

経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
中府	ちゅうふ	前胸部、第1肋間と同じ高さ、鎖骨下窩の外側、前正中線の外方6寸。 注1:雲門(LU2)を取穴し、その下方1寸にある。 注2:庫房(ST14)、或中(KT26)、華蓋(CV20)、中府(LU1)は第1肋間の高さに並ぶ	喘息、五十肩、気管支炎
雲門	うんもん	前胸部、鎖骨下窩の陥凹部、鳥口突起の内方、前正中線の外方6寸 注1:上腕を抵抗に抗して屈曲、わずかに外転させ、鎖骨胸筋三角(鎖骨下窩)を確認すると、その中央にある。 注2:氣戸(ST13)、俞府(KI27)、璇璣(CV21)は鎖骨下縁に並ぶ。	禁灸穴、上腕神経痛、五十肩、肩甲関節炎、上肢の挙上障害、上肢の麻痺、喘息、胸部の痛み、咳嗽、喘息、胸部苦満、疼痛、感冒、咽喉炎、頸腕神経障害、胸郭出口症候群
天府	てんぽ	上腕前外側、上腕二頭筋外側縁、腋窩横紋前端の下方3寸。 注:腋窩横紋前端と尺沢(LU5)を結ぶ線上で、腋窩横紋前端から1/3にある。	禁灸穴、上腕神経痛、五十肩、肩甲関節炎
侠白	きょうはく	上腕前外側、上腕二頭筋外側縁、腋窩横紋前端の下方4寸。	上腕神経痛、五十肩、肋間神経痛、心下部の痛み
尺沢	しゃくたく	肘前部、肘窩横紋上、上腕二頭筋腱外方の陥凹部。 注:肘を屈曲し、肘窩横紋上で曲池(L11)と曲沢(PC3)の間にある。尺沢(LU5)と曲沢(PC3)は上腕二頭筋腱の両側に位置する。	肺疾患、喘息、気管支炎、咽頭炎、咳、のどの痛み
孔最	こうさい	前腕前外側、尺沢(LU5)と太淵(LU9)を結ぶ線上、手関節掌側横紋の上方7寸。 注:尺沢(LU5)の下方5寸で、尺沢(LU5)と太淵(LU9)を結ぶ線の中点の上方1寸にある。	痔痛、痔核、痔出血、肺疾患に反応を表す事有
列缺	れっけつ	前腕橈側、長母指外転筋と短母指伸筋腱の間、手関節掌側横紋の上方1.5寸。	扁桃腺炎、咽喉痛、拇指痛
絏渠	けいきょ	前腕前外側、橈骨茎状突起と橈骨動脈の間、手関節掌側横紋の上方1寸。 注:太淵(LU9)の上方1寸。	扁桃腺炎または気管支炎による発熱
太淵	たいえん	手関節前外側、橈骨茎状突起と舟状骨の間、長母指外転筋腱の尺側陥凹部。 注:手関節掌側横紋の橈側、橈骨動脈上にある。	拇指痛、腕関節炎、低血圧、ノローゼ、呼吸器疾患
魚際	ぎょさい	手掌、第1中手骨中点の橈側、赤白肉際。	禁灸穴 拇指痛、拇指の屈曲不能、眩暈、頭痛、心悸亢進症、胃腸や肝臓の調子を整える、手掌熱、咳嗽、喘息、発熱、無汗、咽喉炎、母指球筋の知覚・運動障害
少商	しょうしょう	母指、末節関節橈側、爪甲角の近位外方0.1寸(指寸)、爪甲橈側縁の垂線と爪甲基底部の水平線の交点	禁灸穴、扁桃腺炎、咽頭炎、小児のひきつけ

背俞穴：肺俞

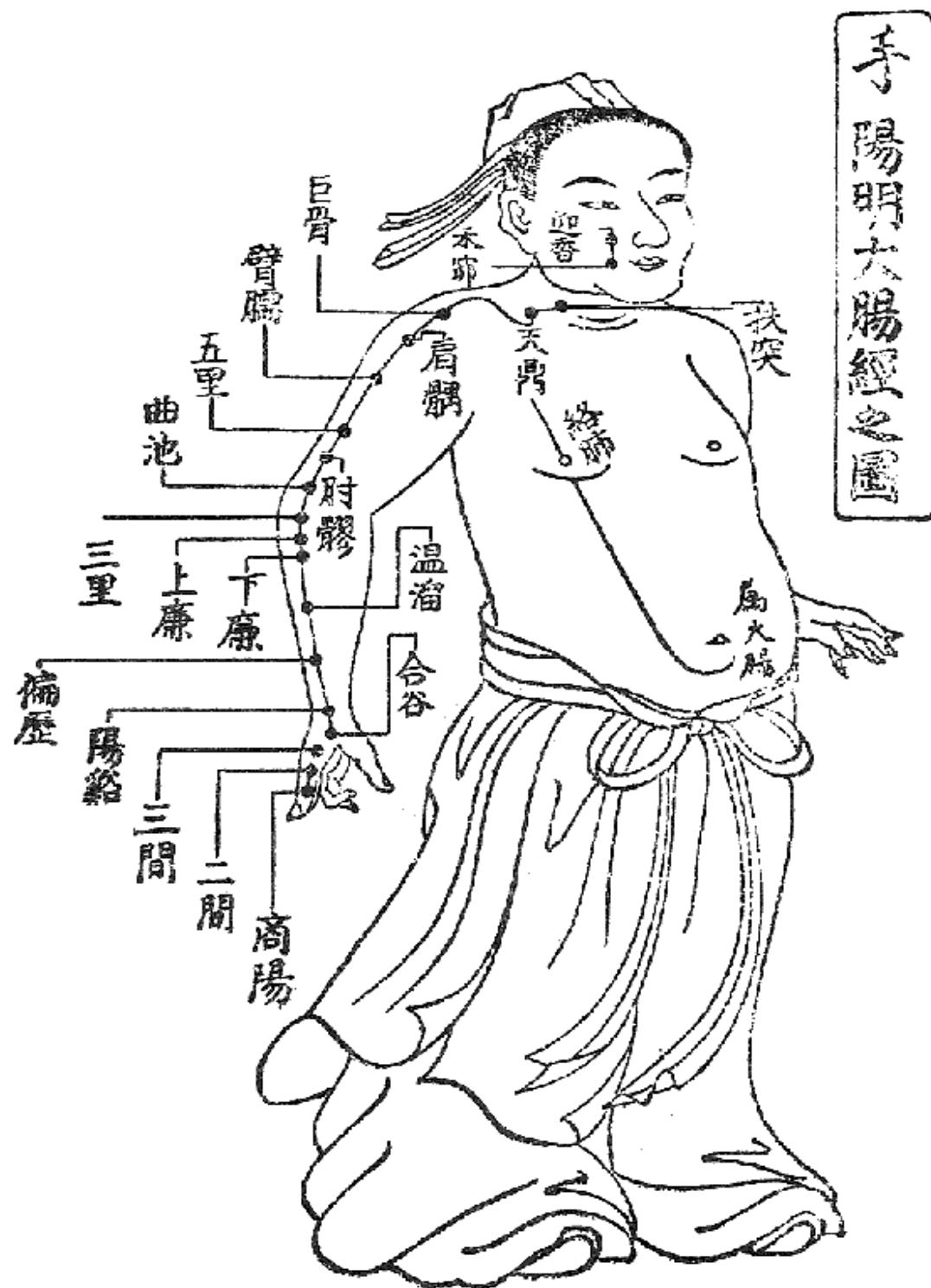
経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
-----	----	-------	-------



