

传统针灸经穴数字化互动系列

取穴图解

- 3D 经络循行展示
- 2D 技术展示真人取穴
- 体表穴位图 + 骨骼定位图
- 新版国家腧穴标准

黄泳 主编



海峡出版发行集团 | 福建科学技术出版社
THE STRAIT'S PUBLISHING & DISTRIBUTING GROUP | FUJIAN SCIENCE & TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE



取穴图解

(第三版)

主 编：黄 泳

编 委：陈俊琦 黄焕琳 李妙铿 廖韩波 曲姗姗 王艳杰
张继苹 张嘉玲 郑 禹 钟 正

AR技术支持：陈 超 石茂林 李嘉敏 刘 璐 曾 奕 开 妍
杜伟浩 葛 蓉 黄国航 郑景全 刘 晶



海峡出版发行集团 | 福建科学技术出版社
THE STRAITS PUBLISHING & DISTRIBUTING GROUP | FUJIAN SCIENCE & TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

取穴图解 / 黄泳主编. —3 版. —福州: 福建科学技术出版社, 2016.6

ISBN 978-7-5335-4939-8

I. ①取… II. ①黄… III. ①选穴—图解 IV.
① R224.2-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 017183 号

书 名	取穴图解 (第三版)
主 编	黄 泳
出版发行	海峡出版发行集团 福建科学技术出版社
社 址	福州市东水路 76 号 (邮编 350001)
网 址	www.fjstp.com
经 销	福建新华发行 (集团) 有限责任公司
印 刷	深圳市雅佳图印刷有限公司
开 本	700 毫米 × 1000 毫米 1/16
印 张	21.5
图 文	319
版 次	2016 年 6 月第 3 版
印 次	2016 年 6 月第 9 次印刷
书 号	ISBN 978-7-5335-4939-8
定 价	49.80 元

书中如有印装质量问题, 可直接向本社调换

第三版前言

《取穴图解》自第一版出版至今近十年，经过一次修订，累计印数 54000 册，备受读者欢迎。本书是专门为帮助大家规范而准确地取穴而写的，争取让非专业或初学者看着图文学取穴就如同跟专家教授亲授一般，没有任何取穴障碍，轻松取到穴位。本书摒弃深奥晦涩的术语，按照穴位定位的国家标准，采用通俗的取穴描述方法，将取穴关键点进行图示，确保大家一看就懂，一学就会。

《取穴图解（第三版）》采纳了许多读者的建议，结合读者新的需求，在前面两个版本的基础上再次进行了修订。修订的主要内容包括以下几点。①吸纳了国家最新腧穴定位标准。在国家标准框架下，介绍穴位定位，具有准确性和权威性。②将穴位彻底说清楚。删除了“足部反射区”的内容，增加了有特色的现代全息微针系统穴位，如头针头穴、足针足部穴位等，使微针系统的内容完整化，贴合临床实际。③完善、修改了穴位主治功能的描述，改进了图示的呈现形式，每个穴位都增加了带骨骼、肌肉的穴位定位图，与原来的皮肤体表定位对照，使读者同时知晓皮肤定位和穴下的结构，取穴更精准。④结合穴位使用频率，标示了 80 个重点穴位，以便读者学习和梳理，也与执业医师考试相对接。

特别值得一提的是，本次修订在阅读模式上做了有益的尝试，紧跟国家全媒体融合出版的思路和趋势，大胆运用了 AR（增强现实）技术实现了数字化的阅读模式。随书附有近百个穴位取穴与经脉循行的识别码，读者通过扫描识别码，可以在手机上看到相关的动态图像，跳出了二维的纸质媒体限制，将智能化的呈现形式与书本的阅读有机地结合起来，丰富读者的阅读体验，也让出版物更好地服务于广大读者。

第三版修订后，全书内容更丰富，阅读模式更新颖、实用，

更符合读者的阅读习惯，也更贴合临床，有利于广大穴位的初学者和穴位保健的爱好者学习和备查。

本次修订工作，由南方医科大学中医药学院主持，在原有编写班子的基础上，张嘉玲和张继苹也参加了本书的修订和编写，在此表示感谢。同时特别感谢本书的数字化技术负责人陈超教授及其团队的支持。

