



中华人民共和国国家标准

GB/T 12346—2021

代替 GB/T 12346—2006

经穴名称与定位

Nomenclature and location of meridian points

2021-11-26 发布

2021-11-26 实施

国家市场监督管理总局
国家标准化管理委员会 发布

目 次

前言 III

引言 IV

1 范围 1

2 规范性引用文件 1

3 术语和定义 1

4 腧穴体表定位的原则和方法 5

 4.1 腧穴体表定位的原则 5

 4.2 腧穴体表定位的方法 5

 4.3 标准体位 7

 4.4 腧穴定位的表述 7

5 十四经穴名称与定位 8

 5.1 手太阴肺经穴 8

 5.2 手阳明大肠经穴 9

 5.3 足阳明胃经穴 11

 5.4 足太阴脾经穴 15

 5.5 手少阴心经穴 16

 5.6 手太阳小肠经穴 17

 5.7 足太阳膀胱经穴 19

 5.8 足少阴肾经穴 25

 5.9 手厥阴心包经穴 27

 5.10 手少阳三焦经穴 28

 5.11 足少阳胆经穴 30

 5.12 足厥阴肝经穴 34

 5.13 督脉穴 35

 5.14 任脉穴 37

附录 A（资料性） 古今常用定穴解剖部位及方位术语对应词 40

附录 B（资料性） 世界卫生组织《针灸经穴定位》（西太平洋地区）人体分区术语 41

参考文献 43

索引 44



前 言

本文件按照 GB/T 1.1—2020《标准化工作导则 第 1 部分：标准化文件的结构和起草规则》的规定起草。

本文件代替 GB/T 12346—2006《腧穴名称与定位》，与 GB/T 12346—2006 相比，除结构调整和编辑性改动外，主要技术变化如下：

- a) 更改了范围(见第 1 章, 2006 年版的第 1 章)；
- b) 删除了作为基准穴点的经外奇穴“肘尖”(见 2006 年版的 2.4.22)，删除了 46 个经外奇穴的名称和定位(见 2006 年版的第 5 章)；
- c) 更改了“肘横纹”的定义(见 3.5.9, 2006 年版的 2.3.9)、增加了“臀沟”“骶底”“骶尖”三项“腧穴定位体表标志”(见 3.5.13、3.5.14、3.5.15)、删除了“体表解剖标志定位法”中的“肘横纹”(见 2006 年版的 3.2.1)、更改了“腕掌侧远端横纹”“腕背侧远端横纹”(见 3.5.10、3.5.11, 2006 年版的 3.2.1)；增加了“第 11 肋骨游离端”“第 12 肋骨游离端”“第 2 腰椎棘突”三项“定穴解剖标志”(见 4.2.1)；
- d) 更改了“骨度”折量寸表；增加了“第 7 颈椎棘突下(大椎)→后发际正中 3 寸”这一头面部的“骨度”折量分寸；“胸骨上窝(天突)→剑突尖”“剑突尖→脐中”这两项“骨度”的起止点由“剑胸结合中点(歧骨)”更改为“剑突尖”；更改了“耻骨联合上缘→骶底”和“腓横纹(平骶尖)→外踝尖”这两项下肢部“骨度”折量分寸的说明(见表 1, 2006 年版的表 1)；
- e) 更改了“指寸”定位法的应用范围(见 4.2.3, 2006 年版的 3.2.3)；
- f) 更改了 362 个经穴的定位表述中有关解剖分区的表述，与世界卫生组织 2009 年修订的《针灸经穴定位》(西太平洋地区)(WHO Standard Acupuncture Point Locations in the Western Pacific Region)一致(见第 5 章, 2006 年版的第 4 章)；
- g) 更改了“臂臑”“臑会”“风市”三穴的定位表述(见 5.2.14、5.10.13、5.11.31, 2006 年版的 4.2.14、4.10.13、4.11.31)。

请注意本文件的某些内容可能涉及专利。本文件的发布机构不承担识别专利的责任。

本文件由国家中医药管理局提出。

本文件由全国针灸标准化技术委员会(SAC/TC 475)归口。

本文件起草单位：中国中医科学院针灸研究所。

本文件主要起草人：黄龙祥、赵京生、武晓冬、韩钟、李鼎。

本文件及其所代替文件的历次版本发布情况为：

- 1990 年首次发布为 GB 12346—1990《经穴部位》；
- 2006 年第一次修订为 GB/T 12346—2006《腧穴名称与定位》；
- 本次为第二次修订。

引 言

《腧穴名称与定位》实施近 30 年来,对于促进针灸教育规范化与国内外针灸学术交流起到了非常重要的作用。GB/T 12346—2006《腧穴名称与定位》发布后,世界卫生组织西太平洋地区标准《针灸经穴定位》也由世界卫生组织西太平洋地区事务处(WHO/WPRQ)于 2008 年颁布,2009 年又出版修订版。为了适应针灸学发展需要,并与新版世界卫生组织西太区标准《针灸经穴定位》相协调,以促进交流,有必要对 GB/T 12346—2006 进一步加以修订,使其科学性与权威性能够在原有基础上得到进一步的增强。

本文件穴位命名依据 1991 年世界卫生组织颁布的《针灸穴名国际标准》(90/8579-Atar-8000 A proposed standard international acupuncture nomenclature)。一般标准中所涉及的长度、宽度的计量都要求采用国际单位制,但是人体高矮胖瘦的差异很大,无法采用绝对的标准值描述针灸腧穴部位,只有通过等分折量的方法——骨度折量法描述腧穴部位,才能适用于所有人群和所有个体。这种方法已于 1987 年由世界卫生组织在韩国汉城召开的国际会议上被确定为针灸腧穴标准计量单位。因此,本文件中的腧穴定位采用这种计量单位。

本次修订删除了 GB/T 12346—2006 中的 46 个经外奇穴名称和定位,将标准名称更改为《经穴名称与定位》;《经外奇穴名称与定位》将单独制定国家标准。本文件与 GB/T 40997—2021《经外奇穴名称与定位》、GB/T 22163—2008《腧穴定位图》三者配套使用。

经穴名称与定位

1 范围

本文件规定了人体腧穴体表定位的方法和 362 个经穴的名称与定位。
本文件适用于针灸教学、科研、医疗、出版及针灸学术交流。

2 规范性引用文件

本文件没有规范性引用文件。

3 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

3.1

腧穴 acupuncture point

针灸刺激及诊察的人体特定部位。

3.2

经穴 meridian point

归属于十二经脉及任脉、督脉的腧穴(3.1)。

3.3 标准计量单位

3.3.1

骨度分寸 bone proportional cun, B-cun

将人体的高度设定为 75 等分寸,依此比例以体表骨节为主要标志折合全身各部的长度和宽度。具体方法:将人体的高度定为 75 等分寸,再将人体一定的区段的长度和宽度,折合为一定的等份,一份即为“1 寸”。

注:全身常用骨度分寸见 4.2.2 “‘骨度’折量定位法”。

3.3.2

手指同身寸 finger cun, F-cun

依据被取穴者本人手指所规定的分寸以量取腧穴的方法。

注:常用的折算方法见 4.2.3 “‘指寸’定位法”。

3.4 方位术语

3.4.1

内侧与外侧 medial and lateral

近于正中(矢状)面(median plane)者为内侧,远于正中(矢状)面(median plane)者为外侧。

注:在描述前臂时,相同的概念用“尺侧”(ulnar)、“桡侧”(radial)表示。

3.4.2

上与下 superior and inferior

分别指靠近身体的上端与下端。

3.4.3

前与后 anterior and posterior

距身体腹面近者为前,距身体背面近者为后。

3.4.4

近侧[端]与远侧[端] proximal and distal

距躯干部近者为近侧[端],距躯干部远者为远侧[端]。

3.5 腧穴定位体表标志

3.5.1

前发际正中 midpoint of anterior hairline

头部有发部位的前缘正中。

3.5.2

后发际正中 midpoint of posterior hairline

头部有发部位的后缘正中。

3.5.3

额角发际 anterior hairline at the corner of forehead

前发际额部曲角处。

3.5.4

眉间 glabella

两眉头之间的中点。

3.5.5

耳尖 apex of ear

在外耳轮的最高点。

注:耳郭向前对折时,在耳郭上部尖端处。

3.5.6

腋前纹头 anterior axillary fold

行于腋前的腋窝皱襞上端。

3.5.7

腋后纹头 posterior axillary fold

行于腋后的腋窝皱襞上端。

3.5.8

腋窝正中央 center of the axillary fossa

腋窝的中点。

3.5.9

肘横纹 cubital crease

屈肘 90°时,肘窝处横纹,与肱骨内上髁、外上髁连线相平。

3.5.10

腕掌侧远端横纹 the most distal palmar wrist crease

屈腕时,腕掌面连接豌豆骨上缘与桡骨茎突尖的横纹。

3.5.11

腕背侧远端横纹 the most distal dorsal wrist crease

伸腕时,腕背面连接豌豆骨上缘与桡骨茎突尖的横纹。

3.5.12

腘横纹 **popliteal crease**

腘窝处横纹。

3.5.13

臀沟 **gluteal fold**

臀下横纹,臀部和股后侧之间的皱褶。

3.5.14

髌底 **base of the patella**

髌骨上缘。

3.5.15

髌尖 **apex of the patella**

髌骨下缘。

3.5.16

赤白肉际 **junction of the red and white skin**

手掌与手背皮肤移行处;足底与足背皮肤移行处。

3.5.17

甲根角 **corner of the nail**

指甲或趾甲侧缘和甲体基底缘所形成的夹角。

3.5.18

外踝尖 **prominence of the lateral malleolus**

外踝最凸起处。

3.5.19

内踝尖 **prominence of the medial malleolus**

内踝最凸起处。

3.6 基准穴点

注:基准穴点的性质、作用与体表解剖标志点相同。正文使用基准穴时,用括号标出相应的国际穴名代码,如偏历定位“在前臂,腕背侧远端横纹上3寸,阳溪(LI5)与曲池(LI11)连线上”。

3.6.1

尺泽 **Chǐzé(LU5)**

在肘前侧,肘横纹上,肱二头肌腱桡侧缘凹陷中。

3.6.2

太渊 **Tàiyuān(LU9)**

在腕前外侧,桡骨茎突与腕舟状骨之间、拇长展肌腱尺侧凹陷中。

3.6.3

阳溪 **Yángxī(LI5)**

在腕后外侧,在腕背侧远端横纹桡侧,桡骨茎突远端,解剖学“鼻烟窝”凹陷中。

3.6.4

曲池 **Qūchí(LI11)**

在肘外侧,尺泽(LU5)与肱骨外上髁连线的中点处。

3.6.5

肩髃 **Jiānyú(LI15)**

在肩带部,肩峰外侧缘前端与肱骨大结节两骨间凹陷中。

3.6.6

头维 Tóuwéi(ST8)

在头部,额角发际直上 0.5 寸,头正中线旁开 4.5 寸。

3.6.7

气冲 Qìchōng(ST30)

在腹股沟区,耻骨联合上缘,前正中线旁开 2 寸,动脉搏动处。

3.6.8

梁丘 Liángqiū(ST34)

在股前外侧,髌底上 2 寸,股外侧肌与股直肌肌腱之间。

3.6.9

阴陵泉 Yīnlíngquán(SP9)

在小腿内侧,由胫骨内侧髁下缘与胫骨内侧缘形成的凹陷中。

3.6.10

冲门 Chōngmén(SP12)

在腹股沟,腹股沟斜纹中,髂外动脉搏动处的外侧。

3.6.11

昆仑 Kūnlún(BL60)

在踝后外侧,外踝尖与跟腱之间的凹陷中。

3.6.12

犊鼻 Dúbí(ST35)

在膝前侧,髌韧带外侧凹陷中。

3.6.13

解溪 Jiěxī(ST41)

在踝前侧,踝关节前面中央凹陷中,踇长伸肌腱与趾长伸肌腱之间。

3.6.14

太溪 Tàixī(KI3)

在踝后内侧,内踝尖与跟腱之间的凹陷中。

3.6.15

翳风 Yìfēng(TE17)

在颈部,耳垂后方,乳突下端前方凹陷中。

3.6.16

角孙 Jiǎosūn(TE20)

在头部,耳尖正对发际处。

3.6.17

曲鬓 Qūbìn(GB7)


在头部,鬓角发际后缘与耳尖水平线的交点处。

3.6.18

天冲 Tiānchōng(GB9)

在头部,耳根后缘直上,入发际 2 寸。

3.6.19

 **完骨 Wángǔ(GB12)**

在颈部,耳后乳突的后下方凹陷中。

3.6.20

风池 Fēngchí(GB20)

在项部,枕骨之下,胸锁乳突肌上端与斜方肌上端之间的凹陷中。

3.6.21

百会 Bǎihuì(GV20)

在头部,前发际正中直上 5 寸。

4 腧穴体表定位的原则和方法¹⁾

4.1 腧穴体表定位的原则

采用文献分析、临床实际应用及实测比量相结合的方式确定腧穴定位。在文献的选择上,特别注重古今具有国家标准性质的腧穴定位文献,如《黄帝明堂经》《针灸甲乙经》《备急千金要方·明堂》《千金翼方·明堂》《铜人腧穴针灸图经》等。当古代文献定位文字描述不明确时,根据以下 4 条原则综合判定:

- 体表解剖标志定位法与“指寸”定位法不吻合时,优先考虑体表解剖标志定位法;
- 充分考虑原文献中包括腧穴排列区域及次序、穴名、取穴法在内的一切相关信息;
- 在确定某一腧穴定位时,综合考察其相关腧穴的定位;
- 如原文献存有相应的穴图或腧穴模型,则需参照穴图或腧穴模型理解原文献。

4.2 腧穴体表定位的方法

4.2.1 体表解剖标志定位法

以体表解剖学的各种体表标志为依据来确定腧穴定位的方法。体表解剖标志,可分为固定标志和活动标志两种。

固定标志,指由骨节和肌肉所形成的突起或凹陷、五官轮廓、发际、指(趾)甲、乳头、脐窝等。例如,于腓骨头前下方定阳陵泉。

活动标志,指各部的关节、肌肉、肌腱、皮肤随着活动而出现的空隙、凹陷、皱纹、尖端等。例如:微张口,耳屏正中前缘凹陷中取听宫。

古今常用定穴解剖部位及方位术语对应词见附录 A。

常用定穴解剖标志的体表定位方法如下:

- 第 2 肋:平胸骨角水平;锁骨下可触及的肋骨即第 2 肋;
- 第 4 肋间隙:男性乳头平第 4 肋间隙;
- 第 11 肋骨游离端:侧卧举臂,从腋后线的肋弓软骨缘下方向后可触及第 12 肋骨游离端,再沿着肋弓缘向前触摸到的浮肋即第 11 肋骨游离端;
- 第 12 肋骨游离端:侧卧举臂,从腋后线的肋弓软骨缘下方向后可触及第 12 肋骨游离端;
- 第 7 颈椎棘突:颈后隆起最高且能随头旋转而转动者为第 7 颈椎棘突;
- 第 2 胸椎棘突:直立,两手下垂时,两肩胛骨上角连线与后正中线的交点;
- 第 3 胸椎棘突:直立,两手下垂时,两肩胛冈内侧端连线与后正中线的交点;
- 第 7 胸椎棘突:直立,两手下垂时,两肩胛骨下角的连线与后正中线的交点;
- 第 12 胸椎棘突:直立,两手下垂时,后正中线上两肩胛骨下角连线与两髂嵴最高点连线的中点;
- 第 2 腰椎棘突:两侧十二游离肋端连线与后正中线的交点;

