之”。《备急千金要方·养性》：“手摸肩，从上至下使遍。”

搬法 推拿手法名。即扳法。详该条。

摇手法 小儿推拿方法名。《厘正按摩要术》：“将小儿手从轻从缓摇之，……能化痰”。

摇肘肘 小儿推拿方法名。详赤凤摇头条。

摇法 ①刺法名。指出针时左右摇动针体的方法。《针经指南》：“摇者，凡泻时欲出针，必须动摇而出是也。”其摇而出针，开大针孔，以泄邪气，泻法用之。本法源于《灵枢·官能》：“摇大其穴”。②推拿手法名。见《诸病源候论·风痹候》。是活动关节的一种方法。《保赤推拿法》：“摇者，或于四肢及颈腰部关节。有调和气血、滑利关节等作用。缓慢地摇动又称运法，大幅度地转摇又称盘法。”

摇膀子 练功方法之一。见上海中医学院附属医士学校《中医推拿学》。一足跨前

成弓步势，同侧一手握空拳置于腰后；另一侧上肢伸直，贴近躯干部，缓慢地作大幅度的肩关节回旋运动。可活动关节，增强臂力。

揉法 推拿手法名。见上海中医学院附属推拿医士学校《中医推拿学》。又作滚法。将手部掌指关节略微屈曲，以掌背近小指侧部分紧贴于治疗部位上，然后有节律地连续摆动掌部，进行腕关节屈伸和前臂旋转的协调运动，使手掌部呈来回滚动状。有疏通经络，舒展筋脉，行气活血，解痉止痛等作用。

颐 人体部位名。指下颌中部。《灵枢·骨度》：“发以下至颐长一尺”。

〔一〕

督俞 经穴名。出《太平圣惠方》。别名高盖。属足太阳膀胱经。位于背部第六胸椎突下旁开1.5寸处；一说“除脊各寸半”（《针灸资生经》）。布有肩背神经，第六、七胸神经后支的内侧皮支，深层为外侧支；并有第六肋间动、静脉后支的内侧支通过。主治心痛，腹痛，肠鸣，呃逆；以及心绞痛，乳腺炎，银屑病等。斜刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

督脉 奇经八脉之一。出《素问·骨空论》。其循行路线，《针灸甲乙经》：“难经曰，督脉者，起于下极之俞，并于脊里，上至风府，入属于脑，上巅循额，至鼻柱，阳脉之海也”。（按：《难经·二十八难》原文无后三句）。本脉自小腹内起始，下出于会阴部，向后沿脊柱里边直上，至风府穴处进入脑部，上行巅顶，沿着前额正中，到鼻柱下方。本脉发生病变，主要表现为脊柱强直，角弓反张，头重痛，项强，眩晕，癫痫，癱闭，遗溺，痔疾，妇女不育等（图106）。

督脉之别 出《灵枢·经脉》。即督脉络

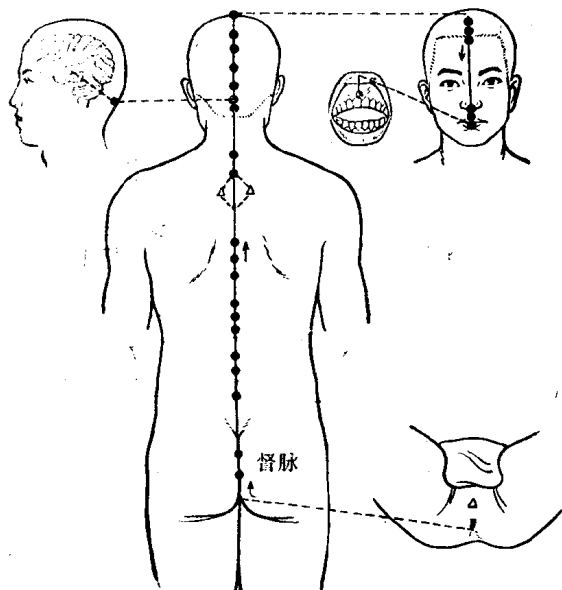


图106

脉》。见该条。

督脉络脉 十五络脉之一。《灵枢·经脉》：“督脉之别，名曰长强，挟脊上项，散头上，下当肩胛左右，别走太阳，入贯脊。”脉从尾间骨端的长强穴分出，挟着脊柱两侧上至项部，散布在头上，下行的络脉，下行到肩胛部，左右走向足太阳膀胱经，进入脊柱两旁的肌肉。本脉发生病变，实则脊柱强直；虚则头部昏重摇晃。

督脊 经外奇穴名。《千金要方》：“小儿暴病，若脊强反张，灸……督脊上当中。以大椎度至穷骨中屈，更从大椎度之，灸度下头，是督脊也。”即位于第七颈椎棘突与尾骨端连线的中点处。主治癫痫。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。近代《经穴治疗学》所载之癫痫穴，与本穴位。

噬 人体部位名。①指食管上口（咽喉）。《灵枢·经脉》：“足阳明之别……下络喉噬”。②指喉咙。《素问·血气形志》：“形苦志苦，病生于咽噬”。

暖针 指针刺前，将针置于机体近处暖热后再予针刺《针灸聚英》引《素问遗篇注》：“毫针于人近体，暖针至温，又曰著身温之。”意同口温，今已废用。

睛中 经外奇穴名。《针灸大成》：“睛

中二穴，在黑眼珠正中，……治一切内障，年久不能视物。”后在此基础上发展成为金针拨白内障术。

睛明 经穴名。出《针灸甲乙经》。《千金要方》作精明。别名泪孔。属足太阳膀胱经。手足太阳、足阳明、阴跷、阳跷之会。位于目内眦之内上方0.1寸处（《中国针灸学概要》）。布有滑车上、下神经，深层为动眼神经和眼神经；并有内眦动、静脉通过，深层上方有眼动、静脉本干。主治目赤肿痛，迎风流泪，胥肉攀睛，内外翳障，雀目，青盲，夜盲、色盲、近视，以及急、慢性结膜炎，泪囊炎，角膜炎，电光性眼炎，视神经炎等。直刺，将



图107

眼球轻轻推向外侧固定，沿眼眶边缘缓缓刺入0.3~0.5寸（图107）。

蛾根 经外奇穴名。位于颌下部，下颌角前1寸处。主治乳蛾；以及咽喉炎等。直刺0.5~1寸。

跻脉 阴、阳两跷脉之简称。《灵枢·脉度》：“跻脉安起安止？”“跻脉有阴阳……男子数其阳，女子数其阴，当数者为经，不当数者为络也。”意指跻脉有阴跷、阳跷的区别，男子以阳跷为经，阴跷为络；女子以阴跷为经，阳跷为络。

跟子腿 练功方法名。见杜自明《中医正骨经验概述》。以右腿为例，右手扶凳，左手撑左膝（或两手同撑左膝），身微向左侧前倾，右腿屈髋膝迅速向后蹬后收回，逢二数使足落地。适用于治疗胯膝部疾患。

照海 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名阴跷。属足少阴肾经。脉交会穴之一，通阴跷。位于内踝尖直下1寸，或于内踝下缘正中凹陷处取穴。一说：“在内踝下四分”（《千金要方》）。布有小腿内侧皮神经，深部为胫神经本干；后下方有胫后动、静脉

通过。主治月经不调，赤白带下，阴挺、阴痒，尿频尿闭，咽喉干痛，脚气红肿，失眠，癫痫等。直刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟（图108）。

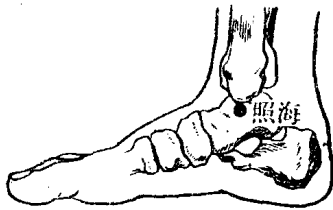


图108

〔 〕

排石 出《黄帝内经太素》。即铍石。见该条。

排针 排同铍。即铍针。见该条。

催气 指针刺时，采用各种刺激手法使使得气尽快出现。《神应经》：“用右手大指及食指持针，细细动摇进退，捻转其针，如手颤之状，谓之催气。”临床上，通常采用持续捻转或提插，改变针刺的深度和方法，或用循、摄、弹、摇，或用艾卷熏灸方向促使气至以达到催气的目的。参有关各条。

鼠穴 见鼠穴条。

微针 古针具名。指毫针等纤微细小的针具。《灵枢·九针十二原》：“欲以微针通其经脉，调其血气……”。

颌 人体部位名。指颈上方，下颌下方的柔软处。《灵枢·经筋》：“手太阳之筋……下结于颌”。

颌厌 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足少阳胆经。手足少阳、足阳明之会。位于鬓发中，当头维穴与曲鬓穴间沿鬓发弧形连线的上1/2中点处。布有耳颞神经颞支和颞浅动、静脉顶支。主治偏头痛，眩晕，耳鸣，齿痛，口眼喎斜，癱瘓惊痫等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾条灸5~10分钟。

腰户 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即腰俞。见该条。

腰目 经外奇穴名。出《千金要方》。位于腰部，当肾俞穴直下3寸处。主治消渴，小便频数等。艾炷灸3~7壮。

腰阳关 经穴名。原名阳关。出《素问·骨空论》王冰注，近称腰阳关。别名脊阳关，背阳关。属督脉。位于腰部第四、五腰椎棘突之间，约与髂嵴相平处。布有腰神经后支的内侧支和腰动脉后支。主治腰骶痛，月经不调，带下，遗精，阳痿，下肢麻痹等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

腰奇 经外奇穴名。位于骶正中线上，当尾骨端上2寸处。主治癫痫，向上沿皮刺2~3寸。

腰注 出《太平圣惠方》。即腰柱。见该条。

腰柱 经穴别名。出《外台秘要》。《太平圣惠方》作腰注，即腰俞。见该条。

腰俞 经穴名。出《素问·缪刺论》。别名背腧、髓空、腰户，腰柱，髓俞。属督脉。位于骶部，第四骶椎下，当骶管裂孔中。布有尾骨神经分支和骶中动、静脉分支。主治腰脊痛，便血，泄泻，痔疮，月经不调，癫痫，下肢痿痹等。向上斜刺0.5~1寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

腰眼 经外奇穴名。见《肘后备急方》。

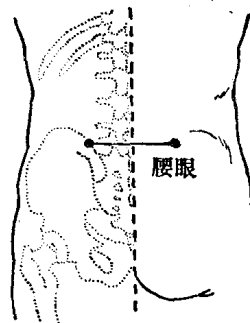


图109

别名鬼眼。位于第四、五腰椎棘突间旁开3~4寸处（《中国针灸学》）。一说在“第三腰椎棘突旁开3~4寸凹陷处”（《针灸学简编》）。

主治劳瘵，腰痛等。

直刺0.5~1寸。艾炷灸5~7壮；或艾条灸5~15分钟（图109）。

腰痛穴 经外奇穴名。位于手背腕横纹前1.5寸，当第二指伸肌腱桡侧及第四指伸肌腱的天侧处。一说在指总伸肌腱的两侧。一

手二穴。主治急性腰扭伤。向掌心斜刺0.5~1寸。

膪肠 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即承筋。见该条。

腹屈 见腹结条。

腹哀 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足太阴脾经。位于腹部，当脐上3寸，旁开腹正中线3.5寸处。另说大横上2寸（《千金要方》）；大横上3.5寸（《铜人膪穴针灸图经》）；大横上4寸（《针灸集成》）；腹正线旁开4寸（《针方六集》）；旁开4.5寸（《针灸资生经》）。布有第八肋间神经及第八肋间动、静脉。主治腹痛，泄泻，便秘，痢疾，消化不良等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

腹结 经穴名。出《针灸甲乙经》，原作腹屈，一名腹结。《千金要方》后腹结均作正名。别名肠窟，肠屈，阳窟，肠结。属足太阴脾经。位于腹部，脐下1.3寸，旁开腹正中线3.5寸处。另说“在大横下三分（一说三寸）”（《铜人膪穴针灸图经》）；“在大横下一寸八分”（《针灸集成》）；腹正中线旁开4寸（《针方六集》）；旁开4.5寸（《针灸资生经》）。布有第十一肋间神经及第十一肋间动、静脉。主治腹痛，泄泻，痢疾，便秘，疝痛等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

