

침구의학의 개론

침구의 의의

□ 침구요법의 정의 :

음양오행설·경락학설·장상학설 등 한의학의 기초 이론을 근거로 하여 체표상의 일정한 부위에 각종 침구와 조작방법을 운용하여 물리적 자극을 주어 생체에 반응을 일으키게 함으로써 질병을 예방 완화 치료하는 한의학 의료기술의 한 분야

□ 침구요법의 장점

- ① 내과, 부인과, 소아과, 신경정신과, 외과, 오관과 등 임상 각 과의 모든 병증치료뿐만 아니라 예방과 진단까지 응용하므로 활용범위가 넓다.
- ② 효과가 빠르고 우수
- ③ 값비싼 기구나 시설이 필요치 않으므로 경제적이다.
- ④ 부작용이 작고 안전하다.
- ⑤ 시술이 간편하며 배우고 익히기가 쉽다.

침구의 기원 및 발전

1. 침구의 기원

- 고대의 가장 원시적인 자침도구를 '편석'이라 칭한다. 편석은 추형 혹은 설형으로 연마해서 만들어진 소석기로서 피부를 자극하고 천자해서 출혈시키며 절개배농하는데 사용하였다.
- 구법이 발명된 시기는 인류가 불을 이용할 줄 알게 된 이후이다. 불이 있으면, 풍습통과 같은 질병으로 지체에 냉감이 있을 때 본능적으로 지체의 환부를 불에 쪼여 온기를 얻으려고 한다. 이때 잘못하여 어딘가에 화상을 입고, 그로 인해 도리어 어떤 질병이나 통증이 치유 혹은 경감되는 수가 있었다. 이것이 구법의 발명일 것이다.
- 이 밖에 침구법과 비슷한 흡각요법(부항요법)을 고대에는 '角法'이라 칭하였다. 각법은 동물의 뿔로 만든 식기를 써서 타는 화력에 의하여 각배 속의 공기를 배제하고 피부표면에 흡착시켜 질병을 치료하고 배농하는 일종의 방법이다.

2.鍼灸의 발전

1) 고대 침구의학의 역사

(1) 상고시대 - 편석

(2) 춘추전국시대

경맥에 관한 最古전문서적으로서 1973년 출토된 장사시 마왕퇴 한묘의 백서 중에는 <족비십일맥구경> <음양십일맥구경> 등이 있어 경락의 초기 개념을 알 수 있다.

- ① 경맥의 순행부위; 족비십일맥구경-모두 구심성 / 음양십일맥구경 - 일부 원심성 주행
- ② 족비십일맥구경 - 경맥의 증상에 대해 아직 체계적 분류 안 됨.
- ③ 족비십일맥구경과 음양십일맥구경은 뜸법만 언급하고 침법 언급 안 됨.

(3) 진한-삼국

- ① <황제내경> 침구의학의 기초이론을 확립

- 가. 경락의 내용에 관해 십이경맥, 기경팔맥, 십이경별, 십오락맥등 거의 완벽한 체계
- 나. 음양오행학설 중시 - 인체의 생리병리 설명
- 다. 경혈의 개념, 명칭, 부위 등이 비교적 자세히 기록
- 라. 득기가 침의효과를 결정할 수 있다고 함
- 마. 보사법의 기본이 되는 서질보사, 염전보사, 호흡보사, 영수보사, 개합보사와 뜸에도 보사 있음을 기재
- 바. 九刺, 十二刺, 五刺, 巨(거)刺, 繆(무)刺, 三刺 등 다양한 침법이 기록
- 사. 금침에 대한 상세한 기록과 침의 모양과 용도에 따라 구침으로 정리
- ② <난경> 침뜸의학 이론 체계화
 - 가. 기경팔맥의 종류, 유주, 작용, 질병 등을 <황제내경>보다 자세히 논하여 기경팔맥 이론을 정교하게 정리
 - 나. 오수혈, 수혈, 모혈 등 특정 수혈에 관해 정리. 팔회혈 최초 언급
 - 다. 자모보사를 비롯한 다양한 침자보사법, 춘하추동 사시기운에 따른 사시자법 등을 논함
 - 라. 시동병과 소생병에 대해 기혈과 선후로 구분해 설명
- (4)서진남북조 : 침구갑을경
- (5)수당오대
- (6)송금원대 : 침구자생경

2) 한국 침구의학의 역사

- (5) 조선시대 : 허준의 침구법과 사암도인의 새로운 침구보사법이 창시되어 오늘날까지 임상에서 중요하게 활용

3. 鍼具의 발전

1) 침구의 자침방법의 변화와 발전

: 자침요법의 전신은 펴자요법이고 펴자의 도구는 펴석이다.

