

汉英对照口袋书 (彩图版)

Chinese-English Pocket Edition (Colored)

- 主编 高希言  
Chief Editor Gao Xi-yan
- 副主编 任珊  
Vice-Chief Editor Ren Shan
- 英文主审 韩丑萍  
Chief English Reviewer Han Chou-ping

Illustrations of  
Acupoint  
Locating Manual

# 针灸取穴

图解

上海科学技术出版社

Shanghai Scientific & Technical Publishers



汉英对照口袋书(彩图版)  
Chinese-English Pocket Edition (Colored)

# 针灸取穴图解

Illustrations of Acupoint Locating Manual

主 编 高希言  
副主编 任 珊  
编 委 华金双 王培育 吴毅明  
英文主审 韩丑萍

**Chief Editor** Gao Xi-yan

**Vice-Chief Editor** Ren Shan

**Section Editors** Hua Jin-shuang Wang Pei-yu Wu Yi-ming

**Chief English Reviewer** Han Chou-ping

上海科学技术出版社  
Shanghai Scientific and Technical Publishers

## 图书在版编目(CIP)数据

针灸取穴图解：汉英对照 / 高希言主编. — 上海：上海科学技术出版社，2009.10

(汉英对照口袋书：彩图版)

ISBN 978-7-5323-9626-9

I. 针… II. 高… III. 针灸疗法 - 选穴 - 图解 IV. R244.2-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 147886 号

上海世纪出版股份有限公司 出版发行  
上海科学技术出版社

(上海钦州南路 71 号 邮政编码 200235)

新华书店上海发行所经销

浙江新华印刷技术有限公司印刷

开本 889×1194 1/64 印张 2.5

字数 108 千字

2009 年 10 月第 1 版 2009 年 10 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5323-9626-9/R·2579

定价：25.00 元

本书如有缺页、错装或坏损等严重质量问题，请向工厂联系调换



## 内 容 提 要

腧穴定位是针灸取穴的重要内容，准确取穴直接影响到临床治疗效果，为使广大针灸爱好者更准确、更快地掌握腧穴的定位，我们编写了此书。

本书介绍了 361 个针灸穴位和 33 个常用奇穴的定位及取穴方法。本书采用真人实体照片，更具直观、逼真的效果，以便准确地取穴。

本书图文并茂，汉英对照，内容丰富，一目了然。可作为海内外广大针灸临床医师、大中专院校学生、针灸爱好者学习参考用书。

## Abstract

---

Acupoints locating is the key step for needling treatment, since accurate location is directly related to the therapeutic efficacy. This book is compiled with intention to provide an approach to locate the acupoints in a fast and accurate way.

Locating procedure for 361 meridian acupoints and 33 extra acupoints has been introduced in this book. All photos attached are from real human body to guarantee a true-to-life effect.

This book in Chinese-English version is open-and-shut by presenting ample content utilizing both literal and graphic vision. It's a wise choice to apply this book as reference for acupuncture practitioners, TCM college students, and acupuncture fans from both home and abroad.

---



# 目 录

## 第一章 腧穴定位方法——2

第一节 骨度分寸法 /2

第二节 体表标志法 /7

第三节 手指比量法 /8

第四节 简便取穴法 /10

## 第二章 十四经穴——11

第一节 手太阴肺经穴 /11

中府 云门 天府 侠白 尺泽 孔最 列缺 经渠 太渊 鱼际 少商

第二节 手阳明大肠经穴 /17

商阳 二间 三间 合谷 阳溪 偏历 温溜 下廉 上廉 手三里  
曲池 肘髎 手五里 臂臑 肩髃 巨骨 天鼎 扶突 口禾髎 迎香

第三节 足阳明胃经穴 /25

承泣 四白 巨髎 地仓 大迎 颊车 下关 头维 人迎 水突  
气舍 缺盆 气户 库房 屋翳 膺窗 乳中 乳根 不容 承满  
梁门 关门 太乙 滑肉门 天枢 外陵 大巨 水道 归来 气冲  
髀关 伏兔 阴市 梁丘 犊鼻 足三里 上巨虚 条口 下巨虚  
丰隆 解溪 冲阳 陷谷 内庭 厉兑

