

# 足鍼에 對한 文獻的 考察

이준구 · 이병렬\*

## I. 緒 論

足針療法은 近來에 활발히 研究되고 있는 新針療法의 하나로 新針療法은 經絡學·藏象學 等の 基礎위에 現代醫學的 解剖生理知識·各種 藥物療法 等を 併用한 治療方法이다<sup>1)</sup>. 足針은 胎兒가 足趾部에 드러누워 있는 形態로 人體와 足を 연결시켜 足を 人體의 各 器官, 臟腑에 配合시키고<sup>1)</sup> 足を 循行하는 經絡을 통해 足の 刺戟으로 人體의 機能을 調節하는 方法이다<sup>2)</sup>. 足針은 新針療法의 一分枝에 屬하는데<sup>1)</sup>, 新針療法에는 足針을 비롯하여 頭針, 面針, 耳針, 手針, 鼻針, 電針, 레이저針, 脊針, 針術癱醉, 手指針, 皮內針, 巨針法, 芒針法, 火針法, 溫針法 等 多様な 方法이 있다. 이렇게 多様な 新針療法들이 研究되고 있는데 反하여 手指針, 電針法, 耳針 等の 極少數의 新針療法를 除外하고는 實質的으로 活用되고 있는 方法은 극히 制限되어 있다<sup>1)</sup>. 이에 著者는 內經을 中心으로 各種 針灸分野에 對한 文獻整理를 통해 足部에 있어서도 經外奇穴 및 新穴 等이 發見되고 足과 全身 各 部位 사이에 密接한 關係가 있어 足の 特定部位에서 人體의 病理反應이 나타나며 이를 刺戟함으로써 全身의 疾患을 調節할 수 있음을 알게 되어, 足針療法을 整理·分析함으로써 足針의 活用範圍를 넓히는데 若干의 도움이 되고자 報告하는 바이다.

## II. 本 論

### 1. 足針療法의 起源

足針療法은 近來에 들어 활발히 研究되고 있으나 그 起源은 기타 어떠한 療法보다도 먼 古代에서 찾을 수 있다<sup>3)</sup>. 古代에 있어서 自然界의 變化나 其他 如何한 原因으로 人體에 損傷을 입었을 경우 人間은 本能的으로 손을 利用하거나 道具를 利用하여 身體의 여러 部分을 刺戟하여 症狀를 輕減시키고자 하였다<sup>3)</sup>. 물론 그 中에는 足도 包含된다. 過勞後 疲勞를 解消하고자 熱水로 발을 刺戟한다거나 痛症을 輕減하기 위하여 발을 刺戟하는 것들은 人間이 本能的으로 足の 刺戟으로 疾病을 治療할 수 있다는 것을 認識하고 있었다는 것을 反證한다.<sup>3)</sup>

《素問 舉痛論》에서는 “按之則氣血散, 故按之痛止<sup>4)</sup>”라고 하였고 《素問 厥論》에서는 “陽氣起于足五趾之表, 陰氣起于足五趾之裏<sup>4)</sup>”라 하였다. 足三陰經이 足에서 起하고 足三陽經은 足에서 止하며, 奇經八脈中의 陰維脈과 陽維脈, 陰交脈과 陽交脈 등이 足에 聯關되어 있어 足은 臟腑, 全身과 關係를 맺는다<sup>3)</sup>.

足針을 통한 疾病治療에 대해 《靈樞根結》에서는 竅陰, 至陰, 黤兌, 衝陽 등의 穴을 통해 邪氣를 瀉할 수 있다고 說明한다<sup>5)</sup>. 足の 貼敷治療에 대해서는 原始時代부터 진흙이나 草葉을 瘡口에 貼敷하는 것으로부터 비롯된 것으로 보이며<sup>3)</sup> 唐代에는 足の 按摩法이 日本에 紹介되어 “足心道”療法이 되었고 清末에는 外勢의 侵入으로 大量으로 醫學文獻이 歐美 여러 國家에 傳播 發展되었다<sup>3)</sup>. 近世에는 耳針, 頭針, 面針, 鼻針, 手針, 腕踝針, 手指針 등의 分區療法과 電針, 레이저針, 水針, 氣針, 針刺癱醉 등이 함께 研究되고 있다<sup>1)</sup>.

\* 大田大學校 韓醫科大學 鍼灸學教室

2. 足과 經絡과의 關係

(1) 足과 正經의 關係<sup>5)</sup>

《靈樞 經脈》에서 볼때 足三陽經은 足에서 止하고 足三陰經은 足에서 起한다고 記錄하여 足과 足三陰, 三陽經과의 關係를 說明한다. 그 經脈의 循行을 살펴보면 다음과 같다.

1) 足과 胃經 《靈樞 經脈》: “胃足陽明之脈, 起於鼻之交頰中, 旁納太陽之脈, 下循鼻外, 入上齒中, 還出挾口還脣, 下交承漿, 却循頤後下廉, 出大迎, 循頰車, 上耳前, 過客主人, 循髮際, 至額顛, 其支者, 從大迎下人迎, 循喉嚨, 入缺盆, 下膈屬胃絡脾, 其直者, 從缺盆下乳內廉, 下挾臍, 入氣街中, 其支者, 起于胃口, 下循腹裏, 下至氣街中而合, 以下髀關, 抵伏兔, 下膝臑中, 下循脛外廉, 下足跗, 入中指內間, 其支者, 下廉三寸而別下入中指外間, 其支者, 別跗上, 入大指間 出其端<sup>5)</sup>”

2) 足과 脾經 《靈樞 經脈》: “脾足太陰之脈, 起于大趾之端, 循指內側白肉際, 過核骨後, 上內踝前廉, 上踰內, 後脛骨後, 交出厥陰之前, 上膝股內前廉, 入腹屬脾絡胃, 上膈挾咽, 連舌本, 散舌下, 其支者, 復從胃, 別上膈, 注心中.<sup>5)</sup>”

3) 足과 膀胱經 《靈樞 經脈》: “膀胱足太陽之脈, 起於目內眦, 上頰交巔, 其支者, 從巔至耳上角, 基直者, 從巔入絡腦, 還出別下項, 循肩膊內, 挾脊抵腰中, 入循膂, 絡腎, 屬膀胱, 其支者, 從腰中下挾脊, 貫臀, 入臑中, 其支者從臑內左右 別下貫胛, 夾脊內, 過髀樞, 循髀外, 從後廉, 下合臑中, 以下貫踰內出外踝之後 循京骨 至小指外側<sup>5)</sup>”

4) 足과 腎經 《靈樞 經脈》: “腎足少陰之脈 起于小趾之下 邪走足心 出于然谷之下 循內踝之後 別入跟中 以上踰內, 出臑內廉, 貫脊, 屬腎, 絡膀胱, 其直者, 從腎上貫肝膈, 入肺中, 循喉嚨, 挾舌本, 其支者, 從肺出絡心, 注胸中<sup>5)</sup>”

