

别络简介（十五络脉）

别络，脉学名词，指十二正经别走邻经之络脉，属络脉之较大者。十二经脉与任督脉二脉各有一别络，再加脾之大络，合为十五别络。《难经·二十三难》：“别络十五，皆因其原，如环无端，转相灌溉，朝于寸口人迎，心处百病而决死生也。”

别络，亦是经脉中分出来的支脉，大多分布于体表。别络有十五条，即十二经脉各有一条，加上任脉、督脉的络脉和脾之大络。另外，若加上胃之大络，也可称之为十六别络。

手太阴络脉 - 列缺
足太阴络脉 - 公孙
手少阴络脉 - 通里
足少阴络脉 - 大钟
手厥阴络脉 - 内关
足厥阴络脉 - 蠡沟
手太阳络脉 - 支正
足太阳络脉 - 飞扬
手阳明络脉 - 偏历
足阳明络脉 - 丰隆
手少阳络脉 - 外关
足少阳络脉 - 光明
任脉之络 - 鸠尾
督脉之络 - 长强
脾之大络 - 大包

别络是络脉系统中比较主要的部分，亦是络脉的主干，对全身无数细小的络脉起着主导作用。从别络所分出的细小络脉，称为“孙络”，即《灵枢·脉度》所谓的“络之别者为孙”。

分布于皮肤表面的络脉，称为“浮络”，即《灵枢·经脉》所谓的“诸脉之浮而常见者”。络脉从较大的别络分出后，脉气逐渐细小，同躯干各部组织发生紧密联系。

别络多为斜行的支脉，其分布亦均有一定的部位：

一、四肢部：阴经的络脉走向与其相为表里的阳经，阳经的络脉走向与其相为表里的阴经，以沟通表里两经，且有循行路线可补充经脉循行之不足。

二、躯干部：共有三络分布于身前、身后、身侧，即任脉的络脉散布于腹部；督脉的络脉行于背部，散于头上并别走足太阳经；脾的大络散布于胸胁部。这样，就加强了人体前、后及侧面的统一联系。

基本功能

1.加强了十二经脉中相为表里的两条经脉之间的联系：主要通过阴经别络走向阳经和阳经别络走向阴经的途径，从而沟通和加强了相为表里的两条经脉之间在肢体的联系。在别络的循行中，虽然也是进入胸腹腔和内脏相联络，但却无固定的络属关系。别络所着重沟通的是分布于体表的阳经和阴经。

2.统率全身络脉的作用：十二经脉的“络穴”部位，即是各经脉别络脉气的汇集点和枢纽。例如任脉的别络散布于腹部，有统率腹部诸阴经络脉的作用；督脉的别络虽然起于长强穴，但其脉气散头上，别走太阳，有统率头背部诸阳经络脉的作用；脾之大络散布于胸胁部，对于推动周身经脉之气的运行起着重要的作用。这就不仅加强了人体前、后、侧面的统一联系，而且加强了全身络脉的联系。

3.渗灌气血以濡养全身：从别络分出的孙络、浮络，从大到小，遍布全身，呈网状扩散，同周身组织的接触面甚广，这样，就能使循行于经脉中的气血，通过别络、孙络，由线状流注扩展为面状弥散，从而充分发挥其对整个机体的营养作用。

循行部位

十五别络的循行分布均有一定的部位，其中十二经脉的别络都是从四肢肘、膝以下分出，表里两经的别络相互联络；任脉之络分布于腹部，督脉之络分布于背部，脾之大络分布在身之侧部。其具体循行部位如下：

手三阴之别络	手三阳之别络	足三阳之别络	足三阴之别络	其他别络
手太阴	手太阳	足太阳	足太阴	任脉
手少阴	手阳明	足少阳	足少阴	督脉
手厥阴	手少阳	足阳明	足厥阴	脾之大络

十五络脉：络脉是由经脉分出行于浅层的支脉。十二经脉和任、督二脉各自别出一络，加上脾之大络，总称十五络脉，或十五别络。

十五络脉的分布规律：十二经脉的别络均从本经四肢肘膝以下的络穴分出，走向其相表里的经脉，即阴经别络于阳经，阳经别络于阴经。任脉的别络从鸠尾分出以后散布于腹部；督脉的别络从长强分出经背部向上散布于头，左右别走足太阴经；脾之大络从在包分出以后散布于胸胁。此外，还有从络脉分出的浮行于浅表部位的浮络和细小的孙络，遍及全身，难以计数。

