

## MƯỜI HAI KINH MẠCH

Mười hai kinh mạch cũng gọi là chính kinh. Vì trong cơ thể có tâm, can, tỳ, phế, thận, tâm bào là 6 tạng; có đởm, vị, đại trường, tiểu trường, bàng quang, tam tiêu là 6 phủ, cộng 12 tạng phủ. Mỗi một tạng phủ đều có một kinh phụ thuộc nó, cộng có 12 kinh nên gọi là chính kinh. Tên gọi của chính kinh đều lấy tên tạng phủ của nó mà đặt như tâm kinh, đởm kinh, vị kinh v.v...

Theo "Học thuyết âm dương" trong Đông y mà nói thì 6 tạng đều thuộc âm: Phế và tỳ là thái âm, tâm và thận là thiếu âm, can và tâm bào là quyết âm; sáu phủ đều thuộc dương. Tiểu trường và bàng quang là thái dương, đởm và tam tiêu là thiếu dương, vị và đại trường là dương minh.

Sáu tạng và đường tuần hành của âm kinh thuộc về nó đều ở mặt âm của tứ chi (mặt trong của chi). Sáu phủ và đường tuần hành của dương kinh thuộc về nó đều ở mặt dương của chi (mặt ngoài của chi). Mức độ âm dương nhiều ít của tên đường kinh là do vị trí đường kinh trên chi thể có mức độ nhiều ít của mặt dương, âm mà định. Độ lớn dần của âm dương theo chiều hướng vận động chung của vũ trụ, bên trái lớn dần theo chiều ngược kim đồng hồ, bên phải lớn dần theo chiều thuận kim đồng hồ. Ở mặt dương từ dương minh, qua thiếu dương tới thái dương, ở mặt âm từ thiếu âm, qua quyết âm tới thái âm. Đồng thời, do kinh mạch âm dương phân bố ở tứ chi cho nên đường tuần hành ở chi trên gọi là thủ kinh, tất cả là thủ tam âm kinh, thủ tam dương kinh; đường tuần hành ở chi dưới gọi là túc kinh, tất cả là túc tam âm kinh, túc tam dương kinh, gộp chung cả lại là 12 kinh, cho nên thường gọi là 12 kinh mạch chính.

### A. Đường tuần hành của 12 kinh mạch

Đường tuần hành của 12 kinh mạch có thể chia ra làm 4 loại:

- **Thủ tam âm kinh** là thủ thái âm phế kinh, thủ quyết âm tâm bào kinh, thủ thiếu âm tâm kinh, cả ba kinh mạch này đều đi từ ngực ra theo mặt âm của chi trên đến đầu chót các ngón tay.
- **Thủ tam dương kinh** là thủ dương minh đại trường kinh, thủ thiếu dương tam tiêu kinh, thủ thái dương tiểu trường kinh. Cả ba kinh mạch này đều từ đầu chót ngón tay đi ven theo mặt dương của chi trên lên đến đầu.
- **Túc tam dương kinh** là túc dương minh vị kinh, túc thiếu dương đởm kinh, túc thái dương bàng quang kinh. Cả ba kinh mạch này đều từ đầu đi qua lưng trên, ven theo mặt trước mặt bên và mặt sau của cạnh ngoài chi dưới, xuống đến gót chân.
- **Túc tam âm kinh** là túc thái âm tỳ kinh, túc quyết âm can kinh, túc thiếu âm thận kinh. Cả ba kinh mạch này đều từ đầu ngón chân, ven theo mặt trước, mặt trong và mặt sau của cạnh trong chi dưới đi lên đến bụng.

### B. Thứ tự nối tiếp của các đường kinh và giờ tuần hành kinh khí

Hoạt động kinh khí phụ thuộc vào hoạt động công năng của tạng phủ, hoạt động công năng của tạng phủ lại tuân theo một chu trình thời gian trong ngày, người ta đã ghi nhận được chu

trình hoạt động đó thành bài ca như sau: Phế dần, đại mao, vị thìn cung. Tỳ ty, tâm ngọ, tiểu mùi trung. Thân bàng, dậu thận, tâm bào tuất. Hợi tam, tý đằm, sửu can thông.

Nay đem diễn giải thành bảng theo giờ thông dụng như sau:

Giờ Dần (từ 3-5 giờ sáng)	- Thủ thái âm phế kinh tuần hành
Giờ Mão (từ 5-7 giờ sáng)	- Thủ dương minh đại trường kinh tuần hành
Giờ Thìn (từ 7-9 giờ sáng)	- Túc dương minh vị kinh tuần hành
Giờ Tỵ (từ 9-11 giờ sáng)	- Túc thái âm tỳ kinh tuần hành
Giờ Ngọ (từ 11-13 giờ trưa)	- Thủ thiếu âm tâm kinh tuần hành
Giờ Mùi (từ 13-15 giờ trưa)	- Thủ thái dương tiểu trường kinh tuần hành
Giờ Thân (từ 15-17 giờ chiều)	- Túc thái dương bàng quang kinh tuần hành
Giờ Dậu (từ 17-19 giờ tối)	- Túc thiếu âm thận kinh tuần hành
Giờ Tuất (từ 19-21 giờ tối)	- Thủ quyết âm tâm bào kinh tuần hành
Giờ Hợi (từ 21-23 giờ đêm)	- Thủ thiếu dương tam tiêu kinh tuần hành
Giờ Tý (từ 23-01 giờ đêm)	- Túc thiếu dương đằm kinh tuần hành
Giờ Sửu (từ 01-03 giờ sáng)	- Túc quyết âm can kinh tuần hành

### C. Biểu lý tương phối của 12 kinh mạch

Trong 12 kinh mạch thì cứ một âm kinh phối hợp với một dương kinh, như vậy gọi là biểu lý tương phối (cũng gọi là âm dương tương phối). Kinh mạch tương phối khi tuần hành ở ngón tay, ngón chân thì nối tiếp nhau, vì nội tạng mà nó sở thuộc cũng cùng quan hệ tương hỗ ảnh hưởng. Trên lâm sàng, huyết vị ở bản kinh còn có thể dùng để trị bệnh ở một kinh khác cùng tương phối với nó. Như thủ dương minh đại trường kinh và thủ thái âm phế kinh cùng biểu lý, lấy huyết Xích trạch ở phế kinh để chữa ho hắng, lại cũng trị được bệnh ly. Lại như túc thái âm tỳ kinh và túc dương minh vị kinh cùng biểu lý, lấy huyết Túc tam lý ở vị kinh có thể chữa được đau dạ dày, lại cũng chữa được ỉa chảy. Những ví dụ trên đã nói lên rằng âm kinh và dương kinh có quan hệ biểu lý tương phối rất mật thiết.