5) 足과 膽經 《靈樞 經脈》: “膽足少陽之脈, 起於目銳眦, 上抵頭角夏耳後, 循頸, 行手少陽之前, 至肩上却交出手少陽之後, 入缺盆, 其支者, 從耳後入耳中, 出走耳前, 至目銳眦後, 其支者, 別銳眦, 下大迎, 合於手少陽, 抵於頤下, 加頰車, 下頸, 合缺盆, 以下胸中, 貫膈, 絡肝屬膽, 循脇裏, 出氣街, 繞毛際, 橫入髀厭中, 其直者, 從缺盆下腋, 循胸, 過季肋下合髀厭中, 以下循脾陽, 出膝外廉, 下外輔骨之前, 直下抵絕之端, 下出外踝之前, 循足跗上, 入小趾次趾間, 其支者, 別跗上入大趾之間, 循大趾之骨內, 出其端, 還貫別胛, 出三毛<sup>5)</sup>”

6) 足과 肝經 《靈樞 經脈》: “肝足厥陰之脈, 起于大趾從毛之際, 上循足跗上廉, 去內踝一寸, 上踝八寸, 交出太陰之後, 上臑內廉, 循股陰, 入毛中, 過陰器, 抵小腹, 挾胃, 屬肝絡膽, 上貫膈, 布脇肋, 循喉嚨之後, 上入頰頰, 連目系, 上出額, 與督脈會於巔, 其支者, 從目系下頰裏, 環脣內, 其支, 復從肝, 別貫膈, 上注肺.<sup>5)</sup>”

《靈樞 逆順肥瘦》: “手之三陰 從臟走手 手之三陽 從手走頭 足之三陽 從頭走足 足之三陽 從足走腹<sup>5)</sup>”

(2) 足과 奇經八脈과의 關係

1) 督脈 《素問 骨空論》: “督脈者 起于少腹以下骨中央, 女子入系廷孔, 其孔, 溺孔之端也, 其絡循陰器, 合篡間, 繞篡後, 別繞臀, 至少陰與巨陽中絡者……<sup>4)</sup>”

2) 衝脈 《靈樞 逆順肥瘦》: “夫衝脈者, 五臟六腑之海也, 五臟六腑皆稟焉, 其上者, 出于頰頰, 滲諸陽, 灌諸精, 其下者 注少陰之大絡, 出于氣街, 循陰股內廉入臑中, 伏行胛骨內, 下至內踝之後屬而別, 其下者 并于少陰之經 滲三陰, 其前者, 伏行出跗屬, 下循跗, 入大趾間, 滲諸絡而溫肌肉.<sup>5)</sup>”

《靈樞 動腧》: “衝脈者……起于腎下 出于氣街 并少陰之經 下入內踝之後 入足下, 其別者 斜入踝 出屬跗上 入大指之間 注諸

絡以濫足經.<sup>5)</sup>

3) 帶脈 《靈樞經別》：“足少陰之正 至臑中別走太陽而合 上至腎 當十四椎出屬帶脈.<sup>5)</sup>”

4) 陽交 《難經 二十八難》：“陽交者 起于跟中 循外踝上行 入風池.<sup>6)</sup>”

5) 陰譙 《難經 二十八難》：“陽交脈者 亦起于跟中 循內踝上行.<sup>6)</sup>”

6) 陽維 《素問 刺腰痛》：“陽維之脈 脈與太陽合腓下間.<sup>4)</sup>”

以上에서 살펴볼때 奇經八脈중 六脈이 足과 聯關性을 갖고있다. 督脈은 一身의 陽을 主管하여 陽脈之海가 되고 衝脈은 諸脈之海가 된다. 帶脈은 身之束帶이며 陽交는 足太陽之分支이고 陰交는 足少陰之分支이다. 陽維는 諸陽을 絡하고 陰維는 諸陰을 絡하여 陰陽이 相維하므로 諸經이 調和되어 足의 運動機能을 調節하고 氣血의 末端順行을 돕는다.<sup>3)</sup>

### (3) 足과 經筋과의 關係

經筋은 人體의 經氣가 筋肉關節에 結聚散絡하는 體系로 筋肉 骨格과 連繫하여 運動機能을 維持시키는 系統이다<sup>1)</sup>. 《靈樞筋結》에서 보면 足太陽之筋은 足外踝에 相結하고 足少陽之筋은 足四趾에서 起한다. 足陽明之筋은 足二, 三, 四趾에서 起하여 足背에 結한다. 足太陰之筋은 足大趾 內側端에서 起하여 內踝에 相結한다. 足少陰之筋은 足小趾 下方에서 起하여 足太陰之筋과 竝行하고 內踝 下方으로 斜走하여 足跟에 結한다. 足厥陰之筋은 足大趾上에서 起하여 內踝前으로 上行하여 結한다. 그 中에서 足厥陰의 經筋은 陰器에 結하고 諸筋을 總絡한다. 故로 足部의 運動機能은 經筋의 機能과 有管하다.<sup>1)2)3)5)</sup>

### (4) 足과 根結의 關係

根結은 經絡系統에 屬하여 經氣를 上下로 相連하게 하고 人體를 一介의 整體로

서 構成되게 한다. 足太陽의 根은 足小趾 外端의 至陰에서 起하여 H에서 結한다. 足少陽의 根은 足四肢 外端의 竅陰에서 起하여 耳에 結한다. 足陽明의 根은 足次趾 外端 勳兌穴에서 起하여 항상 面頰에서 結한다. 足太陰의 根은 足大趾 內側端 隱白穴에서 起하여 上腹部에서 結한다. 足少陰의 根은 足心의 湧泉穴에서 起하여 廉泉에 結한다. 足厥陰의 根은 足大趾의 大敦穴에서 起하여 胸部에 結한다.<sup>1)2)</sup>

이로 足部 六條 經脈의 井穴과 頭, 面, 耳, 胸, 腹 과의 相關性을 알수있다. 이러한 經絡根結의 上下關係에 對해서 《靈樞始終》에서 “病在頭者 取之足<sup>5)</sup>”이라는 治療方法을 提示하고 있다.