黄 泳

2016 年于广州

第二版前言

2006年，我们针对一些没有经过系统医学训练，又对穴位疗法感兴趣的读者编写出版了《取穴图解》一书，图文并茂地介绍了361个经穴、39个常用奇穴的定位、取法、主治等，以及常用耳穴、手穴、足部反射区等全息穴位的定位、主治，旨在采用相对简便的方法来学习、找取穴位，并正确应用穴位来防治疾病。一晃四年多过去了，此书备受读者欢迎，同时，读者朋友也提出了许多宝贵的意见。为使本书更加精彩，我们有针对性地对该书的某些内容进行了修改，使之以更加完美的面貌呈现在读者面前。

此次修订重版，主要包括了文字说明的进一步细化、图片展示的进一步精准，以及依据相关标准化方案更新各个知识点。文字说明方面，进一步把专业的知识转化成通俗易懂的语言进行表达。如在叙述穴位取法时，将之前的“x轴”、“y轴”改为“水平线”、“垂直线”，使之更好理解，还增加了常用骨性标志的标注和说明。在病症名称方面，对一些较不普及的中医病症名进行了注解。如“瘰气”，许多读者不一定明白瘰气是何种疾病，我们就特别增加了注解，令大家能够了解瘰气是一种类似于甲状腺功能亢进症的疾病。在图示方面，更新了不够清晰的图片，并在相关图示中标出取穴的参考标志，尽量使穴位的定位与取法在图中就能一目了然。在知识点的更新方面，我们参照了最新出版的相关国家标准化方案，对旧的提法、说法进行了更新，使本书的内容保持相对前沿。此次所有的修改，都是为了读者能够更好地、更方便地获取及应用书中的知识。

穴位疗法虽然是一门传统疗法，但是随着医学的发展，相关知识更新得也很快。此次修订虽然增补和更正了一定的内容，但仍会有不足之处。希望各位读者再提宝贵意见。

黄 泳

2010年10月于广州

前言

为什么要编写一本关于寻找穴位的手册呢？因为穴位的定位是穴位疗法（针灸、推拿等等）的基本功。只有娴熟地掌握了穴位的定位，临床操作才能游刃有余。

为什么要编写一本相对通俗的穴位定位手册呢？因为对穴位疗法感兴趣的人群中，有相当大的一部分人，没有经过系统的医学训练，缺乏必要的医学知识培训，对专业术语望而生畏。但是，这部分人群对穴位疗法又相当热爱和执着。为此，我们编写了《取穴图解》。本书图文并茂地介绍了361个经穴、39个常用奇穴的名称、归经、定位、取法、功效、主治、针灸操作；同时，也介绍了耳穴、手穴、足部反射区等全息穴位疗法系统中的有关穴位，包括名称、定位、主治等等。旨在面向广大穴位疗法爱好者，立足从非专业角度进行讲解，摒弃深奥晦涩的术语，采用直观、通俗的描述方法，手把手地教会读者如何取穴。

单纯的文字讲解，不足以清楚地介绍取穴的过程。我们还特意配上人体照片，并将其穿插于该书之中。我们的做法是，先暴露穴位的所在部位，然后按步骤展示取穴过程，最后将穴位所在处进行标注。每个步骤都用真人照片进行展示，且配合相应的文字加以说明，让读者一看就懂、一学就会。

编者

2006年8月

本书使用指南



轻松一扫，玩转 3D 穴位

扫描微信公众号并加关注→输入“取穴图解”→长按二维码识别→下载客户端→扫描书中识别码，即可观看经络 3D 图或 AR（增强现实）技术展示的穴位视频。

十四经中文名

如果您知道腧穴所属经络，就可在本经下快速找到该穴。

十四经英文缩写

十四经英文全称

一、手太阴肺经 (LU)