1) 本原则和方法也适用于经外奇穴的体表定位。

- 第4腰椎棘突：两髂嵴最高点连线与后正中线的交点；
- 第2骶椎：两髂后上棘连线与后正中线的交点；
- 骶管裂孔：取尾骨上方左右的骶角，与左右骶角平齐的后正中线上。

4.2.2 “骨度”折量定位法

以体表骨节为主要标志折量全身各部的长度和宽度，定出分寸，用于腧穴定位的方法。即以《灵枢·骨度》规定的人体各部的分寸为基础，并结合历代学者创用的折量分寸（将设定的两骨节点之间的长度折量为一定的等份，每1等份为1寸，10等份为1尺），作为定穴的依据。全身主要“骨度”折量寸见表1。

表1 “骨度”折量寸表

部位	起止点	折量寸	度量法	说明
头面部	前发际正中→后发际正中	12	直寸	用于确定头部腧穴的纵向距离
	眉间(印堂)→前发际正中	3	直寸	用于确定前发际及其头部腧穴的纵向距离
	第7颈椎棘突下(大椎)→后发际正中	3	直寸	用于确定后发际及其头部腧穴的纵向距离
	两额角发际(头维)之间	9	横寸	用于确定头前部腧穴的横向距离
	耳后两乳突(完骨)之间	9	横寸	用于确定头后部腧穴的横向距离
胸腹部	胸骨上窝(天突)→剑突尖	9	直寸	用于确定胸部任脉穴的纵向距离
	剑突尖→脐中	8	直寸	用于确定上腹部腧穴的纵向距离
	脐中→耻骨联合上缘(曲骨)	5	直寸	用于确定下腹部腧穴的纵向距离
	两肩胛骨喙突内侧缘之间	12	横寸	用于确定胸部腧穴的横向距离
	两乳头之间	8	横寸	用于确定胸腹部腧穴的横向距离
背腰部	肩胛骨内侧缘→后正中线	3	横寸	用于确定背腰部腧穴的横向距离
上肢部	腋前纹头→肘横纹(平尺骨鹰嘴)	9	直寸	用于确定上臂前侧及其内侧部腧穴的纵向距离
	腋后纹头→尺骨鹰嘴(平肘横纹)	9	直寸	用于确定上臂外侧及其后侧部腧穴的纵向距离
	肘横纹(平尺骨鹰嘴)→腕掌(背)侧远端横纹	12	直寸	用于确定前臂部腧穴的纵向距离
下肢部	耻骨联合上缘→髌底	18	直寸	用于确定大腿前部及其内侧部腧穴的纵向距离
	髌底→髌尖	2	直寸	
	髌尖(平膝中)→内踝尖	15	直寸	用于确定小腿内侧部腧穴的纵向距离
	(胫骨内侧髁下方阴陵泉→内踝尖为13寸)			
	股骨大转子→腓横纹(平髌尖)	19	直寸	用于确定大腿部前外侧部腧穴的纵向距离
	臀沟→腓横纹	14	直寸	用于确定大腿后部腧穴的纵向距离
	腓横纹(平髌尖)→外踝尖	16	直寸	用于确定小腿外侧部及其后侧部腧穴的纵向距离
	内踝尖→足底	3	直寸	用于确定足内侧部腧穴的纵向距离
注：前后发际线不明者，依据眉间(印堂)→前发际正中→第7颈椎棘突下(大椎)，直寸，18寸，确定头部腧穴的纵向距离。				

4.2.3 “指寸”定位法

依据被取穴者本人手指所规定的分寸以量取腧穴的方法。此法主要用于四肢部、面部和背部。在

具体取穴时,医者应当在骨度折量定位法的基础上,参照被取穴者自身的手指进行比量,并结合一些简便的活动标志取穴方法,以确定腧穴的标准定位。常用“指寸”定位法有以下三种:

- 中指同身寸:以被取穴者的中指中节桡侧两端纹头(拇指、中指屈曲成环形)之间的距离作为1寸;
- 拇指同身寸:以被取穴者拇指的指间关节的宽度作为1寸;
- 横指同身寸(一夫法):被取穴者手2~5指并拢,以其中指中节横纹为准,其四指的宽度作为3寸。

腧穴定位的以上三种方法在应用时需互相结合,即主要采用体表解剖标志定位法、“骨度”折量定位法,而对少量难以完全采用上述两种方法定位的腧穴,则配合使用“指寸”定位法。

4.3 标准体位

传统腧穴定位所规定的人体体位、方位术语与现代解剖学不完全相同。如将上肢的掌心一侧即屈侧称为“内侧”,是手三阴经穴所分布的部位;将手背一侧即伸侧称为“外侧”,是手三阳经穴所分布的部位。将下肢向正中线的一侧称为“内侧”,是足三阴经穴分布的部位;将下肢远离正中线的一侧称为“外侧”,下肢的后部称为“后侧”,是足三阳经穴分布的部位。头面躯干部的前后正中线分别为任脉穴和督脉穴的分布部位,是确定分布于其两侧腧穴的基准。

本文件腧穴定位的描述采用标准解剖学体位,即:身体直立,两眼平视前方,两足并拢,足尖向前,上肢下垂于躯干两侧,掌心向前。对于某些特殊腧穴的定位,需要采用其他体位,如胸膝位(会阳穴)、侧位屈髋屈膝(环跳穴)等。

4.4 腧穴定位的表述

4.4.1 腧穴定位“部位”尽量采用明确的纵横两坐标法,即两线相交定一点,先确定纵坐标(Y轴)上距离,再定横坐标(X轴)上距离。

4.4.2 腧穴定位表述中有关解剖分区采用1998年由解剖名词联合委员会制定的最新版《国际标准解剖名词》(International Anatomical Terminology),根据腧穴定位的实际情况选用该标准中适用级别的分区术语,具体见“世界卫生组织《针灸经穴定位》(西太平洋地区)人体分区术语”(见附录B)。

4.4.3 腧穴定位的表述中不涉及“取穴法”内容。根据需要,将有关腧穴定位所要求的特定体位、解剖标志的体表定位的技法、骨度寸的折取方法等“取穴法”内容,以及与相邻腧穴的位置关系等内容,以注文的形式说明。

4.4.4 对取穴的一般体位集中说明,对某些腧穴定位所需的特殊体位,在其定位条目下,加“注”具体说明。

取穴的一般体位:

- 前头、面部及前颈部:常取仰卧位或正坐仰靠;
- 侧头、侧面及侧颈部:常取侧卧位或侧伏,或正坐;
- 后头、项背部:常取俯伏,或俯卧位;
- 后背中下部:常取俯卧位或俯伏位;
- 腰骶部:常取俯卧位;
- 胸部及上腹部:常取仰卧位或仰靠位;
- 下腹部:常取仰卧位;
- 侧胸、胁部及胯部:常取侧卧位;
- 肩部:常取侧卧位或正坐垂肩,或臂外展位;
- 腰部、髋部、肩胛部及上肢外侧穴:常取侧卧位或横肱俯伏坐位,或两手按膝部平坐;
- 上肢内侧、手掌面穴:常取伸臂仰掌,或仰掌位,或仰卧位;

- 大肠经前臂穴：常取横肱屈肘，或侧掌位；
- 三焦经前臂、手背穴：常取俯掌位；
- 下肢内侧、前侧穴：常取正坐屈膝，或仰卧位；
- 下肢外侧穴：常取正坐屈膝，或侧卧位；
- 臀部外侧穴：常取侧卧位；
- 大腿后侧穴：常取俯卧位；
- 小腿后侧及足跟部穴：常取俯卧，或正坐垂足位；
- 足背部穴：常取仰卧，或正坐垂足位。

“注”是根据某些腧穴定位文字描述，给出其取穴要领，一般补充说明以下相关信息：

- 取穴所要求的特殊体位；
- 骨度分寸的折取方法；
- 对于某些解剖标志取法的说明；
- 与相邻穴或标志穴的毗邻关系；
- 性别体表标志与个体差异情况的说明。

5 十四经穴名称与定位

5.1 手太阴肺经穴

5.1.1 中府 Zhōngfǔ(LU1)

在前胸部，横平第1肋间隙，锁骨下窝外侧，前正中线旁开6寸。

注1：先确定云门(LU2)，中府即在云门(LU2)下1寸。

注2：横平内侧的库房(ST14)、臑中(KI26)、华盖(CV20)，4穴略呈一弧形分布，其弧度与第1肋间隙弧度相应。

5.1.2 云门 Yúnmén(LU2)

在前胸部，锁骨下窝凹陷中，肩胛骨喙突内缘，前正中线旁开6寸。

注：横平内侧的气户(ST13)、俞府(KI27)、璇玑(CV21)，4穴略呈一弧形分布，其弧度与锁骨下缘弧度相应。

5.1.3 天府 Tiānfǔ(LU3)

在臂前外侧，腋前纹头下3寸，肱二头肌桡侧缘处。

注：肱二头肌外侧沟平腋前纹头处至尺泽(LU5)连线的上1/3与下2/3的交界处。

5.1.4 侠白 Xiábái(LU4)

在臂前外侧，腋前纹头下4寸，肱二头肌桡侧缘处。

5.1.5 尺泽 Chǐzé(LU5)

在肘前侧，肘横纹上，肱二头肌腱桡侧缘凹陷中。

注：屈肘，肘横纹上，曲池(LI11)与曲泽(PC3)之间，与曲泽(PC3)相隔一肌腱(肱二头肌腱)。

5.1.6 孔最 Kǒngzuì(LU6)

在前臂前外侧，腕掌侧远端横纹上7寸，尺泽(LU5)与太渊(LU9)连线上。

注：尺泽(LU5)下5寸，即尺泽(LU5)与太渊(LU9)连线的中点上1寸。

5.1.7 列缺 Lièquē(LU7)

在前臂外侧，腕掌侧远端横纹上1.5寸，拇短伸肌腱与拇长展肌腱之间，拇长展肌腱沟的凹陷中。

5.1.8 经渠 Jīngqú(LU8)

在前臂前外侧,腕掌侧远端横纹上 1 寸,桡骨茎突与桡动脉之间。

注:太渊(LU9)上 1 寸,约当腕掌侧近端横纹中。

5.1.9 太渊 Tàiyuān(LU9)

在腕前外侧,桡骨茎突与腕舟状骨之间,拇长展肌腱尺侧凹陷中。

注:在腕掌侧远端横纹桡侧,桡动脉搏动处。

5.1.10 鱼际 Yújì(LU10)

在手掌,第 1 掌骨桡侧中点赤白肉际处。

5.1.11 少商 Shàoshāng(LU11)

在手指,拇指末节桡侧,指甲根角侧上方 0.1 寸。

注:拇指桡侧指甲根角侧上方(即沿角平分线方向)0.1 寸。相当于沿爪甲桡侧画一直线与爪甲基底缘水平线交点处取穴。

5.2 手阳明大肠经穴

5.2.1 商阳 Shāngyáng(LI1)

在手指,食指末节桡侧,指甲根角侧上方 0.1 寸。

注:食指桡侧指甲根角侧上方(即沿角平分线方向)0.1 寸。相当于沿爪甲桡侧画一直线与爪甲基底缘水平线交点处取穴。

5.2.2 二间 Èrjiān(LI2)

在手指,第 2 掌指关节桡侧远端赤白肉际处。

5.2.3 三间 Sānjiān(LI3)

在手背,第 2 掌指关节桡侧近端凹陷中。

5.2.4 合谷 Héǔ(LI4)

在手背,第一掌骨和第二掌骨之间,约平第 2 掌骨桡侧的中点。

5.2.5 阳溪 Yángxī(LI5)

在腕后外侧,腕背侧远端横纹桡侧,桡骨茎突远端,解剖学“鼻烟窝”凹陷中。

注:手拇指充分外展和后伸时,手背外侧部拇长伸肌腱与拇短伸肌腱之间形成一明显的凹陷——解剖学“鼻烟窝”,其最凹陷处即本穴。

5.2.6 偏历 Piānlì(LI6)

在前臂后外侧,腕背侧远端横纹上 3 寸,阳溪(LI5)与曲池(LI11)连线上。

注:阳溪(LI5)至曲池(LI11)连线的下 1/4 与上 3/4 的交点处。

5.2.7 温溜 Wēnlǚ(LI7)

在前臂后外侧,腕背侧远端横纹上 5 寸,阳溪(LI5)与曲池(LI11)连线上。

5.2.8 下廉 Xiàlián(LI8)

在前臂后外侧,肘横纹下 4 寸,阳溪(LI5)与曲池(LI11)连线上。

注: 阳溪(LI5)与曲池(LI11)连线的上 1/3 与下 2/3 的交点处,上廉(LI9)下 1 寸。

5.2.9 上廉 Shànglián(LI9)

在前臂后外侧,肘横纹下 3 寸,阳溪(LI5)与曲池(LI11)连线上。

5.2.10 手三里 Shǒusānlǐ(LI10)

在前臂后外侧,肘横纹下 2 寸,阳溪(LI5)与曲池(LI11)连线上。

5.2.11 曲池 Qūchí(LI11)

在肘外侧,尺泽(LU5)与肱骨外上髁连线的中点处。

注: 90°屈肘,肘横纹外侧端外凹陷中;极度屈肘,肘横纹桡侧端凹陷中。

5.2.12 肘髎 Zhǒuliáo(LI12)

在肘后外侧,肱骨外上髁上缘,髁上嵴的前缘。

5.2.13 手五里 Shǒuwǔlǐ(LI13)

在臂外侧,肘横纹上 3 寸,曲池(LI11)与肩髃(LI15)连线上。

5.2.14 臂臑 Bìnào(LI14)

在臂外侧,在曲池(LI11)与肩髃(LI15)连线上,三角肌前缘处。

注: 在曲池(LI11)与肩髃(LI15)连线上,约曲池上 7 寸,三角肌前缘处。

5.2.15 肩髃 Jiānyú(LI15)

在肩带部,肩峰外侧缘前端与肱骨大结节两骨间凹陷中。

注: 屈臂外展,肩峰外侧缘前后端呈现两个凹陷,前一较深凹陷即本穴,后一凹陷为肩髃(TE14)。

5.2.16 巨骨 Jùgǔ(LI16)

在肩带部,锁骨肩峰端与肩胛冈之间凹陷中。

注: 冈上窝外端两骨间凹陷中。

5.2.17 天鼎 Tiāndǐng(LI17)

在颈前部,横平环状软骨,胸锁乳突肌后缘。

注: 扶突(LI18)直下,横平水突(ST10)。

5.2.18 扶突 Fútū(LI18)

在颈前部,横平甲状软骨上缘(约相当于喉结处),胸锁乳突肌前、后缘中间。

5.2.19 口禾髎 Kǒuhéliáo(LI19)

