

穴位刍论(三)

——论穴位的大小

● 李磊^{1*} 尤传香^{2*}

摘要 本文分析了穴位理论的基本内容,对穴位的大小作了深入的探讨,澄清了有关穴位的一些模糊认识。

关键词 穴位 大小

穴位的大小范围是穴位研究中一个十分重要的问题,并且与针灸临床密切相关。

要确定穴位的大小首先应该明确穴位的结构。穴位作为气血输注、反应病证、协助诊断和治疗疾病的所在,无疑具有客观存在的物质基础,然而穴位概念的形成却是古人模糊的理性思辨方式产生的结果,因此穴位本身不仅是形态上的结构,也带有形态和功能相结合的特征。目前的科学技术发展水平还无法阐明穴位的实质和结构,但这并不妨碍我们根据古人的有关论述,在理论上对穴位的大小范围有所认识。

“穴”有孔洞的含义。人体上的穴位多处于骨节之间或筋肉之间的凹陷中,因此是相对中空的立体结构。

骨节之间的缝隙或筋肉之间的凹陷有大有小,穴位本身自然也就有着范围大小的不同。

就穴位的起源来说,穴位的产生与血脉有关。用砭石在病痛

局部砭刺出血是早期的针刺形式,穴位处的血脉则是针砭施术的确切部位。对此《黄帝内经》中有着大量的论述,例如《素问·刺腰痛》中便记载了“刺解脉”、“刺同阴之脉”、“刺阳维之脉”、“刺直阳之脉”、“刺飞阳之脉”、“刺散脉”、“刺肉里之脉”等不同的取穴方法。刺血脉即是刺穴位,血脉的所在也就是穴位的所在。另外,从大迎、人迎、冲阳、太冲、癰脉等一些穴位的命名中也可以明显看出早期穴位由脉到穴的演变痕迹。

这样,穴位的大小还取决于穴位处血脉的外在形态。

元代窦汉卿的《标幽赋》在叙述穴位所处的位置时说:“在阳部筋骨之侧,陷下为真;在阴分郛膈之间,动脉相应。”

明代徐凤注解:“阳部者,诸阳之经也。如合谷、三里、阳陵泉等穴,必取侠骨侧指陷中为真也。阴分者,诸阴之经也。如箕门、五里、太冲等穴,在屈心之间,

必以动脉应指,乃为真穴也。”

现在针灸界多认为穴位是圆点形的结构,经穴在十四经脉上的分布与排列以及全身经穴、奇穴甚至阿是穴的种种体表定位方法都体现了这一点,但事实上并非如此。骨节之间的缝隙和筋肉之间的凹陷都具有不确定的形状,穴位处大络、小络、浮络或动脉等血脉的形态也各有所异,因此穴位的空间结构具有多样化的形态特征。

例如,睛明穴“在目内眦外”(《针灸甲乙经》卷三第十)。其穴位并不在某个点上,而是位于目内眦的眼球与眼眶之间的狭长凹陷中,因此是一个狭长形的中空结构。现代命名的上睛明、内睛明、外睛明、睛光、东明¹、健明⁴等新穴,实际上都不过是睛明穴的不同别名。眼内眦角平面以上,眼眶内侧缘与眼球之间的狭长凹陷都应属于睛明穴的穴位结构范围。

委中穴在“膕中央,为合,委而取之”(《灵枢·本输》),“膕中央纹中动脉”(《针灸甲乙经》卷三第三十五)。穴位位于膕窝

* 作者简介 1. 李磊,男,医学博士,助理教授; 2. 尤传香,女,中医(针灸学)硕士,讲师。

• 作者单位 1. 香港大学中医药学院; 2. 香港浸会大学中医药学院

中央,深层有腓静脉和腓动脉,其外侧则为委阳穴,因此委中穴的穴位结构范围包括了腓窝的大部份,实际上是一个菱形的中空结构。委中穴既可以定位在腓横纹正中,亦可以定位在腓横纹的上下左右,刺络放血时尤应如此。

