

十二經四大要點總表

針灸學 · 第 12 堂考試溫習 · 儒濟生個人筆記

四步答題法：① 走向 → ② 起於（起穴）→ ③ 止於（止穴）→ ④ 表裡經＋循行特點（行於何部、軀幹旁開寸數）。 口訣：**先答內外**（陰經屬內、陽經屬外），**再答前中後**。記憶分組：前四條（肺、大腸、胃、脾）全走前；後四條（心、小腸、膀胱、腎）全走後；中四條（心包、三焦、肝、膽）全走中間。

經脈（組別）	① 走向	② 起於（起穴）	③ 止於（止穴）	④ 表裡經＋循行特點
手太陰肺經 前組	從胸走手	中焦（中府）	手拇指橈側端（少商）	表裡：手陽明大腸經 行於：上肢內側 前緣
手陽明大腸經 前組	從手走頭	食指桡側端（商陽）	對側鼻旁（迎香）	表裡：手太陰肺經 行於：上肢外側 前緣 ⚠ 必答「對側」鼻翼（迎香），漏寫對側扣一分
足陽明胃經 前組	從頭走足	鼻旁（承泣）	足第二趾外側端（厲兌）	表裡：足太陰脾經 行於：頭面 → 胸腹前面 （胸旁開4寸、腹旁開2寸）→ 下肢外側 前緣
足太陰脾經 前組	從足走腹至胸	足大趾內側端（隱白）	大包	表裡：足陽明胃經 行於：下肢內側 前緣 （內踝上八寸以下走中間）→ 腹、側胸 （腹旁開4寸、胸旁開6寸） ⚠ 講脾經不可說成胃經，經名寫錯扣分
手少陰心經 後組	從胸走手	心中（唯一一起於「心」中者；肺經起中焦）	小指桡側端（少衝）	表裡：手太陽小腸經 行於：上肢內側 後緣
手太陽小腸經 後組	從手走頭	手小指尺側端（少澤）	耳前（聽宮）	表裡：手少陰心經 行於：上肢外側 後緣
足太陽膀胱經 後組	從頭走足	目內眥（睛明）	足小趾外側端（至陰）	表裡：足少陰腎經 行於： 頭頂、背部 兩條側線（第一側線旁開1.5寸、第二側線旁開3寸）→ 下肢外側 後緣 ⚠ 抽到必寫背部兩條側線寸數
足少陰腎經 後組	從足走胸腹（胸）	足小趾之下，斜走足心（湧泉）	胸中	表裡：足太陽膀胱經 行於：下肢內側 後緣 → 腹、胸前面 （腹旁開0.5寸、胸旁開2寸）
手厥陰心包經 中組	從胸走手	胸中	中指末端（中衝）	表裡：手少陽三焦經 行於：上肢內側 中線 （前臂行兩筋之間）
手少陽三焦經 中組	從手走頭	無名指尺側端（關衝）	目銳眥（絲竹空 / 眉梢）	表裡：手厥陰心包經 行於：上肢外側 中線 （前臂行尺桡兩骨之間）
足少陽膽經 中組	從頭走足	目銳眥（瞳子髎）	足第4趾外側端（足竅陰）	表裡：足厥陰肝經 行於： 身體側面 （側頭、脅肋、髀樞）→ 下肢外側 中線 ⚠ 軀幹走側面，勿寫直線旁開
足厥陰肝經 中組	從足走腹至胸	足大趾叢毛之際（大敦）	中焦；或期門	表裡：足少陽膽經 行於：下肢內側 中間 （內踝上八寸以下行於足太陰之前，走前緣）

旁開寸速記 四步要報「軀幹旁開寸數」的只有**脾、胃、腎、膀胱**四條： 胃 胸 4 寸 → 腹 2 寸；脾 腹 4 寸 → 胸 6 寸；腎 腹 0.5 寸 → 胸 2 寸；膀胱 背 1.5 寸（內線） / 3 寸（外線）； 肺 中府 胸 6 寸；心包 天池 乳外 1 寸（≈正中線 5 寸）；大腸 迎香 鼻翼 0.5 寸；膽 / 肝走**脅肋**（寫第幾肋），非「旁開幾寸」直線。 tcm.alvinykp.download / zhenjiu / notes / zhenjiu-112-exam.html