### Bảng tương phối của 12 kinh mạch

Thủ thái âm phế kinh	tương phối với	Thủ dương minh đại trường kinh
Thủ thiếu âm tâm kinh	tương phối với	Thủ thái dương tiểu trường kinh
Thủ quyết âm tâm bào kinh	tương phối với	Thủ thiếu dương tam tiêu kinh
Túc thái dương tỳ kinh	tương phối với	Túc dương minh vị kinh
Túc thiếu âm thận kinh	tương phối với	Túc thái dương bàng quang kinh
Túc quyết âm can kinh	tương phối với	Túc thiếu dương đằm kinh

#### D. Đầu, cuối của 12 kinh mạch và chủ trị

Như trên đã nói qua, 12 kinh mạch có đường tuần hành nhất định và các kinh đều phản ánh bệnh tật ở bản tạng hoặc bản phủ, phần này nói đến đường đi cụ thể và chủ trị một số bệnh tật.

##### 1. Thủ thái âm phế kinh (H.8)

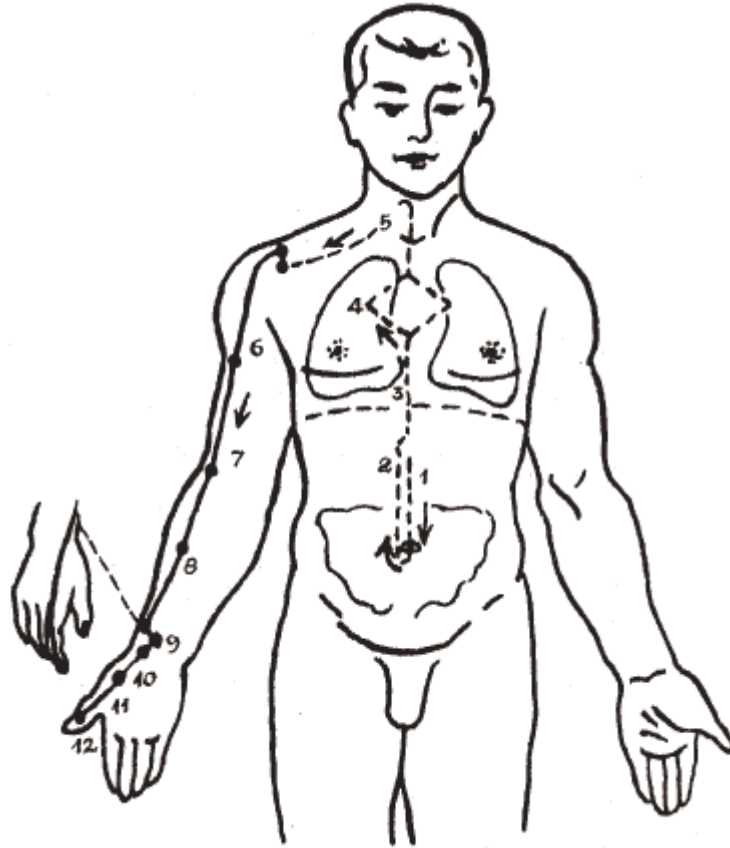
**a. Cấu trúc:** Gồm có 11 huyết, cả hai bên là 22 huyết. Kinh mạch bắt đầu từ trung tiêu (dạ dày, *Trung quản*) hướng xuống đại trường có một đường lạc nối, rồi lại từ đại trường đi trở lại một đường nông ngoài đi lên trên cổ dạ dày, ven theo cổ dạ dày xuyên lên quan cơ hoành cách, vào phế tạng, lại từ phế tạng lên đến cạnh hầu, lại đi ngang ra đến phía dưới hố đòn, ven theo cạnh trong cánh tay trên đi xuống qua hốc khuỷu tay, ven theo cạnh trong phía trước xương quay, đến cổ tay ở thốn khẩu, từ thốn khẩu đi đến mô cái, ven theo mô cái đi đến cạnh đầu ngón cái (*Thiếu thương*).

Mạch nhánh, từ sau cổ tay (*Liệt huyết*) phân ra hướng theo phía mu bàn tay đi thẳng đến đầu ngón trở ở cạnh trong là huyết *Thương dương*.

**b. Quan hệ tạng phủ:** Kinh này từ ngực ra tay, thuộc phế (bản kinh thuộc phế tạng), đường lạc sang đại trường (kinh này và kinh đại trường cùng nối tiếp nhau), đi qua hoành cách, có quan hệ với thận và vị.

**c. Chủ trị:** Ho hắng hen suyễn, hụt hơi, khái huyết, hầu họng sưng đau, trúng gió, tức ngực, hố trên xương đòn và cạnh trong phía trước cánh tay đau, tê, bả vai buốt lạnh.

Hình 8. Đường tuần hành của kinh Thủ thái âm phế



Đường có huyết thông lạc \_\_\_\_\_

Đường không có huyết thông lạc -----

Huyết trên kinh •

Huyết giao hội Δ

Số ghi trên đường kinh là số các đoạn mạch đi.

## 2. Thủ dương minh đại trường kinh (H.9)

**a. Cấu trúc:** Gồm có 20 huyết, hai bên là 40 huyết. Kinh mạch tuần hành bắt đầu từ (huyết *Thương dương*) ở cạnh trong đầu ngón tay trở, đi theo cạnh ngón vào khe xương bàn 1-2 (*Hợp cốt*) rồi đi lên qua cạnh trước cẳng tay, qua cạnh ngoài khuỷu tay, cạnh ngoài cánh tay trên, đến mồm quạ, đi lên phía sau vai giao hội vào huyết *Đại chùy* ở đốc mạch, lại gặp ngược lại hướng về phía lõm ức xuống phổi, rồi xuyên qua cơ hoành, tới đại trường.

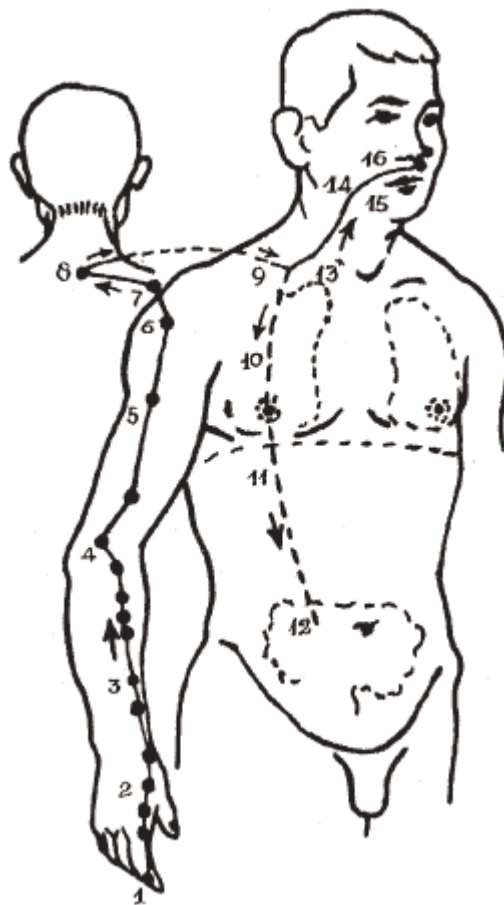
Mạch nhánh, từ lõm ức lên đến cạnh cổ (sau kinh vị) thông qua mặt sau (sau *Đại nghinh*) tiến vào trong hàm dưới, lại chuyển ngược ra ngoài lên rãnh môi trên, thông qua huyết *Địa thương* ở kinh vị, hai bên giao hội lại ở huyết *Nhân trung* (chính giữa rãnh Nhân trung), kinh mạch bên trái đi về phía bên phải, kinh mạch bên phải đi về phía bên trái, riêng rẽ đi lên đến cạnh cánh mũi (là huyết *Nghinh hương*) thì dứt.