중국 - 골침, 죽침, 도침을 의료에 응용

- 금속침구의 이용은 청동기시대부터 시작

- 내경에 기술된 구침은 청동기시대에 맹아가 시작되어 철기시대에 발전완성

★ 구침의 종류 (형상 및 용도 암기)

① 鑱(참)침

가. 형상: 길이 1.6촌, 말단의 1푼이 예리함

나. 용도: 피부를 천자하여 사혈해서 두부, 신체의 열증 등을 치료

② 圓(원)침

가. 형상: 길이 1.6촌, 침체는 원주형이고 침끝은 난원형이다

나. 용도: 체표를 문질러 분육간의 기체를 치료한다. 기육을 손상하지 않는다.

③ 鍤(시)침

가. 형상: 길이 3촌, 침두가 서속형으로 둥글면서 약간 뾰족하다

나. 용도: 경맥을 안압하는데 쓴다. 심입해서는 안된다

④ 鋒(봉)침

가. 형상: 길이 1.6촌, 침체는 원주형이고 침두는 예리한 삼각뿔 모양이다

나. 용도: 사혈하여 웅증, 열병을 치료

⑤ 鉞(피)침

가. 형상: 길이 4촌, 너비 2푼 반, 칼날모양

나. 용도: 웅농 등 외증의 할치에 쓴다

⑥ 圓利(원리)침

가. 형상: 길이 1.6촌, 침두는 약간 큰데 침체는 도리어 세소하며 둥글고 예리함

나. 용도: 웅증, 비증에 심자한다

⑦ 毫(호)침

가. 형상: 길이 3.6촌, 침체가 털처럼 가늘고 침두는 모기주둥이와 같다

나. 용도: 한열, 통비를 치료

⑧ 長(장)침

가. 형상: 길이가 7촌, 침두는 예리하고 침체는 가늘고 길다

나. 용도: 심자하여 深邪遠庫(심사원비)를 치료

⑨ 大(대)침

가. 형상: 길이 4촌, 침체가 굵고 둥글다

나. 용도: 寫水. 관절을 통과할 수 없는 수기를 취한다. 후세인은 화침으로 나력유옹 등의 증을 치료

▪원침과 시침- 체표를 안마하거나 안압하는 도구/ 원침- 후세에 원두침, 시침 - 후세에 추침

▪참침은 천자하는 침구/ 후세에 전두침, 피부침, 차침

▪봉침은 후세의 삼릉침 / 사혈하거나 락맥을 사함

▪피침은 후세의 검침/ 割刀로 사용

▪원리침도 외과용이며 최근에는 소미도로 만들어 사혈에 사용

▪호침은 구침중의 주체로 응용범위가 가장 넓은. 침자요법의 주요도구.

▪장침은 호침을 길게 한 것. 후세의 환도침으로 최근에 망침으로 응용됨

▪대침은 호침을 굵게 한 것. 대침을 가열 후 자침하는 것을 화침(=취자)이라 함.

대침을 약간 변형→적의침이라 함.

▪장침과 대침을 종합한 것이 현재의 거침

2) 구법의 연료 및 방법의 변화와 발전

□구법에 쓰인 재료는 최초로 일반적으로 수지등을 이용. 애융이 구법의 주요 연료가 된 것은 춘추전국시대 이후이다. 고대의 구법은 일반적으로 직접구였다. 애주가 크고 시술하는 장소도 많았다. 진당시대에 이르러 애구와 약물을 결합시킨 각종 간접구법이 발명되었다. 약물을 척주상에 깔고 그 위에 애융을 놓고 연소하는 鋪灸(포구) 혹은 장사구 라고 하는 일종의 간접적 다주구법이 있었다. 이 밖에 송대의 침구서적에는 천구와 자구라는 기록이 있다. 이는 자극성 약물을 관계부위에 붙여서 발포케 하는 방법이다.

