

学校代码：10063
专业代码：100512



二〇一三届博士研究生毕业暨学位论文

基于循证医学的腧穴功能研究

—以足三里、支沟穴为例—

**Research of acupoints function based on EBM
- take Zusanli(ST36) and Zhigou(TE6) for example -**

专 业：针灸推拿学

学位类型：科学学位

研 究 生：渡边大佑

指导教师：郭 义 教授

 赵 雪 讲师

天 津 中 医 药 大 学

二〇一三年五月

天津中医药大学学位论文原创性声明

本人郑重声明：所提交的学位论文是本人在导师指导下独立进行的研究工作和取得的研究成果。除了文中特别加以标注引用和致谢之处外，论文中不包含其他个人或集体已经发表或撰写的研究成果。也不包含获得天津中医药大学或其他教育机构的学位、学历使用过的材料。对本文的研究做出重要贡献的个人和集体，均已在文中作了明确的说明并表示了谢意。本人完全意识到该声明的法律后果，并由本人承担相应责任。

学位论文作者签名：蒋迪 大佑

日期：2013年5月13日

学位论文版权使用授权书

本学位论文作者完全了解天津中医药大学有关保留、使用学位论文的规定，特授权天津中医药大学可以将本学位论文的全部或部分内容编入有关数据库进行检索，可以采用影印、缩印或扫描等复制手段保存、汇编以供查阅和借阅。同意学校保留并向国家有关部门或机构送交论文的复印件和电子版。

本学位论文属于（请在以下相应方框内打“√”）：

- 1、保密 ，在____年解密后适用本授权书。
- 2、不保密 。

学位论文作者签名：蒋迪 大佑

导师签名：郭成

日期：2013年5月13日

日期：2013年5月13日

致谢

诗云：“如切如磋，如琢如磨”。这是《诗经·国风·卫风》中的话。比喻做学问，就比如做兽骨兽角的工艺，既要用刀锯切割，又要用锉来加工，是精益求精的意思；又比如做玉石的工艺，既要雕琢，又要打磨，是细中求细的意思。带着对中医针灸的顶礼膜拜，肩负着重重的行囊，来到中国求学，一路走来，上下求索，颇多感悟。博士生期间的磨练，是我一生足以珍藏的财富，“如切如磋，如琢如磨”，堪称我一生的座右铭。

衷心感谢导师郭义教授在我的学习中给予的关心，以及在课题设计、文献检索、论文撰写过程中给予的悉心指导。感谢赵雪师姐在课题研究中的提议和指导。感谢在研究中，给予我帮助的张久行。感谢东京卫生学园兵头明老师给我在天津中医药大学研究的机会和热情照顾。感谢中国和天津市、天津中医药大学为我们建立了学习实践和科学研究的平台，提供了丰富的教学资源。借此表示深深的谢意。

目录

中文摘要	1
ABSTRACT	2
综述一：腧穴功能表述的研究概况	4
综述二：关于腧穴功能的几点思考	7
综述参考文献	12
前言	13
第一部分 基于现代针灸书籍中腧穴功能的研究	14
I. 资料与方法	14
1 研究对象与检索范围	14
1.1 研究对象	14
1.2 检索范围	14
2 资料录入方法	14
3 资料总计方法	15
3.1 各腧穴的功能表述总计	15
3.2 归纳各腧穴的含义相同功能表述	15
3.3 建立全腧穴功能数据库	15
3.4 归纳常用功能表述	16
4 资料分析方法	16
4.1 各腧穴的功能表述总计	16
4.2 十四经的功能表述总计	17
4.3 主要功能的表述总计	17
II. 结果	17
1 各腧穴的功能表述总计	17
1.1 手太阴肺经腧穴	17
1.2 手阳明大肠经腧穴	19
1.3 足阳明胃经腧穴	21

1.4 足太阴脾经腧穴	26
1.5 手少阴心经腧穴	28
1.6 手太阳小肠经腧穴.....	29
1.7 足太阳膀胱经腧穴.....	31
1.8 足少阴肾经腧穴	39
1.9 手厥阴心包经腧穴.....	42
1.10 手少阳三焦经腧穴.....	44
1.11 足少阳胆经腧穴.....	46
1.12 足厥阴肝经腧穴.....	51
1.13 督脉经穴.....	53
1.14 任脉经穴.....	56
1.15 经外奇穴.....	58
2 十四经的功能表述总计	62
2.1 手太阴肺经功能	62
2.2 手阳明大肠经功能.....	62
2.3 足阳明胃经功能	62
2.4 足太阴脾经功能	62
2.5 手少阴心经功能	63
2.6 手太阳小肠经功能.....	63
2.7 足太阳膀胱经功能.....	63
2.8 足少阴肾经功能	63
2.9 手厥阴心包经功能.....	63
2.10 手少阳三焦经功能.....	63
2.11 足少阳胆经功能.....	63
2.12 足厥阴肝经功能.....	64
2.13 督脉功能.....	64
2.14 任脉功能.....	64
3 主要功能的表述总计	64
III. 结论.....	69

1 各腧穴常用功能.....	69
2 十四经常用功能.....	84
3 主要功能出现频次最多穴位	85
讨论	88
1 从十二经脉腧穴的常用功能探讨腧穴功能规律	88
第二部分 基于循证医学证据的足三里、支沟穴的功能研究.....	92
I. 资料与方法.....	92
1 研究对象	92
2 检索策略	92
2.1 现代文献证据	92
2.2 古代文献证据	92
3 评价对象确定	92
3.1 现代文献证据	92
3.2 古代文献证据	93
4 文献证据评估方法	93
4.1 现代文献证据评价.....	93
4.2 古代文献证据评价.....	96
5 推荐等级产生方法	96
6 将推荐主治症变换为功能.....	97
7 专家共识	97
8 功能的合并总结.....	97
II. 结果	97
1 足三里.....	97
1.1 文献检出情况	97
1.2 文献质量评价	101
1.3 推荐方案（主治病症）	108
1.4 腧穴功能.....	109
2 支沟	110
2.1 文献检出情况	110

2.2 文献质量评价	111
2.3 推荐方案（主治病症）	113
2.4 腧穴功能.....	113
III. 结论	114
1 基于循证医学证据的足三里穴的功能	114
2 基于循证医学证据的支沟穴的功能.....	114
讨论	114
1 形成基于循证医学证据的腧穴功能方法论.....	114
2 探讨足三里、支沟穴对主治病症的作用	119
3 基于循证医学及现代书籍的足三里、支沟穴功能的比较	124
展望	128
参考文献.....	129
攻读学位期间发表论文情况	132

中文摘要

第一部分：基于现代针灸书籍中腧穴功能的研究

目的 探讨现代针灸书籍中普遍的腧穴功能表述。

方法 检索现代 37 部著作对十四经穴及部分经外奇穴共 407 穴功能的有关论述，建立相应数据库，录入文献资料。统计各腧穴功能表述频次，确定 407 穴的功能、十四经功能以及腧穴常用功能。

结果 得出各腧穴功能的表述总计、十四经功能的表述总计、腧穴主要功能表述的总计。

结论 最后总计结果按功能表述频次高低排序，得出每个腧穴的 5 个常用功能、每条经的 10 个常用功能、每个主要功能的 10 个常用腧穴。

第二部分：基于循证医学证据的足三里、支沟穴的功能研究

目的 应用基于循证医学的方法，探讨现阶段具有证据的足三里、支沟穴的功能，以指导教学及临床实践。

方法 收集足三里、支沟穴的单穴临床研究报告和古代文献中足三里、支沟穴的单穴主治记载，按照循证医学的方法评价其证据水平，筛选高质量证据，按照推荐等级评价标准产生推荐主治病症，经过专家评议得到专家共识。将得到专家共识的主治病症变换为功能，最后总结形成基于循证医学证据的足三里、支沟穴的功能表述。

结果 得出基于循证医学证据的足三里、支沟穴推荐主治病症及其变换得到的功能表述。

结论 得出基于循证医学证据的足三里的功能为“和胃止呕，扶正祛邪，健脾化浊，理气止痛”、支沟穴的功能为“通调腑气”。

关键词：腧穴；功能；循证医学；足三里；支沟

ABSTRACT

Part One : Research of acupoints function based on Modern acupuncture books

Objective: Discuss common expression of acupoints function in Modern acupuncture books

Method: Retrieve relative discussion of acupoints of fourteen meridians and part of extra nerve points in 37 modern literary altogether 407 acupoints, establish the corresponding database, compute the document data. Interpret acupoints statistically according to frequency of expression, determine the function of 407 acupoints, functions 14meridians function and frequently used acupoints function

Result: Summed up function of each acupoints as well as 14meridians function, and the main function of acupoints

Conclusion: Sorted the result in the frequency of expression order, concluded 5 common function of each acupoints and 10 common function of each Jin as well as 10 common acupoints of each main function

Part Two : Research of Zusanli and Zhigou function based on EBM evidence

Objective: Discuss function of Zusanli and Zhigou with evidence at present stage by using method of EBM in order to guide teaching and clinical practicing

Method: Collect reports of single acupoint clinical research of Zusanli and Zhigou, and the attending records of Zusanli and Zhigou in ancient literature, filter high quality evidence in accordance with Measurement estimation and quality of evidence of EBM. According to the standard of recommended level evaluation to produce recommended attending disease, then get the expert consensus through expert discussion. Change the recommended attending disease into function, finally define the function expression of Zusanli and Zhigou on a basis of EBM evidence.

Result: Concluded recommended attending disease and the transformed function expression of Zusanli and Zhigou

Conclusion: Concluded Zusanli and Zhigou function based on EBM evidence

Key words: Acupoint ; Function ; EBM ; Zusanli ; Zhigou

综述一：腧穴功能表述的研究概况

腧穴是脏腑经络气血运行输注的特殊部位，是经络系统通达的外属部分，是人体和外界沟通的转输站，既可以反应体内脏腑经络气血的生理病理变化，也是接受刺激并传至经络、脏腑以调节其功能的“刺激点”，是针灸临床取效的关键环节之一。腧穴功能是指某个腧穴针对机体病机所产生的调整作用。腧穴功能比腧穴的主治症更概括、更有指导作用。它既可以帮助理解腧穴的各个主治症，又可以根据腧穴的功能突破文献记载的主治症，从而扩大其应用范围。笔者查阅了 1987-2012 年间中国期刊杂志关于腧穴功能的文献 21 篇，总结了腧穴功能表述的研究进展。

1 腧穴功能表述的来历

腧穴的功能源于历代医家的医疗实践，是从临床升华为概念。腧穴功能的论述要首推《内经》，《灵枢·九针十二原》曰：“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。”又曰：“五脏有疾也，当取之十二原。”说明原穴可用于诊断和治疗五脏疾病。《灵枢·邪气脏腑病形》曰：“荣输治外经，合治内腑”。《素问》中治水病五十七穴，治热病五十九穴，开创了腧穴功能研究的先河。《难经·四十五难》对脏、腑、气、血、骨、髓、筋、脉八会穴的功效进行了归纳。其后《千金方》载灸膏肓俞可补虚益损。《针灸指南》载八脉交会穴及主治病证。近代医家肯定了腧穴特异性研究了腧穴功效性能的机理。

腧穴的功能历代是用它的主治症来表述的。60 年代时，国内学者根据腧穴的主治作用，提出了“穴性”的概念，这实际就是腧穴的功能^[1]。这是腧穴学研究的一个重要进展。关于腧穴功能的提法，首见于上海中医学院 1974 年编写的《针灸学》，其后有称为“功效”“功用”等不同名称^[2]，但大多数是以中药功效的模式来概括总结的，如足三里穴的功能是健脾和胃、扶正培元等。70 年代后出版了许多对腧穴功能表述的著作。目前还没有国家统一标准的腧穴功能，因而每一部著作上的功能表述记载有所不同。

2 有关腧穴功能形成的主要因素

2.1 古代文献的记载

在古医籍中，对腧穴功能的记载虽不明确，但在腧穴主治病症的记述中可得到不少启发^[3]。如对特定穴中五输穴功用的认识。《难经·六十八难》曰“井主心下满，荣主身热...”。后人根据《难经》这一记载，并结合五输穴的临床应用，具体提出了各经井穴的功用为“泻热开窍、醒神清脑”，临床多用于热病与急救；荣穴有“清热泻火”之功用等等。如此都是在古人对五输穴功用描述的基础上，提出的具体认识。如是之例，尚有很多，我们可以充分地借鉴古人的经验。

2.2 各穴主治病症的归纳总结

针灸疗法的历史悠久，历代针灸医家在临床中不断总结了大量的治病经验。这些宝贵经验，为我们认识腧穴功能提供了大量的资料，我们可以根据这些广博的主治内容进行分析。如大肠经曲池穴其主治为“热病，咽喉肿痛，牙痛，目赤肿痛，瘰疬，疮疥，瘾疹，丹毒，腹痛，吐泻，痢疾，疟疾，癫狂，善惊，手臂拘挛麻木，上肢不遂”在 16 种的主治病症中，经过分析归纳，将该穴的功能高度概括为“清热消肿，散风止痒，疏通经络”。起到了提纲挈领，画龙点睛之效^[3]。这也是当前对腧穴功能认识和概括的重要方法之一。

2.3 根据腧穴所在经脉及所络属脏腑的生理功能归纳腧穴功能

腧穴分布在经脉循行路线上，而经脉的体内循行部分又与其相络属的脏腑相连，因而体表之腧穴与体内的脏腑通过经脉的作用相连，经气相通，所以腧穴功能及其主治特点，与其所归属之经络及该经所络属的脏腑的生理功能密切相关。如三阴交穴，是足太阴脾经的腧穴，但该穴在脾经与肝经、肾经相交会合之处，即该穴与脾、肝、肾三脏经气相通。因此，三阴交穴除了治疗脾胃病以外，其更突出的特点是具有“补益肝肾”之功。由此可见，腧穴的功能，与其所联系的脏腑的生理功能是密切相关的。因而在总结和概括腧穴功能之时，这是一个不容忽视的方面。

2.4 根据特定穴属性归纳腧穴功能

特定穴具有特殊性能和作用，因此影响着该穴的功能。如尺泽穴，是手太阴肺经的合穴，配五行属水，水为阴，可滋阴降火，合穴可顺降逆气，该穴归

属于手太阴肺经，“手太阴之脉，起于中焦，下络大肠，还循胃口...”。根据尺泽穴的穴性及其所归络属之经脉、脏腑，将该穴的功用可概括为“滋阴清热，和胃降逆”。因而根据穴性及穴位的特殊作用认识腧穴的功能，能够更加突出地反映和概括针灸腧穴的独特作用。

2.5 根据针灸手法归纳腧穴功能

针刺手法是产生针刺补泻作用的主要手段。因此，腧穴功能的产生与针刺手法的关系极为密切^{[4] [5]}。同一腧穴，由于施治手法不同，可以产生不同的治疗作用。腧穴的主治功能，不仅具有普遍性，而且具有相对特异性。有很多腧穴疏泄病邪，抑制人体功能亢进，具有祛邪作用，适宜于泻实，如人中、委中、曲池等；不少腧穴鼓舞人体正气，促使功能旺盛，具有强壮作用，适宜于益损，如关元、气海等。在施行针刺手法时当根据这些腧穴的特异性进行针刺，可以加强其作用，从而取得更好的临床疗效。因此，可以说腧穴功能的发挥，有赖于针刺手法的运用。

2.6 根据实验研究资料归纳腧穴功能

随着科学研究水平的不断提高，其研究手段也相继被引入针灸领域。实际上，实验针灸领域里所取得的大量新成果，已经为我们认识腧穴的功能提供了大量可靠的新资料。如曲池穴对慢性荨麻疹、天枢穴对结肠慢传型便秘的治疗作用、神门穴改善失眠等等。大量实验研究的资料，补充并发展了古人对腧穴功能的认识^[6]。借助先进的科学技术和实验手段，对腧穴功能进行系统地研究整理，使其客观化、统一规范化。

3 关于腧穴功能表述的问题

目前关于腧穴功能的表述方法，学者主张各有不同。主要是针对腧穴功能是否可以用描述中药功效的方法来描述。有学者认为腧穴功能是指腧穴主治病证的性能，穴位性能如同药物性能。而也有学者认为腧穴不像药物那样有其性味，穴性不同于药性，腧穴穴性与中药药性的差别决定了针灸与中药治病的原理迥异。中药有四气和五味、升降浮沉、归经、有毒无毒，这是中药本身的特性所决定的，中药可以针对疾病的寒热虚实性质处方用药，凡寒凉性质的病证，使用温热药物治疗；凡温热性质的病证，使用寒凉药物治疗；虚者用补虚药，实者用泻实药。而腧穴不同于中药，腧穴的性能是接受刺激，激发经络以运行

气血，调节阴阳，其性质与所处的经脉和部位以及施加在腧穴的各种影响因素有关。腧穴是在特定病证中，因病证的性质、针刺手法等不同而表现出寒热虚实。

4 小结

综上所述，腧穴的功能历代是用它的主治症来表述的。60年代时，国内学者根据腧穴的主治作用，提出了“穴性”的概念，这实际就是腧穴的功能。关于腧穴功能的提法，首见于上海中医学院1974年编写的《针灸学》，是以中药功效的模式来概括总结的。70年代后出版了许多对腧穴功能表述的著作。目前还没有国家统一标准的腧穴功能。影响腧穴功能的因素繁多而复杂，如古代文献的记载、各穴主治病症、腧穴所在经脉及所络属脏腑的生理功能、特定穴属性、针灸手法、实验研究资料等。另外，关于腧穴功能的表述方法，学者主张各有不同。主要是针对腧穴功能是否可以用描述中药功效的方法来描述。故在腧穴功能的研究中，有必要结合针刺手法、古医籍中有关记载、现代临床研究结果、古今腧穴主治症等内容进行分析归纳，探索总结出最佳腧穴功能。

综述二：关于腧穴功能的几点思考

中药与针灸是基于中医学基础理论施行辨证论治的中医两大疗法。辨证论治的“论治”包括因证立法、随法选方、据方施治等三个过程。因证立法，即依据已经辨明的疾病某阶段或某类型的证候，确立相应的治疗方法。证候是辨证的结果，也是论治的依据。只有确立了疾病某阶段或某类型的证候，才能针对该证候的性质确定具体的治疗方法。随法选方，即据证立法之后，随治法选择相应的治疗手段或措施，并予以处方。治疗手段，包括药物疗法和非药物疗法。药物疗法又有内服法和外用法之分；非药物疗法内容很多，包括针灸、推拿等法。处方，是在选定治疗手段的基础上，依据治法的要求，确定具体的治疗方案。据方施治，即按照处方对治疗方法予以实施。辨证以及因证立法是药物疗法、针灸疗法共通的过程。通过因证立法，若病属咳嗽风寒袭肺证，当用疏风散寒、宣肺止咳；病属胃痛脾胃虚寒证，当用温中健脾止痛等。然后在随法选方的过程开具有疏风、散寒、宣肺、止咳等功效的中药、腧穴及操作的处方，

即药物疗法按照中药功效，针灸疗法按照腧穴功能来设计处方。但是针灸学发展到今天，全国高等中医药院校计划教材已出至 9 版，《经络腧穴学》教材上还没有腧穴功能这一项。目前还没有国家统一标准的腧穴功能，因而在针灸疗法随法选方缺乏标准依据。以下试述关于腧穴功能的几点思考。

1 穴性与腧穴功能

正如《针灸推拿大辞典》（人民卫生出版社）上写道：“穴性 指穴位所具有的性能。意义与药性相同。...目前，针灸界对穴性的认识尚不完全一致，随着腧穴研究的深化，今后将逐步趋向合理。”，目前还没有下穴性的明确定义。意义与药性相同，可以认为穴性即穴位性能，是指腧穴所具备的与治疗效果有关的性质和特性。中药的药性包括四气五味、升降浮沉、归经、有毒无毒等内容，而中药的功效是由这些性质、特性总结出来的表述。当然穴性不具备与药性一样的四气五味、升降浮沉等特性，但具备归属经络、络属脏腑、取穴定位等特点。另外，药性与穴性在其治疗机制上有很大区别。中药具有某些偏性的表现，因此，中药治病是以药物的“偏性”纠正疾病的阴阳偏盛，是“以偏纠偏”^[7]。这种“偏性”具有单向的特点，无论给病人还是给健康人服用中药都能起到同样作用。而腧穴却不同，腧穴的治疗机制是接受刺激，激发经络以运行气血，调节阴阳而治病。这种刺激腧穴产生的阴阳调节是对机体的不同状态，可以起到两种相反而有效的治疗作用。如腹泻时针刺天枢穴可止泻，便秘时针刺天枢穴可以通便；有汗时针刺复溜穴可止汗，无汗时针刺复溜穴可以起到发汗的作用。腧穴具有双向的特点，这种作用叫做“双向良性调整作用”。

2 形成腧穴功能的因素

虽然中药功效取决于药性，但因为腧穴具有双向特点，只有穴性不能形成腧穴功能。形成腧穴功能的主要因素有“穴性”、“机体状态”、“器具与手法”等三种。

2.1 穴性

穴性是指腧穴所具备的与治疗效果有关的性质和特性，包括归属经络、络属脏腑、取穴定位等内容。这些性质产生的作用可以分为以下三种。

1) 近治作用 是指腧穴均具有治疗其所在部位局部及邻近组织、器官病证的作用。这是一切腧穴主治作用所具有的共同的最基本的特点，是“腧穴所在，

主治所在”规律的体现。如眼区周围的睛明、攒竹、瞳子髎、承泣等腧穴均能治疗眼疾；胃脘部周围的中脘、建里、梁门等腧穴均能治疗胃痛；膝关节周围的鹤顶、膝眼等奇穴均能治疗膝关节疼痛等。

2) 远治作用 是指腧穴具有治疗其远隔部位的脏腑、组织器官病证的作用。腧穴不仅能治疗局部病证，而且还有远治作用。十四经穴，尤其是十二经脉中位于四肢肘膝关节以下的经穴，远治作用尤为突出，如合谷穴不仅能治疗手部的局部病证，还能治疗本经所过处的颈部和头面部病证，这是“经脉所过，主治所及”规律的反映。

3) 特殊作用 是指某些腧穴具有相对的特异治疗作用。如大椎穴退热，至阴穴矫正胎位，阑尾穴治疗阑尾炎，哑门穴治疗暴暗等。

有的学者将“近治作用”和“远治作用”看作穴性的共性，将“特殊作用”看作穴性的个性^{[7]-[9]}。

2.2 机体状态

同一腧穴对机体不同的病理状态，可以起到两种相反而有效的治疗作用。如内关可治心动过缓，又可治疗心动过速；又如实验证明，针刺足三里穴既可使原来处于弛缓状态或处于较低兴奋状态的胃运动加强，又可使原来处于紧张或收缩亢进状态的胃运动减弱。但这些调整作用是在每个腧穴穴性的范围内发挥作用。

2.3 器具与手法

器具与手法是关于补泻法的因素。不同器具与手法刺激同一腧穴，可以起到不同的治疗作用，或产生治疗作用强度上的差异。在临床根据病人的机体状态和穴性，应该结合恰当的器具与手法，以便取得更好的治疗效果。

刺激病人的腧穴，根据机体状态调节阴阳产生机体所需要的治疗作用，再结合恰当的器具与手法，就会显现或加强其治疗效果。这样产生出来的作用，就是腧穴功能。

3 腧穴功能与主治的关系

关于腧穴功能的提法，首见于上海中医学院 1974 年编写的《针灸学》，历史尚短。腧穴的功能历代是用它的主治症来表述的。现行针灸教材中的“主治”实际是综合了某个腧穴在多种有分量的针灸医籍中的主治范围，这样的效果作

为工具书来应用的确不错,但是作为教材对学生却起不到提纲挈领的作用,要让学生掌握穴位的主治也就显得特别的困难^[10]。膻穴的功能是膻穴作用与主治的高度概括。如果足三里穴的主治为:胃痛、呕吐、腹胀、肠鸣、消化不良、下肢痿痹、泄泻、便秘、痢疾、疝积、癲狂、中风、脚气、水肿、下肢不遂、心悸、气短、虚劳羸瘦,可以总结为调理肠胃、理气血、保健(疏通经络为所有穴位共有,故不必列出)等功能。知道膻穴的功能可以帮助理解膻穴的主治特点,这样才能掌握膻穴在临床中的灵活运用。

4 膻穴功能的标准化

在国内 70 年代后出版了许多对膻穴功能表述的著作。但目前还没有国家统一标准的膻穴功能,在针灸教材上也没有膻穴功能这一项。因而每一部著作上的功能表述记载有所不同(表 1),给学生的学习和针灸医生的临床应用都带来一定的困难。膻穴功能的标准化能够静化这些混乱,将中医针灸临床、教育、学术交流等活动更加顺利,进而承担中医学发展的一部分任务。

形成膻穴功能标准需要以下三个因素。一是“中医医籍”。与中药的主治、功效基于历代医家的临床实践的总结一样,膻穴功能也应该以历代针灸医家大量实践的总结-主治为基础。二是“研究数据”。运用基于循证医学的方法来分析、评价和总结国内外针灸临床试验报告作为依据。三是“专家共识”。膻穴功能的标准化应当按照“中医医籍为基础,研究数据为依据,专家共识为参考,综合考量膻穴功能”的原则进行研究。

表 1 现代针灸书籍中膻穴的功能表述

书名	功能表述	书名	功能表述
中国传统实用针灸学	宣泄肺气,止咳定喘	石学敏实用针灸学	清上焦,利肺气,止咳喘
针灸临床穴性类编精解	1.补法 补益肺气 2.泻法 宣肺降逆,调理肺气	特定穴临床应用	止咳平喘,宽胸理气,补益肺气
高等中医药院教学参考丛书 针灸学	肃降肺气,和胃降逆	针灸三十讲	清上焦,利气止咳喘

针灸处方学	疏调肺气，宽胸止痛	腧穴类编	止咳平喘，清宣肺气，养阴补脾
实用六经穴位辞典	清上焦，利气，止咳喘	实用针灸取穴手册	利肺气，止咳喘，清上焦
中国针灸临床治疗学	调理上焦，通络止痛	临床腧穴学	宣肺理气，平喘止咳，清肺泻热，降气利水
针灸特定穴临床实用集萃	止咳平喘，清肺泻热，补气健脾	中医针灸临证	泻胸中热，调理肺气
针灸辨证治疗学	宣肺利气，止咳平喘	针灸学 中医学高级丛书	宣肺理气，和胃利水
腧穴学教学重点与模拟题解	宽胸理气，清热宣肺	临床常用百穴精解	1.平补平泻法 理肺行水，和胃降气，疏通经络 2.补法 养阴理肺 3.泻法 肃肺清热
新编实用腧穴学	宣肺止咳，理气宽胸，化痰散结	实用针灸选穴手册	宽胸理气，疏风解表，宣肺止咳，生津润燥
针灸特定穴位-理论与临床	宣肺化痰，止咳平喘	经络穴位与针灸概要	清肃肺气
针灸腧穴疗法	清宣肺气，止咳平喘	石学敏针灸学	清上焦，利肺气，止咳喘
腧穴临证指要	清宣上焦，调理肺气	气功按摩穴位实用手册	疏利郁结，镇咳平喘
针灸腧穴学	泻胸中热，清肺，健脾	中国灸疗法	宣肺利气，止咳平喘
针灸简易取穴法	清上焦，利肺气，止咳喘	针灸探微	宣肺止咳，养阴清热
临床针灸学	清宣上焦，疏调肺气	常用腧穴临床发挥	1.辨证取穴

			1) 用泻法 宣肺理气 2) 用补法 补益肺气 2.局部取穴 1) 用补法 通畅胸络 2) 用泻法配艾灸 温肺散邪，温通经络
腧穴学 针灸专业试 用教材	清宣肺气	实用针灸学	清上焦，利气止咳喘
针灸集锦	调理肺气，养阴清热		

综述参考文献

- [1] 陈汉平,顾法隆.关于腧穴功能研究的若干问题[J].上海针灸杂志,1989,(1):1
- [2] 孙福生,王宏才.腧穴功效刍议[J].黑龙江中医药,1987,(6):30-31
- [3] 王晓兰.腧穴功用探析[J].中国针灸,1995,(3):49-51
- [4] 孙福生,王宏才.腧穴功效刍议[J].黑龙江中医药,1987,(6):30-31
- [5] 王宏才,赵仓焕.对传统腧穴功效之我见[J].陕西中医,1987,8(6):271-272
- [6] 陈汉平.关于腧穴功能研究的若干问题[J].上海针灸杂志,1989,8(1):1-3
- [7] 凌宗元.腧穴穴性理论探讨[J].中国针灸,2005,25(2):131-132
- [8] 许英章.针灸穴位的性能与分类[J].福建中医药,1982,(5):45-46
- [9] 张慰民.浅谈穴性[J].上海针灸杂志,1984,(3):45-46
- [10] 赵永海,王斌.关于针灸教材中穴位主治表述的探讨[J].中国针灸,2003,23(10):619-620

前言

腧穴的功能是腧穴作用与主治的高度概括。它一般用与中药功效相似的方法加以描述。在国内 70 年代后出版了许多对腧穴功能表述的著作。但是针灸学发展到今天，全国高等中医药院校计划教材已出至 9 版，《经络腧穴学》教材上还没有腧穴功能这一项。目前还没有国家统一标准的腧穴功能，因而每一部著作上的功能表述记载有所不同，给学生的学习和针灸医生的临床应用都带来一定的困难。因此进行两个研究：1.对现代书籍中腧穴功能的表述进行统计分析，总结出各腧穴的常用功效。探讨现代针灸书籍中最普遍的腧穴功能；2.以循证医学的方法为切入点，探讨形成现阶段具有循证医学证据的腧穴功能的方法论。收集单穴临床研究报道和古代文献中单穴主治症，按照循证医学的方法评价其证据水平，将主治症变换为功能后合并总结，形成基于循证医学证据的腧穴功能表述。

我希望通过本研究，为学生更好地掌握腧穴的治疗作用提供临床医家选穴配穴的理论依据，进而帮助提高中医针灸教学水平及临床疗效，为腧穴功能的标准化、针灸学教育与腧穴的临床应用奠定理论基础。

第一部分

基于现代针灸书籍中腧穴功能的研究

1. 资料与方法

1 研究对象与检索范围

1.1 研究对象

研究对象是全国中医药行业高等教育“十二五”规划教材《经络腧穴学》(第9版)^[1]收录的十四经穴以及经外奇穴,总共407穴。十四经穴共361穴,其中包括:手太阴经腧穴11穴、手阳明经腧穴20穴、足阳明经腧穴45穴、足太阴经腧穴21穴、手少阴经腧穴9穴、手太阳经腧穴19穴、足太阳经腧穴67穴、足少阴经腧穴27穴、手厥阴经腧穴9穴、手少阳经腧穴23穴、足少阳经腧穴44穴、足厥阴经腧穴14穴、督脉腧穴28穴、任脉腧穴24穴。经外奇穴共46穴。

1.2 检索范围

检索范围是天津中医药大学图书馆藏书62万册中凡有腧穴功能记载的腧穴专著或针灸专著37部^{[2]-[38]}(1978~2010年出版)。

2 资料录入方法

建立数据库,录入上述1.2提到的37部著作有关内容。录入内容包括编号、穴名、穴名拼音、穴名代号、取穴部位区分、归经、腧穴功能表述等七个部分。其中取穴部位区分包括头部、面部、颈部、项部、肩部、上臂、肘部、前臂、腕部、手部、胸部、上腹部、中腹部、下腹部、侧腹部、髋部、背部、肩胛部、腰部、骶部、臀部、会阴部、大腿、膝部、小腿、踝部、足部等27个部位。腧穴功能表述部分是按照原文录入(图1)。

A	B	C	D	E	F	G	H
1	腧穴	拼音	穴名代号	部位	归经	石学敏实用针灸学	针灸临床穴性类
2	中府	zhōngfǔ	LU 1	胸	肺经	清上焦,利肺气,	1.补法 补益肺
3	云门	yúnmén	LU 2	胸	肺经	清肺热,除烦满,	1.平补平泻法 调
4	天府	tiānfǔ	LU 3	上臂	肺经	清上焦,调肺气,	1.平补平泻法 宣

图1 数据库

3 资料总计方法

3.1 各腧穴的功能表述总计

首先从 2 建立的数据库选出各腧穴的全部功能表述的记载，然后将功能表述分解为最小单位(如:止咳平喘→止咳,平喘)。最后计算每种表述的出现频次。

3.2 归纳各腧穴的含义相同功能表述

将 3.1 所建立的数据库中的含义相同功能表述进行归纳，计算出现频次。含义相同功能表述归纳的规则如下：

1) 归纳后的表述是选择出现频次最多的功能表述。

如：镇痛 3,止疼 1,止痛 5 → 止痛 9 (止痛,镇痛,止疼:5,3,1)

2) 归纳后的表述是在含义相同表述中尽量选择 2 个字的表述，无 2 个字的情况下选 4 个字的表述，无 4 个字的情况下选择其他的表述方式。

如：止痛 1,止疼痛 1 → 止痛 2 (止痛,止疼痛:1,1)

宣通肺气 4,宣肺 2 → 宣肺 6 (宣通肺气,宣肺:4,2)

3) 若一个功能表述包含 2 种以上的功能，而且在该腧穴的功能表述中都有这些功能的情况下，每个功能都加频次。

如：止咳喘 5
止咳 6
平喘 3

止咳 11 (止咳,止咳喘:6,5)
平喘 8 (止咳喘,平喘:5,3)

3.3 建立全腧穴功能数据库

将 3.2 的各腧穴数据总计起来，建立全腧穴功能表述数据库（图 2）。功能表述数据库的项目包括编号、穴名、归经、功能表述、出现频次等 5 项。内容包括编号 8216 条、穴名 407 个、归经 15 条、功能表述 1194 种、出现频次总和 45510 次。

编号	经络	腧穴	功能	出现频次
1	肺经	中府	宣肺	25
2	肺经	中府	止咳	20
3	肺经	中府	平喘	17
4	肺经	中府	理气	12

图 2 全腧穴功能数据库

3.4 归纳常用功能表述

为了检索常用功能出现频次高的腧穴，将 3.3 的功能表述数据库中类似的功能表述进行归纳，拣选出现频次最高的 50 项功能(表 1)。这 50 项功能的出现频次是占全部表述的 82.2%。

表 1 出现频次最高的功能 50 项

	功能	频次		功能	频次		功能	频次
1	清热	3344	18	调经	602	35	化滞	313
2	活络	3021	19	宣肺	579	36	镇痉	301
3	安神	2356	20	疏肝	543	37	利胆	263
4	祛风	2282	21	止咳	516	38	调理下焦	250
5	理气	2155	22	消肿	513	39	调理肠胃	239
6	通经	1564	23	化痰	511	40	调肠	231
7	止痛	1506	24	平喘	484	41	散结	226
8	开窍	1452	25	熄风	414	42	化瘀	218
9	利湿	1359	26	通窍	413	43	益气	216
10	和胃	1260	27	利咽	407	44	强腰	215
11	健脾	1053	28	聪耳	404	45	清肺	214
12	舒筋	974	29	利节	404	46	滋阴	199
13	明目	970	30	清头	383	47	祛邪	190
14	补肾	829	31	解表	370	48	补虚	180
15	宽胸	780	32	利水	339	49	解毒	170
16	降逆	740	33	清心	333	50	温阳	164
17	活血	648	34	散寒	315			

4 资料分析方法

4.1 各腧穴的功能表述总计

为确定每个腧穴的功能，对功能表述数据库进行检索，选出各腧穴的功能表述及其频次。最后总计结果按功能表述频次高低排序，得出每个腧穴的 5 个

常用功能。

4.2 十四经的功能表述总计

为了解各经络的功能，对功能表述数据库进行检索，将各腧穴的功能表述归属于各经络后分别总计，得出各经络的功能表述及其频次。最后总计结果按功能表述频次高低排序，得出每条经的 10 个常用功能。

4.3 主要功能的表述总计

为确定各主要功能出现频次高的腧穴，在功能表述数据库中检索 3.4 确定的功能 50 项，最后总计结果按功能表述频次高低排序，得出每个功能的 10 个常用腧穴。

II. 结果

1 各腧穴的功能表述总计

按照 I .4.1 的方法得出 407 腧穴的功能表述总计。

1.1 手太阴肺经腧穴

- 1) 中府：宣肺 25、止咳 20、平喘 17、理气 12、清上焦 9、清肺 7、养阴 6、清热 6、宽胸 5、和胃 3、利水 3、健脾 3、肃肺 3、补益肺气 3、调理上焦 3、降逆 2、止痛 2、降气 2、理肺 2、化痰 2、泻胸中热 2、通络 1、补气 1、温肺 1、散邪 1、散结 1、疏风 1、解表 1、疏利郁结 1、通畅胸络 1、疏通经络 1、温通经络 1
- 2) 云门：宣肺 18、清肺 10、清热 8、止咳 7、除烦满 7、利关节 7、理气 7、平喘 6、宽胸 6、降逆 3、止痛 2、调理上焦 1、通络 1、化痰 1、散结 1、泻四肢热 1
- 3) 天府：宣肺 23、清热 14、凉血 8、理气 6、清上焦 4、疏经络 4、活络 4、散风 4、疏经 4、散结 3、镇惊 3、止血 3、清肺 2、调理上焦 1、止痛 1、止咳 1、利水 1、活血 1、解郁 1、通达 1、疏散 1、化痰 1、调气 1、安神志 1
- 4) 侠白：宣肺 16、止痛 8、活络 7、疏经 7、行气 6、调气血 4、宽胸 4、理肺 4、活血 4、理气 4、降逆 3、和胃 2、理心血 2、调理上焦 1、止咳 1、

