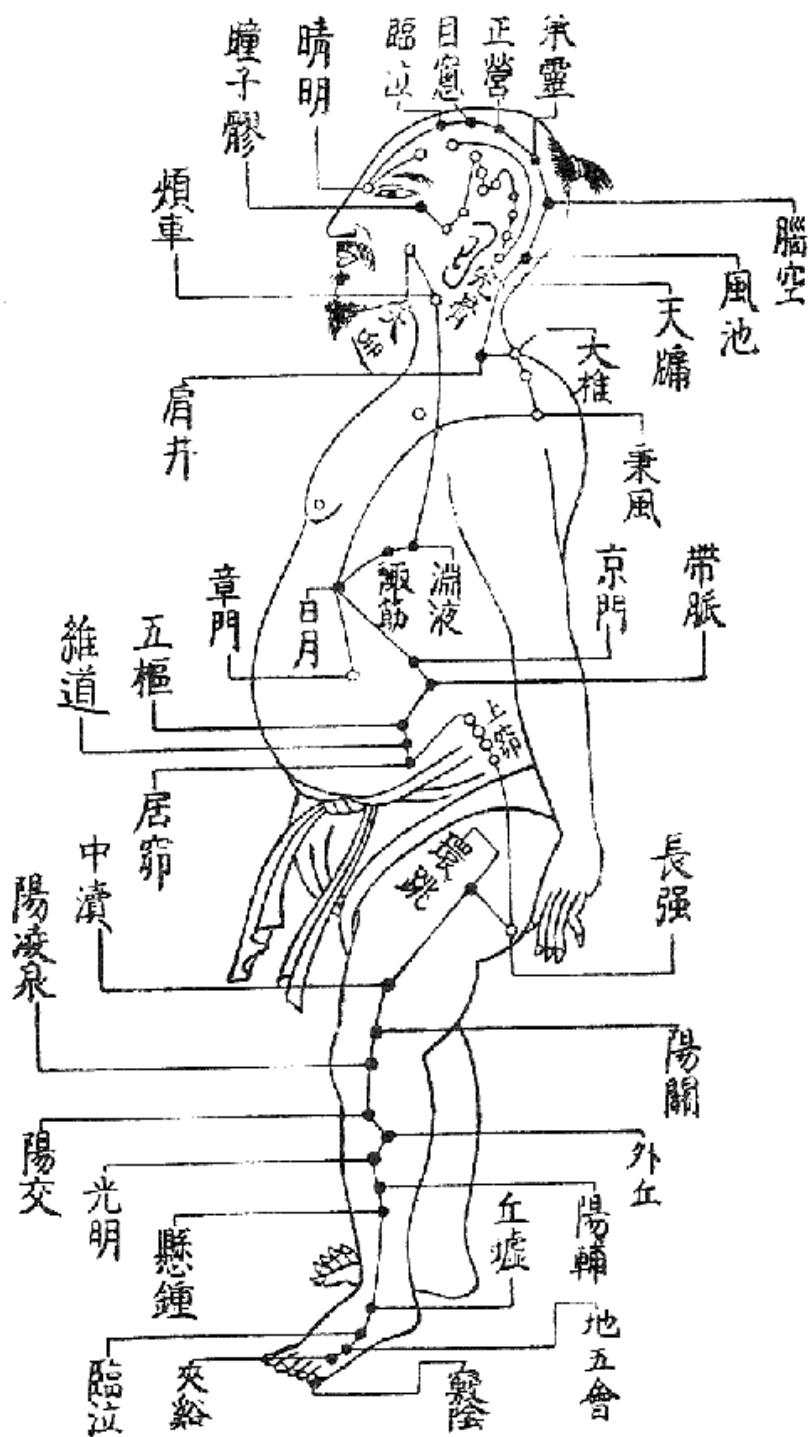


# 少陽膽經

足少陽膽經之圖



**GB1 足の少陽胆經**

どうしりょう  
**瞳子髎**  
Tongziliao

頭部の目尻の外側0.5寸のところにあるくぼみ。

0.5寸 瞳子髎 目尻

**主 治** 頭痛、眼痛、結膜炎、羞明、白内障、三叉神經痛  
**効 能** 体内的熱を冷まし、腫れを抑える。目のかすみを解消し、視力を回復する。

**GB2 足の少陽胆經**

ちょうえ  
**聽會**  
Tinghui

顔面で、耳にある珠間切痕（耳たぶの下端の切れ込み）と下頸骨関節突起の間にあるくぼみ。口を開いたとき、耳間切痕の前のくぼみにある。

珠間切痕 聽會

**主 治** 難聴、中耳炎、顔面痛、頸関節炎、下頸脱臼、顔面神經麻痺  
**効 能** 耳の聞こえをよくする。筋を緩めて伸ばし、経絡の通りをよくする。  
**配 穴** 聽會+迎香（難聴諸症）

**GB3 足の少陽胆經**

じょうかん  
**上關**  
Shangguan

頭部の頬骨弓中点上縁のくぼみ。下關の真上にある。

頬骨弓 上關 下關

**主 治** 難聴、中耳炎、歯痛、眼痛、三叉神經痛、顔面神經麻痺、小児のひきつけ  
**効 能** 耳の聞こえをよくする。痙攣を鎮め、精神を安定させる。

**GB4 足の少陽胆經**

がんえん  
**額厭**  
Hanyan

頭部、頭維と曲鬚を結ぶ（側頭の髪際に沿った）曲線上、頭維から $1/4$ 。

頭維 1/4 額厭 曲鬚

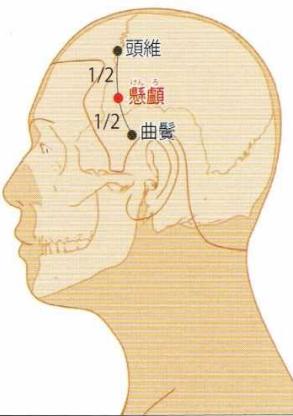
**主 治** 頭痛、片頭痛、めまい、歯痛、耳鳴り、小児のひきつけ  
**効 能** 肝の異常な亢進を落ち着かせて内風を鎮める。経絡の通りをよくし、痛みを止める。

### GB5 足の少陽胆經

けん ろ  
