

# 十四經脈 中 “海”字와 關聯된 經穴에 對한 文獻的 考察

金洛賢 · 成樂箕\*

## I. 緒論

經絡이란 氣血이 運行, 通過, 連絡하는 通路를 말한다. 이것은 臟腑의 主宰에 의하여 全身에 分布되어, 表裏와 上下를 서로 連絡하며, 하나의 有機體로서 人體의 組織과 器官사이에 密接한 關係를 形成한다<sup>1)</sup>.

<<靈樞·海論編>>에서는 “夫十二經脈者, 內屬於臟腑, 外絡于肢節…<sup>2)</sup>”이라 하여 十二經脈이 內로는 臠腑에 歸屬되고, 外로는 肢節에 分布되어 있음을 說明하였고, <<靈樞·九鍼十二原論>>에서는 “五臟有六腑, 六腑有十二原, 十二原出于關節…, 五臟有疾也, 應出于十二原… 明知其原, 睹其應而知五臟之害矣<sup>2)</sup>”라 하여 內臟의 疾病일지라도 四肢部位에서 反應點을 찾을 수 있음을 說明하였다.

人體에는 手, 足三陰, 三陽 主要 十二經脈이 있으며, 前後正中의 任脈과 督脈을 加하여 總稱 十四經脈이라고 한다.<sup>3)</sup> 十二經脈은 <<靈樞·經水編>>의 “清, 潤, 海, 湖, 汝, 滯, 江, 河, 濟, 潼”<sup>2)</sup>等의 十二河流를 人體에 比喩한 것으로, 水가 地에 存在하는 것처럼 人體血氣가 마찬가지로 經脈에서 流通되는 것을 比喩한 것이며,<sup>39)</sup> 陰陽, 五行, 臠腑, 榮衛, 氣血들과 함께 韓醫學理論의 基礎가 되고, 生理, 病理, 診斷, 治療에서도 重要한 役割을 하고 있다.<sup>1)</sup>

<<素問·陰陽應象大論>>에서는 穴位를 “氣之所發, 各有處名”으로 表現하여 穴名의 意義와 臌穴의 機能과 特點사이의 關

係를 說明하였고,<sup>3)</sup> <<靈樞·九鍼十二原論>>에서는 “節之交, 三百六十五會, 所言節(腧穴)者, 神氣之所游行出入也.”<sup>2)</sup>라 하여 人體에서 經絡之氣가 全身의 臌穴에서 發함을 說明하였다.<sup>4)</sup>

穴位에 대한 命名은 穴位가 存在하는 部位의 特徵, 效能의 特性등을 들어 그 穴의 特徵이 表出될 수 있도록 하였으며, 水流와 山谷, 生物와 體型, 居處와 活動, 臠象과 機能, 天象과 位置에 따라서 하였다.<sup>5)</sup>

“海”字穴은 水流에 따라서 分類된 것으로, 足太陰脾經의 血海, 手少陰心經의 少海, 手太陽小腸經의 小海, 足太陽膀胱經의 氣海俞, 足少陰腎經의 照海, 任脈의 氣海穴과 “海底”<sup>5,15,22,23,26,31,32,35,36)</sup>라는 異名을 가진 會陰穴과 “上氣海”<sup>22,23,25 27,30-32,35,36)</sup>라는 異名을 가진 脊中穴이 이에 屬한다.

“海”字의 意味는 百川이 다 歸하는 곳, 많은 氣血을 豐富하게 內藏하고 있고, 廣大하다는 뜻의 “百川皆歸之處”, “富藏聚之意”, “廣大之四海”로 表現되어 있으며,<sup>6)</sup> <<靈樞·經水編>>에서는 “夫經水之應經脈也, 其遠近淺深水血之多少不同”<sup>2)</sup>이라 하여 經脈遠近淺深에 따라 水血의多少를 說明하여, 海字가 들어간 經穴과 다른 經穴들과의 差異가 있으리라 思料된다.

이에 著者は 十四經脈中에서 “海”字가 包含되어 있는 各 經穴 즉, 足太陰脾經의 血海, 手少陰心經의 少海, 手太陽小腸經의 小海, 足太陽膀胱經의 氣海俞, 足少陰腎經의 照海, 任脈의 氣海穴과 “海底”<sup>5,15,22,23,26,31,32,35,36)</sup>라는 異名을 가진 會陰穴과 “上氣海”<sup>22,23,25 27,30-32,35,36)</sup>라는 異名을 가진 脊中

\* 大田大學校 韓醫科大學 鍼灸學教室

穴을 합쳐 總 8穴을 主治症을 為主로 하여 異名으로 “海”字가 들어가는 經穴, 이들의 穴位, 分布, 鍼灸刺法等을 文獻의 으로 考察하여 “海”字穴과 疾病과의 相互關係성을 살펴본 結果若干의 知識을 얻었기에 다음과 같이 報告하는 바이다.

- (29) 中國鍼灸大全(上)
- (30) 鍼灸腧穴圖譜
- (31) 鍼灸穴位解剖圖譜
- (32) 鍼灸學
- (33) 精解鍼灸學
- (34) 最新鍼灸學

## II. 本論

### 1. 文獻의 資料 및 調查方法

#### 1) 資料

- (1) 素問註釋匯粹
- (2) 鍼灸甲乙經校釋
- (3) 外臺秘要
- (4) 鍼灸資生經
- (5) 扁鵲神農玉龍經
- (6) 十四經發揮
- (7) 醫宗金鑑
- (8) 醫學入門
- (9) 鍼灸大成
- (10) 鍼方六集校釋
- (11) 東醫寶鑑
- (12) 鍼灸經緯
- (13) 類經圖翼
- (14) 銅人脈穴鍼灸圖經
- (15) 鍼灸集成
- (16) 鍼灸穴名解
- (17) 鍼灸學(上)
- (18) 現代鍼灸學
- (19) 經穴學叢書
- (20) 最新經穴學
- (21) 綜合鍼灸學
- (22) 鍼灸經穴辭典
- (23) 鍼灸穴名釋義
- (24) 鍼灸經穴之運用
- (25) 鍼灸學(上海中醫學院)
- (26) 中國鍼灸學
- (27) 著莊中國鍼灸學
- (28) 新編中國鍼灸學

#### 2) 方法

歷代文獻을 通하여 十四經脈중 “海”字에 包含되는 經穴과 異名으로 “海”字를 가진 會陰과 脊中을 合하여 總 8개穴에 對하여 內徑을 包含하여 鍼灸學의 根幹이 되는 34編 文獻을 通하여 比較 檢討하였다.

### 2. 調查內容

#### 1) 素問註釋匯粹

- 少海 : 咸俞五十穴  
 小海 : 府俞七十二穴 肘以下至手小指本各六俞  
 照海 : 陰陽蹻四穴  
 會陰 : 下陰別一  
 氣海 : 執尾下三寸, 胃院五寸, 胃院以下至橫骨六寸半一  
 脊中 : 脊中骨陷中各一

#### 2) 鍼灸甲乙經校釋

- 血海 : 在膝臍上內廉白肉際二寸中, 足太陰脈氣所發. 刺入五分, 灸五壯.  
 少海 : 水也. 一名曲節, 在肘內廉節后陷者中, 動脈應手, 手少陰脈之所入也, 為合. 刺入五分, 灸三壯.  
 小海 : 土也. 在肘內大骨外, 去肘端五分陷者中, 屈肘乃得之, 手太陽脈之所入也, 為合. 刺入二分, 留七呼, 灸七壯.  
 照海 : 陰蹻脈所生, 在足內踝下一寸. 刺入四分, 留六呼, 灸三壯.  
 會陰 : 一名屏翳, 在大便前小便后兩陰之間, 任脈別絡俠督脈, 衝脈之會. 刺入二寸, 留三呼, 灸三壯.

氣海：一名膀胱，一名下肓，在臍下一寸五分，任脈氣所發。刺入一寸三分，灸五壯。

膻中：一名元穴，在玉堂下一寸六分陷者中，任脈氣所發。仰而取之。刺入三分，灸五壯。

### 3) 外臺秘要

血海：在膝下臍上內庶白肉際二寸中，足太陰脈氣所發，灸五壯，主婦人漏下，惡血，月閉不通，逆氣，腹脹。

少海：一名曲節，在肘內庶節後陷者中動應手，灸五壯，主寒熱齒齦痛，狂，易瘡，背椎寒引肘腋痛。甄權云穴在臂側曲肘內橫紋頭屈手向頭而取之陷者中，主腋下瘰癧不宜灸。

小海：在肘內大骨外去肘端半寸陷者中屈肘時得之，灸三壯。甄權云屈手向頭而取之不宜灸，主寒熱，齒齦痛，風眩，頭痛，狂，易癰，肘瘡，背脊振寒，項痛引肘腋痛引少腹中四肢不舉。

照海：陰蹻脈所生，在足內踝下，灸三壯，主熱痛，煩心，足寒清多汗，先取然谷後取太谿大指上動脈皆先補之，目痛，引脊少腹偏痛，瘻癰，嗜臥，疰驚，善悲不樂如墮，狀汗不出面塵黑病，飢不欲食，卒疝，少腹痛，病在左取右，右取左立已，陰暴起疝，女子不下月水，婦人淋漓，陰挺出，四肢溼澀，心悶久瘡及諸淋，目中赤痛，偏枯不能得行，大風默默不知所痛，視如見星，尿黃，少腹熱，咽喉乾痺。

氣海：一名膀胱，一名下肓，在臍下一寸半，任脈氣所發，灸五壯，主少腹疝，臥，善驚，甄權云主下熱，小便赤，氣痛狀如刀郤，孕婦不可灸。

會陰：一名屏翳，在大便前小便後，兩陰間，任脈別絡俠督脈者衝脈之會，灸三壯，主痔，小便難，竅中熱，則腹皮痛，虛即痒搔，持與陰相通者死，陰中諸病，前後相引痛，不得大小便，女子血不通，男子陰端寒上衝心中狼狽。

膻中：一名元見，在玉堂下一寸六分直，兩乳間陷者中，任脈氣所發，仰而取之，灸五壯，主胸痺，心痛，煩滿，咳逆，喘息不能言。

### 4) 鍼灸資生經

血海：在膝臍上內廉白肉際二寸中，灸三壯，針五分，千云白肉際二寸半，注云一作三寸。

少海：水也。一名曲節，在肘內廉節後，又云肘內大骨外去肘端五分，屈肘得之。鍼三分，灸三壯。甄權云屈手向頭取之，治齒寒腦風頭痛，不宣灸，針五分，明云在肘內橫紋頭，屈手向頭取之陷宛中，甲乙云穴內肘內廉即後陷中動應手，針二分，留三呼，瀉五吸，不宣灸，下云灸五壯，素注五壯，銅人云灸三壯，明堂下經素問注皆云灸五壯，上經甄權皆云不宣灸亦可疑矣，非大急亦不必灸。

小海：土也，在肘內大骨外，去肘端五分陷者中，甄權云屈手向頭取之，灸三壯，針二分，手厥陰心主脈左右十六穴。

照海：陰蹻脈所生，在內踝下，針三分，灸七壯，千云在內踝下四分，明上云陰蹻二穴，在內踝下陷宛中，針三分，灸三壯，下云陰蹻二穴，在內踝下陷中，灸三壯，千云內踝下容爪甲，明堂上下經有陰蹻穴而銅人無之惟有照海穴，亦在內踝下與陰蹻同而未知其故，予按素問氣穴論陰陽蹻穴在內踝下，是謂照海陰蹻所生則與銅人照海穴合矣，則是陰蹻即照海也，故附陰蹻于照海之末。

氣海俞：在十五椎下兩旁各寸半通灸，按明堂有氣海俞，而銅人無之，恐銅人本不全，故依明堂附入于此。

氣海：一名膀胱，一名下肓，在臍下一寸半，宛宛中，針八分，得氣即瀉，瀉後宣補之，灸百壯，今附，氣海者，是男子生氣之海也，治藏氣虛憊，真氣不足，一切氣疾久不差，皆灸之，忌同，明下云灸七壯，此經以氣海為生氣之海，難經疏以為元氣之海，則氣海者蓋人之元氣所生也，故柳公度曰吾養性無它術。

但不使元氣佐喜怒，使氣海常溫矣。今人皆不能不以元氣佐喜怒矣。若能時灸氣海使溫，亦其次也。予舊多病，常苦氣短。醫者教灸氣海，氣遂不促。自是每歲須一二次灸之，則以氣怯故也。

會陰：一名屏翳，在兩陰間，任脈別絡，俠督脈衝脈之會，灸三壯。

### 5) 扁鵲神應玉龍經

少海：爲合土在肘內大骨外去肘端五分陷中屈肘向頭取，忌灸

氣海：在臍下一寸五分宛宛中刺入三分灸七壯看病補瀉

膻中：在兩乳中間可瀉灸七壯禁針

### 6) 十四經發揮

血海：在膝臍上內廉白肉際二寸中

少海：在肘內大骨外去肘端五分

照海：在足內踝下

會陰：一名屏翳在兩陰間

氣海：在臍下一寸五分

膻中：在玉堂下一寸六分兩乳間

### 7) 醫宗金鑑

血海：從陰陵泉上行，在膝臍上一寸，內廉白肉際陷中

少海：從青靈下行肘內廉，節後大骨外上去肘端五分，肘內橫紋頭，屈肘向頭取之

小海：從支正上行，肘外大骨外，去肘端五分陷中，屈手向頭取之

氣海俞：從腎俞行十五椎下，去脊中二寸，正坐取之

照海：從水泉行足內踝下四分，前後有筋，上有踝骨，下有軟骨之中陷中

會陰：在前陰後陰之中間，任、督、衝三脈所起，督由會陰而行背，任由會陰而行腹，衝由會陰而行足也。

氣海：從石門上行，在臍下一寸五分宛宛中

膻中：從中庭上行一寸六分，却在兩乳間

### 8) 醫學入門

血海：膝臍上三寸內廉骨後筋前白肉際，鍼五分，灸五壯。主血漏，下血，閉不通，月經不調，氣逆脹滿

少海：肘內廉橫紋頭盡處陷中，曲手向頭取之，鍼入三分，灸五壯。主頭痛，目黃，目眩，項強，齒痛，嘔吐，肩背肘腋脇引項痛，癲癇吐舌，瘡疾，寒熱汗出，四肢不舉

小海：肘內大骨外去肘端五分陷中，屈肘取之，鍼二分，灸三壯。主頭痛，項強，齶齒斷腫，癰症，吐舌，瘡癰，癲狂，肘腋腫，瘡腫，少腹痛，寒瘡，風瘡

氣海俞：十五節外一寸半，主腰痛，痔疾

照海：內踝下四分，微前小骨下，鍼四分，灸三壯。主噦乾，四肢解怠，善悲不樂，久瘡卒疽，少腹痛，嘔吐，嗜臥，大風偏枯不遂，女子淋癱，陰挺出，陰暴起疽，少腹熱而偏痛，大風默默不知所痛，視如不明。