## 3. 足과 臟腑와의 關係

### (1) 足과 臟腑의 生理的 關係

肝은 藏血, 主疏泄, 性喜條達, 體陰而用陽, 主筋, 開竅于H한다. 腎은 藏精하여 先天의 本이되고 主髓, 主骨生髓하며 耳와 二陰에 開竅하므로 人의 生之本이 된다. 脾는 主運化하여 水濕과 五穀의 精微를 運化, 人體四肢百骸를 濡養한다. 또 脾는 主四肢, 開竅于口한다. 胃는 水谷之海로 主受納, 腐熟水谷하므로 後天之本 氣血生化之元이 된다. 膽은 中正之腑로 膽汁을 貯藏하고 消化, 吸收를 돕는다. 膀胱은 藏津液하여 小便을 主管한다. 經絡의 氣血은 臟腑에서 起源하는데 經氣가 所出하는 것을 井, 所溜함을 榮, 所注함을 輸, 所行함을 經, 所入함을 合이라 하여 小에서 大로 淺에서 深으로 經絡의 氣血을 全身으로 輸送하는 體系를 構成한다. 足部六經의 井, 榮, 輸, 原穴은 足에 있어 經絡과 臟腑와의 相補, 相成 및 體用的 關係를 이룬다<sup>1,2,7,8)</sup>.

### (2) 足과 臟腑의 病理關係

足은 臟腑의 氣血多少, 人體의 感邪의 多少, 疾病의 性質을 反影한다. 人體의 氣血이 旺盛하면 足部는 溫潤하고 色澤은 紅潤하며 或은 白色中의 紅色을 띤다. 특히 足弓部의 色은 鮮澤하고 紅嫩하다. 氣血 虧虛하면 足部 色澤은 晄白하고 腎陽 虛者는 色暗 足冷하다<sup>8)</sup>.

足과 臟腑와의 病理關係에 對해서 內經上의 記錄은 다음과 같다.

《素問 刺熱論》 “腎熱病者 足下熱 不欲言.”<sup>4)</sup>

《靈樞 五邪》 “邪在肝, 則兩脇中]痛, 寒中, 惡血內在, 行善掣節, 時脚腫, 取之行間, 以引脇下, 補三里以溫胃中, 取血脈以散惡血, 取耳間青脈, 以去其壅.”<sup>5)</sup>

《素問 臟氣法時論》 “脾病者, 身重…… 足不收行, 善癢, 脚下痛.”<sup>4)</sup>

《靈樞 邪氣臟腑病形》 “膀胱病者, 少腹偏腫而痛, 以手按之, 即欲小便而不得, 肩上熱, 若脈陷, 及足小趾外廉及脛踝後皆熱, 若脈陷, 取委中央.”<sup>4)</sup>

《素問 厥論》 “巨陽之厥 則腫首頭重 足不能.”<sup>5)</sup>

《難經 十六難》 “假令得腎脈 其外證… …足腫寒而逆.”<sup>6)</sup>

足에 나타나는 腫瘡의 部位에 따라 五臟의 病辨을 辨別하면 腎水腫者는 足心腫甚하고 肺水腫者는 足背爲甚하다. 脾水腫者는 足腫滿하고 足趾爲甚하다. 肝水腫者는 時有感輕하고 氣血虛弱而腫者는 時腫時消한다. 따라서 足部病辨의 治療에 있어 肝脾胃 三臟에 治療의 重點을 둔다<sup>8)</sup>.

### (3) 足과 臟腑 經絡 病位의 關係

足經絡의 順行에 있어 足外는 陽이고 足內는 陰이다<sup>8)</sup>. 踝關節 以下는 足背가 되는데 足大趾에는 少陽, 陽明, 厥陰, 太陰, 衝脈등이 循環한다. 足二趾 三趾에는 陽明經이 順行하고 足四趾는 少陽經이 順行한다. 足五趾는 太陰 少陽經이 順行한다. 따

라서 足部에서 經絡 臟腑의 病辨을 觀察할 수 있다. 《靈樞 經脈》 “胃足陽明之脈 ……是主血所生病者… …足跗上皆痛 中指不用. ……是主脾所生病者… …足大趾不用 ……膀胱足太陽之脈… …是主筋所生病者… …足下熱而痛… …膽足少陽之脈… …是主骨所生病者… …外踝前及諸節皆痛, 小趾 次趾不用.”<sup>5)</sup>

이는 經脈의 順行 部位에 따라 病이 所生하고 經絡이 分別되고 部位가 나누어지므로 足部의 病辨을 살펴 臟腑經絡의 病辨을 區分할 수 있음을 說明한다.

### 4. 足의 診斷作用

足部를 살핍으로써 全身의 病辨을 診斷한다. 그 根據는 다음과 같다.

《素問 厥論》에서는 “陽氣勝則足下熱 ……陰氣勝則腫五指至膝上寒.”<sup>4)</sup> 이라 하여 兩下肢 末端은 陰陽之氣의 交接處로 陰陽之氣가 不交接하면 足冷하고 腎陰虛火旺하면 足心이 熱하게 되는것이다

《金匱要略》 “黃家… …足下熱, 因作黑疸.” “腎水者… …陰下濕如 牛鼻上汗, 其足逆冷, 面反瘦.”<sup>9)</sup> 이라하여 足潮熱은 濕熱이고, 足冷은 水氣 寒濕邪가 盛하여 陽氣를 避遏하는 것으로 본것이다.

足의 形態를 보면 形盛하면 有餘하고 形瘦하면 不足하다. 脛이 腫하고 足背가 腫한 것은 水氣가 實한 것이다. 脛枯 脚瘦者는 脾胃虛이고 足下平滿者는 傷腎한 絕症이다. 足十趾가 脫落한 者는 筋이 死한 것이고 足十趾 不容者는 經病이다. 足이 腫하여 踝에 이르면 陽虛氣缺이고 足이 腫하여 脛에 이르면 脚氣逆衝이다. 身體消瘦한데 足이 獨腫하면 營이 不足한 것이다. 足跗 壅腫하고 兩膝이 腫大한 것은 胃氣絶한 것이다<sup>8)</sup>.

足의 容態를 살펴보면 屈者는 陰이고 伸者는 陽이다. 强者는 邪氣가 實한 것이고 痿者는 濕熱 或은 形氣가 虛한 것이다. 拘

急者는 寒邪이고 弛緩者는 熱疾이다. 痠瘁者는 筋脈相引한 것이고 振跳者는 氣血俱虛이고 屈伸不能者는 筋이 장차 衰敗할 것이다. 屈伸不利者는 腎虛이고 屈而不伸者는 病이 筋에 있는 것이며 伸而不屈者는 病이 骨에 있는 것이다. 陽緩而陰急者는 陰蹻의 病이고 陰緩이 陽急者는 陽蹻의 病이다. 足跛 或左 或右者는 風寒濕의 病이고 轉筋者는 寒邪가 筋에 있는 것이고 足縱而不任地者는 大經이 空虛한 것이다. 足搖而 不任身者는 骨髓가 枯滅한 것이고 足不收者는 脾氣虛 또는 肝血이 不營筋한 것이다. 足不舉者는 脾氣實이고 或은 風濕之邪가 經氣를 阻滯한 것이다. 筋緩하여 不能行步者는 肝虛이다.<sup>8)</sup>

切脈法에 있어 三部九候가 있으니 上, 中, 下 三部는 天, 人, 地의 三才를 形容한 것으로 그 중 下部는 足의 脈을 말한다<sup>8)</sup>. 足에서는 衝陽, 太衝, 太谿等の 脈을 본다. 趺陽脈은 衝陽脈을 말하는 것으로, 이는 胃足陽明經의 動脈으로 胃는 水穀之海이고 氣血生化之源이며 後天의 本이다<sup>4)</sup>. 《內經》에서는 “有胃氣則生 無胃氣則死<sup>4)</sup>”라 하였고 太衝脈에 關해서는 《醫宗金鑑》에서 “凡病診 太衝脈, 可決人之生死, 氣穴在 足大趾本節當後二寸.”<sup>10)</sup>으로 記錄하고 있다.