- 平喘 1、通达 1
- 5) 尺泽：降逆 24、清肺 21、和胃 14、清热 13、宣肺 11、通络 9、止痛 8、利水 8、止咳 7、理气 7、舒筋 6、润肺 6、滋阴 5、疏经 5、和肠 5、利咽 4、凉血 2、解毒 2、平喘 2、祛瘀 2、活血 2、泄肺 2、止呕 1、利节 1、祛风 1、解表 1、镇惊 1、泄血 1、壮筋 1、补虚 1、化痰 1、开胸 1、利膈 1、调理上焦 1、消散痈肿 1
- 6) 孔最：清热 29、止血 21、润肺 14、利咽 13、解表 12、宣肺 9、凉血 8、降逆 7、理气 6、清肺 3、平喘 3、止咳 3、解毒 2、疏通经络 2、镇痛 2、开瘀 1、通窍 1、调理上焦 1、补益肺气 1、清泄肠腑 1
- 7) 列缺：宣肺 33、活络 28、疏风 26、通经 23、解表 19、利咽 14、理气 11、宽膈 10、通调任脉 8、止咳 4、散邪 4、益气 2、通淋 2、清热 2、散寒 1、平喘 1、调理上焦 1、祛痛 1、消肿 1、通调冲任 1、宽中 1、利水 1、宣通鼻窍 1、补肺 1、散滞 1、舒筋 1、壮筋 1、补虚 1
- 8) 经渠：宣肺 22、理气 15、平喘 12、降逆 11、疏风 9、解表 9、止咳 8、利咽 7、清热 6、清肺 5、疏经 3、活络 3、止痛 2、宽胸 2、开郁 1、调理上焦 1
- 9) 太渊：止咳 25、宣肺 19、通脉 15、化痰 14、清肺 10、疏经 10、通络 9、利咽 8、祛风 8、理气 7、补肺 7、平喘 5、润肺 5、理血 5、益气 5、清热 3、降逆 1、益养心肺 1、调理上焦 1、祛痛 1、健脾 1、滋阴 1、清泄胃热 1、宁神 1、驱邪 1、散滞 1、舒筋 1、活络 1、壮筋 1、补虚 1、祛气痛刺引两乳痛 1、泻肝肺之热 1
- 10) 鱼际：利咽 31、清热 21、宣肺 14、清肺 11、解表 8、疏风 7、止痛 7、润肺 6、止咳 6、通络 4、凉血 3、平喘 2、疏经 2、养阴 1、肃肺 1、宁金 1、利气 1、消肿 1、调脾胃 1、清泻肺胃 1、消食化积 1、开音 1、调理上焦 1、消胀 1、止泻 1、和胃 1
- 11) 少商：开窍 53、利咽 32、清热 25、清肺 19、救逆 10、回阳 4、解表 3、解毒 2、消肿 2、止痛 2、镇静 2、宣肺 2、解痉 1、清诸脏之热 1、清泻肺火 1、活血 1、镇心 1、涤痰 1、止咳 1、润肺 1、通畅经气 1、降逆 1

1.2 手阳明大肠经腧穴

- 1) 商阳：开窍 47、清热 28、利咽 18、消肿 12、止痛 10、清阳明经热 7、清肺 5、解表 4、降逆 3、疏泻阳明 3、解毒 2、通络 2、宣肺 2、祛风 2、止痉 1、利窍 1、止咳 1、平喘 1、除烦 1、调气 1、理血 1、和胃 1、通经 1、解寒 1
- 2) 二间：清热 25、消肿 19、止痛 15、利咽 13、疏风 12、清肺 4、清阳明热 4、解毒 3、解表 3、通络 2、明目 1、清泻阳明 1、提神 1、解困 1、遇热 1、通经 1、导积滞 1
- 3) 三间：清热 22、散风 8、行气 8、利节 7、通经 7、清阳明邪热 7、调腑 6、止痛 6、通腑 6、消肿 4、通大肠腑气 4、止泻 4、利咽 3、解毒 2、活络 2、消满 2、通便 1、理气 1、清利咽喉 1
- 4) 合谷：疏风 28、清热 28、开窍 28、通络 22、解表 22、止痛 22、通经 16、安神 13、行气 10、活血 10、清泻阳明 8、益气 5、聪耳 3、明目 3、调经 3、调肠 3、宣肺 3、固脱 2、熄风 2、开关 2、通窍 2、通肠 2、清泄肺气 1、和胃 1、引产 1、消肿 1、清胃 1、解毒 1、调冲 1、平肝 1、清气分热邪 1、固表 1、升阳 1、摄血 1、生血 1、舒筋 1、壮筋 1、补虚 1、发汗 1、通调肠胃 1、升降阴阳 1、回阳 1
- 5) 阳溪：清热 29、散风 20、疏筋 11、利节 9、安神 8、利咽 7、明目 6、散风热 5、疏邪 5、活络 5、清泻阳明 4、通经 2、聪耳 1、止痛 1、解表 1、消肿 1、利窍 1、散寒 1、解毒 1、行气 1、活血 1
- 6) 偏历：清热 17、利水 15、通调水道 12、活络 11、祛风 9、宣肺 7、通经 7、清阳明经热 5、消肿 4、清肺 4、解表 3、明目 2、聪耳 2、止痛 2、宁神 2、止咳 1、平喘 1、利窍 1、解毒 1、健脾 1、调气 1、发汗 1、化湿 1
- 7) 温溜：清热 23、调理肠胃 21、解毒 10、清泻阳明 7、安神 6、消肿 5、通腑 5、利湿 4、通络 3、疏经 3、散风 2、利窍 2、止痛 1、利咽 1、豁痰 1、通达 1、疏散 1、活血 1、散瘀 1
- 8) 下廉：活络 15、通经 13、通腑 11、调肠胃 9、清热 8、清胃肠 5、理气 4、散风热 3、止痛 3、利关节 3、散风 3、利湿 2、和中 2、清散风热 2、清头目 2、疏泄阳明经热 1、消胀 1、安神 1

- 9) 上廉：活络 23、通经 20、通腑 14、调腑气 13、清热 4、理气 4、利关节 3、清肠 3、舒筋 2、利湿 2、止痛 2、利尿 2、通达 1、疏散 1
- 10) 手三里：通络 27、和肠胃 13、疏经 12、祛风 11、通腑 10、理气 7、和胃 6、止痛 5、清热 5、消肿 3、调气血 3、清肠 2、明目 2、清头明目 2、清胃肠热 2、利咽 1、清泻阳明 1
- 11) 曲池：清热 31、祛风 2、5 通络 18、解表 15、利节 14、利湿 12、理气 11、疏经 10、和血 10、消肿 7、调和营卫 6、舒筋 6、止痒 5、调理肠胃 5、调和营血 4、通腑气 4、降逆 4、行气 4、活血 4、祛风湿 3、止痛 3、宽中 2、散邪 2、补虚 2、凉血 1、透疹 1、降低血压 1、益气 1、清泄阳明 1、清肠 1、解毒 1、疏散风热 1、温经 1、散寒 1、壮筋 1、散瘀 1
- 12) 肘髎：利节 22、活络 16、通经 15、舒筋 12、止痛 5、宣痹 4、疏调经筋 1、活血 1
- 13) 手五里：止痛 12、散瘀 12、活络 11、通经 10、散结 9、行气 8、舒筋 7、消肿 6、利节 6、化痰 5、祛风湿 3、宣痹 3、调和气血 2、起痿 2、调理上焦 1、解困 1、醒神 1、止咳 1、止血 1、通达 1、疏散 1、清热 1、解毒 1
- 14) 臂臑：通络 22、明目 15、通经 12、止痛 10、清热 9、散结 7、理气 6、活血 4、祛风 4、宣痹 3、疏风 3、舒筋 3、消痰 3、散瘀 3、利节 1、清肝 1
- 15) 肩髃：利节 25、活络 22、通经 15、疏风 13、理气 10、活血 7、清热 6、祛风湿 5、疏散风热 5、散结 5、舒筋 4、化痰 3、止痛 2、除湿 2、和胃 2、通调经筋 1、养血 1、柔筋 1、调和营卫 1、健脾 1、壮筋 1、补虚 1、驱邪 1、散滞 1、温散寒湿 1、通关 1
- 16) 巨骨：活络 15、利节 14、宁神 11、舒筋 10、通经 9、理气 8、止痛 7、散结 6、散瘀 5、化痰 5、开胸 3、祛风 2、降逆 2、调经 1、活血 1、散寒 1、宣通肺气 1
- 17) 天鼎：清咽 24、理气 21、化痰 18、利膈 14、消肿 5、散瘀 4、清热 3、散结 3、调气机 3、通络 1、利窍 1、降逆 1、止痛 1、活血 1
- 18) 扶突：理气 20、利咽 18、化痰 14、宣肺 9、利膈 7、散结 6、止咳 6、消肿 6、止痛 6、平喘 6、清肺 4、通络 2、降气 1、通关 1、调理上焦 1、开郁 1、和血 1

- 19) 口禾髎：祛风 18、开窍 16、通鼻 11、清热 9、通经 7、活络 5、清肺 4、利窍 2、凉血 1
- 20) 迎香：通利鼻窍 31、散风 22、清热 14、疏散风热 5、清肺 5、通络 5、止痛 3、通窍 3、理气 2、疏经 2、安蛔 1、宣肺 1、益气 1、复嗅 1、散法 1、宣散郁热 1、舒筋 1、壮筋 1、补虚 1、散寒热 1

1.3 足阳明胃经腧穴

- 1) 承泣：明目 32、疏风 27、清热 24、疏邪 10、活络 10、散风热 4、止泪 3、消肿 2、清头 2、止痛 1、利窍 1、止痉 1、开窍 1、舒筋 1、补虚 1、泄血 1、祛瘀 1、宣散郁热 1
- 2) 四白：疏风 26、明目 25、活络 21、清热 15、通经 6、疏风热 4、清头 3、舒筋 2、止痛 2、消肿 1、利窍 1
- 3) 巨髎：祛风 21、活络 20、明目 12、清热 11、止痛 9、消肿 8、熄风 6、疏经 6、舒筋 4、退翳 3、通鼻 3、利窍 2、止痉 1、清头 1、散瘀 1
- 4) 地仓：祛风 35、活络 30、通经 15、止痛 14、扶正 7、舒筋 7、行气 4、清热 4、明目 3、解噤 2、利机关 2、活血 1、镇静 1
- 5) 大迎：疏风 29、清热 13、通络 12、消肿 9、止痛 9、解毒 6、通经 5、通利牙关 5、熄风 4、调和经脉 3、散寒 3、疏调气血 2、宁心 2、止痉 1、散结 1、利窍 1、通关 1、活血 1、疏血 1、清头 1、祛瘟 1
- 6) 颊车：通络 30、祛风 27、开关 22、清热 17、止痛 10、消肿 7、调气 5、熄风 4、通利牙关 4、疏经 4、驱邪 3、解毒 3、开窍 2、牵正 2、舒调经筋 1、益气 1、利窍 1、活血 1、散滞 1、舒筋 1、散寒 1、消散邪热 1、壮筋 1、补虚 1、柔强 1、祛瘟 1
- 7) 下关：疏风 27、通络 21、止痛 20、清热 17、聪耳 13、开窍 12、利窍 10、消肿 7、开关 6、通利牙关 5、调气 4、舒筋 2、消散郁热 2、清头 1、明目 1、镇痉 1、益气 1、通利 1、驱邪 1、散滞 1、温散风寒 1、壮筋 1、补虚 1、强健关节 1
- 8) 头维：明目 32、祛风 24、止痛 20、清头 19、泄火 15、镇痉 4、熄风 4、通络 3、活血 2、利窍 2、镇静 1、散风热 1、止泪 1、定昏晕 1、疏经 1
- 9) 人迎：利咽 16、散结 14、理气 14、平喘 12、通经 11、通络 10、清热 9、

- 化痰 9、降逆 9、宽胸 8、调气血 7、通脉 5、清肺 4、开郁 2、消肿 1、益气 1、止痛 1、平肝 1、潜阳 1、健脾 1、祛风 1、散瘀 1
- 10) 水突: 利咽 21、平喘 13、理气 13、降逆 13、化痰 12、散结 8、清热 5、清肺 4、调肺气 3、宽胸 3、消肿 2、肃降肺气 1、消痰 1、调上焦 1、止咳 1
- 11) 气舍: 理气 29、降逆 14、散结 13、利咽 12、止痛 7、化痰 7、清咽 6、清肺 6、消肿 6、活血 5、平喘 5、化痰 4、利肺 2、清热 2
- 12) 缺盆: 止咳 11、平喘 11、活络 10、理气 8、宣肺 7、散结 7、清热 7、通经 7、利膈 6、宽胸 6、止痛 5、调理气血 4、利咽 4、化痰 4、降逆 4、宣散外邪 3、清肺 3、调理上焦 1、通达 1
- 13) 气户: 宽胸 20、理气 17、止咳 16、平喘 15、宣肺 11、止痛 8、利膈 4、肃降肺气 3、疏经 3、散结 2、降气 1、宽中 1、调理上焦 1、通络 1、化痰 1
- 14) 库房: 宽胸 19、理气 17、化痰 15、平喘 9、清热 8、止咳 7、降逆 6、宣肺 5、排脓 3、清肺热 3、宽中 1、调理上焦 1、通络 1、止痛 1、凉血 1
- 15) 屋翳: 止咳 13、理气 10、平喘 9、化痰 9、清热 9、活络 6、疏风 5、宽胸 5、通调水道 4、降逆 4、通乳 4、活血 4、清上焦 3、消肿 3、利湿 3、止痛 2、宣肺 2、安神 2、舒筋 1、调理上焦 1、散结 1、解毒 1、调和营卫 1
- 16) 膺窗: 止咳 15、清热 13、理气 11、消肿 10、平喘 9、宣肺 8、宽胸 8、解郁 6、止痛 3、降逆 3、化痰 3、通络 2、安神 2、通乳 2、调理上焦 1、散结 1、利湿 1、调和营血 1、活血 1
- 17) 乳中: 醒神 3、清热 1、祛暑 1、调气 1
- 18) 乳根: 通乳 19、理气 16、宽胸 14、通络 10、宣肺 9、活血 7、化痰 7、止咳 4、平喘 4、消肿 3、清心肺 3、调气血 3、通经 2、止痛 1、调理上焦 1、补益气血 1、降气 1、化痰 1、宣通阳明经气 1、解郁 1
- 19) 不容: 和胃 42、理气 14、平喘 8、止呕 7、止痛 6、降逆 5、健脾 4、纳食 3、消胀 2、消积滞 1
- 20) 承满: 和胃 48、理气 20、降逆 9、止呕 6、化滞 5、健脾 4、除胀 4、消食 1、化湿 1、和血 1、止痛 1、益气 1、益胃 1
- 21) 梁门: 和胃 33、消积 18、化滞 15、健脾 12、降逆 7、理气 6、助运化 4、益胃 4、和肠胃 3、散瘀 2、散结 1、止痛 1、温中 1、软坚 1、温散寒积 1、

- 温阳 1、逐冷 1
- 22) 关门: 和胃 27、健脾 16、利水 12、理气 10、化滞 7、调理肠胃 6、止泻 5、化湿 5、消肿 4、止痛 4、益胃 3、消胀 2、调理脾胃 2、消食 1、化痰 1
- 23) 太乙: 镇惊 29、和胃 17、化痰 14、清心 7、调气 6、调理胃肠 5、健脾 5、止痛 4、开窍 2、消食 2、消胀 2、化滞 2、通腑 1、益气 1、利窍 1、行水 1
- 24) 滑肉门: 安神 22、和胃 15、止呕 12、化痰 9、调理肠胃 8、利湿 4、健脾 4、降逆 2、清心 2、开窍 2、止痛 2、益胃 2、豁痰 2、理气 2、息风 1、通达 1、舒畅 1、调理脾胃 1
- 25) 天枢: 理气 31 和胃 27、健脾 16、调经 10、调理肠腑 9、化湿 8、消滞 7、通肠 6、活血 6、调理肠胃 3、和营 2、止痛 2、清热 2、温阳 2、温散积滞 2、固肠 2、止泻 2、通便 2、升清 1、降浊 1、通络 1、理下焦 1、止血 1、散瘀 1、清利湿热 1、解毒 1、温通气机 1、疏肝 1、斡旋上下 1、散寒 1、温通肠道 1、逐邪 1
- 26) 外陵: 止痛 18、理气 17、和胃 8、活血 8、调理肠胃 7、通经 6、调经 6、化湿 4、调肠胃 4、温下焦 3、和肠 3、理下焦 1、消胀 1、化痰 1、温经 1、散寒 1
- 27) 大巨: 理气 12、固精 10、益气 8、化湿 5、益肾 5、扶正 4、通络 4、消胀 3、通肠 3、利水 3、安神 3、补肾气 3、益下焦 3、止痛 2、活血 2、疏通下焦 2、调理下焦 1、调肠 1、填补肾精 1、温肾 1、调经 1、调理肠胃 1、行滞 1、温经 1、散寒 1、分别清浊 1
- 28) 水道: 通调水道 18、清热 7、利湿 7、调经 6、通利三焦 5、理下焦 5、利尿 4、理气 3、清湿热 2、利膀胱 2、止痛 2、种子 2、通便 2、温经 2、散寒 2、通淋 1、活血 1、疏通经络 1、调血脉 1、理冲任 1、行滞 1、主清三焦、膀胱、肾中之热气 1、通经 1、分别清浊 1、
- 29) 归来: 理气 15、散寒 10、活血 9、调经 9、益气 8、固脱 8、止带 8、温经 8、疏肝 5、理胞宫 5、降逆 4、温下焦 4、调补肝肾 4、平冲 4、培补冲任 4、止痛 3、升提 2、调补冲任 2、和血 1、疏调肠腑 1、调理下焦 1、暖宫 1、补肾 1、益精 1、温中 1、散滞 1、摄胞 1、消散瘀滞 1、温阳 1

- 30) 气冲: 调经 10、理气 10、理胞宫 8、益肾 7、舒宗筋 7、散厥气 6、活血 6、利湿 6、清热 5、种子 4、和营血 3、疏肝 3、散寒 3、降逆 2、活络 2、调理下焦 2、温经 2、调补冲任 2、止痛 2、调补肝肾 2、平冲 1、通经 1、润宗筋 1、理下元 1、舒筋 1、养肝 1、和胃 1、调膀胱 1
- 31) 髀关: 活络 27、通经 22、强腰膝 7、散寒 7、祛风湿 5、利节 4、祛湿 4、温经 3、疏风 3、舒筋 3、理气 2、止痛 2、强腰股 2、祛寒湿 2、调下焦 1
- 32) 伏兔: 活络 26、通经 15、散寒 13、疏风 12、化湿 10、温经 8、强腰 5、益肾 5、壮腰膝 3、活血 3、理气 3、祛风湿 1、利腰膝 1、调下焦 1、止痛 1、舒筋 1、清热 1、化瘀 1
- 33) 阴市: 散寒 14、活络 12、温经 11、通经 10、除湿 9、祛风 8、利节 6、止痛 4、强腰膝 4、温下焦 2、理气 2、强腰 2、散风寒 2、温肾 2、散寒湿 1、利腰腿 1、调下焦 1、蠲痹 1、舒筋 1、清热 1、益胃 1、养阴 1、强腰脊 1
- 34) 梁丘: 和胃 29、活络 23、止痛 20、通经 17、理气 11、消肿 7、舒筋 5、调气血 5、宁神 4、利节 4、祛风 4、化湿 3、降逆 2、消食 1、通调腑气 1、益气 1、除寒 1、疏肝 1
- 35) 犊鼻: 活络 18、通经 18、止痛 16、利节 12、散寒 10、消肿 7、祛寒湿 4、逐湿 4、舒筋 3、理气 3、活血 2、祛风湿 1、止痹痛 1、温经 1、疏风 1、除湿热 1
- 36) 足三里: 扶正 53、健脾 31、通经 25、和胃 25、活络 21、调和气血 13、化滞 12、益胃 9、理气 9、调理脾胃 8、防病 7、化湿 6、补益气血 6、和肠 6、疏风 5、祛邪 5、降逆 4、化痰 4、消积 3、活血 3、益气 3、止痛 3、健体 3、通腑 2、和血 2、镇痉 2、养血 1、化瘀 1、镇静 1、温补脾阳 1、温胃 1、温化寒湿 1、温运中焦 1、强壮筋脉 1、除寒 1、消胀 1、导浊 1、清理肠胃 1、调济阴阳 1、升阳 1
- 37) 上巨虚: 调气 21、疏经 18、和胃 17、通腑 16、调和肠胃 16、化滞 14、活络 14、健脾 11、活血 6、清湿热 5、舒筋 5、调肠 4、起痿 3、缓挛 3、清热 3、利湿 3、调和脾胃 2、益胃 2、化瘀 2、消食 1、止泻 1、清肠 1、通便 1、通达 1、疏散 1、补气 1、清肠胃之热 1、固肠 1、温补肠胃 1、温胃 1、驱邪 1、补虚 1、补脏气 1、泻肠胃湿热 1、平息 1、定喘 1、祛骨髓之

冷痛 1

- 38) 条口: 活络 19、舒筋 14、理气 11、疏经 8、祛湿 8、止痛 6、祛风 5、和中 5、温经 3、调气血 3、祛寒湿 3、活血 3、散寒 2、调理胃肠 2、散邪 1、强筋 1、健骨 1、化痰 1
- 39) 下巨虚: 宁神 18、调理肠胃 13、活络 13、疏经 13、理气 11、通肠 8、清热 8、利湿 8、调肠 7、化滞 6、通乳 3、调理脾胃 2、通畅 1、活血 1、舒筋 1、健脾 1、和胃 1、泌别清浊 1、清泄阳明 1、利尿 1、导赤 1、清胃 1、止痛 1、补脏气 1、泻肠胃湿热 1、平息 1、定喘 1、祛骨髓之冷痛 1、搜风 1、清肠胃中热 1
- 40) 丰隆: 化痰 38、安神 24、和胃 21、利湿 16、健脾 14、定喘 10、疏经 6、活络 6、开窍 6、降逆 5、和肠胃 4、清神 4、通便 3、行气 3、清热 2、止咳 2、通腑 1、宽胸 1、活血 1、下阳上达 1、降浊 1、清泄痰火 1、温化痰湿 1、温胃 1、养胃 1、驱邪 1、散滞 1、壮筋 1、补虚 1、除烦 1
- 41) 解溪: 清胃 20、降逆 16、宁神 16、健脾 14、活络 13、舒筋 13、化湿 12、化痰 7、清热 6、利节 6、和胃 4、疏经 4、通调肠胃 3、清降胃火 2、止痉 1、降火 1、理气 1、调理肠胃 1、通腑 1、引上焦郁热下行 1、化逆 1、清脑 1、醒神 1、清宣阳明经气 1、养胃 1、驱邪 1、散滞 1、壮筋 1、补虚 1、宣通气血 1、祛风 1
- 42) 冲阳: 宁神 34、和胃 20、健脾 15、通络 14、化湿 14、清胃 7、化痰 5、疏风 4、疏经 3、理气 2、和脾胃 2、舒经筋 1、补益气血 1、润养经筋 1、活血 1、止痛 1、运脾 1、化湿浊 1
- 43) 陷谷: 行水 22、健脾 16、散风 12、清热 12、和胃 11、通络 11、利湿 9、解表 8、降逆 7、通经 7、理气 4、调和肠胃 4、止痛 3、消肿 2、祛邪 1
- 44) 内庭: 止痛 19、泻火 15、清胃 14、通阳明腑气 9、和胃 8、安神 8、理气 8、活络 8、清心 7、健脾 6、清胃肠湿热 5、调理胃肠 3、化滞 3、利湿 3、通经 2、祛风 2、开窍 1、清降胃火 1、清泄湿热 1、清肠 1、利窍 1、舒筋 1、清利头目 1、调理脾胃 1、利泄湿热 1、清降胃气 1、和肠 1、泄里热 1、清宣阳明经气 1、驱邪 1、化痰 1、活血 1、解寒 1、清泻阳明 1
- 45) 厉兑: 苏厥 35、安神 22、清热 16、和胃 11、清胃 11、通经 6、理气 5、化

痰 5、清阳明 4、活络 4、利湿 4、通调肠胃 2、凉血 1、止血 1、利水 1、清化湿热 1、通调气血 1、舒筋 1、疏风 1、止痛 1、调理脾胃 1、活血 1、调和气血 1、养阴生津 1

1.4 足太阴脾经腧穴

- 1) 隐白: 宁神 36、健脾 30、统血 27、开窍 13、调经 12、益气 12、和胃 7、回阳 4、调血 4、清心 3、止血 2、活血 2、充血 1、通络 1、调理脾胃 1、通经 1、养血 1、清热 1、解寒 1、益胃 1
- 2) 大都: 健脾 31、和胃 26、清热 12、宁神 10、利湿 10、解表 7、止痛 5、助运化 3、回阳 3、救逆 3、理气 2、熄风 2、润土 1、益胃 1、调理胃肠 1、止泻 1、清内热 1、温里 1、散寒 1、清泻胃热 1、化滞 1、益气 1、养阴 1
- 3) 太白: 健脾 32、和胃 29、化湿 26、理气 13、清热 8、止痛 4、活络 4、化滞 3、益气 3、通调肠胃 2、通经 2、导滞 2、通腑 1、涩肠 1、止泻 1、调理胃肠 1、培土生金 1、化痰 1、扶助运化 1、益胃 1、摄血 1、温补脾土 1
- 4) 公孙: 健脾 39、和胃 30、化湿 19、理气 13、调理冲任 5、助运化 4、清热 4、活络 4、降逆 4、化湿热 3、通调肠胃 3、化食 3、通经 3、调理冲脉 2、止痛 2、导滞 2、消胀 2、益胃 2、调和气血 2、安神 1、调整肠腑 1、祛痰 1、益气 1、调脾胃 1、理胃肠 1、活血 1、祛瘀 1、温阳 1、舒筋 1、驱邪 1、壮筋 1、补虚 1、解寒热 1
- 5) 商丘: 化湿 29、健脾 28、通调肠胃 7、活络 6、肃降肺气 4、舒筋 4、和胃 4、理气 3、清热 3、调理脾经经气 1、止痛 1、通经 1、清神 1、宁心 1、豁痰 1、开窍 1、调和肝脾 1
- 6) 三阴交: 健脾 34、调补肝肾 26、和胃 13、活络 12、通经 12、调经 10、利湿 8、调气血 8、活血 8、止带 7、助运化 6、滋阴 6、益气 5、益胃 5、化湿 4、养血 3、益肾 3、祛瘀 3、养肝 2、行气 2、平冲逆 2、肃降肺气 2、疏肝 2、清利湿热 2、补养精血 1、疏调子宫(精宫) 1、导滞 1、降气 1、催产 1、祛风湿 1、润燥 1、利便 1、止泻 1、止崩 1、培元 1、摄血 1、凉血 1、生新 1、舒筋 1、壮筋 1、补虚 1、止血 1、利尿 1、缩尿 1
- 7) 漏谷: 健脾 27、利湿 21、利尿 9、理气 6、消肿 4、补心 3、调补肝肾 3、通络 2、调脾胃 1、止带 1、固精 1、温中 1、散寒 1、活血 1、祛瘀 1、温

- 经 1、益气 1、通经 1、调理下焦 1
- 8) 地机: 健脾 32、理血 21、利湿 18、调经 13、固精 8、止带 5、调补肝肾 5、和胃 4、调燮胞宫 3、调精 2、摄血 2、理气 2、止痛 1、理下焦 1、疏通经络 1、清热 1、温中 1、散寒 1、止遗 1、补益气血 1、化瘀 1、益肾 1、利水 1、活络 1、养血 1
- 9) 阴陵泉: 利湿 36、健脾 33、通利三焦 13、利水 10、益肾 8、通经 6、调补肝肾 6、通利下焦 5、固精 4、活络 4、消肿 3、益气 2、健脾胃 2、清热 2、疏通经络 2、导滞 2、淡渗 1、养血 1、止痛 1、清利湿热 1、理气 1、止血 1、利下焦 1、温补脾阳 1、温化水湿 1、驱邪 1、舒筋 1、壮筋 1、补虚 1、宣通水液 1
- 10) 血海: 调经 23、化湿 20、理血 19、散风 18、清热 12、健脾 11、统血 10、凉血 8、养血 6、止痒 5、疏经 2、活络 2、调和气血 2、透疹 1、止痛 1、止血 1、止带 1、调理营血 1、调气 1、宣通下焦 1、祛瘀 1、祛浊 1、驱邪 1、散滞 1、强壮筋脉 1、引导血归海 1
- 11) 箕门: 利水 16、渗湿 15、健脾 14、通淋 8、清热 6、调水道 6、清湿热 5、通利下焦 2、益肾 2、清利下焦 1、温中 1、散寒 1、理气 1、通络 1、调营血 1
- 12) 冲门: 理气 15、利湿 11、活血 7、健脾 6、调理下焦 6、清利湿热 6、降逆 4、通络 3、理气血 3、消滞 2、止痛 2、解痉 2、消痔 2、益气 2、调理冲任 2、疏经 1、止带 1、调理肝肾 1、益肾 1、调中 1、温经 1、祛瘀 1
- 13) 府舍: 健脾 19、理气 17、止痛 14、疏肝 8、散结 6、散瘀 5、消满 4、和胃 4、活血 3、调下焦 2、通腑 2、导滞 2、消肿 1、通络 1、利湿 1、调补肝肾 1、固脱 1、益气 1、温经 1、消积 1
- 14) 腹结: 理气 16、降逆 13、温中 12、散寒 8、止痛 6、止泄 5、理气血 4、调肠胃 4、止咳 3、健脾 3、活血 3、散结 3、调肠腑 2、宣通 2、疏通腑气 2、消食 1、化积 1、温经 1、理肠 1、和中 1、宣通下焦 1、温胃 1、温下元 1
- 15) 大横: 宣通腑气 21、温中 12、调理肠胃 12、散寒 9、调理大肠 8、理气 7、止痛 4、健脾 2、除湿 2、散结 2、涩肠 1、止泻 1、调理脾胃 1、驱虫 1、消食 1、导滞 1、补虚寒 1

- 16) 腹哀: 健脾 15、和胃 10、消食 6、理气 6、通降腑气 6、利湿热 4、调理肠胃 4、清热 3、利湿 3、调肠 3、调理脾胃 3、止痛 2、导滞 2、通便 1、通经 1、活络 1、健运中焦 1、除积热 1
- 17) 食窦: 和胃 13、宽胸 12、理气 9、健脾 8、利湿 8、利膈 7、降逆 7、利水 6、运化水谷 4、清上焦 3、消食 2、止呕 2、健脾胃 2、通降腑气 1、通乳 1、疏肝 1、调理肠胃 1、止咳 1、化痰 1、疏泄三焦 1
- 18) 天溪: 宽胸 21、理气 15、通乳 15、止咳 10、消肿 7、降逆 3、通络 2、通经 2、利膈 1、止痛 1、平喘 1、活血 1、宣肺 1、调血 1、舒肝 1、升清降浊 1
- 19) 胸乡: 宽胸 20、理气 20、止痛 15、通络 7、疏肝 5、定喘 5、宣肺 4、降逆 3、利胁 3、疏经 3、利膈 2、健脾 1、和胃 1、疏泄三焦 1
- 20) 周荣: 理气 21、宽胸 17、化痰 11、止咳 10、平喘 9、降逆 4、清肺 4、宣肺 4、利膈 1、止呕 1、和胃 1、通经 1、接气 1、升清降浊 1
- 21) 大包: 宽胸 21、理气 10、通络 10、利胁 8、统诸络 8、束筋骨 7、理气血 6、止痛 5、温经 5、统血 4、养经 4、强筋骨 4、健脾 4、通经 3、宣肺 1、散寒 1、活血 1、化瘀 1

1.5 手少阴心经腧穴

- 1) 极泉: 理气 15、活血 13、宽胸 12、活络 12、通经 11、宁心 11、兴废 8、清心 5、舒筋 5、止痛 5、清热 2、散结 2、调理血脉 2、除烦 1、清肺 1、利咽 1、治血 1、消瘀 1、止烦渴呕啮臂厥心痛 1
- 2) 青灵: 通络 16、止痛 13、疏经 13、理气 8、明目 5、活血 5、清头 4、散风 4、舒筋 4、调气血 3、宽胸 2、起痿 2、利节 2、祛风湿 1、止痹痛 1、散结 1、清肝 1、解表 1、宁心 1、清热 1、利湿 1、调理血脉 1
- 3) 少海: 安神 41、通络 20、调气 12、疏经 12、清心 9、活血 8、化痰 5、开窍 4、宽胸 3、止痛 3、舒筋 3、清热 3、益心 3、舒调经筋 1、散结 1、调气血 1、清除风热 1、调理血脉 1、解痉挛顽麻 1
- 4) 灵道: 宁心 52、通络 12、理气 6、活血 5、疏经 5、镇痛 4、舒筋 3、通心气 3、醒神 3、鸣金 2、开音 2、宽胸 1、止抽 1、清热 1、利窍 1、利舌 1、养心 1、益气 1

- 5) 通里：安神 49、通络 18、清心 14、利舌 12、通经 8、和营 7、利咽 7、开窍 7、活血 4、熄风 4、清热 4、开音 3、养心血 3、通心络 2、养血 2、清虚热 2、调理气血 2、理气 2、调心 2、益智 1、止痛 1、滋阴 1、益气 1、祛风 1、和血 1、宽胸 1、补心气 1、祛邪 1、散滞 1、舒筋 1、壮筋 1、补虚 1、清心热 1、除烦闷 1、镇惊悸 1、宁血 1、除湿 1、调经 1
- 6) 阴郄：安神 36、固表 16、滋阴 16、清心 13、养血 8、活血 6、潜阳 4、止汗 4、理气 4、通络 4、通经 4、清热 4、止血 3、凉血 2、开音 2、调和气血 2、镇痛 2、宽胸 1、调理心气 1、除烦 1、除虚烦 1、开窍 1、通阳 1、清虚热 1、降火 1、益气 1、除寒热 1
- 7) 神门：安神 68、清心 17、理气 10、通络 9、活血 7、通经 7、和营 6、开窍 4、养心 4、泻火 4、补益心气 4、调理气血 4、养血 2、宽胸 2、益气 2、凉血 2、扶正 2、祛邪 2、通脉 1、止血 1、豁痰 1、开郁 1、通心络 1、散滞 1、舒筋 1、壮筋 1
- 8) 少府：清心 24、安神 23、泻火 16、行气 10、活血 10、利湿 4、通络 4、疏经 4、清利下焦 3、除烦 3、熄风 1、通利小肠 1、宽胸 1、止痛 1、通经血 1、利湿热 1、化瘀 1
- 9) 少冲：开窍 59、泄热 34、安神 29、清心 6、熄风 6、回阳 5、通经 5、活血 4、通络 3、除烦 3、行气 3、祛瘀 3、宣通气血 2、降逆 1、止痛 1

1.6 手太阳小肠经腧穴

- 1) 少泽：清热 36、通乳 32、开窍 32、利咽 13、活络 12、清心 11、利窍 8、散瘀 5、解郁 2、增液 2、散结 2、通经 2、解毒 1、调和气血 1、清宣太阳 1、宣通气血 1、去风 1、化痰 1、祛寒 1、解表 1
- 2) 前谷：清热 22、明目 12、活络 10、聪耳 9、通经 9、疏风 9、理气 8、清心 7、解表 6、舒筋 4、安神 4、止痛 3、清头 3、疏肝 2、通乳 2、消肿 1、清肺 1、利窍 1、开窍 1、解郁 1
- 3) 后溪：清热 29、通络 18、安神 15、醒神 15、舒筋 14、截疟 12、散风 12、疏经 9、解郁 6、解表 6、通阳 6、通督 6、清头 6、明目 5、解痉 4、清心 3、止痛 3、壮筋 2、补虚 2、熄风 2、利湿 2、祛邪 2、活血 1、调和气血 1、聪耳 1、宣通太阳经气 1、散滞 1、消黄 1、除寒 1

- 4) 腕骨：散风 19、清热 15、活络 14、增液 9、舒筋 8、退黄 7、清利湿热 7、利湿 5、通经 5、消渴 5、利胆 4、安神 4、疏太阳经邪 3、止痛 2、疏邪 2、利窍 2、清小肠湿热 2、开窍 1、止咳 1、利疸 1、疏调经筋 1、通阳 1、清大肠湿热 1、清肝 1、治消渴 1、舒筋络 1、行血 1、散瘀 1、解痉挛 1、泌别清浊 1
- 5) 阳谷：清热 19、镇惊 19、清心 12、舒筋 10、明目 9、聪耳 9、通络 9、通经 4、散风 4、解毒 3、熄风 3、止痛 3、镇痉 3、利节 3、利窍 2、清利头目 2、利咽 1、消肿 1、开窍 1
- 6) 养老：明目 29、活络 22、舒筋 21、清热 10、散风 10、疏经 7、增液 5、止痛 3、清上 2、利湿 2、清头 2、养肝 1、聪耳 1、养筋 1、延缓衰老 1、清肝 1
- 7) 支正：宁神 32、清热 20、活络 18、解表 15、疏风 12、通经 11、清心 7、舒筋 7、祛邪 4、疏肝 2、止痛 2、解毒 1、利窍 1、凉血 1、养阴 1、除湿 1
- 8) 小海：安神 27、清热 23、祛风 22、活络 16、通经 10、调气血 5、舒筋 5、消肿 4、利窍 4、清心 3、活血 3、止痛 3、疏肝 2、通热结 2、利节 2、清头 2、明目 2、疏调经筋 1、行气 1、解郁 1、除寒 1、解痉 1、祛湿 1
- 9) 肩贞：通络 15、疏风 10、止痛 9、舒筋 9、清热 8、散结 8、聪耳 7、活血 6、利节 6、消肿 4、化痰 3、通经 2、化瘀 2、清利头目 1、通利 1、清头 1、开窍 1、除湿 1
- 10) 臑俞：舒筋 21、活络 18、祛风 12、散结 8、化痰 6、止痛 6、利节 5、消肿 5、化瘀 4、散寒 3、疏经 2、散邪 1、清热 1、宣痹 1、除湿 1
- 11) 天宗：舒筋 18、活络 16、宽胸 12、行气 12、疏风 12、解表 5、止痛 4、肃降肺气 3、清肃肺气 3、清热 3、通经 3、消肿 2、散结 2、利节 2、宣肺 1、解郁 1、祛湿 1、催乳 1
- 12) 乘风：活络 23、散风 20、舒筋 14、止痛 7、疏经 6、止咳 4、化痰 4、调理气血 3、利节 3、活血 2、理气 2、开窍 1、清热 1、祛湿 1
- 13) 曲垣：舒筋 22、活络 20、止痛 14、散风 13、活血 4、调气 4、散瘀 2、利节 2、舒经 1、散寒 1、祛湿 1