Large Meridian of Hand-Taiyin

(一) 经脉循行

1. 循行路线

起于中焦，向下联络大肠，回绕过来沿着胃的上口，通过横膈，属于肺脏，从“肺系”（肺与喉咙相联系的部位）横行出来（中府），向下沿上臂内侧，行于手少阴经和手厥阴经的前面，下行到肘窝中，沿前臂内侧前缘，进入寸口，经过鱼际，沿着鱼际的边缘，出拇指桡侧端（少商）。

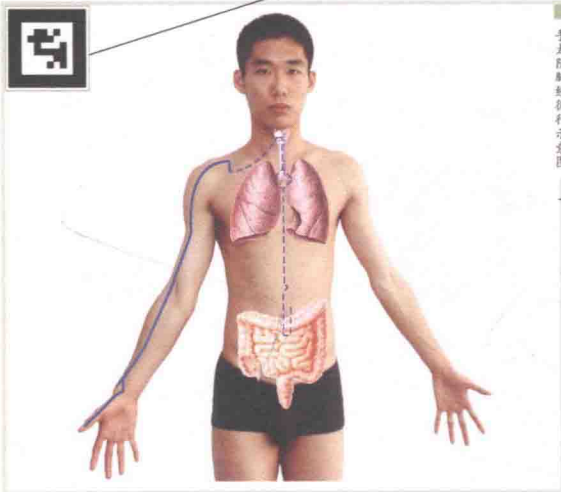
手腕后方的支脉：从列缺处分出，一直走向食指（食指）桡侧端（商阳），与手阳明大肠经相接。

2. 联系脏器

胃、肺、咽、大肠。

轻松一扫，玩转 3D 穴位

下载客户端扫码即可观看经脉循行 3D 图像。



手太阴肺经循行示意图

经脉循行示意图

腧穴代码

如果您知道腧穴代码，就可根据代码中所提供的经络缩写及序号，通过目录快速找到该穴。

特定穴

腧穴定位

腧穴中文名

如果您知道腧穴中文名，就可在书末附录“经穴及奇穴中文名笔画索引”中快速找到该穴。

腧穴拼音

腧穴取法

如果这里有您看不懂的解剖名词，请查看书末附录“人体骨骼解剖图”。

腧穴主治

如果这里有您看不懂的中医名词，请查看书末附录“中医名词解释”。

腧穴定位和取法示意图

皮肤、骨骼定位图对照展示

(三) 所属腧穴

1 中府 (LU1) Zhōngfǔ 肺募穴 手太阴经交会穴

2 在胸部，横平第1肋间隙，锁骨下窝外侧，前正中线旁开6寸

【取法】平卧或端坐，从肩向前下方摸到的第一块骨头为锁骨，锁骨下可触及的肋骨为第2肋，其上方即为第1肋间隙，以此间隙作为水平线；再从前正中线开始，用“一夫法”量取两个3寸，沿其外侧作垂直线。两线相交处，即为中府穴。

【功效】止咳平喘，通经活络。

【主治】咳嗽、气喘、胸中胀满、胸痛、肩背痛。

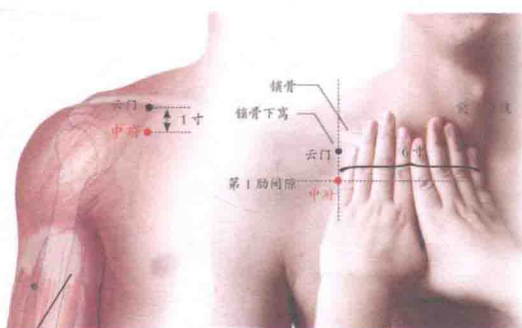
【操作】向外斜刺0.5~0.8寸，可灸。不可向内深刺，以免伤及肺脏。

识别码

取穴视频识别码，下载客户端扫码即可观看。



体表解剖对照图



第一章 穴位概述

一、穴位的分类 /2

- (一) 十四经穴 /2
- (二) 经外奇穴 /2
- (三) 阿是穴 /2

二、穴位的治疗作用 /3

- (一) 近治作用 /3
- (二) 远治作用 /3
- (三) 特殊作用 /3

三、特定穴 /4

- (一) 五输穴 /4
- (二) 原穴、络穴 /5
- (三) 俞穴、募穴 /6
- (四) 八会穴 /6
- (五) 郄穴 /7
- (六) 下合穴 /7
- (七) 八脉交会穴 /8
- (八) 交会穴 /8

