



目录

如何找准穴位

骨度折量取穴法	3
“指寸”定位法	3

十四经穴及经外奇穴

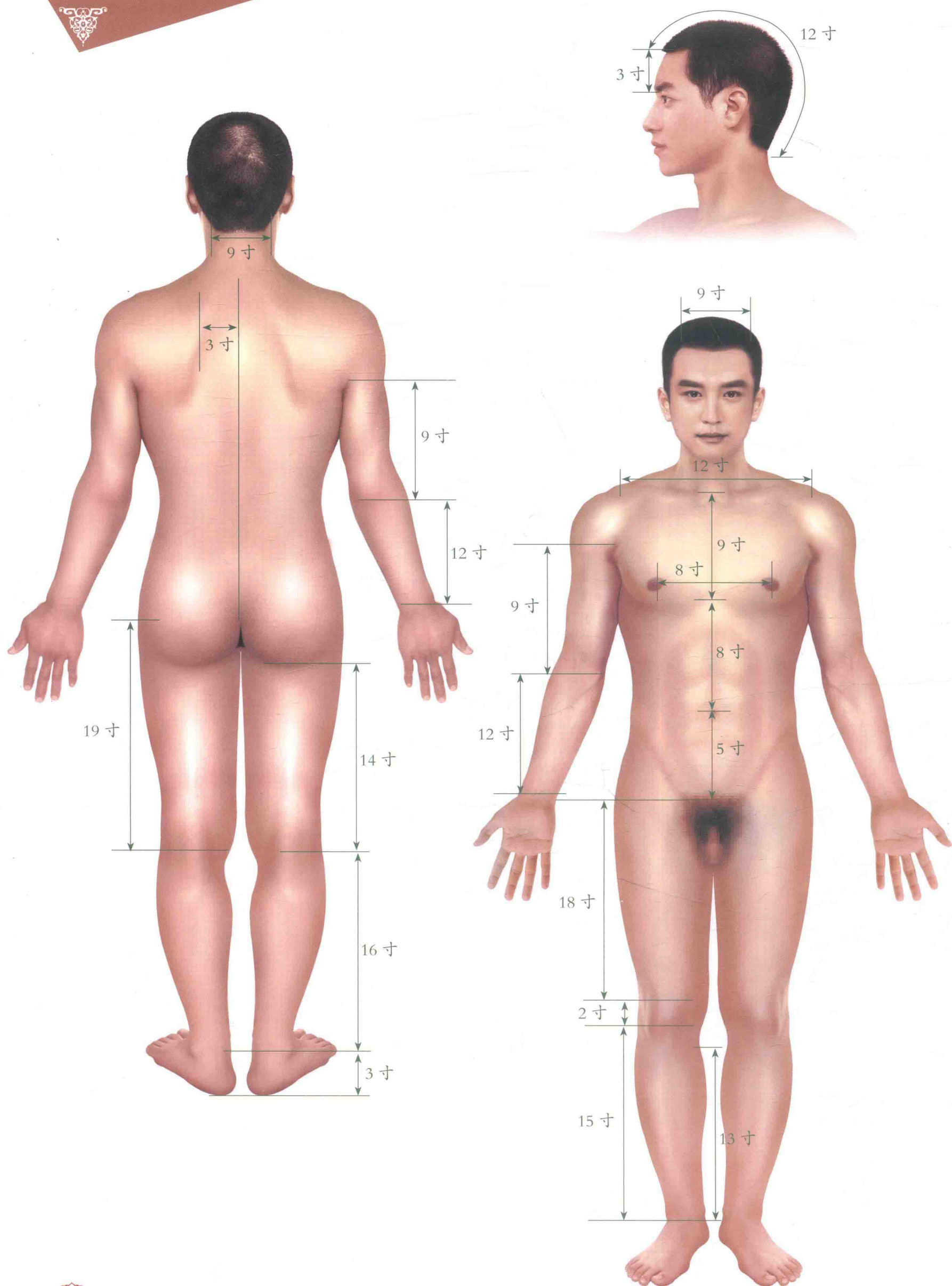
手太阴肺经	4
经脉循行古今对照多图解	4
穴位分部分层对照多图解	6
手阳明大肠经	8
经脉循行古今对照多图解	8
穴位分部分层对照多图解	10
足阳明胃经	12
经脉循行古今对照多图解	12
穴位分部分层对照多图解	14
足太阴脾经	16
经脉循行古今对照多图解	16
穴位分部分层对照多图解	18
手少阴心经	20
经脉循行古今对照多图解	20
穴位分部分层对照多图解	22
手太阳小肠经	24
经脉循行古今对照多图解	24
穴位分部分层对照多图解	26
足太阳膀胱经	28
经脉循行古今对照多图解	28
穴位分部分层对照多图解	30
足少阴肾经	34
经脉循行古今对照多图解	34
穴位分部分层对照多图解	36

手厥阴心包经	38
经脉循行古今对照多图解	38
穴位分部分层对照多图解	40
手少阳三焦经	42
经脉循行古今对照多图解	42
穴位分部分层对照多图解	44
足少阳胆经	46
经脉循行古今对照多图解	46
穴位分部分层对照多图解	48
足厥阴肝经	50
经脉循行古今对照多图解	50
穴位分部分层对照多图解	52
督脉	54
经脉循行古今对照多图解	54
穴位分部分层对照多图解	56
任脉	58
经脉循行古今对照多图解	58
穴位分部分层对照多图解	60
经外奇穴	62

常见病症取穴指南

头颈部病症选穴指南	65
胸背部病症选穴指南	66
腰腹骶部病症选穴指南	67
上肢部病症选穴指南	69
下肢部病症选穴指南	70

如何找准穴位



●骨度折量取穴法●

是指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。

部位	起止点	折量分寸	说明
头面部	前发际正中→后发际正中	12	用于确定头部腧穴的纵向距离
	眉间（印堂）→前发际正中	3	用于确定前或后发际及其头部腧穴的纵向距离
	两额角发际（头维）之间	9	用于确定头前部腧穴的横向距离
	耳后两乳突（完骨）之间	9	用于确定头后部腧穴的横向距离
胸腹部	胸骨上窝（天突）→剑胸结合中点（歧骨）	9	用于确定胸部任脉穴的纵向距离
	剑胸结合中点（歧骨）→脐中	8	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	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	用于确定胸部腧穴的横向距离
	两乳头之间	8	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	用于确定背腰部腧穴的横向距离
上肢部	腋前、后纹头→肘横纹（平尺骨鹰嘴）	9	用于确定上臂部腧穴的纵向距离
	肘横纹（平尺骨鹰嘴）→腕掌（背）侧远端横纹	12	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	用于确定大腿部腧穴的纵向距离
	髌底→髌尖	2	
	髌尖（膝中）→内踝尖 15 寸 （胫骨内侧踝下方阴陵泉→内踝尖为 13 寸）	15	用于确定小腿内侧部腧穴的纵向距离
	股骨大转子→脘横纹（平髌尖）	19	用于确定大腿部前外侧部腧穴的纵向距离
	臀沟→脘横纹	14	用于确定大腿后部腧穴的纵向距离
	脘横纹（平髌尖）→外踝尖	16	用于确定小腿外侧部腧穴的纵向距离
	内踝尖→足底	3	用于确定足内侧部腧穴的纵向距离

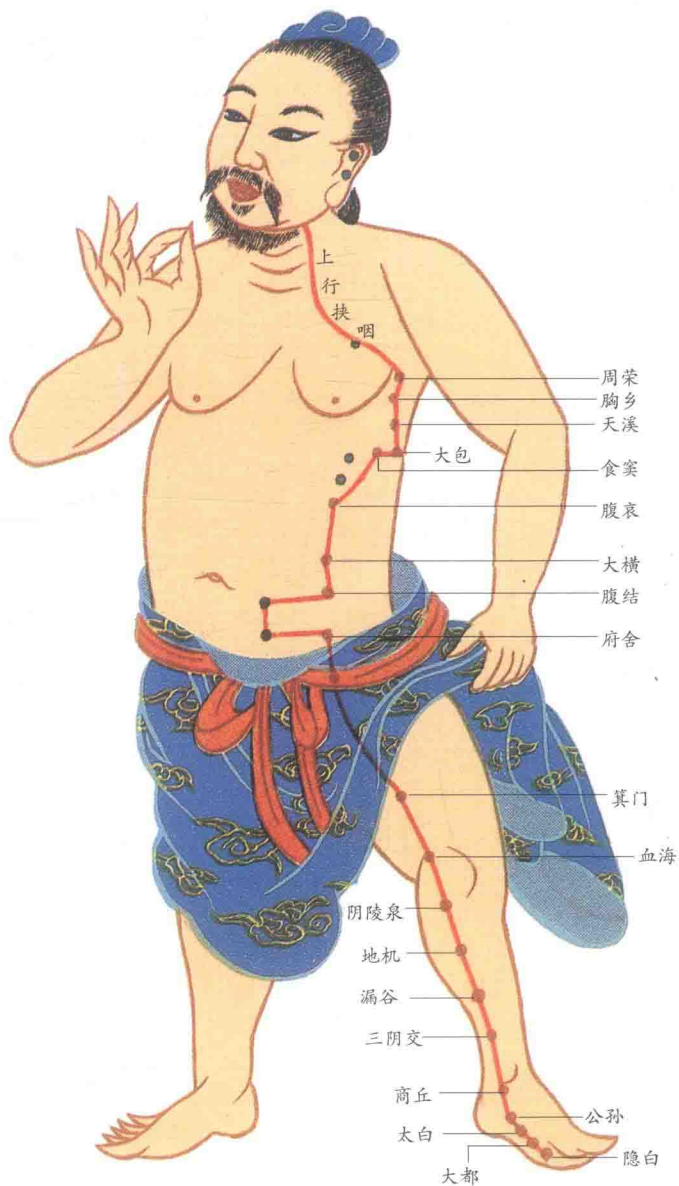
●“指寸”定位法●

是指依据被取穴者本人手指所规定的分寸以量取腧穴的方法。此法主要用于下肢部。常用的取法有中指同身寸、拇指同身寸、横指同身寸三种。

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）：被取穴者四指并拢，以其中指中节横纹为准，其四指的宽度作为 3 寸。



