

# 1

## 中醫經絡基礎理論

- 第一節 經絡的定義
- 第二節 十二正經
- 第三節 奇經八脈
- 第四節 絡脈
- 第五節 體質寒、熱、虛、實之鑑別法
- 第六節 五臟六腑基礎理論

李雅婷 編著

# 前言



人體的構造很複雜，除了肌肉、骨骼、臟腑外，尚有維持體內運轉的循環系統，及與外界聯繫的神經系統；除此之外，體內還有一種能量循環系統稱為經絡。

經絡通常伴隨著神經與血管，其聯繫著臟腑，就像肺和大腸有相互表裡關係。經絡在體內的動線無法以肉眼看到，但在體表肌肉層內有一定的路線與穴點，許多內在疾病會由經絡表現在體表上，故穴位可治療身體的疾病，當經絡管道順暢無礙，人體就健康。

本章節針對經絡之定義，介紹十二正經、奇經八脈、絡脈之區分，並以人體之體質證候與臟腑之功能來說明經絡與身體之關係，以了解其重要性。





## 第一節

# 經絡的定義

中醫之學問是經過幾千年的經驗累積，分析歸納出人的身體上有一條又一條的路線，分別由四肢通往五臟六腑，此獨特的路線就稱為「經絡」(meridian)，主幹為經，分支為絡。經脈指的是路徑，猶如途徑，可以貫串上下，連接內外，為人體的骨幹；絡脈指的是網，猶如網羅，縱橫交錯，遍布全身。經絡包括全身之氣血循環，內連臟腑，外絡肌表。經絡是由穴道點串聯而成的，當人體身上有病痛的時候，可以利用經絡腧穴按摩來達到治病及保健的功效。

經脈分為正經與奇經，正經有十二條，奇經有八條；絡脈由十五絡、孫絡及浮絡組成。屬於十二正經的十二經別、十二經筋、十二皮部，皆屬於經絡的一部分（圖 1-1）。



## 第二節

# 十二正經

十二正經走向和相互交接的規律為：手之三陰，從胸走手；手之三陽，從手走頭；足之三陽，從頭走足；足之三陰，從足走腹。記憶歌訣為：手三陰，胸內手；手三陽，手外頭；足三陽，頭外足；足三陰，足內腹。

十二經脈為手三陰（肺、心包、心）、手三陽（大腸、三焦、小腸）、足三陽（胃、膽、膀胱）、足三陰（脾、肝、腎）的總稱。根據中醫陰陽理論及經脈中陰陽盛衰不同，陰經細分為少陰、厥陰、太陰，陽經則分為陽明、太陽、少陽。根據臟象學說，手足之三陰和手足之三陽分別和臟腑相配，陰經配臟，陽經配腑。於是又衍生出手太陰肺經；足太陰脾經；手少陰心經；足少陰腎經；手厥陰心包經；足厥陰肝經；以及手陽明大腸經；足陽明胃經；手太陽小腸經；足太陽膀胱經；手少陽三焦經及足少陽膽經。

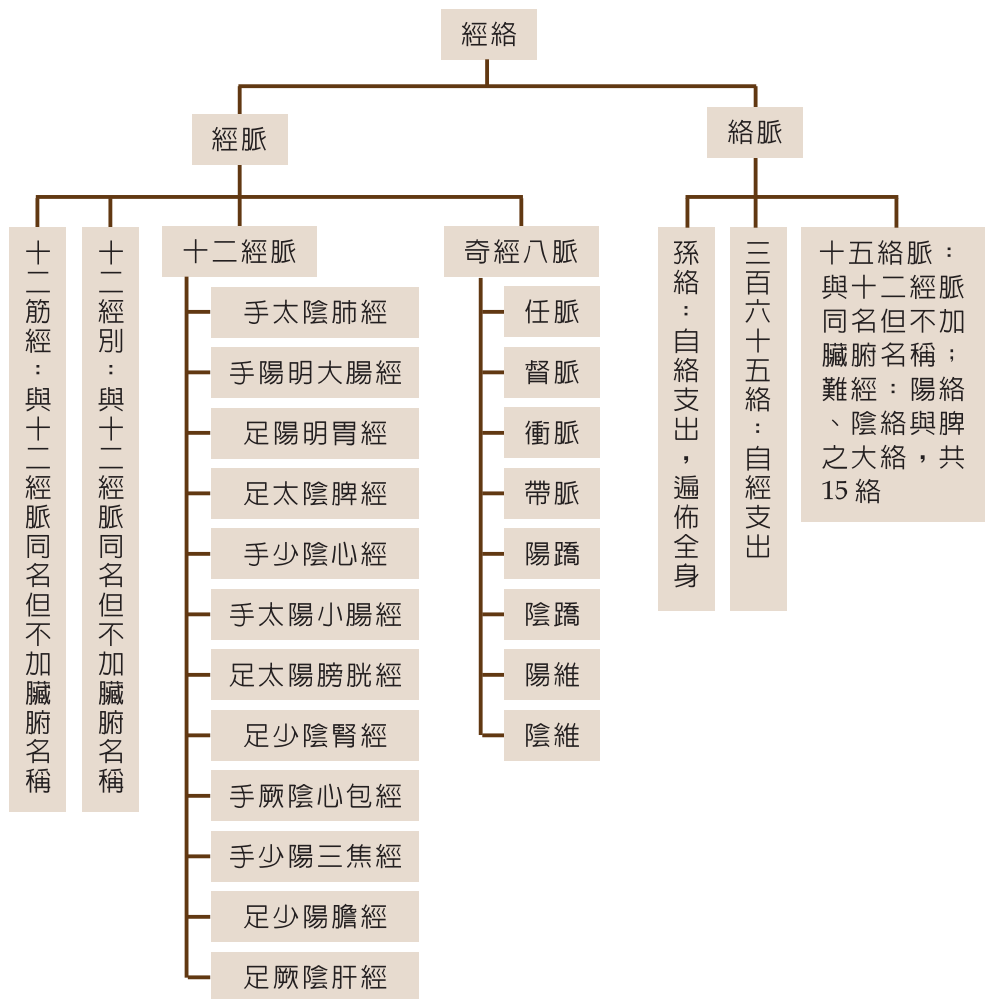
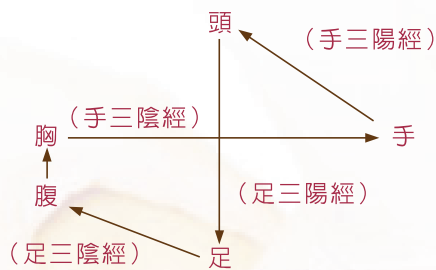