會陰：肛門前前陰後，兩陰間，鍼二寸，灸三壯。主痔與陰相通者死，陰中諸病前後相引痛不得大小便，陰寒衝心，女子月經不通

氣海：臍下一寸半，鍼一寸二分，灸三十壯，年高者，灸一百壯。主臟氣虛憊，一切氣疾，少腹疝氣遊行五臟腹中切痛，冷氣衝心，驚不得臥，婦人惡露不止，繞臍疼痛，氣結成塊狀如覆杯小便赤澁

膻中：玉堂下一寸六分陷中，橫直兩乳中間，不宜鍼，灸七壯至四十九壯止。主肺癰，咳嗽上氣，唾膿，不食，胸中氣滿如塞

### 9) 針灸大成

血海：膝臍上內廉，白肉際二寸半。[銅人]針五分，灸三壯。主氣逆腹脹，女子漏下惡血，月事不調。東垣曰：女子漏下惡血，月事不調，暴崩不止，多下水漿之物，皆由飲食不節，或勞傷形體，或素有氣不足，灸太陰脾經七壯。

少海：一名曲節。肘內廉節后，大骨外，去肘端五分，屈肘向頭取之。手少陰心脈所入

爲合水。[銅人] 針三分，灸三壯。甄權云 不宣灸，針五分。[甲乙] 針二分，留三呼，瀉五呼，不宣灸。[素注] 灸五壯。[資生] 數說不同，要之非大急不灸。主寒熱齒齶痛，目眩發狂，嘔吐涎沫，項不得回顧，肘攣腋脇下痛，四肢不得舉，齒痛，腦風頭痛，氣逆吃逆，瘰癧，心疼，手顫健忘。

小海：肘外大骨外，去肘端五分陷中，屈手向頭取之。手太陽小腸脈所入爲合土，小腸實瀉之。[素注] 針二分，留七呼，灸三壯。主頸領，肩膚，肘臂外后廉痛，寒熱齒斷腫，風眩頸項痛，瘡腫振寒，肘腋痛腫，小腹痛，癰發羊鳴，淚頸，瘰癧狂走，領腫不可回顧，肩似拔，膚似折，耳聾，目黃，頰腫。

氣海俞：十五椎下兩旁相去脊名一寸五分，針三分，灸五壯。主腰痛痔漏。

照海：足內踝下四分，前后有筋，上有踝骨，下有軟骨，其穴居中，陰蹻脈所生。[素注] 針四分，有六呼，灸三壯。[銅人] 針三分，灸七壯。[明堂] 灸三壯。主咽乾，心悲不樂，四肢懈惰，久虛，卒痛，嘔吐嗜臥，大風默默不知所痛，視如見星，小腹痛，婦女經逆，四肢淫滌，陰暴跳起或痒，瀉清汁，小腹偏痛，淋，陰挺出，月水不調。潔古曰 痘病夜發灸陰蹻，照海血也。

會陰：一名屏翳，兩陰間，任督衝三脈所起。督由會陰而行背，任由會陰而行腹，衝由會陰而行足少陰。[銅人] 灸三壯。[指微] 禁針。主陰汗，陰頭痛，陰中諸病，前後相引痛，不得大小便，男子陰端寒衝心，竅中熱，皮疼痛，穀道搔痒，久痔相痛，女子經水不通，陰門腫痛，卒死者，針一寸補之，溺死者，令人倒拖出水，針補，尿屎則活，餘不可針。

氣海：一名膀胱，一名下肓，在臍下一寸半宛宛中，男子生氣之海。[銅人] 針八分，得氣即瀉，瀉後宜補之，可灸百壯。[明下] 灸七壯。主傷寒，飲水過多，腹脹腫，氣喘心下痛，冷病面赤，臟虛氣憊，真氣不足，一切氣疾久不遮，肌體羸瘦，四肢力弱，賁豚七疝，小腸膀胱腎餘，癰瘕結塊，狀如覆杯，腹暴

脹，按之不下，臍下冷氣痛，中惡脫陽欲死，陰症卵縮，四肢厥冷，大便不通，小便赤，卒心痛，婦人臨經行房羸瘦，崩中，赤白帶下，月事不調，產後惡露不止，繞臍絞痛，閃着腰痛，小兒遺尿。浦江鄭義宗患滯下昏仆，日上視，溲注汗泄，脈大，此陰虛陽暴絕，得疾病後酒色，丹溪爲灸氣海漸生，服人參膏數斤愈。

膻中：一名元見，玉堂下一寸六分陷中，仰而取之。足太陰，少陰，手太陽，少陽，任脈之會。[難經] 曰 氣會於膻中，疏曰 氣病治此。灸五壯。[明堂] 灸七壯，止二七壯，禁針。主上氣納氣，咳逆，噫氣，膈氣，喉鳴喘嗽，不下食，胸中如塞，心胸痛，風痛，咳嗽，肺癰唾膿，嘔吐涎沫，婦人乳汁少。

#### 10) 鍼方六集校釋

血海：一名 血郄，一名 百蟲窠。在膝上內廉輔骨上二寸，赤白肉際中。〈鍼經〉 刺入五分 灸三壯。

少海：一名 曲節。在肘內廉節後去肘內大骨端五分陷中，動脈應手。屈肘向頭取之。刺入五分，灸三壯。

小海：在肘內大骨外 大筋內去肘端五分陷者中，屈手入腰取之。〈鍼經〉 刺入三分，留七呼，灸七壯。

照海：陰蹻脈所生，在足內踝骨下一寸，赤白肉際。〈鍼經〉 刺入四分，留六呼，灸三壯。

會陰：一名 屏翳，一名 海底。在兩陰之間 男子取陰囊後盡處中縫是穴 〈鍼經〉 刺入二分，留三呼，灸三壯。

氣海：一名 膀胱，一名 下肓 在臍下一寸五分 〈鍼經〉 刺入一寸三分，灸五壯，一方 灸五十壯，止百壯，諸虛不足。

膻中：在玉堂下一寸六分陷中，去兩乳中 〈鍼經〉 刺入三分，灸五壯。

#### 11) 東醫寶鑑

血海：[銅人] 在膝臍上內庶白肉際三寸，

鍼入三分，可灸三壯。[入門] 在膝臍上三寸內廉骨後筋前白肉際

少海：[銅人] 一名曲折，在肘內廉節後陷中，手少陰脈之所入爲合，鍼入三分，可灸三壯。[綱目] 在肘內大骨外去肘端五分 [資生] 在肘內廉節後陷中動脈應手屈肘得之 [入門] 肘內廉橫紋頭盡處陷中曲手向頭取之

小海：[銅人] 在肘內大骨外去肘端五分陷中，手太陽脈之所入爲合，鍼入二分，可灸三壯 [入門] 屈手向頭取之，又云屈肘得之

照海：[銅人] 在足內踝下容爪甲陰蹻脈所生，鍼入三分，可灸七壯 [綱目] 令患人穩坐足底相對赤白肉際陷中 [入門] 在內踝下四分微前小骨下

會陰：[銅人] 一名屏翳，在兩陰間，鍼入二寸，可灸三壯 [入門] 在肛門之前前陰後兩陰間

氣海：[銅人] 一名膀胱，一名下肓，在陰蹻下五分，臍下一寸五分，鍼入八分，得氣即瀉，可灸三壯 [資生] 氣海者是男子生氣之海也，一切氣疾皆灸之 [入門] 鍼入一寸二分，可灸三十壯，年高者百壯

膻中：[銅人] 一名元兒，一名元見，在玉堂下一寸六分 [綱目] 橫直兩乳間陷中，仰臥取之 [資生] 在鳩尾上二寸 [入門] 可灸七壯至七七壯止，禁不可鍼

## 12) 鍼灸經緯

血海：外科及癰瘡(一切血病)，下肢麻痺，瘀血腰痛

少海：耳鳴，神經衰弱，癔病，心痛手顫，瘰疬，兩臂頑麻

小海：小海合穴，乃手太陽小腸脈之所入，合治內臟，其脈入缺盆，絡心，循咽喉

下膈，抵胃，屬小腸，胃謂水穀之海，小腸與胃相連綴，故肘內合穴名小海 小便赤澁

氣海俞：氣喘

照海：噤口喉風痰涎壅塞，七疝，便秘，五更瀉，咽喉痛，睾丸炎，月經不調，滯產，尿貯留，腹瀉，癔病，神經官能症

會陰：遺精

氣海：主調氣，在肚臍下一寸半 月經不調，崩漏，白帶，經閉，便秘，吃逆，全身強壯主治 腎虧各病，婦人月經不調，五淋，白帶要穴，各種氣病，閃腰

膻中：氣會膻中，在兩胸之間 神經衰弱，喘息（氣會膻中），噎膈，氣喘，咳嗽 主治氣喘，一切氣病（如矢氣），通乳

## 13) 類經圖翼

血海：一名百蟲窠，在膝臍上一寸內廉白肉際陷中，一云在膝內輔骨上橫入五分，刺五分灸五壯，主治女子崩中漏下，月事不調，帶下逆氣腹脹，先補後寫，又主腎臟風，兩腿瘡瘍濕不可當，百證賦云兼地機，治婦人經事之改善，又云兼衝門治痃癖有驗，靈光賦云兼氣海，療五淋。

少海：一名曲節，在肘內廉節後陷中，又云肘內大骨下，去肘端五分，肘內橫紋頭，屈肘向頭取之，手少陰所入爲合，刺五分，灸三壯，一曰禁灸，主治寒熱齒痛，目眩，發狂癲癇羊鳴，嘔吐涎沫，項不得回，頭風疼痛，氣逆，瘰疬，肘臂腋脇痛攣不舉，千金云主腋下瘰疬，漏臂疼痛，風痺瘻漏屈伸不得，鍼三分，留七呼，寫五呼，席弘賦云心疼手顫少海間，若要除根陰市，百證賦云兼三里穴治兩臂頑木。

小海：在肘內大骨外，去肘端五分陷中，屈手向頭取之，手太陽所入爲合，刺二分，留七呼，灸五壯，七壯，主治肘臂肩臑頸項痛，寒熱，齒根腫，風眩，瘡腫，小腹痛，五癰瘡癰。

照海：在足內踝下一寸，陷中容爪甲，一云在內踝下四分，微前高骨陷中，前後有筋，上有踝骨，下有軟骨，其穴居中，神農經云在內踝直下白肉際是穴，陰蹻所生，刺四分，留六呼，灸三壯，一曰刺三分，灸七壯，主治咽乾嘔吐，四肢懈惰嗜臥，善悲不樂，大風偏枯半身不遂，久瘡卒瘍，腹中氣痛，小腹淋痛，陰挺出，月水不調，玉龍賦云兼支溝能通

大便之秘。又云合內關能醫腹疾之塊。神農經云治月事不行，可灸七壯。又云兼公孫治傷寒四日太陰經，再用內關施截法。欄江賦云治噤口喉風，用三稜針出血則安。百證賦云兼大敦治傷寒。席弘賦云兼百會，太衝，陰交，治咽喉疾。又云兼陰交，曲泉，關元，氣海同寫治七疝如神。靈光賦云二蹻二陵腳氣者取此四穴，又兼三里同治腳氣并在腰之疾。標幽賦云兼陽維內關能下胎衣。又云治喉中之閉塞。捷法云治小便頻數淋瀝不通，小腹冷痛，膀胱七疝，奔豚偏墮，木腎腫大如升，發是疼痛衝心，小便淋血，陰痛遺精白濁，夜夢鬼交不禁，婦人難產，子拘母心不下，女子大便不通，產后腹痛惡露不已，婦人脾病血蟲水蟲氣蟲石蟲單蟲，婦人血氣虛倦，五心煩熱，支體盡痛，頭目渾沈，老人虛損，手足轉筋不能舉動，嘔亂吐瀉，寒濕腳氣發熱大痛，腎虛脚氣紅腫，乾脚氣膝頭內凹，五指疼痛，渾身脹滿，水蟲喘脹，四肢面目浮腫，婦人瘦損，赤白帶下，子宮久冷，不受胎孕，經水逆行，頭眩小腹空痛，月水不調，臍腹疼痛，乃淋漏不斷等證。以上諸證，先以照海為主，後隨證加穴分治。

會陰：一名屏翳，在大便前小便後兩陰之間。任脈別絡俠督脈衝脈之會。一云任督衝三脈所起，任由此而行腹，督由此而行背，衝由此而行少陰之分。刺二寸，留三呼，灸三壯，一曰禁針，惟卒死者針一寸補之，溺死者令人倒駛出水，用針補之，尿屎出則活，餘不可針。主治陰汗陰中諸病，前後相引痛，不得大小便，穀道病久痔相通，男子陰寒衝心，女子陰門痛，經不通。一傳治婦人產後昏迷，不省人事。

氣海：一名膀胱，一名下肓。在臍下一寸半宛宛中。肓之原也，為男子生氣之海。刺八分，灸五壯，甲乙經曰刺一寸三分，一曰灸百壯，孕婦不可灸。主治下焦虛冷，上衝心腹，或為嘔吐不止，或陽虛不足，驚恐不臥，奔豚七疝，小腸膀胱癰瘕結塊，狀為覆杯，臍下冷氣，陽脫欲死，陰證傷寒，卵縮四肢厥冷，小

便赤瀉，羸瘦白濁，婦人赤白帶下，月事不調，產後惡露不止，繞臍絞痛，小兒遺尿。一云治卒厥，厥氣上攻兩脅心下痛，奄奄欲絕，此名奔豚，先以熱湯洗兩足浸良久灸百壯。此氣海也，凡藏氣憊，一切真氣不足久疾不瘥者悉皆灸之。千金云治水洩痢，及小腹癰積腹脹，婦人癰聚瘠瘦灸氣海百壯三報之。玉龍賦云兼璇璣治喘促。席弘賦云治五淋須臾針三里，又兼水分治水腫，又兼照海陰交曲泉關元同寫治七疝小腹痛如神。百證賦云針三陰與氣海專司白濁久遺精。靈光賦云兼血海療五淋，一傳治小腸氣痛，傷寒腹痛，氣脹水蟲黃腫，四時宜多灸。告柳公度曰吾養生無他術，但不使元氣佐喜怒，使氣海常溫爾，令人既不能不以元氣佐喜怒，若能時灸氣海使溫，亦其次也。予舊多病，常若氣短，醫者教灸氣海，氣遂不促，自是每歲一二次灸之則以氣怯故也。

膻中：一名元兒，一名上氣海，在玉堂下一寸六分橫兩乳間陷中，仰臥取之。禁刺，灸七壯，刺之不幸，令人夭，甲乙經曰刺三分。主治一切上氣短氣痰喘哮嗽，咳逆嘔氣隔食反胃，喉鳴氣喘，肺癰，嘔吐涎沫膿血，婦人乳汁少。此氣之會也。凡上氣不下，及氣噎氣隔氣痛之類，均宜灸之。神農經云上氣喘嗽，可灸七壯。千金云胸痹心痛，灸百壯，上氣嗽逆，灸五十壯。玉龍賦云兼天突醫喘嗽。百證賦云兼巨闕針之，能除膈痛，蓄飲難禁，一傳治傷寒風痰壅盛。