経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
商陽	しょうよう	示指、末節骨橈側、爪甲角の近位外方0.1寸(指寸)、爪甲橈側縁の垂線と爪甲基底部の水平線の交点。	橈骨神経痛、通風
二間	じかん	示指、第2中手指関節橈側の遠位陷凹部、赤白肉際。	子供の便秘、小児の疳の虫、小児のひきつけ、咽頭炎、扁桃炎、歯痛
三間	さんかん	手背、手首屈曲線上、拇指を上げるときに現れる腱の間第2中指関節橈側の近位陷凹部。	指の神経痛及び麻痺
合谷	ごうこく	手背、第2中手指骨中点の橈側。	眼疾患、動脈硬化による高血圧、拇指の腱鞘炎、扁桃腺炎、咽頭炎、歯痛、頭痛、疲れ目、手のしびれ、腹痛、下痢、顔面の知覚・運動の諸疾患、咽喉炎、片麻痺、高血圧、じん麻疹、発熱、橈骨神経障害
陽谿	ようけい	手関節後外側、手関節背側横紋橈側、橈骨茎状突起の遠位、タバコ窓(橈骨小窓)の陷凹部。 注:タバコ窓(橈骨小窓)の陷凹部は長母指伸筋腱の間、母指を十分に外転・伸展するときにできる。	手根間接リウマチ、拇指痛、腱鞘炎
遍歷	へんれき	手首横紋拇指側より上へ3寸	腱鞘炎、拇指麻痺、歯痛、鼻出血
温溜1	おんりゅう (おんる)	前腕後外側、陽谿(LI5)と曲池(LI11)を結ぶ線上、手関節背側横紋の上方5寸。WHO準拠	皮膚の腫瘍、虫垂炎、下歯痛、口内炎
温溜2	おんりゅう (おんる)	澤田流両手を交差させ中指の当たる処橈骨前面	下歯痛、口内炎
下廉	げれん	前腕後外側、陽谿(LI5)と曲池(LI11)を結ぶ線上、肘窓横紋の下方4寸。 注:陽谿(LI5)と曲池(LI11)を結ぶ線上で、曲池(LI11)から1/3、上廉(LI9)の下方1寸にある。	橈骨神経痛
上廉	じょうれん	前腕後外側、陽谿(LI5)と曲池(LI11)を結ぶ、肘窓横紋の下方3寸。	橈骨神経痛
手三里	てさんり	前腕後外側、陽谿(LI5)と曲池(LI11)を結ぶ、肘窓横紋の下方2寸。	腫物、中風、橈骨神経痛、脳貧血、蓄膿症、肥厚性鼻炎、頭痛、眩暈、肩こり
曲池	きょくち	肘外側、尺沢(LU5)と上腕骨外側上顆を結ぶ線上の中点。 注:肘を十分に屈曲したとき、肘窓横紋外端の陷凹部にある。	皮膚病、眼疾患(結膜炎、老眼、角膜炎など)、上肢の神経痛、または麻痺、下歯痛、頸腕・肘関節障害、橈骨神経障害、高血圧、生理痛、咽頭炎、片麻痺、じん麻疹、発熱
肘髎	ちゅうりょう	肘外側、上腕骨外側上顆の上1/3、曲池の上1/3	肘関節痛、腕神経痛、橈骨神経痛
手五里	てごり	上腕外側、曲池(LI11)と肩髃(LI15)を結ぶ線上、肘窓横紋の上方3寸。	禁鍼穴、肘関節痛、腕神経痛、橈骨神経痛
臂臑	ひじゅ	上腕外側、三角筋前縁、曲池(LI11)の上方7寸	上腕神経痛または麻痺、上肢挙上困難
肩髃	けんぐう	肩周囲部、肩峰外縁の前端と上腕骨大結節の間の陷凹部。 注:上腕を外転したとき、肩峰の前後に2つの陷凹部が現れる。肩髃(LI15)は、前の陷凹部にあり、後ろの陷凹部より深い。肩髎(TE14)は後ろの陷凹部にある。	皮膚病、五十肩、肩関節炎、中風、半身不隨、腕神経痛、肘関節及び周囲軟部組織障害、頸部リンパ節腫脹
巨骨	ここつ	肩周囲部、鎖骨の肩峰端と肩甲棘の間の陷凹部。 注:棘上窓の外側、鎖骨と肩甲棘の間の陷凹部にある。	上腕神経痛、肩こり、歯痛、肩関節痛、上肢の痛み、肘関節及び周囲軟部組織障害、五十肩