第四节 足太阴脾经穴 /40

隐白 大都 太白 公孙 商丘 三阴交 漏谷 地机 阴陵泉 血海  
箕门 冲门 府舍 腹结 大横 腹哀 食窦 天溪 胸乡 周荣 大包

第五节 手少阴心经穴 /47

极泉 青灵 少海 灵道 通里 阴郄 神门 少府 少冲

### 第六节 手太阳小肠经穴 /50

少泽 前谷 后溪 腕骨 阳谷 养老 支正 小海 肩贞 臑俞  
天宗 秉风 曲垣 肩外俞 肩中俞 天窗 天容 颞髃 听宫

### 第七节 足太阳膀胱经穴 /56

睛明 攒竹 眉冲 曲差 五处 承光 通天 络却 玉枕 天柱  
大杼 风门 肺俞 厥阴俞 心俞 督俞 膈俞 肝俞 胆俞 脾俞  
胃俞 三焦俞 肾俞 气海俞 大肠俞 关元俞 小肠俞 膀胱俞  
中膂俞 白环俞 上髎 次髎 中髎 下髎 会阳 承扶 殷门 浮郄  
委阳 委中 附分 魄户 膏肓 神堂 谿谿 膈关 魂门 阳纲  
意舍 胃仓 育门 志室 胞肓 秩边 合阳 承筋 承山 飞扬  
跗阳 昆仑 仆参 申脉 金门 京骨 束骨 足通谷 至阴

### 第八节 足少阴肾经穴 /78

涌泉 然谷 太溪 大钟 水泉 照海 复溜 交信 筑宾 阴谷  
横骨 大赫 气穴 四满 中注 育俞 商曲 石关 阴都 腹通谷  
幽门 步廊 神封 灵墟 神藏 或中 俞府

### 第九节 手厥阴心包经穴 /87

天池 天泉 曲泽 郄门 间使 内关 大陵 劳宫 中冲

### 第十节 手少阳三焦经穴 /90

关冲 液门 中渚 阳池 外关 支沟 会宗 三阳络 四渎 天井  
清冷渊 消泺 臑会 肩髃 天髃 天牖 翳风 瘰脉 颅息 角孙  
耳门 耳和髃 丝竹空

### 第十一节 足少阳胆经穴 /98

瞳子髃 听会上关 颌厌 悬颅 悬厘 曲鬓 率谷 天冲 浮白  
头窍阴 完骨 本神 阳白 头临泣 目窗 正营 承灵 脑空  
风池 肩井 渊腋 辄筋 日月 京门 带脉 五枢 维道 居髃  
环跳 风市 中渎 膝阳关 阳陵泉 阳交 外丘 光明 阳辅



悬钟 丘墟 足临泣 地五会 侠溪 足窍阴

### 第十二节 足厥阴肝经穴 /112

大敦 行间 太冲 中封 蠡沟 中都 膝关 曲泉 阴包 足五里  
阴廉 急脉 章门 期门

### 第十三节 督脉穴 /116

长强 腰俞 腰阳关 命门 悬枢 脊中 中樞 筋缩 至阳 灵台  
神道 身柱 陶道 大椎 哑门 风府 脑户 强间 后顶 百会  
前顶 囟会 上星 神庭 素髻 水沟 兑端 龈交

### 第十四节 任脉穴 /124

会阴 曲骨 中极 关元 石门 气海 阴交 神阙 水分 下脘  
建里 中脘 上脘 巨阙 鸠尾 中庭 膻中 玉堂 紫宫 华盖  
璇玑 天突 廉泉 承浆

## 第三章 常用经外穴 133

四神聪 印堂 鱼腰 太阳 耳尖 球后 上迎香 金津 玉液  
翳明 子宫 定喘 夹脊 胃脘 下俞 腰眼 十七椎 腰奇 肘尖  
二白 中魁 十宣 腰痛点 外劳宫 八邪 四缝 百虫窝  
鹤顶 膝眼 胆囊 阑尾 内踝尖 外踝尖 八风