十四经穴及经外奇穴

●手太阴肺经●

经脉循行古今对照多图解

循行路线

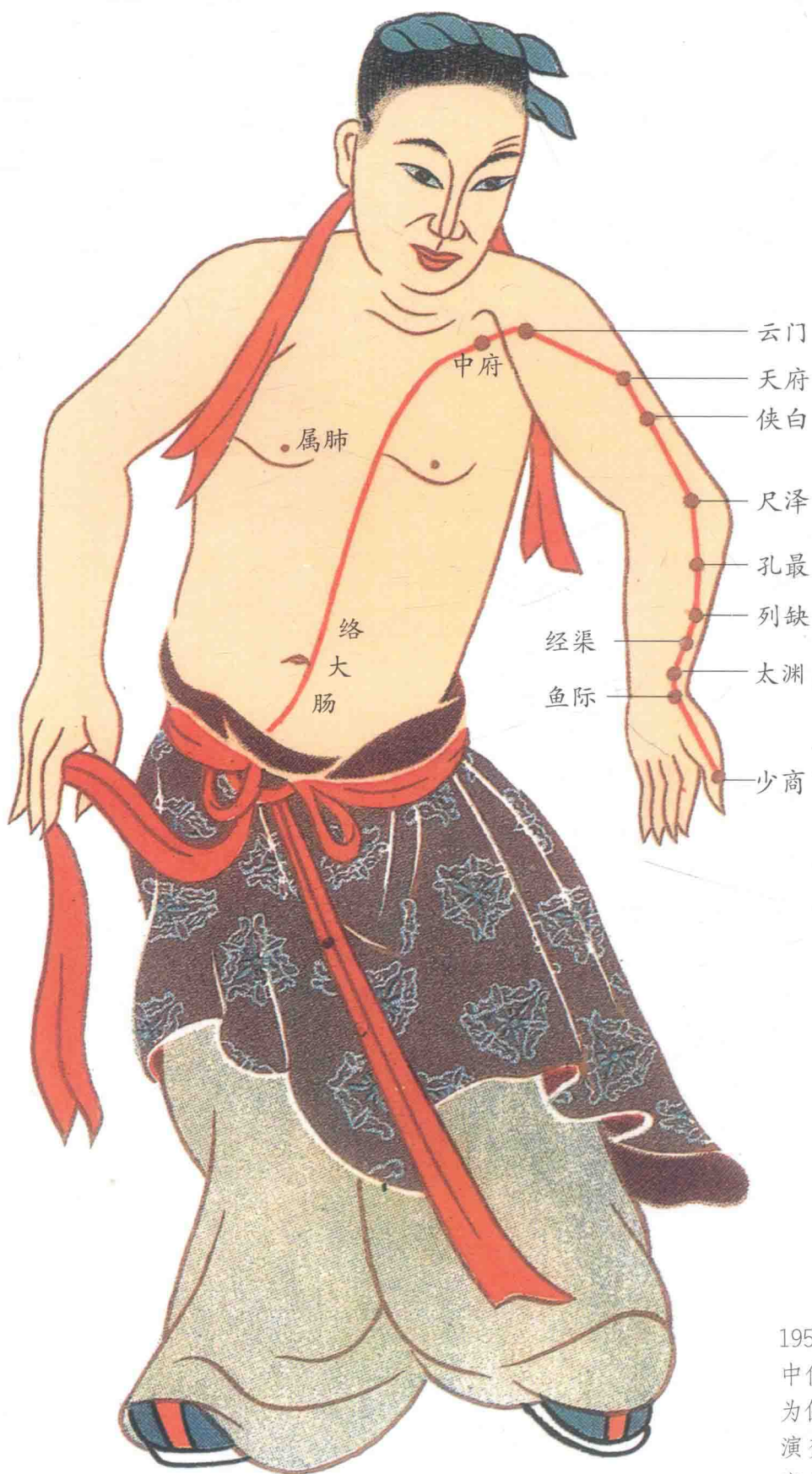
肺经从胸部走向手指，起于胸部的中府穴，经手臂内侧前缘，止于手指的少商穴，每侧 11 穴，共 22 穴。