経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
天鼎	てんてい	前頸部、輪状軟骨と同じ高さ、教唆乳突筋の後縁。 注:扶突(LI18)の直下、水突(ST10)と同じ高さにある。	上肢麻痺、咽頭炎、喘息、寝違い
扶突	ふとつ	前頸部、甲状軟骨上縁と同じ高さ、教唆乳突筋の前縁と後縁の間。	上肢麻痺、喉頭炎、咽頭炎、喘息、寝違い
禾髎	かりょう	顔面部、人中溝中点と同じ高さ、鼻孔外縁の下方。 別説 顔面部、人中溝の上から1/3と同じ高さ、鼻孔外縁の下方。 注:水溝(GV26)の外方0.5寸にある。	上歯痛、顔面神経麻痺、三叉神経痛
迎香	げいこう	顔面部、鼻唇溝中、鼻翼外縁中点と同じ高さ。 別説 顔面部、鼻唇溝中、鼻翼下縁の高さ。	禁灸穴、上歯痛、顔面神経麻痺、三叉神経痛、蓄膿症、肥厚性鼻炎、嗅覚麻痺

経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
-----	----	-------	-------



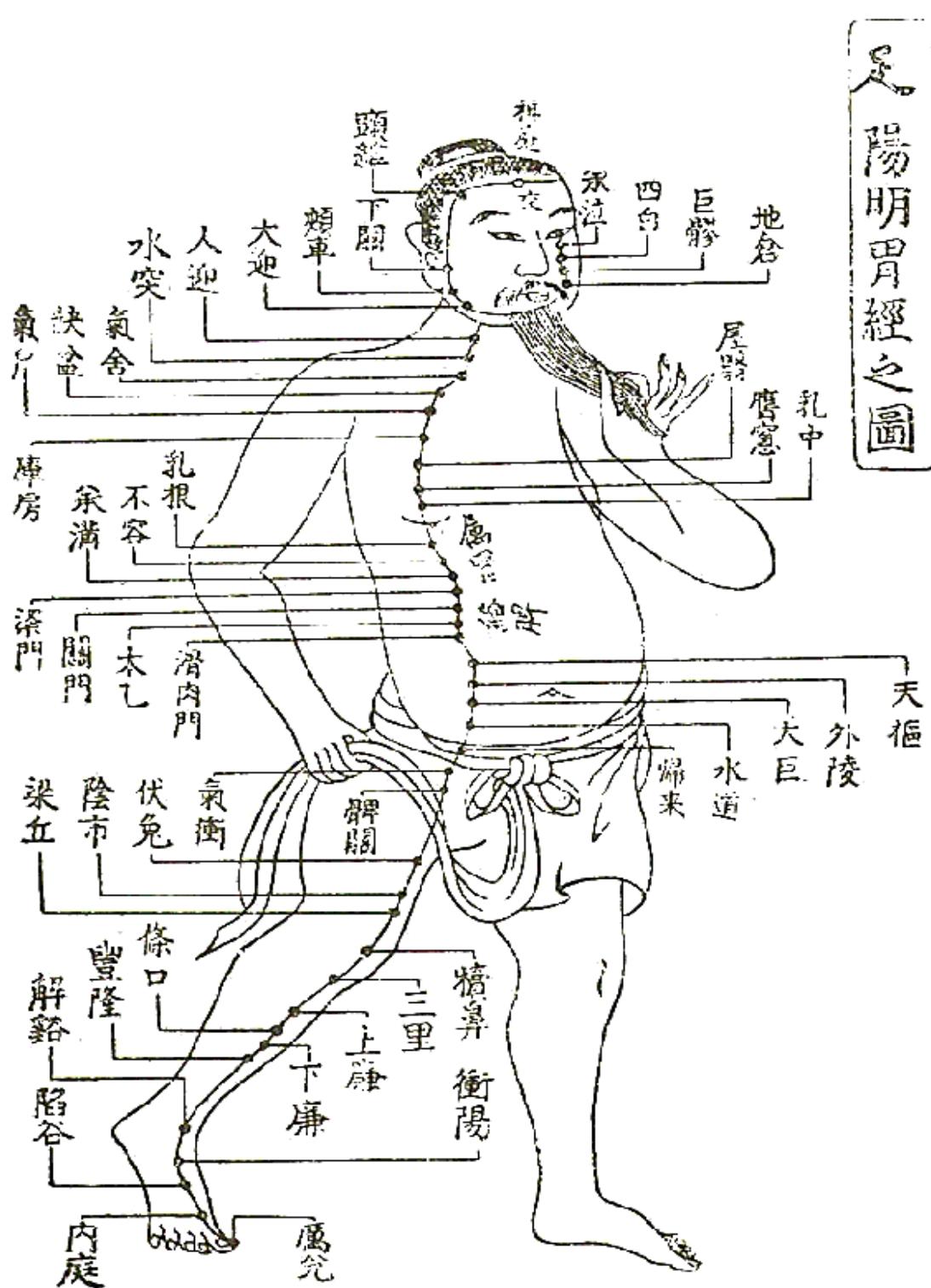
経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
商丘	しょうきゅう	足内足、内果の前下方、舟状骨粗面と内果尖の中央陥凹部。 注1:内果前縁の垂線と内果下縁の水平線の交点にある。 注2:中封(LR4)の後、照海(KT6)の前にある。	足跗(足の甲)の関節炎及びリウマチ、捻挫による足跗の腫れ、婦人病、呼吸器の疾患、足関節痛・腫脹及び周囲軟部組織障害、腓腹筋痙攣、腹脹、腹痛、嘔吐、腸鳴、食欲不振
四白	しはく	顔面部、眼窩下孔部。	眼疾患、顔面麻痺、上歯痛、三叉神経痛、口内炎
巨髎	こりょう	顔面部、瞳孔線上、鼻翼下縁と同じ高さ。 注:正視し、瞳孔の垂線と鼻翼下縁の水平線の交点にある。	上歯痛、蓄膿症、肥厚性鼻炎、三叉神経痛、顔面神経麻痺
地倉	ちそう	顔面部、甲角の外方0.4寸(指寸)。 注:甲角の外方、鼻唇溝あるいは鼻唇溝の延長線上にある。	三叉神経痛、顔面神経麻痺
大迎	だいげい	足関節後内側、内果尖とアキレス腱の間の陥凹部。	下歯痛、三叉神経痛、顔面神経麻痺
頬車	きょうしゃ	顔面部、下顎角の前上方1横指(中指)。 注:下顎角の斜め上方、口を閉じて噛むと咬筋が隆起し、力を抜くと陥凹するところにある。	下歯痛、三叉神経痛、顔面神経麻痺
下関	げかん	顔面部、頬骨弓の下縁中点と下顎切痕の間の陥凹部。 注:口を閉じ、頬骨弓下方の陥凹部、上関(GB3)の真下にある。	禁灸穴、歯痛、三叉神経痛、顔面神経麻痺
頭維	ずい	頭部、額角髪際の直上0.5寸、正中線の外方4.5寸。	禁灸穴、偏頭痛、涙目
人迎	じんげい	前頭部、甲状腺軟骨上縁と同じ高さ、教唆乳突筋の前縁、総頸動脈上。 注1:胸鎖乳突筋は抵抗に抗して頭を反対側に向けるとより明瞭に現れる。 注2:扶突(LI18)、天窓(SI16)および甲状腺軟骨上縁と同じ高さにある。胸鎖乳突筋の前縁が人迎(ST9)、後縁が天窓(SI16)、前縁と後縁の中央に扶突(LI18)がある。	禁灸穴、高血圧症、関節リウマチ、喘息、胃痛、眩暈、バセドウ病
水突	すいとつ	前頭部、輪状軟骨と同じ高さ、胸鎖乳突筋の前縁	気管支炎、喘息、リンパ節炎、バセドウ病、咳嗽
気舍	きしや	前頸部、小鎖骨上窩で鎖骨胸骨端の上方、胸鎖乳突筋の胸骨頭と鎖骨頭の間の感應部。 注1:胸鎖乳突筋は、抵抗に抗して頭を反対側に向けるとより鮮明に現れる。 注2:鎖骨上方で、人迎(ST9)の下方にある。	咽頭通、咳、喘息
缺盆	けつぼん	前頸部、大鎖骨上窩、前正中線の外方4寸、鎖骨上方の陥凹部。	禁鍼穴、喘息、肋膜炎、気管支炎、上肢の麻痺
気戸	きこ	前胸部、鎖骨下縁、前正中線の外方4寸。	呼吸器疾患、心臓疾患、乳腺炎、肋間神経痛、喘息、咳、胸部のはり、胸部苦満などの呼吸器疾患、気管支炎
庫房	こぼう	前胸部、第1肋間、前正中線の外方4寸。	呼吸器疾患、心臓疾患、乳腺炎、肋間神経痛
屋翳	おくえい	前胸部、第2肋間、前正中線の外方4寸。 注:第2肋間は、胸骨角と同じ高さの第2肋骨の下である。	呼吸器疾患、心臓疾患、乳腺炎、肋間神経痛
膺窓	ようそう	前胸部、第3肋間、前正中線の外方4寸。	胸痛、肋間神経痛

