



后溪穴治疗颈肩腰腿痛机理发微

叶星兰, 顾梦宇, 彭新, 吴松
(湖北中医药大学, 湖北 武汉 430061)

摘要:后溪穴首见于《灵枢·本输》,为手太阳小肠经之腧穴,亦是八脉交会穴之一,通于督脉。后溪穴在临床运用十分广泛,对于颈肩腰腿痛证的治疗尤为有效。知其源,悟其理,守其则,方能践其行。文章从穴性(小肠经穴、五输穴之腧穴、八脉交会穴)与同名经脉、董氏奇穴、第二掌骨全息理论几个角度探讨后溪治疗颈肩腰腿痛的应用原理,以期为后溪临床治疗颈肩腰腿痛提供理论支持。

关键词:后溪穴;临床运用;痛证;董氏奇穴;第二掌骨全息理论

中图分类号:R255.6

文献标志码:A

文章编号:1671-7813(2024)03-0062-03

Analysis on the Mechanism of Houxi Point in Treating Neck, Shoulder, Waist and Leg Pain

YE Xinglan, GU Mengyu, PENG Xin, WU Song
(Hubei University of Chinese Medicine, Wuhan 430061, Hubei, China)

Abstract:The Houxi acupoint was first seen in *Lingshu · Benshu*, it is the Shu acupoint of the Small Intestine meridian of hand Taiyang, and it is also one of the meeting points of the eight meridians, which is connected to the Du meridian. Houxi acupoint is widely used in clinical practice, and it is especially effective for the treatment of neck, shoulder, waist and leg pain syndrome. Knowing its origin, comprehending its principles, and abiding by its rules can only be practiced. In order to provide a strong and solid theoretical support for Houxi's clinical treatment of neck, shoulder, waist and leg pain, this article discusses its application from the perspectives of the acupoints' nature (small intestine meridian acupoint, the Shu acupoint of Wushu acupoints, one of the intersection acupoints of the eight meridians), meridian of the same name, Dong's special acupoints, and the second metacarpal bone holographic theory.

Keywords:houxi acupoint; clinical application; pain syndrome; Dong's special acupoints; the second metacarpal bone holographic theory

《会元针灸学》曰:“后溪者,后是手小指本节后也,溪者小沟也。手小指外侧握拳肉起如山峰,按之似小豁之曲,故名后溪”。后溪穴首见于《灵枢·本输》,其云:“小肠者,上合手太阳……注于后溪,后溪者,在手外侧本节之后也,为腧”,古称“手太阳”,当与“腕骨”辨,为手太阳小肠经之腧穴^[1],又为八脉交会穴之一,通于督脉,有沟通联络手太阳小肠经与督脉两经气血之功;手太阳脉之所注、经气渐盛之处,与足太阳膀胱经交于目内眦,两经之气相通互助,有一针穿两经之效。《黄帝明堂经》载:“注于后溪,后溪者,木也”。小肠与心相表里而属火,后溪为其腧穴而属木,木生火,虚则补其母,有补小肠经一切虚证之力;董氏奇穴腕顺一、二下五分为后溪,两穴合为倒马针则有补肾阳滋肾阴之能;针刺后溪穴时结合现代第二掌骨全

息理论,控制不同针刺方向亦获奇效。现代对于后溪治疗痛证的文献屡见不鲜,但却未有探析临床治疗颈肩腰腿痛的机理的文章,更少有结合董氏奇穴或全息理论阐释其机理者^[2]。文章从穴性(小肠经穴、五输穴之腧穴、八脉交会穴)与同名经脉同气相求角度阐释,还深入探讨了结合董氏奇穴、第二掌骨全息理论指导下后溪治疗颈肩腰腿痛的应用原理,以期为后溪临床治疗颈肩腰腿痛提供强大坚实的理论支持。

1 穴位类属与相关经络

后溪穴类属于手太阳小肠经之穴,为五输穴之腧穴、又为八脉交会穴之一。首先从类属的小肠经来看,后溪穴为手太阳小肠经之穴位,小肠经脉病候记载:“颈、颌、肩、臑、肘臂外后廉痛”,故后溪能主治肩颈疼痛等痹症;其次,后溪穴乃五输穴之腧穴,“腧主体重节痛”,为后溪穴治疗一切肢体关节痹痛提供理论依据;同时,后溪穴又系八脉交会穴之一,与督脉相通,督脉“并于脊里,上至风府,入属于脑”,故又可以治疗头颈腰脊部疾病;最后,小肠经与膀胱经同气相求,联系紧密,故针刺后溪穴亦可治疗膀胱经循行所过的项背腰腿部疼痛。

