

【附】2021 版本针灸特殊功效穴及主配穴技巧歌诀

※【附 1】针灸主穴趣记

| 序列 | 主病证 | 主穴选穴 | 主穴选穴趣记 |
|----|---------|--------------------------|----------------|
| 1 | 头痛 | 百会、阿是穴、合谷、风池 | 阿是骨瓷 |
| 2 | 面痛 | 攒竹、四白、下关、地仓、合谷、太冲、内庭 | 攒四下地合冲庭 |
| 3 | 腰痛 | 阿是、委中、大肠俞 | 腰是伟大 |
| 4 | 中风-中经络 | 水沟、内关、极泉、尺泽、三阴交、委中 | 沟内泉泽焦萎 |
| 5 | 中风-中脏腑 | 十二井、水沟、太冲、丰隆、劳宫/脱证：关元、神阙 | 井水冲龙宫 |
| 6 | 眩晕-实证 | 百会、风池、太冲、内关 | 白痴冲关 |
| 7 | 眩晕-虚证 | 百会、风池、肝俞、肾俞、足三里 | 百风肝肾里 |
| 8 | 面瘫 | 攒竹、阳白、四白、颧髎、颊车、地仓、合谷、太冲 | 攒阳四颧车地合冲 |
| 9 | 痫病-发作期 | 涌泉、水沟、百会、后溪、内关 | 泉水会溪内 |
| 10 | 痫病-间歇期 | 印堂、鸠尾、间使、太冲、丰隆、腰奇 | 鸠堂太监腰丰隆 |
| 11 | 不寐 | 照海、申脉、三阴交、神门、百会、安眠 | 二跷三神会安眠 |
| 12 | 郁证 | 百会、印堂、内关、神门、太冲、水沟 | 会堂关门冲水 |
| 13 | 痴呆 | 百会、印堂、内关、四神聪、太溪、悬钟 | 会堂关神太悬 |
| 14 | 心悸 | 心俞、郄门、内关、巨阙、神门 | 心门关巨阙神 |
| 15 | 感冒 | 列缺、合谷、风池、太阳、大椎 | 列谷风太大 |
| 16 | 咳嗽-外感 | 列缺、合谷、肺俞 | 列谷肺 |
| 17 | 咳嗽-内伤 | 太渊、三阴交、肺俞 | 太阴肺 |
| 18 | 哮喘-实证 | 肺俞、中府、列缺、尺泽、定喘 | 肺中缺泽定喘 |
| 19 | 哮喘-虚证 | 肺俞、肾俞、膏肓、定喘、足三里、太渊、太溪 | 肺肾二叔搞定三太太 |
| 20 | 呕吐、胃痛 | 中脘、足三里、内关 | 中三关 |
| 21 | 急性-泄泻 | 天枢、上巨虚、阴陵泉、水分 | 天上泉水 |
| 22 | 慢性-泄泻 | 公孙、天枢、神阙、足三里 | 公孙天神住山里 |
| 23 | 便秘 | 天枢、上巨虚、大肠俞、支沟 | 天上大沟 |
| 24 | 癃闭 | 中极、膀胱俞、秩边、阴陵泉、三阴交 | 中极膀三边泉 |
| 25 | 消渴 | 胃脘下俞、太溪、三阴交、肺俞、脾俞、肾俞 | 一个特效、二个阴虚、三个定位 |
| 26 | 月经先期 | 三阴交、血海、关元 | 三海关 |
| 27 | 月经后期 | 三阴交、气海、归来 | 三海归 |
| 28 | 月经先后不定期 | 肝俞、三阴交、关元 | 三关肝 |
| 29 | 痛经-实证 | 三阴交、次髎、中极、地机、十七椎 | 十七锤中地三次 |
| 30 | 痛经-虚证 | 足三里、三阴交、关元 | 足三关 |
| 31 | 崩漏-实证 | 隐白、三阴交、关元 | 隐三关 |
| 32 | 崩漏-虚证 | 足三里、三阴交、肾俞、气海、十七椎 | 肾三气三海十七 |
| 33 | 绝经前后诸证 | 肝俞、肾俞、太溪、三阴交、气海 | 肝肾太娇气 |
| 34 | 带下病 | 三阴交、中极、白环俞、带脉 | 阴中白带 |
| 35 | 缺乳 | 少泽、乳根、膻中 | 少乳中 |
| 36 | 遗尿 | 关元、中极、三阴交、膀胱俞 | 关中三胱 |
| 37 | 小儿多动症 | 印堂、四神聪、太冲、风池、神门、内关 | 四印神内太疯 |