**懸顱**

Xuanlu

頭部の**頭維**と**曲鬚**を結ぶ、側頭の髪際に沿った曲線上の中点。



**主 治** 片頭痛、三叉神經痛、顔面浮腫、歯痛、外眼角痛

**効 能** 経絡の通りをよくする。腫れを抑えて、痛みを止める。

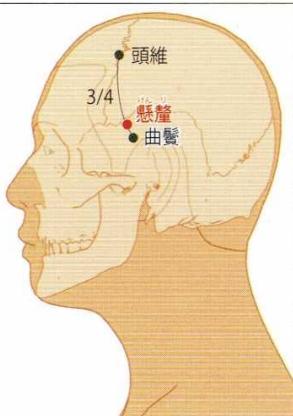
**配 穴** 懸顱+頷厭 (片頭痛)

### GB6 足の少陽胆經

けん り  
**懸釐**

Xuanli

頭部の、**頭維**と**曲鬚**を結ぶ、側頭の髪際に沿った曲線上で、**頭維**から3/4。



**主 治** 片頭痛、顔面浮腫、外眼角痛、耳鳴り、上歯痛

**効 能** 体内的熱を冷まし、体表の邪氣を取り除く。腫れを抑えて、痛みを止める。

**配 穴** 懸釐+鳩尾 (熱病)

### GB7 足の少陽胆經

きょく びん  
**曲鬚**

Qubin

頭部の**もみあげ後縁**の垂線と**耳尖**の水平線との交点。



**主 治** 頭痛、片頭痛、歯痛、頬の腫れ、上顎の腫れ、三叉神經痛

**効 能** 経絡の通りをよくして痛みを止める。

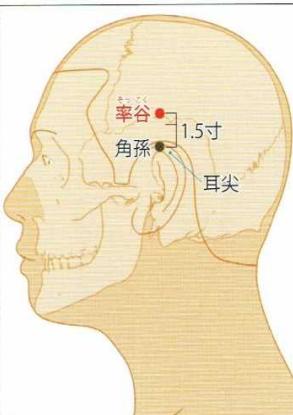
**配 穴** 曲鬚+衝陽 (虫歯)

### GB8 足の少陽胆經

そつ こく  
**率谷**

Shuaigu

頭部の**耳尖**の直上、**髪際**から上に1.5寸。**角孫**の上、歯をかみ合わせると取りやすい。



**主 治** 精神不安、目の黄疸、難聴、頭痛、めまい、痔疾、腰背痛、下腿後面痛、毛のう炎

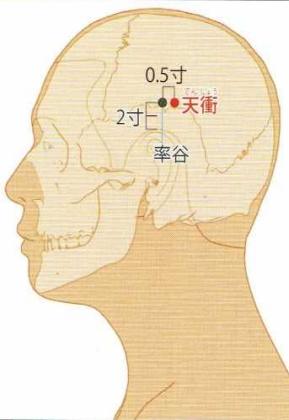
**効 能** 肝の異常な亢進を落ちつかせて、内風を鎮める。精神を穏やかにして、嘔吐を止める。