## Contents

### Chapter 1 Methods of Locating Acupoints—————2

Section 1 Bone Proportional Cun /2

Section 2 Anatomical Landmarks /7

Section 3 Finger Measurement /8

Section 4 Simple Measurement /10

### Chapter 2 Acupoints of the Fourteen Meridians—————11

Section 1 Acupoints of Lung Meridian of Hand-Taiyin/11

Zhōngfǔ (LU 1) Yúnmén (LU 2) Tiānfǔ (LU 3) Xiábái (LU 4) Chǐzé (LU 5) Kǒngzuì (LU 6) Lièquē (LU 7) Jīngqú (LU 8) Tàiyuān (LU 9) Yújì (LU 10) Shàoshāng (LU 11)

Section 2 Acupoints of Large Intestine Meridian of Hand-Yangming/17

Shāngyáng (LI 1) Erjiān (LI 2) Sānjiān (LI 3) Héngǔ (LI 4) Yángxī (LI 5) Piānlì (LI 6) Wēnliū (LI 7) Xiàlián (LI 8) Shànglián (LI 9) Shǒusānlǐ (LI 10) Qūchí (LI 11) Zhǒuliáo (LI 12) Shǒuwǔlǐ (LI 13) Bìnào (LI 14) Jiānyú (LI 15) Jùgǔ (LI 16) Tiāndǐng (LI 17) Fútū (LI 18) Kǒuhéliáo (LI 19) Yíngxiāng (LI 20)

Section 3 Acupoints of Stomach Meridian of Foot-Yangming /25

Chéngqì (ST 1) Sìbái (ST 2) Jùliáo (ST 3) Dìcāng (ST 4) Dàiyíng (ST 5) Jiáchē (ST 6) Xiànguān (ST 7) Tóuwéi (ST 8)

Rényíng (ST 9) Shuǐtū (ST 10) Qìshè (ST 11) Quēpén (ST 12)  
 Qìhù (ST 13) Kùfáng (ST 14) Wūyì (ST 15) Yīngchuāng (ST  
 16) Rǔzhōng (ST 17) Rǔgēn (ST 18) Bùróng (ST 19)  
 Chéngmǎn (ST 20) Liángmén (ST 21) Guānmén (ST 22) Tàiyǐ  
 (ST 23) Huáròumén (ST 24) Tiānshū (ST 25) Wàilíng (ST 26)  
 Dàjù (ST 27) Shuǐdào (ST 28) Guīlái (ST 29) Qìchōng (ST 30)  
 Bìguān (ST 31) Fútù (ST 32) Yīnshì (ST 33) Liángqiū (ST 34)  
 Dúbí (ST 35) Zúsānlǐ (ST 36) Shàngjùxū (ST 37) Tiáokǒu (ST  
 38) Xiàjùxū (ST 39) Fēnglóng (ST 40) Jiěxī (ST 41)  
 Chōngyáng (ST 42) Xiàngǔ (ST 43) Nèitíng (ST 44) Lìduì (ST 45)  
**Section 4 Acupoints of Spleen Meridian of Foot-Taiyin /40**  
 Yǐnbái (SP 1) Dàdū (SP 2) Tàibái (SP 3) Gōngsūn (SP 4)  
 Shāngqiū (SP 5) Sānyīnjiāo (SP 6) Lòugǔ (SP 7) Dìjī (SP 8)  
 Yīnlíngquán (SP 9) Xuèhǎi (SP 10) Jīmén (SP 11) Chōngmén  
 (SP 12) Fǔshè (SP 13) Fùjié (SP 14) Dàhéng (SP 15) Fù'āi (SP  
 16) Shídòu (SP 17) Tiānxī (SP 18) Xiōngxiāng (SP 19)  
 Zhōuróng (SP 20) Dàbāo (SP 21)  
**Section 5 Acupoints of Heart Meridian of Hand-Shaoyin/47**  
 Jíquán (HT 1) Qīnglíng (HT 2) Shàohǎi (HT 3) Língdào (HT  
 4) Tōnglǐ (HT 5) Yīnxì (HT 6) Shénmén (HT 7) Shàofǔ (HT 8)  
 Shàochōng (HT 9)  
**Section 6 Acupoints of Small Intestine Meridian of  
 Hand-Taiyang /50**  
 Shàozé (SI 1) Qiángǔ (SI 2) Hòuxī (SI 3) Wàngǔ (SI 4)  
 Yángǔ (SI 5) Yǎnglǎo (SI 6) Zhīzhèng (SI 7) Xiǎohǎi (SI 8)  
 Jiānzhēn (SI 9) Nàoshū (SI 10) Tiānzōng (SI 11) Bǐngfēng (SI 12)



