

前言

杨甲三教授是我国著名的针灸专家，是北京中医药大学（原北京中医学院）针灸推拿系首任主任，教授、博士生导师。杨教授以其精湛的医术和独到的学术观点，享誉国内外，是我国近现代首屈一指的针灸临床和针灸理论大家。

杨教授一生致力于发展中医针灸事业，在中医针灸临床、教育、科研等方面取得了卓越成就，在腧穴取穴方法、临床配穴应用、毫针进针方法、毫针补泻手法、临床论治等方面积累了丰富的经验，尤其是在腧穴方面，提出的“三边、三间”取穴法，具有取穴准、针感强、针刺安全、可靠的特点，一直应用于临床教学中，影响广泛。

第1版较为系统地介绍了杨教授的取穴方法，并配以精美的图片将杨教授的取穴方法清晰地呈现给读者，使读者能直观形象地学习杨教授的取穴经验并运用于临床。

本书在第1版的基础上对针灸穴位的特异性、穴位操作提示进行了详细介绍，对针灸穴位图谱进行了修改和完善，使读者更直观、更准确地掌握取穴要领，内容更实用。

全书共分为17章，第1章介绍了杨甲三教授临床经验概要，第2章介绍了针灸基本的取穴方法和要领，第3章到第17章分别介绍了十四经穴及经外奇穴的取穴方法。

本书特别适合于中医院校学生、针灸爱好者学习使用，同时也可供针灸临床、教学、科研工作者参考使用。

北京中医药大学针灸推拿学院 郭长青

2018年3月



目 录

第1章 杨甲三教授临床经验概要/1

- 一、杨甲三十四经脉取穴要点/2
- 二、杨甲三针刺手法经验/3
- 三、杨甲三配穴经验/4
- 四、杨甲三临床治疗经验举隅/5

第2章 基本针灸取穴方法/7

- 一、骨度分寸取穴法/7
- 二、体表标志取穴法/9
- 三、手指同身寸取穴法/9
- 四、简易取穴法/10

第3章 手太阴肺经/11

- 中府 (LU1) /12
- 云门 (LU2) /12
- 天府 (LU3) /13
- 侠白 (LU4) /13
- 尺泽 (LU5) /13
- 孔最 (LU6) /14
- 列缺 (LU7) /14
- 经渠 (LU8) /14
- 太渊 (LU9) /15

- 鱼际 (LU10) /15
- 少商 (LU11) /15

第4章 手阳明大肠经/16

- 商阳 (LI1) /17
- 二间 (LI2) /17
- 三间 (LI3) /17
- 合谷 (LI4) /18
- 阳溪 (LI5) /18
- 偏历 (LI6) /19
- 温溜 (LI7) /19
- 下廉 (LI8) /19
- 上廉 (LI9) /20
- 手三里 (LI10) /20
- 曲池 (LI11) /20
- 肘髎 (LI12) /21
- 手五里 (LI13) /21
- 臂臑 (LI14) /21
- 肩髃 (LI15) /22
- 巨骨 (LI16) /22
- 天鼎 (LI17) /23
- 扶突 (LI18) /23
- 口禾髎 (LI19) /24
- 迎香 (LI20) /24

第5章 足阳明胃经/25

承泣 (ST1) /26
四白 (ST2) /26
巨髎 (ST3) /26
地仓 (ST4) /26
大迎 (ST5) /27
颊车 (ST6) /27
下关 (ST7) /28
头维 (ST8) /28
人迎 (ST9) /29
水突 (ST10) /29
气舍 (ST11) /30
缺盆 (ST12) /30
气户 (ST13) /31
库房 (ST14) /31
屋翳 (ST15) /31
膺窗 (ST16) /32
乳中 (ST17) /32
乳根 (ST18) /32
不容 (ST19) /33
承满 (ST20) /33
梁门 (ST21) /33
关门 (ST22) /34
太乙 (ST23) /34
滑肉门 (ST24) /35
天枢 (ST25) /35
外陵 (ST26) /36
大巨 (ST27) /36
水道 (ST28) /36
归来 (ST29) /37
气冲 (ST30) /37

髀关 (ST31) /38
伏兔 (ST32) /38
阴市 (ST33) /39
梁丘 (ST34) /39
犊鼻 (ST35) /39
足三里 (ST36) /40
上巨虚 (ST37) /40
条口 (ST38) /41
下巨虚 (ST39) /41
丰隆 (ST40) /41
解溪 (ST41) /42
冲阳 (ST42) /42
陷谷 (ST43) /43
内庭 (ST44) /43
厉兑 (ST45) /43

第6章 足太阴脾经/44

隐白 (SP1) /45
大都 (SP2) /45
太白 (SP3) /45
公孙 (SP4) /46
商丘 (SP5) /46
三阴交 (SP6) /47
漏谷 (SP7) /47
地机 (SP8) /48
阴陵泉 (SP9) /48
血海 (SP10) /49
箕门 (SP11) /49
冲门 (SP12) /50
府舍 (SP13) /50
腹结 (SP14) /50
大横 (SP15) /51

腹哀 (SP16) /51
 食窦 (SP17) /52
 天溪 (SP18) /52
 胸乡 (SP19) /53
 周荣 (SP20) /53
 大包 (SP21) /54

第7章 手少阴心经/55

极泉 (HT1) /56
 青灵 (HT2) /56
 少海 (HT3) /56
 灵道 (HT4) /57
 通里 (HT5) /57
 阴郄 (HT6) /58
 神门 (HT7) /58
 少府 (HT8) /59
 少冲 (HT9) /59