太冲穴的定位:在“行间上二寸陷者之中”(《灵枢·本输》),“在足大指本节后二寸,或曰一寸五分陷者中”(《针灸甲乙经》卷三第三十一),“在行间后半寸”(《针灸集成》卷一别穴)。实际上,太冲穴在足背第一、二跖骨结合部前方凹陷中,穴下有太冲脉(第一跖骨背侧动脉),其定位则以脉动为准,所以有或为本节上二寸,或为本节上一寸五分,或为行间后半寸的不同取穴方法,整个足背第一跖骨间隙的狭长凹陷都应属于太冲穴的穴位结构范围。

穴位并不只是圆点形的空间结构。有些穴位可以是圆点状,有些则是其它形状。穴位所在的部位不同,穴位本身的形状结构也就有所不同。明代以后,出现了小儿推拿,小儿推拿有着自己的特定穴位,这些穴位既有圆点状,也有线状或面状。线状或面状穴位的出现固然与推拿手法在体表的直接操作有关,但也说明古人并没有把穴位仅仅看作是某一个局限的圆点。

既然不同的穴位具有不同的形状结构,穴位的大小范围就必须根据不同的穴位而定。有些穴位本身就处于一个特定的狭窄位置,这些穴位结构范围往往不大,例如十二井穴、素髻、次髻、章门、京门等等。

但穴位体表的位置大小并不一定完全和穴位深部的结构范围

相等同,例如地仓穴,定位虽在口角,但针刺时多向颊车穴透刺,其穴位的结构范围便不是只限于口角。又如腰奇穴,定位在尾骨尖上两寸,骶角之间凹陷中,但针刺时要沿皮向上平刺 2~3 寸,其穴位的结构范围也不是只限于骶角之间的凹陷局部。

穴位的大小与该穴位是否与其它穴位相邻近无疑也有着极大关系,这是一个易于了解的常识,例如,承扶穴、殷门穴、环跳穴、足三里穴、承筋穴等穴,与其它穴位相隔较远,所以这些穴位的结构范围较大;而周围穴位较多,则该穴位的大小范围自然就受到限制,例如,神庭穴、上星穴、眉冲穴数穴相近,阴交穴、气海穴、石门穴、中注穴、四满穴数穴相近,这些穴位的结构范围都相应有所局限。

某些穴位的结构范围在穴位演变过程中有所变化,例如瘰脉穴和颅息穴,《针灸甲乙经》卷三第十一中说:颅息穴“在耳本后鸡足青络脉”,瘰脉穴“在耳后间青络脉”,二穴的定位都以耳后的青络脉为准,主治也大致相同,实际上是把一个由局部血脉定位的穴位分化成两个穴位。又如百会穴,位于耳尖直上,头顶正中,《太平圣惠方》卷第九十九中说:百会穴“在头中心陷者中”。因为只能沿皮刺,针刺的前后左右方向便成了问题,于是出现了神聪穴或称四神聪穴,《太平圣惠方》卷第九十九中说:“神聪四穴,在百会四面,各相去同身寸一寸”。四神聪穴明显是百会穴的分化,其主治也与百会穴基本相同。这样,百会穴原来的穴位结构范围因为四神聪穴的出现而大大变小。

穴位是多样化的空间结构,

不同位置的穴位其结构范围亦有所不同,然而穴位的大小是模糊和不具体的,穴位的范围并不存在着一个截然分明的边界。从穴位的发展来看,穴位的体表定位经历了一个由不确定到具体,由粗略到精确的发展过程,但古人并没有对穴位的深层结构加以论述,因此,穴位的大小范围是一个相对的概念。我们不能把穴位只看作是一个局限的圆点,也不能在空间结构上对穴位的大小范围加以具体的量化。