| | | | |
|----|---------|------------------------|------------|
| 38 | 瘾疹 | 曲池、合谷、血海、膈俞、委中、三阴交 | 膈海中三合曲 |
| 39 | 神经性皮炎 | 阿是穴、曲池、合谷、血海、膈俞 | 膈海阿合曲 |
| 40 | 乳癖 | 膻中、乳根、屋翳、期门、足三里、太冲 | 屋中妻乳太足 |
| 41 | 颈椎病 | 天柱、悬钟、风池、曲池、阿是穴、颈夹脊 | 天悬两池是夹脊 |
| 42 | 落枕 | 后溪、天柱、悬钟、外劳宫、阿是 | 后天选老公 |
| 43 | 漏肩风 | 肩髃、肩髃、肩贞、阿是穴、阳陵泉、条口透承山 | 髃髃贞泉是条口透承山 |
| 44 | 目赤肿痛 | 风池、睛明、合谷、太阳、太冲 | 风睛谷太太 |
| 45 | 耳鸣-实证 | 侠溪、中渚、听会、翳风 | 溪中听风 |
| 46 | 耳鸣-虚证 | 听宫、翳风、太溪、肾俞 | 听风太肾 |
| 47 | 鼻鼽 | 迎香、印堂、风池、合谷、足三里 | 迎风躺谷三里 |
| 48 | 牙痛 | 合谷、下关、颊车 | 何故下车 |
| 49 | 咽喉肿痛-实证 | 合谷、尺泽、关冲、少商 | 何故斥责关少 |
| 50 | 咽喉肿痛-虚证 | 太溪、照海、列缺、鱼际 | 溪海缺鱼 |
| 51 | 近视 | 睛明、承泣、风池、光明 | 承风睛光明 |
| 52 | 晕厥 | 水沟、百会、足三里、内关 | 水会三关 |
| 53 | 心绞痛 | 膻中、阴郄、内关、郄门 | 中戏关门 |
| 54 | 胆绞痛 | 胆囊、胆俞、阳陵泉、日月 | 二胆泉日月 |
| 55 | 肾绞痛 | 肾俞、膀胱俞、中极、三阴交、阴陵泉 | 肾旁中阴阴 |
| 56 | 肥胖症 | 阴陵泉、天枢、曲池、太冲、丰隆 | 阴天去冲锋 |

※【附2】特殊功效的穴位

| 主治病证 | 经验效穴 | 主治病证 | 经验效穴 |
|---------|----------|--------|--------------|
| 痰证 | 丰隆 | 清热 | 曲池、大椎 |
| 水湿 | 阴陵泉 | 少乳 | 少泽 |
| 瘀血 | 血海、膈俞 | 胆蛔证 | 迎香 |
| 高血压 | 曲池 | 奔豚气 | 期门、公孙、涌泉 |
| 外感有汗或无汗 | 合谷 | 疝积 | 鱼际 |
| 汗证，津液输布 | 复溜 | 咽喉肿痛 | 少商 |
| 止呕 | 内关 | 牙痛 | 合谷 |
| 心绞痛 | 内关 | 息风止痉 | 合谷，太冲（开四关） |
| 调经 | 三阴交 | 滞产（孕忌） | 合谷、三阴交、昆仑、至阴 |
| 痛经 | 次髎 | 舌强不语 | 通里 |
| 治疣 | 支正（便秘效穴） | 双向调节大便 | 天枢 |

