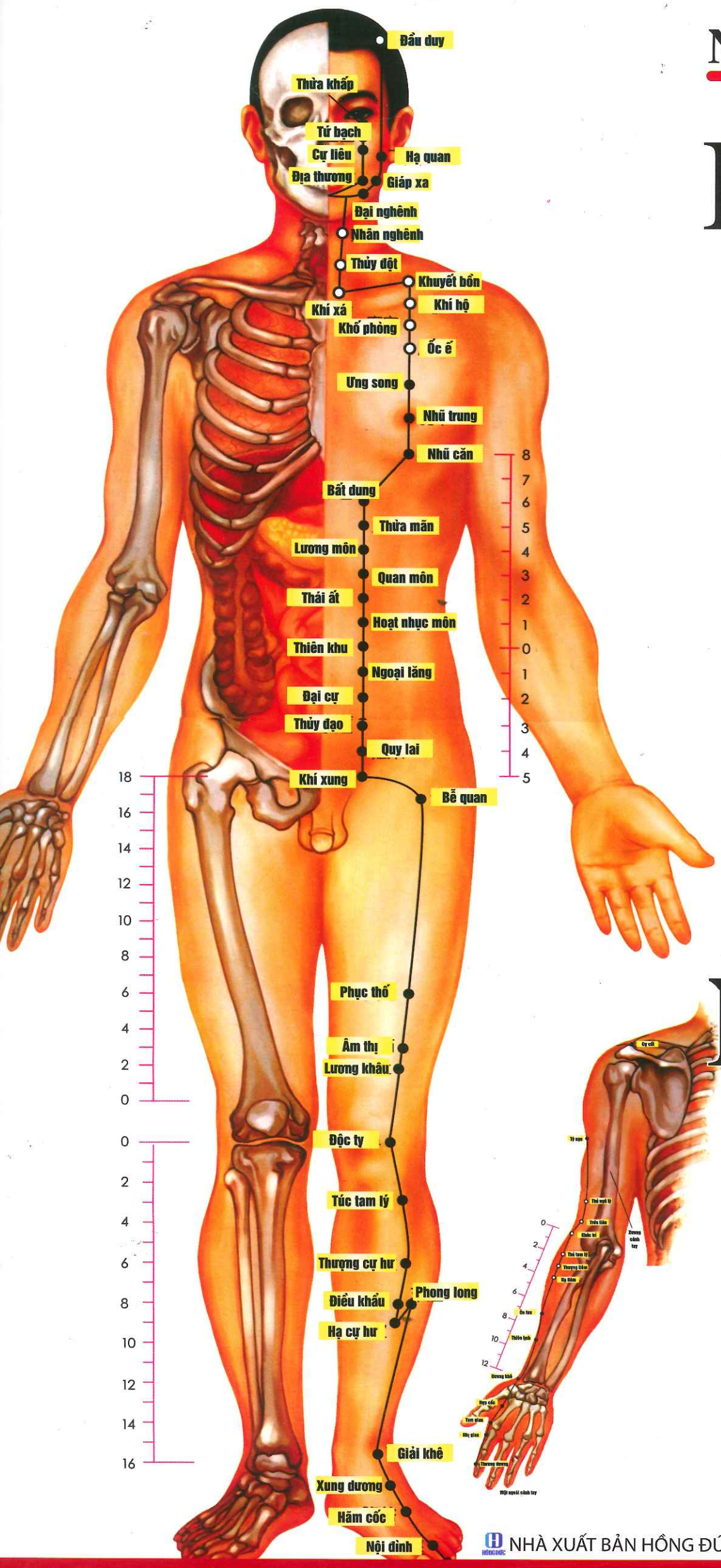
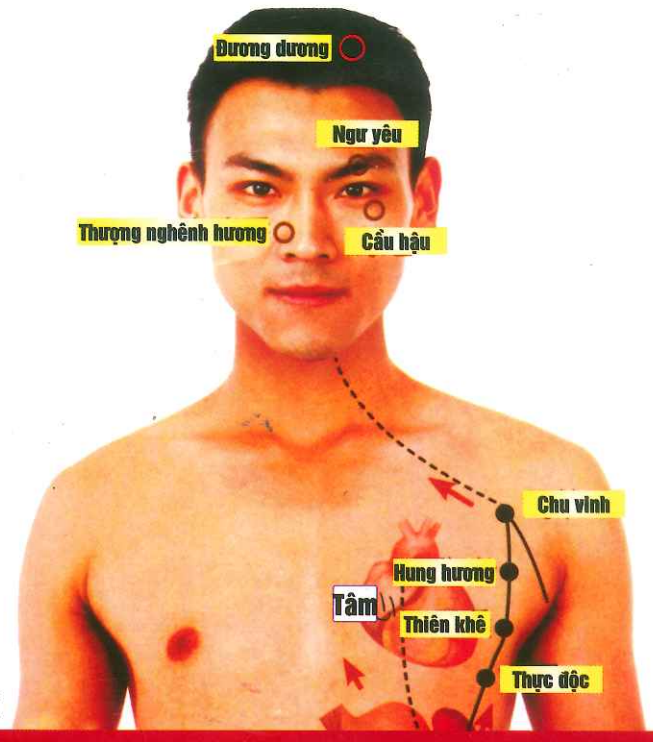
NGÔ TRUNG TRIỀU

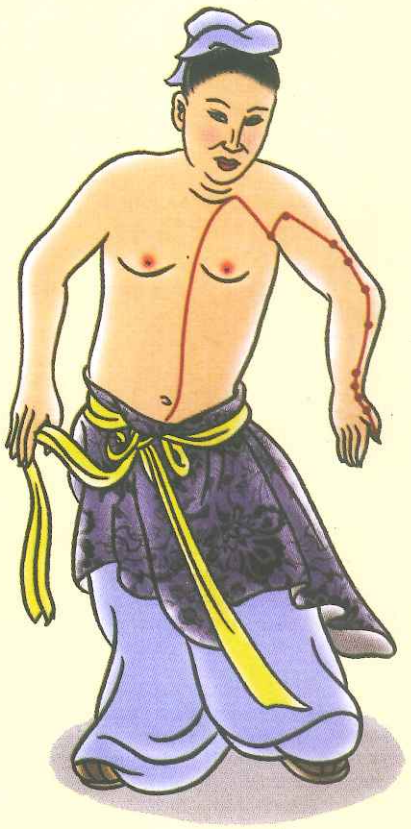
# HUYỆT VỊ KINH LẠC CƠ THỂ NGƯỜI



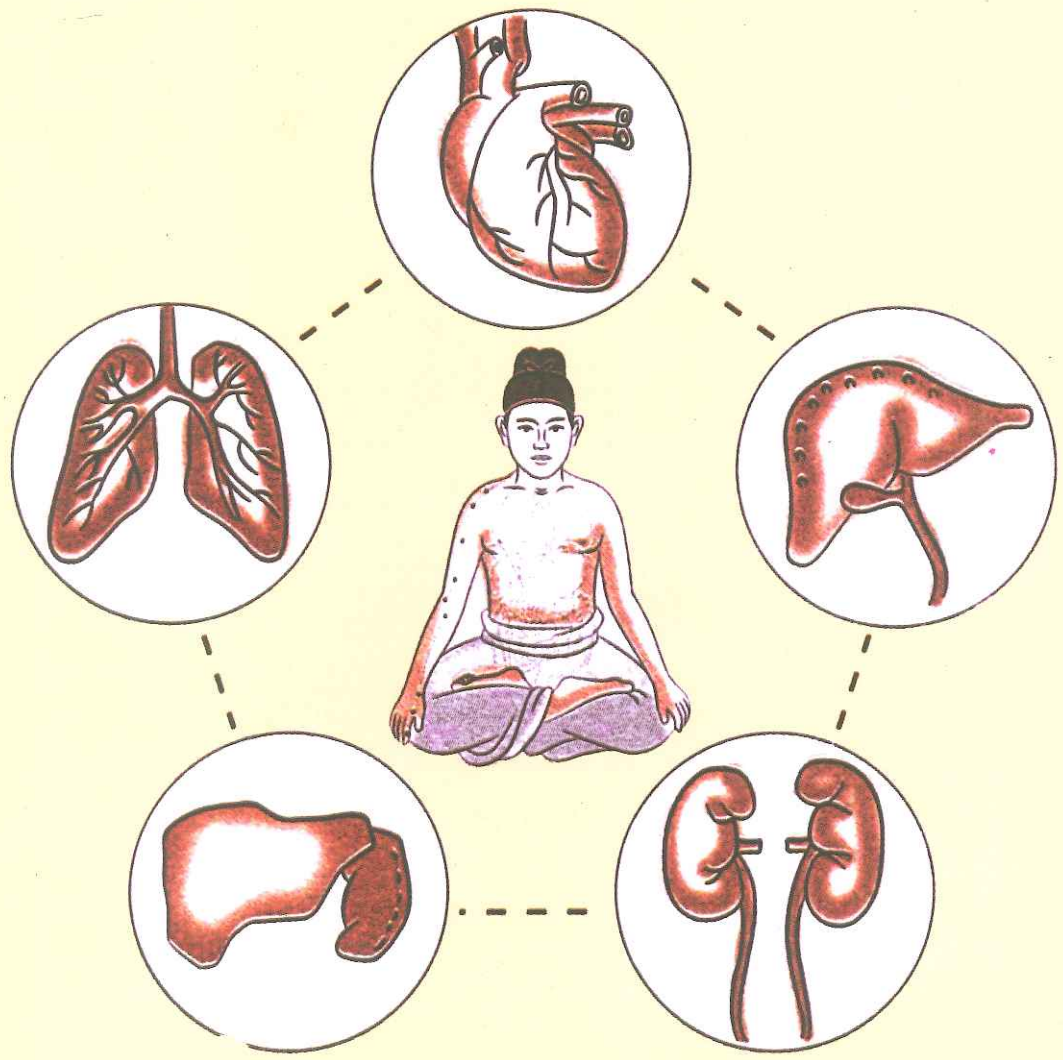



NHÀ XUẤT BẢN HỒNG ĐỨC



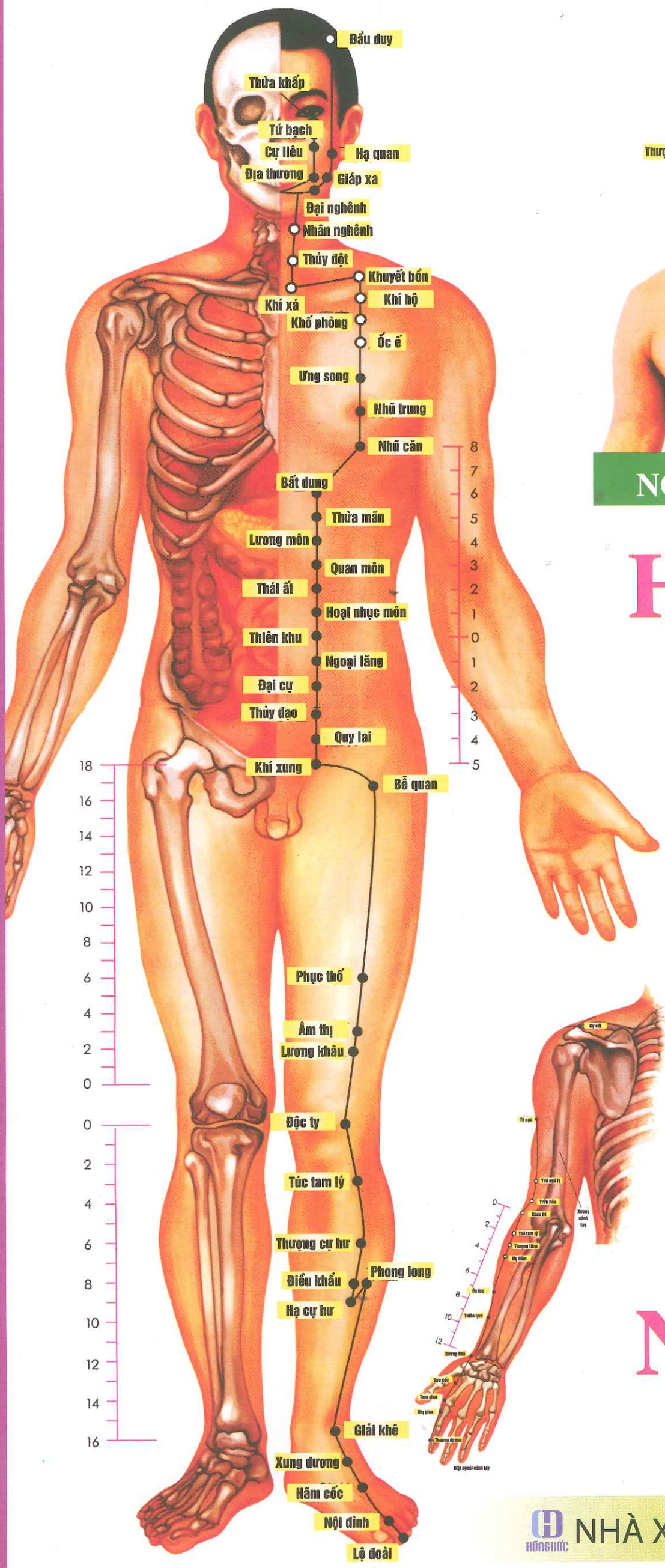
# HUYỆT VỊ KINH LẠC CƠ THỂ NGƯỜI

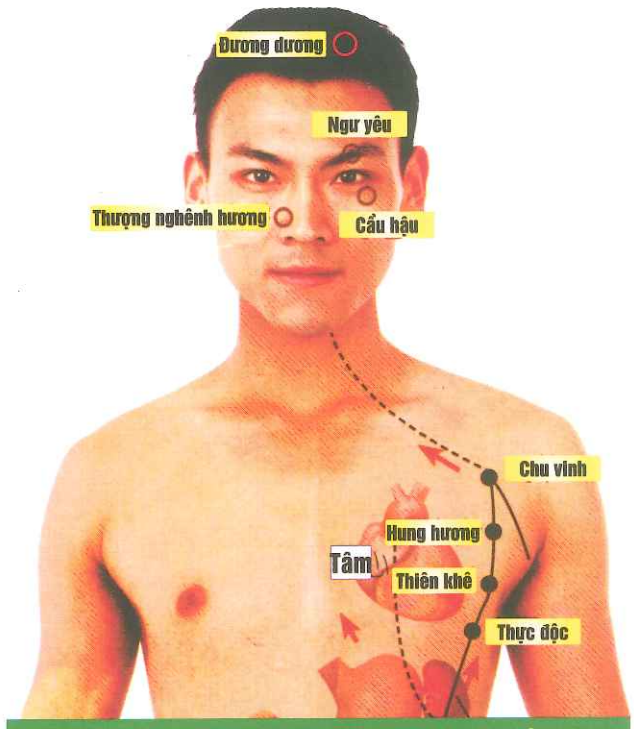


# HUYỆT VỊ KINH LẠC CƠ THỂ NGƯỜI

---

Bản quyền tiếng Việt được xuất bản
theo thỏa thuận giữa Tác giả và Công ty
Văn hóa Minh Lâm, tháng 11/2015.




NGÔ TRUNG TRIỀU

# HUYỆT VỊ KINH LẠC CƠ THỂ NGƯỜI



NHÀ XUẤT BẢN HỒNG ĐỨC



# LỜI NÓI ĐẦU

*Từ xưa đến nay, sức khỏe luôn là một trong những vấn đề được con người quan tâm nhất. Tuy nhiên, trên thực tế, rất nhiều người dù có tiền của, địa vị, dùng những loại thuốc đắt tiền nhất, mời các bác sỹ nổi tiếng nhất... vẫn không thoát khỏi sự giày vò của bệnh tật. Đó là bởi họ không biết cách tự chăm sóc sức khỏe.*

*Đông y là hệ thống lý luận y học cổ truyền có tác dụng chăm sóc và bảo vệ sức khỏe cho con người suốt bao nhiêu đời nay. Trong đó, học thuyết kinh lạc là một trong những học thuyết nổi bật. Theo học thuyết này, sinh mệnh con người gắn liền với "khí huyết". Người có khí huyết thì sống, mất khí huyết thì chết, khí huyết không thông thì mắc bệnh. Trong khi đó, kinh lạc đảm nhận trách nhiệm kiểm soát sự vận hành của khí huyết, vì thế có vai trò vô cùng quan trọng đối với sức khỏe con người.*

*Vậy, kinh lạc là gì?*

*Kinh lạc là tên gọi chung của kinh mạch và lạc mạch trong cơ thể. Trong đó, kinh là đường thẳng, là cái khung của hệ kinh lạc đi ở sâu; lạc là đường ngang, là cái lưới, từ kinh mạch chia ra như mạng lưới đến khắp mọi nơi. Kinh lạc phân bố ra toàn thân là con đường vận hành của âm dương, khí huyết, tân dịch, khiến cho con người từ lục phủ ngũ tạng, can mạch, cơ nhục, xương... kết thành một chỉnh thể thống nhất.*

*Khí huyết vận hành theo mỗi kinh lạc qua một hệ thống các điểm mẫn cảm mà thông tới các bộ phận. Điểm mẫn cảm ấy gọi là huyệt vị. Những huyệt này nếu bị tác động sẽ gây ra cảm giác đau đớn, tê liệt, sung sướng... Huyệt vị không rời kinh lạc, kinh lạc quyết định huyệt vị... Huyệt vị thường được biết tới nhờ phương pháp châm cứu hay bấm huyệt. Mục đích của các phương pháp này chủ yếu nhằm tăng cường khả năng lưu thông của khí qua huyệt, cân bằng giữa khí bên trong và bên ngoài, từ đó có thể chữa bệnh và nâng cao sức khỏe. Huyệt có thể nằm trên kinh mạch, cũng có thể không. Một số huyệt lại chỉ xuất hiện khi cơ thể gặp những biến cố đặc biệt như đau ốm, bệnh tật...*

*Trong vũ trụ, vật chất, thời gian, không gian đều vận hành theo quy luật. Mỗi hành tinh cũng lặng lẽ chuyển động theo một quỹ đạo vô hình. Một khi rời khỏi quỹ đạo, chúng sẽ gây ra sức phá hoại vô cùng to lớn. Đông y cho rằng, con người tồn tại được là nhờ kinh lạc và huyệt vị vận hành khắp cơ thể.*

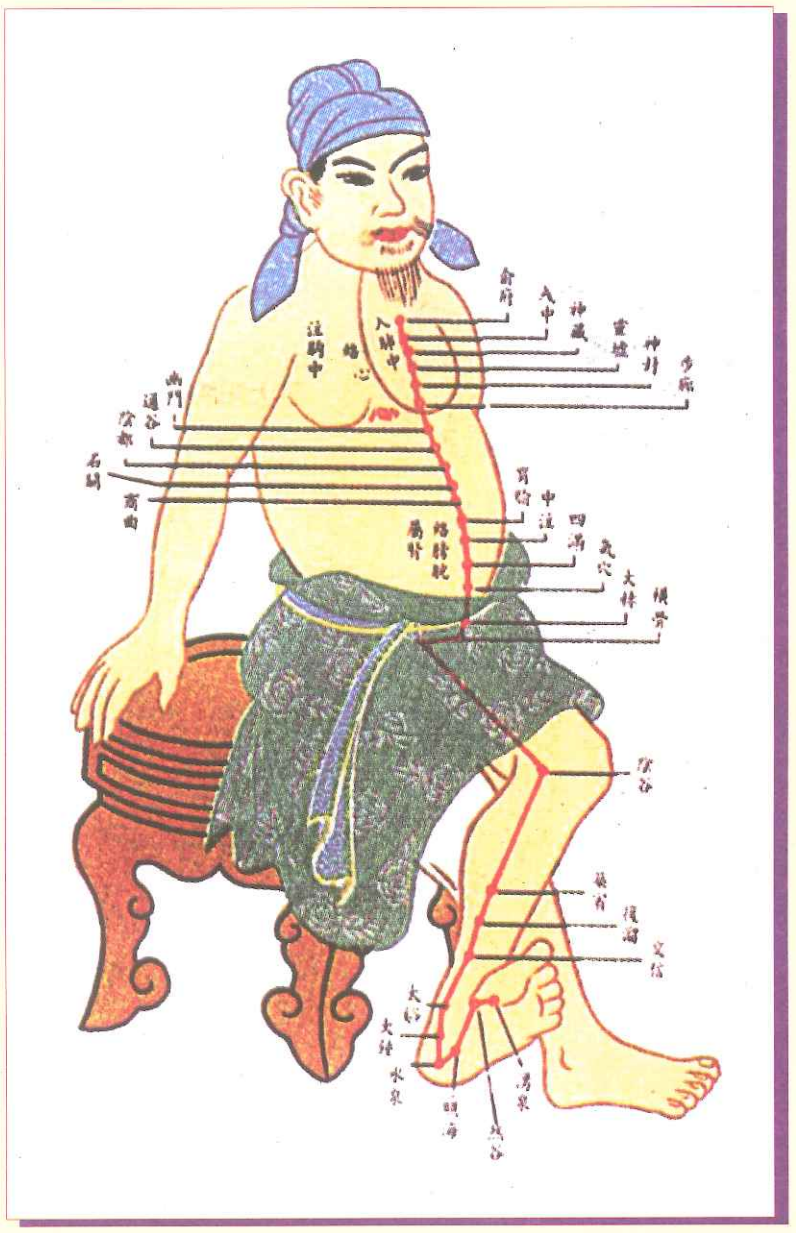
*Vì những lý do trên, việc trang bị kiến thức về huyệt vị kinh lạc là vô cùng cần thiết. Thấu hiểu điều này, chúng tôi cho ra đời cuốn sách Huyệt vị kinh lạc cơ thể người. Cuốn sách giới thiệu hệ thống huyệt vị kinh mạch, gồm 12 đường kinh chính xếp theo thứ tự tuần hoàn kinh khí như sau: Thủ thái âm phế kinh, Thủ dương minh đại trường kinh, Túc dương minh vị kinh, Túc thái âm tỳ kinh, Thủ thiếu âm tâm*

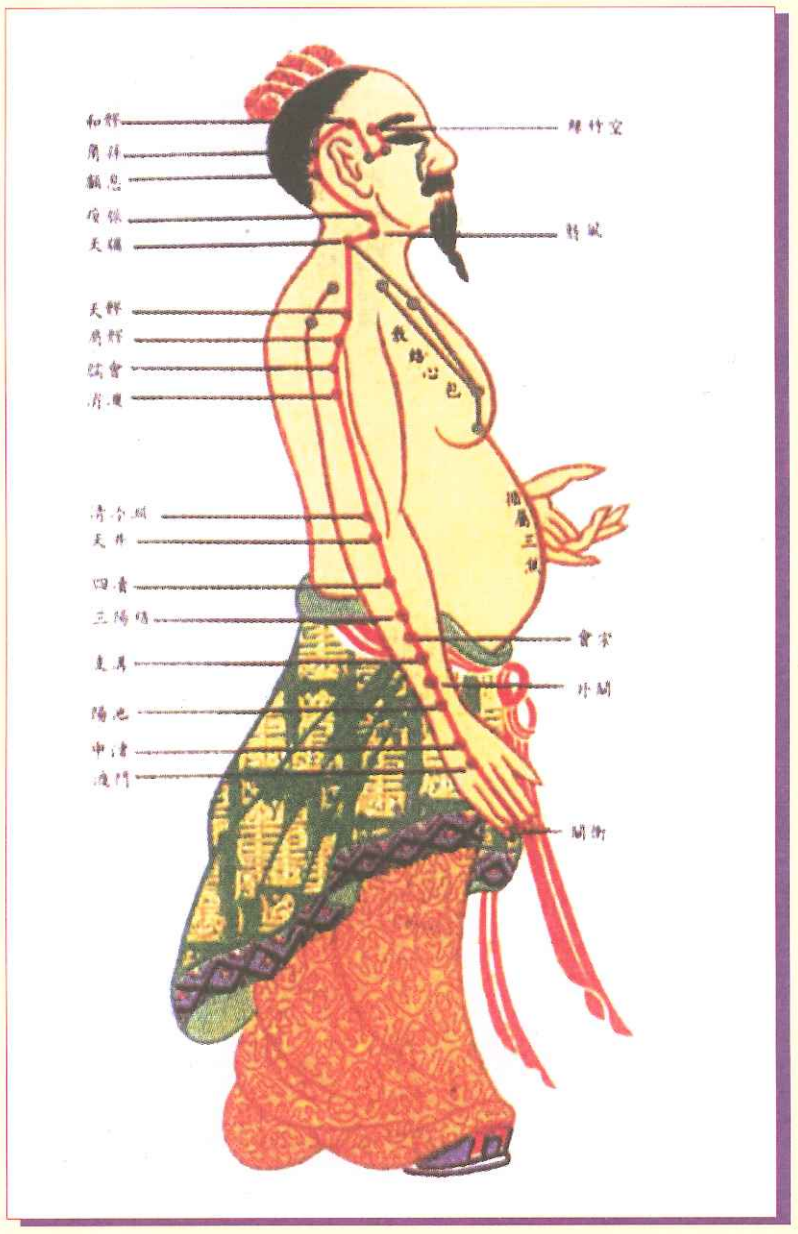
*kinh, Thủ thái dương tiểu trường kinh, Túc thái dương bàng quang kinh, Túc thiếu âm thận kinh, Thủ quyết âm tâm bào kinh, Thủ thiếu dương tam tiêu kinh, Túc thiếu dương đảm kinh, Túc quyết âm can kinh; hệ thống lạc mạch bao gồm: Đốc mạch, Nhâm mạch. Ngoài ra còn có hệ thống huyệt bên ngoài đường kinh: Kinh ngoại kỳ huyệt, Nhĩ huyệt. Trong mỗi hệ thống kinh lạc, toàn bộ huyệt vị đều được giới thiệu trên các phương diện tên gọi, vị trí và chủ trị, đồng thời có kèm theo hình ảnh minh họa rõ nét. Điều này giúp bạn đọc có thể dễ dàng theo dõi, tìm đúng vị trí huyệt vị, hình dung được đường đi của kinh mạch, lạc mạch cũng như các bệnh tương ứng có thể chữa trị khi tác động vào huyệt vị kinh lạc ấy. Từ đó, mỗi người có thể biết cách tự chăm sóc sức khỏe hiệu quả thông qua hệ thống huyệt vị kinh lạc trong cơ thể.*

*Huyệt vị kinh lạc chính là "hệ thống chuyên chở" được hình thành và hoàn thiện trong quá trình tiến hóa lâu dài của loài người. Hệ thống này kiểm soát mọi cơ quan, tạo mối liên kết hữu cơ giữa lục phủ ngũ tạng và đầu óc cũng như chân tay. Ngoài ra, nó còn phân công, điều tiết hoạt động của mọi cơ quan để tạo sự cân bằng, hài hòa, giúp cơ thể khỏe mạnh. Hy vọng cuốn sách có thể giúp bạn đọc trang bị hiểu biết nhất định về hệ thống huyệt vị kinh lạc trên cơ thể mình, từ đó biết cách chăm sóc sức khỏe hợp lý.*

*Trân trọng giới thiệu ấn phẩm!*

NGÔ TRUNG TRIỀU



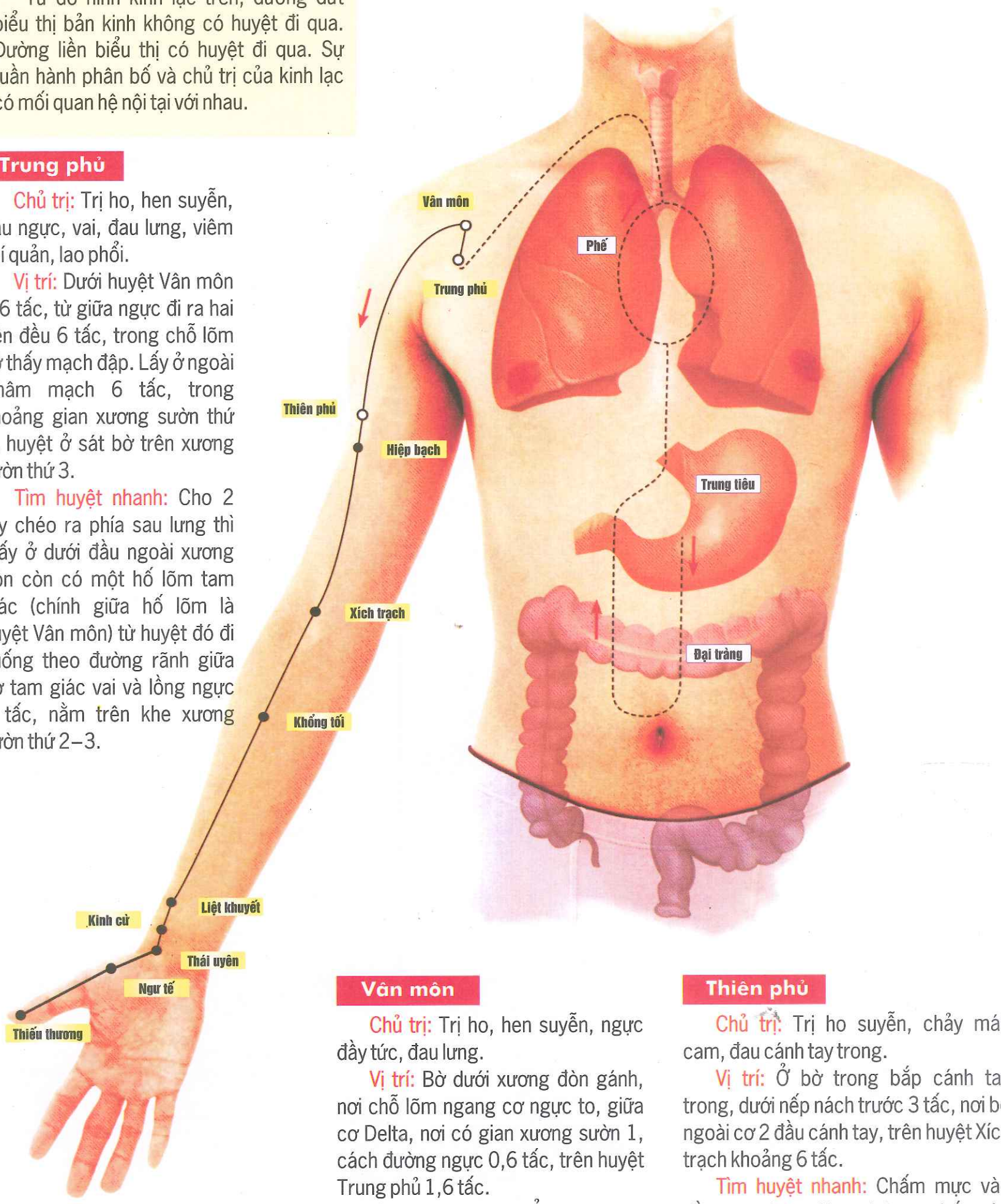


# THỦ THÁI ÂM PHẾ KINH

*Thủ thái âm Phế kinh là khởi nguồn của 12 kinh mạch tuần hành. Kinh mạch tuần hành nối liền với phế tạng, lại hướng xuống dưới liên hệ với đại tràng. Cho nên, phế với đại tràng là tạng phụ biểu lý với nhau. Phế tạng có vị trí cao nhất trong lục phủ ngũ tạng, hình dạng giống như cái lọng của chiến xa thời Chiến quốc, nên còn được gọi là "lục phủ ngũ tạng chi hoa cái".*

**Chú ý**

Từ đồ hình kinh lạc trên, đường đứt biểu thị bản kinh không có huyệt đi qua. Đường liền biểu thị có huyệt đi qua. Sự tuần hành phân bố và chủ trị của kinh lạc có mối quan hệ nội tại với nhau.




## Trung phủ

Chủ trị: Trị ho, hen suyễn, đau ngực, vai, đau lưng, viêm khí quản, lao phổi.

Vị trí: Dưới huyệt Vân môn 1,6 tấc, từ giữa ngực đi ra hai bên đều 6 tấc, trong chỗ lõm sờ thấy mạch đập. Lấy ở ngoài Nhâm mạch 6 tấc, trong khoảng gian xương sườn thứ 2, huyệt ở sát bờ trên xương sườn thứ 3.

Tìm huyệt nhanh: Cho 2 tay chéo ra phía sau lưng thì thấy ở dưới đầu ngoài xương đòn còn có một hố lõm tam giác (chính giữa hố lõm là huyệt Vân môn) từ huyệt đó đi xuống theo đường rãnh giữa cơ tam giác vai và lồng ngực 1 tấc, nằm trên khe xương sườn thứ 2–3.

## Vân môn

Chủ trị: Trị ho, hen suyễn, ngực đầy tức, đau lưng.

Vị trí: Bờ dưới xương đòn gánh, nơi chỗ lõm ngang cơ ngực to, giữa cơ Delta, nơi có gian xương sườn 1, cách đường ngực 0,6 tấc, trên huyệt Trung phủ 1,6 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Ở dưới huyệt Cự cốt, từ huyệt Khí hộ ra 2 tấc.

## Thiên phủ

Chủ trị: Trị ho suyễn, chảy máu cam, đau cánh tay trong.

Vị trí: Ở bờ trong bắp cánh tay trong, dưới nếp nách trước 3 tấc, nơi bờ ngoài cơ 2 đầu cánh tay, trên huyệt Xích trạch khoảng 6 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Chấm mực vào đầu mũi, giơ tay lên, cánh tay chấm vào đầu mũi, nơi đụng có dấu là huyệt.

## Hiệp bạch

Chủ trị: Trị đau mặt trong cánh tay, ho, đau tức ngực, hơi thở ngắn.

Vị trí: Ở mặt trong cánh tay, nơi gặp nhau của bờ ngoài cơ 2 đầu cánh tay với đường ngang dưới nếp nách trước 4 tấc, trên khớp khuỷu (Xích trạch) 5 tấc, dưới huyệt Thiên Phủ 1 tấc.

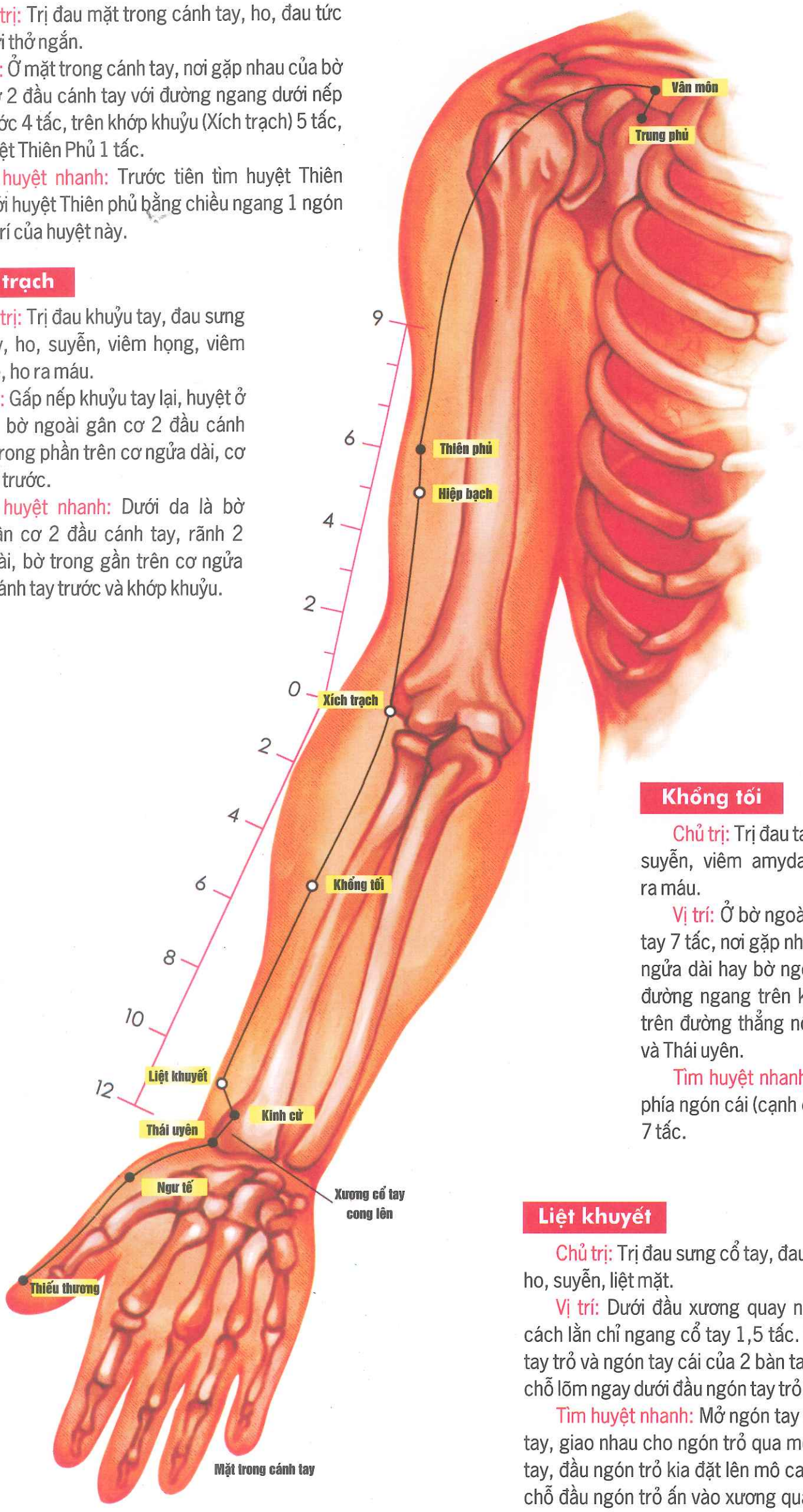
Tìm huyệt nhanh: Trước tiên tìm huyệt Thiên phủ. Dưới huyệt Thiên phủ bằng chiều ngang 1 ngón tay là vị trí của huyệt này.

## Xích trạch

Chủ trị: Trị đau khuỷu tay, đau sưng cánh tay, ho, suyễn, viêm họng, viêm amydale, ho ra máu.

Vị trí: Gấp nếp khuỷu tay lại, huyệt ở chỗ lõm bờ ngoài gân cơ 2 đầu cánh tay, bờ trong phần trên cơ ngửa dài, cơ cánh tay trước.

Tìm huyệt nhanh: Dưới da là bờ ngoài gân cơ 2 đầu cánh tay, rãnh 2 đầu ngoài, bờ trong gần trên cơ ngửa dài, cơ cánh tay trước và khớp khuỷu.




## Khổng tối

Chủ trị: Trị đau tay và khuỷu tay, ho, suyễn, viêm amydale, viêm phổi, ho ra máu.

Vị trí: Ở bờ ngoài cẳng tay, trên cổ tay 7 tấc, nơi gặp nhau của bờ trong cơ ngửa dài hay bờ ngoài của cơ gan với đường ngang trên khớp cổ tay 7 tấc, trên đường thẳng nối huyệt Xích trạch và Thái uyên.

Tìm huyệt nhanh: Ở cạnh cẳng tay phía ngón cái (cạnh quay), từ cổ tay lên 7 tấc.

## Liệt khuyết

Chủ trị: Trị đau sưng cổ tay, đau đầu, cổ gáy cứng, ho, suyễn, liệt mặt.

Vị trí: Dưới đầu xương quay nối với thân xương, cách lằn chỉ ngang cổ tay 1,5 tấc. Hoặc chéo 2 ngón tay trỏ và ngón tay cái của 2 bàn tay với nhau, huyệt ở chỗ lõm ngay dưới đầu ngón tay trỏ.

Tìm huyệt nhanh: Mở ngón tay cái và trỏ cả 2 bàn tay, giao nhau cho ngón trỏ qua mô cái phía lòng bàn tay, đầu ngón trỏ kia đặt lên mô cao đầu xương quay, chỗ đầu ngón trỏ ấn vào xương quay là huyệt, chỗ đó bờ xương hơi lõm xuống.

## Kinh cừ

Chủ trị: Trị đau bàn tay và cổ tay, đau ngực, đau họng, ho, suyễn.

Vị trí: Trên lằn chỉ cổ tay 1 tấc, ở mặt trong đầu dưới xương quay.

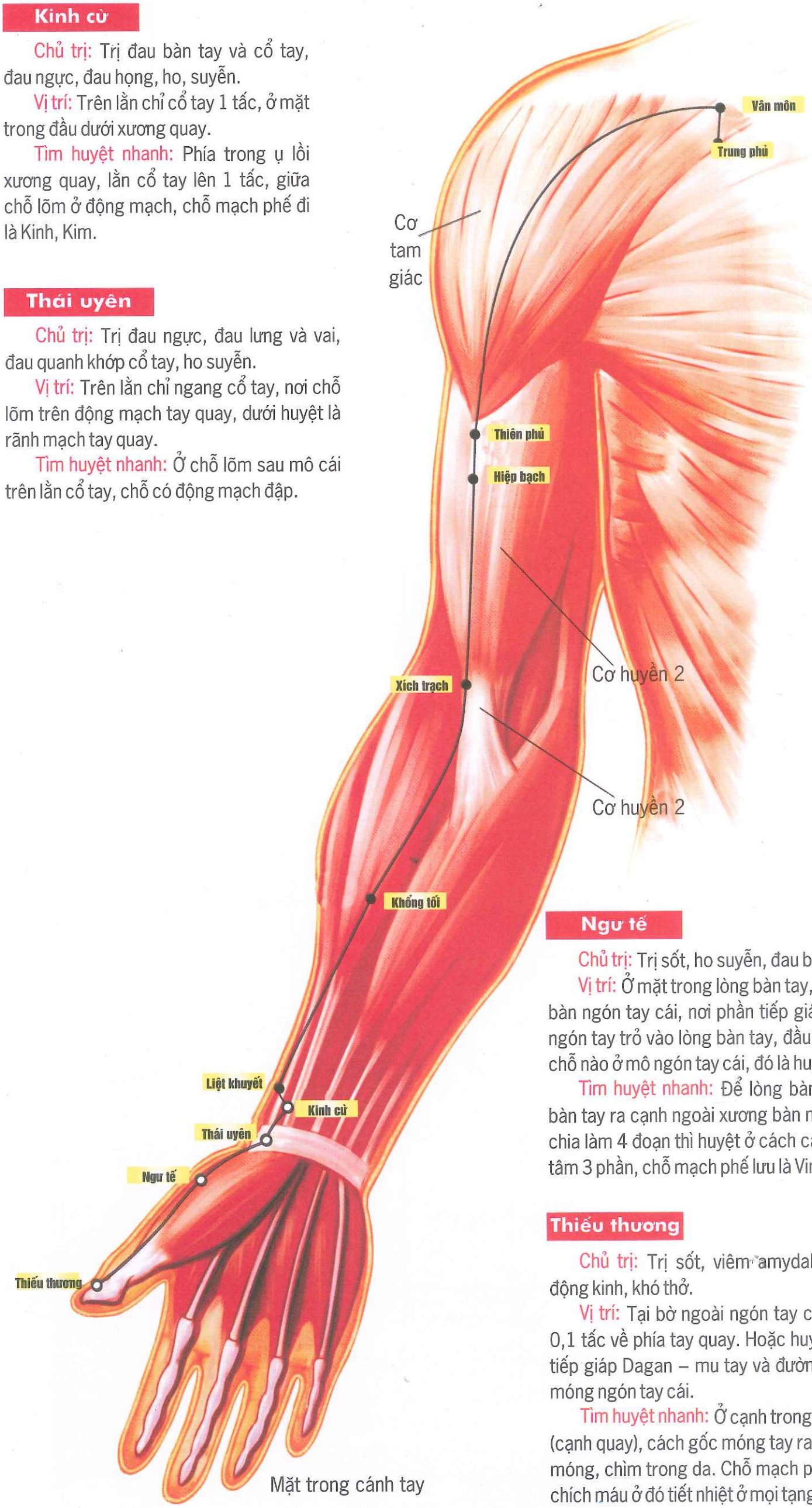
Tìm huyệt nhanh: Phía trong ụ lồi xương quay, lằn cổ tay lên 1 tấc, giữa chỗ lõm ở động mạch, chỗ mạch phế đi là Kinh, Kim.

## Thái uyên

Chủ trị: Trị đau ngực, đau lưng và vai, đau quanh khớp cổ tay, ho suyễn.

Vị trí: Trên lằn chỉ ngang cổ tay, nơi chỗ lõm trên động mạch tay quay, dưới huyệt là rãnh mạch tay quay.

Tìm huyệt nhanh: Ở chỗ lõm sau mô cái trên lằn cổ tay, chỗ có động mạch đập.




Mặt trong cánh tay

## Ngư tế

Chủ trị: Trị sốt, ho suyễn, đau bụng, lao phổi.

Vị trí: Ở mặt trong lòng bàn tay, trung điểm giữa xương bàn ngón tay cái, nơi phần tiếp giáp lằn da đổi màu. Gấp ngón tay trỏ vào lòng bàn tay, đầu ngón tay trỏ chạm vào chỗ nào ở mô ngón tay cái, đó là huyệt.

Tìm huyệt nhanh: Để lòng bàn tay ngửa lên, từ lòng bàn tay ra cạnh ngoài xương bàn ngón cái kẻ một đường, chia làm 4 đoạn thì huyệt ở cách cạnh ngoài 1 phần, cách tâm 3 phần, chỗ mạch phế lưu là Vinh, Hỏa.