十五络脉的作用：四肢部的十二经别络，加强了十二经中表里两经的联系，从而沟通了表里两经的经气，补充了十二经脉循行的不足。躯干部的任脉络、督脉络和脾之大络，分别沟通了腹、背和全身经气，从而输布气血以濡养全身组织。

十五络脉的循行

有关“十五络脉的循行”，医学教育网搜集整理了相关信息，详情如下：

1、列缺穴——手太阴络脉

手太阴肺经的别行络脉，名曰列缺，起于腕关节上方桡骨茎突后的分肉之间，与手太阴本经并行，直入手掌中，散布于大鱼际部。它的病变，实证为手桡侧腕部锐骨和掌中

发热，虚证为呵欠频作，小便失禁或频数，可取它的络穴列缺治疗。穴在距腕一寸半处，别行于手阳明大肠经。

2、偏历穴——手阳明络脉

手阳明大肠经的别行络脉，名曰偏历，在腕关节后三寸偏历穴处分出，走向手太阴肺经；其支脉向上沿着臂膊，经肩髃穴上行至下颌角处，遍布于齿中；其支脉进入耳中，合于该部所聚的主脉。它的病变，实证为龋齿、耳聋，虚证为齿冷、经气闭阻不通畅，可取它的络穴偏历治疗。

3、丰隆穴——足阳明络脉

足阳明胃经的别行络脉，名曰丰隆，在距离外踝上八寸处分出，走向足太阴脾经；其支脉沿着胫骨外缘上行联络于头顶部，与各经的经气相会合，再向下联络于咽喉部。它的病变，气逆则发生突然失音；实证为狂癫之疾，虚证为足缓不收，胫部肌肉萎缩，可取它的络穴丰隆治疗。

4、公孙穴——足太阴络脉

足太阴脾经的别行络脉，名曰公孙，在足大趾本节后一寸处分出，走向足阳明胃经；其支脉进入腹腔，联络于肠胃。它的病变，气上逆则发生霍乱；实证为腹内绞痛，虚证为鼓胀之疾，可取它的络穴公孙治疗。

5、通里穴——手少阴络脉

手少阴心经的别行络脉，名曰通里，在腕关节后一寸处分出上行，沿着手少阴本经入于心中，再向上联系舌根部，会属于目系。它的病变，实证为胸中支满阻隔，虚证为不能言语，可取它的络穴通里治疗。穴在腕关节后一寸，别行于手太阳小肠经。

6、支正穴——手太阳络脉

手太阳小肠经的别行络脉，名曰支正，在腕关节后五寸处，向内侧注入手少阴心经；其支脉上行经肘部，上络于肩髃穴部。它的病变，实证为关节弛缓，肘部痿废不用，虚证为皮肤赘生小疣，可取它的络穴支正治疗。

7、飞扬穴——足太阳络脉

足太阳膀胱经的别行络脉，名曰飞扬，在外踝上七寸处分出，走向足少阴肾经。它的病变，实证为鼻塞流涕，头背部疼痛，虚证为鼻流清涕、鼻出血，可取它的络穴飞扬治疗。

8、大钟穴——足少阴络脉

足少阴肾经的别行络脉，名曰大钟，在内踝后绕行足跟部，走向足太阳膀胱经。其支脉与足少阴本经并行向上而至于心包下，再贯穿腰脊。它的病变，气上逆则发生心胸烦闷；实证为二便不通，虚证为腰痛，可取它的络穴大钟治疗。

9、内关穴——手厥阴络脉

手厥阴心包经的别行络脉，名曰内关，在腕关节后二寸处，发出于两筋之间，走向手少阳三焦经。它沿着手厥阴本经向上联系于心包，散络于心系。心系的病变，实证为心痛，虚证为心中烦乱，可取它的络穴内关治疗。

10、外关穴——手少阳络脉

手少阳三焦经的别行络脉，名曰外关，在腕关节后二寸处分出，绕行于肩膊的外侧，上行进入胸中，会合于心包。它的病变，实证为肘部拘挛，虚证为肘部弛缓不收，可取它的络穴外关治疗。