### 5. 足針의 治療作用

足針은 疼痛에 대한 緩和作用과 中樞神經의 興奮과 抑制의 調節作用 消化器의 消化吸收의 促進, 神經에 대한 體液平衡調節作用, 免役體系에 대한 增強, 抗病力의 促進 등의 效能등을 가진다<sup>3)</sup>. 足部 穴位의 效能을 略述하면 다음과 같다.

#### 1) 近治作用

足部의 穴位는 該當穴이 所在하는 部位 뿐만 아니라 近位 組織의 局所 病症을 治療할 수 있다. 例를 들어 丘陵穴은 踝關節 腫痛을 治療하고, 筋中穴은 足跟痛을 治療

한다<sup>3)8)</sup>.

#### 2) 遠治作用

經脈의 循行關係에 의해 足部의 穴位는 能히 上部의 病變을 治療한다<sup>3)8)</sup>. 例로 《靈樞 熱論》에서는 “目中赤痛, 縱內皆始, 取之陰維.”<sup>5)</sup>라 하였고 陰維는 照海를 말한다. 《素門 繆刺論》에서는 “脇痛不得息, 咳而汗出, 刺足小趾次趾爪甲上.”<sup>4)</sup>으로 기록하고 있다. 이러한 根據는 上以治上, 下以治下, 中以治中의 原則에 依據한다. 上部의 穴位는 上焦의 病變을 治療하고 中部의 穴位는 中焦의 穴位를 治療하고 下部의 穴位는 下焦의 穴位를 治療한다는 원리이다<sup>10)</sup>. 즉 足을 上, 中, 下의 三部로 구분하여 全身의 疾患에 應用하는 原理이다<sup>3)8)</sup>.

#### 3) 特殊作用

足部의 穴位는 經絡의인 近治, 遠治作用 以外에 足針穴位 固有의 特殊作用을 가진다<sup>8)</sup>. 例로 《素門 繆刺論》에서는 “邪客于 足陽明之經, 令人鼽衄, 刺足中趾 次趾爪甲上如交肉者.”<sup>4)</sup>라는 敍述이 있다. 至陰穴에 艾灸를 하면 脫位를 治하고, 牙關穴은 牙痛을 治하고, 止瀉穴은 能히 腹瀉를 治하는 등의 作用은 足部 兪穴의 特殊作用을 說明하고 있다<sup>8)</sup>.

#### 4) 適應證<sup>4)12)13)</sup>

<足針이 신속한 效果를 나타내는 疾患>

急性 扁桃腺炎, 牙痛, 頭痛, 食中毒, 急性腸炎, 痢疾, 前立腺炎, 遺尿, 痔瘡, 嘔逆, 神經性 胃痛, 急性 乳腺炎, 急性 中耳炎, 産後 惡露不盡, 메니엘氏 症候群, 落枕, 肩關節炎, 腕關節 捻挫, 膝關節 損傷, 肋間神經痛, 急性腰部捻挫, 脚下痛 等....

<足針 療法이 適用되는 慢性 疾患>

慢性 氣管支炎, 慢性 前立腺 肥大, 風濕性 關節炎, 高血壓, 糖尿病, 冠狀動脈 硬化症, 不整脈, 骨質增殖, 坐骨神經痛, 慢性胃炎, 慢性蟲垂炎, 腸痙攣, 慢性 結腸炎, 習

慣性便秘, 慢性膽囊炎, 乳房小葉增殖, 痛經, 子宮頸管炎, 等等.....

<足針療法이 有效한 難治病>

子宮內膜異位症, 乳房腫瘍, 複視, 三叉神經痛, 肝硬化的腹水, 子宮筋腫, 性交痛, 等等.....

6. 足の骨度分寸<sup>11)</sup>

足の穴位를 定하기 위하여 足部の骨度法을 紹介하면 다음과 같다.

1) 足跟後緣-中趾根部: 10寸

2) 足內側の內踝最高點-足底部: 3寸

3) 足掌面第一足趾本節內側赤白肉際-第五足趾本節外側赤白肉際: 5寸(足背部上同)

4) 足跟橫折: 3寸

7. 足針의 常用 穴位 및 主治, 操作方法<sup>11)12)</sup>

(1) 足底部

1) 頭面

位置: 足跟後緣直上一寸, 足底正中線上

主治: 感冒, 頭痛, 鼻淵等

操作: 直刺 0.3-0.5寸

2) 失眠

位置: 足跟後緣直上3寸, 足底正中線上. 外踝와 內踝의 中點에서 足底의 垂直線上.

主治: 失眠, 神經衰弱等

操作: 直刺 0.3-0.5寸

3) 胸

位置: 足跟後緣上3寸, 足底正中線外傍1寸. 失眠外1寸.

主治: 胸痛, 胸悶, 肋間神經痛.

操作: 直刺 0.5-0.8寸

4) 面

位置: 失眠內側1寸

主治: 三次神經痛, 面癱

操作: 直刺或斜刺 0.5-0.8寸

5) 心

位置: 足跟後緣直上3.5寸, 足底正中線上

主治: 心悸, 心痛, 咽喉腫痛, 舌強, 舌痛, 失眠

操作: 直刺 0.3-0.5寸

6) 肺

位置: 心點左右1.5寸

主治: 咳嗽, 胸痛, 哮喘

操作: 直刺 0.3-0.5寸

7) 癆根3

位置: 足跟後緣直上4寸, 足底正中線內側1.5寸. 則內側肺穴上0.5寸

主治: 鼻, 咽, 頸, 食道, 肺 등의 鎮痛斗 解痙 및 症狀改善

操作: 直刺 0.5-0.8寸, 或向內踝, 足跟方向으로 斜刺0.8-0.2寸

8) 胃

位置: 足跟後緣上5寸, 足底正中線上

主治: 胃病, 嘔吐, 消火不良, 失眠

操作: 直刺或斜刺 0.5-1.0寸

9) 肝

位置: 胃穴內側2寸處

主治: 急慢性肝炎, 膽囊炎, 目疾, 脇痛.