圖 1-1 經絡系統

十二正經通過手足陰陽表裡，氣血通過經脈可內連臟腑，外達肌表，營運全身。其流注次序是從手太陰肺經開始，依次至手陽明大腸經→足陽明胃經→足太陰脾經→手少陰心經→手太陽小腸經→足太陽膀胱經→足少陰腎經→手厥陰心包經→手少陽三焦經→足少陽膽經→足厥陰肝經，再回到手太陰肺經（圖 1-2）。其走向和交接規



◆ 十二經脈的循行走向與交接規律：  
 手三陰經胸走手  
 手三陽經手走頭  
 足三陽經頭走足  
 足三陰經足（腹）、胸

圖 1-2 十二經脈循行方向

律是手之三陰經從胸走手，在手指末端交手三陽經；手之三陽經從手走頭，在頭面部交足三陽經；足之三陽經從頭走足，在足趾末端交足三陰經；足之三陰經從足走腹，在胸腹腔交手三陰經。頭面部為諸陽交會處，手上的三條陽經止於頭面部，足上的三條陽經是從頭面部開始。所以頭面部是手陽經與足陽經的交接地點。



### 第三節

## 奇經八脈

奇經八脈指的是督脈、任脈、衝脈、帶脈、陰蹻脈、陽蹻脈、陰維脈及陽維脈。此八脈所指如下：

1. 督脈：督其有監督與督導之意；主要分布在背部正中線，負責主導一身之陽氣。
2. 任脈：任有擔任之意，古代與妊字相通；主要分布在胸腹正中央，負責擔任一身之陰。女性則有孕育胎兒的作用。
3. 衝脈：衝指要衝之意，就是指交通要道；主要分布為從頭到腳，統領身體所有經氣血的重要通道。
4. 帶脈：帶有束帶、圍繞之意；主要環繞腰部一圈，約束諸脈。
5. 陰蹻脈：蹻指的是腳跟；其脈在內腳踝下，故稱為陰蹻。
6. 陽蹻脈：其脈起於外腳踝下，故稱為陽蹻。
7. 陰維脈：維指的是維繫之意；維繫一身在裡為陰，稱為陰維脈。
8. 陽維脈：維繫一身在表之陽，稱為陽維脈。



## 第四節 絡脈

絡脈，是經脈的分支，其命名是根據部位與其功能而定，分為十五絡脈、浮絡及孫絡，說明如下；另介紹十二經別、十二經筋及十二皮部於下。

### 壹、十五絡脈

十五絡脈是較大及主要的絡脈，又稱十五別絡，別是指正經別出走於鄰經之意，絡即指聯絡；十二正經加上督脈、任脈各有一支別絡；再加上脾經之大絡，共有十五絡。分別以十五絡所發出的腧穴來命名，其主要作用是加強陰陽表裡經之間在體表的聯繫。別絡對其他絡脈有統率作用，加強了人體的內部聯繫；灌注氣血，濡養全身。

### 貳、浮絡

浮是表淺的部位，絡脈浮行在表淺的部位稱為浮絡，其作用為輸注氣血，濡養全身。

### 參、孫絡

孫是指小或微細之意，脈最細小的分支稱為孫絡；其作用與浮絡同。

### 肆、十二經別

十二經別是十二正經離、入、出、合的別行部分，是正經別行深入體腔的支脈。十二經別是從十二經脈的四肢部位別出來的經脈，陽經經別合於本經，陰經經別合於相表裡之陽經。其生理功能可加強十二經脈中相為表裡的兩條經脈在體內的聯繫，並能通達正經無法行經的器官或身體部位，可彌補正經的不足。