腹通谷 经穴名。出《针灸甲乙经》。《针灸大全》名腹通谷。属足少阴肾经。冲脉、足少阴之会。位于腹正中线脐上5寸，旁开0.5寸处。（《类经图翼》）。另说在脐上4寸，旁开0.5寸（《针灸甲乙经》）；脐上4寸，旁开1.5寸（《铜人膪穴针灸图经》）。布有第八肋间神经；并有腹壁上动、静脉分支通过。主治腹痛，腹胀，呕吐，消化不良等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~10分钟。

腹募穴 与背俞穴对举，即募穴。王冰曰：“胸腹曰募，背脊曰俞。”因募穴都在

胸腹，故名。参见募穴条。

膪穴 膪，通输，有输注的含义；穴，有空隙的意思。①泛指人体脏腑经络气血输注出入的部位。文献上还有“气穴”、“孔穴”“骨空”“穴位”“穴道”等不同名称。膪穴通过经络与脏腑密切相关，它能反应各脏腑的生理或病理变化，通过针灸、按摩等刺激，能够调动人体内在的抗病能力，调节机体的虚实状态，以达防治疾病的目的。有的还可以用作辅助诊断。膪穴分经穴和经外穴两大类。此外，还有既无具体名称，又无固定位置，而以压痛点或其它反应点定取的称为阿是穴。详见各该条。②指五输穴中的输穴。《灵枢·九针十二原》：“所注为膪”。③指五脏之背膪穴。《灵枢·背膪》：“愿闻五脏之膪”。

解烦法 小儿推拿方法名。《幼幼集成·卷三》：“凡小儿实热之证，及麻疹毒盛热极，其候面赤口渴、五心烦热、啼哭焦扰、身热如火、上气喘急、扬手掷足，一时药不能及。用水粉铅粉一两，以鸡蛋清调匀，略稀，涂儿胃口及两手掌心。复以酿酒小曲十数枚研烂，热酒和作二饼，贴两足心，布扎之。少顷，其热散于四肢，心内清凉，不复啼扰”。

解惑 古刺法名。五节刺之一。《灵枢·刺节真邪》：“解惑者，尽知调阴阳，补泻有余不足，相倾移也。”指对于病情复杂的疾患，“颠倒无常，甚于迷惑”，应从调和阴阳入手，“泻其有余，补其不足”使“阴阳平复”。“用针若此”，即可“疾于解惑”，故名解惑。实为针刺治疗的基本原则。

解溪 经穴名。出《灵枢·本输》。别名草鞋带。属足阳明胃经。经（火）穴。位于足背踝关节前横纹的中点，约与外踝尖相平，当趾长伸肌腱与踇长伸肌腱之间凹陷处。布有腓浅神经，腓深神经和胫前动、静脉。主治头痛，眩晕，目赤，腹胀，便秘，

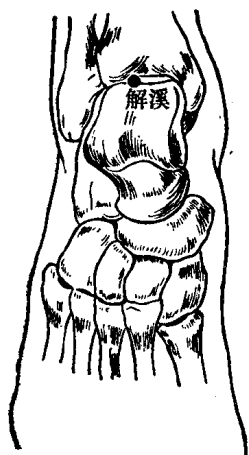


图110

癫狂，头面浮肿，下肢痿痹，脚腕无力等。直刺0.3~0.5寸。艾条灸5~10分钟（图110）。

猿戏 导引法。系模仿猿的动作的一种体操健身活动。马王堆三号汉墓出土的帛画《导引图》有“沐侯”（沐猴）及“管墟”（猿呼）图样，二者皆有呼啸状。《后汉书·华佗传》始列

入五禽戏中。《云笈七签·导引按摩》（似为宋以前，公元960年前著作）始有简动作记述：“猿戏者，攀物自悬，伸缩身体，上下一七。以脚拘物自悬，左右七。于钩却立，按颈，各七。”此后流派渐多。

猿猴摘果 小儿推拿方法名。出陈氏《小儿按摩经》。操作方法有五种：①用两手摄扯儿螺螄骨处皮肤（见陈氏《小儿按摩经·手诀》）。②用左手大食二指从儿阳穴上捻动至关中转到总筋左边，右手大食二指捻动自阴穴向上转到关上（见《小儿推拿方脉活婴秘旨全书·十二手诀》）。③用两手牵拉儿双手时伸时缩（《小儿推拿秘诀·手上推拿法》）。④用大食两指摄儿两耳尖，向上提几次，再扯两耳坠，往下拉几次（见《幼科推拿秘书·十三大手法推拿注释》）。⑤用左手食中二指捏儿阳穴，大指捏阴穴，属寒症者，用左大指从阴穴往上经三关揉至曲池转下经六腑揉至阳穴，名转阳过阴；属热症者，则反之，名转阴过阳；俱揉几遍，揉毕，再用右大指捏心、肝、脾穴各一下，并各摇几十次，寒证往里摇，热证往外摇（见《厘正按摩要术》卷三）。此法能消食，治痰气，除虚退热。

〔\〕

廉 体表定位用词。即“侧”或“面”。上廉即上侧（面），内廉即内侧（面）。《灵枢·经脉》：“大肠手阳明之脉……循臂上廉，入肘外廉，上臑外前廉，上肩，出髃骨之前廉”。

廉泉 经穴名。出《灵枢·刺节真邪》。别名本池、舌本。属任脉。阴维、任脉之会。位于结喉上方，当舌骨上缘凹陷处。（《千金要方》）另说“在颌下，结喉上，舌本下”（《针灸甲乙经》）：“颈下结喉上四寸中央”（《针灸聚英》）。布有颈皮神经的分支、舌下神经及舌咽神经的分支；并有颈前静脉通过。主治舌强不语，舌缓流涎，舌下肿，哑，暴瘡，咳嗽、咽喉肿痛，以及支气管炎，舌炎，舌肌麻痹，急、慢性咽炎等。向上直刺0.5~1寸。

新设 ①经外奇穴名。出《新针灸学》。位于项部，当斜方肌外缘，后发际下1.5寸处。主治后头痛，项强，落枕，肩胛疼痛等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。②推拿穴位名。出《实用小儿推拿》。在第3~4足趾趾间缝间，趾蹼缘的上方。此穴用捏法可引腹部之气下行。用于治疗腹胀等症。

新建 ①经外奇穴。出《新针灸学》。位与足少阳胆经之居髎穴同。见该条。②推拿穴位名。出《实用小儿推拿》。在颈部第2~3颈椎棘突间。捏挤至皮肤呈紫红色为度。有清咽喉、散结热等作用。用于治疗喉痛，急性喉痹，乳蛾，声带水肿，喉咙嘶哑等症。

意气功 气功的一个流派，传岳飞得自汤阴大佛寺慈慧禅师。近代介绍，该功法始于王贤宾（1931年）所著《意气功详解》。设想将周身之气聚成球于心上，然后周游全身，复回心。全功用十分钟。据云有良好的防治疾病的作用。

意舍 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足太阳膀胱经。位于背部，第十一胸椎棘突下旁开3寸处。一说“除脊各三寸取穴”（《针灸资生经》）。布有第十、十一胸神经后支的外侧支和肋间动、静脉后支。主治恶心，呕吐，腹胀，肠鸣，泄泻、黄疸，饮食不下等。斜刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

阙俞 见厥阴俞条。

慈石 即磁石。见该条。

慈宫 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即冲门。见该条。

熨针 即火针。《针灸聚英》：“火针即熨针也。”见火针条。

熨痰法 小儿推拿方法名。《幼幼集成·卷三》：“凡小儿胸有寒痰，不时昏绝，醒则吐出如绿豆粉，浓厚而带青色，此寒极之痰。……惟以生附子一枚，生姜一两，同捣烂炒热，布包。熨背心胸前，熨完将姜、附捻成一饼，贴于胃口，良久其痰自开”。

溪穴 ①出《针灸甲乙经》。即归来，见该条。②出《外台秘要》。即承泣。见该条。

溪谷 ①指肢体肌肉之间互相接触的缝隙或凹陷部位。大的缝隙处称谷，小的凹陷处称溪。《素问·气穴论》：“肉之大会为谷，肉之小会为溪。”②泛指经络穴位。谷，相当十二经脉循行所过的部位；溪，相当于穴位所在处。《素问·五藏生成篇》：“人有大谷十二分，小溪三百五十四名，少十二俞。”

滚刺筒 针具名。近年研制的新型皮肤针针具。其构造分筒柄和滚筒两部分，筒壁密布短针。使用时，持筒柄将滚筒在选定部位来回滚动。刺激面广为其特点。

滚刺疗法 皮肤针疗法之一，因使用滚刺筒进行刺激故名。参滚针筒条。

滚法 推拿手法名。①即滚法。见该条。②即搓法。见该条。

滚筋 练功方法名。见杜自明《中医正骨经验概述》。即阴阳反掌。见该条。

滚摇 推拿手法名。见杜自明《中医正骨经验概述》。握住肢体进行由内向外或由外向内的旋转滚动。如腰部滚摇就是使病员仰卧，两髋屈曲；医生一手扶住双膝，一手扶住两踝，旋转髋关节，使腰部也随之活动。常用于腰痛、髋枢痛等症。

〔一〕

缠丝磨子手 推拿手法名。见杜自明《中医正骨经验概述》。法同太极磨子手，而活动范围较大。参太极磨子手条。

缠法 推拿手法名。缠是缠绵不休的意思。是指频率较快的一指禅推法。每分钟约200次左右。

缠络 见系络条。

辟谷 养生术语。古代的一种养生方法。即不食谷物。当时一些古人认为，不含有渣滓的东西可以长生。因此，探索辟谷的方法，以柏叶，松子、柏子等作代用食品。汉武帝时，此法较盛行。

十四画

〔一〕

截疟 经外奇穴名。《千金要方》：“一切疟无问远近，正仰卧，以线量两乳间，中

屈，从乳向下灸度头随年壮。男左女右。”近代《针灸经外奇穴治疗诀》列作奇穴，名截疟。位于乳头直下4寸。主治疟疾，胸肋串痛等。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~

10分钟。

截根疗法 即挑疗法。见该条。

静功 近代气功术语。在气功和武术中为常用功法。功法主要要求在觉醒状态下，排除意念活动，并多将意念集中于腹部脐下的丹田，名为意守丹田。久行此功，渐有自觉内气活动，循经而行。

鍼针 《灵枢·九针论》：“长针取法于鍼针”。

聚毛 见《黄帝内经太素》。即三毛。详该条。

聚泉 经外奇穴名。出《奇效良方》。位于舌面中点。主治哮喘，咳嗽，消渴，舌强，吐舌等。先用消毒纱布裹舌外牵，直刺0.1~0.2寸。或点刺出血。若治哮喘咳嗽，可用隔姜灸。如热嗽，于艾炷中加雄黄末少许；如冷嗽，则加款冬花末，灸毕以茶清连生姜细咀嚼下。

蔽骨 见腧髁条。

磁石 ①炼丹药物，又作慈石。为四氧化三铁（ Fe_3O_4 ）。八石之一。《抱朴子·金丹》：“或以荆酒磁石消之。”②中药名。

摘（lǔ 卤）法 推拿手法名。见曹锡珍《外伤中医按摩疗法》。双手用力紧贴或握住患者肢体。然后急速滑开。有活血消肿作用。

摘星换斗 练功方法之一。出《易筋经》。一手握空拳置于腰后，另一手高举过顶，掌面下覆，曲肘钩掌，目注掌心，舌舐上腭，鼻调匀。《易筋经》：鼻息调匀，用力收回，左右同之。”

〔 〕

猥交 经穴名。出《素问·气府论》，原作断交。属督脉、阳明之会。位于口腔前庭上唇与齿龈之间，上唇系带与齿龈相接处。布有上齿槽神经和上唇动、静脉。主治癫狂，痫证，鼻渊，牙龈肿痛，齿痛，口舌