在面部,横平人中沟上 1/3 与下 2/3 交点,鼻孔外缘直下。

注: 水沟(GV26)旁开 0.5 寸。

5.2.20 迎香 Yíngxiāng(LI20)

在面部,鼻翼外缘中点旁,鼻唇沟中。

5.3 足阳明胃经穴

5.3.1 承泣 Chéngqì(ST1)

在面部,眼球与眶下缘之间,瞳孔直下。

5.3.2 四白 Sībái(ST2)

在面部,眶下孔处。

5.3.3 巨髎 Jùliáo(ST3)

在面部,横平鼻翼下缘,瞳孔直下。

5.3.4 地仓 Dìcāng(ST4)

在面部,口角旁开 0.4 寸。

注:口角旁,在鼻唇沟或鼻唇沟延长线上。

5.3.5 大迎 Dàying(ST5)

在面部,下颌角前方,咬肌附着部的前缘凹陷中,面动脉搏动处。

5.3.6 颊车 Jiáche(ST6)

在面部,下颌角前上方一横指。

注:沿下颌角角平分线上一横指,闭口咬紧牙时咬肌隆起,放松时按之有凹陷处。

5.3.7 下关 Xiàguān(ST7)

在面部,颧弓下缘中央与下颌切迹之间凹陷中。

注:闭口,上关(GB3)直下,颧弓下缘凹陷中。

5.3.8 头维 Tóuwéi(ST8)

在头部,额角发际直上 0.5 寸,头正中线旁开 4.5 寸。

5.3.9 人迎 Rényíng(ST9)

在颈前部,横平甲状软骨上缘(约相当于喉结处),胸锁乳突肌前缘,颈总动脉搏动处。

注 1:取一侧穴,令病人头转向对侧以显露胸锁乳突肌,抗阻力转动时则肌肉显露更明显。

注 2:本穴与扶突(LI18)、天窗(SI16)二穴的关系为:胸锁乳突肌前缘处为人迎(ST9),后缘为天窗(SI16),中间为扶突(LI18)。

5.3.10 水突 Shuǐtū(ST10)

在颈前部,横平环状软骨,胸锁乳突肌前缘。



5.3.11 气舍 Qìshè(ST11)

在颈前部,锁骨上小窝,锁骨胸骨端上缘,胸锁乳突肌胸骨头与锁骨头中间的凹陷中。

注 1：取一侧穴，令病人头转向对侧以显露胸锁乳突肌，抗阻力转动时则肌肉显露更明显。

注 2：人迎(ST9)直下，在锁骨的上缘处。

5.3.12 缺盆 Quēpén(ST12)

在颈前部，锁骨上大窝，锁骨上缘凹陷中，前正中线旁开 4 寸。

5.3.13 气户 Qìhù(ST13)

在前胸部，锁骨下缘，前正中线旁开 4 寸。

5.3.14 库房 Kùfáng(ST14)

在前胸部，第 1 肋间隙，前正中线旁开 4 寸。

5.3.15 屋翳 Wūyì(ST15)

在前胸部，第 2 肋间隙，前正中线旁开 4 寸。

注：先于胸骨角水平确定第 2 肋，其下为第 2 肋间隙；男性可以乳头定第 4 肋间隙，再向上 2 肋为第 2 肋间隙。

5.3.16 膺窗 Yīngchuāng(ST16)

在前胸部，第 3 肋间隙，前正中线旁开 4 寸。

5.3.17 乳中 Rǔzhōng(ST17)

在前胸部，乳头中央。

5.3.18 乳根 Rǔgēn(ST18)

在前胸部，第 5 肋间隙，前正中线旁开 4 寸。

注：男性在乳头下 1 肋，即乳中线与第 5 肋间隙的相交处。女性在乳房根部弧线中点处。

5.3.19 不容 Bùróng(ST19)

在上腹部，脐中上 6 寸，前正中线旁开 2 寸。

注 1：巨阙(CV14)旁开 2 寸。

注 2：对于某些肋弓角较狭小的人，此穴下可能正当肋骨，可采用斜刺的方法。

5.3.20 承满 Chéngmǎn(ST20)

在上腹部，脐中上 5 寸，前正中线旁开 2 寸。

注：天枢(ST25)上 5 寸，不容(ST19)下 1 寸，上脘(CV13)旁开 2 寸。

5.3.21 梁门 Liángmén(ST21)

在上腹部，脐中上 4 寸，前正中线旁开 2 寸。

注：天枢(ST25)上 4 寸，承满(ST20)下 1 寸，中脘(CV12)旁开 2 寸。

5.3.22 关门 Guānmén(ST22)

在上腹部，脐中上 3 寸，前正中线旁开 2 寸。

注：横平内侧的石关(KI18)、建里(CV11)。

5.3.23 太乙 Tàiǐ(ST23)

在上腹部，脐中上 2 寸，前正中线旁开 2 寸。

注：横平内侧的商曲(KI17)、下脘(CV10)。

5.3.24 滑肉门 Huáròumén(ST24)

在上腹部，脐中上 1 寸，前正中线旁开 2 寸。

注：横平内侧的水分(CV9)。

5.3.25 天枢 Tiānshū(ST25)

在上腹部，横平脐中，前正中线旁开 2 寸。

5.3.26 外陵 Wàilíng(ST26)

在下腹部，脐中下 1 寸，前正中线旁开 2 寸。

注：横平内侧的中注(KI15)、阴交(CV7)。

5.3.27 大巨 Dàjù(ST27)

在下腹部，脐中下 2 寸，前正中线旁开 2 寸。

注：横平内侧的四满(KI14)、石门(CV5)。

5.3.28 水道 Shuǐdào(ST28)

在下腹部，脐中下 3 寸，前正中线旁开 2 寸。

注：天枢(ST25)下 3 寸，大巨(ST27)下 1 寸，关元(CV4)旁开 2 寸。

5.3.29 归来 Guīlái(ST29)

在下腹部，脐中下 4 寸，前正中线旁开 2 寸。

注：天枢(ST25)下 4 寸，水道(ST28)下 1 寸，中极(CV3)旁开 2 寸。

5.3.30 气冲 Qìchōng(ST30)

在腹股沟，耻骨联合上缘，前正中线旁开 2 寸，动脉搏动处。

注：天枢(ST25)下 5 寸，曲骨(CV2)旁开 2 寸。

5.3.31 髀关 Bìguān(ST31)

在股前侧，股直肌近端、缝匠肌与阔筋膜张肌 3 条肌肉之间凹陷中。

注 1：跷足，稍屈膝，大腿稍外展外旋，绷紧肌肉，在股直肌近端显现出 2 条相交叉的肌肉(斜向内侧为缝匠肌，外侧为阔筋膜张肌)，3 条肌肉间围成一个三角形凹陷，其三角形顶角下凹陷中即为本穴。

注 2：约相当于髂前上棘、髌底外侧端连线与耻骨联合下缘水平线的交点处。

5.3.32 伏兔 Fútù(ST32)

在股前外侧，髌底上 6 寸，髂前上棘与髌底外侧端的连线上。

5.3.33 阴市 Yīnshì(ST33)

在股前外侧，髌底上 3 寸，股直肌肌腱外侧缘。

注：伏兔(ST32)与髌底外侧端连线中点。

5.3.34 梁丘 Liángqiū(ST34)

在股前外侧，髌底上 2 寸，股外侧肌与股直肌肌腱之间。

注：令大腿肌肉绷紧，显现股直肌肌腱与股外侧肌，于两肌之间，阴市(ST33)直下1寸处取穴。

5.3.35 犊鼻 Dúbí(ST35)

在膝前侧，髌韧带外侧凹陷中。

注：屈膝45°，髌骨外下方的凹陷中。

5.3.36 足三里 Zúsānlǐ(ST36)

在小腿外侧，犊鼻(ST35)下3寸，犊鼻(ST35)与解溪(ST41)连线上。

注：在胫骨前肌上取穴。

5.3.37 上巨虚 Shàngjùxū(ST37)

在小腿外侧，犊鼻(ST35)下6寸，犊鼻(ST35)与解溪(ST41)连线上。

注：在胫骨前肌上取穴。

5.3.38 条口 Tiáokǒu(ST38)

在小腿外侧，犊鼻(ST35)下8寸，犊鼻(ST35)与解溪(ST41)连线上。

注：在胫骨前肌上取穴，横平丰隆(ST40)。

5.3.39 下巨虚 Xiàjùxū(ST39)

在小腿外侧，犊鼻(ST35)下9寸，犊鼻(ST35)与解溪(ST41)连线上。

注：在胫骨前肌上取穴，横平外丘(GB36)、阳交(GB35)。

5.3.40 丰隆 Fēnglóng(ST40)

在小腿外侧，外踝尖上8寸，胫骨前肌的外缘。

注：犊鼻(ST35)与解溪(ST41)连线的中点，条口(ST38)外侧一横指处。

5.3.41 解溪 Jiěxī(ST41)

在踝前侧，踝关节前面中央凹陷中，踇长伸肌腱与趾长伸肌腱之间。

注：令足趾上跷，显现足背部两肌腱，穴在两腱之间，相当于内、外踝尖连线的中点处。

5.3.42 冲阳 Chōngyáng(ST42)



在足背，第2跖骨基底部与中间楔状骨关节处，可触及足背动脉。

5.3.43 陷谷 Xiàngǔ(ST43)

在足背，第2、3跖骨间，第2跖趾关节近端凹陷中。

5.3.44 内庭 Nèitíng(ST44)

在足背，第2、3趾间，趾蹼缘后方赤白肉际处。

5.3.45 厉兑 Lìduì(ST45)

在足趾，第2趾末节外侧，趾甲根角侧后方0.1寸。

注：足第2趾外侧甲根角侧后方(即沿角平分线方向)0.1寸。相当于沿爪甲外侧画一直线与爪甲基底缘水平线交点处取穴。

5.4 足太阴脾经穴

5.4.1 隐白 Yǐnbái(SP1)

在足趾,大趾末节内侧,趾甲根角侧后方 0.1 寸。

注:足大趾内侧甲根角侧后方(即沿角平分线方向)0.1 寸。相当于沿爪甲内侧画一直线与爪甲基底缘水平线交点处取穴。

5.4.2 大都 Dàdū(SP2)

在足趾,第 1 跖趾关节远端赤白肉际凹陷中。

5.4.3 太白 Tàibái(SP3)

在足内侧,第 1 跖趾关节近端赤白肉际凹陷中。

5.4.4 公孙 Gōngsūn(SP4)

在足内侧,第 1 跖骨底的前下缘赤白肉际处。

注:沿太白(SP3)向后推至一凹陷,即为本穴。

5.4.5 商丘 Shāngqiū(SP5)

在足内侧,内踝前下方,舟骨粗隆与内踝尖连线中点凹陷中。

注 1:内踝前缘直下与内踝下缘横线的交点处。

注 2:本穴前为中封(LR4),后为照海(KI6)。

5.4.6 三阴交 Sānyīnjiāo(SP6)

在小腿内侧,内踝尖上 3 寸,胫骨内侧缘后际。

注:交信(KI8)上 1 寸。

5.4.7 漏谷 Lòugǔ(SP7)

在小腿内侧,内踝尖上 6 寸,胫骨内侧缘后际。

注:三阴交(SP6)上 3 寸处。

5.4.8 地机 Dìjī(SP8)

在小腿内侧,阴陵泉(SP9)下 3 寸,胫骨内侧缘后际。

5.4.9 阴陵泉 Yīnlíngquán(SP9)

在小腿内侧,由胫骨内侧髁下缘与胫骨内侧缘形成的凹陷中。

注:用拇指沿胫骨内缘由下往上推,推至胫骨内侧髁下缘的凹陷中即是本穴。

5.4.10 血海 Xuèhǎi(SP10)

在股前内侧,髌底内侧端上 2 寸,股内侧肌隆起处。

5.4.11 箕门 Jīmén(SP11)

在股内侧,髌底内侧端与冲门(SP12)的连线上 1/3 与下 2/3 交点,长收肌和缝匠肌交角的动脉搏动处。

5.4.12 冲门 Chōngmén(SP12)

在腹股沟,腹股沟斜纹中,髂外动脉搏动处的外侧。

注:横平曲骨(CV2),府舍(SP13)稍内下方。

5.4.13 府舍 Fǔshè(SP13)

在下腹部,脐中下 4.3 寸,前正中线旁开 4 寸。

5.4.14 腹结 Fùjié(SP14)

在下腹部,脐中下 1.3 寸,前正中线旁开 4 寸。

5.4.15 大横 Dàhéng(SP15)

在上腹部,脐中旁开 4 寸。

注:横平内侧的天枢(ST25)、育俞(KI16)、神阙(CV8)。

5.4.16 腹哀 Fù'āi(SP16)

在上腹部,脐中上 3 寸,前正中线旁开 4 寸。

注:大横(SP15)直上 3 寸,横平建里(CV11)。

5.4.17 食窦 Shídòu(SP17)

在前胸部,第 5 肋间隙,前正中线旁开 6 寸。

注:横平内侧的乳根(ST18)、步廊(KI22)、中庭(CV16),4 穴略呈一弧形分布,其弧度与第 5 肋间隙弧度相应。

5.4.18 天溪 Tiānxī(SP18)

在前胸部,第 4 肋间隙,前正中线旁开 6 寸。

注:横平内侧的乳中(ST17)、神封(KI23)、膻中(CV17),4 穴略呈一弧形分布,其弧度与第 4 肋间隙弧度相应。

5.4.19 胸乡 Xiōngxiāng(SP19)

在前胸部,第 3 肋间隙,前正中线旁开 6 寸。

注:横平内侧的膺窗(ST16)、灵墟(KI24)、玉堂(CV18),4 穴略呈一弧形分布,其弧度与第 3 肋间隙弧度相应。

5.4.20 周荣 Zhōuróng(SP20)

在前胸部,第 2 肋间隙,前正中线旁开 6 寸。

注:横平内侧的屋翳(ST15)、神藏(KI25)、紫宫(CV19),4 穴略呈一弧形分布,其弧度与第 2 肋间隙弧度相应。

5.4.21 大包 Dàbāo(SP21)

在侧胸部,第 6 肋间隙,腋中线上。

注:侧卧举臂,在第 6 肋间隙与腋中线的交点处。

5.5 手少阴心经穴

5.5.1 极泉 Jíquán(HT1)

在腋窝中央,腋动脉搏动处。

5.5.2 青灵 Qīnglíng(HT2)

在臂内侧,肘横纹上 3 寸,肱二头肌的内侧沟中。

注: 屈肘举臂,在极泉(HT1)与少海(HT3)连线的上 2/3 与下 1/3 交点处。

5.5.3 少海 Shàohǎi(HT3)

在肘前内侧,横平肘横纹,肱骨内上髁前缘。

注: 屈肘,在肘横纹内侧端与肱骨内上髁连线的中点处。

5.5.4 灵道 Língdào(HT4)