第8章 手太阳小肠经/60

少泽 (SI1) /61
 前谷 (SI2) /61
 后溪 (SI3) /61
 腕骨 (SI4) /62
 阳谷 (SI5) /62
 养老 (SI6) /63
 支正 (SI7) /63
 小海 (SI8) /63
 肩贞 (SI9) /64
 臑俞 (SI10) /64
 天宗 (SI11) /65
 秉风 (SI12) /65
 曲垣 (SI13) /65

肩外俞 (SI14) /66
 肩中俞 (SI15) /66
 天窗 (SI16) /67
 天容 (SI17) /67
 颛髎 (SI18) /68
 听宫 (SI19) /68

第9章 足太阳膀胱经/69

睛明 (BL1) /71
 攒竹 (BL2) /71
 眉冲 (BL3) /72
 曲差 (BL4) /72
 五处 (BL5) /72
 承光 (BL6) /73
 通天 (BL7) /73
 络却 (BL8) /73
 玉枕 (BL9) /74
 天柱 (BL10) /74
 大杼 (BL11) /75
 风门 (BL12) /75
 肺俞 (BL13) /75
 厥阴俞 (BL14) /76
 心俞 (BL15) /76
 督俞 (BL16) /77
 膈俞 (BL17) /77
 肝俞 (BL18) /78
 胆俞 (BL19) /78
 脾俞 (BL20) /79
 胃俞 (BL21) /79
 三焦俞 (BL22) /80
 肾俞 (BL23) /80
 气海俞 (BL24) /81



大肠俞 (BL25) /81
关元俞 (BL26) /82
小肠俞 (BL27) /82
膀胱俞 (BL28) /83
中膂俞 (BL29) /83
白环俞 (BL30) /83
上髎 (BL31) /84
次髎 (BL32) /84
中髎 (BL33) /85
下髎 (BL34) /85
会阳 (BL35) /85
承扶 (BL36) /86
殷门 (BL37) /86
浮郤 (BL38) /87
委阳 (BL39) /87
委中 (BL40) /87
附分 (BL41) /88
魄户 (BL42) /88
膏肓 (BL43) /88
神堂 (BL44) /89
谿谿 (BL45) /89
膈关 (BL46) /89
魂门 (BL47) /90
阳纲 (BL48) /90
意舍 (BL49) /91
胃仓 (BL50) /91
肓门 (BL51) /92
志室 (BL52) /92
胞肓 (BL53) /93
秩边 (BL54) /93
合阳 (BL55) /94
承筋 (BL56) /94

承山 (BL57) /94
飞扬 (BL58) /95
跗阳 (BL59) /95
昆仑 (BL60) /96
仆参 (BL61) /96
申脉 (BL62) /96
金门 (BL63) /97
京骨 (BL64) /97
束骨 (BL65) /98
足通谷 (BL66) /98
至阴 (BL67) /98

第10章 足少阴肾经/99

涌泉 (KI1) /100
然谷 (KI2) /100
太溪 (KI3) /100
大钟 (KI4) /101
水泉 (KI5) /101
照海 (KI6) /101
复溜 (KI7) /102
交信 (KI8) /102
筑宾 (KI9) /102
阴谷 (KI10) /103
横骨 (KI11) /104
大赫 (KI12) /104
气穴 (KI13) /104
四满 (KI14) /105
中注 (KI15) /105
肓俞 (KI16) /105
商曲 (KI17) /106
石关 (KI18) /106
阴都 (KI19) /106

腹通谷 (KI20) /107
 幽门 (KI21) /107
 步廊 (KI22) /108
 神封 (KI23) /108
 灵墟 (KI24) /108
 神藏 (KI25) /109
 彘中 (KI26) /109
 俞府 (KI27) /109

第11章 手厥阴心包经/110

天池 (PC1) /111
 天泉 (PC2) /111
 曲泽 (PC3) /111
 郄门 (PC4) /112
 间使 (PC5) /112
 内关 (PC6) /113
 大陵 (PC7) /113
 劳宫 (PC8) /114
 中冲 (PC9) /114

第12章 手少阳三焦经/115

关冲 (TE1) /116
 液门 (TE2) /117
 中渚 (TE3) /117
 阳池 (TE4) /117
 外关 (TE5) /118
 支沟 (TE6) /118
 会宗 (TE7) /118
 三阳络 (TE8) /119
 四渎 (TE9) /119
 天井 (TE10) /120
 清冷渊 (TE11) /120

消泺 (TE12) /120
 臑会 (TE13) /120
 肩髃 (TE14) /121
 天髃 (TE15) /121
 天牖 (TE16) /122
 翳风 (TE17) /122
 瘰脉 (TE18) /123
 颊息 (TE19) /123
 角孙 (TE20) /123
 耳门 (TE21) /124
 耳和髃 (TE22) /124
 丝竹空 (TE23) /125

第13章 足少阳胆经/126

瞳子髃 (GB1) /128
 听会 (GB2) /128
 上关 (GB3) /128
 颌厌 (GB4) /129
 悬颅 (GB5) /129
 悬厘 (GB6) /129
 曲鬓 (GB7) /130
 率谷 (GB8) /130
 天冲 (GB9) /131
 浮白 (GB10) /131
 头窍阴 (GB11) /132
 完骨 (GB12) /132
 本神 (GB13) /133
 阳白 (GB14) /133
 头临泣 (GB15) /134
 目窗 (GB16) /134
 正营 (GB17) /135
 承灵 (GB18) /135