糜烂，鼻瘥肉等。向上斜刺0.2~0.3寸，或点刺出血。

雌黄 ①炼丹药物。即三硫化二砷（ As_2S_3 ）。为八石之一。《抱朴子·金丹》：“用丹砂、雄黄、雌黄、石硫黄、曾青、礬石、慈石、戎盐、太乙余粮，亦用六一泥，及神室祭醮合之，三十六日成。”②中药名。

嗽玉津 即咽唾。见该条。

〔 〕

鍼石 出《素问·金匱真言论》。即砭石。见该条。

鋹针 古针具名。九针之一。《灵枢·九针论》：“鋹针，取法于黍粟之锐，长三寸半，主按脉取气，令邪出。”是一种针体粗大，尖如黍粟，圆而微尖的针具。用于按压经脉，导气和血。

鋹针疗法 是指用鋹针按压穴位皮面以治疗疾病的方法。临床操作时。虚证用补法，即将针轻压，待局部出现红晕或症状消失时去针。实证用泻法，即将针重压，待患者有痠胀感扩散时去针。但不应伤损皮肤。每日或间日一次，一般以10次为一疗程。对胃痛、腹痛、精神分裂症、肋间神经痛、月经痛等有一定疗效，尤以虚者为佳。

箸针 见《外科正宗》。即皮肤针。见该条。

箕门 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足太阴脾经。位于大腿内侧，髌骨内上缘上8寸，缝匠肌之内侧；或于血海穴直上6寸处取穴。布有股前皮神经、深部有隐神经；并有大的隐静脉通过；深层之外方有股动、静脉。主治小便不利，遗溺，鼠蹊肿痛，阴囊湿痒等。直刺0.5~0.8寸，避开动脉。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。《素问·刺禁论》：“刺阴股中大脉，血出不止死”。

鼻交 见鼻交颞中条。

鼻交颞中 经外奇穴名。《千金翼方》：“鼻交颞中~穴……亦宜灸，但不如针。此

主癫风，角弓反张，羊鸣，大风；青风，面风如虫行，卒风，多睡健忘，心中愤愤，口禁闇倒不识人；黄疸，急黄，八种大风，此之一穴，皆主之。”无具体位置记述。《中国针灸学》改称鼻交，定位于鼻骨最高处微上陷中。沿皮刺0.3~0.5寸。

鼻冲 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即曲差。见该条。

鼻针疗法 是指以针刺鼻上特定部位来治疗疾病的方法。鼻和经络脏腑有密切联系，“十二经脉，三百六十五络……其宗气上出于鼻而为臭”（《灵枢·邪气藏府病形》）。《灵枢·五色》明确指出，“明堂者鼻也。”“五藏次于中央，六府挟其两侧”。近三十年来，我国广大医务工作者据此创造出鼻针疗法，并应用于针刺麻醉。临床操作时，据疾病处所选取相应部位，以短毫针斜刺进针，不宜穿透鼻甲，因鼻部感觉敏锐，应避免过重刺激，一般留针15~30分钟，其间可运针数次，并可使用电针。本法适用范围很广，身体各部疾患均可选取相应穴位治疗。

鼻针疗法穴位表

线	穴 位	部 位
第一 线	自前额至 人中沟上 端	头 面
		在额部，当眉心与前发际中点连线的上、中1/3交点处
		咽 喉
		在头面点和肺点之间，当眉心与前发际中点连线的中、下1/3交点处
		肺
		在两眉内端连线的中点处
		心
		在两内眼角连线的中点处
第二 线	自内眼角 下紧靠鼻 梁骨两侧 至鼻翼下 端尽处	肝
		在鼻梁骨最高处，当鼻正中线与两颧骨连线的交点处
		脾
		在鼻尖上方，鼻准头上缘正中处
第三 线	自眉内侧 沿第二线 外方至鼻 翼尽外侧	肾
		在鼻尖端处
		前 阴 (外生殖器)
第四 线	自鼻翼下 端尽处	在鼻中膈下端尽处，当人中沟的上端
		睾丸(男) 卵巢(女)
		在鼻尖肾点的两侧

线	穴 位	部 位
第一 线	自内眼角 下紧靠鼻 梁骨两侧 至鼻翼下 端尽处	胆
		在肝点之外侧，内眼角直下处
		胃
		在脾点之外侧，胆点直下处
		小 肠
第二 线	自眉内侧 沿第二线 外方至鼻 翼尽外侧	在鼻翼上1/3，胃点直下处
		大 肠
		在鼻翼正中，小肠点直下处
		膀 胱
		在鼻翼壁尽处，大肠点直下处
第三 线	自眉内侧 沿第二线 外方至鼻 翼尽外侧	耳
		在眉内侧端
		胸
		在眉棱骨下，目窠之上
		乳
		在睛明穴上方
		项 背
		在睛明穴下方
第四 线	自鼻翼下 端尽处	腰 脊
		在胆点之外，项背点外下方
		上 肢
		在胃点之外，腰脊点外下方
		膀 股
第五 线	自鼻翼下 端尽处	在鼻翼上部相平处外侧，上肢点外下方
		膝 胫
第六 线	自鼻翼下 端尽处	在鼻翼正中外侧，膝胫点下方
		足 趾
第七 线	自鼻翼下 端尽处	在鼻翼下部相平处外侧，膝胫点下方
		足 趾

鼻针麻醉 针刺麻醉法之一。是在鼻针疗法的基础上发展起来的针麻方法。即按针麻要求在鼻针刺刺激点上针刺以进行各种手术。临床上根据肺主皮毛的理论选取鼻部肺穴为各种手术的基本穴；并根据手术部位选取相应刺激点作配穴。操作方法参鼻针疗法条。

鼻环 经外奇穴名。出《刺疗捷法》：“在鼻两旁环笑缝中。”即鼻翼向外隆突最高点与面相接之处。主治疗疮，酒齄鼻等。沿皮刺0.3~0.5寸；或点刺出血。

鼻柱 人体部位名。指鼻中膈部。《针灸甲乙经》：“督脉者……上巅，循额，至鼻柱”。《医宗金鉴》：“两孔之界骨，名曰鼻柱”。或指鼻的中央部，即鼻梁。

鼻准 经穴别名。出《奇效良方》。即素髻。见该条。

鼻穿 经外奇穴别名。见《针灸经外奇穴治疗诀》。即穿鼻。见该条。

鼻通 经外奇穴别名。见《常用新医疗法手册》。即上迎香。见该条。

肭户 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足太阳膀胱经。位于背部，第三胸椎棘突下旁开3寸处；一说“除脊各三寸取穴”（《针灸资生经》）。布有第二、三胸神经后支的内侧皮支，深层为外侧及颈横动脉降支通过。主治咳嗽，气喘，虚癆，颈项强痛，肩背痛等。斜刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

膈 同隔，指横膈膜。《灵枢·经脉》：“肺手太阴之脉……上膈，属肺”。

膈关 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足太阳膀胱经。位于背部，第七胸椎棘突下旁开3寸处；一说“除脊各三寸取穴”（《针灸资生经》）。布有第六、七胸神经后支的内侧皮支，深层为外侧支；并有肋间动、静脉后支通过。主治呕吐，呃逆，噎膈，脊背疼痛；以及肋间神经痛等。斜刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

膈俞 经穴名。出《灵枢·背腧》。属足太阳膀胱经。八会穴之血会。位于背部，第七胸椎棘突下旁开1.5寸处；一说“除脊各寸半”（《针灸资生经》）。布有第七、八胸神经后支的内侧皮支，深层为外侧支；并有肋间动、静脉后支的内侧支通过。主治呕吐，呃逆，噎膈，胸满，胁痛，胃痛，癲狂，咳血，吐血，贫血，脊背痛等。斜刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸10~15分钟。

膊井 经穴别名。出《太平圣惠方》。即肩井。见该条。

膀胱 ①六腑之一。②推拿穴位名。出《小儿推拿广意》。位于小指近端指骨的腹面。治大小便闭等症。《厘正按摩要术·取穴》：“小指端肾，三节膀胱”。《小儿推拿广意·拿法》：“莫道膀胱无光助两般闭

结要他清”。

膀胱经 足太阳膀胱经之简称。见该条。

膀胱俞 经穴名。出《脉经》。属足太阳膀胱经。膀胱之背俞穴。位于骶部，平第二骶后孔，距骶正中线1.5寸处。当骶后上棘内缘下与骶骨间凹陷中；一说“除脊各寸半”（《针灸资生经》）。布有第一、二骶神经后支的外侧支和骶外侧动、静脉后支。主治遗尿，癰闭，泄泻，阴部湿痒肿痛，腰骶痛；以及尿路感染等。直刺1~1.5寸。艾炷灸5~7壮；或艾条灸10~15分钟。

腓骨 ①经穴别名。出《针灸大全》。即环跳。见该条。②解剖学名词。

〔 〕

豪针 豪与毫通，即毫针。《灵枢·逆顺肥瘦》：“婴儿者，其肉脆血少气弱，刺此者，以豪针……”。

膏之原 十二原（穴）之一。即鸠尾。《灵枢·九针十二原》：“膏之原，出于鸠尾”。参见十二原穴条。

膏育 见膏育俞条。

膏育俞 经穴名。出《千金要方》。《医学入门》作膏育。属足太阳膀胱经。位于背部，第四胸椎棘突下旁开3寸处；一说“除脊各三寸取穴”（《针灸资生经》）。布有第二、三胸神经后支的内侧皮支，深层为外侧支及肩胛背神经；并有肋间动脉后支及颈横动脉降支通过。主治肺癆，咳嗽，气喘，咳血，盗汗，遗精，健忘，四肢倦怠，痈疽发背等。斜刺0.3~0.5寸。艾炷灸7~15壮；或艾条灸20~30分钟（图111）。

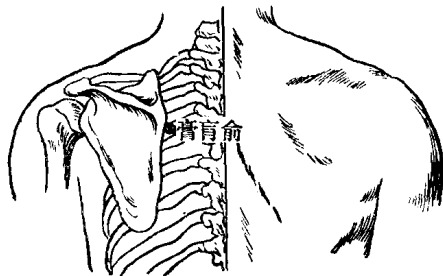


图111

膏摩 在体表一定部位上涂擦药膏并进行按摩的方法。出《金匱要略·脏腑先后病脉证》。它具有推拿手法和药物综合作用。在武威出土的汉代医药简牍和《千金要方》、《证治准绳》等书中记载有膏摩用的药方。

膂 人体部位名。指脊柱两旁的肌肉。约当解剖学上所称之骶棘肌分布处。《灵枢·经脉》：“膀胱足太阳之脉……入循膂”。张介宾曰：“膂：吕同，脊骨曰吕，象形也。又曰夹脊两旁肉也。”

瘰脉 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名资脉。属手少阳三焦经。位于颞骨乳突中央，当翳风穴与角孙穴沿耳翼连线的中、下1/3交点处。布有耳大神经的耳后支和耳后动、静脉。主治耳鸣，耳聋，头痛，小儿惊痫，瘰疬等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾炷灸3壮；或艾条灸5~10分钟。

瘖门 见哑门条。

端法 推拿手法名。用两手或一手拿定治疗部位，从下向上或从外向内用力托起。《医宗金鉴·正骨心法要旨》：“端者，两手或一手擒定应端之处，酌其重轻，或从下往上端，或从外向内托，或直端、斜端也。”本法一般都在拔伸的情况下进行。常用于落枕、轻度的颈椎错位以及一部分骨折、脱位、伤筋等症。