11、光明穴——足少阳络脉

足少阳胆经的别行络脉，名曰光明，在外踝上五寸处分出，走向足厥阴肝经，向下联络于足背部。它的病变，实证为足腿部厥冷，虚证为足软无力不能行走，坐而不能起立，可取它的络穴光明治疗。

12、蠡沟穴——足厥阴络脉

足厥阴肝经的别行络脉，名曰蠡沟，在内踝上五寸处分出，走向足少阳胆经；其支脉经过胫部上行至睾丸部，终结于阴茎处。它的病变，气逆则发生睾丸肿胀、突发疝气；实证为阴茎挺长，阳强不倒，虚证为阴部暴痒，可取它的络穴蠡沟治疗。

13、长强穴——督脉之络

督脉的别行络脉，名曰长强，挟脊旁膂肌上行至项部，散布于头上；再向下到两肩胛之间，分左右别行于足太阳膀胱经，深入贯穿于脊膂中。它的病变，实证为脊柱强直，虚证为头重、旋摇不定，此皆督脉的别络之过，可取它的络穴长强治疗。

14、尾翳穴——任脉之络

任脉的别行络脉，名曰尾翳（也称鸠尾），从鸠尾向下，散布于腹部。它的病变，实证为腹部皮肤疼痛，虚证为腹部皮肤瘙痒，可取它的络穴尾翳（即鸠尾）治疗。

15、大包穴——脾之大络

脾的大络，名曰大包，在渊腋穴下三寸处发出，散布于胸胁部。它的病变，实证为一身尽痛，虚证为周身肌肉关节松弛无力；此一络脉象网络一样包络周身，如现血瘀，可取它的络穴大包治疗。

“经脉”与“络脉”的区别

前边的日志提到了经脉与络脉，那么说起经络，大家就不陌生了，作为经络之一的络脉或许很模糊还容易把二者混为一谈。因为络脉在古代并没有形成体系，例如清代名医喻嘉言在《医门法律·络脉论》中曾提到：“十二经络前贤论之详矣，而络脉则未之及，亦缺典也”。所以络脉在近年才成为医学专家乃至保健养生专家研究的热点和焦点，也成为了中医爱好者常提的养生话语了。那么究竟经脉与络脉有什么区别呢？我只是依据众家先贤的学说，分析偶得。

“经脉”与“络脉”的区别

首先要知道的是：“经络”是“经脉”和“络脉”的统称，“经脉”较粗，是人体运行气血，转送营养的主干。“络脉”较细，是“经脉”的分支。如果把人体比作大地的话，那么“经脉”则是流淌在大地上的江河，“络脉”则是江河的各级支流，正是这些支流逐级细分滋润着每一寸土地。“络脉”不像十二“经脉”那样有着明确的循行路线和起始部位，它在循行上是沿经布散，纵横交错，从大到小，呈树状、网状，广泛分布于脏腑组织之间，形成一个满布全身内外的网络系统，弥补了“经脉”线性分布的不足，是脏腑内外整体性协调联系的重要结构。

其中按照循行和分布部位的不同，“络脉”可以分为“阳络”和“阴络”之别。

“阳络”是指分布于体表肌肤的络脉，它的主要作用是温煦、营养、护卫皮肤，“经脉”通过阳络将经气布散到人体的体表，在体表形成一个护卫屏障，保护人体不受外来致病因素的伤害。

“阴络”是走行于身体内部，分布于五脏六腑的络脉，随其分布区域的不同而被称为‘心络’、‘肝络’、‘肾络’、‘肺络’、‘脾络’、‘胃络’、‘脑络’等，其敷布气血的功能往往成为所在区域脏腑功能的有机组成部份。“经脉”通过阴络运行气血、输送营养、传递信息以保证五脏六腑发挥各自的正常功能。