主治病症

①咳嗽、气急、喘息等呼吸系统疾病。②心烦、胸闷、上臂及前臂内侧疼痛不适等经脉循行部位的疾病。

保养方法

按摩、拍打、刮痧、气功、拔罐、艾灸、瑜伽都可以疏通经脉，加强肺功能。呼吸系统障碍、患有气喘的人可练习气功八段锦。



注：本书十四经古图为 1954 年出版的《新针灸学》中仿制的《十四经发挥》图。为保持古籍原貌，体现穴名的演变，图中穴名与今国家腧穴名称标准不同的不予更改。





中府

【定位】在胸部，横平第1肋间隙，锁骨下窝外侧，前正中线旁开6寸。

【主治】咳嗽、气喘、胸痛、肩背痛。

*取穴小窍门：在云门下1寸。

云门

【定位】在胸部，锁骨下窝凹陷中，肩胛骨喙突内缘，前正中线旁开6寸。

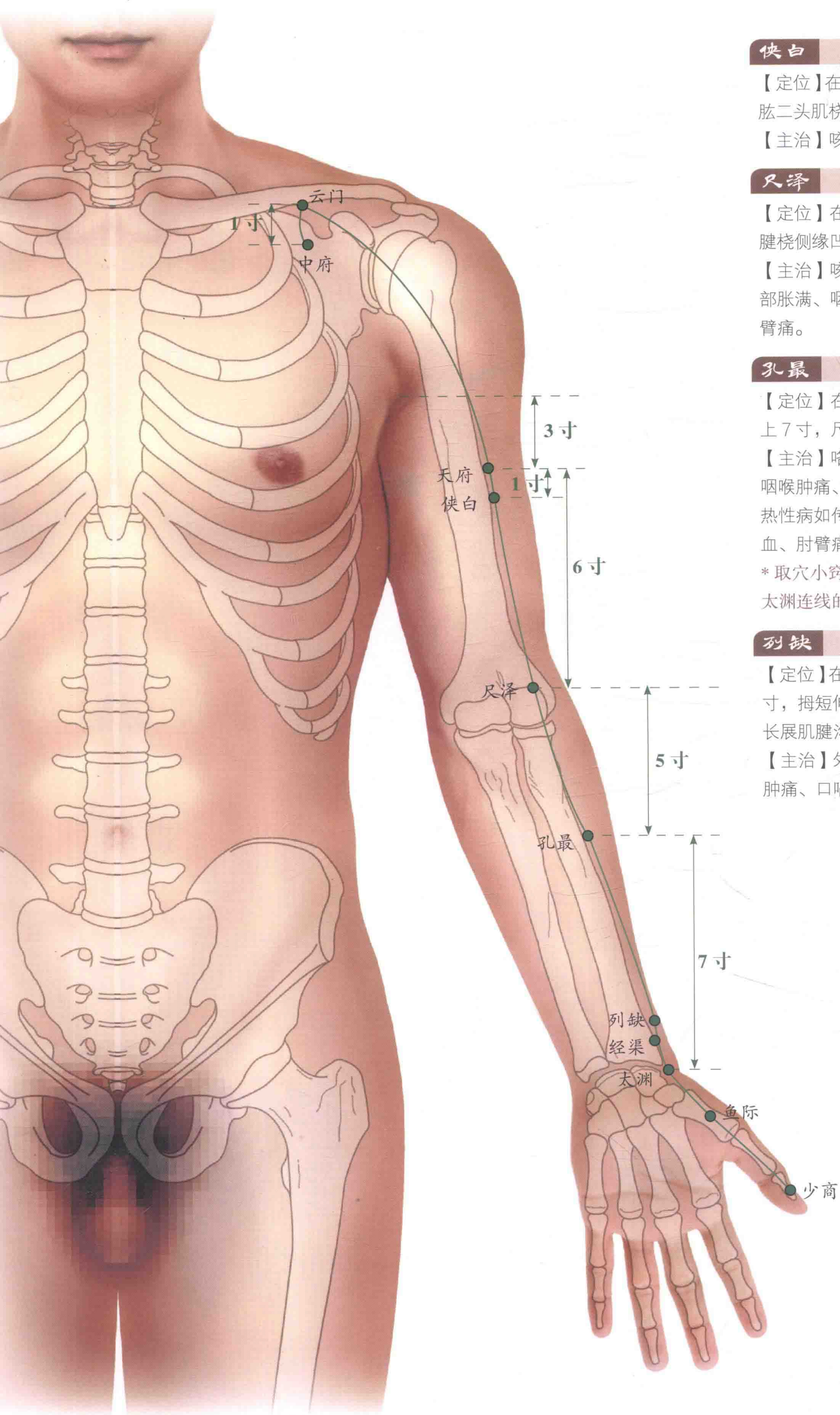
【主治】咳嗽、气喘、胸痛、肩痛。

天府

【定位】在臂前区，腋前纹头下3寸，肱二头肌桡侧缘处。

【主治】鼻出血、咳嗽、气喘、肩及上肢内侧疼痛。

*取穴小窍门：肱二头肌外侧沟平腋前纹头处至尺泽连线的上1/3与下2/3的交界处。



侠白

【定位】在臂前区，腋前纹头下4寸处，肱二头肌桡侧缘处。

【主治】咳嗽、气喘、上肢内侧痛。

尺泽

【定位】在肘区，肘横纹上，肱二头肌腱桡侧缘凹陷中。

【主治】咳嗽、气喘、咯血、潮热、胸部胀满、咽喉肿痛、急性腹痛腹泻、肘臂痛。

孔最

【定位】在前臂前区，腕掌侧远端横纹上7寸，尺泽与太渊连线上。

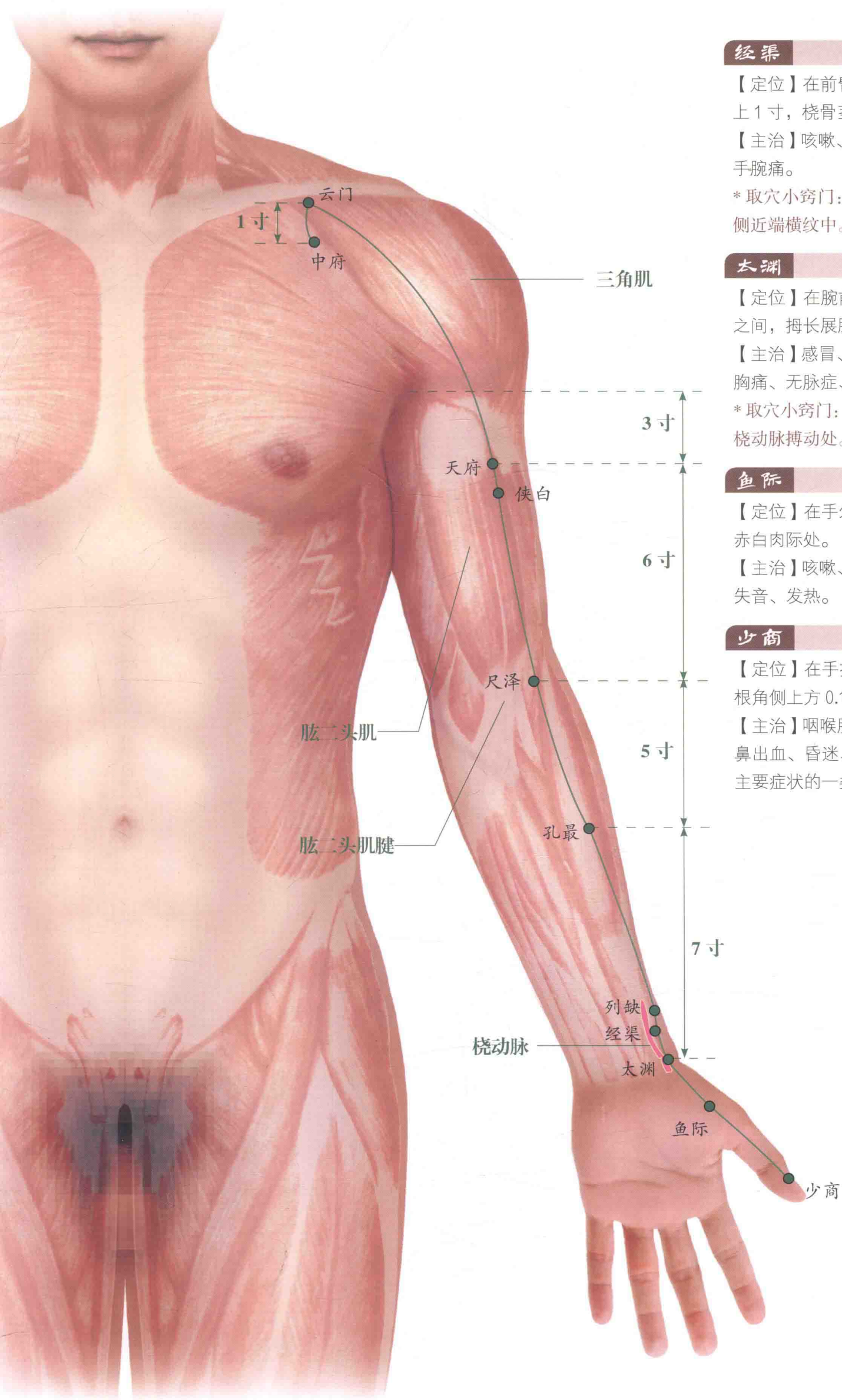
【主治】咯血、鼻出血、咳嗽、气喘、咽喉肿痛、热病（一切外感因素引起的热性病如传染病、中暑等）、无汗、痔血、肘臂痛。