- 14) 肩外俞：活络 23、舒筋 17、散风 15、止痛 8、疏经 8、祛湿 5、散寒 3、利肩背 1、行气 1、活血 1、解痉 1、利节 1
- 15) 肩中俞：宣肺 21、活络 16、止咳 12、解表 10、疏经 9、散风 8、舒筋 7、平喘 7、清上焦 3、清热 3、止痛 2、明目 2、宽胸 1、理气 1、透表 1、调和营卫 1
- 16) 天窗：散风 15、宁神 13、清热 12、聪耳 11、利窍 8、利咽 7、熄风 4、调气机 4、开窍 3、散结 3、通络 3、通利诸窍 1、止痛 1、通关 1、舒筋 1、祛风热 1、解寒凝 1、消肿 1、止喉痛 1、祛湿 1
- 17) 天容：利咽 22、聪耳 15、清热 14、消肿 12、理气 8、降逆 7、通窍 4、疏经 4、散结 3、宽胸 3、开窍 2、疏风 2、解毒 2、止呕 1、疏肝 1、解郁 1、止喘 1、活血 1、通络 1、清咽 1、化痰 1、祛湿 1
- 18) 颧髻：祛风 23、清热 20、活络 19、消肿 13、通经 9、解痉 8、止痛 5、牵正 4、明目 2、熄风 2、疏筋 1、利窍 1、利面颊 1、调经 1、化痰 1、祛湿 1
- 19) 听宫：宁神 33、聪耳 28、开窍 16、活络 11、止痛 10、宣窍 8、通经 5、清热 4、消肿 3、清心 2、调理经筋 1、调和气血 1、补虚 1、健筋 1、散风 1、止鸣 1、复聪 1、启闭塞 1、清头 1、清宣少阳 1

1.7 足太阳膀胱经腧穴

- 1) 睛明：明目 39、清热 33、疏风 33、通络 12、滋阴 10、退翳 7、舒筋 3、活血 2、止痛 2、补虚 2、散瘀 2、消肿 1、养肝 1、疏通经脉 1、和调局部气血 1、利窍 1、调肝 1、养血 1、醒脑 1、除痒 1、收泪 1
- 2) 攒竹：明目 33、清热 31、祛风 28、通络 22、镇痉 5、通经 4、止痛 3、健睑 2、舒筋 2、散瘀 2、镇静 1、平降胃气 1、调和气血 1、利窍 1、清脑 1、散结 1、驱邪 1、散滞 1、泄血 1、宣散郁热 1、宣散太阳经之风热 1
- 3) 眉冲：祛风 23、安神 14、通窍 13、明目 13、清热 11、清头 9、醒神 3、通络 3、镇痉 2、清神 2、疏经 1、熄风 1、通鼻窍 1
- 4) 曲差：明目 22、祛风 21、清热 13、清头 8、通窍 6、开窍 4、止疼痛 3、定喘 3、通络 2、安神 2、降气 2、清神 2、止痛 2、除烦 1、疏散风热 1、调和营卫 1

- 5) 五处：祛风 19、明目 18、清热 11、清头 9、安神 6、通窍 5、宣泄风热 5、潜阳 4、醒神 3、通络 3、镇痉 2、熄风 2、清心热 1、止痛 1、清神 1、清内热 1
- 6) 承光：明目 23、清热 17、祛风 17、通窍 9、除烦 6、清头 6、降逆 4、开窍 4、通鼻 3、通络 2、安神 2、止呕 1、疏散风热 1、清神 1
- 7) 通天：散风 24、利鼻 15、通窍 13、清热 9、活络 6、解表 5、清头 3、宣肺 2、醒神 2、散寒 1、止痛 1、通彻上窍 1、通乎天气 1、泄风热 1、镇惊 1、通经 1、清神 1、化痰 1、调理气血 1
- 8) 络却：明目 16、清头 12、祛风 10、通窍 7、清热 6、熄风 5、祛风热 5、通络 5、清心 3、醒脑 3、平肝 2、通耳窍 2、通经 2、通关 1、化痰 1、调理阴阳 1
- 9) 玉枕：明目 23、祛风 15、活络 13、通窍 12、清头 10、通经 6、开窍 3、解表 2、降逆 2、散邪 1、散寒 1、开鼻窍 1、清热 1、宁神志 1、散风寒 1、开官窍 1、调和气血 1
- 10) 天柱：散风 24、活络 14、通经 11、宁神 11、清热 11、止痛 10、清目 8、清头 7、熄风 5、舒筋脉 4、散寒 3、利窍 3、解表 2、强筋 2、壮骨 2、利鼻 1、调和气血 1、健脑 1、清心 1、疏散风热 1、清眩通窍 1、醒脑 1、开窍 1、舒筋 1、调经 1
- 11) 大杼：祛风 24、清热 18、解表 17、强筋 17、宣肺 16、壮骨 16、舒筋 12、通络 12、定喘 7、降逆 5、止咳 4、通经 4、散邪 2、补虚 2、止痛 1、理气 1、疏散风热 1、和血 1、温经 1、解痉 1
- 12) 风门：祛风 32、宣肺 27、解表 24、清热 18、固表 8、通络 7、益气 3、舒筋 3、散寒 3、散邪 2、泄胸中热 2、壮筋 2、补虚 2、止咳 1、理肺 1、止痛 1、宽胸 1、疏通经脉 1、调和气血 1、益肺 1、理气 1、疏散风寒 1、消肿 1、温肺 1、温经 1、解寒邪 1、调和营卫 1、平喘 1
- 13) 肺俞：宣肺 32、清热 14、解表 12、理气 12、平喘 12、清肺 8、养阴 7、止咳 6、补虚劳 6、清虚热 5、和营 5、益气 5、和营血 4、疏风 4、润肺 4、散邪 3、补肺 3、肃肺 3、通络 2、开窍 2、祛瘀 2、化滞 2、通经 2、补益肺气 1、解毒 1、止痛 1、和营卫 1、降气 1、宽胸 1、调和气血 1、温阳 1、

- 固卫 1、增强体力 1、温肺 1、强壮筋脉 1、宣通肺窍 1、疏散风热 1
- 14) 厥阴俞：理气 26、宽胸 22、宁心 20、止痛 9、疏通心脉 8、活血 7、和营 6、清心 2、降逆 2、和胃 2、宣通胸阳 1、利膈 1、养心 1、回阳 1、舒肝 1、调节阴阳 1
- 15) 心俞：安神 55、理气 21、活血 18、宽胸 13、清心 9、通心络 9、通络 8、养血 7、止痛 7、温心阳 3、补心气 3、养心 2、化瘀 2、通经 2、益气 1、调心气 1、补心阴 1、降气 1、通心阳 1、止痉 1、清利湿热 1、清神 1、养心血 1、散瘀滞 1、舒筋 1、散邪 1、健筋 1、补虚 1、宣通心窍 1、清热 1、强心 1、化痰 1、调心肾 1
- 16) 督俞：理气 26、宽胸 19、降逆 6、活血 6、止痛 4、通调三焦 3、调理肠胃 3、和胃 3、消胀 2、止呃 2、强心 2、通脉 2、疏通心脉 2、和血 1、调节阴阳 1
- 17) 膈腧：宽胸 21、活血 18、降逆 16、理气 15、化瘀 12、止血 9、利膈 9、和血 8、调营血 8、养血 7、和脾胃 7、和胃 6、通脉 4、宽中 3、理肠胃 3、摄血 2、补阴 2、通络 2、凉血 2、敛汗 1、祛风 1、止痒 1、调营卫 1、通经脉 1、和营 1、止痛 1、补虚 1、疏通关格 1、通经络 1、祛痰 1、生新 1、舒筋 1、温经 1、散邪 1、强壮筋脉 1、清热 1、止呕 1、解烦 1、调补气血 1
- 18) 肝俞：疏肝 29、明目 28、利胆 23、安神 16、理气 10、养血 8、解郁 7、熄风 7、除湿热 5、清肝胆 5、清头 5、清热 5、养肝 5、熄肝风 4、平肝 3、潜阳 3、清肝 2、调营血 2、和血 2、调肝 1、调营卫 1、通络 1、疏通经脉 1、调和气血 1、滋阴 1、除湿 1、醒脑 1、调血 1、调气 1、祛瘀 1、驱邪 1、散滞 1、健筋 1、补虚 1、除风 1
- 19) 胆俞：利胆 28、疏肝 19、清热 14、清湿热 7、和脾胃 7、利湿 7、和胃 6、降逆 6、养阴 6、理气 6、宽胸膈 5、止痛 4、宽胸 3、解郁 3、清泄肝胆 3、清肝 2、退黄 2、补虚 1、清胆 1、调肝 1、利胁 1、利胸胁 1、消肿胀 1、疏通经脉 1、清泄胆热 1、健运中阳 1
- 20) 脾俞：健脾 38、利湿 27、和胃 24、益气 19、统血 11、降逆 7、养血 4、止泄 3、调理脾胃 3、理气 2、升清 2、驱邪 2、散滞 2、助运 2、调和营卫

- 2、温脾 2、固摄 1、清热 1、疏通经脉 1、温阳 1、化痰 1、和营 1、益胃 1、健筋 1、补虚 1、消胀 1、强身 1
- 21) 胃俞：和胃 50、健脾 31、消滞 28、化湿 13、降逆 10、理气 5、益胃气 3、养胃阴 2、通络 2、助运 2、通调腑气 1、止痛 1、止泻 1、疏通经脉 1、调和气血 1、温中 1、止呕 1、益气 1、舒筋 1、驱邪 1、强壮筋脉 1
- 22) 三焦俞：通利三焦 27、利水道 14、化湿 12、健脾 8、温阳 7、利水 7、益元气 3、化气 3、壮腰 2、健肾 2、强健腰膝 2、和胃 1、通经络 1、舒理三焦郁气 1、调气 1、行气 1、消积 1、调和阴阳 1
- 23) 肾俞：补肾 32、聪耳 22、明目 19、利水 19、壮腰 17、祛湿 12、壮阳 10、温补肾阳 9、健脊 8、益精 7、益水 6、纳气 4、益气 4、补髓 4、消肿 4、固精 4、散邪 3、通利腰脊 3、通阳 2、舒筋 2、活络 2、滋补肾阴 2、强筋 1、止带 1、化气 1、通淋 1、疏通经脉 1、调和气血 1、健脾 1、通窍 1、散寒 1、中阳不足 1、清热 1
- 24) 气海俞：补肾 19、活血 9、理气 9、通络 9、补气 7、强腰 6、壮阳 5、调经 4、止痛 4、调和气血 4、强壮腰脊 4、散风 3、化生气血 3、强壮腰膝 2、和血 2、舒筋 2、通经 2、调理下焦 1、疏利腰脊 1、散寒 1、化痰 1、清痔 1、生肌 1
- 25) 大肠俞：调肠 16、通肠 11、理气 10、化滞 9、利腰膝 4、化湿滞 4、利腰腿 4、通降肠腑 4、调理肠胃 4、通调肠胃 4、止痛 3、强壮腰膝 3、疏经络 3、通调大肠 3、利腰脊 2、化积滞 2、舒筋 2、活络 2、化湿 2、固肠 2、强壮腰脊 2、强壮腰肾 1、疏经筋 1、清热 1、强腰 1、壮膝 1、止涩 1、清大肠湿热 1、温里 1、散寒 1、利腑 1、通络 1、增强传化功能 1、驱邪 1、壮筋 1、补虚 1、畅便 1、消胀 1、除满 1、扶阳 1、益阴 1、调补大肠 1
- 26) 关元俞：培元 20、调理下焦 10、壮腰 8、壮阳 6、通调二便 4、培补元气 4、疏风 4、强壮腰肾 3、散寒 3、温肾 3、通调膀胱 2、活血 2、通调水道 2、通利下焦 2、通利小便 1、通经络 1、利腰膝 1、通络 1、止痛 1、通调腑气 1、调经 1
- 27) 小肠俞：利湿 24、清热 22、调肠 12、通调二便 9、通肠 5、通小肠 4、理下焦 3、利膀胱 3、调理小肠 3、利尿 2、疏经筋 1、升举津液 1、清肠 1、

- 理气 1、通络 1、利腑 1、温补肾阳 1、调理水谷 1、通道 1、健腰腿 1、通利下焦 1、壮腰 1、强肾 1、清导下焦之湿热 1、化滞 1、清利小便 1
- 28) 膀胱俞：清热 13、利湿 12、培元 11、调膀胱 10、通利膀胱 9、强健腰脊 7、活络 6、利尿 6、利水 6、清利下焦 5、舒筋 4、通利水道 4、调理经血 3、疏经 2、理经血 2、温阳 2、强腰 2、健膝 2、宣通下焦气机 1、化气 1、涩精 1、止遗 1、通淋 1、止痛 1、调理气血 1、通调三焦 1、疏利腰腿 1、温补脾肾 1、导滞 1
- 29) 中膂俞：健腰 15、益肾 14、散寒 8、温阳 6、通肠 6、止泻 5、理气 4、清热 4、强壮腰脊 4、清利下焦 3、调理下焦 3、调理肠腑 3、强壮腰骶 2、利湿 1、疏利腰腿 1、除疝 1、舒筋 1、活血 1、化滞 1、壮筋肉 1
- 30) 白环俞：调经 16、益肾 11、调理下焦 10、固精 7、利湿 7、止带 6、健腰 5、清热 5、活络 4、健腰脊 4、暖胞宫 3、温经 2、健腿 2、温补下元 2、强健腰膝 1、清利下焦 1、益精 1、通利小便 1、调理气血 1、利二便 1
- 31) 上髎：调经 17、壮腰 12、补肾 8、活血 7、强健腰膝 7、止痛 5、补益下焦 5、调理下焦 5、清热 4、利湿 4、止带 3、清利下焦 2、种子 2、益气 2、固脱 2、通络 2、通经络 2、强健腰腿 1、活络 1、壮阳 1、温补下元 1
- 32) 次髎：调经 16、清热 11、活血 10、理气 9、强健腰膝 9、利湿 9、补肾 8、壮腰 7、止痛 6、调理下焦 6、补益下焦 5、疏通经络 3、清利下焦 2、强壮筋骨 2、提肛 2、约胞 2、止带 2、散滞 2、通经 2、化浊 1、疏通子宫(精宫) 1、强健腰腿 1、散瘀 1、壮阳 1、通便 1、补益虚损 1、驱邪 1、温散寒湿 1
- 33) 中髎：调经 16、止痛 8、清热 7、补肾 7、利湿 7、调理下焦 7、活血 6、通调二便 6、强腰 6、强健腰膝 6、散寒 5、止带 5、补益下焦 4、疏通经络 3、清利下焦 2、利水 1、强健腰腿 1、益精 1、通便 1、凉血 1、解毒 1、祛瘀 1、截疟 1、舒筋 1、活络 1、壮筋 1、补虚 1、温补下元 1
- 34) 下髎：通调二便 11、调经 11、清热 8、调理下焦 8、补肾 8、利湿 8、止痛 7、强腰 6、强壮腰膝 6、补益下焦 4、疏通经络 3、清利下焦 2、止带 2、利尿 2、通便 2、活血 1、强健腰腿 1、化湿 1、壮阳 1、健脾 1
- 35) 会阳：调理下焦 10、利湿 10、益肾 9、清热 9、理气 5、固带 5、通调二便

- 5、清肠热 4、调肠 4、分清浊 3、升阳 3、壮腰 3、温阳 3、理肛疾 2、祛寒 1、化瘀 1、解毒 1
- 36) 承扶：舒筋 21、活络 18、消痔 7、通便 7、止痛 6、活血 4、调理下焦 4、通调二便 4、通经 3、调肛门 2、疏利腰腿 2、化瘀 2、解毒 2、舒筋节 1、清热 1、健腰膝 1、扶正 1、驱邪 1、调理气血 1、止泻 1、散风 1、祛湿 1
- 37) 殷门：活络 17、通经 13、壮腰 11、强筋骨 8、强脊 8、舒筋 6、强健腰腿 4、利腰腿 4、止痛 3、健膝 2、化瘀 2、散结 2、理气 1、除瘀滞 1、调下焦 1、强筋 1、活脉 1、温经 1、散寒 1
- 38) 浮郄：舒筋 27、活络 20、利节 9、清热 8、解痉 5、通经 5、活血 3、止痛 3、清利下焦 3、清利二便 2、疏利腰腿 1、调理下焦 1、通腑 1、养血 1、安神 1、理气 1、调肠 1、化瘀 1
- 39) 委阳：活络 17、疏利三焦 16、舒筋 13、通经 11、通利水道 6、调气 6、利水 5、利湿 5、利节 5、疏利膀胱 3、调理下焦 3、清泻下焦 1、通淋 1、清热 1
- 40) 委中：清热 30、舒筋 25、活络 22、凉血 13、理血 8、开窍 8、解毒 8、散风 8、止吐泻 6、强健腰膝 5、疏导腰膝 5、利节 5、舒筋脉 4、解血毒 4、利湿 4、止痛 3、消肿 3、疏经 3、解暑 3、散邪 2、理气 2、散瘀 1、缓急 1、调理胃肠 1、舒经筋 1、利腰腿 1、调下焦 1、调理膀胱 1、安神 1、强腰 1、壮筋 1、解痉 1
- 41) 附分：活络 23、疏风 22、散寒 21、舒筋 17、通经 5、强壮筋骨 3、宽胸 1、理气 1、止痛 1、通乳 1、祛邪 1、清热 1、法汗 1
- 42) 魄户：宣肺 20、止咳 18、平喘 18、通络 8、舒筋 6、疏风 5、理气 4、养阴 3、肃降肺气 2、清肺 2、清热 2、降逆 2、定魄 1、宽胸 1、清理虚热 1、通郁 1、补虚 1、益肺气 1、经络 1、疏散风热 1
- 43) 膏肓：补虚 22、益气 12、养阴 11、培元 11、理肺 8、宁神 7、补肺虚 5、定喘 4、健脾胃 4、通宣 4、健脾 4、滋肺 4、清肺 3、止咳 3、调心 2、养血 2、清心 2、益智 2、疏经 2、通络 2、扶阳 1、宽胸 1、理气 1、救逆 1、回阳 1、劳伤 1
- 44) 神堂：宁心 24、理气 20、宽胸 15、活络 13、定喘 9、通经 5、止咳 4、舒

- 筋 4、宣肺 4、通经络 2、降逆 1、调气血 1、和胃 1、清肺 1、益心气 1
- 45) 諛諛：清热 17、理气 13、宣肺 11、通络 11、止咳 10、散风 10、平喘 8、活血 6、止痛 5、解表 5、通经 5、清肺 2、和胃 2、凉血 1、宽胸 1、消食 1、利窍 1、养阴 1、降逆 1、益心气 1
- 46) 膈关：降逆 22、和胃 19、理气 13、宽胸 11、利膈 7、通调血脉 4、健脾 4、助运化 3、舒筋脉 3、活气血 3、止呕 1、通络 1、和血 1、消积 1、止挛 1、补益胃气 1
- 47) 魂门：和胃 27、疏肝 26、理气 17、健脾 16、利胆 5、降逆 3、通调大肠 3、安神 3、调肠 3、进食 1、清热 1、除湿 1、活络 1、通经 1、清肝胆热 1、和血 1、利胁 1
- 48) 阳纲：清热 18、化湿 18、利胆 15、和中 12、疏肝 11、健脾 10、化滞 4、泻胆火 3、调理肠胃 3、清利肝胆湿热 2、利肝胆 1、退黄 1、调理下焦 1、清肠 1、解郁 1、解毒 1、调肠 1、清肝胆热 1
- 49) 意舍：健脾 25、化湿 24、清热 14、和胃 14、利胆 4、健运脾阳 4、理肠胃 3、消滞 3、益气 2、消食 2、化浊 1、利下焦 1、止呕 1、温阳 1
- 50) 胃仓：和胃 31、理气 21、健脾 17、化湿 10、导滞 6、消积 5、消食 3、通络 2、调下焦 1
- 51) 育门：理气 13、消痞 11、化滞 10、和胃 8、活血 7、化坚 7、调肠 6、散瘀 5、通乳 4、活络 4、通便 3、消食 3、通经 2、疏利三焦 2、解郁 1、清热 1、消肿 1、调理下焦 1、补肾 1、调肝 1、通脉 1、散结 1、清胃 1、利湿 1、通淋 1、调理冲任 1、止痛 1、舒筋 1
- 52) 志室：补肾 28、益精 17、渗湿 13、利尿 10、壮腰 9、清热 7、固精 6、通阳 3、强身 2、通络 2、强壮腰膝 2、温阳 2、填髓 1、调理下焦 1、补益肾精 1、舒筋 1、固涩 1、消肿 1、摄精 1
- 53) 胞育：通调二便 10、强腰脊 9、利水道 6、清热 5、通腑气 5、壮腰 5、利湿 5、补肾 5、舒筋 4、活络 4、疏调下焦 4、利水 3、利腰脊 2、调理膀胱 2、通经 1、利腿 1、通便 1、强健腰 1、通淋 1
- 54) 秩边：活络 18、强腰 16、健膝 15、通经 12、疏理下焦 11、清热 10、利湿 9、舒筋 6、强腰脊 5、止痛 3、清利下焦 2、补肾 2、通便 2、消肿 1、利

- 腿 1、调和气血 1、益精 1、理肠 1、理气 1、和中 1、益气 1、升提 1
- 55) 合阳：调经 11、活络 10、调理下焦 10、舒筋 8、利湿 8、补肾 6、舒筋脉 5、清热 4、活血 4、通经 4、强健腰膝 4、祛风 4、强腰肾 3、利腰腿 3、理气 2、止痛 2、理妇科 2、利节 2、止崩 1、强利腰脊 1、止漏泄 1
- 56) 承筋：舒筋 17、活络 11、消痔 6、清热 5、提肛 4、调肠 4、散风 4、通经络 3、舒筋脉 3、强健腰膝 3、通调大肠 3、理气 2、止痛 2、利腰腿 2、清泄肠热 2、通肠 2、利节 2、调理中焦 1、舒筋骨 1、利腰膝 1、调下焦 1、活血 1、散结 1、除湿 1、消瘀 1、解毒 1
- 57) 承山：舒筋 27、活络 20、疗痔 19、通肠 18、调肠 7、理气 5、解痉 5、舒经 3、活血 2、利腰腿 2、通畅经气 2、壮筋 2、补虚 2、温经 2、散邪 2、宣通壅滞 2、通便 2、消散郁热 2、强健腰膝 2、清热 2、止痛 1、止血 1、调大肠 1、通骨 1、调下焦 1、祛风湿 1、舒筋脉 1、凉血 1、舒筋骨 1、利节 1、调腑气 1
- 58) 飞扬：活络 26、清热 17、散风 14、解表 12、舒筋 11、宁神 8、疏经 7、消肿 6、止痛 6、利湿 5、消痔 2、利水 1、清头目 1、舒筋脉 1、利腰腿 1、调下焦 1、清头 1
- 59) 跗阳：活络 23、舒筋 13、散风 11、通经 10、清利头目 10、止痛 9、清热 7、化湿 3、利节 3、利腰腿 2、活血 2、理气 2、利腰膝 1、舒颈项 1、消肿 1、止痉 1、疏塞 1、强腰膝 1、清散风热 1
- 60) 昆仑：活络 29、舒筋 24、清头 16、明目 16、强腰 11、祛风 9、补肾 6、通经 6、清热 5、解肌 4、催产 4、理气 4、理胞 4、解表 3、安神 3、散寒 3、镇痉 3、化湿 3、活血 3、止痛 2、截疟 2、壮筋 2、补虚 2、散滞 2、利节 2、通阳 2、定痫 2、利腰腿 2、熄风 1、调下焦 1、舒筋络 1、驱邪 1、解毒 1、醒神 1、舒筋脉 1、清降郁热 1、降气逆 1
- 61) 仆参：舒筋 19、安神 17、活络 11、健骨 9、利湿 7、止痛 6、消肿 5、醒神 5、益肾 4、清脑 3、利腰腿 3、止痉 3、强脑 2、调和中焦 2、疏经 2、利节 2、强筋 1、散寒 1、熄风 1、祛风 1、舒筋骨 1、沟通经气 1
- 62) 申脉：安神 47、通络 24、舒筋 14、疏风 10、疏经 7、清头 7、明目 7、活血 5、清神 5、解表 4、理气 4、止痢 3、醒神 3、利腰腿 2、止痛 2、舒筋

- 脉 2、镇痉 1、调气血 1、和阴阳 1、振奋阳气 1、强健腰膝 1、清热 1、利腰膝 1、除痰 1、除寒热 1、散寒 1、祛散风寒 1
- 63) 金门：活络 22、安神 22、舒筋 14、开窍 14、通经 11、清脑 10、熄风 5、止痛 3、祛风 3、止痉 2、清热 2、利腰腿 1、调下焦 1、止痢 1、舒筋脉 1、化瘀 1、通滞 1、沟通经气 1
- 64) 京骨：安神 23、活络 18、疏经 15、清热 13、明目 12、散风 12、清头 8、舒筋 7、疏风热 5、利腰膝 4、镇痉 4、熄风 3、清脑 3、舒筋脉 2、开窍 2、内清脏腑 1、止痢 1、利关节 1、利腰腿 1、调下焦 1、解表 1、止痛 1、祛风热 1、祛湿 1
- 65) 束骨：清热 18、活络 17、散风 17、宁心 10、清利头目 10、通经 10、舒筋脉 6、舒筋 4、利项背 4、散风热 3、止痛 2、消肿 2、通利腰膝 2、宣痹 1、清脑 1、明目 1、利腰腿 1、舒头项 1、调下焦 1、强壮腰膝 1、利湿 1、熄风 1、调营血 1、活血 1、祛寒 1、散邪 1
- 66) 足通谷：安神 21、清热 17、散风 13、疏经 12、清头 10、明目 10、活络 8、益智 4、镇痉 1、定眩 1、止血 1、止痛 1、截疟 1、利水 1、通便 1、舒筋 1、益志 1、利窍 1、宽胸 1、理气 1、清脑 1、除虚热 1
- 67) 至阴：清头 20、明目 20、转胎 20、疏风 12、清热 10、活络 10、催产 9、通经 8、理气机 6、理气 5、开窍 5、舒筋 4、通血脉 4、通利下焦 3、通窍 3、活血 3、散风热 3、止痛 2、调理子宫 2、协调阴阳 2、调下焦 1、调和气血 1、益肾 1、调经 1、益气 1、调理冲任 1、驱风寒 1、除虚热 1

1.8 足少阴肾经腧穴

- 1) 涌泉：开窍 60、清热 17、宁神 12、滋肾 11、熄风 10、平肝 9、降逆 9、益肾 8、滋阴 7、降火 7、除烦 6、回阳 4、交济心肾 4、调便 3、清心 3、益阴 3、平冲 3、通络 2、催产 2、通头 2、清神 2、镇痉 1、定眩 1、清利头目 1、调下焦 1、调肾气 1、利血脉 1、通经 1、养肝 1、止呕 1、导邪 1、潜阳 1、除寒热厥逆 1
- 2) 然谷：补肾 20、滋阴 15、清热 14、利湿 14、滋肾 9、导赤 8、清心 8、调理下焦 8、清虚热 5、固泄 4、调经 4、利膀胱 4、通利下焦 2、利水 2、温阳 1、益气 1、固精 1、止遗 1、消肿痛 1、益精 1、舒筋 1、通络 1、退肾

- 热 1、和血 1、解毒 1
- 3) 太溪：益肾 24、滋阴 15、调理冲任 13、止嗽 10、滋肾 10、清热 9、培土生金 8、清肺 8、降火 6、纳气 4、滋补下焦 4、利湿 4、温肾 4、强健腰膝 4、补虚 3、温阳 3、退虚热 3、调经 2、补益肝肾 2、健脑髓 2、散寒 2、调经脉 2、平喘 1、调理下焦 1、润肺 1、通利三焦 1、清肾经虚火 1、泻下焦湿热 1、祛湿 1、理胞宫 1、利尿 1、舒筋 1、活络 1、驱邪 1、散滞 1、强壮筋骨 1、固肾气 1
- 4) 大钟：益肾 23、安神 13、平喘 9、清热 9、通调二便 7、和血 6、调气 5、调经 3、利水 3、调理下焦 2、消肿 2、肃肺 2、健脑 2、滋肾 2、活络 2、强筋骨 2、清脑 1、强壮腰骨 1、降逆 1、通经 1、滋阴 1、利湿 1、清肺 1、
- 5) 水泉：调经 17、活血 12、清热 9、益肾 9、疏利下焦 7、调理冲任 7、调气血 3、利水 3、化瘀 3、消肿 2、清利下焦 2、疏利水道 2、调理下焦 2、通络 2、滋阴 1、止带 1、通便 1、舒筋 1、疏利三焦 1、舒肝 1、明目 1、调补肝肾 1
- 6) 照海：安神 33、利咽 19、调经 15、滋阴 13、补肾 10、清热 10、通调二便 7、清利下焦 6、清心 6、止痛 6、调阴 4、和营 4、明目 3、利湿 3、滋肾 3、通调二阴 2、清虚热 2、利水 2、宽胸 2、快膈 2、益精 1、调下焦 1、消利下焦 1、利肺 1、熄风 1、止痉 1、调理冲任 1、开窍 1、止带 1、通调水道 1、活血 1、活络 1、和胃 1、止呕 1、通过 1
- 7) 复溜：滋阴 25、补肾 20、利水 12、清热 8、利湿 8、通调水道 7、消肿 6、滋肾 5、温肾 4、强腰 3、疏利下焦 3、活络 3、调和营卫 3、强筋 3、发汗 2、解表 2、通淋 2、益髓 2、健脑 2、降火 2、舒筋 2、驱邪 2、散滞 2、润燥 2、敛汗 2、行气 1、调肾 1、通经脉 1、调下焦 1、通经 1、清利下焦 1、助阳 1、固表 1、调理下焦 1、补虚 1、回阳 1、复脉 1、调肾气 1
- 8) 交信：益肾 23、调经 22、利尿 12、清热 11、通调二阴 4、调理下焦 4、利湿 4、益胞宫 3、调血分 3、活血 2、清利下焦 2、调理冲任 2、止血 1、通淋 1、升阳 1、固脱 1、通经脉 1、调补肝肾 1、消瘀肿 1
- 9) 筑宾：安神 22、化痰 11、调补肝肾 8、清热 8、理气 8、止痛 7、清心 7、利湿 7、益肾 5、调理下焦 4、降逆 3、清神 3、利尿 2、通经 2、醒神 2、

- 活络 2、平冲 1、和胃 1、止呕 1、调理阴维 1、疏风 1、通达 1、消瘀滞 1
- 10) 阴谷：益肾 24、利湿 12、清热 11、止痛 9、兴阳 9、调经 8、理气 6、通利下焦 6、疏泄厥逆 5、滋肾 4、调理下焦 4、通洩 4、调补肝肾 3、除胀满 2、温肾 2、健脾 2、舒肝 2、调理肾经之气 1、定痫 1、益气 1、补益肾精 1、通经 1、止带 1、滋阴 1、强腰膝 1
- 11) 横骨：益肾 19、清热 10、兴阳 7、清利下焦 5、利湿 5、通利下焦 4、调补肝肾 4、通利膀胱 3、利淋 3、调理下焦 2、滋阴 2、填精 2、理气 1、止痛 1、益经 1、利尿 1、强腰膝 1、利下焦 1、健脾 1
- 12) 大赫：补肾 19、调经 7、调理下焦 6、理胞宫 5、清热 5、利湿 5、种子 4、调补肝肾 4、固精 2、清利下焦 2、固经 2、填精 2、补益 1、温阳 1、散寒 1、固肾 1、补益肾阳 1、调理冲任 1、滋阴 1、强腰膝 1
- 13) 气穴：调理冲任 10、补益冲任 8、补肾 8、通调二阴 6、通利下焦 5、调补肝肾 4、调理下焦 4、利气 4、调经 3、补益元气 2、调经带 1、清利湿热 1、益精 1、清利下焦 1、调理气血 1、降逆气 1、暖胞宫 1、清热 1、利湿 1、摄血 1、止泻 1、温经 1、散寒 1
- 14) 四满：调经 12、利水 11、补肾 10、利湿 7、消胀 7、清热 6、活血 5、调补肝肾 5、健脾 4、化滞 4、理气 4、利水道 3、调冲任 3、消积 1、种子 1、调冲脉 1、理肠道 1、调下焦 1、通经 1、止带 1、止痛 1、滋阴 1
- 15) 中注：调经 16、理肠 9、益肾 8、通便 7、滋肾 6、通调腑气 5、养肝 5、利下焦 3、泄热 3、清肠 2、养阴 2、润燥 1、止痛 1、活血 1、调下焦 1、通利水道 1、清利下焦 1、理肠胃 1、调冲任 1、利尿 1、利湿 1、疏调经气 1、滋补肝、脾、肾 1
- 16) 育俞：理气 13、止痛 11、和胃 9、益肾 7、通肠 7、调肠 6、健脾 6、通便 5、降逆 5、润燥 4、利尿 4、通淋 4、温中 3、通经 2、活络 2、调下焦 2、活血 1、调冲 1、止泻 1、利湿 1、清热 1、止呕 1、调冲任 1、滋调脾肾 1、调补肝肾 1
- 17) 商曲：和胃 19、消积 9、健脾 8、调肠 8、化湿 6、消滞 6、理气 5、通肠 4、通调胃肠 4、止痛 3、清肠 2、调理中焦 2、通便 1、降逆 1、调气 1、理肠 1、益气 1、通润胃肠 1、滋阴 1、益肾 1、调冲任 1

- 18) 石关：和中 21、化滞 12、理气 9、调肠 9、通肠 7、散结 5、滋阴 5、补肾 4、种子 4、消满 4、调理冲任 4、清热 3、调经 1、理下焦 1、通关 1、化湿 1、健脾 1、消食 1、益肾 1、止痛 1、理气血 1
- 19) 阴都：理气 15、和中 14、调理肠胃 9、调气 5、通肠 5、宽胸 4、降逆 4、滋补肝肾 4、调理中焦 4、理胞宫 3、调理冲任 3、理气血 2、止痛 1、通调胃肠 1
- 20) 腹通谷：和胃 20、健脾 18、安神 10、宽胸 8、理气 7、降逆 7、止呕 6、清心 4、调理肠胃 4、消食 1、益肾 1、理气血 1、通经络 1、化滞 1
- 21) 幽门：和胃 21、健脾 13、降逆 9、疏肝 7、理气 6、调理肠胃 5、止呕 4、清热 4、化湿 4、止痛 4、清腑热 3、解痉挛 3、通乳 3、解郁 2、散瘀 2、升清 1、降浊 1、导滞 1、通经 1、理气血 1、利咽 1、利膈 1
- 22) 步廊：宽胸 16、止咳 16、理气 16、降逆 15、平喘 10、宣肺 7、止呕 6、和胃 3、补肾 2、纳气 2、调理上焦 1、平肝 1
- 23) 神封：降逆 15、理气 11、和胃 9、止咳 8、宽胸 8、通乳 8、平喘 7、安神 7、宣肺 7、补肾 3、健脾 3、清肺 2、止呕 2、调理上焦 1、通络 1、活血 1
- 24) 灵墟：宽胸 23、理气 16、降逆 14、清热 9、宣肺 7、疏肝 4、止咳 4、平喘 4、肃降肺气 3、消肿 3、宁心 3、止呕 3、通乳 2、调理上焦 1、和胃 1
- 25) 神藏：宽胸 17、气 17、定喘 14、止咳 11、宣肺 8、降逆 8、化痰 4、清热 3、止呕 3、除烦 2、安神 2、和胃 2、调理上焦 1、清肺 1
- 26) 彘中：理气 19、止咳 16、化痰 16、平喘 14、宽胸 13、宣肺 8、清热 4、降逆 4、调理上焦 1、和胃 1、益肺 1、利湿 1
- 27) 俞府：平喘 21、止咳 16、降逆 14、宣肺 10、理气 9、和胃 8、补肾 6、纳气 6、宽胸 5、化痰 4、健脾 3、调理上焦 1、止痛 1、祛风痰 1

1.9 手厥阴心包经腧穴

- 1) 天池：理气 22、宽胸 21、止咳 11、清肺 9、散结 8、平喘 6、活血 5、清热 4、散瘀 3、消肿 3、止痛 3、安神 3、通乳 2、化痰 2、活络 2、疏通包络 2、通经 1、除烦 1、调理上焦 1
- 2) 天泉：理气 22、宽胸 21、止咳 11、清肺 9、散结 8、平喘 6、活血 5、清热 4、散瘀 3、消肿 3、止痛 3、安神 3、通乳 2、化痰 2、活络 2、疏通包

