

**TÚC THIẾU DƯƠNG ĐẪM KINH: 44 HUYỆT****1. Đồng tử liêu**

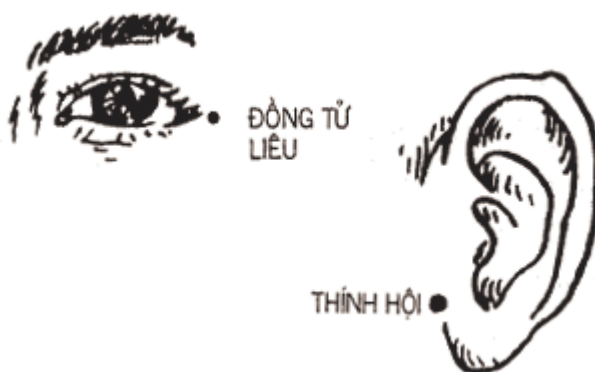
**Vị trí:** Từ đuôi mắt ra ngoài 0,5 thốn.

**Cách lấy huyết:** Ngồi ngay, lấy ở cuối đuôi mắt. (H. 86)

**Cách châm:** Châm dưới da, mũi kim hướng ra phía ngoài, sâu 0,3-0,5 thốn. Cứu 3 mồi, hơ 5 phút.

**Chủ trị:** Bệnh mắt, đau đầu, liệt mặt.

**Tác dụng phối hợp:** Với Thiếu trạch trị viêm vú ở phụ nữ.



Hình 86

**2. Thính hội**

**Vị trí:** Ở phía trước và dưới bình tai.

**Cách lấy huyết:** Phía trước và dưới nhĩ bình, ngang với lỗ trống ở bờ cắt dưới bình tai. Khi há miệng có chỗ lõm. (H. 86, H. 87)

**Cách châm:** Châm đứng kim, sâu 0,2-0,3 thốn. Cứu 3 mồi, hơ 5 phút.

**Chủ trị:** Tai ù, tai điếc, liệt mặt, viêm tai giữa.

**Tác dụng phối hợp:** Với Ất phong trị tai điếc.

**3. Thượng quan**

**Vị trí:** Ở bờ trên cung quyền, thẳng huyết Hạ quan lên. (H. 87)

**Cách châm:** Châm đứng kim, sâu 0,5-1 thốn. Cứu 3 mồi.

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

**4. Hàm yếm**

**Vị trí:** Huyết Đầu duy xuống 1 thốn, sờ vào có động mạch nhảy. (H. 87)

**Cách châm:** Châm chéo kim, sâu 0,3-0,5 thốn. Cứu 3 mồi.

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

## 5. Huyền lư

**Vị trí:** Ở 1/3 phía trên của đường nối huyết *Hàm yếm* tới huyết *Khúc phát* (*Khúc mấn*). (H. 87)

**Cách châm:** Châm chéch kim, sâu 0,2-0,3 thốn. Cứu 3 mồi.

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

## 6. Huyền ly

**Vị trí:** Ở 1/3 dưới đường nối huyết *Hàm yếm* tới huyết *Khúc phát*. (H. 87)

**Cách châm:** Châm chéch kim, sâu 0,3-0,5 thốn. Cứu 3 mồi.

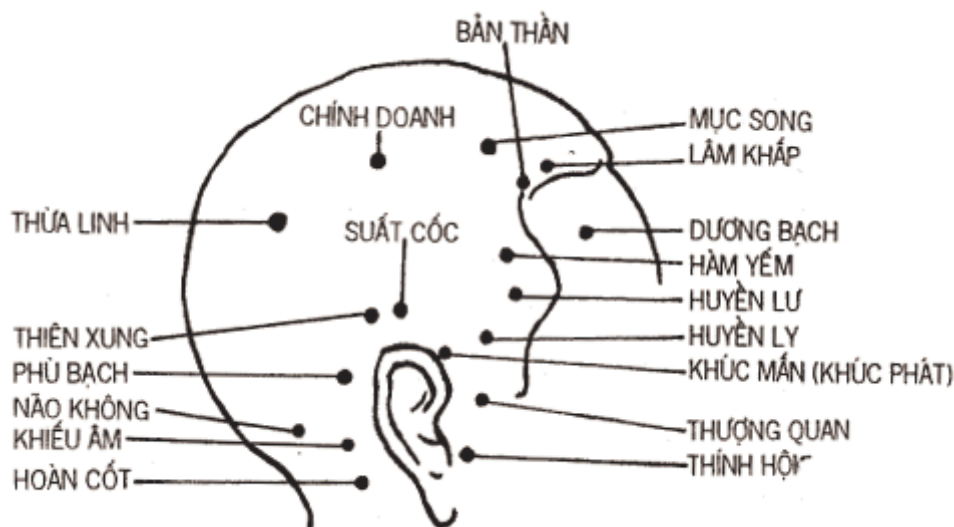
**Chủ trị:** Đau bên đầu, thần kinh suy nhược, phù mắt, đau răng.