精宁 推拿穴位名。又名精灵。①位于腕背横纹的桡侧端。有祛风、化痰、镇惊等作用。《小儿按摩经·阴掌图各穴手法仙诀》：“掐精宁穴，气吼痰喘，干呕痞积用之”。②位于手背第4~5掌骨间，距掌指关节半寸处，约与外劳宫相平。《小儿推拿方脉活婴秘旨全书·掌背穴图》：“在四指、五指夹界下半寸。治痰壅，气促，气攻”。③在无名指及小指间的夹缝中指蹠处。用揉法，有行气破积等作用。见《小儿推拿学概要》。④精宁与威灵为一个穴组，所以这两穴的位置有时有互换的情况。见《小儿按摩

经》、《小儿推拿广意》、《厘正按摩要术》。参见威灵条。

精灵 推拿穴位名。即精宁。详该条。

精明 见睛明条。

精宫 经穴别名。《医学入门》：“精宫，专主梦遗，十四椎下各开3寸”。所指即志室穴。

精露 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即石门。见该条。

漏谷 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名太阴络。属足太阴脾经。位于小腿内侧，内踝尖上6寸，胫骨后缘处。布有小腿内侧皮神经，深层后方为胫神经；并有大隐静脉及胫后动、静脉通过。主治腹胀腹鸣，消化不良，小便不利，丹毒，脚气，偏坠，腿膝厥冷等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

寡欲 养生术语。意即减少或节制欲求。其中“欲”有广义狭义两种含意。广义指人的一切欲望；狭义专指性欲。养生术中认为节制性欲至为重要。

〔 7 〕

繆刺 古刺法名。《素问·繆刺论》：“繆刺，以左取右，以右取左。”“有痛而经不病者，繆刺之，因视其皮部有血络者尽取之。”指机体一侧络脉有病，而针刺对侧血络的方法。与巨刺同中有异，参巨刺条。

熊戏 导引法，系模仿熊的动作的一种体操健身活动，最早见战国（公元前475—221年）《庄子》：“熊经鸟伸。”马王堆汉墓出土的《导引图》中也有熊的摹仿动作，亦称熊经。《后汉书·华佗传》始列入五禽戏中，但无动作记述。《云笈七籤·导引按摩》始有简单动作记述：“熊戏者，正仰，以两手抱膝下，举头，左僻地七，右亦七，蹲地，以手左右托地。”此后流派渐多。

十五画

〔一〕

璇玑 经穴名。出《针灸甲乙经》。《千金要方》作旋机。属任脉。位于胸正中线上，平第一胸肋关节，当天突穴下1寸处。一说在天突穴下1.6寸（《针灸大成》）。布有锁骨上神经前支及第一肋间神经前皮支，并有乳房内动、静脉的前穿支通过。主治咳嗽，气喘，胸痛，咽喉肿痛，支气管哮喘，支气管炎，食道痉挛等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾炷3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

鼈针 针身细长，针尖微钝，形如牛鼈的针具。《灵枢·九针论》：“员利针，取法于鼈针”。

横三寸间 灸法用语。《千金要方》：“凡经云横三间寸者，则是三灸两间，一寸有三灸，灸有三分，三壮之处即为一寸。”意指三个底经三分的艾炷横行排列，其两端的距离当为一寸，因称横三间寸。说明施灸时的艾炷底径不能小于三分，否则，就没有疗效。适用于直接灸法。

横门 推拿穴位名。出《小儿按摩经》。位于腕掌侧横纹中点的近心侧稍上方（约五分）处。自横门推向板门，止吐；自板门推向横门，止泻。

横户 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即阴交。见该条。

横舌 见舌横条。

横纹 ①经外奇穴名。《千金翼方》：“多汗，四肢不举少力，灸横纹五十壮，在侠脐相去七寸。”②推拿穴位名。详大横纹条。

横刺 针刺角度之一，亦称沿皮刺，平刺。指进针时，针体和穴位皮肤呈15°角左右刺入的刺法。主要用于肌肉浅薄，下有骨骼

处的穴位。在透穴时亦常应用。横刺的方向，应视具体穴位或补泻要求而定。

横骨 ①人体部位名。指耻骨。《释骨》：“髌髁直下横两股间者，曰横骨，曰股际骨”。又指舌骨。《灵枢·忧恚无言》：“横骨者，神气所使，主发舌者也”。

②经穴名。出《针灸甲乙经》。别名下极。属足少阴肾经。冲脉、足少阴之会。位于耻骨联合上缘旁开0.5寸处（《铜人腧穴针灸图经》）。另说在脐下4.5寸，旁开0.5寸（《针灸甲乙经》）；脐下5寸，旁开1寸（《针灸大成》）；脐下5寸，旁开1.5寸（《针灸资生经》）。布有髂腹下神经的分支，并有腹壁下动脉及阴部外动脉通过。主治少腹胀，小便不利，遗尿，尿闭，阳痿，遗精，疝气，睾丸肿痛，尿失禁等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

横脉 指脉络之横斜者。《素问·刺疟篇》：“刺足阳明太阴横脉出血。”

横络 指络脉。《灵枢·刺节真邪》：“此必有横络。”或指络脉之较小者。《针经指南》：“络有一十五，有横络三百余，有丝络一万八千，有孙络不知其纪”。

震颤法 指捏持针柄作小幅度快速振摇的一种方法。有促使得气及增强针感的作用。《神应经》：“持针细细动摇，进退搓捻其针，如手颤之状，谓之催气”。

撑开押手法 即舒张押手法。见该条。

播(pū)铺筋 按摩的俗称。《说文解字》：“播，扞持也。”

撮捏押手法 押手法之一。是以左手拇、食指将穴位处皮肤捏起以辅助进针的方法。多用于颜面皮肉浅薄需行横刺的穴位。

撮痧 推拿方法名。见《串雅·绪论》。即提痧。详该条。

擒拿法 推拿方法名。①泛指捏、拿一类的推拿方法。②是使咽喉肿胀疼痛剧烈的病人可以进食的一种推拿手法。又称喉科擒拿法、宽喉法。操作方法有二种：①病人正坐，医生立于一侧，将病人的一侧上肢侧平举，用与病人同侧之手的拇指腹和病人的拇指指腹相对合，并用力向前压紧；食、中、无名指紧按病人虎口处（相当于合谷穴）；另一手的拇指按住病人锁骨肩峰端处（相当于肩髃穴），食、中、无名指紧握腋窝（相当于极泉穴）；在此同时将病人的上肢用力向后拉开。这时可将药汁饮食给病人缓缓吞下。②双手从患者背后穿过腋下，伸向胸前。以食、中、无名指按住锁骨上缘，肘臂压住患者胁肋，前胸紧贴于患者的背部，然后两手用力向左右两侧拉开，两肘臂和胸部把患者胁肋及背部压紧，三方面同时用力。

擦法 即捻法。见该条。

〔 1 〕

踝尖 见《类经图翼》。即内踝尖。详该条。

踝骨 骨骼部位名。俗名孤拐骨。指踝关节内，外侧圆形的骨性隆起。在内者称内踝，是胫骨的下端；在外者称外踝，是腓骨的下端。又手腕两旁的圆形高骨古时亦名踝骨。杨上善说：“足胫骨与足腕骨相属之处着胫骨端内外高骨名曰内外踝；手之臂骨之端内外高骨亦名为踝也”。

踝法 推拿手法名。用单足或双足踏在患者的治疗部位上，并作适当的弹跳（弹跳时，足尖不离开踝踏部位）。施术时，术者要借助于设置栏杆、吊环等器物，以承受医生的体重和控制踩踏的力量。由于本法压力大，刺激强，临床中需慎用。一般多用于腰部（如腰椎间盘突出症）疾患，其他部位很少应用。

蝶转法 推拿手法名。用右手全掌复盖于病人脐部，手掌不移动，缓慢、柔和地反

复作顺时针方向的旋压，着力点依照小鱼际、掌根、大鱼际、四指端的次序周旋。必要时，左手可按在右手手背上以辅助用力。有温通气血，缓解胃痛等作用。

〔 2 〕

镇定 推拿手法名。见杜自明《中医正骨经验概述》。在使用分筋或理筋等手法结束时，保持手法的短暂静止状态，以巩固和加强其展筋定痛等作用的一类手法。操作方法有两种：①用手指或手掌静压在患处片刻。②用手握住患部肢体的远端，将患部固定在有利于恢复的姿势，停留片刻。

靠山 推拿穴位名。出《小儿推拿方脉活婴秘旨全书》。①位于第一掌骨底的背侧。即阳溪穴。《小儿推拿方脉活婴秘旨全书·掌背穴图》：“靠山穴，在大指下掌根尽处腕中。能治疟疾，痰壅”。②即合谷穴，《小儿推拿广意·中卷·杂症门》：“靠山即合谷”。

箴石 《山海经·东山经》：“高氏之山，其上多玉，其下多箴石”。晋·郭璞注：“箴石，可以为砥（砭）针，治痈肿。”参见砭石条。

箭腿压法 练功方法之一。见上海中医学院附属推拿学校《推拿学》。两人对练，各自两手撑腰。取弓箭步，两人前腿相靠，轮流相压。

膝俞 经外奇穴别名。见《中国针灸学》。即胃管下俞。见该条。

膝下 经外奇穴名。《千金翼方》：“治转筋胫骨痛，不可忍。灸屈膝下廉横筋上三壮。”近代《针灸经外奇穴图谱》列作奇穴，定位在髌骨尖下缘髌韧带处。

膝目 经外奇穴名。出《外台秘要》。所述位置与膝眼同。《针灸经外奇穴图谱》作膝眼之别名，见该条。

膝外 经外奇穴名。《千金翼方》：“病疡灸法……五月五日午时，灸膝外屈脚当纹

头，随年壮，两处灸，一时下火，不得转动。”近代《针灸经外奇穴图谱》列作奇穴，名膝外。定位在膝横纹外侧端，股二头肌前缘处。灸治痹痿。

膝关 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足厥阴肝经。位于小腿前内侧，胫骨内踝后下方，腓肠肌内侧头上部，阴陵泉穴后1寸处。另说“腓鼻下三寸”（《千金要方》）；“腓鼻下一寸二分，向里横开寸半，下直中都，相去五寸”（《针灸集成》）。布有腓肠内侧皮神经分支，深部为胫神经及胫后动脉。主治膝痛，脚气，鹤膝风，咽喉痛等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

膝阳关 经穴名。出《针灸甲乙经》，原名阳关。《千金要方》名关阳。《针灸大全》名足阳关。近称膝阳关。别名寒府、阳陵、关陵，属足少阳胆经。位于膝外侧，阳陵泉穴上3寸，股骨外上髁之边缘处。另说在阳陵泉穴上5寸（《千金翼方》）、2寸（《针灸资生经》）；“在膝眼旁一寸”（《针灸集成》）。布有股外侧皮神经末支和膝上外侧动、静脉。主治膝肿痛，腓筋挛急、小腿麻木，膝关节炎，下肢瘫痪等。直刺0.5~1寸。艾条灸5~10分钟。

膝顶 即鹤顶。见该条。

膝旁 经外奇穴名。《太平圣惠方》：“张文仲传神仙灸法，疗腰重痛，不可转侧，起坐难，及冷痺，脚筋挛急不可屈伸，灸曲踈两文头，左右脚四处各三壮。”《针灸集成》列作奇穴，名膝旁。位于腘窝横纹之两端，每肢二穴，左右计4穴。主治腰痛不能俯仰，脚酸不能久立。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

膝眼 经外奇穴名。出《千金要方》。别名膝目。位于膝部，当髌韧带两侧与股骨和胫骨内、外侧髁所构成的凹陷处，左右共4穴。有隐神经的髌下支及胫，腓总神经的膝下内、外关节支；并有膝关节动、静脉网