経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
乳中	にゅうちゅう	前胸部、乳頭中央。 注:男性では乳頭中央は第4肋間に当たる。	禁鍼灸穴
乳根	にゅうこん	前胸部、第5肋間、前正中線の外方4寸。 注:男性では乳頭線と第5肋間の交わるところ、女性では乳房下縁の中点にある。	肋間神経痛
不容	ふよう	上腹部、臍中央の上方6寸、前正中線の外方2寸。 注1:巨闊(CV14)の外方2寸にある。 注2:胸骨下角が狭く、不容(ST19)の下に肋骨がある場合は、斜刺を採用すべきである。	嘔吐、心悸亢進、胃痙攣、肋間神経痛、胃酸过多
承満	しょうまん	上腹部、臍中央の上方5寸、前正中線2寸。 注:天枢(ST25)の上方5寸、不容(ST19)の下方1寸、上脘(CV13)の外方2寸にある。	胃疾患、肋間神経痛、肝疾患に伴う胃上部不快感、心臓疾患、喘息
梁門	りょうもん	上腹部、臍中央の上方4寸、前正中線2寸。 注:天枢(ST25)の上方4寸、承満(ST20)の下方1寸、注腕(CV12)の外方2寸にある。	胃疾患全般
閥門	かんもん	上腹部、臍中央の上方3寸、前正中線2寸。 注:石闕(KI18)、建里(CV11)と同じ高さで、それらの外方にある	胃疾患全般
太乙	たいいつ	上腹部、臍中央の上方2寸、前正中線の外方2寸。 注:商曲(KT17)、下脘(CV10)と同じ高さで、それらの外方にある。	胃炎、胃アトニー、胃拡張、胃下垂、胃痙攣、胃潰瘍、食欲不振、肝臓疾患、胆囊炎、胆石
滑肉門	かつにくもん	上腹部、臍中央の上方の1寸、前正中線の外方2寸。 注:水分(CV9)と同じ高さで、その外方にある。	腎炎、腎孟炎、消化不良、胃下垂症、十二指腸潰瘍
天枢	てんすう	上腹部、へそ中央の外方2寸。	大腸疾患、下痢、便秘、腸炎、腎炎、腎孟炎、肝臓疾患、生殖器疾患、腰痛
外陵	がいりょう	下腹部、へそ中央の下方1寸、前正中線の外方2寸。 注:中注(KI15)、陰交(CV7)と同じ高さで、それらの外方にある。	大小腸疾患、腎臓疾患、腰痛、生殖器疾患、胃下垂、生理痛
大巨	だいこ	下腹部、臍中央の下方2寸、前正中線の外方2寸。 注:四満(KI14)、石門(CV5)と同じ高さで、それらの外方にある。	大腸疾患、腎疾患、婦人科疾患、膀胱炎、月経困難
水道	すいどう	下腹部、臍中央の下方3寸、前正中線の外方2寸。 注:天枢(ST25)の下方3寸、大巨(ST27)の下方1寸、関元(CV4)の外方2寸にある。	膀胱疾患、尿道疾患、子宮疾患
帰来	きらい	下腹部、臍中央の下方4寸、前正中線の外方2寸。 注:天枢(ST25)の下方4寸、水道(ST28)の下方1寸、中極(CV3)の外方2寸にある。	男女泌尿器生殖器疾患、膀胱疾患

