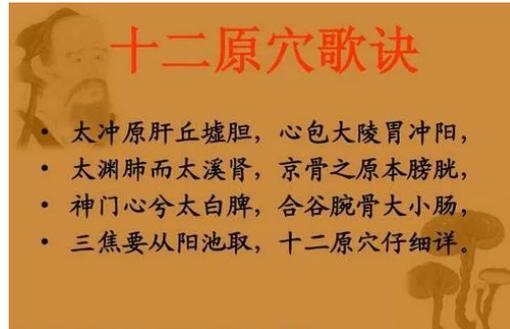


# 什么是元气？

## 找 12 原穴，断全身百病

Research & Curated by Physician Teo Hwee Chin  
Registered Acupuncturist & TCM Physician  
(License Registration Number: T0101288B)

发源于先天之本肾，通过三焦输布全身，推动五脏六腑的运转，是人体活动的原动力！

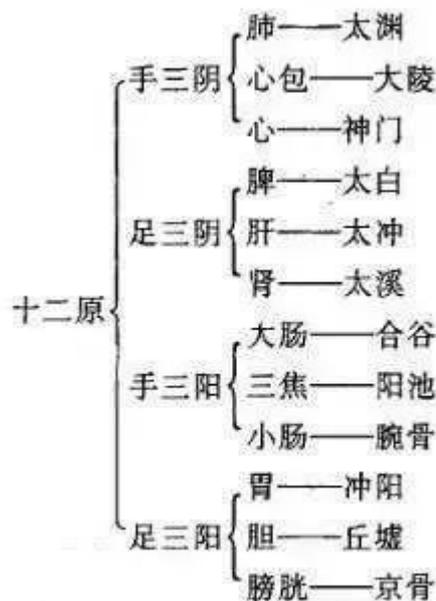


## 什么是原穴？

是元气在五脏六腑输注、经过、留止的腧穴，可见原穴在人体的重要性！十二条正经在腕关节或踝关节处各有一个原穴。

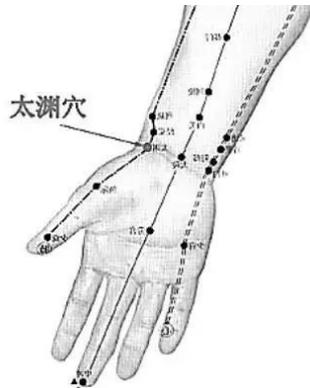
- 《素问·刺法论》言：“预防心之疾，刺手少阴之原；预防肺之疾，刺手太阴之原等，以“补神固根”，使“正气存内，邪不可干。”
- 《灵枢·九针十二原》言：“五脏有疾也，应出十二原，而原各有所出，明知其原，睹其应，而知五脏之害矣。”“若原穴动气绝，则病即不可为。”
- 《难经·六十六难》言：“五脏六腑之有病者，取其原也”。

古代先贤极为重视“原穴”治疗，认为“五脏六腑有病了，可先取原穴。”原穴具有虚可补、实可泻的双相调节功能。



## 原穴功能说明

### 1、 肺经：太渊

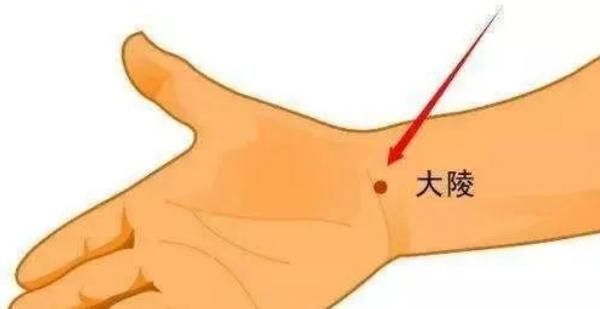


【主治】咳嗽，气喘，咳血，咽喉肿痛，胸痛，心悸，腕臂痛。现多用于治疗感冒，咳嗽，支气管炎，百日咳，肺结核，心绞痛，肋间神经痛，无脉症，腕关节疼痛及周围软组织疾患等。