在前臂前内侧,腕掌侧远端横纹上 1.5 寸,尺侧腕屈肌腱的桡侧缘。

注 1: 神门(HT7)上 1.5 寸,横平尺骨头上缘(根部)。

注 2: 豌豆骨上缘桡侧直上 1.5 寸取穴。

5.5.5 通里 Tōnglǐ(HT5)

在前臂前内侧,腕掌侧远端横纹上 1 寸,尺侧腕屈肌腱的桡侧缘。

注 1: 神门(HT7)上 1 寸。该穴与灵道(HT4)、阴郄(HT6)2 穴的位置关系为:横平尺骨头根部是灵道(HT4),横平尺骨头中部是通里(HT5),横平尺骨头头部是阴郄(HT6)。

注 2: 豌豆骨上缘桡侧直上 1 寸取穴。

5.5.6 阴郄 Yīnxì(HT6)

在前臂前内侧,腕掌侧远端横纹上 0.5 寸,尺侧腕屈肌腱的桡侧缘。

注 1: 神门(HT7)上 0.5 寸,横平尺骨头的下缘(头部)。

注 2: 豌豆骨上缘桡侧直上 0.5 寸取穴。

5.5.7 神门 Shénmén(HT7)

在腕前内侧,腕掌侧远端横纹尺侧端,尺侧腕屈肌腱的桡侧缘。

注: 于豌豆骨上缘桡侧凹陷中,在腕掌侧远端横纹上取穴。

5.5.8 少府 Shàofǔ(HT8)

在手掌,横平第 5 掌指关节近端,第 4、5 掌骨之间。

注: 第 4、5 掌骨之间,握拳时,小指尖所指处,横平劳宫(PC8)。

5.5.9 少冲 Shàochōng(HT9)

在手指,小指末节桡侧,指甲根角侧上方 0.1 寸。

注: 手小指桡侧指甲根角侧上方(即沿角平分线方向)0.1 寸。相当于沿爪甲桡侧画一直线与爪甲基底缘水平线交点处。

5.6 手太阳小肠经穴

5.6.1 少泽 Shàozé(SI1)

在手指,小指末节尺侧,指甲根角侧上方 0.1 寸。

注: 手小指尺侧指甲根角侧上方(即沿角平分线方向)0.1 寸。相当于沿爪甲尺侧画一直线与爪甲基底缘水平线交点处。

5.6.2 前谷 Qiángǔ(SI2)

在手指,第5掌指关节尺侧远端赤白肉际凹陷中。

注:半握拳,第5掌指横纹尺侧端。

5.6.3 后溪 Hòuxī(SI3)

在手背,第5掌指关节尺侧近端赤白肉际凹陷中。

注:半握拳,掌远侧横纹头(尺侧)赤白肉际处。

5.6.4 腕骨 Wàngǔ(SI4)

在腕后内侧,第5掌骨底与三角骨之间的赤白肉际凹陷中。

注:由后溪(SI3)向上沿掌骨直推至一突起骨,于两骨之间凹陷中取穴。

5.6.5 阳谷 Yángǔ(SI5)

在腕后内侧,尺骨茎突与三角骨之间的凹陷中。

注:由腕骨(SI4)向上,相隔一骨(即三角骨)与尺骨茎突之间的凹陷中。

5.6.6 养老 Yǎnglǎo(SI6)

在前臂后侧,腕背横纹上1寸,尺骨头桡侧凹陷中。

注:掌心向下,用一手指按在尺骨头的最高点上,然后手掌旋后,在手指滑入的骨缝中。

5.6.7 支正 Zhīzhèng(SI7)

在前臂外侧,腕背侧远端横纹上5寸,尺骨尺侧与尺侧腕屈肌之间。

注:阳谷(SI5)与小海(SI8)连线的中点下1寸。

5.6.8 小海 Xiǎohǎi(SI8)

在肘后内侧,尺骨鹰嘴(即肘尖)与肱骨内上髁之间凹陷中。

注:微曲肘,在尺神经沟中,用手指弹敲此处时有触电麻感直达小指。

5.6.9 肩贞 Jiānzhēn(SI9)

在肩带部,肩关节后下方,腋后纹头直上1寸。

注:臂内收时,腋后纹头直上1寸,三角肌后缘。

5.6.10 臑俞 Nàoshū(SI10)

在肩带部,腋后纹头直上,肩胛冈下缘凹陷中。

5.6.11 天宗 Tiānzōng(SI11)

在肩带部,肩胛冈中点与肩胛骨下角连线上1/3与下2/3交点凹陷中。

5.6.12 秉风 Bǐngfēng(SI12)

在肩带部,肩胛冈中点上方冈上窝中。



5.6.13 曲垣 Qūyuán(SI13)

在肩带部,肩胛冈内侧端上缘凹陷中。

注：膈俞(SI10)与第2胸椎棘突连线的中点处。

5.6.14 肩外俞 Jiānwàishū(SI14)

在背部,第1胸椎棘突下,后正中线旁开3寸。

注1:肩胛骨脊柱缘的垂线与第1胸椎棘突下的水平线相交处。

注2:本穴与内侧的大杼(BL11)、陶道(GV13)均位于第1胸椎棘突下水平。

5.6.15 肩中俞 Jiānzhōngshū(SI15)

在背部,第7颈椎棘突下,后正中线旁开2寸。

注:大椎(GV14)旁开2寸。

5.6.16 天窗 Tiānchuāng(SI16)

在颈前部,横平甲状软骨上缘(约相当于喉结处),胸锁乳突肌的后缘。

注1:取一侧穴,令病人头转向对侧以显露胸锁乳突肌,抗阻力转动时则肌肉显露更明显。

注2:本穴与人迎(ST9)、扶突(LI18)均横平喉结,三者的位置关系为:胸锁乳突肌前缘处为人迎(ST9),后缘为天窗(SI16),前后缘中间为扶突(LI18)。

5.6.17 天容 Tiānróng(SI17)

在颈前部,下颌角后方,胸锁乳突肌的前缘凹陷中。

注:取一侧穴,令病人头转向对侧以显露胸锁乳突肌,抗阻力转动时则肌肉显露更明显。

5.6.18 颧髎 Quánliáo(SI18)

在面部,颧骨下缘,目外眦直下凹陷中。

5.6.19 听宫 Tīngōng(SI19)

在面部,耳屏正中与下颌骨髁突之间的凹陷中。

注:微张口,耳屏正中前缘凹陷中,在耳门(TE21)与听会(GB2)之间。

5.7 足太阳膀胱经穴

5.7.1 睛明 Jīngmíng(BL1)

在面部,目内眦内上方眶内侧壁凹陷中。

注:闭目,在目内眦内上方0.1寸的凹陷中。

5.7.2 攒竹 Cuánzhú(BL2)

在面部,眉头凹陷中,额切迹处。

注:沿睛明(BL1)直上至眉头边缘可触及一凹陷,即额切迹处。

5.7.3 眉冲 Méichōng(BL3)

在头部,额切迹直上入发际0.5寸。

注:神庭(GV24)与曲差(BL4)中间。

5.7.4 曲差 Qūchā(BL4)

在头部,前发际正中直上0.5寸,旁开1.5寸。



注：神庭(GV24)与头维(ST8)连线的内 1/3 与外 2/3 的交点处。

5.7.5 五处 Wǔchù(BL5)

在头部，前发际正中直上 1 寸，旁开 1.5 寸。

注：曲差(BL4)直上 0.5 寸处，横平上星(GV23)。

5.7.6 承光 Chéngguāng(BL6)

在头部，前发际正中直上 2.5 寸，旁开 1.5 寸。

注：五处(BL5)直上 1.5 寸，曲差(BL4)直上 2 寸处。

5.7.7 通天 Tōngtiān(BL7)

在头部，前发际正中直上 4 寸，旁开 1.5 寸。

注：承光(BL6)与络却(BL8)中点。

5.7.8 络却 Luòquè(BL8)

在头部，前发际正中直上 5.5 寸，旁开 1.5 寸。

注：百会(GV20)后 0.5 寸，旁开 1.5 寸。

5.7.9 玉枕 Yùzhěn(BL9)

在头部，横平枕外隆凸上缘，后发际正中旁开 1.3 寸。

注：斜方肌外侧缘直上与枕外隆凸上缘水平线的交点，横平脑户(GV17)。

5.7.10 天柱 Tiānzhù(BL10)

在颈后部，横平第 2 颈椎棘突上际，斜方肌外缘凹陷中。

5.7.11 大杼 Dàzhù(BL11)

在背部，第 1 胸椎棘突下，后正中线旁开 1.5 寸。

5.7.12 风门 Fēngmén(BL12)

在背部，第 2 胸椎棘突下，后正中线旁开 1.5 寸。

5.7.13 肺俞 Fèishū(BL13)

在背部，第 3 胸椎棘突下，后正中线旁开 1.5 寸。

5.7.14 厥阴俞 Juéyīnshū(BL14)

在背部，第 4 胸椎棘突下，后正中线旁开 1.5 寸。

5.7.15 心俞 Xīnshū(BL15)

在背部，第 5 胸椎棘突下，后正中线旁开 1.5 寸。

5.7.16 督俞 Dūshū(BL16)

在背部，第 6 胸椎棘突下，后正中线旁开 1.5 寸。

5.7.17 膈俞 Gésū(BL17)

在背部,第7胸椎棘突下,后正中线旁开1.5寸。

5.7.18 肝俞 Gānshū(BL18)

在背部,第9胸椎棘突下,后正中线旁开1.5寸。

5.7.19 胆俞 Dǎnshū(BL19)

在背部,第10胸椎棘突下,后正中线旁开1.5寸。

5.7.20 脾俞 Píshū(BL20)

在背部,第11胸椎棘突下,后正中线旁开1.5寸。

5.7.21 胃俞 Wèishū(BL21)

在背部,第12胸椎棘突下,后正中线旁开1.5寸。

5.7.22 三焦俞 Sānjiāoshū(BL22)

在腰部,第1腰椎棘突下,后正中线旁开1.5寸。

注:先定第12胸椎棘突,下数第1个棘突即第1腰椎棘突。

5.7.23 肾俞 Shènsū(BL23)

在腰部,第2腰椎棘突下,后正中线旁开1.5寸。

注:先定第12胸椎棘突,下数第2个棘突即第2腰椎棘突。

5.7.24 气海俞 Qìhǎishū(BL24)

在腰部,第3腰椎棘突下,后正中线旁开1.5寸。

5.7.25 大肠俞 Dàchángshū(BL25)

在腰部,第4腰椎棘突下,后正中线旁开1.5寸。

5.7.26 关元俞 Guānyuánshū(BL26)

在腰部,第5腰椎棘突下,后正中线旁开1.5寸。

5.7.27 小肠俞 Xiǎochángshū(BL27)

在骶部,横平第1骶后孔,骶正中嵴旁开1.5寸。

注:横平上髎(BL31)。

5.7.28 膀胱俞 Pángguāngshū(BL28)

在骶部,横平第2骶后孔,骶正中嵴旁开1.5寸。

注:横平次髎(BL32)。

5.7.29 中膂俞 Zhōnglǚshū(BL29)

在骶部,横平第3骶后孔,骶正中嵴旁开1.5寸。

注：横平中髎(BL33)。

5.7.30 白环俞 Báihuánshū(BL30)

在骶部，横平第4骶后孔，骶正中嵴旁开1.5寸。

注：骶管裂孔旁开1.5寸，横平下髎(BL34)。

5.7.31 上髎 Shàngliáo(BL31)

在骶部，正对第1骶后孔中。

注：从次髎向上触摸到的凹陷即第一骶后孔。

5.7.32 次髎 Cìliáo(BL32)

在骶部，第2骶后孔中。

注：俯卧，于第2骶后孔中取之。髂后上棘与第2骶椎棘突连线的中点凹陷中，即第2骶后孔。

5.7.33 中髎 Zhōngliáo(BL33)

在骶部，正对第3骶后孔中。

注：次髎(BL32)向下触摸到的第1个凹陷即第3骶后孔。

5.7.34 下髎 Xiàliáo(BL34)

在骶部，正对第4骶后孔中。

注：次髎(BL32)向下触摸到的第2个凹陷即第4骶后孔，横平骶管裂孔。

5.7.35 会阳 Huìyáng(BL35)

在臀部，尾骨端旁开0.5寸。

注：俯卧，或跪伏位，按取尾骨下端旁软组织处取穴。

5.7.36 承扶 Chéngfú(BL36)

在臀部，臀沟的中点。

5.7.37 殷门 Yīnmén(BL37)

在股后侧，臀沟下6寸，股二头肌与半腱肌之间。

注1：俯卧，膝关节抗阻力屈曲显示出半腱肌和股二头肌；同时大腿作内旋和外旋时，指下感觉更明显。

注2：于承扶(BL36)与委中(BL40)连线的中点上1寸处取穴。

5.7.38 浮郤 Fúxì(BL38)

在膝后侧，腘横纹上1寸，股二头肌腱的内侧缘。

注：稍屈膝，委阳(BL39)上1寸，股二头肌腱内侧缘取穴。

5.7.39 委阳 Wěiyáng(BL39)

在膝后外侧，腘横纹上，股二头肌腱的内侧缘。

注：稍屈膝，即可显露明显的股二头肌腱。

5.7.40 委中 Wěizhōng(BL40)

在膝后侧，腘横纹中点。

5.7.41 附分 Fùfēn(BL41)

在背部,第2胸椎棘突下,后正中线旁开3寸。

注:本穴与内侧的风门(BL12)均位于第2胸椎棘突下水平。

5.7.42 魄户 Pòhù(BL42)

在背部,第3胸椎棘突下,后正中线旁开3寸。

注:本穴与内侧的肺俞(BL13)、身柱(GV12)均位于第3胸椎棘突下水平。

5.7.43 膏肓 Gāohuāng(BL43)

在背部,第4胸椎棘突下,后正中线旁开3寸。

注:本穴与内侧的厥阴俞(BL14)均位于第4胸椎棘突下水平。

5.7.44 神堂 Shéntáng(BL44)

在背部,第5胸椎棘突下,后正中线旁开3寸。

注:本穴与内侧的心俞(BL15)、神道(GV11)均位于第5胸椎棘突下水平。

5.7.45 諝諝 Yìxǐ(BL45)

在背部,第6胸椎棘突下,后正中线旁开3寸。

注1:本穴与内侧的督俞(BL16)、灵台(GV10)均位于第6胸椎棘突下水平。

注2:坐位时,宜抱肘展肩取该穴。

5.7.46 膈关 Géguān(BL46)

在背部,第7胸椎棘突下,后正中线旁开3寸。

注1:本穴与内侧的膈俞(BL17)、至阳(GV9)均位于第7胸椎棘突下水平。

注2:坐位时,宜抱肘展肩取该穴。

5.7.47 魂门 Húnmén(BL47)

在背部,第9胸椎棘突下,后正中线旁开3寸。

注:本穴与内侧的肝俞(BL18)、筋缩(GV8)均位于第9胸椎棘突下水平。

5.7.48 阳纲 Yánggāng(BL48)

在背部,第10胸椎棘突下,后正中线旁开3寸。

注:本穴与内侧的胆俞(BL19)、中枢(GV7)均位于第10胸椎棘突下水平。

5.7.49 意舍 Yìshè(BL49)