分布。主治膝痛，腿脚重痛，脚气；以及膝关节及其周围软组织炎，下肢麻痹等。向膝中斜刺0.5~1寸（图112）。

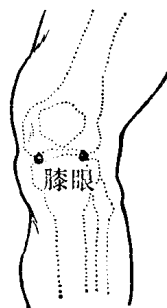


图112

膝髌 人体部位名。指髌骨。因位处膝部，故名。俗称膝盖骨。《灵枢·经脉》：“胃足阳明之脉……下膝髌中”。

〔\〕

摩目 自我推拿方法名，即熨目。《诸病源候论·目茫茫候》：“以热指摩目二七，令人目不瞑”。

摩面 自我推拿方法。即浴面法。《诸病源候论·时气候》：“摩手掌令热，以摩面从上下二七止，去肝气，令面有光”。

摩胁 推拿方法名。见《圣济总录》卷一百九十九。抚摩两侧胁肋部。有消食导滞，疏肝利气等作用。《厘正按摩要术》：“摩左右胁，左右胁在胸腹两旁肋膊处，以掌心横摩两边，得八十一次，治食积痰滞”。

摩法 推拿手法名。出《内经》。用手掌面或手指指面附着于一定部位上，以腕关节连同前臂作轻缓而有节律的盘旋摩擦。用手掌进行者，称为掌摩法；用手指进行者，称为指摩法。有理气和中，活血止痛，散瘀消积等作用。常用于消化道疾患及软组织急性损伤肿痛者。《医宗金鉴·正骨心法要旨》：“摩其壅聚，以散瘀结之肿”。《内功图说·分行外功》：“两手摩腹，移行百步，除积滞”。

摩治法 用推拿治病的方法。《石室秘录·摩治法》：“摩治者，抚摩以之也。譬如手足疼痛、脏腑瘀结、颈项强直，口眼歪斜是也。法当以人手为之按摩，则气血流通，痰病易愈”。

摩抄（suō 梭） 即按摩。参见摩娑条。

摩脐法 小儿推拿方法名。《推拿指南》：“摩脐法，此治腹痛便结，……用右掌心向上下左右按而摩之”。

摩娑（suō 梭） 即推拿。又作摩挲、摩抄。《释名·释姿容》：“摩娑，犹未杀也，手上下之言也”。详见推拿条。

摩脊法 小儿推拿方法名。可预防痘疹。明·张浩《仁术便览》卷四：“摩脊法：小儿痘疹未出之先宜以手蘸油摩儿背脊中间，痘疮出稀少，预解胎毒，或不生”。明·俞弁《续医说·摩脊法》：“此亦古人推摩之法。盖所以散寒水逆流之毒，背为太阳膀胱经也，正与东垣论相合。”出用治小儿惊风发搐等症。

摩眼 自我推拿方法名。见《备急千金要方·养性》。即熨目。见该条。

摩挲（suō 梭） 即推拿。参见摩娑条。

摩腹 推拿方法名。见《诸病源候论·风湿痹候》。用手掌摩动腹部。《理渝骈文》：“调中者摩腹，寓大和（健脾丸名）之理”。为内伤调补之法。

癧痕灸 即化脓灸。详该条。

额角 ①推拿穴位名。即左右两侧太阳穴。《幼科推拿秘书·穴象手法·穴道图象·穴在头脑者》：“额角：左为太阳，右为太阴”。参见太阳穴、太阴穴。②人体部位名。见头角条。

额颅 人体部位名。指前发际以下，两眉以上的部分。《灵枢·经脉》：“胃足阳明之脉……循发际，至额颅”。

鹤顶 经外奇穴名。①出《针灸集成》。《外科大成》原名膝顶。位于膝部，髌骨上

缘正中凹陷处。主治下肢瘫痪，鹤膝风，脚气，膝关节炎等。向上直刺1~1.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。②出《考正穴法》。位于头顶，自鼻尖直上入发际3.5寸，与脉前顶穴同位。主治疗疮。沿皮刺0.3~0.5寸。艾炷灸1~3壮；艾条灸5~10分钟。

噫嘻 经穴名。出《素问·骨空论》。别名五腧俞。属足太阳膀胱经。位于背部，第六胸椎棘突下旁开3寸处（《针灸甲乙经》）；一说“除脊各三寸取穴（《针灸资生经》）”。布有第五、六胸神经后支的内侧皮支，深层为外侧支；并有肋间动、静脉后支通过。主治咳嗽，气喘，胸痛，疟疾、肩背痛等。斜刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

遵生八笺 养生专书，明·高濂著，二十卷，刊于公元1591年。全书分八个部分，内容较广，从养生出发，涉及衣、食、住等各方面，较有参考价值。

〔 7 〕

熨目 自我推拿方法名。见《诸病源候论·目暗不明候》。又名拭目、摩目，摩眼，揉眼。两手掌擦热后拭摩两眼。有明目作用。《圣济总录》卷一百十三：“气血得温利则宣流，得寒则凝泣。肝藏血，上注于目。若肝经虚寒，则目多昏暗泪出之候。古方用温熨之法，盖欲发散血气，使之宣流尔。”“治目昏暗：中指熨法……以两手中指……相摩拭熨目眦佳。治目暗：掌心熨法……以两手相摩极热，熨目三遍。仍以指甲掐两眦头（睛明穴和瞳子髎穴）”。

十 六 画

〔 一 〕

颞颥 ①经外奇穴名。出《脉经》。位

于眉毛外端与眼外眦角连线的中点。主治时邪温病，头痛眩晕，眼部疾患以及面神经麻痹等。沿皮刺0.3~0.5寸。②经穴别名。出

《针灸甲乙经》。即脑空。见该条。

燕口 经外奇穴名。出《千金要方》。位于口吻两旁赤白肉际。主治癲狂，面瘫，三叉神经痛等。沿皮刺0.3~0.5寸。

颞骨 经穴别名。出《针灸聚英》。即长强。见该条。

颞法 推拿手法名。见曹锡珍《中医按摩疗法》。即抖法。详该条。

颞颥法 推拿方法名。病人俯伏，取膝肘或膝掌体位，并加大肘膝间的距离，充分暴露下腹。先作腹部按摩，使病人适应操作，然后双手合抱或平行置于病人腹下，托起腹部，再予突然放松，反复进行，逐渐加大幅度。重点在脐部或脐下区。如果腹胀明显，可将腹部左右摇晃。一般约5分钟左右休息片刻，至少要连续进行三次。用力大小，应达到使扭转肠系膜放松，和刺激肠恢复蠕动功能为宜。初作时患者多大安呼痛，通常在1~2次颞颥后有轻快感，整复后患者疲劳入睡，应注意变化，以防潜伏休克。《肘后备急方·治卒腹痛方第九》“使病人伏卧，一人跨上，两手抄举其腹，令病人自纵，重轻举抄之，令去床三尺许，便放之，如此二七度止”。本法适用于全身情况尚好、血压、脉搏基本正常的早期肠扭转以及无腹膜刺激，无X线禁忌征象，或经初步手法治疗有明显好转的肠扭转患者。

〔 1 〕

踞 人体部位名。指腓肠肌部，俗称小腿肚。《灵枢·经脉》：“脾足太阴之脉……上踞内”。

踵 人体部位名。指足跟部。《灵枢·经筋》：“足少阴之筋……结于踵”。

〔 2 〕

赞刺 古刺法名。十二刺之一。《灵枢·官针》：“赞刺者，直入直出，数发针而浅之，出血，是谓治痛肿也。”指治疗痛肿

的针刺方法。其法在患处将针直入直出，反复多次地浅刺，使之出血。以其反复浅刺，后刺赞助前刺，故名赞刺。

纂 人体部位名。指会阴部。《素问·骨空论》：“督脉者……其络循阴器，合纂间，绕纂后”。

〔 3 〕

磨法 推拿手法名。①即摇法。②即摩法。各见该条。

磨裆 练功方法之一。见上海中医学院附属推拿学校《少林内功》。右足跨前取弓箭步，右手后旋反掌护腰，左手俯掌屈肘向右上推出，再向左方徐徐外展，同时身体随着向左转成左弓步，左手随即收回护腰，右手推出，身体再向右转，两手交替进行。

辨证选穴法 指以辨证论治的原则选取穴位进行治疗的方法。如脱肛属于中气下陷，不能摄纳者，灸百会、长强、神阙，足三里等穴以升阳提气、温固下元；属于热积大肠，下痢脓血者，则针大肠俞、天枢、上巨虚、承山等穴以疏泄大肠蕴热等。

燔针 ①指用火烧针。又称焮针、火针。《灵枢·经筋》篇在论述经筋痹症的治疗时，用“燔针劫刺”的方法也就是将针以火烧红后，迅速地刺入选取的刺激部位，旋即拔出的一种疗法。明代吴鹤皋在《黄帝内经素问》注解中称：“燔针者，内针之后，以火燔之煖耳，不必赤也。”这与温针相近。②针具名。即火针。见该条。

〔 4 〕

颞大 指头维穴部位。《灵枢·根结》：“阳明根于厉兑，结于颞大。颞大者，钳耳也。”楼英注：“颞大谓额角入发际，头维二穴也，以其钳索于耳上，故名钳耳”。

十七画

〔一〕

藏俞 指五脏所属诸阴经的井、荣、输、经、合诸穴，每经五穴，五五二十五穴，左右合之，共五十穴。《素问·气穴论》：“藏俞五十穴”。

藏输 经外奇穴名。出《千金要方》。位于背部，第五胸椎棘突高点处。主治卒病恶风，失欠，肉痹等。艾炷灸3~5壮。

翳风 经穴名。出《针灸甲乙经》。属手少阳三焦经。手、足少阳之会。位于耳垂后，颞骨乳突与颌角之间凹陷处。布有耳大神经，深层为面神经干从茎乳突孔穿出处；并有耳后动、静脉，颈外静脉通过。主治耳鸣、耳聋、聤耳，口眼喎斜，口噤不开，齿痛，颊肿，瘰癧等，直刺1~1.5寸。艾炷灸3壮；或艾条灸5~10分钟（图113）。

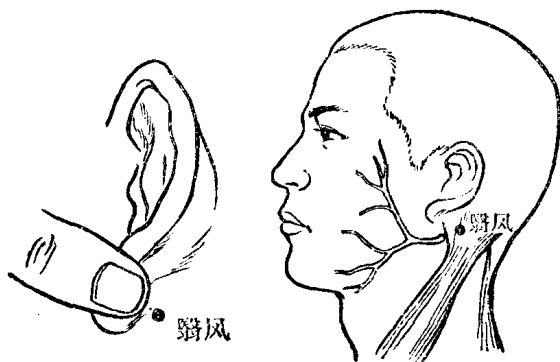


图113①

图113②

翳明 经外奇穴名。位于翳风穴后1寸处。布有耳大神经、枕小神经；耳后动、静脉分支，深部在颈内动、静脉网（有迷走神经、交感干的颈上神经节）。主治夜盲，近视，远视，白内障；以及内耳性眩晕，视神经萎缩，青光眼，失眠，精神分裂症等。直刺1~1.5寸（图114）。

擦法 推拿手法名。用手掌紧贴皮肤，稍用力作快速来回直线摩擦，使体表局部发热。有活血散瘀，消肿止痛等作用。常用于软组织扭伤的肿痛、肌肉痉挛等症。

《韩氏医通》：“凡小疾有痛处，即令壮夫措擦至热，或按之拿之，令气血转移，其疾可却”。

擦面 自我推拿方法名。见《理渝骈文》。即浴面。见该条。

擦项及肩 推拿方法名。出《理渝骈文》。用于擦扶项部（从天柱穴到风门穴处）。有祛风作用。用治上焦主病。

〔1〕

瞳子髎 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名后曲、鱼尾、太阳、前关。属足少阳胆经。手太阳，手、足少阳之会。位于目外眦外侧0.5寸，眶骨外缘凹陷处。布有颞面神经，颞颥神经和面神经的颞支；并有颞眶动、静脉通过。主治头痛，目赤肿痛，迎风流泪，目翳，青盲；视力减退，结膜炎，泪囊炎，视神经萎缩等。沿皮刺0.5~1寸。艾条灸5~10分钟。