経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
気衝	きしょう	角窓部、恥骨結合上縁と同じ高さで、前正中線の外方2寸、大腿動脈拍動部。 注:天枢(ST25)の下方5寸、曲骨(CV2)の外方2寸にある。	禁鍼穴、腹膜炎、腹水、下腹痛、睾丸炎、子宮内膜炎
髀関	ひかん	大腿前面、3筋(大腿直筋と縫工筋と大腿筋膜張筋)の近位部の間の陥凹部。 注1:股関節と膝をわずかに屈曲し、大腿をわずかに外転し、大腿前内側に加えられて抵抗に抗したとき、三角形の陥凹が現れる。大腿直筋近位部は、内側の縫工筋と外側の大腿筋膜張筋の間の陥凹部にある。髀関(ST31)は、三角形の頂点の下方にある陥凹部の最も深い部分にある。 注2:膝蓋骨底外端と上前腸骨棘を結ぶ線が、恥骨結合下縁の水平線と交わるところにある。	腓側大腿皮神経痛、股関節炎
伏兎	ふくと	大腿前外側、膝蓋骨底外端と上前腸骨棘を結ぶ線上、膝蓋骨底の上方6寸。	腓側大腿皮神経痛、坐骨神経痛、下肢麻痺、脚気
陰市	いんし	大腿前外側、大腿直筋腱の外側で膝蓋骨底の上方3寸。 注:伏兎(ST32)と膝蓋骨底の上方3寸。	禁灸穴、下腹部の冷感、下腹痛、膝痛、膝の冷え、脚気、大腿神経痛
梁丘	りょうきゅう	大腿前外側、外側広筋と大腿直筋腱外縁の間、膝蓋骨底の上方2寸。 注:大腿の筋を緊張させると、大腿直筋腱と外側広筋がより明瞭になる。梁丘(ST34)は、大腿直筋腱と外側広筋の間で陰市(ST33)の直下1寸にある。	腹痛、胃痙攣、下痢止め、膝痛、胆石、胃の痛み、大腿痛、片麻痺、膝関節及びその周囲軟部組織の知覚・運動障害、急性胃炎
竇鼻 外膝眼	とうび がいしつがん そとしつがん	膝前面、膝蓋靭帯外方の陥凹部。 注:膝を屈曲したとき、膝蓋骨外下方の陥凹部にある。	膝関節炎、膝関節症、脚気
足三里	あしさんり	下腿前面、竇鼻(ST35)と解谿(ST41)を結ぶ線上、竇鼻(ST35)の下方3寸。 注:前頸骨筋上にある。	各慢性疾患、消化器疾患、ノイローゼ、坐骨神経痛、養生保健の灸穴、消化器・呼吸器・心臓など内臓の病気、神経症、蓄膿症、婦人病、高血圧、慢性疲労、片麻痺、膝、半身不随・運動疾患等万病に効果的
上巨虚	じょうこきょ	下腿前面、竇鼻(ST35)と解谿(ST41)を結ぶ線上、竇鼻(ST35)の下方6寸。 注:前頸骨筋上にある。	大腸疾患、脚気、腓骨神経痛
条口	じょうこう	下腿前面、竇鼻(ST35)と解谿(ST41)を結ぶ線上、竇鼻(ST35)の下方8寸。 注:前頸骨筋上、豊隆(ST40)と同じ高さにある。	禁灸穴、下肢麻痺、脚気、胃弱
下巨虚	げこきょ	下腿前面、竇鼻(ST35)と解谿(ST41)を結ぶ線上、竇鼻(ST35)の下方9寸。 注:前頸骨筋上、陽交(GB35)、外丘(GB36)と同じ高さにある。	小腸疾患、脚気、腓骨神経痛
豊隆	ほうりゅう	下腿前外側、前頸骨筋の外縁、上果尖の上方8寸。 注:条口(ST38)の外方1横指(中指)にある。	脚気、足背痛、下肢麻痺
解谿	かいいけい	足関節前面、足関節前面中央の陥凹部、長拇指伸筋腱群と長指伸筋腱の間。 注:足関節を背屈させたときに足背に明瞭に現れる2つの腱の間で、内果尖、外果尖を結ぶ線上の中点にある。	足関節炎、リウマチ、足間接捻挫、下肢麻痺、上瞼下垂、足の捻挫、足首関節のはれ・痛み、下腿の知覚・運動障害、片麻痺、頭痛、めまい、腹脹、腹痛、腸鳴、下痢

