

# 阳陵泉穴的临床应用

武兆文<sup>1</sup>, 赵 惠<sup>2</sup>

<sup>1</sup>黑龙江中医药大学, 针灸推拿学, 黑龙江 哈尔滨

<sup>2</sup>黑龙江中医药大学附属第二医院, 黑龙江 哈尔滨

收稿日期: 2023年5月5日; 录用日期: 2023年5月28日; 发布日期: 2023年6月6日

## 摘 要

阳陵泉为足少阳胆经之合穴, 五行属土, 又为胆之下合穴, 八会穴之筋会, 在小腿外侧上部, 腓骨小头前下凹陷中取之。有疏肝利胆、强腰健膝、通利关节、舒筋活络的作用, 临床常应用于黄疸、胁肋疼痛、呕吐等肝胆消化系疾患, 膝髌肿痛、下肢痿痹、腰痛等筋的相关病症, 或胆经循行所过之处的经脉病症, 故临床运用甚广, 并取得较好的临床疗效。本文以阳陵泉近几年的临床观察为基础, 对其进行总结整理, 以便于临床应用。

## 关键词

阳陵泉, 临床应用, 针灸

# Clinical Application of Yanglingquan Acupoint

Zhaowen Wu<sup>1</sup>, Hui Zhao<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Acupuncture and Moxibustion and Tuina of Chinese Medicine, Heilongjiang University of Traditional Chinese Medicine, Harbin Heilongjiang

<sup>2</sup>Heilongjiang University of Traditional Chinese Medicine Affiliated Second Hospital, Harbin Heilongjiang

Received: May 5<sup>th</sup>, 2023; accepted: May 28<sup>th</sup>, 2023; published: Jun. 6<sup>th</sup>, 2023

## Abstract

Yanglingquan is the He-sea point of foot-Shaoyang gallbladder meridian and belongs to earth in the five elements. It is the lower confluent point of gallbladder meridian and is also the influential acupoint of tendons, which can be taken from the upper part of the outer leg and the lower depression in front of the fibulae capitulum. It has the functions of soothing the liver and gallbladder, strengthening the waist and the knee, promoting the joints, relaxing the tendons and activating

文章引用: 武兆文, 赵惠. 阳陵泉穴的临床应用[J]. 临床医学进展, 2023, 13(6): 8903-8908.

DOI: 10.12677/acm.2023.1361245

the collaterals. It is often used in the clinic for the liver and gallbladder digestive system diseases such as jaundice, flank pain, vomiting, knee patelatomia, lower limb paralysis, lumbago and other tendon-related diseases, or the meridians in the place where the gallbladder meridian circulates, so it is widely used in the clinic and has achieved good clinical effects. Based on the clinical observation of Yanglingquan in recent years, this paper summarizes and collates it for clinical application.

## Keywords

Yanglingquan (GB34), Clinical Application, Acupuncture

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 穴位概述

外为阳, 膝外侧腓骨小头隆起如陵, 穴在其下陷中, 犹如陵下水泉, 故名阳陵泉。《灵枢·邪气藏府病形篇》: “合治内腑”。阳陵泉为胆经五腧穴之合穴, 又为胆腑下合穴, 所以阳陵泉是治疗肋肋痛、黄疸、口苦等胆腑病症的重要腧穴。《难经·四十五难》云: “筋会阳陵泉”。故阳陵泉有舒筋壮筋的作用, 可用于治疗筋的相关病症。《灵枢·经脉》中对少阳胆经的循行路线有详细描述: 起于目外眦, 在两侧头和耳朵周围绕行, 往下经颈部走行于躯干侧面, 继续下行于下肢外侧, 后入足部, 止于第四脚趾和第五脚趾之间。循行所过, 主治所及, 因此阳陵泉可治疗少阳胆经经脉循行所经过的下肢、髌枢、颈项病, 以及侧头、目、耳、咽喉等头面五官病。

