

# 《经络穴位速记手册》

## 图书基本信息

书名：《经络穴位速记手册》

13位ISBN编号：9787537261326

出版时间：2016-4

页数：240

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《经络穴位速记手册》

## 内容概要

本书详细介绍了人体14条经络近400个穴位，每个穴位采用了真人图解的方式，详细介绍了穴位的定位、功效主治、理疗方法。本书配有与内容同步的视频，只要扫描二维码，就可以跟着针灸专家学习经穴养生祛病。

# 《经络穴位速记手册》

## 作者简介

李志刚，教授、主任医师、针灸学博士、针灸推拿专业博士生导师。现任北京中医药大学针灸推拿学院副院长。

兼任针灸学会脑病科学专业委员会常务理事，中国针灸学会刺法灸法学会常务理事，北京针灸学会现代针灸研究专业委员会委员，北京针灸学会现代针灸研究专业委员会委员，中国性学会理事，中华中医药学会神志病分会副会长兼秘书长，国家中医药行业特有工种职业技能鉴定工作中医刮痧师专业专家委员会副主任委员，国家自然科学基金委员会及教育部评审专家。

## 书籍目录

### 第1章

#### 经络穴位基础课

简便取穴法，教您轻松找到穴位002

穴位基础理疗手法004

中医理疗法的功效及其注意事项-010

### 第2章

#### 手太阴肺经

中府穴-- 014

云门穴-- 014

天府穴-- 015

侠白穴-- 015

尺泽穴-- 016

列缺穴-- 017

太渊穴-- 018

孔最穴-- 019

经渠穴-- 019

鱼际穴-- 020

少商穴-- 020

### 第3章

#### 手阳明大肠经

商阳穴-- 022

阳溪穴-- 022

二间穴-- 023

三间穴-- 023

合谷穴-- 024

偏历穴-- 025

温溜穴-- 025

下廉穴-- 026

上廉穴-- 026

曲池穴-- 027

手三里穴028

手五里穴- 028

肘髎穴-- 029

臂臑穴-- 029

肩髃穴-- 030

巨骨穴-- 030

天鼎穴-- 031

扶突穴-- 031

口禾髎穴032

迎香穴-- 032

### 第4章

#### 足阳明胃经

承泣穴-- 034

四白穴-- 034

巨髎穴-- 035

地仓穴-- 035

大迎穴-- 036

颊车穴-- 036  
下关穴-- 037  
头维穴-- 037  
人迎穴-- 038  
水突穴-- 038  
气舍穴-- 039  
缺盆穴-- 039  
气户穴-- 040  
库房穴-- 040  
屋翳穴-- 041  
膺窗穴-- 041  
乳中穴-- 042  
乳根穴-- 042  
不容穴-- 043  
承满穴-- 043  
关门穴-- 044  
太乙穴-- 044  
天枢穴-- 045  
外陵穴-- 045  
大巨穴-- 046  
水道穴-- 046  
归来穴-- 047  
气冲穴-- 047  
髀关穴-- 048  
伏兔穴-- 048  
阴市穴-- 049  
梁丘穴-- 049  
犊鼻穴-- 050  
足三里穴-050  
上巨虚穴-051  
条口穴-- 051  
下巨虚穴-052  
丰隆穴-- 052  
解溪穴-- 053  
冲阳穴-- 053  
陷谷穴-- 054  
内庭穴-- 054  
厉兑穴-- 054  
第5章  
足太阴脾经  
隐白穴-- 056  
大都穴-- 056  
太白穴-- 057  
公孙穴-- 057  
商丘穴-- 058  
漏谷穴-- 058  
三阴交穴-059  
地机穴-- 060  
阴陵泉穴-060

