

內關과 外關에 대한 文獻的 考察

陸泰翰 · 蔡禹錫*

I. 緒 論

內關과 外關은 黃帝內經¹⁾靈樞에서부터 文獻에 나타나기 始作하며 內關은 手厥陰心包經에 屬하고 外關은 手少陽三焦經에 屬하며, 兩穴은 모두 各經絡의 絡穴로서 表裏關係에 있는 經絡으로 走行하는 關門이 되며, 兩穴 모두 八脈交會穴中の 一穴이다.

位置에 있어서 內關은 “在掌後去腕二寸”^{1,2)}이라 하였으며, 外關은 “在腕後二寸陷者中”^{1,2)}이라 하여 異論이 없었으며, 取穴法에 있어서 內關은 “仰手取穴”⁸⁾, 外關은 “覆手取”⁸⁾라 하였다.

功效에 있어서 內關은 “理氣降逆, 寧心安神, 鎮痙止痛”²⁹⁾이라 하였고, 外關은 “清三焦熱, 鎮驚熄風, 疏經活絡”²⁹⁾이라 하였다.

主治에 있어서 內關은 心痛과 같은 內臟疾患³²⁾을 治하고, 外關은 外感疾患과 같은 頭皮 및 軀幹疾患³²⁾을 治하는 穴로서 內關과 外關은 位置上으로는 前臂 內外側 腕關節上 2寸에 位置하며, 內傷疾患과 外感疾患에 使用되는 代表的인 穴들로서 經絡的으론 厥陰經과 少陽經으로 表裏가 되며 病症에 있어서는 心胸疾患을 비롯한 內臟疾患과 外感疾患을 비롯한 頭皮 및 軀幹疾患을 主治하는 要穴이다.

鍼刺法에 있어서 內關과 外關에는 모두 直刺法^{3,20,23,41,43)}을 主로 使用하였으며, 灸法에서는 灸量을 內關은 3-7壯, 外關은 2-5壯의 範圍內에서 灸 및 溫灸를 施行하였다.

이에 本 著者는 內關과 外關에 對한 重要性을 認定하고 名稱, 位置, 取穴, 功效, 主治症,

* 大田大學校 韓醫科大學 鍼灸學教室

鍼灸法에 대하여 44種의 重要 鍼灸文獻을 調査考察하여 본 結果 몇가지 知見을 얻었기에 報告하는 바이다.

II 本 論

- A. 名稱
- B. 位置 및 取穴
- C. 主治症
- D. 鍼灸法

- ◇ 上記한 本論의 內容은 考察 部分의 圖表와 同一하므로 省略합니다.
- ◇ 本文의 內容이 必要하신 分은 韓醫學研究所로 問議하시기 바랍니다.

III 考 察

A. 內關

內關은 黃帝內經¹⁾靈樞 經脈篇에 “手心主之別 名曰內關”으로 文獻上에 처음으로 나타나며, 楊³²⁾은 內關의 別名이 『玉龍經』에 “陰維”로 記載되어 있다고 하였다. 皇鼎^{2,3,4,17)}은 內關을 “手心主絡 別走少陽”이라 하였고, 楊鼎^{14,15)}은 “手心主之絡 別走少陽”이라 하였으며, 莊¹⁶⁾은 “心包絡脈의 絡穴, 和陰維脈相通”이라 하였고, 崔²²⁾는 “手厥陰之絡穴, 別走少陽, 八脈交會穴之一, 通于陰維”라 하였으며, 安²⁵⁾은 “『鍼灸甲乙經』에서 <手心主의 絡>이라고 하였듯이 心包經의 絡穴이다. 經絡은 여기에서 갈라져 手少陽三焦經으로 간다.”라고 하였고, 程³⁴⁾은 “屬手厥陰心包經, 爲手厥陰心包之絡穴, 八脈交會穴之一, 通于陰維脈”이라 하여 內關穴이 手厥陰心包經에 屬해 있으며 手厥陰心包經의 絡穴로서 別走少陽하고 陰維脈에 通하며 八脈交會穴中の

하나임을 알 수 있었다.

內關이라는 名稱의 意味를 安²⁵⁾은 “內關의 ‘內’는 가운데, 안등의 뜻이 있고, ‘關’은 關門, 문빛장등의 뜻으로 心包經과 三焦經의 關門에 해당하는 內側面에 있는 穴을 표시하고 있다. 그리고 表裏一體의 關係에 있는 外關에 대하여 內關이라고 稱한다.”라고 하였으며, 周²⁴⁾는 “內, 指胸膈之內及前臂之內側. 關, 關格, 關要. 內關, 病名. 穴居前臂內側之衝要, 可以通胸膈關塞諸病也. 與外關相對. 『靈樞·終始』 ‘陰滲爲內關. 內關不通, 死不治.’ 胸膈痞塞不通諸病, 正爲內關之象, 取之內關, 則內關可通矣.”라고 하여 內關은 前臂內側에 存在하여 胸膈關塞諸病을 通하게 하고 外關과 相對가 된다고 하였으며 『靈樞·終始』에 ‘陰滲爲內關. 內關不通, 死不治.’라 하여 內關이 病名으로도 使用되었음을 알 수 있었다. 楊³²⁾은 “內, 指內臟; 關, 指關隘. 穴位手厥陰之絡, 與陰維脈相通. 陰維有維系, 聯絡諸陰經之作用, 因陰維爲病苦心痛, 病位在里, 穴位主治內臟疾患之要穴, 故名內關.”라고 하여 內關은 心痛처럼 病이 裏에 있는 內臟疾患의 要穴임을 알 수 있었다.

內關의 位置를 皇甫^{12,3,4,5)}은 “在掌後去腕二寸”이라 하여 異見이 없었으며, 內關의 取穴法에 있어서 王⁹⁾은 “仰手取穴”이라 했고, 莊¹⁶⁾은 “于腕橫紋大陵穴, 向上二寸, 前臂正中兩肌腱之間陷中取之”라 했으며, 林²⁰⁾은 “掌腕橫紋의 正中央(大陵穴)에서 上方 2寸의 內橈骨筋과 長掌筋과의 中間 陷中이다(二橫指幅).”라고 했으며, 崔²²⁾는 “握舉하고 大陵穴上 2寸, 間使穴下 1寸, 橈側手根屈筋肉과 長掌筋肉間으로 取한다.”라고 하였고, 安²⁵⁾은 “手掌을 위로 하여 取穴한다. 曲澤과 大陵間을 6等分하여 大陵에서 1/6인 곳, 손목에서 약 2寸 올라가 있는 것이 內關穴이다. 橈側手筋屈筋腱과 長掌筋腱의 굵은 두 筋肉과 筋肉間이며, 指로 눌러보면 올리는 듯한 痛症을 感觸할 수 있다.”라고 하였고, 鄭²⁹⁾은 “仰掌取穴. 在大陵後二寸, 兩筋之間, 仰掌握拳兩筋顯出之淺溝凹陷處.”라고 하였고, 謝³⁵⁾는 “臂仰掌”이라고 하였고, 楊⁴³⁾은 “伸臂仰掌”이라 하였다. 以上에서 內關의 取穴法은 손바닥을 위로 해서 팔을 편 후 掌腕橫紋의 正中央에서 上方 2寸의 內橈骨筋과 長掌筋과의 中間 陷中임을 알 수 있었고, 손가락으로 눌렀을 때 올리는 듯한 痛症이 있는 곳임을 알 수 있었다.

內關의 功效를 살펴 보면 林²⁰⁾은 “清包絡 疏三焦 寧神和胃 寬胸理氣”라 하였고, 安²⁵⁾은 “寧心安神, 理氣鎮痛.”라 하였으며, 鄭²⁹⁾은 “理氣降逆, 寧心安神, 鎮壓止痛.”라 하였고, 楊³²⁾은 “益心安神, 和胃降逆, 寬胸理氣, 鎮靜止痛”라 하였으며, 楊³³⁾은 “寧神鎮痛, 疏肝和中.”라 하였고, 楊⁴³⁾은 “寧心安神, 理氣和胃, 疏經活絡.”라 하였다. 以上에서 內關의 功效가 清包絡, 疏三焦, 寧神, 和胃, 寬胸, 理氣, 降逆, 鎮痛, 鎮壓, 鎮靜, 疏肝, 疏經, 活絡등으로 要約됨을 알 수 있었으나 이는 모두 清代以後의 文獻에서만 나타난다.

內關의 主治症을 系統別로 살펴보면 循環器疾患中에서 中風^{6,7,8,12,13}, 中風失神⁴¹, 偏癱^{28,32,43}, 上肢偏癱³⁰, 心痛^{1,9,12,14,15}, 心暴痛^{6,7,8,12,13}, 狹心痛²⁵, 心胸痛¹³, 心悸^{25,28,29,32,33}, 心悸亢進²⁰, 怔忡^{29,31,32,43} 등에 使用되었고, 消化器疾患中에서, 胃痛^{23,25,28,29,30}, 嘔吐^{23,25,26,28,29}, 黃疸^{20,31,32} 등에 使用되었으며, 呼吸器疾患中에서는 哮喘^{9,25,28,32,43}, 咳嗽^{9,31,32,41,44} 등에 使用되었고, 泌尿器疾患中에서는 五淋⁹에 使用되었다. 神經精神科疾患中에서는 失志^{8,12,14,15,16}, 失眠^{28,29,31,32,34}, 健忘^{18,32,34,37,40}, 癲癇^{25,26,29,31,35}, 癲狂^{20,22,28,32,33}, 癩證^{28,32,33,34,38}, 頭痛^{31,41}, 偏頭痛^{25,28,32,34,43} 등에 使用되었으며, 運動器疾患中에서는 肘擊^{6,7,12,13,14}, 手中風熱^{8,12,14,15,16} 등에 使用되었으며, 眼耳鼻咽喉科疾患에서는 目赤^{7,8,12,13,14}, 目昏^{13,18}, 咽喉腫痛^{23,25} 등에 使用되었으며, 出血性疾患中에서는 便血^{18,32}, 舌裂出血³², 吐血⁴² 등에 使用되었으며, 婦人科疾患中에서는 月經不調^{31,32,38,41}, 產後血暈^{28,31,32,38,41}, 惡阻^{31,32} 등에 使用되었으며, 全身性慢性消耗性疾患中에서는 羸瘦¹⁸, 勞熱^{13,19}, 虛勞³¹, 骨蒸⁴⁴, 臟腑虛寒^{18,20} 등에 使用되었다. 以上에서 內關穴이 心痛과 같은 循環器疾患뿐만 아니라, 消化器疾患, 神經精神科疾患 및 運動器疾患에도 多用되었음을 알수 있었으며, 禁忌症에 대한 言及은 없었다.