経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
衝陽	しょうよう	足背、第2中足骨底部と中間楔状骨の間、足背動脈の拍動部。	食欲不振、嘔吐、上歯痛、顔面麻痺、捻挫、足関節痛、リウマチ
陷谷	かんこく	内庭と解谿の間、内庭から2寸	足背水腫、足底痛、急・慢性胃炎、下痢、顔面のはれ・むくみ、口内炎、中耳炎、発熱、足軟無力、足関節障害、片麻痺、レイノー症、歯痛
内庭	ないてい	足背、第2・第3足指関節間、みずかきの後縁、赤白肉際。	食傷、足背水腫、第2指の麻痺、顔面麻痺、上歯痛
厲兑	れいだ	足の第2指、末節骨外側、爪甲角の近位外方0.1寸(指寸)、爪甲角外側縁の垂線と爪甲基底部の水平線の交点。	腹張、腹水、脳卒中、ノイローゼ、脳貧血、顔面麻痺

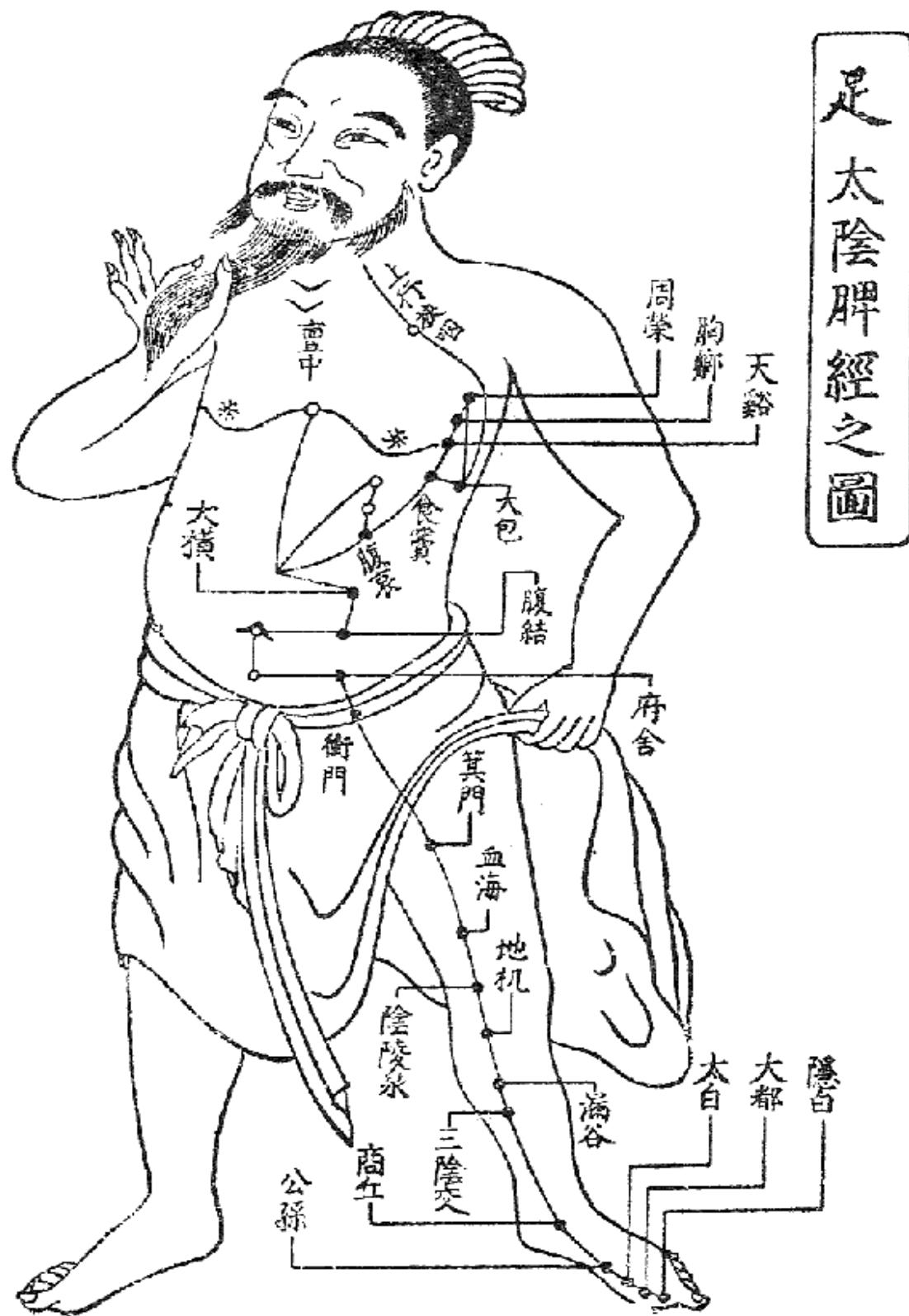
経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
-----	----	-------	-------