在背部,第11胸椎棘突下,后正中线旁开3寸。

注:本穴与内侧的脾俞(BL20)、脊中(GV6)均位于第11胸椎棘突下水平。

5.7.50 胃仓 Wèicāng(BL50)

在背部,第12胸椎棘突下,后正中线旁开3寸。

注:本穴与内侧的胃俞(BL21)均位于第12胸椎棘突下水平。

5.7.51 盲门 Huāngmén(BL51)

在腰部,第1腰椎棘突下,后正中线旁开3寸。

注：本穴与内侧的三焦俞(BL22)、悬枢(GV5)均位于第1腰椎棘突下水平。

5.7.52 志室 Zhìshì(BL52)

在腰部，第2腰椎棘突下，后正中线旁开3寸。

注：本穴与内侧的肾俞(BL23)、命门(GV4)均位于第2腰椎棘突下水平。

5.7.53 胞肓 Bāohuāng(BL53)

在臀部，横平第2骶后孔，骶正中嵴旁开3寸。

注：本穴与内侧的膀胱俞(BL28)、次髎(BL32)均位于第2骶后孔水平。

5.7.54 秩边 Zhìbiān(BL54)

在臀部，横平第4骶后孔，骶正中嵴旁开3寸。

注：本穴位于骶管裂孔旁开3寸，横平白环俞(BL30)。

5.7.55 合阳 Héyáng(BL55)

在小腿后侧，腓横纹下2寸，腓肠肌内、外侧头之间。

注：在委中(BL40)与承山(BL57)的连线上，委中(BL40)直下2寸。

5.7.56 承筋 Chéngjīn(BL56)

在小腿后侧，腓横纹下5寸，腓肠肌两肌腹之间。

注：合阳(BL55)与承山(BL57)连线的中点。

5.7.57 承山 Chéngshān(BL57)

在小腿后侧，腓肠肌两肌腹与跟腱交角处。

注：伸直小腿或足跟上提时，腓肠肌肌腹下出现尖角凹陷中(即腓肠肌内、外侧头分开的地方，呈“人”字形沟)。

5.7.58 飞扬 Fēiyáng(BL58)

在小腿后外侧，腓肠肌外下缘与跟腱移行处，约当昆仑(BL60)直上7寸。

注：承山(BL57)外侧斜下方1寸处，下直昆仑(BL60)。

5.7.59 跗阳 Fūyáng(BL59)

在小腿后外侧，昆仑(BL60)直上3寸，腓骨与跟腱之间。

5.7.60 昆仑 Kūnlún(BL60)

在踝后外侧，外踝尖与跟腱之间的凹陷中。

5.7.61 仆参 Púcan(BL61)

在足外侧，昆仑(BL60)直下，跟骨外侧，赤白肉际处。

5.7.62 申脉 Shēnmài(BL62)

在足外侧，外踝尖直下，外踝下缘与跟骨之间凹陷中。

注：外踝下方凹陷中，与照海(KI6)内外相对。

5.7.63 金门 Jīnmén(BL63)

在足背，外踝前缘直下，第5跖骨粗隆后方，骰骨下缘凹陷中。

5.7.64 京骨 Jīngǔ(BL64)

在足外侧,第5跖骨粗隆前下方,赤白肉际处。

注:在足外侧缘,约当足跟与跖趾关节连线的中点处可触到明显隆起的骨,即第5跖骨粗隆。

5.7.65 束骨 Shùgǔ(BL65)

在足外侧,第5跖趾关节的近端,赤白肉际处。

5.7.66 足通谷 Zútōnggǔ(BL66)

在足趾,第5跖趾关节的远端,赤白肉际处。

5.7.67 至阴 Zhìyīn(BL67)

在足趾,小趾末节外侧,趾甲根角侧后方0.1寸。

注:足小趾外侧甲根角侧后方(即沿角平分线方向)0.1寸。相当于沿爪甲外侧画一直线与爪甲基底缘水平线交点处取穴。

5.8 足少阴肾经穴

5.8.1 涌泉 Yǒngquán(KI1)

在足底,屈足卷趾时足心最凹陷中。

注:卧位或伸腿坐位,卷足,约当足底第2、3趾蹼缘与足跟连线的前1/3与后2/3交点凹陷中。

5.8.2 然谷 Rángǔ(KI2)

在足内侧,足舟骨粗隆下方,赤白肉际处。

5.8.3 太溪 Tàixī(KI3)

在踝后内侧,内踝尖与跟腱之间的凹陷中。

5.8.4 大钟 Dàzhōng(KI4)

在足内侧,内踝后下方,跟骨上缘,跟腱附着部内侧前缘凹陷中。



5.8.5 水泉 Shuǐquán(KI5)

在足内侧,太溪(KI3)直下1寸,跟骨结节内侧凹陷中。

5.8.6 照海 Zhàohǎi(KI6)

在足内侧,内踝尖下1寸,内踝下缘边际凹陷中。

注:由内踝尖向下推,至其下缘凹陷中。与申脉(BL62)内外相对。

5.8.7 复溜 Fùliū(KI7)

在小腿后内侧,内踝尖上2寸,跟腱的前缘。

注:前平交信(KI8)。

5.8.8 交信 Jiāoxìn(KI8)

在小腿内侧,内踝尖上2寸,胫骨内侧缘后际凹陷中。

注：复溜(KI7)前 0.5 寸。

5.8.9 筑宾 Zhùbīn(KI9)

在小腿后内侧，太溪(KI3)直上 5 寸，比目鱼肌与跟腱之间。

注 1：屈膝，小腿抗阻力绷紧，胫骨内侧缘后呈现一条明显的纵形肌肉，即比目鱼肌。

注 2：太溪(KI3)与阴谷(KI10)的连线上，横平蠡沟(LR5)。

5.8.10 阴谷 Yīngǔ(KI10)

在膝后内侧，腓横纹上，半腱肌肌腱外侧缘。

注：当腓窝内侧，和委中相平，屈膝取之。

5.8.11 横骨 Hénggǔ(KI11)

在下腹部，脐中下 5 寸，前正中线旁开 0.5 寸。

5.8.12 大赫 Dàhè(KI12)

在下腹部，脐中下 4 寸，前正中线旁开 0.5 寸。

5.8.13 气穴 Qìxué(KI13)

在下腹部，脐中下 3 寸，前正中线旁开 0.5 寸。

5.8.14 四满 Sì mǎn(KI14)

在下腹部，脐中下 2 寸，前正中线旁开 0.5 寸。

5.8.15 中注 Zhōngzhù(KI15)

在下腹部，脐中下 1 寸，前正中线旁开 0.5 寸。

5.8.16 肓俞 Huāngshū(KI16)

在上腹部，脐中旁开 0.5 寸。

5.8.17 商曲 Shāngqū(KI17)

在上腹部，脐中上 2 寸，前正中线旁开 0.5 寸。

5.8.18 石关 Shíguān(KI18)

在上腹部，脐中上 3 寸，前正中线旁开 0.5 寸。

5.8.19 阴都 Yīndū(KI19)

在上腹部，脐中上 4 寸，前正中线旁开 0.5 寸。

5.8.20 腹通谷 Fùtōnggǔ(KI20)

在上腹部，脐中上 5 寸，前正中线旁开 0.5 寸。

5.8.21 幽门 Yōumén(KI21)

在上腹部，脐中上 6 寸，前正中线旁开 0.5 寸。

5.8.22 步廊 Bùláng(KI22)

在前胸部,第5肋间隙,前正中线旁开2寸。

5.8.23 神封 Shénfēng(KI23)

在前胸部,第4肋间隙,前正中线旁开2寸。

5.8.24 灵墟 Língxū(KI24)

在前胸部,第3肋间隙,前正中线旁开2寸。

5.8.25 神藏 Shéncáng(KI25)

在前胸部,第2肋间隙,前正中线旁开2寸。

5.8.26 彘中 Yùzhōng(KI26)

在前胸部,第1肋间隙,前正中线旁开2寸。

5.8.27 俞府 Shūfǔ(KI27)

在前胸部,锁骨下缘,前正中线旁开2寸。

5.9 手厥阴心包经穴

5.9.1 天池 Tiānchí(PC1)

在前胸部,第4肋间隙,前正中线旁开5寸。

5.9.2 天泉 Tiānquán(PC2)

在臂前侧,腋前纹头下2寸,肱二头肌的长、短头之间。

5.9.3 曲泽 Qūzé(PC3)

在肘前侧,肘横纹上,肱二头肌腱的尺侧缘凹陷中。

注:仰掌,屈肘45°,尺泽(LU5)尺侧肌腱旁。

5.9.4 郄门 Xìmén(PC4)

在前臂前侧,腕掌侧远端横纹上5寸,掌长肌腱与桡侧腕屈肌腱之间。

注1:握拳,手外展,微屈腕时,显现两肌腱。本穴在曲泽(PC3)与大陵(PC7)连线中点下1寸,两肌腱之间。

注2:若两手的一侧或双侧摸不到掌长肌腱,则以桡侧腕屈肌腱尺侧定穴。

5.9.5 间使 Jiānshǐ(PC5)

在前臂前侧,腕掌侧远端横纹上3寸,掌长肌腱与桡侧腕屈肌腱之间。

注1:握拳,手外展,微屈腕时,显现两肌腱。本穴在大陵(PC7)直上3寸,两肌腱之间。

注2:若两手的一侧或双侧摸不到掌长肌腱,则以桡侧腕屈肌腱尺侧定穴。

5.9.6 内关 Nèiguān(PC6)

在前臂前侧,腕掌侧远端横纹上2寸,掌长肌腱与桡侧腕屈肌腱之间。

注1:握拳,手外展,微屈腕时,显现两肌腱。本穴在大陵(PC7)直上2寸,两肌腱之间,与外关(TE5)相对。

注2：若两手的一侧或双侧摸不到掌长肌腱，则以桡侧腕屈肌腱尺侧定穴。

5.9.7 大陵 Dàlíng(PC7)

在腕前侧，腕掌侧远端横纹中，掌长肌腱与桡侧腕屈肌腱之间。

注1：握拳，手外展，微屈腕时，显现两肌腱。本穴在腕掌远侧横纹的中点，两肌腱之间，横平豌豆骨上缘处的神门(HT7)。

注2：若两手的一侧或双侧摸不到掌长肌腱，则以桡侧腕屈肌腱尺侧定穴。

5.9.8 劳宫 Láogōng(PC8)

在手掌，横平第3掌指关节近端，第2、3掌骨之间偏于第3掌骨。

注1：握拳屈指时，中指尖点到处，第3掌骨桡侧。

注2：另一种定位：在手掌，横平第3掌指关节近端，第3、4掌骨之间偏于第3掌骨。

5.9.9 中冲 Zhōngchōng(PC9)

在手指，中指末端最高点。

注：另一种定位：在手指，中指末节桡侧指甲根角侧上方0.1寸。

5.10 手少阳三焦经穴

5.10.1 关冲 Guānchōng(TE1)

在手指，第4指末节尺侧，指甲根角侧上方0.1寸。

注：第4指末节尺侧指甲根角侧上方(即沿角平分线方向)0.1寸。相当于沿爪甲尺侧画一直线与爪甲基底缘水平线交点处取穴。

5.10.2 液门 Yèmén(TE2)

在手背，第4、5指间，指蹼缘上方赤白肉际凹陷中。

5.10.3 中渚 Zhōngzhǔ(TE3)

在手背，第4、5掌骨间，第4掌指关节近端凹陷中。

5.10.4 阳池 Yángchí(TE4)

在腕后侧，腕背侧远端横纹上，指伸肌腱的尺侧缘凹陷中。

注1：指伸肌腱，在抗阻力伸指伸腕时可明显触及。

注2：俯掌，沿第4、5掌骨间向上至腕背侧远端横纹处的凹陷中，横平阳溪(LI5)、阳谷(SI5)。

5.10.5 外关 Wàiguān(TE5)

在前臂后侧，腕背侧远端横纹上2寸，尺骨与桡骨间隙中点。

注：阳池(TE4)上2寸，两骨之间凹陷中。与内关(PC6)相对。

5.10.6 支沟 Zhīgōu(TE6)

在前臂后侧，腕背侧远端横纹上3寸，尺骨与桡骨间隙中点。

注：外关(TE5)上1寸，两骨之间，横平会宗(TE7)。

5.10.7 会宗 Huìzōng(TE7)

在前臂后侧，腕背侧远端横纹上3寸，尺骨的桡侧缘。

注：支沟(TE6)尺侧。

5.10.8 三阳络 Sānyángluò(TE8)

在前臂后侧，腕背侧远端横纹上 4 寸，尺骨与桡骨间隙中点。

注：阳池(TE4)与尺骨鹰嘴尖(即肘尖)连线的上 2/3 与下 1/3 的交点处，两骨之间。

5.10.9 四渎 Sìdú(TE9)

在前臂后侧，尺骨鹰嘴尖下 5 寸，尺骨与桡骨间隙中点。

5.10.10 天井 Tiānjǐng(TE10)

在肘后侧，尺骨鹰嘴尖上 1 寸凹陷中。

注：屈肘 90°时，鹰嘴窝中。

5.10.11 清冷渊 Qīnglíngyuān(TE11)

在臂后侧，尺骨鹰嘴尖与肩峰角连线上，尺骨鹰嘴尖上 2 寸。

注：伸肘，鹰嘴尖上 2 寸。

5.10.12 消冻 Xiāodòng(TE12)

在臂后侧，尺骨鹰嘴尖与肩峰角连线上，鹰嘴尖上 5 寸。

5.10.13 臑会 Nàohuì(TE13)

在臂后侧，在尺骨鹰嘴尖与肩峰角连线上，与三角肌后缘相交处。

5.10.14 肩髃 Jiānlíáo(TE14)

在肩带部，肩峰角与肱骨大结节两骨间凹陷中。

注：屈臂外展时，肩峰外侧缘前后端呈现两个凹陷，前一较深凹陷为肩髃(LI15)，后一凹陷即本穴。垂肩时，肩髃(LI15)后约 1 寸。

5.10.15 天髃 Tiānlíáo(TE15)

在肩带部，肩胛骨上角骨际凹陷中。

注：正坐垂肩，肩井(GB21)与曲垣(SI13)连线的中点。

5.10.16 天牖 Tiānyǒu(TE16)

在颈前部，横平下颌角，胸锁乳突肌的后缘凹陷中。

5.10.17 翳风 Yìfēng(TE17)

在颈部，耳垂后方，乳突下端前方凹陷中。

5.10.18 瘰脉 Chìmài(TE18)

在头部，乳突中央，角孙(TE20)与翳风(TE17)沿耳轮弧形连线的上 2/3 与下 1/3 的交点处。

5.10.19 颊息 Lúxī(TE19)

在头部，角孙(TE20)与翳风(TE17)沿耳轮弧形连线的上 1/3 与下 2/3 的交点处。

5.10.20 角孙 Jiǎosūn(TE20)

在头部,耳尖正对发际处。

注:耳郭向前对折时,耳郭上部尖端处即为耳尖,其正对发际处即为本穴。

5.10.21 耳门 Ěrmén(TE21)