再就是“络脉”可分‘气络’与‘血络’。“络脉”具有两个功能。一是运行经气，一是运行血液。所以按照功能的不同“络脉”又可分为“经络之络”和“脉络之络”。

“经络之络”运行经气，又称气络；“脉络之络”运行血液，又称血络。

运行“经气”的“气络”主要将经气输送布散到各个脏腑形成脏腑之气，如‘心气’‘肝气’‘肺气’‘肾气’‘脾胃’之气等，从而发挥该脏腑的功能。在“气络”中运行的经气有着保护人体、传达信息、调节人体各组织器官功能的作用。

“脉络之络”运行血液，也是血液生成的主要场所，血液从“经脉”流到“络脉”，在“络脉”末端将营养物质输送给人体的器官组织，将代谢后的废物带走，然后又从“络脉”流入“经脉”，完成血液的循环，实现了血液的营养作用。

以上就老张本人对于“经脉”与“络脉”的认知，仅供“整脊正骨”手法临床参考，灵活掌握灵活运用。

其中要说的是“整脊正骨”所做的是经络疏通，而不是常规的大众化的“推拿按摩”手法所做的“穴位”按压。只有疏通了“经脉”“络脉”才能有效的达到了经络的畅通，缓解或解除了疾病痛苦。这就是“经脉”与“络脉”应有的区别，以及“整脊正骨”手法要达到的目地。

手太阴肺经的别出络脉——列缺穴

原文：手太阴之别，名曰列缺。起于腕上分间，并太阴之经，直入掌中，散入于鱼际。其病实则手锐掌热；虚则欠1喏2，小便遗数3。取之去腕半寸。别走阳明也。

译文：手太阴肺经的别出络脉，名叫列缺。起于腕上分肉之间，与手太阴经脉并行，直入掌中，散布于鱼际。本络脉如发生病变，属实的，那么锐骨和手掌会发热；属虚的，就会张口哈欠，小便不禁或频数。治疗时，应取腕后一寸半的列缺穴。本络即从此别走手阳明大肠经。

说明：本节论述的是手太阴肺经的别出络脉，别者，谓十二经脉之外，别有经络，阳络之走于阴，阴络之走于阳，与经脉缪处而各走其道，即《缪刺篇》之所谓“大络者，左注右，右注左，与经相干而布于四末，不入于经腧，与经脉缪处者”是也。盖胃腑所生之血气，其精专者独行于经隧，从手太阴肺经而终于足厥阴肝经，此荣血之循行于十二经脉之中，一脉流通，环转不息者也。其血气之四布于皮肤者，从脏腑之别络而出，虽与经相干，与经并行，而各走其道，出于孙络，散于皮肤，故手太阴之经别曰列缺，手少阴之经别曰通里，足太阳经别曰飞扬，足少阳经别曰光明，与手足之并荣腧经合穴不相干也。曰太阴少阴，曰太阳少阳，与脏腑之经脉各缪处也。此胃腑之血气，四布于肤表之阳分者，从大络而出于孙络皮肤，从络脉而阴走于阳，阳走于阴，如江河之外别有江河，江可通于河，河可通于江，与经脉之荣血，一以贯通者不相同也。故手太阴之别，名曰列缺，起于腕上分间，分间者，谓手太阴之经脉，与经别之于此间而相分也。并太阴之经者，并太阴之经脉而行也。

注释：1、欠：(qiàn 倩)《黄帝内经·素问·宣明五藏论》：“肾为欠。”《仪礼·士相见礼》：“君子欠伸。”《说文》：“欠，张口气悟也。”这里用为打呵欠之意。

2、喏：(q 区)张口的样子。《庄子·秋水》：“公孙龙口喏而不合，舌举而不下。”《吕氏春秋·审应览·重言》：“君喏而不噤，所言者莒也。”

3、数：(shù 竖)屡次。《列子·力命》：“郑国用之，数难子产之治。”《孙子·行军》：“屡赏者窘也，数罚者困也。”《汉书·贾山传》：“赋敛重数，百姓任

罢。”《广韵·觉韵》：“数，频数。”清郝懿行《尔雅义疏·释诂上》：“数者，与屡同意，今人言数数，犹言屡屡也。”