*取穴小窍门：尺泽下5寸，即尺泽与太渊连线的中点上1寸。

列缺

【定位】在前臂，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。

【主治】外感头痛、咳嗽、气喘、咽喉肿痛、口喎（口歪）、齿痛。



经渠

【定位】在前臂前区，腕掌侧远端横纹上1寸，桡骨茎突与桡动脉之间。

【主治】咳嗽、气喘、胸痛、咽喉肿痛、手腕痛。

*取穴小窍门：太渊上1寸，约当腕掌侧近端横纹中。

太渊

【定位】在腕前区，桡骨茎突与舟状骨之间，拇长展肌腱尺侧凹陷中。

【主治】感冒、咳嗽、气喘、咽喉肿痛、胸痛、无脉症、腕臂痛。

*取穴小窍门：在腕掌侧远端横纹桡侧，桡动脉搏动处。

鱼际

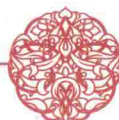
【定位】在手外侧，第1掌骨桡侧中点赤白肉际处。

【主治】咳嗽、哮喘、咯血、咽喉肿痛、失音、发热。

少商

【定位】在手指，拇指末节桡侧，指甲根角侧上方0.1寸（指寸）。

【主治】咽喉肿痛、发热、咳嗽、失音、鼻出血、昏迷、癫狂（指以情绪改变为主要症状的一类疾病）、指肿、麻木。



●手阳明大肠经●

经脉循行古今对照多图解

循行路线

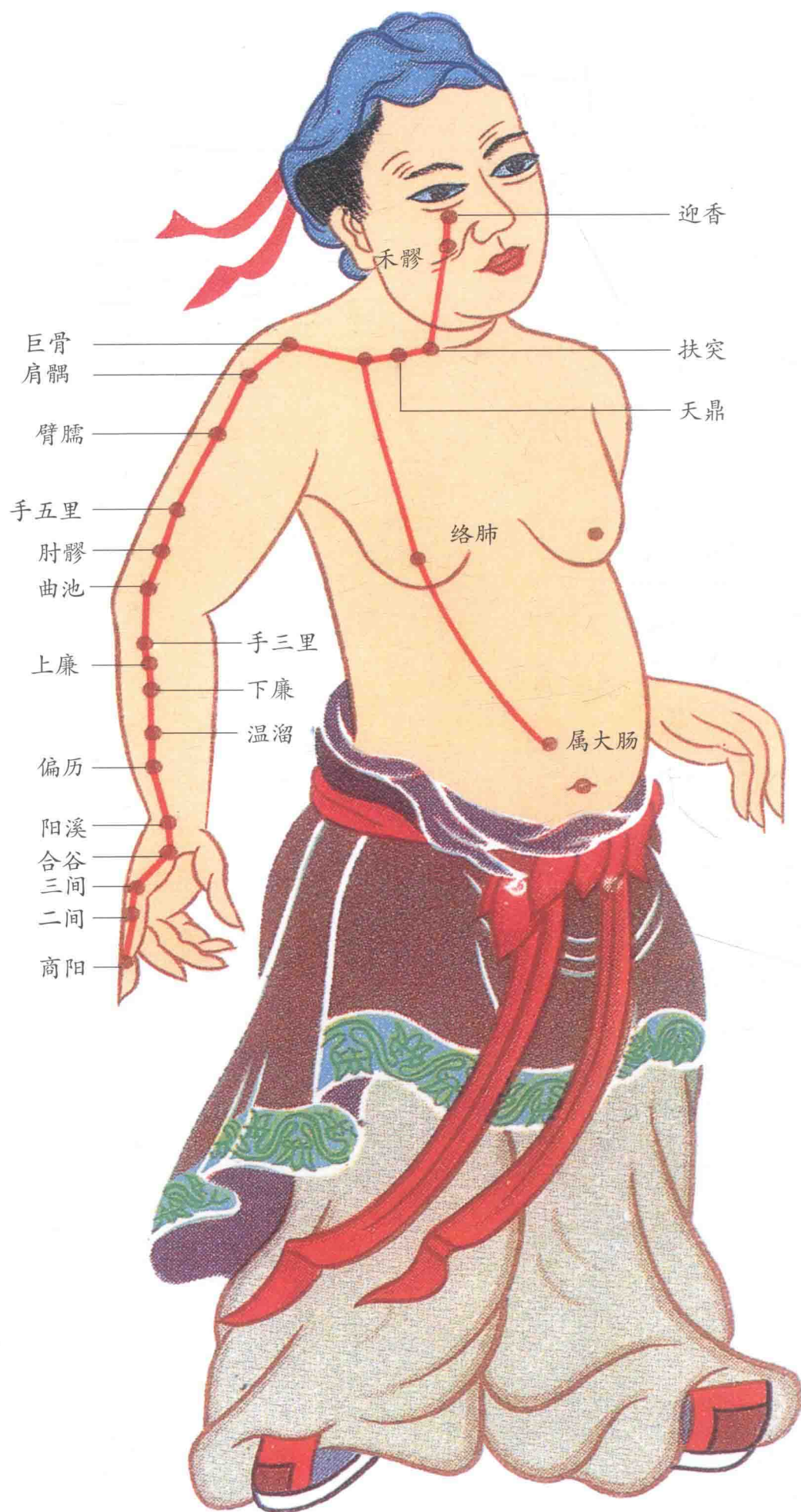
手阳明大肠经起于食指末端的商阳穴，沿手臂外侧经过肩头，止于脸部鼻旁的迎香穴。本经一侧 20 穴，左右两侧共 40 穴。

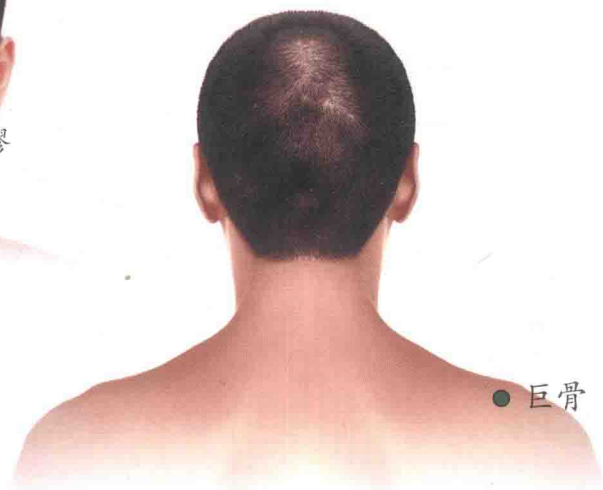
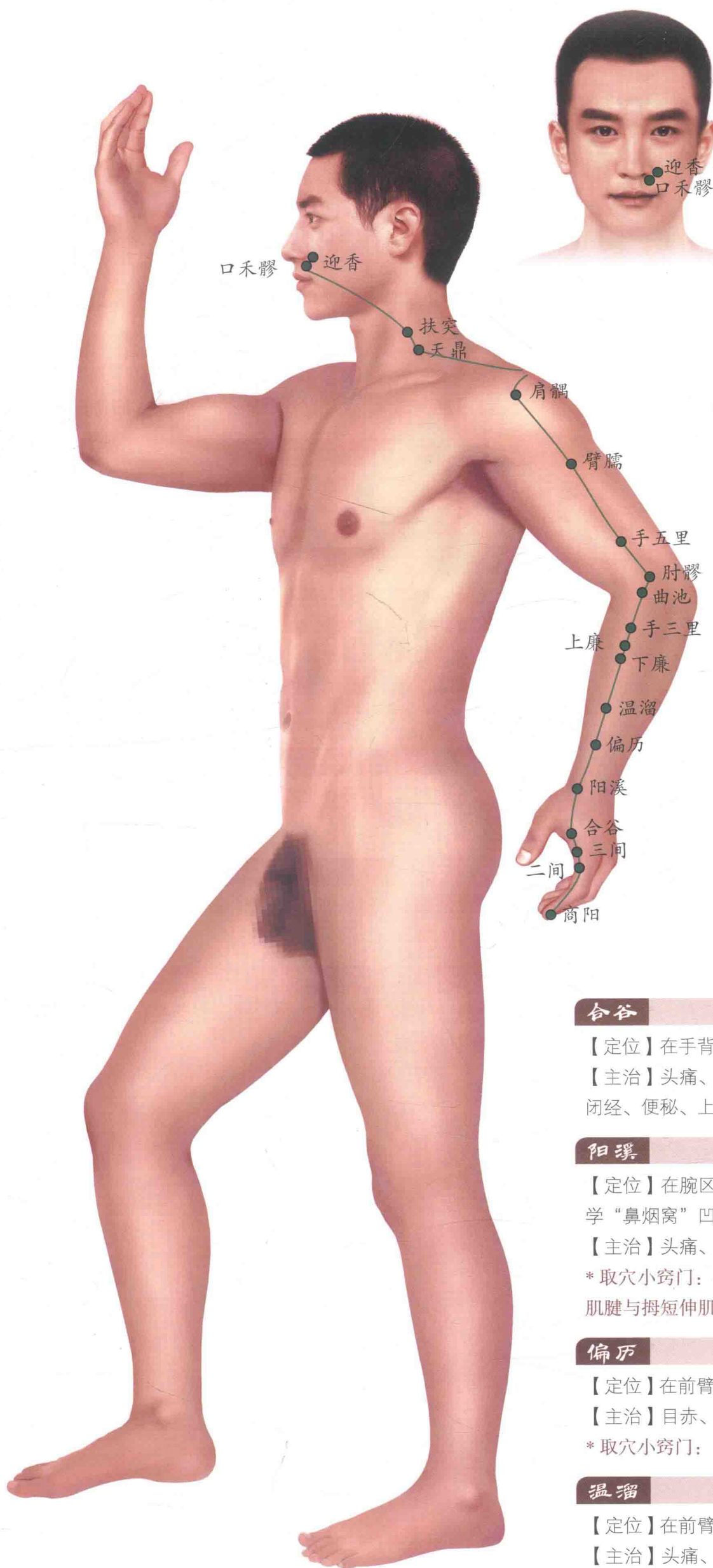
主治病症