1.1 循过肩颈治所及

“小肠手太阳之脉,起于小指之端,循手外侧上腕,出踝

基金项目:国家中医药管理局名老中医药专家传承工作室建设项目(国中医药人教函[2022]75号)

作者简介:叶星兰(2000-),女,浙江杭州人,硕士在读,研究方向:针灸效应基础。

通讯作者:吴松(1980-),男,湖北随州人,教授,博士研究生导师,博士,研究方向:针灸效应基础。E-mail: 119065124@qq.com。



中,直上循臂骨下廉,出肘内侧两骨之间,上循臑外后廉,出肩解,绕肩胛,交肩上”,后溪作为手太阳小肠经腧穴,根据“经脉所通,主治所及”相关理论,决定了后溪穴活络止痛的基本功效,以及通治小肠经所过肩颈之能,与《针灸大成》所言:“颈项拘急引背痛取后溪”“主胸满,颈项强,不得回顾”之说相印证。近十年对于落枕的临床治疗研究也表明,小肠经选用次数在经脉范围内首屈一指,小肠经上后溪的选用次数则在腧穴范围中名列前茅^[3]。小肠经经脉病候有载“颈、颔、肩、臑、肘臂外后廉痛”亦为后溪治疗颈肩痹痛提供了有力依据,临床应用方面,已有学者验证了后溪为针刺治疗神经根型颈椎病的常用腧穴之一,通过针刺后溪配伍经穴昆仑,可明显改善颈部前屈的耐疲劳性,显著提高颈部肌肉的抗疲劳能力^[4]。ZHANG M等^[5]选用后溪等穴缓解了肩周炎的黏连疼痛。

1.2 通督颈项腰背症

后溪穴为八脉交会穴,通督脉,可以联系沟通小肠经与督脉两经气血,故针刺后溪所获疗效与督脉之循行、主治病证联系紧密。督脉行于头部正中,《素问·脉要精微论篇》曰:“头者,精明之府”,其气血运行状况反应脑髓肾的机能,故针刺后溪可以治疗项强头痛等疾病。《针灸问对》有云:“后溪督脉内毗颈”,头为诸阳之会,后溪通于“阳脉之海”督脉,故后溪可以治疗头项部疾病。现代临床实践中,可透刺合谷至后溪疏通筋络,行气活血,促进颈项部气血运行、活络止痛^[6]。后督脉行于腰部正中,《素问·骨空论篇》云:“督脉为病,脊强反折”,故针刺后溪也可治疗腰痛。现代临床针刺后溪治急性或慢性腰扭伤偏多,常用泻法,合并强刺激,双管齐下,行针同时配合中药热雾,腰部疼痛得到明显缓解^[7]。《中西汇通医经经义》有言:“督脉在背,总制诸阳,谓之曰督。督脉在脊,属肾属先天”。可知肾与督脉联系紧密,后溪为八脉交会穴通于督脉,而督脉则通过命门再与肾相连,可使经气输注填充督脉之阳,继而阳气充盛而督脉得补,命门入肾,肾得阳而壮,骨生髓而坚,颈项不强而腰背不痛^[8]。