手少阴心经的别出络脉——通里穴

原文：手少阴之别，名曰通里。去腕一寸半，别而上行，循经入于心中，系舌本，属目系。其实则支膈，虚则不能言。取之掌后一寸，别走太阳也。

译文：手少阴心经的别出络脉，名叫通里。起于腕后内侧一寸陷中，别出而上行，循着本经经脉入于心中，系于舌根，联于目系。如本络脉发生病变，属实的，就会使心膈间支撑不舒；属虚的，就会不能说话。治疗时，应取腕后一寸的通里穴。本络由此别走手太阳小肠经。

说明：本节论述的是手少阴心经的别出络脉，手少阴心经的别出络脉，与经相干，名曰通里。之间去腕一寸半，别经而上行，循经入于心中，系舌本，属目系。其气实，则膈间若有所支而不畅，虚则不能言谈，盖心主言，而经别络舌本也。掌后一寸，乃别走于太阳之络脉处，故取阴阳分行之处而刺之。

手厥阴心包络经的别出络脉——内关穴

原文：手心主之别，名曰内关。去腕二寸，出于两筋之间，循经以上，系于心包络。心系实则心痛，虚则为头强。取之两筋间也。

译文：手厥阴心包络经的别出络脉，名叫内关，在腕后内侧二寸处，别出于两筋中间，循本经上行，系于心包络。如本络脉发生病变，属于心系的实证，就会心痛；属于虚症，就会头脑强直。在治疗时应取腕上二寸两筋中间的内关穴。

说明：本节论述的是手厥阴心包络经的别出络脉，手心主之别络，与经相干于内关之间，去腕二寸，别经脉而出于两筋之间，循经并行，上系于心包络，心系实则心痛，心系与包络之相通也，虚则为头脑强直，盖包络主行血脉，脉气虚故头脑强直也。

手太阳小肠经的别出络脉——支正穴

原文：手太阳之别，名曰支正。上腕五寸，内注少阴；其别者，上走肘，络肩髃1。实则节弛肘废2；虚则生疣3，小者如指痂疥。取之所别也。

译文：手太阳小肠经的别出络脉，名叫支正，起于腕上五寸，向内注于手少阴心经；其别出的络脉，上走肘部，再上行络于肩髃。如本络脉发生病变，属于实的，就会筋力松弛，肘部衰败；属于虚的，就会出现赘疣，小的就象指间痂疥那样。治疗时，应取本经别出的支正穴。

说明：本节论述的是手太阳小肠经的别出络脉，太阳之经别布于四末，与经相干，名曰支正，内注于手少阴之别络，其别行者，上走肘，络肩髃。手太阳小肠主津液，实则津液停留，不能淖泽于骨，是以节弛肘废。

注释：1、髃：(yú于)肩前骨、肩头。《黄帝内经·素问·气府论》：“髃骨之会各一，肘以下至手大指次指本各六俞。”清沈彤《释骨》：“髃微起者曰小髃骨，小髃骨之前岐出者曰肩端。”

2、废：(fèi 费)衰败。《管子·牧民》：“政之所废，在逆民心。”《左传·昭公八年》：“哀公有废疾。”

3、疣：(yóu 由)皮肤病名。病原体是一种病毒，症状是皮肤上出现黄褐色的小疙瘩，不痛也不痒。《荀子·宥坐》：“今学曾未如疣赘。”《黄帝内经·灵枢·经脉》：“虚则生疣，小者如指痂疥。”《说文》：“疣，赘也。从肉，尤声。”《广雅》：“疣，肿也。”

手阳明大肠经的别出络脉——偏历穴

原文：手阳明之别，名曰偏历。去腕三寸，别入太阴；其别者，上循臂，乘肩髃，上曲颊偏齿；其别者，入耳，合于宗脉。实则聾聋；虚则齿寒痹隔。取之所别也。

译文：手阳明大肠经的别出络脉，名叫偏历。在腕上三寸处，别出走入手太阴经；它的别出之脉，上行于臂，乘肩髃，上曲颊，偏络于齿根；另一别出之脉，入耳中，与手太阳、手少阳、足少阳、足阳明四脉会合。如本络脉发生病变，属实的，会出现聾聋、耳聋；属虚的，会出现牙齿发冷，膈间闭塞。治疗时，可取本经别出的偏历穴。