**b. Quan hệ tạng phủ:** Bản kinh từ tay lên đến đầu, thuộc đại trường, đường lạc sang phế, lại có quan hệ trực tiếp với vị.

c. **Chủ trị:** Đau bụng, sôi bụng, ỉa chảy, lỵ, hầu họng sưng đau, răng đau, mũi chảy nước trong, chảy máu mũi, đau trước vai, đau ngón tay trở, sốt nóng hoặc rét run.

### 3. Túc dương minh vị kinh (H. 10)

a. **Cấu trúc:** Gồm 45 huyết, cả hai bên là 90 huyết. Kinh mạch tuần hành bắt đầu từ rãnh môi mũi ở cạnh mũi (*Nghinh hương*), từ cạnh mũi đi lên đến khoe mắt phía trong, đi ngược lại qua chính giữa phía dưới ổ mắt đi xuống qua cạnh ngoài của cánh mũi tiến vào đến lợi trên, rồi chuyển về qua vòng môi, xuống dưới giao hội với điểm giữa môi dưới (*Thừa tương*) chuyển lui qua ven cạnh sau phía dưới xương hàm dưới, đi đến phía dưới trước góc hàm (*Giáp xa*), hướng đi lên tản ra trước tai, đi qua cung gò má ở trước tai, ven theo bờ tóc lên đến góc trán (*Đầu duy*), cuối cùng ở trước trán giao hội với đốc mạch ở huyết *Thần đình*.



**Hình 9.** Đường tuần hành của kinh Thù dương minh đại trường

Mạch nhánh ở trên mặt, từ giữa hàm dưới (*Đại nghinh*) hướng xuống cổ cạnh hầu (*Nhân nghinh*), ven theo cạnh hầu tiến vào lõm ức; đi xuống phía trong qua cơ hoành tới vị và liên hệ với tỳ tạng.

Mạch ở lõm ức đi thẳng từ chỗ lõm của xương đòn xuống cạnh trong của đầu vú, đi thẳng xuống cạnh ngoài rón 2 thốn, đến phía trên xương mu ở rãnh háng, chỗ huyết *Khí xung*.

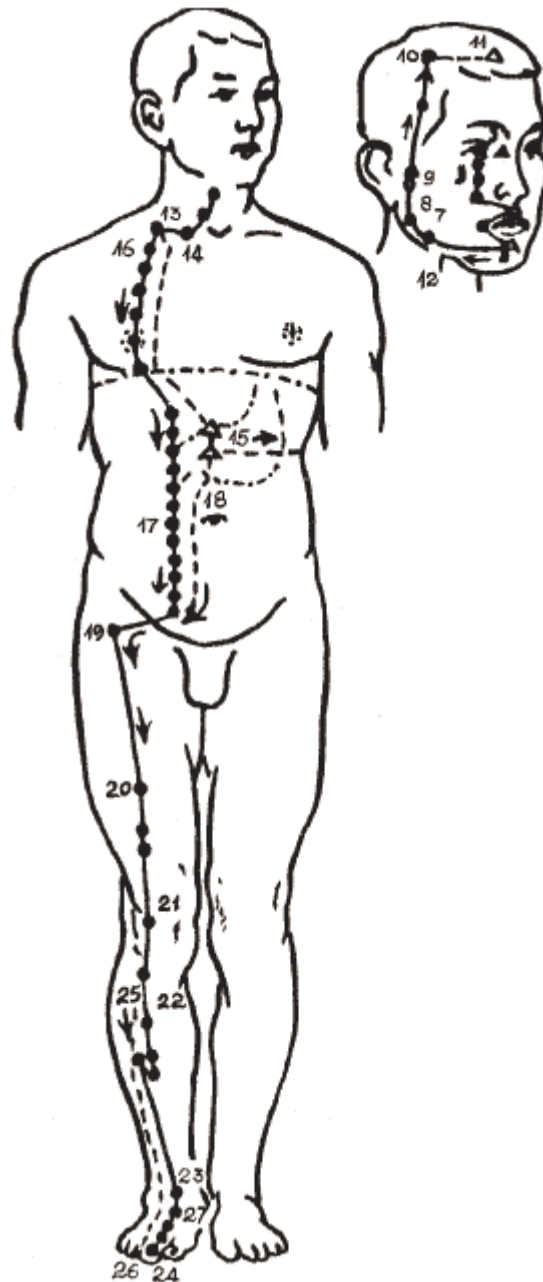
Mạch nhánh miệng dưới của dạ dày đi sâu trong ổ bụng, hướng xuống huyết *Khí xung* rồi cùng gặp nhau đi xuống, thẳng đến phía trên đùi ở mặt trước (là huyết *Bế quan*), đi tiếp

ven theo mặt cao của cơ tứ đầu đùi, xuống qua xương bánh chè, ven theo cạnh ngoài của mặt trước xương chày, phía dưới phân bố xuống mu bàn chân, đến cạnh ngoài đầu ngón chân thứ hai.

Mạch nhánh ở xương chày, từ chỗ dưới xương bánh chè 3 thốn (*Túc tam lý*) phân ra một nhánh cạnh đi xuống đến cạnh ngoài ngón giữa, chỗ khe nối hai ngón chân.

Mạch nhánh ở bàn chân, từ mu bàn chân (*Xung dương*) phân ra đi xuống đến cạnh trong đầu ngón cái (*Ấn bạch*).

**b, Quan hệ tạng phủ:** Kinh này từ đầu xuống chân, thuộc vị, đường lạc sang tỳ, có quan hệ trực tiếp với tâm, đại trường và tiểu trường.



Hình 10. Đường tuần hành của kinh Túc dương minh vị

**c. Chủ trị:** Sôi bụng, trướng bụng, đau dạ dày, nôn mửa, chảy máu mũi, liệt mặt, hầu họng sưng đau, đau ngực bụng, đau ở những nơi có đường kinh đi qua, sốt cao.

Huyệt vị ở kinh này ngoài tác dụng chữa cục bộ và xung quanh, cái chính yếu là chữa bệnh ở dạ dày và ruột. Phàm thân thể suy nhược, vị khí kém, đều có thể châm huyệt của túc dương minh vị kinh. Dương minh là kinh nhiều khí, nhiều huyết, chủ làm "tươi mát" các gân, vì vậy huyệt vị ở kinh có thể chữa các chứng tê bại, gân co rút.