※【附3】针灸配穴原则（辨证配穴最重要）

| 辨证条件（只要辨证为以下） | 具体选穴原则（1）首选（2）次选（3）次次选 |
|---------------|---------------------------------|
| 风寒 | （1）列缺（2）风门（3）风池（4）风府 |
| 风热 | （1）外关（2）大椎（3）曲池 |
| 肺热 | （1）尺泽（2）鱼际 如果没有再选大椎、曲池 |
| 胃火 | （1）内庭 |
| 肝火 | （1）太冲（2）行间（3）侠溪 三选一或三选二 |
| 阴虚 | （1）太溪（2）照海（3）复溜 三选一或三选二 |
| 肝阳上亢 | （1）5+6 即（太冲、行间、侠溪）（必须）+太溪（可有可无） |
| 痰 | （1）丰隆（2）中脘 |
| 湿 | （1）阴陵泉 |
| 血瘀 | （1）膈俞（2）血海（3）三阴交、次髎、内关 |
| 肝郁气滞 | （1）太冲（2）膻中（3）期门 |
| 气血不足（气虚、血虚） | （1）足三里（2）气海、脾俞 |
| 寒 | （1）命门（2）腰阳关（3）关元（4）肾俞 |
| 胃寒 | （1）胃俞 |
| 伤食 | （1）梁门（2）天枢（3）中脘/下脘 |

※【附4】常见主证及辨证选位归纳（辨证配穴最重要）

| 辨证要点 | 主症特点 | 配穴（和上表互为补充，并不矛盾） |
|-------|-----------------------------|-------------------------|
| 风 | 易袭阳位，善行数变 | 带风字的穴位、合谷、列缺、外关 |
| 风寒 | 恶寒重、发热轻、无汗 | 风池、风门、合谷、列缺、肺俞 |
| 风热 | 发热重、恶风、咽喉肿痛 | 曲池、大椎、外关 |
| 寒 | 痛、得热痛减，遇寒加重 | 命门、关元、神阙、腰阳关 |
| 湿 | 困重、沉重 | 阴陵泉、三阴交、水道、偏历 |
| 火/热 | 舌红苔黄、口渴、肿痛、出血 | 井穴、荥穴、大椎、曲池、尺泽 及带有“灬”旁的 |
| 食积/滞 | 暴饮暴食、噎腐吞酸 | 足三里、中院，（梁门） |
| 肝郁 | 气滞、胁肋、心情、太息、胀痛 | 太冲、期门、膻中、气海 |
| 血瘀 | 刺痛、痛处固定、舌上有瘀斑瘀点， 舌色紫暗 | 血海、膈俞、三阴交 |
| 痰湿 | 痰多、苔腻、脉滑 | 丰隆、阴陵泉、中脘 |
| 痰火/湿热 | 舌苔黄腻、脉滑数、痰黄/黏 | 丰隆、曲池、大椎或荥穴（荥主身热） |
| 食积 | 嗳气吞酸、厌食 | 足三里、中脘 |
| 寒湿 | 舌苔白腻、脉濡紧 | 命门、腰阳关 |
| 肝阳 | 胸胁，情志，善太息，脉弦 | 太冲、太溪、肝俞、行间 |
| 心 | 心悸、心烦失眠、神志异常 | 心俞、神门、通里 |
| 脾虚 | 食少纳差、便溏、腹胀 | 脾俞、胃俞、关元、气海 |
| 肺热 | 咳嗽、咯血、咽干 | 肺俞、尺泽 |
| 肾虚 | 腰膝酸软、呼多吸少 | 肾俞、悬钟、志室 |
| 气血虚 | 神疲、乏力、淡白、脉细无力 | 脾俞、胃俞、足三里、气海、血海 |
| 气虚 | 神疲、乏力、体倦、脉虚 | 脾俞、胃俞、足三里、气海 |
| 血虚 | 淡白、脉细无力 | 气海、血海、足三里、三阴交 |
| 气滞 | 胀闷、疼痛、脉弦 | 太冲、期门、膻中、气海 |
| 阳虚 | 畏寒怕冷、四肢不温 | 肾俞、命门、关元 |
| 阴虚 | 五心烦热、潮热盗汗、手足心热、舌 红少苔、脉细数 | 太溪、三阴交、肾俞 |