说明：本节论述的是手阳明大肠经的别出络脉，偏历，手阳明之别络，布于四末，与经相干于偏历之间，而别入于太阴之经别；其别行者，上循臂，乘肩髃，上曲颊，遍络于齿；又其别者，入耳中，合于宗脉。实则气滞，而为齿痛耳聋，虚则齿寒痹隔。盖手阳明主行血气于皮肤，以温肌肉，虚则不行于外，故为齿寒而痹闭阻隔也。

手少阳三焦经的别出络脉——外关穴

原文：手少阳之别，名曰外关。去腕二寸，外绕臂，注胸中合心主。病实则肘挛，虚则不收。取之所别也。

译文：手少阳三焦经的别出络脉，名叫外关，在腕后二寸处，向外绕行于臂部，注入胸中，与心包络经相合。如本络脉发生病变，属实的，会出现肘节拘挛；属虚的，会出现肘节弛缓不收。治疗时，可取本经别出的外关穴。

说明：本节论述的是手少阳三焦经的别出络脉，外关，手少阳之别络，布于四末，与经相干于外关之间，外行绕臂，注胸中，合心主之大络，病实则肘挛，虚则不收，少阴厥阴之主筋也。

足太阳膀胱经的别出络脉——飞扬穴

原文：足太阳之别，名曰飞扬。去踝七寸，别走少阴。实则鼽窒，头背痛；虚则鼽衄。取之所别也。

译文：足太阳膀胱经的别出络脉，名叫飞扬。在足外踝上七寸处，别走足少阴肾经的经络。如本络脉发生病变，属实的，会出现鼻塞不通，头背部疼痛；属虚的，会出现鼻流清涕或鼻出血。治疗时，可取本经别出的飞扬穴。

说明：本节论述的是足太阳膀胱经的别出络脉，飞扬穴，在足外踝上七寸处，乃属足太阳膀胱经之别络，与经相干于飞扬之间。不入于经腧，别走于足少阴之络。实则鼽窒（鼻塞不通），头背痛；虚则鼽衄（指鼻出血和流清涕），盖别络并经而循于头背也。

足少阳胆经的别出络脉——光明穴

原文：足少阳之别，名曰光明。去踝五寸，别走厥阴，下络足跗 1。实则厥，虚则痿 2 蹇 3 坐不能起。取之所别也。

译文：足少阳胆经的别出络脉，名叫光明。在外踝上五寸，别走足厥阴肝经的经络，并经下行绕络于足背。如本络脉发生病变，属实的，会出现厥逆；属虚的，会难以行走，坐不能起。治疗时，可取本经别出的光明穴。

说明：本节论述的是足少阳胆经的别出络脉，光明穴，去踝上五寸，乃足少阳胆经之别络。少阳之大络，与经相会于光明之间，别走于厥阴之别络，下络足背。少阳主初阳之气，实则胆气不升而逆于下为厥；气虚则为萎缩癱腿，坐而不能起。

注释：1、跗：(f 夫)脚背。《庄子·秋水》：“蹶泥则没足灭跗。”《黄帝内经·素问·刺症》：“喜见日月光火气，乃快然，刺足阳明跗上。”

2、痿：(wǐ 伟)身体某部分萎缩或失去机能的病。《黄帝内经·素问·痿论》：“大经空虚发为肌痺，传为脉痿。”《吕氏春秋·孟春纪》：“多阴则蹶，多阳则痿。”《说文》：“痿，痺也。”《汉书·哀帝纪赞》：“即位，痿痺。”

3、蹇：(bi 毕)《管子·入国》：“聋、盲、喑哑、跛蹇、偏枯、握递，不耐自生者。”《晏子春秋卷二·内篇谏下第二》：“蹇而不拜，已乃涕洟而去。”《礼记·王制》：“瘖聋跛蹇。”《淮南子·说林》：“蹇者见虎而不走。”《史记·平原君虞卿传》：“民家有蹇者。”这里用为癱脚之意。

足阳明胃经的别出络脉——丰隆穴

原文：足阳明之别，名曰丰隆。去踝八寸。别走太阴；其别者，循胫骨外廉¹，上络头项，合诸经之气，下络喉嗌。其病气逆则喉痹卒暗²，实则狂巅，虚则足不收，胫枯。取之所别也。