## 7. Khúc mấn (*Khúc phát*)

**Vị trí:** Ngang bằng phía trên vành tai và thẳng đứng với đường trước tai gặp nhau. (H. 87)

**Cách châm:** Châm chéch kim, sâu 0,3-0,5 thốn. Cứu 3 mồi.

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



Hình 87

## 8. Suất cốc

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

**Cách lấy huyết:** Ngồi ngay hay nằm nghiêng, từ phía trên vành tai thẳng lên vào trong tóc 1,5 thốn. (H. 87)

**Cách châm:** Châm dưới da, mũi kim hướng về phía sau tai, hoặc hướng về huyết *Thái dương*, tiến kim sâu 0,5-1 thốn. Cứu 3 mồi, hơ 5 phút.

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

**Tác dụng phối hợp:** Với *Đầu duy* trị đau nửa đầu.

**9. Thiên xung**

**Vị trí:** Sau huyết *Suất cốt* 0,5 thốn, sau gốc tai thẳng lên, vào trong tóc 2 thốn. (H. 87)

**Cách châm:** Châm dưới da, sâu 0,5-0,8 thốn. Cứu 3 mũi.

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

**10. Phù bạch**

**Vị trí:** Trên gốc tai lui về phía sau (vào tóc) 1 thốn, 1/3 trên đường *Thiên xung* nối với huyết *Hoàn cốt*, huyết *Thiên xung* xuống (và lui về sau) 1 thốn. (H. 87)