## 2. 临床试验研究

### 2.1. 肝胆消化系统疾病

阳陵泉为胆经合穴, 同时也是胆腑下合穴。《灵枢·四时气篇》: “邪在腑, 取之合”。《针灸甲乙经》: “胆胀者, 胁下痛胀, 口苦, 好太息, 阳陵泉主之”。《灵枢·经脉》: “胆足少阳之脉, ……”, 贯膈, 络肝, 属胆, 循胁里……”。因此阳陵泉是治疗慢性胆囊炎、胆绞痛、肝炎、黄疸等肝胆消化系统疾病的重要穴位。

#### 2.1.1. 慢性胆囊炎

慢性胆囊炎是临床常见病、多发病, 症状多不典型, 病人常在饱食或进食油腻食物后出现右上腹不适或疼痛, 常反复发作。曹子洋等[1]应用彩色多普勒超声观察电针双侧阳陵泉穴与假穴前、15 min、30 min 后慢性胆囊炎患者胆囊容积的变化, 并测量胆囊动脉 Vmax、Vmin、阻力指数 RI, 结果电针阳陵泉加快了胆囊排空, 使胆囊容积显著减小, 同时也减慢动脉血流速度和增加阻力指数, 且 30 min 后更显著, 而电针假穴前后胆囊容积、胆囊动脉血流速度及阻力指数均无明显变化(注: 假穴取阳陵泉和足三里连线中点下 1.5 cm 处)。张丽丽[2]通过 B 超观察患者胆囊体积的变化, 分析发现阳陵泉和飞扬均留针 40 min 及阳陵泉不留针三种治疗方法均能促进胆囊的规律舒缩, 但阳陵泉留针 40 min 在调节胆囊高张力方面效果更佳。本病中医学属于“胁痛”范畴, 《杂病穴法歌》: “胁痛只须阳陵泉”, 故治疗慢性胆囊炎时可选取阳陵泉。胆经属少阳, 少阳主枢, 选胆经合穴阳陵泉, 可调达气机, 疏泄胆腑。李志宏等[3]纳入 22

例健康成年人, 于推拿前、推拿 2 min、推拿 4 min、推拿 6 min、推拿结束后 10 min 经彩色多普勒超声测定胆囊的上下径、前后径及截面积, 发现按揉阳陵泉穴对胆囊收缩确有效。

### 2.1.2. 胆绞痛

胆绞痛是临床常见急腹症之一, 而急诊病人胆绞痛以胆石症较为多见。董秋萍[4]收集 120 例胆绞痛患者, 观察组在中医特色护理同时于阳陵泉穴行间苯三酚穴位注射, 对照组常规护理配合静脉滴注间苯三酚治疗, 比较两组临床疗效及治疗前后 NRS 评分, 发现间苯三酚经穴位注射对胆绞痛患者的疗效更好, 副作用更小。杨智勇[5]观察针刺配合药物对慢性胆囊炎急性发作期的镇痛效果, 发现在静脉滴注(注射用头孢地嗪钠 1 g + 0.9% 的氯化钠注射液 40 ml)基础上, 加用针刺双侧阳陵泉、胆囊、太冲穴治疗总有效率可达 98.0%, 远高于单纯药物治疗的 50.0%, 镇痛作用明显, 显著降低总胆红素和直接胆红素的水平, 改善碱性磷酸酶、谷氨酰转肽酶有关肝功能的生化指标。研究表明, 针刺阳陵泉可以使胆囊收缩有力, 节律加快, 增加胆汁分泌, 便于排石, 明显降低奥狄括约肌张力, 从而达到疏泄胆腑, 行气镇痛的目的。

### 2.1.3. 其他肝胆系疾患

王婕[6]在治疗新生儿黄疸时, 发现采用黄白洗剂经验方洗浴配合按摩阳陵泉穴清利肝胆湿热效果明显, 可使胆红素水平降低、胎粪转黄时间提前、减少蓝光照射总时间及改善湿热郁蒸的证候, 具有较好的临床疗效。王飞等[7]对 51 例慢性乙肝患者研究, 发现在西医治疗基础上, 针刺足三里、太冲、阳陵泉配合疏肝理脾汤治疗总有效率高达 96.1%, 更有效的改善慢性乙肝患者的临床症状, 使肝功能有关指标趋于正常水平, 抑制病毒复制, 并提高机体免疫功能。Draz RS 等[8]发现电针刺刺激太冲、期门、阳陵泉与足三里穴可以显著降低谷丙、谷草转氨酶及甘油三酯的水平, 是改善非酒精性脂肪肝病患者的肝功能的有效方式。