#### 4. Túc thái âm tỳ kinh (H. 11)

**a. Cấu trúc:** Gồm có 21 huyệt, cả hai bên là 42 huyệt. Kinh mạch tuần hành bắt đầu từ cạnh trong đầu ngón chân cái (Ấn bạch), ven theo đó đi lên qua bờ trước mắt cá trong, phân bố đến phía sau cẳng chân, men theo cạnh sau xương chày, chéo qua mặt trước của túc quyết âm can kinh, đi lên qua cạnh trong khớp gối đến phía trước cạnh trong xương đùi, đi lên cạnh ngoài bụng (cách đường trục giữa bụng là 4 thốn) vào tỳ tạng, có liên lạc thêm sang vị, lại hướng đi lên qua cơ hoành, lồng ngực, qua hai bên hầu họng, đến cuống lưỡi, tản vào phía dưới lưỡi.

Mạch nhánh ở vị, từ dạ dày phân ra đi lên thông qua cơ hoành, mạch khí đi luôn tới trong tâm tạng.

**b. Quan hệ tạng phủ:** Kinh này đi từ chân lên đến đầu, thuộc tỳ, đường lạc sang vị, có thêm quan hệ trực tiếp với tâm, phế, đại trường và tiểu trường.



Hình 11. Đường tuần hành của kinh Túc thái âm tỳ

**c. Chủ trị:** Trướng bụng, đau dạ dày, nôn mửa, ỉa chảy, đầy hơi, vàng da, cứng lưỡi, đau tức cạnh trong đầu gối và đùi.

Phạm chữa rối loạn tiêu hóa, phân nát, đau dạ dày, ngoài những huyết trên kinh vị ra, cần lấy thêm huyết ở kinh từ mới nâng cao hiệu quả. Ngoài ra cũng còn chủ trị chứng thấp, bệnh phụ nữ.

### 5. Thủ thiếu âm tâm kinh (H.12)

**a. Cấu trúc:** Gồm 9 huyết, hai bên là 18 huyết. Kinh mạch bắt đầu từ trong tim (hệ thống tim và các mạch có liên quan tới tạng phủ khác), hướng xuống thông qua hoành cách cùng nối tiếp với kinh thủ thái dương tiểu trường.

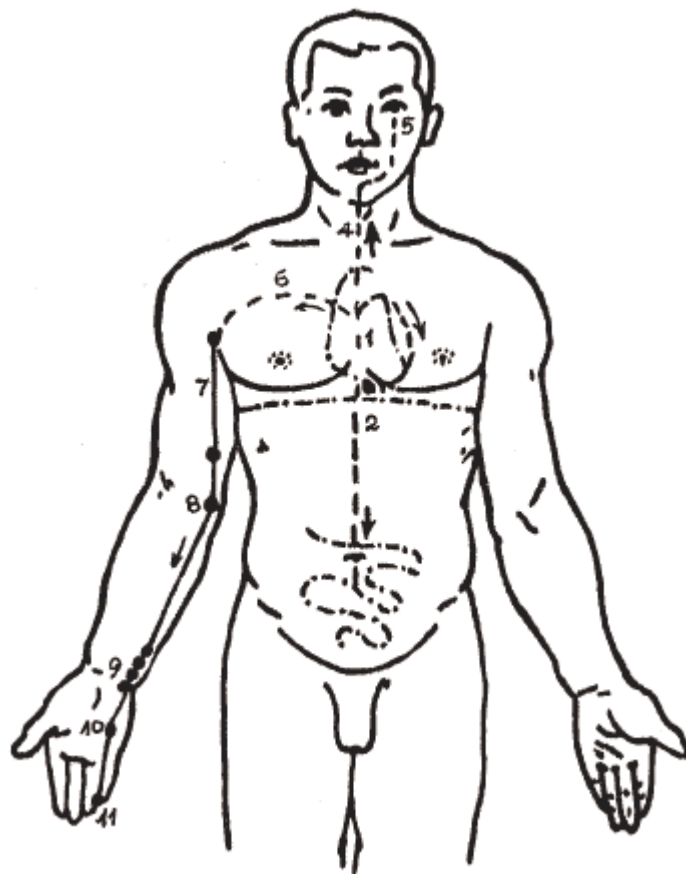


Mạch nhánh của hệ tâm, từ hệ tâm phân ra đi lên cạnh thực quản, lên đến hệ mắt (là mạch có quan hệ tốt tới mắt và não).

Mạch của hệ tâm đi từ tim thẳng đến phế tạng, đi chéo ra mặt dưới hố nách ven theo mặt sau của cạnh trong cánh tay, qua khuỷu tay, qua chỗ khớp cổ tay, chỗ xương trụ và xương đẩu cao lên, tiến vào bàn tay ở khe bàn ngón 4-5 rồi ra cạnh trong ngón tay út ở đầu ngón (*Thiếu xung*).

**b. Quan hệ tạng phủ:** Kinh này từ ngực ra tay, thuộc tâm, đường lạc sang tiểu trường, có thêm quan hệ trực tiếp với phế và thận.

**c. Chủ trị:** Đau tim, miệng khát, mắt vàng, sườn đau hoặc cạnh trong bàn tay đau, lòng bàn tay nóng.



Hình 12. Đường tuần hành của kinh Thù tiểu âm tâm

## 6. Thủ thái dương tiểu trường kinh

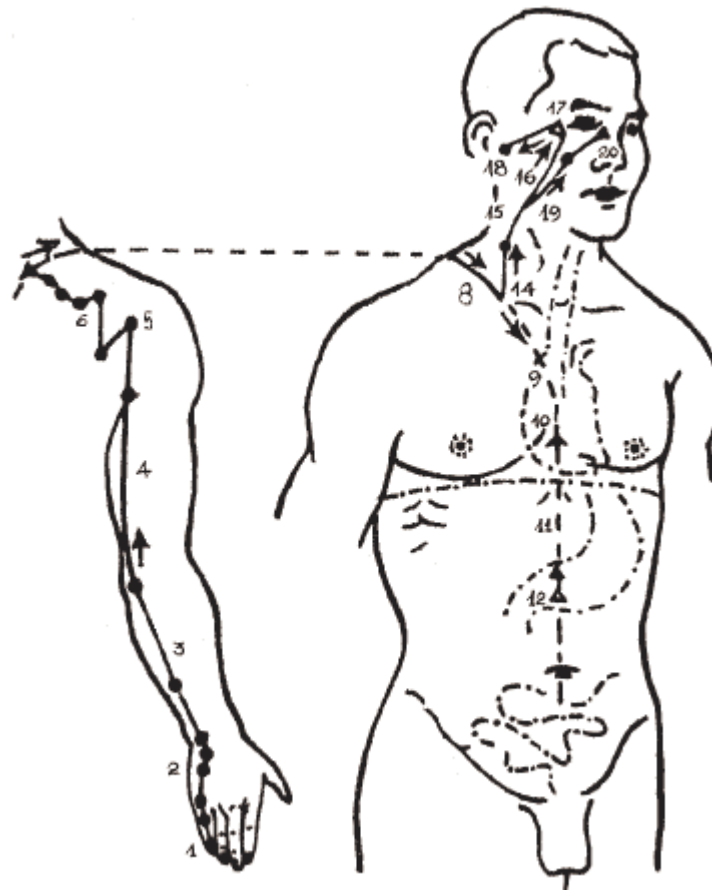
**a. Cấu trúc:** Gồm 19 huyết, hai bên là 38 huyết. Kinh mạch tuần hành bắt đầu từ cạnh ngoài đầu ngón tay út (thiếu trạch), ven theo ngoài bàn tay, đến chỗ cổ tay, qua giữa lồi cầu xương trụ lên đến phía sau cẳng tay, qua khuỷu tay ở chỗ giữa môm khuỷu tay và môm khớp xương cánh tay, đi ven lên cạnh ngoài phía sau cánh tay, đến mặt sau khớp vai, đi cạnh ngoài phía sau cánh tay, đến mặt sau khớp vai, đi nông cả phía trên và dưới gờ