译文：足阳明胃经的别出络脉，名叫丰隆。在外踝上八寸，别走足太阴脾经的经络；它的别出之脉，沿着胫骨外缘，上行络于头部，会合诸经之气于缺盆中，向下络于喉咽。如本络脉发生病变，气向上逆，会出现喉中肿闭和突然音哑。属实的，就会癫狂；属虚的，就会足缓不收，胫部肌肉枯萎。治疗时，可取本经别出的丰隆穴。

说明：本节论述的是足阳明胃经的别出络脉，丰隆穴，去踝八寸，乃足阳明胃经之络脉，与经相会于丰隆之间，而别走于足太阴之别络。其别行者，并经脉而循于胫骨外侧，上络头项。十五大络之气血，皆本于胃腑水谷之所生，是以足阳明之络，与诸经之气相合。

注释：1、廉：(lián 连)侧边。《黄帝内经·素问·刺腰痛篇》：“足少阴令人腰痛，痛引脊内廉。”《仪礼·乡饮礼》：“设席于堂廉东上。”《说文》：“廉，仄也。”《汉书·贾谊传》：“故陞九级上，廉远地，则堂高。”

2、暗：(yīn 音)《管子·入国》：“聋、盲、喑哑、跛蹇、偏枯、握递，不耐自生者。”《墨子·尚贤下》：“此譬犹暗者而使为行人，聋者而使为乐师。”《史记》：“虽有舜禹之智，吟而不言，不如暗聋之指麾也。”《淮南子·原道》：“薄气发暗，惊怖为狂。”《后汉书·袁闳传》：“遂称风疾，暗不能言。”这里用为声音嘶哑之意。

足太阴脾经的别出络脉——公孙穴

原文：足太阴之别，名曰公孙。去本节之后一寸，别走阳明；其别者，入络肠胃，厥气上逆则霍乱，实则肠中切痛；虚则鼓胀。取之所别也。

译文：足太阴脾经的别出络脉，名叫公孙。在足大趾本节后一寸处，别走足阳明胃经的经络；它的别行之脉，上行入腹络于肠胃。如本络脉发生病变，厥气上逆至于肠胃，

必然发生霍乱。属实的，会出现腹中痛如刀切；属虚的，会出现腹胀如鼓。治疗时，应取本经别出的公孙穴。

说明：本节论述的是足太阴脾经的别出络脉，太阴之别络，分布于足，与经相干于公孙之间，而别走于阳明之络。其别行者，入络肠胃。厥气上逆，则为霍乱；气有余而实，则为肠中切痛；不足而虚，则为臃胀，当取之所别也。

足少阴肾经的别出络脉——大钟穴

原文：足少阴之别，名曰大钟。当踝后绕跟，别走太阳；其别者，并经上走于心包下，外贯腰脊。其病气逆则烦闷，实则闭癃¹，虚则腰痛。取之所别者也。

译文：足少阴肾经的别出络脉，名叫大钟。在足内踝后绕足跟，别走入于足太阳膀胱经的经络；它的别出络脉，与本经并行，上走于心包之下，再下行贯通腰脊。如本络脉发生病变，就会出现气逆烦闷，属实的，会出现小便不利；属虚的，会腰痛。治疗时，可取本经别出的大钟穴。

说明：本节论述的是足少阴肾经的别出络脉，足少阴之别络，与本经相会于大钟之间，而别走于足太阳膀胱经；其别行者，并经而行，上走于心包络之下，外贯腰脊。手少阳三焦，手厥阴包络之气，皆本于肾脏所生，故并经上走于心包下。盖包络之气，生于肾脏，注于络中，并经而上也。

注释：1、癃：(lóng 龙)小便不利。《黄帝内经·素问·宣明五气》：“膀胱不利为癃。”

足厥阴肝经的别出络脉——蠡沟穴

原文：足厥阴之别，名曰蠡沟。去内踝五寸，别走少阳；其别者，经脰上睾，结于茎。其病气逆则睾肿卒疝。实则挺长，虚则暴痒。取之别也。

译文：足厥阴肝经的别出络脉，名叫蠡沟。在内踝上五寸处，别走足少阳胆经的经络；它的别行经脉，沿本经小腿上至睾丸，归于阴茎。如本络脉发生病变，邪气上逆，就会出现睾丸肿大并突发疝气暴痛；属实的，阴茎挺直而长；属虚的，阴部奇痒。治疗时，可取本经别出的蠡沟穴。