침구의 작용원리와 응용원칙

□ 침법과 구법은 모두 혈위의 자극을 통하여 경락의 기능을 활성화시켜 치료작용을 나타내는 것이다.

□ 調氣治神

- 조기 : 경락, 장부에 氣의 편승(불균형)을 조절하여, '有餘' 혹은 '不足'의 불협조 상태를 협조상태로 회복시키는 것.
조기의 또 다른 의의는 氣血운행을 조화시키는 것.
- 치신 : '神動氣行'을 유도해 調氣의 효과를 높이고 경락의 기혈 운동을 강화.
治神에는 또 '以移其神'의 작용이 있음
- 경맥을 刺하여 출혈시키는 사혈요법도 그 작용에는 조기치신과 관계가 있다.
장부, 기관의 기능이 편승된 것을 조절하는 '補虛瀉實'작용도 調氣治神의 결과

□刺鍼의 住痛移疼(止痛)작용

- 통증 : 외사침습이나 감정불울의 영향을 받으면 경락장부 등의 조직 중에서 기혈운동 저체되어 통증 발생
- 자침을 통해 通氣經脈, 調氣血氣하여 通則不通의 목표달성
<유경도익>以恢其氣 - 조직 기관의 수축 긴장상태를 완화하여 통증제거
住痛移疼 -神을 치료하여 동통에 대한 감각을 전이시킨 결과

□灸法の 작용은 자침과 유사 - 調氣治神

- 차이점
 - 애구의 온열자극 : 혈이 한하여 운동불창되고 응체한 경우에 구법을 적용. 온경 산한 통경 활락이 되고 혈맥의 흐름이 원활하게 된다. 임상적으로 한습으로 인한 비통 등의 질병치료에 구법이 응용.
 - 扶陽固脫 : 陽氣가 脫하여 사지가 차며 脈이 伏한자, 망양, 탈음자, 정신이 혼미한 환자에 응용
 - 예방·보건의 작용
- 임상에서 자침 - 급성질환, 열증, 실증에 다용
구법 - 만성질환, 한증, 허증에 다용

호침의 기초 침자법

1. 進鍼法

1)雙手進鍼法 : 좌우수를 함께 사용하여 침을 자입하는 방법. 자침부위와 침의 장단에 따라 다음과 같이 나뉨

(1)指切進鍼法

- 좌수의 조갑으로 혈위상을 누르고, 우수에 쥔 침을 조갑에 꼭 붙여 피부에 자입.
- 단침을 기육이 두터운 곳의 혈위에 자입할 경우 사용

(2)挾持進鍼法

- 좌수로 침체의 하단을 마주잡아 지탱하며 침침을 노출시키고, 우수로 침병을 잡아 침

체가 혈위를 향해 수직이 되도록 하여 자침을 하는 것.

- 장침으로 기육이 두터운 부위를 자입할 경우 사용

(3)舒張進鍼法

- 피부의 일부분을 손가락으로 뺏뺏하게 편 후 자침.
- 피부가 늘어져 있는 곳이나 주름이 있는 부위의 혈위에 자침시 사용. 장침을 심자할

때 응용

(4)摘取進鍼法

- 좌수로 피부를 집어 들어올린 후 우수로 침을 잡아 적취한 혈위에 자침.
- 얼굴부위의 혈위와 같은 피육이 얇은 부위에 자입할 경우 사용

2) 單手進鍼法 : 좌수의 모지, 식지로 침병을 쥐고, 중지끝은 혈위에, 중지의 지복에 침침과 침체의 하단을 지지후 자입. 호침 사용 시 많이 쓰며, 아울러 指切 舒張 摘取進鍼法을 함께 사용

3) 管鍼進鍼法(鍼管法)은 진침시 동통감소를 위한 것으로 침관을 만들어 押手를 대신함

2. 자침의 각도

①直刺(90도) : 일반적인 자침방향. 근육이 풍부한 부위에 상용.

②斜刺(30-60도) : 광범위한 작용범위. 골격변연이나 깊게 집어넣을 수 없는 혈위에 운용.

③橫刺(피부와 좌우 15도) : 머리부위의 피육이 얇은 곳의 혈위에 다용된다.