- 络 2、通经 1、除烦 1、调理上焦 1
- 3) 曲泽：清热 23、降逆 18、除烦 16、宁心 15、活血 13、止呕 12、清心 8、活络 8、镇痉 7、理气 7、和胃 7、止痛 7、通经 7、清营 6、凉血 4、解毒 4、舒筋 4、调理肠胃 4、开窍 3、壮筋 2、补虚 2、化瘀 2、调理气血 2、润关 1、荣筋 1、调理上焦 1、利节 1、清暑 1、补益心气 1、养阴 1、清肺 1、通畅心络 1、消散郁热 1、宽胸膈 1、驱邪 1、散滞 1、祛风 1、通心气 1、泄血热 1
- 4) 郄门：宁心 49、凉血 14、止血 13、清营 13、理气 9、活络 7、宽胸 6、止痛 5、清热 4、疏经 4、清心 3、调和气血 3、止咳 2、通脉 1、疏调心气 1、缓急 1、调理上焦 1、通调心脉 1、除烦 1、舒筋 1、宽中 1
- 5) 间使：安神 44、化痰 14、宽胸 13、和胃 12、活络 11、开窍 10、养心 9、清热 8、通经 8、解郁 7、理气 7、截疟 4、止呕 4、止痛 4、调经 4、降逆 3、活血 3、补虚 3、驱邪 3、清心 2、壮筋 2、散滞 2、调理肠胃 2、调理心气 1、温胃 1、和营 1、调理上焦 1、调和气血 1、除烦 1、止痉 1、清神志 1、和解 1、益智 1、通畅心络 1、舒筋 1
- 6) 内关：安神 61、和胃 28、理气 23、止痛 22、宽胸 20、降逆 20、止呕 10、活络 7、除烦 6、疏经 6、醒神 5、宁神 5、清热 4、散滞 3、镇痉 3、益心 3、疏肝 2、活血 2、壮筋 2、补虚 2、驱邪 2、调理三焦 1、调神 1、调上焦 1、通调气血 1、利膈 1、平喘 1、化瘀 1、解表 1、通畅心络 1、截疟 1、舒筋 1、疏通三焦 1、清泄三焦与心火 1
- 7) 大陵：安神 44、和胃 25、宽胸 24、清心 20、理气 7、清热 7、活络 7、疏经 7、清营 6、凉血 6、活血 4、除烦 2、舒筋 2、壮筋 2、补虚 2、散邪 2、调和气血 2、醒脑 2、降火 1、通调血脉 1、止痛 1、通窍 1、利咽 1、调上焦 1、利节 1、补益心气 1、止痉 1、降逆 1、调胃肠 1、和营血 1、通畅心络 1、通畅厥阴经气 1、驱邪 1、散滞 1
- 8) 劳宫：清心 29、安神 25、开窍 21、泻热 19、凉血 10、止痒 6、消肿 5、和胃 5、除烦 5、化痰湿 4、养胃阴 4、降逆 2、熄风 2、活血 2、散邪 2、止抽 1、调上焦 1、解表 1、止痛 1、止痉 1、养阴 1、调营 1、泻烦热 1、止呕 1

9) 中冲：开窍 65、泻热 31、清心 24、宁心 7、通络 4、回阳 4、止痛 2、活血 2、散邪 2、通经 2、调和气血 1、泻血 1

1.10 手少阳三焦经腧穴

1) 关冲：清热 38、开窍 33、疏风 8、解表 7、宣达三焦 4、清三焦热 4、利喉舌 3、消肿 3、利舌 3、止痛 3、聪耳 2、活血 2、通络 2、清心 2、镇静 2、通窍 2、清利咽喉 1、缓急 1、解毒 1、解郁 1、回阳 1、清脑 1

2) 液门：清热 18、聪耳 13、明目 13、清头 10、通络 9、散邪 8、止痛 6、疏风 6、疏经 6、清三焦热 5、消肿 4、开窍 3、通利三焦 3、利节 3、调气 2、和解表里 2、祛邪热 2、疏筋 2、利窍 1、清利咽喉 1、通达 1、疏散 1

3) 中渚：清热 29、通络 20、聪耳 20、通经 11、开窍 10、明目 8、散风 8、疏散风热 6、散邪 5、清利头目 5、利咽 4、活气血 4、止痛 3、利窍 3、清三焦热 3、疏筋 3、利节 3、壮筋 2、补虚 2、降火 2、散滞 2、清宣少阳经气 2、疏气 2、调理气机 1、益气 1、解痉 1、除寒 1、活血 1

4) 阳池：清热 22、活络 21、舒筋 16、散风 12、疏调三焦 12、增液 11、利节 5、疏散少阳风火 3、和解表里 3、疏经 3、和解少阳 2、聪耳 2、消渴 2、清三焦热 2、利喉 2、开窍 1、利窍 1、止痛 1、止疟 1、解表 1、调和阴阳 1、解寒 1

5) 外关：清热 33、活络 28、通经 22、解表 19、散风 17、理气 5、聪耳 5、清三焦热 5、消肿 4、止痛 4、祛邪 4、明目 3、解毒 3、舒筋 3、镇惊 3、活血 2、壮筋 2、补虚 2、熄风 2、宣通少阳 2、和解少阳 2、和胃 1、利胁 1

6) 支沟：活络 17、通腑 16、清热 15、清利三焦 15、疏经 13、降逆 12、通便 8、开窍 6、聪耳 6、理气 5、疏利三焦 5、通利胸胁 5、理胞宫 4、利胁 4、通关 3、舒筋 3、除滞 2、润肠 2、壮筋 2、补虚 2、降火 2、清宣少阳 2、调理气机 2、调经筋 1、和解少阳 1、疏胆 1、散风 1、活血 1、散瘀 1、温经 1、散邪 1、消散瘀结 1

7) 会宗：通络 17、清热 14、通经 14、聪耳 10、清三焦火 10、解痉 7、安神 6、疏通少阳 6、解郁 4、清神 1、祛瘀 1、利窍 1、止痛 1、祛痰 1、定喘 1

8) 三阳络：通络 22、开窍 14、止痛 10、清热 9、聪耳 8、清音 6、疏经 5、

- 利咽 5、清泄三焦 4、宣通气血 2、舒筋 2、疏风 2、利窍 2、清脑 1、通关 1、消肿 1
- 9) 四渎：聪耳 20、清利咽喉 15、活络 11、通经 10、清热 7、通窍 6、镇痛 5、开窍 3、宽胸膈 3、清泄三焦 3、清利喉舌 1、宣痹 1、舒筋 1、疏风 1、清脑 1、消肿 1
- 10) 天井：清热 26、化痰 18、通络 16、理气 11、疏风 8、散结 8、利节 7、疏经 7、祛湿 5、聪耳 4、宽胸 3、止血 3、清心 3、舒筋 3、消滞 3、疏通三焦 1、利窍 1、熄风 1、止痛 1、明目 1、清泄风热 1、除寒 1、调营 1、和卫 1、消肿 1、化瘀 1
- 11) 清冷渊：清热 20、止痛 17、通络 15、通经 11、散寒 10、温经 5、疏风 5、利湿 5、舒筋 2、理气 2、退黄 1、利节 1、化瘀 1、清三焦热 1
- 12) 消烁：清热 20、活络 17、通经 14、止痛 9、散风 8、宁神 7、清三焦热 5、清头 3、舒筋 3、止痉 1、散寒 1、清心 1、息风 1、利节 1、化瘀 1、宣通血脉 1
- 13) 臑会：疏经 17、活络 12、利节 12、清热 10、散结 9、理气 7、化痰 6、止痛 3、消肿 3、散瘀 3、软坚 3、舒筋 2、活血 2、疏风 2、散寒 1
- 14) 肩髃：祛风 25、活络 19、除湿 18、通经 16、舒筋 7、止痛 6、利节 6、调理气血 4、活血 3、散寒 3、开窍 1
- 15) 天髃：活络 19、通经 17、祛风 17、除湿 10、解表 8、清热 6、宽胸 4、理气 3、调气血瘀滞 3、止痛 2、利节 2、舒筋 2
- 16) 天牖：清头 12、清热 11、明目 10、利窍 9、活络 8、散风 8、聪耳 5、消痰 4、截疟 4、清三焦郁热 3、祛经络湿邪 3、清脑 3、消肿 3、止痛 2、散结 2、疏经 2、散瘀 2、通关 1
- 17) 翳风：聪耳 32、疏风 27、活络 25、泄热 21、通窍 19、开窍 9、通经 5、止痛 4、疏散风热 3、消肿 2、益络 2、通关 2、消壅 2、明目 2、降逆 1、镇静 1、牵正 1、疏调经筋 1、熄风 1、散结 1、泄血 1、化痰 1
- 18) 瘰脉：通窍 20、清热 19、解痉 15、镇惊 12、聪耳 7、散风 5、熄风 5、止痛 4、通络 4、疏经 2、解毒 2、明目 1、开窍 1、理气 1、清泻三焦 1
- 19) 颅息：镇惊 24、通窍 15、清热 14、散风 12、聪耳 11、熄风 8、止痛 7、

- 开窍 4、通经 3、通络 2、止痉 2、止痢 1、行气 1、活血 1、解毒 1、清泻三焦 1
- 20) 角孙：清热 21、散风 18、消肿 9、明目 8、止痛 7、解毒 5、聪耳 4、清经络郁热 3、散三焦风邪 3、活络 3、清头 3、退翳 2、疏散风火 2、化瘀 2、疏泻三焦 1、利窍 1
- 21) 耳门：聪耳 25、开窍 18、清热 17、通络 7、止痛 6、通气 6、疏邪 6、疏风 6、消肿 5、利窍 3、解毒 2、利牙关 1、舒筋 1、疏通经络 1、通关 1、化瘀 1
- 22) 耳和髎：祛风 19、通络 12、止痛 11、消肿 10、清热 9、聪耳 7、通窍 7、疏经络 4、熄风 3、宁神 2、通关 1、散瘀 1
- 23) 丝竹空：散风 28、明目 23、清热 23、止痛 15、清头 10、镇惊 7、通络 5、利窍 2、调理三焦 2、和解少阳 1、除烦 1、清肝 1、开窍 1、益聪 1、平肝 1、熄风 1、疏滞气 1、沟通经脉 1

1.11 足少阳胆经腧穴

- 1) 瞳子髎：明目 31、清热 19、疏风 19、止痛 18、疏散风热 9、消肿 7、退翳 6、清脑 4、通络 3、散寒 1、平肝 1、熄风 1、利窍 1、清肝 1、清头 1、散瘀 1
- 2) 听会：聪耳 23、开窍 21、清热 16、活络 13、疏风 10、宣窍 9、利胆 7、疏肝 6、疏经 6、行气 5、清泄肝胆 4、通关 4、舒筋 2、止痛 2、健固关节 2、散结 2、利牙关 1、调经筋 1、息风 1、安神 1、清肝 1
- 3) 上关：开窍 21、聪耳 18、散风 16、清热 14、活络 7、安神 6、通关 5、清肝胆热 4、镇痉 3、明目 3、利齿 3、利窍 3、通经 2、利牙关 2、疏通经筋 1、止痛 1、清头 1、解噤 1
- 4) 颌厌：疏风 21、止痛 20、清热 17、镇惊 14、活络 10、镇痉 7、平肝 3、熄风 3、通窍 1、益聪 1、疏经 1、利气 1、清泄肝胆 1、清头目火 1
- 5) 悬颅：散风 22、止痛 19、清热 17、消肿 16、通络 13、疏经 5、镇静 3、熄风 3、明目 3、清头 3、平肝 2、解表 1、散风热 1、化瘀血 1、清泄肝胆 1
- 6) 悬厘：清热 17、散风 17、止痛 14、通络 11、利气 9、消肿 5、通窍 4、疏

- 经 4、镇惊 2、解表 2、散风热 2、清透 1、活血 1、清头目 1、化瘀血 1、清泄肝胆 1
- 7) 曲鬓：清热 17、散风 14、活络 14、止痉 11、消肿 10、熄风 9、通窍 8、止痛 7、开关 4、疏经 3、祛头风 2、利口颊 2、开嚙 2、清胆 1、清头 1、开窍 1
- 8) 率谷：熄风 14、镇惊 13、清热 13、疏风 12、活络 10、止搐 10、快膈 7、和中 6、疏经 6、止痛 5、平肝 4、宽胸 2、止呕 2、清泻肝胆 1、利胆 1、清头 1、消肿 1、除烦 1、降逆 1、开窍 1、化痰 1、通窍 1、聪耳 1、祛风热 1
- 9) 天冲：定惊 33、祛风 16、止痛 10、清热 9、消肿 5、清头 5、清胆热 3、散结 3、通络 1、平肝 1、潜阳 1、息风 1、止痉 1、活血 1、散淤 1
- 10) 浮白：散风 20、活络 11、通经 10、理气 9、散结 7、清头 6、清热 5、解表 4、疏肝 4、利胆 4、清利头目 4、化痰 4、止痛 3、凉血 1、镇静 1、宣肺 1、行瘀 1、清泄胆热 1、软坚 1
- 11) 头窍阴：清热 16、散风 16、聪耳 14、开窍 13、通关 6、理气 5、清头 4、镇痛 4、平肝 3、熄风 3、通窍 3、清泄胆热 3、利咽 3、散结 2、舒筋 1、宣通头窍 1、通络 1、清泄少阳 1、解郁 1
- 12) 完骨：清热 22、散风 22、活络 14、通经 8、止痛 7、宁神 7、通窍 5、清脑 4、熄风 3、平肝 2、明目 2、镇痉 1、清肝 1、利胆 1、消肿 1、镇痫 1、清胆 1、开窍 1、聪耳 1
- 13) 本神：安神 37、清热 13、疏风 12、止痛 11、熄风 7、明目 6、止痉 4、通络 4、清头 4、醒神 3、泻胆火 3、清神 3、平肝 2、清阳 2、潜阳 1、清眩 1、泻胆 1
- 14) 阳白：明目 29、祛风 27、清热 23、益气 12、止痛 6、清头 6、活络 5、通经 3、利胆 2、清肝 2、平肝 1、潜阳 1、降压 1、消肿 1、疏调经筋 1、定神 1、宣气 1
- 15) 头临泣：明目 22、安神 18、散风 13、清头 12、清热 11、宣通鼻窍 7、清脑 5、通络 4、醒神 3、聪耳 2、宽胸 2、通窍 2、清泻肝胆 1、止痛 1、清泄胆热 1、通达 1、疏肝 1、利胆 1、通经 1

- 16) 目窗：明目 26、通络 16、祛风 13、清头 12、熄风 9、清热 8、开窍 5、镇惊 5、通经 5、消肿 4、清脑 4、发散风热 3、利窍 2、止痛 2、聪耳 1
- 17) 正营：活络 15、止痛 14、疏风 14、清热 8、醒脑 5、疏经 5、熄风 4、清头 4、明目 4、清胆热 3、利口齿 2、平肝 2、清心 2、降逆 2、利窍 2、止呕 2、通关 1、清脑 1、疏调肝胆 1
- 18) 承灵：散风 19、清热 17、利鼻 10、通窍 9、活络 9、止痛 4、泻胆 3、醒脑 3、清头 3、明目 3、宣肺 2、清脑 2、止咳 1、平喘 1、疏散风热 1、疏通经络 1
- 19) 脑空：疏风 18、清热 12、通窍 12、开窍 9、清脑 9、安神 7、止痛 5、活络 5、祛头风 2、通鼻窍 2、调理气血 2、明目 2、清胆 1、行气 1、活血 1、熄风 1、聪耳 1、解表 1
- 20) 风池：祛风 35、开窍 30、明目 29、解表 19、清热 16、清头 13、通经 11、利窍 11、聪耳 10、活络 9、通官 8、活血 5、熄风 5、平肝 3、解毒 3、健脑 3、安神 3、补虚 3、散寒 2、壮筋 2、潜阳 2、舒筋 2、驱邪 2、利鼻 1、定眩 1、利咽 1、清脑 1、安眠 1、调和营卫 1
- 21) 肩井：活络 28、通经 21、豁痰 19、理气 16、开窍 8、止痛 7、散结 7、清热 6、通乳 6、降逆 5、祛风 5、催产 4、开郁 3、补虚 2、舒筋 2、活血 2、利肩臂 1、消肿 1、调经筋 1、调经 1、开胸 1、平冲 1、祛湿 1、调气 1
- 22) 渊腋：理气 19、宽胸 10、止痛 8、活络 8、疏经 8、活血 6、化痰 5、行瘀 5、散结 4、清热 4、舒筋 3、和胸胁 3、消肿 2、降逆 2、消滞 1
- 23) 辄筋：降逆 16、平喘 16、和胃 14、理气 14、疏肝 13、宽胸 8、止痛 7、活血 6、活络 5、疏经 3、利胆 2、散瘀 1、消滞 1
- 24) 日月：利胆 29、疏肝 24、降逆 20、和中 20、化湿 8、理气 5、止痛 4、调理肠胃 3、开郁 1、通络 1、健脾 1、清利湿热 1、醒脑 1、明目 1、止呕 1、化瘀 1
- 25) 京门：利水 19、益肾 11、温肾 11、化气 10、和胃 8、健脾 7、活络 7、通调水道 4、健腰 4、止痛 3、疏经 3、通淋 2、舒筋 2、疏肝 2、理气 2、清热 2、止恐 2、调肠 2、利湿 2、消胀 1、调理下焦 1、温阳 1、壮阳 1、通肾 1、化瘀 1、疏调肝胆 1

- 26) 带脉：调经 26、止带 24、清热 18、利湿 18、通经 8、活络 7、调理下焦 4、健脾 3、补肝肾 2、补肾 2、调带脉 1、利腰腹 1、温阳 1、止痛 1、强腰 1、清下焦热 1、调气血 1、理气 1、调中 1、疏肝胆 1、调营血 1、温补下焦 1
- 27) 五枢：调经 16、益肾 9、调理下焦 9、强腰 8、止带 8、疏肝 5、疏经 5、调补肝肾 4、理气 3、止痛 3、清热 3、活络 3、调带脉 2、活血 2、利湿 2、清肝 1、益肝 1、疏风 1、通腑气 1、温补下焦 1
- 28) 维道：调经 9、调理冲任 8、止带 7、束调带脉 7、调理下焦 6、利水 5、理肠 5、止痛 4、化滞 3、通络 3、通利水道 2、宣痹 2、疏调气机 2、温补下焦 2、和胃 2、通便 2、疏经 2、活血 1、健脾 1、消肿 1、清理下焦 1、理气血 1、固冲 1、疏肝 1、温阳 1、利湿 1
- 29) 居髎：活络 22、舒筋 17、通经 12、强腰 11、利湿 11、益肾 7、祛风 7、利节 5、利膀胱 4、清热 4、健腿 4、止痛 2、疏肝 2、理气 2、强健腰脊 2、调经 2、利腰髋 1、散寒 1、养血 1、强腰膝 1、调理下焦 1、止带 1、利胆 1、健脾 1
- 30) 环跳：祛风 31、活络 28、通经 26、除湿 22、散寒 13、舒筋 9、强腰 8、健利腰腿 7、利节 6、益肾 5、驱邪 5、止痛 3、利髋 3、散滞 3、温经 3、补益虚损 2、活血 2、理气 1、除痹 1、强腰膝 1、调理下焦 1、回阳 1、固脱 1、消散郁热 1
- 31) 风市：祛风 30、活络 28、除湿 23、通经 21、散寒 9、强筋 9、壮骨 7、舒筋 2、活血 2、调和气血 2、行滞 2、驱邪 2、利腿足 1、利腰腿 1、调下焦 1、补虚 1、止痛 1、清热 1、消散局部郁热 1、温经 1、除痹 1、止痒 1
- 32) 中渎：活络 24、祛风 21、疏经 12、祛湿 12、散寒 11、舒筋 9、利腿足 1、利腰腿 1、调下焦 1、温经 1
- 33) 膝阳关：舒筋 18、疏风 17、散寒 16、利节 12、活络 10、化湿 7、活血 6、通经 5、止痛 2、利膝 1、降逆 1、利腰腿 1、调下焦 1、清热 1、温经 1
- 34) 阳陵泉：舒筋 29、疏肝 29、利胆 26、活络 20、利湿 16、泄热 16、利节 12、清胆 5、清利肝胆 5、强健腰膝 4、通经 4、壮筋 4、壮骨 3、止痛 2、降逆 2、熄风 2、补虚 2、镇惊 2、健膝 1、解郁 1、和胃 1、退黄 1、利腰腿 1、调下焦 1、镇痉 1、和解少阳 1、祛风 1、通畅、清宣少阳经气 1、祛

- 痰 1、行气血 1、展劲 1
- 35) 阳交：安神 34、疏肝 16、活络 14、利胆 11、通经 10、舒筋 7、温胆 4、活血 4、理气 3、镇痉 3、利腿足 1、清热 1、利腰腿 1、调下焦 1、息风 1、消肿 1、疏散 1、祛风 1、利节 1、解毒 1、化痰 1
- 36) 外丘：疏肝 22、活络 21、理气 13、通经 13、解毒 9、利胆 8、清热 5、安神 3、镇痉 2、活血 2、清肝 2、利腿足 1、清利肝胆 1、利腰腿 1、调下焦 1、镇惊痫 1、止痛 1、宽胸 1、舒筋 1、利湿 1、祛风 1、化痰 1
- 37) 光明：明目 31、活络 25、通经 15、清肝 13、祛风 10、利湿 7、疏肝 5、止痛 4、益肝 3、清热 3、回乳 1、消胀 1、通窍 1、利腰腿 1、调下焦 1、舒筋 1、理气 1、醒脑 1、通郁 1、利胆 1、滋益肝阴 1、清胆 1、引火 1、下降 1、调肝 1
- 38) 阳辅：活络 26、通经 19、清热 12、散风 11、疏肝 8、理气 8、清肝 8、泻胆火 7、舒筋 5、止痛 4、利胆 4、胜湿 3、利筋骨 1、利腰腿 1、调下焦 1、解郁 1、强筋 1
- 39) 悬钟：活络 25、通经 20、壮骨 14、祛风 13、利湿 12、益髓 10、强筋 9、清髓热 8、舒筋 7、理气 6、泄胆火 6、清热 6、止痛 5、疏肝 5、益肾 3、利筋骨 3、生血 2、熄风 2、泻胆逆 2、通畅少阳经气 2、通便 2、驱邪 2、散滞 2、填精 2、补益肝肾 1、镇静 1、滋阴 1、通脉 1、利腰腿 1、调下焦 1、利胆 1、平肝 1、散寒 1、壮腰 1、健膝 1、健脑 1、濡阳营络 1、降气逆 1、清肝胆热 1
- 40) 丘墟：活络 17、疏肝 17、通经 14、利胆 14、利节 12、止痛 7、舒筋 7、泄热 7、理气 5、清肝胆热 5、消肿 4、化痰 4、清肝胆湿热 4、补虚 3、明目 2、开郁 2、祛风 2、壮筋 2、宽胸 2、祛邪 2、通利少阳 2、行滞 2、舒胁 2、清胆热 2、疏通经筋 1、利腰腿 1、调下焦 1、清暑 1、凉血 1、解毒 1、醒脑 1、安神 1、健脾 1、清宣少阳经气 1、泄血 1、消散郁热 1、宣导气血 1、调和阴阳 1
- 41) 足临泣：明目 20、疏肝 19、通经 13、清头 12、熄风 11、泻火 11、活络 10、利胆 9、化痰 6、利胸胁 5、益聪 5、解郁 4、理气 4、散结 4、止痛 3、平肝 3、消肿 3、清肝 2、清肝胆热 2、疏调带脉 2、祛风 1、清泻肝胆 1、调

下焦 1

- 42) 地五会：活络 15、通经 14、清肝 12、利胆 10、清泻胆热 9、疏肝 8、消肿 8、清热 7、明目 4、化湿 4、疏风 4、疏筋络 3、聪耳 3、止痛 3、利胸胁 1、消乳肿 1、理气 1、舒筋 1、调下焦 1、清利肝胆 1、清利头目 1、活血 1、开窍 1
- 43) 侠溪：清热 18、消肿 14、止痛 14、熄风 14、明目 7、清头 7、疏利胸胁 7、开窍 6、疏经 5、活络 5、定惊、清肝胆热 4、疏肝 3、祛风 3、平肝 2、清肿痛 2、通窍 2、清胆 1、理气 1、调下焦 1、清肝 1、泻胆 1、祛湿热 1
- 44) 足窍阴：清热 24、开窍 15、清胆 10、明目 9、熄风 9、通经 8、利胁 7、活络 7、通窍 6、清头 5、聪耳 4、疏肝气 4、解郁 4、清肝胆热 3、止痛 2、平肝 2、除烦 1、调神 1、调下焦 1、泻肝 1、引气下行 1、清上焦火 1

1.12 足厥阴肝经腧穴

- 1) 大敦：醒神 25、理气 17、调经 13、疏肝 12、解痉 11、清热 9、宁神 8、调血 7、调理下焦 6、回阳 4、止淋 3、止崩 3、疏调肝肾 3、止痛 2、固冲 2、利湿 2、升阳下陷 2、熄风 2、暖肝 1、温下元 1、疏通子宫(精宫) 1、固摄胞宫 1、调理冲任 1、益气 1、固脱 1、通淋 1、调补肝肾 1、疏泄厥气 1、降逆 1、祛寒 1、除疝气 1
- 2) 行间：熄风 21、安神 18、清肝 16、清热 15、疏肝 14、理气 13、凉血 10、平肝 8、调经 8、潜阳 5、清下焦 4、固冲 3、活络 3、调理下焦 3、止血 2、利胆 2、活血 2、和血 2、止痛 2、清泄肝胆 2、镇痉 1、宣通经气 1、清利下焦 1、调理肝肾 1、通以 1、明目 1、宣通厥阴经气 1
- 3) 太冲：熄风 25、平肝 25、理气 15、疏肝 14、镇惊 14、泄热 14、化湿 12、理血 10、清头目 8、调经 7、清泻肝火 6、健脾 5、解郁 5、活络 5、调血 4、潜阳 4、调理下焦 3、调肝 2、利胆 2、养血 2、散寒 2、醒脑 2、止痛 2、温肝 2、固崩 1、止带 1、和胃 1、疏通经脉 1、祛瘀 1、调肾 1、固冲 1、养肝血 1、通畅厥阴经气 1、降火 1、散满 1、消肿 1
- 4) 中封：疏肝 16、理气 10、健脾 9、清肝胆热 8、利湿 7、活络 7、清热 6、通利下焦 6、消疝 5、通经 5、利下焦湿 4、利胆 3、清肝经郁热 3、舒筋 3、清肝 2、退黄 2、消肿 2、清利下焦 2、理下焦 2、散结聚 2、止痛 1、利腰

- 腿 1、活血 1、利水 1、通淋 1、固摄精关 1
- 5) 蠡沟：疏肝 27、理气 24、调经 18、清热 16、利湿 16、止带 9、消肿 5、益肝 3、通络 3、利胆 2、通经 2、清肝 1、滋养肝血 1、止痒 1、利腰腿 1、调下焦 1、活血 1、固崩 1、祛寒 1、止疝 1、清利下焦 1
- 6) 中都：理气 21、疏肝 17、止痛 14、调经 9、益肝 7、活血 7、藏血 5、清热 5、通络 5、利湿 3、消肿 3、益肾 3、止血 2、凉血 2、调下焦 2、通经 2、健脾 2、调肝 1、利腰腿 1、益气 1、调中 1、固冲 1、止崩 1、化瘀 1、解毒 1
- 7) 膝关：除湿 21、利节 19、祛风 18、通经 9、消肿 7、散寒 7、舒筋 6、活络 5、温经 4、止痛 2、利腰腿 1、调下焦 1、利膝关 1、散瘀 1、除痹 1、清热 1、调和气血 1
- 8) 曲泉：利湿 25、清热 21、活络 12、疏肝 9、理气 9、舒筋 9、活血 8、补肝 8、益肾 7、舒经 5、散寒 5、解郁 4、通调前阴 4、调利下焦 4、调经 3、利膀胱 3、利节 3、止带 2、止痛 2、清肝 1、凉血 1、养血 1、利腰腿 1、平肝 1、潜阳 1、固肾 1、益精 1、濡筋 1
- 9) 阴包：调经 13、清热 12、利湿 11、疏肝 9、疏理下焦 7、益肾 6、通调前阴 4、健腰 4、活血 3、补益肝肾 3、通经 3、通络 3、理气 2、止痛 1、利腰腿 1、清利下焦 1、固摄膀胱 1
- 10) 足五里：清热 15、利湿 14、利下焦 8、理气 8、通调前阴 6、清肝 5、清下焦 5、疏肝 5、健脾 4、舒筋脉 3、除胀满 2、通经 2、活络 2、止痛 1、通淋 1、固脬 1、止遗 1、活血 1
- 11) 阴廉：调经 16、舒筋 10、活络 8、种子 7、通经 6、通调下焦 6、活血 4、疏肝 4、调肝血 3、益胞宫 3、止痛 3、理气 3、调营血 2、清热 2、利湿 2、止带 2、利腰腿 1、调补肝肾 1、调理冲脉与任脉之气 1
- 12) 急脉：理气 16、疏肝 14、止痛 13、利湿 6、导疝 5、调肝 4、通络 4、散寒 4、调经气 4、清热 3、理下焦 3、祛虚寒 2、调补肝肾 2、通经络 2、消肿 1、温经 1
- 13) 章门：健脾 32、疏肝 29、和胃 13、利胆 11、消滞 10、理气 9、化积 8、利湿 7、降逆 6、平喘 6、活血 6、消胀 6、化瘀 5、调五脏 4、散结 4、清

热 3、活络 2、消痞 2、益胃 2、调和肝脾 2、舒筋 2、和血 1、调理下焦 1、疏通经络 1、温健脾土 1、温养五脏 1、破症瘕 1

14) 期门：疏肝 34、理气 27、健脾 21、活血 17、和胃 14、化痰 12、消积 6、利胆 5、化痰 4、降逆 4、活络 4、和脾 4、止痛 3、通经 3、解郁 3、清热 3、散滞 3、清肝 2、散结 1、解表 1、散邪 1、调理中焦 1、平肝 1、潜阳 1、开胸 1、清血室热 1、调和肝胃 1、消胀 1

1.13 督脉经穴

- 1) 长强：清热 28、宁神 15、开窍 13、消肿 8、明目 7、通窍 7、止痛 6、镇痉 5、通利鼻窍 5、通络 4、宣肺 3、解毒 3、通经 2、利湿 2、通任督 1、活血 1、清心 1、化痰 1
- 2) 腰俞：利湿 14、清热 12、调经 11、强腰膝 7、通络 7、通经脉 6、补肾 6、驱风湿 5、散寒 4、强筋 4、健骨 4、培补下焦 3、温下焦 3、温下元 3、调下焦 3、舒筋 2、活血 2、理气 2、疏理下焦 2、壮腰 2、止痛 1、利腰骶 1、通便 1、消痔 1、沟通经气 1
- 3) 腰阳关：祛寒 15、补肾 14、除湿 13、壮腰 8、强腰膝 7、活络 6、舒筋 5、调血室 4、固精宫 4、调经 4、强壮腰脊 4、温阳 4、温肾 4、利节 3、温通 1、强筋 1、健骨 1、利腰腿 1、调下焦 1、调理冲任 1、温经 1、调和气血 1、固肾精 1、补益经气 1
- 4) 命门：补肾 47、壮阳 21、固精 14、疏经 11、强健腰膝 10、止带 9、调气 9、温肾 9、舒筋 5、祛邪 5、活络 4、安神 4、散滞 3、镇痉 3、通利腰脊 3、调经 2、益气 2、固脱 2、通畅督脉经气 2、强肾腰脊 1、利腰膝 1、调下焦 1、止泻 1、调畅气血 1、燠火暖土 1、清热 1、调理冲任 1、理肠 1、益脾 1、壮腰 1、补虚 1、温阳散寒以消阴霾 1、引火归原 1、调和阴阳 1
- 5) 悬枢：健脾 13、强腰 9、益肾 7、理肠 6、温肾 5、助阳 5、强壮腰脊 5、固脱 4、健脾胃 3、涩肠 3、健膝 2、理气 2、舒筋 2、活络 2、调理脾胃 2、温补脾肾 2、健脊 2、利腰 2、调下焦 1、消积 1、调理肠胃 1、疏调三焦 1
- 6) 脊中：健脾 21、利湿 17、益肾 10、镇痉 10、宁神 8、强脊 7、固脱 6、温中 2、调理肠胃 2、强腰 2、温肾 2、健膝 1、疏风 1、通络 1、升阳 1、益气 1、温补脾肾 1、调理督脉 1、调理中焦及下焦 1

- 7) 中枢：健脾 14、止痛 13、和胃 12、补肾 12、强腰 10、利湿 8、清热 8、温中 3、温肾 3、理气 3、舒筋 2、活络 2、强脊 2、通督 1、调理中焦及下焦 1、理肠 1
- 8) 筋缩：镇惊 18、熄风 15、止痉 14、健脾 9、和胃 9、舒筋 8、醒脑 7、缓急 6、通络 6、平肝 5、强腰脊 5、止痛 3、壮阳 2、疏经 2、止搐 1、清风 1、降逆 1
- 9) 至阳：健脾 16、利湿 14、宽胸 14、清热 12、宣肺 11、和胃 11、利胆 8、退黄 8、利膈 8、止咳 8、理气 7、活络 6、通经 5、疏肝 3、利膈 1、降逆 1、化痰 1、疏利少阳经气 1、温通胸阳 1
- 10) 灵台：清热 26、解毒 14、止咳 11、宣肺 10、平喘 9、通络 8、化湿 4、解表 3、开窍 2、疏风 2、安神 2、清心 1、温通心阳 1、强腰 1、疏肝 1、调理中焦及上焦 1、清肺 1、散寒 1、散结 1、化痰 1
- 11) 神道：安神 44、清热 17、通络 8、止痛 7、熄风 7、平喘 5、镇痉 5、养心 5、散风 4、理气 2、调理上焦 1、宽胸 1、舒筋 1、化痰 1
- 12) 身柱：宁神 29、宣肺 20、清热 15、止咳 11、祛风 11、清心 7、镇痉 6、平喘 4、降逆 3、止痛 3、祛邪 2、通督 1、解毒 1、止呕 1、行气 1、益肾 1、强腰 1、利项背 1、调上焦 1、通络 1、扶正 1、益气 1
- 13) 陶道：安神 24、清热 23、解表 19、截疟 10、镇痉 6、祛风 4、滋阴 3、助阳 3、补虚 2、止痛 1、宣肺 1、熄风 1、祛邪 1、调上焦 1、利项背 1、和解表里 1、通调督脉 1
- 14) 大椎：清热 36、解表 30、宁神 23、通阳 19、疏风 15、截疟 10、止痛 8、理气 8、散寒 6、益气 5、肃肺 5、通督 5、止痉 5、祛邪 5、解毒 4、清心 4、活络 4、醒脑 4、养血 3、止痢 2、熄风 2、起痿 2、固表 2、扶正 2、调理上焦 1、疏经 1、疏内 1、宣肺 1、定喘 1、降逆 1、除蒸 1、温阳 1、升阳 1、通阳 1、清脑 1、除湿 1、调和营卫 1
- 15) 哑门：开窍 50、通络 15、通窍 13、开暗 12、宁志 12、疏风 11、熄风 10、通利机关 6、止痉 5、清心 4、通经 4、利咽 2、散滞 2、通督 2、益脑 2、祛邪 2、清热 2、化痰 1
- 16) 风府：开窍 42、散风 29、通关 15、清热 15、安神 12、熄风 11、清心 7、

- 利窍 3、通络 2、解表 1、驱邪 1、化痰 1
- 17) 脑户：开窍 17、镇痉 12、清热 11、散风 10、安神 10、利窍 9、清头 9、明目 8、熄风 7、平肝 4、通络 2、止痛 2、潜阳 1、益脑 1
- 18) 强间：安神 30、熄风 13、平肝 9、止痛 9、通络 6、散风 6、舒筋 4、醒神 4、清头 4、清热 3、清利头目 3、除烦 1、止呕 1、行气 1、化痰 1、清心 1、益脑 1
- 19) 后顶：安神 32、止痛 11、散风 10、熄风 8、醒脑 7、清头 7、通络 6、潜阳 5、镇痉 5、平肝 4、明目 4、清热 3、舒筋 2、利窍 1、健脑 1、解表 1、除烦 1、通经 1、疏调督脉 1
- 20) 百会：开窍 49、升阳 31、安神 28、熄风 24、固脱 23、平肝 14、益气 11、清热 11、活血 6、回阳 5、散邪 4、散风 4、清头 3、健脑 3、通络 3、举陷 3、温阳 2、潜阳 2、通督 2、解痉 2、祛瘀 2、止痛 1、调补中气 1、温散风寒 1、温通鼻窍 1
- 21) 前顶：安神 13、散风 10、醒脑 10、熄风 9、清热 8、镇痉 7、清利头目 6、健脑 5、潜阳 5、平肝 4、清头 4、通络 3、利窍 3、活血 1、化痰 1、止痛 1、滋阴 1、疏调督脉 1
- 22) 囟会：开窍 20、镇惊 18、清热 14、熄风 11、散风 10、清头 6、消肿 4、平肝 3、通络 2、通利鼻窍 2、利窍 2、止痛 1、宣肺 1、行气 1、活血 1、疏调督脉 1、清利头目 1
- 23) 上星：清热 16、宁神 15、散风 13、明目 13、通窍 12、通鼻 11、清头 8、熄风 6、清肝 4、醒脑 4、通便 3、利机关 3、凉血 1、止血 1、通络 1、宣肺 1、镇痉 1、疏通经络 1、疏通血脉 1
- 24) 神庭：安神 44、清头 13、通窍 12、明目 10、散风 8、醒脑 5、降逆 5、平喘 4、平肝 4、清热 4、熄风 2、镇痉 2、通络 1、清肝 1、宣肺 1、止呕 1
- 25) 素髻：苏厥 39、清热 20、通鼻 12、通窍 8、宣肺 7、回阳 6、消肿 4、化痰瘀 3、安神 1、祛痰 1、平喘 1、兴奋 1
- 26) 水沟：开窍 85、清热 20、止痛 13、祛风 10、熄风 8、回阳 8、宁神 8、活络 7、化痰 5、通督 4、通经 4、通调面络 2、通窍 2、疏利腰脊 1、镇痉 1、利腰 1、理气 1、益血 1、

- 27) 兑端：开窍 20、定惊 15、清热 13、止痛 11、清泻胃热 7、生津 6、止渴 6、散风 4、养胃阴 3、泻胃 1、通络 1、利窍 1、熄风 1、利湿 1、疏调经络 1
- 28) 龈交：清热 28、宁神 15、开窍 13、消肿 8、明目 7、通窍 7、止痛 6、镇痉 5、通利鼻窍 5、通络 4、宣肺 3、解毒 3、通经 2、利湿 2、通任督 1、活血 1、清心 1、化瘀 1