## Thiếu thương

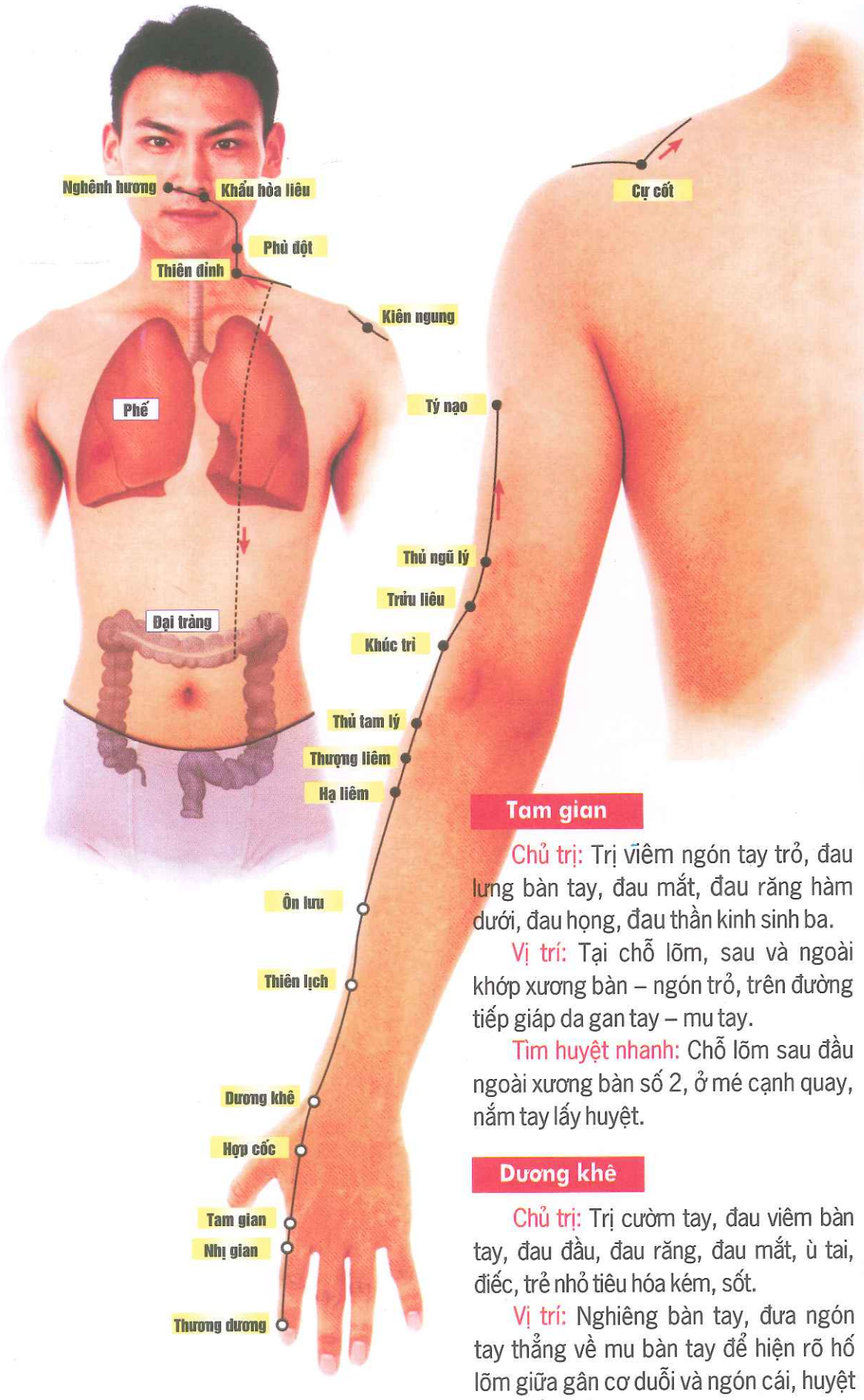
Chủ trị: Trị sốt, viêm amydale, trúng gió, hôn mê, động kinh, khó thở.

Vị trí: Tại bờ ngoài ngón tay cái, cách góc móng tay 0,1 tấc về phía tay quay. Hoặc huyệt nằm ở nơi gặp nhau tiếp giáp Dagan – mu tay và đường ngang qua gốc chân móng ngón tay cái.

Tìm huyệt nhanh: Ở cạnh trong gốc móng ngón tay cái (cạnh quay), cách gốc móng tay ra 0,1 tấc, bên ngoài gốc móng, chìm trong da. Chỗ mạch phế ra là Tỉnh, Mộc. Nếu chích máu ở đó tiết nhiệt ở mọi tạng.

# THỦ DƯƠNG MINH ĐẠI TRÀNG KINH

*Bắt đầu từ góc ngoài gốc móng trỏ, chạy dọc theo bờ ngón trỏ, đi qua kẽ giữa 2 xương bàn tay 1 và 2 (Hợp cốc), chạy tiếp vào hố tam giác. Đi dọc bờ ngoài cẳng ngoài nếp khuỷu (Khúc trì). Đến phía trước mỏm vai đi theo bờ sau vai giao hội với kinh Tiểu tràng ở huyệt Bỉnh phong và với Đốc mạch ở huyệt Đại chùy. Trở lại hố trên đòn, tiếp tục đi lên cổ, lên mặt vào chân răng hàm dưới rồi vòng môi trên. Hai kinh giao nhau ở nhân trung và kinh bên phải tận cùng ở cạnh cánh mũi bên trái, kinh bên trái tận cùng ở cạnh cánh mũi bên phải. Từ hố thượng đòn, có nhánh ngầm đi vào trong liên lạc với Phế, qua cơ hoành đến Đại tràng.*




## Thương dương

Chủ trị: Trị đau tê ngón tay trỏ, đau răng, đau hàm, đau họng, thần kinh mặt đau do rối loạn ở kinh cân, tai ù, điếc, sốt cao mê sảng, đau nhức mắt.

Vị trí: Huyệt ở góc ngoài chân móng ngón tay trỏ cách khoảng 1mm.

Tìm huyệt nhanh: Dưới da là phía ngoài chỗ bám gân duỗi ngón trỏ của cơ duỗi chung các ngón tay, bờ ngoài đốt 3 xương ngón tay trỏ.

## Nhị gian

Chủ trị: Trị đau ngón tay trỏ, đau bàn tay, đau răng, đau họng, đau vai, đau lưng, liệt mặt, sốt.

Vị trí: Huyệt ở chỗ lõm, phía trước và bờ ngoài khớp xương bàn và ngón trỏ, trên đường tiếp giáp da gan tay, mu tay.

Tìm huyệt nhanh: Nắm bàn tay lại có chỗ lõm trước khớp ngón trỏ và xương bàn ở cạnh quay.

## Tam gian

Chủ trị: Trị viêm ngón tay trỏ, đau lưng bàn tay, đau mắt, đau răng hàm dưới, đau họng, đau thần kinh sinh ba.

Vị trí: Tại chỗ lõm, sau và ngoài khớp xương bàn – ngón trỏ, trên đường tiếp giáp da gan tay – mu tay.

Tìm huyệt nhanh: Chỗ lõm sau đầu ngoài xương bàn số 2, ở mé cạnh quay, nắm tay lấy huyệt.

## Dương khê

Chủ trị: Trị cườm tay, đau viêm bàn tay, đau đầu, đau răng, đau mắt, ù tai, điếc, trẻ nhỏ tiêu hóa kém, sốt.

Vị trí: Nghiêng bàn tay, đưa ngón tay thẳng về mu bàn tay để hiện rõ hố lõm giữa gân cơ duỗi và ngón cái, huyệt ở sát đầu mỏ trâm xương quay.

Tìm huyệt nhanh: Ở cổ tay phía cạnh quay trên mu bàn tay, giữa khe gân cơ duỗi ngắn, duỗi dài ngón cái có chỗ lõm.

## Hợp cốc

Chủ trị: Trị đau tê ngón tay, liệt bàn tay và cánh tay, đau đầu, đau răng, liệt mặt, viêm amydale, viêm khớp hàm dưới, đau mắt, cảm cúm, sốt, bướu giáp đơn thuần, làm co bóp tử cung.

Vị trí: Ở bờ ngoài, giữa xương bàn ngón 2. Khép ngón trỏ và ngón cái sát nhau, huyệt ở điểm cao nhất của cơ bắp ngón trỏ.

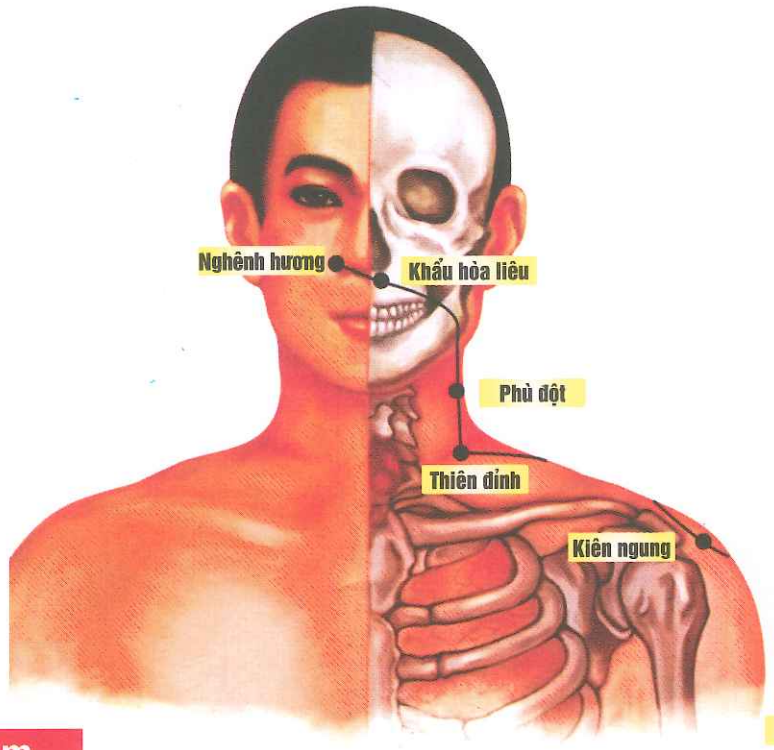
Tìm huyệt nhanh: Đan hai ngón tay cái vào với nhau, đầu nếp ngang ngón cái chiếu xuống mu bàn tay, đó là huyệt.

## Thiên lịch

Chủ trị: Trị đau cẳng tay, cánh tay, viêm amydale, liệt mặt, chảy máu cam.

Vị trí: Cách huyệt Dương khê 3 tấc, trên đường nối huyệt Dương khê và Khúc trì.

Tìm huyệt nhanh: Co khuỷu tay, từ cạnh quay nếp gấp cổ tay đến Khúc trì nối lại, cách huyệt Dương khê 3 tấc, chỗ đó hơi lõm.




## Hạ liêm

Chủ trị: Trị đau cánh tay và khuỷu tay, đau bụng, viêm tuyến vú.

Vị trí: Trên đường nối Khúc trì và Dương Khê, cách Khúc trì 4 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Khúc trì xuống 4 tấc.

## Thượng liêm

Chủ trị: Trị đau vai lưng, liệt chi trên, sôi bụng, đau bụng.

Vị trí: Trên đường nối huyệt Khúc trì và Dương khê, cách Khúc trì 3 tấc, ở bờ sau cơ ngửa dài, bờ ngoài cơ ngửa ngắn.

Tìm huyệt nhanh: Khúc trì xuống 3 tấc.

## Thủ tam lý

Chủ trị: Trị đau vai và cánh tay, liệt chi trên, dạ dày viêm loét, liệt nửa người.

Vị trí: Dưới huyệt Khúc trì 2 tấc, trên đường nối Khúc trì và Dương khê.

Tìm huyệt nhanh: Khúc trì xuống 2 tấc.

## Thủ tam lý

Chủ trị: Trị đau cánh tay, đau vai, viêm tuyến mang tai, viêm lưỡi.

Vị trí: Chỗ nổi lên trên xương quay khi bàn tay nắm chặt lại, nằm trên đường nối Dương khê – Khúc trì, cách Dương khê 5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Cổ tay lên 5 tấc, trên huyệt Thiên lịch 2 tấc, nằm trên đường nối cạnh quay cổ tay và Khúc trì.




## Khúc trì

Chủ trị: Trị đau khuỷu tay, đau cánh tay, liệt chi trên, đau vai, sốt, cảm cúm, dị ứng, ngứa, viêm da, huyết áp cao.

Vị trí: Co khuỷu tay vào ngực, huyệt ở đầu lằn chỉ nếp gấp khuỷu, nơi bám của cơ ngửa dài, cơ quay 1, cơ ngửa ngắn khớp khuỷu.

Tìm huyệt nhanh: Ở đầu cao chỗ cuối cùng nếp ngang khuỷu tay.

## Trửu liêu

Chủ trị: Trị đau khuỷu tay, lồi cầu xương, viêm cánh tay.

Vị trí: Từ huyệt Khúc trì đo xiên lên ra ngoài 1 tấc, ở bờ ngoài đầu xương cánh tay.

Tìm huyệt nhanh: Khi co khuỷu tay nó ở đầu nếp gấp khuỷu ra ngoài huyệt Khúc trì, hơi hướng lên trên và ra ngoài 1 tấc, sát cạnh ngoài đầu ngoài xương cánh tay.

## Thủ ngũ lý

Chủ trị: Đau khuỷu tay, co rút, bán thân bất toại (liệt nửa người), sốt rét, bệnh tràng nhạc.

Vị trí: Vùng bắp cánh tay trên, cách cơ hoành về phía trên 3 tấc, nằm trên đường nối huyệt Khúc trì với huyệt Trửu liêu.

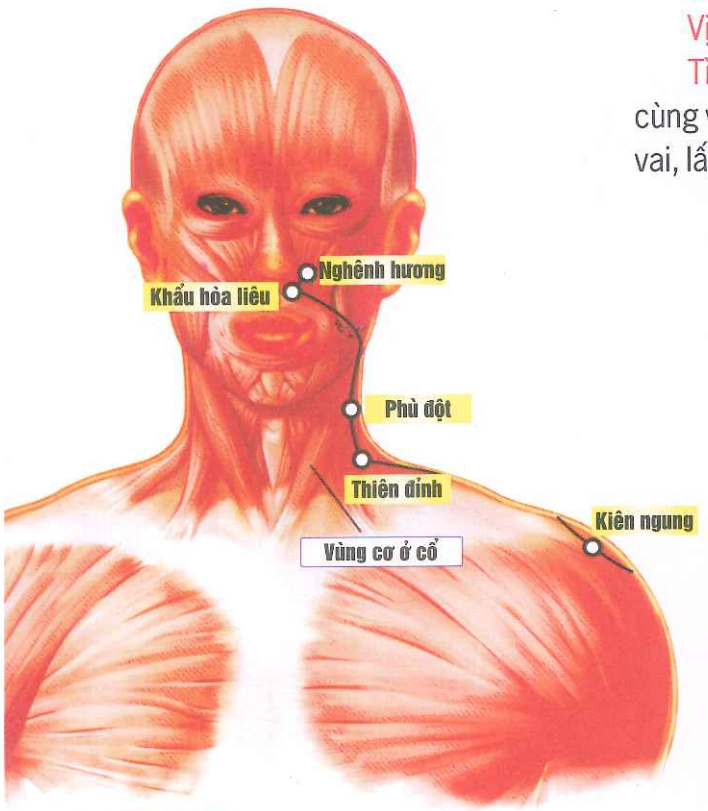
Tìm huyệt nhanh: Huyệt Khúc trì lên 3 tấc, co khuỷu tay lấy huyệt.

## Cự cốt

Chủ trị: Trị bệnh ở khớp vai, lưng, chi trên, lao hạch.

Vị trí: Chỗ lõm giữa xương đòn với gai sống vai.

Tìm huyệt nhanh: Nắn tìm đầu ngoài của xương đòn, chỗ tiếp khớp với mỏm cùng vai, lùi ngón tay vào phía trong để xác định khe giữa xương đòn và gai sống vai, lấy huyệt ở chỗ lõm ngay phía trong chỗ 2 xương tiếp khớp với nhau.




## Tý nạo

Chủ trị: Trị đau vai, đau cánh tay, liệt chi trên, bệnh về mắt.

Vị trí: Huyệt ở đầu cuối của cơ tam giác cánh tay, trên đường nối huyệt Khúc trì và Kiên ngung

Tìm huyệt nhanh: Cạnh ngoài cánh tay, phía trước, dưới cơ tam giác vai.

## Kiên ngung

Chủ trị: Trị đau cánh tay và vai, đau khớp, đau cơ do phong thấp, bán thân bất toại (liệt nửa người), bệnh ngoài da.

Vị trí: Dang cánh tay thẳng, huyệt ở chỗ lõm, phía trước và ngoài khớp, mỏm cùng – xương đòn.

Tìm huyệt nhanh: Ở đầu vai, đúng khớp vai.




## Thiên đỉnh

Chủ trị: Trị viêm họng, viêm amydale, lao hạch.

Vị trí: Nơi gặp nhau của bờ sau bó đòn cơ ức – đòn chũm và đường ngang qua giữa cổ, cách tuyến giáp 3 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Men theo cơ Phù đột từ phía sau cổ chạy xuống xương quai xanh trên ngực, từ bên dưới trái khế yết hầu chừng một đốt ngón tay kéo một đường ngang, giao điểm giữa chúng chính là vị trí huyệt Thiên đỉnh.

## Phù đột

Chủ trị: Trị đau bụng, tắc tiếng nói, suyễn, ho.

Vị trí: Trên cơ ức đòn chũm, trên đường ngang qua bờ trên sụn giáp trạng, ngang ra 3 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Ở yết hầu sang hai bên 3 tấc, ở giữa hai đầu nhánh ức, nhánh đòn nhập vào thành cơ ức đòn chũm.

## Khẩu hòa liêu

Chủ trị: Trị đau đầu, ù tai, liệt thần kinh mặt, cấm khẩu.

Vị trí: Phía trước lỗ tai, trong chân tóc, trước và trên huyệt Nhĩ môn. Huyệt ở bờ trên của mỏm tiếp xương thái dương phía trên và bờ sau chân tóc mai, sờ thấy động mạch Thái dương nông, trước bình tai 1 đốt ngón tay.

Tìm huyệt nhanh: Huyệt Nhân trung ra hai bên 0,5 tấc.

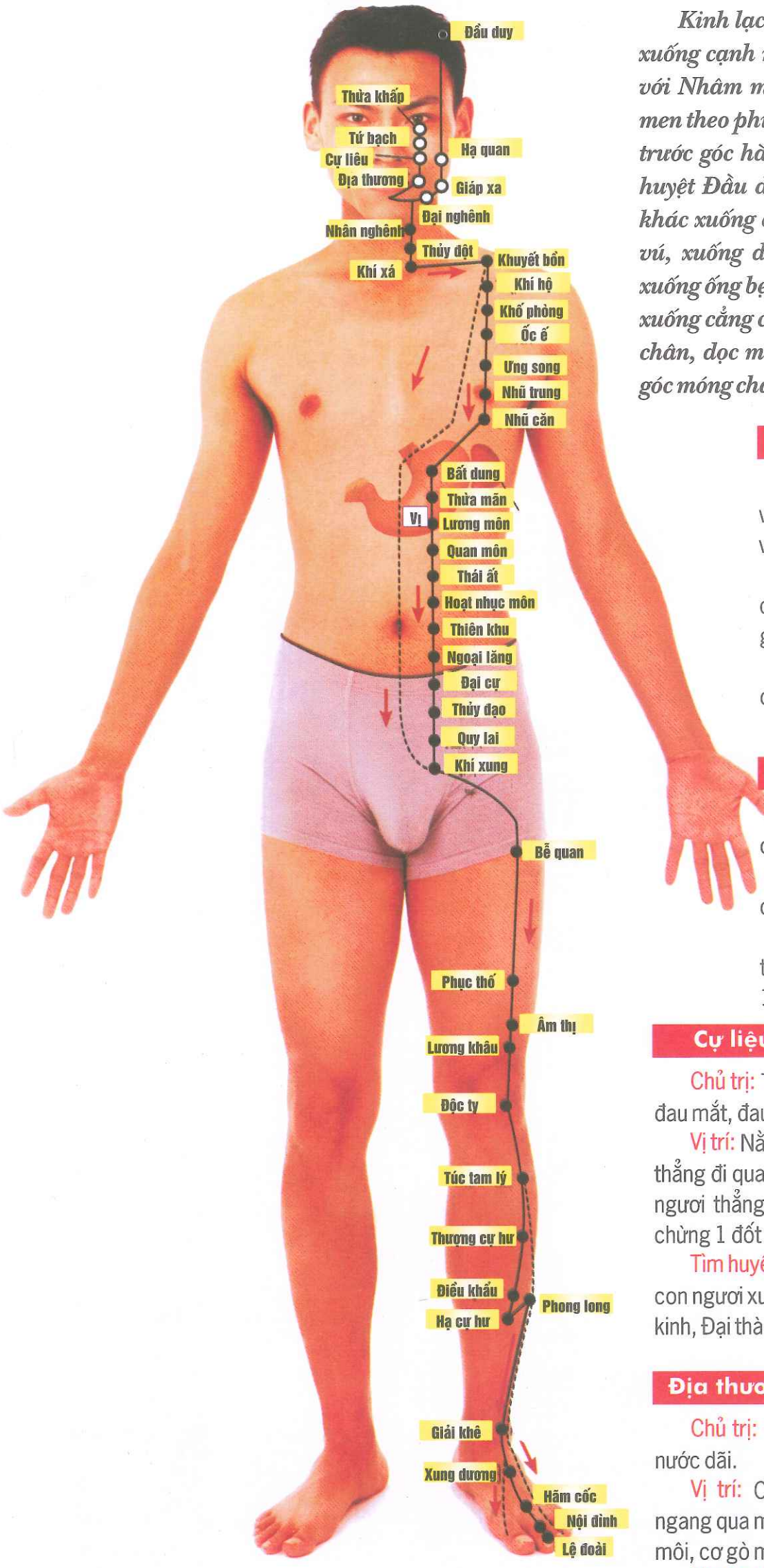
## Nghênh hương

Chủ trị: Trị các bệnh về mũi, ngứa mặt, phù mặt, liệt mặt (liệt dây thần kinh VII), giun chui ống mật.

Vị trí: Điểm gặp nhau của đường ngang qua chân cách mũi và rãnh mũi – miệng.

Tìm huyệt nhanh: Cách cạnh ngoài lỗ mũi 0,1 tấc.

# TÚC DƯƠNG MINH VỊ KINH




*Kinh lạc bắt đầu từ huyệt Thừa khấp ở dưới mắt, xuống cạnh mép, vòng quanh môi dưới và giao nhau với Nhâm mạch ở huyệt Địa thương, rồi quay lại đi men theo phía dưới hàm dưới (huyệt Đại nghênh) đến trước góc hàm dưới vòng lên trước tai lên góc trán ở huyệt Đầu duy. Từ huyệt Đại nghênh có một nhánh khác xuống cổ vào hố trên đòn thẳng xuống qua núm vú, xuống dọc bụng cách ngoài Nhâm mạch 2 tấc, xuống ống bẹn, xuống đùi, dọc theo cơ thẳng trước đùi, xuống cẳng chân dọc phía ngoài xương chày, xuống cổ chân, dọc mu bàn chân lên tới huyệt Lệ đoài ở ngoài góc móng chân thứ 2.*

## Thừa khấp

Chủ trị: Trị viêm kết mạc, cận thị, viễn thị, viêm thần kinh thị giác, teo thần kinh thị giác, viêm giác mạc.

Vị trí: Dưới đồng tử 0,7 tấc, ở chỗ gặp nhau của bờ dưới xương ổ mắt với đường dọc chính giữa mắt.

Tìm huyệt nhanh: Ở dưới mắt 0,7 tấc, từ con ngươi thẳng xuống.

## Tứ bạch

Chủ trị: Trị liệt mặt, co rút thần kinh mặt, đau đầu, giun chui ống mật.

Vị trí: Ngay giữa mi dưới thẳng xuống 1 tấc, chỗ lõm dưới hố mắt, bờ dưới cơ vòng mi.

Tìm huyệt nhanh: Ở dưới mắt, từ con ngươi thẳng xuống 1 tấc lấy ở thẳng con ngươi xuống 1 tấc.

## Cự liệu

Chủ trị: Trị ngạt mũi, sổ mũi, chảy máu cam, viêm mũi, đau mắt, đau viêm chân răng.

Vị trí: Nằm ngay bên cạnh mũi, tại giao điểm của đường thẳng đi qua đầu mũi cắt với đường thẳng đứng kéo từ con ngươi thẳng xuống phía dưới. Giao điểm ấy cách lỗ mũi chừng 1 đốt ngón tay về phía ngoài.

Tìm huyệt nhanh: Ở cách ngoài lỗ mũi độ 0,8 tấc, thẳng con ngươi xuống, ngang với huyệt Nhân trung (Giáp ất, Loại kinh, Đại thành).

## Địa thương

Chủ trị: Trị liệt mặt, đau dây thần kinh tam thoa, chảy nước dãi.

Vị trí: Cách khóe miệng 0,4 tấc, hoặc trên đường ngang qua mép và rãnh mép mũi, nơi đan chéo của cơ vòng môi, cơ gò má lớn.

Tìm huyệt nhanh: Khi khép chặt đôi môi thì hai đầu ngoài cùng của miệng được gọi là góc miệng hay khóe miệng; hai huyệt Địa thương nằm gần sát phía ngoài hai khóe miệng.

## Đại nghênh

Chủ trị: Trị đau răng, sưng má, mặt liệt, viêm tuyến mang tai.

Vị trí: Cắn chặt răng lại, huyệt ở sát bờ trước cơ cắn và trên bờ dưới xương hàm dưới, ngang một ngón tay, ngay trên rãnh động mạch mặt.

Tìm huyệt nhanh: Men theo xương hàm dưới xuống phía dưới và lần về phía trước, sẽ phát hiện ra một chỗ lõm nhỏ bên dưới xương hàm và còn sờ thấy động mạch; ấn mạnh lên đó thì toàn bộ hàm răng dưới bị kích thích; đó chính là vị trí của huyệt Đại nghênh.

## Hạ quan

Chủ trị: Trị đau răng, liệt mặt, đau thần kinh tam thoa, viêm khớp hàm dưới.

Vị trí: Khi ngậm miệng lại, huyệt ở chỗ lõm phía trước tai, dưới xương gò má, nơi góc phía trước của mỏm tiếp với xương thái dương và lồi cầu xương hàm dưới.

Tìm huyệt nhanh: Nằm sát bên dưới, chính giữa chỗ cong lên của xương gò má, ngay chỗ lõm nhất bên dưới xương gò má ở phía trước lỗ tai. Dùng đầu ngón tay ấn lên vị trí ấy thì cả hai hàm răng trên và dưới đều cảm thấy đau.

## Nhân nghênh

Chủ trị: Có hiệu quả đặc biệt trong việc chữa trị các triệu chứng của bệnh suyễn, viêm khớp mạn tính, cao huyết áp, thống phong, vàng da, vàng mắt do viêm gan, viêm phế quản mạn tính... Nó còn thường được sử dụng để chữa trị các triệu chứng như nhức đầu, chóng mặt, buồn nôn, sung huyết trên đầu, sưng đỏ các đầu khớp xương, bồn chồn lo lắng, tim đập quá nhanh... do các bệnh về thần kinh, đau thắt cơ tim, co thắt dạ dày, sỏi mật gây nên. Đối với các loại bệnh phụ nữ thường gặp như thay đổi chức năng tuyến giáp trạng hoặc huyết áp thấp... huyệt đạo này cũng có tác dụng chữa trị.

Vị trí: Nơi gặp nhau của bờ trước cơ ức – đòn chũm và đường ngang qua chỗ lồi nhất của yết hầu, sờ ở cổ có động mạch cảnh đập.

Tìm huyệt nhanh: Hai huyệt đối xứng nhau và cách trái khế nơi yết hầu chừng 2 đốt ngón tay. Dùng ngón tay đè mạnh lên huyệt đạo này sẽ nhận thấy mạch đập rất mạnh, mạch tại nơi ấy gọi là mạch Nhân nghênh; điều đó biểu thị nó là huyệt đạo đặc biệt quan trọng góp phần quyết định con người có bị mắc bệnh hay không.

## Khí xá

Chủ trị: Trị đau họng, cứng cổ gáy, lao hạch cổ.

Vị trí:Ở đáy cổ, ngay chỗ lõm sát bờ trên xương đòn, khe giữa bó ức và bó đòn cơ ức – đòn – chũm. Hoặc giao điểm từ huyệt Nhân nghênh kéo thẳng xuống và huyệt Thủy đột ngang ra 1 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Từ chính giữa trái khế yết hầu chiếu thẳng xuống phía dưới, sẽ gặp chỗ lõm trên đầu xương ngực; hai huyệt Khí xá đối xứng qua chỗ lõm ấy và cách đó chừng 2 đốt ngón tay. Vị trí của huyệt đạo này nằm sát trên đầu mút xương quai xanh giáp với xương ngực; do đó có thể dựa vào cách nhìn từ giữa cổ sang hai bên, thì nơi bắt đầu hình thành chỗ lõm phía trên xương quai xanh nằm sát xương ngực chính là huyệt Khí xá.

## Giáp xa

Chủ trị: Trị đau răng, liệt mặt, co rút cơ nhai, viêm khớp hàm dưới, viêm tuyến mang tai.

Vị trí: Cắn chặt răng lại, huyệt ở trước góc hàm và ở trên bờ dưới xương hàm dưới 1 khoát ngón tay, đè vào chỗ trũng có cảm giác ê tức.

Tìm huyệt nhanh: Nằm thẳng phía dưới dái tai, ven phía sau xương hàm dưới; men theo vị trí ấy sẽ sờ thấy góc xương hàm dưới. Điểm giữa khoảng cách từ góc xương hàm dưới đến điểm dưới cùng của dái tai chính là vị trí của huyệt đạo. Hoặc khi há miệng ra, chỗ thịt lõm vào sau góc hàm dưới chính là vị trí của huyệt đạo.

## Đầu duy

Chủ trị: Xung quanh huyệt Đầu duy có đôi dây thần kinh não thứ 5 đi qua, do đó nó đặc biệt hiệu quả trong việc trị liệu chứng đau đôi dây thần kinh não thứ 5 và chứng đau nửa đầu. Nó cũng được dùng để trị liệu bệnh đau mắt, nhức mỏi mắt, suy giảm thị lực, sung huyết đầu và não.

Vị trí: Nơi góc trán, cách bờ chân tóc 0,5 tấc, trên đường khớp đỉnh trán, từ huyệt Thần đình đo ra 4 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Một cách để xác định vị trí huyệt đạo này là khi cố sức nhăn trán hình thành nếp nhăn cao nhất phân chia khu vực trán và mặt, kéo dài nếp nhăn ấy ra hai bên, đụng phải mi tóc, giao điểm đó chính là huyệt Đầu duy.

## Thủy đột

Chủ trị: Rất hiệu quả trong việc khắc phục những triệu chứng sung huyết đầu, sưng đỏ cuống họng, nghẹt thở... do bệnh ho gây nên. Ngoài ra, cũng khá hiệu quả trong trị liệu các triệu chứng bất thường của cổ họng, chứng khàn tiếng hoặc sưng tấy và đau cổ họng do viêm phế quản, viêm thực quản, viêm yết hầu và hen suyễn gây ra.

Vị trí: Tại bờ trước cơ ức – đòn – chũm, giữa huyệt Nhân nghênh và Khí xá, dưới sụn giáp trạng.

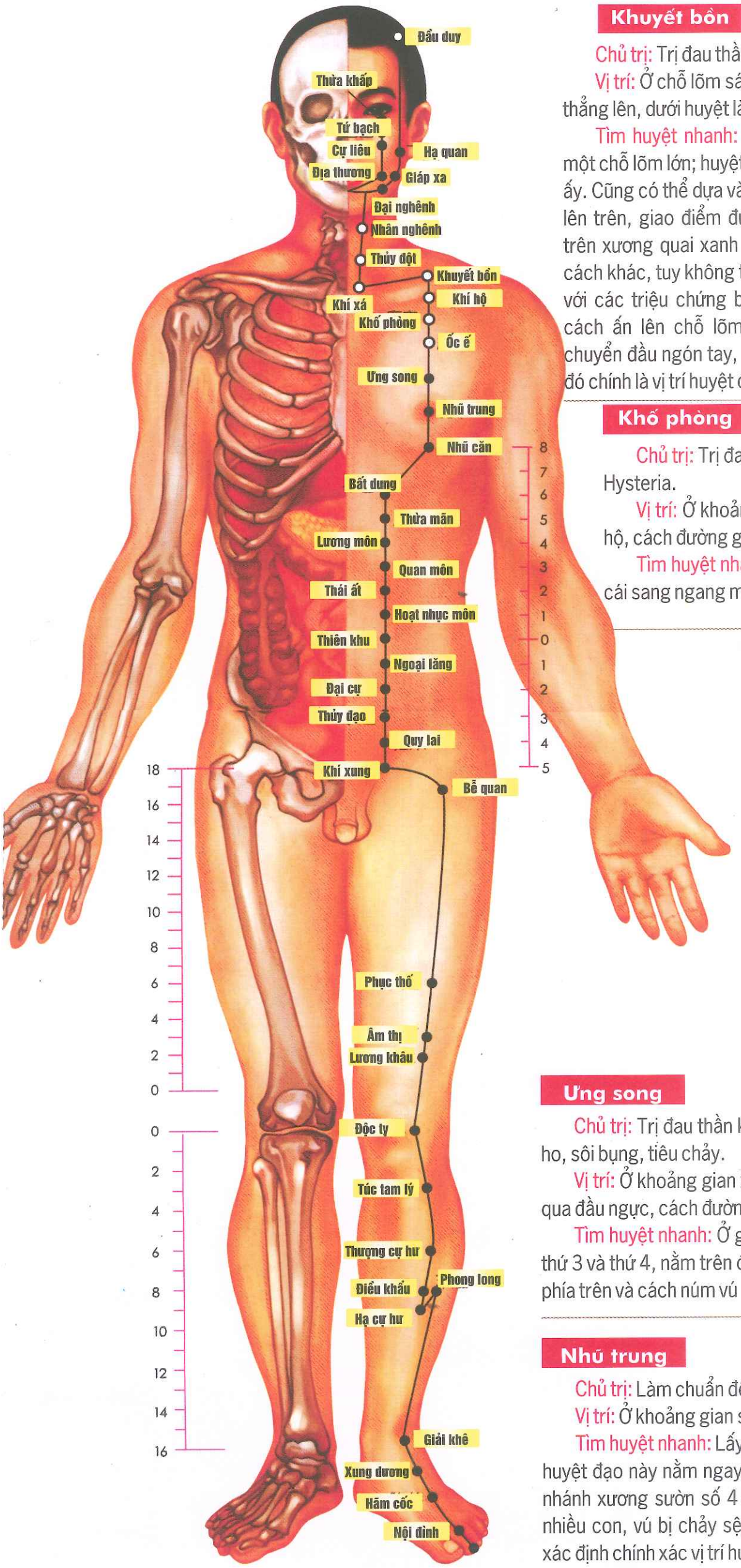
Tìm huyệt nhanh: Hai huyệt Thủy đột nằm sát phía trước hai cơ Nhũ đột xương quai xanh ngực và hơi lệch về bên dưới trái khế yết hầu, nằm trên đường thẳng chạy ngang qua trung điểm giữa khoảng cách của cao độ trái khế với xương quai xanh. Nếu dựa vào vị trí các huyệt đạo khác để tìm vị trí huyệt Thủy đột, thì nó nằm trên huyệt Khí xá và dưới huyệt Nhân nghênh theo một đường thẳng đứng.

## Khí hộ

Chủ trị: Trị đau lưng và ngực, khó thở, nấc, suyễn, viêm khí quản.

Vị trí: Ở sát dưới xương đòn, dưới huyệt Khuyết bồn 1 tấc, cách đường giữa ngực 4 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Phía dưới xương đòn, huyệt Toàn cơ ra hai bên là 4 tấc.




## Khuyết bồn

Chủ trị: Trị đau thần kinh liên sườn, đau họng, suyễn.

Vị trí: Ở chỗ lõm sát bờ trên xương đòn, ngay đầu ngực thẳng lên, dưới huyệt là hố trên đòn.

Tìm huyệt nhanh: Phía trên mỗi xương quai xanh có một chỗ lõm lớn; huyệt Khuyết bồn nằm ngay giữa chỗ lõm ấy. Cũng có thể dựa vào đường thẳng kéo từ núm vú thẳng lên trên, giao điểm đường thẳng ấy đi qua mặt chỗ lõm trên xương quai xanh là cơ sở để tìm huyệt đạo này. Có cách khác, tuy không thật chính xác, nhưng có thể kết hợp với các triệu chứng bệnh khác nhau để xác định. Đó là cách ấn lên chỗ lõm phía trên xương quai xanh và di chuyển đầu ngón tay, đến chỗ lõm cảm thấy đau nhiều thì đó chính là vị trí huyệt đạo.

## Khố phòng

Chủ trị: Trị đau thần kinh liên sườn, viêm khí quản, Hysteria.

Vị trí: Ở khoảng gian sườn 1, ngay dưới huyệt Khí hộ, cách đường giữa ngực 4 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Khe liên sườn 1 – 2, huyệt Hoa cái sang ngang mỗi bên là 4 tấc.

## Ốc ế

Chủ trị: Trị suyễn, viêm khí quản, đau thần kinh liên sườn.

Vị trí: Ở khoảng gian sườn 2, trên đường thẳng qua đầu ngực, cách đường giữa ngực 4 tấc (ngang huyệt Tử cung), nơi cơ ngực to, bờ trên cơ ngực bé.

Tìm huyệt nhanh: Khe liên sườn 2 – 3, huyệt Tử cung sang ngang mỗi bên là 4 tấc.

## Ưng song

Chủ trị: Trị đau thần kinh liên sườn, viêm tuyến vú, suyễn, ho, sôi bụng, tiêu chảy.

Vị trí: Ở khoảng gian xương sườn thứ 3, trên đường thẳng qua đầu ngực, cách đường giữa ngực 4 tấc, nơi cơ ngực to.

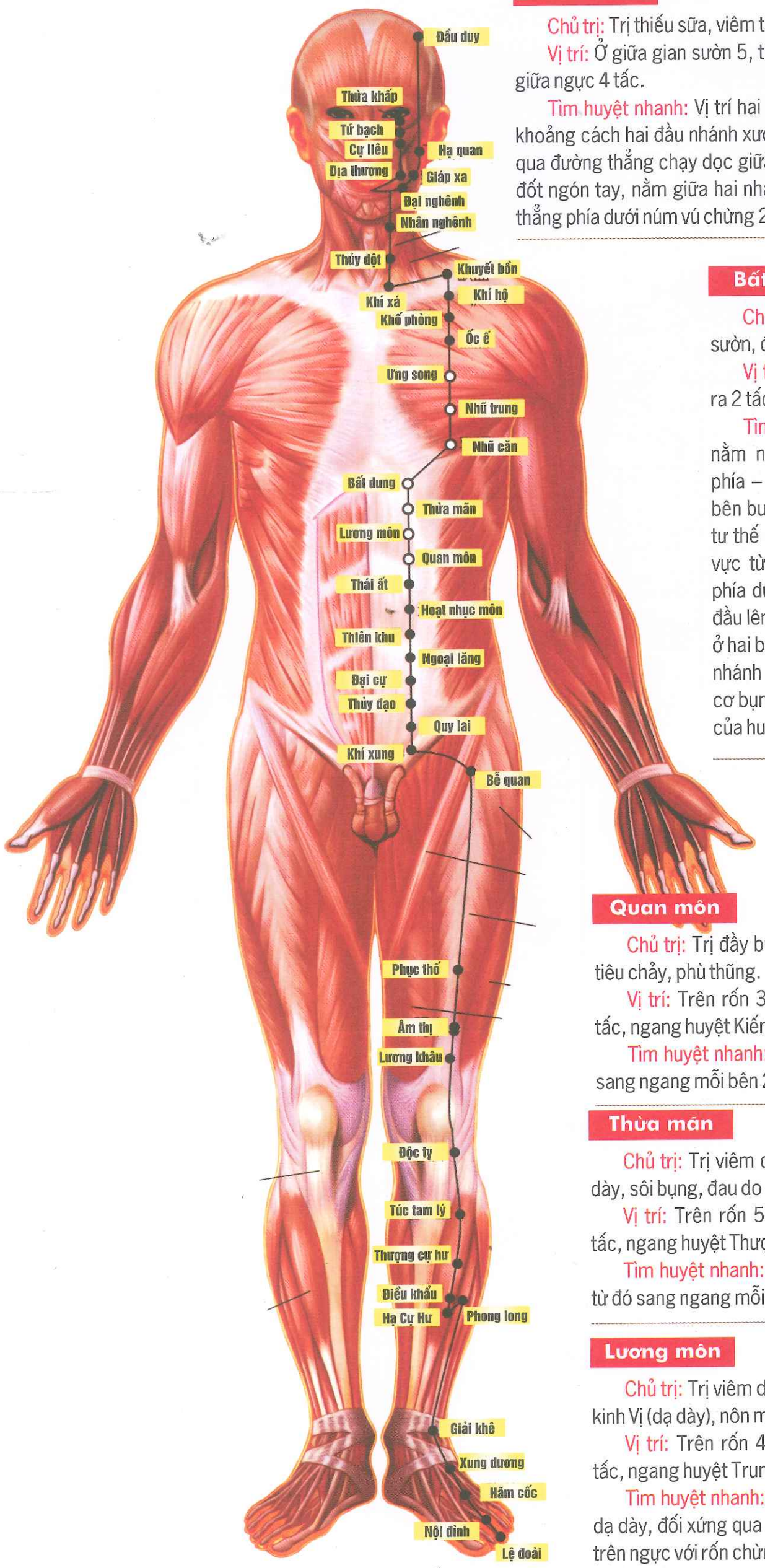
Tìm huyệt nhanh: Ở giữa khoảng cách nhánh xương sườn thứ 3 và thứ 4, nằm trên đường thẳng kéo từ núm vú thẳng lên phía trên và cách núm vú chừng 2 đốt ngón tay về bên trên.

## Nhũ trung

Chủ trị: Làm chuẩn để tìm các huyệt ở ngực, bụng.

Vị trí: Ở khoảng gian sườn 4, ngay đầu vú.

Tìm huyệt nhanh: Lấy núm vú làm trung tâm của bầu vú thì huyệt đạo này nằm ngay tại núm vú, ở giữa khoảng cách hai nhánh xương sườn số 4 và số 5. Đối với những phụ nữ sinh nhiều con, vú bị chảy sệ, để người ấy nằm ngửa mới có thể xác định chính xác vị trí huyệt đạo.




## Nhũ căn

Chủ trị: Trị thiếu sữa, viêm tuyến vú, đau ngực.

Vị trí: Ở giữa gian sườn 5, thẳng dưới đầu vú, cách đường giữa ngực 4 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Vị trí hai huyệt đối xứng qua điểm giữa khoảng cách hai đầu nhánh xương sườn số 5 (tức là đối xứng qua đường thẳng chạy dọc giữa ngực) và cách điểm ấy 3 – 4 đốt ngón tay, nằm giữa hai nhánh xương sườn số 5 và số 6, thẳng phía dưới núm vú chừng 2 đốt ngón tay.

## Bất dung

Chủ trị: Trị đau thần kinh liên sườn, đau dạ dày.

Vị trí: Từ rốn đo lên 6 tấc, ngang ra 2 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Huyệt đạo này nằm ngay mỏm nhánh sườn thứ 8 phía – trước ngực, hai huyệt nằm hai bên buồng tim. Để dễ tìm thì dựa vào tư thế nằm ngửa, đặt bàn tay lên khu vực từ buồng tim cho đến đầu mút phía dưới của xương sườn, hơi nhổm đầu lên sẽ sờ thấy cơ bụng hay ngang ở hai bên rốn. Giao điểm đầu dưới của nhánh xương sườn thứ 7 với mé ngoài cơ bụng, sát gần giao điểm ấy là vị trí của huyệt Bất dung.

## Quan môn

Chủ trị: Trị đầy bụng, rối loạn tiêu hóa, sôi ruột, tiêu chảy, phù thũng.

Vị trí: Trên rốn 3 tấc, cách đường giữa bụng 2 tấc, ngang huyệt Kiến lý.

Tìm huyệt nhanh: Rốn lên 3 tấc là Kiến lý, từ đó sang ngang mỗi bên 2 tấc là huyệt.

## Thừa mãn

Chủ trị: Trị viêm dạ dày cấp và mạn tính, đau dạ dày, sôi bụng, đau do thoát vị.

Vị trí: Trên rốn 5 tấc, cách đường giữa bụng 2 tấc, ngang huyệt Thượng quản.

Tìm huyệt nhanh: Rốn lên 5 tấc là Thượng quản, từ đó sang ngang mỗi bên 2 tấc là huyệt.

## Lương môn

Chủ trị: Trị viêm dạ dày cấp và mạn tính, đau thần kinh Vị (dạ dày), nôn mửa, sôi bụng.

Vị trí: Trên rốn 4 tấc, cách đường giữa bụng 2 tấc, ngang huyệt Trung Quản.

Tìm huyệt nhanh: Hai huyệt nằm ở phần trên của dạ dày, đối xứng qua và cách đường thẳng nối mỏ ác trên ngực với rốn chừng hơn 3 đốt ngón tay.

## Ngoại lăng

Chủ trị: Đau bụng, đau bụng trong thời kỳ hành kinh.

Vị trí: Dưới rốn 1 tấc là huyệt Âm giao, từ đó sang ngang mỗi bên 2 tấc là huyệt.

Tìm huyệt nhanh: Dưới rốn 1 tấc, ra ngang 2 tấc.

## Đại cự

Chủ trị: Viêm bàng quang, đau bụng, di tinh.

Vị trí: Dưới rốn 2 tấc là huyệt Thạch môn, từ đó sang ngang mỗi bên 2 tấc là huyệt.

Tìm huyệt nhanh: Rốn đo xuống 2 tấc, đo ngang ra 2 tấc.

## Thủy đạo

Chủ trị: Viêm thận, viêm bàng quang, bí tiểu, viêm tinh hoàn.

Vị trí: Dưới rốn 3 tấc là Quan nguyên, từ đó sang ngang mỗi bên 2 tấc là huyệt.

Tìm huyệt nhanh: Rốn xuống 3 tấc, đo ngang ra 2 tấc.

## Thái ất

Chủ trị: Trị đau dạ dày, thoát vị ruột, tâm thần phân liệt, tiểu nhiều.

Vị trí: Rốn lên 2 tấc, đo ngang ra 2 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Rốn lên 2 tấc là Hạ quản, từ đó sang ngang mỗi bên 2 tấc là huyệt.

## Hoạt nhục môn

Chủ trị: Đau dạ dày, trĩ, đái dầm, bệnh tinh thần.

Vị trí: Trên rốn 1 tấc, cách đường giữa bụng 2 tấc, ngang huyệt Thuỷ Phân.

Tìm huyệt nhanh: Rốn lên 1 tấc là Thuỷ phân, từ đó sang ngang mỗi bên 2 tấc là huyệt.

## Thiên khu

Chủ trị: Đau bụng, trướng bụng, sôi bụng, ỉa chảy, ly, táo bón, ỉa ra máu, đau bên cạnh rốn, kinh nguyệt không đều, khí hư, trẻ em tiêu hoá kém.

Vị trí: Từ rốn đo ngang ra 2 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Ở hai bên cạnh rốn đo ngang ra 2 tấc.

## Quy lai

Chủ trị: Viêm tinh hoàn, viêm nội mạc tử cung, viêm phần phụ, kinh nguyệt không đều.

Vị trí: Dưới rốn 4 tấc là huyệt Trung cực, từ đó sang ngang mỗi bên 2 tấc là huyệt.