### GB9 足の少陽胆經

てん しゅう  
**天衝**

Tianchong

頭部の耳たぶの付け根の後縁の直上、  
髪際から上に2寸。率谷の後ろ0.5  
寸にある。



**主 治** 頭痛、片頭痛、歯肉炎、

てんかん

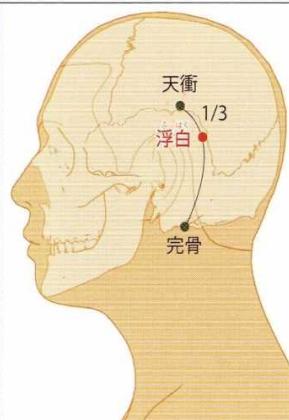
**効 能** 心を穏やかにして、精神  
を安定させる。腫れを抑え、痛みを  
止める。

### GB10 足の少陽胆經

ふ はく  
**浮白**

Fubai

頭部の乳様突起の後上方で、天衝と  
完骨を結ぶ、耳の輪郭に沿った曲線  
上で天衝から1/3。



**主 治** 頭痛、耳鳴り、難聴、歯  
痛、頸部リンパ節結核、頸項部のこ  
わばり

**効 能** 経絡の通りをよくして、  
痛みを止める。気の巡りを改善して、  
痰を解消する。

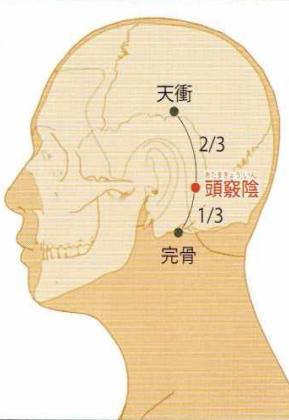
**配 穴** 浮白+完骨（歯痛）

### GB11 足の少陽胆經

あたま きょう いん  
**頭竅陰**

Touqiaoyin

頭部の乳様突起の後上方で、天衝と完  
骨を結ぶ耳の輪郭に沿った曲線上で  
天衝から2/3。



**主 治** 頭痛、めまい、頸項部の  
こわばり・痛み、口苦、難聴、耳の  
痛み、胸脇痛

**効 能** 肝の異常な亢進を落ち着  
かせて、内風を鎮める。耳の聞こえ  
をよくする。

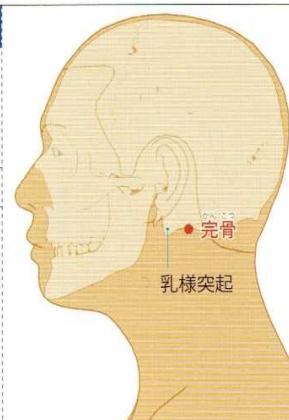
**配 穴** 頭竅陰+強間（頭痛）

### GB12 足の少陽胆經

かん こつ  
**完骨**

Wangu

前額部、乳様突起の後下方にあるく  
ぼみ。



**主 治** 頭痛、のどの痛み、虫歯、  
顔面神経麻痺、不眠、てんかん、マ  
ラリア、中耳炎、耳鳴り

**効 能** 肝の異常な亢進を落ち着  
かせて、内風を鎮める。痙攣を鎮め  
て、精神を安定させる。

**配 穴** 肩貞+完骨（耳鳴り）

### GB13 足の少陽胆經

ほんじん  
**本神**

Benshen

頭部の前髪際から上に0.5寸、正中線から外側に3寸。神庭と頭維を結ぶ前髪際に沿った曲線の、神庭から2/3の部位。



**主 治** てんかん、小児のひきつけ、頭痛、めまい、片麻痺、頸項部のこわばり・痛み

**効 能** 心を穏やかにして、精神を安定させる。内風を鎮めて、鎮静にする。

**配 穴** 本神+身柱 (てんかん、統合失調症)

### GB14 足の少陽胆經

ようはく  