1.14 任脉经穴

- 1) 会阴：通络 24、祛风 21、生津 13、消肿 10、敛液 9、定志 9、舒筋 8、止痛 7、清热 6、开窍 6、通调任督 4、通经 2、解表 1、舒调经筋 1
- 2) 曲骨：调经 19、止带 12、利尿 12、补肾 11、清热 9、温阳 6、利湿 6、温补肾阳 5、止痛 4、通利下焦 3、通经 2、利肾 1、固精 1、滋阴 1、调理任脉 1、清利下焦 1、调理冲任 1、疏通子宫(精宫) 1
- 3) 中极：调经 25、补肾 19、温阳 18、通利膀胱 14、止带 12、清热 10、利湿 10、行水 10、调理下焦 10、温肾 9、化气 6、通调冲任 3、活血 3、暖宫 2、固摄下元 2、清利膀胱 2、通经 2、通阳 1、散寒 1、止痛 1、和阴 1、益气 1、温经 1、散结 1、祛瘀 1、和血 1、利尿 1、缩尿 1、补益冲任 1、约束膀胱 1、清下焦湿热 1、化胞宫之
- 4) 关元：培元 41、回阳 25、温肾 14、通调冲任 11、理气 10、补气 8、除寒 8、固精 7、清热 7、固脱 6、利湿 6、导赤 4、通淋 4、调经 4、和血 4、行血 4、止带 3、益精 3、强身 3、扶正 2、温经 2、散邪 2、补益下焦 2、通经 2、消积 2、散滞 2、散结 2、固肾 2、滋阴 1、救逆 1、固摄 1、分清 1、泌浊 1、止痛 1、利尿 1、温脾阳 1、暖胞宫 1、调补肝肾 1、调理肠道 1、神气回阳 1、调理下焦 1、调畅任脉 1、调补冲任 1、温养冲任 1
- 5) 石门：补肾 13、调经 13、止带 12、温肾 9、壮阳 7、理气 6、清利下焦 6、健脾 6、止痛 4、通利水道 4、清热 4、利湿 4、益精 2、散寒 2、调理下焦 2、理肠 2、通利三焦 2、利水 1、和阴 1、益气 1、和血 1、滋肾 1、疏调任脉 1、疏调肝肾 1、调理三焦气化 1、清利下焦湿热 1
- 6) 气海：益肾 28、补气 24、固精 15、理气 11、升阳 11、温阳 9、调经 7、利水 5、温肾 5、散滞 4、和血 4、散寒 4、利湿 3、调理冲任 2、调理下焦 2、固元 2、固脱 1、固经 1、固摄 1、救逆 1、止痛 1、通淋 1、止带 1、通经

- 1、散瘀 1、化浊 1、强壮 1、补中 1、清热 1、驱邪 1、补益脏真 1、固元气 1、利下焦 1、补养精宫 1、疏导任脉 1、调补冲任 1、温补脾肾 1
- 7) 阴交：调经 19、清热 9、利湿 9、温肾 9、补肾 6、利水 5、固带 5、消肿 4、固冲 4、调理冲任 4、益精 2、理气 2、益气 1、活血 1、通淋 1、通达 1、疏散 1、平逆 1、止冲 1、温补下焦 1、调理中焦及下焦 1
- 8) 神阙：救逆 25、回阳 25、固脱 21、培元 9、利水 9、温通元阳 7、调理肠胃 7、理气 5、固本 4、补益脾胃 4、和肠 4、温中 4、散寒 4、消积滞 3、和胃 2、健脾 2、调理脾胃 2、通腑 2、涩肠 1、止泻 1、复脉 1、止痛 1、导滞 1、消胀 1、散结 1、消肿 1、温通血脉 1、调理中焦及下焦 1
- 9) 水分：利水 24、健脾 18、利湿 15、和中 10、理气 9、通调水道 8、止痛 5、消肿 4、调理中焦 2、止泻 1、调肠 1、消积 1
- 10) 下脘：和胃 28、健脾 20、化滞 20、消积 18、理气 10、降逆 6、散寒 5、温胃 5、止呕 4、散结 3、理肠 3、化湿 1、止痛 1、清热 1、祛邪 1、调理中焦 1、疏通任脉 1、温通肠腑 1、清胃肠热 1
- 11) 建里：和胃 25、健脾 22、消积 18、化湿 9、降逆 8、利水 7、化滞 7、理气 6、运脾 2、强胃 1、化痰 1、调理中焦 1、调理肠胃 1
- 12) 中脘：和胃 31、健脾 29、化湿 18、降逆 17、化滞 13、理气 10、调理中焦 9、温中 8、消食 8、止痛 7、通降腑气 7、益胃 6、散邪 4、暖胃 3、安神 3、升清 2、清胃 2、散寒 1、利水 1、祛痰 1、温阳 1、升阳 1、益气 1、活血 1、清热 1、助运化 1、疏导任脉 1、温通腑气 1
- 13) 上脘：降逆 24、和胃 20、宁神 18、健脾 14、化痰 11、理气 10、止呕 8、化湿 8、益胃 5、疏肝 4、调理脾胃 4、利膈 4、宽胸 3、消积 3、温胃 2、软坚 2、祛邪 2、清热 2、益气 1、进食 1、散寒 1、止痛 1、解郁 1、导滞 1、清胃 1、温阳 1、舒畅任脉 1、通利气血 1
- 14) 巨阙：宁心 40、和胃 23、宽胸 18、化痰 15、降逆 15、理气 11、清心 7、止痛 4、化滞 3、止呕 1、通调血脉 1、调理中焦 1
- 15) 鸠尾：宁神 31、宽胸 21、降逆 17、和胃 15、化痰 13、清热 7、利膈 7、清心 5、定喘 5、熄风 4、理气 2、祛风 2、醒神 2、通调任督 2、止痛 1、活络 1、调理中焦 1

- 16) 中庭：宽胸 26、理气 25、降逆 24、止呕 14、和胃 6、消胀 3、利膈 2、消肿 1、疏散 1、通达 1、调理上焦及中焦 1
- 17) 膻中：理气 34、宽胸 29、降逆 14、化痰 10、止咳 9、平喘 9、利膈 9、宣肺 8、生津 8、通络 5、安神 5、止痛 4、清肺 3、活血 3、通乳 3、补益宗气 2、止呕 1、清热 1、温阳 1、益气 1、散寒 1、温通脉络 1、调理上焦 1、调畅任脉 1
- 18) 玉堂：宽胸 20、理气 18、止咳 16、平喘 9、利咽 7、止痛 6、降逆 5、止呕 5、清肺 3、宣肺 2、通络 2、化痰 2、调理上焦 1
- 19) 紫宫：宽胸 21、止咳 19、理气 16、利咽 12、平喘 9、清肺 6、降逆 4、宣肺 3、化痰 3、通络 2、利膈 1、补肾 1、纳气 1、止呕 1、调理上焦 1
- 20) 华盖：宽胸 21、止咳 17、清肺 13、利膈 12、平喘 9、理气 9、利咽 5、宣肺 4、化痰 3、降逆 2、调上焦 1、调理宗气 1
- 21) 璇玑：宽胸 20、止咳 19、利咽 13、理气 12、平喘 10、利肺 9、清肺 4、降逆 3、消积 3、解痉 1、清热 1、除壅 1、调上焦 1、宣通肺气 1
- 22) 天突：化痰 25、宣肺 25、止咳 21、利咽 21、降逆 13、平喘 11、理气 10、散结 6、宽胸 6、清音 6、清热 4、降气 4、清肺 2、收敛肺气 2、止呕 2、养阴 1、滋肾 1、降火 1、利湿 1、温降痰浊 1、通利肺胃 1、通利气道 1、疏通经络 1
- 23) 廉泉：利咽 32、舒舌 23、清火 14、除痰 11、开窍 9、止痛 6、消肿 5、通窍 5、理气 5、增液 4、消散壅肿 4、补益舌本 2、降逆 2、疏导经络 2、开暗 1、通关 1、止咳 1、平喘 1、消食 1、消滞 1、祛风 1、通耳窍 1、通利咽膈 1、调畅气血 1
- 24) 承浆：通络 24、祛风 21、生津 13、消肿 10、敛液 9、定志 9、舒筋 8、止痛 7、清热 6、开窍 6、通调任督 4、通经 2、解表 1、舒调经筋 1

1.15 经外奇穴

- 1) 四神聪：安神 17、开窍 13、明目 9、聪耳 5、通络 4、清头 4、益智 2、疏风 1、疏通经络 1、解痉 1、止痛 1
- 2) 当阳：祛风 9、明目 8、醒神 5、定志 5、通络 4、清热 2、祛邪 1、清头 1、活血 1、通窍 1、通关 1

- 3) 印堂：清热 14、疏风 14、镇惊 13、安神 9、明目 7、通鼻 6、镇痉 4、醒神 4、解毒 3、通窍 3、止痛 2、活络 2、清头 2、活血 1、消肿 1、疏通经络 1、调和气血 1、健脑 1、补虚 1、熄风 1、宣肺 1
- 4) 鱼腰：明目 16、通络 12、止痛 8、疏风 7、清热 6、消肿 4、清头 3、舒筋 2、清肝 2、调心律 1、退翳 1、解毒 1、利窍 1、熄风 1、醒神 1、解痉 1、疏通经络 1
- 5) 太阳：清热 21、止痛 15、疏风 14、明目 10、通络 10、清头 4、消肿 4、解痉 4、舒筋 2、壮筋 2、补虚 2、祛瘀 2、散邪 1、泄血 1
- 6) 耳尖：清热 16、明目 10、消肿 6、利咽 5、解毒 3、散风 3、通络 2、止痛 2、凉血 1、疏通经络 1
- 7) 球后：明目 15、通络 7、清热 6、止痛 5、退翳 4、活血 2、清利头目 1、益脑 1、祛风 1、利窍 1、清肝 1
- 8) 上迎香：清热 11、散风 8、通鼻 8、通窍 4、通络 4、止痛 4、明目 3、清肺热 1、解毒 1、清利鼻窍 1
- 9) 内迎香：清热 11、醒神 6、通鼻 6、明目 4、通窍 4、消肿 3、散风 3、解毒 1、解表 1
- 10) 聚泉：开窍 5、散风 5、祛邪 5、清热 4、平喘 3、止咳 2、活络 2、利窍 2、利小便 1、平肺 1、通经 1、通关 1、利气机 1、生津液 1
- 11) 海泉：生津 5、开窍 5、清热 5、止渴 4、祛邪 4、降逆 3、利舌 3、止呕 2、消肿 2、通络 1、解毒 1
- 12) 金津、玉液：清热 14、开窍 7、解毒 6、消肿 5、利舌 4、清心 3、降逆 3、调气机 2、祛邪 2、舒筋 1、洪音 1、通络 1、去黄 1
- 13) 翳明：安神 15、明目 13、聪耳 4、熄风 3、退翳 3、疏风 2、利窍 1、潜阳 1、活血 1
- 14) 颈百劳：止咳 10、平喘 7、化痰 6、滋阴 4、通络 4、清热 3、消块 3、通经 3、散结 3、舒筋 2、清肺 2、补肺 2、润肺 1、安神 1、消肿 1、除劳 1、清虚热 1
- 15) 子宫：调经 15、举陷 7、理气 6、理血 6、止痛 4、暖宫 3、种子 2、调理冲任 2、补肾 2、散寒 1、调理下焦气机 1、化血 1、止带 1、培补中气 1、

- 固摄胞宫 1、温补下元 1、固经 1、止漏 1、启闭 1
- 16) 定喘：平喘 17、止咳 16、宣肺 10、理气 4、活络 4、止痛 3、舒筋 2、通宣 2、祛风 1、清热 1、通经 1、降肺 1、化痰 1
- 17) 夹脊：调理脏腑 12、通利关节 7、活络 4、通经 3、调理气血 3、通降腑气 2、舒筋 2、理气 1、止痛 1、调合三焦 1、调阴阳 1
- 18) 胃脘下俞：理气 8、和胃 6、止痛 6、生津 6、化痰 4、止渴 2、降逆 2、健脾 2、运化 1、润胃 1、清气 1、升津 1、润燥 1
- 19) 痞根：消痞 12、行气 10、导滞 6、散积 4、化痰 4、活血 2、软坚 2、消胀 1、化痰 1、散结 1、止痛 1、通调肠胃 1
- 20) 下极俞：益肾 5、健脾 4、祛湿 3、强腰 2、活络 2、清肠 1、理气 1、疏经 1、固下焦 1、理下焦 1、利关节 1、通利小便 1
- 21) 腰眼：益肾 12、壮腰 8、除瘀 3、活血 2、通络 2、扶正 2、补肺 1、益气 1、止咳 1、平喘 1、祛邪 1、养阴 1、润肺 1、利腰肾 1
- 22) 十七椎：益肾 9、通络 6、利尿 4、止痛 4、调经 3、疏经 3、壮腰 2、调理冲任 2、祛风 1、行气 1、舒筋 1、利腰膝 1、理胞宫 1
- 23) 腰奇：安神 12、镇痉 4、止痢 4、通便 4、熄风 4、祛痰 4、止痛 2、清热 1、利窍 1、清神志 1
- 24) 肘尖：解毒 10、清热 9、化痰 8、消肿 5、散结 4、消瘰 1、止痛 1、软坚 1、消痈 1、清利三焦 1、疏通少阳 1
- 25) 二白：消痔 6、调和气血 5、提肛 4、固脱 3、清热 3、解毒 2、利湿 2、理气 2、止痛 2、利肠 2、清肠 1、升阳 1、举陷 1、
- 26) 舒筋骨 1、除风 1、利窍 1
- 27) 中泉：理气 11、止痛 6、止咳 4、平喘 4、宽胸 3、调和气血 3、降肺胃气 1
- 28) 中魁：和胃 12、降逆 9、理气 7、止血 3、摄血 1、安神 1、止呕 1、补益脾胃 1
- 29) 大骨空：明目 9、退翳 6、祛风 2、泻火 2、降逆 1、利窍 1、活血 1、和胃 1、利湿 1、清心 1
- 30) 小骨空：明目 8、止痛 4、聪耳 4、清热 4、利窍 2、利官窍 1、通关 1、通

- 络 1、活血 1、除风 1、利湿 1、清心 1
- 31) 腰痛点：活络 11、舒筋 9、止痛 6、消肿 4、镇痉 4、化瘀 3、理气 1、化痰 1、息风 1、壮腰 1、救逆 1
- 32) 外劳宫：活络 10、止痛 6、健脾 6、舒筋 5、消积 4、消肿 3、理气 3、和中 3、通经 3、助运 2、祛风 2、解痉 1
- 33) 八邪：清热 14、通络 14、解毒 7、消肿 5、止痛 5、祛风 5、疏经 5、祛邪 4、舒筋 2、活血 2、解痉 1
- 34) 四缝：消积 23、健脾 8、止咳 6、平喘 5、导滞 4、祛痰 4、消痞 3、调肠胃 2、理气血 2、清热 2、补脾胃 1、止泻 1、驱虫 1、助运 1、除风 1、利湿 1
- 35) 十宣：开窍 28、泄热 18、止痉 13、止痛 3、通络 2、祛风 2、解毒 1、消肿 1、通经 1、通关 1、通窍 1、除烦 1
- 36) 髌骨：祛湿 6、清热 4、通利关节 4、舒筋 3、祛风 3、活络 3、祛邪 1、利腿膝 1
- 37) 鹤顶：活络 9、利节 8、止痛 7、化湿 5、舒筋 3、清热 3、祛风 3、消肿 2、通经 2、行气 1、活血 1、利腿膝 1
- 38) 百虫窝：祛风 12、清热 11、杀虫 8、利湿 5、活血 4、解毒 4、凉血 3、止痒 2、退斑 1、通经 1、活络 1、养血 1、去积 1
- 39) 内膝眼：活络 11、除湿 10、利节 9、祛风 5、通经 4、舒筋 3、消肿 3、清热 3、止痛 2、健膝 2、散寒 2、除湿痛痹 1、利腿膝 1、驱邪 1、散滞 1、行血 1、祛瘀 1、补虚 1
- 40) 膝眼：活络 11、除湿 8、利节 7、通经 6、消肿 5、祛风 5、清热 4、舒筋 3、止痛 2、健膝 2、散寒 2、除湿痛痹 1、利腿膝 1、驱邪 1、散滞 1、行血 1、祛瘀 1、消散郁热 1、补虚 1
- 41) 胆囊：利胆 13、清热 12、利湿 6、通络 4、通腑 4、疏肝 4、止痛 3、退黄 1、解毒 1、清利胆热 1
- 42) 阑尾：通腑 12、清热 8、行气 5、调肠腑 4、止痛 3、化瘀 3、通积滞 2、清肠 1、调中 1、通络 1、解毒 1、化邪 1
- 43) 内踝尖：止痛 6、定痉 4、清热 2、舒筋 2、活络 2、解毒 1、通窍 1、开关

1、舒经 1、活血 1

44) 外踝尖：止痛 6、定痉 4、舒筋 3、活络 3、行气 2、治脚气 1、调气血 1、
清热 1、解毒 1、通窍 1、利关 1

45) 八风：通络 11、清热 9、解毒 8、祛风 7、消肿 5、活血 5、止痛 3、调经 3、
截疟 2、舒筋 2、利湿 2、疏经 2、泻邪 1

46) 独阴：降逆 4、调经 4、和胃 3、通调冲任 3、理气 3、活血 2、止痛 2、止
呕 2、下胎 1、调血脉 1、通经 1

47) 气端：开窍 8、通络 6、止痛 2、镇痉 2、舒筋 2、疏经 2、健脾 1、消积 1、
回阳 1、利足 1

2 十四经的功能表述总计

按照 I .4.2 的方法得出十四经的功能表述总计，每条经脉前 20 个功能表述。

2.1 手太阴肺经功能

宣肺 198、清热 127、利咽 109、清肺 89、止咳 83、理气 83、活络 67、
祛风 56、通经 55、降逆 54、开窍 53、解表 53、平喘 49、止痛 36、润肺 32、
止血 24、凉血 21、和胃 20、化痰 20、宽胸 18

2.2 手阳明大肠经功能

清热 262、活络 229、祛风 182、通经 162、理气 130、止痛 116、利节
104、开窍 92、消肿 73、利咽 61、舒筋 57、通腑 50、调理肠胃 49、化痰 49、
解表 48、清泻阳明 46、通鼻 42、安神 41、散结 36、明目 29

2.3 足阳明胃经功能

活络 423、理气 391、和胃 370、祛风 280、清热 248、通经 242、止痛
237、安神 189、健脾 170、利湿 157、化痰 144、降逆 118、平喘 107、明目
105、调理肠胃 85、宽胸 84、消肿 79、化滞 78、活血 77、补虚 70

2.4 足太阴脾经功能

健脾 369、利湿 231、理气 180、和胃 144、宽胸 91、活血 67、止痛 64、
活络 61、调经 58、清热 52、安神 48、统血 45、利水 43、调补肝肾 42、降
逆 39、通经 39、调理肠胃 36、通腑 31、益气 28、温中 27

2.5 手少阴心经功能

安神 310、活络 98、清心 89、开窍 78、理气 70、清热 69、通经 69、活血 62、止痛 30、宽胸 23、舒筋 17、滋阴 17、固表 16、和营 13、利舌 13、养血 12、调和气血 12、熄风 11、除烦 8、利咽 8

2.6 手太阳小肠经功能

活络 284、清热 240、祛风 219、舒筋 179、安神 147、通经 106、止痛 85、聪耳 81、开窍 73、明目 61、消肿 46、清心 45、利咽 43、解表 43、理气 41、通乳 34、通窍 31、散结 26、利节 24、宣肺 22

2.7 足太阳膀胱经功能

活络 558、清热 517、祛风 439、安神 331、舒筋 330、理气 311、明目 308、利湿 277、补肾 214、和胃 207、通经 204、健脾 155、止痛 150、强腰 144、活血 137、清头 131、宣肺 121、宽胸 111、调经 99、调肠 97

2.8 足少阴肾经功能

补肾 255、理气 178、清热 155、和胃 130、调经 110、降逆 110、安神 102、宽胸 96、滋阴 93、利湿 86、止咳 81、平喘 80、开窍 64、健脾 59、调肠 56、利水 54、滋肾 50、宣肺 47、止痛 46、调理下焦 46

2.9 手厥阴心包经功能

安神 261、开窍 106、宽胸 101、清热 100、理气 96、清心 86、和胃 77、活络 57、止痛 50、通经 49、降逆 45、活血 42、凉血 34、除烦 32、止呕 27、清营 25、化痰 16、化瘀 15、止咳 15、养心 13

2.10 手少阳三焦经功能

清热 402、活络 311、祛风 243、聪耳 182、通经 178、止痛 127、开窍 110、通窍 93、安神 79、明目 69、舒筋 50、消肿 46、利节 40、清头 38、利湿 38、理气 37、解表 35、化痰 30、镇痉 26、清三焦热 25

2.11 足少阳胆经功能

活络 534、祛风 515、清热 439、通经 331、止痛 243、明目 234、安神 195、疏肝 194、开窍 179、利湿 150、利胆 137、理气 136、舒筋 125、熄风 103、清头 100、聪耳 84、消肿 84、通窍 73、利节 48

2.12 足厥阴肝经功能

疏肝 204、理气 174、利湿 126、清热 125、调经 87、健脾 73、活络 63、活血 60、熄风 48、止痛 46、安神 40、通经 37、平肝 35、清肝 33、舒筋 30、和胃 29、通利下焦 27、开窍 27、利胆 25、调理下焦 22

2.13 督脉功能

安神 420、开窍 379、清热 335、祛风 163、熄风 138、活络 114、镇痉 102、补肾 99、止痛 95、利湿 83、健脾 74、通窍 73、宣肺 56、解表 54、清头 54、固脱 51、平肝 47、明目 42、温阳 41、理气 38

2.14 任脉功能

理气 222、宽胸 185、和胃 160、降逆 158、补肾 143、安神 113、健脾 112、利湿 108、止咳 102、调经 100、化痰 95、清热 95、利咽 90、利水 76、平喘 63、回阳 55、止痛 54、化滞 52、温肾 51、止带 46

3 主要功能的表述总计

按照 I .4.3 的方法，总结出 50 项腧穴功能表述方式。现介绍居于前 20 位的腧穴频次。

- 1) 清热：关冲 38、少泽 36、大椎 36、少冲 34、睛明 33、外关 33、曲池 31、攒竹 31、中冲 31、委中 30、孔最 29、阳溪 29、后溪 29、中渚 29、商阳 28、合谷 28、龈交 28、天井 26、灵台 26、少商 25、二间 25
- 2) 活络：地仓 30、颊车 30、昆仑 29、列缺 28、外关 28、肩井 28、环跳 28、风市 28、手三里 27、髀关 27、伏兔 26、飞扬 26、阳辅 26、翳风 25、光明 25、悬钟 25、申脉 24、中渎 24、承浆 24、上廉 23
- 3) 安神：神门 68、内关 61、心俞 55、灵道 52、通里 49、郄门 49、申脉 47、间使 44、大陵 44、神道 44、神庭 44、少海 41、巨阙 40、本神 37、隐白 36、阴郄 36、冲阳 34、阳交 34、听宫 33、照海 33
- 4) 祛风：地仓 35、风池 35、睛明 33、风门 32、环跳 31、风市 30、大迎 29、风府 29、合谷 28、攒竹 28、丝竹空 28、承泣 27、颊车 27、下关 27、翳风 27、阳白 27、列缺 26、四白 26、曲池 25、肩髃 25
- 5) 理气：膻中 34、天枢 31、气舍 29、期门 27、厥阴俞 26、督俞 26、中庭 25、蠡沟 24、内关 23、天池 22、天鼎 21、上巨虚 21、周荣 21、心俞 21、

- 胃仓 21、天泉 21、中都 21、扶突 20、承满 20、胸乡 20
- 6) 通经：环跳 26、足三里 25、列缺 23、髀关 22、外关 22、肩井 21、风市 21、上廉 20、悬钟 20、阳辅 19、犊鼻 18、上巨虚 18、梁丘 17、臑会 17、天髎 17、合谷 16、肩髃 16、肘髎 15、肩髃 15、地仓 15
- 7) 止痛：合谷 22、内关 22、下关 20、头维 20、梁丘 20、颌厌 20、内庭 19、悬颅 19、外陵 18、瞳子髎 18、清冷渊 17、犊鼻 16、二间 15、胸乡 15、丝竹空 15、太阳 15、地仓 14、府舍 14、曲垣 14、悬厘 14
- 8) 开窍：水沟 85、中冲 65、涌泉 60、少冲 59、少商 53、哑门 50、百会 49、商阳 47、风府 42、素髎 39、厉兑 35、关冲 33、少泽 32、风池 30、合谷 28、十宣 28、会阴 27、大敦 25、劳宫 21、听会 21
- 9) 利湿：阴陵泉 36、商丘 29、脾俞 27、太白 26、曲泉 25、小肠俞 24、意舍 24、风市 23、环跳 22、漏谷 21、膝关 21、血海 20、公孙 19、地机 18、阳纲 18、肩髃 18、带脉 18、会阴 18、中脘 18、脊中 17
- 10) 和胃：胃俞 50、承满 48、不容 42、梁门 33、胃仓 31、中脘 31、公孙 30、梁丘 29、太白 29、内关 28、下脘 28、关门 27、天枢 27、魂门 27、大都 26、足三里 25、大陵 25、建里 25、脾俞 24、巨阙 23
- 11) 健脾：公孙 39、脾俞 38、三阴交 34、阴陵泉 33、太白 32、地机 32、章门 32、足三里 31、大都 31、胃俞 31、隐白 30、中脘 29、商丘 28、漏谷 27、意舍 25、建里 22、期门 21、脊中 21、下脘 20、府舍 19
- 12) 舒筋：阳陵泉 29、浮郄 27、承山 27、委中 25、昆仑 24、曲垣 22、养老 21、臑俞 21、承扶 21、仆参 19、天宗 18、膝阳关 18、肩外俞 17、附分 17、承筋 17、居髎 17、阳池 16、条口 14、后溪 14、秉风 14
- 13) 明目：睛明 39、攒竹 33、承泣 32、头维 32、瞳子髎 31、光明 31、养老 29、阳白 29、风池 29、肝俞 28、目窗 26、四白 25、承光 23、玉枕 23、丝竹空 23、曲差 22、头临泣 22、至阴 20、足临泣 20、肾俞 19
- 14) 补肾：命门 47、关元 41、肾俞 32、志室 28、气海 28、太溪 24、阴谷 24、大钟 23、交信 23、关元俞 20、然谷 20、复溜 20、气海俞 19、横骨 19、大赫 19、中极 19、会阴 15、中膂俞 14、腰阳关 14、石门 13
- 15) 宽胸：膻中 29、中庭 26、大陵 24、灵墟 23、厥阴俞 22、天溪 21、大包

- 21、膈腧 21、天池 21、鸠尾 21、紫宫 21、华盖 21、气户 20、胸乡 20、内关 20、玉堂 20、璇玑 20、库房 19、督俞 19、巨阙 18
- 16) 降逆：尺泽 24、上脘 24、中庭 24、膈关 22、内关 20、日月 20、曲泽 18、中脘 17、鸠尾 17、解溪 16、膈腧 16、辄筋 16、步廊 15、神封 15、巨阙 15、气舍 14、灵墟 14、俞府 14、膻中 14、水突 13
- 17) 活血：地机 21、血海 19、心俞 18、膈腧 18、期门 17、极泉 13、曲泽 13、水泉 12、天泉 11、合谷 10、少府 10、次髎 10、太冲 10、归来 9、气海俞 9、外陵 8、三阴交 8、少海 8、委中 8、曲泉 8
- 18) 调经：带脉 26、中极 25、血海 23、交信 22、曲骨 19、阴交 19、蠡沟 18、上髎 17、水泉 17、白环俞 16、次髎 16、中髎 16、中注 16、五枢 16、阴廉 16、照海 15、子宫 15、地机 13、大敦 13、阴包 13
- 19) 宣肺：列缺 33、肺俞 32、风门 27、中府 25、天突 25、天府 23、经渠 22、肩中俞 21、魄户 20、身柱 20、太渊 19、云门 18、侠白 16、大杼 16、鱼际 14、尺泽 11、气户 11、諛諛 11、至阳 11、俞府 10
- 20) 疏肝：期门 34、肝俞 29、阳陵泉 29、章门 29、蠡沟 27、魂门 26、日月 24、外丘 22、胆俞 19、足临泣 19、丘墟 17、中都 17、阳交 16、中封 16、行间 14、太冲 14、急脉 14、辄筋 13、大敦 12、阳纲 11
- 21) 止咳：太渊 25、天突 21、中府 20、紫宫 19、璇玑 19、魄户 18、华盖 17、气户 16、步廊 16、彘中 16、俞府 16、玉堂 16、平喘 16、膺窗 15、屋翳 13、肩中俞 12、缺盆 11、神藏 11、天池 11、灵台 11
- 22) 消肿：二间 19、悬颅 16、侠溪 14、颧髎 13、商阳 12、天容 12、膺窗 10、耳和髎 10、曲鬓 10、承浆 10、大迎 9、角孙 9、巨髎 8、地五会 8、颧交 8、曲池 7、颊车 7、下关 7、梁丘 7、犊鼻 7
- 23) 化痰：丰隆 38、天突 25、肩井 19、天鼎 18、天井 18、彘中 16、库房 15、巨阙 15、太渊 14、扶突 14、太乙 14、间使 14、鸠尾 13、水突 12、周荣 11、筑宾 11、上脘 11、廉泉 11、膻中 10、人迎 9
- 24) 平喘：俞府 21、魄户 18、中府 17、平喘 17、辄筋 16、气户 15、神藏 14、彘中 14、水突 13、经渠 12、人迎 12、肺俞 12、缺盆 11、天突 11、丰隆 10、步廊 10、璇玑 10、库房 9、屋翳 9、膺窗 9

- 25) 熄风：太冲 25、百会 24、行间 21、筋缩 15、率谷 14、侠溪 14、强间 13、足临泣 11、风府 11、囟会 11、涌泉 10、哑门 10、曲鬓 9、目窗 9、足窍阴 9、前顶 9、颅息 8、后顶 8、水沟 8、肝俞 7
- 26) 通窍：瘦脉 20、翳风 19、颅息 15、眉冲 13、通天 13、哑门 13、玉枕 12、脑空 12、上星 12、神庭 12、风池 11、下关 10、承光 9、天牖 9、承灵 9、脑户 9、少泽 8、天窗 8、曲鬓 8、素髎 8
- 27) 利咽：少商 32、廉泉 32、鱼际 31、天容 22、水突 21、天突 21、照海 19、商阳 18、扶突 18、人迎 16、列缺 14、孔最 13、二间 13、少泽 13、璇玑 13、气舍 12、紫宫 12、太渊 8、经渠 7、阳溪 7
- 28) 聪耳：翳风 32、听宫 28、耳门 25、听会 23、肾俞 22、中渚 20、四渎 20、上关 18、天容 15、头窍阴 14、下关 13、液门 13、天窗 11、颅息 11、会宗 10、风池 10、前谷 9、阳谷 9、三阳络 8、肩贞 7
- 29) 利节：肩髃 25、肘髎 22、膝关 19、风府 15、曲池 14、巨骨 14、犊鼻 12、臑会 12、膝阳关 12、阳陵泉 12、丘墟 12、阳溪 9、浮郄 9、内膝眼 9、鹤顶 8、云门 7、三间 7、天井 7、夹脊 7、膝眼 7
- 30) 清头：至阴 20、头维 19、昆仑 16、风池 13、神庭 13、络却 12、天牖 12、头临泣 12、目窗 12、足临泣 12、玉枕 10、足通谷 10、液门 10、丝竹空 10、眉冲 9、五处 9、脑户 9、曲差 8、京骨 8、上星 8
- 31) 解表：大椎 30、风门 24、合谷 22、列缺 19、外关 19、风池 19、陶道 19、大杼 17、曲池 15、支正 15、孔最 12、肺俞 12、飞扬 12、肩中俞 10、经渠 9、鱼际 8、陷谷 8、天髎 8、大都 7、关冲 7
- 32) 利水：水分 24、陷谷 22、肾俞 19、京门 19、箕门 16、偏历 15、关门 12、复溜 12、交信 12、曲骨 12、四满 11、阴陵泉 10、志室 10、中极 10、漏谷 9、神阙 9、尺泽 8、三焦俞 7、建里 7、食窦 6
- 33) 清心：劳宫 29、少府 24、中冲 24、大陵 20、神门 17、通里 14、阴郄 13、阳谷 12、少泽 11、少海 9、心俞 9、然谷 8、曲泽 8、太乙 7、内庭 7、前谷 7、支正 7、筑宾 7、身柱 7、风府 7
- 34) 散寒：附分 21、膝阳关 16、腰阳关 15、阴市 14、伏兔 13、环跳 13、中渎 11、归来 10、犊鼻 10、清冷渊 10、大横 9、风市 9、腹结 8、中膂俞 8、

- 关元 8、髌关 7、膝关 7、大椎 6、中髎 5、曲泉 5
- 35) 化滞：胃俞 28、下脘 20、梁门 15、上巨虚 14、中脘 13、足三里 12、石关 12、育门 10、章门 10、大肠腧 9、关门 7、天枢 7、建里 7、下巨虚 6、胃仓 6、商曲 6、痞根 6、承满 5、阳纲 4、四满 4
- 36) 镇痉：瘦脉 15、筋缩 14、长强 13、十宣 13、脑户 12、曲鬓 11、大敦 11、脊中 10、颞髎 8、曲泽 7、会宗 7、颌厌 7、前项 7、身柱 6、陶道 6、攒竹 5、浮郄 5、承山 5、神道 5、大椎 5
- 37) 利胆：日月 29、胆俞 28、阳陵泉 26、肝俞 23、阳纲 15、丘墟 14、胆囊 13、阳交 11、章门 11、地五会 10、足临泣 9、外丘 8、至阳 8、听会 7、魂门 5、期门 5、腕骨 4、意舍 4、浮白 4、阳辅 4
- 38) 调理下焦：关元俞 10、白环俞 10、会阳 10、合阳 10、中极 10、五枢 9、下髎 8、然谷 8、中髎 7、冲门 6、次髎 6、大赫 6、维道 6、大敦 6、水道 5、上髎 5、长强 5、承扶 4、交信 4、筑宾 4
- 39) 调理肠胃：温溜 21、上巨虚 16、手三里 13、下巨虚 13、大横 12、下廉 9、阴都 9、滑肉门 8、外陵 7、商丘 7、神阙 7、关门 6、曲池 5、太乙 5、幽门 5、外陵 4、丰隆 4、陷谷 4、腹结 4、腹哀 4
- 40) 调肠：承山 18、大肠腧 16、小肠俞 12、大肠腧 11、中注 9、石关 9、下巨虚 8、商曲 8、下巨虚 7、承山 7、育俞 7、石关 7、天枢 6、足三里 6、中膻俞 6、育门 6、育俞 6、悬枢 6、尺泽 5、小肠俞 5
- 41) 散结：人迎 14、气舍 13、手五里 9、膈会 9、水突 8、肩贞 8、膈俞 8、天池 8、天井 8、臂臑 7、缺盆 7、浮白 7、肩井 7、巨骨 6、扶突 6、府舍 6、天突 6、肩髃 5、石关 5、渊腋 4
- 42) 化瘀：手五里 12、膈腧 12、期门 12、天泉 9、乳根 7、巨骨 5、府舍 5、少泽 5、育门 5、渊腋 5、章门 5、天鼎 4、气舍 4、膈俞 4、丘墟 4、痞根 4、臂臑 3、三阴交 3、少冲 3、水泉 3
- 43) 益气：气海 24、脾俞 19、隐白 12、膏肓 12、阳白 12、百会 11、大巨 8、归来 8、关元 8、气海俞 7、长强 7、太渊 5、合谷 5、三阴交 5、肺俞 5、大椎 5、肾俞 4、足三里 3、太白 3、风门 3
- 44) 强腰：肾俞 17、秩边 16、中膻俞 15、上髎 12、殷门 11、昆仑 11、居髎 11、

- 中枢 10、志室 9、悬枢 9、关元俞 8、五枢 8、环跳 8、腰阳关 8、腰眼 8、次髎 7、气海俞 6、中髎 6、下髎 6、伏兔 5
- 45) 清肺：尺泽 21、少商 19、华盖 13、鱼际 11、云门 10、太渊 10、天池 9、肺俞 8、太溪 8、中府 7、气舍 6、紫宫 6、经渠 5、商阳 5、迎香 5、二间 4、偏历 4、扶突 4、口禾髎 4、人迎 4
- 46) 滋阴：复溜 25、阴郄 16、然谷 15、太溪 15、照海 13、膏肓 11、睛明 10、肺俞 7、涌泉 7、中府 6、三阴交 6、胆俞 6、肾俞 6、尺泽 5、石关 5、长强 4、颈百劳 4、魄户 3、涌泉 3、陶道 3
- 47) 祛邪：承泣 10、液门 8、耳门 6、阳溪 5、足三里 5、中渚 5、环跳 5、命门 5、大椎 5、聚泉 5、列缺 4、支正 4、外关 4、百会 4、中腕 4、海泉 4、八邪 4、颊车 3、肺俞 3、肾俞 3
- 48) 补虚：足三里 53、膏肓 22、地仓 7、肺俞 6、大巨 4、太溪 3、间使 3、风池 3、丘墟 3、曲池 2、神门 2、后溪 2、睛明 2、大杼 2、风门 2、承山 2、昆仑 2、曲泽 2、内关 2、大陵 2
- 49) 解毒：灵台 14、温溜 10、肘尖 10、外丘 9、委中 8、八风 8、八邪 7、大迎 6、金津，玉液 6、角孙 5、曲泽 4、大椎 4、百虫窝 4、二间 3、颊车 3、阳谷 3、外关 3、风池 3、龈交 3、印堂 3
- 50) 温阳：命门 21、中极 18、肾俞 10、阴谷 9、气海 9、三焦俞 7、横骨 7、石门 7、关元俞 6、中膻俞 6、曲骨 6、气海俞 5、悬枢 5、腰阳关 4、会阳 3、太溪 3、长强 3、陶道 3、天枢 2、膀胱俞 2