**Cách châm:** Từ huyết châm chéo kim, sâu 0,5-0,8 thốn. Cứu 3 mũi.

**Chủ trị:** Tai ù, tai điếc, viêm amidan, đau răng, bướu cổ.

**11. Khiếu âm**

**Vị trí:** Giữa đường nối huyết *Phù bạch* với huyết *Hoàn cốt*. (H. 87)

**Cách châm:** Châm chéo kim, sâu 0,5-0,8 thốn. Cứu 3 mũi.

**Chủ trị:** Đau mắt, đau đỉnh đầu.

**12. Hoàn cốt**

**Vị trí:** Chỗ lõm dưới và sau mồm chũm, cúi đầu lấy huyết. (H. 87)

**Cách châm:** Châm chéo kim, sâu 0,5-0,8 thốn. Cứu 3 mũi.

**Chủ trị:** Tai ù, đau răng, má sưng, thần kinh mặt tê bại.

**13. Bàn thần**

**Vị trí:** Đuôi mắt ngoài thẳng lên, vào mép tóc 0,5 thốn. (H. 87)

**Cách châm:** Châm chéo kim, sâu 0,5-0,8 thốn. Cứu 3 mũi.

**Chủ trị:** Động kinh, cổ cứng.

**14. Dương bạch**

**Vị trí:** Mắt nhìn thẳng, chính giữa mắt lên và trên lông mày 1 thốn. (H. 7)

**Cách châm:** Châm dưới da, sâu 0,3-0,5 thốn. Cứu 3 mũi.

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

**15. Lâm khấp**

**Vị trí:** Mắt nhìn thẳng, chính giữa mắt thẳng lên vào qua mép tóc 0,5 thốn. (H. 87)

**Cách châm:** Châm chéo kim, sâu 0,5-0,8 thốn. Cầm cứu.

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

**16. Mục song**

**Vị trí:** Từ huyết *Lâm khấp* lên 1,5 thốn. (H. 87)

**Cách châm:** Châm chéo kim, sâu 0,5-0,8 thốn. Cứu 3 mỗi.

**Chủ trị:** Bệnh mắt, phù mắt.

### 17. Chính doanh

**Vị trí:** Từ huyết *Mục song* lên 1,5 thốn. (H. 87)

**Cách châm:** Châm chéo kim, sâu 0,5-0,8 thốn. Cứu 3 mỗi.

**Chủ trị:** Đau đầu, hoa mắt, đau răng.

### 18. Thừa linh

**Vị trí:** Sau huyết *Chính doanh* 1,5 thốn. (H. 87)

**Cách châm:** Châm chéo kim, sâu 0,5-0,8 thốn. Cứu 3 mỗi (có sách cấm châm).

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

### 19. Nao không

**Vị trí:** Từ huyết *Phong trì* thẳng lên 1,5 thốn. (H. 87)

**Cách châm:** Châm chéo kim, sâu 0,5-0,8 thốn. Cứu 3 mỗi.

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

### 20. Phong trì

**Vị trí:** Gáy lên vào trong tóc, tại hố lõm hai bên gáy.

**Cách lấy huyết:** Thẳng giữa gáy lên, vào trong tóc 1 thốn, rồi lại từ đó sang ngang mỗi bên 1,5 thốn, chỗ hố lõm. (H. 85)

**Cách châm:** Khi châm huyết *Phong trì* bên trái, mũi kim hướng về phía hốc mắt bên phải; khi châm huyết *Phong trì* bên phải, mũi kim hướng về phía hốc mắt bên trái, sâu 0,5-0,8 thốn, cảm giác tê, tức có thể lan tới đỉnh đầu hay khu vực mắt, xuống bả vai. Cứu 3 mỗi, hơ 5-10 phút.

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

**Tác dụng phối hợp:** Với *Đại chùy*, *Hậu Khê* trị đau phía sau đầu; với *Khúc trì*, *Túc tam lý* trị cao huyết áp.

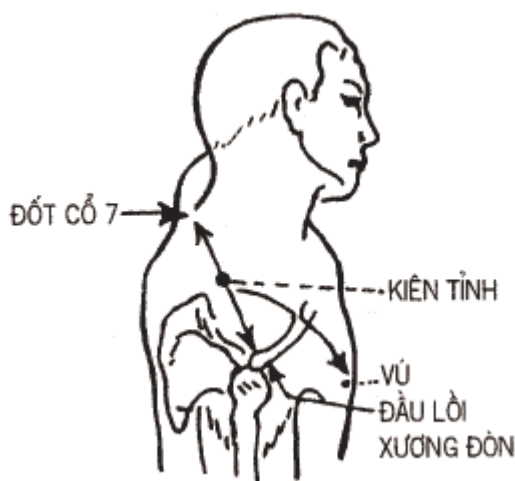
### 21. Kiên tỉnh

**Vị trí:** Ở chỗ lõm trên vai.

**Cách lấy huyết:** Ngồi ngay, lấy điểm chính giữa đường nối từ huyết *Đại chùy* với mỏm xương nhô cao ở đầu vai (nếu chiếu thẳng xuống phía trước là đúng đầu vú). (H. 88)

**Cách châm:** Châm đứng kim, sâu 0,3-0,5 thốn, không nên châm sâu vì dễ gây say kim. (Nếu châm *Kiên tỉnh* bị say kim, phải châm ngay *Túc tam lý* để giải). Cứu 3 mỗi, hơ 5 phút.