脑空 (GB19) /136
风池 (GB20) /136
肩井 (GB21) /137
渊腋 (GB22) /138
辄筋 (GB23) /138
日月 (GB24) /138
京门 (GB25) /139
带脉 (GB26) /139
五枢 (GB27) /140
维道 (GB28) /140
居髎 (GB29) /141
环跳 (GB30) /142
风市 (GB31) /143
中渎 (GB32) /143
膝阳关 (GB33) /143
阳陵泉 (GB34) /144
阳交 (GB35) /144
外丘 (GB36) /144
光明 (GB37) /145
阳辅 (GB38) /145
悬钟 (GB39) /146
丘墟 (GB40) /146
足临泣 (GB41) /147
地五会 (GB42) /147
侠溪 (GB43) /148
足窍阴 (GB44) /148

第14章 足厥阴肝经 /149

大敦 (LR1) /150
行间 (LR2) /150
太冲 (LR3) /151
中封 (LR4) /151

蠡沟 (LR5) /152
中都 (LR6) /152
膝关 (LR7) /153
曲泉 (LR8) /153
阴包 (LR9) /154
足五里 (LR10) /155
阴廉 (LR11) /155
急脉 (LR12) /155
章门 (LR13) /156
期门 (LR14) /156

第15章 督脉 /157

长强 (GV1) /158
腰俞 (GV2) /158
腰阳关 (GV3) /158
命门 (GV4) /159
悬枢 (GV5) /159
脊中 (GV6) /160
中枢 (GV7) /160
筋缩 (GV8) /161
至阳 (GV9) /161
灵台 (GV10) /162
神道 (GV11) /162
身柱 (GV12) /163
陶道 (GV13) /163
大椎 (GV14) /163
哑门 (GV15) /164
风府 (GV16) /164
脑户 (GV17) /164
强间 (GV18) /165
后顶 (GV19) /165
百会 (GV20) /165

前顶 (GV21) /166
 凶会 (GV22) /166
 上星 (GV23) /167
 神庭 (GV24) /167
 素髻 (GV25) /168
 水沟 (GV26) /168
 兑端 (GV27) /168
 龈交 (GV28) /169
 印堂 (GV29) /169

第16章 任脉/170

会阴 (CV1) /171
 曲骨 (CV2) /172
 中极 (CV3) /172
 关元 (CV4) /172
 石门 (CV5) /172
 气海 (CV6) /173
 阴交 (CV7) /173
 神阙 (CV8) /173
 水分 (CV9) /174
 下脘 (CV10) /174
 建里 (CV11) /174
 中脘 (CV12) /174
 上脘 (CV13) /175
 巨阙 (CV14) /175
 鸠尾 (CV15) /175
 中庭 (CV16) /175
 膻中 (CV17) /176
 玉堂 (CV18) /176
 紫宫 (CV19) /176
 华盖 (CV20) /176
 璇玑 (CV21) /176

天突 (CV22) /176
 廉泉 (CV23) /177
 承浆 (CV24) /177

第17章 经外奇穴/178

一、头颈部经外奇穴 (EX-HN) /178
 四神聪 (EX-HN1) /178
 当阳 (EX-HN2) /179
 鱼腰 (EX-HN4) /179
 太阳 (EX-HN5) /180
 耳尖 (EX-HN6) /180
 球后 (EX-HN7) /181
 上迎香 (EX-HN8) /181
 内迎香 (EX-HN9) /182
 聚泉 (EX-HN10) /182
 海泉 (EX-HN11) /183
 金津 (EX-HN12) /183
 玉液 (EX-HN13) /183
 翳明 (EX-HN14) /184
 牵正/184
 安眠/184
 颈百劳 (EX-HN15) /185
 血压点/185
 二、胸腹部经外奇穴 (EX-CA) /186
 子宫 (EX-CA1) /186
 三角灸/186
 利尿/186
 三、背部经外奇穴 (EX-B) /187
 定喘 (EX-B1) /187
 夹脊 (EX-B2) /187
 胃脘下俞 (EX-B3) /187
 痞根 (EX-B4) /188