#### 14) 銅人臉穴鍼灸圖經

血海：在膝臍上內廉白肉際二寸中。治女子漏下惡血，月事不調，逆氣腹脹，可灸三壯，針入五分。

少海：水也。一名曲節。在肘內廉節後，又云肘內大骨外去肘端五分，手少陰脈之所入也，為合。治寒熱齒齦痛，目眩，發狂，嘔吐涎沫，項不得回顧，肘攀腋脅下痛，四肢不得舉，針入三分，可灸三壯。

小海：土也。在肘內大骨外，去肘端五分

陷中。甄權云以屈手向頭取之。手太陽脈之所入也，爲合。治寒熱齒斷腫，風眩，頸項痛，瘍腫，振寒，肘腋腫，少腹痛，四肢不舉，可灸三壯，針入二分。甄權云屈手向頭取之。治齒寒腦風痛，不宜灸，針入五分。

照海：陰蹻脈所生在之內踝下。治嗌乾，四肢懈墮，善悲不樂，久瘡，卒疝，少腹痛，嘔吐，嗜臥，大風偏枯，半身不遂，女子淋瀝，陰挺出，針入三分，可灸七壯。

會陰：一名屏翳。在兩陰間任脈別絡俠督脈衝脈之會。治小便難，竅中熱，皮痛，穀道搔痒，久痔相通者死，陰中諸病，前後相引痛，不得大小便，女子經不通，男子陰端寒衝心，可灸三壯。

氣海：一名膀胱，一名下肓。在臍下一寸五分，任脈氣所發。治臍下冷氣上衝，心下氣結成塊大如覆杯，小便赤澁，婦人月事不調，帶下崩中因產惡露不止，繞臍蹻痛，針入八分，得氣即寫寫後宜補之，可灸百壯。今附氣海若時男子生氣之海也。治藏氣虛憊真氣不足，一切氣疾，久不差，悉皆灸之慎如常法。

膻中：一作竇，一名元兒。在玉堂下一寸六分，直兩乳間陷中，仰臥取之，任脈氣所發。治肺氣咳嗽上喘唾膿不得下食，胸中如塞，可灸二七壯。今附療庭氣，嘔吐涎沫，婦人乳汁少，其穴禁，不可針，不幸令人夭折，慎猪魚酒麵物等。

### 15) 鍼灸集成

血海：在膝臍上二寸內廉白肉際陷中。鍼五分，灸五壯。主治女子崩中漏下，月事不調，帶下，逆氣腹脹，先補後瀉，又主腎藏風兩腿瘡痒濕不可當。百證賦云兼地機治婦人經事之改常，又兼衝門治痃癖有驗。靈光賦云兼氣海療五淋。

少海：在肘下內廉二寸直青靈，鍼五分，灸三壯，一日禁灸。主治寒熱齒痛，目眩，發狂癲癇羊鳴，嘔吐涎沫，項不得回，頭風疼痛，氣逆，瘰癧，肘臂腋脇痛攣不舉。千金云主腋下瘰癧，漏臂疼痛，風痺瘻漏屈伸不得，

鍼三分，留七呼，寫五呼。席弘賦云心疼手頸少海間，若要除根覓陰市。百證賦云兼三里穴治兩臂頑木。

小海：在肘後橫去肘寸半，針二分，留七呼，灸五壯七壯。主治肘臂肩臑頸項痛，寒熱，齒根腫，風眩，瘍腫，小腹痛，五癰癰癧。

照海：在內踝下一寸，鍼四分，留六呼，灸三壯，一日鍼三分，灸七壯。主治咽乾嘔吐，四肢懈惰嗜臥，善悲不樂，大風偏枯半身不遂，久瘡卒疝，腹中氣痛，小腹淋痛，陰挺出，月水不調。玉龍賦云兼支溝能通大便之秘。又云合內關能醫腹疾之塊。神農經云治月事不行，可灸七壯。又云兼公孫治傷寒四日太陰經，再用內關施截法。欄江賦云治噤口喉風，用三稜針出血則安。百證賦云兼大敦治傷寒。席弘賦云兼百會，太衝，陰交，治咽喉疾。又云兼陰爻，曲泉，關元，氣海同寫治七疝如神。靈光賦云二蹻二陵脚氣者取此四穴，又兼三里同治腳氣并在腰之疾。標幽賦云兼陽維內關能下胎衣。又云治喉中之閉塞。

會陰：在大便前小便後兩陰間正中，鍼二寸，留三呼，灸三壯，一日禁鍼，惟卒死者鍼一寸補之。溺死者令人倒駛出水用鍼補之，尿屎出則活，餘不可鍼。主治陰汗陰中諸病，前後相引痛，不得大小便，穀道病久痔相通，男子陰寒衝心，女子陰門痛，經不通。一傳治婦人產後昏迷，不省人事。

氣海：在臍下一寸半宛宛中。鍼八分，灸五壯。甲乙經曰鍼一寸三分，一日灸百壯。孕婦不可灸。主治下焦虛冷，上衝心腹，或爲嘔吐不止，或陽虛不足，驚恐不臥，奔豚七疝，小腸膀胱癥瘕結塊，狀爲覆杯，臍下冷氣，陽脫欲死，陰證傷寒，卵縮四肢厥冷，小便赤澁，羸瘦白濁，婦人赤白帶下，月事不調，產後惡露不止，繞臍絞痛，小兒遺尿。一云治卒厥，厥氣上攻兩脅心下痛，奄奄欲絕，此名奔豚，先以熱湯洗兩足浸良久灸百壯。此氣海也，凡藏氣憊，一切真氣不足久疾不瘥者悉皆灸之。千金云治水洩痢，及小腹癰積腹脹，

婦人癥聚瘠瘦灸氣海百壯三報之。玉龍賦云兼璇璣治喘促。席弘賦云治五淋須更針三里。又兼照海陰交曲泉關元同寫治七疝小腹痛如神。百證賦云針三陰與海專司白濁久遺精。靈光賦云兼血海療五淋。一傳治小腸氣痛，傷寒腹痛，氣脹水盛黃腫，四時宜多灸。告柳公度曰吾養生無他術，但不使元氣佐喜怒，使氣海常溫爾，令人既不能不以元氣佐喜怒，若能時灸氣海使溫，亦其次也。予舊多病，常若氣短，醫者教灸氣海，氣遂不促，自是每歲一二次灸之則以氣怯故也。

膻中：玉堂下一寸六分橫兩孔間，仰臥取之。禁鍼，灸七壯，鍼之不幸，令人夭，甲乙經曰鍼三分。主治一切上氣短氣痰喘咳嗽，咳逆噦氣隔食反胃，喉鳴氣喘，肺癰，嘔吐涎沫膿血，婦人乳汁少，此氣之會也。凡上氣不下，及氣噦氣隔氣痛之類，均宜灸之。神農經云上氣喘嗽，可灸七壯。千金云胸癰心痛，灸百壯，上氣嗽逆，灸五十壯。玉龍賦云兼天突醫喘嗽。百證賦云兼巨闕鍼之，能除膈痛，蓄飲難禁，一傳治傷寒風痰壅盛。

### 16) 鍼灸穴明解

血海：海，水之歸也。本穴在膝上內側，按之凹深，治崩漏經帶，以及男女其他血分諸病。猶言治血證之淵海，故名血海，又名百蟲窠。按諸書謂本穴治濕痒瘧毒者，或以濕痒之瘡，內含細菌，本穴能治此症，故名爲百蟲窠。按經漏下血諸症，由於血不歸經者居多，猶河漕耳，而水溺流也。應治以通因通用，行開瘀之法。治療宜引血歸經，猶導洪流入江海也。故名之以海，此依治法言也。

少海：海爲諸川之匯，深闊無量，在人身以少陰爲六經之最裏。又本穴症，極爲複雜，牽及多經之病，有如衆症來歸者，故曰少海。所謂少者，指少陰經言也。其所治症爲表裏虛實寒熱以及七情志意等病，如癲狂，吐涎，項強，臂痛，齒痛，目眩，頭風，氣逆，瘰癧等等，即海之含意也。

小海：穴在肘尖內側陷中，乳麻筋通於小

指。  
<鍼灸大成>歌云 支正小海外輔骨，謂即前臂外輔骨肘端處也。  
<外臺秘要>頸樞，馬元台，俱謂屈肘向頭取之。本穴與少海雖不同經，而穴底極爲接近，故名小海。其治症亦甚複雜，亦有匯治諸經各病意勢，猶江海之匯百川也。

氣海俞：氣海爲臍下納氣之處，上合於肺，與後天呼吸之氣，息息相關。本穴與任脈之氣海穴相應，而爲之俞，故名氣海俞。俗稱男子以氣爲主，因男子腹呼吸，依氣海主持吐納也。故本穴所治各症與氣海穴略同。多合於腎俞，命門，即以其有助於腎之納氣也。鬱者舒之，虛者補之。

照海：江海爲百穀之王，水泉雖遷，終歸於海。所云照者，因腎爲水火之臟，又古說：水中有火，故名照海。玩此前後穴名，陰陽交錯，相與爲功。湧泉爲水之初出，得然谷之熱以化之；太谿虛象，有待容受；大鍾盈象，有待發揚，水泉幽也，陰也，待照海之陽以灼之，而能化氣飛升。陰陽措綜，消長互變，以見人身氣化，本乎自然也。故本穴治症極爲複雜，猶海江之大，包含細流也。本穴爲陰經之陽穴，治大風，肢懈，經逆不調，久瘡，偏腹痛，嗌腫，咽乾，卒瘨，最常於日疾，即銀海朗照之意也。

會陰：任脈總攝全身諸陰之脈，爲陰脈之海。又本穴當本經外巡行之發端。  
<素問·骨空論>王冰注：“衝脈起於氣衝，從少腹之內，與任脈並行。”又云“衝脈與任脈皆起於胞中。”按衝，任皆屬陰脈，故名會陰。猶言諸陰之會也。穴在兩股脣，兩陰竅之間，故能治穀道，子宮，精室，陰器諸處之病。又本穴在處，四翳如屏，故又名屏翳。屏翳之義，遮以蔽也。  
<銅人>云：可灸。  
<指微>云：禁鍼。其他鍼灸文獻有言，凡幽僻掩遮之處，多禁鍼，皮肉淺薄之處，多禁灸。（屏翳二字余有異義，見鳩尾解。）

氣海：本穴與肺氣息息相關，當腹部納氣之根本。苟氣海處不作吸引，即中氣不能達於臍下。男子腹呼吸，全賴氣海爲之鼓盪，乃

有吐納也。養生家調息，綿綿若存動而愈出者，全在於此。故養生家以本穴爲大氣所歸，猶百川之匯海者，故名氣海。又以本穴能助全身百脈之通，氣之所至，血乃通之，故中醫常云：氣爲血之帥。按海字之義，又可喻爲事物廣泛，作無邊無際解之。試觀海水之化雲升騰，降爲雨露，即天地間之氣化循環也。在人身凡屬氣息升降失調，其治皆以本穴爲主。余見裴廷輔治一氣逆患者，呃咯不休，先刺膻中，微取之，以開行氣之路，再刺本穴，使引上逆之氣下達臍下，立即生效。猶導川入海，則水不橫逆矣。古人定膻中爲氣會者，蓋以後天之氣鼓蕩於胸，以促臍下之氣相與送迎，即老子之喻元氣升降，猶囊龠也。

膻中：  
<醫樞經·脹論>云：“膻中者君主之宮城也”。蓋指心包膜部位而言。本穴內景正應心包外腔，故名膻中。體會宮城爲用，即其應症，可想而知矣。  
<素問·靈蘭秘典>謂：“膻中爲臣使之官。蓋古時稱君主所居爲宮室，故由中庭再進而臣使在焉。在人身而喻臣使者，即心臟外衛充盈之氣，俗稱心氣，又名中氣。循中氣有所減損，人體各部之氣，均來填補。猶諸候之會師勤王者，故稱膻中爲氣會，又稱爲上氣海，以諸氣有時來歸也。有因此中氣之傷，致人體全局之氣，因之消弱，即此理也。故本穴能治一切氣分之病。由此宮城再進則玉堂，宜室矣，蓋古人寓言取譬者也。本穴主治頗關要害，故<鍼灸大成>示人禁鍼。但實症可以淺刺，虛證則灸之。

### 17) 鍼灸學（上）

#### 血海

[異名] 百蟲窠，血郄

[穴位] 膝臍上內廉白肉際二寸

[鍼法] 直刺 5-8分，斜刺 1寸-1寸5分

[灸法] 肉灸 3-5壯，溫灸 5-15分

[主治] 月經困難，子宮出血，貧血，子宮內膜炎，女子漏上惡血，暴崩不止，皮膚濕疹，蕁麻疹，下腹痛，下腿痛，陰部瘙痒，腿內廉諸瘡，脚氣。

#### 少海

[異名] 陰少海，曲節，曲折

[穴位] 肘內廉節後陷中，動脈應手，去肘端5分

[鍼法] 直刺 3-8分，斜刺 5分-1寸

[灸法] 肉灸 3-5壯，溫灸 5-15分

[主治] 心痛，心弱，狹心症，精神分裂症，健忘，精神的抑鬱，癲癇，肋間神經痛，肘關節炎，尺神經炎，上肢痛，眼充血，項強不得回顧，手顫，目眩，發狂，寒熱齒痛

#### 小海

[異名] 陽小海，肘曲泉

[穴位] 肘內大骨外，去肘端5分陷中

[鍼法] 直刺 2-5分，斜刺 3-7分

[灸法] 肉灸 3-5壯，溫灸 5-20分

[主治] 肘關節炎，肩背痛，上頸炎，肘運動障礙，斜頸，耳聾，牙關緊急，下腹痛，腸痙攣，精神分裂症，癲癇，舞蹈病，目眩，目黃

#### 氣海俞

[穴位] 第15椎（第3腰椎）下兩傍，相去各1寸 5分

[鍼法] 直刺 3-5分，斜刺 5分-1寸

[灸法] 肉灸 5-15壯，溫灸 10-20分

[主治] 腰痛，脊柱麻木，臍部痛，腸痙攣，便秘，陰痿，痔漏，筋硬，高血壓，淋疾，下肢麻痺，癰瘍，痛經，子宮出血

#### 照海

[異名] 陰蹻

[穴位] 足內踝下4分，前後有筋，上有頸骨，下有軟骨，其穴居中

[鍼法] 直刺 3-5分，留6呼，斜刺 5分-1寸

[灸法] 肉灸 3-5壯，溫灸 5-10分

[主治] 咽喉腫痛，扁桃腺炎，嚙口喉風，喉中閉塞，咽頭炎，無聲症，月經不調，子宮脫垂，足顆關節痛，足腫，半身不遂，高血壓，下肢痛，神經衰弱，不安，不眠，癲癇，陰痒，便秘，帶下，四肢懈墮，夜間癥疾