在面部,耳屏上切迹与下颌骨髁突之间的凹陷中。

注:微张口,耳屏上切迹前的凹陷中,听宫(SI19)直上。

5.10.22 耳和髎 Ěrhéliáo(TE22)

在头部,鬓发后缘,耳郭根的前方,颞浅动脉的后缘。

5.10.23 丝竹空 Sīzhúkōng(TE23)

在头部,眉梢凹陷中。

注:瞳子髎(GB1)直上。

5.11 足少阳胆经穴

5.11.1 瞳子髎 Tóngzǐliáo(GB1)

在头部,目外眦外侧 0.5 寸凹陷中。

5.11.2 听会 Tīnghuì(GB2)

在面部,耳屏间切迹与下颌骨髁突之间的凹陷中。

注:微张口,耳屏间切迹前方的凹陷中。听宫(SI19)直下。

5.11.3 上关 Shàngguān(GB3)

在头部,颧弓上缘中央凹陷中。

注:下关(ST7)直上,颧弓上缘凹陷中,微张口。

5.11.4 颞颥 Hànyàn(GB4)

在头部,从头维(ST8)至曲鬓(GB7)的弧形连线(其弧度与鬓发弧度相应)的上 1/4 与下 3/4 的交点处。

5.11.5 悬颅 Xuánlú(GB5)

在头部,从头维(ST8)至曲鬓(GB7)的弧形连线(其弧度与鬓发弧度相应)的中点处。

5.11.6 悬厘 Xuánlí(GB6)

在头部,从头维(ST8)至曲鬓(GB7)的弧形连线(其弧度与鬓发弧度相应)的上 3/4 与下 1/4 的交点处。

5.11.7 曲鬓 Qūbìn(GB7)

在头部,鬓角发际后缘与耳尖水平线的交点处。

5.11.8 率谷 Shuàigǔ(GB8)

在头部,耳尖直上入发际 1.5 寸。

注：角孙(TE20)直上，入发际 1.5 寸。咀嚼时，以手按之有肌肉鼓动。

5.11.9 天冲 Tiānchōng(GB9)

在头部，耳根后缘直上，入发际 2 寸。

注：率谷(GB8)之后 0.5 寸。

5.11.10 浮白 Fúbái(GB10)

在头部，耳后乳突的后上方，从天冲(GB9)至完骨(GB12)的弧形连线(其弧度与耳郭弧度相应)的上 1/3 与下 2/3 交点处。

注：侧头部，耳尖后方，入发际 1 寸。

5.11.11 头窍阴 Tóuqiàoyīn(GB11)

在头部，耳后乳突的后上方，从天冲(GB9)到完骨(GB12)的弧形连线(其弧度与耳郭弧度相应)的上 2/3 与下 1/3 交点处。

5.11.12 完骨 Wángǔ(GB12)

在颈部，耳后乳突的后下方凹陷中。

5.11.13 本神 Běishén(GB13)

在头部，前发际上 0.5 寸，头正中线旁开 3 寸。

注：神庭(GV24)与头维(ST8)弧形连线(其弧度与前发际弧度相应)的内 2/3 与外 1/3 的交点处。

5.11.14 阳白 Yángbái(GB14)

在头部，眉上 1 寸，瞳孔直上。

5.11.15 头临泣 Tóulínqì(GB15)

在头部，前发际上 0.5 寸，瞳孔直上。

注：两眼平视，瞳孔直上，正当神庭(GV24)与头维(ST8)弧形连线(其弧度与前发际弧度相应)的中点处。

5.11.16 目窗 Mùchuāng(GB16)

在头部，前发际上 1.5 寸，瞳孔直上。

注：头临泣(GB15)直上 1 寸处。

5.11.17 正营 Zhèngyíng(GB17)

在头部，前发际上 2.5 寸，瞳孔直上。

注：头临泣(GB15)直上 2 寸处。

5.11.18 承灵 Chénglíng(GB18)

在头部，前发际上 4 寸，瞳孔直上。

注：正营(GB17)后 1.5 寸，横平通天(BL7)。

5.11.19 脑空 Nǎokōng(GB19)

在头部，横平枕外隆凸的上缘，风池(GB20)直上。

注：横平脑户(GV17)、玉枕(BL9)。

5.11.20 风池 Fēngchí(GB20)

在项部,枕骨之下,胸锁乳突肌上端与斜方肌上端之间的凹陷中。

注:项部枕骨下两侧,横平风府(GV16),胸锁乳突肌与斜方肌两肌之间凹陷中。

5.11.21 肩井 Jiānjǐng(GB21)

在颈后部,第7颈椎棘突与肩峰最外侧点连线的中点。

5.11.22 渊腋 Yuānyè(GB22)

在侧胸部,第4肋间隙中,在腋中线上。

5.11.23 辄筋 Zhéjīn(GB23)

在侧胸部,第4肋间隙中,腋中线前1寸。

5.11.24 日月 Rìyuè(GB24)

在前胸部,第7肋间隙中,前正中线旁开4寸。

注1:乳头直下,期门(LR14)下1肋。

注2:女性在锁骨中线与第7肋间隙交点处。

5.11.25 京门 Jīngmén(GB25)

在侧腹部,第12肋骨游离端的下际。

注:侧卧举臂,从腋后线的肋弓软骨缘下方向后触及第12肋骨游离端,在下方取穴。

5.11.26 带脉 Dàimài(GB26)

在侧腹部,第11肋骨游离端垂线与脐水平线的交点上。

注1:侧卧举臂,屈上足伸下足,先确认第12肋游离端,再沿着肋弓缘向前触摸到的浮肋即第11肋骨游离端,直下与脐相平处取之。

注2:章门(LR13)直下,横平脐(中)。

5.11.27 五枢 Wǔshū(GB27)

在下腹部,横平脐下3寸,髂前上棘内侧。

注:带脉(GB26)下3寸处,横平关元(CV4)。

5.11.28 维道 Wéidào(GB28)

在下腹部,髂前上棘内下0.5寸。

注:五枢(GB27)内下0.5寸。

5.11.29 居髎 Jūliáo(GB29)

在臀部,髂前上棘与股骨大转子最凸点连线的中点处。

5.11.30 环跳 Huántiào(GB30)

在臀部,股骨大转子最凸点与骶管裂孔连线的外1/3与内2/3交点处。

注:侧卧,伸下腿,上腿屈髋屈膝取穴。

5.11.31 风市 Fēngshì(GB31)

在股外侧,腓横纹上 9 寸,髂胫束后缘。

注 1: 直立垂手,掌心贴于大腿时,中指尖所指凹陷中,髂胫束后缘。

注 2: 稍屈膝,大腿稍内收提起,可显露髂胫束。

5.11.32 中渎 Zhōngdú(GB32)

在股外侧,腓横纹上 7 寸,髂胫束后缘。

5.11.33 膝阳关 Xīyángguān(GB33)

在膝外侧,股骨外上髁后上缘,股二头肌腱与髂胫束之间的凹陷中。

5.11.34 阳陵泉 Yánglíngquán(GB34)

在小腿外侧,腓骨头前下方凹陷中。

5.11.35 阳交 Yángjiāo(GB35)

在小腿外侧,外踝尖上 7 寸,腓骨后缘。

注: 外踝尖与腓横纹外侧端连线中点下 1 寸,外丘(GB36)后。

5.11.36 外丘 Wàiqiū(GB36)

在小腿外侧,外踝尖上 7 寸,腓骨前缘。

注: 外踝尖与腓横纹外侧端连线中点下 1 寸,阳交(GB35)前。

5.11.37 光明 Guāngmíng(GB37)

在小腿外侧,外踝尖上 5 寸,腓骨前缘。

5.11.38 阳辅 Yángfǔ(GB38)

在小腿外侧,外踝尖上 4 寸,腓骨前缘。

5.11.39 悬钟 Xuánzhōng(GB39)

在小腿外侧,外踝尖上 3 寸,腓骨前缘。

5.11.40 丘墟 Qiūxū(GB40)

在踝前外侧,外踝的前下方,趾长伸肌腱的外侧凹陷中。

注: 第 2~5 趾抗阻力伸展,可显现趾长伸肌腱。

5.11.41 足临泣 Zúlínqì(GB41)

在足背,第 4、5 跖骨底结合部的前方,第 5 趾长伸肌腱外侧凹陷中。

5.11.42 地五会 Dìwǔhuì(GB42)

在足背,第 4、5 跖骨间,第 4 跖趾关节近端凹陷中。

5.11.43 侠溪 Xiáxī(GB43)

在足背,第 4、5 趾间,趾蹼缘后方赤白肉际处。

5.11.44 足窍阴 Zúqiàoyīn(GB44)

在足趾,第4趾末节外侧,趾甲根角侧后方0.1寸。

注:足第4趾外侧甲根角侧后方(即沿角平分线方向)0.1寸。相当于沿爪甲外侧画一直线与爪甲基底缘水平线交点处取穴。

5.12 足厥阴肝经穴

5.12.1 大敦 Dàdūn(LR1)

在足趾,大趾末节外侧,趾甲根角侧后方0.1寸。

注:足大趾外侧指甲根角侧后方(即沿角平分线方向)0.1寸。相当于沿爪甲外侧画一直线与爪甲基底缘水平线交点处取穴。

5.12.2 行间 Xíngjiān(LR2)

在足背,第1、2趾间,趾蹼缘后方赤白肉际处。

5.12.3 太冲 Tàichōng(LR3)

在足背,第1、2跖骨间,跖骨底结合部前方凹陷中,或触及动脉搏动。

注:从第1、2跖骨间向后推移至底部的凹陷中取穴。



5.12.4 中封 Zhōngfēng(LR4)

在踝前内侧,足内踝前,胫骨前肌肌腱的内侧缘凹陷中。

注:商丘(SP5)与解溪(ST41)中间。

5.12.5 蠡沟 Lígōu(LR5)

在小腿前内侧,内踝尖上5寸,胫骨内侧面的中央。

注:髌尖与内踝尖连线的上2/3与下1/3交点,胫骨内侧面的中央,横平筑宾(KI9)。

5.12.6 中都 Zhōngdū(LR6)

在小腿前内侧,内踝尖上7寸,胫骨内侧面的中央。

注:髌尖与内踝尖连线中点下0.5寸,胫骨内侧面的中央。

5.12.7 膝关 Xīgūān(LR7)

在小腿内侧,胫骨内侧髁的下方,阴陵泉(SP9)后1寸。

5.12.8 曲泉 Qūquán(LR8)

在膝内侧,腓横纹内侧端,半腱肌肌腱内缘凹陷中。

注:屈膝,在腓横纹内侧端最明显的肌腱内侧凹陷中取穴。

5.12.9 阴包 Yīnbāo(LR9)

在股内侧,髌底上4寸,股薄肌与缝匠肌之间。

注:下肢稍屈,稍外展,略提起(或坐位,大腿稍外展,用力收缩肌肉),显露出明显的缝匠肌,在其后缘取穴。

5.12.10 足五里 Zúwǔlǐ(LR10)

在股内侧,气冲(ST30)直下3寸,动脉搏动处。

5.12.11 阴廉 Yīnlián(LR11)

在股内侧,气冲(ST30)直下 2 寸。

注: 稍屈髋,屈膝,外展,大腿抗阻力内收时显露出长收肌,在其外缘取穴。

5.12.12 急脉 Jímài(LR12)

在腹股沟,横平耻骨联合上缘,前正中线旁开 2.5 寸。

5.12.13 章门 Zhāngmén(LR13)

在侧腹部,在第 11 肋游离端的下际。

注: 侧卧举臂,屈上足伸下足,先确认第 12 肋游离端,再沿着肋弓缘向前触摸到的浮肋即第 11 肋骨游离端,在其下际取之。

5.12.14 期门 Qīmén(LR14)

在前胸部,第 6 肋间隙,前正中线旁开 4 寸。

注: 在乳头直下,不容(ST19)旁开 2 寸处取穴。女性在锁骨中线与第 6 肋间隙交点处。

5.13 督脉穴

5.13.1 长强 Chángqiáng(GV1)

在会阴部,尾骨下方,尾骨端与肛门连线的中点处。

5.13.2 腰俞 Yāoshū(GV2)

在骶部,正对骶管裂孔,后正中线上。

注: 臀裂正上方的小凹陷即骶管裂孔。

5.13.3 腰阳关 Yāoyángguān(GV3)

在腰部,第 4 腰椎棘突下凹陷中,后正中线上。

5.13.4 命门 Mìngmén(GV4)

在腰部,第 2 腰椎棘突下凹陷中,后正中线上。

5.13.5 悬枢 Xuánshū(GV5)

在腰部,第 1 腰椎棘突下凹陷中,后正中线上。

注: 先定第 12 胸椎棘突,往下 1 个棘突即第 1 腰椎。

5.13.6 脊中 Jǐzhōng(GV6)

在背部,第 11 胸椎棘突下凹陷中,后正中线上。

注: 先定第 12 胸椎棘突,往上 1 个棘突即第 11 胸椎。

5.13.7 中枢 Zhōngshū(GV7)

在背部,第 10 胸椎棘突下凹陷中,后正中线上。

注: 先定第 12 胸椎棘突,往上 2 个棘突即第 10 胸椎。

5.13.8 筋缩 Jīnsuō(GV8)

在背部,第9胸椎棘突下凹陷中,后正中线上。

注:从至阳(GV9)向下2个棘突,其下方凹陷中。

5.13.9 至阳 Zhìyáng(GV9)

在背部,第7胸椎棘突下凹陷中,后正中线上。

注:坐位时,宜抱肘展肩取该穴。

5.13.10 灵台 Língtái(GV10)

在背部,第6胸椎棘突下凹陷中,后正中线上。

注:从至阳(GV9)向上1个棘突,其上方凹陷中。

5.13.11 神道 Shéndào(GV11)

在背部,第5胸椎棘突下凹陷中,后正中线上。

注:从至阳(GV9)向上2个棘突,其上方凹陷中。

5.13.12 身柱 Shēnzhù(GV12)

在背部,第3胸椎棘突下凹陷中,后正中线上。

5.13.13 陶道 Táodào(GV13)

在背部,第1胸椎棘突下凹陷中,后正中线上。

注:从第7颈椎向下1个棘突,在棘突下凹陷中。

5.13.14 大椎 Dàzhūi(GV14)

在颈后部,第7颈椎棘突下凹陷中,后正中线上。

5.13.15 哑门 Yǎmén(GV15)

在颈后部,第2颈椎棘突上际凹陷中,后正中线上。

注1:先定风府(GV16),再于风府(GV16)下0.5寸取本穴。

注2:后发际正中直上0.5寸。

5.13.16 风府 Fēngfǔ(GV16)

在颈后部,枕外隆凸直下,两侧斜方肌之间凹陷中。

注:正坐,头稍仰,使项部斜方肌松弛,从项后发际正中上推至枕骨而止即是本穴。

5.13.17 脑户 Nǎohù(GV17)

在头部,枕外隆凸的上缘凹陷中。

注:后正中线与枕外隆凸的上缘交点处的凹陷中。横平玉枕(BL9)。

5.13.18 强间 Qiángjiān(GV18)