**陽白**

Yangbai

頭部の眉の上方1寸で瞳孔線上。



**主 治** 頭痛、めまい、眼痛、眼瞼痙攣、顔面神經麻痺、三叉神經痛

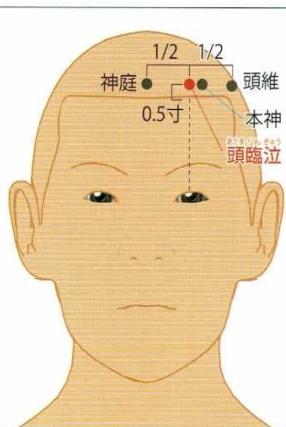
**効 能** 体内の熱を冷まし、視力を回復する。腫れを抑えて、痛みを止める。

### GB15 足の少陽胆經

あたまりんきゅう  
**頭臨泣**

Toulinqi

頭部の前髪際から上に0.5寸、瞳孔線上。正視して、瞳孔中央の上方、神庭と頭維を結ぶ(前髪際に沿った)線上の中点。



**主 治** 頭痛、めまい、目の充血・痛み、白内障、鼻づまり、鼻炎、難聴、熱病

**効 能** 風邪を除き、熱を下げる。目の症状を改善したり、耳の聞こえをよくする。

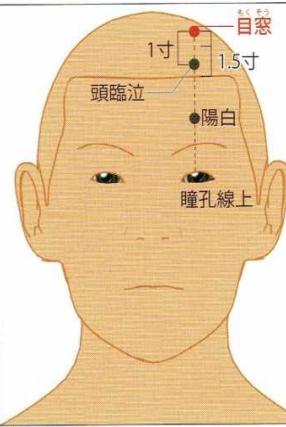
**配 穴** 頭臨泣+頭維 (流涙)

### GB16 足の少陽胆經

もくそう  
**目窓**

Muchuang

頭部の前髪際から上に1.5寸の瞳孔線上。頭臨泣から上に1寸。



**主 治** 頭痛、めまい、遠視、近視、羞明、目の充血・腫れ・痛み、小児のひきつけ

**効 能** 視力を回復する。内風を鎮め、心の乱れを鎮める。

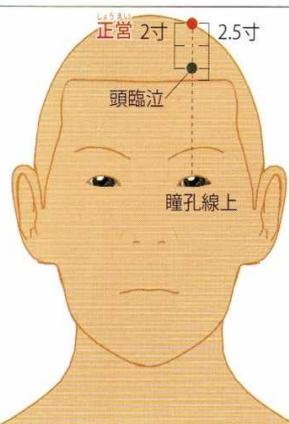
**配 穴** 目窓+天衝+風池 (悪寒)

### GB17 足の少陽胆經

しょう えい  
**正宮**

Zhengying

頭部の前髪際から2.5寸で、瞳孔線上。頭臨泣から上に2寸。



**主 治** 片頭痛、頭痛、めまい、歯痛

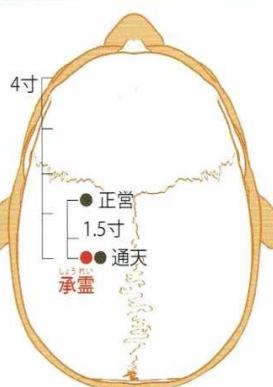
**効 能** 経絡の通りをよくし、痛みを止める。肝の異常な亢進を落ち着かせて、内風を鎮める。

### GB18 足の少陽胆經

しょう れい  
**承靈**

Chengling

頭部の前髪際から4寸、瞳孔線上。正宮から後ろに1.5寸、通天と同じ高さにある。



**主 治** 頭痛、片頭痛、めまい、眼痛、鼻炎、鼻ポリープ、ぜんそく、上肢痛

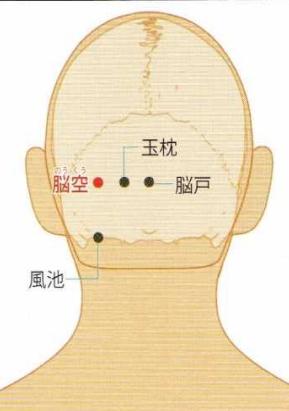
**効 能** 経絡の通りをよくして、痛みを止める。肺の気を巡らせて、鼻の機能を改善する。