Qūyuán (SI 13) Jiānwàishū (SI 14) Jiānzhōngshū (SI 15)  
Tiānchuāng (SI 16) Tiānróng (SI 17) Quánliáo (SI 18)  
Tīnggōng (SI 19)

Section 7 Acupoints of Bladder Meridian of Foot-Taiyang /56

Jīngmíng (BL 1) Cuánzhú (BL 2) Méichōng (BL 3) Qǔchā (BL 4)  
Wǔchù (BL 5) Chéngguāng (BL 6) Tōngtiān (BL 7) Luòquè  
(BL 8) Yùzhěn (BL 9) Tiānzhù (BL 10) Dàzhù (BL 11)  
Fēngmén (BL 12) Fèishū (BL 13) Juéyīnshū (BL 14) Xīnshū (BL  
15) Dūshū (BL 16) Géshū (BL 17) Gānshū (BL 18) Dǎnshū (BL  
19) Píshū (BL 20) Wèishū (BL 21) Sānjiāoshū (BL 22) Shènshū  
(BL 23) Qìhǎishū (BL 24) Dàchángshū (BL 25) Guānyuánshū  
(BL 26) Xiǎochángshū (BL 27) Pángguāngshū (BL 28)  
Zhōnglǚshū (BL 29) Báihuánshū (BL 30) Shàngliáo (BL 31)  
Cìliáo (BL 32) Zhōngliáo (BL 33) Xiàliáo (BL 34) Huìyáng  
(BL 35) Chéngfú (BL 36) Yīnmén (BL 37) Fúxì (BL 38)  
Wěiyáng (BL 39) Wěizhōng (BL 40) Fùfēn (BL 41) Pòhù (BL  
42) Gāohuāng (BL 43) Shéntáng (BL 44) Yìxǐ (BL 45) Géguān  
(BL 46) Húnmén (BL 47) Yánggāng (BL 48) Yìshè (BL 49)  
Wèicāng (BL 50) Huāngmén (BL 51) Zhìshì (BL 52) Bāohuāng  
(BL 53) Zhìbiān (BL 54) Héyáng (BL 55) Chéngjīn (BL 56)  
Chéngshān (BL 57) Fēiyáng (BL 58) Fūyáng (BL 59) Kūnlún  
(BL 60) Púcān (BL 61) Shēnmài (BL 62) Jīnmén (BL 63) Jīngǔ  
(BL 64) Shùgǔ (BL 65) Zútōnggǔ (BL 66) Zhìyīn (BL 67)

Section 8 Acupoints of Kidney Meridian of Foot-Shaoyin /78

Yǒngquán (KI 1) Rángǔ (KI 2) Tàixī (KI 3) Dàzhōng (KI 4)  
Shuǐquán (KI 5) Zhàohǎi (KI 6) Fùliū (KI 7) Jiāoxìn (KI 8)

Zhùbīn (KI 9) Yīngǔ (KI 10) Hénggǔ (KI 11) Dàhè (KI 12)  
Qìxué (KI 13) Sìmǎn (KI 14) Zhōngzhù (KI 15) Huāngshū (KI  
16) Shāngqū (KI 17) Shíguān (KI 18) Yīndū (KI 19) Fùtōnggǔ  
(KI 20) Yōumén (KI 21) Bùláng (KI 22) Shénfēng (KI 23)  
Língxū (KI 24) Shéncáng (KI 25) Yùzhōng (KI 26) Shūfǔ (KI 27)