《灵枢·官针》中论述的各种不同的针刺手法从实际操作上表明了穴位大小范围的模糊和不确定性。

经刺:“经刺者,刺大经之结络经分也。”络刺:“络刺者,刺小络之血脉也。”分刺:“分刺者,刺分肉之间也。”毛刺:“毛刺者,刺浮痹皮肤也。”恢刺:“恢刺者,直刺傍之,举之前后,恢筋急,以治筋痹也。”直针刺:“直针刺者,引皮乃刺之,以治寒气之浅者也。”输刺:“输刺者,直入直出,稀发针而深之,以治气盛而热者也。”短刺:“短刺者,刺骨痹,稍摇而深之,致针骨所,以上下摩骨也。”浮刺:“浮刺者,傍入而浮之,以治肌急而寒者也。”这是根据穴位的部位和结构决定对不同疾病的不同刺法。

傍针刺:“傍针刺者,直刺、傍刺各一,以治留痹久居者也。”齐刺:“齐刺者,直入一,傍入二,以治寒气小深者。”扬刺:“扬刺者,正内一,傍内四,而浮之,以治寒气之博大者也。”这是根据穴位的大小范围应用两针同刺、三针同刺、五针同刺的不同刺法。

三刺:“所谓‘三刺则谷气出’

(下转第 66 页)

建中汤对脾气虚证大鼠胃泌素基因表达的影响[J]. 中华中医药杂志, 2008, 23(2): 121 - 124.

[13] 李铁浪, 赵 锋, 张 泓, 等. 捏脊疗法对脾虚证家兔血清胃动素的影响[J]. 医学研究杂志, 2010, 2: 87 - 89.

[14] 修宗昌, 陈 群, 尚文播. 脾气虚证小肠运动异常的 VIP/NO 信号转导机制初探[J]. 上海中医药杂志, 2006, 40(2): 55 - 56.

[15] 龚张斌. 胸腺衰老与免疫衰老[J]. 国外医学·老年医学分册, 2009, 30(4): 145 - 149.

[16] 薛丽莉, 薛 金, 杜晨光. 益脾止泻汤对脾虚泄泻大鼠作用机制研究[J]. 中国中医急症, 2009, 18(8): 1303 - 1322.

[17] 段永强, 成映霞, 程 容, 等. 脾虚证进程中小鼠特异性/非特异性免疫功能变化及中药的干预作用[J]. 中国老年学杂志, 2011, 31: 2876.

[18] 逢紫千, 王富春, 严兴科. 针灸天枢穴对脾虚泄泻大鼠免疫功能影响的实验研究[J]. 江苏中医药, 2005, 26(4): 27 - 28.

[19] 杨 舒, 钱会南. 中医脾虚证的免疫机制研究进展[J]. 辽宁中医杂志, 2008, 35(9): 1433 - 1435.

[20] 江 琪. 补中益气汤合归脾汤治疗慢性疲劳综合征疗效观察[J]. 北京中医药, 2012, 31(2): 121 - 122.

[21] 孙理军, 张登本, 李怀东, 等. 大鼠脾虚模型的唾液免疫学研究[J]. 陕西中医, 2004, 25(7): 665 - 666.

[22] 李 艳, 路西明, 王淑英, 等. 参归软肝胶囊对脾虚小鼠免疫功能的影响[J]. 时珍国医国药, 2009, 20(2): 294 - 295.

[23] 赵 宁, 张皖东, 贾红伟, 等. 四君子汤对利血平所致脾虚大鼠肠道黏膜 TGF- β 和 TNF- α 表达的影响[J]. 中国中医基础医学杂志, 2007, 13(1): 44 - 46.

[24] 贾红玲, 张永臣, 单秋华. 针刺镇痛的中医学理论与西医神经内分泌免疫网络调节[J]. 针灸临床杂志, 2006, 22(9): 6 - 7.

[25] 王 维, 李荣亨. 针灸关元、气海穴对气虚证小鼠耐疲劳能力与免疫指标的影响[J]. 中国中医急症, 2008, 17(10): 1433 - 1434.

[26] 高 巍, 黄裕新, 陈 洪, 等. 电针“足三里”对大鼠脑肠肽含量的影响及其地免疫系统的调控作用[J]. 针刺研究, 2002, 27(1): 50.