操作: 直刺或向後斜刺 0.5-1.0寸

10) 脾

位置: 胃穴外側1寸

主治: 消火不良, 腹瀉, 血液病, 失眠

操作: 直刺, 或向內斜刺 0.5-1.0寸

11) 小腸

位置: 足跟後緣直上5.5寸, 足底正中線左右

主治: 腹痛, 腹瀉, 痢疾

操作: 直刺或斜刺 0.8-1.2寸

12) 癆根1

位置: 足跟後緣直上6寸, 足底正中線內側2寸

主治: 食道下端, 胃, 噴門 등의 腫瘤에 대한 鎮痛, 症狀改善作用

操作: 直刺 0.3-0.5寸

13) 大腸  
位置: 足跟後緣 直上 6.5寸, 足底正中線  
內側 2寸  
主治: 腹痛, 嘔吐, 腹瀉, 痢疾  
操作: 直刺 0.8-1.2寸

14) 腎  
位置: 涌泉穴 內外 各 1.5寸  
主治: 頭痛, 眩暈, 癲狂, 尿閉, 腰痛  
操作: 直刺 或 向涌泉穴 斜刺 0.8-1.2寸

15) 膀胱  
位置: 中趾根 後方 2寸, 足底 正中線上  
主治: 尿閉, 遺尿, 尿失禁  
操作: 直刺 或 斜刺 0.8-1.2寸

16) 子宮(精宮)  
位置: 中趾根 後方 1.5寸  
主治: 月經不調, 痛經, 帶下, 尿閉, 腰痛  
操作: 直刺 0.5-0.8寸

17) 癌根2  
位置: 膀胱穴 內側 2.5寸  
主治: 臍以下的 內臟腫瘍 및 淋巴轉移性  
癌의 鎮痛, 症狀改善作用  
操作: 直刺 或 向後 斜刺 0.8-1.2寸

18) 坐骨1  
位置: 足四趾根後4寸  
主治: 坐骨神經痛, 腰痛, 肩痛  
操作: 直刺 或 向後 斜刺 0.5-1.0寸

19) 牙痛1  
位置: 足小趾根 後方 1寸  
主治: 牙痛  
操作: 直刺 或 向後 斜刺 0.5-1寸

20) 牙痛2  
位置: 足拇趾, 次趾間 後 1寸  
主治: 牙痛  
操作: 直刺 0.5-1.0寸

21) 遺尿  
位置: 足小趾 第一節 橫紋 中央  
主治: 遺尿, 尿頻  
操作: 直刺 或 向後 斜刺 0.3-0.5寸

22) 趾端(氣端)

位置: 兩足 十趾尖端, 去爪甲 0.1寸  
主治: 中風昏迷, 足趾麻木, 脫疽, 脚氣  
操作: 淺刺 0.1-0.2寸 或 三稜針 點刺出  
血

(2) 足背部  
1) 頭痛點  
位置: 足背 第二, 三, 四趾 本節 內側  
赤白肉際  
主治: 頭痛  
2) 扁桃1  
位置: 足大趾上, 足拇指 伸筋內側 本節  
部  
主治: 急性扁桃腺炎, 流行性耳下腺炎, 濕  
疹, 蕁麻疹  
操作: 淺刺 0.2-0.3寸

3) 扁桃2  
位置: 太衝穴斗 行間穴斗 中點  
主治: 急性扁桃腺炎, 流行性耳下腺炎  
操作: 直刺 0.1-0.8寸

4) 腰痛點  
位置: 第一 趾節骨 小頭外側 前方 陷凹  
處  
主治: 急性腰捻挫, 腰痛  
操作: 直刺 0.5-0.8寸

5) 坐骨2  
位置: 足背部, 足臨泣斗 地五會斗 中點  
主治: 坐骨神經痛  
操作: 直刺 0.6-0.8寸, 或 向足底部 坐骨  
1 方向 斜刺1-1.5寸

6) 落枕  
位置: 足背 第三, 四趾 趾峰端 後 2寸處  
主治: 落枕  
操作: 直刺 或 斜刺 0.5-0.8寸

7) 胃腸點  
位置: 足背 第二, 三趾 趾縫端 後 3寸處  
主治: 急性慢性胃腸炎, 胃十二指腸潰瘍  
操作: 直刺 或 向 上方 斜刺 1-1.5寸

8) 心痛點  
位置: 解谿穴下 2.5寸

主治: 心痛, 心悸, 哮喘, 感冒

操作: 直刺 0.3-0.5寸

9) 腰腿點

位置: 解谿穴下 0.5寸, 左右 陷凹處

主治: 腰腿痛, 下肢 拘攣 疼痛

(3) 足內外側部

1) 眩暈點

位置: 足內側 舟狀骨突起 上方 陷凹處

主治: 眩暈, 頭痛, 高血壓, 耳下腺炎, 急性扁桃腺炎

操作: 直刺0.3-0.5寸

2) 痛經1

位置: 內踝最高點 直下 2寸

主治: 機能性子宮出血, 月經不調, 痛經

操作: 直刺 或 斜刺 0.5-0.8寸

3) 痛經2

位置: 足內踝 舟狀骨隆起下後方 陷凹處

主治: 痛經, 機能性子宮出血, 子宮附屬器炎

操作: 直刺 0.8-1.0寸

4) 癲癇點

位置: 太白穴과 公孫穴의 中間

主治: 癲癇

操作: 直刺 0.8-1.2寸

5) 脣

位置: 崑崙穴 直上 1寸

主治: 坐骨神經痛, 腹痛, 頭痛

操作: 直刺 或 斜刺 0.8-1.5寸

8. 足針의 取穴原則<sup>1,11,12)</sup>

1) 疾病의 症狀에 따른 取穴

各種疾病의 症狀이 選穴의 根據가 되고 主症에 따른 取穴이 有效한 穴位들이 있다. 例로 頭痛에는 頭痛點을 失眠에는 失眠點을 選擇할 수 있다. 主症이 같은 穴位는 配合 應用할 수 있다. 例로 坐骨 神經痛에는 坐骨 1, 2, 3穴을 配合할 수 있다. 두가지 以上의 症狀을 兼하고 있는 境遇에는 對證取穴의 原則에 따라 配合應用할

수 있는데 例로는 頭痛과 失眠을 兼하는 境遇에 頭痛點과 失眠點을 配合할 수 있다<sup>11)12)</sup>.

2) 疾病의 相應部位에 따른 取穴

疾病의 發病 部位가 다르더라도 그 病位에 相應하는 足針穴 上에 刺針할 수 있다. 例로는 胃痛에 胃點을 尿閉에는 膀胱點, 腎點 等を 取한다<sup>11)12)</sup>.