Tìm huyệt nhanh: Từ huyệt Trung cực, sang ngang mỗi bên 2 tấc là tìm thấy huyệt.

## Khí xung

Chủ trị: Bệnh ở bộ máy sinh dục.

Vị trí: Dưới rốn 5 tấc là Khúc cốt, từ đó sang ngang mỗi bên 2 tấc là huyệt.

Tìm huyệt nhanh: Rốn xuống 5 tấc đo ra ngang 2 tấc.

## Bế quan

Chủ trị: Viêm hạch bẹn, đau lưng, teo cơ chi dưới.

Vị trí: Thẳng phía trên mào chậu trước xuống, ngang bằng huyệt Hội âm.

Tìm huyệt nhanh: Trong vùng phễu đùi (scarpa), nơi gặp nhau của đường kẻ ngang qua xương mu và đường thẳng qua gai chậu trước trên, nơi bờ trong cơ may và cơ căng cân đùi, trên lằn gối chân 13 tấc, ngang huyệt Hội âm.

## Phục thố

Chủ trị: Chi dưới tê bại, liệt, viêm khớp gối, dị ứng mẩn ngứa.

Vị trí: Cạnh ngoài, phía trên xương bánh chè lên 6 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Ở điểm cách góc trên phía ngoài xương bánh chè 6 tấc, bờ ngoài cơ thẳng trước, bờ trong cơ rộng ngoài. Hoặc bàn tay úp lên đầu gối, các ngón tay khép lại, để ngay giữa lằn cổ tay thứ nhất lên trên giữa đầu gối, đầu ngón tay giữa áp lên da chân ở đầu, nơi đó là huyệt.

## Âm thị

Chủ trị: Gối, đùi tê bại, đau buốt.

Vị trí: Cạnh ngoài, phía trên xương bánh chè lên 3 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Ở chỗ lõm góc bên ngoài xương bánh chè 3 tấc, sát bờ ngoài gân cơ thẳng trước đùi.

## Lương khâu

Chủ trị: Đau khớp gối, liệt chi dưới, đau dạ dày, vú sưng đau, sôi bụng.

Vị trí: Ở mé ngoài và phía trên xương bánh chè lên.

Tìm huyệt nhanh: Ngồi ngay, co đầu gối vuông góc, tính từ giữa bờ trên xương bánh chè lên 2 tấc, rồi từ đó ra ngoài 1 tấc, khi duỗi thẳng chân ra thì ở đó có một chỗ lõm.

## Độc tị

Chủ trị: Đau khớp gối.

Vị trí: Ở chỗ nối tiếp xương bánh chè và đầu trên xương chày.

Tìm huyệt nhanh: Ngồi ngay, co đầu gối vuông góc, phía ngoài, dưới xương bánh chè 1 tấc có chỗ lõm cạnh ngoài gân, đó là huyệt.

## Túc tam lý

Chủ trị: Bệnh đường ruột, nôn mửa, đau dạ dày, đau bụng, ly, tiêu hoá kém, ỉa chảy, táo bón, váng đầu, đau đầu, mất ngủ, cao huyết áp, cảm mạo, đau răng, đau lưng, liệt, kinh nguyệt không đều, đau bụng hành kinh, bế kinh. Huyệt này có tác dụng làm tăng sức đề phòng cảm mạo, chống cơn mỏi mệt.

Vị trí: Dưới huyệt Ngoại tất nhãn 3 tấc, cạnh ngoài phía dưới đầu gối.

Tìm huyệt nhanh: Ngồi ngay ngắn hoặc nằm ngửa, co đầu gối, bàn chân để tự nhiên, bệnh nhân để bàn tay úp lên xương bánh chè, đầu ngón tay giữa tới đầu lấy đó làm mức rồi từ đó ra ngoài 1 tấc là huyệt. Hoặc dùng tay nắn phía dưới lồi trên xương chày, thẳng giữa xương bánh chè xuống, từ đó ra ngoài 1 tấc.

## Thượng cự hư

Chủ trị: Đau bụng, trướng bụng, ỉa chảy, ly, liệt 1 bên người.

Vị trí: Dưới huyệt Túc tam lý 3 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Dưới mắt gối ngoài 6 tấc, phía ngoài xương mác 1 ngón tay, dưới huyệt Túc tam lý 3 tấc.

## Điều khẩu

Chủ trị: Viêm khớp gối, bại liệt chi dưới.

Vị trí: Dưới Thượng cự hư 2 tấc (dưới Độc ty 8 tấc).

Tìm huyệt nhanh: Ở giữa đoạn nối huyệt Độc tị và Giải khê, cách dưới mắt gối ngoài 8 tấc, ngay dưới Thượng cự hư 2 tấc.

### Hạ cự hư

Chủ trị: Viêm ruột cấp, mạn, chi dưới bại liệt, đau thần kinh liên sườn.

Vị trí: Dưới Độc tị 9 tấc (dưới Thương cự hư 3 tấc).

Tìm huyệt nhanh: Dưới huyệt Thượng cự hư 3 tấc, phía ngoài xương mác 1 khoát ngón tay, bờ ngoài cơ thẳng chân trước.

### Xung dương

Chủ trị: Chi dưới bại liệt, sưng mu bàn chân, đau răng hàm trên, đầu mặt phù thũng, động kinh.

Vị trí: Ở mu bàn chân, dưới Giải khê 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Ngồi ngay, đặt bàn chân ngang bằng, chỗ cao nhất trên mu bàn chân, ở cạnh trong gân duỗi dài ngón chân, chỗ có động mạch đập là huyệt.

### Phong long

Chủ trị: Nhiều đờm, ho, suyễn, đau bụng, váng đầu, táo bón, đau chi dưới, động kinh.

Vị trí: Đoạn giữa, cạnh trước, mé ngoài ống chân.

Tìm huyệt nhanh: Ngồi ngay, co gối, hoặc nằm thẳng duỗi chân. Từ mắt cá ngoài lên phía Dương lăng tuyền 8 tấc, từ đó ra phía trước 1 tấc là huyệt.

### Hãm cốc

Chủ trị: Mặt phù thũng, sôi bụng, đau bụng, sưng đau mu bàn chân.

Vị trí: Ở chỗ lõm phía trước khe xương bàn chân 2 – 3, cách Nội đình 2 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Ở chỗ lõm nối thân và đầu trước xương bàn chân, giữa kẽ ngón chân 2 – 3, trên huyệt Nội Đình 2 tấc.

### Giải khê

Chủ trị: Bong gân khớp cổ chân, nôn mửa, chi dưới bại liệt.

Vị trí: Ở chính giữa mặt trước khớp cổ chân.

Tìm huyệt nhanh: Ngồi ngay bàn chân đặt ngang bằng, ở nếp ngang cổ chân, chỗ tiếp nhau của mu bàn chân và ống chân, ở khe lõm giữa hai gân (cơ duỗi dài, cơ duỗi ngón chân, cơ duỗi dài ngón cái).

### Nội đình

Chủ trị: Đau răng hàm trên, đau hầu, miệng khát, đau dạ dày, đau bụng, trướng bụng, ỉa chảy, mất ngủ, táo bón, đau bụng hành kinh.

Vị trí: Ở giữa khe nối ngón 2 và ngón 3 chân.

Tìm huyệt nhanh: Ngồi ngay, đặt bàn chân ngang bằng, ở đầu khe nối ngón 2 và ngón 3 chân, hướng về phía sau một ít.

### Lệ đoài

Chủ trị: Viêm ruột, hôn mê, sốt cao, nhiều mộng mị, đau răng, chảy máu cam.

Vị trí: Ở cạnh ngoài gốc móng chân ngón 2 (cạnh phía ngón út).

Tìm huyệt nhanh: Ngồi ngay, đặt bàn chân ngang bằng, ở cạnh gốc móng ngón 2 phía ngón út, cách gốc móng hơn 0,1 tấc.

## TÚC THÁI ÂM TỲ KINH

*Bắt đầu từ góc trong móng chân cái dọc theo đường nối da mu bàn chân và da gan bàn chân đến đầu sau xương bàn chân thứ nhất; rẽ lên trước mắt cá trong, lên cẳng chân dọc bờ sau xương chày, bắt chéo kinh can, rồi đi ở phía lên mặt trong khớp gối, phía trước của mặt trong đùi, đi vào trong bụng (thuộc) về tạng Tỳ, liên lạc với Vị, xuyên qua cơ hoành đi qua ngực đến Chu vinh xuống Đại bao, rồi lại đi lên dọc hai bên thanh quản thông với cuống lưỡi, phân bố ở dưới lưỡi.*

### Ẩn bạch

Chủ trị: Kinh nguyệt quá nhiều, băng lậu, trướng bụng.

Vị trí: Ở mé trong ngón cái, cách góc móng chân một chút.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở góc trong gốc móng chân ngón cái độ 0,2 tấc, trên đường tiếp giáp da gan chân với da mu chân, của bờ trong ngón chân cái.

### Thương khâu

Chủ trị: Trị cước khí, đau chân, viêm dạ dày, viêm ruột, tiêu hóa kém.

Vị trí: Ở chỗ lõm dưới mắt cá trong chân, hơi nhích về phía trước.

Tìm huyệt nhanh: Sờ tìm gân cơ cẳng chân sau ở dưới mắt cá trong chân (gấp duỗi bàn chân để tìm) và khe khớp ở thẳng dưới bờ trước mắt cá trong. Huyệt ở trong chỗ lõm tạo nên bởi gân cơ cẳng chân sau sát khe khớp sên thuyền.

### Đại đô

Chủ trị: Trị sưng bàn chân đau, trướng bụng, đau dạ dày, sốt cao.

Vị trí: Ở phía trong gốc ngón cái, chỗ lõm mé trong ngón chân.

Tìm huyệt nhanh: Lấy trên đường tiếp giáp da gan chân với da mu chân của bờ trong ngón chân cái, ngang chỗ tiếp nối của thân với đầu sau xương đốt 1 ngón cái.

### Tam âm giao

Chủ trị: Trị suy nhược thần kinh, liệt nửa người, tiểu bí, tiểu vặt, di mộng tinh, liệt dương, kinh nguyệt rối loạn, mề đay, phong ngứa.

Vị trí: Ở trên mắt cá trong 3 tấc, chỗ lõm dưới xương.

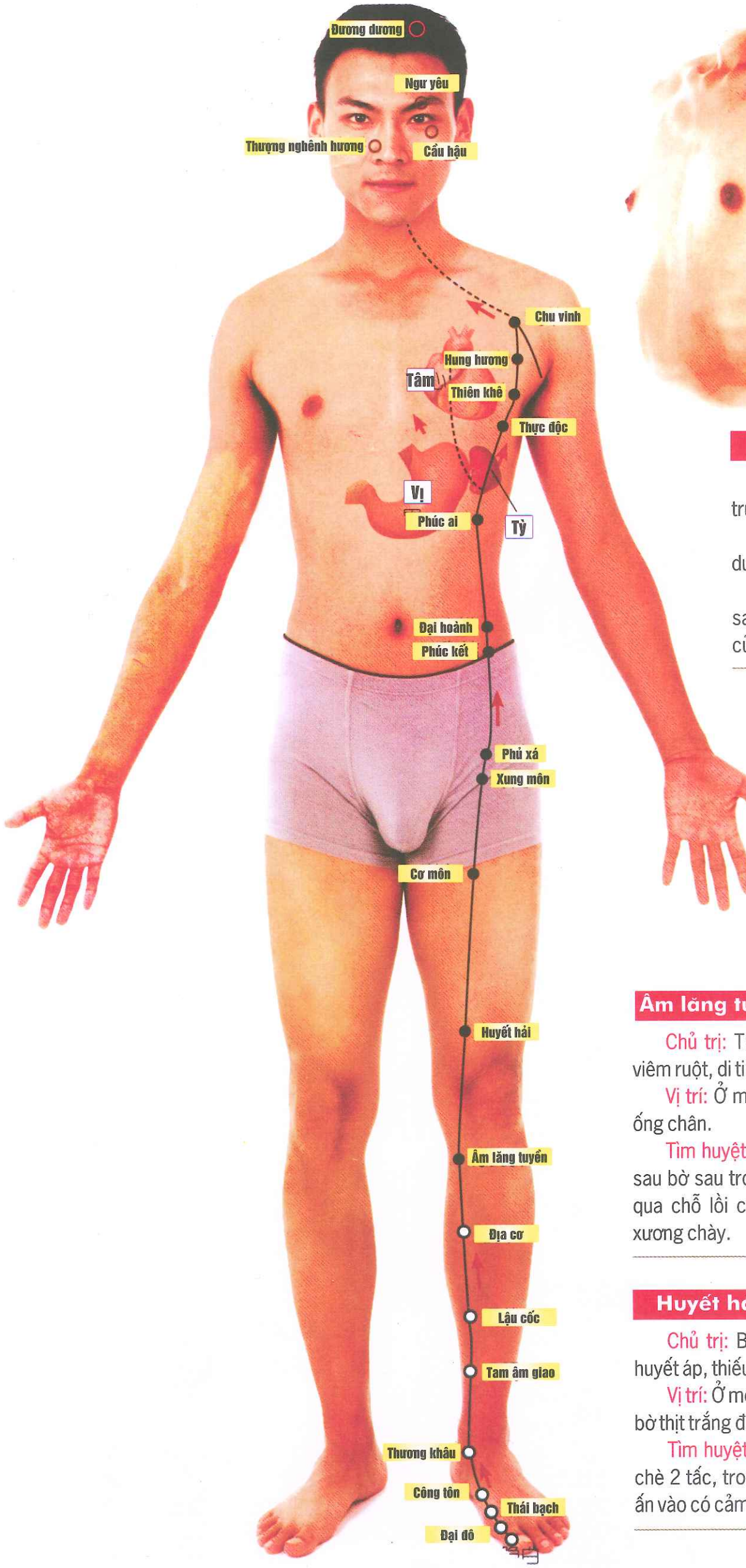
Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ lõm ở sát bờ sau trong xương chày, trên chỗ lồi cao nhất của mắt cá trong chân 3 tấc.

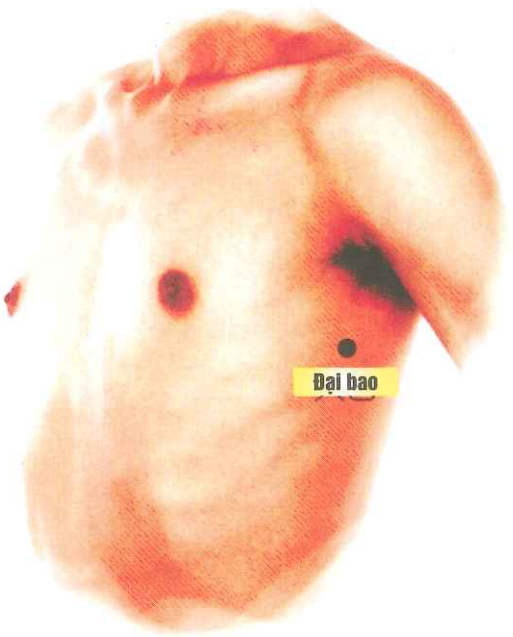
### Thái bạch

Chủ trị: Trị sưng đau khớp chân ngón cái, đau dạ dày, trướng bụng, táo bón, nôn mửa, tiêu chảy, phù thũng.

Vị trí: Ở chỗ lõm dưới xương mé trong bàn chân.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trên đường tiếp giáp da gan chân với da mu chân ở bờ trong bàn chân, ngang chỗ tiếp nối với thân của đầu trước, xương bàn chân.




## Lậu cốc

Chủ trị: Trị đau cẳng chân, liệt chi dưới, trướng bụng, sôi ruột.

Vị trí: Ở trên mắt cá trong 6 tấc, chỗ lõm dưới xương.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ lõm sát bờ sau trong xương chày, trên chỗ lồi cao nhất của mắt cá trong 6 tấc.

## Địa cơ

Chủ trị: Trướng bụng, đau bụng, kinh nguyệt không đều.

Vị trí: Ở dưới đầu gối 5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở sát bờ sau – trong xương chày, dưới huyệt Âm lăng tuyền 3 tấc.

## Âm lăng tuyền

Chủ trị: Trị viêm khớp gối, kinh nguyệt không đều, viêm ruột, di tinh, cổ trướng, tiểu không thông, tiểu dầm.

Vị trí: Ở mé trong dưới đầu gối, chỗ lõm dưới xương ống chân.

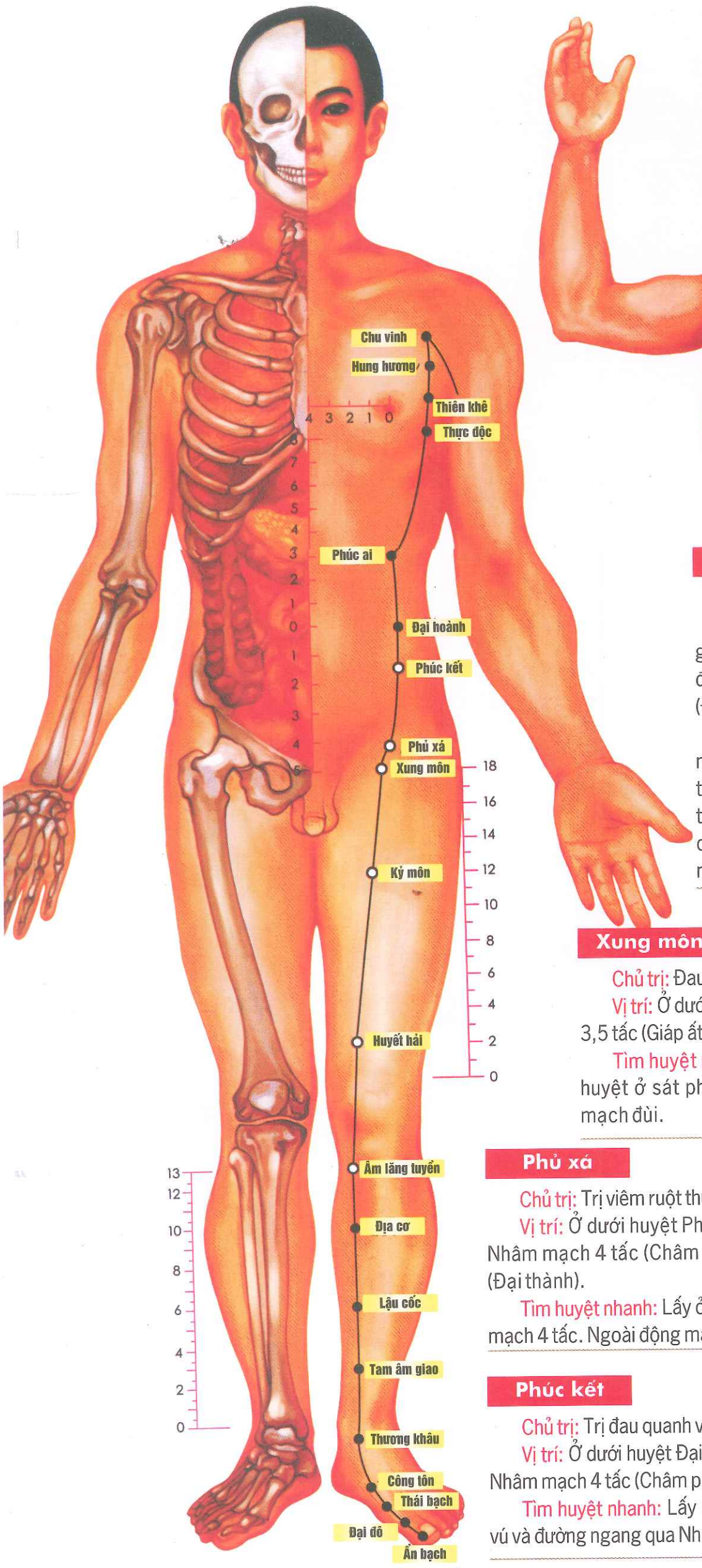
Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau ở chỗ lõm ở sau bờ sau trong đầu trên xương chày với đường ngang qua chỗ lồi cao nhất của củ cơ cẳng chân trước của xương chày.

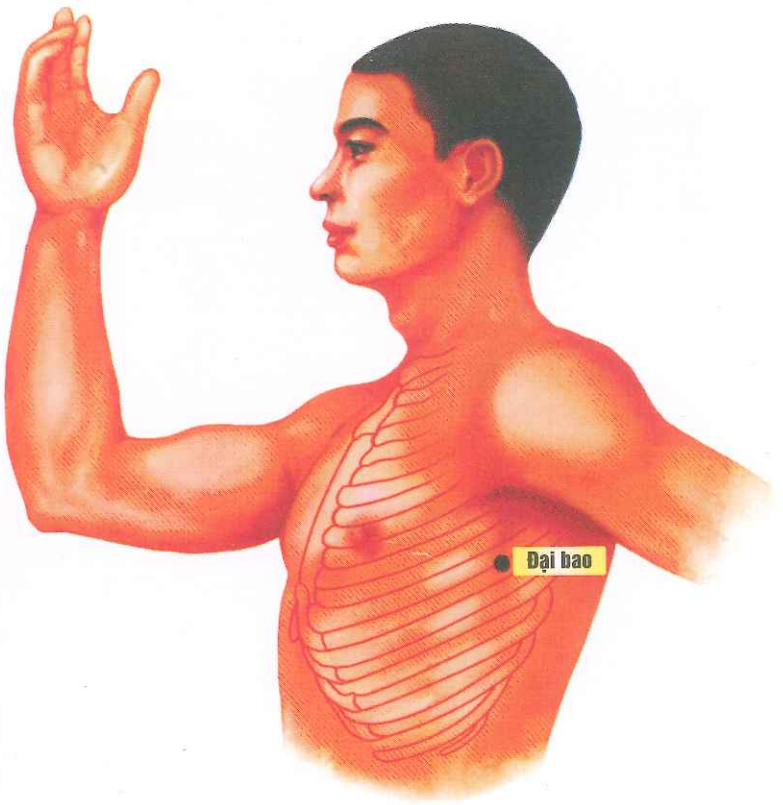
## Huyết hải

Chủ trị: Bụng trướng, kinh nguyệt không đều, cao huyết áp, thiếu máu, viêm âm đạo.

Vị trí: Ở mé trong đầu xương bánh chè thẳng lên 2 tấc bờ thịt trắng đỏ.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trên góc trong xương bánh chè 2 tấc, trong khe lõm giữa cơ may và cơ rộng trong, ấn vào có cảm giác ê.




## Cơ môn

Chủ trị: Tiểu tiện không thông, tiểu dầm.

Vị trí: Ở trên Huyết hải, khoảng giữa 2 gân phía trong đùi (Tuần kinh); chỗ mạch đập phía trong đùi giữa gân cơ đùi trong (Đại thành).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ lõm tạo nên bởi bờ ngoài cơ may, bờ trong cơ thẳng trước đùi và cơ rộng trong, ở trên bờ trên xương bánh chè 8 tấc (duỗi thẳng chân và xoay đùi ra ngoài chỗ lõm này sẽ nổi rõ).

## Xung môn

Chủ trị: Đau bụng, trướng bụng, tiểu tiện bất lợi.

Vị trí: Ở dưới huyệt Đại hoành 5 tấc, cách Nhâm mạch 3,5 tấc (Giáp ất).

Tìm huyệt nhanh: Sờ tìm động mạch đùi ở bẹn, lấy huyệt ở sát phía dưới nếp bẹn và ở ngay ngoài động mạch đùi.

## Phủ xá

Chủ trị: Trị viêm ruột thừa, đau do thoát vị.

Vị trí: Ở dưới huyệt Phúc kết 3 tấc, thẳng với hai đầu vú, cách Nhâm mạch 4 tấc (Châm phương) cách đường giữa bụng 4,5 tấc (Đại thành).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trên huyệt Xung môn 0,7 tấc ngoài Nhâm mạch 4 tấc. Ngoài động mạch đùi, trên nếp bẹn.

## Phúc kết

Chủ trị: Trị đau quanh vùng rốn, đau do thoát vị, tiêu chảy.

Vị trí: Ở dưới huyệt Đại hoành 1,3 tấc, thẳng với hai đầu vú, cách Nhâm mạch 4 tấc (Châm phương)

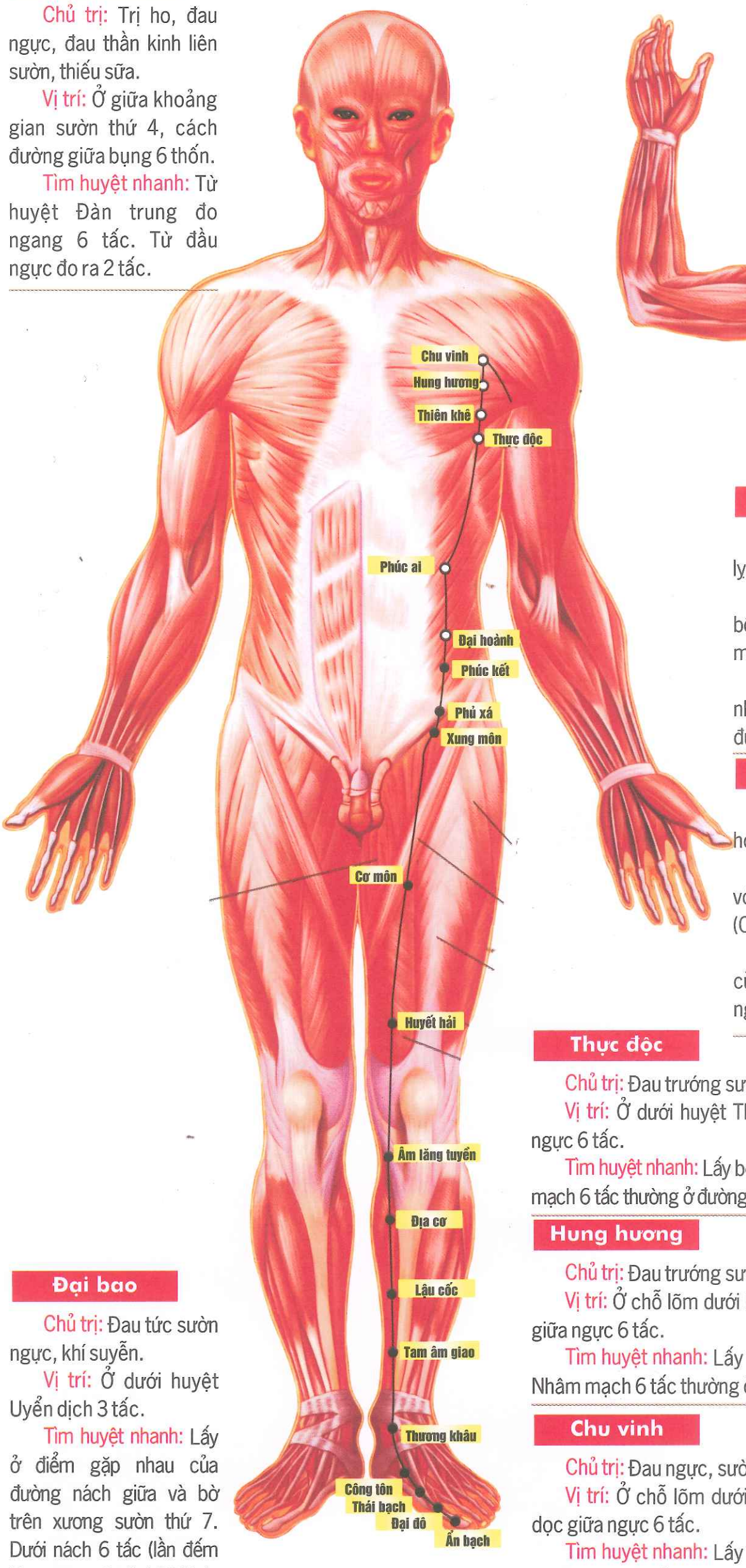
Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường dọc qua núm vú và đường ngang qua Nhâm mạch ở dưới rốn 0,2 tấc.

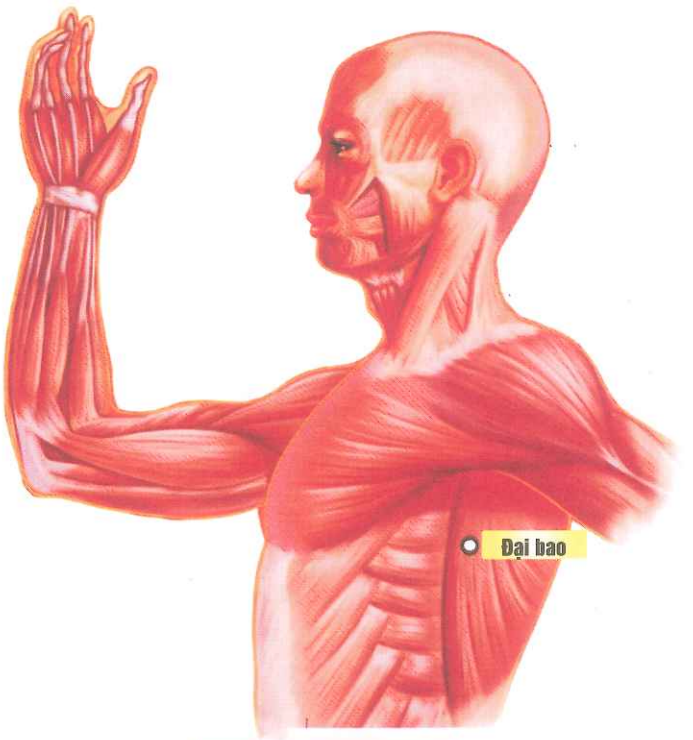
## Thiên khê

Chủ trị: Trị ho, đau ngực, đau thần kinh liên sườn, thiếu sữa.

Vị trí: Ở giữa khoảng gian sườn thứ 4, cách đường giữa bụng 6 thốn.

Tìm huyệt nhanh: Từ huyệt Đàn trung đo ngang 6 tấc. Từ đầu ngực đo ra 2 tấc.




## Đại bao

Chủ trị: Đau tức sườn ngực, khí suyễn.

Vị trí: Ở dưới huyệt Uyển dịch 3 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường nách giữa và bờ trên xương sườn thứ 7. Dưới nách 6 tấc (lần đếm từ xương sườn thứ 10 lên).

## Đại hoành

Chủ trị: Trướng bụng, đau bụng, kiết lỵ, ỉa chảy, bí tiện.

Vị trí: Ở dưới huyệt Phúc ai 3 tấc, ngang bên rốn, thẳng với hai đầu vú, cách Nhâm mạch 4 tấc (Châm phương).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường dọc qua núm vú và đường ngang qua rốn.

## Phúc ai

Chủ trị: Trị đau bụng, táo bón, tiêu hóa kém.

Vị trí: Ở trên Đại hoành 3 tấc, thẳng với hai đầu vú cách Nhâm mạch 4 tấc (Châm phương).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường dọc qua núm vú và đường ngang qua huyệt Kiên lý (trên rốn 3 tấc).

## Thực độc

Chủ trị: Đau trướng sườn ngực, đau lưng.

Vị trí: Ở dưới huyệt Thiên khê 1,6 tấc cách đường dọc giữa ngực 6 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy bờ trên xương sườn thứ 7, phía ngoài Nhâm mạch 6 tấc thường ở đường nách trước, giơ tay cao để lấy huyệt.

## Hung hương

Chủ trị: Đau trướng sườn ngực, ho hen.

Vị trí: Ở chỗ lõm dưới huyệt Chu vinh 1,6 tấc cách đường dọc giữa ngực 6 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở bờ trên xương sườn thứ 5, phía ngoài Nhâm mạch 6 tấc thường ở đường nách trước.

## Chu vinh

Chủ trị: Đau ngực, sườn đau nhói, ho suyễn.

Vị trí: Ở chỗ lõm dưới huyệt Trung phủ 1,6 tấc, cách đường dọc giữa ngực 6 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở bờ trên xương sườn thứ 4, phía ngoài Nhâm mạch 6 tấc, thường ở đường nách trước.

# THỦ THIẾU ÂM TÂM KINH

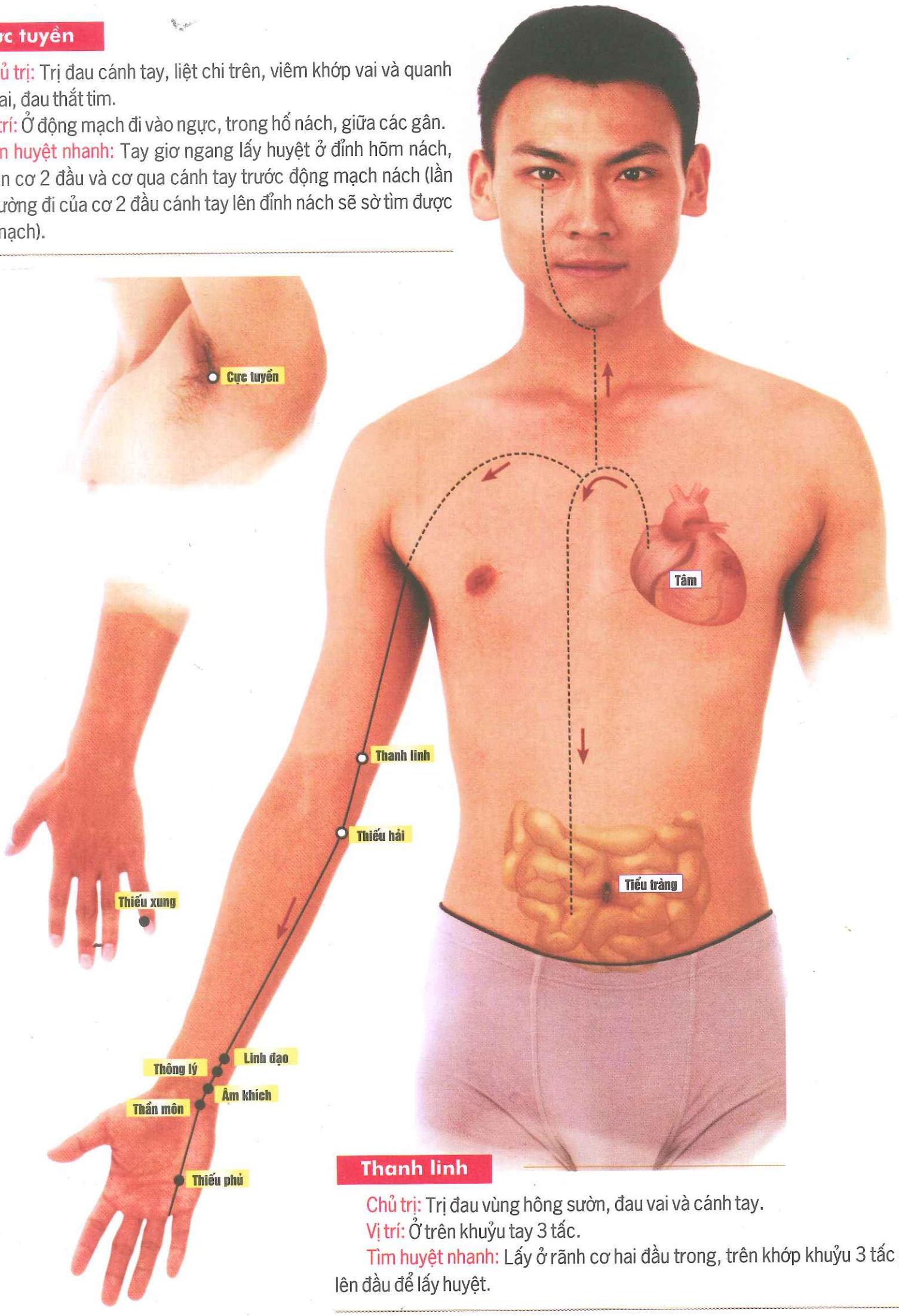
***Bắt đầu từ tim, đi vào hệ tấcg tổ chức mạch quanh tim (tâm hệ) qua cơ hoành, liên lạc với Tiểu tràng. Từ tổ chức mạch quanh tim, lên phổi, ngang ra đáy hố nách, dọc bờ trong mặt trước chi trên, đi phía trong hai kinh Thái âm và Quyết âm ở tay, dọc bờ trước ngoài ngón tay út, ra đầu ngón tay út và nối với kinh huyệt Thiếu phủ ở tay.***

## Cực tuyền

Chủ trị: Trị đau cánh tay, liệt chi trên, viêm khớp vai và quanh khớp vai, đau thắt tim.

Vị trí: Ở động mạch đi vào ngực, trong hố nách, giữa các gân.

Tìm huyệt nhanh: Tay giơ ngang lấy huyệt ở đỉnh hõm nách, sau gân cơ 2 đầu và cơ qua cánh tay trước động mạch nách (lần theo đường đi của cơ 2 đầu cánh tay lên đỉnh nách sẽ sờ tìm được động mạch).

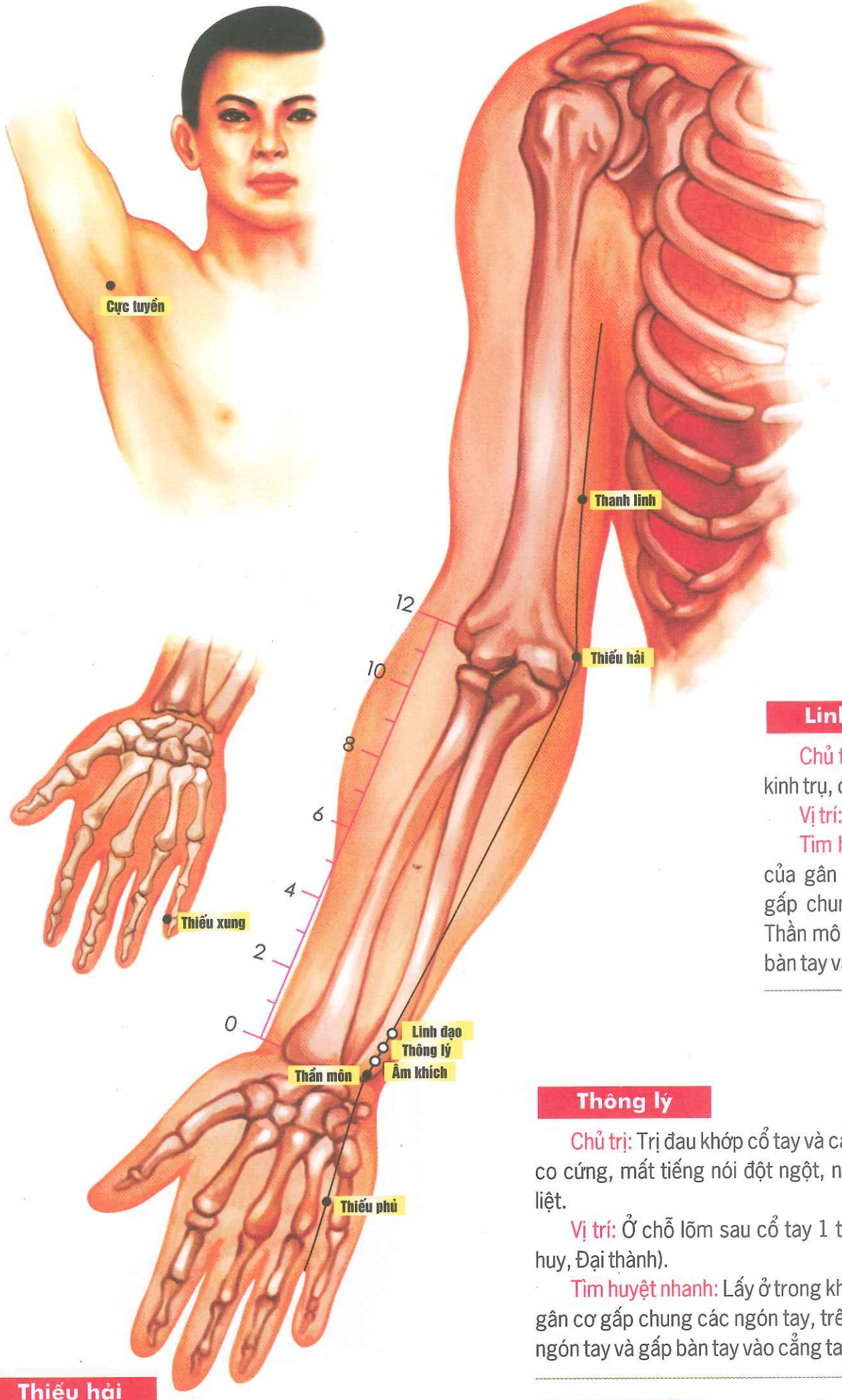



## Thanh linh

Chủ trị: Trị đau vùng hông sườn, đau vai và cánh tay.

Vị trí: Ở trên khuỷu tay 3 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở rãnh cơ hai đầu trong, trên khớp khuỷu 3 tấc giơ tay lên đầu để lấy huyệt.




## Linh đạo

Chủ trị: Đau khớp cổ tay, đau thần kinh trụ, đau vùng tim, Hysteria.

Vị trí: Ở trên cổ tay 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trong khe của gân cơ trụ trước và các gân cơ gấp chung các ngón tay, trên huyệt Thần môn 1,5 tấc (nắm ngón tay, gấp bàn tay vào cẳng tay, khe sẽ nổi rõ).

## Thông lý

Chủ trị: Trị đau khớp cổ tay và cánh tay, hồi hộp, mất ngủ, lưỡi co cứng, mất tiếng nói đột ngột, nhịp tim chậm, tâm thần phân liệt.

Vị trí: Ở chỗ lõm sau cổ tay 1 tấc (Giáp ất, Đồng nhân, Phát huy, Đại thành).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trong khe của gân cơ trụ trước và các gân cơ gấp chung các ngón tay, trên huyệt Thần môn 1 tấc (nắm ngón tay và gấp bàn tay vào cẳng tay, khe sẽ nổi rõ).

## Âm khích

Chủ trị: Trị hồi hộp, đau vùng tim, đau ngực, tim đập mạnh, hồi hộp, ra mồ hôi trộm, chảy máu mũi, nôn ra máu.

Vị trí: Ở đường mạch sau cổ tay 0,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trong khe của gân cơ trụ trước và các gân cơ gấp chung các ngón tay, trên huyệt Thần môn 0,5 tấc (nắm ngón tay và gấp bàn tay vào cẳng tay, khe sẽ nổi rõ).

## Thiếu hải

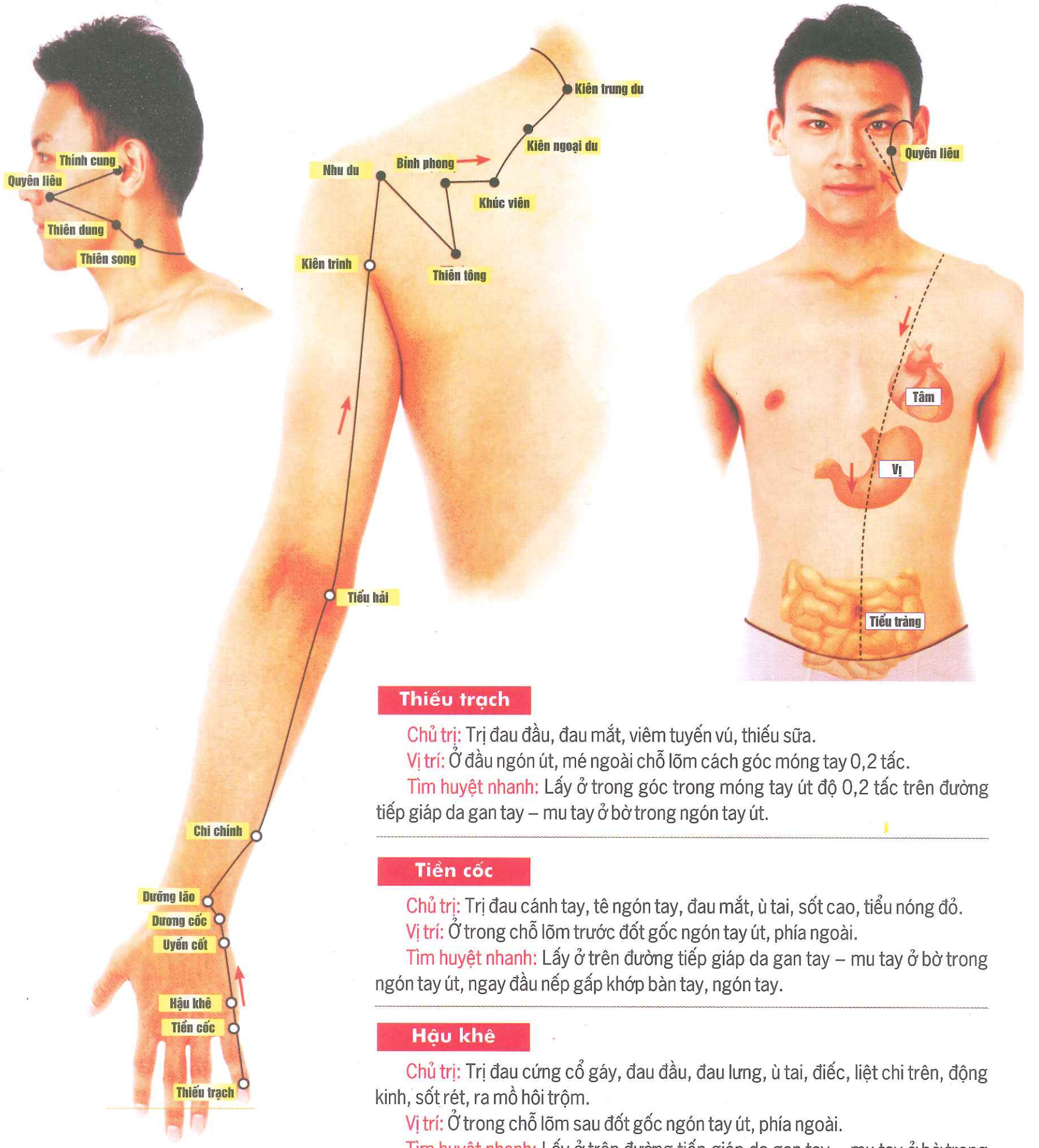
Chủ trị: Trị tê cánh tay và bàn tay, đau khớp khuỷu và tổ chức mềm quanh khớp khuỷu, thần kinh suy nhược, đau vùng trước tim.

Vị trí: Ở mé trong khuỷu tay, phía ngoài xương to, cách đầu xương khuỷu tay 0.5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ sát đầu trong nếp gấp khớp khuỷu tay, trước khối gân cơ bám vào mỏm đầu trên ròng rọc xương cánh tay (Gấp cẳng tay vào cánh tay để lấy huyệt).