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



Hình 88

**Tác dụng phối hợp:** Với Khúc trì cánh tay khó đưa lên; với Trung cực (cửu) trị sót nhau sau khi đẻ.

## 22. Uyên dịch

**Vị trí:** Giữa hõ nách thẳng xuống 3 thốn, phía sau vú 4 thốn, giờ tay lấy huyết. (H. 89)

**Cách châm:** ở khe liên sườn 5-6, châm chéo kim, sâu 0,5 đến 1 thốn. Cầm cứu.

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

## 23. Nhiếp cân:

**Vị trí:** Phía trước huyết Uyên dịch 1 thốn. (Giờ tay lấy huyết, tại khe sườn 5-6. (H89)

**Cách châm:** Châm chéo kim, sâu 0, 5 đến 1 thốn. Cứu 3 mồi.

**Chủ trị:** nôn mửa, ợ chua, chai dãi, hen suyễn

## 24. Nhật nguyệt:

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

**Cách lấy huyết:** Nằm ngửa hoặc nằm nghiêng, trên khe liên sườn 7-8 và cách Nhâm mạch 4 thốn. (H. 81)

**Cách châm:** Châm chéo ra, sâu 0, 5 đến 1 thốn. cứu 3 mồi hơ 3-7 phút.

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

**Tác dụng phối hợp:** Với Uyển cốt, Trung quản, trị vàng da (hoàng đản)

## 25. Kinh môn:

**Vị trí:** Dưới đầu sườn 12 (sườn cụt).

**Cách lấy huyết:** Nằm sấp hặc nằm nghiêng, chỗ dưới đầu sườn nổi cao là huyết. (H. 89)

**Cách châm:** Châm đứng kim, sâu 0,3 – 0,5 thốn. cứu 3 mồi, hơ 3-7 phút.

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

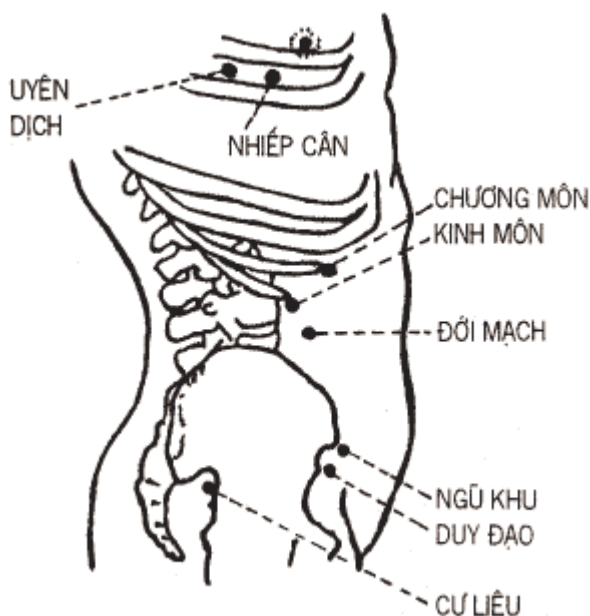
**Tác dụng phối hợp:** Với *Hành gian* trị đau lưng

## 26. Đới mạch:

**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 huyết. (H. 89)

**Cách châm:** Châm đứng kim, sâu 1 đến 2 thốn. Cứu 5 mồi.

**Chủ trị:** Viêm nội mạc tử cung, viêm bàng quang, lưng dưới lưng trên đau, kinh nguyệt không đều, khí hư.



Hình 89

## 27. Ngũ khu:

**Vị trí:** Từ huyết *Đới mạch* xuống phía trước 3 thốn, huyết *Quan nguyên* sang ngang, trước mào trước của xương chậu (H. 89)

**Cách châm:** Châm đứng kim, sâu 1-2 thốn. cứu 3 mồi.

**Chủ trị:** Đau bụng dưới, đau lưng, viêm nội mạc tử cung, viêm tinh hoàn.

## 28. Duy đạo:

**Vị trí:** Từ huyết *Ngũ khu* xuống 0,5 thốn. (H. 89)

**Cách châm:** Châm đứng kim, sâu 1 đến 2 thốn. Cứu 3 mồi.

**Chủ trị:** Viêm nội mạc tử cung, đau bụng dưới, hay táo bón.

## 29. Cư liệu:

**Vị trí:** Là điểm giữa của đường nối gai chậu trước với điểm cao nhất ở mấu chuyển lớn của xương đùi. Gấp đùi lên, huyết ở đầu ngoài nếp gấp háng. (H. 89)

**Cách châm:** Châm đứng kim, sâu 1-2 thốn. cứu 3 mồi.

**Chủ trị:** Đau lưng, đau bụng dưới, viêm tinh hoàn, viêm nội mạc tử cung, viêm bàng quang.

### 30. Hoàn khiêu:

**Vị trí:** Trong hố lõm ở mặt nghiêng của mông.

**Cách lấy huyết:** nằm nghiêng hoặc nằm gấp sấp (phủ phục). Nối mẫu chuyển lớn xương đùi với mỏm gai đốt sống cùng 4, lấy huyết giữa chỗ lõm ở điểm 1/3 ngoài và 2/3 trong của đường này. (H. 90)