- 《千金方》：唾血振寒嗑干，太渊主之。
- 《玉龙赋》：咳嗽风痰，太渊、列缺宜刺。
- 《金鉴》：主治牙齿疼痛，手腕无力疼痛及咳嗽风痰，偏正头痛等症。

【配伍】配列缺、孔最，有疏风解表，宣肺止咳的作用，主治咳嗽，气喘，胸背痛；配内关、冲阳、三阴交，有益心通阳，祛瘀通脉的作用，主治无脉症。

### 2、 心包：大陵

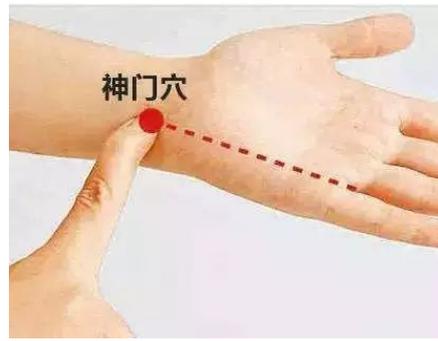


【主治】心痛，心悸，胃痛，呕吐，癫狂，痫症，胸闷，胁痛，惊悸，失眠，烦躁，口臭。现多用于心动过速，胃炎，扁桃腺炎，精神分裂症，腕关节及周围软组织疾患等。

- 《甲乙经》：两手挛不收伸，及腋偏枯不仁，手瘦偏小筋急，大陵主之。
- 《千金方》：主目赤，小便如血。
- 《铜人》：治热病汗不出，臂挛腋肿，善笑不休，心悬善饥，喜悲泣惊恐。
- 《大成》：短气，大陵、尺泽。

【配伍】配神门、列缺，有舒畅经筋，通经活络的作用，主治腕下垂；配心俞、膈俞，有通心络，祛瘀血的作用，主治心血瘀阻之心悸；配丰隆、太冲，有疏肝理气，化痰醒脑的作用，主治气郁痰结型之癫狂。

### 3、 心经：神门



【主治】心痛，心烦，怔忡，惊悸，健忘，不寐，癫狂，痫症，痴呆，胁痛，掌中热，目黄。现多用于无脉症，神经衰弱，心绞痛，瘰疬，舌骨肌麻痹，产后失血，淋巴腺炎，扁桃体炎等。

- 《甲乙经》：遗尿，关门及神门、委中主之。
- 《铜人》：治症心烦。
- 《大成》：主心性痴呆，健忘。

【配伍】配支正为原络配穴法，有益气，养心安神的作用，主治心神失养，健忘失眠，无脉症；配大椎、丰隆，有醒脑安神，豁痰开窍的作用，主治癫狂，痫证。配关元、中极，有安神益肾的作用，主治遗溺，遗精。配膈俞、血海，有活血止血的作用，主治呕血、吐血、便血。

### 4、 脾经：太白

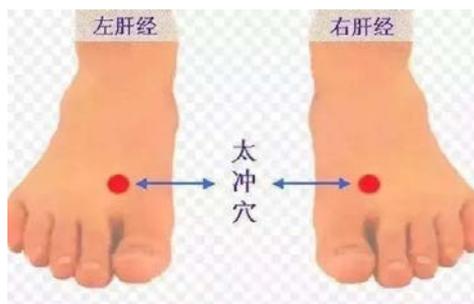


【主治】胃痛，腹胀，便秘，痢疾，吐泻，肠鸣，身重，脚气。现多用于急、慢性胃炎，急性胃肠炎，神经性呕吐，消化不良，胃痉挛等。

- 《甲乙经》：热病，满闷不得卧，太自主之；胸胁胀，肠鸣切痛，太自主之；身重骨痠，不相知，太自主之。
- 《千金方》：头痛寒热，汗出不恶寒；膝股肿，痠转筋。
- 《金鉴》：太白、丰隆二穴，应刺之症，即身重，倦怠，面黄，舌强而疼，腹满时时作痛，或吐或泄，善饥不欲食，皆脾胃经病也。

