|  |
| --- |
| 经络穴位走向歌 肺: 肺手太阴之脉，起于中焦下络大肠，还循胃口，上膈属肺。从肺系 ，横出腋下，下循臑内行少阴 、心主之前，下肘中，循臂内上骨下廉 ,入寸口 ，上鱼，循鱼际，出大指之端。其支者：从腕后，直出次指内廉，出其端。中府乳上三肋间，上行寸六云门安，云在璇玑旁六寸，天府腋三动脉求，侠白肘上五寸主，尺泽肘中约纹是，孔最腕侧七寸处，列缺腕上一寸半，经渠寸口陷中取，太渊掌后横纹头，鱼际节后散脉里， 少商大指内侧端。大 肠: 大肠手阳明之脉，起于大指次指 之端，循指上廉，出合谷两骨之间，上入两筋之中，循臂上廉，入肘外廉，上臑外前廉，上肩，出髃骨之前廉，上出于柱骨之会上，下入缺盆，络肺，下膈，属大肠。其支者：从缺盆上颈，贯颊 ,入下齿中；还出挟口，交人中——左之右、右之左，上挟鼻孔。商阳食指内侧边，二间寻来本节前，三间节后陷中取，合谷虎口歧骨间，阳溪腕上筋间是，偏历交叉中指端，温溜腕后去五寸，池前四寸下廉寻，池前三寸上廉中，池前二寸三里逢，曲池曲肘纹头尽，肘髎大骨外廉近，若问五里何处寻，肘上三寸向里行，臂臑肘上七寸量，肩髃肩端举臂取，巨骨肩尖端上行，天鼎扶上一寸真，扶突人迎后寸五， 禾髎水沟旁五分， 迎香禾髎上一寸，大肠经穴是分明。胃: 胃足阳明之脉：起于鼻之交頞中,旁纳太阳之脉 ,下循鼻外，入上齿中，还出挟口，环唇，下交承浆 ,却循颐 后下廉，出大迎 ，循颊车，上耳前，过客主人，循发际,至额颅。其支者：从大迎前，下人迎，循喉咙，入缺盆，下膈，属胃，络脾。其直者：从缺盆下乳内廉，下挟脐，入气街中。其支者：起于胃口,下循腹里，下至气街中而合。——以下髀关，抵伏免,下 膝髌中，下循胫外廉，下足跗,入次指外间。其支者，下三寸而别，下入中指外间。其支者：别跗上，入大指间，出其端. 胃之经兮足阳明,承泣目下七分寻,四白目下一寸取,巨髎鼻孔旁八分,地仓挟吻四分近，大迎颔前寸三分，颊车耳下曲颊陷， 下关耳前颧弓下， 头维神庭旁四五，入迎喉旁寸五真，水突筋前迎下在， 气舍突下穴相乘， 缺盆舍外横骨内，相去中行四寸明，气户璇玑旁四寸， 至乳六寸又四分， 库房屋翳膺窗近，乳中正在乳头心，次有乳根出乳下， 各一寸六不相侵， 却去中行须四寸，以前穴道为君陈，不容巨阙旁二寸， 却近幽门寸五新， 其下承满与梁门，关门太乙滑肉门，上下一寸无多少， 共去中行二寸寻， 天枢脐旁二寸间，枢下一寸即外陵，枢下二寸在巨穴， 枢下三寸水道在， 水下一寸归来好，距离中行二寸边，气冲鼠蹊上一寸， 又距曲骨二寸间， 髀关膝上有尺二，伏兔膝上六寸是，阴市膝上三寸记， 梁丘膝上二寸记， 膝髌陷中犊鼻存，膝下三寸三里穴，膝下六寸上巨虚， 膝下八寸条口位， 膝下九寸下巨虚，髁上八寸丰隆量，解溪附上系鞋处， 就在髁横纹中央， 冲阳跗上五寸唤，陷谷庭后二寸间，内庭次趾外间陷， 厉兑大次趾外端。脾 :脾足太阴之脉，起于大指之端，循指内侧白肉际 ，过核骨后 ，上内踝前廉，上踹内，循胫骨后，交出厥阴之前，上膝股内前廉，入腹，属脾，络胃，上膈，挟咽，连舌本，散舌下。其支者：复从胃，别上膈，注心中（脾之大络，名曰大包，出渊腋下三寸，布胸胁）。 大趾内侧端隐白， 节前陷中求大都，太白节后白肉际，节后一寸公孙呼，商丘髁前陷中遭， 髁上三寸三阴交，髁上六寸漏谷是，膝下五寸地机朝，膝下内侧阴陵泉， 血海膝髌上内廉，箕门穴在鱼腹取，动脉应手越筋间，冲门横骨两端同， 去腹中行三寸半，冲上七分是府舍，舍上三寸腹结算, 结上寸三是大横,却与脐平莫胡乱,建里之旁四寸取,便是腹哀分一段， 中庭旁六食窦乡， 膻中去六是天溪，再上六寸胸乡穴，周荣相去亦同然，大包腋下有六寸， 渊腋之下三寸绊。