在头部,后发际正中直上4寸。

注:脑户(GV17)直上1.5寸凹陷中。

5.13.19 后顶 Hòudǐng(GV19)

在头部,后发际正中直上 5.5 寸。

注:百会(GV20)向后 1.5 寸处。

5.13.20 百会 Báihuì(GV20)

在头部,前发际正中直上 5 寸。

注 1:在前、后发际正中连线的中点向前 1 寸凹陷中。

注 2:折耳,两耳尖向上连线的中点。

5.13.21 前顶 Qiándǐng(GV21)

在头部,前发际正中直上 3.5 寸。

注:百会(GV20)与囟会(GV22)连线的中点。

5.13.22 囟会 Xìnghuì(GV22)

在头部,前发际正中直上 2 寸。

5.13.23 上星 Shàngxīng(GV23)

在头部,前发际正中直上 1 寸。

5.13.24 神庭 Shéntíng(GV24)

在头部,前发际正中直上 0.5 寸。

注:发际不明或变异者,从眉心直上 3.5 寸处取穴。

5.13.25 印堂 Yìntáng(GV24⁺)

在头部,两眉毛内侧端中间的凹陷中。

注:左右攒竹(BL2)连线的中点。

5.13.26 素髎 Sùliáo(GV25)

在面部,鼻尖的正中央。

5.13.27 水沟 Shuǐgōu(GV26)

在面部,人中沟的上 1/3 与中 1/3 交点处。

5.13.28 兑端 Duìduān(GV27)

在面部,上唇结节的中点。

5.13.29 龈交 Yínjiāo(GV28)

在上唇内,上唇系带与上牙龈的交点。

注:正坐仰头,提起上唇,于上唇系带与牙龈的移行处取穴。

5.14 任脉穴

5.14.1 会阴 Huìyīn(CV1)

在会阴部,男性在阴囊根部与肛门连线的中点,女性在大阴唇后联合与肛门连线的中点。



注：胸膝位或侧卧位，在前后二阴中间。

5.14.2 曲骨 Qūgǔ(CV2)

在下腹部，耻骨联合上缘，前正中线上。

5.14.3 中极 Zhōngjí(CV3)

在下腹部，脐中下 4 寸，前正中线上。

5.14.4 关元 Guānyuán(CV4)

在下腹部，脐中下 3 寸，前正中线上。

5.14.5 石门 Shímén(CV5)

在下腹部，脐中下 2 寸，前正中线上。

5.14.6 气海 Qìhǎi(CV6)

在下腹部，脐中下 1.5 寸，前正中线上。

5.14.7 阴交 Yīnjiāo(CV7)

在下腹部，脐中下 1 寸，前正中线上。

5.14.8 神阙 Shénquè(CV8)

在上腹部，脐中央。

5.14.9 水分 Shuǐfēn(CV9)

在上腹部，脐中上 1 寸，前正中线上。

5.14.10 下脘 Xiàwǎn(CV10)

在上腹部，脐中上 2 寸，前正中线上。

5.14.11 建里 Jiànlǐ(CV11)

在上腹部，脐中上 3 寸，前正中线上。

5.14.12 中脘 Zhōngwǎn(CV12)

在上腹部，脐中上 4 寸，前正中线上。

注：剑突尖与脐中连线的中点处。

5.14.13 上脘 Shàngwǎn(CV13)

在上腹部，脐中上 5 寸，前正中线上。

5.14.14 巨阙 Jùquè(CV14)

在上腹部，脐中上 6 寸，前正中线上。

5.14.15 鸠尾 Jiūwěi(CV15)

在上腹部，剑突尖下 1 寸，前正中线上。



5.14.16 中庭 Zhōngtíng(CV16)

在前胸部,剑突尖所在处,前正中线上。

5.14.17 膻中 Dànzhōng(CV17)

在前胸部,横平第4肋间隙,前正中线上。

5.14.18 玉堂 Yùtáng(CV18)

在前胸部,横平第3肋间隙,前正中线上。

5.14.19 紫宫 Zǐgōng(CV19)

在前胸部,横平第2肋间隙,前正中线上。

5.14.20 华盖 Huágài(CV20)

在前胸部,横平第1肋间隙,前正中线上。

5.14.21 璇玑 Xuánjī(CV21)

在前胸部,胸骨上窝下1寸,前正中线上。

注:在前正中线上,天突(CV22)下1寸。

5.14.22 天突 Tiāntū(CV22)

在颈前部,胸骨上窝中央,前正中线上。

注:两侧锁骨中间凹陷中。

5.14.23 廉泉 Liánquán(CV23)

在颈前部,甲状软骨上缘(约相当于喉结处)上方,舌骨上缘凹陷中,前正中线上。

5.14.24 承浆 Chéngjiāng(CV24)

在面部,颏唇沟的正中凹陷处。



附 录 A
(资料性)

古今常用定穴解剖部位及方位术语对应词

古今常用定穴解剖部位及方位术语对应词见表 A.1。

表 A.1 古今常用定穴解剖部位及方位术语对应词表

古代	现代
本节	手部“本节”指掌指关节；足部“本节”指跖趾关节
完骨	颞骨乳突
巨骨	锁骨
大椎	第 7 颈椎
骨曷骭(鸠尾)	剑突
季肋	11 肋
鼠蹊	腹股沟
曲骨	耻骨
肘尖	尺骨鹰嘴
大指次指	食指
小指次指	无名指
髀枢	髋关节
内辅骨上廉	股骨内侧髁
内辅骨下廉	胫骨内侧髁
膝中	胫骨髁、股骨髁之间的膝关节线
京骨	第 5 跖骨粗隆
鱼腹	缝匠肌
伏兔	股直肌
内侧(上肢)	屈侧
外侧(上肢)	伸侧
前侧(上肢)	桡侧
后侧(上肢)	尺侧



附录 B
(资料性)

世界卫生组织《针灸经穴定位》(西太平洋地区)人体分区术语

腧穴定位表述中有关解剖分区采用 1998 年由解剖名词联合委员会(FCAT)制定的最新版本《国际解剖学术语》(International Anatomical Terminology),其中部分内容不适用于腧穴定位,应根据腧穴定位的实际情况选用合适的分区术语。因此,本文件将人体分区为:头部、背部、胸部、腹部、上肢、下肢及会阴部。具体分区见表 B.1。

表 B.1 世界卫生组织《针灸经穴定位》(西太平洋地区)人体分区术语表

分区		界线
头部	头部	眶上缘、颧弓上缘、外耳门上缘、乳突尖端、上项线与枕外隆凸的连线
	面部	眶上缘、颧弓上缘、外耳门上缘、乳突尖端、上项线与下颌骨下缘的连线
颈部	颈前部	上界:头部与面部的下界线 下界:锁骨 后界:斜方肌前缘
	颈后部	上界:头部的下界线 下界:第 7 颈椎(C7)棘突与肩峰的连线 前界:斜方肌前缘
背部	背部	上界:第 7 颈椎(C7)棘突与肩峰的连线 外侧界:腋后线 下界:第 12 肋尖端与第 12 胸椎(T12)棘突的连线
	肩胛部	用表面解剖术语无法描述以下分区:肩胛部、腹股沟、肩带部、会阴部、腋区、臀部,宜遵循常规分法
	腰部	上界:第 12 肋尖端与第 12 胸椎(T12)棘突的连线 外侧界:腋后线 下界:第 5 腰椎(L5)棘突与髂嵴的连线
	骶部	上界:第 5 腰椎(L5)棘突与髂嵴的连线 外侧界:骶骨外侧缘 下界:尾骨
胸部	前胸部	上界:锁骨 下界:剑胸结合、肋弓与第 11、12 肋骨下缘的连线 外侧界:腋前线
	侧胸部	上界:腋前、后纹头的连线 下界:肋弓与第 11、12 肋骨下缘的连线 前界:腋前线 后界:腋后线

表 B.1 世界卫生组织《针灸经穴定位》(西太平洋地区)人体分区术语表(续)

分区		界线
腹部	上腹部	上界:剑胸结合、肋弓与肋骨下缘的连线 下界:脐水平线 外侧界:腋前线
	下腹部	上界:脐水平线 下界:耻骨联合上缘 外侧界:腹股沟斜纹、腋前线
	侧腹部	上界:侧胸部的下界 下界:髂嵴 前界:腋前线 后界:腋后线
	腹股沟	参见肩胛部
上肢	肩带部	参见肩胛部
	腋区	参见肩胛部
	上臂	分为臂前侧、后侧、内侧、外侧
	肘部	分为肘前侧、后侧、内侧、外侧
	前臂部	分为前臂前侧、后侧、内侧、外侧
	手	手背、手掌
下肢	臀部	参见肩胛部
	股	分为股前侧、后侧、内侧、外侧
	膝部	分为膝前侧、后侧、内侧、外侧
	小腿	分为小腿前侧、后侧、内侧、外侧
	足	足背、足底,足内侧、外侧
	踝	分为踝前侧、内侧、外侧
	足趾	
会阴部		参见肩胛部
注 1: 位于界线上的经穴属于上区。 注 2: 脐属于上腹部,臀沟属于臀部。		

参 考 文 献

- [1] GB/T 22163—2008 腧穴定位图
- [2] 黄龙祥辑佚.黄帝明堂经[M].北京:中国医药科技出版社,1987.
- [3] (晋)皇甫谧.针灸甲乙经[M].北京:华夏出版社,1996.
- [4] (唐)孙思邈.李景荣等校释.千金翼方校译[M].北京:人民卫生出版社,1998.
- [5] (唐)孙思邈.李景荣等校释.备急千金要方校释[M].北京:人民卫生出版社,1998.
- [6] (宋)王惟一.铜人腧穴针灸图经[M].北京:华夏出版社,1996.
- [7] 世界卫生组织《针灸穴名国际标准》(90/8579-Atar-8000 *A proposed standard international acupuncture nomenclature*)
- [8] 世界卫生组织西太平洋地区标准《针灸经穴定位》(*WHO standard acupuncture point locations in the western pacific region*)
- [9] Terminology F.Terminologia Anatomica—International Anatomical Terminology[M].1998.



索 引

B

白环俞	Báihuánshū(BL30)	5.7.30
百会	Bǎihuì(GV20)	5.13.20
胞肓	Bāohuāng(BL53)	5.7.53
本神	Běshén(GB13)	5.11.13
髀关	Bìguān(ST31)	5.3.31
臂臑	Bìnào(LI14)	5.2.14
乘风	Bǐngfēng(SI12)	5.6.12
步廊	Bùláng(KI22)	5.8.22
不容	Bùróng(ST19)	5.3.19

C

长强	Chángqiáng(GVI)	5.13.1
承扶	Chéngfú(BL36)	5.7.36
承光	Chéngguāng(BL6)	5.7.6
承浆	Chéngjiāng(CV24)	5.14.24
承筋	Chéngjīn(BL56)	5.7.56
承灵	Chénglíng(GB18)	5.11.18
承满	Chéngmǎn(ST20)	5.3.20
承泣	Chéngqì(ST1)	5.3.1
承山	Chéngshān(BL57)	5.7.57
尺泽	Chǐzé(LU5)	5.1.5
瘰脉	Chìmài(TE18)	5.10.18
冲门	Chōngmén(SP12)	5.4.12
冲阳	Chōngyáng(ST42)	5.3.42
次髎	Cìliáo(BL32)	5.7.32
攒竹	Cuánzhú(BL2)	5.7.2

D

大包	Dàbāo(SP21)	5.4.21
大肠俞	Dàchángshū(BL25)	5.7.25
大都	Dàdū(SP2)	5.4.2
大敦	Dàdūn(LR1)	5.12.1
大赫	Dàhè(KI12)	5.8.12
大横	Dàhéng(SP15)	5.4.15
大巨	Dàjù(ST27)	5.3.27
大陵	Dàlíng(PC7)	5.9.7
大迎	Dàying(ST5)	5.3.5
大钟	Dàzhōng(KI14)	5.8.4

大杼	Dàzhù(BL11)	5.7.11
大椎	Dàzhuī(GV14)	5.13.14
带脉	Dàimài(GB26)	5.11.26
胆俞	Dǎnshū(BL19)	5.7.19
膻中	Dànzhōng(CV17)	5.14.17
地仓	Dìcāng(ST4)	5.3.4
地机	Dìjī(SP8)	5.4.8
地五会	Dìwǔhuì(GB42)	5.11.42
督俞	Dūshū(BL16)	5.7.16
犊鼻	Dúbí(ST35)	5.3.35
兑端	Duìduān(GV27)	5.13.28

E

耳和髎	Ěrhéliáo(TE22)	5.10.22
耳门	Ěrmén(TE21)	5.10.21
二间	Èrjiān(LI2)	5.2.2

F

飞扬	Fēiyáng(BL58)	5.7.58
肺俞	Fèishū(BL13)	5.7.13
风池	Fēngchí(GB20)	5.11.20
风府	Fēngfǔ(GV16)	5.13.16
丰隆	Fēnglóng(ST40)	5.3.40
风门	Fēngmén(BL12)	5.7.12
风市	Fēngshì(GB31)	5.11.31
跗阳	Fūyáng(BL59)	5.7.59
伏兔	Fútù(ST32)	5.3.32
浮白	Fúbái(GB10)	5.11.10
浮郤	Fúxì(BL38)	5.7.38
扶突	Fútū(LI18)	5.2.18
府舍	Fǔshè(SP13)	5.4.13
腹哀	Fù'āi(SP16)	5.4.16
腹结	Fùjié(SPI4)	5.4.14
腹通谷	Fùtōnggǔ(KI20)	5.8.20
复溜	Fùliū(KI7)	5.8.7
附分	Fùfēn(BL41)	5.7.41

G

肝俞	Gānshū(BL18)	5.7.18
膏肓	Gāohuāng(BL43)	5.7.43
膈关	Géguān(BL46)	5.7.46
膈俞	Géshū(BL17)	5.7.17
公孙	Gōngsūn(SP4)	5.4.4

关冲	Guānchōng(TE1)	5.10.1
关门	Guānmén(ST22)	5.3.22
关元	Guānyuán(CV4)	5.14.4
关元俞	Guānyuánshū(BL26)	5.7.26
光明	Guāngmíng(GB37)	5.11.37
归来	Guīlái(ST29)	5.3.29

H

颌厌	Hànyàn(GB4)	5.11.4
合谷	Hégǔ(LI4)	5.2.4
合阳	Héyáng(BL55)	5.7.55
横骨	Hénggǔ(KI11)	5.8.11
后顶	Hòudǐng(GV19)	5.13.19
后溪	Hòuxī(SI3)	5.6.3
华盖	Huágài(CV20)	5.14.20
滑肉门	Huáròumén(ST24)	5.3.24
环跳	Huántiào(GB30)	5.11.30
盲门	Huāngmén(BL51)	5.7.51
盲俞	Huāngshū(KI16)	5.8.16
会阳	Huìyáng(BL35)	5.7.35
会阴	Huìyīn(CV1)	5.14.1
会宗	Huìzōng(TE7)	5.10.7
魂门	Húnmén(BL47)	5.7.47