xương bả vai, giao hội với huyết Đại chùy ở đốc mạch, rồi gập lại phía trước tiến vào hõm vai, đi xuống nối với đường lạc của tâm trạng, ven thực quản đến dạ dày, tới tiểu trường.

Mạch nhánh ở hõm vai, từ hõm vai (sau kinh đại trường) lên má (sau huyết Giáp xa) đến khoé mắt ngoài giao hội với túc thiếu dương đằm kinh ở huyết Đồng tử liêu, gập lại đến phía trước tai (Thính cung) rồi vào trong tai.

Mạch nhánh ở má, từ góc mắt phân ra hướng về phía dưới ổ mắt tới khoé trong mắt chỗ hốc mũi.

- b. Quan hệ tạng phủ:** Kinh này từ tay lên đầu, thuộc tiêu trường, đường lạc sang tâm, có thêm quan hệ trực tiếp với vị.
- c. Chủ trị:** Tai điếc, mắt vàng, cổ sưng, họng đau, bụng dưới đau, vai và phía sau cánh tay đau.



Hình 13. Đường tuần hành của kinh Thủ thái dương tiểu trường

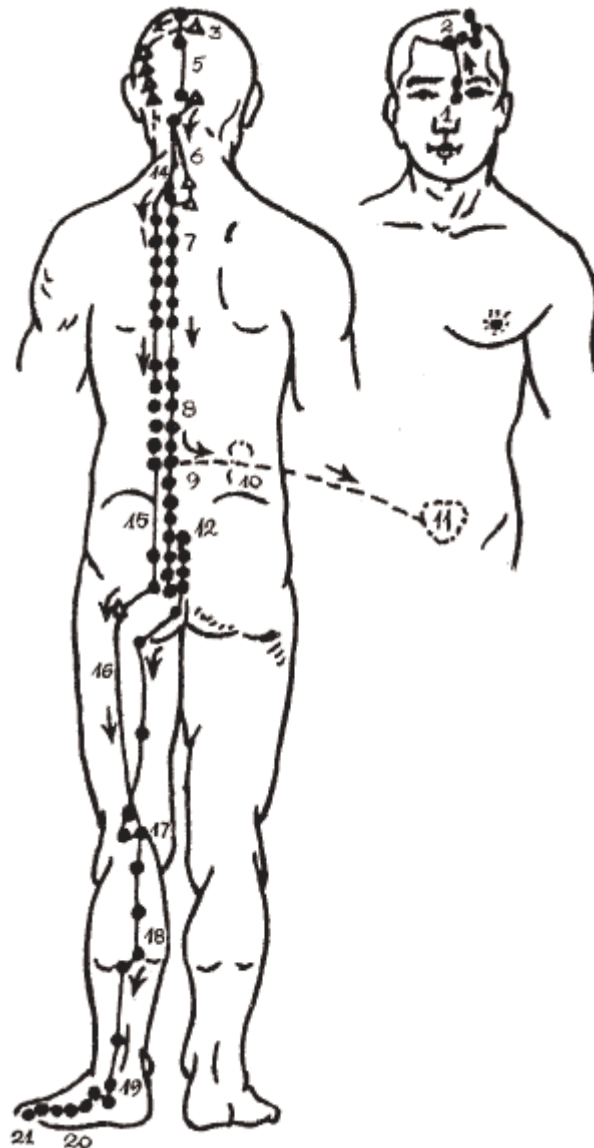
## 7. Túc thái dương bàng quang kinh (H.14)

- a. Cấu trúc:** Gồm 67 huyết, hai bên là 134 huyết. Kinh mạch tuần hành bắt đầu từ khoé mắt trong (Tinh minh) lên thẳng trước trán đến sau đỉnh đầu (Bách hội), lại từ đỉnh đầu đến góc trước tai. Kinh đi thẳng từ đỉnh đầu thông vào não rồi trở lại, hướng ra phía sau chia làm hai nhánh.

Mạch nhánh thứ nhất đi theo cạnh trong bắp thịt bả vai dựa theo gần sát cột sống, (cách đều cột sống là 1,5 thốn) đi thẳng xuống đến thất lưng, theo cạnh cột sống thất lưng mà liên lạc vào thận tạng, vào bàng quang. Từ lưng bụng đi xuống ven theo cột sống 1,5 thốn qua mông, tiến xuống lõm khoeo sau đầu gối.

Mạch nhánh thứ hai từ sau gáy ven theo cột sống cách đều 3 thốn (cạnh trong xương bả vai) đi xuống qua mông, ven theo phía sau cạnh ngoài đùi đi thẳng xuống giao hội với nhánh thứ nhất trong hố lõm khoeo, từ đấy lại qua bụng chân, qua phía sau mắt cá ngoài chân, đến chỗ lồi xương bàn số 5, đến cạnh ngoài đầu ngón út chân (Chi âm).

- b. Quan hệ tạng phủ:** Kinh này từ đầu đến chân, thuộc bàng quang, đường lạc sang thận, còn có thêm quan hệ trực tiếp với não và tâm.
- c. Chủ trị:** Đau đầu, đau cột sống, đau lưng, đau đùi, đau chân, bắp chân co rút, sốt rét, đau mắt, ra gió chảy nước mắt, tiểu tiện không thông, đái dầm, và bệnh tật ở những nơi đường kinh đi qua ở chi dưới. (Bổ du là du huyết của lục phủ ngũ tạng trên đường kinh bàng quang vùng lưng chủ trị bệnh biến của tạng phủ theo tên nó).