- ①目赤、咽喉肿痛、齿痛、口喎（口歪）、耳鸣耳聋等头面五官疾病。②中暑、发热等热病。③腹痛、腹泻、便秘等肠胃病。④上臂部疼痛等经脉循行部位的疾病。

保养方法

按摩、拍打、刮痧、气功、拔罐、艾灸、瑜伽都可以刺激大肠经上的穴位，打通经脉，加强呼吸系统和消化系统。





商阳

【定位】在手指，食指末节桡侧，指甲根角侧上方0.1寸（指寸）。

【主治】咽喉肿痛、齿痛、耳聋、热病、手指麻木。

二间

【定位】在手指，第2掌指关节桡侧远端赤白肉际处。

【主治】咽喉肿痛、齿痛、目痛、鼻出血、热病。

三间

【定位】在手背，第2掌指关节桡侧近端凹陷处。

【主治】目痛、咽喉肿痛、齿痛、身热、手背肿痛。

合谷

【定位】在手背，第2掌骨桡侧的中点处。

【主治】头痛、齿痛、咽喉肿痛、口喎、突发性耳聋、难产、闭经、便秘、上肢疼痛不遂（活动不利）。

阳溪

【定位】在腕区，腕背侧远端横纹桡侧，桡骨茎突远端，解剖学“鼻烟窝”凹陷中。

【主治】头痛、目赤肿痛、齿痛、咽喉肿痛、手腕痛。

* 取穴小窍门：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即“鼻烟窝”。

偏历

【定位】在前臂，腕背侧远端横纹上3寸，阳溪与曲池连线上。

【主治】目赤、耳聋、鼻出血、喉痛、水肿、手臂酸痛。

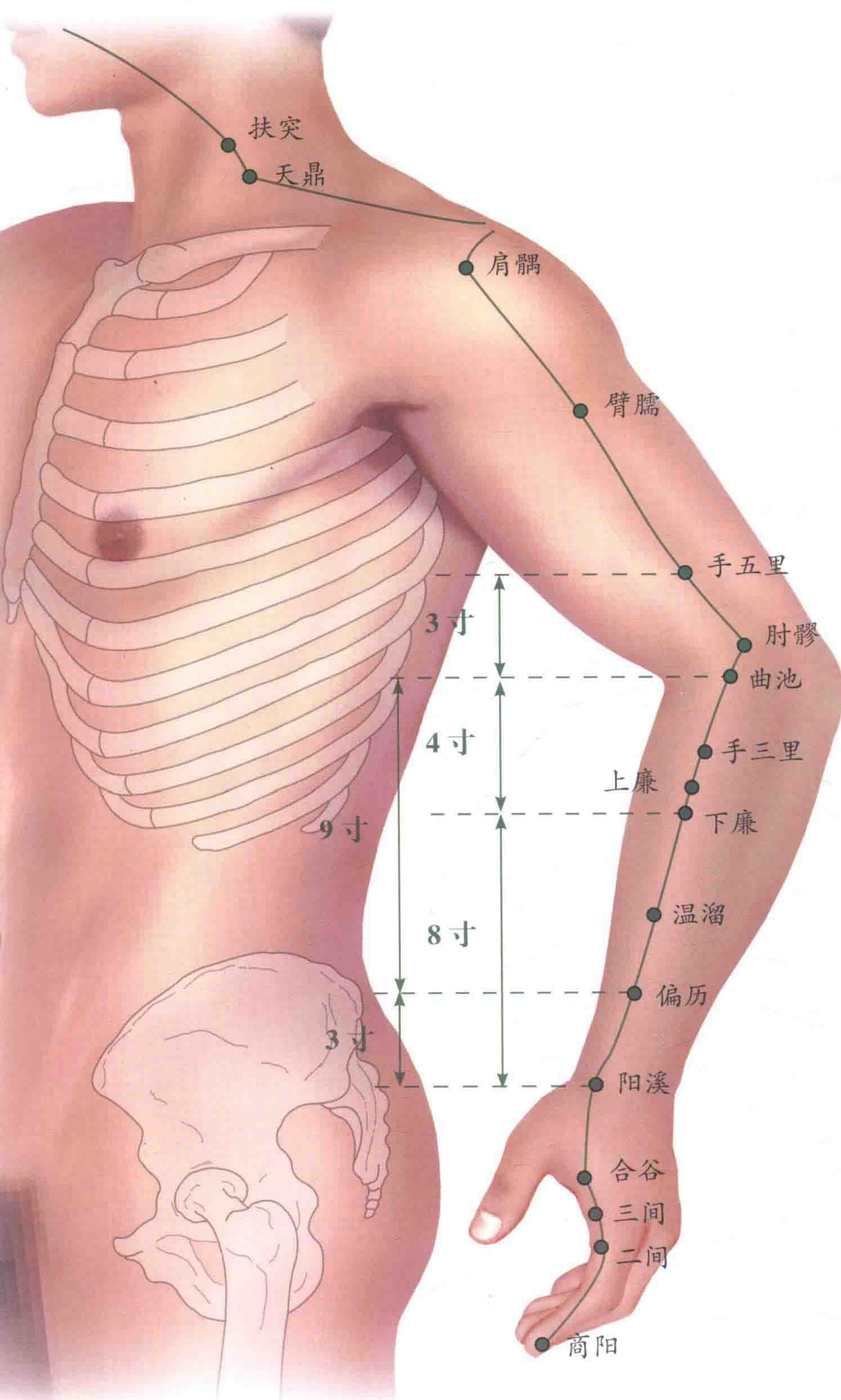
* 取穴小窍门：阳溪与曲池连线的下1/4与上3/4的交点处。

温溜

【定位】在前臂，腕背侧远端横纹上5寸，阳溪与曲池连线上。

【主治】头痛、面肿、咽喉肿痛、腹痛、肩背酸痛。





下廉

【定位】在前臂，肘横纹下4寸，阳溪与曲池连线上。

【主治】头痛、眩晕、目痛、腹胀、腹痛、肘臂痛。

*取穴小窍门：阳溪与曲池连线的上1/3与下2/3的交点处。

上廉

【定位】在前臂，肘横纹下3寸，阳溪与曲池连线上。

【主治】手臂麻木、肩臂酸痛、半身不遂、腹痛肠鸣。

手三里

【定位】在前臂，肘横纹下2寸，阳溪与曲池连线上。

【主治】肩臂麻痛、上肢不遂、腹痛腹泻、齿痛颊肿。

曲池

【定位】在肘区，尺泽与肱骨外上髁连线的中点处。

【主治】热病、咽喉肿痛、齿痛、目赤痛、头痛、眩晕、癫狂、肘臂疼痛、腹痛、青春痘。

*取穴小窍门：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。

肘髎

【定位】在肘区，肱骨外上髁上缘，髁上嵴的前缘。

【主治】肘臂酸痛、麻木、挛急。

手五里

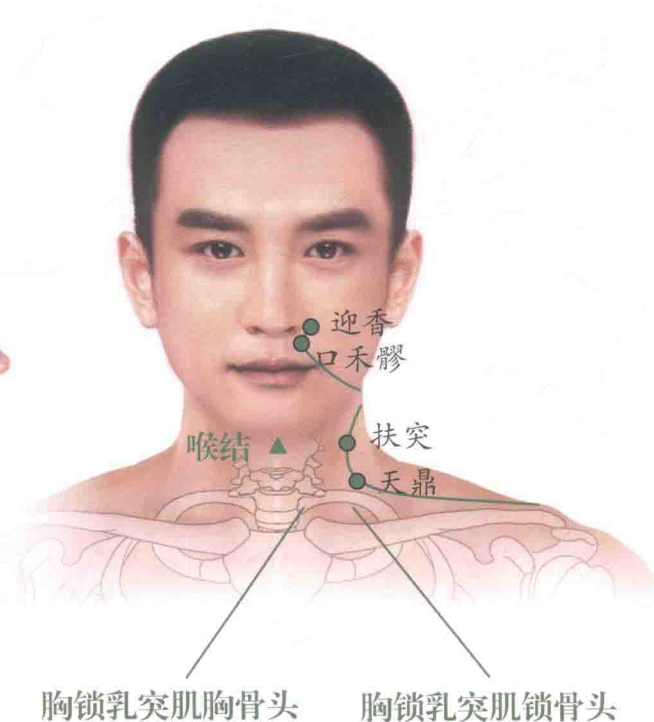
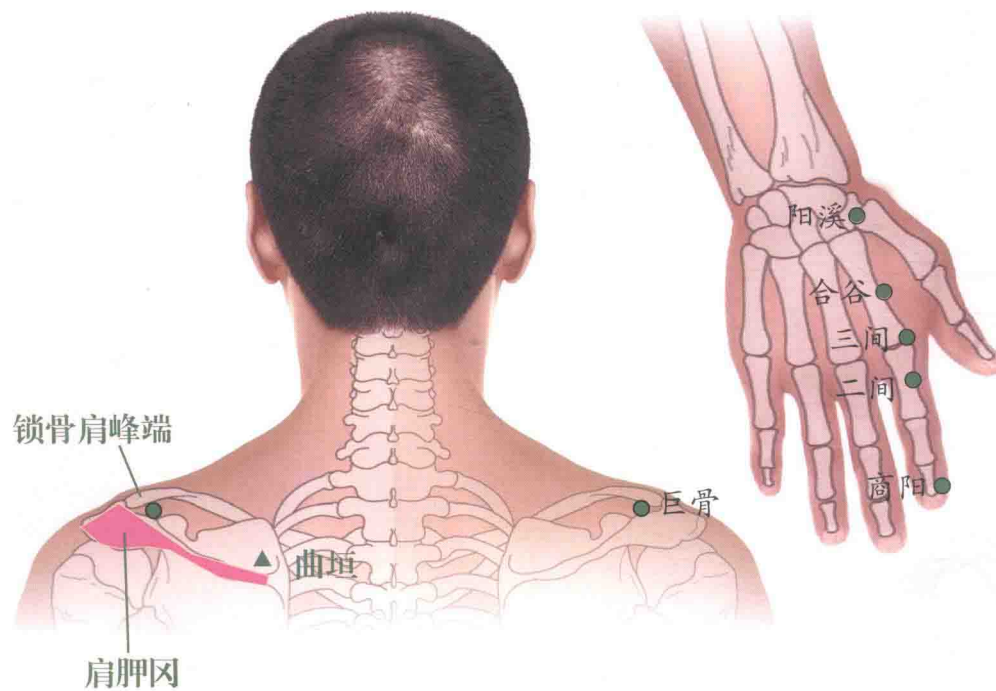
【定位】在臂部，肘横纹上3寸处，曲池与肩髃连线上。