III. 结论

1 各腧穴常用功能

统计结果按功能表述频次高低排序，得出各个腧穴的前 5 位常用功能。

1.1 手太阴肺经腧穴

- 1) 中府：宣肺、止咳、平喘、理气、清上焦
- 2) 云门：宣肺、清肺、清热、止咳、除烦满、利关节、理气
- 3) 天府：宣肺、清热、凉血、疏经、活络

- 4) 侠白：宣肺、止痛、活络、疏经、行气
- 5) 尺泽：降逆、清肺、和胃、清热、宣肺
- 6) 孔最：清热、止血、润肺、利咽、解表
- 7) 列缺：宣肺、活络、疏风、通经、解表
- 8) 经渠：宣肺、理气、平喘、降逆、疏风、解表
- 9) 太渊：止咳、宣肺、通脉、化痰、清肺、疏经
- 10) 鱼际：利咽、清热、宣肺、清肺、解表
- 11) 少商：开窍、利咽、清热、清肺、救逆

1.2 手阳明大肠经腧穴

- 1) 商阳：开窍、清热、利咽、消肿、止痛
- 2) 二间：清热、消肿、止痛、利咽、疏风
- 3) 三间：清热、散风、行气、利节、通经、清阳明热邪
- 4) 合谷：疏风、清热、开窍、通络、解表、止痛
- 5) 阳溪：清热、散风、疏筋、利节、安神
- 6) 偏历：清热、利水、通调水道、活络、祛风
- 7) 温溜：清热、调理肠胃、解毒、清泻阳明、安神
- 8) 下廉：活络、通经、通腑、调肠胃、清热
- 9) 上廉：活络、通经、通腑、调腑气、清热、理气
- 10) 手三里：通络、和肠胃、疏经、祛风、通腑
- 11) 曲池：清热、祛风、通络、解表、利节
- 12) 肘髎：利节、活络、通经、舒筋、止痛
- 13) 手五里：止痛、散瘀、活络、通经、散结
- 14) 臂臑：通络、明目、通经、止痛、清热
- 15) 肩髃：利节、活络、通经、疏风、理气
- 16) 巨骨：活络、利节、宁神、舒筋、通经
- 17) 天鼎：清咽、理气、化痰、利膈、消肿
- 18) 扶突：理气、利咽、化痰、宣肺、利膈
- 19) 口禾髎：祛风、开窍、通鼻、清热、通经
- 20) 迎香：通利鼻窍、散风、清热、疏散风热、清肺、通络

1.3 足阳明胃经腧穴

- 1) 承泣：明目、疏风、清热、疏邪、活络
- 2) 四白：疏风、明目、活络、清热、通经
- 3) 巨髎：祛风、活络、明目、清热、止痛
- 4) 地仓：祛风、活络、通经、止痛、扶正
- 5) 大迎：疏风、清热、通络、消肿、止痛
- 6) 颊车：通络、祛风、开关、清热、止痛
- 7) 下关：疏风、通络、止痛、清热、聪耳
- 8) 头维：明目、祛风、止痛、清头、泄火
- 9) 人迎：利咽、散结、理气、平喘、通经
- 10) 水突：利咽、平喘、理气、降逆、化痰
- 11) 气舍：理气、降逆、散结、利咽、止痛、化痰
- 12) 缺盆：止咳、平喘、活络、理气、宣肺、散结、清热、通经
- 13) 气户：宽胸、理气、止咳、平喘、宣肺
- 14) 库房：宽胸、理气、化痰、平喘、清热
- 15) 屋翳：止咳、理气、平喘、化痰、清热
- 16) 膺窗：止咳、清热、理气、消肿、平喘
- 17) 乳中：醒神、清热、祛暑、调气
- 18) 乳根：通乳、理气、宽胸、通络、宣肺
- 19) 不容：和胃、理气、平喘、止呕、止痛
- 20) 承满：和胃、理气、降逆、止呕、化滞
- 21) 梁门：和胃、消积、化滞、健脾、降逆
- 22) 关门：和胃、健脾、利水、理气、化滞
- 23) 太乙：镇惊、和胃、化痰、清心、调气
- 24) 滑肉门：安神、和胃、止呕、化痰、调理肠胃
- 25) 天枢：理气、和胃、健脾、调经、调理肠腑
- 26) 外陵：止痛、理气、和胃、活血、调理肠胃
- 27) 大巨：理气、固精、益气、化湿、益肾
- 28) 水道：通调水道、清热、利湿、调经、通利三焦、理下焦

- 29) 归来：理气、散寒、活血、调经、益气、固脱、止带、温经
- 30) 气冲：调经、理气、理胞宫、益肾、舒宗筋
- 31) 髀关：活络、通经、强腰膝、散寒、祛风湿
- 32) 伏兔：活络、通经、散寒、疏风、化湿
- 33) 阴市：散寒、活络、温经、通经、除湿
- 34) 梁丘：和胃、活络、止痛、通经、理气
- 35) 犊鼻：活络、通经、止痛、利节、散寒
- 36) 足三里：扶正、健脾、通经、和胃、活络
- 37) 上巨虚：调气、疏经、和胃、通腑、调和肠胃
- 38) 条口：活络、舒筋、理气、疏经、祛湿
- 39) 下巨虚：宁神、调理肠胃、活络、疏经、理气
- 40) 丰隆：化痰、安神、和胃、利湿、健脾
- 41) 解溪：清胃、降逆、宁神、健脾、活络、舒筋
- 42) 冲阳：宁神、和胃、健脾、通络、化湿
- 43) 陷谷：行水、健脾、散风、清热、和胃、通络
- 44) 内庭：止痛、泻火、清胃、通阳明腑气、和胃、安神、理气、活络
- 45) 厉兑：苏厥、安神、清热、和胃、清胃

1.4 足太阴脾经腧穴

- 1) 隐白：宁神、健脾、统血、开窍、调经、益气
- 2) 大都：健脾、和胃、清热、宁神、利湿
- 3) 太白：健脾、和胃、化湿、理气、清热
- 4) 公孙：健脾、和胃、化湿、理气、调理冲任
- 5) 商丘：化湿、健脾、通调肠胃、活络、肃降肺气、舒筋、和胃
- 6) 三阴交：健脾、调补肝肾、和胃、活络、通经
- 7) 漏谷：健脾、利湿、利尿、理气、消肿
- 8) 地机：健脾、理血、利湿、调经、固精
- 9) 阴陵泉：利湿、健脾、通利三焦、利水、益肾
- 10) 血海：调经、化湿、理血、散风、清热
- 11) 箕门：利水、渗湿、健脾、通淋、清热、调水道

- 12) 冲门：理气、利湿、活血、健脾、调理下焦、清利湿热
- 13) 府舍：健脾、理气、止痛、疏肝、散结
- 14) 腹结：理气、降逆、温中、散寒、止痛
- 15) 大横：宣通腑气、温中、调理肠胃、散寒、调理大肠
- 16) 腹哀：健脾、和胃、消食、理气、通降腑气
- 17) 食窦：和胃、宽胸、理气、健脾、利湿
- 18) 天溪：宽胸、理气、通乳、止咳、消肿
- 19) 胸乡：宽胸、理气、止痛、通络、疏肝、定喘
- 20) 周荣：理气、宽胸、化痰、止咳、平喘
- 21) 大包：宽胸、理气、通络、利胁、统诸络

1.5 手少阴心经腧穴

- 1) 极泉：理气、活血、宽胸、活络、通经、宁心
- 2) 青灵：通络、止痛、疏经、理气、明目、活血
- 3) 少海：安神、通络、调气、疏经、清心
- 4) 灵道：宁心、通络、理气、活血、疏经
- 5) 通里：安神、通络、清心、利舌、通经
- 6) 阴郄：安神、固表、滋阴、清心、养血
- 7) 神门：安神、清心、理气、通络、活血、通经
- 8) 少府：清心、安神、泻火、行气、活血
- 9) 少冲：开窍、泄热、安神、清心、熄风

1.6 手太阳小肠经腧穴

- 1) 少泽：清热、通乳、开窍、利咽、活络
- 2) 前谷：清热、明目、活络、聪耳、通经、疏风
- 3) 后溪：清热、通络、安神、醒神、舒筋
- 4) 腕骨：散风、清热、活络、增液、舒筋
- 5) 阳谷：清热、镇惊、清心、舒筋、明目、聪耳、通络
- 6) 养老：明目、活络、舒筋、清热、散风
- 7) 支正：宁神、清热、活络、解表、疏风
- 8) 小海：安神、清热、祛风、活络、通经

- 9) 肩贞：通络、疏风、止痛、舒筋、清热、散结
- 10) 臑俞：舒筋、活络、祛风、散结、化痰、止痛
- 11) 天宗：舒筋、活络、宽胸、行气、疏风
- 12) 秉风：活络、散风、舒筋、止痛、疏经
- 13) 曲垣：舒筋、活络、止痛、散风、活血、调气
- 14) 肩外俞：活络、舒筋、散风、止痛、疏经
- 15) 肩中俞：宣肺、活络、止咳、解表、疏经
- 16) 天窗：散风、宁神、清热、聪耳、利窍
- 17) 天容：利咽、聪耳、清热、消肿、理气
- 18) 颧髻：祛风、清热、活络、消肿、通经
- 19) 听宫：宁神、聪耳、开窍、活络、止痛

1.7 足太阳膀胱经腧穴

- 1) 睛明：明目、清热、疏风、通络、滋阴
- 2) 攒竹：明目、清热、祛风、通络、镇痉
- 3) 眉冲：祛风、安神、通窍、明目、清热
- 4) 曲差：明目、祛风、清热、清头、通窍
- 5) 五处：祛风、明目、清热、清头、安神
- 6) 承光：明目、清热、祛风、通窍、除烦、清头
- 7) 通天：散风、利鼻、通窍、清热、活络
- 8) 络却：明目、安神、清头、祛风、通窍
- 9) 玉枕：明目、祛风、活络、通窍、清头
- 10) 天柱：散风、活络、通经、宁神、清热
- 11) 大杼：祛风、清热、解表、强筋、宣肺、壮骨
- 12) 风门：祛风、宣肺、解表、清热、固表
- 13) 肺俞：宣肺、清热、解表、理气、平喘
- 14) 厥阴俞：理气、宽胸、宁心、止痛、疏通心脉
- 15) 心俞：安神、理气、活血、宽胸、清心、通心络
- 16) 督俞：理气、宽胸、降逆、活血、止痛
- 17) 膈俞：宽胸、活血、降逆、理气、化瘀

- 18) 肝俞：疏肝、明目、利胆、安神、理气
- 19) 胆俞：利胆、疏肝、清热、清湿热、和脾胃、利湿
- 20) 脾俞：健脾、利湿、和胃、益气、统血
- 21) 胃俞：和胃、健脾、消滞、化湿、降逆
- 22) 三焦俞：通利三焦、利水道、化湿、健脾、温阳、利水
- 23) 肾俞：补肾、聪耳、明目、利水、壮腰
- 24) 气海俞：补肾、活血、理气、通络、补气
- 25) 大肠俞：调肠、通肠、理气、化滞、利腰膝、化湿滞、利腰腿、通降肠腑、
调理肠胃、通调肠胃
- 26) 关元俞：培元、调理下焦、壮腰、壮阳、疏风、通调二便、培补元气
- 27) 小肠俞：利湿、清热、调肠、通调二便、通肠
- 28) 膀胱俞：清热、利湿、培元、调膀胱、通利膀胱
- 29) 中膂俞：健腰、益肾、散寒、温阳、通肠
- 30) 白环俞：调经、益肾、调理下焦、固精、利湿
- 31) 上髎：调经、壮腰、补肾、活血、强健腰膝
- 32) 次髎：调经、清热、活血、理气、利湿、强健腰膝
- 33) 中髎：调经、止痛、清热、补肾、利湿、调理下焦
- 34) 下髎：调经、通调二便、清热、补肾、利湿、调理下焦
- 35) 会阳：利湿、调理下焦、益肾、清热、理气、固带、通调二便
- 36) 承扶：舒筋、活络、消痔、通便、止痛
- 37) 殷门：活络、通经、壮腰、强脊、强筋骨
- 38) 浮郤：舒筋、活络、利节、清热、解痉、通经
- 39) 委阳：活络、疏利三焦、舒筋、通经、调气、通利水道
- 40) 委中：清热、舒筋、活络、凉血、理血、开窍、解毒、散风
- 41) 附分：活络、疏风、散寒、舒筋、通经
- 42) 魄户：宣肺、止咳、平喘、通络、舒筋
- 43) 膏肓：补虚、益气、养阴、培元、理肺
- 44) 神堂：宁心、理气、宽胸、活络、定喘
- 45) 諛諛：清热、理气、宣肺、通络、止咳、散风

- 46) 膈关：降逆、和胃、理气、宽胸、利膈
- 47) 魂门：和胃、疏肝、理气、健脾、利胆
- 48) 阳纲：清热、化湿、利胆、和中、疏肝
- 49) 意舍：健脾、化湿、清热、和胃、利胆、健运脾阳
- 50) 胃仓：和胃、理气、健脾、化湿、导滞
- 51) 育门：理气、消痞、化滞、和胃、活血、化坚
- 52) 志室：补肾、益精、渗湿、利尿、壮腰
- 53) 胞育：通调二便、强腰脊、利水道、清热、壮腰、利湿、补肾、通腑气
- 54) 秩边：活络、强腰、健膝、通经、疏理下焦
- 55) 合阳：调经、活络、调理下焦、舒筋、利湿
- 56) 承筋：舒筋、活络、消痔、清热、提肛、调肠、散风
- 57) 承山：舒筋、活络、疗痔、通肠、调肠
- 58) 飞扬：活络、清热、散风、解表、舒筋
- 59) 跗阳：活络、舒筋、散风、通经、清利头目
- 60) 昆仑：活络、舒筋、清头、明目、强腰
- 61) 仆参：舒筋、安神、活络、健骨、利湿
- 62) 申脉：安神、通络、舒筋、疏风、疏经、清头、明目
- 63) 金门：活络、安神、舒筋、开窍、通经
- 64) 京骨：安神、活络、疏经、清热、明目、散风
- 65) 束骨：清热、活络、散风、宁心、通经、清利头目
- 66) 足通谷：安神、清热、散风、疏经、清头、明目
- 67) 至阴：清头、明目、转胎、疏风、清热、活络

1.8 足少阴肾经腧穴

- 1) 涌泉：开窍、清热、宁神、滋肾、熄风
- 2) 然谷：补肾、滋阴、清热、利湿、滋肾
- 3) 太溪：益肾、滋阴、调理冲任、滋肾、止嗽
- 4) 大钟：益肾、安神、平喘、清热、通调二便
- 5) 水泉：调经、活血、清热、益肾、疏利下焦、调理冲任
- 6) 照海：安神、利咽、调经、滋阴、补肾、清热

- 7) 复溜：滋阴、补肾、利水、清热、利湿
- 8) 交信：益肾、调经、利尿、清热、利湿、通肠二阴、调理下焦
- 9) 筑宾：安神、化痰、理气、清热、调补肝肾
- 10) 阴谷：益肾、利湿、清热、止痛、兴阳
- 11) 横骨：益肾、清热、兴阳、利湿、清利下焦
- 12) 大赫：补肾、调经、调理下焦、清热、利湿、理胞宫
- 13) 气穴：调理冲任、补肾、补益冲任、通调二阴、通利下焦
- 14) 四满：调经、利水、补肾、利湿、消胀
- 15) 中注：调经、理肠、益肾、通便、滋肾
- 16) 育俞：理气、止痛、和胃、益肾、通肠
- 17) 商曲：和胃、消积、健脾、调肠、化湿、消滞
- 18) 石关：和中、化滞、理气、调肠、通肠
- 19) 阴都：理气、和中、调理肠胃、调气、通肠
- 20) 腹通谷：和胃、健脾、安神、宽胸、理气、降逆
- 21) 幽门：和胃、健脾、降逆、疏肝、理气
- 22) 步廊：宽胸、止咳、理气、降逆、平喘
- 23) 神封：降逆、理气、和胃、止咳、宽胸、通乳
- 24) 灵墟：宽胸、理气、降逆、清热、宣肺
- 25) 神藏：宽胸、理气、定喘、止咳、宣肺、降逆
- 26) 彘中：理气、止咳、化痰、平喘、宽胸
- 27) 俞府：平喘、止咳、降逆、宣肺、理气

1.9 手厥阴心包经腧穴

- 1) 天池：理气、宽胸、止咳、清肺、散结
- 2) 天泉：理气、宽胸、疏经、活血、活络
- 3) 曲泽：清热、降逆、除烦、宁心、活血
- 4) 郄门：宁心、凉血、止血、清营、理气
- 5) 间使：安神、化痰、宽胸、和胃、活络
- 6) 内关：安神、和胃、理气、止痛、宽胸、降逆
- 7) 大陵：安神、和胃、宽胸、清心、理气、清热、活络、疏经

- 8) 劳宫：清心、安神、开窍、泻热、凉血
- 9) 中冲：开窍、泻热、清心、宁心、通络、回阳

1.10 手少阳三焦经腧穴

- 1) 关冲：清热、开窍、疏风、解表、宣达三焦、清三焦热
- 2) 液门：清热、聪耳、明目、清头、通络
- 3) 中渚：清热、通络、聪耳、通经、开窍
- 4) 阳池：清热、活络、舒筋、散风、疏调三焦
- 5) 外关：清热、活络、通经、解表、散风
- 6) 支沟：活络、通腑、清热、清利三焦、疏经
- 7) 会宗：通络、清热、通经、聪耳、清三焦火
- 8) 三阳络：通络、开窍、止痛、清热、聪耳
- 9) 四渎：聪耳、清利咽喉、活络、通经、清热
- 10) 天井：清热、化痰、通络、宁神、理气
- 11) 清冷渊：清热、止痛、通络、通经、散寒
- 12) 消泺：清热、活络、通经、止痛、散风
- 13) 臑会：疏经、活络、利节、清热、散结
- 14) 肩髃：祛风、活络、除湿、通经、舒筋
- 15) 天髃：活络、通经、祛风、除湿、解表
- 16) 天牖：清头、清热、明目、利窍、活络、散风
- 17) 翳风：聪耳、疏风、活络、泄热、通窍
- 18) 瘰脉：通窍、清热、解痉、镇惊、聪耳
- 19) 颅息：镇惊、通窍、清热、散风、聪耳
- 20) 角孙：清热、散风、消肿、明目、止痛
- 21) 耳门：聪耳、开窍、清热、通络、止痛、通气、疏风、疏邪
- 22) 耳和髃：祛风、通络、止痛、消肿、清热
- 23) 丝竹空：散风、明目、清热、止痛、清头

1.11 足少阳胆经腧穴

- 1) 瞳子髃：明目、清热、疏风、止痛、疏散风热
- 2) 听会：聪耳、开窍、清热、活络、疏风

- 3) 上关：开窍、聪耳、散风、清热、活络
- 4) 颌厌：疏风、止痛、清热、镇惊、活络
- 5) 悬颅：散风、止痛、清热、消肿、通络
- 6) 悬厘：清热、散风、止痛、通络、利气
- 7) 曲鬓：清热、散风、活络、止痉、消肿
- 8) 率谷：熄风、镇惊、清热、疏风、活络、止搐
- 9) 天冲：定惊、祛风、止痛、清热、消肿、清头
- 10) 浮白：散风、活络、通经、理气、散结
- 11) 头窍阴：清热、散风、聪耳、开窍、通关
- 12) 完骨：清热、散风、活络、通经、止痛、宁神
- 13) 本神：安神、清热、疏风、止痛、熄风
- 14) 阳白：明目、祛风、清热、益气、止痛、清头
- 15) 头临泣：明目、安神、散风、清头、清热
- 16) 目窗：明目、通络、祛风、清头、熄风
- 17) 正营：活络、止痛、疏风、清热、醒脑、疏经
- 18) 承灵：散风、清热、利鼻、通窍、活络
- 19) 脑空：疏风、清热、通窍、开窍、清脑
- 20) 风池：祛风、开窍、明目、解表、清热
- 21) 肩井：活络、通经、豁痰、理气、开窍
- 22) 渊腋：理气、宽胸、止痛、活络、疏经
- 23) 辄筋：降逆、平喘、和胃、理气、疏肝
- 24) 日月：利胆、疏肝、降逆、和中、化湿
- 25) 京门：利水、益肾、温肾、化气、和胃
- 26) 带脉：调经、止带、清热、利湿、通经
- 27) 五枢：调经、益肾、调理下焦、强腰、止带
- 28) 维道：调经、调理冲任、止带、束调带脉、调理下焦
- 29) 居髎：活络、舒筋、通经、强腰、利湿
- 30) 环跳：祛风、活络、通经、除湿、散寒
- 31) 风市：祛风、活络、除湿、通经、散寒、强筋

- 32) 中渎：活络、祛风、疏经、祛湿、散寒
- 33) 膝阳关：舒筋、疏风、散寒、利节、活络
- 34) 阳陵泉：舒筋、疏肝、利胆、活络、利湿、泄热
- 35) 阳交：安神、疏肝、活络、利胆、疏经
- 36) 外丘：疏肝、活络、理气、通经、解毒
- 37) 光明：明目、活络、通经、清肝、祛风
- 38) 阳辅：活络、通经、清热、疏风、疏肝、理气、清肝
- 39) 悬钟：活络、通经、壮骨、祛风、利湿
- 40) 丘墟：活络、疏肝、通经、利胆、利节
- 41) 足临泣：明目、疏肝、通经、清头、熄风、泻火
- 42) 地五会：活络、通经、清肝、利胆、清泻胆热
- 43) 侠溪：清热、消肿、止痛、熄风、明目、清头、疏利胸胁
- 44) 足窍阴：清热、开窍、清胆、明目、熄风

1.12 足厥阴肝经腧穴

- 1) 大敦：醒神、理气、调经、疏肝、解痉
- 2) 行间：熄风、安神、清肝、清热、疏肝
- 3) 太冲：平肝、熄风、理气、疏肝、镇惊、泄热
- 4) 中封：疏肝、理气、健脾、清肝胆热、利湿、活络
- 5) 蠡沟：疏肝、理气、调经、清热、利湿
- 6) 中都：理气、疏肝、止痛、调经、益肝、活血
- 7) 膝关：除湿、利节、祛风、通经、消肿、散寒
- 8) 曲泉：利湿、清热、活络、疏肝、理气、舒筋
- 9) 阴包：调经、清热、利湿、疏肝、疏理下焦
- 10) 足五里：清热、利湿、利下焦、理气、通调前阴
- 11) 阴廉：调经、舒筋、活络、种子、通经
- 12) 急脉：理气、疏肝、止痛、利湿、导疝
- 13) 章门：健脾、疏肝、和胃、利胆、消滞
- 14) 期门：疏肝、理气、健脾、活血、和胃

1.13 督脉经穴

- 1) 長强：清热、固脱、宁神、镇痉、利湿
- 2) 腰俞：利湿、清热、调经、强腰膝、通络
- 3) 腰阳关：祛寒、补肾、除湿、壮腰、强腰膝
- 4) 命门：补肾、壮阳、固精、疏经、强健腰膝
- 5) 悬枢：健脾、强腰、益肾、理肠、温肾、助阳、强壮腰脊
- 6) 脊中：健脾、利湿、益肾、镇痉、宁神
- 7) 中枢：健脾、止痛、和胃、补肾、强腰
- 8) 筋缩：镇惊、熄风、止痉、健脾、舒筋
- 9) 至阳：健脾、利湿、宽胸、清热、宣肺、和胃
- 10) 灵台：清热、解毒、止咳、宣肺、平喘
- 11) 神道：安神、清热、通络、止痛、熄风
- 12) 身柱：宁神、宣肺、清热、止咳、祛风
- 13) 陶道：安神、清热、解表、截疟、镇痉
- 14) 大椎：清热、解表、宁神、通阳、疏风
- 15) 哑门：开窍、通络、通窍、开音、宁志
- 16) 风府：开窍、散风、通关、清热、安神
- 17) 脑户：开窍、镇痉、清热、散风、安神
- 18) 强间：安神、熄风、平肝、止痛、通络、散风
- 19) 后项：安神、止痛、散风、熄风、醒脑、清头
- 20) 百会：开窍、升阳、安神、熄风、固脱
- 21) 前项：安神、散风、醒脑、熄风、清热
- 22) 囟会：开窍、镇惊、清热、熄风、散风
- 23) 上星：清热、宁神、散风、明目、通窍
- 24) 神庭：安神、清头、通窍、明目、散风
- 25) 素髎：苏厥、清热、通鼻、通窍、宣肺
- 26) 水沟：开窍、清热、止痛、祛风、熄风、回阳、宁神
- 27) 兑端：开窍、定惊、清热、止痛、清泻胃热
- 28) 龈交：清热、宁神、开窍、消肿、明目、通窍

1.14 任脉经穴

- 1) 会阴：醒神、清热、利湿、强肾、调经
- 2) 曲骨：调经、止带、利尿、补肾、清热
- 3) 中极：调经、补肾、温阳、通利膀胱、止带
- 4) 关元：培元、回阳、温肾、通调冲任、理气
- 5) 石门：补肾、调经、止带、温肾、壮阳
- 6) 气海：益肾、补气、固精、理气、升阳
- 7) 阴交：调经、清热、利湿、温肾、补肾
- 8) 神阙：救逆、回阳、固脱、培元、利水
- 9) 水分：利水、健脾、利湿、和中、理气
- 10) 下脘：和胃、健脾、化滞、消积、理气
- 11) 建里：和胃、健脾、消积、化湿、降逆
- 12) 中脘：和胃、健脾、化湿、降逆、化滞
- 13) 上脘：降逆、和胃、宁神、健脾、化痰
- 14) 巨阙：宁心、和胃、宽胸、化痰、降逆
- 15) 鸠尾：宁神、宽胸、降逆、和胃、化痰
- 16) 中庭：宽胸、理气、降逆、止呕、和胃
- 17) 膻中：理气、宽胸、降逆、化痰、止咳、平喘
- 18) 玉堂：宽胸、理气、止咳、平喘、利咽
- 19) 紫宫：宽胸、止咳、理气、利咽、平喘
- 20) 华盖：宽胸、止咳、清肺、利膈、平喘、理气
- 21) 璇玑：宽胸、止咳、利咽、理气、平喘
- 22) 天突：化痰、宣肺、止咳、利咽、降逆
- 23) 廉泉：利咽、舒舌、清火、除痰、开窍
- 24) 承浆：通络、祛风、生津、消肿、敛液、定志

1.15 经外奇穴

- 1) 四神聪：安神、开窍、明目、聪耳、通络、清头
- 2) 当阳：祛风、明目、醒神、定志、通络
- 3) 印堂：清热、疏风、镇惊、安神、明目
- 4) 鱼腰：明目、通络、止痛、疏风、清热

- 5) 太阳：清热、止痛、疏风、明目、通络
- 6) 耳尖：清热、明目、消肿、利咽、解毒
- 7) 球后：明目、通络、清热、止痛、退翳
- 8) 上迎香：清热、散风、通鼻、通窍、通络、止痛
- 9) 内迎香：清热、醒神、通鼻、明目、通窍
- 10) 聚泉：开窍、散风、祛邪、清热、平喘、止咳
- 11) 海泉：生津、开窍、清热、止渴、祛邪
- 12) 金津、玉液：清热、开窍、解毒、消肿
- 13) 翳明：安神、明目、聪耳、熄风、退翳
- 14) 颈百劳：止咳、平喘、化痰、滋阴、通络
- 15) 子宫：调经、举陷、理气、理血、止痛
- 16) 定喘：平喘、止咳、宣肺、理气、活络
- 17) 夹脊：调理脏腑、通利关节、活络、通经、调理气血
- 18) 胃脘下俞：理气、和胃、止痛、生津、化痰
- 19) 痞根：消痞、行气、导滞、散积、化瘀
- 20) 下极俞：益肾、健脾、祛湿、强腰、活络
- 21) 腰眼：益肾、壮腰、除瘀、活血、通络、扶正
- 22) 十七椎：益肾、通络、利尿、止痛、调经、疏经
- 23) 腰奇：安神、镇痉、止痢、通便、熄风、祛痰
- 24) 肘尖：解毒、清热、化痰、消肿、散结
- 25) 二白：消痔、调和气血、提肛、固脱、清热
- 26) 舒筋骨、除风、利窍
- 27) 中泉：理气、止痛、止咳、平喘、宽胸、调和气血
- 28) 中魁：和胃、降逆、理气、止血
- 29) 大骨空：明目、退翳、祛风、泻火
- 30) 小骨空：明目、止痛、聪耳、清热、利窍
- 31) 腰痛点：活络、舒筋、止痛、消肿、镇痉
- 32) 外劳宫：活络、止痛、健脾、舒筋、消积
- 33) 八邪：清热、通络、解毒、消肿、止痛、祛风、疏经

- 34) 四缝：消积、健脾、止咳、平喘、导滞、祛痰
- 35) 十宣：开窍、泄热、止痉、止痛、通络、祛风
- 36) 髌骨：祛湿、清热、通利关节、舒筋、祛风、活络
- 37) 鹤顶：活络、利节、止痛、化湿、舒筋、清热、祛风
- 38) 百虫窝：祛风、清热、杀虫、利湿、活血、解毒
- 39) 内膝眼：活络、除湿、利节、祛风、通经
- 40) 膝眼：活络、除湿、利节、通经、消肿、祛风
- 41) 胆囊：利胆、清热、利湿、通络、通腑、疏肝
- 42) 阑尾：通腑、清热、行气、调肠腑、止痛、化瘀
- 43) 内踝尖：止痛、定痉、清热、舒筋、活络
- 44) 外踝尖：止痛、定痉、舒筋、活络、行气
- 45) 八风：通络、清热、解毒、祛风、消肿、活血
- 46) 独阴：降逆、调经、和胃、通调冲任、理气
- 47) 气端：开窍、通络、止痛、镇痉、舒筋、疏经

2 十四经常用功能

统计结果按功能表述频次高低排序，得出各个经络的前 10 位常用功能。

2.1 手太阴肺经功能

宣肺、清热、利咽、清肺、止咳、理气、活络、祛风、通经、降逆

2.2 手阳明大肠经功能

清热、活络、祛风、通经、理气、止痛、利节、开窍、消肿、利咽

2.3 足阳明胃经功能

活络、理气、和胃、祛风、清热、通经、止痛、安神、健脾、利湿

2.4 足太阴脾经功能

健脾、利湿、理气、和胃、宽胸、活血、止痛、活络、调经、清热

2.5 手少阴心经功能

安神、活络、清心、开窍、理气、清热、通经、活血、止痛、宽胸

2.6 手太阳小肠经功能

活络、清热、祛风、舒筋、安神、通经、止痛、聪耳、开窍、明目

2.7 足太阳膀胱经功能

活络、清热、祛风、安神、舒筋、理气、明目、利湿、补肾、和胃

2.8 足少阴肾经功能

补肾、理气、清热、和胃、调经、降逆、安神、宽胸、滋阴、利湿

2.9 手厥阴心包经功能

安神、开窍、宽胸、清热、理气、清心、和胃、活络、止痛、通经

2.10 手少阳三焦经功能

清热、活络、祛风、聪耳、通经、止痛、开窍、通窍、安神、明目

2.11 足少阳胆经功能

活络、祛风、清热、通经、止痛、明目、安神、疏肝、开窍、利湿

2.12 足厥阴肝经功能

疏肝、理气、利湿、清热、调经、健脾、活络、活血、熄风

2.13 督脉功能

安神、开窍、清热、祛风、熄风、活络、镇痉、补肾、止痛、利湿

2.14 任脉功能

理气、宽胸、和胃、降逆、补肾、安神、健脾、利湿、止咳、调经

3 主要功能出现频次最多穴位

统计结果按功能表述频次高低排序，得出各个主要功能的前 10 位常用腧穴。

- 1) 清热：关冲、少泽、大椎、少冲、睛明、外关、曲池、攒竹、中冲、委中
- 2) 活络：地仓、颊车、昆仑、列缺、外关、肩井、环跳、风市、手三里、髀关
- 3) 安神：神门、内关、心俞、灵道、通里、郄门、申脉、间使、大陵、神道
- 4) 祛风：地仓、风池、睛明、风门、环跳、风市、大迎、风府、合谷、攒竹
- 5) 理气：膻中、天枢、气舍、期门、厥阴俞、督俞、中庭、蠡沟、内关、天池
- 6) 通经：环跳、足三里、列缺、髀关、外关、肩井、风市、上廉、悬钟、阳辅
- 7) 止痛：合谷、内关、下关、头维、梁丘、颌厌、内庭、悬颅、外陵、瞳子髻
- 8) 开窍：水沟、中冲、涌泉、少冲、少商、哑门、百会、商阳、风府、素髻

- 9) 利湿：阴陵泉、商丘、脾俞、太白、曲泉、小肠俞、意舍、风市、环跳、漏谷
- 10) 和胃：胃俞、承满、不容、梁门、胃仓、中脘、公孙、梁丘、太白、内关
- 11) 健脾：公孙、脾俞、三阴交、阴陵泉、太白、地机、章门、足三里、大都、胃俞
- 12) 舒筋：阳陵泉、浮郤、承山、委中、昆仑、曲垣、养老、膈俞、承扶、仆参
- 13) 明目：睛明、攒竹、承泣、头维、瞳子髎、光明、养老、阳白、风池、肝俞、
- 14) 补肾：命门、关元、肾俞、志室、气海、太溪、阴谷、大钟、交信、关元俞
- 15) 宽胸：膻中、中庭、大陵、灵墟、厥阴俞、天溪、大包、膈腧、天池、鸠尾
- 16) 降逆：尺泽、上脘、中庭、膈关、内关、日月、曲泽、中脘、鸠尾、解溪
- 17) 活血：地机、血海、心俞、膈腧、期门、极泉、曲泽、水泉、天泉、合谷
- 18) 调经：带脉、中极、血海、交信、曲骨、阴交、蠡沟、上髎、水泉、白环俞
- 19) 宣肺：列缺、肺俞、风门、中府、天突、天府、经渠、肩中俞、魄户、身柱
- 20) 疏肝：期门、肝俞、阳陵泉、章门、蠡沟、魂门、日月、外丘、胆俞、足临泣
- 21) 止咳：太渊、天突、中府、紫宫、璇玑、魄户、华盖、气户、步廊、彘中
- 22) 消肿：二间、悬颅、侠溪、颧髎、商阳、天容、膺窗、耳和髎、曲鬓、承浆
- 23) 化痰：丰隆、天突、肩井、天鼎、天井、彘中、库房、巨阙、太渊、扶突
- 24) 平喘：俞府、魄户、中府、平喘、辄筋、气户、神藏、彘中、水突、经渠
- 25) 熄风：太冲、百会、行间、筋缩、率谷、侠溪、强间、足临泣、风府、囟会
- 26) 通窍：瘰脉、翳风、颊息、眉冲、通天、哑门、玉枕、脑空、上星、神庭

- 27) 利咽：少商、廉泉、鱼际、天容、水突、天突、照海、商阳、扶突、人迎
- 28) 聪耳：翳风、听宫、耳门、听会、肾俞、中渚、四渎、上关、天容、头窍阴
- 29) 利节：肩髃、肘髃、膝关、风府、曲池、巨骨、犊鼻、膈会、膝阳关、阳陵泉
- 30) 清头：至阴、头维、昆仑、风池、神庭、络却、天牖、头临泣、目窗、足临泣
- 31) 解表：大椎、风门、合谷、列缺、外关、风池、陶道、大杼、曲池、支正
- 32) 利水：水分、陷谷、肾俞、京门、箕门、偏历、关门、复溜、交信、曲骨
- 33) 清心：劳宫、少府、中冲、大陵、神门、通里、阴郄、阳谷、少泽、少海
- 34) 散寒：附分、膝阳关、腰阳关、阴市、伏兔、环跳、中渚、归来、犊鼻、清冷渊
- 35) 化滞：胃俞、下脘、梁门、上巨虚、中脘、足三里、石关、育门、章门、大肠腧
- 36) 镇痉：瘦脉、筋缩、长强、十宣、脑户、曲鬓、大敦、脊中、颧髎、曲泽
- 37) 利胆：日月、胆俞、阳陵泉、肝俞、阳纲、丘墟、胆囊、阳交、章门、地五会
- 38) 调理下焦：关元俞、白环俞、会阳、合阳、中极、五枢、下髎、然谷、中髎、冲门
- 39) 调理肠胃：温溜、上巨虚、手三里、下巨虚、大横、下廉、阴都、滑肉门、外陵、商丘
- 40) 调肠：承山、大肠腧、小肠俞、大肠腧、中注、石关、下巨虚、商曲、下巨虚、承山
- 41) 散结：人迎、气舍、手五里、膈会、水突、肩贞、膈俞、天池、天井、臂臑、缺盆
- 42) 化瘀：手五里、膈腧、期门、天泉、乳根、巨骨、府舍、少泽、育门、渊腋、章门
- 43) 益气：气海、脾俞、隐白、膏肓、阳白、百会、大巨、归来、关元、气海俞

- 44) 强腰：肾俞、秩边、中膂俞、上髎、殷门、昆仑、居髎、中枢、志室、悬枢
- 45) 清肺：尺泽、少商、华盖、鱼际、云门、太渊、天池、肺俞、太溪、中府
- 46) 滋阴：复溜、阴郄、然谷、太溪、照海、膏肓、睛明、肺俞、涌泉、中府
- 47) 祛邪：承泣、液门、耳门、阳溪、足三里、中渚、环跳、命门、大椎、聚泉、列缺
- 48) 补虚：足三里、膏肓、地仓、肺俞、大巨、太溪、间使、风池、丘墟、曲池、神门
- 49) 解毒：灵台、温溜、肘尖、外丘、委中、八风、八邪、大迎、金津，玉液、角孙
- 50) 温阳：命门、中极、肾俞、阴谷、气海、三焦俞、横骨、石门、关元俞、中膂俞

讨论

1 从十二经腧穴的常用功能探讨腧穴功能规律

1.1 手太阴肺经

手太阴肺经腧穴的“宣肺理气”、“清肺利咽”、“止咳”等功能的出现频次较多，在中府、云门、天府、侠白、列缺、经渠等穴的功能中“宣肺”的出现频次最多，由此可见手太阴肺经腧穴功能与本经脉所经过的肺、咽喉等部位有密切的关系。另外，《难经·六十八难》所谓“合主逆气而泄”的合穴·尺泽穴为降逆，“荣主身热”的荣穴·鱼际为利咽、清肺等功能的出现频次占上位。