# THỦ THÁI DƯƠNG TIỂU TRÀNG KINH

*Từ góc trong móng ngón út (phía ngón út) dọc đường nối da gan tay và da mu tay lên cổ tay đi qua mỏm châm xương trụ, dọc bờ phía ngón út xương trụ đến mỏm khuỷu và lồi cầu trong xương cánh tay. Tiếp tục đi ở bờ trong mặt sau cánh tay lên mặt sau khớp vai đi ngoằn nghèo ở trên và dưới gai xương bả vai gặp kinh Thái dương ở chân (Phụ phân, Đại trữ) và Đốc mạch (Đại chùy) đi vào hố trên đòn (khuyết bồn) xuống liên lạc với Tâm, dọc theo thực quản qua cơ hoành đến Vị thuộc về Tiểu tràng.*




## Thiếu trạch

Chủ trị: Trị đau đầu, đau mắt, viêm tuyến vú, thiếu sữa.

Vị trí: Ở đầu ngón út, mé ngoài chỗ lõm cách góc móng tay 0,2 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trong góc trong móng tay út độ 0,2 tấc trên đường tiếp giáp da gan tay – mu tay ở bờ trong ngón tay út.

## Tiền cốc

Chủ trị: Trị đau cánh tay, tê ngón tay, đau mắt, ù tai, sốt cao, tiểu nóng đỏ.

Vị trí: Ở trong chỗ lõm trước đốt gốc ngón tay út, phía ngoài.

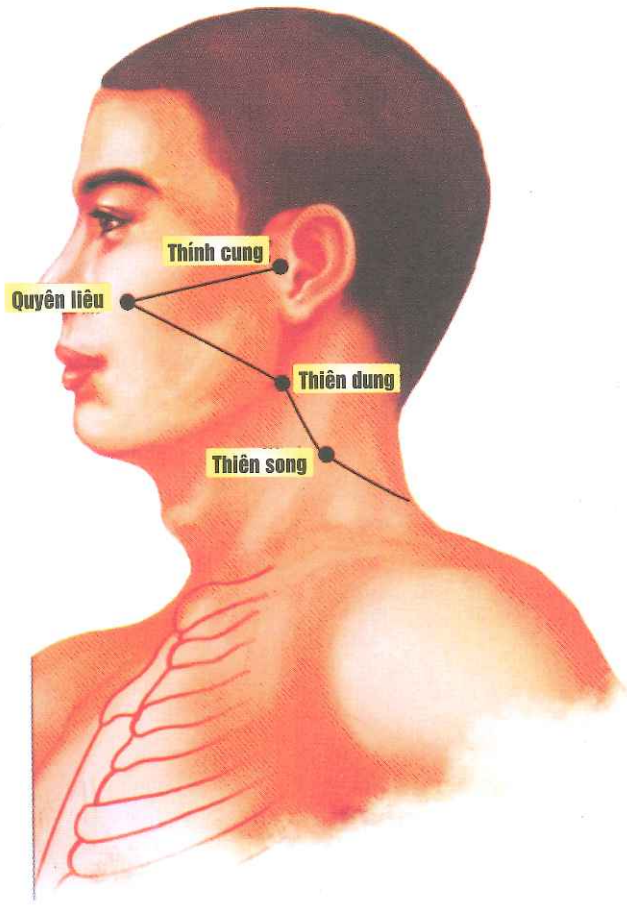
Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trên đường tiếp giáp da gan tay – mu tay ở bờ trong ngón tay út, ngay đầu nếp gấp khớp bàn tay, ngón tay.

## Hậu khê

Chủ trị: Trị đau cứng cổ gáy, đau đầu, đau lưng, ù tai, điếc, liệt chi trên, động kinh, sốt rét, ra mồ hôi trộm.

Vị trí: Ở trong chỗ lõm sau đốt gốc ngón tay út, phía ngoài.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trên đường tiếp giáp da gan tay – mu tay ở bờ trong bàn tay.




## Uyển cốt

Chủ trị: Trị viêm khớp khuỷu tay, cổ tay, ngón tay; đau đầu, ù tai, nôn mửa, tiểu đường.

Vị trí: Ở phía ngoài tay, giữa chỗ lõm dưới xương cao trước cổ tay.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở đường tiếp giáp da gan tay – mu tay ở bờ trong bàn tay, ngang chỗ lõm giữa xương bàn tay thứ 5 và xương móc.




## Dương cốc

Chủ trị: Đau phía sau mặt trong cổ tay, ù tai, điếc, cứng cổ gáy, tâm thần phân liệt.

Vị trí: Ở giữa cổ tay chỗ lõm ở đầu xương trụ, phía ngoài bàn tay.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ lõm sát đầu mỏm trâm xương trụ.

## Dưỡng lão

Chủ trị: Trị đau cổ tay, liệt chi trên, teo thần kinh thị giác, mờ mắt.

Vị trí: Ở chỗ lõm trên mắt cá tay sau cổ tay 1 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Bàn tay để ngửa, lấy ở khe lõm trên cổ tay 1 tấc, chỗ tiếp xúc của đầu xương quay với mỏm trâm xương trụ.

## Chi chính

Chủ trị: Trị đau khuỷu tay, đau cánh tay, ngón tay và cổ tay, suy nhược thần kinh, lo sợ.

Vị trí: Ở sau cổ tay 5 tấc.

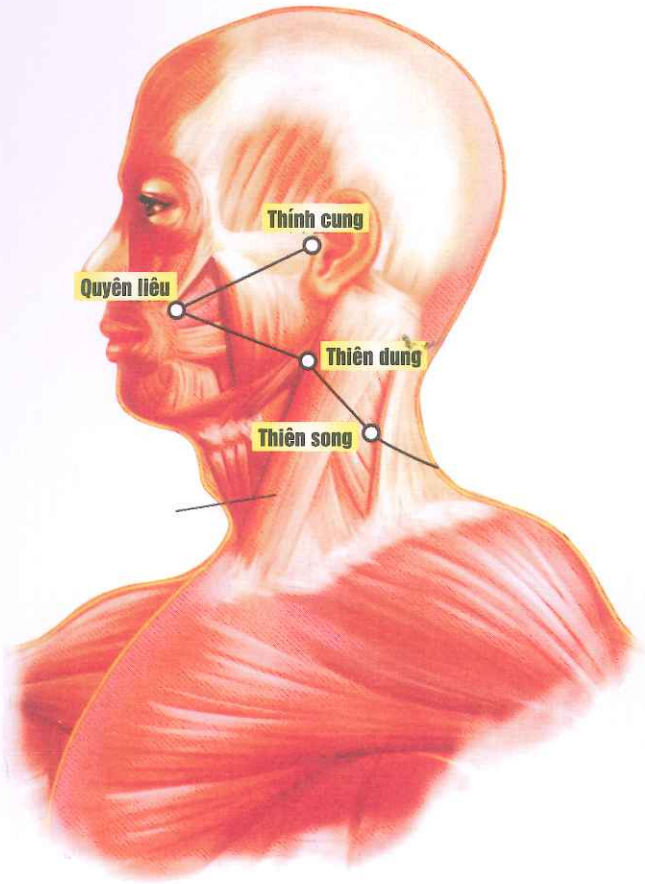
Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trên đường nối huyệt Dương cốc với huyệt Tiểu hải cách Dương cốc 5 tấc, sát bờ trong xương trụ.

## Tiểu hải

Chủ trị: Trị co rút cơ vai và cẳng tay, đau khuỷu tay, thần kinh trụ đau, Hysteria, tâm thần phân liệt.

Vị trí: Co khuỷu tay, huyệt ở giữa mỏm khuỷu và mỏm trên ròng rọc đầu xương dưới cánh tay, nơi cuối 3 đầu ngón tay.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trong rãnh ròng rọc – khuỷu, giữa mỏm khuỷu và mỏm trên ròng rọc của đầu dưới xương cánh tay.




## Kiên trinh

Chủ trị: Trị đau quanh khớp vai và tổ chức phần mềm quanh khớp vai, đau cánh tay, liệt chi trên, mồ hôi nách ra nhiều.

Vị trí: Ở giữa chỗ lõm cong ở xương bả vai, khoảng giữa hai xương rời ra, sau huyệt Kiên ngung.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở gần bờ sau – dưới của cơ Delta, trên đầu nếp nách sau thẳng lên 1 tấc.




Mặt ngoài cánh tay

## Nhu du

Chủ trị: Trị đau hoặc viêm khớp vai và cánh tay, liệt nửa người, huyết áp cao.

Vị trí: Ở phía sau huyệt Kiên liêu chỗ lõm dưới xương to, mé trong xương bả vai.

Tìm huyệt nhanh: Kéo dài đường nếp nách sau, huyệt ở chỗ đường này gặp chỗ lõm dưới gai sống vai.

## Thiên tông

Chủ trị: Trị đau bả vai, đau cánh tay.

Vị trí: Ở phía dưới huyệt Bỉnh phong, chỗ lõm dưới xương to.

Tìm huyệt nhanh: Kẻ đường thẳng ngang qua chỗ dày nhất của gai sống vai và kẻ đường ngang qua mỏm gai đốt sống lưng thứ 4, huyệt ở chỗ 2 đường này gặp nhau, giữa hố dưới gai.

## Bỉnh phong

Chủ trị: Trị đau khớp vai, đau bả vai, đau tê vùng chi trên.

Vị trí: Ở phía ngoài huyệt Thiên liêu trên vai, sau chỗ mỏm con, giơ tay lên có chỗ trống.

Tìm huyệt nhanh: Bảo người bệnh giơ tay lên, lấy huyệt ở chỗ lõm trong hố trên gai, thẳng với chỗ dày nhất của gai sống xương bả vai. Giữa huyệt Cự cốt và Khúc viên.

## Khúc viên

Chủ trị: Trị đau khớp vai.

Vị trí: Ở gần chỗ lõm trên gai sống vai, khoảng giữa vai.

Tìm huyệt nhanh: Kẻ đường thẳng qua huyệt Kiên tỉnh, huyệt ở trên đường này và trong hố trên gai.

### Kiên ngoại du

Chủ trị: Trị đau khớp vai; đau bả vai, cổ tay cứng.

Vị trí: Ở chỗ lõm phía trên bả vai, cách xương sống 3 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở ngang huyệt Đào đạo và ngoài huyệt Đào đạo 3 tấc. Huyệt ở giữa Khúc viên và Kiên trung du.

### Kiên trung du

Chủ trị: Trị đau vai, lưng và cứng cổ gáy, suyễn, viêm khí quản.

Vị trí: Ở chỗ lõm mé trong bả vai, cách cột sống 2 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Nối huyệt Đại chùy với huyệt Kiên tỉnh, lấy huyệt ở trên đường này cách Đốc mạch 2 tấc.

### Thiên song

Chủ trị: Trị cứng cổ gáy, viêm họng, ù tai, điếc.

Vị trí: Ở chỗ trước gân to của cổ, dưới góc xương quai hàm, sau huyệt Phù đột.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở bờ sau cơ ức đòn chũm, ngang bờ trên sụn giáp, sau huyệt Phù đột 0,5 tấc.

### Thiên dung

Chủ trị: Trị ù tai, điếc, đau họng, viêm amydale, mất tiếng nói.

Vị trí: Ở dưới tai, sau góc xương quai hàm.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở bờ trước cơ ức–đòn–chũm ngang mỏm nhọn của góc xương hàm dưới.

### Quyên liêu

Chủ trị: Trị liệt mặt, cơ mặt co giật, đau răng, đau dây thần kinh sinh ba.

Vị trí: Ở phía dưới xương gò má, trong chỗ lõm đầu xương vòng cung.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ lõm dưới góc trước – dưới của xương gò má (sờ tìm chỗ thấp nhất của vòng cung xương gò má).

### Thính cung

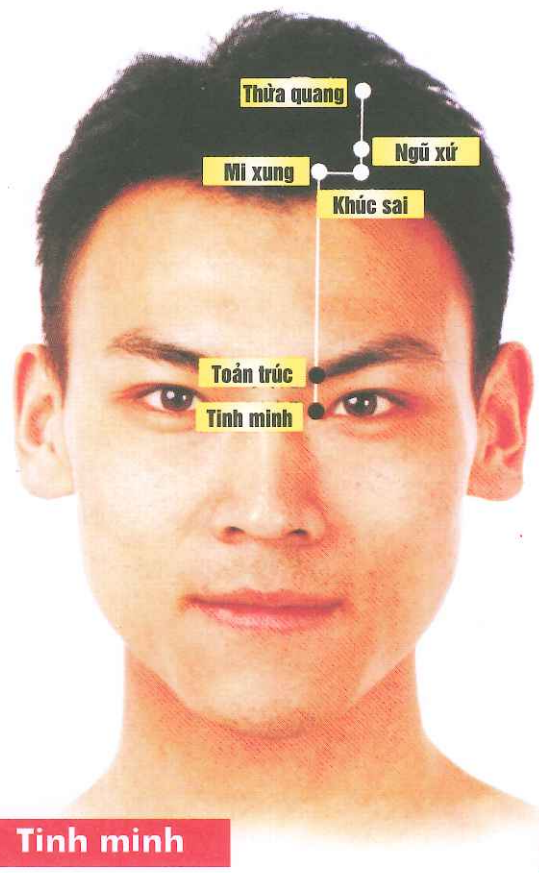
Chủ trị: Trị ù tai, điếc, viêm tai giữa, viêm tai ngoài.

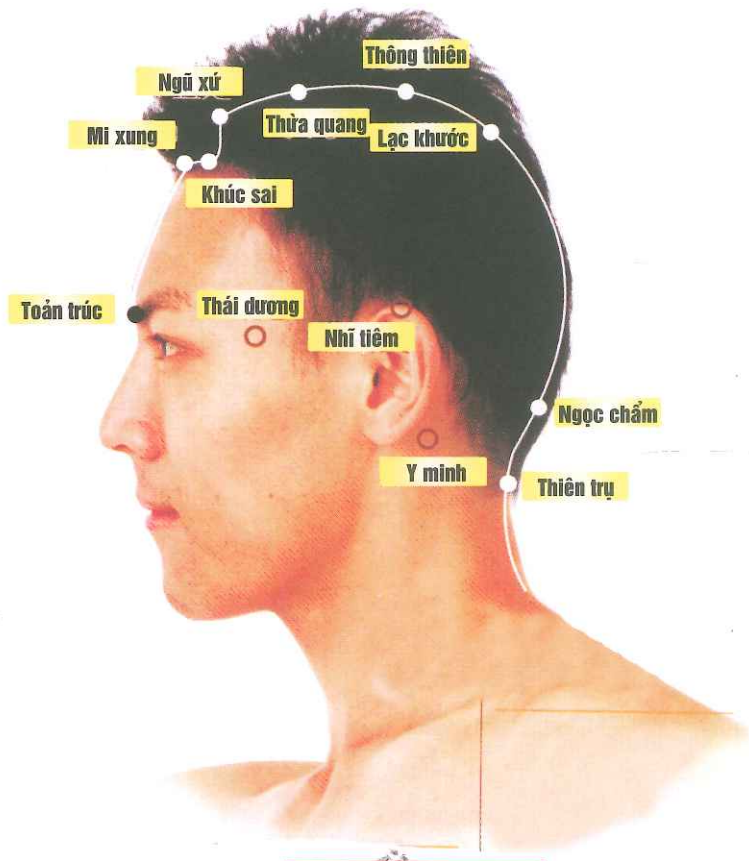
Vị trí: Khi há miệng, huyệt ở chỗ lõm phía trước bình tai, sau lồi cầu xương hàm dưới.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm chính giữa chân bình tai, sau lồi cầu xương hàm dưới, bảo người bệnh há miệng để sờ rõ chỗ lõm mà lấy huyệt, ấn vào huyệt trong tai có tiếng động.

## TÚC THÁI DƯƠNG BÀNG QUANG KINH

*Bắt đầu từ đầu mắt, lên trán, giao hội với Đốc mạch ở đầu. Từ đỉnh đầu vào não, rồi lại ra sau gáy đi dọc phía trong xương bả vai, kẹp hai bên cột sống, đi sâu vào vùng xương cùng để liên lạc với thận, thuộc về Bàng quang.*




### Tinh minh

Chủ trị: Trị các bệnh về mắt, liệt thần kinh mặt.

Vị trí: Ở cách đầu trong gốc mắt 0,1 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trong khóe mắt trong 0,1 tấc.

### Toản trúc

Chủ trị: Trị đau đầu, đau mắt, liệt mặt.

Vị trí: Ở chỗ lõm đầu lông mày.

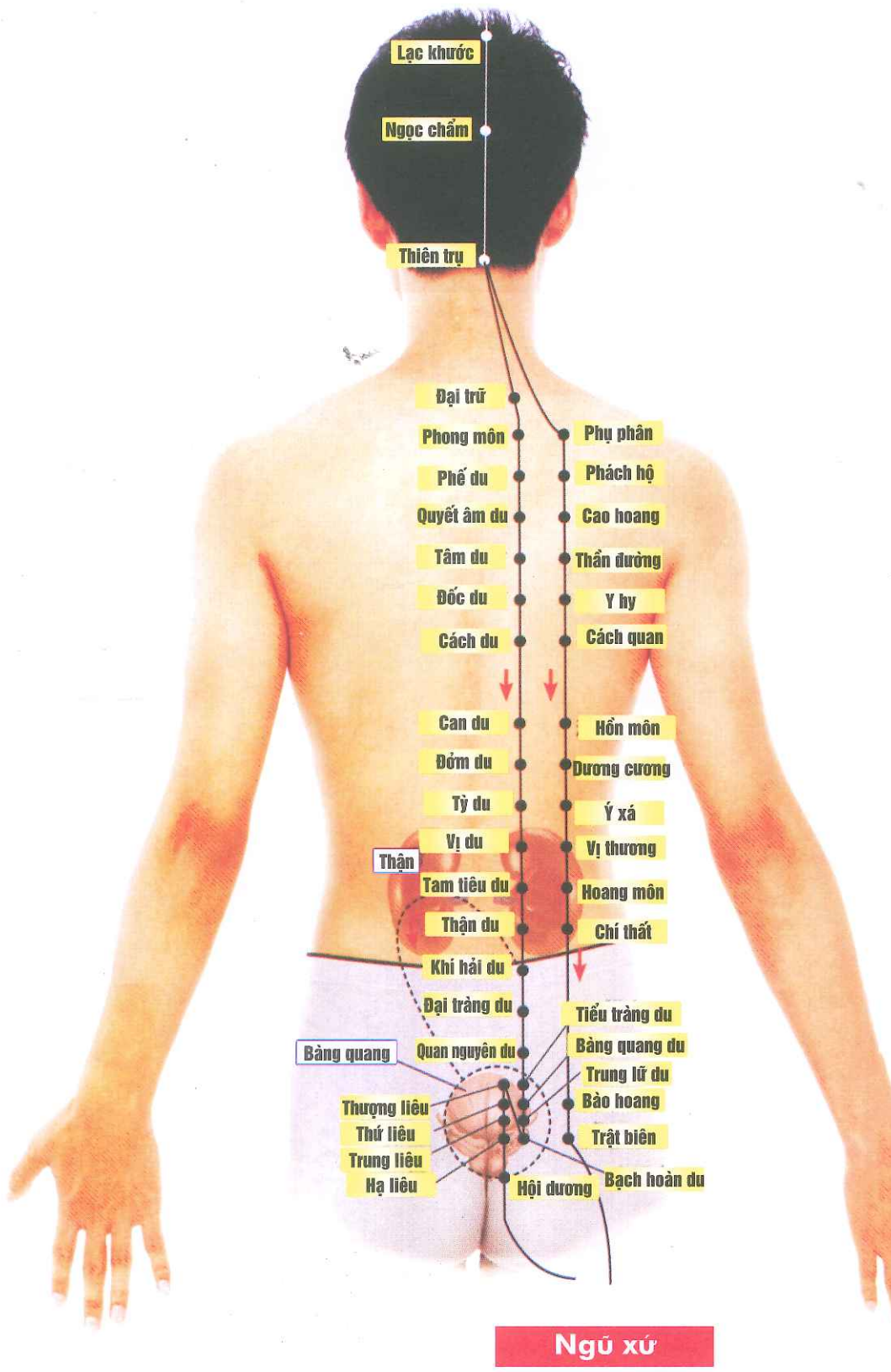
Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ lõm đầu trong lông mày, thẳng huyệt Tinh minh lên.

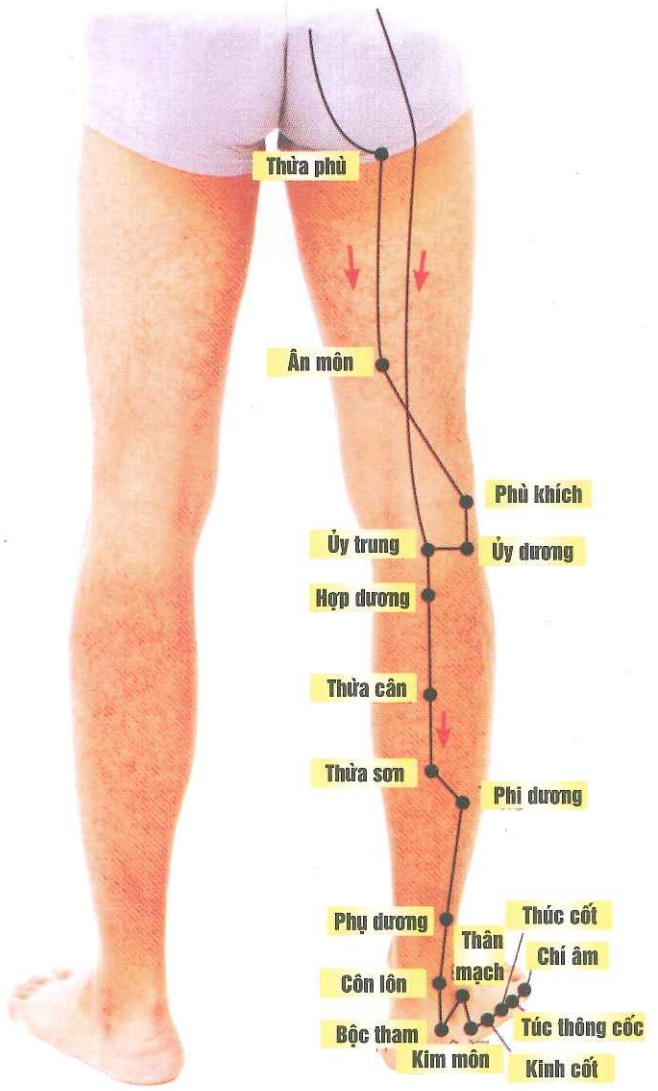
### Mi xung

Chủ trị: Trị đau đầu, mắt sưng đỏ, chóng mặt, mờ mắt.

Vị trí: Ở đầu lông mày thẳng lên vào trong chân tóc 0,5 tấc, giữa huyệt Thần đình và huyệt Khúc sai (Đại thành).

Tìm huyệt nhanh: Đo từ giữa chân tóc trán lên 0,5 tấc (Thần đình) rồi đo ngang ra 0,5 tấc là huyệt.




## Ngũ xứ

Chủ trị: Trị đau đầu, chóng mặt, viêm mũi.

Vị trí: Ở huyệt Thượng tinh ngang ra 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở phía sau huyệt Khúc sai 0,5 tấc.

## Thừa quang

Chủ trị: Trị đau đầu, chóng mặt, cảm mạo.

Vị trí: Ở sau huyệt Ngũ xứ 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở sau huyệt Ngũ xứ và Đốc mạch ngang ra 1,5 tấc.

## Khúc sai

Chủ trị: Trị đau đầu và vùng trán, nghẹt mũi, chảy máu cam.

Vị trí: Trong chân tóc, cách huyệt Thần đình 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Đo từ giữa chân tóc lên 0,5 tấc rồi đo ngang ra 1,5 tấc là huyệt.

## Lạc khước

Chủ trị: Trị đau vùng đỉnh đầu, viêm phế quản mạn, viêm mũi.

Vị trí: Sau huyệt Thông thiên 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở phía sau huyệt Thông thiên và ở ngoài Đốc mạch ngang ra 1,5 tấc.

## Ngọc chẩm

Chủ trị: Trị đau đầu, chóng mặt, đau mắt.

Vị trí: Ở dưới huyệt Lạc khước 1,5 tấc, ở huyệt Não hộ ngang ra 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở ngang u chẩm và ở phía ngoài u chẩm 1,5 tấc.

## Thông thiên

Chủ trị: Trị thiên đầu thống, viêm mũi.

Vị trí: Ở sau huyệt Thừa quang 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy huyệt ở phía sau huyệt Thừa quang và ở Đốc mạch ngang ra 1,5 tấc.

## Thiên trụ

Chủ trị: Trị đau sau đầu, đau gáy,vẹo cổ, mất ngủ, viêm thanh quản.

Vị trí: Ở chỗ trũng giáp chân tóc gáy mé ngoài gân lớn.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở bờ ngoài cơ thang, trên chân tóc gáy, ngang huyệt Á môn ra 1,3 tấc.

## Đại trữ

Chủ trị: Trị vẹo cổ, cứng cổ gáy, đau và co rút cơ vai lưng, ho, sốt.

Vị trí: Ở 2 bên xương sống, dưới đốt xương sống thứ 1, ngang ra 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua mỏm gai đốt sống lưng thứ 1 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch 1,5 tấc.

## Phong môn

Chủ trị: Trị cảm mạo, viêm phế quản, đau vùng lưng và vai, vẹo cổ gáy.

Vị trí: Ở 2 bên xương sống dưới đốt xương sống thứ 2 ngang ra 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua mỏm gai đốt sống lưng thứ 2 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch 1,5 tấc.

## Phế du

Chủ trị: Trị lao phổi, viêm phổi, viêm khí quản, suyễn, tự ra mồ hôi, mồ hôi trộm.

Vị trí: Ở hai bên xương sống, dưới đốt xương thứ 3, ngang ra 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua đầu mỏm gai đốt sống lưng thứ 3 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch 1,5 tấc.

## Quyết âm du

Chủ trị: Trị đau tức ngực, suy nhược thần kinh, thấp tim, ho, đau đỉnh đầu.

Vị trí: Ở hai bên xương sống, dưới đốt xương sống thứ 4 ngang ra 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua mỏm gai đốt sống lưng thứ 4 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch 1,5 tấc.

## Tâm du

Chủ trị: Trị bệnh về tim, tâm thần phân liệt, động kinh, suy nhược thần kinh.

Vị trí: Ở hai bên xương sống, dưới đốt xương sống thứ 5 ngang ra 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua đầu mỏm gai đốt sống lưng thứ 5 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch 1,5 tấc.

## Đốc du

Chủ trị: Trị viêm trong và ngoài màng tim, sôi ruột, đau bụng, nấc cục, tóc rụng, ngứa ngoài da.

Vị trí: Ở hai bên xương sống, dưới đốt xương sống thứ 6 ngang ra 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Dưới gai đốt xống lưng thứ 6, ngang với huyệt Linh đài.

## Cách du

Chủ trị: Trị các bệnh có xuất huyết, máu thiếu, nấc cục, nôn mửa do thần kinh, co thắt cơ hoành, đau thắt lưng, mồ hôi ra nhiều, mồ hôi trộm, kém ăn.

Vị trí: Ở hai bên xương sống, dưới dốt xương sống thứ 7 ngang ra 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua mỏm gai đốt sống lưng thứ 7 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch.

## Can du

Chủ trị: Trị các bệnh mạn tính về mắt, mộng thịt ở mắt, mắt sưng đau, hoa mắt, mắt có màng, viêm túi mật, viêm gan, đau lưng, cuồng, chảy máu mũi.

Vị trí: Ở hai bên xương sống, dưới đốt xương sống thứ 9 ngang ra 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy điểm gặp nhau của đường ngang qua đầu mỏm gai đốt sống lưng thứ 9 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch 1,5 tấc.

## Đởm du

Chủ trị: Trị đau lưng, viêm gan, viêm túi mật, nôn mửa .

Vị trí: Ở hai bên xương sống, dưới đốt xương sống thứ 10 ngang ra 2 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua đầu mỏm gai đốt sống lưng thứ 10 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch 1,5 tấc.

## Tỳ du

Chủ trị: Trị viêm loét dạ dày, đau dạ dày, tiêu chảy mạn tính, viêm gan, sốt rét, bệnh xuất huyết mạn tính, phong ngứa, liệt cơ bụng.

Vị trí: Ở hai bên xương sống, dưới đốt xương sống thứ 11 ngang ra 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua đầu mỏm gai đốt sống lưng thứ 11 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch 1,5 tấc.

## Vị du

Chủ trị: Trị đau dạ dày, viêm dạ dày, nôn mửa, tiêu chảy mạn tính, liệt cơ bụng.

Vị trí: Ở hai bên xương sống, dưới đốt xương sống thứ 12 ngang ra 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Dưới gai sống lưng thứ 12, đo ngang sang 1,5 tấc.

## Tam tiêu du

Chủ trị: Trị đau dạ dày, viêm ruột, viêm thận, suy nhược thần kinh, tiêu hóa kém, tiểu dầm, đau thắt lưng.

Vị trí: Ở hai bên xương sống, dưới đốt xương sống thứ 13 ngang ra 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua đầu mỏm gai đốt sống thắt lưng thứ 1 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch 1,5 tấc.

## Thận du

Chủ trị: Trị viêm thận, tiểu dầm, đau thắt lưng, điếc, ù tai, tiêu chảy mạn tính, rối loạn kinh nguyệt, liệt dương, di mộng tinh.

Vị trí: Ở hai bên xương sống, dưới đốt xương sống thứ 14 ngang ra 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua đầu mỏm gai đốt sống thắt lưng thứ 2 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch 1,5 tấc.

## Khí hải du

Chủ trị: Trị các bệnh xuất huyết, đau vùng thắt lưng.

Vị trí: Ở hai bên xương sống, dưới đốt xương sống thứ 15 ngang ra 1,5 tấc.

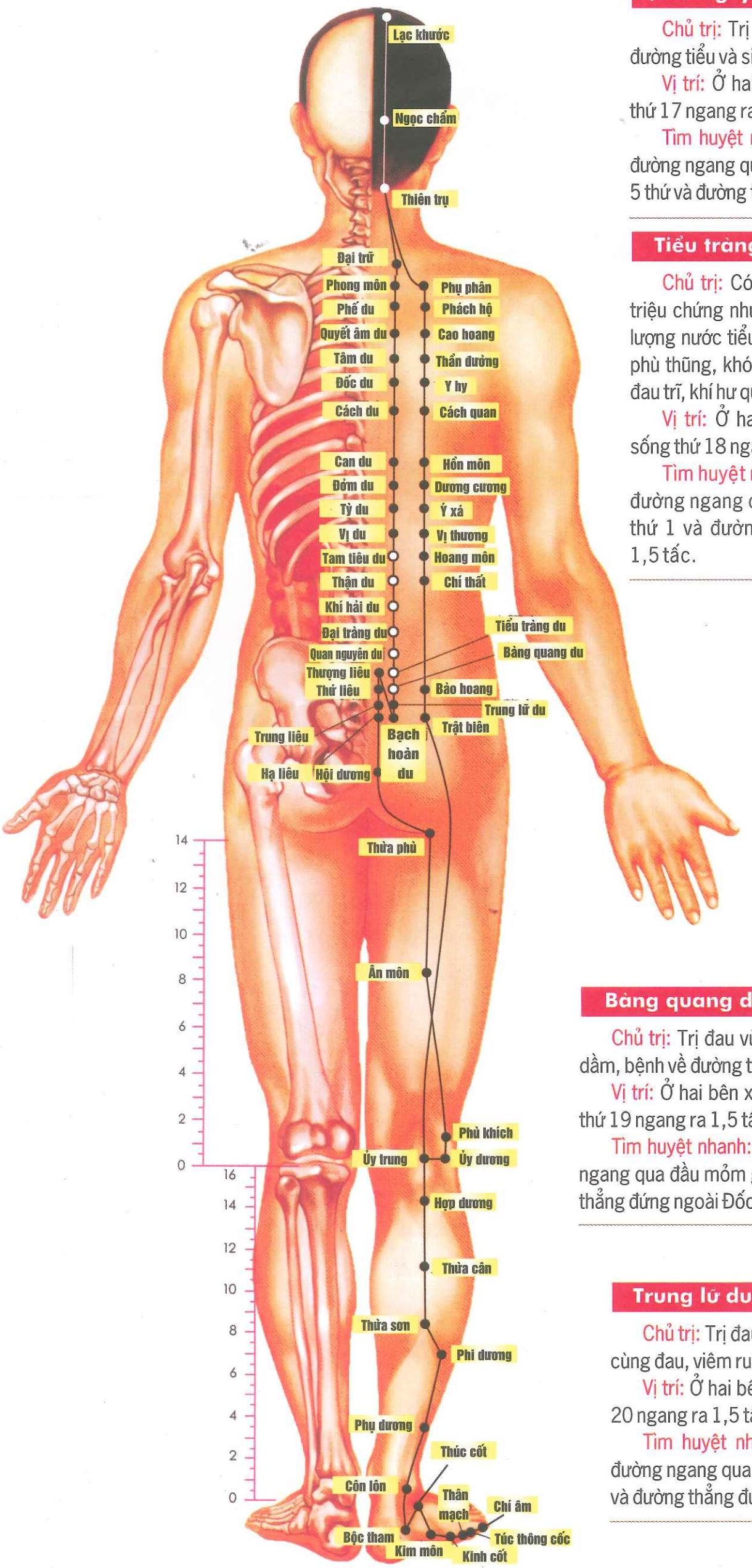
Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua đầu mỏm gai đốt sống thắt lưng thứ 3 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch 1,5 tấc.

## Đại tràng du

Chủ trị: Trị đau lưng, các cơ vùng lưng co giật, tiêu chảy, tiêu hóa kém, táo bón, liệt chi dưới, đau thần kinh tọa.

Vị trí: Ở hai bên xương sống, dưới đốt xương sống thứ 16 ngang ra 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua đầu mỏm gai đốt sống thắt lưng thứ 4 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch 1,5 tấc.




## Quan nguyên du

Chủ trị: Trị đau thắt lưng, tiêu chảy, bệnh về đường tiểu và sinh dục.

Vị trí: Ở hai bên xương sống, dưới đốt sống thứ 17 ngang ra 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua đầu mỏm gai đốt sống thắt lưng 5 thứ và đường thẳng ngoài Đốc mạch 1,5 tấc.

## Tiểu tràng du

Chủ trị: Có hiệu quả trị liệu cao đối với các triệu chứng như nước tiểu có màu khác thường, lượng nước tiểu rất ít, đau nhức bụng dưới, chân phù thũng, khó thở, biếng ăn, phân lẫn mủ máu, đau trĩ, khí hư quá nhiều...

Vị trí: Ở hai bên cột sống, dưới đốt xương sống thứ 18 ngang ra 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua đầu mỏm gai đốt sống cùng thứ 1 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch 1,5 tấc.

## Bàng quang du

Chủ trị: Trị đau vùng thắt lưng và xương cùng, tiểu dầm, bệnh về đường tiểu.

Vị trí: Ở hai bên xương sống, dưới đốt xương sống thứ 19 ngang ra 1,5 tấc.

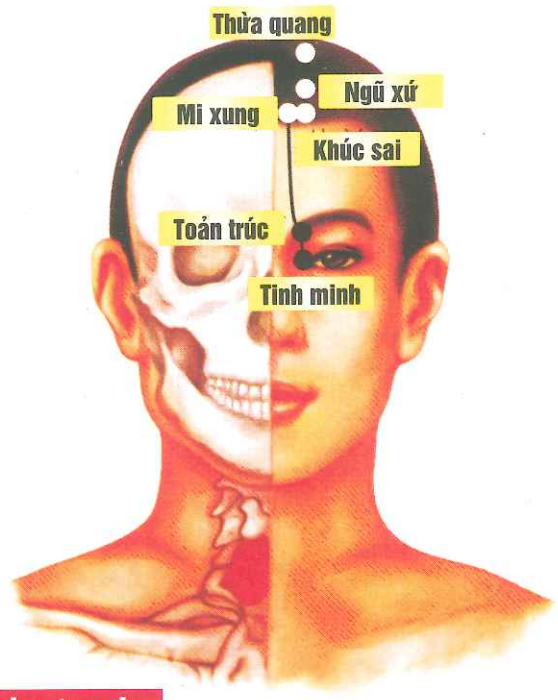
Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua đầu mỏm gai đốt sống cùng thứ 2 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch 1,5 tấc.

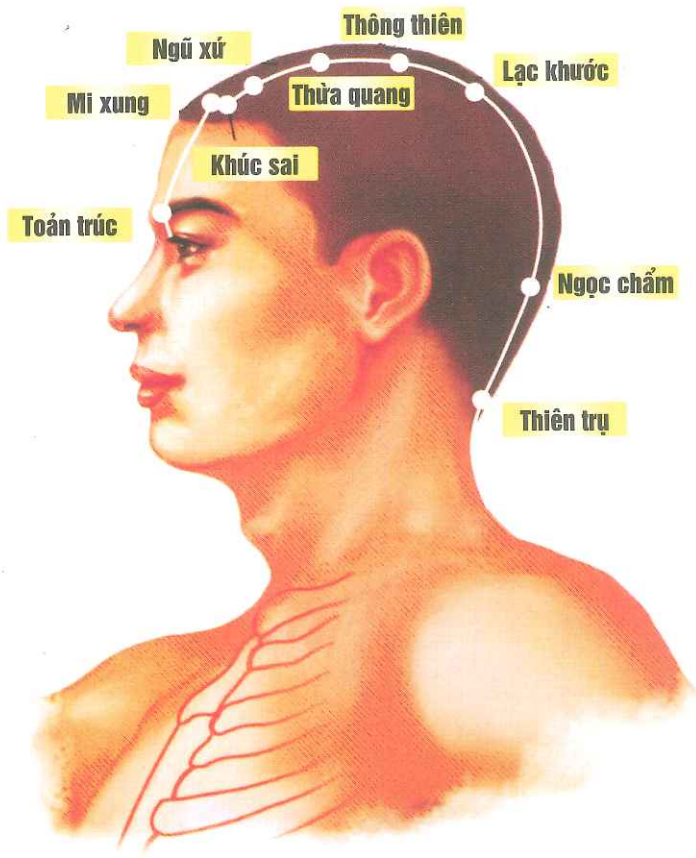
## Trung lữ du

Chủ trị: Trị đau thần kinh tọa, thắt lưng và xương cùng đau, viêm ruột.

Vị trí: Ở hai bên xương sống, dưới đốt sống thứ 20 ngang ra 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua đầu mỏm gai đốt sống cùng thứ 3 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch 1,5 tấc.




## Bạch hoàn du

Chủ trị: Đau vùng thắt lưng, sưng háng, di tinh, kinh nguyệt không đều, khí hư, thoát vị ruột, trĩ.

Vị trí: Ở hai bên xương sống, dưới đốt xương sống thứ 21 ngang ra 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua đầu mỏm gai đốt sống cùng thứ 4 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch 1,5 tấc.

## Thượng liêu

Chủ trị: Trị đau thắt lưng cùng và vùng xương chậu, rối loạn kinh nguyệt, viêm tử cung, bệnh có xuất huyết, bệnh về đường tiểu và sinh dục, suy nhược thần kinh.

Vị trí: Ở chỗ hổng thứ nhất, từ mỏm cao vùng thắt lưng thứ nhất xuống 1 tấc, giữa chỗ lõm giáp xương sống.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở ngay lỗ cùng thứ nhất trung điểm giữa gai chậu sau trên và Đốc mạch.

## Thứ liêu

Chủ trị: Trị đau vùng thắt lưng và xương cùng chậu, viêm tử cung, dịch hoàn sưng, xích bạch đới.

Vị trí: Ở chỗ hổng thứ 2, giữa chỗ lõm giáp xương sống.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở ngay lỗ cùng thứ 2 điểm giữa cạnh dưới của gai chậu sau trên Đốc mạch.

## Trung liêu

Chủ trị: Trị bệnh thuộc về cơ quan sinh dục, đau vùng thắt lưng và xương cùng.

Vị trí: Ở chỗ hổng thứ 3, giữa chỗ lõm giáp xương sống.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở ngay lỗ cùng thứ 3, điểm giữa huyệt Trung lữ du và Đốc mạch.

## Hạ liêu

Chủ trị: Trị đau cánh tay và khuỷu tay, đau bụng, viêm tuyến vú.

Vị trí: Ở chỗ hõng thứ 4, giữa chỗ lõm giáp xương sống.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở ngay lỗ cùng thứ 4 ngang huyệt Bạch hoàn du.

## Hội dương

Chủ trị: Trị đau lưng trong kỳ kinh nguyệt, bạch đới, liệt dương, tiêu chảy, trĩ.

Vị trí: Ở hai bên xương cụt (Đại thành).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở ngang đầu dưới xương cụt, Đốc mạch ngang ra 0,5 tấc.

## Thừa phù

Chủ trị: Trị đau thần kinh tọa, liệt chi dưới.

Vị trí: Ở dưới mông, giữa nếp mông.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trong chỗ lõm tạo nên bởi bờ dưới cơ mông to, bờ trong cơ hai đầu đùi, bờ ngoài cơ bán gân, giữa nếp mông, thẳng chỗ ngồi của xương chậu.

## Ân môn

Chủ trị: Trị đau lưng và đùi, thoát vị đĩa đệm, liệt chi dưới.

Vị trí: Ở dưới huyệt Thừa phù 6 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trong khe của cơ bán gân và cơ hai đầu đùi, dưới nếp mông 6 tấc.

## Phù khích

Chủ trị: Trị viêm bàng quang, táo bón, viêm vị trường cấp tính, liệt chi dưới.

Vị trí: Ở trên huyệt Ủy trung 1 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trong góc tạo nên bởi bờ trong cơ hai đầu đùi và bờ ngoài cơ bán mạc, trên khớp kheo 1 tấc.

## Ủy dương

Chủ trị: Trị đau lưng, cơ bắp chân bị co thắt, viêm thận.

Vị trí: Ở dưới huyệt Thừa phù 16 tấc trước kinh Thái dương sau kinh Thiếu dương bờ ngoài của giữa kheo, giữa hai gân.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở đỉnh góc tạo nên bởi bờ trong cơ hai đầu đùi và bờ trong cơ sinh đôi ngoài, ngoài huyệt Ủy trung 1 tấc (hơi co gối để lấy huyệt).

## Ủy trung

Chủ trị: Trị viêm khớp gối, co rút cơ bắp chân, vùng lưng và đau thắt lưng, đau thần kinh tọa, liệt chi dưới, trúng nắng.

Vị trí: Ở giữa nếp ngang giữa kheo chân.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm giữa đường nối góc ngoài với góc trong của tứ giác kheo chân, chỗ có động mạch.

## Phụ phân

Chủ trị: Trị đau nhức vai, cổ và lưng, tê cứng cánh tay, tê mỏi khuỷu tay.

Vị trí: Ở hai bên xương sống dưới đốt xương sống thứ 2 ngang ra 3 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua đầu mỏm gai đốt sống lưng thứ 2 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch 3 tấc.

## Phách hộ

Chủ trị: Trị suyễn, viêm phế quản, lao phổi, nôn mửa, viêm màng ngực, đau vai lưng.

Vị trí: Ở hai bên xương sống, dưới đốt xương sống thứ 3 ngang ra 3 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua đầu mỏm gai đốt sống lưng thứ 3 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch 3 tấc.

## Cao hoang

Chủ trị: Trị lao phổi, viêm phế quản và màng ngực, suy nhược thần kinh. Có tác dụng nâng cao chính khí và phòng bệnh tật.

Vị trí: Ở hai bên xương sống, dưới đốt sống thứ 4 ngang ra 3 tấc (Đại thành).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua đầu mỏm gai đốt sống lưng thứ 4 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch 3 tấc (Tay nọ ôm vai kia để xương bả vai kéo ra ngoài, cho huyệt lộ ra).

## Thần đường

Chủ trị: Trị các bệnh về tim, hen suyễn, viêm khí quản, đau vai lưng.

Vị trí: Ở hai bên xương sống, dưới đốt xương sống thứ 5 ngang ra 3 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua đầu mỏm gai đốt sống lưng thứ 5 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch 3 tấc. Có thể lấy huyệt Cách quan trước rồi lấy huyệt này.

## Y hy

Chủ trị: Trị viêm màng tim, suyễn, đau thần kinh liên sườn, nấc cục, nôn mửa, chóng mặt.

Vị trí: Ở hai bên xương sống, dưới đốt xương sống thứ 6, ngang ra 3 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua đầu mỏm gai đốt sống lưng thứ 6 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch 3 tấc. Có thể lấy huyệt Cách quan trước rồi lấy huyệt này.

## Cách quan

Chủ trị: Trị đau thần kinh gian sườn, nấc cục, nôn mửa, đau cột sống lưng.

Vị trí: Ở hai bên xương sống, dưới đốt xương sống thứ 7 ngang ra 3 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua đầu mỏm gai đốt sống lưng thứ 7 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch 3 tấc. Ở trên đường nối liền hai đầu dưới xương bả vai, ngoài Đốc mạch 3 tấc.

## Hồn môn

Chủ trị: Trị các bệnh về gan mật, đau dạ dày, tiêu hóa kém, viêm cơ tim và màng ngực.

Vị trí: Ở hai bên xương sống, dưới đốt xương sống thứ 9 ngang ra 3 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua đầu mỏm gai đốt sống lưng thứ 9 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch 3 tấc. Có thể lấy huyệt Cách quan trước rồi lấy huyệt này.

## Dương cương

Chủ trị: Trị viêm gan và mật, vàng da, tiêu chảy, bụng sôi, viêm dạ dày.

Vị trí: Ở hai bên xương sống, dưới đốt xương sống thứ 10 ngang ra 3 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua đầu mỏm gai đốt sống lưng thứ 10 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch 3 tấc. Có thể lấy huyệt Cách quan trước rồi lấy huyệt này, hay dựa theo xương sườn cụt số 11 để xác định đốt sống lưng thứ 11 và 10.

## Ý xá

Chủ trị: Trị bệnh về gan mật, đau dạ dày, khó tiêu, nôn mửa, đau lưng.

Vị trí: Ở hai bên xương sống, dưới đốt xương sống thứ 11 ngang ra 3 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua đầu mỏm gai đốt sống lưng thứ 11 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch 3 tấc. Dựa theo xương sườn cụt số 11 để xác định đốt sống lưng 11.

## Vị thương

Chủ trị: Trị đau dạ dày, táo bón, nôn mửa, đau cột sống lưng, đau bụng.