**Cách châm:** châm đứng kim, sâu 2 đến 3 thốn, cảm giác tê tới sau đùi xuống ngón chân. Cứu 7 mồi, hơ 10-20 phút.

**Chủ trị:** Lưng đùi đau, liệt nửa người, phong thấp đau háng đùi.

**Tác dụng phối hợp:** Với *Dương lăng tuyền*, *Huyền chung*, trị phong thấp bại; với *Thừa sơn*, trị đau thần kinh tọa.

### 31. Phong thị

**Vị trí:** Cạnh ngoài đùi từ đầu gối lên 7 thốn.

**Cách lấy huyết:** Đứng thẳng người, xuôi hai tay áp vào đùi, chỗ đầu ngón tay giữa chiếu thẳng vào đùi là huyết. (H. 91)

**Cách châm:** Châm đứng kim, sâu 0,5 đến 0,8 thốn. Cứu 3 mồi, hơ 10 phút.

**Chủ trị:** Chi dưới bại liệt, lưng đùi đau, ngứa gãi khắp người, dị ứng mẫn ngứa.

**Tác dụng phối hợp:** Với *Ủy trung*, *Hành gian* trị đau lưng.

### 32. Trung độc:

**Vị trí:** Từ *Phong thị* xuống 2 thốn. (H. 91)

**Cách châm:** Châm đứng kim, sâu 1-3 thốn. Cứu 3 mồi.

**Chủ trị:** Liệt nửa người, đau thần kinh tọa.

### 33. Tắt Dương quan

**Vị trí:** Từ huyết *Dương lăng tuyền* lên 3 thốn, trong hố lõm sau tắt nhỡn ngoài, khe gân và xương. (H. 92)

**Cách lấy huyết:** Duỗi chân mà lấy huyết.

**Cách châm:** Châm đứng kim, sâu 0,5 đến 1 thốn, hoặc thấu *Khúc tuyền*. Không cứu.

**Chủ trị:** Đau khớp gối.

**Tác dụng phối hợp:** Với *Độc ty* trị khớp gối sưng đau.

### 34. Dương lăng tuyền

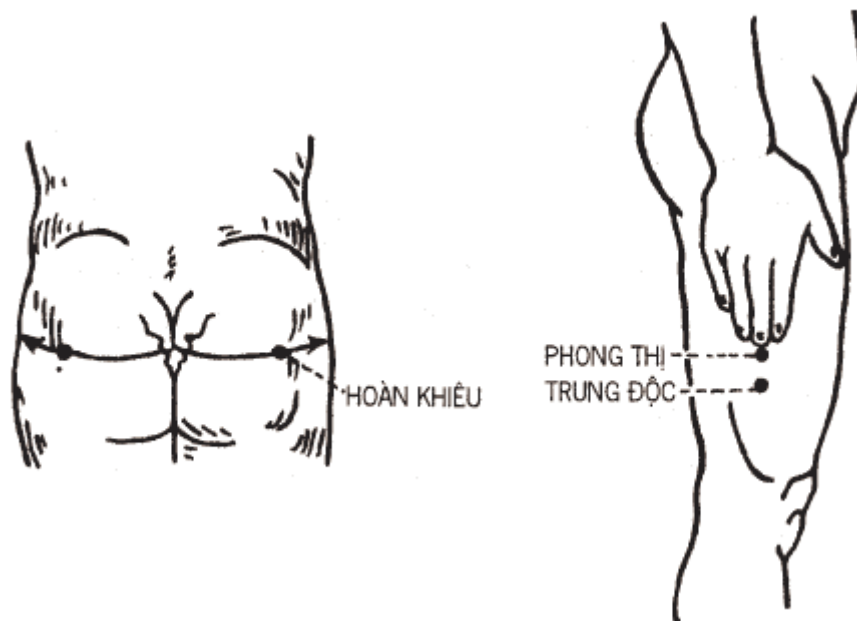
**Vị trí:** Ở phía dưới cạnh ngoài khớp gối.