內關의 鍼刺法은 鍼灸甲乙經에 最初로 나타나는데 刺鍼深度를 二分이라고 하였고, 以後 王^{8,10,12,14,15}은 刺鍼深度를 五分이라고 하였으며, 李¹³는 六分을, 崔^{3,22,28,31,32}은 5分-1寸을, 林^{11,29}은 5-8分을, 金^{23,40}은 0.5-1.5寸을, 謝³⁵는 3-5分이라고 하였으며, 安²⁵은 刺鍼角度에 따라 刺鍼深度를 달리 하였는데 直刺일 境遇에는 0.5-1.5寸, 斜刺일 境遇에는 1-2寸을, 手指麻木時에는 鍼尖을 약간 橈側으로 向해 0.3-0.5寸을 刺入한다고 하였는데 이로써 內關의 刺鍼深度는 5分-1寸이 適當할 것으로 생각된다. 刺鍼角度에 있어서 金^{3,20,23,28,29}은 直刺를 主張하였다. 鍼感에 있어서 安²⁵은 直刺時에는 局所에 酸脹感이 있으며, 麻感이 指端으로 퍼지는 수도 있다고 하였고, 斜刺時에는 麻脹感이 肘나 腋窩 胸部로 擴散되는 수가 있다고 하였으며, 약간 橈側으로 刺入할 때 麻電感이 指端으로 放散된다고 하였다. 留鍼時間에 대해서는 言及이 없었다.

內關의 灸法에 있어서 灸量을 皇^{2,3,18,19}은 五壯, 王^{6,8,10,12,13}은 三壯, 林^{20,22,25,34}은 3-7壯, 楊^{31,43}은 3-5壯이라고 하여 各醫家가 3壯以上 7壯을 넘지 않았다. 灸 및 溫灸時間에 있어서 崔^{22,25,34}은 5-15分이라고 하였으며, 鄭^{29,31,43}은 5-10分이라고 하여 5-15分의 範圍內에 있었다.

B. 外關

外關은 黃帝內經¹靈樞 經脈篇에 “手少陽之別 名曰外關”으로 文獻上에 처음으로 나타나며,

皇 등^{34,17)}은 外關을 “手少陽絡 別走心主”이라 하였고, 楊 등^{14,15)}은 “手少陽絡 別走手心主”이라 하였으며, 莊¹⁶⁾은 “三焦經走入心包絡經의 絡穴, 又與陽維脈會合의 會穴”이라 하였고, 崔²²⁾는 “手少陽之絡穴, 別走厥陰, 八脈交會穴之一, 通于陽維”라 하였으며, 安²⁵⁾은 “『鍼灸甲乙經』에서는 外關을 <手少陽의 絡>이라고 하였는데 三焦經의 絡穴이다. 經絡은 여기에서 갈라져 心包經으로 行한다.”라고 하였고, 程³⁴⁾은 “屬手少陽三焦經, 爲手少陽三焦經絡穴, 八脈交會穴之一, 通于陽維”이라 하여 外關穴이 手少陽三焦經에 屬해 있으며 手少陽三焦經의 絡穴로서 別走心主하고 陽維脈에 通하며 八脈交會穴中의 하나임을 알 수 있었다.

外關이라는 名稱의 意味를 安²⁵⁾은 “穴名의 外關은 內關에 對하는 것이다. 少陽의 枝가 갈라지는 곳에 있으며, 內關과 서로 表裏하는 重要한 穴이라는 뜻으로 해석한다.”라고 하였으며, 周²⁴⁾는 “外, 指前臂外側. 關, 關隘, 關要. 指穴居前臂外側之要衝, 又與內關相對, 爲手少陽厥陰互相聯絡關要之處.”라고 하여 外關은 前臂外側に 存在하여 內關과 相對가 되며, 手少陽과 厥陰이 相互聯絡하는 關門과 같은 곳이라 하였다. 楊³²⁾은 “外, 指體表; 關, 指關隘. 穴位手少陽之絡, 與陽維脈相通. 陽維有維系, 連絡諸陽經之作用, 因“陽維爲病苦寒熱”, 病位在外, 穴位主治頭肢, 軀幹疾患之要穴, 故名外關.”라고 하여 外關은 寒熱과 같이 病이 外에 있는 頭皮, 軀幹疾患의 要穴이라고 하였다.

外關의 位置를 皇 등^{1,2,3,4,5)}은 在腕後二寸陷者中”이라 하여 異見이 없었으며, 外關의 取穴法을 王⁹⁾은 “覆手取”라 했고, 莊¹⁶⁾은 “伏掌位, 于尺骨與橈骨中間取之”라 했으며, 林²⁰⁾은 “腕背中央部 上方 2寸, 卽 陽池穴 上方 2寸인데 尺骨과 橈骨의 中間陷中이다.”라고 했으며, 崔²²⁾는 “肘尖→陽池穴까지는 1尺으로 정하고 陽池穴上 2寸部 橈骨과 尺骨 兩骨間背面中間으로 總指伸筋肉部로 腕關節後 2寸 肘→腕 1尺2寸(或 1尺)”이라 하였고, 安²⁵⁾은 “손목의 背面을 위로 하여 取穴한다. 肘를 屈曲시켜 肘의 後面에 尺骨 上端(肘頭)을 求한다. 그리고는 陽池와 肘頭의 頂點間을 6等分하여 陽池에서 1/6(陽池上 2寸) 尺骨의 內廉에서 外關을 取穴한다. 心包經의 內關과 表裏의 位置가 된다.”라고 하였고, 鄭²⁹⁾은 “俯掌取穴”이라 하였고, 謝³⁵⁾는 “伏掌”이라 하였고, 楊⁴³⁾은 “伸臂俯掌”이라 하였다. 以上에서 外關의 取穴法은 손등을 위로 해서 팔을 편 후 腕背中央部 陽池穴 上方 2寸의 尺骨과 橈骨의 中間陷中임을 알 수 있었다.

外關의 功效를 살펴보면 林²⁰⁾은 “祛六淫表邪 疏三焦壅熱 通經絡氣滯”라 하였고, 安²⁵⁾은 “疏表解熱, 通經絡氣滯”라 하였으며, 鄭²⁹⁾은 “清三焦熱, 鎮驚熄風, 疏經活絡”이라 하였고, 楊³²⁾은 “清熱解毒, 通經活絡”이라 하였으며, 楊³³⁾은 “解表清熱, 聰耳明目”이라 하였고, 謝³⁵⁾는 “疏風解表, 通經活絡”이라 하였고, 楊⁴³⁾은 “祛邪清熱, 疏經活絡.”라 하였다. 以上에서 外關의 功效가 祛六淫表邪, 疏三焦壅熱, 通經絡氣滯, 疏表解熱, 清三焦熱, 鎮驚熄風, 疏經活絡, 清熱解毒, 解表

清熱, 聰耳明目, 疏風解表, 祛邪清熱등으로 要約됨을 알 수 있었으나 이는 모두 清代以後의 文獻에서만 나타난다.

外關의 主治症을 系統別로 살펴보면 循環器疾患中에서는 中風⁹⁾, 半身不遂^{9,41)}, 四肢不遂²⁷⁾, 上肢不遂²⁸⁾, 癱瘓²⁹⁾에 使用되었고, 消化器疾患中에서는 腹痛^{20,26,28,32)}, 便秘^{26,32,34,37,40)}, 霍亂^{31,32)}에 使用되었으며, 呼吸器疾患中에서는 感冒^{25,28,29,31,41)}, 傷寒^{9,20,22)}, 熱病^{28,29,30,32,33)}, 咳嗽^{31,32,41)}, 發熱^{9,26,37,40,41)}, 自汗⁹⁾, 盜汗⁹⁾등에 使用되었고, 泌尿器疾患中에서는 遺尿^{25,32)}에 使用되었다. 神經精神科疾患中에서는 頭痛^{9,18,20,22,26)}, 偏頭痛^{9,20,23,25,32)}, 手^{26,28,32,33,35)}, 失眠³²⁾, 癲癇⁴²⁾, 小兒驚風²⁹⁾, 急驚風^{31,32,41)}에 使用하였으며, 運動器疾患中에는 肘擊^{1,12,14,15,16)}, 五指盡痛^{12,14,15,16,36)}, 肘腕酸重^{7,8)}, 肘臂不得屈伸^{8,18,34)}, 落枕^{20,25,29,32,34)}에 使用하였으며, 眼耳鼻咽喉科疾患에서는 耳鳴^{8,20,22,25,26)}, 耳聾^{9,12,14,15,16)}, 鼻衄^{9,18,19,28,29)}, 目赤腫痛^{28,30,32,33,34)}, 疔腮^{29,31,32)}, 癭癧^{18,19,34,35,43)}, 咽腫^{37,40)}, 喉腫⁴²⁾, 牙痛^{29,31,32,41)}, 口内生瘡¹⁸⁾, 重舌¹⁸⁾, 眼中冷痛⁹⁾, 冷淚⁹⁾, 眼風⁹⁾등에 使用되었고, 出血性疾患中에서는 吐血^{18,19)}, 嘔血¹⁸⁾등에 使用되었으며, 婦人科疾患中에서는 產後血暈³⁸⁾, 胞衣不下³⁸⁾등에 使用하였으며, 全身性慢性消耗性疾患中에서는 痿證²⁸⁾, 虛損¹⁸⁾에 使用되었다. 以上에서 外關은 運動器疾患, 眼耳鼻咽喉科疾患 및 呼吸器疾患에 多用됨을 알 수 있었으며, 禁忌症은 없었다.