## 會陰

[異名] 屏翳，下板，下極，金門，海底，下陰別，下部

[穴位] 大陰前，小陰後，兩陰之間

[鍼法] 直刺 3分-1寸，留3呼（人成禁鍼）

[灸法] 肉灸 3-5壯，溫灸 10-20分

[主治] 陰頭痛，陰挺，陰門肛門腫痛，月經不調，陰囊核腫，腰痛，外陰部瘙痒，遺精，小便不通，癲狂，疝氣，痔瘡，大小便不通，子宮脫垂，會陰部諸病

## 膻中

[異名] 上氣海，胸堂，元見

[穴位] 玉堂下 1寸 6分陷中，橫量兩乳間陷中

[鍼法] 直刺 3-5分，（明堂禁鍼） 斜刺 5分-1寸

[灸法] 肉灸 3-5壯，溫灸 3-5分

[主治] 胸痛，胸膜炎，心痛，乳房痛，肋間神經痛，噎膈，嘔吐，咳嗽，氣喘，食道痙攣，婦人乳汁少，鼓脹，短氣

## 18) 現代鍼灸學

血海：一名 百蟲窠，血郄。部位 大腿內側，膝蓋骨內上角上 2寸 5分。適應症 子宮內膜炎，月經困難，月經不順，子宮出血，尿失禁， 두드려기，貧血，濕疹，五淋

少海：一名 曲節。部位 肘關節의 尺側，上腕骨內側上顆의 前面，肘窩 橫紋의 內側端。適應症 肘關節炎，耳鳴症，心悸亢進症，蓄膿症，半身不遂，心痛，精神分裂症，肋間神經痛

小海：部位 肘關節後面，肘頭外 上腕骨內側上顆의 사이。適應症 肘關節炎，上顆炎，精神分裂症，肩背痛，舞蹈病

氣海俞：部位 第3, 第4腰椎棘突起 사이의 督脈의 奇穴인 下極俞穴 外方 1寸 5分。適應症 腰痛，腸痙攣，痔疾，脊椎麻痺 及攣急，便秘，陰痿症，高血壓

會陰：一名 屏翳，下極，金門，下陰別，平翳，海底，下板。部位 前陰斗 後陰의 中

間點。男子는 陰囊後緣斗 肛門中間點，女子는 後陰脣 交連斗 肛門中央點。適應症 月經不順，遺精，癲狂，痔疾，精神疾患

氣海：一名 脐映，下肓，丹田，下氣海。部位 下腹部白中線，臍下 1寸 5分。適應症 全身虛弱，長壽，月經不順，帶下，神經衰弱，精神疾患，陰痿，遺精，遺尿

膻中：一名 元兒，上氣海，胸堂，元見。部位 胸骨部 正中線 兩乳間 中央點。適應症 心痛，狹心症，心悸亢進症，胸痛，肋間神經痛，喘息，咳嗽，肋膜炎，乳汁不足症，乳腺炎，呼吸困難

## 19) 經穴學叢書

## 血海

[異名] 百蟲窠，血郄

[穴位] 膝蓋骨內側上緣 上方2寸，內側廣筋內側緣

[鍼法] 直刺，深度 1-2寸

[灸法] 灸 3-5壯，溫灸 5-15分

[主治] 月經不調，機能性子宮出血，蕁麻疹，皮膚瘙痒症，神經性皮膚炎，貧血

## 少海

[異名] 曲節

[穴位] 屈肘時 肘窩橫紋尺側端斗 上腕骨內側上顆中間 陷凹部

[鍼法] 直刺，深度 0.5-1.5寸

[灸法] 灸 3-5壯，溫灸 5-10分

[治法] 神經衰弱，精神分裂症，肋間神經痛，尺骨神經痛，淋巴節炎，前腕麻木，肘關節周圍軟部組織疾患

## 小海

[穴位] 屈肘時 肘頭外 上腕骨 內側上顆 사이

[鍼法] 直刺，0.5-0.8寸

[灸法] 灸 3壯，溫灸 5-15分

[主治] 尺骨神經痛，尺骨神經麻痺，癲癇，精神分裂症，舞蹈病，肩背痛

## 氣海俞

[穴位] 第3腰椎 棘突起 兩傍 各 1.5寸

[鍼法] 直刺，深度 1.5-2寸

[灸法] 灸 3-7壯，溫灸 5-20分

[主治] 腰脊痛，痔疾，月經不調，機能性子宮出血，下肢麻痺

照海

[異名] 陰蹻

[穴位] 足內踝尖端 直下 1寸

[鍼法] 直刺，深度 0.5-1寸

[灸法] 灸 3壯，溫灸 5-10分

[主治] 咽喉炎，扁桃腺炎，精神衰弱，癲癇，月經不調，子宮脫垂

會陰

[異名] 下極，屏翳，金門，平翳，海底，下陰別

[穴位] 男子：陰囊斗 肛門間，女子：後陰脣交連斗 肛門間

[鍼法] 直刺，深度 1-1.5寸

[灸法] 灸 3壯，溫灸 10-20分

[主治] 溺水<sup>예 의한</sup> 窒息，尿道炎，前立腺炎，月經不順

氣海

[異名] 丹田，映丁，肓之原，下氣海

[穴位] 前正中線上 脘下 1.5寸

[鍼法] 斜刺，深度 下方 2-3寸

[灸法] 灸 3-7壯，溫灸 15-30分

[主治] 神經衰弱，復脹，腹痛，月經不調，月經痛，腸麻痺，遺尿，頻尿，尿貯留，遺精，陰痿

膻中

[穴位] 胸骨上 兩乳頭 中間

[鍼法] 橫刺，深度 0.5-1.5寸

[灸法] 灸 3-5壯，溫灸 5-15分

[主治] 氣管支喘息，吐血，咯血，噎膈，胸痛，肺癰，甲狀腺肥大（癰氣）

## 20) 最新經穴學

血海

[穴位] 膝蓋骨內側上緣 上方2寸 內側廣筋의 内側緣

[鍼法] 直刺，1-2寸

[灸法] 灸 3-5壯，溫灸 5-15分

[主治] 月經不順，機能性子宮出血，尋麻疹，皮膚瘙痒症，神經性皮膚炎，貧血，經閉，崩漏不止，諸血證，膝關節疾患

少海

[穴位] 屈肘時 肘窩橫紋 尺側端斗 上腕骨 內側上顆間 陷凹部

[鍼法] 直刺，0.5-1.5寸

[灸法] 灸 3-5壯，溫灸 5-15分

[主治] 神經衰弱，精神分裂症，肋間神經痛，尺骨神經痛，腋窩淋巴節炎，前腕麻木，肘關節諸疾患，耳鳴，目充血，心悸亢進，項強，蓄膿症，健忘症

小海

[穴位] 屈肘時 肘頭의 上腕骨內側上顆 사이，尺骨神經溝中

[鍼法] 直刺，0.5-0.8寸

[灸法] 灸 5-7壯，溫灸 5-20分

[主治] 尺骨神經痛，尺骨神經麻痺，癲癇，精神分裂症，舞蹈病，肩背痛，腎臟病

氣海俞

[穴位] 第 3腰椎 棘突起下의 陷凹處 兩傍1.5寸

[鍼法] 斜刺，1-1.5寸

[灸法] 灸 5-7壯，溫灸 5-20分

[主治] 腰脊痛，痔疾，月經不調，機能性子宮出血，下肢麻痺

照海

[穴位] 足內踝尖端 直下 1寸

[鍼法] 直刺 呂 斜刺，0.3-0.8寸

[灸法] 灸 3-5壯，溫灸 5-20分

[主治] 咽喉炎，扁桃腺炎，神經衰弱，司ステ리，癲癇，月經不順，子宮脫垂，浮腫，赤白帶下，不眠，陰部瘙痒症

會陰

[穴位] 男子：陰囊斗 肛門의 中間，女子：後陰脣交連斗 肛門의 中間

[鍼法] 直刺，1-1.5寸，

[灸法] 灸 3-5壯，溫灸 5-20分

[主治] 溺水<sup>是</sup>窒息，尿道炎，前立腺炎，

月經不順，休克，癲狂，脫肛，陰部搔痒症，  
陰部多汗症，淋疾，遺精

### 氣海

[穴位] 前正中線上 脘中直下 1.5寸

[鍼法] 直刺 咬 斜刺, 2-3寸

[灸法] 灸 3-7壯, 溫灸 15-30分

[主治] 神經衰弱，腹脹，腹痛，月經不調，  
月經痛，腸麻痺，遺尿，頻尿，尿貯留，遺精，  
陰痿，腰痛，體質虛弱，腹部膨滿感

### 膻中

[穴位] 胸骨正中線上 兩乳頭間 中點 第4  
肋間相平

[鍼法] 橫刺, 0.5-1.5寸

[灸法] 灸 3-5壯, 溫灸 5-15分

[主治] 氣管支喘息，氣管支炎，胸痛，乳  
腺炎，乳汁分泌不全，肋間神經痛，吐血，咯  
血，甲狀腺腫大

## 21) 総合鍼灸學

### 血海

[異名] 血郄，百蟲窠

[穴位] 大腿內側 膝蓋骨上際의 上方2寸

[鍼法] 直刺, 1-2寸

[灸法] 灸 3-5壯

[主治] 膝關節炎，子宮內膜炎，月經不調，  
月經痛，機能性子宮出血，更年期障礙，淋  
疾，貧血，皮膚病

### 少海

[穴位] 屈肘後 肘窩橫紋 尺側端 上腕骨  
內側上顆 사이

[鍼法] 直刺, 0.5-1.5寸

[灸法] 灸 3-5壯

[主治] 耳鳴，眼充血，蓄膿症，肥厚性鼻  
炎，心臟病，肘關節류마티스，尺骨神經痛，  
項強，瘰疬，肥滿症

### 小海

[穴位] 肘關節의 後面 尺骨頭의 上腕骨  
內側上顆사이의 尺骨神經溝

[鍼法] 直刺, 0.5-0.8寸

[灸法] 灸 3壯

[主治] 尺骨神經痛，尺骨神經麻痺，癲癇，  
精神分裂症，舞蹈病，肩背痛

### 氣海俞

[穴位] 第 3腰椎 棘突起下 兩傍 各 1.5  
寸

[鍼法] 直刺, 0.5-1寸

[灸法] 灸 3-5壯

[主治] 腰脊痛，痔疾，月經不順，機能性  
子宮出血，下肢麻痺

### 照海

[異名] 陰蹻

[穴位] 足內踝 太谿穴下 1寸 跟骨結節凹  
內踝사이

[鍼法] 0.5-1寸

[灸法] 灸 3壯

[主治] 婦人科疾患 卽，月經不順，子宮  
脫，子宮內膜炎，子宮位置異常，足關節炎，  
手足冷，便秘，扁桃炎，咽喉炎，神經衰弱，  
癲癇

### 會陰

[異名] 屏翳，下極

[穴位] 男子：陰囊과 肛門 사이, 女子：  
大陰脣後連合과 肛門의 中間

[鍼灸法] 禁鍼灸，甲乙經：鍼3分，灸3壯

[主治] 慢性痔疾，肛門周圍炎，陰痛

### 氣海

[異名] 脖胱，下肓，丹田，下氣海

[穴位] 前正中線上 脘下 1寸 5分

[鍼法] 斜刺, 2-3寸

[灸法] 灸 3-7壯

[主治] 下焦元氣不足，腸疾患，蟲垂炎，  
慢性腹膜炎，腎臟疾患，膀胱疾患，神經衰  
弱，夢精，陰痿，淋疾，夜尿，男女生殖器疾  
患，不妊症，子宮筋腫，腰痛，腰部冷感

### 膻中

[異名] 上氣海，氣會，元見

[穴位] 兩乳頭量 이은 中央 第 5肋間

[鍼法] 斜刺, 0.5-1.5寸

[灸法] 灸 3-5壯

[主治] 上焦의 諸疾，即 心腸瓣膜症，心筋

梗塞, 狹心症, 肋膜炎, 神經性 心悸亢進,  
一切의 氣病, 即 神經症, 히스테리, 氣鬱病,  
其他 乳房痛, 乳汁分泌不足, 背痛

眼疾患, 不眠症

會陰

[異名] 屏翳(甲乙), 金門(千門), 海底(六集)

[穴位] 男子 : 肝門斗 陰囊中間, 女子 : 肝門斗 後陰脣交連의 中間

[鍼法] 直刺, 0.5-1寸

[灸法] 灸 3壯, 溫灸 10-20分

[主治] 排尿, 排尿困難, 痔疾, 月經不順, 遺精, 癲狂, 驚癇, 窒息水에 의한 窒息  
氣海

[異名] 脖胱, 下肓, 丹田

[穴位] 前正中線上 脖下 1寸5分

[鍼法] 直刺 1-2寸

[灸法] 灸 3-7壯, 溫灸 15-30分

[主治] 不正子宮出血, 帶下, 月經不調, 產後下血, 해르니아, 遺尿, 腹痛, 便祕, 浮腫, 子宮下垂, 中風脫症

膻中

[異名] 元兒, 胸堂, 氣兒, 元見, 上氣海

[穴位] 前正中線上 兩乳頭中間 第 4肋間  
隙斗 同高位. 女子는 兩第5胸肋關節中間斗  
水平 胸骨正中線上

[鍼法] 橫刺, 0.3-0.8寸

[灸法] 灸 3-5壯, 溫灸 10-15分

[主治] 氣管支喘息, 噎膈, 胸痛, 吃逆, 乳  
汁分泌不全

### 23) 鍼灸穴名釋義

血海 : 血, 指氣血. 海, 百川皆歸之處. 血海者, 言其可以統血攝血也. 太陰為多血少氣之臟, 又與多氣多血之陽明為表裏, 故可以治血症見長.

少海 : 少, 指手少陰心經. 海, 見血海條. 少海, 古地名. 喻為手少陰心經所入為合之海也.

小海 : 小, 指手太陽小腸經, 海, 見血海條. 為手太陽經所入為合之海也.

