

**TÚC THÁI ÂM TỶ KINH: 21 HUYẾT**

**1. Ân bạch**

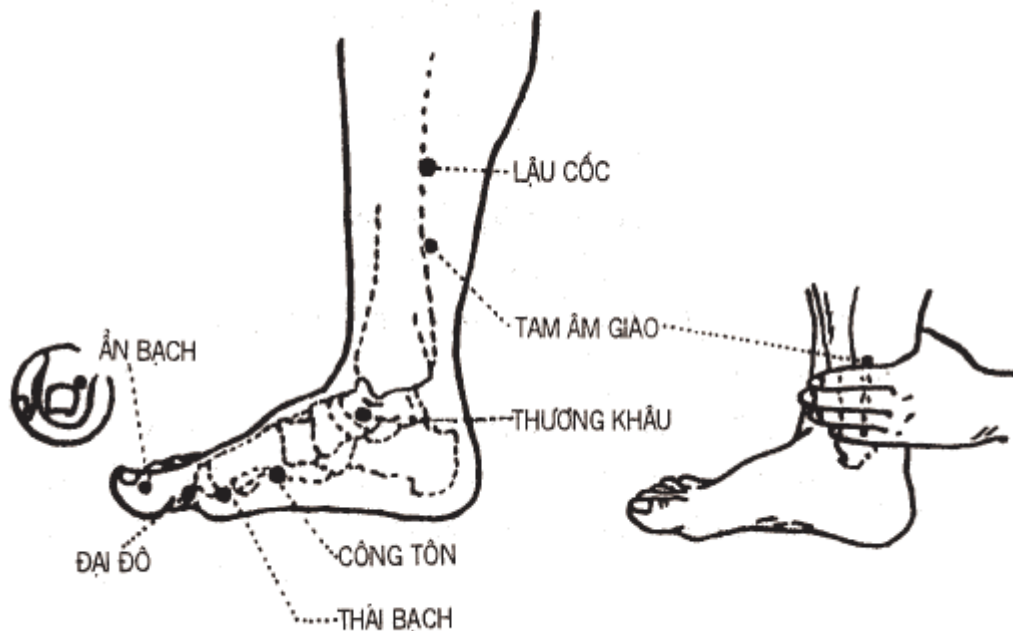
**Vị trí:** Ở cạnh trong góc móng ngón chân cái.

**Cách lấy huyết:** Ngồi ngay, bàn chân, đặt ngang bằng, ở cạnh trong, các góc góc móng chân cái hơn 0,1 thốn. (H. 60)

**Cách châm:** Châm sâu hơn 0,1 thốn, hoặc chích nặn máu. Cứu 3 mồi, hoặc hơ 5 phút.

**Chủ trị:** trướng bụng, nôn mửa, kinh nguyệt không đều (quá nhiều) băng huyết, hôn mê, mất ngủ, bệnh tinh thần, trẻ em kinh phong.

**Tác dụng phối hợp:** Với *Huyết hải*, *Thần môn* trị *Tử cung* xuất huyết; với *Đại đôn* (cứu) làm tăng tiểu cầu, chống các loại xuất huyết.



Hình 60

**2. Đại đôn**

**Vị trí:** Cạnh ngón chân cái, phía trước và dưới khớp bàn và ngón, chỗ thấy da trắng đỏ. (H. 60).

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

**Chủ trị:** Bụng trướng, bụng đau, sốt cao, không ra mồ hôi.

**3. Thái bạch**

**Vị trí:** Ở cạnh trong bàn chân (phía ngón cái) trong chỗ lõm dưới găm đầu ngoài xương bàn chân số 1.

**Cách lấy huyết:** Để bàn chân ngang bằng, ở phía sau khớp đốt ngón cái và đốt bàn số 1, chỗ lõm dưới đầu xương bàn. (H. 60)

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

**Chủ trị:** Đau dạ dày, nôn mửa, tiêu hoá kém, đầy trướng bụng, ỉa, táo bón, ợ hơi.

**Tác dụng phối hợp:** Với *Nội quan* chữa đau dạ dày.

#### 4. Công tôn

**Vị trí:** Ở cạnh xương bàn chân, phía ngón cái, phía dưới gân xương và trước khớp nối xương bàn chân số 1 và xương cổ chân có chỗ lõm là huyết. (H. 60)