外關의 鍼刺法은 鍼灸甲乙經에 最初로 나타나는데 皇^{2,3,8,10,12)}은 刺鍼深度를 三分이라고 하였으며, 崔²²⁾는 5分-1.5寸, 林^{20,35,40)}은 3-5分, 金²³⁾은 0.6-1.2寸, 林^{28,31,32,41,43)}은 0.5-1寸, 鄭²⁹⁾은 5-8分, 楊³³⁾은 0.5-0.9寸, 徐³⁹⁾는 8分이라고 하였고, 安²⁵⁾은 刺鍼角度에 따라 刺鍼深度를 달리 하였는데 直刺일 境遇에는 1-1.5寸, 斜刺일 境遇에는 1.5-2寸을 자입한다고 하였다. 이로써 外關의 刺鍼深度는 3分이 가장 많음을 알 수 있었으며, 대체로 5分-1.5寸의 범위내에 있음을 알 수 있었다. 刺鍼角度에 있어서 林^{3,20,23,28,29)}은 直刺를 主張하였다. 鍼感에 있어서도 安²⁵⁾은 直刺時에는 局所에 酸脹感이 있으며, 指端으로 擴散되는 수도 있다고 하였고, 斜刺時에는 酸脹感이 肘로 향하고, 크게 捻鍼하면 肩部 肘部에까지 퍼지는 수가 있다고 하였다. 또한 留鍼時間에 있어서 皇^{2,3,8,12,14)}은 “留七呼”라고 하였다.

外關의 灸法에 있어서 灸量을 皇^{2,3,6,13,16)}은 三壯, 林^{20,22)}은 2-3壯, 安^{25,31,34,43)}은 3-5壯이라고 하여 各家가 2壯以上 5壯을 넘지 않았다. 灸 및 溫灸時間에 있어서 崔^{22,25,34)}은 5-15分, 鄭^{29,43)}은 5-10分, 中醫研究院³¹⁾은 10-20分이라고 하여 5-20分の 範疇內에 있었다.

Ⅱ 1-1. 內關의 名稱

文獻	內 容
黃帝內經譯解 鍼灸甲乙經 鍼灸甲乙經校釋 (上冊) 備急千金要方 明堂灸經 鍼灸資生經 校訂註解鍼灸大成 鍼灸大成校釋 鍼灸大成講義 東醫寶鑑 (湯液篇 鍼灸篇) 鍼灸治療學 精解鍼灸學	手心主之別 名曰內關 內關 手心主絡 ----別走少陽 內關 手心主絡 ----別走少陽 [注釋] “手心主絡” 手心主脈由此絡于手少陽. 內關 ----手心主絡別走少陽 內關 手厥陰心主經 內關 手厥陰心主脈 內關 手心主之絡 別走少陽 內關 手厥陰心包經 手心主之絡 別走少陽 心包絡脈的絡穴 和陰維脈相通 手心主絡 別走少陽 內關 手厥陰心包經 手厥陰之絡穴, 別走少陽, 八脈交會穴之一, 通于陰維 內關. 手厥陰心包經.
原色鍼灸穴位 解剖圖譜 鍼灸穴名釋義	內, 指胸膈之內及前臂之內側. 關, 關格, 關要. 內關, 病名. 穴居前臂內側之衝要, 可以通胸膈 關塞諸病也. 與外關相對. 「靈樞.終始」 “陰盜爲內關. 內關不通, 死不治. ‘胸膈痞塞不通諸病, 正爲內關之象, 取之內關, 則內關可通矣. 內爲外之對. 與外關內外相對, 且交相聯絡. 楊上善曰: “手心主至此, 太陰少陰之內, 起于別絡, 內通心包, 入于少陽, 故曰內關也.” 是指其居于太, 少二陰之內, 且爲聯絡手厥陰與少陽關要之處也.
經穴學叢書	「鍼灸甲乙經」에서 <手心主의 絡>이라고 하였듯이 心包經의 絡穴이다. 經絡은 여기에서 갈라져 手少 陽三焦經으로 간다. 內關의 “內”는 가운데, 안등 의 뜻이 있고, “關”은 關門, 문지방등의 뜻으로 心包經과 三焦經의 關門에 해당하는 內側面에 있 는 穴을 표시하고 있다. 그리고 表裏一體의 關係 에 있는 外關에 대하여 內關이라고 稱한다.
鍼灸學基礎 鍼灸集錦	內關(「靈樞·經脈」) 穴釋: 內, 內側; 關, 關口, 此穴在腕後內側, 是心 主通三焦與陰維脈之關, 故名內關.
鍼灸驗穴學	[出處] 「靈樞·經脈」 “手心主之別, 名曰內關.” [別名] 陰維(「玉龍經」). [穴名釋義] 內, 指內臟; 關, 指關隘. 穴位手厥陰 之絡, 與陰維脈相通. 陰維有維系, 聯絡諸陰 經之作用, 因陰維爲病苦心痛, 病位在里, 穴 位主治內臟疾患之要穴, 故名內關.

鍼灸學	<p>「會元鍼灸學」內關者，陰維脈所發，是心包經之絡脈，通乎任脈，關於內臟，穴脈之連絡，故名內關。」</p> <p>「鍼灸穴名解」：「靈樞·終始篇」陰溢為內關。內關不通，死不治。按症之內關者，即內格也。即溢陰上犯症也。蓋以陰氣閉塞于內，不與外陽協調，致陰氣逆氣上犯，而為胸中各病，本穴可以治之，故名之為內關。猶內臟之關隘也。本穴為手厥陰之絡穴，與手少陽之脈相溝通，且近于候脈之關位，關脈命名定位之義，其或取意于此。」</p> <p>[出處]出「靈樞·經脈」「甲乙經」“在掌後去腕二寸。”</p>
簡明鍼灸辭典	<p>[穴名釋義] 內，指內臟。關，指出入要地。本穴八脈交會陰維，陰維有維系，聯絡全身陰經的作用，「難經·二十九難」“陰維為病苦心痛。”陰維為病在臟，為此本穴為擅治內臟疾病的要穴，故名內關。</p>
經穴解	<p>「會元鍼灸學」內關者，陰維脈所發，是心包經之絡脈，通乎任脈，關於內臟，穴脈之連絡，故名內關。</p> <p>出「靈樞·經脈」屬手厥陰心包經，為手厥陰心包之絡穴，八脈交會穴之一，通于陰維脈。</p> <p>內關。</p> <p>注：穴名內關者，第四穴名郄門，而間使穴在於其中，既過門，而復有關焉。內者，與外相對也，皆離肘而入掌骨節交經之處，有關象焉，故曰關。又手厥陰別走手少陽之絡，亦有關象。</p> <p>「內經」云：手心主之別，名曰內關。</p>

丑 1-2. 內關の位置 吳 取穴

文獻	内容
黃帝內經譯解 鍼灸甲乙經 鍼灸甲乙經校釋 (上冊) 備急千金要方 千金翼方 外臺秘要 明堂灸經 鍼灸資生經 扁鵲神應 鍼灸玉龍經 神應經 鍼灸問對 鍼灸聚英 國譯編註	去腕二寸 出於兩筋之間 -----取之兩筋之間 在掌後去腕二寸 在掌後去腕二寸 在掌後去腕二寸 「外臺」作五寸 在掌後去腕二寸 在掌後去腕二寸 在掌後二寸去腕 在掌後去腕二寸 在掌後去腕二寸兩筋中仰手取穴 在手掌後橫紋上二寸 兩筋間 去腕纒二寸 掌後去腕二寸兩筋間 與外關相對 太陵後二寸

醫學入門(1)	掌後去腕二寸兩筋間 與外關相抵
校訂註解鍼灸大成	掌後去腕二寸兩筋間 與外關相抵
鍼灸大成校釋	腕橫紋上二寸 橈側屈腕肌腱和掌長肌腱之間
鍼灸大成講義	取穴: 于腕橫紋大陵穴 向上二寸 前臂正中 兩肌腱之間陷中取之
東醫寶鑑	在掌後去腕二寸 「銅人」 在大陵後二寸 「入門」
(湯液篇 鍼灸篇)	在兩筋間 「綱目」
類經圖翼	在掌後去腕二寸兩筋間與外關相對
醫宗金鑑	去腕後二寸
鍼灸治療學	掌腕橫紋의 正中央(大陵穴)에서 上方 2寸의 內橈骨筋과 長掌筋과의 中間 陷中이다(二橫指幅).
鍼灸內篇	在掌後橫紋上去二寸而筋陷中
精解鍼灸學	腕橫紋(大陵穴)上 2寸, 兩筋間, 掌側腕關節에 있는 大陵穴上 2寸, 間使穴下 1寸, 外關穴과 相對. [取穴] 握拳하고 大陵穴上 2寸, 間使穴下 1寸, 橈側手根屈筋肉과 長掌筋肉間으로 取한다.
原色鍼灸穴位 解剖圖譜	腕橫紋 上方 2寸, 橈側手根屈筋腱과 長掌筋腱 의 사이.
經穴學叢書	伸臂 仰掌하였을 때 手根橫紋正中の 直上 2寸, 兩筋의 사이.
鍼灸學基礎	取穴: 手掌을 위로 하여 取穴한다. 曲澤과 大陵間을 6等分하여 大陵에서 1/6인 곳, 손목에서 약 2寸 올라가 있는 것이 內關穴이다. 橈側手根屈筋腱과 長掌筋腱의 굵은 두 筋肉과 筋肉間이며, 指로 눌러보면 올리는 듯한 痛症을 感觸할 수 있다.
鍼灸集錦	腕橫紋上 2寸, 當掌長肌腱與橈側腕屈肌腱之間取穴. 仰掌取穴. 大陵後二寸, 兩筋之間, 仰掌握拳兩筋顯出 之淺溝凹陷處.
鍼灸驗穴主治歌	從腕後橫紋正中直上二寸, 兩筋間取之.
鍼灸學簡編	在掌後, 去腕二寸兩筋間(「大成」, 「循經考穴編」). 在前臂掌面的下段, 大陵上二寸, 掌長肌腱與側腕屈肌 腱之間, 約與外關相對. 舒腕仰掌取穴.
鍼灸驗穴學	在前臂掌側, 尺·橈兩骨之間, 距腕橫紋 2寸處.
鍼灸學	仰掌, 腕橫紋上 2寸, 當掌長肌與橈側腕屈肌腱之間取 穴.
簡明鍼灸辭典	腕橫紋上 2寸, 掌長肌腱與橈側腕屈肌腱之間是穴.
鍼灸探微	伸臂仰掌, 在掌後去腕二寸.
經穴解	穴在掌後, 去腕二寸兩筋間, 與三焦經外關穴相對.
鍼灸學	腕上二寸, 掌長肌腱與橈側腕屈肌腱兩筋間.
(上海中醫學院)	分布前臂內側皮神經, 前臂外側皮神經, 正當正中神經 本幹, 層爲前臂掌側骨間神經.
鍼灸拔火罐	腕橫紋上 2寸, 于掌長肌腱和橈側腕屈肌腱之間;
應用必備	在腕橫紋上三橫指處取之.
帮你鍼灸學	大陵上 2寸, 二筋間(即橈側腕屈肌與掌長肌腱之間).
新編鍼灸治療手冊	腕橫紋正中上 2寸, 當橈側腕屈肌腱與掌長肌腱之間
十四經脈穴位歌訣	腕部橫紋上二寸, 兩筋中間本穴蹲.