螺蛳 推拿穴位名。又名螺蛳骨。出《小儿按摩经》。位于腕部两侧骨突起处，即尺、桡骨茎突处。《小儿按摩经·手诀》：“猿猴摘果：以两手撮儿螺蛳上皮，摘之。消食可用”。

螺蛳骨 推拿穴位名。详螺蛳条。

蟀谷 见率骨条。

髀 人体部位名。指股部（大腿部）。

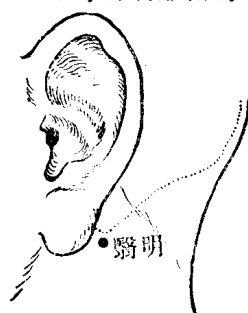


图114

髀骨即股骨,《灵枢·骨度》:“两髀之间,广六寸半”。

髀厌 骨骼部位名。又称髀枢,即髋关节。《灵枢·经脉》:“胆足少阳之脉……横入髀厌中”。

髀关 经穴名。出《灵枢·经脉》。属足阳明胃经。位于大腿前外侧,髌前上棘与髌骨外缘的连线上,当缝匠肌外侧,与会阴平高处;或于髌外上12寸处取穴。(《类经图翼》)另说“在伏兔后交分中”(《针灸甲乙经》,“伏兔后,髌骨横纹中”(《医学入门》);“约伏兔后一寸许”(《循经考穴编》广注)。布有股外侧皮神经,深层有旋股外侧动、静脉分支通过。主治腰、髋、股、膝痛,下肢屈伸不利、麻痹或瘫痪;以及股外侧皮神经炎等。直刺1~1.5寸,艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟(图115)。

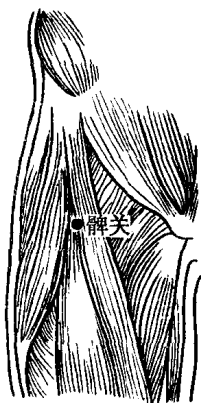


图115

髀阳 人体部位名。髀指股部,阳指外侧。大腿外侧称髀阳。《灵枢·经脉》:“胆足少阳之脉……以下循髀阳”。

髀枢 骨关节名。出《灵枢·骨度》。指髋关节。

〔ノ〕

膻中 ①人体部位名。指前胸正中,两乳之间的部位,为膻中穴所在之处。②经穴名。出《灵枢·根结》。别名元儿、上气海。属任脉。足太阴、少阴,手太阳、少阳,任脉之会。心包之募穴,八会穴之气会。位于胸正中线,平第四肋间隙;或于两乳头连线之中点取穴(《针灸甲乙经》,《千金要方》)。布有第四肋间神经前皮支和乳房内动、静脉的前穿支。主治咳嗽,哮喘,胸

痛,呃逆,噎膈,少乳;以及心绞痛,支气管哮喘,乳腺炎等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾炷灸5~7壮;或艾条灸10~20分钟(图116)。

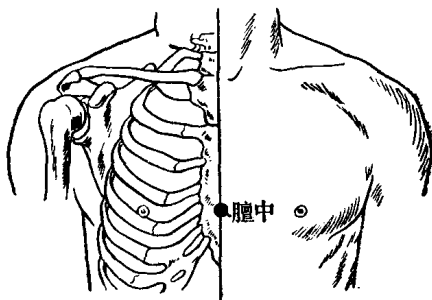


图116

臑(臂)石子头 经外奇穴名。出《千金要方》。位于前臂屈侧桡侧缘,腕横纹上3寸处。主治马黄黄疸。艾炷灸5~7壮。

〔\〕

膺中俞 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即中府,见该条。

膺俞 ①经穴别名。《素问·水热穴论》:“大杼、膺俞、缺盆,背俞,此八者,以泻胸中之热也”。王冰注:“膺俞者,膺中之俞也,正名中府”。见中府条。②指前胸两侧的穴位。《素问·气穴论》:“膺俞十二穴”。王冰注:“谓云门、中府、周荣、胸乡、天溪、食窦,左右则十二穴也”。

膺窗 经穴名。出《针灸甲乙经》。属足阳明胃经。位于胸部,在第三肋间隙中,距胸正中线4寸处。布有胸前神经分支及胸外侧动、静脉。主治咳嗽,气喘,胸胁胀痛,胸满气短,乳痛等。斜刺0.3~0.5寸。不宜深刺。艾炷灸3~5壮;或艾条灸5~10分钟。

〔7〕

臂五里 见手五里条。

臂少阳脉 经脉名。即手少阳经。马王堆汉墓帛书载:“臂少阳脉:出中指,循臂上骨下廉(廉),奏(凑)耳。其病:产

(生)聋, □痛。诸病此物者, 皆灸臂少阳之脉。”

臂少阴脉 经脉名。即手少阴经。马王堆汉墓帛书载: “臂少阴脉: 循筋兼(廉), 出臑内下兼(兼), 出夜(腋), 奏(凑)肘。其病: 肋痛。诸病此物者, 皆灸臂少阴脉。”又: “臂少阴脉: 起于臂两骨之间, 之下骨上廉, 筋之一, 出臑内阴, 是动则病: 心痛, 益(嗑)渴欲饮, 此为臂厥(厥)。是臂少阴脉主治其所产病: 肋痛, 为一病”。

臂阳明脉 经脉名。即手阳明经。马王堆汉墓帛书载: “臂阳明脉: 出中指间, 循骨上兼(廉), 出臑□□上, 奏(凑)臑(枕), 之口。其病: 病齿痛, □□□□。诸病此物者, 皆灸臂阳明脉。”

臂间 经外奇穴名。《千金要方》: “丁(疔)肿, 灸掌后横纹后指, 男左女右, 七壮即差, 已用得效。丁肿灸法虽多, 然此一法甚验, 出于意表也。”《类经图翼》列作奇穴, 名手掌后臂间穴。近代《针灸孔穴及其疗法便览》等则名臂间。位于掌后横纹正中直上五横指, 掌长肌腱与桡侧腕屈肌腱之间。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮; 或艾条灸5~10分钟。

臂钜阴脉 经脉名。即手太阴经。马王堆汉墓帛书载: “臂钜阴脉: 在于手掌中, 出内阴两骨之间, 上骨下廉, 筋之上, 出臂内阴, 入心中。是动则病: 心滂滂如痛, 缺盆痛, 甚则交两手而战, 此为臂厥(厥)。是

臂钜阴脉主治其所产病: 胸(胸)痛, 瘰(腕)痛, 心痛, 四末痛, 段(痕), 为五病。”

臂泰阳脉 经脉名。即手太阳经。马王堆汉墓帛书载: “臂泰阳脉: 出小指, 循骨下兼(廉), 出臑下兼(廉), 出肩外兼(廉), 出项□□□目外渍(眦)。其病: 臂外兼(廉)痛。诸病此物者, 皆久(灸)臂泰阳脉”。

臂泰阴脉 经脉名。即手太阴经。马王堆汉墓帛书载: “臂泰阴脉: 循筋上兼(廉), 以奏(凑)臑内, 出夜(腋)内兼(廉), 之心。其病: 心痛, 心烦而意(噫)。诸病此物者, 皆久(灸)臂泰(太)阴脉。”

臂臑 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名头冲, 颈冲。属手阳明大肠经。位于上臂后外侧, 曲池穴与肩髃穴连线上, 距曲池穴7寸, 当三角肌抵止部后缘处。布有臂背侧皮神经, 深层为桡神经; 并有旋肱动、静脉的分支和肱深动、静脉通过。主治肩臂疼痛, 颈项强急, 瘰气, 瘰癧; 以及肩关节周围炎, 急性结合膜炎等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~5壮; 或艾条灸5~10分钟。

臂中 经外奇穴名。见《常用经穴解剖学定位》。位于臂部, 以大转子和坐骨结节连线为底边, 向上作一等边三角形, 其顶点是穴。主治坐骨神经痛, 下肢偏瘫, 荨麻疹等。直刺1.5~2.5寸。艾炷灸3~7壮; 或艾条灸5~15分钟。

十八画

〔1〕

髀髀 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即鸠尾。见该条。

髀髀 人体部位名。或称鸠尾、蔽骨。指胸骨剑突部。《灵枢·骨度》: “缺盆以

下至髀髀长九寸”。

髀骨 骨名。指肱骨头。《医宗金鉴》: “髀骨者, 肩端之骨也, 即肩胛骨头向之上棱骨也”。《灵枢·经脉》: “大肠手阳明之脉……上肩, 出髀骨之前廉”。

髀髀 经外奇穴名。出《扁鹊神应针灸

玉龙经》，定位在“梁丘两傍各五寸”。《针灸大成》作梁丘两旁各开一寸五分。现多从《类经图翼》“在膝盖上，梁丘旁，外开一寸”定位。主治腿痛，寒湿走注，历节风痛，膝红肿痛，下肢瘫痪等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

〔ノ〕

翻掌运臂 练功方法之一。见杜自明《中医正骨经验概述》。取直立位。单手掌心向上作前平举，再翻掌向下作肩关节后伸运动，两手交替进行；然后两手钩掌，提至胸前，手背相对，指尖朝下，贴胸下坠至少腹后，分向两侧，重复数次；最后两手握拳，掌心朝上，上提至胸侧，同时挺身起踵，随即开拳翻掌向下，缓缓下压，足跟同时徐徐落地。

臑 人体部位名。即现代解剖学上所称的肱部。在肩下肘上部。见《灵枢·经脉》。或专指肱二头肌部。《类经图翼》：“肩髃下内侧对腋处，高起软白肉也”。

臑会 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名臑髃、臑交。属手少阳三焦经。手少阳、阳维之会。位于肩髃与肘尖（尺骨鹰咀）连线上，肩髃直下3寸，当三角肌后缘处。布有臂背侧皮神经，桡神经肌支，深层为桡神经；并有中侧副动、静脉通过。主治肩臂痛，

痿气，瘰癧，上肢麻痹等。直刺1~1.5寸。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

臑交 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即臑会，见该条。

臑俞 经穴名。出《针灸甲乙经》。属手太阳小肠经，手太阳、阳维、阳蹻之会。位于肩后，当腋后纹头直上，肩胛冈下缘处。一说“肩贞上一寸，外开八分”（《针灸集成》）。布有臂后皮神经及腋神经，深层为肩胛上神经；并有旋肱后动、静脉，深层为肩胛上动、静脉。主治肩背痛，臂痿无力，瘰癧；肩关节周围炎等。直刺0.5~1寸。艾炷灸3~7壮；或艾条灸5~15分钟。

臑窞 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即臑会。见该条。

〔、〕

鹰爪建力 练功方法之一。见杜自明《中医正骨经验概述》。取骑马势，上体端直，两手置于腰际，开拳并指微屈，掌心朝上，单臂前伸，随即翻掌收回，两臂交替。

〔一〕

戳法 推拿手法名。见《刘寿山正骨经验》。戳是按的意思，即用手指或手掌用力按压穴位。作用与按法相似。

十 九 画

〔一〕

攒竹 经穴名。出《针灸甲乙经》。别名眉头、眉本、员在、始光、夜光、明光、光明、员柱。属足太阳膀胱经。位于眉毛内侧端，当眶上切迹处。布有额神经内侧支和额动、静脉。主治头痛，目眩，目翳，目赤肿痛，迎风流泪，近视，眼睑颤动，眉棱骨

痛，以及急、慢性结膜炎，面神经麻痹等。沿皮刺0.5~1寸；或点刺出血。

〔丨〕

巅 人体部位名。又作颠，指头顶部。《灵枢·经脉》：“膀胱足太阳之脉……上额，交巅”。

巅上 经穴别名。《素问·骨空论》：

“巖上一灸之”。王冰注指百会穴。后《针灸聚英》等作百会穴别名。见该条。

嚙日 即嚙日气。见该条。

嚙日气 养生术语，或称嚙日，道家的一种养生方法。即对日嚙气，是嚙气或服气中的方法之一。最早见于战国末年《韩非子》：“龟嚙日气而寿。故养生者服日华。”