下极俞 (EX-B5) /188

腰宜 (EX-B6) /189

腰眼 (EX-B7) /189

十七椎 (EX-B8) /189

腰奇 (EX-B9) /190

接脊 /190

四、上肢部经外奇穴 (EX-UE) /191

肘尖 (EX-UE1) /191

二白 (EX-UE2) /191

中泉 (EX-UE3) /192

中魁 (EX-UE4) /192

大骨空 (EX-UE5) /192

小骨空 (EX-UE6) /193

腰痛点 (EX-UE7) /193

外劳宫 (EX-UE8) /193

八邪 (EX-UE9) /194

四缝 (EX-UE10) /194

十宣 (EX-UE11) /194

五、下肢部经外奇穴 (EX-LE) /195

髌骨 (EX-LE1) /195

鹤顶 (EX-LE2) /195

百虫窝 (EX-LE3) /196

内膝眼 (EX-LE4) /196

胆囊 (EX-LE6) /197

阑尾 (EX-LE7) /197

内踝尖 (EX-LE8) /198

外踝尖 (EX-LE9) /198

八风 (EX-LE10) /199

独阴 (EX-LE11) /199

气端 (EX-LE12) /199

里内庭 /200

第1章 杨甲三教授临床经验概要

杨甲三教授（1919—2001年），1919年出生于江苏武进县，1932年拜吴秉森为师，1935年从师承淡安，毕业于无锡中国针灸医学专门学校，复受师岳父华庆云。其为历任南京中民学校针灸教师，北京中医药大学（原北京中医学院）针灸教研室主任、中医学院针推系主任，北京中医药大学附属医院针灸科主任，北京中医药大学院务委员会委员、教授、博士生导师；中华中医药学会（全国中医学会）理事，中国针灸学会常务委员，北京中医学会针灸分会技术顾问；中华人民共和国科学技术部（原国家科委）中医专业组成员，国家卫健委（原国家卫生部、卫计委）医学科学委员会主席，中国中医科学院（原国家卫生部中医研究院）学术委员会委员，北京中医药大学学术委员会副主任委员；《中级医刊》编审委员会委员，全国高等医药院校针灸教材编审委员会委员，光明中医函授大学顾问，健康报振兴中医刊授学院顾问，张仲景国医大学名誉教授，中日友好医院专家委员会委员。

他擅长治疗中风、痿病、痹病、帕金森病、更年期综合征、糖尿病、泌尿系结石等，曾先后赴印度尼西亚、斯里兰卡、朝鲜、罗马尼亚、菲律宾、法国等为外国元首和领导人诊疗疾病。还多次被日本、法国、西班牙等国家邀请做学术讲座及进行学术交流。主编的科教片电影《针灸取穴法》获国家卫健委乙级科技成果奖。《毫针单手进针法》一文被评为北京中医药大学优秀论文。主要著作有《十四经、奇经八脉经络挂图》《针灸临床取穴图解》《杨甲三取穴经验》（1982年易名《针灸取穴法》，外文出版社翻译成英文、西班牙文对外出版发行）《腧穴学》《袖珍取穴图片解》。杨老自1958年开始参加国家卫健委外事局举办的苏联针灸班教学后，多次参加各种外事教学，学生遍及世界各地。几十年来，杨老培养硕士生6名，博士生15名，为中医针灸事业培养了一批出色的接班人。

他独创的毫针单手进针法，将传统的“刺手”与“押手”归于一手。根据进针部位、针具长短及治疗需要分为空压式、角度压式、捻压式、连续压式。他的取穴配伍，在继承前贤经验的基础上多有发挥，有较强的规律性、实用性，仅以原穴的应用配伍为例，就有脏腑原穴相配、原输相配、原络相配、原合相配等多种方法。他结合解剖学知识，提出“三边、三间”取穴法，具有取穴准，针感强，针刺安全、可靠的特点，一直有效地应用于临床教学中，影响广泛。

一、杨甲三十四经脉取穴要点

根据古代记载，临床取穴需要有纵横两个方面的坐标定位。纵向定位通常是根据骨度分寸定位，还需结合横向定位，纵横相交才能准确定位。杨甲三教授将横向定位规律概括为“三边”“三间”。“三边”是指骨边、筋边、肉边；“三间”是指骨间、筋间、肉间及筋骨间、筋肉间等。这种方法简单易用，疗效可靠。

根据这一规律，杨教授结合西医解剖学知识和自己多年的临床经验，逐经进行了腧穴定位分析，形成了独特的取穴经验。各经取穴要点如下。

1.肺经 主要应掌握肱二头肌的桡侧缘、肱二头肌肌腱的桡侧缘、腕横纹，以及掌指关节后方等解剖标志。

2.大肠经 主要掌握第2掌指关节前后、掌骨间、筋骨间、屈肘纹头、胸锁乳突肌与喉结（中医称为结喉）等解剖标志。

3.胃经 主要掌握对瞳孔的直线、口角、下颌角、鬓角、颧弓、胸锁乳突肌、喉结、肋间隙、髂前上棘、髌骨外上缘、外膝眼、胫骨前嵴、外踝高点、第2跖趾关节等解剖标志。

4.脾经 主要掌握第1跖趾关节前后、胫骨内侧后缘、股内侧肌等解剖标志。

5.心经 主要掌握指甲根、掌指关节、尺侧腕屈肌腱、肘横纹、肱二头肌尺侧缘等解剖标志。

6.小肠经 主要掌握指甲根、第5掌指关节前后、三角骨前后、尺骨掌侧缘、肩胛冈中点和两端、喉结、胸锁乳突肌、下颌角等解剖标志。

7.膀胱经 主要掌握目内眦、眉头、发际、脊椎棘突、臀横纹、股后正中线、腓横纹、腓肠肌、外踝、跖趾关节等解剖标志。

8.肾经 主要掌握足底、内踝、跟腱、半腱肌腱、半膜肌腱、脐、肋骨等解剖标志。

9.心包经 主要掌握乳头、肱二头肌、掌长肌腱与桡侧腕屈肌腱、掌指关节、中指端等解剖标志。

10.三焦经 主要掌握第4、5掌指关节，指伸肌腱，尺骨，桡骨，尺骨鹰嘴，肩峰，下颌角，胸锁乳突肌，耳郭等解剖标志。

11.胆经 主要掌握目外眦、耳郭、乳突、颧弓、发际、肋骨、乳头、脐、股骨大转子、髂前上棘、股外侧面正中线、腓骨、外踝、跖趾关节等解剖标志。

12.肝经 主要掌握第1跖趾关节、内踝、胫骨内侧面、屈膝横纹头、乳头、肋骨等解剖标志。

13.督脉 主要掌握尾骶骨、脊椎棘突、发际、人中沟、髂嵴、肩胛骨下角、

肩胛冈等解剖标志。

14.任脉 主要掌握耻骨联合、脐、剑胸结合、胸骨上窝、喉结、颈唇沟等解剖标志。

熟悉这些解剖标志，根据“三边”“三间”的规律，结合纵向的骨度分寸，就可以准确取穴。遵循“三间”“三边”规律取穴，有“二易二少”的特点。

二易：首先是易得气。针刺中穴位，其气运行如在巷道中畅行无阻碍，但刺中肌肉关节，针下涩滞而紧，全无宽松舒适之感，则会疼痛不舒。针感得气与否，直接关系到针刺治疗的效果，按照这样的规律所取的穴位，对获得适宜的针感及得气是很有帮助的。其次是易于驱邪。腧穴所处之孔窍、缝隙，为肌肉薄弱处，最易受邪侵袭。将腧穴定于此处，刺激穴位，调整经气，而使邪气由此而祛。