3) 藏象學的 辨證에 따른 取穴

例로 肝腎不足으로 肝陽上亢하여 된 眩暈에는 眩暈點을 除外하고 肝點과 腎點을 取하여 滋腎水 養肝木한다. “肝開竅于目”, “腎開竅于耳” 하므로 目病에는 肝點을 耳病에는 腎點을 取穴한다<sup>11)12)</sup>.

9. 足針療法の 主意事項 및 禁忌<sup>11)12)</sup>

1) 足針은 刺戟量이 比較的 強하므로 刺針前에 이에 대해 患者에게 充分한 說明을 하여 量針을 豫防한다. 體位는 平臥位로 한다.

2) 足針의 穴位는 主로 骨과 骨膜周圍에 分布하므로 刺針時 骨膜 또는 血管을 損傷시키지 않도록 主意한다.

3) 久病體虛 或 形體消瘦, 大汗, 出血, 孕婦, 低血壓 等の 患者는 刺針을 慎用하고 灸法이나 按摩法을 利用한다.

4) 感染에 主意하여 消毒을 嚴重히 한다.

5) 高熱, 특히 原因不明의 發熱時에는 慎用한다.

6) 下肢靜脈炎, 血栓이 있는 者는 慎用한다.

7) 外科的 手術이 必要한 境遇는 慎用한다.

8) 足部에 潰疽, 感染, 化膿性疾患이 있는 者는 慎用한다.

10. 足部の 刺戟方法<sup>13)</sup>

足의 穴位를 刺戟하는 方法은 針刺 以外에 灸法, 敷法, 按摩法 等이 있다.



1) 針刺法

常用하는 方法으로 患者를 仰臥位로 눕히고 足을 伸展하고 穴位를 消毒하고 疾入한다. 強刺戟(瀉法)時에는 0.5-1.0寸 刺入後 捻轉 提插하여 得氣後 20분 留針하고 5-10分마다 捻轉한다. 弱刺戟(補法)時에는 2-5分 淺刺하여 輕捻轉後 出針하거나 15分程度 留針한다. 十日程度를 一療程으로 하고 療程間에는 3-5日의 休息 期間을 가진다.

2) 足灸法

이는 溫熱刺戟으로 疾病을 治療하는 方法으로 溫經散寒, 回陽救逆, 行氣活血의 作用을 가진다. 艾炷灸는 穴位上에 3-7壯 程度의 艾炷를 놓고 溫熱로 灼痛을 나타내게 하는 것이다. 艾條灸는 點火한 艾條를 穴位上에 3mm程度 크기로 薰灸하거나 往復運動하면서 穴位를 薰하는 方法이다. 或은 雀啄하듯이 穴位上에서 1cm 程度의 높이로 가까이하였다가 멀리하는 方法으로 每回 5-15分 程度 薰한다. 病程에 따라 每日 二回씩 十回를 一療程으로 하고 療程間의 間隔은 2-3日로 한다. 施灸時에 患者가 灼痛을 느끼면 곧 艾條를 交換하여 火傷이 생기지 않도록 하고 灸後에 發泡되면 感染에 主意 한다.

3) 足心敷法

本法은 藥物을 患者의 足心에 塗布하여 各種 疾病을 治療하는 方法이다. 藥物은 一般的으로 寒藥에 比해 熱藥이 많은데 大蒜, 吳茱萸, 附子, 南星 등을 常用 한다. 大蒜을 塗抹하여 直接 足心에 붙이는데 細沫하여 陳醋, 南星醋, 米醋 等과 섞어서 膏를 만들어 足心の 涌泉穴에 부친다. 塗布範圍는 크게 拘碍받지 않는다. 一般的으로 直徑 1.5cm, 두께 0.2-0.3cm 程度로 한다. 敷後 藥物의 局部에 대한 反應을 살피는데 灼痛 發泡하면 效能을 不問하고 藥末을 除去하고 感染을 防止한다. 天疫, 呃逆, 冷痢, 厥逆, 溫毒, 小兒流涎, 鼻衄, 赤

眼, 口舌生瘡, 牙疳 等の 各科疾患에 使用한다.

4) 按摩法

이는 手로 足의 特定區域을 按摩하여 疾病을 治療하는 方法이다. 本法은 安全하고 痛症이 없어 小兒나 老弱者 등 針을 두려워하는 患者에게 適當하다. 足을 按摩하는 方法은 疾病의 治療 뿐 아니라 疾病의 豫防, 新陳代謝 促進, 抗老衰益志醒腦, 抗癌 等の 作用이 있다.

11. 足針의 操作 方法<sup>1,11,12)</sup>

1) 針具의 選擇

28-30號의 1-2寸 짜리 毫針으로 迅速히 刺針한다.

2) 體位의 選擇

仰臥位로 兩下肢를 펴고 刺針한다.

3) 針具 및 穴位의 消毒

75%의 알코올로 刺針할 穴位를 消毒한다.

4) 留針時間 및 療程

刺針하여 得氣後 拔針하거나 3-5分程度 留針한다. 病程에 따라 20-30分 程度 留針하고 5-10分 程度 捻轉한다. 必要에 따라 皮下에 埋針할 수 있다. 一般的으로 一日에 一回, 또는 二일에 一回씩 七回를 一療程으로 한다. 一療程이 끝나면 2-3일 쉬었다가 다시 一療程을 施行한다. 急性病의 境遇 一日 二回씩 刺針한다.

III. 考察

足針療法은 分區針法의 一種으로 다른 針灸療法과 마찬가지로 針灸學의 一分枝에 屬한다<sup>1)</sup>. 《靈樞·終始》의 “病在頭者, 取之足.”<sup>5)</sup>의 原則에 根據하고 東醫學의 原理에 立脚하여 足針은 診斷과 治療面에서 새로운 針法의 한 部分으로 자리잡고 있다<sup>1)</sup>. 足針은 胎兒가 足掌部位에 드러누워 있는 形態로 頭部가 足跟部를 向하고 髻

部는 足趾에 着하고 臟腑는 足趾中央에 分布하고 있는 形狀으로 足을 分寸하고 그에 따라 穴位를 定하여 各 穴位의 主治 特性에 따라 足을 刺戟하여 治療하는 方法<sup>1)</sup>으로 足의 一定부위를 按摩·針刺·艾灸 等の 方法을 통해 刺戟하거나 藥物의 外敷·薰洗 等の 方法<sup>13)</sup>을 통해 臟腑의 虛實을 調節하고 經絡·氣血을 疏通시켜 全身과 局所의 疾病을 治療할 뿐 아니라 豫防의 次元에서 健康을 增進시키는 方法을 말한다<sup>3)</sup>.

足針의 起源은 人間이 過勞로 因하여 人體가 疲勞하다든지 痛症이 있을때 本能的으로 足을 刺戟하는 等の 本能的인 動作에서 찾을 수 있는데 따라서 어떠한 治療法보다도 먼 古代에서 찾을 수 있다<sup>3)</sup>.