### GB19 足の少陽胆經

のう くう  
**脳空**

Naokong

頭部の外後頭隆起上縁と同じ高さで、風池の直上。脳戸と玉枕と同じ高さ。



**主 治** 热病、頭痛、めまい、鼻痛、難聴、てんかん、心悸亢進、後頭神経痛

**効 能** 体内的熱を冷まし、痛みを止める。精神を穏やかにして、不安を解消する。

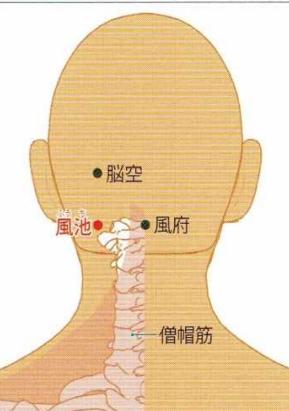
**配 穴** 脳空+頭竇陰(あたまきょういん)（鼻のなかのできもの）

### GB20 足の少陽胆經

ふう ち  
**風池**

Fengchi

前頸部の後頭骨の下、胸鎖乳突筋と僧帽筋の起始部の間にあるくぼみ。風府と同じ高さ。



**主 治** 頭痛、めまい、不眠、眼痛、視力障害、鼻炎、難聴、言語障害、感冒

**効 能** 風邪を取り除き、寒邪を追い出す。体内的熱を冷まし、体表の邪氣を取り除く。肝の異常な亢進を落ち着かせて内風を鎮める。視力を回復したり、鼻の機能を改善する。

**配 穴** 風池+風府（感冒・流行性感冒）

### GB21 足の少陽胆經

けん せい  
**肩井**

Jianjing

後頸部の第7頸椎棘突起と肩峰外縁を結ぶ線上の中点。



**主 治** 脳卒中後遺症、急性乳腺炎、頸部リンパ節結核、難産、肩背痛、頸肩腕痛、めまい

**効 能** 風邪を取り除き、体内の熱を冷ます。経絡の通りをよくする。腫れを抑え、痛みを止める。

**配 穴** 肩井+乳根+足三里（乳房部の腫瘍）

### GB22 足の少陽胆經

えん えき  
**淵腋**

Yuanye

側胸部、第4肋間、中腋窩線上。



**主 治** 悪寒發熱、胸満、胸痛、脇の腫れ、上腕痛、肋間神経痛

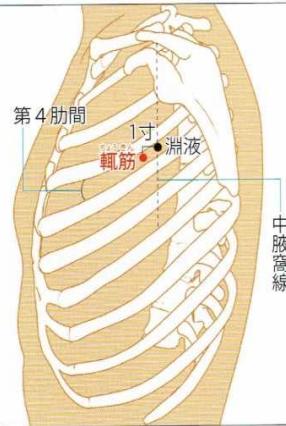
**効 能** 胸のつかえを取り除き、気の巡りを改善する。腫れを抑え、痛みを止める。

### GB23 足の少陽胆經

ちょう きん  
**軽筋**

Zhejin

側胸部の第4肋間、中腋窩線から前に1寸。



**主 治** 胸脇痛、ぜんそく、嘔吐、胸やけ、脇の腫れ

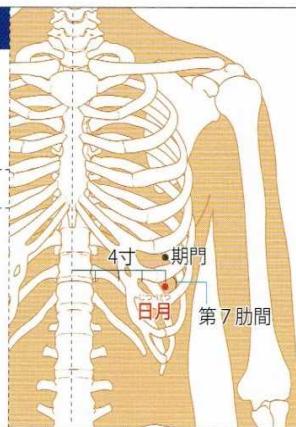
**効 能** 上がった気を下降させ、ぜんそくを鎮める。気の巡りを改善し、痛みを止める。

### GB24 足の少陽胆經

じつ げつ  
**日月**

Riyue

前胸部の第7肋間、前正中線から外側に4寸。



**主 治** 肋間神経痛、嘔吐、胸やけ、しゃっくり、黄疸

**効 能** 肝のうっ滞を改善し、胆の機能を改善する。胃の機能を改善して、上がった気を下降させる。

### GB25 足の少陽胆經

けい もん  
**京門**

Jingmen

側腹部の第12肋骨端下縁。



**主 治** 下痢、腹脹、肋間神経痛、  
浮腫、腰痛

**効 能** 経絡の通りをよくして痛みを止める。腎の機能を高め、腰の状態を改善する。

**配 穴** 京門+照海（尿の出が悪い）

### GB26 足の少陽胆經

たい みやく  
**帶脈**

Daimai

側腹部の第11肋骨端の下、へそ中央と同じ高さ。章門の下で、神闕と同じ高さにある。



**主 治** 月経不調、おりもの、崩  
経部痛、腰痛

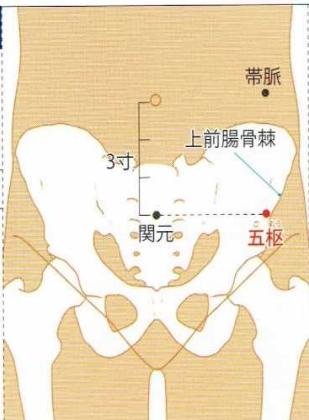
**効 能** 月経を調整し、痛みを止  
める。脾の機能を高め、おりものが漏れないようにする。

### GB27 足の少陽胆經

ご すう  
**五枢**

Wushu

下腹部のへその中央から下に3寸、  
上前腸骨棘の内側。



**主 治** 子宮下垂、おりもの、月  
経不調、崩経部痛、便秘、下腹部痛、  
腰痛

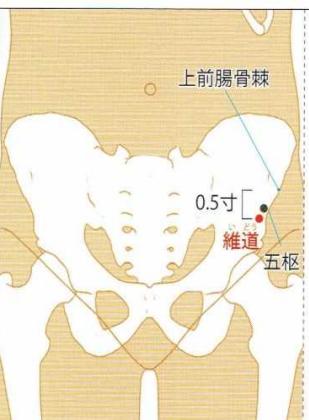
**効 能** 月経を調整し、おりもの  
を止める。気の巡りを改善し、痛み  
を止める。