[27] 杨凤江, 王景杰. 针刺足三里穴对实验性脾虚大鼠胃黏膜血流量及胃肠激素水平的影响[J]. 武警医学, 2008, 19(8): 716 - 718.

[28] Zhuoxin Yang, Yuanyuan Zhuo, Haibo Yu, et al. Effect of electro-acupuncture on basic fibroblast growth factor protein and mRNA expression in hippocampal dentate gyrus of spleen deficiency rats[J]. Neural Regeneration Research, 2010, 5(2): 126 - 131.

[29] 王 昕, 赵明亮, 吉长福, 等. 针刺“足三里”穴对脾虚证大鼠血清中睾酮和雌二醇水平的影响[J]. 针灸研究, 2011, 36(4): 268 -

271.

[30] Liu HR, Wang XM, Zhou EH, et al. Acupuncture at both ST25 and ST37 improves the pain threshold of chronic visceral hypersensitivity rats[J]. Neurochem Res, 2009, 34(11): 1914 - 1918.

[31] Ma XP, Tan LY, Yang Y, et al. Effect of electro-acupuncture on substance P, its receptor and corticotropin-releasing hormone in rats with irritable bowel syndrome[J]. World J Gastroenterol, 2009, 15(41): 5211 - 5217.

[32] 黄泰康, 丁志遵, 赵守训. 现代本草纲目[M]. 北京: 中国医药科学出版社, 2001: 664 - 2398.

[33] 聂建华, 欧阳文娟, 阮时宝, 等. 土人参根健脾益气功效及其作用机制的实验研究[J]. 中国中医药科技, 2009, 16(3): 200 - 201.

[34] 邢燕玲, 游 俊. 四君子汤对脾气虚型慢性萎缩性胃炎大鼠外周血 T 淋巴细胞亚群的影响[J]. 湖北中医学院学报, 2007, 9(2): 18 - 19.

[35] 赵素贤, 王秀琴, 杜 鹃, 等. 大鼠实验性脾气虚胃溃疡证病结合模型回肠 5-HT 及其受体和 IL-2、IL-6 变化的研究[J]. 解剖学报, 2007, 38(2): 227 - 229.

[36] 李凤金, 张玉昆, 刘泓涛, 等. 健脾口服液对脾虚证小鼠胃肠运动功能及胃肠激素分泌的影响[J]. 中国实验方剂学杂志, 2012, 18(8): 215.

(上接第 48 页)

者, 先浅刺绝皮, 以出阳邪; ‘再刺则阴邪出’者, 少益深, 绝皮, 致肌肉, 未入分肉间也; 已入分肉之间, 则谷气出。故《刺法》曰: ‘始刺浅之, 以逐邪气而来血气; 后刺深之, 以致阴气之邪, 最后刺极深之, 以下谷气。’此之谓也。”这是把穴位的深度按皮内、皮下、分肉分为浅、中、深三层的刺法。

五刺: “凡刺有五, 以应五藏。一曰‘半刺’。半刺者, 浅内而疾发针, 无针伤肉, 如拔毛状, 以取皮

气。此肺之应也。二曰‘豹文刺’。豹文刺者, 左右前后针之, 中脉为故, 以取经络之血者。此心之应也。三曰‘关刺’。关刺者, 直刺左右, 尽筋上, 以取筋痹, 慎无出血。此肝之应也。或曰‘渊刺’。一曰‘岂刺’。四曰‘合谷刺’。合谷刺者, 左右鸡足, 针于分肉之间, 以取肌痹。此脾之应也。五曰‘输刺’。输刺者, 直入直出, 深内之至骨, 以取骨痹。此肾之应也。”这是把穴位的深度按皮、肉、脉、筋、骨分为

五层以和肺、心、肝、脾、肾五脏病变相应的刺法。

穴位的大小范围和深度不能一概而论, 因此便出现了不同的针刺方法。

穴位的形成和发展明显受到了古人模糊思维方式的影响, 穴位的大小范围也带有不确定的思维特征。不了解这一点, 针灸临床的实际操作会受到很大的限制, 而有关穴位实质的研究便会走入误区。