

# 以五对同名穴为例，浅析腧穴命名

刘家豪，王瑞鹏，王晗笑，卜凡微

河南中医药大学针灸推拿学院，河南 郑州 450000

**[摘要]** 腧穴的发展是由从少到多的过程，后者大多是对前者的发展和补充。经络腧穴中有很多同名穴，为证明其在命名上有一定联系，笔者通过查阅文献的方式，以五对同名穴（头窍阴与足窍阴、手三里与足三里、头临泣与足临泣、阴陵泉与阳陵泉、内关与外关）为例，在腧穴的出处、定位、功效等方面进行探讨。通过探析这些同名穴在命名上的关系，以更好地了解腧穴的发展历程，指导临床应用。

**[关键词]** 腧穴；同名穴；功效；穴名

**[中图分类号]** R224

**[文献标志码]** A

**[文章编号]** 0256-7415 (2019) 02-0235-03

**DOI:** 10.13457/j.cnki.jncm.2019.02.072

## Analysis on the Naming of the Acupoints by Taking Five Pairs of Acupoints of the Same Name as an Example

LIU Jiahao, WANG Ruipeng, WANG Hanxiao, BU Fanwei

**Abstract:** The development of acupoints is a process from a few to many, the latter mostly developing and supplementing the former. There are many acupoints of the same name in the meridians and collaterals, in order to prove that they have a certain connection in the naming, by consulting the literature, authors in this article took five pairs of acupoints of the same name (Touqiaoyin and Zuqiaoyin, Shousanli and Zusanli, Toulinqi and Zulinqi, Yinlingquan and Yanglingquan, Neiguan and Waiguan) as an example to discuss the origin, location and effect of acupoints. A better understanding of the development process of acupoints and guidance for the clinical treatment of acupoints can be obtained by analyzing the relationships between the names of these acupoints of the same name.

**Keywords:** Acupoint; Acupoints of the same name; Effect; Names of acupoints

《内经》记载的腧穴大约有 160 个，《针灸甲乙经》记载了 349 个腧穴。可见，随着时代的推进，腧穴在医家的认识 and 实践中也不断发展完善。腧穴中有很多同名穴，它们大多在定位上有着一上一下、一内一外的关系。如头临泣、足临泣；阴陵泉、阳陵泉等，其在腧穴命名上也有密切的联系。现以五对同名穴为例，在出处、定位、功效上进行探究，以便更好地了解腧穴的发展历程，从而有效地指导临床。

### 1 头窍阴与足窍阴

头、足窍阴这一对腧穴，皆为足少阳胆经上的穴位。首先在出处上进行对比，足窍阴穴最早见于《灵枢·本输》：“胆出于窍阴，窍阴者，足小趾次趾之端也，为井金。”头窍阴穴最早见于《针灸甲乙经》：“窍阴，在完骨上，枕骨下，摇动应手。”《灵枢》成书早于《针灸甲乙经》，可见足窍阴穴发现的时间要早。二穴在北宋年间《圣济总录》

中分别以首窍阴，足窍阴分别开来。在《针灸资生经》中才称头窍阴，由此可见头窍阴之名是借鉴了前者足窍阴，与之相对应。

其次，在功效上，二者皆为足少阳胆经之穴，一条经脉上的穴位往往有着共同的治疗作用。以头窍阴为例，“窍”字指孔窍，而阴与阳相对，开窍于耳目的肾和肝脏都属于阴脏。其定位在头部耳后，善治耳目诸疾，故名之<sup>[1]</sup>。而足窍阴同样主治耳目疾病，两穴的定位一上一下，两点一线共功效，这也加深了二者名字之间的对应关系。

其三，足窍阴穴作为足少阳胆经的井穴，为何与头窍阴所在的部位相对应，而头窍阴附近的其他穴不称头窍阴？《灵枢·根结》中提到：“少阳根于窍阴，结于窗笼，窗笼者耳中也”<sup>[2]</sup>。而头窍阴所在定位恰好约位于耳中，因此，手足窍阴两穴在命名上有着密切的联系。

**[收稿日期]** 2018-04-16

**[基金项目]** 河南省高校省级大学生创新训练项目 (201710471030)

**[作者简介]** 刘家豪 (1995-)，男，本科生，研究方向：针灸学。

**[通信作者]** 王晗笑，E-mail: 463362624@qq.com。

## 2 手三里与足三里

在这一对腧穴中，足三里最早见于《灵枢·本输》：“入于下陵，下陵，膝下三寸胫骨外三里也，为合。”手三里最早见于《针灸甲乙经》：“三里，曲池下二寸，按之肉起兑肉之端。”可见是先有足三里，而后有手三里。