**Cách lấy huyết:** Bàn chân để ngang bằng lấy ở vị trí như trên.

**Cách châm:** Châm đứng kim, sâu 0,6 – 1,5 thốn. Cứu 3 mỗi hoặc hơn 5 phút.

**Chủ trị:** Đau dạ dày, nôn mửa, tiêu hoá kém, đau bụng, ỉa chảy, ỉa, đau ngón chân.

**Tác dụng phối hợp:** Với *Lương khâu* trị nôn mửa và dạ dày đa toan, với *Tỳ du*, *Bĩ căn*, *Chương môn* trị lá lách sưng to (cứu); với *Nội quan*, chữa đau dạ dày, nôn mửa.

#### 5. Thương khâu

**Vị trí:** Chỗ lõm trước và dưới mắt cá trong chân, ở giữa đường nối từ lồi xương thuyền và chỗ nhọn mắt cá trong chân. (H. 60)

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

**Chủ trị:** Viêm dạ dày, viêm ruột, tiêu hoá kém, đau vùng mắt cá chân.

#### 6. Tam âm giao

**Vị trí:** Từ đỉnh mắt cá trong chân lên 3 thốn, phía sau xương chày.

**Cách lấy huyết:** Huyết ở phía sau xương chày, cách mắt cá trong 3 thốn về phía trên. (H. 60)

**Cách châm:** Châm đứng kim, hướng về phía huyết *Tuyệt cốt* sâu 0,5 – 1 thốn, nếu mũi kim chệch xuống theo ven sau xương chày, sâu 1 – 2 thốn, có tê lan đến mắt cá trong. Cứu 3 mỗi, hơn 5 – 10 phút.

**Chủ trị:** Phạm vi chủ trị rất rộng.

**Đàn bà:** Kinh nguyệt không đều, quá nhiều băng huyết, đau bụng hành kinh, choáng váng sau đẻ, khí hư, ngứa cửa mình.

**Đàn ông:** Xuất tinh sớm, di tinh, liệt dương, đau dương vật.

Và các bệnh: Phù thũng, khó tiểu tiện, đái dầm, tiêu hoá kém, đầy trướng bụng, sôi bụng, mất ngủ, trúng gió hư thoát, suy nhược thần kinh, trĩ sưng đau, đau chi dưới, thấp chân.

**Tác dụng phối hợp:** Với *Túc tam lý*, trị bệnh đường ruột, với *Quan nguyên* (hoặc *Trung cực*) trị đái dầm; với *Nội quan*, *Thái xung* trị lưỡi nứt chảy máu, với *Khí hải*, *Trung cực*, *Trung quản* trị bế kinh, kinh nguyệt không đều, với *Hợp cốc* để dễ nhanh, dễ dễ.

**7. Lậu cốt**

**Vị trí:** Phía sau xương chày, chỗ lõm trên *Tam âm giao* 3 thốn. (H. 60).

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

**Chủ trị:** Bụng trướng sôi, sôi ruột, đùì và gối lạnh, tê bại.

**8. Địa cơ**

**Vị trí:** Huyết *Nội Tắt Nhỡn* (*Tắt nhỡn* phía trong) xuống 5 thốn.

**Cách lấy huyết:** từ chính giữa cạnh trong xương bánh chè xuống 5 thốn, cạnh trong đầu trên xương chày. (H. 60)

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

**Chủ trị:** Đầy bụng, tiểu tiện khó, kinh nguyệt không đều, đau bụng hành kinh, di tinh, phù thũng,

**Tác dụng phối hợp:** Với *Tam âm giao* hoặc *Huyết hải* trị kinh nguyệt không đều.

**9. Âm lăng tuyến**

**Vị trí:** Cạnh trong đầu trên xương chày, dưới đầu to của xương chày, chỗ hõ lõm đối bên của lồi cao *Dương lăng tuyến*. (H. 61)

**Cách lấy huyết:** Ngồi ngay co gối hay nằm ngửa, duỗi chân. Từ chính giữa xương bánh chè xuống chính giữa mặt trước xương chày, đến chỗ lồi cao nhất dưới đầu gối, từ đó ngang vào phía trong 4 thốn, ở phía trong và sau bờ xương.