	형상	용도
참침	말단의 1분 예리	피부를 천자하여 사혈해서 두부 신체의 열증을 사한다.
원침	침체는 원주형, 침끝은 난원형	체표를 문질러 분육간의 기체를 치료한다. 기육을 손상하지 않는다.
시침	침두가 서속형으로 둥글면서 약간 뾰족하다.	경맥을 안압하는데 쓴다. 심입해서는 안된다.
봉침	침체는 원주형이고 침두는 예리한 삼각뿔 모양이다	사혈하여 응종, 열병을 치료
피침	길이 4촌, 너비 2푼 반, 칼날모양	응농 등 외증의 할치에 쓴다
원리침	침두는 약간 큰데 침체는 도리어 세소하며 둥글고 예리함	응종, 비증에 심자한다
호침	길이 3.6촌, 침체가 털처럼 가늘고 침두는 모기주둥이와 같다	한열, 통비를 치료
장침	길이가 7촌, 침두는 예리하고 침체는 가늘고 길다	심자하여 深邪遠庫(심사원비)를 치료
대침	길이 4촌, 침체가 굵고 둥글다	寫水. 관절을 통과할 수 없는 수기를 취한다. 후세인은 화침으로 나력유옹 등의 증을 치료

五刺, 九刺, 十二刺

1) 오자 : 피, 맥, 근, 육, 골 의 서로 다른 부위의 병증에 따라 활용하는 다섯 가지의 자침 방법에 대해 설명

명칭	자침방법	부위	상응장부
半(반)자	천자, 속히 발침	피	폐
豹文(표문)자	다자, 출혈 (자락요법)	맥	심
關(관)자	근의 말단에 자입	근	간
合谷(합곡)자	분육간을 계족상 자입 (약간 사자)	기육	비
輸(수)자	직입직출하되 심자	골	신

(1) 반자 : 피부에 천자하여 빠르게 출침하므로 털을 뽑는 모양과 유사 천자하여 근육층에는 이르지 않는 방법. 구침 중 모자법이 비슷하며 다만 반자가 조금 더 깊게 자입한다.

(2) 표문자 : 홍종열통 같은 종류의 병증 치료

(3) 관자 : 건이 골에 부착되는 부위 위에 자침. 관절염이나 근육구급의 근비증을 치료.

(4) 합곡자 : 기육 중에 사자하여 계조의 형태와 같이 몇 개의 방향으로 투자하는 자법으로 근비를 치료. 자침 시 기육이 풍부한 부위에 먼저 직자하여 득기 후 다시 피하까지 침을 끌어 낸 후 좌우로 나누어 사자.

(5) 수자 : 수직으로 자침과 발침을 시행하여 골격까지 심자하는 자법으로 골비를 치료.

※ 거자와 무자의 구별

	巨 刺	繆 刺
발병 부위	병사가 경맥에 있다	병사가 락맥에 있다
진단 근거	동통이 좌측에 있으면 우측의 맥상에도 병리변화가 있다.	신체에 동통이 있어도 삼부 맥상에는 병리변화가 없다
자침 부위	자경. 좌측에 유병하면 우측의 경혈을 취하고, 우측에 유병하면 좌측의 경혈을 취한다.	자락. 유관한 경맥의 사지단의 정혈과 피부의 울혈된 락맥을 사한다

九刺

- <영추·구침>에서 “침자법에는 9가지가 있는데 아홉 가지 病變과 응한다.” 여기에서 변이라는 것은 병변의 성질에 따라 동일하지 않는다는 것을 가리킨다.

(1) 俞刺

- 오장에 병이 있을 때의 침자법으로 장부에 질병이 발생하였을 때 해당 경락의 주슬관절 이하 榮穴과 俞穴을 취하고 背部에 상응하는 五臟俞를 취하는 방법.
- 현재 임상에서 오장의 병을 치료하는 데는 기본적으로 俞刺를 선혈원칙으로 삼고 있다. 예를 들어 폐병에는 태연·폐수를 취하고 신병에는 태계·신수를 취하는 등이다. 俞刺는 輸刺로 표기하기도 함.

(2) 遠道刺

- 병이 안면이다 구간 등의 상부에 있을 때 하지의 혈위를 취하는 방법.
- 육부의 병을 치료하는 데는 육부의 合穴을 취함.
- 질병부위와 자침혈위가 비교적 서로 遠位에 위치하고 있으므로 ‘원도자’라고 칭한다.
- 예를 들면 위병에 족삼리를 취하는 것.