血海穴-- 061

箕门穴-- 061

冲门穴-- 062

府舍穴-- 062

腹结穴-- 063

大横穴-- 063

腹哀穴-- 064

食窦穴-- 064

天溪穴-- 065

胸乡穴-- 065

周荣穴-- 066

大包穴-- 066

## 第6章

手少阴心经

极泉穴-- 068

青灵穴-- 068

少海穴-- 069

灵道穴-- 069

通里穴-- 070

阴郄穴-- 070

神门穴-- 071

少府穴-- 072

少冲穴-- 072

## 第7章

手太阳小肠经

少泽穴-- 074

前谷穴-- 074

后溪穴-- 075

腕骨穴-- 075

阳谷穴-- 076

支正穴-- 076

养老穴-- 077

小海穴-- 078

肩贞穴-- 079

臑俞穴-- 080

天宗穴-- 080

乘风穴-- 081

曲垣穴-- 081

肩外俞穴-082

肩中俞穴-082

天窗穴-- 083

天容穴-- 083

颧髎穴-- 084

听宫穴-- 084

## 第8章

足太阳膀胱经

睛明穴-- 086

攒竹穴-- 086

眉冲穴-- 087

曲差穴-- 087  
五处穴-- 088  
承光穴-- 088  
通天穴-- 089  
络却穴-- 089  
玉枕穴-- 090  
天柱穴-- 090  
大杼穴-- 091  
气海俞穴-091  
风门穴-- 092  
肺俞穴-- 093  
厥阴俞穴-093  
心俞穴-- 094  
督俞穴-- 094  
膈俞穴-- 095  
肝俞穴-- 095  
胆俞穴-- 096  
脾俞穴-- 096  
胃俞穴-- 097  
三焦俞穴-097  
肾俞穴-- 098  
大肠俞穴-099  
关元俞穴-099  
小肠俞穴-100  
膀胱俞穴-100  
中膂俞穴-101  
白环俞穴-101  
八髎穴-- 102  
会阳穴-- 102  
承扶穴-- 103  
殷门穴-- 103  
浮郤穴-- 104  
委阳穴-- 104  
委中穴-- 105  
附分穴-- 105  
魄户穴-- 106  
膏肓穴-- 106  
神堂穴-- 107  
噫嘻穴-- 107  
膈关穴-- 108  
魂门穴-- 108  
阳纲穴-- 109  
意舍穴-- 109  
胃仓穴-- 110  
育门穴-- 110  
志室穴-- 111  
胞肓穴-- 111  
秩边穴-- 112  
合阳穴-- 112

承筋穴-- 113  
承山穴-- 113  
飞扬穴-- 114  
跗阳穴-- 114  
昆仑穴-- 115  
仆参穴-- 115  
申脉穴-- 116  
金门穴-- 116  
京骨穴-- 117  
束骨穴-- 117  
足通谷穴-118  
至阴穴-- 118  
第9章  
足少阴肾经  
涌泉穴-- 120  
然谷穴-- 121  
大钟穴-- 121  
太溪穴-- 122  
水泉穴-- 123  
照海穴-- 123  
复溜穴-- 124  
交信穴-- 124  
筑宾穴-- 125  
阴谷穴-- 125  
横骨穴-- 126  
大赫穴-- 126  
气穴----- 127  
四满穴-- 128  
中注穴-- 128  
盲俞穴-- 129  
商曲穴-- 129  
石关穴-- 130  
阴都穴-- 130  
腹通谷穴-131  
幽门穴-- 131  
步廊穴-- 132  
神封穴-- 132  
灵墟穴-- 133  
神藏穴-- 133  
彘中穴-- 134  
俞府穴-- 134  
第10章  
手厥阴心包经  
天池穴-- 136  
天泉穴-- 136  
曲泽穴-- 137  
郄门穴-- 137  
间使穴-- 138  
大陵穴-- 138