二少：首先是组织损伤少。在“三边”“三间”部位定穴，穴下组织相对疏松，空隙较大，既便于行使各种手法操作，又不容易在运针操作时损伤组织而引起疼痛。其次，由于造成的组织损伤少，则针后的后遗不适感也就相应减少。

二、杨甲三针刺手法经验

1.单手进针 杨甲三教授在临床与教学实践中，总结形成了独特的进针方法。杨甲三认为传统的双手进针法遵循了古人经验，虽然是一种可行方法，但也存在着速度慢、费时费力等不足。因此，创制出一种既具有“刺手”“押手”双重作用，又简便易行的进针法，具体如下。

以右手持针为例，以拇指、示指捏持针柄（使用长针时捏持针身），环指、小指夹持针身，中指充当“弹怒爪切”之功，形成了独特的毫针单手进针方法，而左手完全被解放出来，可以持针多枚备用。其进针方式有4种：悬空下压式（简称空压式）、角度转变下压式（简称角度压式）、捻转下压式（简称捻压式）、连续压式。这四式进针法可根据腧穴所在部位的不同、临床补泻的操作需要等任意选用，每一式又都形成了操作规范，其特点是准确少痛、轻巧快速、规范实用。这种灵巧地运用手指分工、指力腕力、距离、角度的多要素有机融合的进针方式，适用于人体各部穴位，也适用于任何长度的毫针。

空压式主要适用于皮部不须得气时，可用于人体大部分穴位及各种长度的毫针进针。四肢、腹部肌肉丰厚或平坦处的穴位须直刺或深刺时多用之。

角度压式主要适用于皮部须得气时，可用于全身所有穴位的进针，腹部诸穴尤宜之，一般使用1寸至1寸半长度的毫针行直刺。

捻压式适用于皮部须得气及捻转补泻时，右捻进针为泻法，左捻进针为补法。连续压式多用于头皮部皮肉非常浅薄的部位，以及须沿皮刺、皮内刺的各种

病症。

2. 注重补泻 针刺补泻为历代医家所重视。杨甲三遍习各派，删繁就简，形成了自己的针刺补泻风格。根据《标幽赋》说“动退空歇，迎夺右而泻凉；推内进搓，随济左而补暖”，将补泻方法及刺激轻重精辟地总结为“搓紧固定加震动，推内搓左随补功；动退搓右迎提泻，刺激妙在强弱中。”意即在得气的基础上，拇指向前努出，针左转搓紧，以慎守经气，而后推内为补法。进针在得气的基础上，拇指向后，针右转搓紧，以慎守经气，而后震动为泻法。杨甲三还特别强调针刺过程中“神”和“功力”的运用，在针刺过程中一定要全神贯注，注意调动医师本人和病者之神，尤其是补泻过程中，必须“手如握虎”“心无旁骛”，才能达到最佳的补泻效果。

杨甲三对于刺激程度之强、中、弱也有独特的见解：每日针刺时注意刺激要轻，间日刺激，强度宜中等；针下不得气时，须强刺激；要气至病所，须施强刺激；急性病须施强刺激。同时还应注意，强刺激时取穴要少。

三、杨甲三配穴经验

1. 五输穴 杨甲三在深入研究五输穴特点的基础上，认为五输穴由于在人体部位的依次分布和脉气流注的深浅上有着明显的规律，在主治作用上也有共同的规律可循。五输穴的主治特点是：井穴应肝，理气解郁开窍；荣穴应心，清心泻热凉血；输穴应脾，健脾和胃，运化水湿；经穴应肺，宣肺散邪，止咳降气；合穴应肾，调补肾气，和胃降逆。将五输穴的主治作用与五脏病机统一起来，即在经络学说的指导下，通过先定其经，次选其穴，后行补泻的次序，初步形成一种“专病、专经、专穴、专法”的诊治方法，据此，杨甲三拟订了一套比较完整而系统的五输穴辨证适用程序，具体如下。

以十二经病候为主要依据，先确定病变属于哪一经，再进一步认清是外经病变还是内部脏腑病变。外经病变的治疗，实证取荣穴用泻法，虚证取输穴用补法。内部脏腑病变，取其相应的五输穴。如果除本脏腑病变以外，还兼他脏病变，加取其相应的五输穴。以心经为例，外经实证泻荣穴少府，虚证补输穴神门。内脏病证取经穴灵道。这种诊治特点是把“经脉所过，主治所及”的取穴治疗原则与五输穴所具有的特定主治作用结合起来，以经脉病证纵向定位，以五输穴的主治横向定位，扩大了五输穴的主治范围，提高了针灸疗效。