### GB28 足の少陽胆經

い どう  
**維道**

Weidao

下腹部の上前腸骨棘の内下方に0.5  
寸。五枢の内下方0.5寸にある。



**主 治** 子宮下垂、崩経部痛、お  
りもの、月経不調、浮腫、少腹痛、  
吐き気、食欲不振

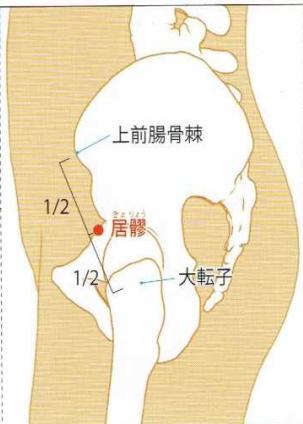
**効 能** 月経を調整し、おりもの  
が漏れないようにする。余分な水分  
を出して、痛みを止める。

### GB29 足の少陽胆経

きよ りょう  
**居髎**

Juliao

殿部の**上前腸骨棘**と**大転子**の頂点との中点。



**主 治** 腰痛、腰腿痛、股関節痛、下肢麻痺、下腹部痛

**効 能** 経絡の通りをよくする。気の巡りを改善して、痛みを止める。

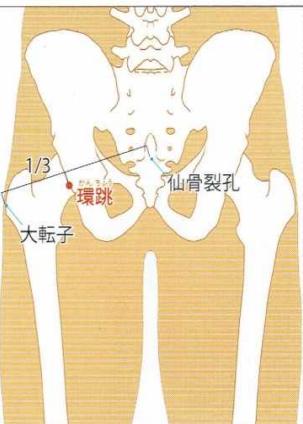
**配 穴** 居髎+環跳+委中（大腿部の痛み）

### GB30 足の少陽胆経

かん ちょう  
**環跳**

Huantiao

殿部で**大転子**の頂点と**仙骨裂孔**を結ぶ線上、大転子の頂点から**1/3**。



**主 治** 腰腿痛、下肢麻痺、下肢痛、股関節痛、風疹、膝の腫れ・痛み

**効 能** 経絡の通りをよくする。寒邪を追い出し、余分な水分を出す。気の巡りを改善して、痛みを止める。

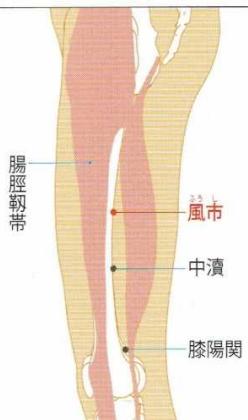
**配 穴** 環跳+陽陵泉（坐骨神経痛）

### GB31 足の少陽胆経

ふう し  
**風市**

Fengshi

太ももの外側で、直立して腕を下に垂らし手のひらを大腿部に付けたときに、中指の先端があたる**腸脛靱帶**の後ろにあるくぼみ。



**主 治** 片麻痺、下肢外側痛、下肢のしびれ、かゆみ

**効 能** 経絡の通りをよくする。寒邪を追い出し、余分な水分を出す。

**配 穴** 風市+委中+行間(腰痛)

### GB32 足の少陽胆経

ちゅう とく  
**中瀆**

Zhongdu

大腿部の外側、**腸脛靱帶**の後方で、膝窩横紋から上に7寸。



**主 治** 側胸痛、腰痛、下肢麻痺、下肢痛、下肢しびれ

**効 能** 経絡の気の流れをよくする。寒邪を追い出し、余分な水分を排出する。

### GB33 足の少陽胆經

ひざ よう かん  