**Cách châm:** Châm kim chéch xuống, sâu 0,5 đến 1 thốn (hoặc hướng về phía *Dương lăng tuyến*). Cứu 3 mồi, hơ 5 phút.

**Chủ trị:** Bụng trướng, phù thũng, tiểu tiện khó, tiểu tiện không dứt, ỉa chảy, đau gối, di tinh.

**Tác dụng phối hợp:** Với *Dương lăng tuyến* trị đau khớp gối; với *Thủy phân* trị phù thũng, với *Tam âm giao*, *Khí hải* trị tiểu tiện không thông; với *Dũng tuyến* trị đau tiểu đường lan sang rốn.

**10. Huyết hải**

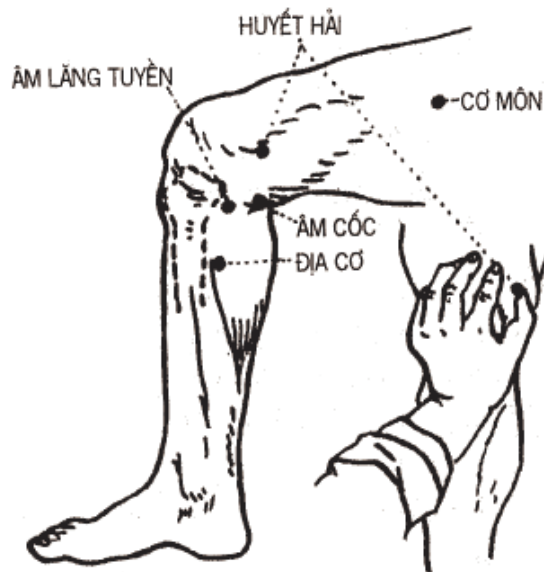
**Vị trí:** Ở cạnh trong đùì, trên đầu gối 2 thốn

**Cách lấy huyết:** Ngồi co gối chân buông thõng, thầy thuốc úp bàn tay vào xương bánh chè người bệnh, ngón cái vào phía trong, chỗ đầu ngón cái là huyết (H. 61). Cạnh trong cơ 4 đầu đùì.

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

**Chủ trị:** đau bụng kinh nguyệt không đều, bế kinh, băng huyết, nổi mề đay, thấp chần, viêm da thần kinh, đau khớp gối.

**Tác dụng phối hợp:** Với *Địa cơ* trị kinh nguyệt không đều; với *Khúc trì* trị nổi mề đay, ngứa (tâm ma chẩn), với *Hợp cốc*, *Tam âm giao* trị bế kinh.