J

箕门	Jīmén(SP11)	5.4.11
急脉	Jímài(LR12)	5.12.12
极泉	Jíquán(HT1)	5.5.1
脊中	Jǐzhōng(GV6)	5.13.6
颊车	Jiáchē(ST6)	5.3.6
肩井	Jiānjǐng(GB21)	5.11.21
肩髃	Jiānyú(TE14)	5.10.14
肩外俞	Jiānwàishū(SI14)	5.6.14
肩髃	Jiānyú(LI15)	5.2.15
肩贞	Jiānzhen(SI9)	5.6.9
肩中俞	Jiānzhōngshū(SI15)	5.6.15
间使	Jiānshǐ(PC5)	5.9.5
建里	Jiànlǐ(CV11)	5.14.11
交信	Jiāoxìn(KI8)	5.8.8
角孙	Jiǎosūn(TE20)	5.10.20
解溪	Jiěxī(ST41)	5.3.41
金门	Jīnmén(BL63)	5.7.63
筋缩	Jīnsuō(GV8)	5.13.8

京骨	Jīnggǔ(BL64)	5.7.64
京门	Jīngmén(GB25)	5.11.25
睛明	Jīngmíng(BL1)	5.7.1
经渠	Jīngqú(LU8)	5.1.8
鸠尾	Jiūwěi(CV15)	5.14.15
居髎	Jūliáo(GB29)	5.11.29
巨骨	Jùgǔ(LI16)	5.2.16
巨髎	Jùliáo(ST3)	5.3.3
巨阙	Jùquè(CV14)	5.14.14
厥阴俞	Juéyīnshū(BL14)	5.7.14

K

孔最	Kǒngzuì(LU6)	5.1.6
口禾髎	Kǒuhéliáo(LI19)	5.2.19
库房	Kùfáng(ST14)	5.3.14
昆仑	Kūnlún(BL60)	5.7.60

L

劳宫	Láogōng(PC8)	5.9.8
蠡沟	Lígōu(LR5)	5.12.5
厉兑	Lìduì(ST45)	5.3.45
廉泉	Liánquán(CV23)	5.14.23
梁门	Liángmén(ST21)	5.3.21
梁丘	Liángqiū(ST34)	5.3.34
列缺	Lièquē(LU7)	5.1.7
灵道	Língdào(HT4)	5.5.4
灵台	Língtái(GV10)	5.13.10
灵墟	Língxū(KI24)	5.8.24
漏谷	Lòugǔ(SP7)	5.4.7
颞息	Lúxī(TE19)	5.10.19
络却	Luòquè(BL8)	5.7.8

M

眉冲	Méichōng(BL3)	5.7.3
命门	Mìngmén(GV4)	5.13.4
目窗	Mùchuāng(GB16)	5.11.16

N

脑户	Nǎohù(GV17)	5.13.17
脑空	Nǎokōng(GB19)	5.11.19
臑会	Nàohuì(TE13)	5.10.13
臑俞	Nàoshū(SI10)	5.6.10
内关	Nèiguān(PC6)	5.9.6

内庭	Nèitíng(ST44)	5.3.44
----	---------------	--------

P

膀胱俞	Pángguāngshū(BL28)	5.7.28
脾俞	Píshū(BL20)	5.7.20
偏历	Piānlì(LI6)	5.2.6
魄户	Pòhù(BL42)	5.7.42
仆参	Púcān(BL61)	5.7.61

Q

期门	Qīmén(LR14)	5.12.14
气冲	Qìchōng(ST30)	5.3.30
气海	Qìhǎi(CV6)	5.14.6
气海俞	Qìhǎishū(BL24)	5.7.24
气户	Qìhù(ST13)	5.3.13
气穴	Qìxué(KI13)	5.8.13
气舍	Qìshè(ST11)	5.3.11
前顶	Qiándǐng(GV21)	5.13.21
前谷	Qiángǔ(SI2)	5.6.2
强间	Qiángjiān(GV18)	5.13.18
青灵	Qīnglíng(HT2)	5.5.2
清冷渊	Qīnglíngyuān(TE11)	5.10.11
丘墟	Qiūxū(GB40)	5.11.40
曲鬓	Qūbìn(GB7)	5.11.7
曲差	Qūchā(BL4)	5.7.4
曲池	Qūchí(LI11)	5.2.11
曲骨	Qūgǔ(CV2)	5.14.2
曲泉	Qūquán(LR8)	5.12.8
曲垣	Qūyuán(SI13)	5.6.13
曲泽	Qūzé(PC3)	5.9.3
颧髻	Quánliáo(SI18)	5.6.18
缺盆	Quēpén(ST12)	5.3.12

R

然谷	Rángǔ(KI2)	5.8.2
人迎	Rényíng(ST9)	5.3.9
日月	Rìyuè(GB24)	5.11.24
乳根	Rǔgēn(ST18)	5.3.18
乳中	Rǔzhōng(ST17)	5.3.17

S

三间	Sānjiān(LI3)	5.2.3
三焦俞	Sānjiāoshū(BL22)	5.7.22

三阳络	Sānyángluò(TE8)	5.10.8
三阴交	Sānyīnjiāo(SP6)	5.4.6
商丘	Shāngqiū(SP5)	5.4.5
商曲	Shāngqū(KI17)	5.8.17
商阳	Shāngyáng(LI1)	5.2.1
上关	Shàngguān(GB3)	5.11.3
上巨虚	Shàngjùxū(ST37)	5.3.37
上廉	Shànglián(LI9)	5.2.9
上髎	Shàngliáo(BL31)	5.7.31
上腕	Shàngwǎn(CV13)	5.14.13
上星	Shàngxīng(GV23)	5.13.23
少冲	Shàochōng(HT9)	5.5.9
少府	Shàofǔ(HT8)	5.5.8
少海	Shàohǎi(HT3)	5.5.3
少商	Shàoshāng(LU11)	5.1.11
少泽	Shàozé(SI1)	5.6.1
申脉	Shēnmài(BL62)	5.7.62
身柱	Shēnzhù(GV12)	5.13.12
神藏	Shéncáng(KI25)	5.8.25
神道	Shéndào(GV11)	5.13.11
神封	Shénfēng(KI23)	5.8.23
神门	Shénmén(HT7)	5.5.7
神阙	Shénquè(CV8)	5.14.8
神堂	Shéntáng(BL44)	5.7.44
神庭	Shéntíng(GV24)	5.13.24
肾俞	Shènsū(BL23)	5.7.23
食窦	Shídòu(SP17)	5.4.17
石关	Shíguān(KI18)	5.8.18
石门	Shímén(CV5)	5.14.5
手三里	Shǒusānlǐ(LI10)	5.2.10
手五里	Shǒuwǔlǐ(LI13)	5.2.13
俞府	Shūfǔ(KI27)	5.8.27
束骨	Shùgǔ(BL65)	5.7.65
率谷	Shuàigǔ(GB8)	5.11.8
水道	Shuǐdào(ST28)	5.3.28
水分	Shuǐfēn(CV9)	5.14.9
水沟	Shuǐgōu(GV26)	5.13.27
水泉	Shuǐquán(KI5)	5.8.5
水突	Shuǐtū(ST10)	5.3.10
丝竹空	Sīzhúkōng(TE23)	5.10.23
四白	Sìbái(ST2)	5.3.2
四渎	Sìdú(TE9)	5.10.9
四满	Sìmǎn(KI14)	5.8.14

素髻	Sùliáo(GV25)	5.13.26
----	--------------	---------

T

太白	Tàibái(SP3)	5.4.3
太冲	Tàichōng(LR3)	5.12.3
太溪	Tàixī(KI3)	5.8.3
太乙	Tàiyǐ(ST23)	5.3.23
太渊	Tàiyuān(LU9)	5.1.9
陶道	Táodào(GV13)	5.13.13
天池	Tiānchí(PC1)	5.9.1
天冲	Tiānchōng(GB9)	5.11.9
天窗	Tiānchuāng(SI16)	5.6.16
天鼎	Tiāndǐng(LI17)	5.2.17
天府	Tiānfǔ(LU3)	5.1.3
天井	Tiānjǐng(TE10)	5.10.10
天髎	Tiānliáo(TE15)	5.10.15
天泉	Tiānquán(PC2)	5.9.2
天容	Tiānróng(SI17)	5.6.17
天枢	Tiānshū(ST25)	5.3.25
天突	Tiāntū(CV22)	5.14.22
天溪	Tiānxī(SP18)	5.4.18
天牖	Tiānyǒu(TE16)	5.10.16
天柱	Tiānzhù(BL10)	5.7.10
天宗	Tiānzōng(SI11)	5.6.11
条口	Tiáokǒu(ST38)	5.3.38
听宫	Tīnggōng(SI19)	5.6.19
听会	Tīnghuì(GB2)	5.11.2
通里	Tōnglǐ(HT5)	5.5.5
通天	Tōngtiān(BL7)	5.7.7
瞳子髎	Tóngzǐliáo(GB1)	5.11.1
头临泣	Tóulínqì(GB15)	5.11.15
头窍阴	Tóuqiàoyīn(GB11)	5.11.11
头维	Tóuwéi(ST8)	5.3.8

W

外关	Wàiguān(TE5)	5.10.5
外陵	Wàilíng(ST26)	5.3.26
外丘	Wàiqiū(GB36)	5.11.36
完骨	Wángǔ(GB12)	5.11.12
腕骨	Wàngǔ(SI4)	5.6.4
维道	Wéidào(GB28)	5.11.28
委阳	Wěiyáng(BL39)	5.7.39
委中	Wěizhōng(BL40)	5.7.40

胃仓	Wèicāng(BL50)	5.7.50
胃俞	Wèishū(BL21)	5.7.21
温溜	Wēnliū(LI7)	5.2.7
屋翳	Wūyì(ST15)	5.3.15
五处	Wǔchù(BL5)	5.7.5
五枢	Wǔshū(GB27)	5.11.27

X

膝关	Xīguān(LR7)	5.12.7
膝阳关	Xīyángguān(GB33)	5.11.33
郄门	Xīmén(PC4)	5.9.4
侠白	Xiábái(LU4)	5.1.4
侠溪	Xiáxī(GB43)	5.11.43
下关	Xiàguān(ST7)	5.3.7
下巨虚	Xiàjùxū(ST39)	5.3.39
下廉	Xiàlián(LI8)	5.2.8
下髎	Xiàliáo(BL34)	5.7.34
下腕	Xiàwǎn(CV10)	5.14.10
陷谷	Xiàngǔ(ST43)	5.3.43
消冻	Xiāoluò(TE12)	5.10.12
小肠俞	Xiǎochángshū(BL27)	5.7.27
小海	Xiǎohǎi(SI8)	5.6.8
心俞	Xīnshū(BL15)	5.7.15
囟会	Xìnghuì(GV22)	5.13.22
行间	Xíngjiān(LR2)	5.12.2
胸乡	Xiōngxiāng(SP19)	5.4.19
璇玑	Xuánjī(CV21)	5.14.21
悬厘	Xuánlí(GB6)	5.11.6
悬颅	Xuánlú(GB5)	5.11.5
悬枢	Xuánshū(GV5)	5.13.5
悬钟	Xuánzhōng(GB39)	5.11.39
血海	Xuèhǎi(SP10)	5.4.10

Y

哑门	Yǎmén(GV15)	5.13.15
阳白	Yángbái(GB14)	5.11.14
阳池	Yángchí(TE4)	5.10.4
阳辅	Yángfǔ(GB38)	5.11.38
阳纲	Yánggāng(BL48)	5.7.48
阳谷	Yánggǔ(SI5)	5.6.5
阳交	Yángjiāo(GB35)	5.11.35
阳陵泉	Yánglíngquán(GB34)	5.11.34
阳溪	Yángxī(LI5)	5.2.5

养老	Yǎnglǎo(SI6)	5.6.6
腰俞	Yāoshū(GV2)	5.13.2
腰阳关	Yāoyángguān(GV3)	5.13.3
液门	Yèmén(TE2)	5.10.2
翳风	Yìfēng(TE17)	5.10.17
意舍	Yìshè(BL49)	5.7.49
諛諛	Yìxǐ(BL45)	5.7.45
阴包	Yīnbāo(LR9)	5.12.9
阴都	Yīndū(KI19)	5.8.19
阴谷	Yīngǔ(KI10)	5.8.10
阴交	Yīnjiāo(CV7)	5.14.7
阴廉	Yīnlián(LR11)	5.12.11
阴陵泉	Yīnlíngquán(SP9)	5.4.9
阴市	Yīnshì(ST33)	5.3.33
阴郄	Yīnxì(HT6)	5.5.6
殷门	Yīnmén(BL37)	5.7.37
龈交	Yínjiāo(GV28)	5.13.29
隐白	Yǐnbái(SP1)	5.4.1
膺窗	Yīngchuāng(ST16)	5.3.16
印堂	Yìntáng(GV24 ⁺)	5.13.25
迎香	Yíngxiāng(LI20)	5.2.20
涌泉	Yǒngquán(KI1)	5.8.1
幽门	Yōumén(KI21)	5.8.21
鱼际	Yújì(LU10)	5.1.10
玉堂	Yùtáng(CV18)	5.14.18
玉枕	Yùzhěn(BL9)	5.7.9
彘中	Yùzhōng(KI26)	5.8.26
渊腋	Yuānyè(GB22)	5.11.22
云门	Yúnmén(LU2)	5.1.2

Z

章门	Zhāngmén(LR13)	5.12.13
照海	Zhàohǎi(KI6)	5.8.6
辄筋	Zhéjīn(GB23)	5.11.23
正营	Zhèngyíng(GB17)	5.11.17
支沟	Zhīgōu(TE6)	5.10.6
支正	Zhīzhèng(SI7)	5.6.7
秩边	Zhìbiān(BL54)	5.7.54
志室	Zhìshì(BL52)	5.7.52
至阳	Zhìyáng(GV9)	5.13.9
至阴	Zhìyīn(BL67)	5.7.67
中冲	Zhōngchōng(PC9)	5.9.9
中都	Zhōngdū(LR6)	5.12.6

中渚	Zhōngdú(GB32)	5.11.32
中封	zhōngfēng(LR4)	5.12.4
中府	Zhōngfǔ(LU1)	5.1.1
中极	Zhōngjí(CV3)	5.14.3
中髎	Zhōngliáo(BL33)	5.7.33
中膂俞	Zhōnglǚshū(BL29)	5.7.29
中枢	Zhōngshū(GV7)	5.13.7
中庭	Zhōngtíng(CV16)	5.14.16
中腕	Zhōngwǎn(CV12)	5.14.12
中渚	Zhōngzhǔ(TE3)	5.10.3
中注	Zhōngzhù(KI15)	5.8.15
周荣	Zhōuróng(SP20)	5.4.20
肘髎	Zhǒuliáo(LI12)	5.2.12
筑宾	Zhùbīn(KI9)	5.8.9
紫宫	Zǐgōng(CV19)	5.14.19
足临泣	Zúlínqì(GB41)	5.11.41
足窍阴	Zúqiàoyīn(GB44)	5.11.44
足三里	Zúsānlǐ(ST36)	5.3.36
足通谷	Zútōnggǔ(BL66)	5.7.66
足五里	Zúwǔlǐ(LR10)	5.12.10