經絡鍼灸心法 實用鍼灸選穴手冊	腕上二寸整 「甲乙經」在掌後去腕二寸。 [取法] 伸臂仰掌，在曲澤穴與大陵穴的連線上， 腕掌橫紋上 2 寸處，當掌長肌腱與橈側腕屈肌腱之間凹陷中。
--------------------	--

丑 1-3. 內關穴 文獻別 功能

文獻	內容
鍼灸治療學 經穴學叢書 鍼灸集錦 鍼灸驗穴學 鍼灸學 鍼灸探微 鍼灸學 (上海中醫學院) 實用鍼灸選穴手冊	清包絡 疏三焦 寧神和胃 寬胸理氣 寧心安神，理氣鎮痛。 理氣降逆，寧心安神，鎮痙止痛。 益心安神，和胃降逆，寬胸理氣，鎮靜止痛。 寧神鎮痛，疏肝和中。 寧心安神，理氣和胃。 寧心，安神，寬胸，和胃。 寧心安神，理氣和胃，疏經活絡。

丑 1-4. 內關穴 文獻別 主治症

文獻	內容
黃帝內經譯解 外臺秘要 明堂灸經	心系實則心痛 虛則為頭強 主面赤皮熱熱病汗不出中風熱目赤黃肘擊肢腫實則心暴 痛虛則煩心惕惕不能動失智心澹澹善驚恐心悲 主面赤熱主目眈眈昏夜無所見主目赤支滿中風肘擊實心 暴痛虛則心煩惕惕
鍼灸資生經	凡心實者則心中暴痛虛則心煩惕然不能動失智內關主之 主失志 凡心虛則心煩內關主之 主手中風熱 主目眈眈不明惡風寒 治目赤支滿 主面赤熱
扁鵲神應 鍼灸玉龍經 鍼灸聚英	治傷寒發熱胸滿腹脹心痛腸鳴冷痛脾黃癖塊瀉痢食積 咳嗽哮喘腸風痔漏五淋 主手中風熱失志心痛目赤支滿肘擊 實則心暴痛瀉之 虛則頭強補之
國譯編註 醫學入門(1) 校訂註解 鍼灸大成 鍼灸大成校釋	主面積熱目昏目赤支滿中風肘擊實心暴痛虛心煩惕惕 主 氣塊 及 脇痛 勞熱 瘡疾 心胸痛 主手中風熱 失志 心痛 目赤 支滿 肘擊 實則心暴痛瀉之虛則頭強補之 主手中風熱 失志 心痛 目赤 支滿 肘擊。

鍼灸大成講義	實則心暴痛瀉之虛則頭強補之。 手中風熱 失志 心痛 目赤 支滿肘擊 實則心暴痛 瀉之 虛則頭強 補之。
類經圖翼	常用：心臟疾患。 中風失志實則心暴痛虛則心煩惕惕面熱目昏支滿肘擊 久瘡不已胸滿腸痛實則瀉之生瘡灸之 神農經云治心疼腹脹腹內諸疾可灸七壯 玉龍賦云合照海能醫腹疾之塊 席弘賦云兼公孫治肚痛 攔江賦云治傷寒太陰經四日者先用照海公孫後用內關施 治
醫宗金鑑	百證賦云兼建里掃盡胸中之苦悶 標幽賦云胸滿腹痛刺內關 捷法云治胸滿胃脘不快傷寒中焦痞滿兩脅刺痛嘔吐不已 脾胃氣虛心腹脹滿脇肋下疼心腹刺痛痞塊食積不散人漸 羸瘦血塊氣積藏府虛寒風壅氣滯大腸虛冷脫肛不收 大便艱難用力脫肛臧毒腫痛便血不止五痔五癩口吐涎沫 心性呆癡心驚發狂悲泣不已不識親疎健忘錯亂言語不記 或歌或笑神思不安中風不省人事心虛膽寒四體戰掉。 主刺氣塊攻 兼灸心胸脇痛疼 勞熱瘧疾審補瀉 金鍼抽動 立時寧。
鍼灸治療學	[注] 主治氣塊上攻心胸，脇肋疼痛，勞熱，瘧疾等證。 掌中熱，高血壓，目赤，胃炎，腕關節痛，口內炎， 一切內傷，心悸亢進，黃疸，心病，肘腕腋痛，癲狂， 五癩，翻胃嘔吐，脾胃不和，胸肋諸疾，發熱無汗， 臟腑，虛寒，脫肛，中風，胃潰瘍，心筋炎， 心臟內外膜炎。
鍼灸內篇 精解鍼灸學	治心腹痛嘔吐番胃腸滿痰飲痛。 高血壓，低血壓，胃炎，口內炎，幻影痛，一切內傷， 癲狂，肘腕腋痛，體鍼麻醉에 있어서 上部常用穴， 胸脇痛，胃痛，shock，惡心，嘔吐，咽喉腫痛， 히스테리，心搏不調。
原色鍼灸穴位 解剖圖譜 經穴學叢書	風濕性心臟病，소크，狹心痛，心悸，嘔吐，胸痛， 胃痛，腹痛，橫隔膜痙攣，偏頭痛，甲狀腺機能亢進症， 癲癇，히스테리，哮喘，咽喉腫痛 및 各種 手術의 麻醉 心痛，心煩，惡心嘔吐，神志病，癲癇，胸肋諸痛， 消化不良，上肢內側痛
鍼灸配穴	中滿心胸痞脹腸鳴水瀉脫肛食難下膈酒來傷積塊堅橫脇 搶奶女血痛心疼結胸裏急難當傷寒不解結胸堂瘡疾 心痛，心悸，胸痛，胃痛，嘔吐，呃逆，失眠，癲狂， 癇證，鬱證，眩暈，中風，偏癱，哮喘，偏頭痛，熱病， 產後血暈，肘臂擊痛。
凌門傳授 銅人指穴 鍼灸學基礎	心絞痛，心悸，怔忡，無脈症，胃痛，呃逆，嘔吐， 胸脇脹痛，昏迷，眩暈，失眠，瘧疾，熱病，中暑， 癲癇，癩病，精神病，心動過速，急性胃腸炎， 神經衰弱，小兒驚風，肘臂擊痛，麻痺。
鍼灸集錦	心痛心煩偏頭疼，胃痛嘔吐癲癇作，上肢偏癱頭眩暈。
鍼灸驗穴主治歌	

鍼灸學簡編

頭痛，失眠，眩暈，怔忡，癲癇，狂妄，急驚風，腋腫，
肘擊，心絞痛，嘔吐，中滿痞脹，脾胃不和，
胃脘部疼痛，鼓脹，泄瀉，呃逆，咳嗽，虛勞，暑病，
腳氣，黃疸，月經不調，產後血暈，惡阻，遺精，
急性腸胃炎，胃痙攣，無脈症等。

鍼灸驗穴學

心血系統病症：心痛，心悸，怔忡，胸脇痛等。
神經系統病症：失眠，健忘，癲狂，癩證，急驚風，
鬱證，偏頭痛，眩暈，目眩，面赤，目赤，
目眩，中風，偏癱等。
消化系統病症：胃痛，脘脹，嘔吐，呃逆，脾胃不和，
腹脹，泄瀉痞塊，便血等。
呼吸系統病症：咳嗽，哮喘，胸悶，氣短等。
婦產科病症：月經不調，妊娠惡阻，產後血暈等。
其他病症：熱病無汗，虛勞，中暑，瘧疾，黃疸，腳氣，
脫肛，腋下腫，肘臂腕擊痛，舌裂出血，遺精
等。

現代常用於治療：風濕性心臟病，心肌炎，心內外膜炎，
心絞痛，心動過速，心動過緩，心律不齊，
休克，無脈症，高血壓，中風，偏癱，
胃炎，胃痙攣，腸炎，痢疾，膈肌痙攣，
嘔吐，急性膽道疾患，癲癇，瘧病，
失眠，哮喘，咽喉炎，甲狀腺機能亢進，
血管性頭痛，血栓閉塞性脈管炎，
多發性神經炎，瘧疾等
此穴為鍼麻，鎮痛相用穴之一

鍼灸學

心痛，心悸，不寐，癲狂，癩證，胃痛，嘔吐，發熱，
肘臂擊痛。

簡明鍼灸辭典

心痛，心悸，胃痛，嘔吐，癲狂，癩證，熱病，偏頭痛，
失眠，健忘，中風，瘧病，肘臂擊痛
「鍼灸大成」：「主手中風熱，失志，心痛，目赤，
支滿肘擊，實則心暴痛瀉之，虛則頭強補之。」

鍼灸探微

實則心暴痛，虛則心煩惕惕，癲癇狂妄，脾胃不和，
胸脇不適，腋腫肘擊。

經穴解

心包之心病：失志心痛，實則心暴痛，虛則頭強。
心包之肝病：目赤，支滿，肘擊，手中風熱。

鍼灸學

胸痛，胸悶；胃痛，惡心，嘔吐；心悸，虛煩；癲狂，
健忘；瘧疾。

(上海中醫學院)

鍼灸拔火罐

心痛，心悸，胸脇痛，胃痛，嘔吐，呃逆，癲狂，癩證，
鬱證，不寐，中風，熱病，月經不調，產後血暈，
肘臂擊痛。

應用必備

幫你學鍼灸

心胸病，嘔逆，癲癇，瘧疾，肘臂痛，胃痛，心悸，
神經衰弱。

新編鍼灸

胃痛，嘔吐，心悸，胸痛，癲狂，健忘，失眠。

治療手冊

十四經脈

主治心痛心絞痛，心律不齊心悸動；頭痛眩暈急驚風，
胸滿腹痛胃失和；鼓脹呃逆胃脘疼，神經衰弱健忘症；
胸敏氣短脇肋疼，中風失神無脈症；中暑嘔吐腹泄瀉，

穴位歌訣

<p>經絡鍼灸心法</p>	<p>半身不遂上肢痺；月經不調產後暈，咳嗽虛勞肘腕疼；瘡疾癩癧狂走症，腸炎胃擊脚氣病；手法招搖撥按，鎮靜止痛神經安。</p>
<p>實用鍼灸 選穴手冊</p>	<p>直接作用：肘腋擊急痛，手腕疼痛心痛。 間接作用：煩燥，卒狂，癩癧，嘔吐，反胃，胃痛，瘡疾，吐血，胸肋痛，腋下腫。</p>
<p>鍼灸經緯</p>	<p>心痛，心悸，怔忡；胸悶，煩躁，氣短，胃痛，脇痛，嘔吐，呃逆，眩暈，失眠，癩癧，癩證，熱病，中暑，中風，偏癱，哮喘，偏頭痛，肘臂擊痛，手麻。 強心定喘，骨蒸，盜汗，瘡疾，咳嗽，胃病(配公孫)，失血，胸痛，夢遺，中指麻木疼痛，膝痛，大腿痛，心臟性風濕病，胸悶，項強。</p>