1.2 手阳明大肠经

手阳明大肠经腧穴的“清热”、“通经活络”等功能的出现频次多，由此可见这些功能是本经腧穴的主要功能。三阳经中阳明经的阳气最盛，因此当治疗实热证时对本经施用针刺泻法能够取得良好的清热效果。“通经活络”的功能体现在治疗前臂桡侧、上臂外侧前边、颈部及头面部等经脉所过的部位的病症。如：肘关节的肘髎穴、肩关节的肩髃穴的功能中利节的出现频次最多；从天鼎到迎香等穴位的功能中利咽、开窍、通鼻等出现频次占上位。

1.3 足阳明胃经

足阳明胃经腧穴的功能可以分段去分析其特点。在头面部腧穴的功能中“祛风通络”的出现频次最多，可以看出这些穴位多应用在治疗五官病症上。胸部腧穴功能出现频次以“宣肺理气、止咳平喘”为多，腹部腧穴以“和胃健脾”为多，说明与腧穴作用中近治作用相关。下肢腧穴除了“疏通经络”外，以“和胃健脾”的出现频次较多为突出的特点。另外，还可见“保健要穴”之足三里穴出现频次以“扶正”、“健脾和胃”为多，“祛痰要穴”之丰隆穴的“化痰”功能出现频次在全腧穴中最多等特点。

1.4 足太阴脾经

足太阴脾经腧穴功能以“健脾”的出现频次多为突出的特点。所有腧穴中“健脾”出现频次最多的公孙穴以及到阴陵泉穴等小腿腧穴在“健脾”的常用腧穴中占上位。“利湿要穴”之阴陵泉的“利湿”功能出现频次在所有腧穴中占首位。另外，还可见腹部腧穴除了“健脾”外还有“理气”、“利湿”等功能较多，胸部腧穴的“理气”、“宽胸”等功能较多等特点。

1.5 手少阴心经

“安神”的出现频次特别多是手少阴心经腧穴功能最突出的特点。虽然位于腋窝部的极泉穴、位于上臂的青灵穴的“理气”、“通络”等功能比较多，但从少海穴到少冲穴的每个腧穴的“安神”功能出现频次特别多。由此可见手少阴心经腧穴功能与本经脉所经过的心、胸部等部位有密切的关系。

1.6 手太阳小肠经

手太阳小肠经腧穴的“通经活络”、“祛风”、“舒筋”等功能的出现频次多，说明这些功能是本经腧穴的主要功能。由此可以看出手太阳小肠经腧穴的“通经活络”、“祛风”、“舒筋”等功能在临床上多应用于治疗上肢外侧后缘、肩后、颈部、头面部等本经脉所经过部位的病症。因为手太阳经与手少阴经相表里，所以络穴之支正穴、小海穴的“安神”、“宁心”等功能出现频次较多。

1.7 足太阳膀胱经

足太阳膀胱经腧穴的“活络”、“祛风”、“舒筋”等功能的出现频次多，由此可见足太阳膀胱经腧穴在临床上多应用于治疗头顶部、腰背部、下肢后缘等本经脉所经过部位的病症。太阳经是在六经辨证中主表的，因此头面部、上背

部腧穴的“祛风”功能出现频次较多。另外，还可见在背部第1~6胸椎棘突下节段腧穴的“宣肺”、“安神”、“宽胸”等功能多（说明与心、肺有密切关系）；第7~12胸椎棘突下节段腧穴的“疏肝”、“利胆”、“健脾”等功能多（说明与肝、胆、脾有密切关系）；第1腰椎棘突下~第4骶后孔节段腧穴的功能多与肾、大肠、小肠、膀胱及子宫等脏腑有密切关系等特点。

1.8 足少阴肾经

足少阴肾经腧穴的功能可以分段去分析其特点。下肢腧穴的功能中“补肾”的出现频次多，说明与本经脉属于肾有关系。下腹部腧穴功能出现频次以“调经”为多，上腹部腧穴以“和胃”为多，胸部腧穴以“宽胸理气”为多，说明与腧穴作用中近治作用相关。

1.9 手厥阴心包经

手厥阴心包经腧穴的功能与手少阴心经腧穴功能一样，以“安神”的出现频次很多为最突出的特点。虽然位于上臂的天池、天泉穴的“宽胸理气”功能比较多，但从郄门穴到劳宫穴的每个腧穴的“安神”功能出现频次很多。由此可见手厥阴心包经腧穴功能与本经脉所经过的心包、胸部等部位有密切的关系。

1.10 手少阳三焦经

手少阳三焦经腧穴的“清热”、“通经活络”、“祛风”等功能的出现频次多，说明这些功能是本经腧穴的主要功能。由此可以看出手少阳三焦经腧穴的“清热”、“通经活络”、“祛风”等功能在临床上多应用于治疗上肢外侧中间、肩颈、头面部等本经脉所经过部位的病症。另外，井穴之关冲穴、与阳维脉交会的外关穴的“清热”，翳风、耳门穴的“聪耳”等功能的出现频次较多。

1.11 足少阳胆经

足少阳胆经腧穴的“通经活络”、“祛风”、“清热”等功能的出现频次多，由此可见足少阳胆经腧穴的“通经活络”、“祛风”、“清热”等功能在临床上多应用于治疗下肢外侧中间、胁肋、头面部等本经脉所经过部位的病症。足少阳胆经腧穴的功能也可以分段去分析。头面部腧穴是以“祛风”、“清热”、“开窍”；胁肋部腧穴是以“活络”、“通经”；侧腹部腧穴是以“调经”；下肢腧穴是以“活络”、“通经”、“祛风”等功能的出现频次为最多见。

1.12 足厥阴肝经

足厥阴肝经腧穴的“疏肝”、“理气”等功能的出现频次多，说明这些功能是本经腧穴的主要功能。尤其是期门穴的“疏肝”功能出现频次在所有腧穴中占首位。在太冲、行间穴的功能中“平肝”、“熄风”等出现频次比“疏肝”还要多，可以看出该腧穴在临床多用于治疗肝阳上亢等病证。

1.13 总结

从以上分析中可以发现以下几个规律。

- (1) 所有腧穴都具备通经活络功能及近治作用。
- (2) 位于头面部、躯干部腧穴的功能与近治作用密切相关。如：头面部腧穴多具备“开窍”、“明目”、“聪耳”；躯干上部腧穴多具备“宽胸理气”、“宣肺”；躯干中部腧穴多具备“疏肝”、“健脾”、“和胃”；躯干下部腧穴多具备“补肾”、“调经”等功能。
- (3) 很多腧穴（以属于阳经的腧穴为主）具备清热功能。
- (4) 属于阴经的腧穴的功能以对所属脏的作用为主。如：手太阴肺经为“宣肺”；手少阴心经为“安神”；手厥阴心包经为“安神”；足太阴脾经为“健脾”；足少阴肾经为“补肾”；足厥阴肝经为“疏肝”等。
- (5) 属于阳经的腧穴的功能以对本经脉所经过部位的“通经活络”、“祛风”、“清热”作用为主。

第二部分

基于循证医学证据的足三里、支沟穴的功能研究

1. 资料与方法

1 研究对象

足三里穴（ST36）、支沟穴（TE6）

2 检索策略

2.1 现代文献证据

2.1.1 检索式

（1）“足三里”and“临床”or“治疗”

（2）“支沟”and“临床”or“治疗”

2.1.2 文献检索数据库

（1）中国期刊全文数据库（CNKI），检索年限：1979-2012年

（2）中文科技期刊数据库（VIP），检索年限：1989-2012年

（3）万方中华医学会期刊数据库，检索年限：1998-2012年

2.2 古代文献证据

2.2.1 电子检索

以“足三里”、“支沟”为检索词，检索《中华医典》。

2.2.2 手工检索

《中国针灸穴位通鉴》，检索“足三里”、“支沟”穴的主治病症内容。

3 评价对象确定

3.1 现代文献证据

3.1.1 纳入标准

（1）至今期刊发表的有关对象腧穴单穴临床研究报告

（2）使用针灸推拿相关疗法（包括毫针、电针、艾灸、推拿按摩等）

3.1.2 排除标准

（1）各数据库重复报道的文献

3.2 古代文献证据

3.2.1 纳入标准

(1) 单穴应用的主治病证

3.2.2 排除标准

(1) 明显抄录前人的记载

4 文献证据评估方法

本研究基于《循证针灸临床实践指南》文献质量评价标准^[39]评价各类现代文献证据。

4.1 现代文献证据评价

现代文献证据的评价，依照 AHCPR 标准（美国卫生保健和政策研究署，1992）和 SIGN 标准（苏格兰学院间指南工作网标准）制定，对证据的质量和强度加以分级(表 2)。

表 2 现代文献证据分级标准

证据等级	证据类型
I a	高质量随机对照试验的 Meta 分析
I b	随机对照试验（用改良 Jadad 量表将 RCT 评为 A、B、C 三个文献等级）
II	非随机临床试验（非随机同期对照、病例对照研究等）
III	病例系列研究
IV	病例报告及专家意见

4.1.1 随机对照试验研究

对于随机对照试验文献的评价，国际上多采用 Consort 声明、Jadad 量表、Delphi 清单等。针对针灸推拿临床试验难以采用双盲的特点，因此采用的是国际通用的 Jadad 评分量表加以改良，进行定量分析。

(1) 随机方法

0 分：未描述应用随机方法，或描述的随机方法不恰当。如根据患者意愿进行分组、按患者的生日、住院号分组。

1 分：描述了应用随机方法。

2 分：具体并恰当描述了应用的随机方法。如由计算机软件随机化或随机数字表完成的随机。

(2) 双盲法

0分：未描述应用双盲法；或描述的双盲方法不恰当，如部分人员既是试验的研究者又是研究结果的评估者；或试验中未提及应用优效性、等效性或假治疗的对照方法。

1分：描述了应用双盲法。

2分：具体并恰当描述了应用的随机双盲方法。如应用了安慰剂。

(3) 撤出或脱落

0分：未描述撤出或中止的受试人群的数目和理由。

1分：描述了撤出或中止的受试人群的数目和理由。

特别说明：由于针灸疗法的特殊性，临床上进行的双盲对照试验实施困难，因而文献中采用患者和评价者盲法即可得1分，详细描述了如何应用患者和评价者盲法完成临床试验的文献，在双盲法项目中可得2分。

根据改良Jadad量表将随机对照试验评为A、B、C三个文献等级。

A级：文献评分 ≥ 3

B级：文献评分=2

C级：文献评分 ≤ 1

4.1.2 非随机临床试验（包括非随机同期对照、病例对照研究等）

根据文献一般情况及研究设计合理性制定评估标准。

(1) 一般情况

符合两者之一：发表杂志属国家级或医学院校学报以上，或研究单位为省市级以上医院、研究机构。

(2) 诊断标准

符合：有明确的诊断标准，包括中医或西医诊断标准。

(3) 组间均衡性的比较

符合：进行了组间基线比较，且组间均衡性好。

(4) 疗效评价标准

符合：疗效采用了客观的、可量化的指标进行评价。

(5) 统计方法

符合：应用了正确的统计方法。

(6) 样本含量

符合：40 例及以上。

(7) 不良反应报告

符合：文献中提及治疗组或对照组的不良反应。

(8) 具体病例来源描述

符合：描述了观察对象来源于门诊还是病房。

(9) 退出与失访情况

符合：描述了撤出或退出的数目和理由。

(10) 随访

符合：进行了随访。

A 级文献：符合了十条评价标准中的五条以上（含五条），且前五条标准必须符合三条以上（含三条）。

B 级文献：观察对象没有明确的诊断标准。或符合十条评价标准中五条以下。或符合十条评价标准中的五条以上（含五条），但前五条标准仅符合三条以下。

4.1.3 病例系列观察

根据文献一般情况及研究设计合理性制定评估标准。

(1) 一般情况

符合两者之一：发表杂志属国家级或医学院校学报以上，或研究单位为省市级以上医院、研究机构。

(2) 诊断标准

符合：有明确的诊断标准，包括中医或西医诊断标准。

(3) 样本含量

符合：40 例及以上。

(4) 疗效评价标准

符合：疗效采用了具体的、可量化的指标进行评价。

(5) 统计方法

符合：应用了正确的统计方法。

(6) 治疗措施描述是否详细

符合：明确描述了治疗措施。包括穴位、刺灸法、疗程。

(7) 人口学和病情描述

符合：对患者年龄、性别、疾病轻重程度、病程等相关内容进行了描述。

(8) 随访

符合：进行了随访。

(9) 不良反应报告

符合：文献中提及治疗组或对照组的不良反应。

(10) 退出与失访情况

符合：描述了撤出或退出的数目和理由。

A 级文献：符合了十条评价标准中的五条以上（含五条），且前五条标准必须符合三条以上（含三条）。

B 级文献：观察对象没有明确的诊断标准。或符合十条评价标准中五条以下。或符合十条评价标准中的五条以上（含五条），但前五条标准仅符合三条以下。

4.2 古代文献证据评价

古代文献证据作为每一个评价等级中与低偏倚（A 级）的 II、III 级证据处于同样或然地位的必要条件。

5 推荐等级产生方法

《循证针灸临床实践指南》推荐等级评价标准^[40]加以更动，评价方案（主治病症）的推荐强度。

将同一种主治病症的文献按照古代文献、现代文献进行质量评估整合，遵循表 3 的推荐等级标准，评价方案（主治病症）的推荐强度。方案（主治病症）分成 A 级（强烈推荐）、B 级（一般推荐）、C 级（建议）三个层次。

表 3 主治病症方案推荐等级

推荐等级	证据水平
A 级	符合二者之一： 1. 同种主治病症的 I a 级证据 2. 同种主治病症的 I bA 级、II A 级、III A 级证据群或古代文献证据
B 级	符合三者之一： 1. 同种主治病症的 I bA 级证据

	2. 同种主治病症的 1 个或多个 I bB 级证据群+ II A 级证据群或古代文献证据 3. 同种主治病症的 II A 级证据群+古代文献证据
C 级	符合二者之一： 1. 同种主治病症的 I bB 级证据 2. 同种主治病症的 II A 级证据群

6 将推荐主治症变换为功能

将通过上述 5 推荐等级产生方法产生的推荐主治病症,根据其证据的治疗对象情况、治疗措施等内容,按照中医学理论变换为功能表述。

7 专家共识

为了进一步完善推荐主治病症及功能表述,召开专家会议。选择 5 名具有针灸高级职称的专家。讨论以下二个问题。

(1) 通过调研表的形式征询是否同意通过上述 5 推荐等级产生方法产生的推荐主治病症。形成得到专家共识的对象腧穴主治病症。得到 80% 以上专家的同意,作为得到专家共识。

(2) 对通过上述 6 将推荐主治症变换为功能产生的功能表述征求意见。出示产生出来的功能表述与其相关资料,让专家协商形成每一个推荐主治病症最合适的功能表述。

8 功能的合并总结

最后将通过上述 7 专家共识得到专家共识的主治病症变换出来的每个功能,按照中医学理论、其推荐强度等因素综合考虑合并总结,形成具有证据的腧穴功能表述。

II. 结果

1 足三里

1.1 文献检出情况

1.1.1 现代文献证据

通过数据库检索共检出 1427 篇,逐步阅读文题和全文,按照纳入标准和

排除标准进一步筛选，最终获得合格文献 94 篇，纳入本研究。纳入文献包括：随机对照试验（34 篇）、非随机对照试验（3 篇）、病例系列（42 篇）、病例报告（15 篇）。

1.1.2 古代文献证据

检索后，逐步阅读文题和全文，按照纳入标准和排除标准进一步筛选，最终获得合格文献 96 条，纳入本研究（表 4）。

表 4 足三里穴古代文献纳入文献

序号	出典
1	《黄帝内经太素·卷第十一·输穴·腑病合输》
2	《黄帝内经太素·卷第十一·输穴·气穴》
3	《黄帝内经太素·卷第二十二·九针之二·五脏刺》
4	《黄帝内经太素·卷第二十三九针之三·杂刺》
5	《黄帝内经太素·卷第二十三九针之三·杂刺》
6	《黄帝内经太素·卷第二十九·气论·胀论》
7	《内经评文·卷四·四时气第十九》
8	《内经评文·卷六·五乱第三十四》
9	（《素问·刺腰痛论》
10	《类经·二十二卷·针刺类·五十九、针分三气失宜为害》
11	《黄帝内经素问集注·卷五·咳论篇第三十八》
12	《灵枢识·卷三·四时气篇第十九》
13	《针灸甲乙经》
14	《针灸甲乙经》
15	《太平圣惠方·卷第九十九·具列一十二人形共计二百九十穴》
16	《太平圣惠方·卷第一百·具列四十五人形》
17	《圣济总录·卷第一百九十一·针灸门·足阳明胃经》
18	《圣济总录·卷第一百九十一·针灸门·足少阳胆经》
19	《圣济总录·卷第一百九十二·治风狂灸刺法》
20	《圣济总录·卷第一百九十三·治咳嗽灸刺法》

21	《圣济总录·卷第一百九十三·治水肿灸刺法》
22	《世医得效方·卷第八·大方脉杂医科·诸淋·积热》
23	《是斋百一选方·卷之十·第十三门·针急喉闭，缠喉风，并灸法》
24	《坎离种子神方叙·灸男妇无子穴法》
25	《针灸大全·卷之一·禁针穴歌》
26	《马丹阳天星十二穴并治杂病歌》
27	《通玄指要赋》
28	《席弘赋》
29	《琼瑶神书地部·琼瑶七星针二百七十四法》
30	《琼瑶神书人部·足阳明胃经配合五十法》
31	《琼瑶神书人部·治病手法歌六十三法》
32	《针灸甲乙经·卷七·六经受病发伤寒热第一下》
33	《针灸甲乙经·卷七·足阳明脉病发热狂走第二》
34	《针灸甲乙经·卷七·太阳中风感于寒湿发痲第四》
35	《针灸甲乙经·卷十一·气乱于肠胃发霍乱吐下第四》
36	《针灸甲乙经·卷十一·五气溢发消渴黄瘁第六》
37	《针灸甲乙经·卷十一·动作失度内外伤发崩中瘀血呕血唾血第七》
38	《针灸甲乙经·卷十二·妇人杂病第十》
39	《针灸集成·卷二·虚劳》
40	《针灸集成·卷二·胀满》
41	《扁鹊神应针灸玉龙经·一百二十穴·伤寒过经》
42	《扁鹊神应针灸玉龙经·六十六穴治证·戊足阳明胃之经》
43	《扁鹊神应针灸玉龙经·针灸歌·又歌曰》
44	《经络全书·前编·分野·二十七、(齿)》
45	《针灸易学·卷上·一手法·论晕针》
46	《普济方·针灸·卷九·针灸门·风癫狂》
47	《普济方·针灸·卷十·针灸门·伤寒热气》
48	《普济方·针灸·卷十一·针灸门·目不明》

49	《普济方·针灸·卷十二·心腹坚大》
50	《普济方·针灸·卷十二·胃痛》
51	《普济方·针灸·卷十二·反胃》
52	《普济方·针灸·卷十二·不能食》
53	《普济方·针灸·卷十三·虚损》
54	《普济方·针灸·卷十三·咳逆上气》
55	《普济方·针灸·卷十三·少气》
56	《普济方·针灸·卷十三·咳逆》
57	《普济方·针灸·卷十三·胸胁痛》
58	《普济方·针灸·卷十三·脚膝痛》
59	《普济方·针灸·卷十三·膝痛》
60	《普济方·针灸·卷十四·咳嗽》
61	《普济方·针灸·卷十四·唾血》
62	《普济方·针灸·卷十五·脚弱》
63	《普济方·针灸·卷十五·脚肿》
64	《针灸聚英·卷二·脏腑井荣俞经合》
65	《针灸聚英·卷二·玉机微义针灸证治·妇人》
66	《针灸聚英·卷二·治灸疮令发》
67	《玉龙赋》
68	《针灸大成·卷七·足部要穴》
69	《千金方》
70	《灵枢经·九针十二原篇》
71	《灵枢·五邪篇》
72	《针灸逢源·卷三·群书汇粹·症治要穴歌》
73	《针灸逢源·卷三·群书汇粹·禁针穴歌》
74	《勉学堂针灸集成·齿部》
75	《针灸学纲要·针灸七十穴·手足部》
76	《针灸学纲要·呕吐》

77	《灸法秘传·应灸七十证·劳伤》
78	《灸法秘传·应灸七十证·臌胀》
79	《灸法秘传·应灸七十证·痲癖》
80	《灸法秘传·应灸七十证·腹鸣》
81	《灸法秘传·太乙神针·背面穴道证治》
82	《神灸经纶·卷之四·手足症治》
83	《推拿抉微·第二集·推拿法·杂症门推法》
84	《厘正按摩要术·卷二·立法·揉法》
85	《伤寒论汇注精华·卷一之上·辨太阳病脉证篇（上）》
86	《伤寒论浅注补正·卷一上·辨太阳病脉证篇》
87	《医学原理·卷之七·牙齿门·论》
88	《先哲医话·卷上·和田东郭》
89	《急救广生集·卷五·妇科·求嗣》
90	《养生类篆·卷上·人事部·身体》
91	《幼科推拿秘书·卷四·杂症门》
92	《证治准绳·卷一·第一册·寒热门·恶寒》
93	《千金翼方·卷第二十七·针灸中·胃病第六》
94	《备急千金要方·卷三十·针灸下·杂病第七》
95	《症因脉治·卷四·腹痛论·外感腹痛·痧胀腹痛》
96	《伤寒论辨证广注·辨风门风池期门等穴针刺法》

1.2 文献质量评价

按照上述 4.1.1 随机对照试验研究的标准评价 34 篇随机对照试验文献质量，结果属于 A 级 5 篇、B 级 3 篇、C 级 26 篇。按照上述 4.1.2 非随机临床试验的标准评价 3 篇非随机对照试验文献质量，结果属于 A 级 3 篇、B 级 0 篇。按照上述 4.1.3 病例系列观察的标准评价 42 篇病例系列文献质量，结果属于 A 级 17 篇、B 级 25 篇。属于 IV 级的病例报告有 15 篇（表 5、6）。

表 5 足三里穴现代文献质量评价结果（篇）

随机对照试验（RCT）			非随机对照试验		病例系列		病例报告
A 级	B 级	C 级	A 级	B 级	A 级	B 级	
I bA	I bB	I bC	II A	II B	III A	III B	IV
5	3	26	3	0	17	25	15

表 6 足三里穴现代文献纳入文献

序号	证据级别	第一作者	文献名称	出处
1	I bA	赵百孝	艾灸足三里穴预防中老年人感冒的临床随机对照试验	世界针灸学会联合会成立 20 周年暨世界针灸学术大会论文,2007
2	I bA	张悦	温针灸足三里对高脂血症血脂影响的临床研究	山东中医药大学,2005
3	I bA	杨焱	电针足三里穴治疗恶性肿瘤化疗所致恶心呕吐:多中心随机对照研究	中国针灸,2009
4	I bA	钱光泽	足三里穴位埋线对促进结直肠癌术后胃肠功能恢复的临床研究	广州中医药大学,2011
5	I bA	雷澍	电针足三里穴防治老年机械通气患者胃食管反流	中华中医药学刊,2012
6	I bB	沈志坤	针刺足三里合用降压药物治疗顽固性高血压 25 例	陕西中医,2007
7	I bB	彭秀晴	泌尿外科术后足三里按摩促进胃肠功能恢复的临床研究	河北医药,2009
8	I bB	徐传兵	电针双侧足三里促进腹部术后胃肠功能恢复的临床研究	广州中医药大学,2011
9	I bC	李文华	针刺足三里对人工流产术止痛的疗效观察	新中医,1994

10	I bC	于明波	针刺足三里选择急腹症中西医结合治疗方案	吉林中医药, 1995
11	I bC	沈国伟	针灸足三里对抗化疗呕吐反应临床研究	中国针灸, 2001
12	I bC	张建军	足三里温针灸预防吲哚美辛胃肠道损伤的临床疗效观察	中国针灸学会第六届全国中青年针灸推拿学术交流暨针灸学科发展与建设研讨会论文汇编, 2004
13	I bC	刘龙彪	艾炷灸足三里治疗化疗后骨髓抑制的临床观察	吉林中医药, 2004
14	I bC	陈闯	电针足三里穴对化疗减毒作用的临床观察	新中医, 2004
15	I bC	周文丽	艾灸足三里治疗顺铂所致迟发性呕吐的临床观察	针灸临床杂志, 2005
16	I bC	何兴伟	灸刺足三里治疗难治性面瘫临床观察	中国针灸, 2006
17	I bC	刘龙彪	艾炷灸足三里治疗化疗后胃肠功能影响的临床观察	吉林中医药, 2006
18	I bC	邱丽琴	针刺足三里治疗肾绞痛的观察及护理	现代护理, 2006
19	I bC	崔承斌	针刺足三里防治中老年人胃镜检查副反应临床研究	中国中医科学院, 2006
20	I bC	梅怡明	按摩足三里促进腹部手术后肠蠕动功能的恢复临床应用效果观察	第三届浙江中西部科技论坛论文集, 2006
21	I bC	陈素英	电针足三里治疗恶性肿瘤合并顽固性呃逆24例效果观察	齐鲁护理杂志, 2007
22	I bC	司呈泉	针刺足三里对腹部手术后胃肠功能的影响	中国中西医结合外科杂志, 2007
23	I bC	公维军	不同种感觉障碍对电针足三里改善脑梗死	第三届北京国际

			患者下肢运动功能影响的临床研究	康复论坛论文集, 2008
24	I bC	吴立红	电刺激足三里穴对海训士兵血液中LA_SOD_GSH_PX的影响	中国康复医学杂志 2008
25	I bC	公维军	电针足三里改善脑卒中偏瘫痉挛期患者下肢运动功能的临床研究	中国康复理论与实践, 2008
26	I bC	王丽娟	电针足三里穴对骨科术后患者腹胀的影响	中国中医急诊, 2008
27	I bC	公维军	电针足三里应用于脑卒中后痉挛状态的可行性研究	中国康复理论与实践, 2008
28	I bC	董晓敏	经皮穴位电刺激足三里抗运动性疲劳的临床研究	浙江中医杂志, 2008
29	I bC	黎清婵	针刺双侧足三里治疗产后便秘 100 例	江西中医药, 2010
30	I bC	马良慧	按压足三里治疗全子宫切除病人腹胀的临床研究	中国中医药现代远程教育, 2011
31	I bC	武百强	针刺足三里防治肺癌化疗呕吐的临床研究	中华中医药学刊, 2011
32	I bC	潘晨	足三里电刺激辅助治疗便秘型肠易激综合征的疗效观察	临床荟萃, 2012
33	I bC	李勤	艾灸足三里穴治疗老年高血压患者的观察和护理	中国医药指南, 2012
34	I bC	粟多海	针刺足三里治疗急性胰腺炎疗效观察	中外医学研究, 2012
35	II A	吴蔚	足三里雀啄灸治疗腰椎间盘突出症术后腹胀 50 例临床观察	江苏中医药, 2011
36	II A	曾再蓉	艾灸足三里穴治疗恶性肿瘤化疗后迟发性呕吐 50 例	湖南中医杂志, 2011

37	Ⅱ A	任秦有	针刺功能性消化不良患者足三里穴对其胃排空及相关激素水平影响的临床研究	山西医科大学学报,2010
38	Ⅲ A	彭悦	针刺足三里穴对高脂血症的临床观察	针刺研究,1986
39	Ⅲ A	崔允孟	针刺足三里治疗颞颌关节功能紊乱症	上海针灸杂志,1989
40	Ⅲ A	徐淑英	针刺足三里穴治疗癌性腹痛 69 例临床观察	针刺研究 针刺研究,1991
41	Ⅲ A	梁启伟	针刺足三里穴治疗震波碎石术后肾绞痛 160 例	中西医结合杂志,1991
42	Ⅲ A	徐淑英	针刺足三里穴治疗胃癌痛 42 例临床观察	针刺研究,1992
43	Ⅲ A	黄效增	温针灸足三里穴治疗高血压病	山西中医,1994
44	Ⅲ A	王金爱	针刺足三里穴治疗婴幼儿泄泻 228 例	医学信息,1995
45	Ⅲ A	刘运珠	温针灸足三里对防治老年性疾病的临床观察	中国针灸,1996
46	Ⅲ A	郑关毅	针刺足三里穴治疗肠道易激综合征的临床观察	上海针灸杂志,1996
47	Ⅲ A	樊德祥	针刺足三里治疗胃肠功能紊乱 38 例临床观察	河南医药信息,1996
48	Ⅲ A	施跃荣	电针双侧足三里穴治疗肾绞痛 92 例	中国中医药学会基层中医药会议专刊,1997
49	Ⅲ A	邢向梅	针刺足三里穴治疗胃镜术中恶心呕吐 200 例	针灸临床杂志,1998
50	Ⅲ A	黄守琴	针刺足三里治疗急性胃肠痉挛 56 例	山西中医学院学报,2001
51	Ⅲ A	刘生链	指压穴位足三里止腹痛 102 例临床疗效观察	赣南医学院学报,2003
52	Ⅲ A	张金花	艾灸足三里治疗术后腹胀 42 例	中国民间疗

				法, 2004
53	Ⅲ A	詹正明	艾灸足三里穴治疗感冒 60 例	中 医 外 治 杂 志, 2006
54	Ⅲ A	冯卫星	针刺足三里穴对脑卒中偏瘫下肢抬高即刻 效应临床观察	吉 林 中 医 药, 2010
55	Ⅲ B	张炳秀	足三里针治婴幼儿腹泻 32 例报道	安徽中医学院学 报, 1982
56	Ⅲ B	崔允孟	针刺足三里穴治疗胸痛 60 例初步观察	中级医刊, 1989
57	Ⅲ B	曲敬来	针刺足三里对脾虚型支气管哮喘的即刻平 喘作用	中 医 药 信 息, 1990
58	Ⅲ B	张连城	辰时针足三里治疗慢性胃炎	四川中医, 1991
59	Ⅲ B	盛红光	针刺足三里治疗落枕 80 例	陕西中医学院学 报, 1991
60	Ⅲ B	胡亚萍	针刺足三里穴治感冒	河北中医, 1992
61	Ⅲ B	曾霭良	按压足三里治疗功能性肠梗阻 47 例	中国针灸, 1994
62	Ⅲ B	曹飞	温针灸足三里治疗胃肠功能紊乱 40 例	四川中医, 1994
63	Ⅲ B	贾淑芬	速刺足三里穴治疗婴幼儿急慢性吐泻 78 例	中国针灸, 1994
64	Ⅲ B	刘松河	针刺足三里治疗腹痛 396 例	上 海 针 灸 杂 志, 1996
65	Ⅲ B	李秀芳	隔姜灸足三里治疗化疗呕吐 32 例	新 疆 中 医 药, 1998
66	Ⅲ B	李国通	自我按摩足三里穴治疗老年习惯性便秘	按 摩 与 导 引, 1998
67	Ⅲ B	谢振森	足三里按摩治疗婴儿腹泻 25 例报告	内 蒙 古 中 医 药, 1998
68	Ⅲ B	唐仕勇	独取足三里治疗急腹症	陕西中医学院学 报, 1998
69	Ⅲ B	李宗兴	独取足三里治疗骨伤科病人脏腑并发症	中医正骨, 1998

70	Ⅲ B	李丽	针刺足三里治疗胃肠功能紊乱 38 例	山东医药, 1998
71	Ⅲ B	吴永强	足三里穴位埋线治疗肾绞痛 60 例	中国民间疗法, 1999
72	Ⅲ B	叶勇	指压足三里治疗急性肩周炎	中国民间疗法, 2000
73	Ⅲ B	刘桂红	双侧足三里艾灸治疗腹部手术后腹胀的观察	齐鲁护理杂志, 2000
74	Ⅲ B	曾凡启	针刺足三里治疗小儿原发性肠痉挛 68 例	中国针灸, 2000
75	Ⅲ B	刘桂红	艾灸足三里穴治疗腹部术后腹胀	中国临床医生, 2000
76	Ⅲ B	宋淑贤	针刺足三里治疗胃轻瘫综合症 14 例	针灸临床杂志, 2002
77	Ⅲ B	陈群敏	足三里气针治疗急性踝关节扭伤	中国针灸, 2004
78	Ⅲ B	温安东	针刺足三里穴治疗单纯性呃逆 29 例	中华全科医师杂志, 2004
79	Ⅲ B	孙伊平	针刺双侧足三里治疗胃胀 30 例临床观察	中国民康医学, 2011
80	Ⅳ	张顺德	针刺足三里治疗“食痹”	四川中医, 1986
81	Ⅳ	张顺德	针刺足三里治疗“食痹”	四川中医, 1986
82	Ⅳ	张岩	足三里治疗急性肠梗阻	上海针灸杂志, 1991
83	Ⅳ	陈峰	毫针针刺足三里治坐骨神经痛	医学文选, 1991
84	Ⅳ	蒋政余	针灸足三里穴治疗疑难病症临床体会	湖南中医杂志, 1993
85	Ⅳ	蒋政余	针灸足三里穴治疗疑难病症临床体会	湖南中医杂志, 1993
86	Ⅳ	蒋政余	针灸足三里穴治疗疑难病症临床体会	湖南中医杂志, 1993

87	IV	唐仕勇	足三里穴临床应用案例	针灸临床杂志, 1994
88	IV	唐仕勇	足三里穴临床应用案例	针灸临床杂志, 1994
89	IV	宋文忠	足三里穴在急性腹痛中的应用	内蒙古中医药, 1996
90	IV	韩万年	足三里穴刺络放血的临床探讨	国际传统医药大会论文集, 2000
91	IV	韩万年	足三里穴刺络放血的临床探讨	国际传统医药大会论文集, 2000
92	IV	经平	针刺足三里治疗胃痉挛 1 例	上海针灸杂志, 2001
93	IV	曹伟杰	针刺足三里治疗输尿管结石验案	河北中医药学报, 2001
94	IV	丁怀莹	针刺双侧足三里穴治疗冠脉搭桥术后胃肠功能紊乱 1 例报告	右江民族医学院学报, 2009

1.3 推荐方案（主治病症）

按照上述 5 推荐等级产生方法产生推荐方案（主治病症），并经过上述 7 专家共识得到专家共识，最后形成足三里穴下列 7 种推荐主治病症。包括 1 种 A 级推荐、3 种 B 级推荐及 3 种 C 级推荐。

1) 呕吐

- A 级推荐

- 现代文献证据：I bA [3]，I bC [11,15, 31]，II A [36]，III A [49]，III B [65]

- 古代文献证据：[5,15,20,32,49,51,56,76,81,94,96]

2) 预防与治疗感冒

- B 级推荐

- 现代文献证据：I bA [1]，III A [53]，III B [60]

3) 高脂血症

● B 级推荐

● 现代文献证据: I bA [2], IIIA [38], IV [84]

4) 胃肠功能紊乱

● B 级推荐

● 现代文献证据: I bA [4], I bB [7, 8], I bC [17, 20, 22]

5) 腹胀

● B 级推荐

● 现代文献证据: I bC [26, 30], II A [35], IIIA [52], IIIB [73, 75]

● 古代文献证据: [1,3,8,13,14,15,16,17,31,47,49,50,75]

6) 胃痛、胃胀

● B 级推荐

● 现代文献证据: II A [37], IIIA [42], IIIB [79]

● 古代文献证据: [1,8,13,14,16,17,31,47,50,83]

7) 高血压

● B 级推荐

● 现代文献证据: I bB [6], I bC [33], IIIA [43]

1.4 腧穴功能

按照上述 6 将推荐主治症变换为功能的方法产生功能表述(表 7),并经过上述 7 专家共识的协商,最后形成最合适的功能表述(表 8)。

表 7 推荐主治症变换为功能的方法产生功能表述

	推荐等级	主治病症	功能
1	A 级	呕吐	和胃止吐
2	B 级	预防与治疗感冒	扶正祛风
3	B 级	高脂血症	健脾燥湿
4	B 级	胃肠功能紊乱	健脾和胃
5	C 级	腹胀	通调腑气
6	C 级	胃痛、胃胀	和胃止痛

7	C 级	高血压	降压
---	-----	-----	----

表 8 经过专家协商后形成的功能表述

	推荐等级	主治病症	功能
1	A 级	呕吐	和胃止呕
2	B 级	预防与治疗感冒	扶正祛邪
3	B 级	高脂血症	健脾化浊
4	B 级	胃肠功能紊乱	调和脾胃
5	C 级	腹胀	通调腑气
6	C 级	胃痛、胃胀	理气止痛
7	C 级	高血压	(无法直接变换: 包括在上述扶正, 健脾化浊等功能当中)

2 支沟

2.1 文献检出情况

2.1.1 现代文献证据

通过数据库检索共检出 30 篇, 逐步阅读文题和全文, 按照纳入标准和排除标准进一步筛选, 最终获得合格文献 19 篇, 纳入本研究。纳入文献包括: 随机对照试验 (2 篇)、非随机对照试验 (0 篇)、病例系列 (11 篇)、病例报告 (6 篇)。