Section 9 Acupoints of Pericardium Meridian of Hand-Jueyin

/87

Tiānchí (PC 1) Tiānquán (PC 2) Qūzé (PC 3) Xìmén (PC 4)  
Jiānshǐ (PC 5) Nèiguān (PC 6) Dàlíng (PC 7) Láogōng (PC 8)  
Zhōngchōng (PC 9)

Section 10 Acupoints of Sanjiao Meridian of Hand-Shaoyang

/90

Guānchōng (SJ 1) Yèmén (SJ 2) Zhōngzhǔ (SJ 3) Yángchí (SJ 4)  
Wàiguān (SJ 5) Zhīgōu (SJ 6) Huìzōng (SJ 7) Sānyángluò (SJ 8)  
Sìdú (SJ 9) Tiānjǐng (SJ 10) Qīnglěngyuān (SJ 11) Xiāoluò (SJ 12)  
Nàohuì (SJ 13) Jiānliáo (SJ 14) Tiānliáo (SJ 15) Tiānyǒu (SJ 16)  
Yìfēng (SJ 17) Chìmài (SJ 18) Lúxī (SJ 19) Jiǎosūn (SJ 20)  
Ermén (SJ 21) Erhéliáo (SJ 22) Sīzhúkōng (SJ 23)

Section 11 Acupoints of Gallbladder Meridian of

Foot-Shaoyang /98

Tóngzǐliáo (GB 1) Tīnghuì (GB 2) Shàngguān (GB 3) Hànyàn  
(GB 4) Xuánlú (GB 5) Xuánlí (GB 6) Qūbìn (GB 7) Shuàigǔ  
(GB 8) Tiānchōng (GB 9) Fúbái (GB 10) Tóuqiàoyīn (GB 11)  
Wángǔ (GB 12) Běns hén (GB 13) Yángbái (GB 14) Tóulínqì  
(GB 15) Mùchuāng (GB 16) Zhèngyíng (GB 17) Chénglíng  
(GB 18) Nǎokōng (GB 19) Fēngchí (GB 20) Jiānjǐng (GB 21)  
Yuānyè (GB 22) Zhéjīn (GB 23) Rìyuè (GB 24) Jīngmén (GB 25)



Dàimài (GB 26) Wúshū (GB 27) Wéidào (GB 28) Jūliáo (GB 29)  
Huántiào (GB 30) Fēngshì (GB 31) Zhōngdú (GB 32)  
Xīyángguān (GB 33) Yánglíngquán (GB 34) Yángjiāo (GB 35)  
Wàiqiū (GB 36) Guāngmíng (GB 37) Yángfǔ (GB 38)  
Xuánzhōng (GB 39) Qiūxū (GB 40) Zúlínqì (GB 41) Dìwǔhuì  
(GB 42) Xiáxī (GB 43) Zúqiàoyīn (GB 44)

Section 12 Acupoints of Liver Meridian of Foot-Jueyin /112

Dàdūn (LR 1) Xíngjiān (LR 2) Tàichōng (LR 3) Zhōngfēng  
(LR 4) Lígōu (LR 5) Zhōngdū (LR 6) Xīguān (LR 7) Qūquán  
(LR 8) Yīnbāo (LR 9) Zúwǔlì (LR 10) Yīnlián (LR 11) Jímài  
(LR 12) Zhāngmén (LR 13) Qīmén (LR 14)