足은 十二正經中 足三陰·三陽經과 關係하고 있고 十二皮膚 및 人身의 陰陽과 關係하고 있는데 《素問·厥論》에서 “陽氣起于足五指之表，陰脈者集于足下而聚于足心……陰氣起于五指之里<sup>4)</sup>”，“陽氣勝則 足下熱，……陰氣勝則 縱五趾至膝上寒<sup>4)</sup>.”라는 表現으로 足과 全身의 陰陽과의 關係를 明瞭히 表現한다<sup>8)</sup>. 足과 三陰三陽經과의 關係는 《靈樞·經脈》에서 足三陰經은 足趾에서 起하고 足三陽經은 足趾에서 止하는 經絡循行路線에 의해 說明된다<sup>35)</sup>. 足과 經絡과의 關係는 足三陰經을 통해 肝·脾·腎과 關係하고 足三陽經을 통해 胃·膽·膀胱과 相交한다<sup>35)</sup>. 또 奇經八脈中 督脈·衝脈·帶脈·陽蹻脈·陰蹻脈·陽維脈·陰維脈 等を 통해 人體의 全身과 關係한다<sup>8)</sup>. 따라서 經脈·氣血·陰陽이 足과 密接한 關係가 있고 五臟六腑의 病理變化가 足에서 나타나므로 足을 통한 刺戟으로 人體의 氣血을 調節하고 陰陽을 和平하게 하여 全身의 疾病을 治療하고 臟腑의 機能을 調節한다. 그외에도 經筋을 통해 足部의 運動技能을 主管하는데 經筋은 人體의 經氣가 筋肉關節에 結聚散絡하는 體系로 筋肉骨格과 連

繫하며 足三陰三陽의 經筋은 足에서 起하고 結한다<sup>13)5)</sup>.

足針의 骨度分寸은 足廣을 5寸, 足長을 10寸, 足跟橫折을 3寸, 足底에서 足踝까지의 높이를 3寸으로 하는 骨度分寸法에 따라 穴位를 定하고<sup>1,11)</sup> 胎兒가 足掌에 누워 있는 形狀으로 頭部는 足跟部를 向하고 臀部는 足趾에 着하고 臟腑는 足趾部 中央에 分布하는 形態를 基準으로 足과 人體의 各部分을 形態的, 構造的으로 配合시켜 足의 各部分에 나타나는 色澤, 形狀 等に 따라 全身의 疾患을 診斷하고 逆으로 足의 病變反應部位를 刺戟하여 治療하는 方法이다<sup>1,11)</sup>.

足針의 取穴原則은 3가지가 있는데, 첫째는 症狀에 따른 對證取穴이다. 頭痛에는 頭痛點을, 失面에는 失眠點을 取하는 方法으로 主治作用이 같은 穴位들은 同時取穴할 수 있다. 둘째는 疾病에 相應하는 病位를 取穴하는 方法으로 胃痛에는 胃點을, 尿閉에는 膀胱, 腎點 등을 取하는 方法이다. 셋째는 藏象學的 辨證에 依據하여 取穴하는 方法으로 肝腎不足으로 因한 眩暈에는 眩暈點이 아닌 肝點과 腎點을 配合하여 肝腎을 滋養하는 等の 方法이다<sup>1,11,12)</sup>.

足과 臟腑經絡의 病位의 關係는 《靈樞·經脈》에서 “胃足陽明之脈……是主血所生病者……足跗上皆痛中指不用……是主脾所生病者……足大指不用……膀胱足太陽之脈……是主筋所生病者……足下熱而痛……膽足少陽之脈……是主骨所生病者……外踝前及諸節皆痛，小指次指不用<sup>5)</sup>”이라 하여 經絡의 循行部位에 따라 病이 所生하는 것으로 보아 足陽明胃의 病은 足跗가 疼痛하고 中趾不用하고, 足太陰脾의 病은 大趾不用하며 足太陽膀胱의 病은 足下熱痛하다. 足少陽膽의 病은 外踝와 關節이 疼痛하고 小趾次趾不用한 것으로 본다<sup>5)8)</sup>.

足의 診斷作用은 足을 살펴 疾病의 原因을 찾고 病變의 所在를 把握하는데 있

다. 足의 診斷은 足의 色澤, 形態, 足部位의 切脈 등의 方法으로 이루어진다<sup>8)</sup>.

形態의 盛瘦로 疾病의 有餘不足을 判斷하는데 脛과 足背의 腫大는 水氣이고 脛枯脚瘦者는 脾胃虛이며 足下平滿者는 傷腎의 絶證이다<sup>8)</sup>. 足十指脫落者는 筋死이고 不用者는 經病이다<sup>8)</sup>. 足이 腫하여 踝에 이르면 陽虛氣缺이고 脛에 이르면 脚氣逆衝이다<sup>8)</sup>. 足의 陰陽寒熱虛實은 屈者는 陰이고 伸者는 陽이며 强者는 邪實이고 痿者는 濕熱 或은 形氣의 虛이다<sup>8)</sup>. 拘急者는 寒邪이고 弛緩者는 熱疾이며 瘳瘳者는 筋脈相引한 것이고 振跳者는 氣血俱虛이고 屈伸不利者는 筋이 장차 衰敗할 것이다<sup>8)</sup>. 屈伸不利者는 腎虛이고 屈이 不伸者는 病在筋한 것이며 伸而不屈者는 病이 骨에 있는 것이다<sup>8)</sup>. 陽緩이 陰急者는 陰蹻의 病이고 陰緩이 陽急者는 陽蹻의 病이다<sup>8)</sup>. 足跛或左或右者는 風寒濕의 病이고 轉筋者는 病이 筋에 있는 것이고 足縱而不任地者는 大經이 空虛한 것이다<sup>8)</sup>. 足搖而不任身者는 骨髓의 枯滅이고 足不收者는 脾氣虛 또는 肝血의 不營筋한 所致이다<sup>8)</sup>. 足不舉者는 脾氣의 實이거나 風濕之邪가 經氣를 阻滯한 것이다<sup>8)</sup>. 筋緩하여 不能行步者는 肝虛이다<sup>8)</sup>.