小 肠:小肠手太阳之脉，起于小指之端，循手外侧上腕，出踝中，直上循臂骨下廉，出肘内侧两骨之间，上循外后廉，出肩解，绕肩胛，交肩上，入缺盆，络心，循咽下膈，抵胃，属小肠。其支者：从缺盆循颈，上颊，至目锐眦，却入耳中。其支者：别颊上出页，抵鼻，至目内眦，斜络于颧。 小指端外为少泽， 前谷外侧节前觅，节后握拳取后溪，腕骨腕前骨陷侧，锐骨下陷阳谷讨， 腕后锐上觅养老，支正腕后五寸量，小海肘后五分好，肩贞胛下两筋解， 臑俞大骨下陷保，天宗秉风后骨中，秉风髎外举有空，曲垣肩中曲骨陷， 外俞去脊三寸从，中俞二寸大椎旁，天窗扶突后陷详，天容耳下曲颊后， 颧髎面鸠锐端量，听宫耳中大如菽，此为小肠手大阳。膀 胱:膀胱足太阳之脉，起于目内眦，上额，交巅。其支者：从巅至耳上角。其直者：从巅入络脑，还出别下项，循肩膊 ，挟脊抵腰中,入循膂，络肾，属膀胱。其支者：从腰中，下挟脊，贯臀，入腘中。其支者：从膊内左右别下贯胛，挟脊内，过髀枢，循脾外后廉下合腘中——以下贯踹内，出外踝之后，循京骨至小指外侧。 足太阳是膀胱经， 目内毗角始晴明，眉毛内侧攒竹取，眉冲直上旁神庭，曲差入发五分际， 神庭旁开寸五分，五处旁开有寸半，细算却与上星平，承光通天络却穴， 相去寸半调匀看，玉枕夹脑一寸三，入发二五枕骨取，天柱项后发际取， 大筋外廉陷中取，自此夹脊开寸五，第一大杼二风门，三椎肺俞四厥阴， 心五督六椎下论，膈七肝九十胆俞，十一脾俞十二胃，十三三焦十四肾， 气海肺在十五椎，心五督六椎下取，十七关元俞可推，小肠十八胱十九， 中膂俞穴二十椎，白环二一椎下当，以上各穴可推之，更有上次中下髎， 一二三四腰空好，会阳阴尾尻骨旁，第一侧线诸穴了，再从脊旁开三寸， 第二椎下为附分，三椎魄户四膏盲，第五椎下寻神堂，第六譩譆膈关七， 第九魂门十阳纲，十一椎下意舍存，十二胃仓穴已分，十三育门端正取， 十四志室不须论，十九胞育二一秩，第二侧线诸穴匀，继向臀部横纹取， 承扶居下陷中取，殷门扶下方六寸，委阳腘外两筋乡，浮郄实居委阳上， 相去只有一寸长，委中在腘约纹里，向下二寸寻合阳，承筋合阳直下取， 穴在腨肠之中央，承山腨下分肉间，外踝七寸上飞扬，跗阳外踝上三寸， 昆仑后跟陷中央，仆参跟下脚边上，申脉踝下五分张，金门申前墟后取， 京骨外侧骨际量，束骨本节后肉际，通谷节前陷中强，至阴却在小趾侧， 太阳之穴始周详。肾:肾足少阴之脉：起于小指之下，邪走足心，出于然谷之下，循内踝之后，别入跟中，以上踹内，出腘内廉,上股骨内后廉,貫脊属肾，络膀胱。其直者：从肾上貫肝、膈，入肺中，循喉咙,挟舌本。其支者：从肺出络心，注胸中。足掌心中是涌泉，然谷踝前大骨边，太溪踝后跟骨上，照海踝下四分安，水泉溪下一寸觅，大钟跟后踵筋间，复溜溪上二寸取，交信溜前五分騈，二穴只膈筋前后，太阴之后少阴前，筑宾内踝上腨分，阴谷膝下内補边，上从任脉开半寸，横骨平取曲骨边，大赫气穴并四满，中注育俞亦相连，六穴上行皆一寸，俱距中行半寸间，商曲又平下脘取，石关阴都通谷联，幽门适当巨阙侧，五穴分寸量同前，再从中行开二寸，步廊却在中庭边，神封灵墟及神藏，域中俞府璇玑旁，每穴上行皆寸六，旁开二寸仔细量。心 包:心主手厥阴心包络之脉，起于胸中，出属心包络，下膈，历络三焦。