其次，手三里为手阳明大肠经的腧穴，足三里为足阳明胃经的腧穴。在《灵枢·经脉》中手阳明大肠经经脉循行：“……下膈，属大肠”；足阳明胃经经脉循行：“……其支者，从大迎前下人迎，循喉咙，入缺盆，下膈属胃络脾”<sup>[9]</sup>。可见两者经脉循行与腹部联系密切。在《四总穴歌》中的首句便是“肚腹三里留”。而肚腹一般来讲，主要指的就是脾胃、小肠、大肠等<sup>[9]</sup>。因此针刺足三里可以治疗胃肠病症，如胃脘痛、腹胀、肠鸣等；手三里因其经络属，同样可以治疗肠腑病症，如腹痛、腹泻；两者虽各有所侧重，但都可以治疗肚腹病变。两个腧穴在功能上也都能照应“肚腹三里留”。

此外，古人在命名腧穴中大多秉承着传统文化里上下相对应的原则。手三里在肘关节部位，因其距手臂肘端3寸而居，故名之手三里<sup>[9]</sup>。而足三里在膝关节部位，因距膝部犊鼻穴3寸而居，故名之足三里。两个腧穴同样都位于人体上下肢关节附近，一肘一膝也相互对应。再者，手三里的“三”似寓有三穴之意。因大肠和胃同属阳明，其在肘、膝关节之下各有三穴。在肘前分别有手三里、上廉、下廉。在膝以下分别有足三里、巨虚上廉、巨虚下廉。名同而位异，故三里以手、足别之<sup>[9]</sup>。

## 3 头临泣与足临泣

足临泣最早以“临泣”之名见于《灵枢·本输》：“胆出于窍阴……注于临泣，临泣，上行一寸半，陷者中也，为输。”头临泣最早以“临泣”之名见于《针灸甲乙经》：“临泣，当目上毗直入发际五分陷者中。”二穴在北宋年间《圣济总录》中分别以目临泣，足临泣分别开来。在《针灸资生经》中才有头临泣之称，由此可见头临泣之名借鉴了前者足临泣，与之相对应。

其次，在功效上，二者皆为足少阳胆经之穴。以头临泣为例，“头”即指头部，“临”有治理之意，“泣”则指泪水。头临泣穴位于头部，可以治理眼疾、控制泪水，故而名之<sup>[10]</sup>。《针灸甲乙经·卷七》曰：“不得视，口沫泣出，两目眉头痛，临泣主之。”二穴是治目疾泣出的重要腧穴，头、足各一穴，故名头、足临泣。

## 4 阴陵泉与阳陵泉

在阴陵泉、阳陵泉这对腧穴中，阴陵泉最早见于《灵枢·本输》：“脾出于隐白……入于阴之陵泉，阴之陵泉，辅骨之下，陷者之中也，伸而得之，为合。”阳陵泉也见于《灵枢·本输》：“胆出于窍阴……入于阳之陵泉，阳之陵泉，在膝外陷者中也，为合，伸而得之。”二穴最早均出现于《灵枢》。

其次，阴、阳陵泉分别为足太阴脾经和足少阳胆经上的穴

位。阴陵泉位于小腿的内侧，胫骨内侧髁的后下方凹陷中。“阴”为内侧，“陵”为山陵，“泉”为泉水。胫骨内侧髁凸起似山陵，又因该穴为足太阴脾经的合穴，五行属于水，故名之。而阳陵泉位于小腿外侧，腓骨小头前下方凹陷中。腓骨小头突起如山陵，且该穴为足太阳胆经的合穴。《素问·金匱真言论》言：“外为阳，内为阴。”二穴分别位于小腿的内外侧，故在命名上二者有密切的相关性，在解剖上两穴也内外相应。

其三，从功效上，二者均位于膝关节附近。依据腧穴的近治作用，均可治疗膝间疼痛等疾病。在《玉龙赋》中也提到：“阴陵、阳陵，初膝肿之煎熬。”《席弘赋》里也有记载：“脚痛膝肿针三里、悬钟、二陵、三阴交。”因此，现在临床上常针刺阴、阳陵泉来治疗各种骨关节疾病。如老年性膝骨关节炎，用透刺温针灸阴、阳陵泉，疗效显著<sup>[7]</sup>。

再者，阴、阳陵泉分别属于内外相对应的两经，一阴一阳，二穴相配故能阴阳并治，从阴引阳，从阳引阴，以达气血同调<sup>[9]</sup>。而《类经》中也提到：“从阴引阳者，病在阳而治其阴也；从阳引阴者，病在阴而治其阳也。”所以，阴、阳陵泉相配也常治疗阴阳失衡的疾病，如阴阳失调引起的肢体痉挛、小儿斜颈等<sup>[9]</sup>。可见阴、阳陵泉在临床应用上有密切的联系，这也加深了二者名字之间的对应关系。

## 5 内关与外关

在内关、外关这对腧穴中，内关最早见于《灵枢·经脉》：“手心主之别，名曰内关。去腕二寸，出于两筋之间。”外关也见于《灵枢·经脉》：“手少阳之别，名曰外关。去腕二寸，外绕臂，注胸中，合心主。”二穴均首见于《灵枢》。