## 2.2. 筋的相关病证

《难经·四十五难》: “筋会, 阳陵泉”。疏曰: “筋病治此”。阳陵泉为少阳胆经之腧穴, 肝胆相表里, 肝主筋, 而阳陵泉居膝外侧, 膝为筋之府, 故称筋会。因此阳陵泉是治疗筋病的要穴, 具有舒筋利节的作用, 特别是下肢筋病, 临床较为常用。

### 2.2.1. 膝关节骨性关节炎

目前, 临床上治疗膝关节关节炎常采用非甾体类药以缓解炎症, 虽有一定的疗效, 但副作用严重, 会损害肝、肾功能, 影响消化、血液及神经系统等, 也不能逆转或根治疾病。Helianthi DR 等[9]在受影响膝盖上的犊鼻、足三里、阴陵泉、阳陵泉和内膝眼穴位进行激光干预后, VAS 评分和 Lequesne 指数显著改善, 对老年膝关节关节炎预后有效。马锐等[10]使用化瘀除湿通痹方配合温针灸阳陵泉治疗风寒湿痹型膝关节关节炎患者, 发现针药联合可显著降低关节的炎症反应程度, 下调相关炎症因子水平, 降低血清软聚糖基质蛋白(COMP)水平, 缓解关节肿痛和功能, 疗效明显高于单纯化瘀除湿通痹方治疗。《针灸大成》言: “凡腿脚病, 此筋中风湿湿也, 取此穴无不效者, 乃筋会此穴故也。”故临床治疗膝关节关节炎时, 在阳陵泉穴多用温热之法, 以达祛风除湿, 温经通络的目的。

### 2.2.2. 颈型颈椎病

颈型是颈椎病最常见的一种类型, 临床上往往认为是各种颈椎病的早期阶段, 根据中医治未病理念“既病防变”, 因此临床更应重视颈型颈椎病的治疗, 而针刺可疏通气血, 缓解疼痛, 在治疗颈椎病方面疗效甚好。杨敏等[11]的临床试验中, 对照组采取颈三针疗法(双侧颈百劳、天柱和大杼穴), 上肢麻木者加患侧合谷、外关和曲池穴, 治疗组加针刺阳陵泉穴, 得气后, 嘱患者均匀呼吸, 同时颈部自行前屈、

后伸、侧屈及旋转活动, 观察两组临床疗效, 临床症状改善情况, 颈肩痛减轻程度, 神经功能恢复状况及颈椎活动度等, 结果治疗组明显优于对照组。根据循经所过之理论, 在远端选取阳陵泉穴进行针刺, 可通调半表半里之气机和少阳经气血, 在针刺同时配合活动颈部, 气血可快速畅通, 灌注颈部, 有利于缓解颈部疼痛, 恢复其运动功能。

### 2.2.3. 肩周炎

肩周炎是以肩部持续疼痛及活动受限为主。患病人群大多是体力劳动者, 而肩关节是人体最灵活的关节, 活动频繁, 肩关节受损给患者带来诸多不便与痛苦。仲丛丹[12]研究 72 例肩周炎患者, 治疗组采用肩痛穴透阳陵泉, 治疗同时并活动肩部, (肩痛穴位置取足三里下 2 寸, 偏于腓侧 1 寸处); 对照组常规针刺, 取穴参考(杜元灏, 董勤主编, 人民卫生出版社, 2012 年 7 月第一版)《针灸治疗学》“漏肩风”的治疗。疗程结束后对肩周炎疼痛及活动功能进行疗效判定, 发现无论是治疗的初期, 中期还是后期, 治疗组在治疗时间及症状改善方面均优于对照组。根据《素问·痿论》中古典针灸治疗经筋病的理论, “宗筋主束骨而利关节也。”筋刚韧有力, 约束骨骼, 使关节活动灵活自如。阳陵泉为诸筋之会, 所以治疗肩周炎过程中, 加用针刺阳陵泉可以激发并调节经筋之气, 以达治愈疾病的目的。