1.3 输主颈项腰腿症

后溪穴乃五输穴之腧穴,“主体重节痛”,身体沉重多与湿邪重浊困阻清阳有关,腰腿关节痹痛又多与风湿相关。腧穴若非阴经属土则为阳经属木,此穴作为太阳经之输木穴,其一,作为肝木主风、主一身之筋,同气相求,因此对于太阳经脉所过之处,后溪在临床实践当中治疗“筋病”相关者、本经疼痛、一切肢体关节病证为主的痹证常获奇效,例如颈项强直、腰不得弯、腿不得伸等;其二,肢体身形卷曲舒展,其形象木,取象比类,穴之木象医身形之痹,舒缓颈项腰腿痛痹证,也为针刺后溪治疗腰痛提供了新而有效的思路方法^[9]。不仅如此,现代医学也认为,针刺手太阳小肠经的五输穴可引起尺神经兴奋,冲动由尺神经传入臂丛内侧束,再至C₅~T₁节段脊神经节细胞。其后根纤维进入C₅~T₁脊髓节段后角细胞,冲动在脊髓节段内或节段间起联络作用,上行到上部脊髓胸段(T₁~T₅)支配心脏的交感神经低级中枢,影响内脏运动神经元,由神经元发出轴突随交感神经分布到心肌,使心肌兴奋,心肌收缩力增强,心输出量增加,外周血管扩张,从而增加局部动脉血液供应,改善血液循环,通过促进颈项腰腿部气血运行,舒筋活络,行痹止

痛,达到治疗颈项腰腿痛的目的^[10]。仇秀宇等通过检索针灸类古籍及CNKI、VIP数据库1983年—2013年关于针灸治疗急性腰扭伤的文献,探讨其处方选穴规律:后溪穴在现代常用穴中排在前五位;特定穴所占比例较大,尤以五输穴最多^[11]。

1.4 膀胱同气颈腰利

十二正经每条经脉都有与其互为表里者,表里相配代表着在生理有经络的联系,在病理也有一定关联,表里经之间的联系途径,在体内存在络属关系,在四肢存在脉气交接关系。手太阳小肠经与足太阳膀胱经为同名经,乃五运六气之太阳寒水,乃三阳之表,主宣阳行痹、温阳散寒。同名经脉同气相求、相辅相成,则水液气化通畅,至巅顶化为津液,由重力顺颈下腰,自上而下得以温润全身。如水液气化不畅,上至头颈、中至腰脊、下至会阴,失于温润而成寒湿。颈项腰脊属阳,易为寒湿阴邪所困,气血运行不畅则令颈强“如折,不可俯仰”,令腰痛“引项脊尻背如重状”。颈项腰脊是督脉与膀胱经的主要循行部位;足太阳膀胱经与后溪所在之手太阳小肠经同气相求,小肠经又通督脉,三者与颈项腰脊疾病联系紧密可见一斑^[12]。《灵枢·杂病》云:“项痛不可俯仰,刺足太阳;不可以顾,刺手太阳也”,同名经相通的基础理论推动了手足同名经上下配合、同气相求。临床有手太阳后溪配足太阳束骨用泻法连续针灸一月余完全治愈,《针灸甲乙经》记载后溪主:“肩臑肘臂痛,头不可顾”;束骨主“暴头头痛……项不可以顾,髀枢痛”^[13],后溪治颈项腰痛因而有据可考。针灸学家杨维杰也曾说:“上下并去法是一种通经取穴法,用法效果好,治疗范围广……所以颈痛个人常以后溪束骨并用”。已有研究证明针刺后溪治疗脊柱源性腰部疼痛能很好的调气舒筋、通络止痛效果^[14]正是:项强腰疼刺后溪,通督同气调气血,激发全身阳经气,气旺血行络通,颈项腰脊自然愈。

2 腕顺补肾强腰脊

董氏奇穴腕顺一穴位于小掌骨外侧,距手腕横纹二寸五分,其下五分则为后溪,临床针腕顺一穴时常加上腕顺二穴,合为倒马针。董氏奇穴讲究以骨治骨的刺骨之法,腕顺一穴的进针手法是其中之一的贴骨进针,即《内经》所谓“短刺”,再者《灵枢·官针》中也曾提到:“短刺者,刺骨痹,稍摇而深之,致针骨所,以上下摩骨也”。贴骨进针,以骨治骨的用法在近代研究的“骨膜传导”说中也能证实其可行性与有效性。由于骨膜上附着许多血管与神经,贴骨针刺时,刺激可通过骨膜传播,从而得以治疗骨关节疾病。这也与董氏掌诊认为的小鱼际处为肾区相吻合,肾主骨,因此刺骨应肾不无道理。临床显示,腕顺穴治疗肾亏所致之背痛、重性腰两边痛、坐骨神经痛、肾脏炎、四肢骨痛等症状,因此也界定了腰困与肾的关系^[15],针刺则采用贴骨进针疗效最佳。腕顺一穴有:“女人用之效更大”一说,这是因为,从卦象思路角度出发,其所在正处坤卦与兑卦之中,两者皆阴卦,坤主老女,兑主少女,故女人用之效更大,在临床上还是专治骨刺之要穴,对骨病有良好的治疗效果。从定位来说,腕顺一二位于手太阳经荣、输之间,手太阳经至目锐眦,入耳中,主“液”所生病,“液者,所以灌精濡空窍者也”,肾开窍于耳,肾精亏虚,耳无所养,指出正是由于“液”失于“灌精濡空窍”,而致肾虚相关的耳部疾病;又有肾主骨,牙为骨之