嚙气 气功术语，古代主要导引法之一。《内经》：“肾有久病者，可以寅时面向南，净神不乱思，闭气不息七遍，以引颈嚙气顺之，如嚙甚硬物。如此七遍后，涎舌下津无数。”

嚙唾 养生术语。亦称嗽玉津。即嚙下

唾液，《神仙传·彭祖》：“舐唇咽唾，服气数十，乃起行言笑。”

嚙石 即白嚙。见该条。

〔 \ 〕

颤法 推拿手法名。见曹锡珍《外伤中医按摩疗法》。即振颤法。见该条。

颤腰 推拿方法名。病员俯卧，胸部及骨盆部用砂袋或枕头各垫高3~5寸，使腰部腾空，两个助手分别拉住两侧肩部及踝部作对抗牵拉，医生用两手掌重叠压在腰骶部进行快速颤压。常用于腰痛等症。

颤摩法 推拿手法名。即振颤法。见该条。

二 十 画

〔一〕

醴泉 养生术语。指唾液。《医心方》卷二十七：“唾者凑为醴泉。”

〔 \ 〕

灌溉中州 自我推拿方法名。见《理渝

骈文》。即灌溉中岳法。见该条。

灌溉中岳 自我推拿方法名。出《养性书》。又名灌溉中州。中岳即鼻部。手指擦鼻的两旁。有防治感冒、鼻病的作用。《杂病源流犀烛·鼻病源流》：“《养性书》曰：常以手中指于鼻梁两边揩二、三十遍，令表里俱热。所谓灌溉中岳，以润于肺也”。

二 十 一 画

〔1〕

髓中 经穴别名。出《针灸聚英》。即四满。见该条。

髓孔 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即大迎。见该条。

髓会 八会穴之一。《难经·四十五难》：“髓会绝骨。”绝骨即悬钟穴。说明本穴与“髓”有密切关系。凡髓病可酌情取用。但此说亦有异议者，《针灸素难要旨》

引四明陈氏曰：“脑为髓海，脑有枕骨穴，则当会于枕骨，绝骨误也”。

髓府 经穴别名。出《针灸甲乙经》。即四满。见该条。

髓空 经穴别名。出《针灸甲乙经》。《外台秘要》作髓孔，即腰俞，见该条。

髓俞 经穴别名。出《针灸大全》。即腰俞。见该条。

髓海 四海之一。指脑。《灵枢·海论》：“脑为髓之海，其输上在于其盖，下

在风府。”脑是髓液汇集之处，因称。其气血输注出入的重要穴位，上在头顶中央的百会穴，下在风府，其证候：“髓海有余，则轻劲多力，自过其度；髓海不足，则脑转耳鸣，胫痠眩冒，目无所见，懈怠安

卧。”

〔\〕

磨香灸 见隔姜灸条。

癩病穴 见督脊穴。

二十二画

〔一〕

囊底 经外奇穴名。《太平圣惠方》：“小儿胎疝，卵偏重者，灸囊后缝十字文当上三壮。”《奇效良方》列作奇穴，名囊底穴。位于男性阴囊后十字纹中。主治肾脏风疮，小肠疝气，偏坠，阴囊湿痒，睾丸炎等。艾炷灸3~5壮；或艾条灸5~10分钟。

〔丿〕

蠡沟 经穴名。出《灵枢·经脉》。别名交仪。属足厥阴肝经。足厥阴之络穴。位于内踝尖上5寸，胫骨内侧面近内侧缘处。布有隐神经的分支，后方有大隐静脉通过。

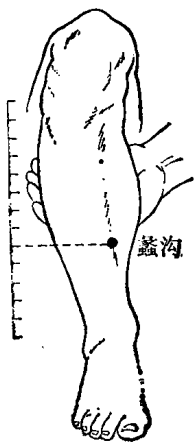


图117

主治月经不调，崩漏，带下，疝气，小便不利，睾丸卒痛，遗精，足胫痠痛等。沿皮刺0.3~0.5寸。艾炷灸3~5壮；艾条灸5~10分钟（图117）。

镜石 即砭石。《素问·汤液醪醴论》：“镜石、针艾治其外也。”

镜针 古针具名。九针之一。又称箭头针。《灵枢·九针论》：“镜针者，取法于巾针，去末寸半，卒锐之，长一寸六分，主热在头身也。”其针头部膨大，末端锐尖，形如箭头。主要用于浅刺出血，治疗头身热病及皮肤疾患等。

二十三画

〔一〕

颧 骨名。同解剖学上的颧骨。位于眼的外下方，在颜面部的隆起部分。《灵枢·经脉》：“小肠手太阳之脉……斜络于颧”。

颧髎 经穴名。出《针灸甲乙经》，《备急千金要方》作权髎。别名兑骨。属手太阳小肠经。手少阳，太阳之会。位于目外眦直下，颧骨下缘凹陷处。布有面神经，眶

下神经，面横动，静脉。主治口眼歪斜，眼睑瞤动，目赤。目黄，齿痛以及面神经麻痹，三叉神经痛等。直刺0.3~0.5寸；斜刺或沿皮刺0.5~1寸。

〔丿〕

颧穴 经穴别名。出《针灸甲乙经》。《针灸逢源》作鼠穴。即承泣见该条。

拼音索引

A

a 阿……122
 ài 艾……60
 ān 安……89
 àn 按……147
 案……172

B

bā 八……6
 bá 拔……126
 bái 白……67
 bǎi 百……75
 bǎn 扳……100
 斑……185
 搬……196
 瘢……209
 bǎn 板……124
 版……131
 贩……134
 bàn 半……69
 bǎng 膀……204
 bàng 棒……186
 傍……190
 bāo 胞……155
 bǎo 保……153
 bào 报……100
 抱……127
 豹……168
 bèi 背……149
 被……173
 běn 本……61
 bí 鼻……202
 bì 蔽……202
 臂……212
 脾……211
 霹……212
 biān 砭……145
 biǎn 扁……159

biàn 便……152
 辨……210
 biāo 标……145
 biǎo 表……124
 bié 别……113
 bìn 膜……204
 bǐng 秉……131
 bìng 并……86
 bō 拨……127
 bó 脖……181
 膊……204
 bù 不……30
 布……62
 步……101

C

cā 擦……211
 cǎi 踩……207
 cān 参……143
 cāng 苍……98
 cáng 藏……211
 cáo 曹……175
 cǎo 草……144
 céng 曾……193
 chā 插……187
 chà 姪……161
 chán 缠……201
 饕……216
 chàn 颤……215
 chāng 昌……129
 cháng 肠……118
 常……179
 chāo 绰……184
 chě 扯……100
 chè 彻……117
 chēn 坤……127
 揆……176
 chén 臣……77
 chēng 撑……206
 chéng 成……76

承……139
 chí 池……89
 持……147
 疑……202
 chǐ 尺……56
 豉……175
 齿……128
 chī 赤……98
 瘠……205
 chóng 重……180
 崇……180
 chòng 冲……88
 chōu 抽……127
 chū 出……65
 chuài 踹……210
 chuān 穿……159
 chuán 传……81
 chuāng 窗……194
 chuī 垂……130
 捶……176
 chún 纯……123
 唇……164
 chuō 戳……214
 chuò 绰……184
 cí 瓷……170
 慈……201
 磁……202
 雌……202
 cì 次……88
 刺……125
 cóng 丛……68
 cuàn 篡……210
 cuī 催……198
 cuì 淬……193
 粹……207
 cún 存……73
 cùn 寸……17
 cuō 搓……188
 撮……206

D

dǎ 打……61
 dà 大……13
 dài 带……144
 dān 丹……51
 单……136
 dǎn 胆……155
 dàn 淡……183
 弹……184
 dāng 当……78
 dāng 荡……144
 dǎo 导……89
 捣……165
 倒……167
 dào 倒……167
 道……192
 dé 得……131
 dēng 灯……88
 dī 低……116
 dǐ 抵……127
 dì 地……75
 diǎn 颠……210
 巛……214
 癩……216
 diǎn 点……150
 diàn 电……65
 垫……149
 diào 调……173
 掉……176
 dié 迭……130
 蝶……207
 dīng 疗……120
 dǐng 顶……126
 dìng 定……136
 dòng 动……73
 dòu 斗……55
 抖……100
 抖……134

dòu 斗……55
豆……99
dū 督……196
dú 独……156
犊……190
dù 肚……117
duān 端……205
duǎn 短……189
duàn 断……132
duì 对……71
兑……121
duō 多……85
duó 夺……76

E

é 蛾……197
额……209
è 扼……100
饿……170
颚……194
ěr 耳……73
èr 二……2

F

fā 发……72
fān 翻……214
fán 燔……210
fǎn 反……50
fāng 方……54
fáng 房……138
fàng 放……135
fēi 飞……20
非……128
fèi 肺……133
fēn 分……50
fēng 风……51
丰……39
封……143
锋……189
fèng 凤……52
fū 跌……179
跗……189

fú 伏……81
扶……99
拂……127
浮……171
服……133
fǔ 抚……100
拊……127
府……135
俯……167
辅……175
腑……191
fù 付……67
附……122
复……152
腹……199
肘……189

G

gān 干……11
甘……60
肝……117
gān 肝……189
gāo 高……170
育……120
膏……204
gē 膈……168
割……193
gé 阁……157
隔……194
膈……204
gě 葛……188
gēn 根……163
跟……197
gōng 工……11
弓……18
公……50
躬……167
gōu 勾……53
钩……100
gū 孤……143
gǔ 谷……117
股……134
骨……151

guā 刮……130
guǎ 寡……205
guān 关……86
guàn 灌……215
guāng 光……78
guī 归……64
龟……118
guǐ 鬼……153
gǔn 滚……201
掼……196
guó 膈……191
guò 过……78

H

hǎi 海……171
hài 害……172
hán 寒……194
hàn 汗……89
旱……101
háng 行……85
颞……170
háo 毫……181
hào 豪……204
皓……190
hé 禾……67
合……83
和……131
河……136
核……163
颌……198
髌……213
hè 鹤……209
hēi 黑……189
héng 横……206
肱……168
hóu 喉……189
hòu 后……84
候……167
hū 呼……129
hú 胡……145
hǔ 虎……128
huá 华……82
滑……193

huà 化……49
huái 怀……121
踝……207
huán 还……99
环……123
钗……156
huàn 患……180
huàn 幻……59
huāng 育……120
huáng 黄……174
huī 恢……156
huí 回……80
迴……151
huì 会……83
hún 魂……195
hǔn 混……183
huǒ 火……54
huò 或……125

J

jī 击……59
机……75
疾……170
箕……202
嵇……189
jí 极……99
急……156
jī 挤……147
脊……172
jì 季……130
jiā 夹……76
挟……147
jiá 颊……187
jiǎ 贾……163
jiān 间……121
肩……137
jiàn 建……139
剑……154
箭……207
jiàng 降……139
jiāo 交……85
椒……186

jǎo 角…… 118
 拆…… 147
 矫…… 180
 脚…… 181
 jiào 窈…… 172
 jiē 结…… 161
 接…… 178
 jié 结…… 161
 劫…… 98
 截…… 201
 jiě 解…… 199
 jīn 巾…… 18
 金…… 131
 筋…… 190
 jǐn 紧…… 166
 jìn 近…… 117
 进…… 96
 禁…… 195
 jīng 京…… 135
 经…… 141
 睛…… 197
 精…… 205
 jǐng 井…… 23
 颈…… 184
 jìng 静…… 202
 jiū 鸠…… 119
 揪…… 188
 jiǔ 九…… 8
 灸…… 119
 酒…… 158
 jū 居…… 139
 jú 局…… 122
 jǔ 举…… 159
 jù 巨…… 32
 聚…… 202
 juǎn 卷…… 136
 juàn 卷…… 136
 jué 绝…… 161
 掘…… 178
 厥…… 186
 概…… 210