丑 1-5. 內關의 主治症

分類	疾患
<p>循環器疾患</p>	<p>心筋炎，心臟內外膜炎，高血壓，低血壓，心搏不調，風濕性心臟病，岔口，狹心痛，心悸，無脈症，心絞痛，心動過速，心動過緩，心律不齊，中風，偏癱，血管性頭痛，血栓閉塞性脈管炎，胸痛，胸悶，中風失神，心痛，怔忡。</p>
<p>消化器疾患</p>	<p>腹脹，腸鳴，癆塊，瀉痢，食積，腸風，痔漏，腸痛，胃脘不快，嘔吐，脾胃氣虛，痞塊，食癥，大腸虛冷，脫肛，大便艱難，臧毒，便血，嘔吐涎沫，胃炎，口內炎，黃疸，翻胃，脾胃不和，胃潰瘍，消化不良，水瀉，食難下膈，急性胃腸炎，胃痙攣，腕脹，呃逆，便血，急性膽道疾患，腸炎，痢疾，橫隔膜痙攣，咳嗽，哮喘，咽喉腫痛，胸悶，氣短。</p>
<p>呼吸器疾患 泌尿生殖器疾患 神經精神科疾患</p>	<p>五淋，遺精，月經不調。 善驚恐，失志，心煩惕惕，心性呆癡心驚發狂悲泣不識親疎，健忘，錯亂，言語不記，或歌或笑，神思不安，中風不省人事，心悸亢進，癩癧，五癩，幻影痛，岔口，心悸，癩癧，히스콜리，心煩，神志病，失眠，癩證，鬱證，昏迷，眩暈，癩病，精神病，神經衰弱，小兒驚風，頭痛，怔忡，急驚風，偏頭痛，不寐，夢遺。</p>
<p>運動器疾患</p>	<p>肘擊腋腫，四體戰掉，腕關節痛，肘腕腋痛，上肢內側痛，偏癱，肘臂擊痛，麻痺，上肢偏癱，腋腫，肘擊，肘臂腕擊痛，多發性神經炎，半身不遂，上肢痺，肘腕疼，手腕疼痛，手麻，中指麻木疼痛，膝痛，大腿痛，項強，頭強。</p>
<p>內分泌疾患 眼耳鼻咽喉科疾患</p>	<p>甲狀腺機能亢進。 目赤黃，目眈眈不明，面赤熱，目昏，嘔吐涎沫，口內炎，咽喉腫痛，目眩。</p>
<p>出血性疾患</p>	<p>臧毒腫痛，便血不止，腸風，產後血暈，舌裂出血，</p>

婦人科疾患 全身性慢性 消耗性疾患	吐血, 失血. 히스테리, 搶奶, 女血痛, 月經不調, 產後血暈, 惡阻 羸瘦, 血塊, 氣癆, 勞熱, 瘡疾, 臟腑虛寒, 甲狀腺機能亢進症. 哮喘, 鼓脹, 虛勞, 痞塊, 遺精, 多發性神經炎, 骨蒸, 盜汗, .
-------------------------	--

丑 1-6. 內關의 鍼刺法

文獻	內容
鍼灸甲乙經 鍼灸甲乙經校釋 (上冊) 鍼灸資生經 神應經 鍼灸聚英 國譯編註 醫學入門(1) 校訂註解 鍼灸大成 鍼灸大成校釋 鍼灸大成講義 東醫寶鑑 (湯液篇 鍼灸篇) 類經圖翼 醫宗金鑑 鍼灸治療學 精解鍼灸學 原色鍼灸穴位 解剖圖譜 經穴學叢書 鍼灸學基礎 鍼灸集錦 鍼灸學簡編	刺入二分 刺入二分 灸五壯 [按語] 直刺五分至一寸. 鍼五分 鍼五分 「銅人」鍼五分 鍼六分하고 「銅人」鍼五分 「銅人」鍼五分 操作: 銅人鍼五分 鍼入三分可「銅人」 刺五分 鍼五分 施術操作: 角度는 直刺이다. 鍼深度 5-8分. [鍼刺深度] 6mm. [鍼灸] 鍼: 5分-1寸. 0.5-1.5寸을 直刺한다. 1) 直刺: 深度 0.5-1.5寸, 外關으로 透鍼해도 좋다. 感應: 局所에 酸脹感이 있으며, 麻感이 指端으로 퍼지는 수도 있다. 2) 斜刺: 軀幹疾患에는 鍼尖을 上向하여 1-2寸 刺入한다. 感應: 麻脹感이 肘나 腋와 胸部로 擴散되는 수가 있다. 3) 手指麻木時에는 鍼尖을 약간 橈側으로 向해 0.3-0.5寸 刺入한다. 感應: 麻電感이 指端으로 放散된다. 直刺 0.5-1寸 直刺 5-8分. 一般鍼五分至一寸, 如透外關時可鍼至一寸五分. 鍼感: 麻居多, 并可向上, 下放散至手指或肘, 腋等部位

鍼灸腧穴學	直刺 0.5-1寸.
鍼灸學	直刺 0.5-1寸.
簡明鍼灸辭典	直刺五分之一寸，加透外關達一寸五分。治軀幹病時，斜刺。鍼尖向上，進鍼一至二寸。治手指麻木時，鍼尖略偏撓側，進鍼三至五分。用于醒腦開竅治法時可施提插手法。
鍼灸探微	直刺 3-5分.
經穴解	「銅人」鍼五分.
鍼灸學 (上海中醫學院)	直刺 0.5-1.2寸，酸麻感向下方或上方放散。
鍼灸拔火罐 應用必備	直刺 0.5-1寸.
幫你鍼灸學	直刺 5分.
新編鍼灸治療手冊	直刺 0.5-1.5寸.
十四經脈穴位歌訣	手法：偏重。鍼法：直刺，入五分至一寸。
實用鍼灸選穴手冊	直刺 0.5-1寸.

표 1-7. 內關의 灸法

文獻	內容
鍼灸甲乙經	灸五壯
鍼灸甲乙經校釋 (上冊)	灸五壯 [校勘] “五壯” 「外台」卷三十九作“三壯”
外臺秘要	灸三壯
鍼灸資生經	灸三壯
神應經	灸三壯
鍼灸聚英	「銅人」灸三壯
國譯編註 醫學入門(1)	灸三壯하라
校訂註解 鍼灸大成	「銅人」灸三壯
鍼灸大成校釋	「銅人」灸三壯
鍼灸大成講義	灸三壯
東醫寶鑑 (湯液篇 鍼灸篇)	可灸三壯 「銅人」
類經圖翼	灸五壯
醫宗金鑑	灸五壯
鍼灸治療學	灸量 3-7壯
精解鍼灸學	灸 3-7壯，溫灸 5-15分。 [鍼灸] 灸：3-5壯，溫灸：5-15分
經穴學叢書	灸 3-7壯，溫灸 5-15分間
鍼灸學基礎	可灸
鍼灸集錦	灸 5-10分鐘.
鍼灸學簡編	灸三至五壯或五至十分鐘.
鍼灸腧穴學	可灸.

鍼灸學 簡明鍼灸辭典 鍼灸探微 經穴解 鍼灸拔火罐 應用必備 實用鍼灸選穴手冊	可灸. 灸三至七壯或五至十五分. 灸 3-7分鍾. 「銅人」灸三壯 可灸 艾炷灸 3-5壯, 或艾條灸 5-10分鍾
---	---

丑 2-1. 外關의 名稱

文獻	內容
黃帝內經譯解 鍼灸甲乙經 鍼灸甲乙經校釋 (上冊) 備急千金要方 明堂灸經 鍼灸資生經 校訂註解鍼灸大成 鍼灸大成校釋 鍼灸大成講義 東醫寶鑑 鍼灸治療學 精解鍼灸學 原色鍼灸穴譜 解剖圖譜 鍼灸穴名釋義 經穴 叢書 鍼灸學基礎 鍼灸集錦 鍼灸腧穴學	手少陽之別 名曰外關 外關 手少陽絡 ----別走心者 外關 手少陽絡 ----別走心主 [校勘] “主”原作“者”, 据 「千金」卷二十九改. 外關 ----手少陽絡別走心主 外關 手少陽三焦經 外關 手少陽三焦經 外關 手少陽三焦經 手少陽絡 別走手心主 外關 手少陽三焦經 手少陽絡 別走手心主 三焦經走入心包絡經的絡穴 又與陽維脈會合的會穴 手少陽絡 別走心主 外關 手少陽三焦經 手少陽之絡穴, 別走厥陰, 八脈交會穴之一, 通于陽維. 外關. 手少陽三焦經. 外, 指前臂外側. 關, 關隘, 關要. 指穴居前臂外側之要衝, 又與內關相對, 爲手少陽厥陰互相聯絡關要之處. 「鍼灸甲乙經」에서는 外關을 <手少陽의 絡>이라고 하였는데 三焦經의 絡穴이다. 經絡은 여기에서 갈라져 心包經으로 行한다. 「靈樞·經脈篇」에서는 <手少陽의 別은 名稱을 外關이라고 한다. 腕을 上去하기 二寸, 外廉을 循하여 胸中으로 主流해서 心主와 合한다. 實할 때는 肘擊하고 虛할 때는 不收하니 이것을 갈라지는 곳에서 取한다.>라고 하였는데, 穴名의 外關은 內關에 對하는 것이다. 少陽의 枝가 갈라지는 곳에 있으며, 內關과 서로 表裏하는 重要한 穴이라는 뜻으로 해석한다. 外關(「靈樞·經脈」) 穴釋: 外, 外爲陽; 關, 關口. 此穴在腕後外側, 是三焦通陽維與心包經之關, 故名外關. [出處] 「靈樞·經脈」“手少陽之別, 名曰外關.”