余,针此二穴治疗肾虚性牙痛效果甚佳,为临床治疗肾亏所致各种病变及疼痛提出全新思路^[16]。腰为肾之府,“转摇不能,肾将惫矣”,腰部功能障碍与肾脏存在密切关联,脏腑辨证多从肾论治腰椎间盘突出症,临床有研究选用腕顺一二配伍灵骨、大白、水曲穴针刺治疗腰椎间盘突出症,结果显示腰椎功能改善率显著高于常规穴位组,且治疗结束时及结束1月后的VAS、PRI量表评分结果均优于常规穴位组^[17]。此外,腕顺一二在治疗髂后上棘内外疼痛、肩胛骨下端疼痛、膏肓穴处疼痛也有一定作用,不过概括起来还是补肾强腰脊的作用范畴^[18]。

3 掌骨全息各方位

张颖清教授发现在第二掌骨侧穴位群进行针灸推拿可用以治疗多种疾病,并将其命名为第二掌骨侧穴位全息疗法。人的身体为一个小宇宙,而人体的任一局部又为一小人体,整体包含局部,局部反映整体的信息,从局部亦可以治疗整体,这种思想用之临床成为具有中医特色的全息医疗方式。杨维杰先生从此发展出“太极针法”,即以活动中枢、元气中枢为主的太极全息观。从生物全息论角度来看,张颖清认为,生物体每一相对独立的部分在化学组成模式上与整体相同,可将其视为整体成比例的缩小,人体的任一支节皆能视为整体的缩影,均能独立治疗全身疾病^[19]。张颖清发现的第二掌骨侧存在一个新的有序穴位群,它们在第二掌骨侧的分布形式恰与这些穴位所对应的部位或器官在整体上的分布形式相同^[20]。在手掌微太极中,第二掌骨作为线性全息系统之一,从三间至后溪作一连线,为腰脐线,此线上的后溪因而能治疗腰痛,位于此线以下的腕顺二穴则治疗腰肾痛。第二掌骨全息理论认为,以第二掌骨为脊柱位置形成的立体的整体节肢系统包含着整体各个部位的生理、病理的信息,与人的头颈、上肢、心肺、肝、胃、十二指肠、肾、腰、下腹、腿足部位皆有与之相应的穴位,因此第五掌骨侧遵循此原则也能获得理想疗效^[21]。其中小鱼际对应人体的脊柱,后溪穴的定位在小鱼际处,微握拳,第5指掌关节后尺侧的近侧掌横纹头赤白肉际可取后溪,董氏也认为五输穴是经络的全息点,后溪是五输穴之输穴,在太极全息理论中又与头面五官相应,是颈椎的对应点,与第二掌骨对应,因此刺激后溪时,若向第二掌骨的头颈、腰、腿对应点方向进行刺激,可以疏通经络气血从而止痛^[22]。临床上灵活运用第二掌骨全息理论,针入后溪,根据不同病情与伴随症状,改变针刺方向,从而达到扶正祛邪行气血,通治颈项腰腿痛的治疗目的,如此治疗删繁就简不仅用穴少,患者接受度高,而且可配合倒马针法、动气针法或牵引针法联合使用将治疗范围扩大成线、区甚至整体,动引其气,使气至病所而有效。