**膝陽関**

Xiyangguan

膝の外側、**大腿二頭筋腱**と**腸脛靱帯**  
との間にあるくぼみ、**大腿骨外側上  
顆**の後上縁。



**主 治** 膝関節痛、坐骨神経痛、  
大腿外側痛、下肢のしびれ

**功 能** 経絡の通りをよくする。  
寒邪を追い出し、湿邪を追い出す。

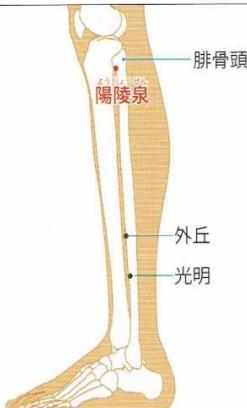
**配 穴** 曲泉+膝陽関（膝関節疼  
痛）

### GB34 足の少陽胆經

よう りょう せん  
**陽陵泉**

Yanglingquan

すねの外側で、**腓骨頭**前下方のくぼ  
み。



**主 治** 片麻痺、下肢痛、下肢し  
びれ、膝腫痛、嘔吐、黄疸、片頭痛、  
破傷風

**功 能** 肝気のうつ滞を改善し、  
胆の機能を改善する。胃の機能を改  
善し、上がった気を下降させる。経  
絡の通りをよくする。

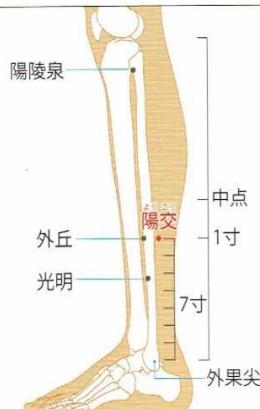
**配 穴** 陽陵泉+太衝（肩関節周  
囲炎）

### GB35 足の少陽胆經

よう こう  
**陽交**

Yangjiao

すねの外側、**腓骨**の後ろで**外果尖**か  
ら上に7寸。外果尖と膝窩横紋外端  
を結ぶ線上の中点の下方1寸で、**外  
丘**の後方にある。



**主 治** 精神不安、手足のひきつ  
け、顔面浮腫、胸脇脹痛、腓骨神経  
痛、下肢痛

**功 能** 肝気のうつ滞を改善して、  
気の巡りを改善する。心を穏やかに  
して、精神を安定させる。

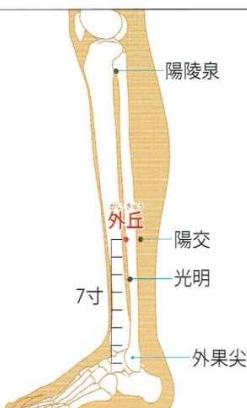
**配 穴** 陽交+解谿（精神不安）

### GB36 足の少陽胆經

がい きゅう  
**外丘**

Waiqiu

すねの外側、**腓骨**の前方、**外果尖**  
上方7寸。  
※外果尖と膝窩横紋外端を結ぶ線上  
の中点の下方1寸で、**陽交**の前に  
ある。



**主 治** てんかん、胸脇痛、皮膚  
の痛み、片麻痺、頸項部痛、下肢痛、  
坐骨神経痛

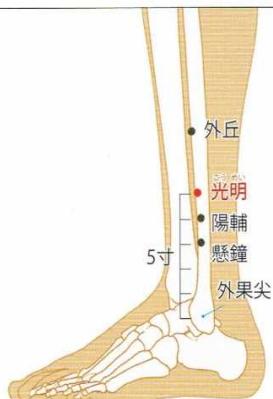
**功 能** 肝気のうつ滞を改善して、  
気の巡りを改善する。精神を安定さ  
せて、痙攣を鎮める。