(3) 經刺

- 경맥이 소통하는 부위 중에서 기혈이 응체된 부분에 자침하기 때문에 경자라고 칭함.
- 경락 어체와 기혈부족으로 인하여 국소부위의 홍종과 동통, 기타 경락과 장부의 병증을 치료하는 방법이 해당됨.

(4) 絡刺

- 체표의 울혈된 細小絡脈을 刺하는 방법으로 淺刺하여 소락을 출혈시키므로 락자라고 칭함.
- 임상에서 응용되고 있는 각종 천자방혈법, 예를들면 삼릉침(고대의 봉침)이나 소미도에 의한 점자출혈법, 피부침 혹은 차침으로 반복하여 자침하여 방혈시키는 방법 등이 모두 락자의 범위에 해당.

(5) 分刺

- 침이 심층근육까지 다다르게 하는 자법.

- 분육은 골격에 부착하는 심층부의 근육을 지칭하며 분육간의 갈라진 틈 사이에 자침하므로 분자라고 칭함.

(6) 大寫刺

- 피침으로 화농된 응저를 절개하여 배농하는 자법.

(7) 手刺

- 병소의 피부표면에 淺刺하는 방법으로 피부가 마목불인한 浮痺症과 피부병을 치료하는데 상용되며, 또한 장부병에도 활용.

(8) 巨刺

- 이것은 左病에 右側을 취하고 우병에 좌측을 취하는 것으로 좌우를 교차해서 配血하는 치료방법.

(9) 焮刺

- 침을 붉게 달구어 체표에 자입하는 자법으로 쉬자라고 칭한다.
- 寒痺에 쓰고 국소가 작열하며 근육이 이완된 열증에는 부적함.
- 후세에 火鍼이라고 부르기도 한다.

※ 구자

명 칭	자침취혈의 원칙	비 고
수자	제경의 형, 수, 오장수에 자함	형, 수, 배수혈을 취혈 (오장에 병이 있을때의 침치료법)
원도자	상에 있으면 하를 취하고 輪를 자함	원위취혈, 상병취하
경자	대경의 결락, 경분에 자함	경맥에서 취혈 (경맥이 소통하는 부위 중에서 기혈이 응체된 부분에 자침하기 때문에 '경자'라고 칭)
락자	소락의 혈맥에 자함	락맥에서 취혈하여 혈락을 사 (체표의 율혈된 세소락맥을 자하는 방법)
분자	분육지간을 취함	분육에서 취혈 (침이 심층 근육까지 다다르게 하는 자법)
대사자	피침으로 대농을 자함	외증의 농을 사함 (현재의 외과로 피침으로 화농된 응저를 절개하여 배농하는 자법)
모자	피부의 浮痺를 자함	피부를 천자
거자	좌병취우, 우병취좌	좌우 교차취혈
쉬자	번침을 자하여 한비, 응저를 치함	통처에서 취혈 (침을 붉게 달구어 체표에 자입하는 자법으로 '쉬자'라고 칭/ 焮 쉬 태우다, 담금질하다)

● 五刺法 (관표합반수)

명칭	부위	오장	자침방법	효능	원문
關刺	筋	간	팔다리 관절의 둘레에 붙어있는 힘줄에 直刺 (관절부위) (출혈해선 안됨) 筋의 말단에 直刺	- 근비(筋痺) (근의 동통제거)	直刺左右盡筋上. 以取筋痺. 慎無出血. 或曰淵刺. 一曰豈刺.
豹文刺	脈	심	병이 있는 곳의 전후좌우에 여러번 찌르되 반드시 작은 혈관을 찢러 출혈하게 함 전우좌후多刺, 必出血	- 어혈을 없앴 (출혈모양이 표범무늬와 비슷)	左右前後鍼之. 中脈爲故. 以取經絡之血者.
合谷刺	肌肉	비	침을 분육(分肉)까지 달게 놓은 다음 다시 피하까지 잡아당겨서 좌우를 향하여 사침(斜鍼)하여 닭의 발 모양으로 갈라지게 침을 놓는 것 分肉間을 雞足狀으로 刺	- 기비(肌痺) (기육의 동통제거)	合谷刺者. 左右雞足. 鍼于分肉之間. 以取肌痺. (= 雞足鍼法)
半刺	피부	폐	淺刺, 速히 拔針 (털을 뽑듯) 淺刺, 速히 拔針	- 체표 사기 제거 - 해수담전(咳嗽痰喘) - 피부병 등	淺內而疾發鍼. 無鍼傷肉. 如拔毛狀. 以取皮氣.
輸刺	骨	신	병이 있는 국소에 침을 곧추 찔렀다가 곧추 빼되 깊이는 빼에 까지 달도록 놓는 방법 直入 直出하되 深刺	- 골비(骨痺) - 깊은 부위 질병	直入直出. 深內之至骨. 以取骨痺.