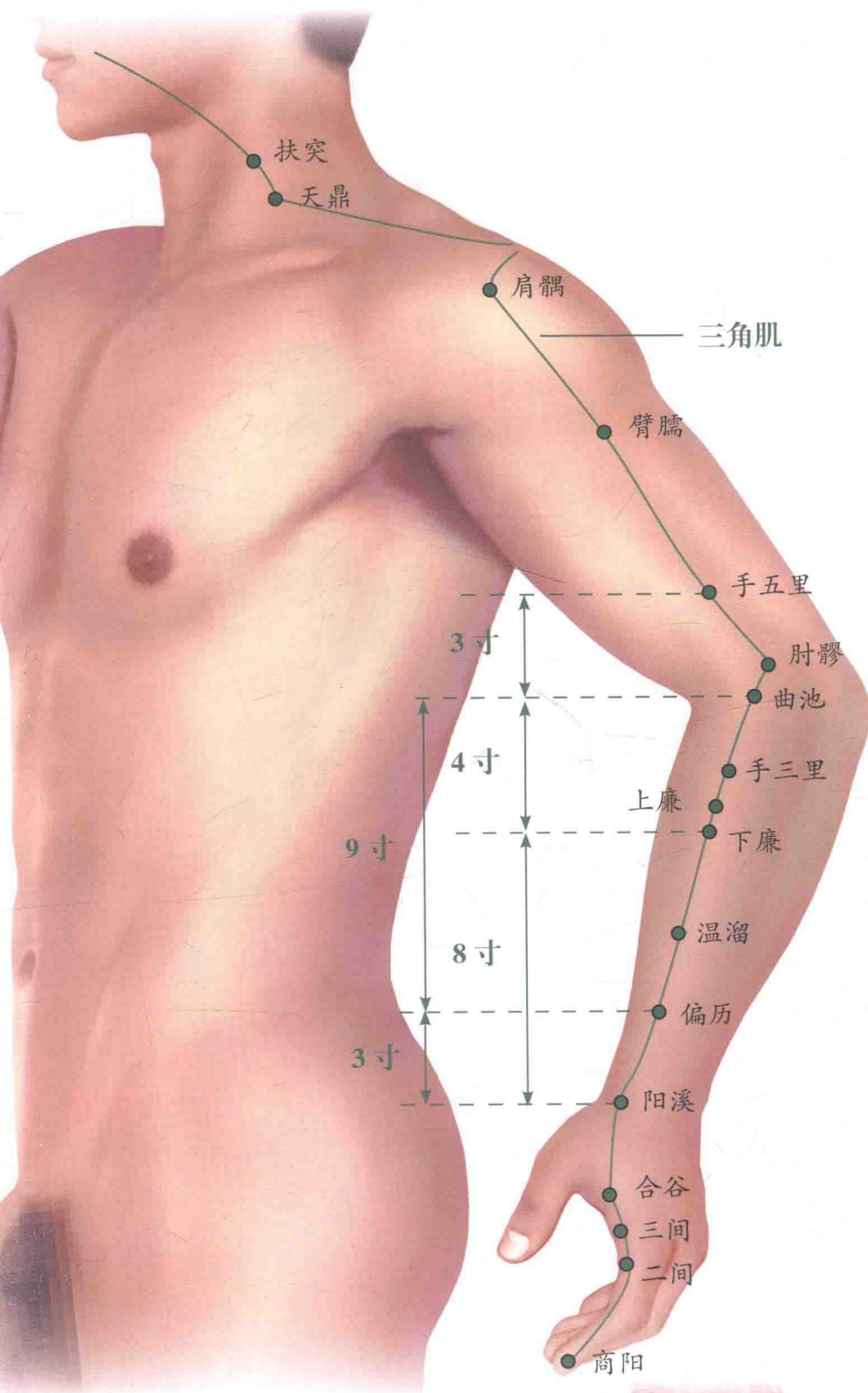
【主治】肘臂挛痛。

臂臑

【定位】在臂部，曲池上7寸，三角肌前缘处。

【主治】肩臂痛。





肩髃

【定位】在三角肌区，肩峰外侧缘前端与肱骨大结节两骨间凹陷中。

【主治】上肢不遂、肩周炎（肩关节周围炎）。

* 取穴小窍门：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。

巨骨

【定位】在肩胛区，锁骨肩峰端与肩胛冈之间凹陷中。

【主治】肩臂挛痛不遂。

* 取穴小窍门：冈上窝（肩胛冈上的浅窝）外端两骨间凹陷中。

天鼎

【定位】在颈部，横平环状软骨，胸锁乳突肌后缘。

【主治】咽喉肿痛、失音。

扶突

【定位】在胸锁乳突肌区，横平喉结，胸锁乳突肌前、后缘中间。

【主治】咽喉肿痛、失音、咳嗽气喘。

口禾髎

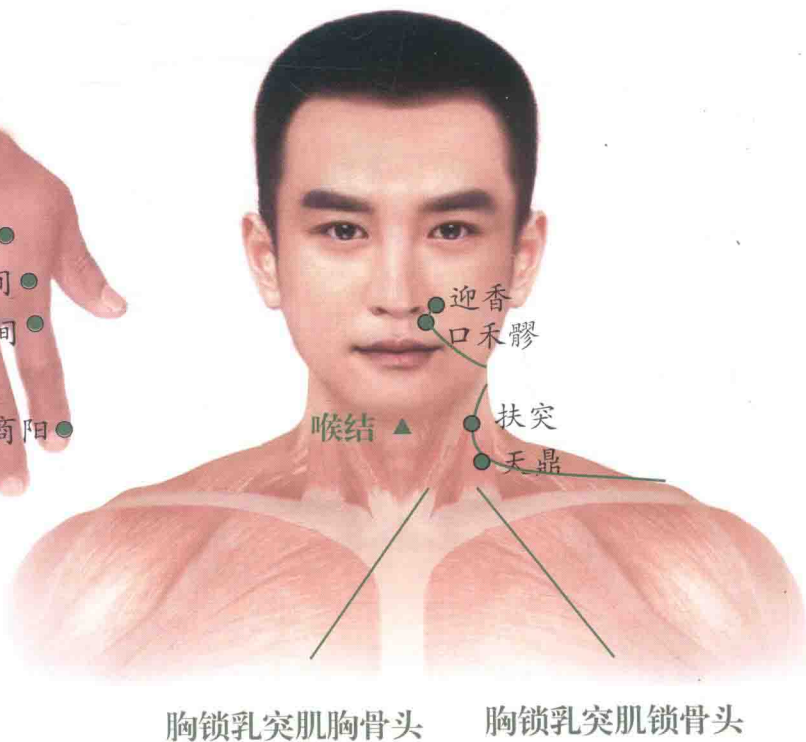
【定位】在面部，横平人中沟上 1/3 与下 2/3 交点，鼻孔外缘直下。

【主治】鼻塞、鼻出血、口喎。

迎香

【定位】在面部，鼻翼外缘中点旁，鼻唇沟中。

【主治】鼻炎、口喎、胆道蛔虫症。



●足阳明胃经●

经脉循行古今对照多图解

循行路线

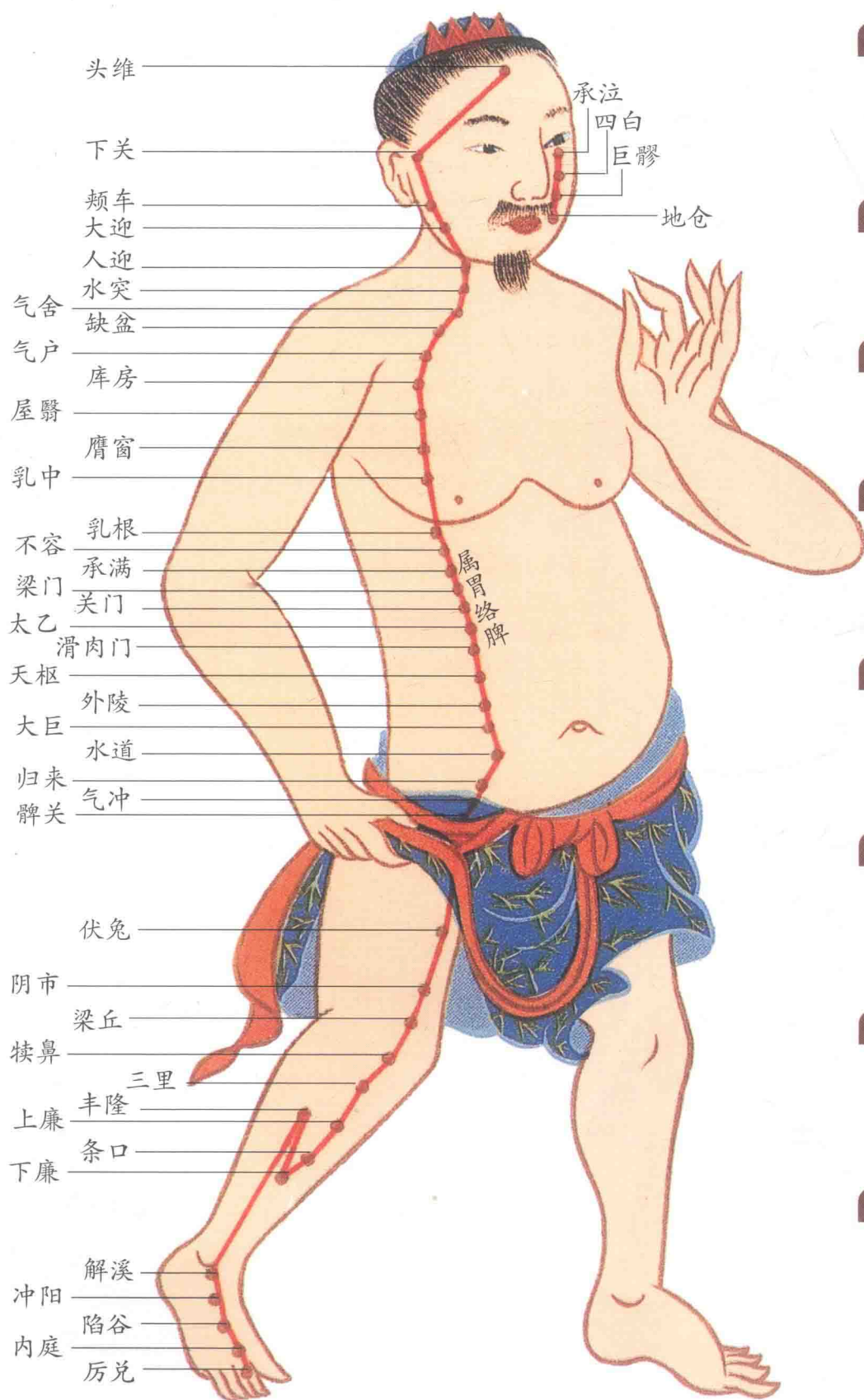
足阳明胃经起于头部，往下经过胸部、腹部、下肢外侧前缘达到脚背。本经一侧 45 穴，左右两侧共 90 穴。

主治病症

①呕吐、腹胀、腹痛、水肿、食欲不振等肠胃疾病。②目赤、咽喉肿痛、齿痛、口歪、耳鸣耳聋等头面五官疾病。③昏厥、癫狂、中风等神经精神疾病。④咳嗽、气喘、膝关节肿痛等经脉循行部位的疾病。⑤部分腧穴有强身健体的作用，常用于日常保健。