鍼灸學	<p>[穴名釋義] 外，指體表；關，指關隘。穴位手少陽之絡，與陽維脈相通。陽維有維系，連絡諸陽經之作用，因“陽維爲病苦寒熱”，病位在外，穴位主治頭肢，軀幹疾患之要穴，故名外關。</p> <p>「醫經理解」“外關在腕後二寸兩筋間，正與內關相通，手心主爲陰血之關，手少陽爲陽氣之關也，故曰外關。”</p> <p>「經穴釋義匯解」“穴位手少陽之絡，在腕後二寸凹陷處，別行心主，外關，此與內關相對而屬外，故曰外關。”</p> <p>[出處] 「靈樞·經脈」，「甲乙經」“在腕後二寸陷刺中。”</p>
簡明鍼灸辭典	<p>[穴名釋義] 外，指體表。關，指關隘。穴位手少陽之絡，與陽維脈相通。陽維有維系，連絡諸陽經之作用，因“陽維爲病苦寒熱”(「難經·二十九難」)，病位在外，穴位主治頭肢，軀幹疾患之要穴，故名外關。</p> <p>「會元鍼灸學」外關者，陽經絡脈，主陽經之陰，與手厥陰經絡相交，內外關，臟腑相會膻中，內關主陰維脈，維于諸陰之交，外關主陽維脈，維于諸陽之會，關乎陽經，通陰適神經于外，而開陽經之關節，故名外關。</p>
經穴解	<p>出「靈樞·經脈」屬手少陽三焦經，爲手少陽三焦經絡穴，八脈交會之一，通于陽維。“外關 ----- 正與內關相通，于心主爲陰穴之關，手少陽爲陽氣之關也，故曰外關(「醫經理解」)。”</p> <p>外關。</p> <p>注：外關者，對內關而言也。</p>

표 2-2. 外關의 位置 및 取穴

文獻	內容
黃帝內經譯解 鍼灸甲乙經 鍼灸甲乙經校釋 (上冊)	去腕二寸 在腕後二寸陷者中 在腕後二寸陷者中 [按語] 外關在陽池上，堂尺橈兩骨間，約與內關相對處取之。
備急千金要方 千金翼方 外臺秘要 明堂灸經 鍼灸資生經 扁鵲神應 鍼灸玉龍經 神應經	在腕後二寸陷中 在腕後二寸陷中 在腕後二寸陷者中 在腕後二寸陷中 在腕後二寸陷中 在腕後二寸前踝骨尖後兩筋中覆手取 在腕後二寸 兩骨間陷中

鍼灸問對	腕上二寸
鍼灸聚英	腕後二寸兩筋間 陽池上一寸
國譯編註	陽池後二寸
醫學入門(1)	
校訂註解鍼灸大成	腕後二寸兩骨間 與內關相對
鍼灸大成校釋	腕後二寸兩骨間 與內關相對
鍼灸大成講義	陽池穴上二寸 前臂下六分之一 與上六份之五的交界中 伸指總肌腱的橈側
	取穴：伏掌位 于尺骨與橈骨中間取之 在腕後二寸陷中在陽池後二寸「銅人」
東醫寶鑑	
(湯液篇鍼灸篇)	
類經圖翼	在腕後二寸兩筋間陷中
醫宗金鑑	外關腕後二寸陷
	[注] 從陽池上行手腕後二寸，兩骨間陷中，外關穴也。 位置 및 取穴：腕背中央部 上方 2寸，即 陽池穴 上方 2寸인데 尺骨과 橈骨의 中間陷中이다. 外關穴은 內關穴(心包經)과 表裏 相對의 位置에 있어 深刺로 透刺하면 內關穴에 達한다. 手背橫紋爲則上去二寸而筋陷中
鍼灸治療學	腕背上 2寸 尺·橈骨間，腕關節背面後(上) 2寸， 內關穴과 相對部
	[取穴] 肘尖→陽池穴까지는 1尺으로 定하고 陽池穴上 2寸部 橈骨과 尺骨 兩骨間背面中間으로 總指伸筋肉部로 腕關節後 2寸 肘→腕 1尺 2寸 (或 1尺)
鍼灸內篇	
精解鍼灸學	腕背橫紋의 正中央에서 上方으로 2寸，尺·橈骨의 사이
	手筋背側橫紋의 上方 2寸，尺骨과 橈骨의 사이 取穴：손목의 背面을 위로 하여 取穴한다. 肘를 屈曲시켜 肘의 後面에 尺骨 上端(肘頭)을 求한다. 그리고는 陽池와 肘頭의 頂點間을 6等分하여 陽池에서 1/6(陽池上 2寸) 尺骨의 內廉에서 外關을 取穴한다. 心包經의 內關과 表裏의 位置가 된다.
原色鍼灸穴位	
解剖圖譜	
經穴學叢書	
	陽池上 2寸，當橈·尺骨之間取穴
鍼灸學基礎	俯掌取穴。在陽池後二寸，兩骨之間凹陷中
鍼灸集錦	取穴：陽池穴直上二寸，二骨間陷中取之
鍼灸驗穴主治歌	在腕後二寸，兩骨之間陷中(「甲乙」，「銅人」， 「發揮」，「大成」)
鍼灸學簡編	體表定穴法：在前臂內側面的下段，腕(陽池穴)上二寸處 橈尺骨之間，約與內關相對
	在手背腕橫紋上 2寸，尺·橈兩骨之間
鍼灸驗穴學	陽池上 2寸，當橈·尺兩骨之間取穴
鍼灸學	腕背橫紋上二寸，橈骨與尺骨之間是穴
簡明鍼灸辭典	伏掌，在腕後二寸陷者中
鍼灸探微	穴在腕後二寸兩骨間，與手厥陰經內關相對
經穴解	腕上 2寸，兩骨間。分布前臂背側皮神經，深層有橈神
鍼灸學	

<p>(上海中醫學院) 鍼灸拔火罐 應用必備 幫你鍼灸學 新編鍼灸治療手冊 十四經脈穴位歌訣 經絡鍼灸心法 實用鍼灸選穴手冊</p>	<p>經之 前臂骨間背側神經：透過骨間膜的掌側，可及正中神經之 骨間掌側神經以及正中神經幹 在腕背橫紋上 2 寸，橈骨與尺骨之間取穴。 手背，腕上 2 寸兩筋之間，即陽池上 2 寸處 前臂伸側面正中線腕上 2 寸處 位于前臂背側面，腕後二寸兩骨間 腕上二寸鑱 [注] 在腕後橫紋直上二寸 『甲乙經』在腕後二寸陷者中 [取法] 伸臂俯掌，在腕背橫紋上 2 寸，當橈骨與尺骨之間</p>
---	---

丑 2-3. 外關의 文獻別 功能

文獻	內容
<p>鍼灸治療學 經穴學叢書 鍼灸集錦 鍼灸臉穴學 鍼灸學 鍼灸探微 鍼灸學 (上海中醫學院) 實用鍼灸選穴手冊</p>	<p>祛六淫表邪 疏三焦壅熱 通經絡氣滯 疏表解熱，通經絡氣滯。 清三焦熱，鎮驚熄風，疏經活絡 清熱解毒，通經活絡。 解表清熱，聰耳明目。 疏風解表，通經活絡。 清熱，解表，通絡。 祛邪清熱，疏經活絡。</p>

丑 2-4. 外關의 文獻別 主治症

文獻	內容
<p>黃帝內經譯解 外臺秘要 明堂灸經 鍼灸資生經 扁鵲神應 鍼灸玉龍經</p>	<p>病實則肘攣 虛則不收 主肘中灌灌臂內廉痛不可及頭耳焯焯渾渾聾無所聞口僻 噤 主肘腕酸重屈伸難手十指盡痛不得握 兼主耳焯焯渾渾聾無所聞臂痿不仁臂不及頭 主臂痿不仁 療肘腕酸重屈伸難十指痛不得握 銅人云治肘臂不得屈伸五指痛不能握物 主耳渾渾焯焯聾無所聞 治耳鳴聾無所聞 療耳焯焯渾渾聾無聞 有老婦人舊患牙疼人教將兩手掌交叉以中指頭盡處爲穴 灸七壯永不疼恐是外關穴也 治傷寒自汗盜汗發熱惡風百節痠疼胸滿拘急 中風半身不遂腰脚拘攣手足頑麻冷痛偏正頭痛</p>