内关穴-- 139

劳宫穴-- 140

中冲穴-- 140

## 第11章

### 手少阳三焦经

关冲穴-- 142

液门穴-- 142

中渚穴-- 143

阳池穴-- 143

外关穴-- 144

支沟穴-- 145

会宗穴-- 145

三阳络穴-146

四渎穴-- 146

天井穴-- 147

清冷渊穴-147

消泅穴-- 148

臑会穴-- 148

肩髃穴-- 149

天髃穴-- 150

天牖穴-- 150

翳风穴-- 151

瘰脉穴-- 152

颊息穴-- 152

角孙穴-- 153

耳门穴-- 153

耳和髃穴-154

丝竹空穴-154

## 第12章

### 足少阳胆经

瞳子髃穴-156

听会穴-- 156

上关穴-- 157

颞厌穴-- 157

悬颅穴-- 158

悬厘穴-- 158

曲鬓穴-- 159

率谷穴-- 159

天冲穴-- 160

浮白穴-- 160

头窍阴穴-161

完骨穴-- 161

本神穴-- 162

阳白穴-- 162

头临泣穴-163

目窗穴-- 163

正营穴-- 164

承灵穴-- 164

脑空穴-- 165

- 肩井穴-- 165
- 风池穴-- 166
- 渊腋穴-- 167
- 辄筋穴-- 167
- 日月穴-- 168
- 京门穴-- 168
- 带脉穴-- 169
- 五枢穴-- 169
- 维道穴-- 170
- 居髎穴-- 170
- 环跳穴-- 171
- 风市穴-- 172
- 中渎穴-- 172
- 膝阳关穴-173
- 阳陵泉穴-173
- 阳交穴-- 174
- 外丘穴-- 174
- 光明穴-- 175
- 阳辅穴-- 175
- 悬钟穴-- 176
- 丘墟穴-- 176
- 足临泣穴-177
- 地五会穴-177
- 侠溪穴-- 178
- 足窍阴穴-178
- 第13章
- 足厥阴肝经
- 大敦穴-- 180
- 行间穴-- 180
- 太冲穴-- 181
- 中封穴-- 181
- 蠡沟穴-- 182
- 中都穴-- 182
- 膝关穴-- 183
- 曲泉穴-- 183
- 阴包穴-- 184
- 足五里穴-184
- 阴廉穴-- 185
- 急脉穴-- 185
- 章门穴-- 186
- 期门穴-- 186
- 第14章
- 督脉
- 长强穴-- 188
- 腰俞穴-- 188
- 腰阳关穴-189
- 命门穴-- 189
- 悬枢穴-- 190
- 脊中穴-- 190

- 中枢穴-- 191
- 筋缩穴-- 191
- 至阳穴-- 192
- 灵台穴-- 192
- 神道穴-- 193
- 身柱穴-- 193
- 陶道穴-- 194
- 大椎穴-- 194
- 哑门穴-- 195
- 风府穴-- 195
- 脑户穴-- 196
- 强间穴-- 196
- 后顶穴-- 197
- 前顶穴-- 197
- 百会穴-- 198
- 囟会穴-- 199
- 上星穴-- 199
- 神庭穴-- 200
- 素髎穴-- 200
- 人中穴-- 201
- 兑端穴-- 202
- 龈交穴-- 202
- 第15章
- 任脉
- 会阴穴-- 204
- 曲骨穴-- 204
- 中极穴-- 205
- 石门穴-- 205
- 关元穴-- 206
- 气海穴-- 207
- 阴交穴-- 208
- 神阙穴-- 208
- 水分穴-- 209
- 下脘穴-- 209
- 建里穴-- 210
- 中脘穴-- 210
- 上脘穴-- 211
- 巨阙穴-- 211
- 鸠尾穴-- 212
- 中庭穴-- 212
- 膻中穴-- 213
- 玉堂穴-- 213
- 紫宫穴-- 214
- 华盖穴-- 214
- 璇玑穴-- 215
- 天突穴-- 215
- 廉泉穴-- 216
- 承浆穴-- 216
- 第16章

## 经外奇穴

- 太阳穴-- 218
- 印堂穴-- 218
- 四神聪穴-219
- 球后穴-- 219
- 耳尖穴-- 220
- 颈百劳穴-220
- 夹脊穴-- 221
- 翳明穴-- 221
- 子宫穴-- 222
- 胃脘下俞穴22
- 四缝穴-- 223
- 十宣穴-- 223
- 八邪穴-- 224
- 二白穴-- 224
- 肘尖穴-- 224
- 定喘穴-- 225
- 十七椎穴-225
- 腰痛点穴-226
- 外劳宫穴-226
- 百虫窝穴-227
- 阑尾穴-- 227
- 鹤顶穴-- 227
- 八风穴-- 228
- 胆囊穴-- 228

# 《经络穴位速记手册》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)