说明：本节论述的是足厥阴肝经的别出络脉，足厥阴肝经之别络，分布于足，与经相干于蠡沟之间，而别走于足少阳胆经之络。取之别者，取别走少阳之络，所谓阳取阴而阴取阳，左取右而右取左也。

任脉的别出络脉——尾翳穴

原文：任脉之别，名曰尾翳。下鸠尾，散于腹。实则腹皮痛，虚则痒搔。取之所别也。

译文：任脉的别出络脉，名叫尾翳，由鸠尾别出下行，散于腹部。如本络脉发生病变，属实的腹皮痛，属虚的则搔痒。治疗时，可取本经别出的尾翳穴。

说明：本节论述的是任脉的别出络脉，任脉起于中极之下，以上毛际，循腹里，上关元，至咽喉，上颐循面入目。所谓尾翳者，即鸠尾之上，盖任脉之别络，出于下极，并经而上，复下于鸠尾，以散于腹络，气实则腹皮疼痛，气虚则搔痒，当取之所别络也。

督脉的别出络脉——长强穴

原文：督脉之别，名曰长强。挟脊1上项，散头上下，当肩胛左右，别走太阳，入贯膂。实则脊强，虚则头重，高摇之，挟脊之有过者。取之所别也。

译文：督脉的别出络脉，名叫长强，挟脊上行至项，散于头上，向下行于肩胛左右，别走足太阳膀胱经的经络，入贯于脊柱两旁。如本络脉发生病变，属实的，脊柱强直，不能俯仰；属虚的，头部沉重。治疗时，可取本经别出的长强穴。

说明：本节论述的是督脉的别出络脉，督脉起于小腹以下骨中央，女子入系阴道，其络阴器，合篡间，绕篡后，别绕臀，至少阴，与巨阳中络者合，少阴上股内后侧，贯脊属肾，与太阳起于目内角，上额交巅，上入络脑，还出别下项，循肩膊内，挟脊，抵腰中，上循膂络肾。兵男子循阴茎下至篡，与女子同。其小腹直上者，贯脐中央，上贯心入喉，上颐环唇，上系两目之下中央。盖督脉总督一身之阳，应天道之环绕地环转，是以下行而上者，循阴茎至篡，从小腹贯脐中央，入喉上颐，环唇系目；其上行而下者，起于目内角，上额交巅，下项挟脊抵腰中，而环转于周身之前后也。其督脉之别络，出于长强之分，挟脊上行散于头，是督脉之行于脊膂者，从头项而下行，别络之从下而上行于头项也。

注释：1、膂：(1旅)《书·君牙》：“今命尔予翼，作股肱心膂。”《黄帝内经·素问·骨空论》：“内挟脊抵腰中，入循膂络肾。”《说文》：“膂，篆文吕从肉，从旅。”这里用为脊梁骨之意。

脾之大络——大包穴

原文：脾之大络，名曰大包。出渊腋下三寸，布胸胁。实则身尽痛，虚则百节尽皆纵。此脉若罗络之血者，皆取之脾之大络脉也。

译文：脾之大络，名叫大包，从渊腋下三寸别出而散布于胸胁。如本络脉发生病变，属实的，全身都感觉疼痛；属虚的，全身关节弛缓无力。这支络脉能包罗诸络脉之血。治疗时，可取本经别出的大包穴。

说明：本节论述的是脾之大络，大包乃脾经之穴名，在足少阳胆经渊液之下三寸，脾之大络，循脾经之大包，而四布于胸胁，实则身尽痛，虚则百节尽纵。罗络之血者，谓大络之血气，散于周身之孙络皮肤，若罗纹之纵横而络于身也。夫脾之有大络者，脾主为胃行其津液，灌溉于五脏四旁，从大络而布于周身，是以病则一身尽痛，百节皆纵，而血络之若罗纹，以络于周身。足太阴之大络者，止并经而行，散血气于本经之部分，是以足太阴脾脏之有二络也。如曰脾足太阴之脉，兼是动所生而言也；曰足太阴之大络，曰脾之大络，分脾脏经气而言也。