経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
隱白	いんぱく	足の第1指、末節骨内側、爪甲角の近位内方0.1寸(指寸)、爪甲内側縁の垂線と爪甲基底部の水平線の交点。	禁灸穴、急性胃炎、胆石仙痛、小児の夜驚症、精神が興奮した時、月経不順
大都	だいと	足の第1指、第1中足指関節の遠位陷凹部、赤白肉際。	足の拇指基底の関節炎及び関節痛
太白	たいはく	足内側、第1中足指関節の近位陷凹部、赤白肉際。	足の拇指麻痺、拇指痛
公孫	こうそん	足内側、第1中足骨底の前下方、赤白肉際。 注:太白(SP3)から近位に向かって擦上すると陷凹を触れる。第1中足骨底部の遠位陷凹部にある。	足底痛、拇指麻痺、胃痛、食欲不振、消化不良、高血圧、嘔吐、頭重、全身倦怠、足指痛・腫脹、腹脹、腹痛、嘔吐、下痢、腸鳴、急・慢性胃腸炎、ノイローゼ
商丘	しょうきゅう	足内足、内果の前下方、舟状骨粗面と内果尖の中央陷凹部。 注1:内果前縁の垂線と内果下縁の水平線の交点にある。 注2:中封(LR4)の後、照海(KT6)の前にある。	足跗(足の甲)の関節炎及びリウマチ、捻挫による足跗の腫れ、婦人病、呼吸器の疾患、足関節痛・腫脹及び周囲軟部組織障害、腓腹筋痙攣、腹脹、腹痛、嘔吐、腸鳴、食欲不振
隱白	いんぱく	足の第1指、末節骨内側、爪甲角の近位内方0.1寸(指寸)、爪甲内側縁の垂線と爪甲基底部の水平線の交点。	禁灸穴、急性胃炎、胆石仙痛、小児の夜驚症、精神が興奮した時、月経不順
三陰交	さんいんこう	下腿内側(脛側)、脛骨内縁の後側、内果尖の上方3寸。 注:交信(KI8)上方1寸にある。	月経不順、不妊症、子宮内膜炎、冷感症、逆子の補正、帶下、陰萎、足関節痛、脚気、生理不順、更年期障害、虚弱体質、胃腸障害、婦人科の諸症状、生殖器系の障害、慢性出血症状、消化吸収不良の障害、神経衰弱
漏谷	ろうこく	下腿内側(脛側)、脛骨内縁の後縁、内果尖の上方6寸。 注:三陰交(SP)の上方3寸にある。	禁灸穴、婦人科疾患、冷え症、脚気、胃腸病、ノイローゼ、胆囊炎、腹脹、腹痛、下痢、排尿困難、膝と下腿の知覚・運動障害、慢性出血症状
地機	ちき	下腿内側(脛側)、脛骨内縁の後側、陰陵泉(SP9)の下方3寸。 注:内果尖と膝蓋骨尖を結線上で、膝蓋骨尖から1/3にある。	大腿神経痛、下肢麻痺、脚気、下肢水腫、膝関節炎、消化不良、急性胃炎、胃潰瘍、糖尿病、胃酸過多症、糖尿病、胃酸過多、精力減退、股関節・足の痛み、膝と下腿の知覚・運動障害、婦人病、生殖器系の障害、腹脹、腹痛、下痢、腰痛
陰陵泉	いんりょうせん	下腿内側(脛側)、脛骨内側顆下縁と脛骨内側が接する陷凹部。 注:脛骨内側縁に沿って近位へ擦上すると、膝関節の下に陷凹部を触れる。脛骨内側顆下縁と脛骨後縁の角の陷凹部にある。	禁灸穴、膝関節炎、下腹痛、消化器・生殖器・膝関節の病気、残尿、下腹部の冷え、膝と下腿の知覚・運動障害、婦人病、腹脹、腹痛、下痢、腰痛
血海	けっかい	大腿前内側、内側広筋隆起部、膝蓋骨底内端の上方2寸。	膝関節炎、リウマチ、膝痛、子宮内膜炎、月経不調、月経痛、更年期障害、膝関節痛、リウマチ、神経痛、慢性出血症状、貧血、生殖器系の障害、婦人科の諸疾患
期門	きもん	前胸部、第6肋間、前正中線の外方4寸。 注:乳頭中央の下方、不容(ST19)の外方2寸。女性では鎖骨中線と第6肋間の交点にある。	肝胆疾患、肋膜炎、肋間神経痛、胃十二指腸疾患、ノイローゼ、横隔膜痙攣
衝門	じょうもん	肩径部、肩径溝、大腿動脈拍動部の外方。 注:曲骨(CV2)と同じ高さ、府舎(SP13)の内下方にある。	腹水、股神経痛、陰嚢ヘルニア
府舎	ふしゃ	下腹部、臍中央の下方4.3寸、前正中線の外方4寸。	便秘、下痢
腹結	ふつけつ	下腹部、臍中央の下方1.3寸、前正中線の外方4寸。	便秘、下痢、腹痛
大横	だいおう	上腹部、臍中央の外方4寸。 注:天枢(ST25)、肓俞(KI16)、神闕(CV8)と同じ高さ、それらの外方にある。	便秘、腹水、腹膜炎、月経困難

経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
腹哀	ふくあい	上腹部、臍中央の上方3寸、前正中線の外方4寸。 注:大横(SP15)の上方3寸、建里(CV11)と同じ高さにある。	禁灸穴、右肝臓肥大左胃痙攣、消化不良
大包	だいほう	側胸部、第6肋間、中腋窩線上。 注:側臥して上腕を外転したとき、中腋窩線と第6肋間の交点にある。	喘息、胸膜炎、肋間神経痛
食竇	しょくとく	前胸部、第5肋間、前正中線の外方6寸。 注:食竇(SP17)、乳根(ST18)、歩廊(KI22)は、第5肋間の曲線に沿って並ぶ。	肋間神経痛、胸膜炎、乳腺炎、乳汁不足、肝肥大
天谿	てんけい	前胸部、第4肋間、前正中線の外方6寸。 注:天谿(SP18)、乳中(ST17)、神封(KI23)は、第4肋間の曲線に沿って並ぶ。	肋間神経痛、肋膜炎、乳腺炎
胸鄉	きょうきょう	前胸部、第3肋間、前正中線の外方6寸。 注:胸鄉(SP15)、膺窓(ST16)、靈墟(KI24)は、第3肋間の曲線に沿って並ぶ。	肋間神経痛、乳腺炎、乳汁不足
周榮	しゅうえい	前胸部、第2肋間、前正中線の外方6寸。 注:周榮(SP20)、屋翳(ST15)、上藏(KI25)は、第2肋間の曲線に沿って並ぶ。	肋間神経痛、気管支炎、肺炎、胸膜炎

経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
-----	----	-------	-------