Hình 61

### 11. Cơ môn

**Vị trí:** Từ phía trên của cạnh trong xương bánh chè lên thẳng 8 thốn, hoặc trên *Huyết hải* 6 thốn. (H. 61)

**Cách châm:** Châm đứng kim, sâu 1 – 2 thốn, tránh động mạch. Cứu 3 mồi.

**Chủ trị:** Tiểu tiện không thông, viêm hạch bẹn, đái dầm.

### 12. Xung môn

**Vị trí:** Từ chính giữa bờ trên xương mu sang mỗi bên 3,5 thốn (H. 53)

**Cách châm:** Châm đứng kim, sâu 0,7 đến 1 thốn (tránh động mạch). Cứu 5 mồi.

**Chủ trị:** Viêm tinh hoàn, Viêm đau ống dẫn tinh, viêm nội mạc *Tử cung*, lòi dom (thoát giang).

### 13. Phủ xá

**Vị trí:** Từ *Xung môn* chéo lên 0,7 thốn, cách đường giữa trước bụng 4 thốn. (H53)

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

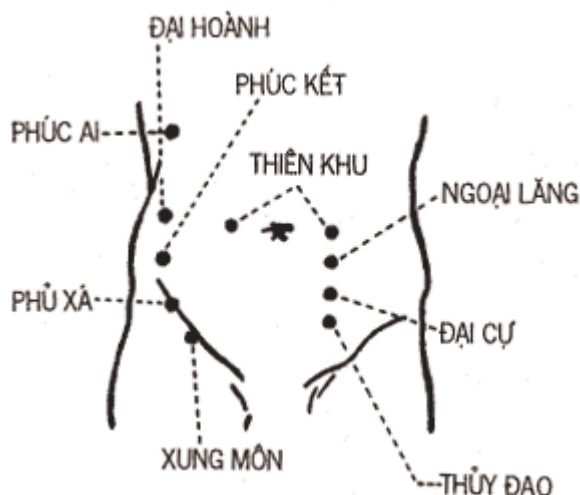
**Chủ trị:** Đau bụng, lòi dom, viêm ruột thừa, táo bón.

### 14. Phúc kết

**Vị trí:** Từ giữa rốn ra 4 thốn, rồi từ đó xuống 1,3 thốn. (H. 53)

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

**Chủ trị:** Đau quanh rốn, sán khí (các dạng đau co thắt ổ bụng), ỉa chảy.



Hình 53

### 15. Đại hoành

**Vị trí:** Giữa rốn sang ngang 4 thốn (H. 53)

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

**Chủ trị:** Trướng bụng, táo bón, liệt ruột, ỉa chảy, đau bụng dưới, ký sinh trùng đường ruột (giun sán).

### 16. Phúc ai

**Vị trí:** Thẳng huyết Đại hoành lên 3 thốn, *Nhâm mạch* ra 4 thốn (H. 53)

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

**Chủ trị:** Đau bụng, tiêu hóa kém, táo bón, ỉa.

### 17. Thực đậu

**Vị trí:** Liên khe sườn 5-6. *Nhâm mạch* ra 6 thốn (H. 62)

**Cách châm:** Châm chéch kim, sâu 0,5-0,8 thốn. Cứu 5 mồi.

**Chủ trị:** Sườn ngực trướng đau

### 18. Thiên khê

**Vị trí:** Khe liên sườn 4-5. *Nhâm mạch* ra 6 thốn (H. 62)

**Cách châm:** Châm chéch kim, sâu đến 0,8 thốn. Cứu 5 mồi

**Chủ trị:** Ngực đau, ho, viêm tuyến vú, ít sữa.

### 19. Hung hướng

**Vị trí:** Khe liên sườn 3-4. *Nhâm mạch* ra 6 thốn (H. 62)

**Cách châm:** Châm chéch kim, sâu 0,5-0,8 thốn. Cứu 5 mồi.

**Chủ trị:** Sườn ngực trướng đau

## 20. Chu vinh

**Vị trí:** Khe liên sườn 2-3. *Nhâm mạch* ra 6 thốn (H. 62)

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

**Chủ trị:** Sườn ngực trướng đau, ho

## 21. Đại bao

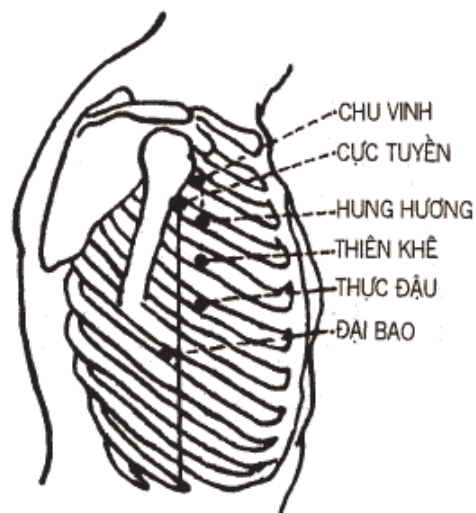
**Vị trí:** Từ giữa nách xuống khe liên sườn 6-7 (H. 62)

**Cách lấy huyết:** Tay giơ ngang, từ giữa nách kẻ thẳng xuống tới khe liên sườn 6-7

**Cách châm:** Châm theo khe sườn, chéo kim, sâu từ 0,3-0,6 thốn. Hơ từ 3-5 phút

**Chủ trị:** Đau liên sườn, đau toàn thân, mỗi tứ chi.

**Tác dụng phối hợp:** Với *Ngoại quan*, *Dương lăng tuyền* trị đau thần kinh liên sườn.



Hình 62