其支者：循胸出胁,下腋三寸，上抵腋下，循臑内，行太阴、少阴之间，入肘中，下臂，行两筋之间，入掌中，循中指，出其端。其支者：别掌中，循小指次指出其端。心包穴起天池间，乳后旁一液下三，天泉曲腋下二寸，曲泽肘内横纹上，郄门去腕方五寸， 间使腕后三寸安，内关去腕只二寸，大陵掌后两筋间，劳宫屈中名指取，中冲中指之末端。 三 焦:三焦手少阳之脉，起于小指次指之端，上出两指之间，循手表腕，出臂外两骨之间，上贯肘，循臑外上肩，而交出足少阳之后，入缺盆，布膻中，散络心包，下膈，循属三焦。其支者：从膻中上出缺盆。上项，系耳后，直上出耳角，以屈下颊至.其支者：从耳后入耳中，出走耳前，过客主人,前交颊，至目锐眦。 无名指外端关冲，液门小次指陷中，中渚液门上一寸，阳池腕表陷中从，外关腕后二寸取，腕后三寸支沟容，支沟横外取会宗，空中一寸用心攻，腕后四寸三阳络，四渎肘前五寸着，天井肘外大骨后，骨罅中间一寸摸，肘后二寸清冷渊，肘后五寸是消泺，臑会肩前三寸量，肩髎臑上陷中央，天髎巨骨陷内取，天牖天容之后旁，翳风耳后尖角落，瘛脉耳后鸡足张，颅息亦在青络上，角孙耳廊上中央，耳门耳缺前起肉，和髎耳前锐发乡，欲知丝竹空何在，眉梢陷中不须量。胆:胆足少阳之脉，起于目锐眦，上抵头角，下耳后，循颈，行手少阳之前，至肩上，却交出手少阳之后，入缺盆。其支者：从耳后入耳中，出走耳前，至目锐眦后。其支者：别锐眦，下大迎，合于手少阳，抵于，下加颊车，下颈，合缺盆——以下胸中，贯膈，络肝、属胆，循肋胁里，出气街，绕毛际，横入髀厌中。其直者：从缺盆下腋，循胸，过季胁，下合髀厌中。——以下循髀阳，出膝外廉，下外辅骨之前，直下抵绝骨之端，下出外踝之前，循足跗上，入小指次指之间。其支者：别跗上，入大指之间，循大指歧骨内，出其端，还贯爪甲、出三毛 。外眦五分瞳子髎，耳前陷中听会绕，上关上行一寸是，内斜曲角颔厌照，斜后下行悬颅定，悬厘颅下半寸饶，曲鬓耳前发际上，入发寸半率谷交，天冲率后斜五分，浮白率下一寸呈,窃阴穴在枕骨上，完骨耳后发际认，入发四分须记真，本神神庭旁三寸，入发五际眦上凭，阳白眉上一寸论，却与瞳子相对直，入发五分头临泣，旁开相对神庭穴，临后一寸是目窗，窗后一寸正营穴，承灵又在正营后，相去寸半见甲乙，风池直上寻脑空，夹脑户旁二寸的，风池耳后尖角陷，肩井肩上陷解中，入骨之前寸半取，渊腋腋下三寸取，再从渊腋横前取，相隔一寸辄筋逢，日月期门下一肋, 十二肋端是京门，章下寸八寻带脉，带下三寸五枢真，维道章下五三定，章下八三居髎名，环跳髀枢宛中陷，风市垂手中指寻，中渎膝上五寸陈，阳关阳陵上三寸，阳陵膝下一寸量，腓骨头前陷中央，阳交外踝上七寸，此系斜属三阳络，外丘踝上七寸斟，踝上五寸光明着，踝上四寸阳辅穴，踝上三寸悬钟列，丘墟踝下陷中取，丘下三寸足临泣，临下五分地五会，会下一寸侠溪接，欲觅窃阴归何处，小趾次趾外侧角。肝: 肝足厥阴之脉，起于大指丛毛之际,上循足跗上廉，去内踝一寸,上踝八寸，交出太阴之后，上腘内廉，循股阴，八毛中，环阴器，抵小腹，挟胃，属肝，络胆，上贯膈，布胁肋，循喉咙之后，上入颃颡，其支者；从目系下颊里，环唇内。其支者：复从肝别贯膈注肺。 足大趾端名大敦，行间大趾缝中存，太冲本节后二寸，踝前一寸号中封，蠡沟踝上五寸是,中都踝上七寸中，膝关阴陵后一寸，曲泉曲膝尽横纹，阴包膝上方四寸，气冲三寸下五里，阴廉冲下只二寸，急脉阴旁二寸半，章门平脐季胁端，乳下两肋取期门。 |