Vị trí: Ở hai bên xương sống, dưới đốt xương sống thứ 12 ngang ra 3 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua đầu mỏm gai đốt sống lưng thứ 12 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch 3 tấc. Dựa theo xương sườn cụt số 12 để xác định đốt sống lưng 12.

## Hoang môn

Chủ trị: Trị đau bụng trên, táo bón, viêm tuyến vú, liệt chi dưới.

Vị trí: Ở hai bên xương sống, dưới đốt xương sống thứ 13 ngang ra 3 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua đầu mỏm gai đốt sống thắt lưng 1 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch 3 tấc. Dựa theo xương sườn để xác định đốt sống thắt lưng 12 rồi lấy xuống 1 đốt.

## Chí thất

Chủ trị: Trị đau lưng và vùng thắt lưng cứng, tiểu tiện rối loạn, viêm thận, suy nhược sinh dục, liệt dương, di mộng tinh, phù thũng.

Vị trí: Ở hai bên xương sống, dưới đốt xương sống thứ 14 ngang ra 3 tấc.

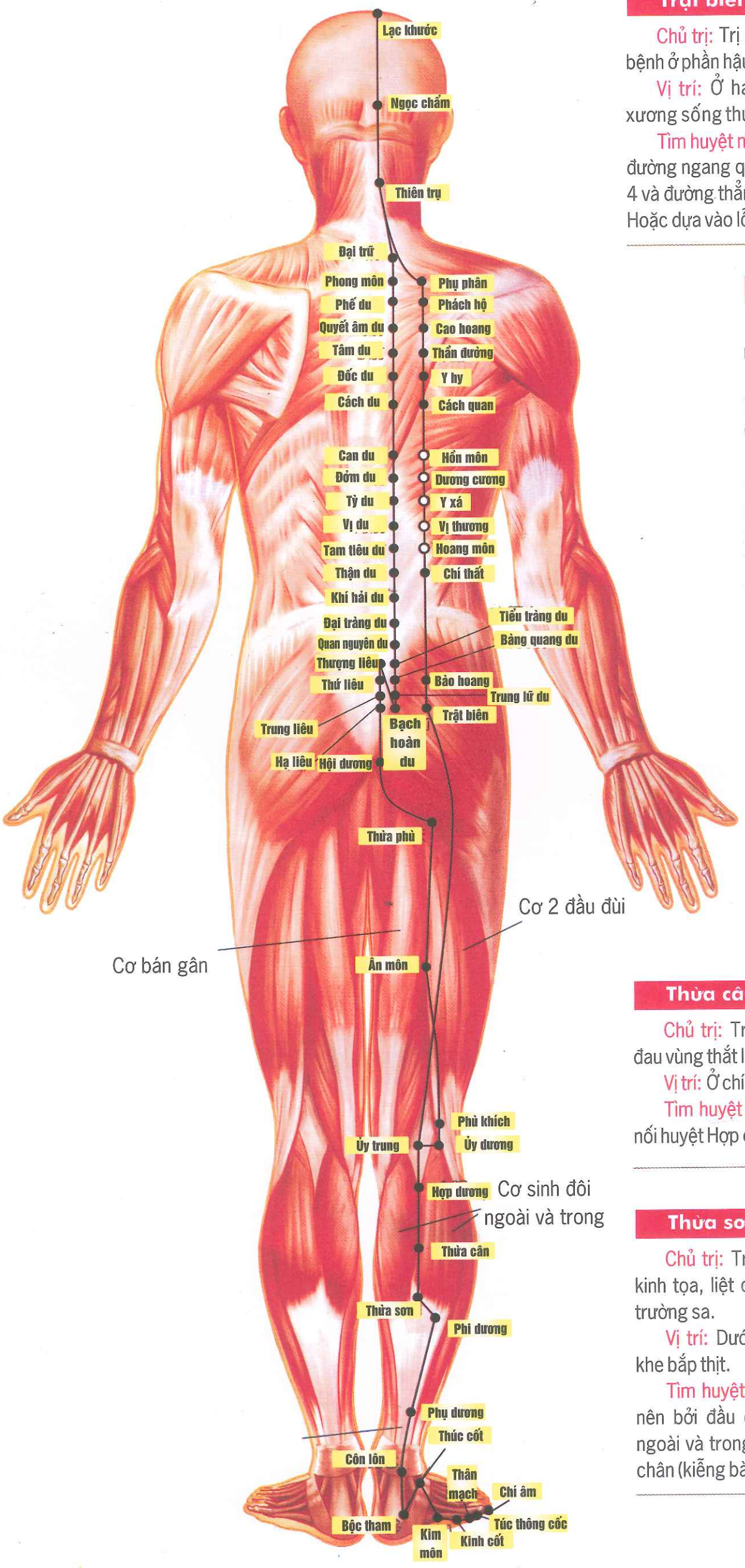
Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua đầu mỏm gai đốt sống thắt lưng 2 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch 3 tấc. Dựa theo xương sườn để xác định đốt sống thắt lưng 12 rồi lấy xuống 2 đốt.

## Bào hoang

Chủ trị: Trị đau lưng – thắt lưng và vùng xương cùng, viêm ruột, bí tiểu, đau vùng bụng.

Vị trí: Ở hai bên xương sống, chỗ lõm dưới đốt xương sống thứ 10 ngang ra 3 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua đầu mỏm gai đốt sống cùng 2 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch 3 tấc. Hoặc dựa vào lỗ cùng 2 ngang ra để lấy huyệt.




## Trật biên

Chủ trị: Trị đau thần kinh tọa, liệt chi dưới, bệnh ở phần hậu môn, sinh dục.

Vị trí: Ở hai bên xương sống, dưới đốt xương sống thứ 21 ngang ra 3 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua đầu mỏm gai đốt sống cùng 4 và đường thẳng đứng ngoài Đốc mạch 3 tấc. Hoặc dựa vào lỗ cùng 4 ngang ra để lấy huyệt.

## Hợp dương

Chủ trị: Trị lưng và chân đau mỏi, liệt chi dưới, băng lậu.

Vị trí: Ở giữa nếp nhăn ngang kheo chân xuống 2 tấc (Giáp ất, Đồng nhân).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở đỉnh của góc dưới tứ giác kheo, tạo nên bởi phần trên cơ sinh đôi ngoài và cơ sinh đôi trong. Thẳng dưới huyệt Ủy trung 2 tấc.

## Thừa cân

Chủ trị: Trị đau chân, đau cứng vai lưng, đau vùng thắt lưng, liệt chi dưới.

Vị trí: Ở chính giữa bắp chân, trong chỗ lõm.

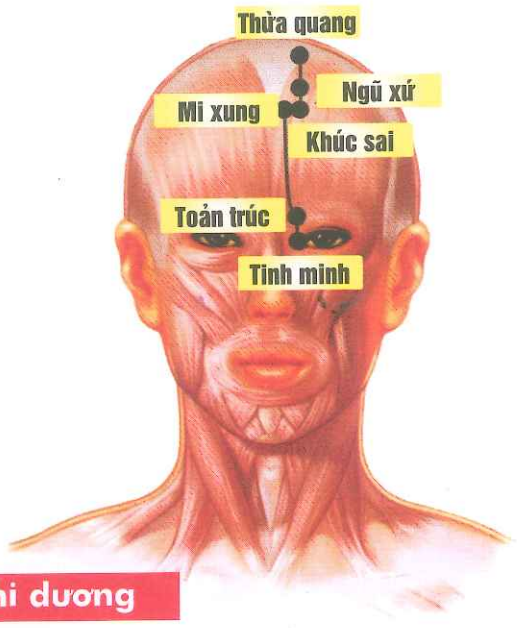
Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chính giữa đường nối huyệt Hợp dương và huyệt Thừa sơn.

## Thừa sơn

Chủ trị: Trị co rút cơ bắp chân, đau thần kinh tọa, liệt chi dưới, đau gót chân, trĩ, trực trường sa.

Vị trí: Dưới bắp chân, trong chỗ lõm của khe bắp thịt.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở đỉnh của góc tạo nên bởi đầu dưới phần thịt của cơ sinh đôi ngoài và trong, chỗ tiếp giáp ở sau bắp cẳng chân (kiễng bàn chân góc sẽ hiện rõ).




## Phi dương

Chủ trị: Trị đau vùng lưng và chân, khớp viêm do phong thấp, viêm bàng quang, viêm thận, động kinh.

Vị trí: Ở trên mắt cá ngoài chân 7 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ tiếp nối giữa phần thịt và phần gân của bờ ngoài cơ sinh đôi ngoài, trên huyệt Côn lôn 7 tấc, phía ngoài và phía dưới huyệt Thừa sơn độ 1 tấc.

## Phụ dương

Chủ trị: Trị viêm khớp gối, đau lưng, toàn thân bồn chồn, mỏi mệt.

Vị trí: Ở trên mắt cá ngoài chân 3 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trên huyệt Côn lôn 3 tấc, trong khe của cơ mác bên ngắn và cơ dép.

## Côn lôn

Chủ trị: Trị khớp mắt cá và tổ chức mềm chung quanh bị sưng đau, đau thần kinh tọa, đau lưng, liệt chi dưới, nhau thai không xuống.

Vị trí: Ở sau mắt cá ngoài chân, huyệt ở chỗ lõm giữa khe gân cơ mác bên ngắn và gân cơ mác bên dài, trước gót chân, ở sau đầu xương chày.

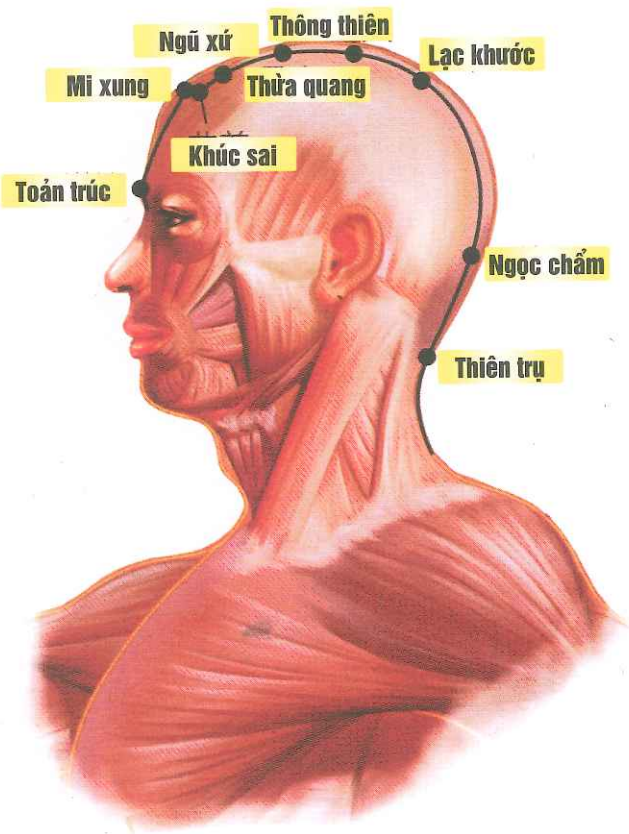
Tìm huyệt nhanh: Xác định chỗ cao nhất của mắt cá ngoài chân và bờ ngoài gần gót chân, huyệt ở chỗ lõm giữa 2 vị trí này.

## Bộc tham

Chủ trị: Trị đau gót chân, yếu liệt chi dưới.

Vị trí: Ở trong chỗ lõm dưới xương gót chân.

Tìm huyệt nhanh: Xác định bờ trên mặt ngoài xương gót chân, huyệt ở sát bờ trên xương gót và thẳng huyệt Côn lôn xuống.




## Thân mạch

Chủ trị: Trị đau đầu, chóng mặt, viêm khớp mắt cá, động kinh.

Vị trí: Nơi rãnh thẳng từ đầu nhọn mắt cá ngoài xuống 0,5 tấc (gấp duỗi bàn chân để tìm gân cơ).

Tìm huyệt nhanh: Sờ tìm rãnh cơ mác ở dưới mắt cá phía ngoài chân, huyệt ở trong rãnh thẳng đầu nhọn mắt cá ngoài xương 0,5 tấc.

## Kim môn

Chủ trị: Trị đau quanh khớp mắt cá chân, đau gót chân và lưng đùi, trẻ nhỏ kinh phong, động kinh.

Vị trí: Ở dưới mắt cá ngoài chân, sau huyệt Khâu khư trước huyệt Thân mạch.

Tìm huyệt nhanh: Lấy chỗ lõm, dưới huyệt Thân mạch 0,5 tấc hơi chếch về phía trước sát bờ xương hộp.

## Kinh cốt

Chủ trị: Trị đau đầu, chóng mặt, hồi hộp, động kinh, viêm cơ tim, lưng, đau đùi.

Vị trí: Ở dưới xương to phía ngoài bàn chân chỗ lõm trên quãng thịt trắng đỏ giáp nhau.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ lõm trên đường tiếp giáp da gan chân – mu chân và ngang chỗ tiếp nối của thân với đầu sau xương bàn chân thứ 5.

## Thúc cốt

Chủ trị: Trị đau đầu, chóng mặt, đau phía ngoài bàn chân, động kinh.

Vị trí: Ở mé ngoài ngón chân út, chỗ lõm sau khớp bàn ngón chân.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ lõm trên đường tiếp giáp da gan chân – mu chân và ngang chỗ tiếp nối của thân với đầu trước xương bàn chân 5.

## Túc thông cốc

Chủ trị: Đau ngón chân út, đau nặng đầu gáy, hoa mắt, chảy nước mũi.

Vị trí: Ở mé ngoài ngón út, chỗ lõm khớp bàn, ngón chân.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ lõm trên đường tiếp giáp gan chân – mu bàn chân và ngang chỗ tiếp của thân với đầu sau đốt 1 xương ngón chân thứ 5. Ngang đầu ngoài nếp gấp của ngón chân và bàn chân.

## Chí âm

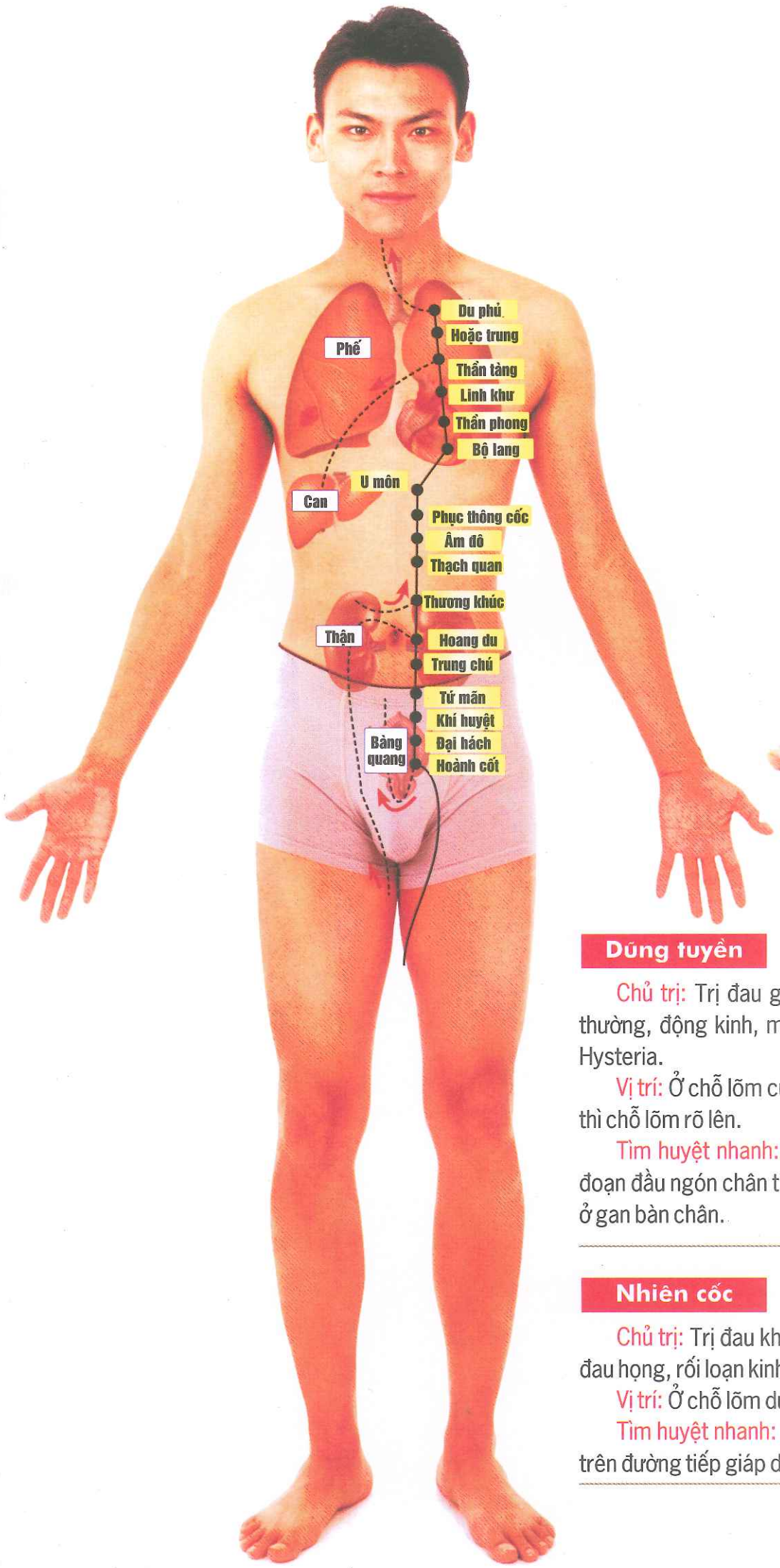
Chủ trị: Trị đau ngón chân thứ 5, đau đầu, nghẹt mũi, chảy máu mũi, thai bị lệch (cứu).

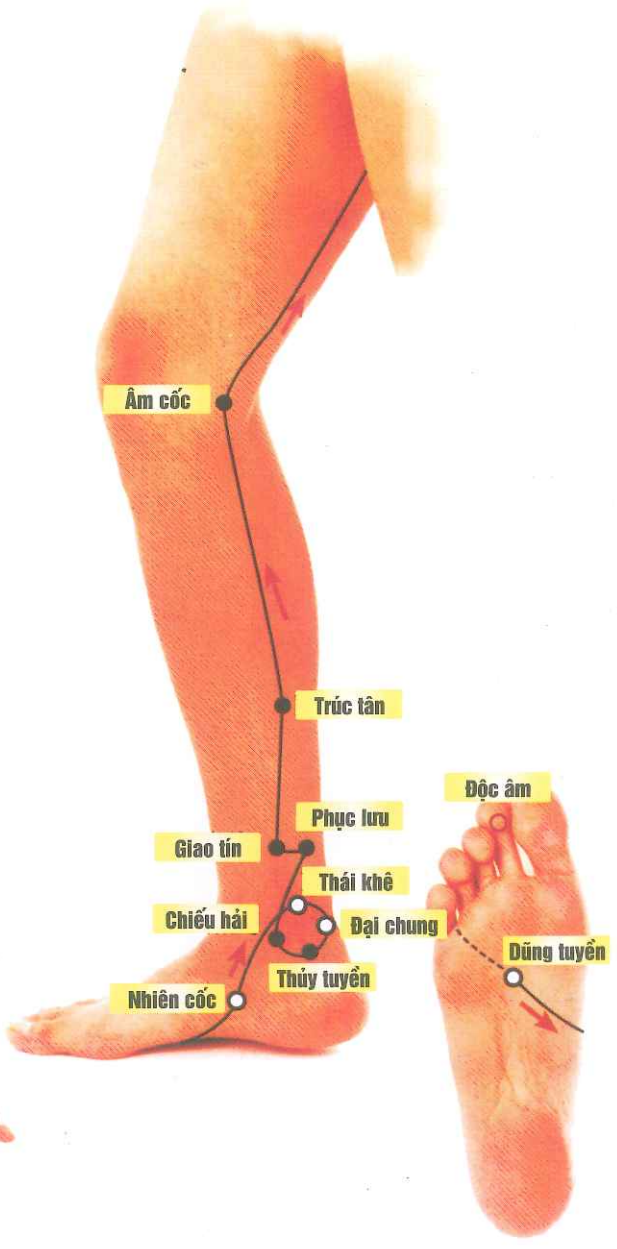
Vị trí: Ở mé ngoài ngón chân út, cách gốc móng chân 0,2 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trên đường tiếp giáp da gan chân, mu chân ở cạnh ngoài ngón út ngang với gốc móng chân út, ở ngoài gốc ngoài gốc móng chân út độ 0,2 tấc.

# TÚC THIẾU ÂM THẬN KINH

*Bắt đầu từ mặt dưới ngón chân út vào lòng bàn chân, dọc dưới xương thuyền phía trong bàn chân (Nhiên cốc) đi sau mắt cá trong vòng xuống gót rồi ngược lên bắp chân, dọc bờ sau xương chày lên phía trong kheo chân, phía sau mặt trong đùi, vào cột sống (thuộc về Thận, liên lạc với Bàng quang).*




## Dũng tuyền

Chủ trị: Trị đau gan bàn chân hoặc bàn chân nóng lạnh bất thường, động kinh, mất ngủ, đau đỉnh đầu, đau họng, nôn mửa, Hysteria.

Vị trí: Ở chỗ lõm của gan bàn chân, khi co bàn và ngón chân lại thì chỗ lõm rõ lên.

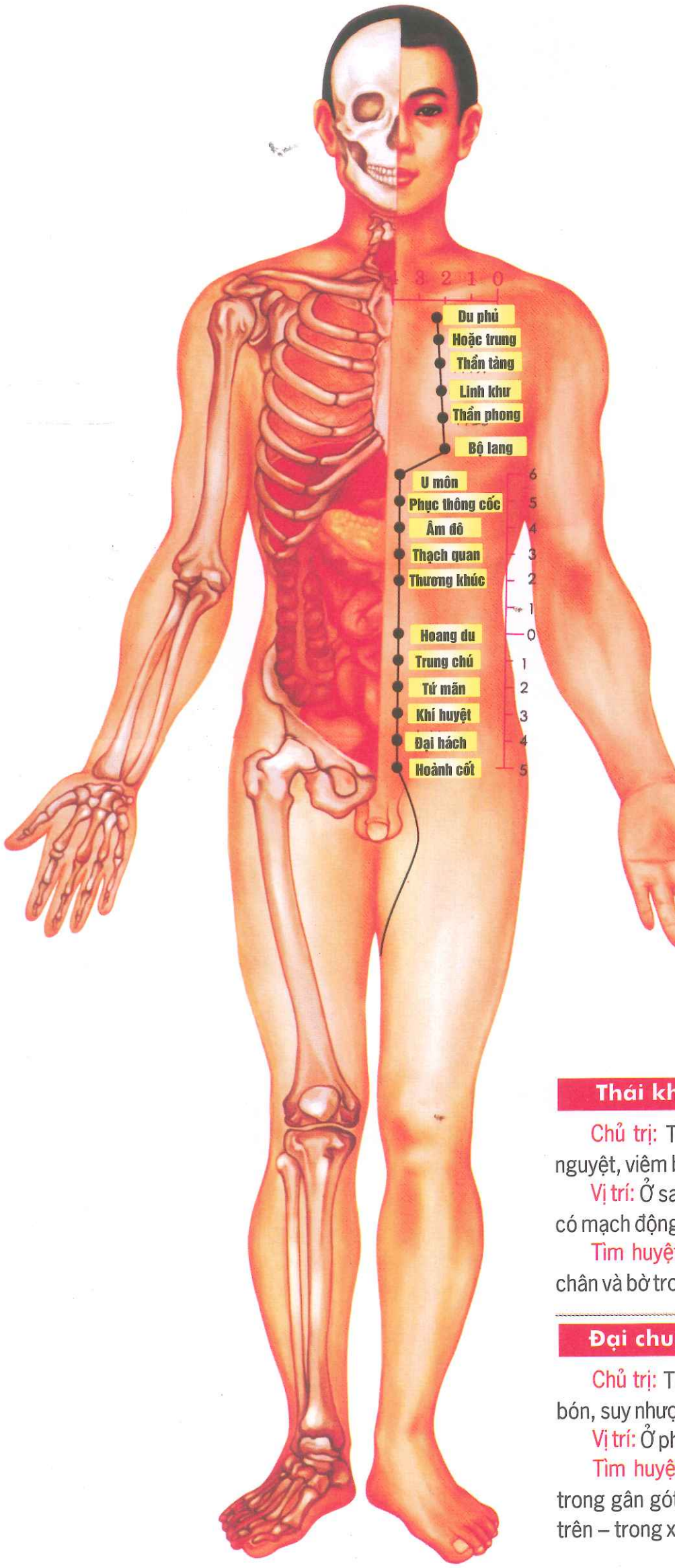
Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm nối 2/5 trước với 3/5 sau của đoạn đầu ngón chân thứ 2 và giữa bờ sau gót chân, trong chỗ lõm ở gan bàn chân.

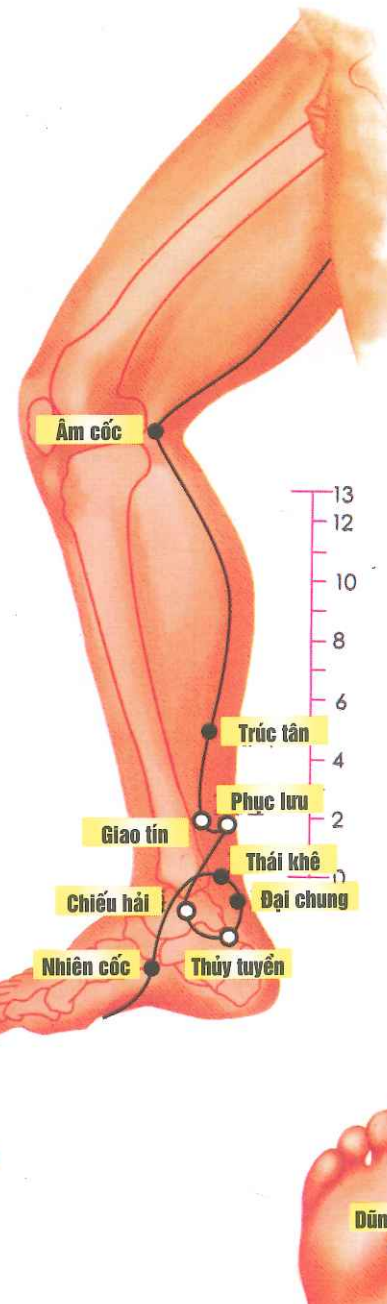
## Nhiên cốc

Chủ trị: Trị đau khớp bàn chân, viêm bàng quang, tiểu đường, đau họng, rối loạn kinh nguyệt.

Vị trí: Ở chỗ lõm dưới xương to, phía trước mắt cá trong chân.

Tìm huyệt nhanh: Huyệt ở sát giữa bờ dưới xương thuyền và ở trên đường tiếp giáp da gan bàn chân – mu chân.







## Thái khê

Chủ trị: Trị đau răng, đau họng, liệt chi dưới, rối loạn kinh nguyệt, viêm bàng quang, viêm thận, tiểu dầm, di tinh.

Vị trí: Ở sau mắt cá trong chân 0,5 tấc chỗ lõm trên xương gót có mạch động.

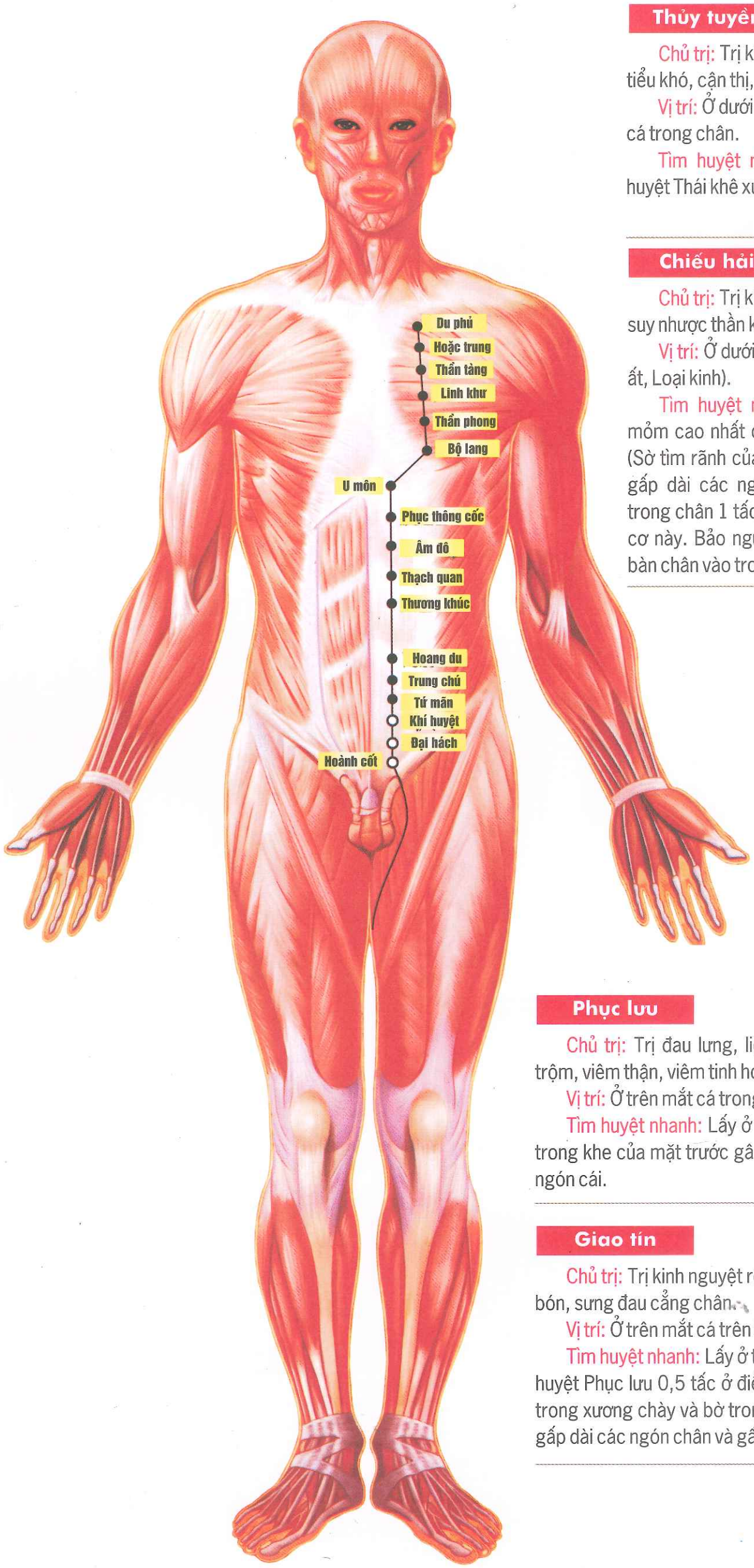
Tìm huyệt nhanh: Xác định chỗ cao nhất của mắt cá trong chân và bờ trong gân gót chân, huyệt ở chỗ lõm giữa hai vị trí này.

## Đại chung

Chủ trị: Trị đau gân gót chân, đau lưng, tiểu khó, suyễn, táo bón, suy nhược thần kinh, Hysteria.

Vị trí: Ở phía sau gót chân trên xương lớn giữa hai gân.

Tìm huyệt nhanh: Xác định bờ trên trong xương gót và bờ trong gân gót chân, huyệt ở góc tạo nên do gân gót bám vào bờ trên – trong xương gót.




## Thủy tuyền

Chủ trị: Trị kinh nguyệt rối loạn, sa tử cung, tiểu khó, cận thị, đau gót chân, thống kinh.

Vị trí: Ở dưới huyệt Thái khê 1 tấc. Dưới mắt cá trong chân.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ lõm thẳng huyệt Thái khê xuống 1 tấc.

## Chiếu hải

Chủ trị: Trị kinh nguyệt rối loạn, sa tử cung, suy nhược thần kinh, động kinh, viêm họng.

Vị trí: Ở dưới mắt cá trong chân 1 tấc (Giáp ất, Loại kinh).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ lõm thẳng mỏm cao nhất của mắt cá trong xuống 1 tấc (Sờ tìm rãnh của gân cơ cẳng chân sau và cơ gấp dài các ngón chân, thẳng dưới mắt cá trong chân 1 tấc, huyệt ở chỗ lõm giữa hai gân cơ này. Bảo người bệnh gấp duỗi và nghiêng bàn chân vào trong để xác định gân cơ).

## Phục lưu

Chủ trị: Trị đau lưng, liệt chi dưới, tiêu chảy, mồ hôi trộm, viêm thận, viêm tinh hoàn.

Vị trí: Ở trên mắt cá trong chân 2 tấc.

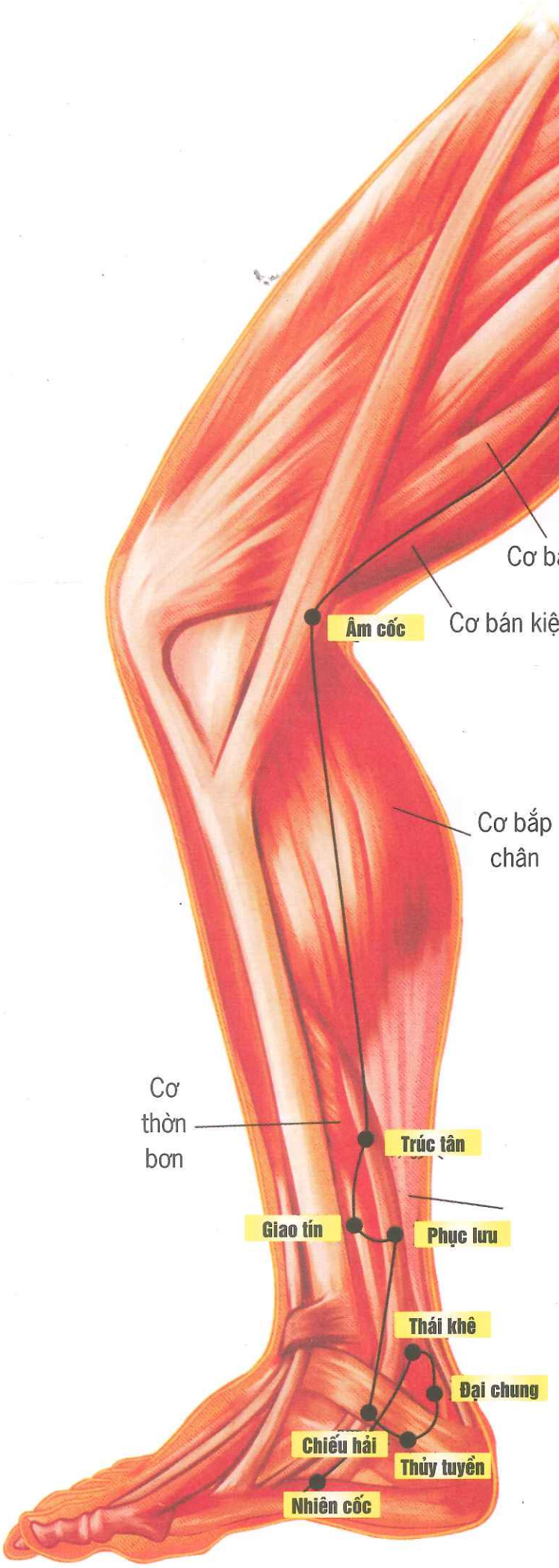
Tìm huyệt nhanh: Lấy ở thẳng huyệt Thái khê lên 2 tấc trong khe của mặt trước gân gót chân và cơ gấp dài riêng ngón cái.

## Giao tín

Chủ trị: Trị kinh nguyệt rối loạn, băng lậu, tiêu chảy, táo bón, sưng đau cẳng chân.

Vị trí: Ở trên mắt cá trên trong 2 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trên huyệt Thái khê 2 tấc, trước huyệt Phục lưu 0,5 tấc ở điểm chính giữa đoạn nối bờ sau trong xương chày và bờ trong gân gót chân. Trong khe cơ gấp dài các ngón chân và gấp dài riêng ngón cái.




## Trúc tân

Chủ Trị: Trị co rút cơ bắp chân, đau thắt lưng, động kinh, tâm thần phân liệt, viêm thận, tiểu bí.

Vị trí: Ở trên mắt cá trong chân 5 tấc, chỗ bắp chân phân ra (Đại thành).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trên huyệt Thái khê 5 tấc, trong khe của gân gót chân và cơ dép.

## Âm cốc

Chủ trị: Trừ thấp, thông tiểu, tư thận, thanh nhiệt, sơ tiết quyết khí, lợi hạ tiêu.

Vị trí: Ở sau lồi cầu trong xương chày, dưới gân lớn, trên gân nhỏ.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở đầu trong nếp kheo, sau lồi cầu trong xương chày trong khe của gân cơ bán gân (chắc và nhỏ, ở dưới) và gân cơ bán mạc (mềm và lớn hơn ở trên). Co gối cho gân nổi lên rõ để lấy huyệt.

## Hoành cốt

Chủ trị: Trị thoát vị đĩa đệm, viêm đường tiểu, liệt dương, di tinh, tiểu khó.

Vị trí: Ở dưới huyệt Đại hách 1 tấc, cách đường giữa bụng 0,5 tấc (Giáp ất).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở huyệt Khúc cốt ngang ra 0,5 tấc sát bờ trên xương mu.

## Đại hách

Chủ trị: Trị bạch đới, di mộng tinh, đau bộ phận sinh dục ngoài.

Vị trí: Ở dưới huyệt Khí huyệt 1 tấc, cách đường gân giữa bụng 0,5 tấc (Giáp ất).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở huyệt Trung cực ngang ra 0,5 tấc.

## Khí huyệt

Chủ trị: Trị kinh nguyệt bị rối loạn, tiêu chảy.

Vị trí: Ở dưới huyệt Tứ mãn 1 tấc, cách đường giữa bụng 0,5 tấc (Giáp ất).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở huyệt Quan nguyên ngang ra 0,5 tấc.

## Tứ mãn

Chủ trị: Trị tử cung xuất huyết, bạch đới, kinh nguyệt không đều, tiêu chảy.

Vị trí: Ở dưới huyệt Trung chú 1 tấc, cách đường giữa bụng 0,5 tấc (Giáp ất).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở huyệt Thạch môn ngang ra 0,5 tấc.

## Trung chú

Chủ trị: Trị ù tai, điếc, đau đầu, đau họng, liệt chi trên.

Vị trí: Ở dưới huyệt Hoang du 1 tấc, cách đường giữa bụng 0,5 tấc (Giáp ất).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở huyệt Âm giao ngang ra 0,5 tấc.

## Hoang du

Chủ trị: Trị dạ dày bị co thắt, đau do thoát vị, kinh rong, táo bón, hoàng đản.

Vị trí: Ở dưới huyệt Thương khúc 2 tấc, cách đường giữa bụng 0,5 tấc (Giáp ất).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở lỗ rốn ngang ra 0,5 tấc.

## Thương khúc

Chủ trị: Trị đau bụng do thoát vị, đau dạ dày, biếng ăn.

Vị trí: Ở dưới huyệt Thạch quan 2 tấc, cách đường giữa bụng 2,5 tấc (Giáp ất).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở huyệt Hạ quản ngang ra 0,5 tấc.

## Thạch quan

Chủ trị: Trị đau dạ dày, thực đạo co thắt, táo bón, nấc cục.

Vị trí: Ở dưới huyệt Âm đô 1 tấc, cách đường giữa bụng 0,5 tấc (Giáp ất).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở huyệt Kiên ký ngang ra 0,5 tấc.

## Âm đô

Chủ trị: Trị đau bụng, bụng sôi, đầy tức bụng, đau nóng hông sườn.

Vị trí: Ở dưới huyệt Thông cốc 1 tấc, cách đường giữa bụng 0,5 tấc (Giáp ất).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở huyệt Trung quản ngang ra 0,5 tấc.

## Phục thông

Chủ trị: Trị nôn mửa, tiêu chảy, đau bụng, đau thần kinh liên sườn, hồi hộp.

Vị trí: Ở dưới huyệt U môn 1 tấc, cách đường giữa bụng 0,5 tấc (Giáp ất).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở huyệt Trung quản ngang ra 0,5 tấc.

## U môn

Chủ trị: Trị đau ngực, nôn mửa, tiêu chảy, ợ hơi, dạ dày co thắt.

Vị trí: Ở chỗ lõm cách hai bên huyệt Cự khuyuết đều 0,5 tấc (Giáp ất).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở huyệt Cự khuyuết ngang ra 0,5 tấc.

## Bộ lang

Chủ trị: Trị ho, suyễn, viêm khí quản, đau thần kinh gian sườn, viêm màng ngực.

Vị trí: Ở giữa chỗ lõm dưới huyệt Thần phong 1,6 tấc, cách đường giữa ngực 2 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trong khoảng gian sườn thứ 5. Từ huyệt Trung đình ngang ra 2 tấc.

## Thần phong

Chủ trị: Trị đau thần kinh gian sườn, viêm phế quản.

Vị trí: Ở giữa chỗ lõm dưới huyệt Linh khư 1,6 tấc, cách đường giữa ngực 2 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trong khoảng gian sườn thứ 4. Từ huyệt Đản trung ngang ra 2 tấc.

## Linh khư

Chủ trị: Trị ho, nôn mửa, đau ngực, viêm tuyến vú, đau thần kinh liên sườn.

Vị trí: Ở giữa chỗ lõm dưới huyệt Thần tàng 1,6 tấc, cách đường giữa ngực 2 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trong khoảng gian sườn thứ 3. Từ huyệt Ngọc đường ngang ra 2 tấc.

## Thần tàng

Chủ trị: Trị ho, nôn mửa, đau thần kinh gian sườn.

Vị trí: Ở giữa chỗ lõm dưới huyệt Hoắc trung 1,6 tấc, cách đường giữa ngực 2 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trong khoảng gian sườn 2. Từ huyệt Tử cung ngang ra 2 tấc.

## Hoắc trung

Chủ trị: Trị ho, đau ngực, nôn mửa.

Vị trí: Ở giữa chỗ lõm dưới huyệt Du phủ 1,6 tấc, cách đường giữa ngực 2 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trong khoảng gian sườn thứ 1. Từ huyệt Hoa cái ngang ra 2 tấc.

## Du phủ

Chủ trị: Trị ho suyễn, nôn mửa, đầy tức ngực.

Vị trí: Ở dưới xương đòn, chỗ lõm cách huyệt Toàn cơ 2 tấc (Giáp ất, Đồng nhân).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trong khe giữa xương sườn thứ 1 và xương đòn từ huyệt Toàn cơ ngang ra 2 tấc.

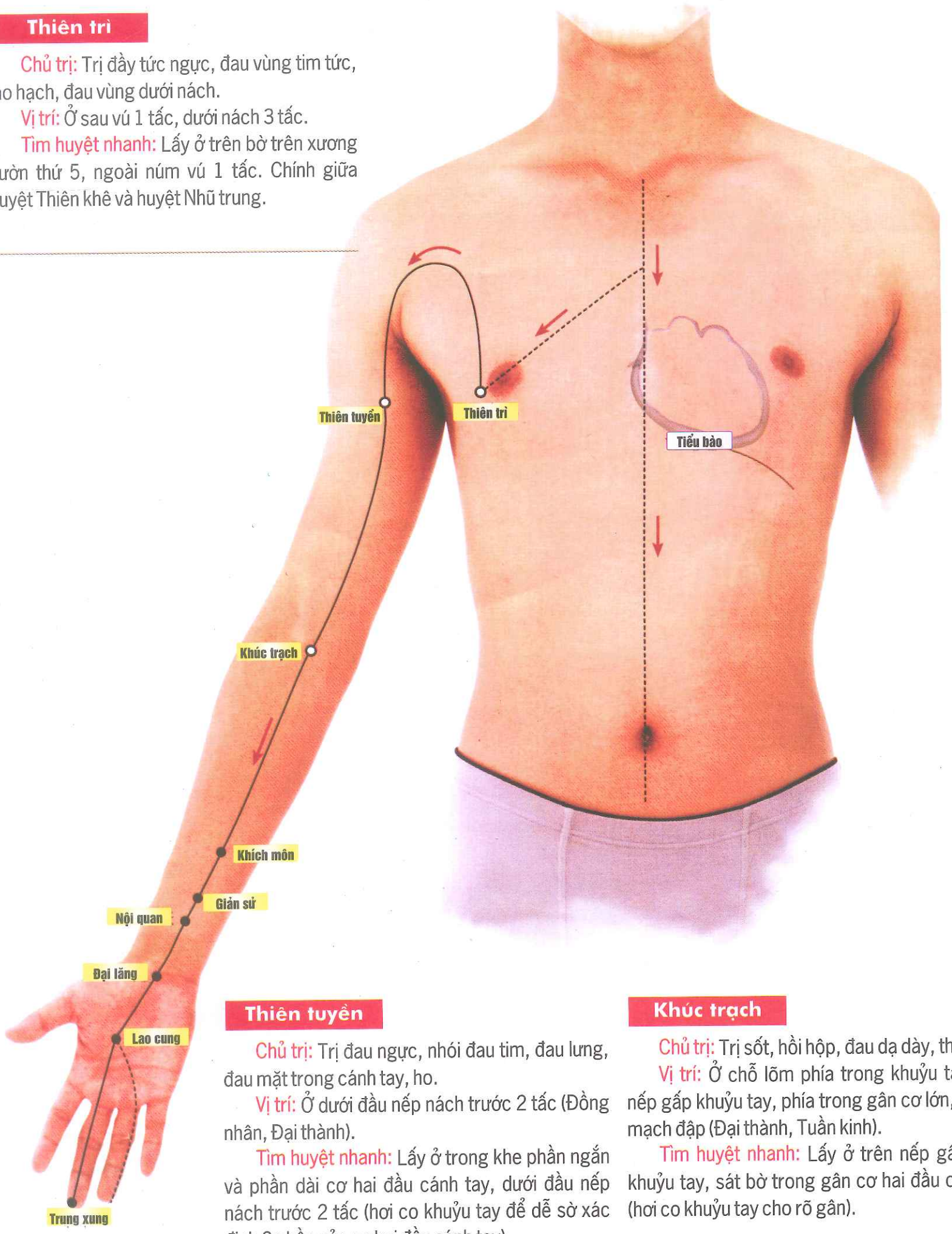
# THỦ QUYẾT ÂM TÂM BÀO KINH

*Bắt đầu từ trong ngực (thuộc về Tâm bào lạc xuyên cơ hoành xuống liên lạc với Thượng tiêu, Trung tiêu, Hạ tiêu).*

*Phân nhánh:*

*- Từ ngực ra cạnh sườn đến dưới nếp nách 3 tấc, vòng lên nách rồi theo mặt trước cánh tay đi giữa Thái âm Phế và Thiếu âm Tâm, vào giữa khuỷu tay, xuống cẳng tay đi giữa hai gân vào gan tay, đi dọc giữa ngón giữa đến đầu ngón tay.*

*- Từ gan tay đi dọc bờ (phía ngón út) của ngón đeo nhẫn đến đầu ngón nối với kinh Thiếu dương Tam tiêu ở tay.*




## Thiên trì

Chủ trị: Trị đầy tức ngực, đau vùng tim tức, lao hạch, đau vùng dưới nách.