<p>鍼灸聚英 國譯編註 醫學入門(1) 校訂註解 鍼灸大成 鍼灸大成校釋</p>	<p>眼中冷痛冷淚鼻衄耳聾眼風 主耳聾渾渾惛惛無聞 五指盡痛 不能握物 實則肘擊瀉之 虛則不手補之 主肘腕痠重不得屈伸手指盡痛耳渾渾無所聞臂痿不仁</p>
<p>鍼灸大成講義 類經圖翼</p>	<p>主耳聾，渾渾惛惛無聞，五指盡痛，不能握物 實則肘擊，瀉之；虛則不遂，補之。又治手臂不得屈伸 主耳聾，渾渾惛惛無聞，五指盡痛，不能握物 實則肘擊，瀉之；虛則不遂，補之。又治手臂不得屈伸 [注釋] 渾渾惛惛：在此是形容耳聾聽不清聲音之狀 耳聾，渾渾惛惛無聞，五指盡痛，不能握物， 實則肘擊，瀉之；虛則不收，補之。又治手臂不能屈伸 主治耳聾渾渾無聞肘臂五指痛不能握若脇肋痛者瀉之 神農經云治肘臂不得屈伸五指盡疼不能握物可灸七壯 玉龍賦云兼大陵支溝治頭痛秘結 捷經云治臂膊紅腫支節疼痛足內踝骨紅腫痛手足指節痛 不能屈伸五臟六腑結熱吐血妄行不已鼻衄不止吐血渾渾 不省人事虛損氣逆陽乘於陰則血熱妄行陰乘於陽則血寒 亦吐名心肺二經嘔血舌強難言及生白胎重舌腫脹熱極 口内生瘡舌吐不收舌縮不能言唇吻破裂血出乾痛 頭生瘰癧結核繞頸連胸耳根頸項腫痛不消目生翳膜 隱蔽難開風沿爛眩迎風流淚目風腫痛努肉拳睛暴赤腫痛 外關主治臟腑熱，肘臂脇肋五指疼，瘰癧結核連胸頸， 吐衄不止血妄行</p>
<p>醫宗金鑑</p>	<p>[注] 五臟六腑結熱，鼻衄吐血不止，及肘臂脇肋手指節 痛，瘰癧結核繞頸連胸，腫痛不消等證。</p>
<p>鍼灸治療學</p>	<p>耳聾，耳鳴，外感，傷寒，頭痛，腕痛，五指痛 吳 痛痺，手臂不得屈伸，偏頭痛，絡枕，手顫，胸脇痛， 腹痛，便秘，肺炎，耳下腺炎，上肢關節炎，高熱無汗 治手背瘡專治肢腫耳聾兩臂不能相頭十指痿 耳下腺炎，流行性感氣，傷寒，頭痛，耳鳴， 體鍼麻醉에 있어서 上部部常用穴 感冒，肺炎，耳聾，偏頭痛。</p>
<p>鍼灸內篇 精解鍼灸學</p>	<p>感冒，高熱，肺炎，耳下腺炎，耳聾，耳鳴，偏頭痛， 頭痛，耳聾，耳鳴，淋把腺結核，腹痛，便秘， 上肢疼痛及麻痺，發熱，手顫。</p>
<p>原色鍼灸穴位 解剖圖譜</p>	<p>肢節腫痛臂冷四肢不遂頭風背膀內外骨筋攻頭頂眉稜 皆痛</p>
<p>經穴學叢書 鍼灸配穴</p>	<p>手足熱麻盜汗破傷眼腫睛紅傷寒自汗表烘烘</p>
<p>凌門傳授銅人指穴</p>	<p>上肢不遂，痿證，感冒，熱病，頭痛，頰痛，耳聾， 耳鳴，目赤腫痛，脇痛，肩背痛，肘臂屈伸不利， 手指疼痛，手顫，腹痛，腹脹，鼻衄。</p>
<p>鍼灸學基礎</p>	<p>頭痛，胸脇痛，耳聾，耳鳴，聾啞，鼻衄，感冒，熱病， 中暑，牙痛，疔腮，頰腫，落枕，高血壓，小兒驚風， 上肢擊痛，麻痺，癱瘓，腕痛，無力，手指腫痛，麻痺 頭痛耳聾渾惛惛，目赤腫痛脇肋病，熱病瘰癧手難伸</p>
<p>鍼灸集錦</p>	
<p>鍼灸驗穴主治歌</p>	

鍼灸學簡編	前臂及肘部不得屈伸，手五指盡痛不能握物， 上肢筋骨疼痛，痺症，耳聾，聾啞，鼻衄，牙痛，疥癩， 胸脇痛，感冒，發熱，頭痛，咳嗽，暑病，腸癰，霍亂 (非眞性霍亂)，急驚風，高血壓，小兒麻痺後遺症等。 是鍼麻常用穴之一。
鍼灸驗穴學	五官科病症：目赤腫痛，耳鳴，耳聾，鼻衄，牙痛等。 運動系統病症：肘臂屈伸不利，上肢筋骨疼痛，手顫， 五指痛，不能握物等。 其他病症：熱病，頭痛，疥癩，頰痛，胸脇痛，肩背痛， 急驚風，咳嗽等。 現代常用於治療：肺炎，腮腺炎，耳鳴，耳聾，高血壓， 偏頭痛，牙痛，落鍼，偏癱，上肢痛，
鍼灸學	傷寒，熱病，頭痛，頰痛，耳聾，耳鳴，目赤腫痛， 脇痛，肩背痛，肘臂屈伸不利，手指疼痛，手顫。
簡明鍼灸辭典	熱病，耳聾，耳鳴，頭痛，目赤腫痛，瘰癧，脇肋痛， 肘臂屈伸不利，手指疼痛，便秘，落枕。
鍼灸探微	頭痛，耳聾，耳鳴，瘰癧，肘臂不能屈伸，手顫， 手指痛。
經穴解	外關之本病：耳聾，渾渾惇惇無聞，五指盡痛， 不能握物。
鍼灸學 (上海中醫學院)	發熱，頭痛；脇痛，便秘；耳聾，咽腫；手指麻木。
鍼灸拔火罐 應用必備 幫你學鍼灸 新編鍼灸治療手冊 十四經脈穴位歌訣	熱病，頭痛，頰腫，耳鳴，耳聾，目赤腫痛，肩背脇痛， 肘臂屈伸不利，麻木，以及產後血暈，胞衣不下諸症。 頭項痛，脇肋痛，落枕，耳鳴，耳聾，手顫。 發熱，頭痛，脇痛，便秘，耳聾，咽腫，手指麻木。 主治上肢筋骨疼，五指盡痛握物難；感冒發熱急驚風， 目赤聾啞耳鳴聾；半身不遂上肢癱，頸項落枕肩周炎； 前臂肘痛屈伸難，疥癩咳嗽胸脇滿；頭痛牙痛偏頭痛， 受熱中暑鼻流血；手法擦摩掐捏按，疏經活絡風邪散。
經絡鍼灸心法	直接作用：肘臂痛，臂肘拘攣，麻木疼痛。 間接作用：頭痛，耳鳴，耳聾，失音，齒痛，喉腫， 目疾，癩癧，熱病，頸項痛，手顫。
實用鍼灸選穴手冊	熱病，頭痛，頰腫，目赤腫痛，鼻衄，齒痛，耳鳴， 耳聾，脇肋痛，肘臂屈伸不利，上肢痿痺， 肘臂手指疼痛，手顫，瘰癧。
鍼灸經緯	中指麻木，小腿痛。

丑 2-5. 外關의 主治症

分類	疾患
循環器疾患	中風半身不遂，偏正頭痛，不省人事，片麻痺，麻痺， 四肢不遂，頭風，上肢不遂，高血壓，癱瘓。
消化器疾患	腹痛便秘，腹脹，腸癰，霍亂(非眞性霍亂)。
呼吸器疾患	傷寒自汗盜汗發熱惡風百節痠疼胸滿拘急，外感，頭痛，

泌尿生殖器疾患 神經精神科疾患	肺炎, 流行性感氣, 感冒, 高熱, 肺炎, 耳下腺炎, 咳嗽, 咽腫, 喉腫.
運動器疾患	遺尿 頭痛, 小兒驚風, 痺症, 急驚風, 小兒麻痺後遺症, 偏頭痛, 手顫, 癱瘓, 失眠 肘擊, 臂內廉痛, 肘腕酸重屈伸難, 臂痿不仁, 腰脚拘攣, 手足頑麻, 臂膊紅腫, 足內踝骨紅腫痛, 手足指節痛, 不能屈伸, 落枕, 手顫, 手背瘡, 片麻痺, 上肢의 關節痛, 肢節腫痛, 臂冷, 四肢不遂, 手足熱麻, 上肢不遂, 肩背痛, 肘臂屈伸不利, 上肢擊痛, 癱瘓, 腕痛, 手指腫痛, 肩周炎, 前臂及肘部不得屈伸, 上肢筋骨疼痛, 痺症, 小兒麻痺後遺症, 上肢痿痺, 中指麻木, 小腿痛.
眼耳鼻咽喉科疾患	眼中冷痛, 冷淚, 鼻衄, 眼風, 舌強難言及生白胎, 重舌腫脹, 口內生瘡, 舌吐不收, 舌縮不能言, 唇吻破裂血出乾痛, 目生翳膜, 隱澁難開, 風沿爛眩, 迎風流淚, 目風腫痛, 努肉攀睛, 暴赤腫痛, 耳下腺炎, 耳聾, 耳鳴, 淋巴腺結核, 目赤腫痛, 鼻衄, 雙啞, 疔腮, 頰腫, 咽腫, 失音, 齒痛, 喉腫.
出血性疾患 婦人科疾患 全身性慢性 消耗性疾患	鼻衄, 吐血, 嘔血, 唇吻破裂血出乾痛, 產後血暈, 產後血暈, 胞衣不下, 虛損, 淋巴腺結核, 痿證.

丑 2-6. 外關의 鍼刺法

文獻	鍼法
鍼灸甲乙經 鍼灸甲乙經校釋 (上冊) 鍼灸資生經 神志經 鍼灸聚英 國譯編註 醫學入門(1) 校訂註解鍼灸大成 鍼灸大成校釋 鍼灸大成講義 東醫寶鑑 (湯液篇 鍼灸篇) 類經圖翼 醫宗金鑑 鍼灸治療學 精解鍼灸學	刺入三分留七呼 刺入三分 留七呼 [按語] 直刺五分至一寸 鍼三分留七呼 鍼三分 「銅人」鍼三分留七呼 鍼三分하고 「銅人」鍼三分 留七呼 「銅人」鍼三分 留七呼 「銅人」鍼三分 留七呼 鍼入三分留七呼 「銅人」 刺三分留七呼 鍼三分 留七呼 施術操作: 角度는 直刺이다. 鍼深度 3-5分. [鍼刺深度] 5mm, 留 7呼 「銅人」 [鍼灸] 鍼: 5分-1.5寸

<p>原色鍼灸穴位 解剖圖譜 經穴學叢書</p>	<p>0.6-1.2寸을 直刺한다. 1) 直刺: 1-1.5寸 刺入하거나 內關으로 透刺한다. 感應: 局所에 酸脹感이 있으며, 指端으로 擴散되는 수도 있다. 2) 斜刺: 軀幹의 疾患에는 上向하여 1.5-2寸을 刺入한다. 感應: 酸脹感이 肘로 向하고, 크게 捻鍼하면 肩部 肘部에까지 퍼지는 수가 있다.</p>
<p>鍼灸學基礎 鍼灸集錦 鍼灸學簡編</p>	<p>直刺 0.5-1寸 直刺 5-8分 鍼五分至一寸 鍼感: 以脹, 麻居多, 并可向下放散至手指 向上放散至肘, 肩</p>
<p>鍼灸腧穴學 鍼灸學 簡明鍼灸辭典</p>	<p>直刺 0.5-1寸 直刺 0.5-0.9寸 直刺五分之一寸或透內關之一寸半, 瀉刺. 治軀幹病時, 向上進鍼一寸半至二寸.</p>
<p>鍼灸探微 經穴解 鍼灸學 (上海中醫學院) 鍼灸拔火罐 應用必備</p>	<p>直刺 3-5分 「銅人」鍼三分, 留七呼. 直刺 0.5-1.2寸 或向內側(內關)深透, 酸麻感向下方放散 [刺法] 直刺 0.5-1寸</p>
<p>幫你鍼灸學 新編鍼灸治療手冊 十四經脈穴位歌訣 實用鍼灸選穴手冊</p>	<p>[刺法] 直刺 8分 直刺 0.3-0.5寸 手法: 偏重. 鍼法: 直刺, 入五分至一寸 直刺 0.5-1寸</p>