【配伍】配公孙、大肠俞、三焦俞，有清利湿热的作用，主治肠鸣，腹泻；配复溜、足三里，有和胃调中的作用，主治腹胀。

## 5、 肝经：太冲

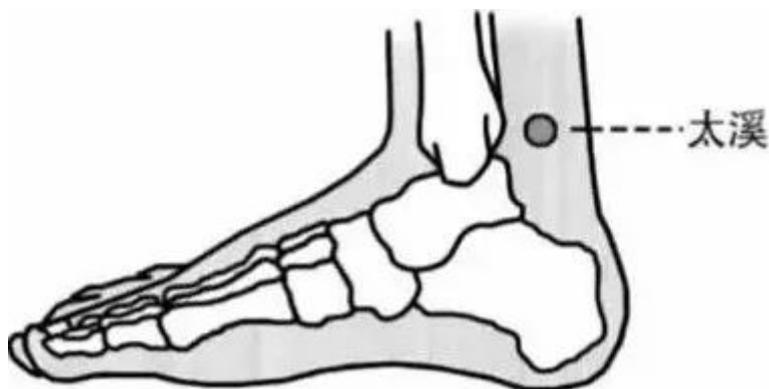


【主治】头痛，眩晕，失眠，目赤肿痛，郁证，小儿惊风，口喎，胁痛，崩漏，疝气，小便不利，痢证，内踝前缘痛。现多用于高血压，尿路感染，乳腺炎，神志疾病等。

- 《甲乙经》：瘛互引善惊，太冲主之。
- 《千金方》：主黄疸，热中喜渴。
- 《铜人》：治胸胁支满，足寒大便难，呕血，女子漏血不止，小儿卒疝呕逆。
- 《大成》：女人漏下不止，太冲、三阴交。
- 《金鉴》：主治急慢惊风，羊痫风证，及咽喉疼痛，心胸胀满，寒湿脚气，行痛步难，小腹疝气，偏坠疼痛，两目昏暗等证。

【配伍】配合谷，称为四关穴，有镇静安神，平肝熄风的作用，主治头痛，眩晕小儿惊风，高血压；配足三里、中封，有舒筋活络的作用，主治行步艰难；配气海、急脉，有疏肝理气的作用，主治疝气。

## 6、 肾经：太溪



【主治】咽喉干痛，齿痛，耳聋，耳鸣，头晕，咳血，气喘，消渴，月经不调，不寐，遗精，阳痿，小便频数，腰脊痛。现多用于支气管哮喘，肾炎，膀胱炎，慢性喉炎，神经衰弱，贫血，下肢瘫痪等。

- 《甲乙经》：热病烦心，足寒清，多汗。
- 《大成》：主久疝咳逆，心痛如锥刺，心脉沉，手足寒至节。
- 《金鉴》：消渴，房劳，妇人水蛊，胸胁胀满。

【配伍】配少泽，有滋肾阴，清虚热的作用，主治咽喉炎，齿痛；配飞扬，为原络配穴法，有滋阴补肾的作用，主治头痛目眩；配肾俞、志室，有温肾壮阳的作用，主治遗精。阳痿，肾虚腰痛。