Vị trí: Ở sau vú 1 tấc, dưới nách 3 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trên bờ trên xương sườn thứ 5, ngoài núm vú 1 tấc. Chính giữa huyệt Thiên khê và huyệt Nhũ trung.

## Thiên tuyền

Chủ trị: Trị đau ngực, nhói đau tim, đau lưng, đau mặt trong cánh tay, ho.

Vị trí: Ở dưới đầu nếp nách trước 2 tấc (Đồng nhân, Đại thành).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trong khe phần ngắn và phần dài cơ hai đầu cánh tay, dưới đầu nếp nách trước 2 tấc (hơi co khuỷu tay để dễ sờ xác định 2 phần của cơ hai đầu cánh tay).

## Khúc trạch

Chủ trị: Trị sốt, hồi hộp, đau dạ dày, thấp tim.

Vị trí: Ở chỗ lõm phía trong khuỷu tay, trên nếp gấp khuỷu tay, phía trong gân cơ lớn, chỗ có mạch đập (Đại thành, Tuần kinh).

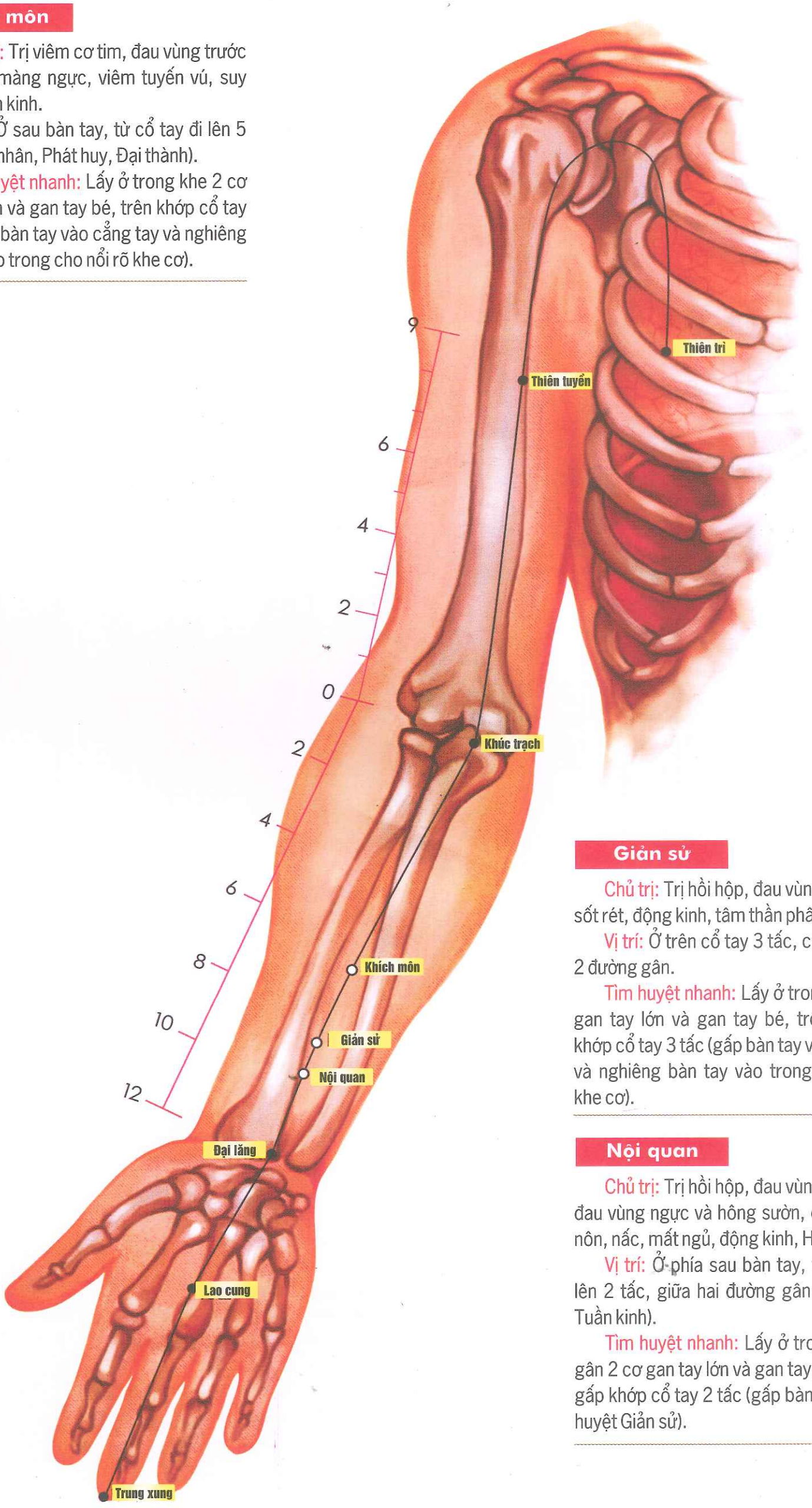
Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trên nếp gấp khớp khuỷu tay, sát bờ trong gân cơ hai đầu cánh tay (hơi co khuỷu tay cho rõ gân).

## Khích môn

Chủ trị: Trị viêm cơ tim, đau vùng trước tim, viêm màng ngực, viêm tuyến vú, suy nhược thần kinh.

Vị trí: Ở sau bàn tay, từ cổ tay đi lên 5 tấc (Đồng nhân, Phát huy, Đại thành).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trong khe 2 cơ gan tay lớn và gan tay bé, trên khớp cổ tay 5 tấc (gấp bàn tay vào cẳng tay và nghiêng bàn tay vào trong cho nổi rõ khe cơ).




## Giản sử

Chủ trị: Trị hồi hộp, đau vùng trước tim, sốt rét, động kinh, tâm thần phân liệt.

Vị trí: Ở trên cổ tay 3 tấc, chỗ lõm giữa 2 đường gân.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trong khe 2 cơ gan tay lớn và gan tay bé, trên nếp gấp khớp cổ tay 3 tấc (gấp bàn tay vào cẳng tay và nghiêng bàn tay vào trong cho nổi rõ khe cơ).

## Nội quan

Chủ trị: Trị hồi hộp, đau vùng trước tim, đau vùng ngực và hông sườn, đau dạ dày, nôn, nấc, mất ngủ, động kinh, Hysteria.

Vị trí: Ở phía sau bàn tay, từ cổ tay đi lên 2 tấc, giữa hai đường gân (Đại thành, Tuần kinh).

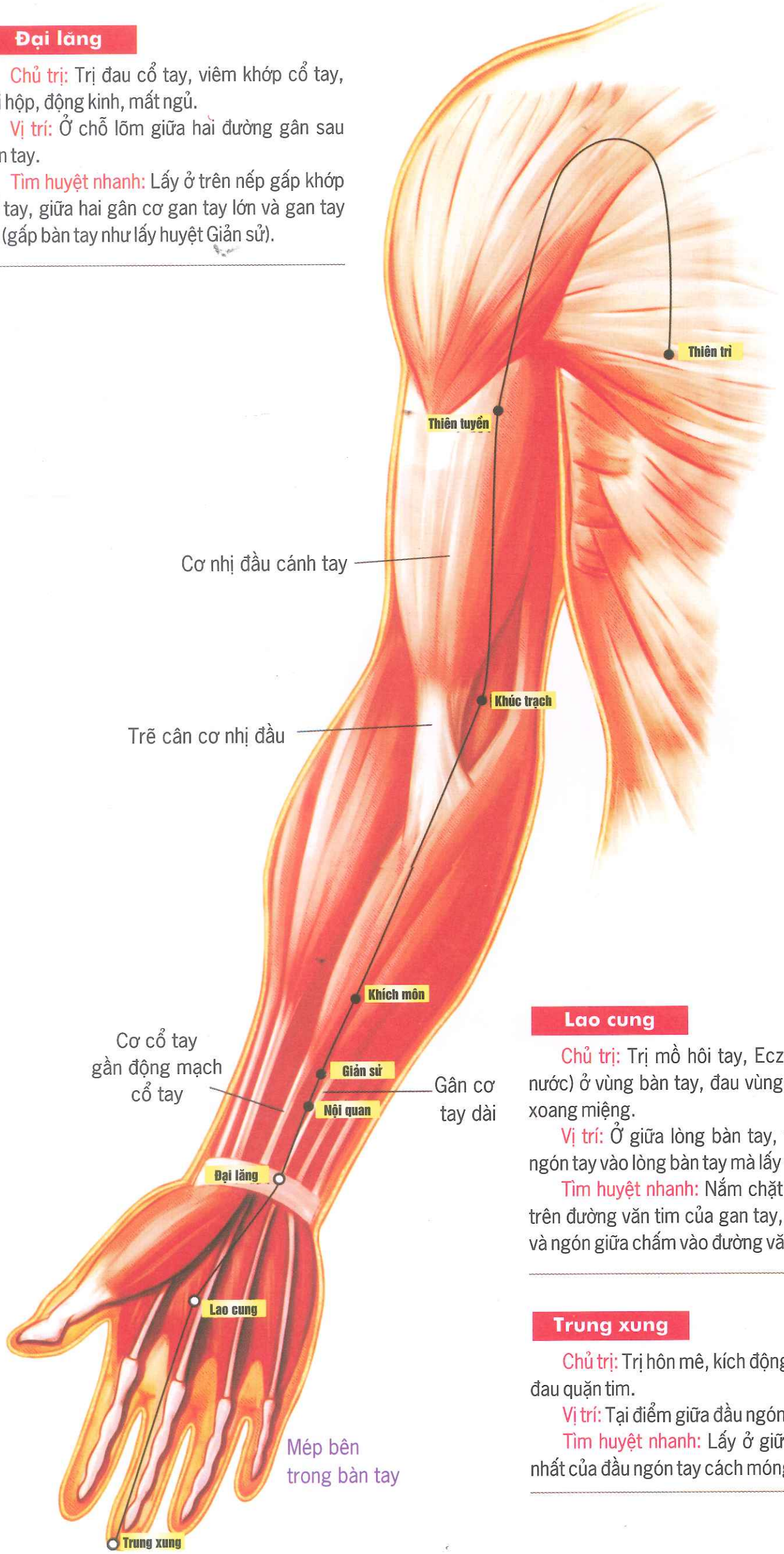
Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trong khe của gân 2 cơ gan tay lớn và gan tay bé trên nếp gấp khớp cổ tay 2 tấc (gấp bàn tay như tìm huyệt Giản sử).

## Đại lăng

Chủ trị: Trị đau cổ tay, viêm khớp cổ tay, hồi hộp, động kinh, mất ngủ.

Vị trí: Ở chỗ lõm giữa hai đường gân sau bàn tay.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trên nếp gấp khớp cổ tay, giữa hai gân cơ gan tay lớn và gan tay bé (gấp bàn tay như lấy huyệt Giản sử).




## Lao cung

Chủ trị: Trị mồ hôi tay, Eczema (da sần sùi, nổi mụn nước) ở vùng bàn tay, đau vùng tim, động kinh, nấc, viêm xoang miệng.

Vị trí: Ở giữa lòng bàn tay, trên động mạch, gấp các ngón tay vào lòng bàn tay mà lấy huyệt.

Tìm huyệt nhanh: Nắm chặt các ngón tay, lấy huyệt ở trên đường văn tim của gan tay, chỗ khe ngón tay vô danh và ngón giữa chấm vào đường văn này.

## Trung xung

Chủ trị: Trị hôn mê, kích động dẫn đến ngất xỉu, sốt cao, đau quặn tim.

Vị trí: Tại điểm giữa đầu ngón tay giữa.

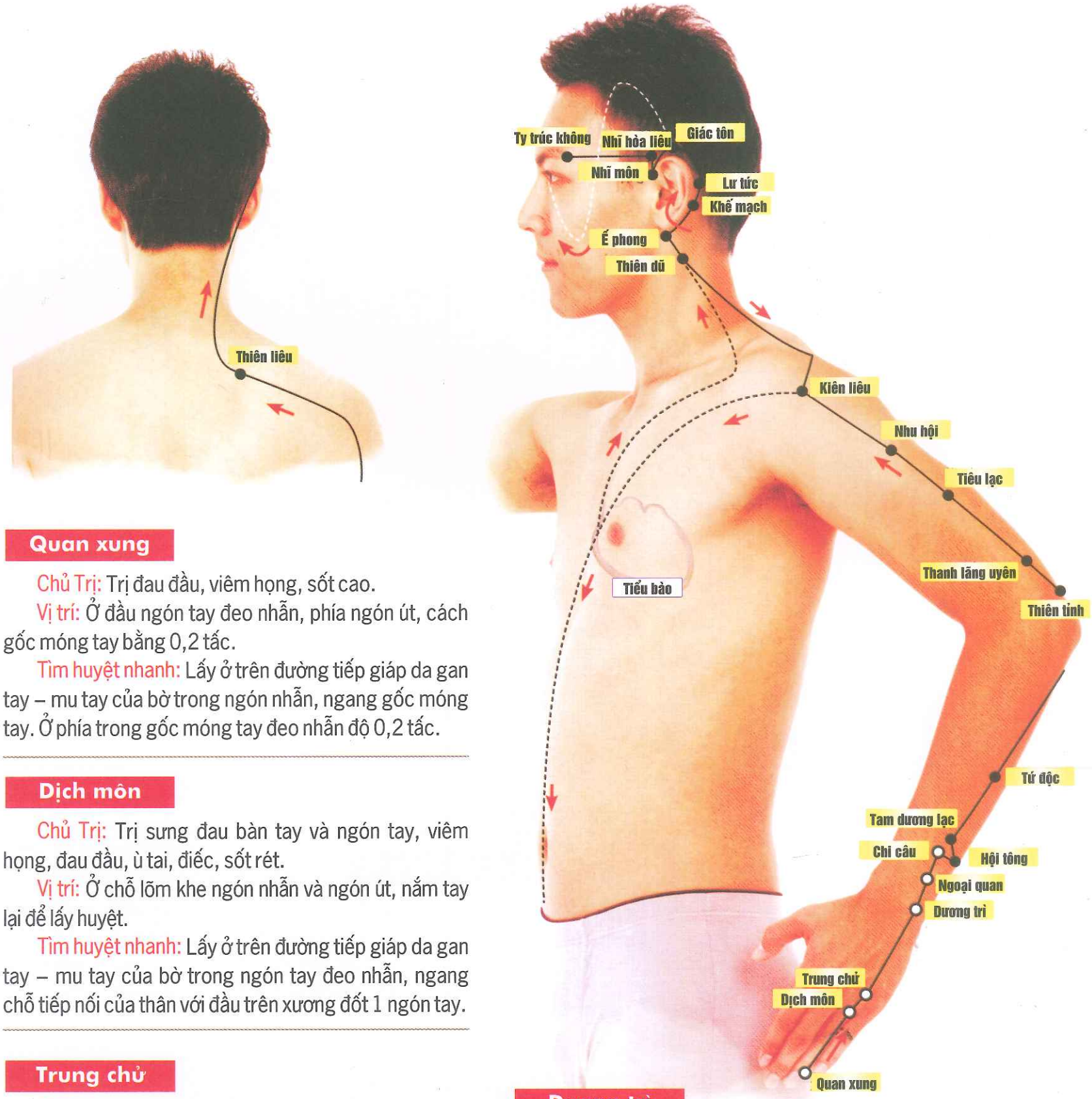
Tìm huyệt nhanh: Lấy ở giữa đầu ngón giữa, chỗ cao nhất của đầu ngón tay cách móng tay khoảng 0,2 tấc.

# THỦ THIẾU DƯƠNG TAM TIÊU KINH

*Bắt đầu từ ngón tay đeo nhẫn dọc bờ (phía ngón út) mu ngón tay lên kẽ ngón út và ngón tay đeo nhẫn dọc mu tay (giữa 2 xương bàn tay 4 và 5) lên cổ tay đi giữa hai xương (quay và trụ) qua mỏm khuỷu dọc mặt sau ngoài cánh tay lên vai bắt chéo ra sau kinh Thiếu dương Đởm, qua vai (Kiên tỉnh) vào hố trên đòn (Khuyết bồn) xuống giữa hai vú (Đản trung), liên lạc với Tâm bào, qua cơ hoành, từ ngực xuống bụng (thuộc về Thượng tiêu, Trung tiêu, Hạ tiêu).*

*Phân nhánh: Từ Đản trung lên hố trên đòn (Khuyết bồn) lên gáy, đến sau tai, dọc theo rìa tai, lên mỏm trên rìa tai, vòng xuống mặt rồi lên đến dưới hố mắt.*

*Từ sau tai đi vào trong tai, ra trước tai, đi trước huyệt Thượng quan đến đuôi mắt để tiếp nối với kinh Thiếu dương Đởm.*




## Quan xung

Chủ Trị: Trị đau đầu, viêm họng, sốt cao.

Vị trí: Ở đầu ngón tay đeo nhẫn, phía ngón út, cách gốc móng tay bằng 0,2 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trên đường tiếp giáp da gan tay – mu tay của bờ trong ngón nhẫn, ngang gốc móng tay. Ở phía trong gốc móng tay đeo nhẫn độ 0,2 tấc.

## Dịch môn

Chủ Trị: Trị sưng đau bàn tay và ngón tay, viêm họng, đau đầu, ù tai, điếc, sốt rét.

Vị trí: Ở chỗ lõm khe ngón nhẫn và ngón út, nắm tay lại để lấy huyệt.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trên đường tiếp giáp da gan tay – mu tay của bờ trong ngón tay đeo nhẫn, ngang chỗ tiếp nối của thân với đầu trên xương đốt 1 ngón tay.

## Trung chử

Chủ Trị: Trị ù tai, điếc, đau đầu, đau họng, liệt chi trên.

Vị trí: Ở chỗ lõm phía sau khớp bàn – ngón nhẫn, mé ngón út.

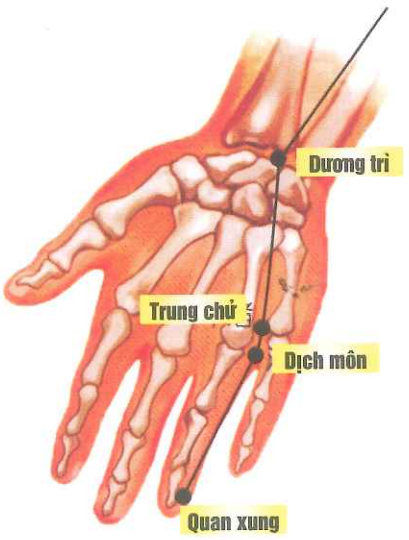
Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trong khe gian đốt xương bàn tay thứ 4 – 5, ngang với chỗ tiếp nối của thân với đầu dưới xương bàn tay thứ 4.

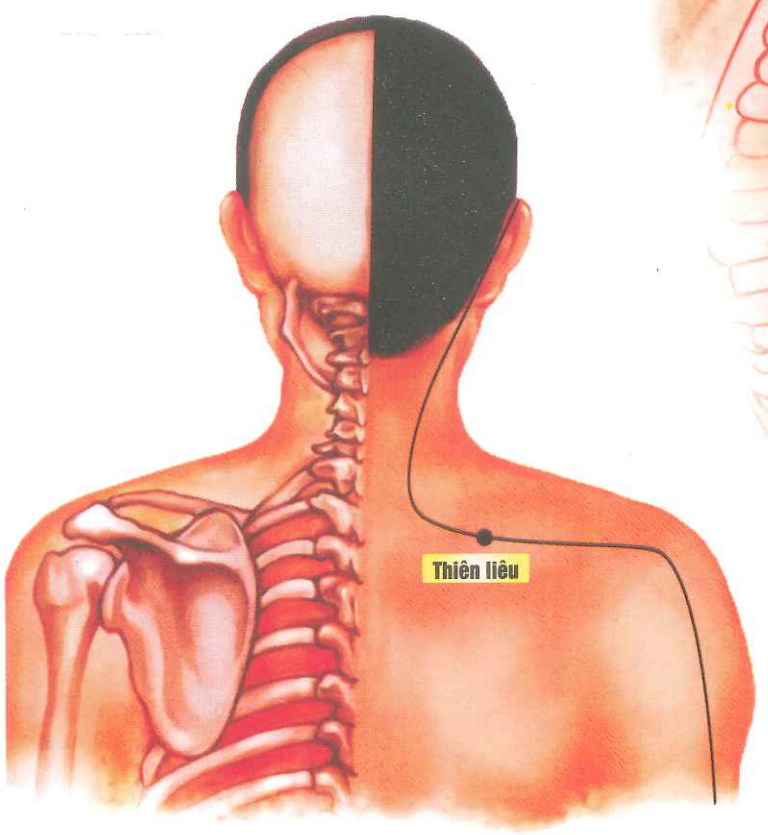
## Dương trì

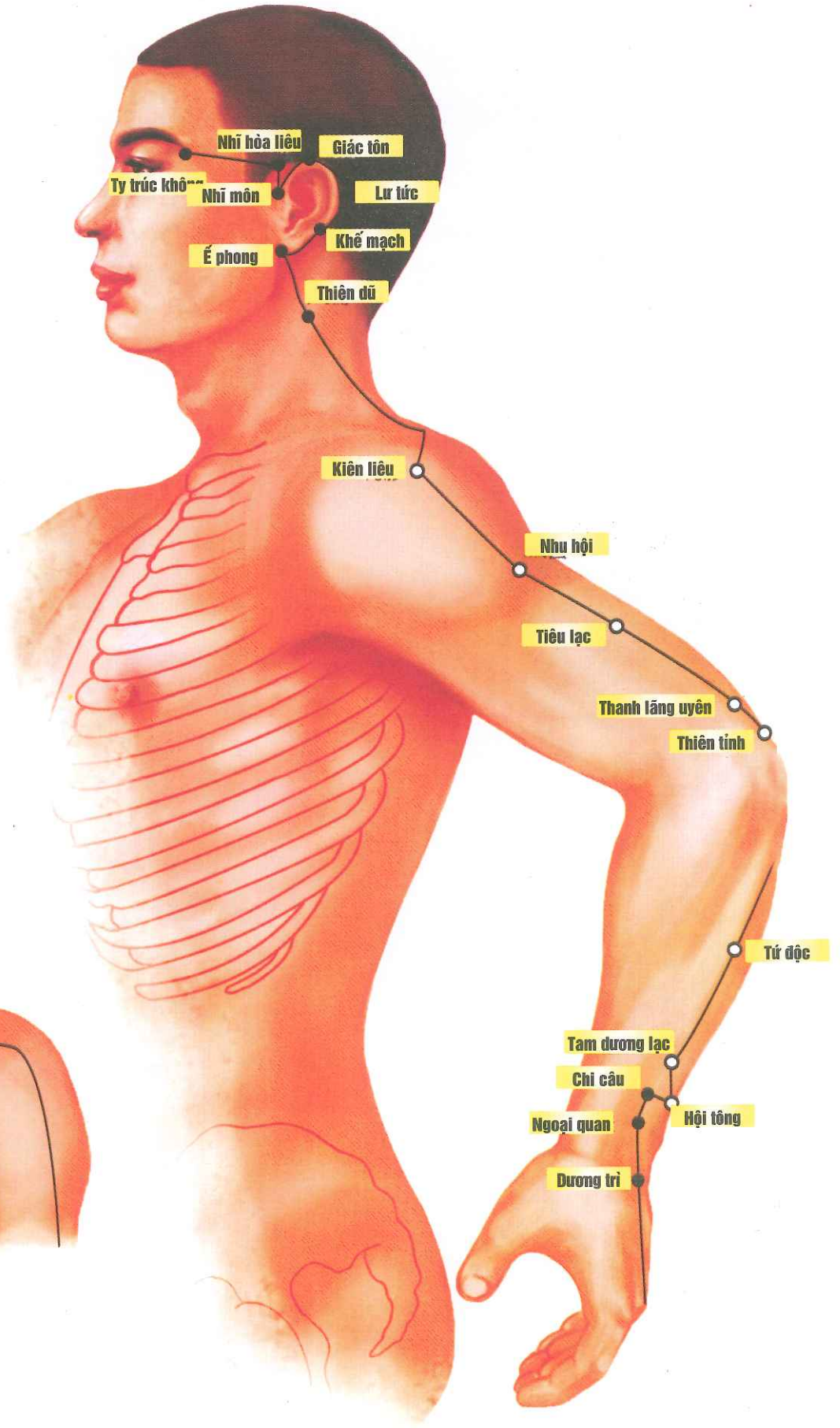
Chủ Trị: Trị viêm khớp cổ tay và tổ chức mềm chung quanh.

Vị trí: Ở chỗ lõm trên cổ tay phía mu tay.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trên nếp gấp của mặt sau khớp cổ tay, giữa gân ruỗi chung ngón tay và gân ruỗi riêng ngón tay út (ngửa bàn tay ra sau để nổi rõ nếp gấp khớp và các gân).




## Ngoại quan

Chủ Trị: Trị liệt chi trên, đau thần kinh gian sườn, đau đầu, ù tai, điếc, cổ gáy cứng, sốt, cảm mạo.

Vị trí: Ở sau cổ tay 2 tấc, chỗ lõm giữa hai xương quay và xương trụ, ở giữa mặt cánh tay.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở giữa khe xương quay và xương trụ, trên Dương trì 2 tấc.

## Chi câu

Chủ Trị : Trị liệt chi trên, đau vai lưng, đau thần kinh gian sườn, đau họng, sốt cao, táo bón.

Vị trí: Ở sau cổ tay 3 tấc, chỗ lõm giữa 2 xương trụ và xương quay trên huyệt Ngoại quan 1 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở khe xương quay và xương trụ, mặt sau cẳng tay, trên huyệt Dương trì 3 tấc.

## Hội tông

Chủ Trị: Trị đau cánh tay, điếc, động kinh, hẹp van tim hẹp.

Vị trí: Ở sau cổ tay 3 tấc, cách chỗ lõm 1 tấc về phía sau sát bờ ngoài xương trụ.

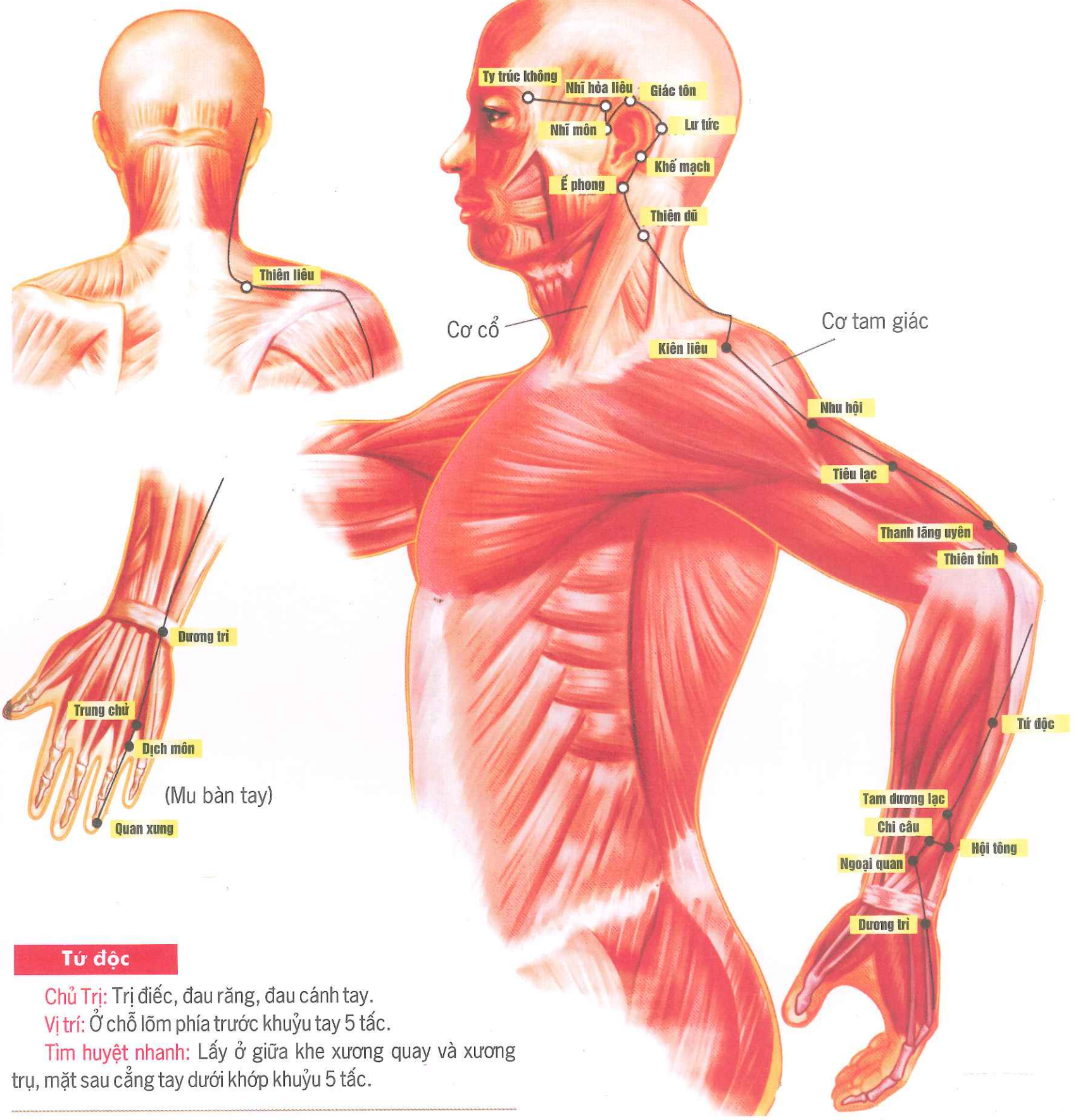
Tìm huyệt nhanh: Lấy ở sát bờ ngoài xương trụ, mặt sau cẳng tay, trên huyệt Dương trì 3 tấc, cách Ngoại quan 1 khoát ngón tay về phía ngón út.

## Tam dương lạc

Chủ Trị: Trị đau cánh tay, điếc, mất tiếng nói.

Vị trí: Ở đường mạch lớn giao nhau trên cánh tay, trên huyệt Chi câu 1 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở giữa khe xương quay và xương trụ, mặt sau cẳng tay, trên huyệt Dương trì 4 tấc.




## Tứ độc

Chủ Trị: Trị điếc, đau răng, đau cánh tay.

Vị trí: Ở chỗ lõm phía trước khuỷu tay 5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở giữa khe xương quay và xương trụ, mặt sau cẳng tay dưới khớp khuỷu 5 tấc.

## Thiên tỉnh

Chủ Trị: Trị viêm khớp khuỷu tay và tổ chức phầm mềm quanh khớp, đau tim.

Vị trí: Ở sau đầu xương, chỗ lõm giữa hai đường gân trên khuỷu tay 1 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ lõm ngay trên đầu mỏm khuỷu xương trụ, trên khớp khuỷu 1 tấc.

## Nhu hội

Chủ Trị: Trị đau vai và cánh tay, sưng đau khớp xương vai, các bệnh về mắt.

Vị trí: Ở bờ trước vai, cách mỏm vai 3 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Nối mỏm khuỷu xương trụ với bờ sau mỏm cùng vai, huyệt ở chỗ đường này gặp bờ sau dưới cơ Delta, dưới huyệt Kiên liêu 3 tấc.

## Thanh lãng uyên

Chủ Trị: Trị vai và đau cánh tay, bệnh về mắt.

Vị trí: Ở trên khuỷu tay 2 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở thẳng huyệt Thiên tỉnh lên 1 tấc.

## Tiêu lạc

Chủ Trị: Trị đau cánh tay, cứng cổ gáy, đau đầu.

Vị trí: Ở dưới vai, khoảng ngoài cánh tay, trên khớp khuỷu tay 5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trên đường nối mỏm khuỷu xương trụ với bờ sau mỏm cùng xương bả vai, ngay chỗ cơ ba đầu cánh tay tách ra thành phần dài và phần rộng ngoài (xoay cánh tay ra trước sẽ làm hiện rõ khe của phần dài và phần rộng của cơ ba đầu cánh tay).

## Kiên liêu

Chủ Trị: Trị đau quanh khớp vai, liệt và đau chi trên.

Vị trí: Ở chỗ lõm trên bắp tay ở mỏm vai huyệt ở chỗ phía dưới, sau mỏm cùng vai.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ lõm phía dưới và phía sau mỏm cùng vai, sau huyệt Kiên ngung độ 1 tấc.

## Ế phong

Chủ Trị : Trị điếc, ù tai, lãng tai, viêm tuyến mang tai, liệt thần kinh mặt.

Vị trí: Chỗ lõm ở góc nhọn sau tai.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ lõm sau mỏm nhọn nhất của dái tai, sát bờ trước cơ ức–đòn–chũm, sau góc xương hàm dưới, ấn vào trong tai thấy đau.

## Giác tôn

Chủ Trị: Trị tai nóng đỏ, viêm vành tai, mộng thịt mắt, đau răng, quai bị.

Vị trí: Ở giữa góc trên của vành tai, há mồm có chỗ lõm.

Tìm huyệt nhanh: Ép sát vành tai vào đầu huyệt ở trên chân tóc, ngay chỗ cao nhất của vành tai áp vào đầu.

## Ty trúc không

Chủ Trị: Trị đau đầu, các bệnh về mắt.

Vị trí: Ở giữa chỗ lõm đuôi lông mày.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ lõm sát đuôi lông mày, ấn vào có cảm giác ê tức.

## Thiên liêu

Chủ Trị: Trị đau vai và khớp vai, nhức mỏi cổ gáy.

Vị trí: Ở giữa chỗ lõm trên gai sống vai.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở phía trên hố trên gai sống xương bả vai, chính giữa đường nối huyệt Đại chùy và bờ ngoài đoạn sau mỏm cùng vai, ở khoảng giữa huyệt Kiên tỉnh và huyệt Khúc viên.

## Khế mạch

Chủ Trị: Trị ù tai, điếc, liệt mặt.

Vị trí: Ở sau rìa tai, chỗ lạc mạch xanh hình chân gà.

Tìm huyệt nhanh: Ép sát vành tai vào đầu, huyệt ở chỗ nối 1/3 dưới và 2/3 trên của đường cong theo bờ vành tai từ huyệt Ế phong đến huyệt Giác tôn.

## Nhĩ môn

Chủ Trị: Trị ù tai, điếc, viêm tai giữa.

Vị trí: Ở trước vành tai, chỗ lõm ở chỗ khuyết của loa tai.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở ngang phía trước rãnh trên bình tai, chỗ đầu trên chân bình tai.

## Thiên dũ

Chủ Trị: Trị cứng cổ gáy, điếc tai.

Vị trí: Ở phía ngoài gân lớn của cổ, trên Khuyết bồn, sau huyệt Thiên dung, trước huyệt Thiên trụ, dưới huyệt Hoàn cốt, trên chân tóc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy nếp sau gáy làm chuẩn, huyệt ở khoảng 1/3 ngoài đường nối Thiên trụ và Thiên dung (ở chỗ bờ sau cơ ức–đòn–chũm gặp chân tóc ở gáy phía sau và dưới tai).

## Lư tức

Chủ Trị : Trị viêm tai giữa, ù tai, nôn mửa, co giật.

Vị trí: Ở trong chỗ lạc mạch xanh sau tai.

Tìm huyệt nhanh: Ép sát vành tai sau đầu, huyệt ở chỗ nối 2/3 dưới với 1/3 trên của đường cong theo bờ vành tai từ huyệt Ế phong đến huyệt Giác tôn.

## Nhĩ hòa liêu

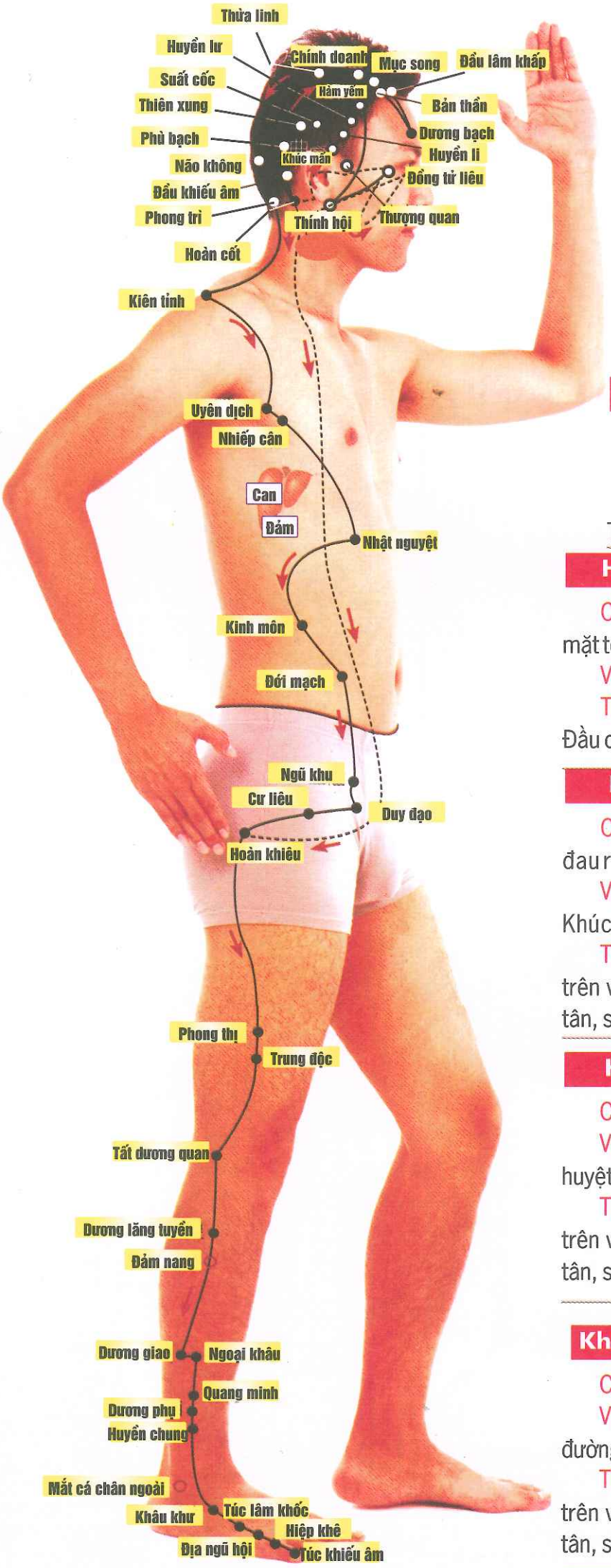
Chủ Trị: Trị đau đầu, ù tai, liệt thần kinh mặt, cấm khẩu.

Vị trí: Ở trước tai, trên động mạch dưới tóc mai.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở sau bờ sau của chân tóc mai và bờ trên của mỏm tiếp xương thái dương phía trên và phía trước của bình tai khoảng 1 ngón tay, sờ thấy động mạch Thái dương nông.

# TÚC THIẾU DƯƠNG ĐẢM KINH

*Bắt đầu từ đuôi mắt, lên góc trán, vòng xuống sau tai, vòng qua đầu sang trán, vòng trở lại gáy đi dọc cổ (trước kinh Tam tiêu) xuống vai, bắt chéo ra sau kinh Thiếu dương ở tay vào hố trên đòn xuống nách, dọc ngực sườn (Chương môn), đến mấu chuyển lớn rồi đi ở mặt ngoài đùi, ra bờ dưới khớp gối, xuống cẳng chân trước ngoài qua xương mác và trước mắt cá ngoài mu chân đến góc ngoài ngón chân thứ 4.*




## Đồng tử liêu

Chủ trị: Bệnh mắt, đau đầu, liệt mặt.

Vị trí: Từ đuôi mắt ra ngoài 0,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Ngồi ngay, lấy ở cuối đuôi mắt.

## Thính hội

Chủ trị: Ù tai, điếc tai, liệt mặt, viêm tai giữa.

Vị trí: Ở phía trước và dưới bình tai.

Tìm huyệt nhanh: Phía trước và dưới nhĩ bình, ngang với lỗ trống ở bờ cắt dưới bình tai. Khi há miệng có chỗ lõm.

## Thượng quan

Chủ trị: Thần kinh mặt tê bại, ù tai, điếc, đau răng.

Vị trí: Ở bờ trên cung quyền, thẳng huyệt Hạ quan lên.

Tìm huyệt nhanh: Há miệng lấy ở chỗ lõm, chỗ thủ túc Thiếu dương, Dương minh hội ở đó.

## Hàm yếm

Chủ trị: Đau bên đầu, hoa mắt, ù tai, viêm mũi, thần kinh mặt tê bại.

Vị trí: Huyệt Đầu duy xuống 1 tấc, sờ vào có động mạch nhảy.

Tìm huyệt nhanh: Lấy chỗ cách 1/3 trên đường nối huyệt Đầu duy với huyệt Khúc mấn.

## Huyền li

Chủ trị: Đau bên đầu, thần kinh suy nhược, phù mặt, đau răng.

Vị trí: Ở 1/3 dưới đường nối huyệt Hàm yếm tới huyệt Khúc phát.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở dưới huyệt Huyền lư chỗ nối 3/4 trên với 1/4 dưới của đoạn nối huyệt Đầu duy với huyệt Khúc tân, sát động mạch Thái dương nông.

## Huyền lư

Chủ trị: Đau bên đầu, thần kinh suy nhược, đau răng.

Vị trí: Ở 1/3 phía trên của đường nối huyệt Hàm yếm tới huyệt Khúc phát (Khúc mấn).

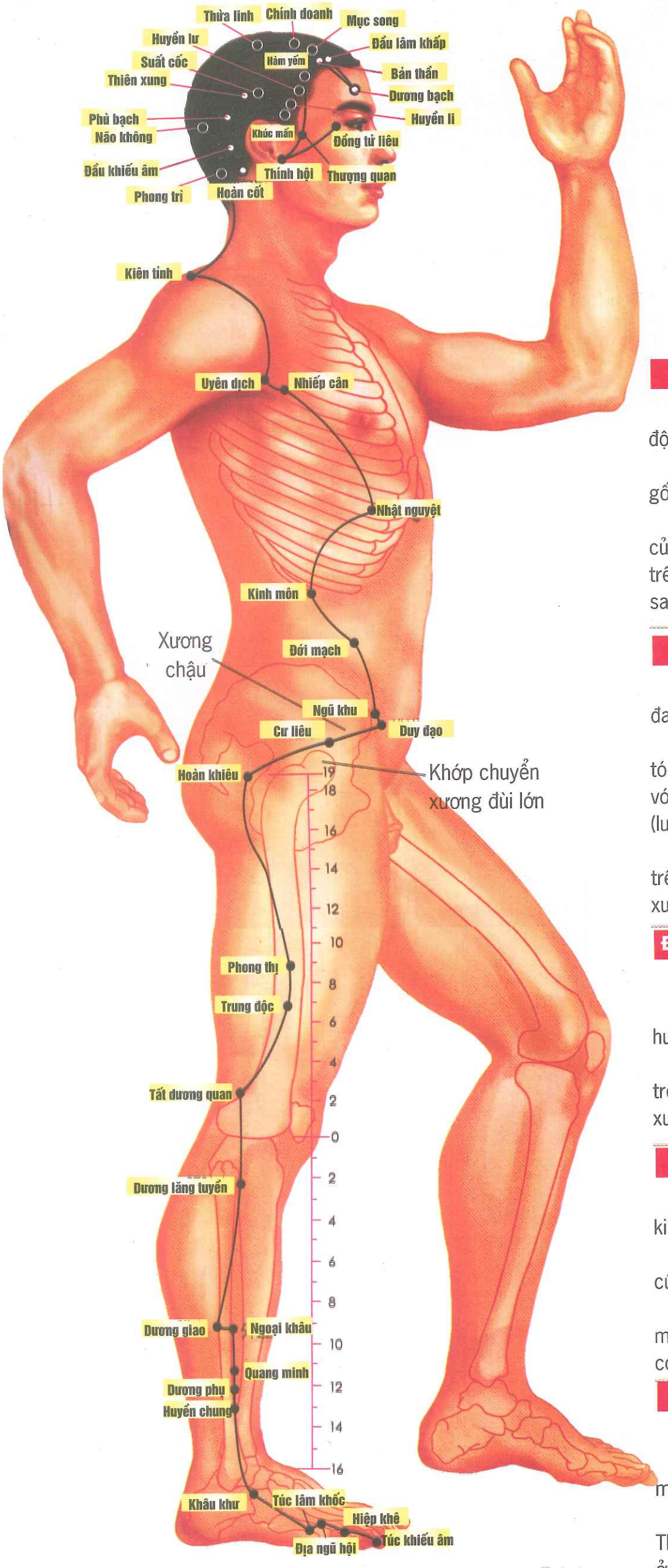
Tìm huyệt nhanh: Lấy ở dưới huyệt Hàm yếm chỗ nối 2/4 trên với 2/4 dưới của đoạn nối huyệt Đầu duy với huyệt Khúc tân, sát động mạch Thái dương nông.

## Khúc mấn (Khúc phát)

Chủ trị: Hàm và má bị sưng đau, khó há miệng, đau đầu, cứng gáy.

Vị trí: Ngang bằng phía trên vành tai và thẳng đứng với đường trước tai gặp nhau.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở dưới huyệt Huyền lư chỗ nối 3/4 trên với 1/4 dưới của đoạn nối huyệt Đầu duy với huyệt Khúc tân, sát động mạch Thái dương nông.




## Suất cốc

Chủ trị: Đau bên đầu, mắt sưng đỏ, nôn mửa, đau răng, da sưng.

Vị trí: Ở phía trên tai, vào trong mép tóc 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Gấp vành tai về phía trước và áp vành tai vào đầu để lấy huyệt Giác tôn đo thẳng lên 1,5 tấc để lấy huyệt Suất cốc.

## Thiên xung

Chủ trị: Đau đầu, sưng đau răng lợi, động kinh.

Vị trí: Sau huyệt Suất cốc 0,5 tấc, sau gốc tai thẳng lên, vào trong tóc 2 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường cong theo chân tóc trên tai và ở trên chân tóc 2 tấc, với đường thẳng đứng sau huyệt Suất cốc 1/2 tấc.

## Phù bạch

Chủ trị: Ù tai, điếc tai, viêm amydale, đau răng, bướu cổ.

