

## 一、頸肩腰背痛穴組

### (三) 肘痛穴（膝眼）



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：位於髌骨與髌韌帶兩側凹陷中（膝眼）

解剖：在膝關節韌帶兩側，有膝關節動靜脈網，布有神經前皮脂及肌支。

取穴原則：交叉取穴。

針刺特點：以針刺股神經前皮支及肌支後出現的針感為宜。

針感：局部針感。

針刺方法：一步到位針刺手法：不提插，待針體進入到一定要求深度即可出針。

功能：消炎止痛，活血化淤，痛經活絡，理氣止痛。

主治：肘關節軟組織損傷、肱骨外上髁炎、肱骨內上髁炎、不明原因的肘關節疼痛，以及偏癱、蕁麻疹、踝關節扭傷。

歌訣：肘痛穴為膝雙眼，肘部損傷病變選，交叉取穴股前支，膝部病變對應點。

按語：在取穴原則上，內上髁炎取外側肘痛穴，外上髁炎取內側肘痛穴。

此外，上肢臀痛穴亦可治療肘關節病變，臨床療效相同。故臨床用之很少。



臀痛穴：肩峰至腋後皺壁連線的 1/2 處