Hình 14. Đường tuần hành của kinh Túc thái dương bằng quang

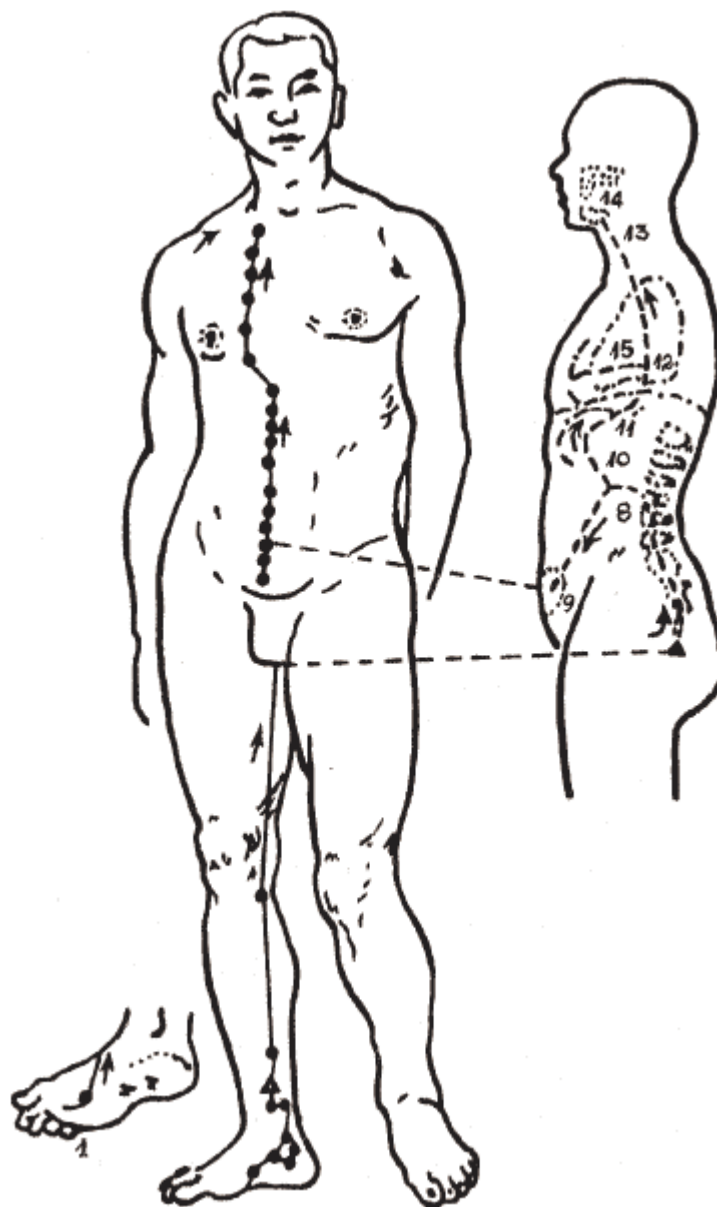
### 8. Túc thiếu âm thận kinh (H.15)

**a. Cấu trúc:** Gồm 27 huyết, hai bên là 54 huyết. Kinh mạch tuần hành bắt đầu từ phía dưới ngón chân út, đi chéo vào giữa cổ lổm trước lòng bàn chân (Dũng tuyền) qua phía dưới chỗ lổm của xương thuyền, qua phía sau của mắt cá chân đi xuống gót chân, từ đó đi lên theo cạnh trong bắp chân, qua cạnh trong hố khoeo sau khớp gối, lên đến phía sau cạnh trong đùi, tiến vào ổ bụng, ven cột sống, thông vào thận, liền sang bàng quang.

Mạch đi thẳng ở thận tạng, hướng từ thận đi lên qua gan và cơ hoành vào phổi, đi lên hai bên cạnh hầu, phân bố chỗ cuống lưỡi.

Mạch nhánh ở phổi. Từ phế tạng phân ra cùng quan hệ với tâm trạng, phân chia ra trong lồng ngực, cùng nối tiếp với thủ quyết âm tâm bào kinh.

- b. Quan hệ tạng phủ:** Kinh này đi từ chân lên đến ngực, thuộc thận, đường lạc sạng bàng quang. Có thêm quan hệ trực tiếp với can, phế, tâm.
- c. Chủ trị:** Đái dầm, đái són, di tinh, liệt dương, kinh nguyệt không đều, ho ra máu, hen, lưỡi khô, hầu họng sưng đau, đau lưng, phù thũng, xương sống và phía sau cạnh trong đùi đau, mệt mỏi không có sức, lòng bàn tay nóng.



Hình 15. Đường tuần hành của kinh Túc thiếu âm thận

### 9. Thủ quyết âm tâm bào kinh (H.16)

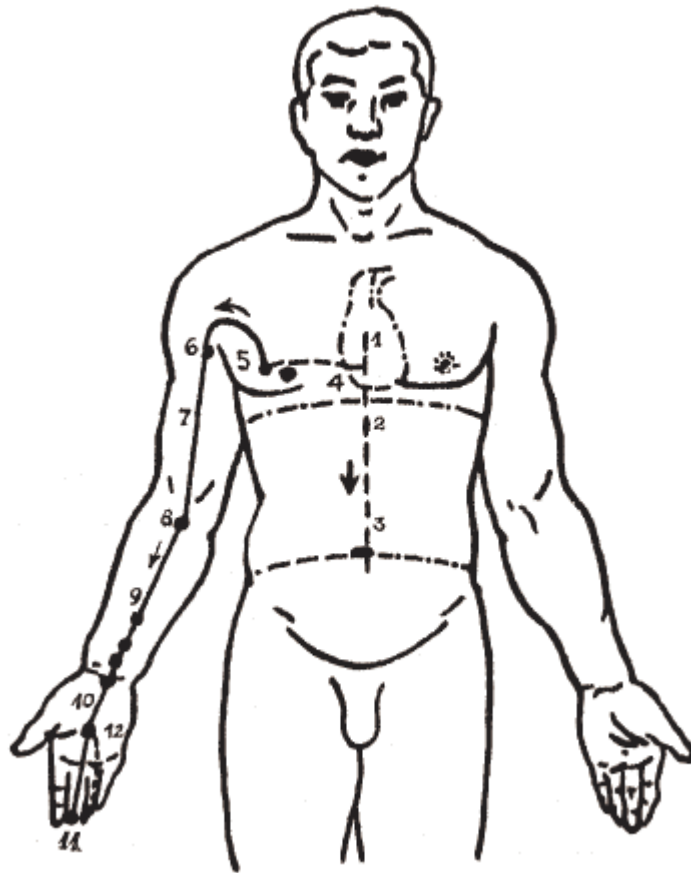
- a. Cấu trúc:** Gồm 9 huyệt, cả hai bên là 18 huyệt. Kinh mạch tuần hành bắt đầu từ trong ngực ra, lại vào tới tâm bào lạc, hướng xuống, qua cơ hoành xuống bụng, liên quan đến thượng tiêu, trung tiêu, hạ tiêu.

Mạch nhánh ở ngực, từ trong ngực phân bố ra xương sườn, đến dưới hố nách, đi ra giữa cạnh trong cánh tay, vào giữa khớp khuỷu tay, ra cẳng tay, ở giữa cơ gấp cổ tay, cơ quan và cơ dài tiến vào giữa lòng bàn tay, ven theo cạnh trong ngón giữa ra đầu ngón tay.

