

一、頸肩腰背痛穴組

(五) 腕痛穴（光明穴）



陳擎文補注：這就是董氏針灸講多種對應鍼法其中的手足對應鍼法，平衡針灸的有些穴道有些些董氏針灸的身影，故可以彼此參考驗證，這也是其中一例！

定位：位於足背踝關節橫紋中央，外側旁開1寸處。

解剖：在拇長伸肌和趾長伸肌腱之間，布有脛前動靜脈和淺層的腓淺神經，深層腓深神經

取穴原則：交叉取穴

特點：以針刺腓淺神經和腓深神經出現的針感為宜。

針感：局限性針感或向足背足趾放射。

手法：滯針手法

功能：消炎退熱、鎮靜鎮痛、調節神經、疏通經絡、清肝明目，滋腎壯陽。

主治：腕關節軟組織損傷、腕關節扭傷、腕關節腱鞘炎，臨床還用於治療近視、花眼、砂眼、白內障、青光眼、急性結膜炎、電光性眼炎、眼瞼下垂、眼肌癱瘓、眼肌痙攣

按語：又稱光明穴。是以部位功能命名的一個特定穴位，主要用於治療腕關節病變和眼科疾病為主。

對白內障的治療，主要是用於早期混合性白內障。近視主要指青少年假性近視。

歌訣：腕痛穴位踝外部，交叉取穴能退熱，腕部病變與近視，眼部疾病用指妥。