● 九刺法 (수원경락분대모거취)

명칭	자침방법 및 효능	원문
수자(輸刺)	주슬이하 본수혈 특히 형혈(榮穴)과 수혈(俞穴)에 자침 오장의 병을 치료	刺諸經榮輸藏腑也
원도자(遠道刺)	병이 상부에 있을 때 하부에서 취혈. 육부의 병을 치료	病在上 取之下 刺府腑也
경자(經刺)	병이 생긴 국소와 연관된 경맥의 혈에 자침 경과 락 사이 혈기가 결집된 곳	刺大經之結絡經分也
낙자(絡刺)	체표에 울혈(鬱血)된 락맥을 찢러 피를 뽑는 방법 어혈증, 혈열증 치료 (삼릉침(三稜鍼) · 앞침이나 호침(毫鍼)사용)	刺小絡之血脈也
분자(分刺)	깊은 층에 있는 근육(=分肉)층까지 깊이 찌르는 방법 痺症, 癢症 치료	刺分肉之間也
대사자(大瀉刺)	피침(鉞鍼)으로 고름집을 찢고 고름을 빼는 침법	刺大膿以鉞鍼也
모자(毛刺)	호침(毫鍼)으로 피부 淺刺 피부 소양증, 피부 지각마비 치료	刺浮痺皮膚也
거자(巨刺)	왼쪽에 병이 생겼을 때에는 오른쪽 경맥의 혈에, 오른쪽에 병이 생겼을 때에는 왼쪽 경맥의 혈에 침을 놓는 방법 한쪽에 생긴 통증일 때 주로 적용	左取右右取左
취자(燄刺)	침을 불에 달구어서 부위에 빨리 찔렀다가 곧 빼는 방법 화침(火鍼) · 번침(燔鍼) · 소침(燒鍼)이라고도 부름. 유옹(乳癰), 나력(癰癰), 한비(寒痺) 치료	刺燔鍼則取痺也

● 十二刺法 (우수방제찬양단회음부보직)

명칭	자침방법	원문
偶刺(우)	하나는 가슴, 하나는 등에 자침, 心痺 치료, 비스듬히 자침(傍鍼)	一刺前 一刺後 以治心痺 刺此者 傍鍼之也
輸刺(수)	곧게 찌르고 바로 빼는 것, 기가 왕성하여 열이 있는 것 치료. (출혈 X)	直入直出 以治氣盛而熱者也
傍鍼刺(방)	경맥에 하나, 락맥에 하나씩 자침, 痺證이 오랜 것을 치료.	直刺傍刺各一 以治留痺久居者也
齊刺(제)	(=三刺) 직자하나, 옆에 좌우로 두 개. (가치런히 나란히), 寒氣 작고 깊은 것 치료. (양자와 구분할 것)	直入一 傍入二 以治寒氣 小深者
贊刺(찬)	직입직출, 出血 시킴.	直入直出 數發鍼而淺之出血
揚刺(양)	가운데 하나 꽂고, 주위에 4개 자침. 寒氣 큰 것 치료. (제자와 구분할 것)	正內一 傍內四 以治寒氣之博大者
短刺(단)	骨痺 치료, 침을 돌리면서 深刺. (빼까지 침이 닿게 함)	刺骨痺 稍搖而深之 致鍼骨所 摩骨也
恢刺(회)	근맥 구급한 곳 옆에 직자, 근급을 회복, 筋痺 치료.	直刺傍之 以治筋痺也
陰刺(음)	좌우 양쪽에 자침, 寒厥 치료.	陰刺者 左右率刺之 以治寒厥
浮刺(부)	비스듬히 자침, 기육이 당기고 찬 것 치료. (淺表)	傍入而浮之 以治肌急而寒者也
報刺(보)	통처 고정x, 통처보이면 빼서 다시 꽂음.	刺痛無常處也
直鍼刺(직)	피부 끌어올려서 자침. 寒氣가 淺表에 있는 것 치료.	引皮乃刺之 以治寒氣之淺者也