## 7、 大肠：合谷

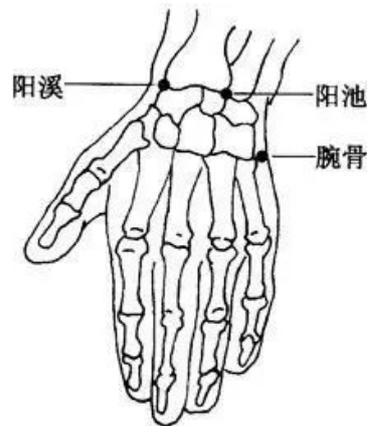


【主治】头痛，颈项痛，目赤肿痛，鼻衄，鼻塞，鼻渊，齿痛，耳聋，面肿，咽喉肿痛，痒腮，牙关紧闭，口眼歪斜，热病无汗，多汗，腹痛，痢疾，便秘，闭经，滞产，小儿惊风，上肢疼痛，痿痹。现多用于面神经麻痹，面肌痉挛，三叉神经痛，电光性眼炎，近视眼，腮腺炎，扁桃体炎，舌炎，牙龈炎，牙痛，流行性感冒，高血压，皮肤瘙痒，荨麻疹等。

- 《铜人》：妇人妊娠不可刺之，损胎气。
- 《资生》：风疹，合谷、曲池。
- 《大成》：疔疮生面上与口角，灸合谷；小儿疳眼，灸合谷(二穴)，各一壮。

【配伍】配颊车、迎香，有通经活络止痛作用，主治牙痛，面痛，面瘫。有疏风解表，宣肺利窍作用，主治感冒，头痛，发热，鼻塞。配列缺，为原络配穴法；配太冲，称四关穴，有镇静安神，平肝熄风作用，主治癫狂，头痛，眩晕，高血压。配风池、大椎，有清热凉血，截疟作用，主治皮肤瘙痒，荨麻疹，疔疮，疟疾。配三阴交，有调经活血催产作用，主治月经不调，痛经，经闭，滞产。

## 8、三焦：阳池

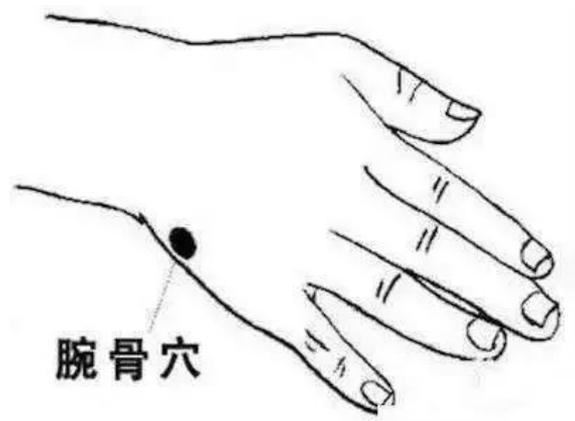


【主治】肩臂痛，腕痛，疟疾，耳聋，消渴。现多用于腕关节炎，风湿热，糖尿病等。

- 《甲乙经》：肩痛不能自举，汗不出颈痛，阳池主之。
- 《外台》：治寒热疟疾，肩痛不能自举，汗不出，颈肿。
- 《图翼》：主治消渴口干烦闷，寒热疟，或因折伤，手腕提物不得，臂不能举。

【配伍】配外关、曲池，有行气活血，舒筋通络的作用，主治前臂肌痉挛或麻痹；配少商、廉泉，有清热通络利咽的作用，主治咽喉肿痛；配脾俞、太溪，有疏调三焦，养阴润燥的作用，主治糖尿病。