氣海俞 : 氣, 指下焦之原氣. 海, 是富藏聚之意. 俞, 同脈, 同輸. 又通樞. 內應臍下

### 22) 鍼灸經穴辭典

血海

[異名] 百蟲窠

[穴位] 膝蓋骨內側上緣上 2寸 內側廣筋  
內側頭의 起始部

[鍼法] 直刺, 0.7-1.2寸

[灸法] 灸 3-5壯, 溫灸 5-15分

[主治] 月經不調, 月經痛, 不正子宮出血,  
大腿內側部痛, 風疹

少海

[異名] 曲節

[穴位] 屈肘時 肘窩橫紋의 尺側端斗 上  
腕骨內側上顆 사이의 陷凹部

[鍼法] 直刺, 0.3-0.5寸

[灸法] 灸 3-5壯, 溫灸 5-10分

[主治] 心部痛, 手와 腕의 知覺麻痺, 頸部  
와腋窩의 淋巴節結核, 不眠症, 腋脇痛

小海

[穴位] 尺骨肘頭斗 上腕骨內側上顆中間

[鍼法] 直刺, 0.3-0.5寸

[灸法] 灸 3壯, 溫灸 5-15分

[主治] 腰痛, 後頸部痛, 肩斗 腕의  
外後側部痛, 癰症

氣海俞

[穴位] 第 3腰椎 棘突起下 兩側 1寸半

[鍼法] 直刺, 1-1.5寸

[灸法] 灸 3-7壯, 溫灸 5-20分

[主治] 腰痛, 大腿部 膝部의 運動障礙,  
痔瘻

照海

[異名] 陰蹻

[穴位] 足內踝 下緣 陷凹部

[鍼法] 直刺 0.5-1寸

[灸法] 灸 3壯, 溫灸 5-10分

[主治] 月經不順, 赤白帶下, 子宮下垂,  
陰部瘙痒, 痢氣, 頻尿, 癰症, 咽喉部疼痛,

之肓原，吞吐下焦之原氣。

**照海**：照，指光明照射。海，指廣大深遠。言腎之真陽淵深如海，能光照週身也。海，意為廣大之四海，此指全身。海又是深窩之處。穴在內踝下方之陷凹中，亦可比海。腎為水藏，中寓真陽，水中有火，即所謂雷龍之火。照海者，深水之中，雷龍之火，明照四海，及于周身，不歸遺微小也。

**會陰**：會，聚會，會合。陰，指陰氣，陰部，下部。穴當下腹最低處前後陰之間，為陰氣之所聚會，又為任督衝三脈之會合，故名。

**氣海**：氣，指人身的元氣與各種氣病。海，是廣大深遠之意。穴處為人身生氣之海，且能主一身之氣疾。

**膻中**：膻，同袒。中，指胸中。膻中，心包絡名。袒胸露乳，此處又正當其中。

#### 24)鍼灸經穴之運用

**血海**：一名百蟲窠，血郄，足太陰脾脈氣之所發。從膝蓋骨內緣之上二寸。普通取穴法，正坐垂足，醫者以右手按其左膝蓋，食中等四指在膝蓋上，拇指在膝蓋內側之上方，拇指倒處是穴。強按之深部有痠麻感。鍼五分至一寸深。溫灸二十分，或粒灸三壯。主治慢性腹膜炎，腹痛，月經不調，子宮出血，女子崩中，子宮內膜炎，帶下，睾丸炎，淋濁，兩腿濕瘡痒。

**少海**：一名曲節，手少陰心主脈之所入為合水穴。手肘略屈，手掌向上，於肘窩之橫紋端去曲澤五分處取之。鍼五分深，溫灸二十分。主治腺病，瘰疬，手指厥冷，癲狂，羊癇，齒痛，頭痛，眩暈，肋間神經痛，顏面神經痛，臂肘部痙攣，手震顫，肺結核，胸膜炎，關節風濕，蓄膿症。

**照海**：即陰蹻，陰蹻脈所生。坐穩，兩足蹠底相對合，從內踝骨下取之。依取穴法進鍼，鍼向丘墟方面進入。深三至五分，鍼入之後，切勿移動。亦可用三棱鍼放血。溫灸十餘分，或粒灸三至七壯。主治癰病，善悲不樂，月經不順，子宮外出，陰挺，淋病，陰莖

異常勃起，扁桃腺炎，四肢倦怠，咽喉乾燥，不眠，五更瀉，鷄鳴泄。

**氣海**：一名膀胱，下肓，丹田，任脈氣所發。仰臥，從臍下一寸五分白條中取穴。鍼八分至一寸餘，溫灸二十分，或粒灸五至百壯。主治腸疝氣，小腹疝痛，遊行，切痛，腸出血，便血，慢性腹膜炎，繞臍腹痛，神經衰弱，癰病，小兒發育不全，遺溺，慢性闌尾炎，月經不調，子宮出血，泌尿性生殖器腸疾患，吃逆

**膻中**：一名元兒，元見，上氣海，胸堂，氣之會，任脈氣所發。足太陰脾，少陰腎，手太陽小腸，少陽三焦任脈之會。胸骨中央，兩乳頭中間取之。婦女按取第四肋骨間隙之中取之。鍼三至五分，鍼尖沿皮向下方，粒灸三七壯。在壓痛最強的地方取穴。主治胸部鬱血，胸膜炎，氣管支炎，肋間神經痛，咳嗽，心臟病，心痛，心悸亢進，乳腺炎，乳汁少，噎膈反胃。

[鍼法] 直刺，0.3-0.5寸

[灸法] 灸 3壯，溫灸 5-15分

[作用] 祛風，散熱，活絡，開竅，通經鎮痛

[主治] 頰部浮氣，後頸部痛，肩背腕部外後側部痛，癰症

**氣海俞**

[位置] 第3腰椎棘突起下緣兩傍 1寸半

[鍼法] 直刺，1-1.5寸

[灸法] 灸 3-5壯，溫灸 5-20分

[作用] 散風，活絡，通絡

[主治] 腰痛，大腿部膝部運動障礙，痔瘻

**照海**

[別名] 陰蹻

[位置] 內踝下緣之陷凹中

[鍼法] 直刺，0.5-1寸

[灸法] 灸 3壯，溫灸 5-10分

[作用] 通過清熱，利咽安神

[主治] 月經不順，赤白帶下，子宮下垂，陰部瘙痒，疝氣，頻尿，癰症，咽喉部疼痛，眼疾患，不眠症

## 會陰

[別名] 屏翳，金門，海底

[位置] 會陰部의 正中，男子 :肛門斗 陰  
囊中間，女子：肛門斗 後陰脣交連의 中間

[鍼法] 直刺，0.5-1寸

[灸法] 灸 3壯，溫灸 10-20分

[作用] 1. 調經強腎，清利濕熱

2. 回陽昇壓，補腎固脫

[主治] 排尿，排尿困難，痔疾，月經不順，遺精，癲狂，驚癇，溺水에 의한 窒息

## 氣海

[別名] 脖胱，下肓

[位置] 前正中線上，臍下 1寸5分

[鍼法] 直刺 1-2寸

[灸法] 灸 3-7壯，溫灸 15-30分

[作用] 1. 昇陽補氣，益腎固精

2. 調補下焦氣機，補腎虛，益元氣，振興陽氣，固精止遺

[主治] 不正子宮出血，帶下，月經不順，產後下血，혜르니아，遺尿，腹痛，帶下，便祕，浮腫，子宮下垂，中風脫症

## 膻中

[別名] 元兒，胸堂，氣兒，元見，上氣海

[位置] 前正中線上，兩乳頭中間，第4肋間  
隙斗 同高位。

女子는 兩第 5胸肋關節中間斗 水平이 고，  
胸骨正中線上 取穴。

[鍼法] 橫刺，0.5-0.8寸

[灸法] 灸 3-5壯，溫灸 10-15分

[作用] 1. 調理氣機，宣肺降逆，寬胸化痰。

2. 降氣寬胸，通乳寧神

[主治] 氣管支喘息，噎膈，胸痛，吃逆，乳  
汁分泌不全

## 25) 鍼灸學 (上海中醫學院)

## 血海

[位置] 正坐屈膝，臍骨內上緣上 2寸，當  
股內側肌內側緣

[鍼法] 直刺，1-2寸

[灸法] 灸 3-5壯，溫灸 5-15分

[效能] 和榮，清熱

[主治] 月經不順，經閉，崩漏不止，淋病，  
氣逆腹脹等

## 少海

[位置] 屈肘，當肘橫紋尺側端與肱骨內上  
顆之間陷凹處

[效能] 寧神，通絡

[主治] 神經衰弱，精神分裂症，肋間神經  
痛，尺神經痛，淋巴節炎，前臂麻木。

## 氣海俞

[位置] 第三腰椎棘突傍開 1.5寸

[鍼法] 直刺，1.5-2寸

[灸法] 灸 5-7壯，溫灸 10-20分

[效能] 調氣血，建腰膝

[主治] 腰脊痛，痔瘡，月經不調，機能性  
子宮出血，下肢癱瘓等

## 照海

[位置] 內顆尖直下 1寸處

[鍼法] 直刺，0.5-1寸

[灸法] 灸 3壯，溫灸 5-10分

[效能] 清熱，寧神，利咽喉

[主治] 咽喉炎，扁桃腺炎，神經衰弱，癔  
病，月經不順，子宮脫垂等

## 氣海

[位置] 前正中線，臍下1.5寸

[鍼法] 斜刺，2-3寸

[灸法] 灸 3-7壯，溫灸 15-30分

[效能] 調氣機，補腎虛

[主治] 神經衰弱，腹脹，腹痛，月經不順，  
痛經，腸麻痺，遺尿，頻尿，尿貯留，遺精，陽  
痿等

## 膻中

[位置] 在胸骨上，兩乳頭之中間取穴。女  
子：在第五胸肋關節之間，胸正中線上取穴

[鍼法] 橫刺，0.5-1.5寸

[灸法] 灸 3-5壯，溫灸 5-15分

[效能] 調氣降逆，寬胸利膈

[主治] 氣管支哮喘，氣管支炎，胸痛，乳  
腺炎，乳汁過少，肋間神經痛等

## 26) 中國鍼灸學

血海

[位置] 屈膝，脣骨內上緣上方二寸處，當股四頭肌內側頭的隆起處。

[鍼灸法] 直刺，0.5-1.2寸，可灸

[主治] 月經不調，痛經，崩漏，閉經，風疹，丹毒，股內側痛

少海

[位置] 屈肘成直角，在肘關節內側橫紋頭與肱骨內上顆之間凹陷中取穴

[鍼灸法] 直刺，0.5-1寸，可灸

[主治] 心痛，手臂攣痛，麻木，手顫，瘰疬，腋脇痛

小海

[位置] 屈肘，當尺骨鷹嘴與肱骨內上顆之間凹陷中

[鍼灸法] 直刺，0.3-0.5寸，可灸

[主治] 頭痛，頸腫頸痛，肩肘臂痛，癰疽  
氣海俞

[位置] 第三腰椎棘突下，督脈傍開一寸五分

[鍼灸法] 直刺，0.8-1.2寸，可灸

[主治] 腰痛，月經不調，痛經，氣喘

照海

[位置] 內顆下緣凹陷中，即內顆下一寸

[鍼灸法] 直刺，0.3-0.5寸，可灸

[主治] 月經不調，赤白帶下，陰挺，陰痒，小便頻數，癃閉，便秘，癰疽，不寐，咽喉干痛，氣喘

會陰

[位置] 男性在陰囊根部與肛門的中間，女性在大陰唇後聯合與肛門的中間

[鍼灸法] 直刺，0.5-1寸，可灸

[主治] 陰痒，小便不利，痔疾，遺精，遺尿，月經不調，癲狂

氣海

[位置] 在腹正中線上，臍下一寸五分

[鍼灸法] 直刺，0.8-1.2寸，可灸

[主治] 腹痛，遺尿，遺精，陽痿，疝氣，水腫，泄瀉，痢疾，崩漏，月經不調，痛經，閉

經，帶下，產後出血，便秘，中風脫症，氣喘  
膻中

[位置] 前正中線，平第四肋間隙處，兩乳頭連線之中點

[鍼灸法] 橫刺，0.3-0.5寸，可灸

[主治] 氣喘，胸痛，胸悶，心悸，乳汁少，吃逆，噫膈

## 27) 著莊中國鍼灸學

血海：一名 百蟲窠，血郄。穴位 在膝蓋骨內緣之上二寸，強按之深部有痠麻感。鍼灸 鍼五分至一寸深，溫灸二十分，或 粒灸三壯。鍼刺操作 直刺，從內側向外側斜入。主治 腹脹(慢性腹膜炎)，月經不調，崩帶(子宮出血 或內膜炎)，子癰(睾丸炎)，淋病，腿部濕熱發痒，癰瘡，橫痃，癧塊

少海：一名 曲節，心主脈氣從此進入體內，為合穴。穴位 在肘窩橫紋之內端，肱骨內上顆之前內側。鍼灸 鍼五分深，溫灸 二十分。鍼刺操作 斜刺，鍼尖略向肘中。主治 瘰疬(腺病)，手指厥冷，癩癰，齒痛，頭風痛，眩暈，脇痛(肋間神經痛)，肩臂痛(臂肘部痙攣)，咳逆(肺結核)，書痙(手震顫)

小海：一名 曲泉，小腸經脈氣走入體內的合穴。穴位 肘內側，當尺骨鷹嘴與肱骨內上顆之間。鍼灸 鍼三至八分深，灸五至七壯，或 溫灸二十分。鍼刺操作 斜刺，鍼尖從背側面向前。主治 肩，臂，肘，肱，頸項痛(肩，臂，肘，肱各種肌痙攣及神經痛)，風眩(眼瞼充，癩癰，腰部牽引少腹痛

照海：別名 陰蹻，穴位 內顆正中的下端，與距骨關節之間。鍼灸 刺入三至四分深，溫灸十分，或粒灸三至七壯。鍼刺操作 月經不調，陰挺(子宮外出)，淋濁，陽舉(陰莖異常勃起)，喉痛(扁桃腺炎)，四肢倦怠，喉中乾燥，失眠，五更痢(鷄鳴泄)，大便秘結

氣海：一名 脘腴，下肓。穴位 脘下兩橫指，當臍中至關元之間，腹中白線條上。鍼灸 鍼入八分至一寸三分深，溫灸半小時，或粒灸五壯至百壯。鍼刺操作 直刺，從腹側面向

背後面刺入。主治 腹中切痛(腸疝氣)，便血(腸出血)，繞臍痛，身體虛弱(神經衰弱)，驚恐不臥(癔病)，小兒遺尿及發育不全，小腸癰(慢性蘭尾炎)，月經不調，血崩，赤白帶下(子宮炎)，水腫(腎臟炎)，中暑，遺精，脫陽，腰痛，產後血暈，盜汗

膻中：一名 元兒，元見，上氣海，胸堂，八脈會穴的氣會，脾經，腎經，小腸經，三焦經，和任脈會合的會穴。取穴 在胸正中線，平第四肋間。鍼灸 鍼三至五分深。粒灸五至七壯。主治 氣逆(胸部鬱血)，胸膈痛(胸膜炎)，咳逆上氣(氣管支炎)，胸引背痛(肋間神經痛)，咳嗽，心痛，心跳，乳癰(乳腺炎)，噫膈反胃(胃癌)，霍亂轉筋，尸厥，肺癰