2. 头部腧穴 杨甲三善于运用头部腧穴，强调头部腧穴在治疗脑病、头面五官疾病方面的作用。根据临床病历资料统计分析，头部腧穴的主治规律如下：①精神神志疾病，多取神庭、本神、四神聪，配合皮内刺，形成了疗效卓著

的“调神针法”，广泛应用于癫痫、精神分裂症、神经衰弱、失眠、健忘等疾病；②风证取风池、风府等颈项部腧穴；③头顶部腧穴无论外感还是内伤杂症均可应用。

在头部腧穴的补泻方面，杨甲三认为首先是不同腧穴穴性具有偏补或偏泻的作用，且头盖部腧穴所在皮肉浅薄，故补泻与常法有所不同。皮内刺为补法，是指将针沿头皮约 15° 刺入头皮内而不穿透；皮下刺为泻法，即按常规将毫针沿头皮约 30° 刺于头皮与颅骨之间。头顶部腧穴组织相对较厚，且多为风阳之邪侵袭所在，故风池、风府等穴当用深刺，得气后采用开提、右捻之泻法，不留针，以使风阳之邪气速去。

3.原穴配伍 通过对三焦的研究，杨甲三认为原穴作为三焦原气经过和留止的部位，不仅具有理气祛邪的作用，还具有补虚扶正的功能，在临证中常和其他特定穴配伍应用。归纳为脏腑原穴相配（脏—脏、脏—腑、腑—腑）、原络相配（主客原络相配、本经原络相配）、原俞相配、原合（下合）相配、原募相配等多种方法，有较强的规律性与实用性。如常取太渊透经渠、大陵透内关、太白透公孙，理气降逆治疗顽固性呃逆；用太冲配合谷治疗郁怒伤肝出现的手足拘紧或阴虚肝旺所致的头晕目眩等症。对脏腑虚证，原穴和背俞穴配伍功效卓著；对脏腑同病，阳经原穴配阴经合穴或下合穴效果良好。如脾胃不和而致脘腹胀满，呕恶泻泄，可用太白配足三里，健脾和胃、升清降浊；肝气犯胃所致胃脘不适，胸胁窜痛，烦急易怒，可用太冲配足三里，疏肝理气、和胃降逆。

四、杨甲三临床治疗经验举隅

1.糖尿病 杨甲三认为其病复杂，且常伴有多种并发症，不易根治。但可通过治疗减轻症状，控制其并发症的发展。糖尿病的发病原因是脾阴虚，脾阴不足势必引起胃阳燥亢，从而影响到机体肺肾的功能，出现津液运化升降失常导致口渴善饥等症；体内糖分不能正常吸收利用，反而通过小便排出体外，导致精微散失，脏腑组织失养，并发各种器官的病症，如并发脑病、心脏病、肾病、脉病、末梢神经病、眼底血管病、视网膜病，以及皮肤瘙痒、皮肤感染等。他针对这一病变发展的内在规律，在治疗中重点采取补脾阴、清胃燥之法。针灸取穴根据病程的变化，取手足阳明经、足太阴脾经、手太阳小肠经，以及腹部募穴、背俞穴为主，配合中药，能较好地控制病情，使血糖恢复正常。其合并症治疗在此基础上，结合辨病、辨证施治，也能收到较为满意的疗效。

2.哮喘 老年性哮喘为临床常见性难治病，病人发病时呼吸困难，汗出多，易感冒，冬季尤甚，缠绵难愈，久则发为肺气肿、肺源性心脏病（简称肺心病）。

杨甲三根据其发病规律，针对其虚实并见的特点，在治疗上采取既治其本，又治其标；既治其里，也治其表的方法；既注重发病时的治疗，也根据季节变换适时调理。发病时针灸加中药汤剂，收效甚佳；调理时或单用中药或独施针灸，注重疗效的同时，也方便了病人。

3. 帕金森病 帕金森病又称震颤麻痹，以运动迟缓、肌肉强直和震颤为主要临床特征。病情发展后期则出现行走困难，生活不能自理。杨甲三认为此病多因肝肾阴亏，气血不足，脑髓失充，筋脉失养，虚风内动所致，日久则顽痰死血阻滞经络，发为痼疾。治疗上以补益肝肾，益气养血，填精补髓，化痰通络为主。针灸取穴以头部腧穴及任督经脉、阴阳二跷、足少阴太阳经穴为主，临床疗效较为显著。

4. 中风 杨甲三认为中风的病因病机为肾阴不足，水不涵木，横逆犯脾，化风上逆，或风阳挟痰瘀上扰，阻痹脑络。在治疗上将中风一病分为急性期和恢复期，采用两种治疗方案。

急性期采用“清上补下法”，即清心肝之阳热于上为主，兼以调肝肾之阴于下。针灸取穴：头部取风池、风府、百会、前顶、后顶、通天；上肢取曲池、支沟、列缺、阳谷、八邪；下肢取足三里、三阴交、昆仑、照海、八风。针刺方法：双侧肢体同取，先针健侧，后取患侧。风池、风府泻法不留针，百会、前顶、后顶、通天皮内刺补法；曲池、阳谷、支沟、昆仑、八邪、八风用泻法；列缺、照海、足三里、三阴交用补法。其特点是重在泻火祛风，兼以补阴。