Vị trí: Trên gốc tai lui về phía sau (vào tóc) 1 tấc, 1/3 trên đường Thiên xung nối vớihuyệt Hoàn cốt, huyệt Thiên xung xuống (lui về sau) 1 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ nối 1/3 trên với 2/3 dưới của đoạn nối huyệt Thiên xung với huyệt Hoàn cốt.

## Đầu khiếu âm

Chủ trị: Đau mắt, đau đỉnh đầu.

Vị trí: Giữa đường nối huyệt Phù bạch với huyệt Hoàn cốt.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ nối 2/3 trên với 1/3 dưới của đoạn nối huyệt Thiên xung với huyệt Hoàn cốt.

## Hoàn cốt

Chủ trị: Ù tai, đau răng, sưng má, thần kinh mặt tê bại.

Vị trí: Chỗ lõm dưới và sau mỏm chũm, cúi đầu lấy huyệt.

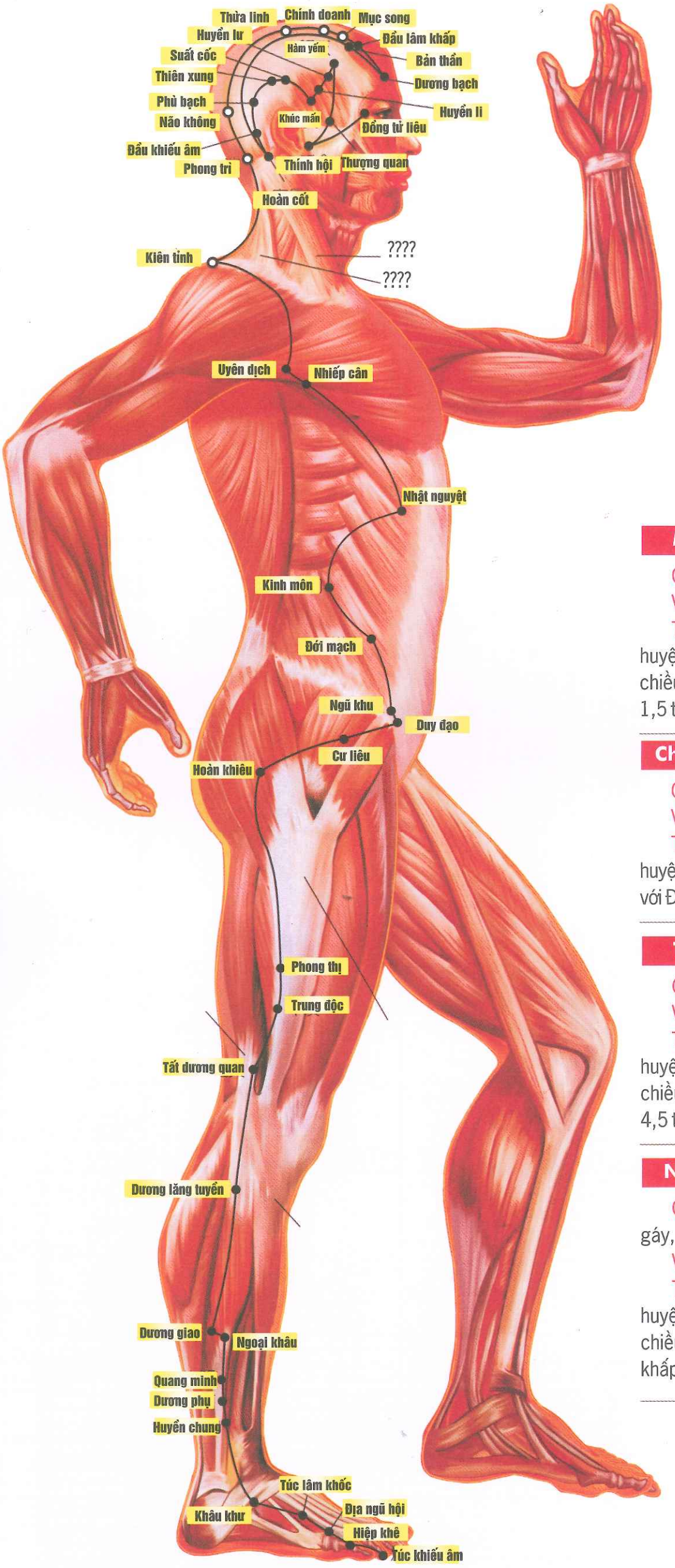
Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ lõm sau mỏm trâm – chũm phía sau tai, sát bờ sau cơ ức đòn chũm.

## Bản thần

Chủ trị: Động kinh,cứng cổ.

Vị trí: Đuôi mắt ngoài thẳng lên, vào mép tóc 0,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở ngang huyệt Thần đình và ở ngoài huyệt Thần đình 3 tấc, ở trong huyệt Đầu duy 1,5 tấc.




## Dương bạch

Chủ trị: Đau đầu trước trán, bệnh về mắt, thần kinh mặt tê bại.

Vị trí: Mắt nhìn thẳng, chính giữa mắt lên và trên lông mày 1 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trên đường thẳng qua chính giữa mắt và ở phía trên lông mày 1 tấc.

## Đầu lâm khấp

Chủ trị: Tắc mũi, bệnh mắt, trúng gió, động kinh.

Vị trí: Mắt nhìn thẳng, chính giữa mắt thẳng lên vào qua mép tóc 0,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trên đường thẳng qua chính giữa huyệt Thần đình và huyệt Đầu duy, trên chân tóc trán 0,5 tấc.

## Mục song

Chủ trị: Bệnh mắt, phù mặt.

Vị trí: Từ huyệt Lâm khấp lên 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trên đường nối huyệt Lâm khấp với huyệt Phong trì (cùng chiều với mạch Đốc) ở sau huyệt Lâm khấp 1,5 tấc.

## Chính doanh

Chủ trị: Đau đầu, hoa mắt, đau răng.

Vị trí: Từ huyệt Mục song lên 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trên đường nối huyệt Lâm khấp với huyệt Phong trì (cùng chiều với Đốc mạch) ở sau huyệt Lâm khấp 3 tấc.

## Thừa linh

Chủ trị: Đau đầu, tắc mũi, chảy máu cam.

Vị trí: Sau huyệt Chính doanh 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trên đường nối huyệt Lâm khấp với huyệt Phong trì (cùng chiều với mạch Đốc) ở sau huyệt Lâm khấp 4,5 tấc.

## Não không

Chủ trị: Đau đầu, chảy máu cam, cứng gáy, hen suyễn.

Vị trí: Từ huyệt Phong trì thẳng lên 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trên đường nối huyệt Lâm khấp với huyệt Phong trì (cùng chiều với mạch Đốc) ở phía sau huyệt Lâm khấp 6 tấc, ngang với u chẩm.

## Phong trì

Chủ trị: Đau đầu, cảm mạo, phát sốt, đau cứng cổ gáy, váng đầu, ho, mất ngủ, bệnh về mắt, mũi, tai, ù, đau răng, động kinh, cao huyết áp.

Vị trí: Vào trong tóc, tại hố lõm hai bên gáy.

Tìm huyệt nhanh: Thẳng giữa gáy lên, vào trong tóc 1 tấc, rồi lại từ đó sang ngang mỗibên 1,5 tấc, chỗ hố lõm.

## Kiên tỉnh

Chủ trị: Đau vai, đau lưng trên, sái cổ, đau vú, ít sữa, cao huyết áp.

Vị trí: Ở chỗ lõm trên vai.

Tìm huyệt nhanh: Ngồi ngay, lấy điểm chính giữa đường nối từ huyệt Đại chuỳ với mỏm xương nhô cao ở đầu vai (nếu chiếu thẳng xuống phía trước là đúng đầu vú).

## Uyên dịch

Chủ trị: Viêm hung mạc, đau thần kinh liên sườn, viêm hạch nách.

Vị trí: Dưới nếp nách trước 3 thốn, ở khoảng gian sườn 4, bờ trước cơ lưng to.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trên đường nách giữa, trên bờ xương sườn thứ 5.

## Nhiếp cân

Chủ trị: Nôn mửa, ợ chua, chảy nước miếng, hen suyễn.

Vị trí: Phía trước huyệt Uyên dịch 1 tấc. Giơ tay lấy huyệt, tại khe sườn 5 – 6.

Lấy huyệt nhanh: Lấy ở trên bờ trên xương sườn 5, phía trước đường nách giữa 1 tấc.

## Nhật nguyệt

Chủ trị: Đau liên sườn, nôn mửa, ợ chua, viêm gan, nấc.

Vị trí: Từ vú thẳng xuống gặp khe liên sườn 7 – 8.

Tìm huyệt nhanh: Nằm ngửa hoặc nằm nghiêng, trên khe liên sườn 7 – 8 và cách Nhâm mạch 4 tấc.

## Kinh môn

Chủ trị: Sôi bụng, ỉa chảy, đau bụng, trướng bụng, đau sườn.

Vị trí: Ngang vùng bụng, huyệt ở bờ dưới đầu xương sườn tự do thứ 12.

Tìm huyệt nhanh: Nằm sấp hoặc nằm nghiêng, chỗ dưới đầu sườn nổi cao là huyệt.

## Đới mạch

Chủ trị: Viêm nội mạc tử cung, viêm bàng quang, đau lưng, kinh nguyệt không đều, khí hư.

Vị trí: Lấy điểm giữa đường nối đầu sườn 11 với đầu sườn 12, từ đó thẳng xuống gặp đường từ rốn ngang ra là huyệt.

Tìm huyệt nhanh: Kẻ 1 đường thẳng đứng qua đầu xương sườn cụt 11 và đường ngang qua rốn. Huyệt ở điểm gặp nhau của hai đường này.

## Ngũ khu

Chủ trị: Đau bụng dưới, đau lưng, viêm nội mạc tử cung, viêm tinh hoàn.

Vị trí: Từ huyệt Đới mạch xuống phía trước 3 tấc, huyệt Quan nguyên sang ngang, trước mào trước của xương chậu.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở phía trước gai chậu trước trên, dưới đường ngang nối rốn với huyệt Đới mạch 3 tấc.

## Duy đạo

Chủ trị: Viêm nội mạc tử cung, đau bụng dưới, hay táo bón.

Vị trí: Từ huyệt Ngũ khu xuống 0,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở dưới và trước gai chậu trước trên, dưới và trước huyệt Ngũ khu 0,5 tấc, dưới huyệt Chương môn 5,3 tấc.

## Cự liêu

Chủ trị: Đau lưng, đau bụng dưới, viêm tinh hoàn, viêm nội mạc tử cung, viêm bàng quang.

Vị trí: Là điểm giữa của đường nối gai chậu trước với điểm cao nhất ở mấu của xương đùi. Gấp đùi lên, huyệt ở đầu ngoài nếp gấp háng.

Tìm huyệt nhanh: Nối gai chậu trước – trên với điểm cao nhất của mấu chuyển lớn của xương đùi, huyệt ở điểm giữa đường này.

## Hoàn khiêu

Chủ trị: Đau lưng đùi, liệt nửa người, phong thấp, đau háng đùi.

Vị trí: Trong hố lõm ở mặt nghiêng của mông.

Tìm huyệt nhanh: Nằm nghiêng hoặc nằm gấp sấp (phủ phục). Nối mấu xương đùi với mỏm gai đốt sống cùng 4, lấy huyệt giữa chỗ lõm ở điểm 1/3 ngoài và 2/3 trongcủa đường này.

## Phong thị

Chủ trị: Chi dưới bại liệt, lưng đùi đau, ngứa gãi khắp người, dị ứng mẩn ngứa.

Vị trí: Cạnh ngoài đùi từ đầu gối lên 7 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Đứng thẳng người, xuôi hai tay áp vào đùi, chỗ đầu ngón tay giữa chiếu thẳng vào đùi là huyệt.

## Trung độc

Chủ trị: Liệt nửa người, đau thần kinh tọa.

Vị trí: Từ Phong thị xuống 2 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở phía ngoài đùi, trong khe của cân đùi và cơ hai đầu đùi, trên khớp gối 5 tấc.

## Tất dương quan

Chủ trị: Đau khớp gối.

Vị trí: Từ huyệt Dương lăng tuyền lên 3 tấc, trong hố lõm trên lồi cầu ngoài xương đùi.

Tìm huyệt nhanh: Duỗi chân mà lấy huyệt Dương lăng tuyền lên 3 tấc là huyệt Tất dương quan.

## Dương lăng tuyền

Chủ trị: Đau lưng, đau đùi, đau sườn, đau dạ dày, đau đầu, liệt nửa người, cạnh ngoài chi dưới tê bại, bong gân vai, tiểu tiện khó, táo bón, cao huyết áp.

Vị trí: Ở phía dưới cạnh ngoài khớp gối.

Tìm huyệt nhanh: Ngồi ngay ngắn, co gối, bàn chân để bằng phẳng, hoặc nằm ngiêng, chi dưới duỗi, huyệt ở trước chỗ lõm cạnh đầu trên xương mác nhô cao lên.

## Dương giao

Chủ trị: Đau cạnh ngoài bụng chân, đau thần kinh toạ, hen suyễn.

Vị trí: Từ mắt cá ngoài chân thẳng lên 7 tấc, sau xương mác.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở phía trên mắt cá ngoài chân 7 tấc, gần bờ sau xương mác trong khe cơ mác bên dài và cơ mác bên ngắn.

### Ngoại khâu

Chủ trị: Đau cứng cổ gáy, đau ngực sườn, đau cạnh ngoài bắp chân, chi dưới tê bại, yếu đuối.

Vị trí: Từ mắt cá ngoài lên 7 tấc, trước xương mác.

Tìm huyệt nhanh: Ngồi ngay, bàn chân để bằng phẳng tự nhiên, cách mắt cá ngoài lên 7 tấc, dựa theo phía sau xương mác là Dương giao, từ đó tiến về phía trước 1 tấc.

### Quang minh

Chủ trị: Bệnh mắt, đau chi dưới, đàn bà đẻ đau tức bầu vú, có thể giảm sữa.

Vị trí: Từ mắt cá ngoài thẳng lên 5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Ngồi ngay co gối để bằng phẳng, dựa sát vào cạnh trước xương mác, trên mắt cá ngoài 5 tấc.

### Dương phụ

Chủ trị: Đau lưng, viêm khớp gối, đau toàn thân, nơi đau không nhất định.

Vị trí: Trên mắt cá ngoài 4 tấc, sát phía trước xương mác.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trên mắt cá ngoài chân 4 tấc, sát bờ trước xương mác.

### Huyền chung (Tuyệt cốc)

Chủ trị: Liệt nửa người, đau bên đầu, sái cổ, đau sườn ngực, đau đầu gối, đau chân.

Vị trí: Từ mắt cá ngoài lên 3 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Gối co, đặt bàn chân thăng bằng, từ mắt cá ngoài lên 3 tấc, dựa sát vào cạnh sau xương mác.

### Khâu khư

Chủ trị: Đau dạ dày, ợ chua, đau sườn ngực, đau cạnh ngoài chi dưới.

Vị trí: Ở phía trước và dưới mắt cá ngoài.

Tìm huyệt nhanh: Gối co, chân để bằng phẳng tự nhiên, lấy ở chỗ lõm phía trước và dưới mắt cá ngoài, cạnh ngoài gân (gân cơ duỗi dài ngón chân).

### Túc lâm khấp

Chủ trị: Viêm kết mạc, viêm tuyến vú, lao hạch, đau sườn ngực.

Vị trí: Ở chỗ lõm trước chỗ 2 xương bàn chân 4 và 5 gặp nhau để nối vào cổ chân, khe giữa 2 xương bàn 4 – 5.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trong khoảng gian đốt bàn chân 4 và 5, chỗ lõm sâu gân duỗi ngón chân út của cơ duỗi chung các ngón chân.

### Địa ngũ hội

Chủ trị: Ù tai, nách đau, viêm tuyến vú.

Vị trí: Ở khe xương bàn 4 – 5, trước huyệt túc Lâm khấp 0,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trong đoạn gian cốt xương bàn chân 4 và 5, chỗ lõm trước gân duỗi ngón chân út của cơ duỗi chung các ngón chân.

### Hiệp khê

Chủ trị: Ù tai, đau đầu, choáng váng, đau ngực, đau thần kinh liên sườn.

Vị trí: Ở khe nối ngón 4 – 5 lui về phía mu bàn chân 0,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Ép hai đầu ngón chân 4 và 5 vào nhau, huyệt ở đầu kẽ giữa 2 ngón chân phía mu chân.

### Túc khiếu âm

Chủ trị: Đau đầu, đau sườn, ngực, mất ngủ, bệnh mắt, bệnh nhiệt.

Vị trí: Ở cạnh ngoài gốc móng ngón chân thứ 4.

Tìm huyệt nhanh: Bàn chân để bằng phẳng, gần gốc móng ngón 4 về phía ngón út, cách gốc móng 0,1 tấc.

## TÚC QUYẾT ÂM CAN KINH

*Bắt đầu từ chòm lông góc ngoài móng ngón chân cái, dọc mu chân lên trước mắt cá trong 1 tấc, lên cẳng chân giao với kinh Thái âm tỳ rồi bắt chéo ra sau kinh Thái âm tỳ ở trên mắt cá trong 8 tấc, lên bờ trong kheo chân, dọc mặt trong đùi vào lông mu, vòng quanh bộ phận sinh dục ngoài, lên bụng dưới, đi song song với đường kinh Vị (thuộc về Can), liên lạc với Đởm, xuyên qua cơ hoành, lên phân bố ở cạnh sườn đi dọc sau khí quản, thanh quản lên vòm họng, lên nối với tổ chức mạch quanh mắt ra trán, rồi hội với mạch Đốc ở giữa đỉnh đầu (Bách hội).*

*Phân nhánh: Từ tổ chức mạch quanh mắt xuống má vòng vào trong môi. Từ Can qua cơ hoành vào Phế để nối với kinh Thái âm Phế.*

### Đại đôn

Chủ trị: Trị đau ngón chân cái, viêm dịch hoàn, tử cung sa, đau do thoái vị (sán khí), băng lậu, tiểu nhiều, tiểu gắt, tiểu dầm, tiểu ra máu, đau bụng dưới dữ dội.

Vị trí: Ở đầu ngón chân cái, cách gốc móng chân 0,2 tấc và trong chỗ ba chòm lông.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trên đầu ngón chân cái cách gốc móng chân độ 0,2 tấc, chỗ có các lông dài mọc lên.

### Hành gian

Chủ trị: Trị đau vùng gian sườn, mắt sưng đỏ, đái dầm, viêm tử cung, kinh nguyệt rối loạn, động kinh, huyết áp cao, mất ngủ .

Vị trí: Ở giáp khe ngón chân cái, giữa chỗ lõm có động mạch (Đại thành).

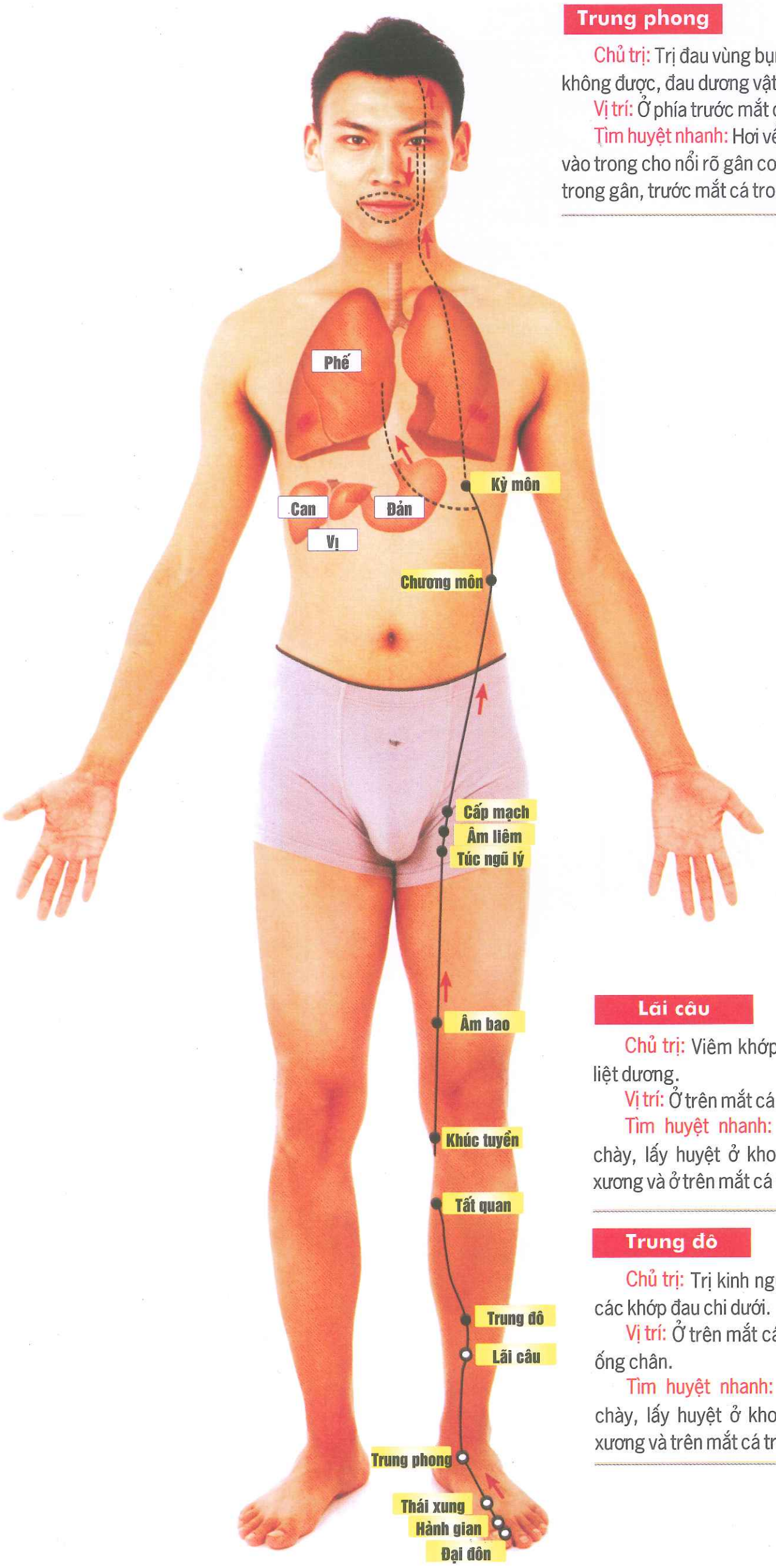
Tìm huyệt nhanh: Ép ngón chân cái sát vào ngón thứ 2, lấy huyệt ở mu chân, chỗ đầu kẽ hai ngón chân trên.

### Thái xung

Chủ trị: Trị đau đầu, chóng mặt, động kinh, đau do thoát vị, băng lậu, tuyến vú viêm, các bệnh về mặt, phù thũng.

Vị trí: Ở sau đốt thứ 1 ngón chân cái cách huyệt Hành gian 2 tấc, có sách nói 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Sờ dọc theo khoảng gian đốt xương bàn chân 1, tìm xác định góc tạo nên bởi 2 đầu xương bàn chân 1 và 2, lấy huyệt ở góc này, ngang chỗ nối thân với đầu sau của 2 xương bàn chân.




## Trung phong

Chủ trị: Trị đau vùng bụng dưới, thoát vị (sán khí), tiểu không được, đau dương vật, di tinh, viêm gan.

Vị trí: Ở phía trước mắt cá trong chân 1 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Hơi vểnh bàn chân và đưa bàn chân vào trong cho nổi rõ gân cơ chày trước và chỗ lõm sát bờ trong gân, trước mắt cá trong chân 1 tấc.

## Lãi câu

Chủ trị: Viêm khớp xương chậu, tiểu bí, di tinh, liệt dương.

Vị trí: Ở trên mắt cá trong chân 5 tấc.

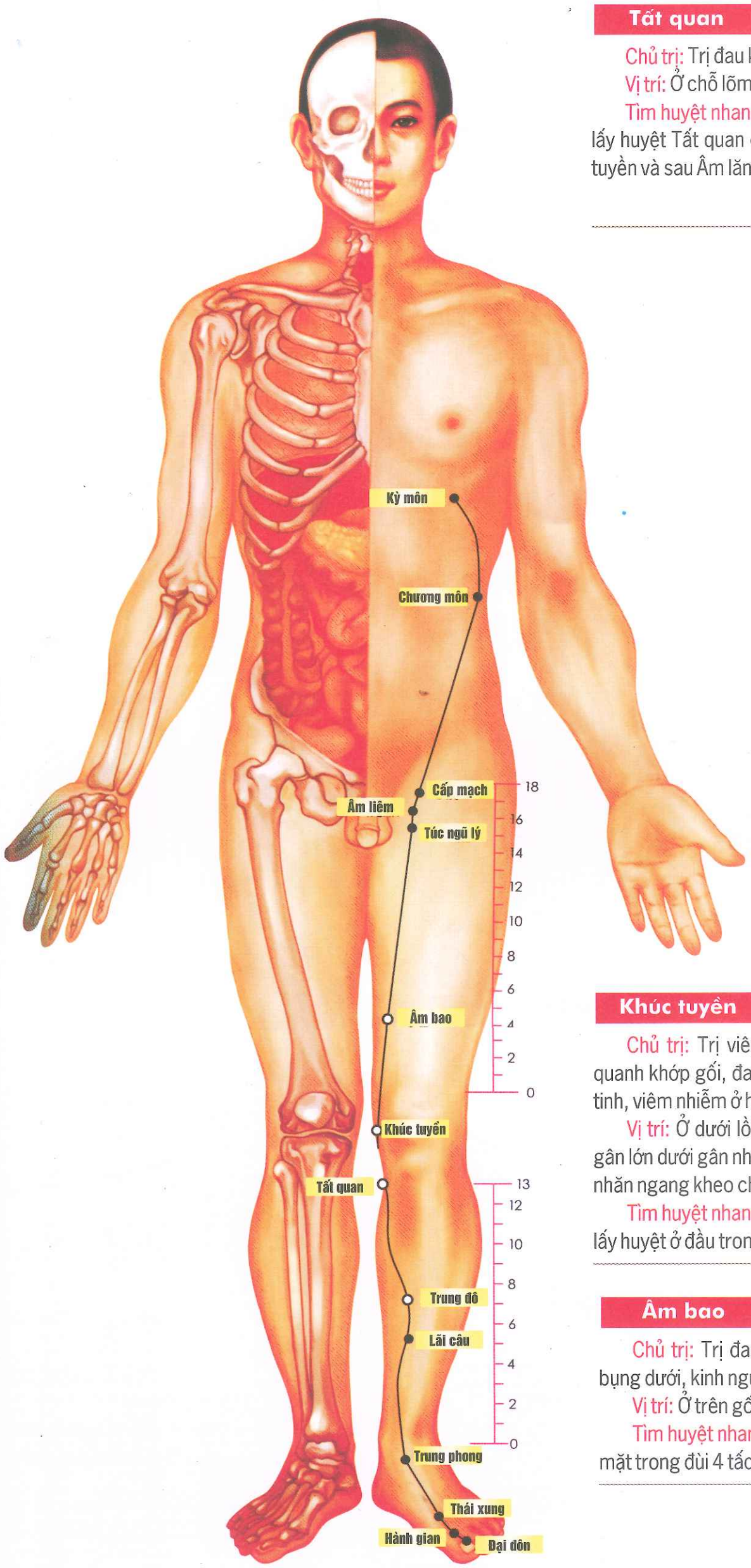
Tìm huyệt nhanh: Xác định mặt trong xương chày, lấy huyệt ở khoảng 1/3 sau của mặt trong xương và ở trên mắt cá trong 5 tấc.

## Trung đô

Chủ trị: Trị kinh nguyệt rối loạn, đau do thoát vị, các khớp đau chi dưới.

Vị trí: Ở trên mắt cá trong chân 7 tấc giữa xương ống chân.

Tìm huyệt nhanh: Xác định mặt trong xương chày, lấy huyệt ở khoảng 1/3 sau của mặt trong xương và trên mắt cá trong chân 7 tấc.

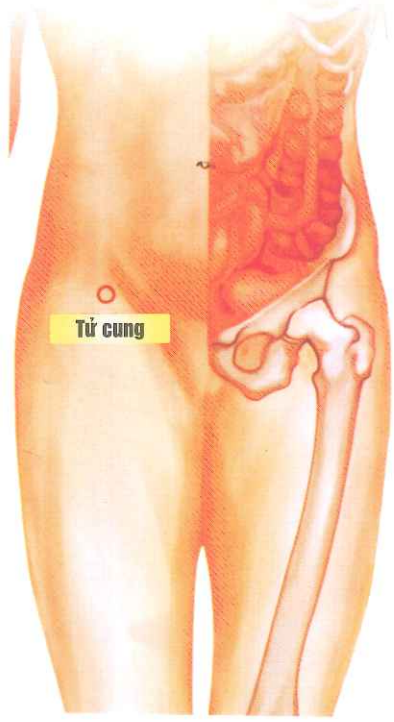



## Tất quan

Chủ trị: Trị đau khớp gối.

Vị trí: Ở chỗ lõm dưới gối 2 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Xác định huyệt Âm lăng tuyền, rồi lấy huyệt Tất quan ở chỗ lõm ngang với huyệt Âm lăng tuyền và sau Âm lăng tuyền độ 1 khoát ngón tay.




## Khúc tuyền

Chủ trị: Trị viêm khớp gối và tổ chức phần mềm quanh khớp gối, đau do thoát vị (sán khí), liệt dương, di tinh, viêm nhiễm ở hệ tiết niệu và sinh dục.

Vị trí: Ở dưới lồi cầu trong xương đùi, chỗ lõm trên gân lớn dưới gân nhỏ, co gối vào để lấy huyệt, ở đầu nếp nhăn ngang kheo chân (Đồng nhân, Phát huy).

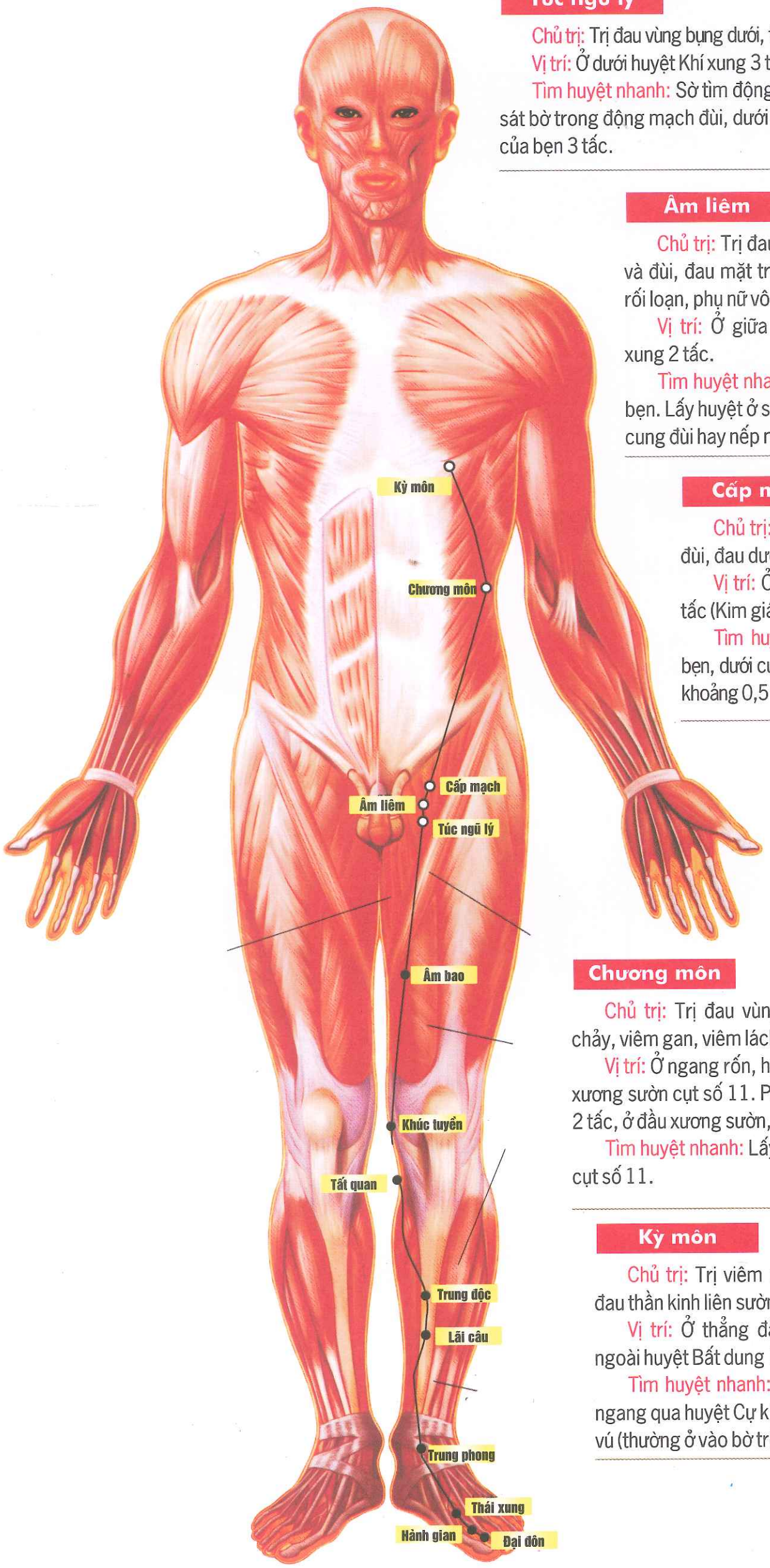
Tìm huyệt nhanh: Co gối 90 độ cho hiện rõ các gân, lấy huyệt ở đầu trong nếp gấp kheo.

## Âm bao

Chủ trị: Trị đau thắt lưng, viêm cơ đùi trong, đau bụng dưới, kinh nguyệt không đều, tiểu khó.

Vị trí: Ở trên gối 4 tấc, giữa hai gân mé trong đùi.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở thẳng huyệt Khúc tuyền lên mặt trong đùi 4 tấc, trong khe của cơ.




## Túc ngũ lý

Chủ trị: Trị đau vùng bụng dưới, tiểu dầm, tiểu bí, ghẻ lở vùng bìu dái.

Vị trí: Ở dưới huyệt Khí xung 3 tấc, chỗ động mạch trong đùi non.

Tìm huyệt nhanh: Sờ tìm động mạch đùi ở vùng bẹn, lấy huyệt ở sát bờ trong động mạch đùi, dưới cung đùi 3 tấc, hay dưới nếp nhăn của bẹn 3 tấc.

## Âm liêm

Chủ trị: Trị đau thần kinh đùi, đau vùng thắt lưng và đùi, đau mặt trong đùi, liệt chi dưới, kinh nguyệt rối loạn, phụ nữ vô sinh.

Vị trí: Ở giữa chỗ động mạch cách huyệt Khí xung 2 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Sờ tìm động mạch đùi ở vùng bẹn. Lấy huyệt ở sát bờ trong động mạch đùi và dưới cung đùi hay nếp nhăn của bẹn 2 tấc.

## Cấp mạch

Chủ trị: Trị đau bụng dưới, đau mặt trong đùi, đau dương vật, tử cung sa.

Vị trí: Ở bên dương vật hay cửa mình 2,5 tấc (Kim giám).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trên nếp lằn của bẹn, dưới cung đùi, trên và ngoài huyệt Khí xung khoảng 0,5 tấc, ngoài mạch Nhâm 2,5 tấc.

## Chương môn

Chủ trị: Trị đau vùng hông sườn, tiêu hóa kém, tiêu chảy, viêm gan, viêm lách.

Vị trí: Ở ngang rốn, huyệt Đại hoành ngang ra đầu mỏm xương sườn cụt số 11. Phía ngoài huyệt Đại hoành trên rốn 2 tấc, ở đầu xương sườn, dưới bờ sườn (Đại thành).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở dưới đầu tự do của xương sườn cụt số 11.

## Kỳ môn

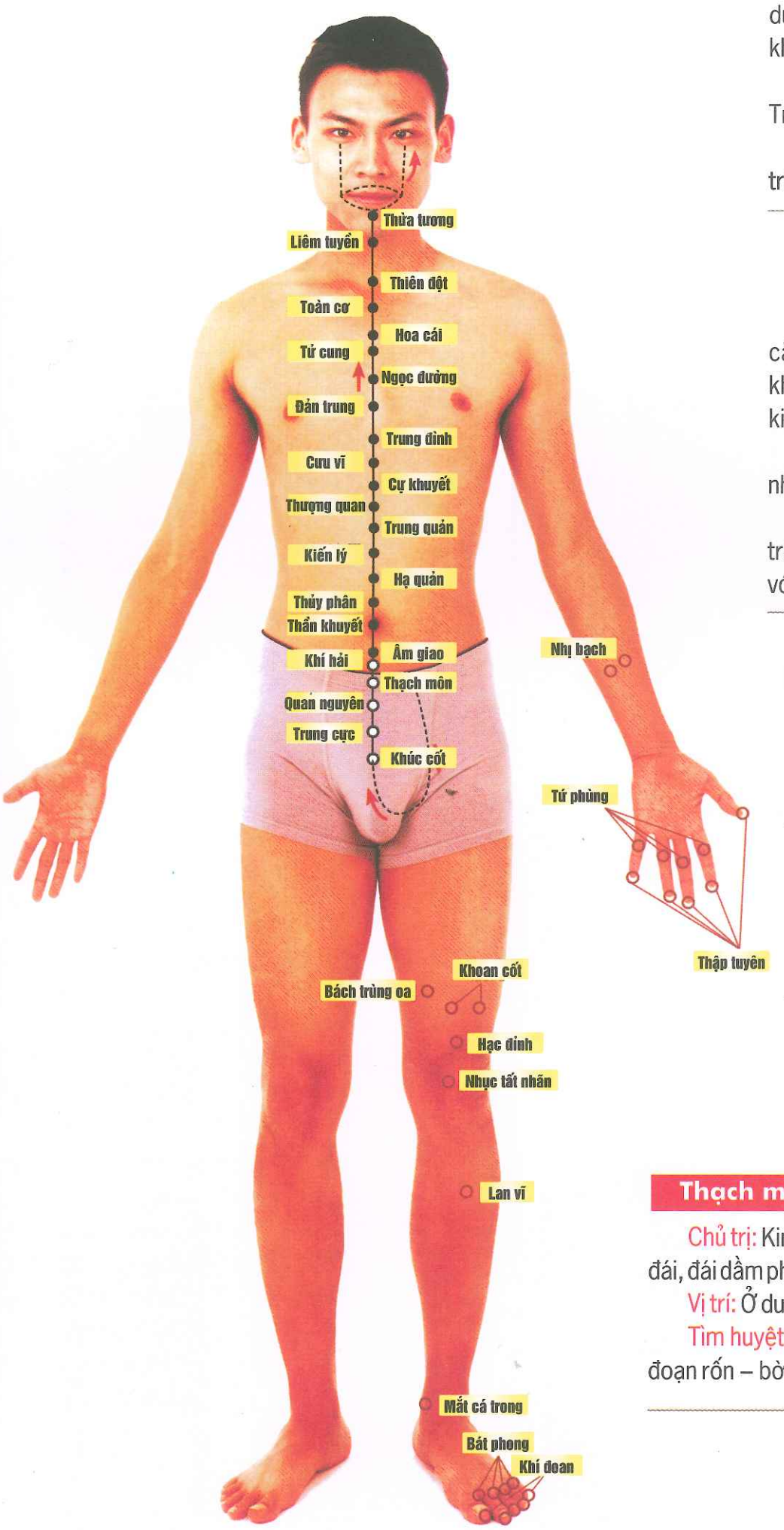
Chủ trị: Trị viêm màng ngực, viêm gan, đau ngực, đau thần kinh liên sườn.

Vị trí: Ở thẳng đầu núm vú xuống 2 xương sườn, ngoài huyệt Bất dung 1,5 tấc (Đại thành).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường ngang qua huyệt Cự khuyết và đường thẳng qua đầu núm vú (thường ở vào bờ trên sườn thứ 7).

# NHÂM MẠCH

*Bắt đầu từ vùng tầng sinh môn (Hội âm) qua lông mu, đi vào trong bụng qua Quan nguyên lên thẳng họng thanh quản, lên cằm vào mặt rồi vào trong mắt.*




## Khúc cốt

Chủ trị: Đái dầm, khó tiểu tiện, liệt dương, di tinh, nhiều khí hư, co dạ con không đều.

Vị trí: Ở trên xương mu, dưới huyệt Trung cực 1 tấc, vào chỗ lõm giữa lông mu.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chính giữa bờ trên xương mu.

## Trung cực

Chủ trị: Di tinh, đái dầm, liệt dương, đau cắn dưới rốn, ỉa ra máu, lị, kinh nguyệt không đều, khí hư, đau bụng hành kinh, tắc kinh, băng huyết, lậu huyết.

Vị trí: Dưới rốn 4 tấc (Giáp ất, Đồng nhân, Đại thành).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm nối 4/5 trên và 1/5 dưới của đoạn thẳng nối rốn với bờ trên xương mu.

## Quan nguyên

Chủ trị: Đau lưng, đau bụng, đau quanh rốn, đái dầm, di tinh, liệt dương, ỉa chảy, kinh nguyệt không đều, băng lậu huyết, choáng váng sau đẻ, trúng gió hư thoát, ung nhọt trong ruột.

Vị trí: Ở dưới rốn 3 tấc (Giáp ất, Đồng nhân, Phát huy , Đại thành).

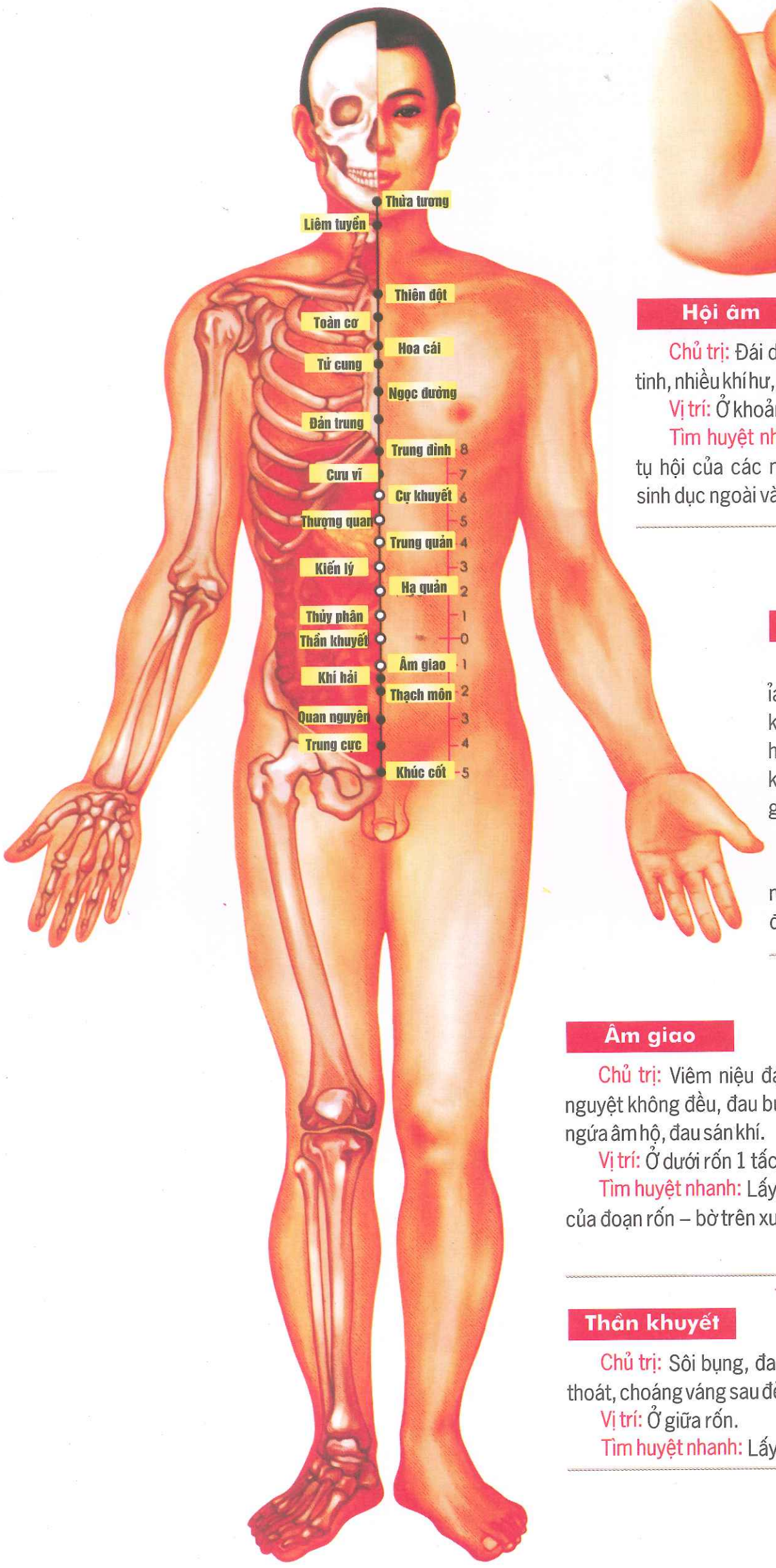
Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm nối 3/5 trên và 2/5 dưới của đoạn rốn – bờ trên xương mu.

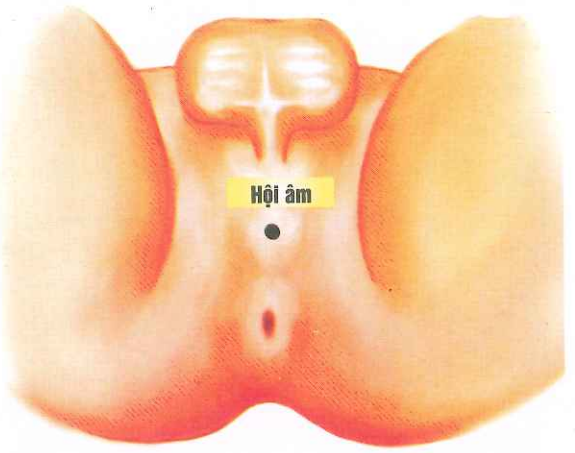
## Thạch môn

Chủ trị: Kinh nguyệt quá nhiều, bế kinh sán khí, đau bụng, bí đái, đái dầm phù thũng,cao huyết áp.

Vị trí: Ở dưới rốn 2 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm nối 2/5 trên và 3/5 dưới của đoạn rốn – bờ trên xương mu.