Phân nhánh ở giữa lòng bàn tay, từ huyết lao cung phân ra ven theo ngón tay đeo nhẫn (ngón 4), ở cạnh ngoài ngón (huyết Quan xung).

**b. Quan hệ tạng phủ:** Kinh này đi từ ngực ra, thuộc về tâm bào, đường lạc sang tam tiêu,

**c. Chủ trị:** Lòng bàn tay phát nóng, cẳng tay và khớp khuỷu cơ rút, hố nách sưng, sườn ngực đầy tức, tim đập mạnh, mặt đỏ.



Hình 16. Đường tuần hành của kinh Thủ quyết âm tâm bào

## 10. Thủ thiếu dương tam tiêu kinh (H.17)

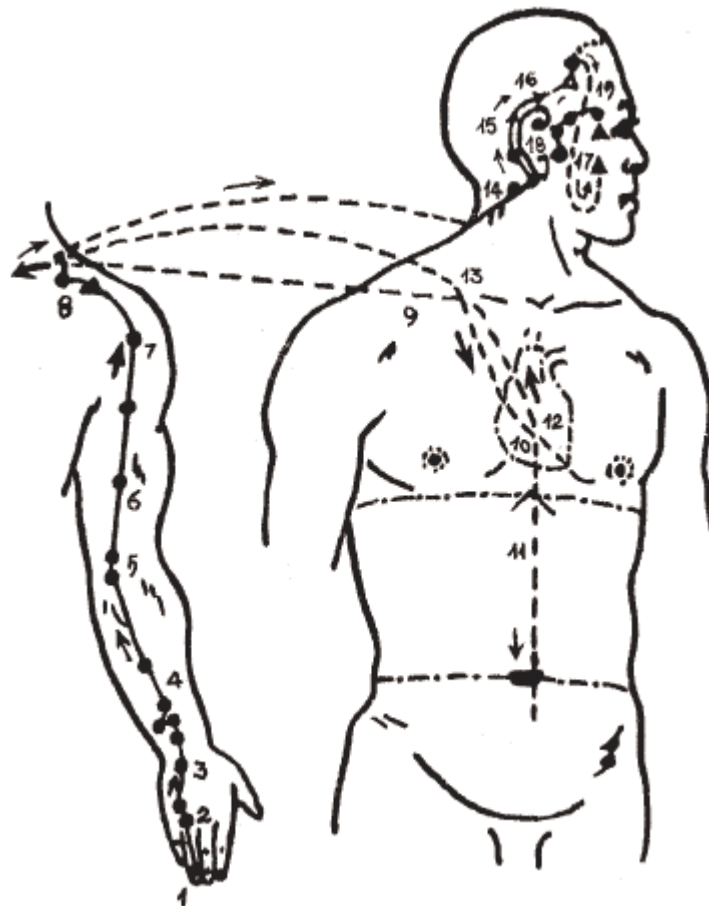
**a. Cấu trúc:** Gồm 23 huyết, hai bên là 46 huyết. Kinh mạch tuần hành từ đầu cạnh ngón ngoài ngón tay đeo nhẫn (*Quan xung*), đi lên giữa khe xương bàn 4 – 5 trên mu bàn tay, ven theo lên giữa cổ tay, tiếp tục đi lên phía ngoài cẳng tay, giữa xương trụ và xương quay, đi lên qua mỏm khuỷu, lên cạnh ngoài cánh tay đến vai, giao hội với túc thiếu dương đảm kinh ở mặt sau, phía trước tiến vào lổm vai, phân bố xuống giữa hai vú, mạch khí chia ra nối liền với tâm bào, hướng xuống qua cơ hoành, từ ngực đến bụng, vào tới thượng tiêu, trung tiêu, hạ tiêu.

Mạch nhánh ở ngực, từ chỗ Chiên trung phân ra, đi lên qua lõm vai, qua cạnh cổ, phân bố đến sau tai, một hướng đi thẳng ra góc trên tai, lại cong xuống má mặt, đến dưới ổ mắt.

Mạch nhánh ở tai, từ sau vành tai tiến vào trong tai, lại đi ra phía trước vành tai giao hội với mạch nhánh ở ngực tại góc má mặt rồi đến cạnh ngoài lông mày, cuối cùng là góc ngoài khoé mắt.

**b. Quan hệ tạng phủ:** Thuộc tam tiêu, đường lạc sang tâm bào.

**c. Chủ trị:** Bụng trướng, phù nề, đái dầm, tiểu tiện khó, đau đầu, u tai, đau đầu họng, đau góc ngoài mắt, cạnh ngoài vai và cánh tay đau.



Hình 17. Đường tuần hành của kinh Thù thiếu dương tam tiêu

### 11. Túc thiếu dương đâm kinh (H.18)

**a. Cấu trúc:** Gồm 44 huyết, hai bên là 88 huyết. kinh mạch bắt đầu tuần hành từ khoé mắt bên ngoài, đi ra trước tai, hướng lên đến góc đầu, lại hướng xuống phía sau tai rồi ngược lên cạnh đầu, ven theo đầu cổ đến kinh thủ thiếu dương ở mặt trước, đến tận phía sau mi trên thì lại quay trở lại, giao với thủ thiếu dương kinh ở mặt sau, rồi xuống vào hõm vai.

Mạch nhánh ở tai, từ sau tai đi qua huyết Ế phong của thủ thiếu dương kinh đi vào trong tai, lại ra trước tai, đến phía sau khoé mắt ngoài, lại từ góc phía mắt ngoài tách ra, hướng đến chỗ huyết Đại nghinh, tại đây hợp chung với phía sau kinh thủ thiếu dương tam tiêu

đến phía dưới ổ mắt, lại gập xuống qua chỗ huyết Giáp xa để đến cổ, và nhập vào gập mạch chỗ lõm vai, từ lõm vai vào lồng ngực, qua cơ hoành, nối liền cùng can tạng, về đằm, đi ven theo phía trong xương sườn, xuống rãnh háng ở hai bên bụng dưới chỗ huyết khí xung, qua háng, gò mu chui vào máu chuyển lớn xương đùi.