其次，内关、外关分别为手厥阴心包经和手少阳三焦经的络穴，而手厥阴心包经和手少阳三焦经为表里两经。具有表里关系的经脉，其在分布位置上内外相应，阴阳之气互通，二经相合配偶，可以达到阴阳平衡<sup>[11]</sup>。同时，二穴都为八脉交会穴，内关通阴维脉，外关通阳维脉。阳维脉走向下肢外侧、肩部和头部，而阴维脉走向下肢内侧、腹部和颈部。并且，阴维脉、阳维脉在走向上内(阴)外(阳)相对。李时珍在《奇经八脉考》中写道：“阳维主一身之表，阴维主一身之里。”同时阴、阳维脉在维系作用上也表(阳)里(阴)相对。

再者，内关位于前臂内侧，在腕掌侧远端横纹上2寸，掌长肌腱和桡侧腕屈肌腱之间。“内”，指前臂内侧；“关”，为关隘之意。内关位于前臂内侧要处，犹如关隘般重要。外关位于前臂外侧，在腕背侧远端横纹上2寸，尺骨和桡骨间隙的中点处。“外”即前臂外侧，“关”，亦为关隘。二穴在解剖定位上内(阴)外(阳)相对。

此外，内关、外关在功效上也有相联系之处。内关、外关分别位于前臂的内、外侧，均可治疗肘臂腕挛痛、上肢痹痛等病变。在临床上常透刺内、外关以治疗胸痛、上肢挛痛、心胸疾患等。刘孔藤认为：内关通阴维脉，“阴维为病苦心痛”，主治病位在里。外关通阳维脉，“阳维为病苦寒热”，主治病

位在表。透刺能协同二穴的机能，连通两经的气血，有效调节经络气机，很好地治疗胸胁痛、上肢挛痛等疾病<sup>[1]</sup>。透刺内、外关，对于心胸疾患也有显著疗效，《四穴总歌》中有：“心胸内关谋。”《医宗金鉴》记载：“心中动悸，内热手心热，胸腋与臂手疼痛……唯有外关针极灵。”所以在临床上可以透刺内、外关治疗心脏疾患<sup>[13]</sup>。

## 6 结语

通过对这五对同名穴的探析，可以看出，其在出处、定位、功效上有着一定的联系。且在经脉循行的关系上，头临泣与足临泣、头窍阴与足窍阴位于同条经脉；手三里与足三里同位于阳明经脉上，所在经脉在循行上相互交接；内关与外关位于相表里的两条经脉上。但阴陵泉和阳陵泉所在经脉一个为脾经、一个为胆经，两者所在经脉上的联系尚需深入探析。除此之外，同名穴还有上髎、下髎；上廉、下廉；上巨虚、下巨虚；腰阳关，膝阳关；手五里，足五里等，均可参考此方法进行探究。

同时，从这五对同名穴的探析可以反映出，随着时代的进步，古人的认知水平也在不断的提高，上下相应、内外相通的整体观念也在腧穴命名中得以体现。通过对同名穴的研究，可以更多地理解古人的用意，以期更好地指导医者在临床中的配穴治疗。但是，同名穴彼此之间虽然存在着密不可分的联系，在临床上仍需要进行辨证运用。

由于年代久远，许多文献失传。在现存文献的支持下，本次仅对同名穴的出处、定位、功效和其所在经脉联系等方面进行了论述。但仍有不足，还需在以后出土文献的基础上继续探析。

## [参考文献]

[1] 高忻洙，胡玲. 中国针灸学词典[M]. 南京：江苏科学技

术出版社，2010：209-210.

- [2] 柴铁劬. 针灸穴名解[M]. 北京：科学技术文献出版社，2009：48.
- [3] 王民集. 经络腧穴学[M]. 郑州：河南科学技术出版社，2013：58.
- [4] 谢煜. 浅析“肚腹三里留”[J]. 中国中医药现代远程教育，2011，9(15)：36-37.
- [5] 周运峰，焦凡，石洪霞. 手三里穴临床应用概况[J]. 河南中医杂志，2010，30(8)：832-833.
- [6] 张善忱. 穴名释义(一)[J]. 山东中医学院学报，1983，7(1)：30-31.
- [7] 林智豪. 阳陵泉透刺阴陵泉治疗膝骨关节炎的临床研究[D]. 广州：广州中医药大学，2016：9-10.
- [8] 舒丽华，蔡伟. 阳陵泉透刺阴陵泉治疗脑卒中后下肢痉挛状态的临床观察[J]. 中医临床研究，2012，4(2)：54-55.
- [9] 方向明. 阳陵泉透刺阴陵泉治疗急性小儿斜颈14例[J]. 中国针灸，1997，17(4)：209.
- [10] 叶庆莲. 阴阳理论与《内经》十二经脉命名初探[J]. 河南中医，2007，27(3)：15.
- [11] 李经纬，余温鳌，蔡景峰，等. 中医大辞典[M]. 2版.北京：人民卫生出版社，2004：740.
- [12] 孟宪军，杨兰，周然宓. 刘孔藤教授“内关透外关”针刺法的临床应用[J]. 中国针灸，2013，33(7)：640.
- [13] 唐卫华. 外关透内关在心脏病急救中的应用[J]. 中国针灸，1998，18(1)：23-24.

(责任编辑：冯天保)