足針의 適應證은 一般의인 體針이 가지는 모든 疾患에 應用되는데 疼痛緩和, 中樞神經 調節作用, 消化吸收의 促進作用, 體液의 平衡 調節作用, 免疫機能의 強化作用 등의 效能<sup>3)</sup>을 가지고 있어 急性扁桃腺炎, 牙痛, 頭痛, 食中毒, 急性腸炎, 痢疾, 前立腺炎, 遺尿, 痔疾, 呃逆, 神經性胃痛, 急性乳腺炎, 急性中耳炎, 産後惡露不盡, 메니얼씨 症候群, 落枕, 肩關節周圍炎, 腕關節損傷, 膝關節損傷, 肋間神經痛, 急性腰損傷, 脚下痛 등에 迅速한 效果를 보이고 있고, 慢性氣管支炎, 慢性前立腺 肥大, 風濕性關節炎, 高血壓, 糖尿病, 狹心症, 不定脈, 坐骨神經痛, 慢性蟲垂炎, 慢性胃炎, 慢性結

腸炎, 習慣性便秘, 慢性膽囊炎, 慢性腎炎, 痛經 등의 慢性疾患에도 效果를 보이고 있다. 乳房腫瘍, 複視, 三次神經痛, 肝硬化의 腹水, 萎縮性胃炎 등의 比較的 難治에 屬하는 疾患에 대해서도 效力을 보인다<sup>3,8)</sup>.

足針의 治療作用은 세가지로 구분하는데 近治作用, 遠治作用, 特殊作用이 있다. 近治作用은 足部의 該當穴이 所在하는 部位와 近位組織의 病證을 治療하는 作用이다<sup>3,8)</sup>. 近位取穴의 方法에 屬한다<sup>3,8)</sup>. 遠治作用은 遠位取穴에 屬하는 方法으로 經脈의 循行에 의해 足의 穴位를 取하여 上部의 病變을 治療하는 方法<sup>3,8)</sup>으로 《靈樞·熱論》에서는 “日中赤痛, 縱內皆始, 取之陰維<sup>5)</sup>”라 하여 陰維는 照海를 말하는 것으로 足의 照海를 取하여 日疾을 治療하는 遠治作用을 說明하고 있고 《素問·繆刺論》에서는 “脇痛不得息, 咳而汗出, 刺足小趾次趾爪甲上<sup>4)</sup>”이라 하여 足針의 遠治作用의 根據를 말하고 있다<sup>3,8)</sup>. 特殊作用은 足針穴位만이 가지는 特殊作用을 말하는 것으로 至陰穴은 艾灸로 脫位를 治療하고 牙關은 牙痛을 治하며 腹瀉穴은 腹瀉를 治하는 등의 足部俞穴만이 가지는 特殊作用을 말한다<sup>3,8)</sup>.

足針의 操作方法은 1-2寸짜리 毫針으로 患者를 仰臥位로 하여 針穴部位를 消毒하고 刺針후 得氣되면 곧 發針하거나 3-5분 留針한다<sup>11)12)</sup>. 疾病의 輕重에 따라 5-10분 捻轉하여 20-30분 留針할 수 있다<sup>11)12)</sup>. 一日一回씩 刺針하여 七회를 一療程으로 하고 急性病의 경우 痛症이 甚하면 一日二回씩 刺針한다<sup>11)12)</sup>.

足針施術의 主意事項은 刺戟의 強度가 強하므로 患者에게 미리 主令시켜 暈針을 防止하고 足針의 穴位가 骨에 沿하여 있으므로 骨膜을 傷하거나 血管을 刺하지 않도록 主意한다. 感染防止를 위하여 消毒을 철저히 하고 久病體虛消瘦者는 刺針을 避하고 按摩 또는 艾灸의 方法을 使用한

다<sup>1,11,12)</sup>.

以上の内容を 살펴보아 足針療法은 足의 特定穴位에 刺針하여 局所 뿐 아니라 全身의 疾患을 治療하는 分區針法의 一種으로 足針의 特長은 操作이 簡便하고 쉽게 배울수 있고 여러가지 疾患에 有效하며 經濟의이며 人體에 대한 損傷이 比較的 적은 自然療法으로 豫防的 次元에서 健康增進의 效果가 있고 活用範圍가 넓다는데 있으며 季節이나 場所의 拘碍를 받지않는 等の 優秀性으로 보다넓은 臨床活用과 研究의 價値가 있을 것으로 思料된다.

#### IV. 結 論

黃帝內經에서 最近에 이르기까지의 文獻을 考察해 본 結果 足針에 關하여 얻은 結論은 다음과 같다.

1. 足針療法은 五臟六腑, 經絡과 連結하여 足部의 特定穴位를 刺戟하여 局所와 全身의 疾患을 治療하는 新針療法이다.

2. 足은 12正經中 足三陰·足三陽經과 密接한 關係가 있다.

3. 足의 骨度分寸은 足廣을 5寸, 足長을 10寸, 足跟橫折을 3寸, 足底에서 足踝까지의 높이를 3寸으로 한다.

4. 足의 診斷方法은 足의 色澤, 形態, 足部位의 切脈 等の 方法이 있다.

5. 足針의 取穴原則은 對證取穴, 病位에 따른 取穴, 臟象學的 辨證에 의한 取穴이 있다.

6. 足針의 治療作用은 根治作用, 遠治作用, 特殊作用이 있다.

7. 足針의 適應證은 全身의 모든 疾患에 利用할 수 있고 刺戟量이 強하므로 急性病에 優秀한 效果를 나타낸다.

8. 足針施術의 注意事項은 刺戟의 強度가 強하므로 患者에게 미리 主旨시켜 針을 防止하고 骨膜을 傷하거나 血管을 刺하지 않도록 한다.

#### 參 考 文 獻

1. 崔容泰 외: 針灸學, 서울, 集文堂, 1988, (上)pp. 78-102 (下)pp1365-1368, p1423,1426.
2. 郭長春 외: 微針療法, 重慶, 重慶出版社, 1988, pp1-7, 106-112
3. 李杰: 足療治百病, 吉林城, 吉林科學出版社, 1983, pp1,2,4.
4. 洪元植: 精華黃帝內經素問, 서울, 東洋醫學研究院, 1985, p88-90, 119-122, 146-147, 170-172, 225-227.
5. 河北醫學院: 靈樞經校釋, 北京, 人民出版社, 1982, (上)pp119-139 185 235 219-280 (下)pp186 548.
6. 成樂基: 八十一難經解釋, 서울, 古文社, 1980, pp42-43.
7. 李 挺: 醫學入門, 서울, 一中社, 1983, pp97-100.
8. 李家康 외: 現代實用足針療法, 北京, 北京醫科大學 中國協和醫科大學 聯合出版社, 1993, pp7-10
9. 張機: 金匱要略, 서울, 成輔社, 1976, (上) p145.
10. 吳謙 외: 醫宗金鑑, 台北, 서울, 大中國圖書公司, 中華民國73年, p110.
11. 府強主: 實用針灸療法臨床大典, 北京, 中國中醫藥出版社, 1991, pp142, 145-147.
12. 孫 : 中國特種針法, 北京, 中國醫學科技出版社, 1991, pp72-75.

13. 王 岱: 實用微針療法, 北京, 中國中醫藥出版社, 1994, pp124-126.