督 脉:

督脉者，起于下极之俞，并于脊里，上至风府，入属于脑。其脉起于肾下胞中，至于少腹，乃下行于腰横骨围之中央，系溺孔之端。男子循茎下至篡，女子络阴器，合篡间，具绕篡后屏翳，别绕臀，至少阴与太阳中络者合少阴上股内廉，由会阳贯脊，会于长强穴。在骶骨端与少阴会，并脊里上行，历腰俞、阳关、命门、悬枢、脊中、中枢、筋缩、至阳、灵台、神道、身柱、陶道、大椎，与手足三阳会合，上哑门、会阳维、入系舌本上至风府，会足太阳阳维，同入脑中，循脑户、强间、后顶，上巅，历百会、前顶、囟会、上星、至神庭，为足太阳督脉之会，循额中至鼻柱，经素髎、水沟，会手足阳明至兑端，入龈交，与任脉足阳明交会而终。

督脉廿八行脊梁，
尾闾骨端是长强，
二十一椎为腰俞，
十六阳关细椎详，
十四门命与脐对，
十三悬枢在其间，
十一椎下寻脊中，
十椎之下中枢藏，
九椎之下筋缩取，
七椎之下乃至阳，
六灵五神三神柱，
陶道一椎之下乡，
一椎之上大椎穴，
入发五分哑门行，
风府一寸宛中取，
脑户二五枕骨上，
发上四寸强间位，
五寸五分后顶强，
七寸百会顶中取，
耳尖直上发中央，
前顶前行八寸半，
前行一尺百会量，
一尺一寸上星会，
入发五分神庭当，
鼻尖锥头素髎穴，
两眉中间穿印堂，
水沟鼻下人中藏，
兑端唇尖端上取，
龈交齿上龈缝间。

任 脉:

任脉者，起于中极之下，以上毛际，循腹里，上关元，至咽喉，上颐循面入目。起于中极之下，少腹之内，会阴之分，上行而外出，循曲骨、上毛际、至中极，同足厥阴、太阴、少阴并行腹里，循关元，历石门，会足少阳、冲脉于阴交，循神阙、水分，会足太阴于下脘，历建里、会手太阳、少阳、足阳明于中脘，上上脘、巨阙、鸠尾、中庭、膻中、玉堂、紫宫、华盖、璇玑、上喉咙，会阴维于天突、廉泉，上颐、循承浆与手足阳明、督脉会，环唇上至下龈交，复而分行，循面系两目下之中央，至承泣而终。

任脉会阴两阴间，
曲骨毛阴陷中安，
中极脐下四寸取，
关元脐下三寸连，
脐下二寸石门是,
气海脐下一寸半，
脐下一寸阴交穴，
脐之中央即神厥，
脐上一寸为水分，
脐上二寸下腕列，
脐上三寸名建里，
脐上四寸中腕接，
脐上五寸上腕在，
脐上六寸巨厥穴，
鸠尾蔽骨下五分，
中庭膻下六分取，
膻中却在两乳间，
膻上寸六玉堂主，
膻上紫宫三寸二，
膻上四八华盖举，
膻上璇玑六寸四，
玑上一寸天突取，
廉泉颔下结上已，
承浆颐前下唇中。

冲 脉:

起于少腹之内胞中，其浮而外者，起于气冲，并足阳明、少阴之间，循腹上行至横骨，挟脐左右各五分，上行大赫……至胸中而散。

冲脉分寸同少阴，
起于横骨至幽门，
上行每穴皆一寸，
穴开中行各五分

带 脉:

带脉者，起于季胁，回身一周。
带脉者，起于季胁足厥阴之章门穴，同足少阳循带脉穴，围身一周，如束带然。

带脉部分足少阳，
季胁寸八是其乡，
由带三寸五枢穴，
过章五三维道当,

阳 蹻:

阳蹻脉者，起于跟中，循外踝上行，入风池。

阳 蹻 者，足太阳之别脉，其脉起于跟中，出于外踝下足太阳申脉穴，当踝后绕跟，以仆参为本，上外踝三寸，以跗阳为郄，直上循股外廉，循胁后髀，上会手太阳、阳维于 臑 俞，上行肩外廉，会手阳明于巨骨，会手阳明，少阳于肩 髃 ，上人迎，挟口吻，会于手足阳明，任脉于地仓，同足阳明上而行巨 髎 、复会任脉于承泣，至目内眦与手足太阳、足阳明、阴 蹻 五脉会于睛明穴，从睛明上行入发际，下耳后，入风池而终。

阳蹻脉起足太阳，
申脉外踝五分藏，
仆参后绕跟骨下，
跗阳外踝三寸乡，
居髎楗骨上陷取，
肩髃一穴肩尖当，
肩上上行名巨骨，
肩胛之上臑俞坊，
口吻旁四地仓位，
鼻旁八分巨髎疆，
目下七分是乘泣，
目内眦出睛明昂。

阴 蹻:

阴蹻脉者，亦起于跟中，循内踝上行，至咽喉，交贯冲脉。

阴 蹻 者，足少阴之别脉，其脉起于跟中足少阴然谷穴之后，同足少阴循内踝下照海穴，上内踝上二寸，以交信为郄，直上循阴股，入阴，上循胸，入缺盆，上出人迎之前，至喉咙，交贯冲脉，入鼽内廉，上行属目内眦，与手足太阳、足阳明、阳 蹻 五脉会于睛明而上行。

阴蹻脉起足少阴，
足内踝前然谷寻，
踝下一寸照海陷，
踝上二寸交信真，
目内眦外宛中取，
睛明一穴甚分明。

阳 维:

阳维起于诸阳会也。 阳维起于诸阳之会，其脉发于足太阳金门穴，在足外踝下一寸五分，上外踝七寸，会足少阳于阳交，为阳维之郄，循膝外廉上髀厌抵少腹侧，会足少阳于居 髎 ，循胁肋斜上肘、上会手阳明、手足太阳于臂臑, 过肩前，与手少阳会于 臑 会，天 髎 ，却会手足少阳、足阳明于肩井、入肩后，会手太阳、阳 蹻 于 臑 俞，上循耳后，会手足少阳于风池，上脑空、承灵、正营、目窗、临泣，下额与手足少阳，阳明五脉会于阳白，循头入耳，上至本神而止。凡二十二穴。

阳维脉起足太阳，
外踝一寸金门藏，
踝上七寸阳交位，
肩后胛上臑俞当，
天髎穴在缺盆上，
肩上陷中肩井乡，
本神入发四分许，
眉上一寸阳白详，
入发五分临泣穴，
上行一寸正营场，
枕骨之下脑空位，
风池耳后陷中藏，
项后入发哑门穴，
入发一寸风府疆。

阴 维:

阴维，起于诸阴交也。
阴维起于诸阴之交，其脉发于足少阴筑宾穴，为阴维之郄，在内踝上五寸踹肉分中，上循股内廉，上行入少腹，会足太阴、厥阴、少阴、阳明于府舍，上会足太阴于大横、腹哀，循胁肋会足厥阴于期门，上胸膈挟咽，与任脉会于天突、廉泉，上至顶前而终。凡十四穴。

阴维脉起足少阴，
内踝之后寻筑宾，
少腹之下称府舍，
大横平脐是穴名，
此穴去中三寸半，
行至乳下腹哀明，
期门直乳二肋缝，
天突结喉下一寸。

脏腑十二经穴起止歌

手肺少商中府起，
大肠商阳迎香二，
足胃头维厉兑三，
脾部隐白大包四，
手心极泉少冲来，
小肠少泽听宫去，
膀胱睛明至阴间，
肾经涌泉俞府位,
心包天池中冲随，
三焦关冲耳门继，
胆家童子髎窍阴，
厥肝大敦期门至，
十二经穴始终歌，
学者铭于肺腑记。

肺大肠胃脾心小肠膀胱肾心包三焦胆肝
井少商商阳厉兑隐白少冲少泽至阴涌泉中冲关冲窍阴大敦
荥鱼际二间内庭大都少府前谷通谷然谷劳宫液门侠溪行间
输太渊三间陷谷太白神门后溪束骨太溪大陵中渚足临泣太冲
经经渠阳溪解溪商丘灵道阳谷昆仑复溜间使支沟阳辅中封
合尺泽曲池足三里阴陵泉少海小海委中阴谷曲泽天井阳陵泉曲泉

五输穴的主治病症各有特点。

井穴:开窍醒神，用于神识昏迷、心下烦闷，急惊气绝、人事不省； 荥穴:清泄脏腑之热，用于热病，清热效好；
输穴:主体节重痛，用于关节病变、软组织性疼痛，止痛效好；
经穴:宣肺解表，用于寒热、喘咳、咽喉病症；
合穴:主腑病，用于肠胃病及六腑的病症。

五俞穴歌
少商鱼际与太渊，
经渠尺泽肺相连，
商阳二三间合谷，
阳溪曲池大肠牵, 隐白大都太白脾，
商丘阴陵泉要知，
厉兑内庭陷谷胃，
冲阳解溪三里随。少冲少府属于心，
神门灵道少海寻，
少泽前谷后溪腕，
阳谷小海小肠经。涌泉然谷与太溪，
复溜阴谷肾所宜，
至阴通谷束京骨，
昆仑委中膀胱知。中冲劳宫心包络，
大陵间使传曲泽，
关冲液门中渚焦，
阳池之沟天井索。大敦行间太冲看，
中封曲泉属于肝，
窍阴侠溪临泣胆，
丘墟阳辅阳陵泉。