## Hội âm

Chủ trị: Đái dầm, khó tiểu tiện, liệt dương, di tinh, nhiều khí hư, co dạ con không đều.

Vị trí: Ở khoảng giữa tiền âm và hậu âm.

Tìm huyệt nhanh: Ở giữa nút đáy chậu (chỗ tụ hội của các nếp da chạy từ hậu môn, phần sinh dục ngoài và hai bên háng tới).

## Khí hải

Chủ trị: Đau bụng, tảng sáng ỉa chảy, đau lưng, đái dầm, di tinh, kinh nguyệt không đều, băng lậu huyết, đau bụng hành kinh, tắc kinh, choáng váng sau đẻ, trúng gió hư thoát.

Vị trí: Ở dưới rốn 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy điểm nối 1,5/5 trên 3,5/5 dưới của đoạn rốn – bờ trên xương mu.

## Âm giao

Chủ trị: Viêm niệu đạo, viêm nội mạc tử cung, kinh nguyệt không đều, đau bụng sau đẻ, sản dịch không đứt, ngứa âm hộ, đau sán khí.

Vị trí: Ở dưới rốn 1 tấc.

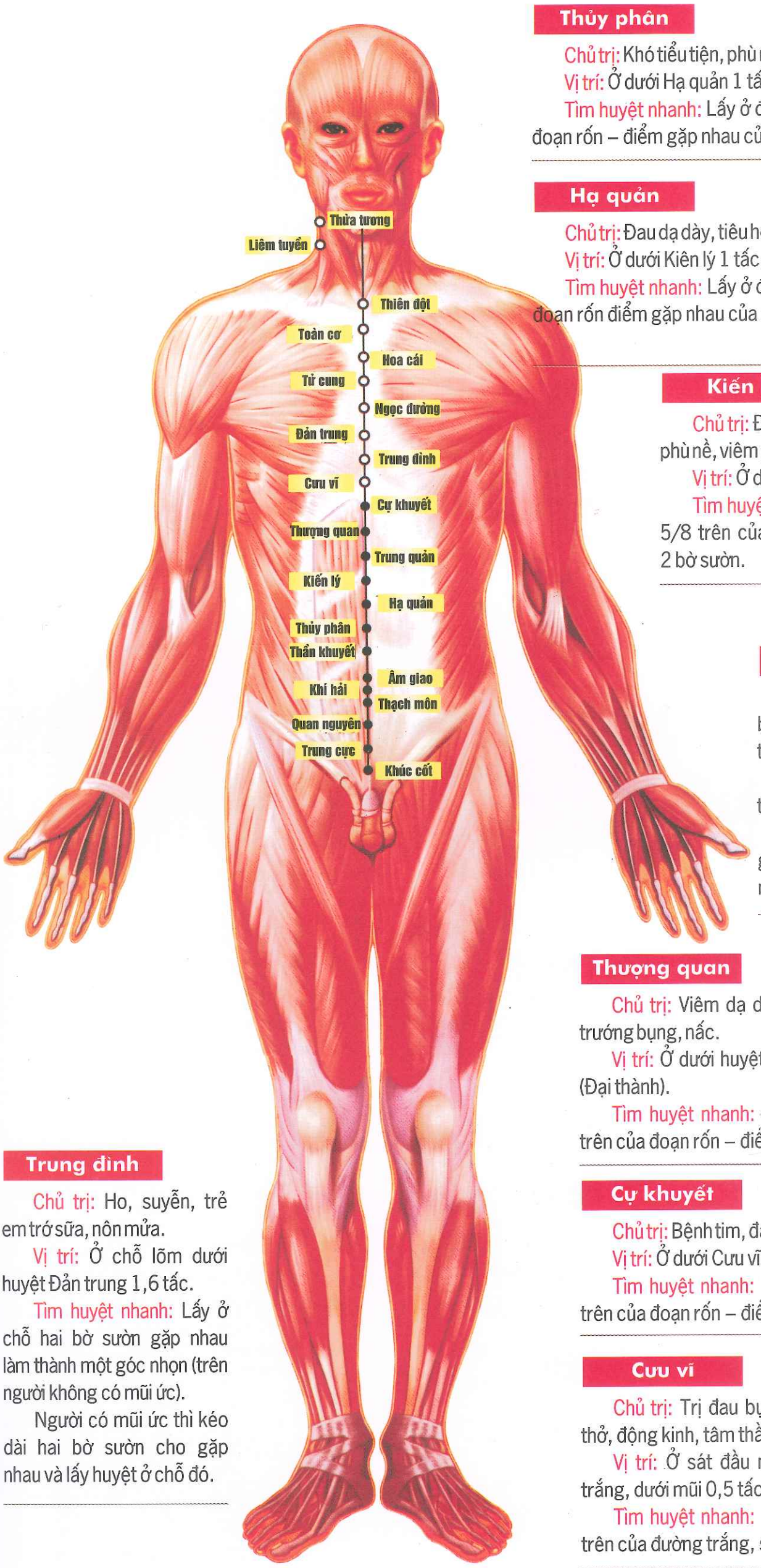
Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm nối 1/5 trên và 4/5 dưới của đoạn rốn – bờ trên xương mu.

## Thần khuyết

Chủ trị: Sôi bụng, đau bụng, ỉa chảy, lỵ, trúng gió hư thoát, choáng váng sau đẻ.

Vị trí: Ở giữa rốn.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chính giữa rốn.




## Thủy phân

Chủ trị: Khó tiểu tiện, phù nước, sôi bụng, ỉa chảy.

Vị trí: Ở dưới Hạ quản 1 tấc, trên rốn 1 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm nối 1/8 dưới và 7/8 trên của đoạn rốn – điểm gặp nhau của 2 bờ sườn.

## Hạ quản

Chủ trị: Đau dạ dày, tiêu hoá kém, sa dạ dày, viêm ruột.

Vị trí: Ở dưới Kiên lý 1 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm nối 2/8 dưới và 6/8 trên của đoạn rốn điểm gặp nhau của 2 bờ sườn.

## Kiến lý

Chủ trị: Đau dạ dày, nôn mửa, tiêu hoá kém, phù nề, viêm phúc mạc.

Vị trí: Ở dưới Trung quản 1 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy điểm nối 3/8 dưới và 5/8 trên của đoạn rốn – điểm gặp nhau của 2 bờ sườn.

## Trung quản

Chủ trị: Đau dạ dày, trướng bụng, nôn mửa, ợ chua, ỉa chảy, lỵ, táo bón, mất ngủ, cao huyết áp.

Vị trí: Ở dưới Thượng quản 1 tấc, trên rốn 4 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm giữa của đoạn rốn – điểm gặp nhau của 2 bờ sườn.

## Thượng quan

Chủ trị: Viêm dạ dày, loét hành tá tràng, nôn mửa, trướng bụng, nấc.

Vị trí: Ở dưới huyệt Cự khuyết 1 tấc , trên rốn 5 tấc (Đại thành).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm nối 5/8 dưới và 3/8 trên của đoạn rốn – điểm gặp nhau của 2 bờ sườn.

## Cự khuyết

Chủ trị: Bệnh tim, đau dạ dày, nôn mửa.

Vị trí: Ở dưới Cưu vĩ 1 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm nối 6/8 dưới với 2/8 trên của đoạn rốn – điểm gặp nhau của 2 bờ sườn.

## Cưu vĩ

Chủ trị: Trị đau bụng trên, đau tức ngực, nấc, khó thở, động kinh, tâm thần, suyễn.

Vị trí: Ở sát đầu mũi ức, chỗ đầu trên của đường trắng, dưới mũi 0,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Huyệt ở sát đầu mũi ức, chỗ đầu trên của đường trắng, sau thành bụng là thùy gan trái.

## Trung đình

Chủ trị: Ho, suyễn, trẻ em trớ sữa, nôn mửa.

Vị trí: Ở chỗ lõm dưới huyệt Đản trung 1,6 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ hai bờ sườn gặp nhau làm thành một góc nhọn (trên người không có mũi ức).

Người có mũi ức thì kéo dài hai bờ sườn cho gặp nhau và lấy huyệt ở chỗ đó.

## Đản trung

Chủ trị: Sữa không xuống, có nhọt ở vú, ho, hắng, hen, suyễn, nấc, đau ngực.

Vị trí: Ở chổ lõm dưới huyệt Ngọc đường 1,6 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy điểm gặp nhau của đường dọc giữa xương ức với đường ngang qua 2 núm vú (đàn ông) hay đường ngang qua bờ trên 2 khớp ức sườn thứ 5 (đàn bà).

## Tử cung

Chủ trị: Viêm phế quản, lao phổi, viêm hung mạc.

Vị trí: Ở chổ lõm dưới huyệt Hoa cái 1,6 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đương dọc giữa xương ức và đường ngang qua giữa hai khớp ức sườn thứ 3.

## Ngọc đường

Chủ trị: Đau ngực, ho, suyễn.

Vị trí: Ở điểm gặp nhau của đường dọc giữa xương ức với đường ngang qua bờ trên khớp ức – sườn thứ 4.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ đường ngang qua bờ trên khớp ức – sườn thứ 4.

## Hoa cái

Chủ trị: Viêm hầu họng, đau ngực, ho hen.

Vị trí: Ở chổ lõm dưới huyệt Toàn cơ 1,6 tấc (Đại thành).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường dọc giữa xương ức và đường ngang qua giữa hai khớp ức sườn thứ 2.

## Toàn cơ

Chủ trị: Đau ngực, ho hen, hầu họng sưng đau.

Vị trí: Ở chổ lõm dưới huyệt Thiên đột 1 tấc. (Đại thành)

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm gặp nhau của đường dọc giữa xương ức và đường ngang qua bờ trên khớp ức sườn 1.

## Thiên đột

Chủ trị: Ho hắng, hen suyễn, sưng họng, nấc, bướu cổ, nôn mửa.

Vị trí: Ở dưới yết hầu 4 tấc, trong chỗ lõm (Đồng nhân, Đại thành).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở giữa chõ lõm trên bờ trên xương ức.

## Liêm tuyền

Chủ trị: Sưng lưỡi, đau dưới lưỡi, trúng gió cứng lưỡi khó nói, nuốt khó.

Vị trí: Ở dưới cằm, trên yết hầu, dưới cuống lưỡi.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chính giữa bờ trên sụn giáp trạng.

## Thừa tương

Chủ trị: Cổ cứng, động kinh, đau răng, méo miệng, chảy dãi.

Vị trí: Ở chổ lõm trên cằm, dưới môi (Giáp ất, Đồng nhân).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở đáy chỗ lõm, chính giữa và dưới môi dưới trên đường bổ dọc giữa hàm dưới.

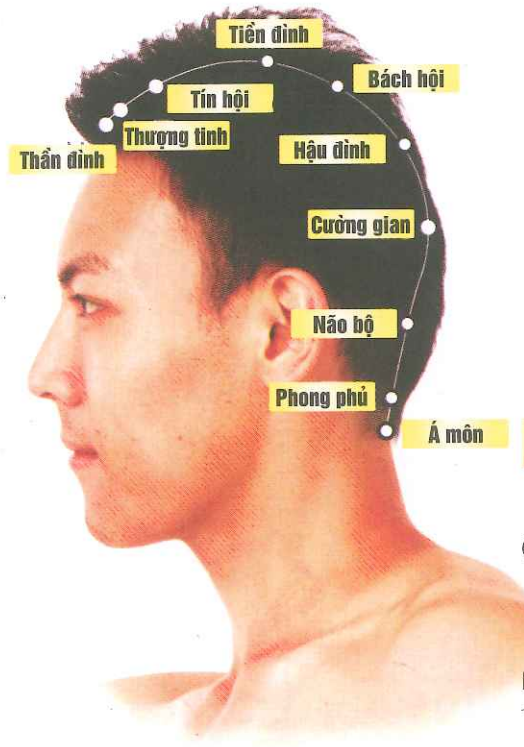
# ĐỐC MẠCH

*Đốc mạch bắt nguồn từ Thận, chạy đến huyệt Hội âm, chạy tiếp đến huyệt Trường cường. Từ đây đường kinh chạy tiếp lên trên dọc theo cột sống đến cổ tại huyệt Phong phủ (từ đây đường kinh có nhánh đi sâu vào não), chạy tiếp lên đỉnh đầu đến huyệt Bách hội, vòng ra trước trán, xuống mũi, môi trên (huyệt Nhân trung) và Ngân giao ở nướu răng hàm trên.*

*Từ huyệt Phong phủ (ở gáy), có nhánh đi ngược xuống 2 bả vai để nối với kinh cân của Túc thái dương Bàng quang, chạy tiếp xuống mông và tận cùng ở bộ sinh dục - tiết niệu. Từ đây (từ huyệt Trung cực) xuất phát 2 nhánh:*

*Nhánh đi lên trên: Theo kinh cân Tỳ đến rốn. Tiếp tục đi lên theo mặt sau thành bụng, qua Tâm, xuất hiện trở ra ngoài da ở ngực để nối với kinh cân của Bàng quang ở ngực, chạy tiếp đến cổ, mặt, đi sâu vào đồng tử và chấm dứt ở huyệt Tinh minh.*



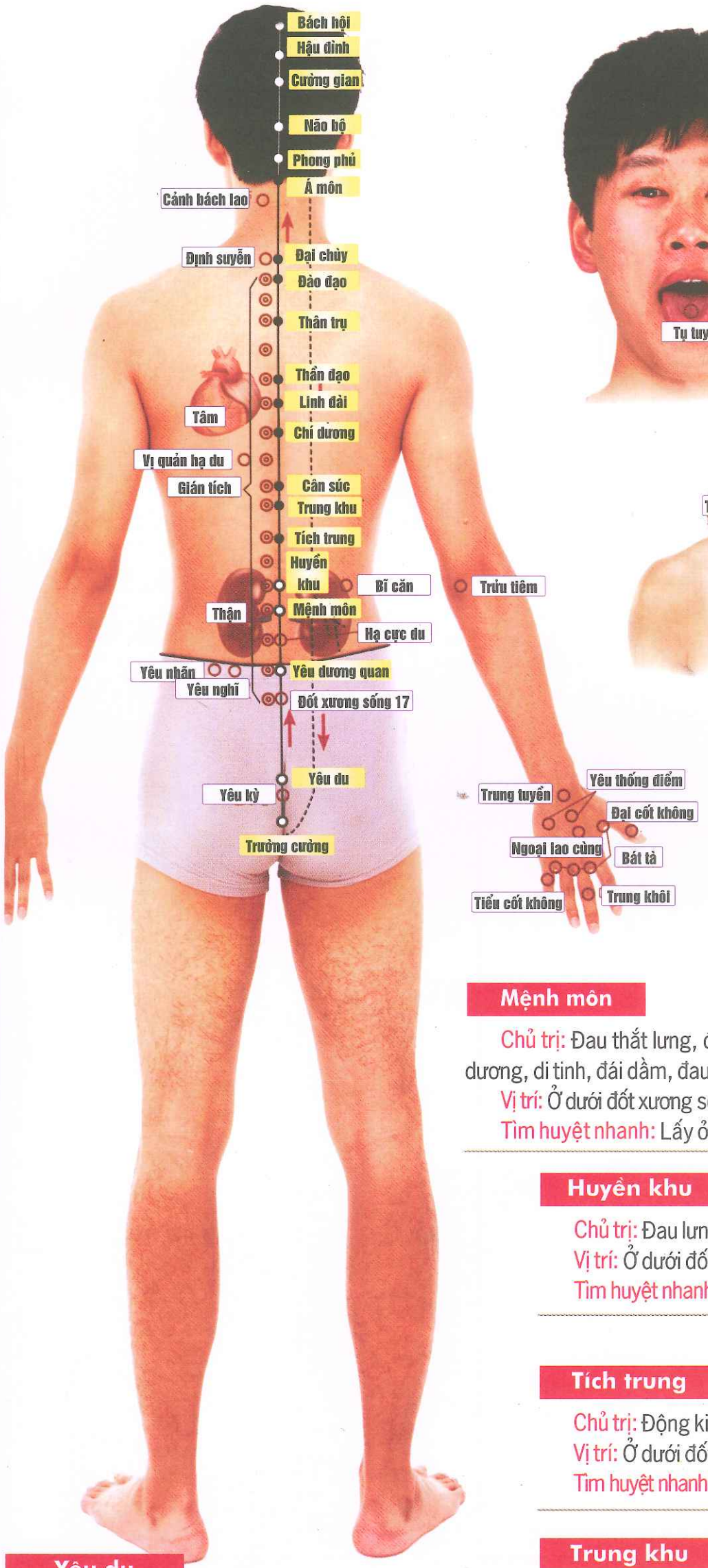

*Nhánh đi xuống: Theo bộ phận sinh dục - tiết niệu đến trực tràng, đến mông (nối với kinh cân Bàng quang tại đây) rồi chạy ngược lên đầu đến tận cùng ở huyệt Tinh minh (từ đây đi sâu vào não). Lại theo kinh chính Thận đi xuống đến thắt lưng ở huyệt Thận du rồi cho nhánh đi vào Thận.*

## Trường cường

Chủ trị: Trị trực tràng sa, trĩ, tiểu ra máu, đau cột sống, tiểu đục, tiểu khó, tâm thần.

Vị trí: Ở đầu chót xương cụt.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ lõm sau hậu môn và trước đầu xương cụt 0,3 tấc.













????????

## Yêu dương quan

Chủ trị: Đau thắt lưng và xương cùng, kinh nguyệt không đều, khí hư, di tinh, liệt dương, lị, đại tiện ra máu.

Vị trí: Ở dưới đốt xương sống thứ 16.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ lõm dưới mỏm gai đốt sống thắt lưng thứ 4.

## Mệnh môn

Chủ trị: Đau thắt lưng, đau bụng hành kinh, băng lậu huyết, ỉa ra máu, liệt dương, di tinh, đái dầm, đau cột sống, đau bụng.

Vị trí: Ở dưới đốt xương sống thứ 14.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ lõm dưới đầu mỏm gai đốt sống thắt lưng 2.

## Huyền khu

Chủ trị: Đau lưng, đau thắt lưng, tiêu hoá kém, viêm ruột, ỉa chảy.

Vị trí: Ở dưới đốt xương sống thứ 13.

Tìm huyệt nhanh: Lấy chỗ lõm dưới đầu gai đốt sống thắt lưng thứ 1.

## Tích trung

Chủ trị: Động kinh, vàng da, ỉa chảy, trẻ em lòi dom.

Vị trí: Ở dưới đốt xương sống thứ 11.

Tìm huyệt nhanh: Lấy chỗ lõm dưới đầu mỏm gai đốt sống lưng thứ 11.

## Trung khu

Chủ trị: Đau lưng, đau thắt lưng, đau dạ dày, ăn không ngon, sức nhìn giảm.

Vị trí: Ở dưới đốt xương sống thứ 10 (Kim giám).

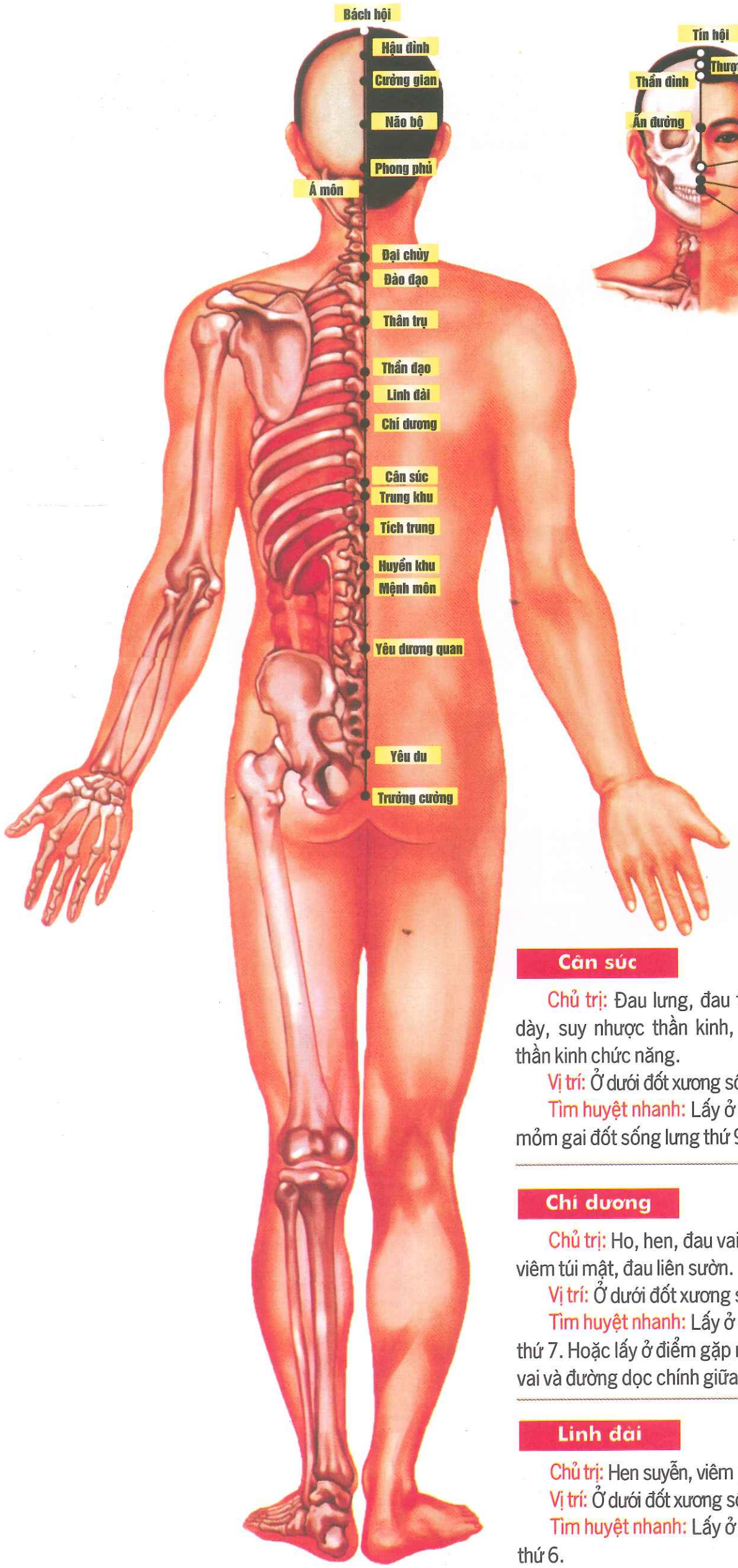
Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ lõm dưới đầu mỏm gai đốt sống lưng thứ 10.

## Yêu du

Chủ trị: Đau lưng, kinh nguyệt không đều.

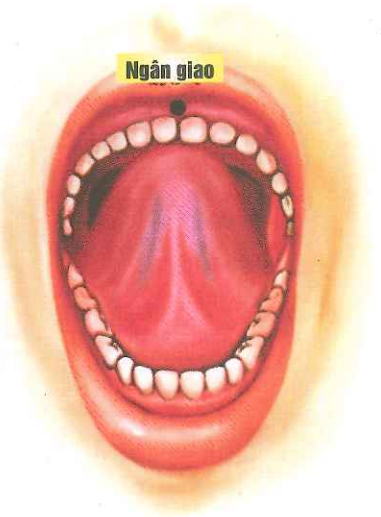
Vị trí: Ở dưới đốt xương sống thứ 21.

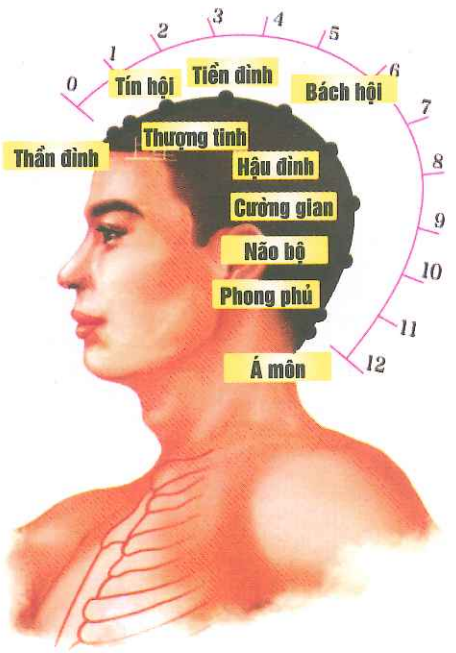
Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ lõm dưới mỏm gai đốt sống cùng 4 hay ở chính giữa đường nối 2 lỗ cùng 4.













## Cân súc

Chủ trị: Đau lưng, đau thắt lưng, đau dạ dày, suy nhược thần kinh, động kinh, bệnh thần kinh chức năng.

Vị trí: Ở dưới đốt xương sống thứ 9.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ lõm dưới đầu mỏm gai đốt sống lưng thứ 9.

## Chí dương

Chủ trị: Ho, hen, đau vai lưng, cổ cứng đơ, đau dạ dày, viêm gan, viêm túi mật, đau liên sườn.

Vị trí: Ở dưới đốt xương sống thứ 7.

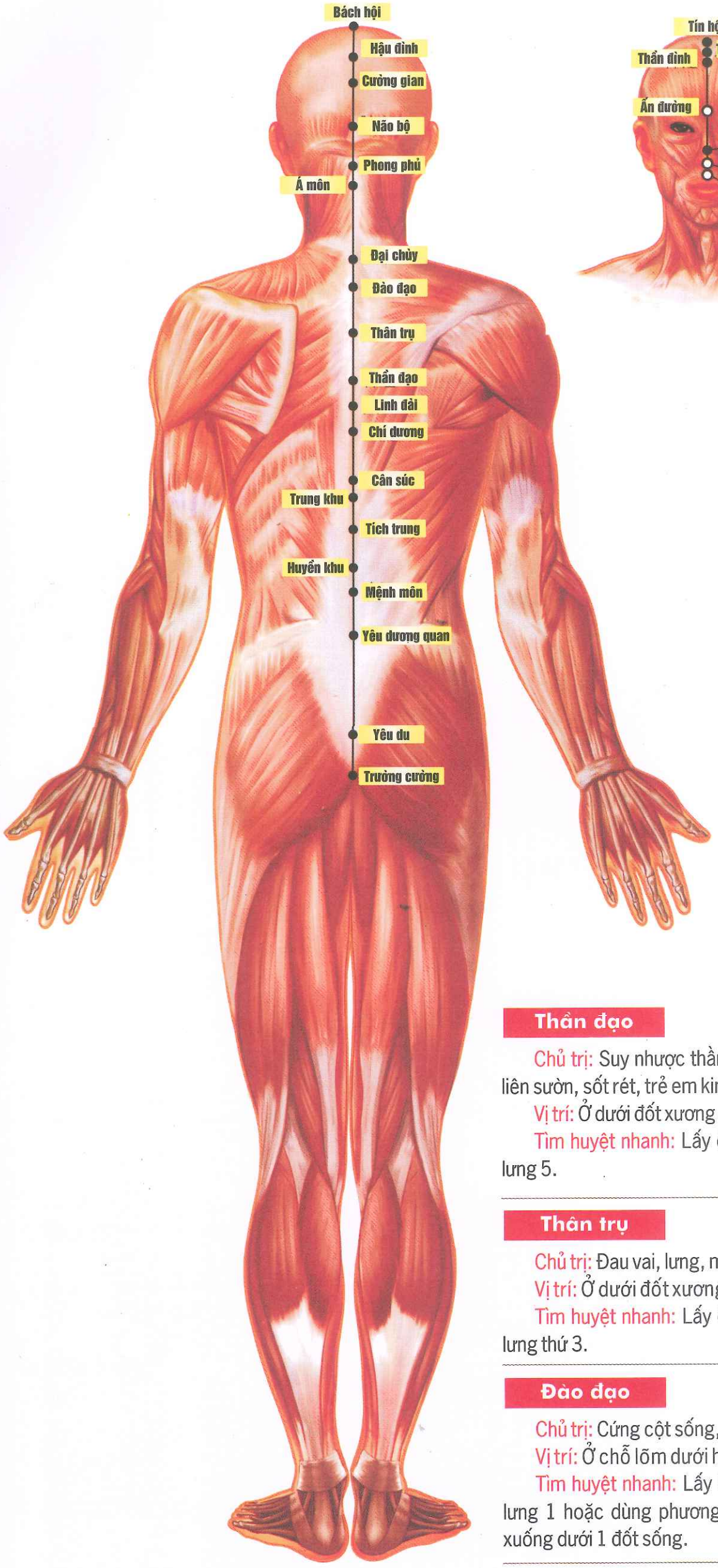
Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ lõm dưới đầu mỏm gai đốt sống lưng thứ 7. Hoặc lấy ở điểm gặp nhau của đường nối 2 đầu mỏm xương bả vai và đường dọc chính giữa cột sống.

## Linh đài

Chủ trị: Hen suyễn, viêm phế quản, đau lưng, đau dạ dày, mụn nhọt.

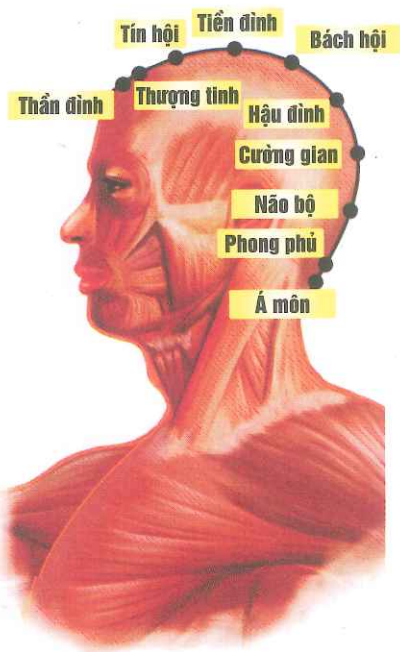
Vị trí: Ở dưới đốt xương sống thứ 6.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ lõm dưới đầu mỏm gai đốt sống lưng thứ 6.










## Thần đạo

Chủ trị: Suy nhược thần kinh, đau lưng trên, ho, đau thần kinh liên sườn, sốt rét, trẻ em kinh phong.

Vị trí: Ở dưới đốt xương sống thứ 5.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ lõm dưới đầu mõm gai đốt sống lưng 5.

## Thân trụ

Chủ trị: Đau vai, lưng, mụn nhọt, ho hen.

Vị trí: Ở dưới đốt xương sống thứ 3.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ lõm dưới đầu mỏm gai đốt sống lưng thứ 3.

## Đào đạo

Chủ trị: Cứng cột sống, đau đầu, sốt cao, sốt rét, điên dại.

Vị trí: Ở chỗ lõm dưới huyệt Đại chùy.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ lõm dưới đầu mỏm gai đốt sống lưng 1 hoặc dùng phương pháp xác định Huyệt Đại chùy rồi lấy xuống dưới 1 đốt sống.

## Đại chùy

Chủ trị: Cảm mạo, phát sốt, nôn mửa, lị, cứng gáy, đau cột sống, ho, trẻ em co giật, động kinh, sái cổ, mắt đỏ, ho gà, mất ngủ.

Vị trí: Ở chỗ lõm trên đốt xương sống thứ 1. Khi cúi đầu, phần dưới cổ nổi lên từ 1 đến 3 ụ xương tròn, đặt lên mỗi ụ xương một ngón tay, bảo người bệnh cúi, ngửa và quay đầu vòng tròn. Đốt nào động dưới ngón tay nhiều là đốt sống cổ thứ 7.

Tìm huyệt nhanh: Lấy huyệt ở chỗ lõm ngay dưới đầu mỏm gai đốt sống cổ thứ 7.

## Á môn

Chủ trị: Câm điếc.

Vị trí: Ở trong chân tóc gáy, chỗ lõm và mềm (Giáp ất), chân tóc gáy lên 0,5 tấc (Đại thành).

Tìm huyệt nhanh: Nếu có chân tóc gáy, lấy huyệt ở chỗ lõm giữa gáy và trên chân tóc 0,5 tấc. Nếu không có chân tóc gáy, lấy huyệt ở chỗ lõm giữa gáy dưới huyệt Phong phủ 0,5 tấc phía dưới mỏm gai củađốt sống cổ thứ 1.

## Phong phủ

Chủ trị: Cảm mạo, đau đầu, cứng gáy, bệnh tinh thần, trúng gió.

Vị trí: Ở trên gáy, từ chân tóc đi lên một tấc, trong gân lớn (Giáp ất).

Tìm huyệt nhanh: Lấy chỗ lõm giữa gáy và ở trên chân tóc gáy một tấc. Ở giữa khe của xương chẩm và đốt sống cổ 1; khi cúi đầu gân cơ thang nổi lên ở chỗ bám vào hộp sọ, khi ngửa đầu chỗ khe xương lõm xuống có thể sờ được đáy hộp sọ, huyệt ở chỗ lõm giữa 2 cơ thang, ngang với đáy hộp sọ.

## Não bộ

Chủ trị: Đầu cổ bị đau cứng, choáng đầu, động kinh.

Vị trí: Ở trên xương chẩm, dưới huyệt Cường gian 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy chỗ lõm ngay dưới ụ chẩm ngoài.

## Cường gian

Chủ trị: Đau đầu, cứng gáy, đau sau đầu, choáng váng.

Vị trí: Ở dưới huyệt Hậu đỉnh 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm giữa của đoạn nối huyệt Phong phủ với huyệt Bách hội.

## Hậu đỉnh

Chủ trị: Đau đỉnh đầu, choáng váng, mặt sưng đỏ, trẻ em kinh phong.

Vị trí: Ở dưới huyệt Bách hội 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở giữa huyệt Cường gian và huyệt Bách hội.

## Bách hội

Chủ trị: Đau đầu, đau mắt, tắc mũi, chảy máu mũi, choáng váng, động kinh, cổ cứng, phát sốt, câm điếc, trẻ em ỉa chảy, sa dạ con, đẻ xong mất ngủ, trúng gió, trĩ.

Vị trí: Ở phía sau huyệt Tiền đỉnh 1,5 tấc. Gấp hai vành tai về phía trước. Huyệt ở điểm gặp nhau của 2 đường vuông góc. Một đường ngang qua đỉnh vành tai và một đường dọc qua giữa đầu. Sờ thấy một khe xương lõm xuống.

Tìm huyệt nhanh: Lấy từ điểm giữa đường nối hai lông mày lên 1 tấc làm một phía, từ đó qua giữa đầu, sang mép tóc sau gáy, điểm giữa đường này là huyệt.

## Tiền đỉnh

Chủ trị: Đau đỉnh đầu, choáng váng, mặt sưng đỏ, trẻ em kinh phong.

Vị trí: Ở sau huyệt Tín hội 1,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trên đường dọc giữa đầu, trước Bách hội 1,5 tấc.

## Tín hội

Chủ trị: Đau đầu, choáng váng, chảy máu mũi, trẻ em kinh phong.

Vị trí: ở chỗ lõm sau huyệt Thượng tinh 1 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trên đường dọc giữa đầu ở phía trước huyệt Bách hội 3 tấc. Chính giữa thóp trước.

## Thượng tinh

Chủ trị: Đau đầu, đau mắt, tắc mũi, chảy máu cam.

Vị trí: Ở trên đầu, giữa sống mũi thẳng lên, ở chỗ lõm trên chân tóc 1 tấc (Giáp ất).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở trên đường dọc giữa đầu, ở chính giữa đoạn nối huyệt Bách hội và Ấn đường.

## Thần đình

Chủ trị: Đau đầu, động kinh, đau xương ụ mày.

Vị trí: Ở thẳng sống mũi đi lên, vào chân tóc 0,5 tấc.

Tìm huyệt nhanh: Nếu chân tóc trán rõ ràng, lấy huyệt ở sau chân tóc 0,5 tấc. Ở người hói trán lấy trên huyệt Ấn đường 3,5 tấc.

## Tỗ liêu

Chủ trị: Tắc mũi, chảy máu mũi, mũi đỏ, bệnh trứng cá đỏ đầu mũi.

Vị trí: Ở cuối sống mũi (Giáp ất, Đại thành).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ đầu nhọn của sống mũi.

## Thủy câu

Chủ trị: Động kinh, hàm răng cắn chặt, trúng gió hư thoát, hôn mê, say nắng, chân tay co rúm, trẻ em co giật, bụng đau ngực nhói.

Vị trí: Ở chính giữa khe, sống mũi thẳng xuống, trong chỗ lõm gần lỗ mũi (Đại thành).

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm nối 1/3 trên với 2/3 dưới của rãnh Nhân trung, giữa đáy rãnh.

## Đoài đoan

Chủ trị: Đái vàng, lưỡi khô, máu cam chảy không dứt, sưng môi, miệng ngậm mà hàm khua lập cập, uống nhiều nước, đái nhiều, đau răng, tắc mũi, đờm dãi.

Vị trí: Ở trên môi trên.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở chỗ nhọn của môi trên, ngay dưới rãnh Nhân trung chỗ tiếp giáp giữa da và niêm mạc môi trên.

## Ngân giao

Chủ trị: Răng lợi sưng đau, trĩ.

Vị trí: Ở phía trong môi trên và lợi răng trên giao nhau, chỗ dây chằng môi trên.

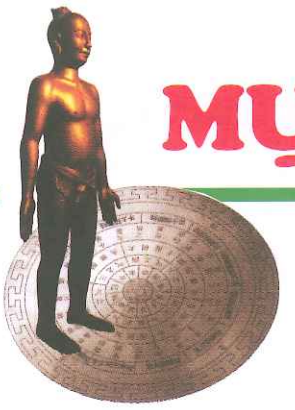
Tìm huyệt nhanh: Lấy ở giữa kẽ môi trên và chân lợi, thẳng huyệt Đoài đoan vào. Ở đầu trên nếp hãm môi trên.

## Ấn đường

Chủ trị: Chữa các chứng đau đầu, an định tâm thần, cảm cúm, làm thông lợi mũi và mắt.

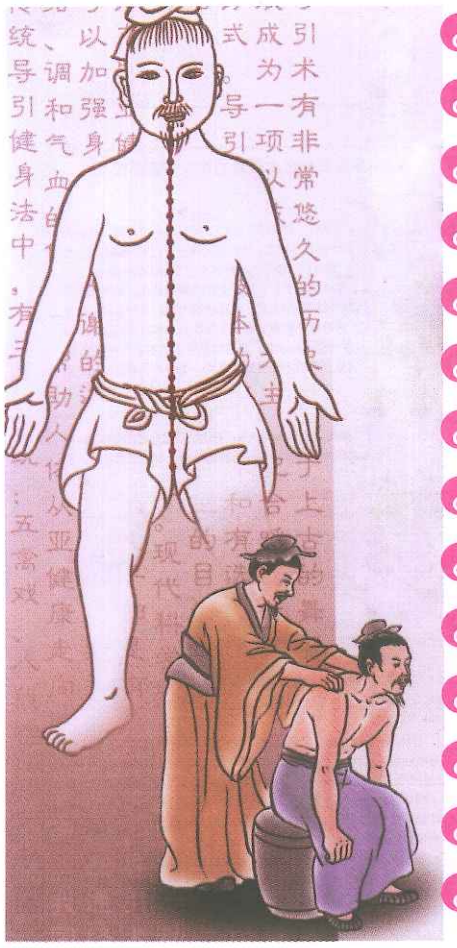
Vị trí: Huyệt Ấn đường là điểm nằm chính giữa hai đầu lông mày, nằm trên sống mũi.

Tìm huyệt nhanh: Lấy ở điểm chính giữa hai đầu lông mày, thẳng sống mũi lên.

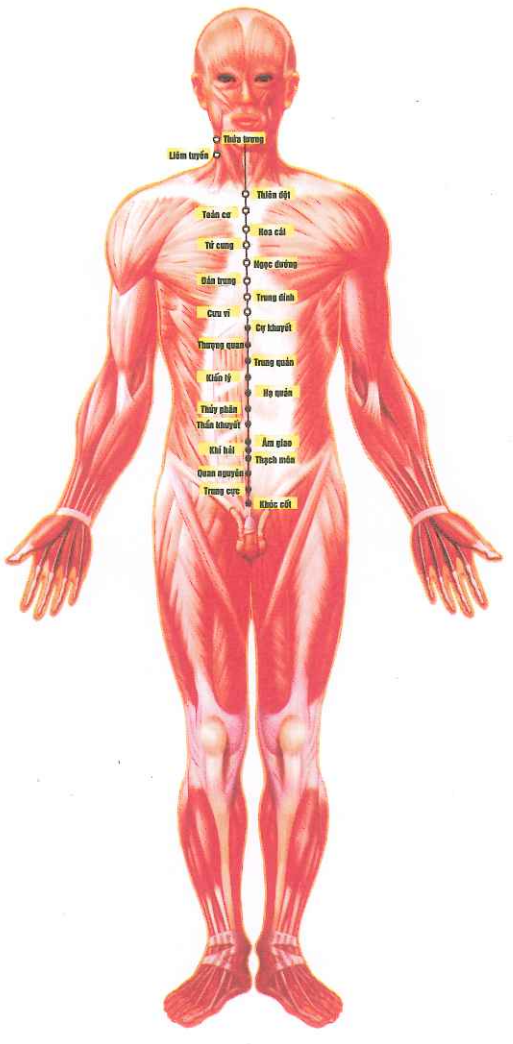


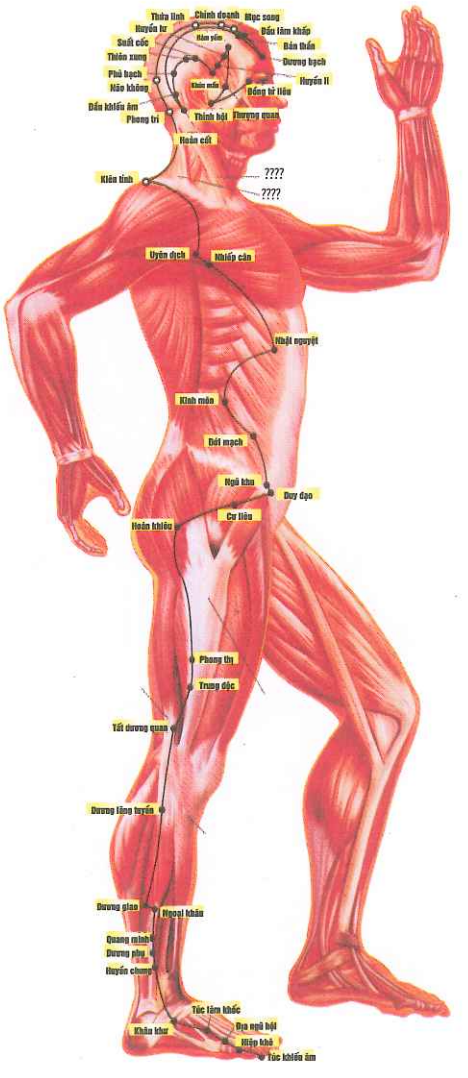
# MỤC LỤC

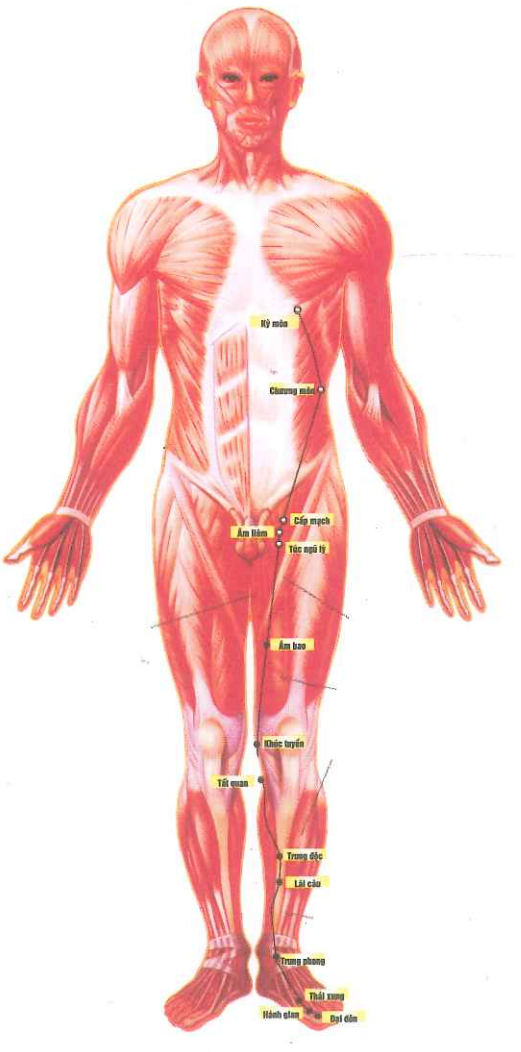





- THỦ THÁI ÂM PHẾ KINH ..... 7
- THỦ DƯƠNG MINH ĐẠI TRÀNG KINH ..... 10
- TÚC DƯƠNG MINH VỊ KINH ..... 13
- TÚC THÁI ÂM TỲ KINH ..... 18
- THỦ THIẾU ÂM TÂM KINH ..... 22
- THỦ THÁI DƯƠNG TIỂU TRÀNG KINH ..... 24
- TÚC THÁI DƯƠNG BÀNG QUANG KINH ..... 27
- TÚC THIẾU ÂM THẬN KINH ..... 35
- THỦ QUYẾT ÂM TÂM BÀO KINH ..... 40
- THỦ THIẾU DƯƠNG TAM TIÊU KINH ..... 43
- TÚC THIẾU DƯƠNG ĐỞM KINH ..... 47
- TÚC QUYẾT ÂM CAN KINH ..... 51
- NHÂM MẠCH ..... 55
- ĐỐC MẠCH ..... 58

**HỘI LUẬT GIA VIỆT NAM**
**NHÀ XUẤT BẢN HỒNG ĐỨC**
Địa chỉ: 65 Tràng Thi, Hoàn Kiếm, Hà Nội
Email: nhaxuatbanhongduc@yahoo.com
Điện thoại: 0439260024 - Fax: 0439260031

# HUYỆT VỊ KINH LẠC CƠ THỂ NGƯỜI

**NGÔ TRUNG TRIỀU**

**Chịu trách nhiệm xuất bản:**
*Giám đốc*
**BÙI VIỆT BẮC**

**Chịu trách nhiệm nội dung:**
*Tổng biên tập*
**LÝ BÁ TOÀN**

Biên tập: Phạm Quỳnh Trang
Vẽ bìa: Minh Lâm
Sửa bản in: Thanh Mai
Chế bản: NS Minh Lâm

In 2000c, khổ 26,5x38,5 tại DNTN in Hà Phát số 6 Ngọc Hà, Ba Đình Hà Nội. Số ĐKKHXB:71 -2016/CXBIPH/124- 01/HĐ.
Số QĐXB:72 /QĐ - NXBHĐ cấp ngày 14/01/2016.
ISBN: 978-604-69-8358-0. In xong và nộp lưu chiểu năm 2016.