Section 13 Acupoints of Governor Vessel /116

Chángqiáng (GV 1) Yāoshū (GV 2) Yāoyángguān (GV 3)  
Míngmén (GV 4) Xuánshū (GV 5) Jǐzhōng (GV 6) Zhōngshū  
(GV 7) Jīnsuō (GV 8) Zhìyáng (GV 9) Língtái (GV 10)  
Shéndào (GV 11) Shēnzhù (GV 12) Táodào (GV 13) Dàzhuī  
(GV 14) Yǎmén (GV 15) Fēngfǔ (GV 16) Nǎohù (GV 17)  
Qiángjiān (GV 18) Hòudǐng (GV 19) Bǎihuì (GV 20)  
Qiándǐng (GV 21) Xìnghuì (GV 22) Shàngxīng (GV 23)  
Shéntíng (GV 24) Sùliáo (GV 25) Shuǐgōu (GV 26) Duìduān  
(GV 27) Yínjiāo (GV 28)

Section 14 Acupoints of Conception Vessel /124

Huìyīn (CV 1) Qūgǔ (CV 2) Zhōngjí (CV 3) Guānyuán (CV  
4) Shímén (CV 5) Qìhǎi (CV 6) Yīnjiāo (CV 7) Shénquē (CV  
8) Shuǐfēn (CV 9) Xiàwǎn (CV 10) Jiànlǐ (CV 11) Zhōngwǎn  
(CV 12) Shàngwǎn (CV 13) Jùquè (CV 14) Jiūwěi (CV 15)  
Zhōngtíng (CV 16) Dànzhōng (CV 17) Yùtáng (CV 18)

Zǐgōng (CV 19) Huágài (CV 20) Xuánjī (CV 21) Tiāntū  
(CV 22) Liánquán (CV 23) Chéngjiāng (CV 24)

**Chapter 3 Commonly Used Extra Acupoints ————— 133**

Sìshéncōng (EX-HN 1) Yìntáng (EX-HN 3) Yúyāo  
(EX-HN 4) Tàiyáng (EX-HN 5) Èrjiān (EX-HN 6)  
Qíuhòu (EX-HN 7) Shàngyíngxiāng (EX-HN 8) Jīnjīn  
(EX-HN 12) and Yùyè (EX-HN 13) Yìmíng (EX-HN  
14) Zǐgōng (EX-CA 1) Dìngchuǎn (EX-B 1) Jiájiǐ (EX-B  
2) Wèiwǎnxiàshū (EX-B 3) Yāoyǎn (EX-B 7) Shíqīzhuī  
(EX-B 8) Yāoqí (EX-B 9) Zhǒujiān (EX-UE 1)  
Erbái (EX-UE 2) Zhōngkuí (EX-UE 4) Shíxuān (EX-  
UE 11) Yāotòngdiǎn (EX-UE 7) Wàiláogōng (EX-UE  
8) Bāxié (EX-UE 9) Sìfēng (EX-UE 10) Bǎichóngwō  
(EX-LE 3) Hèdǐng (EX-LE 2) Xīyǎn (EX-LE 5)  
Dǎnnáng (EX-LE 6) Lánwěi (EX-LE 7) Nèihuáijiān  
(EX-LE 8) Wàihuáijiān (EX-LE 9) Bāfēng (EX-LE 10)



# Chapter 1 Methods of Locating Acupoints

五输取穴时十宣穴的效验特别大。取穴时常用骨度分寸法。

取穴时常用骨度分寸法。取穴时常用骨度分寸法。

Section 1 of Bone Proportional Cun

## Section 1 of Bone Proportional Cun

This is a method of locating acupoints in which the bone measurements are taken as measurement markers to measure the width or depth of various body parts, and then the measurements are

# 第一章 | 腧穴定位方法

## Chapter 1 Methods of Locating Acupoints

正确取穴和针灸疗效的关系很大。现代临床常用的腧穴定位与取穴方法有：骨度分寸法、体表标志法、同身寸法、简便取穴法。

Correct location of acupoints is closely associated with the acupuncture treatment effect. The methods of locating acupoints include proportional measurement, anatomical landmarks, body cun, and simple measurement.