## 28) 新編中國鍼灸學

### 血海

[別名] 百蟲窠

[位置] 在股內側部，臍骨內上角二寸，當股內側肌隆起處

[刺法] 直刺 0.5-1.5寸

[效能] 調血清血，宣通下焦

[主治] 月經不調，經閉，暴崩，漏下惡血，兩腿內側生瘡痒痛 或紅腫有膿，氣逆腹脹，腎藏風，痃癖，陰瘡，五淋，子宮出血，蕁麻疹，濕疹，皮膚瘙痒，貧血

### 少海

[別名] 曲節

[位置] 屈肘內側橫紋頭，當肱骨內上顆與肱動脈之間

[刺法] 直刺 或 向下方斜刺 0.5-1寸

[效能] 疏心氣，清包絡，寧神志，化痰涎

[主治] 心痛，嘔吐涎沫，兩臂頑麻，手顫，肘攣，腋痛，瘰疬，健忘，驚風，氣逆，淋巴節炎，精神分裂症，肋間神經痛，尺神經痛

### 小海

[別名] 肘曲泉

[位置] 肱骨內上顆後尺神經溝中，距肘尖約五分處

[刺法] 向前下方斜刺 0.5-1寸

[效能] 通經散結，祛風，清神

[主治] 癲疾，寒熱汗不出，瘧，惡寒，齒齦痛，風眩，頭痛目眩，項痛引肘腋，脇腫，頷頸，肩，臑，肘，臂外後廉痛，耳聾目黃，四肢不舉，腰痛引少腹，心中煩，背膂振寒，狂易，尺神經痛，精神分裂症，舞蹈病

### 氣海俞

[位置] 第三腰椎棘突下方開一寸五分處

[刺法] 直刺 或 向下斜刺 0.5-1.5寸

[效能] 調下焦，建腰膝

[主治] 腰痛，腿膝不利，痔漏，瀉血，月經不調，機能性子宮出血，下肢癱瘓

### 會陰

[別名] 海底，屏翳

[位置] 當會陰部正中，男子當肛門與陰囊根部之間，女子當肛門與大陰脣後，聯合之間

[刺法] 直刺 0.5-1寸

[效能] 提項，救逆

[主治] 脫肛，痔疾，陰挺，陰部腫痛，小便難，腹皮痛，瘙痒，前後相引痛，癲狂，昏迷，溺水急求，女人經閉，產後暴卒，陰痒，遺精，射精不能

### 氣海

[別名] 下肓，下氣海，膀胱

[位置] 膽中與關元之間，腹白線中，仰臥取穴

[刺法] 直刺 1-1.5寸

[效能] 理氣，益氣

[主治] 遺尿，腹痛，腹脹，腹瀉，便秘，痛經，崩漏，帶下，臥善驚，癲癇，下熱小便赤，四肢厥冷，真氣不足，中風脫症，機能性子宮出血，尿貯留，腸麻痺，胃下垂，吃逆，脫肛，子宮脫垂，不孕症

### 膻中

[別名] 上氣海，元兒，胸堂

[位置] 平第四肋間隙處，約當兩乳頭之間，在胸正中線上

[刺法] 沿皮膚 0.3-0.5寸

[效能] 理氣，寬胸，催乳

[主治] 咳逆上氣，哮喘，胸痺，心痛，氣噎，嘔吐，產後乳汁少，肺癰，癰氣，煩滿，氣管支炎，胸膜炎，心絞痛，冠心病，心律失常，乳腺炎，乳腺增生，吃逆，食管炎，食管痙攣，梅核氣，肋間神經痛