### GB37 足の少陽胆經

こうめい  
**光明**

Guangming

すねの外側、**腓骨**の前で**外果尖**から上に**5寸**。



**主 治** 眼痛、夜盲症、乳房脹痛、下肢麻痺、下肢痛

**効 能** 肝の機能を調節して、視力を回復する。乳房の張りを解消して、痛みを止める。

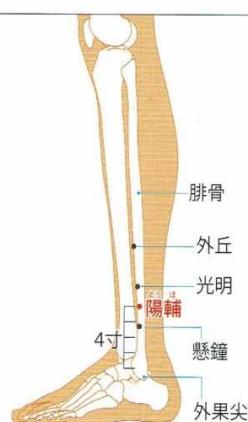
**配 穴** 光明+足臨泣（産後の乳房脹脹）

### GB38 足の少陽胆經

ようほ  
**陽輔**

Yangfu

すねの外側、**腓骨**の前方で、**外果尖**から上に**4寸**。



**主 治** 片頭痛、外眼角痛、腋下痛、マラリア、のどの痛み、下肢痛、足関節痛、足背痛

**効 能** 経絡の通りをよくする。風邪を取り除き、体内の熱を冷ます。

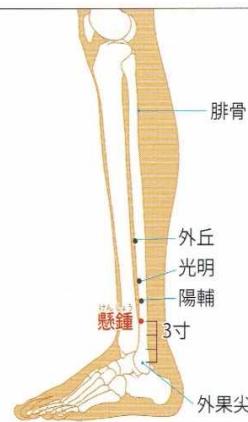
**配 穴** 陽輔+陽交+陽陵泉（からだ・手足の麻痺）

### GB39 足の少陽胆經

けんしょう  
**懸鍾**

Xuanzhong

すねの外側、**腓骨**の前方、**外果尖**から上に**3寸**。



**主 治** 片麻痺、高血圧症、頸項部のこわばり・痛み、寝違い、腋下の腫れ、足関節痛

**効 能** 脾と肝の機能を高める。内風を鎮め、鎮静にする。経絡の通りをよくして、痛みを止める。

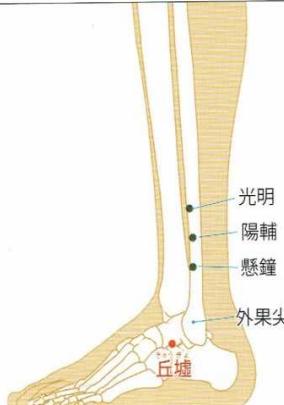
**配 穴** 懸鍾+崑崙（外踝疼痛、頸項強痛）

### GB40 足の少陽胆經

きゅうきょ  
**丘墟**

Qiuxu

足関節の前外側、**長指伸筋腱**の外側のくぼみ、**外果尖**の前下方。



**主 治** 目の充血・腫れ・痛み、白内障、片麻痺、肩径部痛、マラリア、足関節痛

**効 能** 肝気のうっ滞を改善して、胆の機能を改善する。経絡の通りをよくして、痛みを止める。

**配 穴** 丘墟+申脈（わきの下の腫れ）

### GB41 足の少陽胆經

あし りん きゅう

## 足臨泣

Zulinqi

足の甲の第4中足骨底と第5中足骨底の接合部の遠位、第5指の長指伸筋腱の外側のくぼみ。



**主 治** 片麻痺、マラリア、頭痛、めまい、急性乳腺炎、頸部リンパ節結核、下肢痛、胆石症、腰痛

**功 能** 経絡の通りをよくする。肝の異常な亢進を落ちさせて、内風を鎮める。痰を除き、腫れを解消する。

**配 穴** 足臨泣+三陰交 (太ももの痛み)

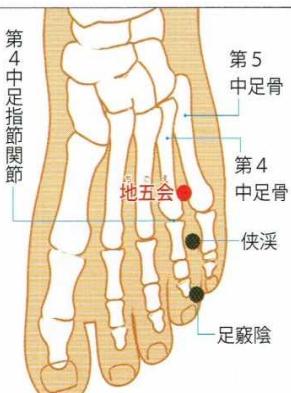
### GB42 足の少陽胆經

ち ご え

## 地五会

Diwuhui

足の甲の第4中足骨と第5中足骨の間、第4中足指節関節近位のくぼみ。



**主 治** 頭痛、眼痛、耳痛、難聴、急性乳腺炎、腋下腫、足背痛

**功 能** 肝気のうつ滞を改善して、気の巡りを改善する。風邪を追い出し、体内の熱を冷ます。腫れを抑え、痛みを止める。

**配 穴** 梁丘+地五会 (乳房の腫れ)

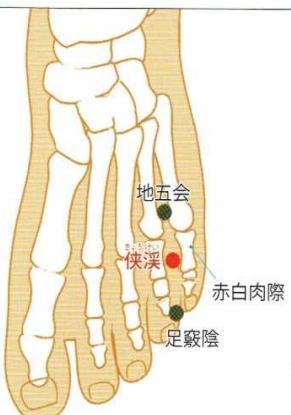
### GB43 足の少陽胆經

きょう けい

## 俠溪

Xiaxi

足の甲、第4趾と第5趾の間のみすかきの近位、赤白肉際。



**主 治** 頭痛、めまい、心悸亢進、難聴、外眼角の充血・痛み、頬の腫れ、足背浮腫

**功 能** 肝気のうつ滞を改善して、気の巡りを改善する。肝の異常な亢進を落ちさせて、内風を鎮める。

**配 穴** 天溪+俠溪(急性乳腺炎)

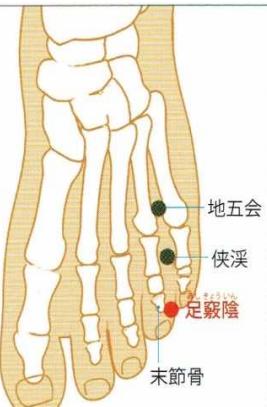
### GB44 足の少陽胆經

あし きょう いん

## 足竅陰

Zuqiaoyin

足の第4指の末節骨外側、爪甲角の近位外側に0.1寸（指寸）、爪甲の外側縁からの垂線と爪甲基底部からの水平線との交点。



**主 治** 片頭痛、めまい、目の充血・腫れ・痛み、難聴、多夢、熱病、足関節の捻挫

**功 能** 体内的熱を冷まし、火邪を除く。肝の異常な亢進を落ちさせて、内風を鎮める。耳の聞こえをよくしたり、視力を回復する。