恢复期的治疗，采用“补下清上法”，即以补肝肾之阴于下为主，兼以清心肝之阳于上。针灸取穴：头部取风池、风府、百会、前顶、后顶、通天；上肢取曲池、合谷、列缺、腕骨；下肢取足三里、悬钟、太冲、三阴交、昆仑。针刺方法：风池、风府泻法不留针，百会、前顶、后顶、通天皮内刺补法；曲池、合谷、昆仑用泻法；列缺、腕骨、照海、悬钟、足三里、三阴交、太冲用补法。其兼挟症的治疗，多在分期辨证上灵活加减。如属“中风痴呆”，则在上述治疗上重用调神针法，即神庭、本神、四神聪、神门针刺用补法。

据上述治疗方法可见其治疗特点如下：①阴经阳经腧穴同时选取。②重视头部腧穴，补泻兼施。在疾病的不同时期，采用不同的治疗方法，体现了辨证论治、整体观念等中医的理论精华。治疗中风不取肩、髋关节的腧穴，杨甲三认为中风病位在头而不在肢体，所以肢体取穴只取肘、膝关节以下腧穴即可。兼症加减，用穴精当，配伍灵活。

第2章 基本针灸取穴方法

一、骨度分寸取穴法

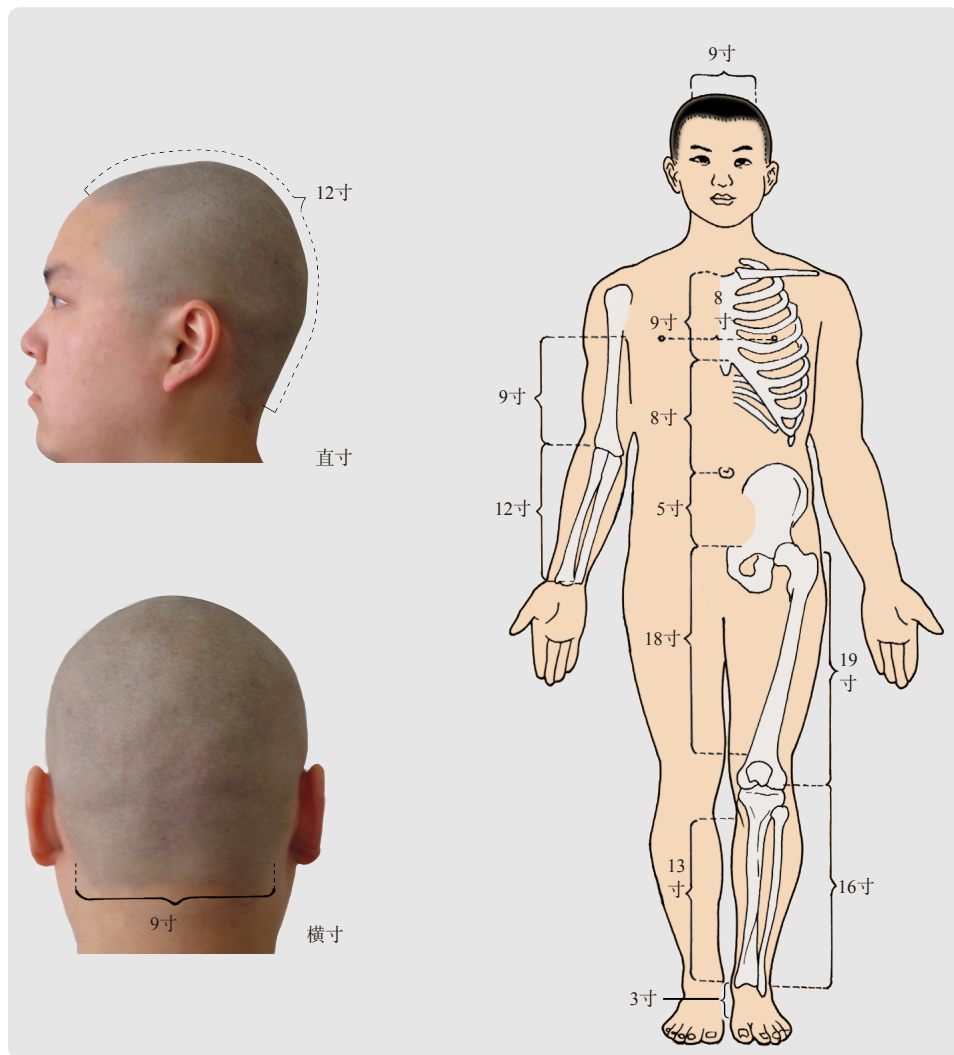
骨度分寸取穴法，又称“骨度法”，即主要以骨节为标志，将两骨节之间的长度折量为一定的分寸，用来确定腧穴位置的方法。现代常用的骨度分寸法始见于《灵枢·骨度》篇，并在长期医疗实践中经过修改和补充而来的（表2-1）。