四、穴位的定位方法 /9

- (一) 骨度分寸定位法 /9
- (二) 解剖标志定位法 /11
- (三) 手指同身寸取穴法 /12
- (四) 简便取穴法 /13

五、腧穴定位的标准体位及方位术语 /14

- (一) 标准体位 /14

- (二) 方位术语 /14

六、全息穴位疗法简介 /16

第二章 十四经穴

一、手太阴肺经 (LU) /18

(一) 经脉循行 /18

- 1. 循行路线 /18
- 2. 联系脏器 /18

(二) 所属腧穴 /19

- 1. 中府 (LU1) /19
- 2. 云门 (LU2) /20
- 3. 天府 (LU3) /20
- 4. 侠白 (LU4) /20
- 5. 尺泽 (LU5) /20
- 6. 孔最 (LU6) /22
- 7. 列缺 (LU7) /22
- 8. 经渠 (LU8) /22
- 9. 太渊 (LU9) /22
- 10. 鱼际 (LU10) /24
- 11. 少商 (LU11) /24

二、手阳明大肠经 (LI) /26

(一) 经脉循行 /26

- 1. 循行路线 /26
- 2. 联系脏器 /27

(二) 所属腧穴 /27

- 1. 商阳 (LI1) /27
- 2. 二间 (LI2) /28

3. 三间 (LI3) /28
4. 合谷 (LI4) /28
5. 阳溪 (LI5) /28
6. 偏历 (LI6) /30
7. 温溜 (LI7) /30
8. 下廉 (LI8) /30
9. 上廉 (LI9) /30
10. 手三里 (LI10) /32
11. 曲池 (LI11) /32
12. 肘髎 (LI12) /32
13. 手五里 (LI13) /32
14. 臂臑 (LI14) /34
15. 肩髃 (LI15) /34
16. 巨骨 (LI16) /34
17. 天鼎 (LI17) /34
18. 扶突 (LI18) /36
19. 口禾髎 (LI19) /36
20. 迎香 (LI20) /36

三、足阳明胃经 (ST) /38

(一) 经脉循行 /38

1. 循行路线 /38
2. 联系脏器 /38

(二) 所属腧穴 /40

1. 承泣 (ST1) /40
2. 四白 (ST2) /40
3. 巨髎 (ST3) /40
4. 地仓 (ST4) /40
5. 大迎 (ST5) /42

6. 颊车 (ST6) /42
7. 下关 (ST7) /42
8. 头维 (ST8) /42
9. 人迎 (ST9) /44
10. 水突 (ST10) /44
11. 气舍 (ST11) /44
12. 缺盆 (ST12) /44
13. 气户 (ST13) /46
14. 库房 (ST14) /46
15. 屋翳 (ST15) /46
16. 膺窗 (ST16) /46
17. 乳中 (ST17) /48
18. 乳根 (ST18) /48
19. 不容 (ST19) /48
20. 承满 (ST20) /48
21. 梁门 (ST21) /50
22. 关门 (ST22) /50
23. 太乙 (ST23) /50
24. 滑肉门 (ST24) /50
25. 天枢 (ST25) /52
26. 外陵 (ST26) /52
27. 大巨 (ST27) /52
28. 水道 (ST28) /52
29. 归来 (ST29) /54
30. 气冲 (ST30) /54
31. 髀关 (ST31) /54
32. 伏兔 (ST32) /54
33. 阴市 (ST33) /56

34. 梁丘 (ST34) /56
35. 犊鼻 (ST35) /56
36. 足三里 (ST36) /56
37. 上巨虚 (ST37) /58
38. 条口 (ST38) /58
39. 下巨虚 (ST39) /58
40. 丰隆 (ST40) /58
41. 解溪 (ST41) /60
42. 冲阳 (ST42) /60
43. 陷谷 (ST43) /60
44. 内庭 (ST44) /60
45. 厉兑 (ST45) /60