K

kǎ 卡…… 63
 kāi 开…… 22
 揩…… 187
 kǎn 坎…… 99
 kāo 尻…… 71
 kào 靠…… 207
 kè 客…… 159
 kǒng 孔…… 58
 kǒu 口…… 18
 kòu 叩…… 64
 扣…… 77
 kù 库…… 120
 kuān 宽…… 172
 髀…… 213
 kūn 昆…… 129
 L
 lā 拉…… 127
 lán 阑…… 192
 láo 劳…… 98
 lǎo 老…… 73
 lēi 勒…… 174
 léi 雷…… 195
 lèi 肋…… 85
 泪…… 136
 累…… 179
 lěng 冷…… 121
 lì 里…… 101
 理…… 174
 李…… 98
 蠡…… 216
 醴…… 215
 lì 力…… 9
 厉…… 62
 利…… 116
 lián 廉…… 200
 liàn 练…… 141
 炼…… 158
 liáng 梁…… 183
 liǎng 两…… 99
 liàng 亮…… 156
 liè 列…… 76
 掇…… 178

lín 邻…… 117
 临…… 150
 淋…… 183
 líng 灵…… 122
 陵…… 173
 liú 留…… 169
 流…… 171
 疏…… 186
 liù 六…… 53
 lóng 龙…… 62
 lǒng 拢…… 126
 lòu 漏…… 205
 lú 颅…… 178
 lǔ 獮…… 202
 lù 鹿…… 181
 lǚ 吕…… 80
 闰…… 156
 捋…… 165
 缕…… 194
 簪…… 205
 luó 螺…… 211
 luò 络…… 161
 落…… 186
 M
 mǎ 马…… 21
 mái 埋…… 163
 mài 迈…… 76
 麦…… 96
 脉…… 155
 máng 芒…… 75
 máo 毛…… 47
 薨…… 206
 mào 冒…… 150
 méi 眉…… 160
 梅…… 173
 mén 扪…… 77
 miàn 面…… 145
 miǎo 眇…… 134
 míng 明…… 129
 鸣…… 130
 mìng 命…… 132
 miù 缪…… 205

mō 摸…… 196
 mó 摩…… 208
 磨…… 210
 mǒ 抹…… 126
 mǔ 母…… 72
 拇…… 127
 mù 目…… 64
 募…… 186

N

ná 拿…… 167
 nà 纳…… 123
 nǎi 奶…… 71
 nāng 囊…… 216
 nǎo 脑…… 169
 nǎo 驕…… 214
 nèi 内…… 37
 ní 泥…… 136
 nì 逆…… 158
 nián 年…… 80
 niǎn 捻…… 177
 撚…… 207
 niàn 念…… 132
 niǎo 鸟…… 67
 niào 尿…… 122
 niē 捏…… 165
 niè 摄…… 195
 níng 拧…… 127
 niǔ 扭…… 100
 nǚ 努…… 123
 nǚ 女…… 18
 nuǎn 暖…… 197
 nuè 疟…… 135
 nuó 挪…… 149

O

ǒu 偶…… 180

P

pāi 拍…… 127
 pán 盘…… 181
 páng 旁…… 170
 pèi 配…… 164

péng 彭……185
 pěng 捧……175
 pí 皮……71
 铍……166
 琵……185
 脾……191
 排……198
 pǐ 痞……192
 pì 辟……201
 piān 偏……180
 pián 骈……160
 píng 平……63
 屏……160
 pō 支……33
 pò 魄……204
 pū 铺……189
 仆……49

Q

qī 七……5
 期……185
 qí 齐……86
 歧……128
 奇……126
 脐……169
 骑……184
 蛭……189
 藜……202
 qǐ 岂……166
 起……162
 qì 气……47
 qiā 掐……177
 qiān 牵……146
 铅……166
 qián 前……157
 钱……166
 qiǎn 浅……136
 qiáng 强……194
 qiāo 趺……197
 qiáo 乔……81
 qiào 穹……172
 翘……187
 qiè 切……27

qín 擒……207
 qìn 揜……187
 qīng 青……124
 清……182
 qíng 情……184
 qióng 穷……122
 qiū 丘……67
 邱……116
 秋……152
 qiú 颀……134
 球……174
 qū 曲……79
 屈……139
 qǔ 取……124
 qù 去……60
 quán 权……75
 泉……153
 拳……170
 颧……216
 quē 缺……167
 阙……201
 què 却……98
 雀……178

R

rán 然……192
 rè 热……165
 rén 人……6
 任……81
 rì 日……34
 róng 容……172
 戎……73
 róu 揉……188
 ròu 肉……80
 rǔ 乳……132
 ruì 锐……189
 ruó 接……165
 ruò 弱……173

S

sǎ 洒……158

sān 三……9
 sàn 散……185
 sāng 颡……210
 sāo 搔……188
 sǎo 扫……77
 shān 山……18
 膾……212
 shǎn 闪……69
 shàn 疝……135
 shāng 伤……82
 商……182
 shàng 上……17
 尚……129
 shāo 烧……170
 shǎo 少……33
 shé 舌……80
 蛇……179
 shè 摄……195
 麝……216
 shēn 申……64
 伸……116
 深……183
 身……116
 shén 神……159
 shèn 肾……128
 肿……155
 shēng 升……48
 shī 失……66
 shí 十……2
 石……62
 实……137
 食……154
 shǐ 始……139
 shì 拭……146
 是……150
 shōu 收……95
 shǒu 手……39
 首……158
 守……89
 shū 枢……124
 梳……175
 疏……194
 舒……190

shū 输……195
 shǔ 鼠……198
 shù 束……99
 俞……154
 膾……199
 shuài 率……182
 蟀……211
 shuāng 双……56
 shuǐ 水……56
 shùn 顺……152
 sī 司……71
 丝……72
 sì 四……65
 sòu 嗽……202
 sù 素……162
 suàn 蒜……195
 suí 随……184
 髓……215
 sūn 孙……95
 suǒ 所……132
 锁……189

T

tā 他……67
 tā 胎……156
 tài 太……30
 tán 弹……184
 táo 陶……173
 tí 提……187
 tǐ 体……116
 tiān 天……23
 tiāo 挑……174
 tiáo 条……118
 调……173
 tiǎo 挑……147
 tiě 铁……166
 tīng 听……112
 tíng 廷……80
 亭……156
 庭……156
 tǐng 挺……147
 tōng 通……173
 tóng 同……79

铜…… 180
 瞳…… 211
 tóu 头…… 69
 tòu 透…… 167
 tǔ 吐…… 78
 tù 吐…… 78
 tuán 团…… 79
 tuī 推…… 176
 tuì 退…… 160
 tūn 吞…… 113
 tún 臀…… 213
 tuō 托…… 77
 tuó 佗…… 116

W

wài 外…… 68
 wān 弯…… 156
 wán 完…… 121
 wǎn 挽…… 165
 wàn 万…… 16
 腕…… 191
 wēi 威…… 145
 煨…… 201
 微…… 198
 wéi 为……
 韦…… 27
 维…… 185
 wěi 尾…… 122
 委…… 130
 痈…… 181
 wèi 胃…… 150
 为…… 55
 wēn 温…… 193
 wén 文…… 53
 wò 卧…… 126
 握…… 188
 wū 乌…… 53
 屋…… 160
 wú 无…… 27
 wǔ 五…… 27
 武…… 124
 wù 悟…… 173

X

xī 吸…… 79
 溪…… 201
 膝…… 207
 西…… 75
 溪…… 201
 驤…… 216
 xǐ 洗…… 159
 xì 系…… 120
 xiá 侠…… 131
 xià 下…… 11
 xiān 仙…… 67
 xiàn 陷…… 173
 xiàng 项…… 143
 xiāo 消…… 171
 xiǎo 小…… 19
 xié 肋…… 134
 斜…… 181
 xīn 心…… 55
 新…… 200
 xìn 凶…… 82
 xīng 兴…… 88
 惺…… 193
 xíng 行…… 85
 xiōng 胸…… 168
 xióng 雄…… 186
 熊…… 205
 xiū 修…… 152
 xū 虚…… 178
 xú 徐…… 168
 xù 絮…… 194
 xuān 煊…… 201
 xuán 悬…… 179
 旋…… 181
 璇…… 206
 xuǎn 选…… 152
 xuàn 旋…… 152
 xué 穴…… 70
 xuè 血…… 82
 xún 循…… 190

Y

yā 压…… 75
 押…… 126
 yá 牙…… 32
 yǎ 哑…… 150
 痘…… 181
 yān 咽…… 150
 yán 延…… 116
 沿…… 136
 研…… 145
 岩…… 130
 yǎn 掩…… 175
 眼…… 179
 yàn 燕…… 210
 噯…… 215
 yáng 羊…… 86
 阳…… 90
 扬…… 77
 yǎng 养…… 157
 yāo 腰…… 198
 yáo 摇…… 196
 yào 药…… 144
 yē 掖…… 178
 yè 夜…… 135
 掖…… 178
 液…… 183
 腋…… 191
 yī 一…… 1
 遗…… 189
 颐…… 196
 胰…… 168
 yǐ 以…… 56
 yì 异…… 89
 抑…… 100
 噬…… 197
 意…… 200
 遽…… 209
 翳…… 211
 yīn 阴…… 93
 殷…… 168
 瘡…… 205
 yí 银…… 180
 寅…… 182
 斲…… 189

yǐn 引…… 56
 饮…… 120
 隐…… 184
 yìn 印…… 68
 yīng 应…… 120
 膺…… 212
 鹰…… 214
 婴…… 180
 yíng 迎…… 120
 荣…… 144
 营…… 174
 yǒng 永…… 71
 涌…… 171
 yōu 幽…… 152
 yòu 右…… 62
 yú 鱼…… 134
 鰕…… 213
 yǔ 羽…… 96
 yù 玉…… 59
 璵…… 164
 浴…… 171
 域…… 175
 熨…… 209
 晷…… 215
 yuān 渊…… 183
 yuán 元…… 26
 员…… 112
 圆…… 166
 原…… 164
 猿…… 200
 yuǎn 远…… 96
 yūn 晕…… 166
 yún 云…… 27
 yùn 运…… 96

Z

zā 匝…… 63
 zàn 赞…… 210
 zǎn 攒…… 214
 zàng 脏…… 169
 zé 泽…… 136
 zhāi 摘…… 202

zhàn 站…… 170	zhèng 正…… 60	zhǔ 主…… 69	啄…… 179
zhāng 章…… 182	zhī 支…… 30	煮…… 185	琢…… 185
张…… 122	zhí 直…… 124	zhù 注…… 136	着…… 182
zhǎng 长…… 49	zhǐ 止…… 33	柱…… 145	zī 资…… 171
掌…… 189	指…… 148	珪…… 170	zǐ 子…… 21
zhàng 丈…… 16	zhì 至…… 78	筑…… 190	紫…… 189
zhào 照…… 197	志…… 98	箸…… 202	zì 自…… 82
zhé 折…… 100	秩…… 167	zhuā 抓…… 100	zōng 宗…… 136
辄…… 175	滞…… 193	zhuǎ 爪…… 49	zǒng 总…… 158
zhēn 针…… 113	zhōng 中…… 34	zhuāi 拽…… 147	zǒu 走…… 97
鍼…… 202	zhǒng 踵…… 210	zhuān 鹄…… 199	zú 足…… 101
箴…… 207	zhòng 重…… 152	zhuǎn 转…… 127	卒…… 135
真…… 162	zhōu 周…… 134	zhuàng 壮…… 88	zūn 遵…… 209
zhěn 枕…… 124	zhǒu 肘…… 117	zhuī 椎…… 186	zuǒ 左…… 62
zhèn 振…… 164	zhū 朱…… 81	zhǔn 准…… 170	撮…… 206
震…… 206	珠…… 162	zhuō 颀…… 180	zuò 坐…… 117
镇…… 207	zhú 竹…… 81	zhuó 浊…… 158	

[General Information]

书名=中医大辞典 针灸、推拿、气功
、养生分册（试用本）

作者=

页数=222

SS号=0

出版日期=