### 第一节 骨度分寸法

#### Section 1 Bone Proportional Cun

骨度分寸法是将人体的各个部位分别规定其折算长度，作为量取腧穴的标准。如前后发际间为12寸；两乳头间为8寸；胸骨体下缘至脐中为8寸；脐孔至耻骨联合上缘为5寸；肩胛骨内缘至背正中线为3寸；腋前(后)横纹至肘横纹为9寸；肘横纹至腕横纹为12寸；股骨大粗隆(大转子)至膝中为19寸；膝中至外踝尖为16寸；胫骨内侧髁下缘至内踝尖为13寸；外踝尖至足底为3寸。见图1-1至图1-10。

This is a method of locating acupoints in which the bone segments are taken as measurement markers to measure the width or length of various body areas, and then, the measurements are



converted proportionally into the acupoint-locating standards. The bone-length measurement has become a basic principle of locating acupoints. (Fig. 1-1 to Fig. 1-10)

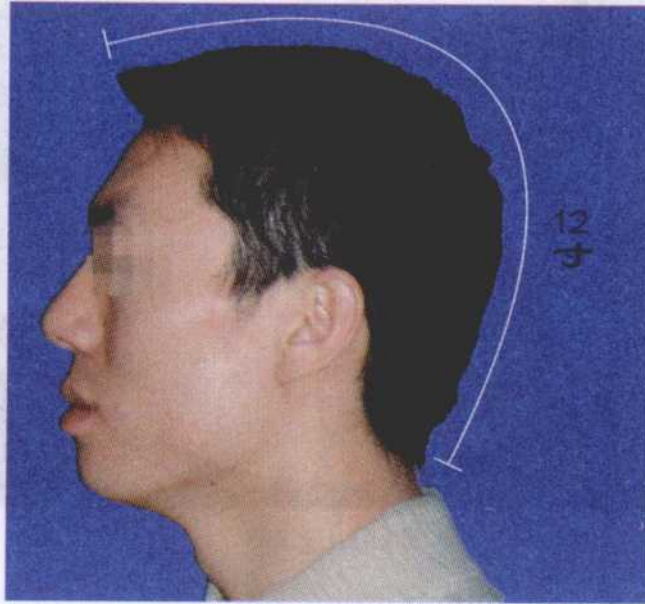


图1-1 Fig.1-1

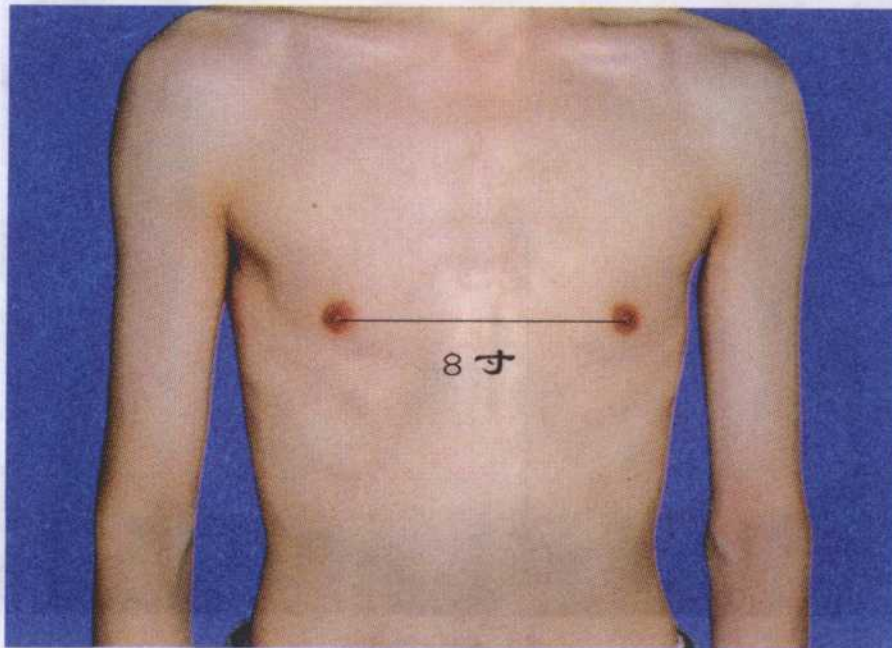


图1-2 Fig.1-2