### 2.2.4. 肱骨外上髁炎

肱骨外上髁炎, 是一种临床常见的以肱骨外上髁部局部压痛为主要症状的一种慢性劳损性疾病。常规针刺以阿是穴为主, 临床上阿是穴揣穴操作复杂, 疗效难以控制。刘暄辰[13]在临床观察 60 例肱骨外上髁炎的治疗中发现, 针刺健侧足三里和阳陵泉穴较针刺阿是穴辅以患侧曲池、合谷对减轻局部疼痛及肘关节活动改良更明显。《素问·阴阳应象大论》: “故善用针者, 从阴引阳, 从阳引阴, 以右治左, 以左治右”。故临床治疗此病巨刺阳陵泉穴法效果尤甚。

### 2.2.5. 落枕

落枕中医属于“伤筋”范畴, 为颈项部经筋受损, 突然出现疼痛、活动受限。熊震坤等[14]对治疗前后颈项部疼痛改善情况及活动范围变化进行比较, 发现巨刺阳陵泉配合四指推法治疗落枕起效快, 可在短时间内明显减轻患者的疼痛, 使颈项部活动自如, 临床疗效显著。筋会阳陵泉, 因此临床治疗落枕取筋之会穴阳陵泉配合推拿以调气活血、舒筋通络。

### 2.2.6. 类风湿性关节炎

Adly AS 等[15]发现激光针灸治疗(暴露于激光辐射的穴位有太冲、天枢、足三里、后溪、腕骨、合谷、曲池、三阴交、阴陵泉、京门、阳陵泉和神门)能明显改善老年类风湿性关节炎患者的踝背屈、踝跖屈、腕屈、腕伸和桡侧偏斜。Attia AM 等[16]的研究结果证实了激光针灸(暴露的穴位为合谷、外关、曲池、大椎、太冲、三阴交、阳陵泉和足三里)在缓解类风湿性关节炎患者氧化应激和炎症、改善抗氧化和能量代谢状态以及抑制疾病活动方面的有效性。

### 2.2.7. 腰痛

腰痛, 从经络辩证分析, 其病位和症状主要在腰部, 下肢外侧和后侧, 基本病机为气血阻滞, 或精血不足, 而致经络失于温养。治以舒筋活络, 通经止痛为主。路连香[17]纳入 60 例腰椎间盘突出患者, 在一般护理相同的条件下, 对照组给予 200 mg 塞来昔布胶囊(日 1 次)以缓解疼痛, 配合 1.5 g 仙灵骨葆胶囊(日 2 次)以滋补肝肾、强筋壮骨, 治疗组加用针刺双侧阳陵泉、后溪穴, 治疗 14 天后, 评定腰部疼痛减轻程度及活动功能改善情况, 结果针刺阳陵泉, 后溪穴效果更佳。张英楠[18]在采用电针阳陵泉联合普通针刺阿是穴方法治疗第三腰椎横突综合征患者两个疗程后, 发现联合电针阳陵泉在总有效率、改善腰椎活动及减轻疼痛方面明显优于单纯针刺阿是穴法。

### 2.3. 中风偏瘫

中风多见于西医学的急性脑血管病, 发病急、进展快、后果严重。据统计存活的中风患者中致残率高达 70%~80% [19], 其中偏瘫最为常见, 给患者家庭造成严重的负担。李晓陵等[20]搜集总结针刺阳陵泉穴对脑功能磁共振成像研究的相关文献, 对结果分析得出针刺阳陵泉穴可以激活特定的脑区, 对临床治疗中风等有积极的作用。肖海涛等[21]发现以阳陵泉、悬钟穴为主的高氏电针拮抗法显著改善了患者的运动功能和行走能力, 对中风后足内翻疗效明显。李玉环[22]经数据挖掘发现, 阳陵泉是针灸治疗脑卒中偏瘫下肢障碍的核心腧穴之一。《针灸聚英百症赋》: “半身不遂, 阳陵远达于曲池”。故治疗中风偏瘫时, 取筋之会穴, 足少阳胆经位于下肢的腧穴阳陵泉, 不仅能重塑脑功能促进患者恢复, 而且能通调诸筋, 疏利关节, 使下肢筋脉通利, 因此是治疗半身不遂的主穴。