表2-1 常用骨度分寸

部位	起止点	折量分寸	度量法	说明
头部	· 前发际正中至后发际正中	12寸	直寸	用于确定头部穴位的纵向距离
	· 眉间至前发际正中	3寸	直寸	用于确定前发际及其头部穴位的纵向距离
	· 两额角发际之间	9寸	横寸	用于确定头前部穴位的横向距离
	· 耳后两乳突之间	9寸	横寸	用于确定头后部穴位的横向距离
胸腹部	· 胸骨上窝至剑胸结合中点	9寸	直寸	用于确定胸部任脉穴的纵向距离
	· 剑胸结合中点至脐中	8寸	直寸	用于确定上腹部穴位的纵向距离
	· 脐中至耻骨联合上缘	5寸	直寸	用于确定下腹部穴位的纵向距离
	· 两肩胛骨喙突内侧缘之间	12寸	横寸	用于确定胸部穴位的横向距离
	· 两乳头之间	8寸	横寸	用于确定胸腹部穴位的横向距离
背腰部	· 肩胛骨内侧缘至后正中线	3寸	横寸	用于确定背腰部穴位的横向距离
上肢部	· 腋前、后纹头至肘横纹（平尺骨鹰嘴）	9寸	直寸	用于确定上臂部穴位的纵向距离
	· 肘横纹（平尺骨鹰嘴）至腕掌（背）侧远端横纹	12寸	直寸	用于确定前臂部穴位的纵向距离
下肢部	· 耻骨联合上缘至髌底	18寸	直寸	用于确定大腿部穴位的纵向距离
	· 髌底至髌尖	2寸	直寸	
	· 髌尖（膝中）至内踝尖	15寸	直寸	用于确定小腿内侧部穴位的纵向距离
	· 胫骨内侧髁下方阴陵泉至内踝尖	13寸	直寸	用于确定小腿内侧穴位的纵向距离

续表

部位	起止点	折量分寸	度量法	说明
· 股骨大转子至腠横纹（平骺尖）	19寸	直寸	用于确定大腿前外侧部穴位的纵向距离	
· 臀沟至腠横纹	14寸	直寸	用于确定大腿后部穴位的纵向距离	
· 腠横纹（平骺尖）至外踝尖	16寸	直寸	用于确定小腿外侧部穴位的纵向距离	
· 内踝尖至足底	3寸	直寸	用于确定足内侧部穴位的纵向距离	



二、体表标志取穴法

体表标志取穴法是以人体解剖学的各种体表标志为依据来确定腧穴位置的方法。可分为固定标志和活动标志两类。

（一）固定标志

固定标志是指人体表面固定不移，又有明显特征的部位。如依据人的五官、发际线、爪甲、乳头、脐、关节处的横纹，以及骨骼凸起或凹陷处、肌肉隆起等部位作为取穴的标志而言。因此，这些穴位标志都是相对固定的。

（二）活动标志

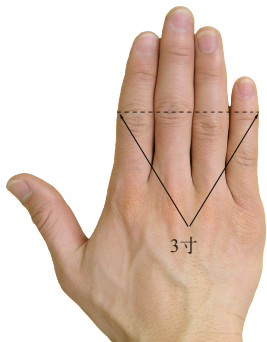
活动标志是指人体某局部活动后出现的隆起、凹陷、孔隙、皱纹等，是通过肌肉筋腱的伸缩、关节的屈伸旋转及活动后皮肤皱起的纹理等形成的标志。如耳门、听宫、听会等当张口时出现凹陷处取之；下关当闭口时凹陷处取之。又如曲池必屈肘于横纹头取之；取阳溪时，将拇指翘起，当拇长、短伸肌腱之间的凹陷中取之。

三、手指同身寸取穴法

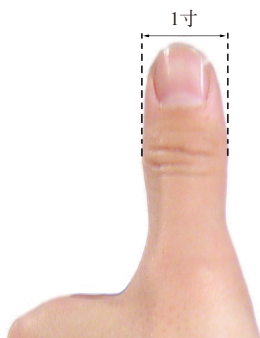
手指同身寸取穴法，是指依据本人手指为尺寸折量标准来选取穴位的方法，又称“指寸法”。由于人体生长规律的缘故，机体各局部间是相互关联而生长发育的。因此人的手指与身体其他部位在生长发育过程中，在大小、长度上有相对的比例。这样选定同一人体的某手指一部分来作为长度单位，量取本身其他部位的长度是合理可行的。常用的手指同身寸有三种。

（一）横指同身寸法

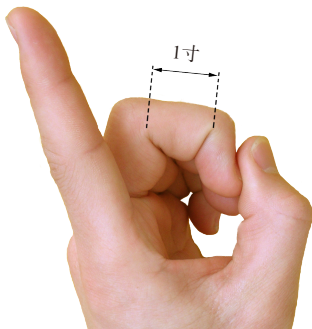
横指同身寸法，又称“一夫法”。将示指、中指、环指、小指相并拢，以中指中节横纹处为准，量取四横指之横度，定为3寸。



横指同身寸



拇指同身寸



中指同身寸

（二）拇指同身寸法

将拇指伸直，以拇指的指间关节的宽度作为1寸。

（三）中指同身寸法

将中指屈曲，以中指指端抵在拇指指腹，形成一环状，将示指伸直，显露出中指的桡侧面，取其中节上下两横纹头之间的长度为1寸。

手指同身寸取穴法在应用时较为便利，但取穴的准确性稍差。因此，该法必须在骨度分寸规定的基础上加以运用，因此，手指同身寸取穴法可以看作是骨度分寸取穴法的补充。

四、简易取穴法

简易取穴法，是历代医家在临床实践中形成的简便易行的量取穴位的方法。这种方法多用于较为主要的穴位取法上。如列缺，让病人左、右两手之虎口交叉，一手示指压在另一手腕后高骨之正中上方，当示指尖到达处的小凹陷处即为本穴。又如劳宫，半握掌，以中指的指尖切压在掌心的第一节横纹上，就是本穴。再如风市，患者两手臂自然下垂，于股外侧中指尖到达处就是本穴。又如垂肩屈肘，肘尖到达躯干侧面的位置即是章门穴。两耳角直上连线中点取百会穴等。这些取穴方法虽不十分精确，但由于穴位并非针尖大的范围，所以完全可以寻找到有较强的感应处，因此在临床上是比较实用、简便的取穴方法。