## 29) 中國鍼灸大全 (上)

血海

[別名] 百蟲窠

[取穴] 在膝臍上內廉白肉際二寸

[鍼法] 直刺，1-1.5寸

[灸法] 灸 3-5壯，溫灸 5-20分

[主治] 月經不順，崩漏，經閉，癰瘍，濕疹，丹毒，腹脹，脚氣，貧血

少海

[別名] 曲節

[取穴] 屈肘，當肘橫紋內端與肱骨內上顆連線之中點取之

[鍼法] 直刺 或 斜刺，0.5-1寸

[灸法] 灸 3-5壯，溫灸 5-15分

[主治] 心痛，肘臂攣痛，瘰疬，頭項痛，腋脇痛，癲狂，失眠，寒熱齒痛，目眩，手顚，神經衰弱，肋間神經痛，精神分裂症，淋巴節炎，尺神經痛

小海

[取穴] 尺骨鷹嘴與肱骨內上顆之間的凹陷中取之

[鍼法] 直刺 或 斜刺，0.3-0.8寸

[灸法] 灸 5-7壯，溫灸 5-15分

[主治] 肘內側酸痛，肘臂疼痛，肘腋腫引上肢不舉，頰腫，癲癇

氣海俞

[取穴] 俯臥，于第三腰椎棘突下，傍開1.5寸處取之

[鍼法] 直刺，0.5-1寸

[灸法] 灸 3-7壯，溫灸 5-20分

[主治] 腸鳴腹脹，痔漏，痛經，腰痛，腎炎，膀胱炎，機能性子宮出血，腰肌勞損，高血壓

照海

[別名] 陰蹻

[取穴] 在內踝下緣凹陷中取穴

[鍼法] 直刺，0.3-0.5寸

[灸法] 灸 3壯，溫灸 3-5分

[主治] 目疾，咽喉腫痛，失眠，癲癇，月經不調，赤白帶下，陰挺，小便頻數，陰痒，疝氣，癃閉，便祕，咽炎，扁桃腺炎，胎盤滯留，下肢血栓閉塞性脈管炎

會陰

[別名] 屏翳，金門，海底，下板

[取穴] 在會陰部正中，男子當肛門與陰囊之間，女子當肛門與大陰脣後聯合之間取之

[鍼法] 直刺，0.5-1寸，可灸

[主治] 溺水窒息，癲狂，昏迷，陰痒，子宮脫垂，陰痛，陰部汗濕，遺尿，小便不利，月經不調，睾丸炎，陰囊炎

氣海

[別名] 脖胱，下肓

[取穴] 在前正中線上，臍下1.5寸，仰臥取穴

[鍼法] 1.直刺，0.5-1寸

2.斜刺，2-3寸

[灸法] 灸 3-7壯，溫灸 15-30分

[主治] 中風脫症，腹痛，泄瀉，完穀不化，遺尿，遺精，陽痿，月經不調，赤白帶下，崩漏，產後惡露不止，胎衣不下，胃炎，膀胱炎，盆腔炎

膻中

[別名] 元兒，氣兒，元見，上氣海

[取穴] 在胸骨上，兩乳之間，平第四肋間隙，仰臥取穴

[主治] 胸痛，心悸，乳汁少，氣管支哮喘，氣管支炎，肋間神經痛

## 30) 鍼灸腧血圖譜

血海

[部位] 在股骨內上角上方，股內側肌下部，當膝臍上內廉二寸赤白肉際處

[鍼灸法] 鍼 5-10分，灸 3-5壯

[主治] 女子崩中漏下，月事不調，帶下，逆氣腹脹，兩腿瘡痒，濕氣癰瘍

## 少海

[部位] 宰肱二頭肌腱內方肱前肌停止部，肱骨內上顆的前面，當肘內廉節後陷中，去肘端五分處

[鍼灸法] 鍼 5分，灸 3-5壯

[主治] 寒熱齒痛，目眩發狂，癲癇嘔吐涎沫，項強，頭風疼痛，氣逆瘰癧，肘臂腋脇痛，攣不舉

## 小海

[部位] 在肱骨內上顆和尺骨鷹嘴突的中間，當肘內大骨外去肘端五分陷中

[鍼灸法] 鍼 3分，灸 3-5壯

[主治] 肘臂肩臑頸項痛，寒熱齒斷腫，風眩，少腹痛，五癰瘡癰

## 氣海俞

[部位] 在第三腰椎下的外側，當第十五椎下兩傍各一寸五分處

[鍼灸法] 鍼 7-10分，灸 3-7壯

[主治] 腰痛難以屈伸，痔瘡，漏血

## 照海

[部位] 足內顆下四分，前後有筋，上有踝骨，下有軟骨，其穴居中，即舟狀骨結節之後，跟骨載距突之下陷中

[鍼灸法] 鍼3分，灸 3-5壯

[主治] 咽乾，心悲不樂，四肢懈惰，久瘧，卒疝，嘔吐，嗜臥，少腹痛，婦女經逆，四肢溼濁，陰挺，陰痒，少腹偏痛，月水不調，癲癇，失眠

## 會陰

[部位] 在球海綿體的中央，當兩陰之間。男子于陰囊橫紋與肛門之間取穴，女子于大陰脣後聯合部與肛門之間取穴

[鍼灸法] 鍼3-7分，<大成>禁鍼，灸 3-5壯

[主治] 陰汗，陰中諸病，不得大小便，女子陰門痛，月經不調，溺死，癲狂

## 氣海

[部位] 在腹白線中，當臍下一寸五分處

[鍼灸法] 鍼 5-10分，灸 7-15壯

[主治] 下焦虛冷，嘔吐不止，陽虛不足，

驚恐不臥，奔豚七疝，癥瘕結塊，臍下冷氣，陽脫欲死，陰症傷寒陰縮，四肢厥冷，小便赤澁，羸瘦白濁，婦人赤白帶下，月經不調，產後惡露不止，繞臍痛，小兒遺尿

## 膻中

[部位] 在左右第四肋間隙相對處胸骨體中，正當玉堂下一寸六分橫兩乳間陷中

[鍼灸法] 鍼3分，<銅人>,<明堂> 禁鍼，灸 3-5壯

[主治] 一切氣病，痰嗽喘哮，咳逆噎氣，膈食反胃，肺癰，婦人少乳

## 31) 鍼灸穴位解剖圖譜

## 血海

[部位] 屈膝，臍骨內上緣上 2寸

[操作] 直刺 1-2寸

[主治] 月經不調，機能性子宮出血，蓐麻疹，痛經

## 少海

[部位] 在肘窩橫紋尺側端與肱骨內上顆之間

[操作] 直刺 0.6-1寸

[主治] 肘關節及前臂掌側病症，神經衰弱，精神分裂症，肋間神經痛

## 小海

[部位] 尺骨鷹嘴與肱骨內上顆之間

[操作] 鍼尖向下斜刺 0.4-0.6寸

[主治] 頸項痛，肩背痛，肘關節痛，癲癇及上肢尺側病症

## 氣海俞

[部位] 第三腰椎棘突下傍開 1.5寸

[操作] 直刺 0.6-1寸，或向脊柱側斜刺

[主治] 腹痛，腹脹，腸鳴，泄瀉，便秘，腰痛等症

## 照海

[部位] 內顆高點直下 1寸

[操作] 直刺 0.5-1寸

[主治] 月經不調，神經衰弱，癲癇，便秘，咽喉炎，扁桃體炎

**會陰**

[部位] 在會陰部的中心

[主治] 遺精，前立腺炎，窒息，呼吸衰竭  
氣海

[部位] 脾下 1.5寸，仰臥取穴

[操作] 直刺 0.8-1.2寸，或 向下斜刺 鍼  
2-3寸

[主治] 遺精，陽痿，痛經，月經不調，腹脹，  
腹瀉，遺尿，頻尿，尿貯留等症。此外氣海有  
防病保健強壯的作用

**膻中**

[部位] 兩乳頭連線的中點，仰臥取穴

[操作] 向下斜刺 或 向左，右橫刺 0.8-1.2  
寸

[主治] 胸痛，胸悶，乳汁分泌過少，肋間  
神經痛，心絞痛，咳嗽，哮喘，吃逆，乳腺炎

**32) 鍼灸學****血海**

[別名] 百蟲窠

[取穴] 屈膝，臍骨內上緣上二寸，當股四  
頭肌內側頭隆起處取穴

[刺灸法] 直刺 0.5-1.2寸，可灸

[效能] 健脾化濕，調經通血

[主治] 月經不調，痛經，經閉，崩漏，股內  
側痛，皮膚濕疹

**小海**

[取穴] 屈肘，當尺骨鷹嘴與肱骨內上顆之  
間取穴

[刺灸法] 直刺 0.2-0.3寸，可灸

[效能] 疏肝安神，清熱消腫

[主治] 癲狂，癇症，頭痛目眩，耳聾耳鳴，  
瘡腫，頰腫，頸項肩臂外後側痛

**照海**

[別名] 陰蹻，漏陰

[取穴] 在內踝中點下緣下1寸，當跟骨內  
側下緣取穴

[刺灸法] 直刺 0.5-0.8寸，可灸

[效能] 調陰寧神，通調二陰

[主治] 癲證夜發，嗜臥，驚恐不寧，月經

不調，痛經，赤白帶下，陰挺，陰痒，疝氣，小  
便頻數，咽喉乾燥，目赤腫痛，脚氣，梅核氣  
會陰

[別名] 屏翳，金門，海底

[取穴] 在會陰部正中線上，男子當肛門與  
陰囊之間，女子當肛門與陰脣聯合之間，截  
石位取之。

[刺灸法] 直刺 0.5-1寸，可灸

[效能] 醒神鎮驚，通調二陰

[主治] 溺水窒息，昏迷，癲狂，驚癇，二便  
不利，痔疾

**氣海**

[別名] 脐胱，下肓，丹田

[取穴] 在臍下 1.5寸，腹正中線上，仰臥  
取之

[刺灸法] 直刺 0.8-1.3寸，可灸

[效能] 益氣助陽，調經固精

[主治] 形體羸瘦，四肢乏力，水穀不化，  
繞臍腹痛，月經不調，痛經，經閉，崩漏，泄  
瀉，疝氣，水腫，遺精，陽痿，氣喘

**膻中**

[別名] 元兒，胸堂，元見，上氣海

[取穴] 在胸正中線上，兩乳頭之間，平第  
四肋間隙，仰臥取之

[刺灸法] 平刺 0.3-0.5寸，可灸

[效能] 理氣止痛，生津增液

[主治] 胸痛氣喘，噎膈吃逆，產後乳汁少，  
哮喘，咳逆

**33) 精解鍼灸學****血海**

[異名] 百蟲窠，血郄

[部位] 膝蓋骨上 2寸，大腿骨內側으로  
赤白肉際에 縫工筋部

[鍼灸] 直刺 1.5-3寸，灸 3-5壯，溫灸  
5-20分

[主治] 月經困難，尿失禁，子宮出血，皮  
膚濕疹，蕁麻疹，貧血，體鍼癱瘓에 있어서  
下肢部常用穴

少海

[異名] 曲節，曲折，手少陰之脈所入爲合水

[部位] 肘窩橫紋內端，肘頭間으로 尺側上顆部內側

[鍼灸] 直刺，5分-1寸，灸 3-5壯，溫灸 5-15分

[主治] 肘關節炎，精神分裂症，心痛，癱瘓，肋間神經痛，體鍼癱瘓에 있어서 上肢部常用穴

小海

[異名] 肘曲泉：手太陽之脈所入爲合土

[部位] 肘關節後面，肘頭間으로 尺側上顆部外側去肘端 5分陷中

[鍼灸] 直刺，3-5分，灸 3-5壯，溫灸 5-20分

[主治] 肘關節炎，上頸炎，精神分裂症，舞蹈病，肩背痛

氣海俞

[部位] 腎俞穴下，第3腰椎下，兩傍各 1.5寸，第3腰椎棘突起下兩傍各 1.5寸

[鍼灸] 鍼 5分-1寸，灸 3-7壯，溫灸 10-20分

[主治] 腰痛，腸痙攣，痔漏，脊柱麻木，便祕，臍部痛，陰痿，體鍼癱瘓에 있어서 腰背部常用穴

照海

[異名] 陰蹻：陰蹻脈所生，入脈交會穴一，通于陽蹻

[部位] 足內踝下 4分陷中

[鍼灸] 鍼 5分-1寸，灸 3-5壯，溫灸 5-10分

[主治] 清神志，咽喉腫痛，扁桃腺炎，月經困難，子宮脫垂，神經衰弱，癲癇，體鍼癱瘓에 있어서 下肢部常用穴

會陰

[異名] 屏翳，下板，下極，金門，海底，下陰別，下部

[部位] 兩陰之間，男子는 肛門과 陰囊間，女子는 肛門과 大陰唇聯合部의 中間

[鍼灸] 鍼 5分-1寸，灸 3壯，溫灸 10-20分

[主治] 陰汗，月經不調，肛門腫痛，遺精，癲狂，精神疾患，痔疾  
氣海

[異名] 脖胱，下肓，丹田，下氣海

[部位] 脖下 1寸 5分，石門穴上 5分，曲骨穴上 3寸 5分

[鍼灸] 鍼 5分-1寸，灸 7-15壯，溫灸 20-30分

[主治] 虛脫，神經衰弱，遺尿，月經不調，帶下，遺精，強壯에 要穴，長壽，陰萎，急慢性胃炎，急慢性腸炎，昏睡，尙丑  
膻中

[異名] 元兒，上氣海，胸堂，元見

[部位] 中庭穴上 1寸 6分，玉堂穴上 1寸 6分

[鍼灸] 鍼 5分-1寸 (橫刺, 斜刺)，銅人, 明堂 : 禁鍼，灸 3-5壯，溫灸 3-5分

[主治] 胸膜炎，氣管支喘息，乳汁分泌減少，胸痛，心痛，乳房痛

### 34) 最新鍼灸學

血海

[位置] 椅子에 앉아 屈膝하여 取穴。膝蓋骨內側上緣의 上方 2寸，內側廣筋의 內側緣

[操作方法] 鍼：直刺，1-2寸，灸 3-5壯，溫灸 5-15分間

[效能] 和榮，清熱

[主治] 月經不調，機能性子宮出血，尋麻疹，皮膚瘙痒症，神經皮膚炎，貧血

少海

[位置] 屈肘하여 肘窩橫紋의 尺側端과 上腕骨內側上顆 사이에 있는 陷凹部

[操作方法] 鍼：直刺，0.5-1.5寸

灸 3-5壯，溫灸 5-10分

[效能] 寧神，通絡

[主治] 神經衰弱，精神分裂症，肋間神經痛，尺骨神經痛，淋巴節炎，前腕의 麻木，

## 肘關節周圍의 軟部組織의 疾患

氣海俞

[位置] 第 3腰椎 棘突起의 兩方 各 1.5 寸

[操作方法] 鍼 : 直刺至 椎體를 향해 비스듬히 1.5-2寸을 刺入

灸 3-7壯, 溫灸 5-20分

[效能] 調氣血, 健腰膝

[主治] 腰脊痛, 痘疾, 月經不調, 機能性子宮出血, 下肢麻痺

照海

[位置] 内踝尖端의 直下 1寸

[操作方法] 鍼 : 直, 0.5-1寸, 灸 3壯, 溫灸 5-10分

[效能] 清熱, 寧神, 利咽喉

[主治] 咽喉炎, 扁桃炎, 神經衰弱, 히스테리, 癲癇, 月經不順, 子宮脫垂

氣海

[位置] 前正中線上, 膻下 1.5寸

[操作方法] 鍼 : 斜刺至 下方을 향해 2-3寸 刺入

灸 3-7壯, 溫灸 15-30分

[效能] 調氣機, 補腎虛

[主治] 神經衰弱, 腹脹, 腹痛, 月經不調, 月經痛, 腸痙攣, 遺尿, 頻尿, 貯留, 遺精, 陰萎

膻中

[位置] 胸骨上, 兩乳頭의 中間, 女子는 第5胸肋關節의 사이, 胸部正中線上

[操作方法] 鍼 : 橫刺, 鍼尖을 上 혹은涼乳房으로 향해 0.5-1.5寸 刺入

灸 3-5壯, 溫灸 5-15分間

[效能] 調氣降逆, 寬胸利膈

[主治] 氣管支喘息, 氣管支炎, 胸痛, 乳腺炎, 乳汁分泌不全, 肋間神經痛

## III. 總括 및 考察

十四經脈의 經穴中 ‘海’字穴은 足太陰脾經의 血海穴, 手少陰心經의 少海穴, 手太

陽小腸經의 小海穴, 足太陽膀胱經의 氣海俞, 足少陰腎經의 照海穴, 任脈의 氣海穴을 合하여 總 6穴이 있었다.

그리고, 異名으로 “海底”<sup>5,15,22,23,26,31,32,35,36)</sup>라는 穴名을 가지고 있는 會陰과 “上氣海”<sup>22,23,25 27,30 32,35,36)</sup>라는 穴名을 가지고 있는 腊中 2穴이 있었다.

文獻에 나타난 穴位는 基準이나 觀點의 差異로 表現이 달라지는 것이 大部分이었으나 그 中 몇 經穴은 달리 穴位를 定하고 있는 部分도 있었다.

血海의 穴位에 觀해서는 皇 等<sup>7,9,11,15,19,20,22)</sup>은 “在膝臍上內廉白肉際二寸中”으로 記載하였고, 王<sup>8)</sup>은 “在膝下臍上內廉白肉際二寸中”, 李<sup>13)</sup>는 “膝臍上三寸內廉骨後筋前白肉際”, 楊 等<sup>14,23)</sup>은 “膝臍上內廉, 白肉際二寸半”, 吳 等<sup>12,18)</sup>은 “在膝臍上一寸內廉白肉際陷中”으로 보아 다른 差異를 두고 있으며, 그 外<sup>4,5,24-36)</sup> 15編의 文獻에서는 皇 等과 表現上의 差異만 있을 뿐 穴位는 一致하였다.

少海는 皇 等<sup>7,9,18,19,22)</sup>은 “在肘內廉節后陷者中, 動脈應手”라 하였고, 王 等<sup>10,12,14,15,27,33)</sup>은 “在肘內大骨外去肘端五分陷中”이라 表現하였다. 그 外<sup>4,5,24-26,29,31,32,34,36)</sup> 11編에서도 表現만 다를 뿐 實際的 穴位에 對해서는 皇 等과 一致된 見解를 보였다.

小海는 皇 等<sup>7,10,13,15,18,19,22)</sup>은 “在肘內大骨外, 去肘端五分陷者中”이라 하였고, 吳等<sup>12,14,33,36)</sup>은 “肘外大骨外, 去肘端五分陷中”, 李, 孫<sup>20)</sup>은 “在肘後橫去肘寸半”이라 하여 穴位에 對하여 若干의 差異를 보였으나, 그 外<sup>5,23 26,29 32,34,35)</sup> 11編의 文獻에서는 皇 等과 表現上의 差異만 있을 뿐同一한 穴位를 보였다.

少海와 小海의 穴位는 少海穴에서 王 等<sup>10,12,14,15,27,33)</sup>은 “在肘內大骨外去肘端五分陷者中”이라 하였고, 小海穴에서도 皇 等<sup>7,10,13,15,18,19,22)</sup>은 “在肘內大骨外, 去肘端五分陷者中”이라 하여 一致된 穴位를 보이므

로, 서로 混用된 것으로 料된다.<sup>40)</sup>

氣海俞는 王 等<sup>9,14)</sup>은 “在十五椎下兩旁各寸半”이라고 記載하였고, 吳<sup>12)</sup>는 “從腎俞行十五椎下, 去脊中二寸”이라 하여 寸數에 差異가 있으나, 그 外<sup>4,5,13,22,24-26,32,34,36)</sup> 10編에서는 表現의 差異가 있을 뿐 前者와同一한 穴位를 나타내고 있었다.

照海는 皇 等<sup>7,15,18,20)</sup>은 “在足內踝下一寸”이라 하였고, 吳 等<sup>12-14,22,33,36)</sup>은 “足內踝下四分”, 王 等<sup>8,9,11,19,27,30)</sup>은 “足內踝下”, 그 外<sup>5,24,28,29,34,36,32)</sup> 17編의 文獻에서도 基準과 表現에서 若干의 差異가 있었을 뿐 實際의 穴位에 있어서는同一하였다.

會陰穴은 皇 等<sup>5,7-9,11-15,18-20,23)</sup>은 “在大陰前小便後兩陰之間”이라 記載하였고, 그 外<sup>24,26,29,31-36)</sup> 10編의 文獻에서도 表現上의 差異가 있었을 뿐 實際 穴位는同一하였다.

氣海穴은 皇 等<sup>5,7 9,11-15,18,20,23,25 29,31-36)</sup>은 “前正中線上, 脇下1.5寸”이라고 하여 表現上의 差異가多少 있었을 뿐一致된 見解를 보였다.

膻中은 皇 等<sup>5,7 9,11 15,18 20,22,23,25,27-29,31-36)</sup>은 “在玉堂下一寸六分陷者中 兩乳頭中間”이라 하였고, 그 外<sup>4,24,26,30,32)</sup> 5編의 文獻에서도 表現의 差異만 있었을 뿐一致된 穴位를 나타내었다.

鍼刺深度에 對해서 살펴 보면, 血海는 5分에서 1寸, 少海는 3分에서 5分, 小海는 2分에서 5分, 氣海俞는 3分에서 1寸, 照海는 3分에서 5分, 會陰은 2分에서 1寸, 氣海는 8分에서 1.3寸, 膽中은 3分에서 5分까지 刺入하였으며, 이들 經穴의 鍼刺深度는 肌肉이 많고 적음에 따라 2分에서 3寸까지 多樣하게 나타났다. 鍼刺의 方法은 直刺나 斜刺, 橫刺 등의 方法으로 應用되고 있었다.

會陰穴은 楊 等<sup>14,18,25)</sup>은 “禁鍼”이라 하였으나, 皇 等<sup>7,13,18,20)</sup>은 “刺入二寸”이라 하였고, 膽中穴에서도 王 等<sup>10,13,18-20)</sup>은 “不宜

鍼”이라 하였으나, 皇 等<sup>7,15)</sup>은 “刺入三寸”이라 하여 深刺토록 하였으니, 會陰穴과 膽中穴의 禁鍼에 對해서는 좀 더 깊은 研究가 必要한 것으로 料된다.

灸法에 대해서는 血海, 小海, 氣海俞, 照海, 會陰은 大部分이 3-5壯, 3-7壯까지 多樣하게 나타났으나, 氣海에서 莊 等<sup>27,30)</sup>은 5-100壯까지, 膽中에서는 李<sup>13)</sup>는 7-49壯까지 使用한 경우도 나타났다. 한 편, 少海에서는 皇 等<sup>7,15,9,18-20)</sup> 大部分이 3-5壯을 使用했으나, 王<sup>10)</sup>은 “忌灸”, 張 等<sup>18,20)</sup>은 “禁灸”라 하였으니, 少海穴의 禁灸에 대해서는 더 깊은 研究가 料된다.

留鍼時間에 對해서는 小海穴은<sup>7,15,18)</sup> “留七呼”라고 하였고, 照海穴은 “留六呼”<sup>7,15,18,20,22)</sup>, 會陰穴은 “留三呼”<sup>7,15,18,20,22)</sup>라고 表現하였다. 여기에서 呼吸의 時間에 對하여 楊<sup>37)</sup>은 1呼를 五分 程度로 보고 있었다. 그러므로, 小海穴의 留鍼時間은 35分, 照海穴은 30分, 會陰穴은 15分 程度가 妥當할 것으로 料된다.

各 經穴의 體表上 分布를 보면, 胸腹部 2穴, 背部 1穴, 上肢部 2穴, 下肢部 2穴, 體幹部 1穴이 있고, 그 所屬 經絡을 보면, 任脈 3穴, 太陽 2穴, 太陰 1穴, 少陰 2穴이 있어 腹部, 背部, 上肢部, 下肢部의 氣血이 모이는 곳에 散在하여 各 所屬 經絡의 氣病과 血病을 治療하는데 使用되는 것으로 料된다.

穴名의 解釋에 對해서는 여러 文獻 中 가장 包括的인 內容인 <鍼灸穴名釋義>를 中心으로 하고, 經穴에 쓰인 ‘海’字 穴의 意味에 重點을 두어 各 穴의 文獻上 가장 많이 나타난 主治症들을 比較하여 살펴보자 한다.

血海에서 穴은 氣血, 海는 百川皆歸之處, 血海는 統血攝血을 가르키는 것으로一切의 血病의 治療에 關聯이 된다. 文獻上에 나타난 主要 主治症으로서는 漏下惡血<sup>8,13,14,18-25,27-36)</sup>(20回), 月經不調<sup>8,13,14,18-36)</sup>(2

2[回]), 逆氣, 脹瞞, 腹痛<sup>13,14,18~20,28,30~33)</sup>(10[回]), 帶下<sup>20,27,30,31)</sup>(4[回]), 濕痒瘡毒, 皮膚病<sup>5,21~27,29,31~33,35,36)</sup>(14[回]), 貧血<sup>5,22,23,26,31~33)</sup>(7[回]), 下腹痛<sup>22,25,26,29,34,35)</sup>(6[回]), 下腿痛, 腳氣<sup>22,24,25,26,29,32)</sup>(6[回]), 五淋, 尿失禁<sup>23,25,27,28,30,31,36)</sup>(7[回]) 等으로, 月經不調, 漏下惡血等의 婦人科 疾患에 多用되었다.

少海에서 少는 手少陰心經, 海는 百川皆歸之處, 少海는 手少陰心經所入爲合之海를 말한다. 文獻上의 나타난 主治症으로는 寒熱<sup>8,13,14,18~20,22,32,33)</sup>(9[回]), 齒痛<sup>8,13,14,18~22,27,30,32,33)</sup>(12[回]), 癲狂<sup>5,8,13,18~25,27,28,30,32,34,36,37)</sup>(19[回]), 背推寒引肘腋痛<sup>8,13,18~25,27,34,36,37)</sup>(20[回]), 頭痛, 目眩, 項不得顧<sup>13,14,18~22,24,25,30,32,33)</sup>(12[回]), 氣逆吃逆<sup>13,14,18~21,31,33)</sup>(8[回]), 瘰癧<sup>14,18,20~22,27,29,33,36)</sup>(12[回]), 心痛<sup>14,22,23,29,31,32,36)</sup>(7[回]), 手顫<sup>4,5,14,24,26,30,34)</sup>(7[回]) 等으로, 肘腋頭項痛과 癲狂等의 精神科 疾患에 多用되었다.