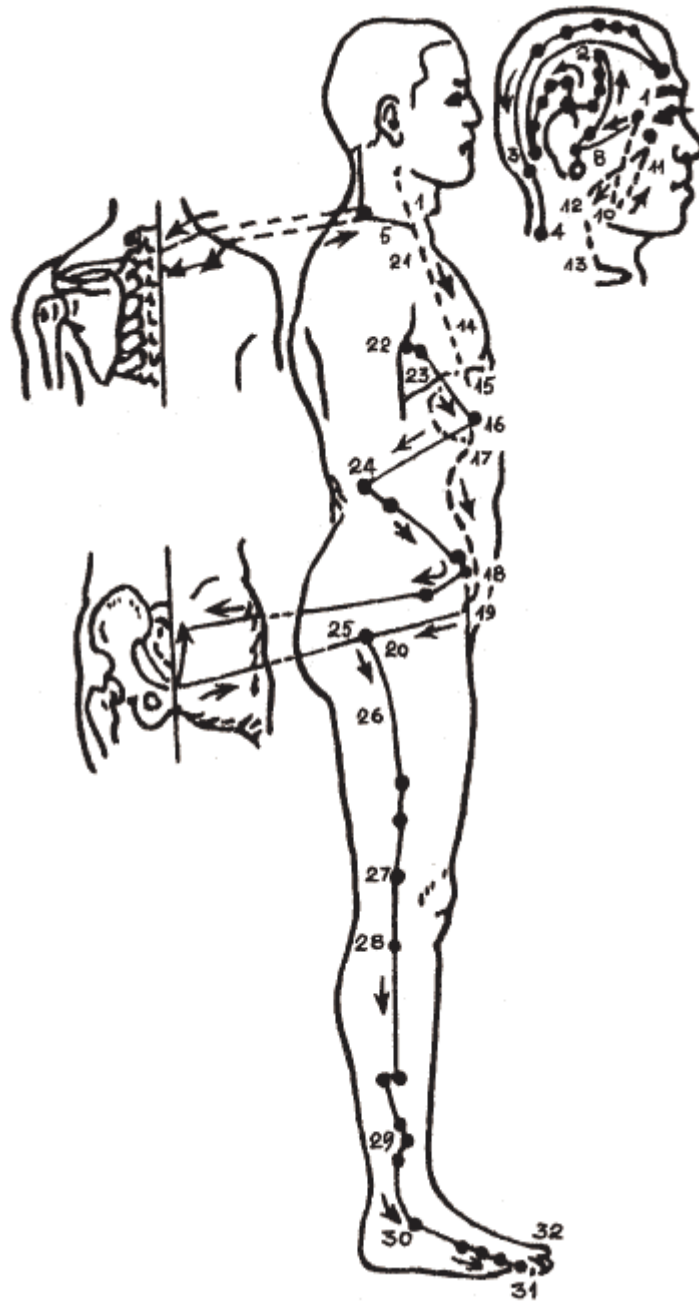
Mạch đi thẳng ở lõm vai, từ lom vai đi xuống đến trước, hổ sách men theo cạnh ngực qua xương sườn 11 xuống dưới nhập vào mạch trước ở máu chuyển lớn xương đùi, từ đó đi xuống, ven theo cạnh ngoài xương đùi, cạnh ngoài khớp gối, đi xuống mặt trước xương mác, đến đầu dưới xương mác (Tuyệt cốt), đi hướng mặt trước mắt ca ngoài, ven trên mu bàn chân và kết thúc ở cạnh ngoài đầu ngón chân 4 (Túc khiêu âm).

Mạch nhánh ở u bàn chân, từ huyết Túc lâm khắp trên mu bàn chân tách ra ven theo khe xương cổ chân 1 và 2 đi ra sau góc móng ngón cái (Đại đôn).

**b. Quan hệ tạng phủ:** Thuộc đằm, đường lạc sang can, có thêm quan hệ trực tiếp với tâm.

**c. Chủ trị:** Đau đầu, đau góc ngoài ổ mắt, phát sốt.





Hình 18. Đường tuần hành của kinh Túc thiếu dương đằm

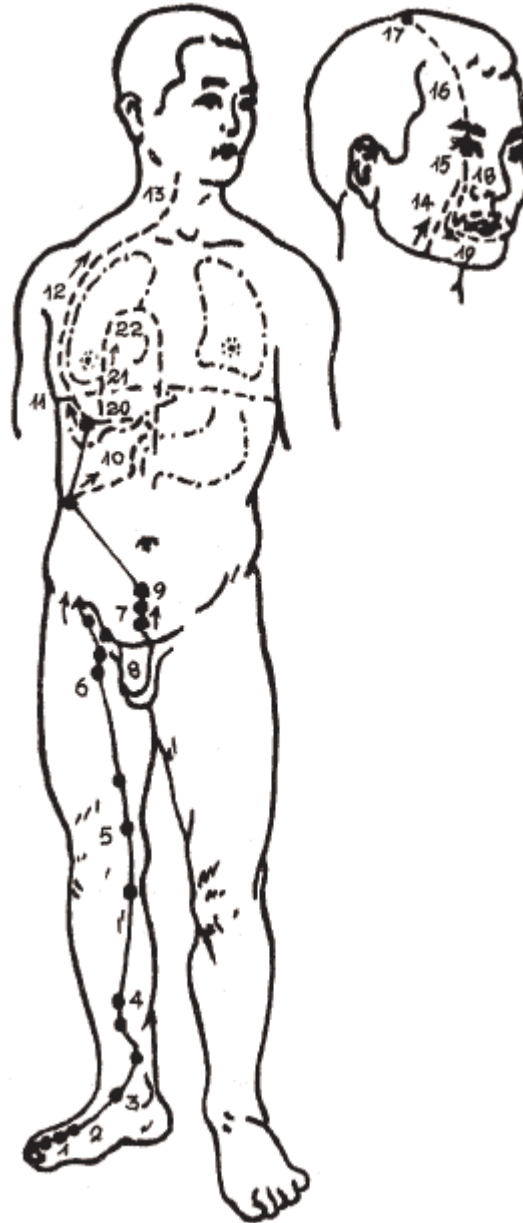
## 12. Túc quyết âm tam kinh (H.19)

**a. Cấu trúc:** Gồm 14 huyệt, hai bên là 28 huyệt. Kinh mạch tuần hành bắt đầu từ cạnh ngoài góc móng ngón cái đi lên hướng mu bàn chân, qua phía trước mắt cá trong khoảng hơn một thốn, đi lên qua huyệt Tam âm giao đến chỗ cách mắt cá trong 3 thốn thì giao nhau với kinh thúc thái âm tỳ rồi đi theo phía sau kinh thúc thái âm tỳ lên đến cạnh trong đầu gối, ven theo cạnh trong đùi lên đến gò mu, vòng qua âm, dương vật đến bụng dưới, đi theo cạnh dạ dày, vào tới can tạng và cùng nối liền với đằm, kế tiếp xuyên qua cơ hoành đến xương sườn lên ven khí quản, cạnh sau hầu tiến vào trong mũi, sang hố mắt, hướng lên ra trước trán hợp lại với đốc mạch ở đỉnh đầu.

Mạch nhánh ở hệ mắt, từ hệ mắt đi xuống phía sau của góc hàm vòng phía trong môi.

Mạch nhánh ở gan, từ can tạng chia ra, qua cơ hoành, đến phế tạng.

- b. Quan hệ phủ tạng:** Thuộc can, đường lạc sang đả, có thêm quan hệ trực tiếp với phế, vị, thận và não.
- c. Chủ trị:** Đái dầm, tiểu tiện khó, đàn bà đau bụng dưới, đau lưng, ìa chảy, sán khí, bệnh tinh thần. Kinh này trị bệnh ở âm vật, dương vật là chính; cũng trị các bệnh ở cả mắt và sườn.



Hình 19. Đường tuần hành của kinh Túc quyết âm can