**Cách lấy huyết:** Ngồi ngay ngắn, co gối, bàn chân để bằng phẳng, hoặc nằm nghiêng, chi dưới duỗi, huyết ở trước chỗ lõm cạnh đầu trên xương mác nhô cao lên. (H. 92)

**Cách châm:** Châm đứng kim, sâu 0,8-1 thốn, hoặc thấu *Âm lăng tuyền*, cảm giác tê tức lan tới ngón chân 3-4, có khi lên tới sườn, dưới nách. Cứu 3 mỗi, hơ 5-10 phút.

**Chủ trị:** Đau lưng, đau đùi, đau sườn, đau dạ dày, đau đầu, liệt nửa người, cạnh ngoài chi dưới tê bại, vai bong gân, tiểu tiện khó, táo bón, cao huyết áp.

**Tác dụng phối hợp:** Với *Âm lăng tuyền* trị sốt rét, đau khớp; với *Thái xung* trị đau vai; Với *Hoàn khiêu*, *Côn luân* trị chi dưới liệt, tê dại đau đớn.



Hình 90 - Hình 91

### 35. Dương giao

**Vị trí:** Từ mắt cá ngoài chân thẳng lên 7 thốn, sau xương mác (H. 92)

**Cách châm:** Châm đứng kim, sâu 1-2 thốn. Cứu 3 mỗi.

**Chủ trị:** Đau cạnh ngoài bụng chân, đau thần kinh tọa, hen suyễn

### 36. Ngoại khâu

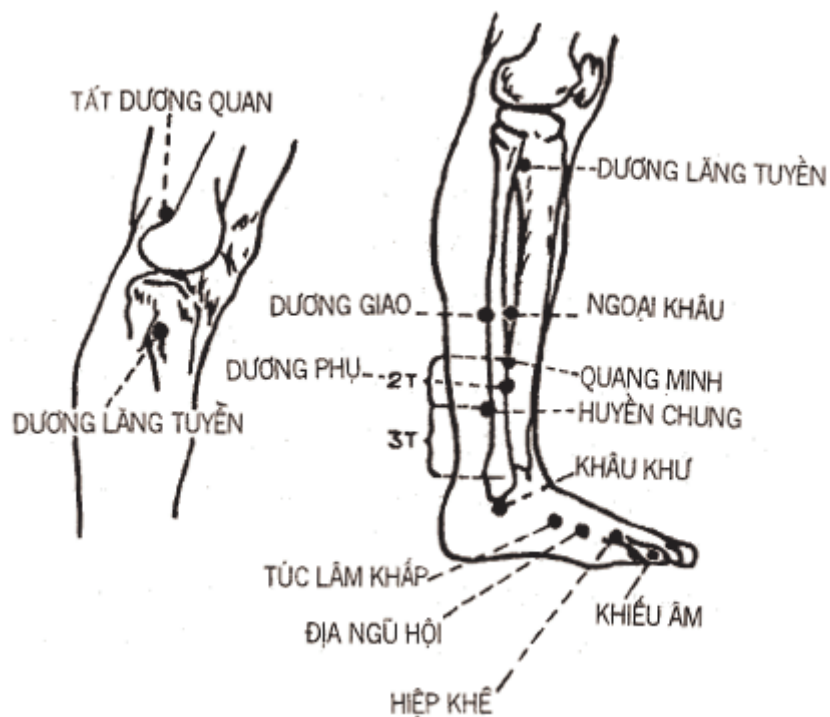
**Vị trí:** Từ mắt cá ngoài lên 7 thốn, trước xương mác.

**Cách lấy huyết:** Ngồi ngay, bàn chân để bằng phẳng tự nhiên, cách mắt cá ngoài lên 7 thốn, dựa theo phía sau xương mác là dương giao, từ đó tiến về phía trước 1 thốn. (H. 92)