기본 보사법

항목	구분 의의	보법	사법
徐疾	進鍼, 退鍼의 快(疾)慢(徐)에 따라 구별	進鍼은 완만히 (二혹은三部로 나누어), 退鍼은 쾌속하게 함. 先淺後深	快速히 進鍼하고(한번에) 退鍼은 완만히 (二혹은三部로 나누어)함 先深後淺
提插	提鍼, 插鍼의 輕(慢)重(緊)에 따라 구별	插鍼較重(緊按) 提鍼較輕(慢提)	插鍼較輕(慢按) 提鍼較重(緊提)
捻轉	左右의 捻轉方向에 따라 구별	左轉(大指向前, 食指向後)	右轉(大指向後, 食指向前)
鍼向 (迎隨)	鍼頭方向의 逆順에 따라 구별	鍼頭를 經絡循行 방향으로 向하게 함	鍼頭를 經絡循行의 逆方向으로 向하게 함

부가 보사법

방법	조합	보법	사법
呼吸法	鍼向, 捻轉, 配合呼吸	重呼爲補	重吸爲瀉
	進退捻轉에 病人의 呼吸을 配合	呼氣시 進鍼, 吸氣시 退鍼	吸氣시 進鍼, 呼氣시 退鍼
九六法	捻轉, 提插의 九六回數	捻轉, 提插에 九數를 사용 (좌전)	捻轉, 提插에 六數를 사용 (우전)
子母法	五俞穴에 五行의 각 子母穴 배합	五俞穴 중 母穴을 취함	五俞穴 중 子穴을 취함
納支法	十二經脈에 十二時辰進行鍼刺 배합	過其時(氣衰) 鍼刺	當其時(氣盛) 鍼刺

열보, 량사법 (소산화, 투천량)

명칭	기본구성	조작법	작용	적응증
熱補法 (燒山火)	徐疾, 提插, 九六數, 呼吸, 開闔	三進一退, 緊插慢退, 行九數, 呼氣進鍼, 吸氣拔鍼, 拔鍼閉穴	溫陽	寒證
涼瀉法 (透天涼)		一進三退, 緊退慢插, 行六數, 吸氣進鍼, 呼氣拔鍼, 拔鍼開穴	瀉火 (사화)	熱證

용호교전, 아마요령, 봉황전시

명칭	기본구성	조작법	작용	적응증
龍虎交戰	捻轉, 九六數	左轉九數, 右轉六數를 反復施行하고 필요 시 三部로 나누어서 實施할 수 있음	疏通經氣	痛證
餓馬搖鈴	捻轉	捻轉시 左轉較快, 用力較重, 相反右轉較慢而輕 (좌전에 중심)	補虛	虛證
鳳凰展翅	捻轉	捻轉시 左轉較慢較輕, 相反右轉較快而用力, 將食指伸展放開 (同飛法)	瀉實	實證

자오도구

명칭	기본구성	조작	작용	적응증
子午搗臼	捻轉, 提插, 九六數	자침후 緊按慢提하고 左轉을 九數로 한다. 다시 緊提慢按하고 右轉을 六數로 한다. 반복해서 조작한다.	음양을 조화 시키고 經氣를 疏通시킨다.	水蠱脹

용호승강

명칭	기본구성	조작	작용	적응증
龍虎昇降	徐疾, 提插, 九六數 와 盤法, 弩法	먼저 天部에서 左盤1회하고 人部까지 緊按한다. 天部까지 慢退하고 右盤1회 한다. 提按을 이와같이 9회하고 다음 地部까지 插鍼하고 먼저 右盤하여 緊提慢按하고 다시 左盤한다. 이와같이 6회한다. 최후에 弩法을 써서 中指로 鍼體를 잡고 활모양으로 굽힌다. 전방을 눌러서 기가 뒤에 있게 하고, 후방을 눌러서 기가 앞에 있게 한다.	음양을 조화 시키고 經氣를 疏通시킴	음양이 失調되고 營衛가 不和한 병증