小海에서 小는 手太陽小腸經, 海는 百川皆歸之處로 小海는 手太陽小腸經의 入爲合之海를 말한다. 文獻上의 나타난 主治症으로는 寒熱, 齒痛<sup>8,13,14,18~20,31,33)</sup>(7[回]), 風眩, 頭痛<sup>8,13,14,18~20,30,31,33,35)</sup>(10[回]), 癲狂<sup>4,5,8,13,14,18~20,22~26,29,30,36)</sup>(21[回]), 少腹痛<sup>7,13,14,18~20,30,31,33)</sup>(9[回]), 肘腋腫<sup>5,7,13,14,22,23~25,31~33)</sup>(11[回]), 肘臂肩臑頸項痛, 肩背痛<sup>5,7,13,14,19,22,25,26,29,31,34,36)</sup>(12[回]) 等으로, 癲狂等 精神科 疾患 및 肘臂肩臑頸項痛에 多用되었다.

氣海俞에서 氣는 下焦之原氣를, 海는 富藏聚之意, 俞는 同輸, 氣海俞는 任脈의 氣海穴과 相應하여 下焦之原氣를 吞吐하므로, 氣海에 俞를 삼은 것이다. 文獻上의 나타난 主治症으로는 腰痛<sup>4,5,13,14,22~26,28,29,34,36)</sup>(17[回]), 痘疾<sup>4,5,13,14,22~26,28,31~33,36)</sup>(14[回]), 下肢麻木, 癪瘍<sup>4,5,24~26,28,31)</sup>(7[回]), 子宮出血<sup>4,5,24,25,28,31,32)</sup>(7[回]), 月經不調<sup>4,5,24,25,28,29)</sup>(6[回]) 等으로 下焦의 關節疾患에 多用되었다.

照海에서 照는 指光明照射를, 海는 指廣大深遠, 為廣大之四海, 即 全身, 照海는 腎之真陽淵深如海, 能光照週身을 말한다. 文

獻上 나타난 主治症으로는 月經不調<sup>4,5,7,14,18,20~22,24~30,32~34,36)</sup>(19[回]), 女子淋漓, 隴廷出<sup>4,5,7,14,18,20~26,27,29,32,33,36)</sup>(12[回]), 咽乾, 噎乾<sup>4,5,14,18,20~22,24~30,32~34,36)</sup>(18[回]), 四肢懈墮, 大風偏枯<sup>13,14,19,20~22,27,30,33)</sup>(9[回]), 久瘧卒瘞<sup>8,13,14,18~21,33)</sup>(8[回]), 久吐嗜臥<sup>7,13,14,19,20,33)</sup>(6[回]) 等이 있다. 照海는 隴經之陽穴豆 月經不調, 女子淋漓, 隴廷出等의 婦人科 疾患에 多用되었다.

會陰에서 會는 聚會, 會合, 陰는 陰氣, 陰部, 下部, 즉 當下腹最低處前後陰之間을 意味하며, ‘會陰者, 為陰氣之所聚會 又爲任督衝三脈之會合’이라 하여 穀道, 了宮, 精室, 陰器諸虛之疾과 關聯이 깊다. 이에 該當하는 文獻上의 主治症은 小便難<sup>5,8,19,22,24,26,29,31,32)</sup>(9[回]), 陰汗, 陰頭痛, 陰中諸疾<sup>8,13,14,18~20,22,33,35)</sup>(9[回]), 前後相引痛, 不得大小便<sup>8,14,18~20,22,31~33,36)</sup>(10[回]), 久痔與陰相通<sup>8,13,14,19,20,22,31,32,35)</sup>(9[回]), 月經不調<sup>8,13,14,18~20,22~24,26,29,31~33,36)</sup>(15[回]), 癲狂, 精神疾患<sup>22~24,29,31~35)</sup>(9[回]), 溺水에 의한 窒息<sup>5,24,31~35)</sup>(7[回]) 等이 있다.

氣海穴에서 氣는 人身의 元氣與各種氣病을, 海는 廣大深遠之意를 意味하며, ‘氣海者, 為人身生氣之海’라 하여 一身之氣病과 有關하다. 그리고, 異名으로, ‘下氣海’라 하여, 下焦의 氣病과도 有關하다. 主治症으로는 五臟腹中切痛<sup>5,13,14,19~20,22,24,28,29,30,31,32)</sup>(12[回]), 氣結成塊如覆杯<sup>13,14,18~20,31)</sup>(6[回]), 月經不調<sup>5,14,18,20,22,23,27,30~34,36,37)</sup>(14[回]), 帶下崩中, 惡露不止<sup>14,18~20,23,29~33,36)</sup>(11[回]), 遺尿, 遺精, 小便赤澀<sup>5,13,14,18,20,23~25,27~34)</sup>(11[回]), 神經衰弱, 精神疾患<sup>5,23,24,27,28,30,36)</sup>(7[回]), 氣虛, 真氣不足<sup>9,14,18,25,30,31)</sup>(6[回]) 等으로, 月經不調, 帶下, 惡露等의 婦人科 疾患에 多用되었다.

膻中에서 膽은 同祖, 中은 胸中을 意味하며, ‘膻中, 心包絡名. 祖胸露乳, 又正當其中’이라 하였고, 異名으로 ‘上氣海’라 하여, 上焦의 氣病과 有關하다. 文獻上 主治症으로는 胸痺, 胸痛<sup>4,8,13,14,19,22~24,26,27,32,34,35,36)</sup>(14[回]), 心痛<sup>8,14,22,23,25,27,28,31,32,34,36)</sup>(12[回]), 咳逆,

咳嗽, 喘<sup>8,13,14,22,23,25,27,30,31,35)</sup>(10回), 肺癰<sup>13,14,18,20,23,30,31,33)</sup>(8回), 上氣納氣, 噎氣膈氣<sup>14,18,20,22,26-28,30,31,33-35)</sup>(12回), 婦人乳汁少<sup>14,18-20,22-27,33-35)</sup>(13回) 等으로, 胸痺, 胸痛, 噎氣膈氣, 咳嗽, 喘等의 肺系疾患에 多用되었다.

## IV. 結論

十四經脈에 나타난 '海'字穴과 "海"字가 들어간 異名을 調査하고, 이들의 穴位, 分布, 鍼刺深度 및 艾灸, 穴名의 意味와 主治症等에 對하여 歷代文獻을 通하여 考察하여 다음과 같은 結論을 얻었다.

1. 十四經脈中 '海'字穴은 血海, 少海, 小海, 氣海俞, 照海, 氣海의 6穴과 '海底'라는 異名을 가진 會陰과 '上氣海'라는 異名을 가진 膽中의 2穴로 總 8穴이 있었다.

2. "海"字穴의 穴位는 血海는 在膝臍上內廉白肉際二寸中, 少海는 在肘內廉節后陷者中, 動脈應手, 小海는 在肘內大骨外, 去肘端五分陷者中, 氣海俞는 在十五椎下兩傍一寸半, 照海는 足內踝下四分, 會陰은 在大陰前小便後, 兩陰之間, 氣海는 前正中線上, 臍下1.5寸, 膽中은 在玉堂下一寸六分陷者中 兩乳頭中間이었다.

3. '海'字穴의 分布는 胸腹部에 膽中, 氣海 2穴, 背部에 氣海俞 1穴, 上肢部에 少海, 小海 2穴, 下肢部에 血海, 照海 2穴, 體幹部에 會陰 1穴이 存在하고 있었다.

4. "海"字穴의 鍼刺深度는 血海는 5分에서 1寸, 少海는 3分에서 5分, 小海는 2分에서 5分, 氣海俞는 3分에서 1寸, 照海는 3分에서 5分, 會陰은 2分에서 1寸, 氣海는 8分에서 1.3寸, 膽中은 3分에서 5分이었다.

5. "海"字穴의 艾灸는 대부분이 3-5壯,

3-7壯을 使用하였다.

6. '海'字穴의 禁鍼穴은 多少 差異는 있었지만, 會陰과 膽中이 있었고, 禁灸穴은 少海穴이 있었다.

7. 經穴에 나타난 '海'字穴의 意味에서 '海'字는 百川皆歸之處, 富藏聚廣大深遠, 廣大之四海를 意味하고, 血海에서 血은 氣血을, 少海에서 少는 手少陰心經을, 小海에서 小는 手太陽小腸經을, 氣海俞에서 氣는 下焦之原氣를, 照海에서 照는 光明照射를, 氣海에서 氣는 人身의 原氣를, 會陰은 任, 督, 衡脈의 會合과 氣之聚會를, 膽中은 複胸露乳, 又正當其中을 意味함을 알 수 있었다.

8. "海"字穴의 主治症은 血海는 月經不調, 帶下, 漏下惡血의 婦人科 疾患에, 少海는 肘腋頭項痛과 癲狂等의 精神科 疾患에, 小海는 癲狂等 精神科 疾患 및 肘臂肩臑頸項痛에, 氣海俞는 腰痛, 下肢麻木의 下焦의 關節疾患에, 照海는 月經不調, 陰廷出의 婦人科 疾患에, 會陰은 穀道, 子宮, 精室, 陰器諸虛之疾患에, 氣海는 月經不調, 帶下, 惡露不止, 下腹痛의 婦人科 疾患에, 膽中은 胸痺, 胸痛, 咳嗽, 喘의 肺系疾患에 多用되었음을 알 수 있었다.

## 參考文獻

- 1) 姜孝信, 東洋醫學概論, 서울:高文社, 1981, pp75, 76
- 2) 河北醫學院, 靈樞經校釋(上), 北京:人民衛生出版社, 1982, pp23, 28, 289, 291, 511
- 3) 楊士德, 素問注釋匯粹, 北京:人民衛生出版社, 1982, pp52-54, 58, 72, 76, 81
- 4) 金定濟 外, 最新鍼灸學, 서울:成輔社, 1983, pp188, 195, 215, 248, 274, 282

- 5) 安榮基 編著, 經穴學叢書, 서울:成輔社, 1986 pp34, 36, 236, 266, 298, 364, 448, 674, 682, 702
- 6) 周楣聲 著, 鍼灸穴名釋義, 合肥:安徽科學技術出版舍, 1985, pp8, 50, 54, 58 68, 83, 123, 125, 128
- 7) 山東中醫學園 校釋, 鍼灸甲乙經校釋, 北京:人民衛生出版社, 1980, pp391, 404, 406, 437, 452, 463, 456
- 8) 王燾, 外臺秘要, 臺北:文光圖書有限公司, 民國68年, pp1095, 1100, 1101 1104, 1106, 1107
- 9) 王執中, 鍼灸資生經, 서울:一中社, 1991. pp29, 47, 49, 63, 65, 75
- 10) 王國端, 扁鵲神農玉龍經, 서울:一中社, 1991, pp11, 53, 55
- 11) 本問詳白 著, 十四經發揮, 鍼灸醫學典籍大系 10券, 大阪:出版科學綜合研究所, 昭和53年 pp47, 51, 53, 55, 68, 69, 102-105
- 12) 吳謙, 醫宗金鑑, 서울:大成文化社, 1983, pp82-84, 87, 90, 91, 95-97, 106 107, 127, 128
- 13) 李廷, 醫學入門, 서울:大成文化社, 1980, pp273, 275, 280, 281, 285, 287, 305-309
- 14) 楊繼洲, 鍼灸大成, 臺北:文光圖書有限公司, pp285, 290, 300, 314, 349, 350 351, 354
- 15) 吳崑, 鍼方六集校釋, 서울:醫聖堂, 1993, pp51, 56, 61, 82, 124, 126, 128
- 16) 許浚, 東醫寶鑑, 서울:大成文化社, 1985, pp390, 393, 395, 410, 440, 437, 439
- 17) 楊維傑, 鍼灸經緯, 臺北:樂群出版社業有限公司, 民國64年, pp209, 328, 332, 335, 336, 341-343, 352, 353, 365, 367, 385, 441
- 18) 張介賓, 類經圖翼, 서울:大成文化社, 1980, pp132-135, 138, 156, 182, 184, 188-189
- 19) 王惟一, 銅人俞穴鍼灸圖經, 鍼灸醫學典籍9券, 大版:出版科學總合研究所 pp112, 111, 126, 128, 151, 152, 155, 175, 182
- 20) 李經緯, 鍼灸集成, 北京:中國書店, 1986, pp33, 39, 44, 42, 50
- 21) 張增, 鍼灸穴名解, 啓業書局印行, pp15, 17, 22, 62, 67, 71, 83, 99
- 22) 崔容泰, 鍼灸學 (上), 서울:集文堂, 1991, pp409, 410, 425, 446, 490, 542, 718, 735
- 23) 成樂箕, 現代鍼灸學, 서울:杏林出版, 1987. pp227, 241, 255-256, 291, 465, 470, 479
- 24) 李炳國編譯, 最新經穴學, 서울:現代鍼灸院, 1987, pp93, 109, 127, 154, 184, 274, 276, 281
- 25) 康華柱編, 綜合鍼灸學, 서울:翰成社, 1994, pp156, 174, 192, 233, 286, 449, 454, 465
- 26) 李丁 譯, 鍼灸經穴辭典, 서울:高麗醫學, 1989, pp157, 172, 186, 218, 255, 388, 392, 402
- 27) 莊育民, 鍼灸經穴之運用, 香港:香港上海印書館, 1981, pp56, 59, 120, 206, 219
- 28) 上海中醫學院 編, 鍼灸學, 北京:中國衛生出版社, 1977, pp141, 162, 188, 210, 216
- 29) 程莘衣, 中國鍼灸學, 北京:人民衛生出版社, pp179, 187, 194, 209, 228, 290, 295
- 30) 莊育民, 著莊中國鍼灸學, 香港:上海印書館, 1976, pp119, 132, 122, 179, 257, 258, 267, 268
- 31) 陳又平 編, 新編中國鍼灸學, 上海:上海科學技術出版社, 1992, pp138, 154, 215, 255
- 32) 王雪苔 編, 中國鍼灸大全(上), 河南:河南科學技術出版社, 1988, pp286, 293, 302, 321, 348, 429, 432, 439
- 33) 陳瘦燕, 鍼灸俞穴圖譜, 上海:上海科

學技術出版社, 1988, pp45, 49, 53, 60, 98

34) 山東醫學院編, 鍼灸穴位解剖圖譜, 山東:山東人民衛生出版, 1978, pp44, 97, 114, 147, 148, 182

35) 鍼灸學, 서울:一中社, 1991, pp185, 255, 341, 352, 204, 396, 401, 409

36) 李秀鎬, 崔容泰, 精解鍼灸學, 서울:杏林書院, 1974, pp158-161, 306, 321, 342, 385, 437, 599, 608, 621

37) 楊運寬, 鍼刺留鍼瑣經, 北京:中國鍼灸, 1983, pp25-27

38) 朴鍾琪, 照海穴의 主治症에 關한 文獻的 考察, 大田:大田大學校 大學院, 1990, pp27

39) 程寶書, 鍼灸大辭典, 北京:北京科學技術出版社, 1987, pp224, 225

40) 王德深 主編, 中國鍼灸穴位通鑑, 膠南, 青島出版社, pp391, 629-631