### 2.4. 治经脉“循行所过”之头面五官病

#### 2.4.1. 面瘫

面瘫又称为“口眼歪斜”, 是面部经气痹阻, 少阳、阳明经筋功能失调所致。计亚东[23]对 60 例符合诊断的贝尔面瘫患者进行研究, 记录治疗前、治疗 10 天及 20 天的面神经功能分级, 总结发现加针刺双侧阳陵泉治疗面瘫对临床疗效无明显影响, 但较单采用常规针灸治疗更能缩短病程, 减少患者痛苦与治疗时间。针刺筋之会穴阳陵泉穴可疏调经筋, 畅通气血, 促使经筋功能恢复正常。

#### 2.4.2. 耳鸣

《灵枢·经脉》载: “胆足少阳之脉……下耳后, ……”, 从耳后入耳中, 出走耳前, ……”。田珊珊[24]通过对耳鸣患者和非耳鸣者按压少阳经分布于耳周及肘膝关节以下的一些穴位, 观察是否有压痛及对压痛的敏感性, 结果发现耳鸣患者对压痛更敏感, 而且疼痛最明显的穴位是完骨, 其次有翳风、风池、外关、中渚、阳陵泉、足临泣穴, 还有无论患者是单侧还是双侧耳鸣, 对其穴位进行按压时, 双侧压痛频次大多高于单侧。因此临床上可优先选取上述穴用于耳鸣的治疗, 且双侧选穴疗效更好。

#### 2.4.3. 面痛

王月[25]发现在治疗原发性三叉神经痛时, 在局部选穴基础上, 针刺患侧阳陵泉及丘墟穴加电针后疗效更佳, 面部神经疼痛改善更明显。

## 3. 小结

阳陵泉有其独特的解剖位置及自身穴位特性, 胆经合穴, 六腑之胆的下合穴, 又为筋会, 依据腧穴“经脉所过, 主治所及”, “腧穴所在, 主治所在”及特殊治疗作用三大主治特点, 因此目前临床中, 阳陵泉在治疗肝胆消化系疾病, 筋相关病症, 中风以及胆经所过之处的疾病中运用颇广, 基于近年来的临床经验, 本文对阳陵泉的应用做了较为详细的总结整理, 为今后临床应用提供参考。

## 参考文献

- [1] 曹子洋, 张延彬, 张宏春, 郑英. 电针阳陵泉穴对慢性胆囊炎患者胆囊容积和胆囊动脉血流动力学的影响[J]. 中国中医基础医学杂志, 2016, 22(9): 1228-1231.
- [2] 张丽丽. 阳陵泉穴不同留针时间对慢性炎性高张力胆囊动力的影响[D]: [硕士学位论文]. 济南: 山东中医药大学, 2019.
- [3] 李志宏, 肖兵, 林有志, 李冬梅. 按揉阳陵泉穴对胆囊收缩功能影响的时效规律研究[J]. 河南中医, 2018, 38(2): 300-302.
- [4] 董秋萍. 阳陵泉穴位注射间苯三酚结合中医特色护理对胆绞痛的观察[J]. 湖南中医杂志, 2016, 32(6):



132-134.