四、足太阴脾经 (SP) /62

(一) 经脉循行 /62

1. 循行路线 /62
2. 联系脏器 /62

(二) 所属腧穴 /64

1. 隐白 (SP1) /64
2. 大都 (SP2) /64
3. 太白 (SP3) /64
4. 公孙 (SP4) /64
5. 商丘 (SP5) /66
6. 三阴交 (SP6) /66
7. 漏谷 (SP7) /66
8. 地机 (SP8) /66
9. 阴陵泉 (SP9) /68
10. 血海 (SP10) /68
11. 箕门 (SP11) /68

12. 冲门 (SP12) /68
13. 府舍 (SP13) /70
14. 腹结 (SP14) /70
15. 大横 (SP15) /70
16. 腹哀 (SP16) /70
17. 食窦 (SP17) /72
18. 天溪 (SP18) /72
19. 胸乡 (SP19) /72
20. 周荣 (SP20) /72
21. 大包 (SP21) /72

五、手少阴心经 (HT) /74

(一) 经脉循行 /74

1. 循行路线 /74
2. 联系脏器 /75

(二) 所属腧穴 /75

1. 极泉 (HT1) /75
2. 青灵 (HT2) /76
3. 少海 (HT3) /76
4. 灵道 (HT4) /76
5. 通里 (HT5) /76
6. 阴郄 (HT6) /78
7. 神门 (HT7) /78
8. 少府 (HT8) /78
9. 少冲 (HT9) /78

六、手太阳小肠经 (SI) /80

(一) 经脉循行 /80

1. 循行路线 /80
2. 联系脏器 /81

(二) 所属腧穴 /81

1. 少泽 (SI1) /81
2. 前谷 (SI2) /82
3. 后溪 (SI3) /82
4. 腕骨 (SI4) /82
5. 阳谷 (SI5) /82
6. 养老 (SI6) /84
7. 支正 (SI7) /84
8. 小海 (SI8) /84
9. 肩贞 (SI9) /84
10. 臑俞 (SI10) /86
11. 天宗 (SI11) /86
12. 秉风 (SI12) /86
13. 曲垣 (SI13) /86
14. 肩外俞 (SI14) /88
15. 肩中俞 (SI15) /88
16. 天窗 (SI16) /88
17. 天容 (SI17) /88
18. 颛髷 (SI18) /90
19. 听宫 (SI19) /90

七、足太阳膀胱经 (BL) /91

(一) 经脉循行 /91

1. 循行路线 /91
2. 联系脏器 /92

(二) 所属腧穴 /92

1. 睛明 (BL1) /92
2. 攒竹 (BL2) /92
3. 眉冲 (BL3) /94

4. 曲差 (BL4) /94
5. 五处 (BL5) /94
6. 承光 (BL6) /94
7. 通天 (BL7) /96
8. 络却 (BL8) /96
9. 玉枕 (BL9) /96
10. 天柱 (BL10) /96
11. 大杼 (BL11) /98
12. 风门 (BL12) /98
13. 肺俞 (BL13) /98
14. 厥阴俞 (BL14) /98
15. 心俞 (BL15) /100
16. 督俞 (BL16) /100
17. 膈俞 (BL17) /100
18. 肝俞 (BL18) /100
19. 胆俞 (BL19) /102
20. 脾俞 (BL20) /102
21. 胃俞 (BL21) /102
22. 三焦俞 (BL22) /102
23. 肾俞 (BL23) /104
24. 气海俞 (BL24) /104
25. 大肠俞 (BL25) /104
26. 关元俞 (BL26) /104
27. 小肠俞 (BL27) /106
28. 膀胱俞 (BL28) /106
29. 中膂俞 (BL29) /106
30. 白环俞 (BL30) /106
31. 上髂 (BL31) /108