2.1.2 古代文献证据

检索后, 逐步阅读文题和全文, 按照纳入标准和排除标准进一步筛选, 最终获得合格文献 28 条, 纳入本研究 (表 9)。

表 9 支沟穴古代文献纳入文献

序号	出典
1	《太平圣惠方·卷第一百·具列四十五人形》
2	《琼瑶神书地部·男女大便闭塞一百三十六法》
3	《琼瑶神书地部·男女腹中气痛一百八十法》

4	《琼瑶神书人部·手少阳三焦经配合四十四法》
5	《针灸甲乙经·卷九·邪在肺五脏六腑受病发咳逆上气第三》
6	《针灸甲乙经·卷十·阳受病发风第二》
7	《针灸甲乙经·卷十一·阳厥发狂痫第二》
8	《针灸甲乙经·卷十一·动作失度内外伤发崩中瘀血呕血唾血第七》
9	《针灸甲乙经·卷十二·寒气客于厌发暗不能言第二》
10	《扁鹊神应针灸玉龙经·一百二十穴·腹痛》
11	《扁鹊神应针灸玉龙经·六十六穴治证·甲手少阳三焦经》
12	《扁鹊神应针灸玉龙经·磐石金直刺秘传》
13	《针灸易学·卷上·二认症定穴继洲杨先生胜玉歌认症定穴》
14	《普济方·针灸·卷八·针灸门·腧穴·手少阳三焦经左右二十四穴》
15	《普济方·针灸·卷十三·针灸门·胸胁痛》
16	《普济方·针灸·卷十四·针灸门·咳嗽》
17	《针灸聚英·卷四下》
18	《医宗金鉴·刺灸心法要诀·卷七·手部主病针灸要穴歌》
19	《胜玉歌》
20	《针灸大成·卷三·杂病穴法歌》
21	《针灸大成·卷八·霍乱门》
22	《针灸问答·卷下·第七十四章编辑古今针灸歌赋》
23	《针方六集·卷之二·开蒙集·《难经》五门主治七》
24	《针方六集·卷之六·兼罗集·腹中疼痛三十四》
25	《神灸经论·卷之四·妇科症治》
26	《卫生宝鉴·卷七·中风门·中风针法·半身不遂》
27	《医学入门·内集·卷一·针灸·符杂病穴法》
28	《医学纲目·卷之二十五·脾胃部·狂》

2.2 文献质量评价

按照上述 4.1.1 随机对照试验研究的标准评价 2 篇随机对照试验文献质量，

结果属于 A 级 1 篇、B 级 1 篇、C 级 0 篇。按照上述 4.1.3 病例系列观察的标准评价 11 篇病例系列文献质量，结果属于 A 级 3 篇、B 级 8 篇。属于 IV 级的病例报告有 6 篇（表 10、11）。

表 10 支沟穴现代文献质量评价结果（篇）

随机对照试验（RCT）			非随机对照试验		病例系列		病例报告
A 级	B 级	C 级	A 级	B 级	A 级	B 级	
I bA	I bB	I bC	II A	II B	III A	III B	IV
1	1	0	0	0	3	8	6

表 11 支沟穴现代文献纳入文献

序号	证据级别	第一作者	文献名称	出处
1	I bA	张智龙	电针支沟穴治疗便秘之气秘多中心随机对照研究	中国针灸, 2007
2	I bB	李珂	一指禅推支沟穴对外科术后患者大便影响的临床观察	成都中医药大学, 2009
3	III A	魏献华	针刺支沟穴治疗急性腰扭伤	基层医学论坛, 2011
4	III A	张瑜	针刺支沟穴治疗胁痛 18 例	陕西中医, 1988
5	III A	宋禄法	针支沟穴治疗习惯性便秘 64 例观察	新中医, 1991
6	III B	赵燕	按摩指压支沟穴治疗便秘 46 例中国民间疗法	中国民间疗法, 2003
7	III B	天津市红桥区第三防治院新医科	支沟穴治疗便秘	天津医药, 1978
8	III B	徐结宝	支沟放血治疗胸胁痛	江西中医药, 1994
9	III B	宋禄法	针刺支沟穴治习惯性便秘	河北中医, 1985

10	IIIB	张英杰	针刺支沟穴治疗急性腰扭伤 67 例	中国针灸, 2003
11	IIIB	徐百秀	针刺支沟穴治疗急性腰扭伤 421 例	上海针灸杂志, 1990
12	IIIB	高洪英	针刺支沟穴治疗便秘 52 例体会	现代中西医结合杂志, 2005
13	IIIB	杨莉莉	针刺支沟穴治疗肋间神经痛 29 例	新疆中医药, 1998
14	IV	安秀平	针刺支沟穴治疗急性腰扭伤	河北中医, 1986
15	IV	张智龙	支沟穴在临床上的运用	山西中医, 1988
16	IV	徐学良	支沟穴的临床应用体会	针灸临床杂志, 1997
17	IV	张俊莉	支沟穴的临床应用体会	陕西中医, 2000
18	IV	林国华	支沟穴临床应用医案 5 则	新中医, 2010
19	IV	吴瑶	针刺支沟穴治疗急性疼痛验案	吉林中医药, 2012

2.3 推荐方案（主治病症）

按照上述 5 推荐等级产生方法产生推荐方案（主治病症），并经过上述 7 专家共识得到专家共识，最后形成支沟穴下列 1 种推荐主治病症。包括 1 种 A 级推荐。

1) 便秘

- A 级推荐
- 现代文献证据：I bA [1]，IIIA [5]，IIIB [6]，IIIB [7]，IV [15]
- 古代文献证据：[2,4,10,18,19,20,22,24,27]

2.4 腧穴功能

按照上述 6 将推荐主治症变换为功能的方法产生功能表述（表 12），并经过上述 7 专家共识的协商，最后形成最合适的功能表述（表 13）。

表 12 推荐主治症变换为功能的方法产生功能表述

	推荐等级	主治病症	功能
1	A 级	便秘	通调腑气

表 13 经过专家协商后形成的功能表述

	推荐等级	主治病症	功能
1	A 级	便秘	通调腑气

III. 结论

1 基于循证医学证据的足三里穴的功能

按照上述 8 功能的合并总结,形成具有证据的足三里穴的功能为“和胃止呕,扶正祛邪,健脾化浊,理气止痛”。

2 基于循证医学证据的支沟穴的功能

按照上述 8 功能的合并总结,形成具有证据的支沟穴的功能为“通调腑气”。

讨论

1 形成基于循证医学证据的腧穴功能方法论

辨证论治是中医学理论体系的主要特点之一,是运用中医学理论辨析相关临床资料以明确病变本质并确立证,论证其治则治法方药(方穴术)并付诸实施的思维和实践过程。这是中医学诊治疾病的基本理论。腧穴的功能是腧穴作用与主治的高度概括,也是在针灸疗法实施辨证论治的核心内容之一。目前还没有国家统一标准的腧穴功能,中医院校的统编教材上也还没有腧穴功能这一项,因而在针灸疗法随法选方缺乏标准依据。而且针灸专家编写的每一部著作上的功能表述记载也有所不同,给学生的学习和针灸医生的临床应用都带来一定的困难。腧穴功能的标准化能够静化这些混乱,使中医针灸临床、教育、学术交流等活动更加顺利,进而承担中医学发展的一部分任务。但由于形成腧穴功能的因素又多,其机理又复杂,所以要形成一个完整的腧穴功能有相当的难

度。因此本研究以循证医学的方法为切入点，探讨形成现阶段具有循证医学证据的腧穴功能的方法论，为腧穴功能的标准化、针灸学教育与腧穴的临床应用奠定理论基础。

1.1 原则

针灸学和中医学一样，是在千百年的实践中形成的。这些历经检验的临床验案具有一脉相承的特点。因此为了按照这些学科特点，应用基于循证医学的方法形成腧穴功能，本研究设计贯穿着“中医医籍为基础，研究数据为依据，专家共识为参考，综合考量腧穴功能”的原则。

1.2 证据的评估

临床文献是证据的主要来源。根据性质和特点，针灸临床证据可分为现代文献证据和古代文献证据。其中现代文献证据又包括随机对照研究证据、非随机对照研究证据、病例系列研究证据和病例报告研究证据。针灸学科特点是辨证论治，与西医不同，强调个体化治疗，并且疗法复杂，涉及多方面。因此在不同的个体身上很难使用同一种疗法。由于针灸推拿疗法的特殊性，加之其文献特点又不同于西医，很难真正严格实施随机对照试验的每个环节。仅评价随机对照试验的文献质量不足以代表针灸推拿疗法的全貌，还需评价其他研究类型的文献质量。因此本研究基于《循证针灸临床实践指南》文献质量评价标准^[39]评价各类现代文献证据。

1.2.1 现代文献证据

该评价标准，首先依照 AHCPR 标准（美国卫生保健和政策研究署，1992）和 SIGN 标准（苏格兰学院间指南工作网标准）制定现代文献证据的评价，对证据的质量和强度加以分级。然后根据随机对照试验、非随机临床试验、病例系列观察等不同研究类型利用不同层次的针灸临床研究文献质量评价量表产生证据等级。

1.2.2 古代文献证据

在应用古代文献作为证据之前，首先确立了应用的原则——既不能动摇循证医学的根本，又要突出古代文献在针灸临床中的重要意义作用。而在实际应用中，要实现这一原则，首先面临着这样的问题，即如果完全按照现代循证医学的证据等级评价方法（表 14）进行评价，古代文献属于 IV 级证据，在各种证据

中属于强度最低的一类证据，根本无法突出古代文献在针灸临床中的重要作用。经过反复推敲、讨论，认为采用这一方法来评价古代文献证据并不恰当，而应将其作为每一个评价等级中与低偏倚（A级）的Ⅱ、Ⅲ级证据处于同样或然地位的必要条件，从而使每一个推荐的方案均能形成一条有明确源头、从古至今逐渐发展完善的证据链。

表 14 现代文献证据分级标准

证据等级	证据类型
I a	高质量随机对照试验的 Meta 分析
I b	随机对照试验
Ⅱ	非随机临床试验
Ⅲ	病例系列研究
Ⅳ	病例报告及专家意见

1.3 推荐主治病症及其等级的产生

《循证针灸临床实践指南》推荐等级评价标准^[39]加以更动（表 15），评价方案（主治病症）的推荐强度。评价标准的更动主要有四点：第一、因为本研究需要产生的推荐不是针灸治疗方案，所以《循证针灸临床实践指南》推荐等级评价标准（表 16）中“同一针灸治疗方案”的表述改为“同种主治病症”；第二、因为本研究没有使用“专家经验证据”，所以删减与“专家经验证据”有关的部分；第三、按照《循证针灸临床实践指南》组确立的“古代文献证据不能动摇循证医学的根本”的原则，删减 C 级推荐第三条“同种主治病症的古代文献证据群”。因为古代文献中单穴主治病症的记载与“同一针灸治疗方案（指对某些病症的选穴、针刺方法相同的针灸治疗方法）”不同，其出现频率较多。如果不删减这条件，产生出来的 C 级推荐太多而影响到整个腧穴功能的意义，就会动摇循证医学的根本；第四、因为本研究按照“研究数据为依据”的原则，要形成具有临床研究数据依据的腧穴功能，所以删减“GPP”推荐等级。

将同一种主治病症的文献按照古代文献、现代文献进行质量评估整合，遵循表 15 的推荐等级标准，评价方案（主治病症）的推荐强度。方案（主治病症）分成 A 级（强烈推荐）、B 级（一般推荐）、C 级（建议）三个层次。

表 15 主治病症方案推荐等级

推荐等级	证据水平
A 级	符合二者之一： 1. 同种主治病症的 I a 级证据 2. 同种主治病症的 I bA 级、II A 级、III A 级证据群或古代文献证据
B 级	符合三者之一： 1. 同种主治病症的 I bA 级证据 2. 同种主治病症的 1 个或多个 I bB 级证据群+ II A 级证据群或古代文献证据 3. 同种主治病症的 II A 级证据群+古代文献证据
C 级	符合二者之一： 1. 同种主治病症的 I bB 级证据 2. 同种主治病症的 II A 级证据群

表 16 《循证针灸临床实践指南》推荐等级评价标准

推荐等级	证据水平
A 级	符合二者之一： 1.同种主治病症的 I a 级证据 2.同种主治病症的 I bA 级、II A 级、III A 级证据群或古代文献证据或专家经验证据
B 级	符合三者之一： 1.同种主治病症的 I bA 级证据 2.同种主治病症的 1 个或多个 I bB 级证据群+ II A 级证据群或古代文献证据或专家经验证据 3.同种主治病症的 II A 级证据群+古代文献证据或专家经验证据
C 级	符合四者之一： 1.同种主治病症的 I bB 级证据 2.同种主治病症的 II A 级证据群 3.同种主治病症的古代文献证据群

	4.同种主治病症的专家经验证据群
GPP	专家共识

1.4 变换为功能

将通过上述“1.3 推荐主治病症及其等级的产生”产生的推荐主治病症，根据其证据的病症及患者的描述、干预措施等相关内容，按照中医学理论变换为功能表述。

1.5 专家共识

为了进一步完善推荐主治病症及功能表述，召开专家会议。讨论以下两个问题。

(1) 通过调研表的形式征询是否同意通过上述“1.3 推荐主治病症及其等级的产生”产生的推荐主治病症。形成得到专家共识的对象腧穴主治病症。得到 80% 以上专家的同意，视为得到专家共识。如果第一轮投票有 20% 以上的不认同，则分别让投了同意和不同意的专家说明自己的观点和理由后，再做第二轮投票。第二轮投票中如果得到 80% 以上的同意，就视为得到专家共识。

(2) 对通过上述“1.4 变换为功能”产生的功能表述征求意见。出示产生出来的功能表述与其证据文献的一般情况、病症及患者的描述、干预措施等相关资料，让专家协商形成每一个推荐主治病症最合适的功能表述。

1.6 功能的合并总结

最后将通过专家会议由各主治病症形成的各功能，按照中医学理论、其推荐强度等因素综合考虑合并总结，形成具有证据的腧穴功能表述。

1.7 小结

通过本研究创立一套形成基于循证医学证据的腧穴功能的方法，并以足三里、支沟两穴为例，形成了现阶段具有循证医学证据的功能。研究设计中体现“中医典籍为基础，研究数据为依据，专家共识为参考，综合考量腧穴功能”的原则，充分利用了现有的各种证据，通过专家共识形成腧穴功能。今后可以利用本研究创立的方法探讨具有证据的常用穴位功能，以作在针灸疗法随法选方的标准依据之一。循证医学证据的高低取决于临床试验的质量，而临床试验质量的高低取决于试验的设计和和实施，国内的文献中往往对此环节的报告不完整，

影响文献质量评价的结果，这一点也是国内临床试验报告需要重视和改进的地方。

2 探讨足三里、支沟穴对主治病症的作用

2.1 足三里

2.1.1 呕吐 呕吐是指胃失和降、气逆于上而致的以胃的内容物从口中吐出为主要临床表现的病症。呕吐的病因虽多，但无外乎虚实两端，虚者因胃腑自虚，胃失和降；实者因外因、饮食、痰饮、郁气、瘀血等邪气犯胃，胃气上逆。呕吐病变部位在胃。本研究纳入的治疗呕吐的研究对象大部分都是化疗所致的呕吐（表 17）。化疗药物损伤脾胃，脾失健运，饮邪内停，胃气上逆而造成呕吐。足三里为胃腑下合穴，“合治内腑”（《灵枢·邪气脏腑病形》），起到和胃止呕的作用。

表 17 呕吐的证据文献

	证据水平	呕吐描述	出处
1	I bA	恶性肿瘤化疗所致 恶心呕吐	《电针足三里穴治疗恶性肿瘤化疗所致恶心呕吐 多中心 随机对照研究》杨焱,张越等.中国针灸 2009; 29 (12): 955-958
2	I bC	顺铂所致迟发性呕 吐	《艾灸足三里治疗顺铂所致迟发性呕吐的临床观察》周文 丽,考军等.针灸临床杂志 2005; 21 (3): 47-48
3	I bC	化疗呕吐反应	《针灸足三里对抗化疗呕吐反应临床研究》沈国伟,肖扬等. 中国针灸 2001; 21 (3): 158-160
4	I bC	肺癌化疗呕吐	《针刺足三里防治肺癌化疗呕吐的临床研究》武百强,陈福 春等.中华中医药学刊 2011; 29 (2): 406-408
5	II A	恶性肿瘤化疗后迟 发性呕吐	《艾灸足三里穴治疗恶性肿瘤化疗后迟发性呕吐 50 例》曾 再蓉.湖南中医杂志 2011; 27 (4): 76
6	III A	胃镜术中恶心呕吐	《针刺足三里穴治疗胃镜术中恶心呕吐 200 例》邢向梅,郭 秀丽等.针灸临床杂志 1998; 14 (9): 34
7	III B	化疗呕吐	《隔姜灸足三里治疗化疗呕吐 32 例》李秀芳等.新疆中医 药 1998; 16 (3): 29

2.1.2 感冒 感冒是常见的呼吸道疾病。中医学认为此病是感受风邪所致，与人的体质强弱密切相关。常因起居失常、冷暖不调、涉水淋浴、过度疲劳、酒后当风等导致机体抵抗力下降而发病，患有各种慢性病的体弱者则更易罹患。本研究纳入的治疗感冒的研究主要是预防中老年人感冒和治疗体虚感冒（表 18）。体虚感冒是指因素体虚弱常常感冒，或者感冒反复发作，经久不愈。针灸足三里穴，通过激发经络本身的功能，运引气血，能起到振兴中阳，强健脾胃，激活机体活力，增强新陈代谢，推陈出新，驱使并引导风寒之邪由谷道排出体外，使邪去正安，且又能调节机体免疫功能和维持机体生理平衡，亦即调节人体阴阳平衡以达到“阴平阳秘”的治病目的。

表 18 感冒的证据文献

	证据水平	呕吐描述	出处
1	I bA	预防中老年人感冒	《艾灸足三里穴预防中老年人感冒的临床随机对照试验》 赵百孝等. 世界针灸学会联合会成立 20 周年暨世界针灸学术大会论文,2007
2	III A	体虚感冒	《艾灸足三里穴治疗感冒 60 例》詹正明. 中医外治杂志 2006; 15 (5): 34
3	III B	感冒	《针刺足三里穴治感冒》胡亚萍,胡亚丽. 河北中医 1992; 14 (3): 26

2.1.3 高脂血症 高脂血症是指血中脂质成分过高，中医将本症归于痰浊、痰湿一类，近代也称为痰脂、浊质。有观察研究表明痰浊的生化物质基础与血清脂类含量的增多有关，董丽锦^[41]则更具体的指出血脂是浊质，来源于精微。治痰以治脾为本，顺气为先，调理气机是防治本病的关键。足三里为足阳明胃经穴，主血所生病，善治脾胃疾患及气血、血脉等方面的病症。足三里为胃之下合穴，有补益脾胃、消滞助运等功能，起到健脾化浊的作用。从而达到清除痰浊、痰湿等病理产物，促进脂质代谢，降低血脂的目的。

2.1.4 胃肠功能紊乱 本研究纳入的治疗胃肠功能紊乱的研究大部分都是促进腹部手术后胃肠功能恢复的（表 19）。中医学认为：“六腑以通为用”，腹部手术后多由元气大伤，气血双亏，离经之血则瘀，气血滞于脏腑之间，使气血流

通不畅，导致胃肠等消化道整体机能下降。足三里穴在十四经络中属足阳明胃经，是保健要穴，具有双向调节作用。刺激足三里穴可使胃经经气疏通，消积导滞，气血平衡，调和脾胃。从而促进肠蠕动及肛门排气，恢复胃肠功能。

表 19 胃肠功能紊乱的证据文献

	证据水平	呕吐描述	出处
1	I bA	促进结直肠癌术后胃肠功能恢复	《足三里穴位埋线对促进结直肠癌术后胃肠功能恢复的临床研究》钱光泽. 广州中医药大学 2011
2	I bB	促进泌尿外科术后胃肠功能恢复	《泌尿外科术后足三里按摩促进胃肠功能恢复的临床研究》彭秀晴,李雅静等. 河北医药 2009; 31 (2): 191-192
3	I bB	促进腹部术后胃肠功能恢复	《电针双侧足三里促进腹部术后胃肠功能恢复的临床研究》徐传兵. 广州中医药大学 2011
4	I bC	化疗后胃肠功能	《艾炷灸足三里治疗化疗后胃肠功能影响的临床观察》刘龙彪,乐进等. 吉林中医药 2006; 26 (8): 47
5	I bC	腹部手术后胃肠功能	《针刺足三里对腹部手术后胃肠功能的影响》司呈泉,宿广峰. 中国中西医结合外科杂志 2007; 13 (6): 547-549
6	I bC	促进腹部手术后肠蠕动功能的恢复	《按摩足三里促进腹部手术后肠蠕动功能的恢复临床应用效果观察》梅怡明. 第三届浙江中西部科技论坛论文集

2.1.4.1 足三里对胃肠的作用

足三里对胃肠机能影响显著，对胃机能低下者，轻度刺激使之兴奋，表现为胃电波幅增大、频率加快、胃酸分泌量减少、胃酸度下降、胃内压下降^[42]。钱立伟^[43]利用传感技术观察针刺足三里对幽门的运动功能有调整作用，能使偏低下的幽门运动功能兴奋，使亢进的幽门运动功能抑制。许冠荪等^[44]通过对穴位比较，发现针刺不同的穴位对胃肠运动抑制效果不相同，有些穴位之间的差异有显著统计学的意义，如足三里的针刺效果就比合谷、阳陵泉等穴位要好，说明穴位存在相对的特异性。李英等^[45]通过健康大鼠制成胃肠损伤的病理模型并用电针足三里治疗对大鼠胃肠功能紊乱有调整作用。黄喜梅^[46]针刺足三里，得到了同样的结论。

2.1.5 腹胀 中医学认为:腹胀是胃肠气机不畅，脾胃运化功能失调所致。脾胃

为气血生化之源，胃不降浊，脾不升清，大肠传导失司，则致腹胀。本研究纳入的治疗腹胀的研究大部分都是治疗手术后腹胀的（表 20）。腹部手术的创伤和术中对胃肠道直接损伤和刺激，可造成腹腔脏器气滞血瘀，脏腑的气机、运化失调，传化之物停滞。根据“六腑以通为用”及《灵枢·邪气脏腑病形》“合治内腑”的治则，选用足阳明胃经之合穴足三里为治疗腹胀的要穴。针灸足三里穴具有通调腑气之效。

表 20 腹胀的证据文献

	证据水平	呕吐描述	出处
1	I bC	全子宫切除病人腹胀	《按压足三里治疗全子宫切除病人腹胀的临床研究》马良慧. 中国中医药现代远程教育 2011; 9(10): 46
2	I bC	骨科术后患者腹胀	《电针足三里穴对骨科术后患者腹胀的影响》王丽娟,焦晶等. 中国中医急症 2008; 17(2): 276
3	II A	腰椎间盘突出症术后腹胀	《足三里雀啄灸治疗腰椎间盘突出症术后腹胀 50 例临床观察》吴蔚,李艳苑. 江苏中医药 2011; 43(2): 70-71
4	III A	腹部手术后腹胀	《艾灸足三里治疗术后腹胀 42 例》张金花,王金磊等. 中国民间疗法 2004; 12(12): 23
5	III B	腹部手术后腹胀	《双侧足三里艾灸治疗腹部手术后腹胀的观察》刘桂红,彭艳红. 齐鲁护理杂志 2000; 6(6): 438
6	III B	腹部术后腹胀	《艾灸足三里穴治疗腹部术后腹胀》刘桂红. 中国临床医生 2001; 29(9): 44

2.1.6 胃痛、胃胀 本病症的病位在胃，无论是为本身的原因还是其他脏腑的病变影响到胃腑，均可使胃络不通或者胃失濡养而导致胃痛、胃胀。多由寒邪客胃、饮食伤胃、肝气犯胃、脾胃虚弱等各种病因引发。但无论何种胃痛，胃气失和、胃络不通、胃失濡养是其基本病机。足三里为足阳明胃经之下合穴，“肚腹三里留”针刺足三里可以调通胃气，行气导滞，健脾和胃，从而达到理气止痛之效。

2.1.7 高血压 高血压是以安静状态下持续性动脉血压增高（BP: 140/90mmHg 以上）为主要表现的一种常见的慢性病。高血压病是西医病名，中医无此病名，

但根据其主要症候病程转归以及并发症，可归于中医学“头痛”、“眩晕”、“肝风”等范畴。其发生常与饮食失节、情志失调、内伤虚损等因素有关。此病的病变与肝、肾有密切的关系。基本病机是肾阴不足、肝阳偏亢。其代表证型有：肝火亢盛、阴虚阳亢、痰湿壅盛、气虚血瘀、阴阳两虚等。因为足三里为胃之下合穴，有补益脾胃、消滞助运、健脾化浊等功能，起到清除痰浊、痰湿等病理产物的作用。因此可以推测尤其对痰湿壅盛型高血压有效果。

2.2 支沟

2.2.1 便秘

中医学认为便秘病机虽然复杂，但总由大肠传导失职而成，同时与脾、胃、肺、肝、肾等脏腑功能失调有关。《素问·灵兰秘典论》曰：“大肠者，传导之官，变化出焉。”《素问·五脏别论》亦曰：“魄门亦为五脏使，水谷不得久藏。”说明化物传导、排泄糟粕作用在于大肠，而且与五脏的功能均有一定的关系，其传导有赖于气机升降出入的通畅，而气机的升降出入是由诸多脏腑协调完成的。肺在于上焦，主一身之气，与大肠互为表里，肺气宣降正常，则大肠传导有序；若肺失宣降，则大肠传导失司，糟粕淤滞难行。脾胃在于中焦，为气机升降之枢，关乎全身气机的调畅，脾之升运有助于大肠对糟粕中水液的吸收，胃气的通降有助于大肠对糟粕的排泄；若脾胃升降失常，则食滞中焦，壅塞胃肠。肝在于下焦，喜条达而主疏泄，若肝气条达，则脾气得以升运，胃气得以和降，饮食得以纳化，糟粕得以下行；若肝失疏泄，则木郁土壅，糟粕内停。肾在于下焦，司二便，肾气的蒸化和固摄，以司二便的排泄。由此可见，五脏气机的通畅，是大肠传导正常的基础；三焦气机畅达则腑气通畅，故治便秘多以“调气通腑”为先，调理三焦气机，而畅达下焦，通大便之闭结。本研究纳入的治疗便秘的研究主要是气秘和习惯性便秘（表 21）。支沟穴为手少阳三焦经穴，而三焦经在体内之循行路线是入缺盆、布胸中、络心包、向下过横膈，分属三焦。三焦又为水道，有化气输津，促进运化之功。针灸支沟穴则能宣通三焦气机，通调水道，使三焦腑气得通，津液得下，大肠传导功能恢复正常，从而达到通调腑气的作用。

表 21 便秘的证据文献

	证据水平	呕吐描述	出处
1	I bA	便秘(慢性功能性便秘; 气秘)	《电针支沟穴治疗便秘之气秘多中心随机对照研究》张智龙,吉学群等. 中国针灸 2007; 27(7): 475-478
2	III A	习惯性便秘	《针支沟穴治疗习惯性便秘 64 例观察》宋禄法. 新中医 1991; (12): 32-33
3	III B	便秘	《按摩指压支沟穴治疗便秘 46 例中国民间疗法》赵燕,林佩冲. 中国民间疗法 2003; 11(2): 24-25
4	III B	便秘	《支沟穴治疗便秘》天津市红桥区第三防治院新医科. 天津医药 1978; (4)
5	IV	气秘	《支沟穴在临床上的运用》张智龙. 山西中医 1988; 4(5): 47-48

3 基于循证医学及现代书籍的足三里、支沟穴功能的比较

通过第二部分得出来的基于循证医学的足三里、支沟穴的功能与通过第一部分得出来的基于现代书籍的功能作一比较。

3.1 足三里

通过第一部分得出来的基于现代书籍的足三里穴功能表述种类众多(表 22),但主要功能可以归纳总结为“扶正祛邪、健脾化湿、和胃降逆、通经活络、调和气血、理气化滞”,与通过第二部分得出来的基于循证医学的足三里穴功能相比较(表 23),可以发现两者有相吻合之处,也有不相吻合之处。基于循证医学的“和胃止呕”、“扶正祛邪”、“健脾化浊”、“理气止痛”等功能分别吻合为基于现代书籍的“和胃降逆”、“扶正祛邪”、“健脾化湿”、“理气化滞”等功能。不相吻合的是基于现代书籍剩下的“通经活络”及“调和气血”中“和血”等功能。这可以说明基于现代书籍的功能将基于循证医学的功能基本上都包括在其中。

表 22 基于现代书籍的足三里穴功能

功能	频次	功能	频次	功能	频次	功能	频次
扶正	53	防病	7	益气	3	温胃	1
健脾	31	化湿	6	止痛	3	温化寒湿	1
通经	25	补益气血	6	健体	3	温运中焦	1
和胃	25	和肠	6	通腑	2	强壮筋脉	1
活络	21	疏风	5	和血	2	除寒	1
调和气血	13	祛邪	5	镇痉	2	消胀	1
化滞	12	降逆	4	养血	1	导浊	1
益胃	9	化痰	4	化瘀	1	清理肠胃	1
理气	9	消积	3	镇静	1	调济阴阳	1
调理脾胃	8	活血	3	温补脾阳	1	升阳	1

表 23 基于循证医学及现代书籍的足三里穴功能的比较

	功能表述
循证医学	和胃止呕，扶正祛邪，健脾化浊，理气止痛
现代书籍	扶正祛邪，健脾化湿，和胃降逆，通经活络，调和气血，理气化滞

3.2 支沟

通过第一部分得出来的基于现代书籍的支沟穴功能表述种类也比较多（表 24），而主要功能可以归纳总结为“疏经活络、通调腑气、疏利三焦、清热利胁”，与通过第二部分得出来的基于循证医学的支沟穴功能相比较（表 25），可以发现“通调腑气”是在基于循证医学与基于现代书籍共同的一个功能。基于循证医学的没有体现出“疏经活络”、“疏利三焦”、“清热利胁”等功能。其实本研究纳入的支沟穴单穴临床研究证据中有不少治疗胸胁疼痛、急性腰扭伤的报道。这些病症可以变换为“疏经活络”、“利胁”等功能。

表 24 基于现代书籍的支沟功能

功能	频次	功能	频次	功能	频次	功能	频次
活络	17	聪耳	6	除滞	2	和解少阳	1
通腑	16	理气	5	润肠	2	疏胆	1
清热	15	疏利三焦	5	壮筋	2	散风	1
清利三焦	15	通利胸胁	5	补虚	2	活血	1
疏经	13	理胞宫	4	降火	2	散瘀	1
降逆	12	利胁	4	清宣少阳	2	温经	1
通便	8	通关	3	调理气机	2	散邪	1
开窍	6	舒筋	3	调经筋	1	消散瘀结	1

表 25 基于循证医学及现代书籍的支沟穴功能的比较

	功能表述
循证医学	通调腑气
现代书籍	疏经活络，通调腑气，疏利三焦，清热利胁

3.3 小结

从以上比较可以看出从循证医学和现代书籍两个角度探讨出来的足三里、支沟穴的功能有共性。基于循证医学的功能表述比较少，而基于现代书籍的将基于循证医学的都包括在其中。

比较基于循证医学及现代书籍的足三里、支沟穴的功能可以发现：

- (1) 两者的功能基本符合，没有相矛盾之处。
- (2) 本研究得出来的基于循证医学的足三里、支沟穴功能，可能还不太完整。这可能有两种原因：第一、目前单穴临床研究报道的数量依然缺少；第二、纳入的研究报道质量不够高。

本研究方法是按照循证医学的方法来设计的，因此通过本方法形成的功能范围取决于纳入研究报道的质和量。纳入研究报道数量增加和质量提高，引起产生出来的推荐主治病症的种类增多和推荐强度的提高，进而丰富基于循证医

学证据的腧穴功能的表述范围。希望随着今后国内外针灸临床试验设计和实施的提高，基于循证医学的腧穴功能范围更广、功能描述更加完善。

展望

通过本研究创立一套形成基于循证医学证据的腧穴功能的方法，并以足三里、支沟两穴为例，形成了现阶段具有循证医学证据的功能。研究设计中体现“中医医籍为基础，研究数据为依据，专家共识为参考，综合考量腧穴功能”的原则，充分利用了现有的各种证据，通过专家共识形成腧穴功能。今后可利用本研究创立的方法探讨具有证据的常用腧穴功能，以作在针灸疗法随法选方的标准依据之一。循证医学的技术日益进步，因此随着循证医学技术的提高，探讨腧穴功能的方法也要不断地改进，从中探索总结出更完整的腧穴功能表述。

参考文献

- [1] 沈雪勇.经络腧穴学[M].北京:中国中医药出版社,2002.12
- [2] 郑魁山.针灸集锦[M].兰州:甘肃人民出版社,1978.9
- [3] 石学敏.实用针灸学[M].天津:天津科学技术出版社,1981.5
- [4] 郑魁山.子午流注与灵龟八法[M].兰州:甘肃人民出版社,1983.2
- [5] 天津中医学院.腧穴学 针灸专业试用教材[M],1983.6
- [6] 刘洁声.太乙神针灸临证录[M].西安:陕西科学技术出版社,1984.8
- [7] 李世珍.常用腧穴临床发挥[M].北京:人民卫生出版社,1985.11
- [8] 徐笨人,葛书翰.临床针灸学[M].沈阳:辽宁科学技术出版社,1986.9
- [9] 谢文志.针灸探微[M].重庆:科学技术文献出版社重庆分社,1987.7
- [10] 黎文献,薛长利,黎建海.针灸简易取穴法[M].广州:科学普及出版社广州分社,1988.7
- [11] 章逢润,耿俊英.中国灸疗学[M].北京:人民卫生出版社,1989.2
- [12] 扬甲三.针灸腧穴学[M].上海:上海科学技术出版社,1989.10
- [13] 张耀忠,傅志强.气功按摩穴位实用手册[M].北京:学苑出版社,1990.10
- [14] 赵昕,刘炜宏.腧穴临证指要 国家标准《经学部位》宣贯[M].北京:中国标准出版社,1994.7
- [15] 石学敏.石学敏针灸学[M].天津:天津科学技术出版社,1996.1
- [16] 李平华.针灸腧穴疗法[M].北京:中国古籍出版社,1996.3
- [17] 靳士英.经络穴位与针灸概要[M].北京:人民卫生出版社,1996.4
- [18] 赵吉平,王燕平.针灸特定穴位 理论与临床[M].北京:科学技术文献出版社,1998.6
- [19] 扬兆民,鞠传军.实用针灸选穴手册修订版[M].北京:金盾出版社,1998.9
- [20] 王玉兴.新编实用腧穴学[M].北京:中国医药科技出版社,1999.6
- [21] 王云凯.临床常用百穴精解[M].天津:天津科学技术出版社,2000.1
- [22] 吴绪平,马俊,童利民.腧穴学教学重点与模拟题解[M].北京:中国医药科技出版社,2000.1

- [23] 孙国杰.针灸学[M].北京:人民卫生出版社,2000.10
- [24] 章逢润.针灸辩证治疗学[M].北京:中国医药科技出版社,2000.6
- [25] 王麟鹏,裴音,宣雅波.中医针灸临证[M].广州:华南理工大学出版社,2002.4
- [26] 郭长青.针灸特定穴临床实用集萃[M].北京:人民卫生出版社,2002.7
- [27] 何玲,陈思平,王立君.临床腧穴学[M].北京:人民军医出版社,2003.9
- [28] 臧郁文.中国针灸临床治疗学[M].青岛:青岛出版社,2003.10
- [29] 张学勋.实用针灸取穴手册[M].北京:人民卫生出版社,2003.10
- [30] 齐强.实用六经穴位辞典[M].北京:学苑出版社,2004.1
- [31] 王富春.腧穴类编[M].上海:上海科学技术出版社,2004.2
- [32] 杜元灏.针灸处方学[M].南京:江苏科学技术出版社,2004.3
- [33] 李道生.针灸三十讲[M].北京:人民卫生出版社,2005.5
- [34] 张吉.针灸学[M].北京:人民卫生出版社,2006.1
- [35] 王启才.特定穴临床应用[M].北京:中国中医药出版社,2008.10
- [36] 张智龙.针灸临床穴性类编精解[M].北京:人民卫生出版社,2009.1
- [37] 石学敏.石学敏实用针灸学[M].北京:中国中医药出版社,2009.10
- [38] 范其云:中国传统实用针灸学[M].太原:山西出版集团、山西科学技术出版社,2010 .1
- [39] 刘志顺,彭唯娜,毛湄等.《循证针灸临床实践指南》文献质量评价标准[J].中国针灸,2009,29(1):81-83
- [40] 中国中医科学院,中国针灸学会.中医循证临床实践指南 针灸[M].北京:中国中医药出版社,2011:13-14
- [41] 董丽锦.用中西医结合的观点论述脾虚证.天津中医,1996,13(5):424
- [42] 陈缓.自由基医学[M].北京:人民军医出版社,1996:36.
- [43] 钱立伟.电针足三里穴对人体幽门运动功能影响的研究[J].中国中西医结合杂志,1993,13(6):336-339
- [44] 许冠荪,欧阳守.足阳明胃经足三里穴位特异性研究—针刺对家兔胃运动的影响[J].安徽中医学院学报,1981(12):64-70
- [45] 李英,冯明秀,黄喜梅.电针对化疗大鼠胃肠功能影响的实验研究[J].中国

针灸,1996,16(3):31-32

[46] 黄喜梅.电针足三里对癌症化疗中胃肠功能影响的临床及实验研究[J].

上海针灸杂志,1996,15(2):11-13

攻读学位期间发表论文情况

- [1] 渡邊大祐,高木健,郭義.中国における中医薬標準化の現状[J].中医臨床.2011;32(4):84-87
- [2] 高木健, 渡邊大祐,郭義.中国における鍼灸領域の国家標準[J].医道の日本.2012;71(3):161-165
- [3] 渡邊大祐.中国現代鍼灸文献における経穴効能表記の研究(第 1 報) [J].医道の日本.2012;71(6):98-103
- [4] 渡邊大祐.中国現代鍼灸文献における経穴効能表記の研究(第 2 報) [J].医道の日本.2012;71(7):169-175
- [5] 渡邊大祐.中国現代鍼灸文献における経穴効能表記の研究(第 3 報) [J].医道の日本.2012;71(8):111-116
- [6] 渡邊大祐.中国現代鍼灸文献における経穴効能表記の研究(第 4 報) [J].医道の日本.2012;71(9):153-158
- [7] 渡邊大祐.中国現代鍼灸文献における経穴効能表記の研究(第 5 報) [J].医道の日本.2012;71(10):187-197
- [8] 渡邊大祐,高木健,趙雪,郭義.日本針灸標準研制現状及其对一些問題的思考[J].中国針灸.2012;32(10):925-927
- [9] 渡邊大祐,郭義.経穴効能に関する考察[J].中医臨床.2013;34(1):151-154