保养方法

按摩、拍打、刮痧、拔罐可以刺激经络，促进血液循环。



承泣

【定位】在面部，眼球与眶下缘之间，瞳孔直下。

【主治】目赤肿痛、流泪、近视、眼睑抽动、面瘫、面肌痉挛。

四白

【定位】在面部，眶下孔处。

【主治】目赤肿痛、眼睑跳动（跳动）、近视、面瘫、胆道蛔虫症、头痛、眩晕。

巨髎

【定位】在面部，横平鼻翼下缘，瞳孔直下。

【主治】面痛、齿痛、眼睑跳动、面瘫。

地仓

【定位】在面部，口角旁开 0.4 寸（指寸）。

【主治】面瘫、面肌痉挛、眼睑跳动。

大迎

【定位】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。

【主治】颊肿、齿痛、面瘫、口噤。

颊车

【定位】在面部，下颌角前上方约一横指（中指）。

【主治】面瘫、颊肿、齿痛、口噤不语、颞下颌关节炎。

下关

【定位】在面部，颧弓下缘中央与下颌切迹之间凹陷中。

【主治】耳鸣、耳聋、齿痛、面瘫、颞下颌关节炎。

头维

【定位】在头部，额角发际直上 0.5 寸，头正中线旁开 4.5 寸。

【主治】头痛、眩晕、目痛、眼睑跳动、老年痴呆。

人迎

【定位】在颈部，横平喉结，胸锁乳突肌前缘，颈总动脉搏动处。

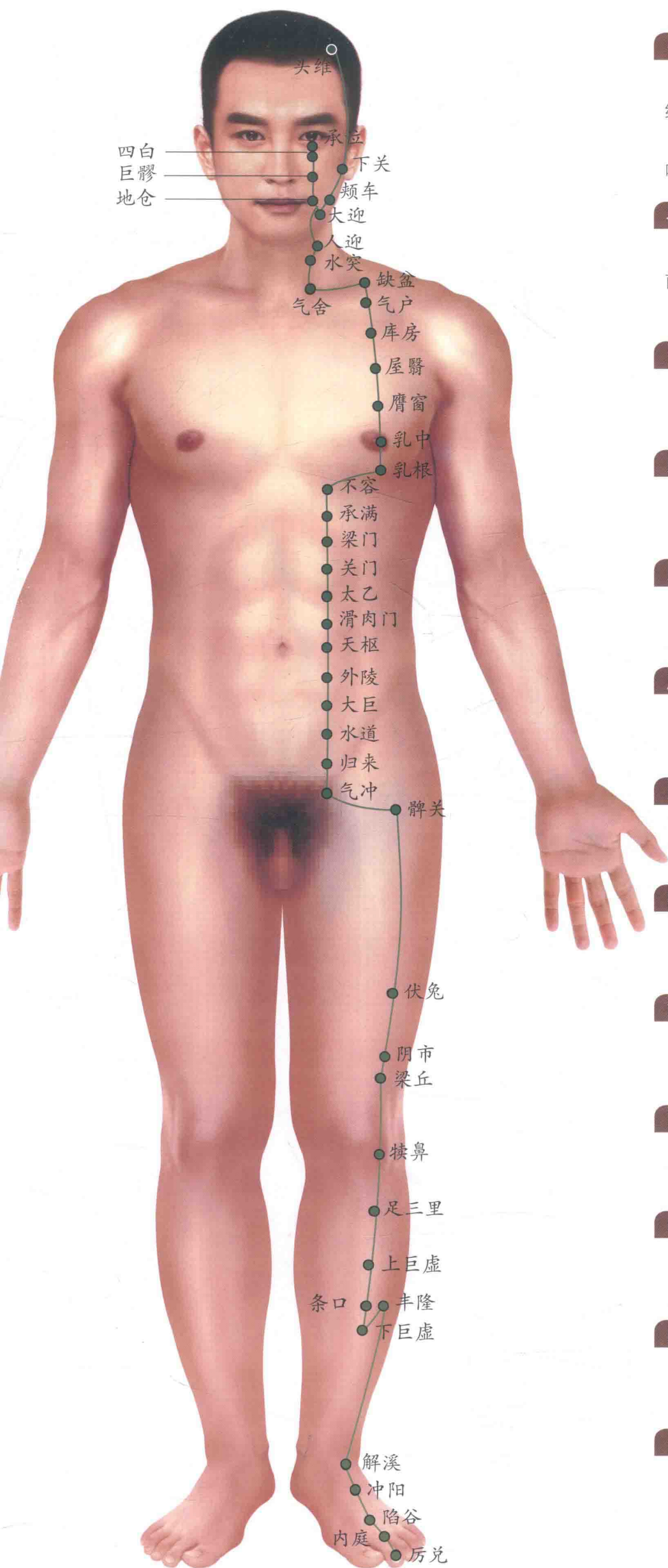
【主治】咽喉肿痛、胸满喘息、头痛、眩晕、调节血压。

水突

【定位】在颈部，横平环状软骨，胸锁乳突肌前缘。

【主治】咳嗽、气喘、咽喉肿痛。





气舍

【定位】在胸锁乳突肌区，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。

【主治】咳嗽、气喘、呃逆（胃气冲逆而上、呃呃有声）、咽喉肿痛、颈项强痛（僵硬疼痛）。

缺盆

【定位】在颈外侧区，锁骨上大窝，锁骨上缘凹陷中，前正中线旁开4寸。

【主治】咳嗽、气喘、咽喉肿痛、颈肿。

气户

【定位】在胸部，锁骨下缘，前正中线旁开4寸。

【主治】咳嗽、气喘、呃逆、胸胁胀满。

库房

【定位】在胸部，第1肋间隙，前正中线旁开4寸。

【主治】咳嗽、气喘、呃逆、胸胁胀满。

屋翳

【定位】在胸部，第2肋间隙，前正中线旁开4寸。

【主治】咳嗽、气喘、呃逆、胸胁胀满、乳腺炎。

膺窗

【定位】在胸部，第3肋间隙，前正中线旁开4寸。

【主治】咳嗽、气喘、呃逆、胸胁胀满、乳腺炎。

乳中

【定位】在胸部，乳头中央。

【主治】本穴只作为定位标志，不宜施针法、灸法。

乳根

【定位】在胸部，第5肋间隙，前正中线旁开4寸。

【主治】咳嗽、气喘、胸闷、胸痛、乳腺炎、乳汁少。

不容

【定位】在上腹部，脐中上6寸，前正中线旁开2寸。

【主治】呕吐、胃痛、腹胀、食欲不振。

承满

【定位】在上腹部，脐中上5寸，前正中线旁开2寸。

【主治】呕吐、胃痛、腹胀、食欲不振、吐血。

梁门

【定位】在上腹部，脐中上4寸，前正中线旁开2寸。

【主治】胃痛、呕吐、腹胀、食欲不振、泄泻（腹泻）。

关门

【定位】在上腹部，脐中上3寸，前正中线旁开2寸。

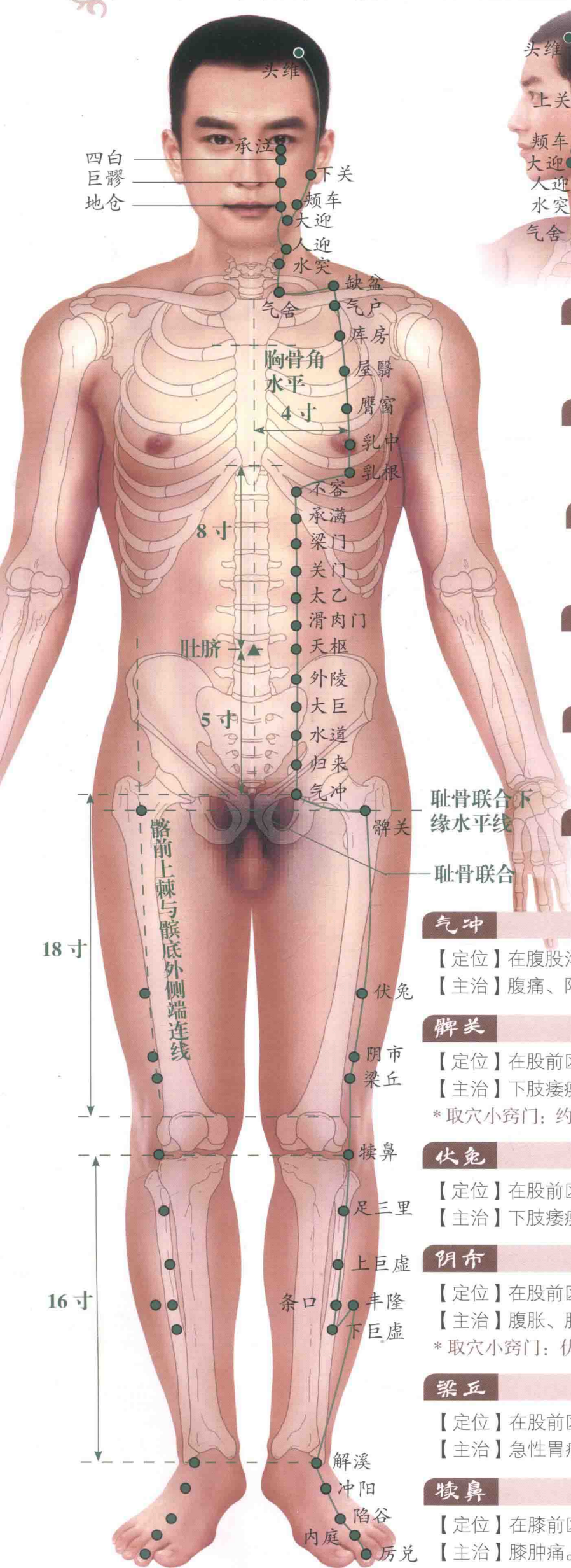
【主治】腹痛、腹胀、肠鸣、泄泻、水肿。

太乙

【定位】在上腹部，脐中上2寸，前正中线旁开2寸。

【主治】胃痛、癫狂、心烦。





滑肉门

【定位】在上腹部，脐中上1寸，前正中线旁开2寸。

【主治】胃痛、呕吐、癫狂。

天枢

【定位】在腹部，横平脐中，前正中线旁开2寸。

【主治】腹胀肠鸣、绕脐腹痛、便秘、泄泻、月经不调、痛经、减肥。

外陵

【定位】在下腹部，脐中下1寸，前正中线旁开2寸。

【主治】腹痛、痛经、疝气。

大巨

【定位】在下腹部，脐中下2寸，前正中线旁开2寸。

【主治】小腹胀、小便不利、疝气、遗精、早泄。

水道

【定位】在下腹部，脐中下3寸，前正中线旁开2寸。

【主治】水肿、小便不利、小腹胀满、痛经、不孕、疝气。

归来

【定位】在下腹部，脐中下4寸，前正中线旁开2寸。

【主治】腹痛、疝气、闭经、月经不调、带下。

气冲

【定位】在腹股沟区，耻骨联合上缘，前正中线旁开2寸，动脉搏动处。

【主治】腹痛、阳痿、疝气、月经不调、不孕。

髀关

【定位】在股前区，股直肌近端、缝匠肌与阔筋膜张肌3条肌肉之间凹陷中。

【主治】下肢痿痹（无力、麻木、疼痛、活动不利）、腰膝冷痛、腹痛。

*取穴小窍门：约相当于髌前上棘、髌底外侧端连线与耻骨联合下缘水平线的交点处。

伏兔

【定位】在股前区，髌底上6寸，髌前上棘与髌底外侧端的连线上。

【主治】下肢痿痹、腰膝冷痛、疝气、股外侧皮神经炎。

阴市

【定位】在股前区，髌底上3寸，股直肌肌腱外侧缘。

【主治】腹胀、腹痛、腿膝冷痛及屈伸不利。

*取穴小窍门：伏兔与髌底外侧端连线中点。

梁丘

【定位】在股前区，髌底上2寸，股外侧肌与股直肌肌腱之间。

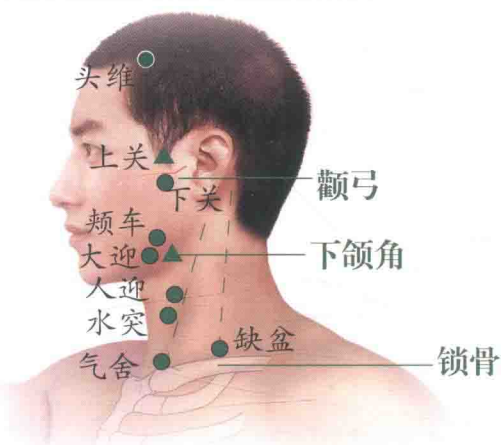
【主治】急性胃痛、乳腺炎、膝关节肿痛、下肢不遂。

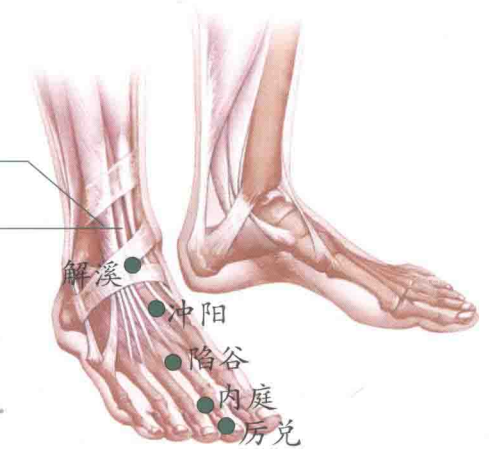
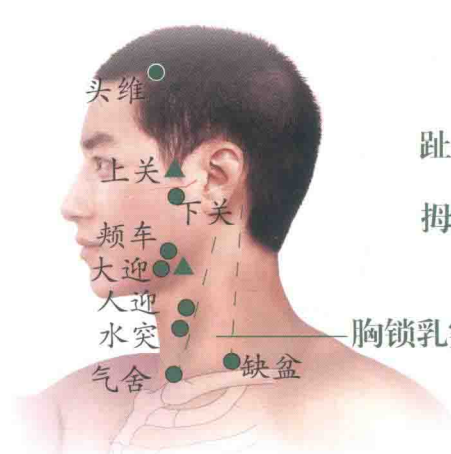
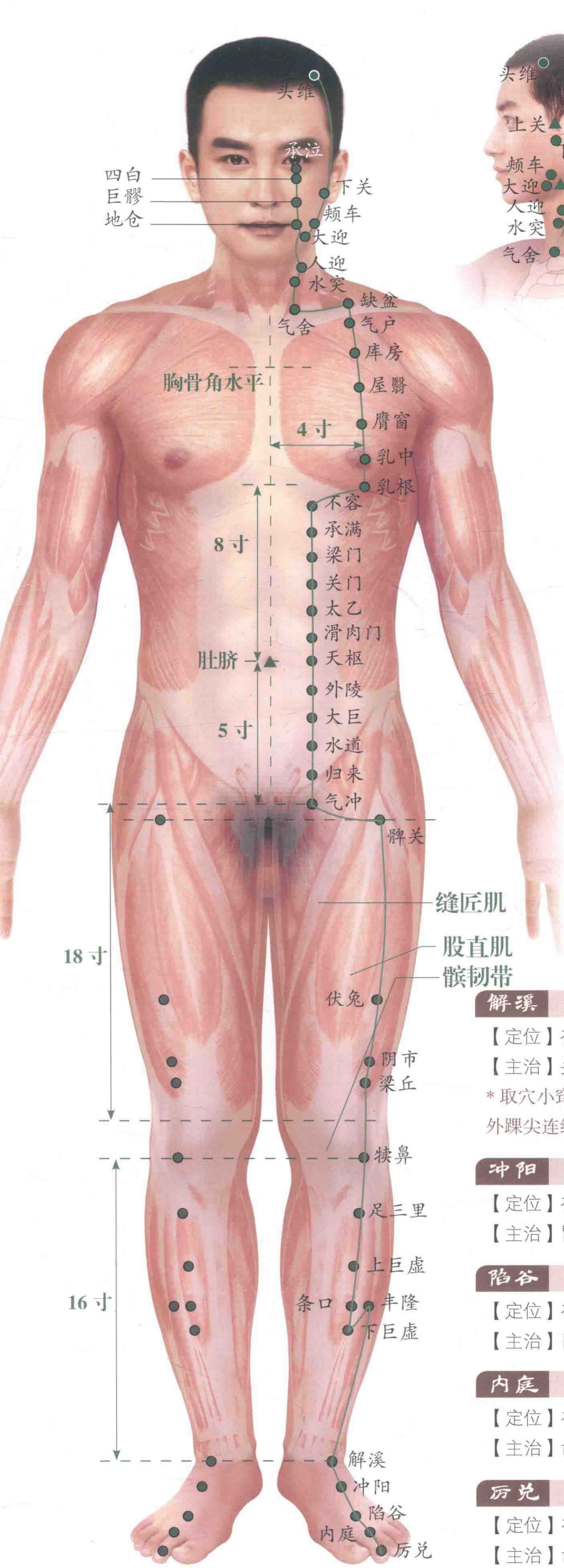
犊鼻