32. 次髎 (BL32) /108
33. 中髎 (BL33) /108
34. 下髎 (BL34) /108
35. 会阳 (BL35) /110
36. 承扶 (BL36) /110
37. 殷门 (BL37) /110
38. 浮郄 (BL38) /110
39. 委阳 (BL39) /112
40. 委中 (BL40) /112
41. 附分 (BL41) /112
42. 魄户 (BL42) /112
43. 膏肓 (BL43) /114
44. 神堂 (BL44) /114
45. 意谿 (BL45) /114
46. 膈关 (BL46) /114
47. 魂门 (BL47) /116
48. 阳纲 (BL48) /116
49. 意舍 (BL49) /116
50. 胃仓 (BL50) /116
51. 肓门 (BL51) /118
52. 志室 (BL52) /118
53. 胞肓 (BL53) /118
54. 秩边 (BL54) /118
55. 合阳 (BL55) /120
56. 承筋 (BL56) /120
57. 承山 (BL57) /120
58. 飞扬 (BL58) /120
59. 跗阳 (BL59) /122

60. 昆仑 (BL60) /122
61. 仆参 (BL61) /122
62. 申脉 (BL62) /122
63. 金门 (BL63) /124
64. 京骨 (BL64) /124
65. 束骨 (BL65) /124
66. 足通谷 (BL66) /124
67. 至阴 (BL67) /125

八、足少阴肾经 (KI) /126

(一) 经脉循行 /126

1. 循行路线 /126
2. 联系脏器 /127

(二) 所属腧穴 /127

1. 涌泉 (KI1) /127
2. 然谷 (KI2) /128
3. 太溪 (KI3) /128
4. 大钟 (KI4) /128
5. 水泉 (KI5) /128
6. 照海 (KI6) /129
7. 复溜 (KI7) /130
8. 交信 (KI8) /130
9. 筑宾 (KI9) /130
10. 阴谷 (KI10) /130
11. 横骨 (KI11) /132
12. 大赫 (KI12) /132
13. 气穴 (KI13) /132
14. 四满 (KI14) /132
15. 中注 (KI15) /134

16. 育俞 (KI16) /134
17. 商曲 (KI17) /134
18. 石关 (KI18) /134
19. 阴都 (KI19) /136
20. 腹通谷 (KI20) /136
21. 幽门 (KI21) /136
22. 步廊 (KI22) /136
23. 神封 (KI23) /138
24. 灵墟 (KI24) /138
25. 神藏 (KI25) /138
26. 彘中 (KI26) /138
27. 俞府 (KI27) /138

九、手厥阴心包经 (PC) /140

(一) 经脉循行 /140

1. 循行路线 /140
2. 联系脏器 /141

(二) 所属腧穴 /141

1. 天池 (PC1) /141
2. 天泉 (PC2) /142
3. 曲泽 (PC3) /142
4. 郄门 (PC4) /142
5. 间使 (PC5) /142
6. 内关 (PC6) /144
7. 大陵 (PC7) /144
8. 劳宫 (PC8) /144
9. 中冲 (PC9) /144

十、手少阳三焦经 (TE) /146

(一) 经脉循行 /146

1. 循行路线 /146
2. 联系脏器 /147

(二) 所属腧穴 /147

1. 关冲 (TE1) /147
2. 液门 (TE2) /148
3. 中渚 (TE3) /148
4. 阳池 (TE4) /148
5. 外关 (TE5) /148
6. 支沟 (TE6) /150
7. 会宗 (TE7) /150
8. 三阳络 (TE8) /150
9. 四渎 (TE9) /150
10. 天井 (TE10) /152
11. 清冷渊 (TE11) /152
12. 消泺 (TE12) /152
13. 臑会 (TE13) /152
14. 肩髃 (TE14) /154
15. 天髃 (TE15) /154
16. 天牖 (TE16) /154
17. 翳风 (TE17) /156
18. 瘰脉 (TE18) /156
19. 颅息 (TE19) /156
20. 角孙 (TE20) /156
21. 耳门 (TE21) /158
22. 耳和髃 (TE22) /158
23. 丝竹空 (TE23) /158