丑 2-7. 外關의 灸法

文獻	內容
<p>鍼灸甲乙經 鍼灸甲乙經校釋 (上冊)</p>	<p>灸三壯 灸三壯</p>
<p>外臺秘要 鍼灸資生經 神應經</p>	<p>灸三壯 灸二壯 明云三壯 灸五壯</p>
<p>鍼灸聚英 國譯編註 醫學入門</p>	<p>「銅人」灸二壯 「明堂」三壯 灸三壯</p>
<p>校訂註解 鍼灸大成</p>	<p>「銅人」灸二壯 「明堂」灸三壯</p>
<p>鍼灸大成校釋 鍼灸大成講義</p>	<p>「銅人」灸二壯 「明堂」灸三壯 灸三壯</p>

東醫寶鑑 (湯液篇 鍼灸篇)	灸三壯 「銅人」
類經圖翼	灸三壯
醫宗金鑑	灸三壯
鍼灸治療學	灸量 2-3壯
精解鍼灸學	灸 2-3壯, 溫灸 5-15分, 留 7呼 「銅人」 [鍼灸] 灸: 3-7壯, 溫灸: 5-15分.
經穴學叢書	灸 3-5壯, 溫灸 5-15分間
鍼灸學基礎	可灸
鍼灸集錦	灸 5-10分鍾.
鍼灸學簡編	灸三至五壯, 或十至二十分鍾.
鍼灸腧穴學	可灸.
鍼灸學	可灸.
簡明鍼灸辭典	灸三至五壯或五至十五分鍾
鍼灸探微	灸 3-7分鍾.
經穴解	「銅人」灸三壯. 「明堂」灸三壯.
鍼灸拔火罐 應用必備	可灸
實用鍼灸選穴手冊	艾炷灸 3-5壯, 或艾條灸 5-10分鍾

IV 結 論

內關과 外關에 對하여 黃帝內經譯解外 43種의 文獻을 考察하여 다음과 같은 結論을 얻었다.

1. 內關과 外關은 黃帝內經譯解外 43種의 文獻에 모두 現在와 같은 內關, 外關으로 表記되어 있으며, 鍼灸腧穴學에서만 內關의 別名을 陰維라고 記述하였고, 外關의 別名에 對해서는 記述되어 있는 文獻이 없다.
2. 內關은 心痛을 비롯한 內臟疾患을 治療하는 穴이란 意味를 갖고 있고, 外關은 寒熱을 비롯한 頭皮 및 軀幹疾患을 治療하는 穴이란 意味를 갖고 있다.
3. 內關의 位置는 腕橫紋大陵穴上 2寸, 前臂正中央肌腱之間陷中이며 取穴法은 仰手取穴하며 손가락으로 눌렀을 때 울리는듯한 痛症이 있는 곳이다. 外關의 位置는 腕背中央部陽池穴 上方 2寸, 尺骨과 橈骨의 中間陷中이며 覆手取穴한다.
4. 內關의 功效는 清包絡, 疏三焦, 寧神, 和胃, 寬胸, 理氣, 降逆, 鎮痛, 鎮痙, 鎮靜, 疏肝, 疏經, 活絡등이며 外關의 功效는 祛六淫表邪, 疏三焦壅熱, 通經絡氣滯, 疏表解

熱, 清三焦熱, 鎮驚熄風, 疏經活絡, 清熱解毒, 解表清熱, 聰耳明目, 疏風解表, 祛邪清熱등이다.

5. 主治症에 있어서 內關은 中風, 偏癱, 心痛, 心悸, 怔忡, 胃痛, 嘔吐, 黃疸, 哮喘, 咳嗽, 失志, 失眠, 健忘, 癱瘓, 偏頭痛, 肘擊, 手中風熱, 目赤, 月經不調, 産後血暈, 瘡疾 등에 多用되었으며 外關은 腹痛, 便秘, 感冒, 傷寒, 熱病, 咳嗽, 發熱, 頭痛, 偏頭痛, 手顫, 急驚風, 肘擊, 五指盡痛, 落枕, 肘臂屈身不利, 耳鳴, 耳聾, 鼻衄, 目赤腫痛, 疔腮, 瘰癧, 齒痛등에 多用되어, 內關은 循環器疾患, 消化器疾患, 婦人科疾患 및 神經精神科疾患등의 內因性疾患에 多用되었으며 外關은 外感性疾患, 頭部疾患, 四肢 및 關節疾患(運動器疾患)등의 外因性疾患에 多用되었음을 알 수 있었다. 兩穴에 對한 禁忌症은 없었다.
6. 內關의 刺鍼深度는 5分-1寸이고 外關의 刺鍼深度는 5分-1.5寸이며, 兩穴 모두 直刺를 主로 하였다.
7. 內關의 灸量은 3-7壯이고 外關의 灸量은 2-5壯이며, 灸 및 溫灸 時間에 있어서 內關은 5-15分이고 外關은 5-20分이다.

參 考 文 獻

1. 楊維傑: 黃帝內經譯解(靈樞), 서울, 成輔社, 1980, p.141, 142.
2. 皇甫謐: 鍼灸甲乙經, 北京, 人民衛生出版社, 1982, p.50, 52.
3. 王執中: 鍼灸資生經, 中國醫學大系(10), p.742-274, 742-275, 742-327, 742-332, 742-333, 742-348, 742-374, 742-390, 742-394, 742-396, 742-401, 742-412.
4. 鄭魁山: 鍼灸集錦, 甘肅省, 甘肅科學技術出版社, 1988, p.133, 134, 139.
5. 楊甲三外: 鍼灸腧穴學, 上海, 上海科學技術出版社, 1989, p.325, 326, 338, 339.
6. 山東中醫學院: 鍼灸甲乙經校釋(上冊), 北京, 人民衛生出版社, 1979, p.429, 446.
7. 孫思邈: 備急千金要方, 北京, 人民衛生出版社, 1982, p.510, 512.
8. 西方子: 明堂灸經, 中國醫學大系(6), p.738-65, 738-79.
9. 楊繼洲: 校訂註解鍼灸大成, 서울, 大星文化社, 1985, p.322, 325.
10. 黑龍江省祖國醫藥研究所: 鍼灸大成校釋, 北京, 人民衛生出版社, 1984, p.884, 892, 893.

11. 莊育民: 鍼灸大成講義, 臺北, 協林印書館有限公司, 中華民國 71年,p.703, 704, 708, 709.
12. 許 浚: 東醫寶鑑(湯液篇 鍼灸篇), 서울, 大星文和社, 1988, p.415,417.
13. 林鍾國: 鍼灸治療學, 서울, 集文堂, 1983, p.412, 413, 421.
14. 崔容泰, 李秀鎬: 精解鍼灸學, 서울, 杏林出版, 1985, p.467, 468,484.
15. 金昌煥: 原色鍼灸穴位解剖圖譜, 서울, 大星文化社, 1985, p.164,165, 179, 180.
16. 周楣聲: 鍼灸穴名釋義, 合肥市, 安徽科學技術出版社, 1985, p.91,94.
17. 安榮基: 經穴學叢書, 서울, 成輔社, 1986, p.488, 489, 508.
18. 林建華, 蔡俊蘭: 鍼灸學基礎, 四川省, 四川科學技術出版社, 1988,P.262, 263, 264, 274, 275.
19. 楊甲三外: 鍼灸學, 北京, 人民衛生出版社, 1989, p.193, 194, 227.
20. 程寶書外: 簡明鍼灸辭典, 北京, 中醫古籍出版社, 1989, p.199, 200,324, 325.
21. 岳含珍: 經穴解, 北京, 人民衛生出版社, 1990, p.286, 299, 300.
22. 孫思邈: 千金翼方, 서울, 大星文化社, 1989, p.313, 314.
23. 王燾: 外臺秘要, 中國醫學大系(5), p.737-600, 737-615.
24. 王國瑞: 扁鵲神應鍼灸玉龍經, 中國醫學大系(14), p.746-784.
25. 陳會: 神應經, 北京, 中國古籍出版社, 1990, p.34.
26. 汪機: 鍼灸問對, 中國醫學大系(33), p.765-104.
27. 高 武: 鍼灸聚英, 上海, 上海科學技術出版社, 1991, p.87, 92.
28. 李 樅: 國譯編註醫學入門(1), 서울, 南山堂, 1984, p.345, 348, 883.
29. 張介賓: 類經圖翼, 中國醫學大系(44), p.776-873, 776-874, 776-876,776-877.
30. 吳謙, 劉裕鐸: 醫宗金鑑(下冊), 北京, 人民衛生出版社, 1982, p.102,112, 165, 168.
31. 林屋江上外史編: 鍼灸內篇, 北京, 中醫古籍出版社, 1984, p.16, 20.
32. 褚成炎: 鍼灸腧穴主治歌, 西安, 陝西科學技術出版社, 1988, p.72,75.
33. 中醫研究院: 鍼灸學簡編, 河北省, 人民衛生出版社, 1989, p.93, 109.
34. 謝文忠: 鍼灸深微, 重慶, 科學技術文獻出版社重慶分社, 1989, p.397,412, 413.
35. 上海中醫學院: 鍼灸學, 香港, 商務印書館有限公司, 1990, p.73, 74,80, 81.
36. 朱進忠: 鍼灸拔火罐應用必備, 重慶, 科學技術文獻出版社, 1990,p.31, 32, 33.
37. 徐宏勛 外: 幫你鍼灸學, 北京, 科學出版社, 1990, p.41, 43.
38. 葉成亮: 新編鍼灸治療手冊, 北京, 中國醫藥科技出版社, 1991,p.29, 30.
39. 吳平生: 十四經脈穴位歌訣, 重慶, 科學技術文獻出版社, 1991, p.107,111, 112.

40. 程紹恩: 經絡鍼灸心法, 北京, 北京科學技術出版社, 1991, p.63, 66,67.
41. 楊兆民: 實用鍼灸選穴手冊, 北京, 金盾出版社, 1991, p.108, 109,112, 113.
42. 劉天成: 鍼灸配穴, 天津, 天津科學技術出版社, 1986, p.17, 18.
43. 不著撰人: 凌門傳授銅人指穴, 北京, 中醫古籍出版社, 1987, p.10.
44. 楊維傑: 鍼灸經緯, 臺北, 樂群出版社業有限公司, 中華民國七十四年,p.333.