十 二 原 穴 表

经脉肺大肠胃脾心小肠膀胱肾心包三焦胆肝
原穴太渊合谷冲阳太白神门腕骨京骨太溪大陵阳池丘墟太冲 原穴，是脏腑原气经过和留止的腧穴。 十二经脉在腕、踝关节附近各有一个原穴，合为十二原穴。阴经的原穴即本经五输穴的输穴，阳经则于输穴之外另有原穴。

手太阴原太渊量，
手阳明原合谷乡，
足阳明原冲阳是，
足太阴原太白良，
手少阴原神门现，
手太阳原腕骨牵，
足太阳原号京骨，
足少阴原太溪连，
手厥阴原大陵穴，
手少阳原阳池陷，
足少阳原丘墟位，
足厥阴原太冲间。

十 五 络 穴 表

经脉肺大肠胃脾心小肠膀胱肾心包三焦胆肝任督脾之大络
络穴列缺偏历丰隆公孙通里支正飞扬大钟内关外关光明蠡沟鸠尾长强大包

络穴，是络脉在本经分出部位的腧穴。十二经脉的络穴位于四肢部肘膝关节以下；任脉络发于鸠尾，督脉络发于长强，脾之大络出于大包，合称十五络穴。络穴可以主治本络病候。十五络脉各有所主病症，凡络脉脉气发生异常的症候表现，一般均可选本络络穴治疗。

由于十二经脉的络脉分别走向与之相表里的经脉，故络穴又可治疗表里两经的病症。少数络脉还深入到内脏，如足太阴络“入络肠胃，手少阴络“入于心中。这种联系不仅表明该络脉与内脏在生理功能上的联系，而且还直接表明了该络穴的主治所及。

人身络脉一十五，
我今逐一从头数：
手太阴络位列缺，
手少阴络即通里，
手厥阴络为内关，
手太阳络支正是，
手阳明络偏历当，
手少阳络外关位，
足太阳络号飞扬，
足阳明络丰隆记，
足少阳络为光明，
足太阴络公孙寄，
足少阴络名大钟，
足厥阴络蠡沟配，
阳督之络号长强，
阴任之络为尾翳。
脾之大络为大包，
十五络名君须记。

十 六 郄 穴 表

经脉手太阴手阳明足阳明足太阴手少阴手太阳足太阳足少阴手厥阴手少阳足少阳足厥阴阴跷阳跷阴维阳维 郄穴孔最温溜梁丘地机阴郄养老金门水泉郄门会宗外丘中都交信跗阳筑宾阳交

郄穴，是经脉气血曲折深聚处的穴位，分布于四肢肘膝关节以下。十二经脉各有一郄穴，阴跷、阳跷脉及阴、阳维脉在下肢部也各有一郄穴，合为十六郄穴。
郄穴常用来治疗本经循行所过部位及所属脏腑的急性病症，阴经郄穴多用于治疗血证，阳经郄穴多用于治疗急性疼痛、气形两伤的病症。当脏腑发生病变时，亦常在相应的郄穴产生疼痛、酸胀及反应物，临床常用作诊断疾病的参考。

郄义即孔隙，
本属气血集，
肺向孔最取，
大肠温溜别，
胃经是梁丘，
脾属地机穴，
心则取阴郄，
小肠养老列，
膀胱金门守，
肾向水泉施，
心包郄门刺，
三焦会宗持，
胆郄在外丘，
肝经中都是，
阳蹻跗阳走，
阳蹻交信期，
阳维阳交穴，
阴维筑宾知。

十 二 背 俞 穴 表

五脏背俞六腑背俞 肺肺俞大肠大肠俞 肾肾俞膀胱膀胱俞 肝肝俞胆胆俞 心心俞小肠小肠俞 脾脾俞胃胃俞 心包厥阴俞三焦三焦俞

募穴位于胸腹部，故又称腹募穴，其位置大体与脏腑所在部位相对应。募穴不一定分布在脏腑所属经脉上，分布于任脉者为单穴，分布于其它经脉者一名二穴。
三椎肺俞厥阴四，心五肝九十胆俞，十一脾俞十二胃，十三三焦椎旁居， 肾俞却与命门平，十四椎外穴是真，大肠十六小十七，膀胱俞与十九平。 十 二 募 穴 表 两 侧正 中 脏腑募穴募穴脏腑 肺中府膻中心包 肝期门巨阙心 胆日月中脘胃 脾章门石门三焦 肾京门关元小肠 大肠天枢中极膀胱