十一、足少阳胆经 (GB) /160

(一) 经脉循行 /160

1. 循行路线 /160

2. 联系脏器 /160

(二) 所属腧穴 /162

1. 瞳子髎 (GB1) /162

2. 听会 (GB2) /162

3. 上关 (GB3) /162

4. 颌厌 (GB4) /164

5. 悬颅 (GB5) /164

6. 悬厘 (GB6) /164

7. 曲鬓 (GB7) /164

8. 率谷 (GB8) /166

9. 天冲 (GB9) /166

10. 浮白 (GB10) /166

11. 头窍阴 (GB11) /166

12. 完骨 (GB12) /167

13. 本神 (GB13) /168

14. 阳白 (GB14) /168

15. 头临泣 (GB15) /168

16. 目窗 (GB16) /168

17. 正营 (GB17) /170

18. 承灵 (GB18) /170

19. 脑空 (GB19) /170

20. 风池 (GB20) /170

21. 肩井 (GB21) /172

22. 渊腋 (GB22) /172

23. 辄筋 (GB23) /172

24. 日月 (GB24) /172

25. 京门 (GB25) /174

26. 带脉 (GB26) /174

27. 五枢 (GB27) /174

28. 维道 (GB28) /174

29. 居髎 (GB29) /176

30. 环跳 (GB30) /176

31. 风市 (GB31) /176

32. 中渎 (GB32) /176

33. 膝阳关 (GB33) /178

34. 阳陵泉 (GB34) /178

35. 阳交 (GB35) /178

36. 外丘 (GB36) /178

37. 光明 (GB37) /180

38. 阳辅 (GB38) /180

39. 悬钟 (GB39) /180

40. 丘墟 (GB40) /180

41. 足临泣 (GB41) /182

42. 地五会 (GB42) /182

43. 侠溪 (GB43) /182

44. 足窍阴 (GB44) /182

十二、足厥阴肝经 (LR) /184

(一) 经脉循行 /184

1. 循行路线 /184

2. 联系脏器 /185

(二) 所属腧穴 /185

1. 大敦 (LR1) /185

2. 行间 (LR2) /186

3. 太冲 (LR3) /186

4. 中封 (LR4) /186

5. 蠡沟 (LR5) /188
6. 中都 (LR6) /188
7. 膝关 (LR7) /188
8. 曲泉 (LR8) /188
9. 阴包 (LR9) /190
10. 足五里 (LR10) /190
11. 阴廉 (LR11) /190
12. 急脉 (LR12) /190
13. 章门 (LR13) /192
14. 期门 (LR14) /192

十三、督脉 (GV) /193

(一) 经脉循行 /193

1. 循行路线 /193
2. 联系脏器 /193

(二) 所属腧穴 /194

1. 长强 (GV1) /194
2. 腰俞 (GV2) /194
3. 腰阳关 (GV3) /194
4. 命门 (GV4) /194
5. 悬枢 (GV5) /196
6. 脊中 (GV6) /196
7. 中枢 (GV7) /196
8. 筋缩 (GV8) /196
9. 至阳 (GV9) /198
10. 灵台 (GV10) /198
11. 神道 (GV11) /198
12. 身柱 (GV12) /198
13. 陶道 (GV13) /200

14. 大椎 (GV14) /200
15. 哑门 (GV15) /200
16. 风府 (GV16) /200
17. 脑户 (GV17) /202
18. 强间 (GV18) /202
19. 后顶 (GV19) /202
20. 百会 (GV20) /202
21. 前顶 (GV21) /204
22. 囟会 (GV22) /204
23. 上星 (GV23) /204
24. 神庭 (GV24) /204
25. 素髻 (GV25) /206
26. 水沟 (GV26) /206
27. 兑端 (GV27) /206
28. 龈交 (GV28) /206
29. 印堂 (GV29) /206

十四、任脉 (CV) /208

(一) 经脉循行 /208

1. 循行路线 /208
2. 联系脏器 /209

(二) 所属腧穴 /209

1. 会阴 (CV1) /209
2. 曲骨 (CV2) /210
3. 中极 (CV3) /210
4. 关元 (CV4) /210
5. 石门 (CV5) /212
6. 气海 (CV6) /212
7. 阴交 (CV7) /212