

《黃帝內經 × 醫方法門》 EP37

素問60・骨空論——膝蓋與骨質疏鬆專論

素材：《醫方明大論》黃帝內經系列（十之七～十）；內容為學習整理，非醫療建議。

本篇定位

素問第六十篇，《醫方明大論》**十之八**。老師定調：本篇是「**膝蓋與骨質疏鬆專論**」——《骨空》共有十處，如何治療全部開解。

游老師科判綱目

1 總問總答（風者百病之始，治在風府；不足則補、有餘則瀉） | 2 風邪所在病相對治（頭痛風府、出汗諵諵、畏風攢竹、落枕巨骨、腰痛諵諵、閃腰八膠） | 3 任督二脈寒邪治療（任／衝／督循行與病相） | 4 膝蓋問題九解 | 5 濕氣寒水、水俞五十七 | 6 骨質疏鬆、骨空十處 | 7 寒熱灸法二十九處。

三診辨證

一診・動力：任脈、**衝脈**、督脈循行；「衝脈者，起於氣街」。
二診・結構：膝（髌、機、骸關、連骸、輔、膕、關）、骨空十處。
三診・通訊：（督脈生病、上熱下寒）。

重點條列

- **骨質疏鬆＝骨空、骨內無髓**：老師說全身可以補陽艾灸。
- **督脈病「脊強反折」**——就是今天說的脊椎僵直。
- **膝痛分九種**：無法彎曲治髌、坐而膝痛治機、痛到拇趾治膕……連「痛如物隱」都有對應穴位。