**Cách châm:** Châm đứng kim, sâu 0,8 đến 1,5 thốn. cứu 3 mỗi, hơ 5 phút.

**Chủ trị:** Cổ gáy cứng đau, ngực sườn đau, đau cạnh ngoài bắp chân, chi dưới tê bại, yếu đuối.

**Tác dụng phối hợp:** Với *Côn luân* trị đau cạnh ngoài bắp chân.



Hình 92

### 37. Quang minh

**Vị trí:** Từ mắt cá ngoài thẳng lên 5 thốn.

**Cách lấy huyết:** ngồi ngay co gối để bằng phẳng, dựa sát vào cạnh trước xương mác, trên mắt cá ngoài 5 thốn. (H. 92)

**Cách châm:** Châm đứng kim, sâu 0,5 đến 1 thốn. Cứu 3 mồi, hơ 5 phút.

**Chủ trị:** Bệnh mắt, chi dưới đau, đàn bà đẻ đau tức bầu vú, có thể giảm sữa.

**Tác dụng phối hợp:** Với Hợp cốc trị các bệnh ở mắt.

### 38. Dương phụ

**Vị trí:** Trên mắt cá ngoài 4 thốn, sát phía trước xương mác. (H. 92)

**Cách châm:** Châm đứng kim, sâu 1 đến 2 thốn. Cứu 3 mồi.

**Chủ trị:** Đau lưng, viêm khớp gối, đau toàn thân, nơi đau không nhất định.

### 39. Huyền chung (Tuyệt cốc)

**Vị trí:** Từ mắt cá ngoài lên 3 thốn.

**Cách lấy huyết:** Gối co, đặt bàn chân thẳng bằng, từ mắt cá ngoài lên 3 thốn, dựa sát vào cạnh sau xương mác. (H. 92)

**Cách châm:** Châm đứng kim, sâu 1 đến 2 thốn, Cứu 3 mồi, hơ 5-10 phút.

**Chủ trị:** Bán thân bất toại, đau bên đầu, sái cổ, đau sườn ngực, đau đầu gối, đau chân.

**Tác dụng phối hợp:** Với *Dương lăng tuyền*, trị đau cạnh ngoài bắp chân, chi dưới mỗi yếu; với *Túc tam lý* (cứu mỗi), có thể đề phòng trúng gió, lại có thể làm giảm huyết áp.

#### 40. Khâu khư

**Vị trí:** Ở phía trước và dưới mắt cá ngoài.

**Cách lấy huyết:** 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). (H. 92)

**Cách châm:** Châm đứng kim, sâu 0,5 đến 1 thốn, hoặc châm thấu sang huyết chiều hải. Cứu 3 mỗi, hơ 3-5 phút.

**Chủ trị:** Đau dạ dày, ợ chua, đau sườn ngực, đau cạnh ngoài chi dưới.

**Tác dụng phối hợp:** Với *Côn luân*, *Huyền chung*, trị cạnh ngoài chi dưới đau

#### 41. Túc Lâm khấp

**Vị trí:** Ở chỗ lõm trước chỗ 2 xương bàn chân 4 và 5 gặp nhau để nổi vào cổ chân, khe giữa 2 xương bàn 4-5. (H. 92)

**Cách châm:** Châm đứng kim, sâu 0,3 –0,5 thốn. Cứu 3 mỗi.

**Chủ trị:** viêm kết mạc, viêm tuyến vú, lao hạch, đau sườn ngực.

#### 42. Địa ngũ hội

**Vị trí:** Ở khe xương bàn 4-5, trước huyết túc *Lâm khấp* 0,5 thốn (H. 92)

**Cách châm:** Châm đứng kim, sâu 0,3 –0,5 thốn. Cầm cứu.

**Chủ trị:** Tai ù, nách đau, viêm tuyến vú.

#### 43. Hiệp khê

**Vị trí:** Ở khe nổi ngón 4-5 lui về phía mu bàn chân 0,5 thốn (H. 92)

**Cách châm:** Châm đứng kim, sâu 0,3-0,5 thốn. Cứu 3 mỗi.

**Chủ trị:** Tai ù, đau đầu, choáng váng, đau ngực, đau thần kinh liên sườn.

#### 44. Túc khiêu âm

**Vị trí:** Ở cạnh ngoài gốc móng ngón chân thứ 4

**Cách lấy huyết:** Bàn chân để bằng phẳng, gần gốc móng ngón 4 về phía ngón út, cách gốc móng 0,1 thốn (H. 92)

**Cách châm:** Châm chéch kim, sâu 0,1 thốn. cứu 3 mỗi, hơ 5 phút.

**Chủ trị:** Đau đầu, đau sườn, ngực, mắt ngủ, bệnh mắt, bệnh nhiệt.

**Tác dụng phụ phối hợp:** Với *Tình minh* trị bệnh mắt.