俞募穴是脏腑之气所输注、结聚的部位，最能反映脏腑功能的盛衰，故可用于诊治相应脏腑的疾病。俞、募穴局部出现的各种异常反映如敏感、压痛、结节、凹陷、出血点、丘疹及温度、电阻变化等，常被用来诊察相应的脏腑病症。如肺癌患者肺俞穴常有压痛，气管炎患者膻中穴多有压痛，肾俞穴出现结节、压痛者，常可辅助诊断泌尿系统疾病。

由于阴阳经络，气相交贯，脏腑腹背，气相通应，阴病行阳，阳病行阴。因此在治疗时应从阴引阳，从阳引阴，即属于阴性的病症(脏病、寒证、虚证)，可以取治位于阳分(背部)的背俞穴；属于阳性的病症(腑病、热病、实证)，可以取治位于阴分(胸腹部)的募穴。

天枢大肠肺中府，
关元小肠巨阙心，
中极膀胱京门肾，
胆日月肝期门寻，
脾募章门胃中脘，
气化三焦石门针，
心包募穴何处取？
胸前膻中觅浅深。

八会穴

八会穴，是脏、腑、筋、脉、气、血、骨、髓八者精气会聚的腧穴。八会穴除各自原有的功能外，对脏、腑、气、血、筋、脉、骨、髓的生理功能有着特殊的关系，如;脏会章门，章门为脾之募穴，五脏皆禀于脾，故为脏会； 腑会中脘，中脘为胃之募穴，六腑皆禀于胃，故为腑会； 气会膻中，膻中位于两乳之间，内为肺，诸气皆属于肺，故为气会； 血会膈俞，心主血，肝藏血，膈俞位居心俞之下，肝俞之上，故为血会； 筋会阳陵泉，阳陵泉位于膝下，膝为筋之腑；又为胆经合穴，胆合肝，肝主筋，故为筋会； 脉会太渊，太渊属肺，位于寸口，肺朝百脉，寸口为脉之大会，故为脉会； 骨会大杼，大杼位于项后第一胸椎棘突旁，第一胸椎又名杼骨，诸骨自此擎架，连接头身四肢，故为骨会；
髓会绝骨（悬钟），绝骨属胆经，胆主骨所生病，骨生髓，故为骨会。八会穴的临床应用一般各以其关取治，如“血会膈俞”，凡咳血、咯血、吐血、血崩等血证均可取膈俞治疗；“腑会中脘”，六腑病证如胃痛，霍乱吐泻等均可取之中脘。 腑会中脘脏章门，髓会绝骨筋阳陵，骨大杼兮血膈俞，气膻中兮脉太渊

八脉交会穴

八 脉 交 会 穴 表 经 属八 穴通八脉会 合 部 位 足太阴公 孙冲 脉胃、心、胸 手厥阴内 关阴 维 手少阳外 关阳 维目外眦、颊、颈、耳后、肩 足少阳足临泣带 脉 手太阳后 溪督 脉目内眦、颈、耳、肩胛 足太阳申 脉
阳 蹻 手太阴列 缺任 脉胸、肺、膈、喉咙 足少阴照 海 阴 蹻

八脉交会穴，是奇经八脉与十二正经脉气相通的八个特定经穴，又称交经八穴、流注八穴，均分布于四肢肘膝关节以下。

八穴所属的经脉通过八脉交会穴而通向奇经八脉，因此八脉交会穴除能治疗本经病症外，还能治疗与之相通的奇经八脉的病症。
公孙冲脉胃心胸，
内关阴维下总同，
临泣胆经连带脉，
阳维目锐外关逢，
后溪督脉内眦颈，
申脉阳蹻络亦通，
列缺任脉行肺系，
阴蹻照海膈喉咙.