【定位】在膝前区，髌韧带外侧凹陷中。

【主治】膝肿痛。

*取穴小窍门：屈膝45°，髌骨外下方的凹陷中。





足三里

【定位】在小腿前外侧，犊鼻下3寸，犊鼻与解溪连线上。

【主治】胃痛、呕吐、呃逆、腹胀腹痛、肠鸣、消化不良、泄泻、便秘、胃下垂、体虚、咳嗽气喘、心悸气短、头晕、失眠、癫狂、膝痛、下肢痿痹、水肿。

上巨虚

【定位】在小腿外侧，犊鼻下6寸，犊鼻与解溪连线上。

【主治】腹胀、腹痛、泄泻、便秘、下肢痿痹。

条口

【定位】在小腿外侧，犊鼻下8寸，犊鼻与解溪连线上。

【主治】下肢痿痹、下肢浮肿、肩臂痛。

* 取穴小窍门：约当犊鼻与解溪连线中点。

下巨虚

【定位】在小腿外侧，犊鼻下9寸，犊鼻与解溪连线上。

【主治】小腹痛、泄泻、乳腺炎、下肢痿痹。

丰隆

【定位】在小腿外侧，外踝尖上8寸，胫骨前肌的外缘。

【主治】咳嗽、气喘、哮喘、头痛、眩晕、癫狂、下肢痿痹。

* 取穴小窍门：犊鼻与解溪连线中点。条口外侧一横指处。

解溪

【定位】在踝部，踝关节前面中央凹陷中，当拇长伸肌腱与趾长伸肌腱之间。

【主治】头痛、眩晕、癫狂、腹胀、便秘、下肢痿痹、足踝肿痛。

* 取穴小窍门：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。

冲阳

【定位】在足背，第2跖骨底部与中间楔状骨关节处，可触及足背动脉。

【主治】胃痛、腹胀、面瘫、足背肿痛无力。

陷谷

【定位】在足背，当第2、3跖骨间，第2跖趾关节近端凹陷中。

【主治】目赤肿痛、面部浮肿、足背肿痛。

内庭

【定位】在足背，第2、3趾间，趾蹼缘后方赤白肉际处。

【主治】齿痛、咽喉肿痛、面瘫、热病、腹痛、腹胀、便秘、足背肿痛。

厉兑

【定位】在足趾，第2趾末节外侧，趾甲根角侧后方0.1寸（指寸）。

【主治】齿痛、咽喉肿痛、面瘫、热病、癫狂、鼻出血、足背肿痛。



●足太阴脾经●

经脉循行古今对照多图解

循行路线

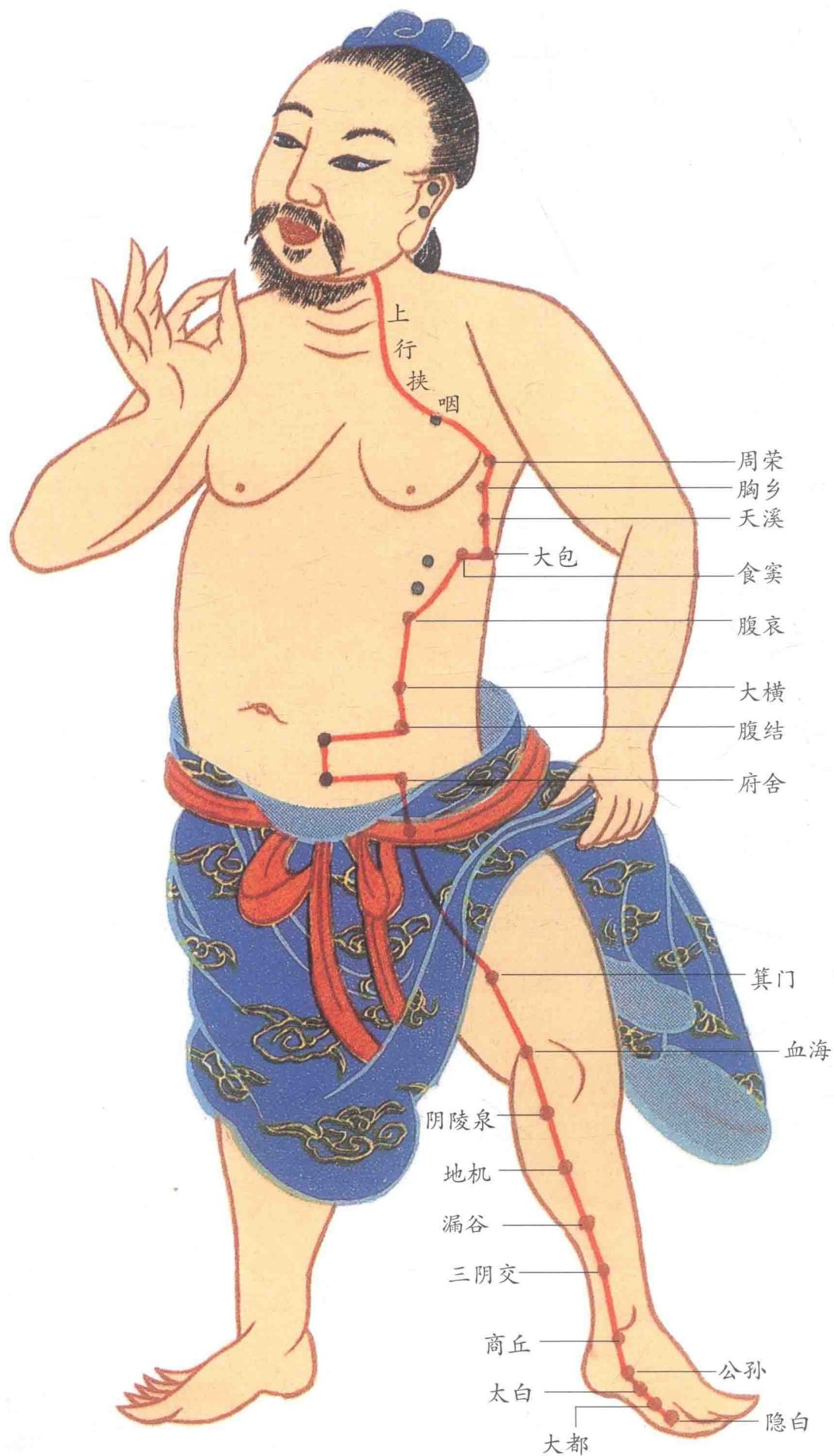
足太阴脾经起于脚拇趾内侧隐白穴，经过腿部内侧，止于胸部的大包穴。本经一侧 21 穴，左右两侧共 42 穴。

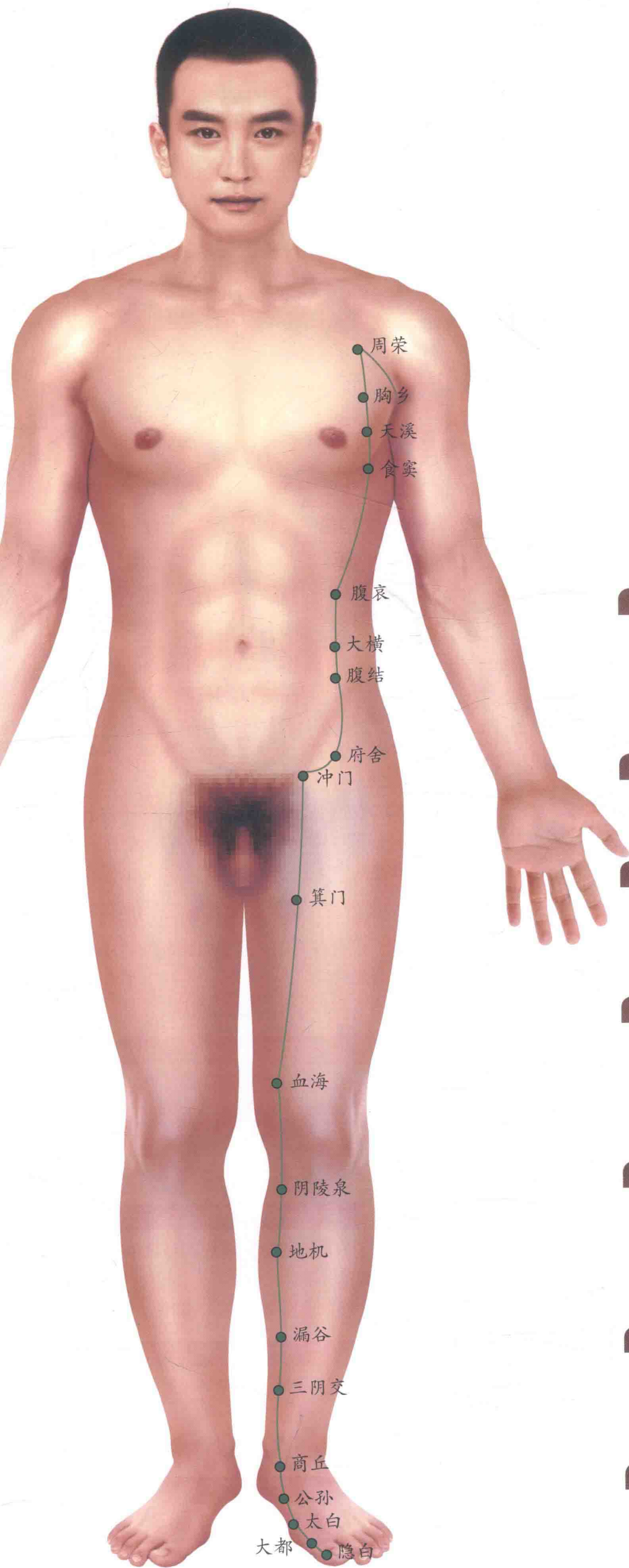
主治病症

①腹胀、腹痛、泄泻、便秘等消化系统疾病。②咳喘、胸胁胀痛、腰腿痛等经脉循行部位的疾病。③本经还可治疗月经不调、痛经、带下、崩漏、不孕等妇科疾病。

保养方法

除了用按摩、拍打来治疗本经病症外，还可以使用刮痧、拔罐、艾灸等方法疏通经络。练习气功八段锦中的招式可以提升生殖及泌尿系统功能。





大包

隐白

【定位】在足趾，大趾末节内侧，趾甲根角侧后方0.1寸（指寸）。

【主治】崩漏（突然阴道大量出血或持续淋漓不断地出血）、月经过多、尿血、便血、腹胀、多梦。

大都

【定位】在足趾，第1跖趾关节远端赤白肉际凹陷中。

【主治】腹胀、胃痛、泄泻、便秘、热病无汗。

太白

【定位】在跖区，第1跖趾关节近端赤白肉际凹陷中。

【主治】胃痛、腹胀、腹痛、泄泻、便秘、纳呆（食欲不振）、脚趾关节痛。

公孙

【定位】在跖区，第1跖骨底的前下缘赤白肉际处。

【主治】胃痛、呕吐、腹胀、腹痛、泄泻、便秘、心痛、胸闷。

*取穴小窍门：沿太白向后推至一凹陷，即为本穴。

商丘

【定位】在踝区，内踝前下方，舟骨粗隆与内踝尖连线中点凹陷中。

【主治】腹胀、泄泻、便秘、足踝肿痛、舌头强痛。

*取穴小窍门：内踝前缘垂线与内踝下缘横线的交点处。

三阴交

【定位】在小腿内侧，内踝尖上3寸，胫骨内侧缘后际。

【主治】月经不调、带下、难产、疝气、小便不利、遗尿、水肿、腹胀、泄泻、便秘、失眠、眩晕、下肢痿痹。

漏谷

【定位】在小腿内侧，内踝尖上6寸，胫骨内侧缘后际。

【主治】腹胀、肠鸣、小便不利、遗精、下肢痿痹。

