标题：寒气湿气主要通过五大穴位进入体内，再不知道就晚了！

开头：特别要注意湿气进入体内的主要通道！

正文：肩颈部的太椎穴

前胸部位的膻中穴

肚脐部位的神厥穴

腰部的命门穴

脚底的涌泉穴

结尾：日常生活中记住护好这5大穴位