- [5] 杨智勇. 针刺配合药物对慢性胆囊炎急性发作期镇痛效果临床研究[J]. 上海针灸杂志, 2017, 36(3): 291-294.
- [6] 王婕. 黄白洗剂配阳陵泉按揉佐治新生儿黄疸湿热郁蒸证的临床观察[D]: [硕士学位论文]. 长沙: 湖南中医药大学, 2018.
- [7] 王飞, 高珊, 杨林. 针刺联合疏肝理脾汤治疗慢性乙型肝炎的临床研究[J]. 上海针灸杂志, 2021, 40(8): 954-958.
- [8] Draz, R.S., Serry, Z.M.H., Rahmy, A.F., El Bardesi, M.S. and Taha, M.M. (2020) Electroacupuncture versus Aerobic Interval Training on Liver Functions in Patients with Nonalcoholic Fatty Liver. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, **26**, 51-57. <https://doi.org/10.1089/acm.2019.0182>
- [9] Helianthi, D.R., Simadibrata, C., Srilestari, A., Wahyudi, E.R. and Hidayat, R. (2016) Pain Reduction after Laser Acupuncture Treatment in Geriatric Patients with Knee Osteoarthritis: A Randomized Controlled Trial. *Acta Medica Indonesiana*, **48**, 114-121.
- [10] 马锐, 刘东辉, 吴俊. 温针灸阳陵泉联合化痰除湿通痹方治疗风寒湿痹型膝关节炎[J]. 中医学报, 2021, 36(9): 2010-2014.
- [11] 杨敏, 萨仁, 黎启娇, 蔡海鑫, 莫文惠, 吴文虎. 阳陵泉运动针法联合颈三针治疗颈型颈椎病的疗效及对神经功能影响[J]. 针灸临床杂志, 2022, 38(2): 29-33.
- [12] 仲丛丹. 肩痛穴透阳陵泉配合运动治疗肩周炎的临床研究[D]: [硕士学位论文]. 长春: 长春中医药大学, 2019. DOI: 10.
- [13] 刘暄辰. 针刺足三里、阳陵泉治疗肱骨外上髁炎的 60 例临床观察[D]: [硕士学位论文]. 天津: 天津中医药大学, 2021.
- [14] 熊震坤, 薛明新, 邵铭熙. 巨刺阳陵泉配合四指推拿法治疗落枕 30 例[J]. 按摩与康复医学, 2017, 8(14): 32-34.
- [15] Adly, A.S., Adly, A.S., Adly, M.S. and Serry, Z.M.H. (2017) Laser Acupuncture versus Reflexology Therapy in Elderly with Rheumatoid Arthritis. *Lasers in Medical Science*, **32**, 1097-1103. <https://doi.org/10.1007/s10103-017-2213-y>
- [16] Attia, A.M., Ibrahim, F.A., Abd El-Latif, N.A., Aziz, S.W., Elwan, A.M., Abdel Aziz, A.A., Elgendy, A. and Elgengeh, F.T. (2016) Therapeutic Antioxidant and Anti-Inflammatory Effects of LASER Acupuncture on Patients with Rheumatoid Arthritis. *Lasers in Surgery and Medicine*, **48**, 490-497. <https://doi.org/10.1002/lsm.22487>
- [17] 路连香. 针刺阳陵泉、后溪穴配合药物治疗腰椎间盘突出症疗效观察[J]. 上海针灸杂志, 2015, 34(5): 449-451.
- [18] 张英楠. 电针阳陵泉联合普通针刺阿是穴治疗第三腰椎横突综合征的临床研究[D]: [硕士学位论文]. 长春: 长春中医药大学, 2016.
- [19] 王文志. 中国脑血管病防治研究现状和发展方向[J]. 中国现代神经疾病杂志, 2011, 11(2): 134-137.
- [20] 李晓陵, 姜海涛, 王丰, 蔡丽娜, 刘晓慧, 曹丹娜, 姜晓旭, 张坤宇, 聂守萍. 针刺阳陵泉穴脑功能磁共振成像研究进展[J]. 中医药信息, 2020, 37(1): 126-129.
- [21] 肖海涛, 李秀军, 刘勇. 高氏电针拮抗法治疗中风后足内翻的临床观察[J]. 广州中医药大学学报, 2020, 37(3): 464-469.
- [22] 李玉环. 经皮穴位电刺激结合康复训练治疗脑卒中偏瘫下肢障碍的临床观察[D]: [硕士学位论文]. 呼和浩特: 内蒙古医科大学, 2020.
- [23] 计亚东. 针刺阳陵泉穴对针灸治疗贝尔面瘫临床疗效的影响[D]: [硕士学位论文]. 长沙: 湖南中医药大学, 2020.
- [24] 田珊珊. 耳鸣患者少阳经耳周及远端穴压痛反应及其压痛阈研究[D]: [硕士学位论文]. 北京: 北京中医药大学, 2017.
- [25] 王月. 电针阳陵泉与丘墟治疗原发性三叉神经痛的临床疗效观察[D]: [硕士学位论文]. 长春: 长春中医药大学, 2020.