## 9、 小肠：腕骨

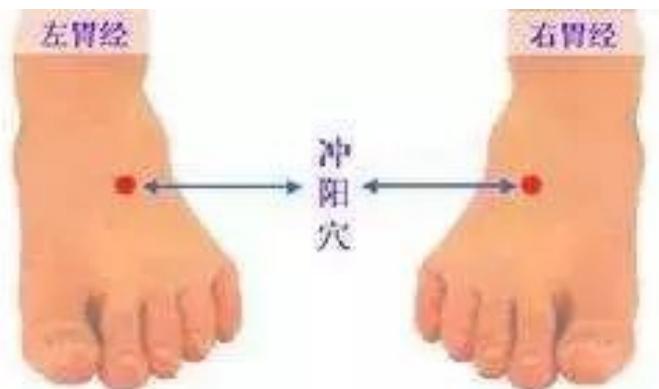


【主治】热病无汗，头痛，项强，指掌腕痛，黄疸。现多用于口腔炎，糖尿病等。

- 《甲乙经》：消渴，腕骨主之。
- 《大成》：主头痛，惊风。
- 《金鉴》：主治臂腕五指疼痛。

【配伍】配通里，为原络配穴法，有清热安神定惊的作用，主治高热，惊风；配太冲、阳陵泉，有清肝利胆的作用，主治黄疸，胁痛，胆囊炎；配足三里、三阴交，有健脾滋阴增液的作用，主治消渴。

## 10、 胃经：冲阳



【主治】上齿痛，足背红肿，口眼歪斜，足痿。现多用于齿龈炎，癫痫，脉管炎等。

- 《素问》：刺跗上，中大脉，出血不止，死。
- 《甲乙经》：善啮颊齿唇，热病汗不出，口中热痛；胃腕痛，时寒热。
- 《铜人》：偏风口眼喎斜，肘肿。

【配伍】配足三里、仆参、飞扬、复溜、完骨，有补益气血，润养经筋的作用，主治足痿失履不收；配丰隆，有豁痰宁神的作用，主治狂妄行走，登高而歌，弃衣而走。

## 11、胆经：丘墟

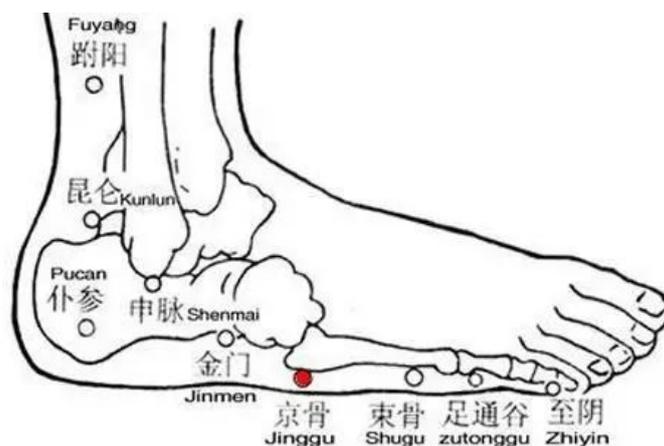


【主治】颈项痛，腋下肿，胸胁痛，呕吐，噎酸，下肢痿痹，外踝肿痛，疟疾。现多用于胆囊炎等。

- 《甲乙经》：目视不明，振寒，目翳，瞳子不见，腰两胁痛，脚酸转筋，丘墟主之。
- 《千金方》：主胸痛如刺。主脚急肿痛，战掉不能久立。跗筋脚挛。《大成》：胁痛，针丘墟、中渚。
- 《图翼》：主治胸胁满痛不得息，寒热，目生翳膜，颈肿，久疟振寒，痿厥，腰腿痠痛。脾枢中痛，转筋足胫偏细，小腹坚卒疝。

【配伍】配风池、太冲，有清肝明目的作用，主治目赤肿痛；配昆仑、申脉，有通经活络消肿止痛的作用，主治外踝肿痛；配阳陵泉、期门，有疏肝利胆的作用，主治胆囊炎。

## 12、膀胱：京骨



【主治】清热止痉，明目舒筋。主治头痛，项强，腰腿痛，踝关节痛，癫痫。现多用于小儿惊风、神经性头痛等。

- 《甲乙经》：癫疾，狂妄行，振寒。
- 《圣惠方》：善惊悸，不欲食，腿膝胫痿。
- 《循经》：寒湿脚气，两足燥裂，或湿痒生疮。

【配伍】配风池、天柱治头痛项强。配百会、太冲治头痛。