4 小结

后溪穴在临床上应用范围广,运用频率高,从古到今的文献中都多有记载,皆能收获理想疗效。而后溪在治疗颈肩腰腿痛方面疗效佳,获效快,其原因不仅仅在于它的穴位属性:为手太阳小肠经之输穴,为八脉交会穴之一,通于督脉;还在于董氏奇穴中与其几乎一致的腕顺一、二穴的补肾作用,以及临床上结合第二掌骨全息理论灵活变通的治疗方法。古人言:“医者,书不熟则理不明,理不明则识不精。临证游移,漫无定见,药证不合,难以奏效”。知之愈明,则行之愈笃;行之愈笃,则

知之愈益明,从其原理入手,可以为后溪穴临床治疗颈肩腰腿痛提供强大坚实的理论依据。

参考文献

- [1] 杨继洲. 针灸大成[M]. 黄龙祥,整理. 北京:人民卫生出版社,2017:86.
- [2] 何二帆,汤继芹,张永臣. 八脉交会穴后溪与申脉主治分析[J]. 辽宁中医杂志,2015,42(2):270-271.
- [3] 张朝阳. 后溪穴的临床应用体会[J]. 中国中医基础医学杂志,2014,20(8):1117-1118.
- [4] YANG H S,ZHENG Q Y,WU S,et al. Influence of different acupoint combinations on immediate effect of surface electromyography of patients with cervical spondylosis[J]. World Journal of Acupuncture Moxibustion,2016,26(3):7-13.
- [5] ZHANG M,FAN C X,ZHU P Y,et al. Clinical efficacy evaluation of body acupuncture and scalp acupuncture combined with extracorporeal shock wave for scapulohumeral periarthritis[J]. World Journal of Acupuncture Moxibustion,2019,29(2):108-112.
- [6] 王婧,田素领,吴娟娟,等. 合谷穴穴性剖析[J]. 中国针灸,2017,37(5):565-566.
- [7] 谢博多,张志强,刘晓华,等. 针刺后溪穴结合中药热雾疗法治疗腰部训练伤的临床研究[J]. 中华中医药学刊,2015,33(9):2082-2085.
- [8] 权婧宜,梁诗敏,李敏. 基于古代文献探讨后溪穴治疗骨转移癌痛的理论[J]. 时珍国医国药,2021,32(4):935-937.
- [9] 宋全枚,朱永政,贾仰理,等. 基于数据挖掘技术探析后溪穴现代主治优势疾病和配伍规律[J]. 山东中医杂志,2020,39(11):1153-1160,1165.
- [10] 白丽敏,李亚东. 神经解剖学[M]. 北京:中国中医药出版社,2003:142-148.
- [11] 仇秀宇,赵丹,屠立平,等. 中医治疗急性腰扭伤研究进展[J]. 中国中医基础医学杂志,2016,22(10):1426-1428.
- [12] 李任成,刘汝专,魏纪湖,等. 针刺治疗急性腰扭伤的研究进展[J]. 中国中医急症,2021,30(3):554-557.
- [13] 张志立许能贵. 五输穴之输穴在针灸临床应用举隅[J]. 中国针灸,2017,37(2):219-220.
- [14] 李凌龙,刘晓安. 后溪穴治疗脊柱源性疼痛的研究进展[J]. 中国中医急症,2019,28(10):1877-1880.
- [15] 武聚星,孔红岩,郑人文. 研习董氏奇穴针刺疗法之浅悟[J]. 光明中医,2018,33(2):257-258.
- [16] 杨维杰. 董氏奇穴穴位论解[M]. 北京:人民卫生出版社,2018:80.
- [17] 王雷,王壮,郭运岭,等. 毫针针刺治疗腰椎间盘突出症的临床研究概述[J]. 世界中医药,2020,15(9):1369-1372.
- [18] 邱雅昌. 董氏奇穴实用手册[M]. 北京:人民卫生出版社,2012:44.
- [19] 韩学杰,刘大胜,邵亚茹,等. 中医手诊三维诊断法的理论渊源及临床应用[J]. 中华中医药杂志,2019,34(9):3935-3938.
- [20] 张颖清. 生物全息诊疗法[M]. 济南:山东大学出版社,1987:6.
- [21] 肖书煜,毛红蓉. 针灸腧穴治疗作用的生物全息理论基础[J]. 亚太传统医药,2020,16(11):204-207.
- [22] 黄静娴,王超. 后溪穴治疗失眠的理论浅析[J]. 四川中医,2022,40(1):30-32.