経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
極泉	きょくせん	腋窩、腋窩中央、腋窩動脈拍動部。	わきが、心臓疾患、肋間神経痛、神経衰弱、五十肩、上肢の痺れや疼痛
青靈	せいれい	上腕内側面、上腕二頭筋の内側縁、肘窩横紋の上方3寸。  注:肘を曲げ、腕を外転し、極泉(HT1)と少海(HT3)を結ぶ線上、少海(HT3)から1/3にある。	禁鍼穴、前頭痛、尺骨神経痛、寝違い、頸肩腕症候群
少海	しょうかい	肘前内側、上腕骨内側上顆の前縁、肘窩横紋と同じ高さ。  注:肘を曲げ、上腕骨内側上顆と肘窩横紋と同じ高さ。	耳鳴り、眼充血、蓄膿症、肥厚性鼻炎、肘関節リウマチ、肥満症、心臓疾患、五十肩
靈道	れいどう	前腕前内側、尺側手根屈筋腱の橈側縁、手関節掌側横紋の上方1.5寸。  注1:神門(HT7)の上方1.5寸、尺骨頭上縁と同じ高さにある。 注2:豆上骨の上縁橈側の上方1.5寸にある。	扁桃炎
通里	つうり	前腕前内側、尺側手根屈筋腱の橈側縁、手関節掌側横紋の上方1寸。  注1:神門(HT7)の上方1寸、靈道(HT4)は尺骨頭の根部、通里(HT5)は体部、陰郄(HT6)じゃ底部にある。 注2:豆上骨の上縁橈側の上方0.5寸にある。	心臓疾患
陰郄	いんげき	前腕前内側、尺側手根屈筋腱の橈側縁、手関節掌側横紋の上方0.5寸。  注1:神門(HT7)の上方0.5寸、尺骨頭下縁と同じ高さ。 注2:豆上骨の上縁橈側の上方0.5寸にある。	心筋梗塞、狭心症、心悸亢進症などの急性症状の緩解
神門1	しんもん	手関節前内側、尺側手根屈筋腱の橈側縁、手関節掌側横紋上。  注:豆上骨上縁橈側の陥凹部、手関節掌側横紋上にある。	狭心症、心筋梗塞、神経症、ヒステリー、癇癪、便秘、眩暈、不眠症、腕関節炎
神門2	しんもん	澤田流:手の外踝の指先側の下端の窪み	狭心症、心筋梗塞、神経症、ヒステリー、癇癪、便秘
少府	しょうふ	手掌、第5中指節関節の近位端と同じ高さ、第4・第5中手骨の間。  注:第4・第5中手骨間、拳を握ったときに小指頭が当たるところにある。労宮(PC8)と同じ高さにある。	手根関節痛、尺骨神経麻痺、弾発指
少衝	しょうしょう	小指、末節骨橈側、爪甲角の近位外方0.1寸(指寸)、爪甲橈側縁の垂線と爪甲基底部の水平線の交点。	気絶、人事不省、狭心症、胸痛などの急性症状

経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
-----	----	-------	-------



経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
少沢	しょうたく	小指、末節尺側、爪甲角の近位内方0.1寸(指寸)、爪甲尺側縁の垂線と爪甲基底部の水平線の交点。	気付け、狭心症、胸痛、激しい頭痛、感冒による発熱、小児のひきつけ
前谷	ぜんこく	小指、第5中指節関節尺側の遠位陥凹部、赤白肉際。 注:軽く拳を握り、小指の中指節関節掌側横紋の尺側端にある。	感冒による発熱、耳下腺炎の熱症状
後谿	ごけい (ごうけい)	手背、第5中指節関節尺側の近位陥凹部、赤白肉際。 注:軽く拳を握り、遠位手掌線の尺側端、赤白肉際にある。	流行性感冒、肺炎
腕骨	わんこつ	手関節後内側、第5中手骨底部と三角骨の間の陥凹部、赤白肉際。 注:後谿(SI3)から第5中手骨を骨の突起まで擦上していくと、第5中手骨底部と三角骨の間の陥凹部にある。	手根間接リウマチ、尺骨神経痛、腕関節炎、耳鳴り、頭痛、耳下腺炎、発熱で発汗しない
陽谷	ようこく	手関節後内側、三角骨と尺骨茎状突起の間の陥凹部。	手根間接リウマチ、尺骨神経痛
養老	ようろう	前腕後内側、尺骨頭橈側の陥凹部、手関節背側横紋上方1寸。 注:手掌を下に向ける(前腕を回内して)、指で尺骨頭の頂点を長を押さえて手掌を胸部に向けると(回外すると)、指が滑り込む骨の割れ目にあらる。	手根間接リウマチ、上腕神経痛
支正	しせい	前腕後内側、尺骨内縁と尺側手根屈筋の間、手関節背側横紋の上方5寸。 注:陽谷(SI5)少海(SI8)を結ぶ線上の中点の下方1寸にある。	尺骨神経痛及び麻痺
少海	しょうかい	肘前内側、上腕骨内側上顆の前縁、肘窩横紋と同じ高さ。 注:肘を曲げ、上腕骨内側上顆と肘窩横紋と同じ高さ。	耳鳴り、眼充血、蓄膿症、肥厚性鼻炎、肘関節リウマチ、肥満症、心臓疾患、五十肩
肩貞	けんてい	肩周囲部、肩関節の後下方、腋窩横紋後端の上方1寸。 注:上腕を内転すると、腋窩横紋後端の上方1寸、三角筋の後側にある。	禁灸穴、五十肩、肩甲関節炎、上肢の挙上不能、肩関節障害、頸腕障害、肩甲痛、片麻痺、上肢の痛み
臑俞	じゅゆ	肩周囲部、腋窩横紋後端の上方、肩甲棘の下方陥凹部。	五十肩、上腕神経痛、血圧亢進症
天宗	てんそう	肩甲部、肩甲棘の中点と肩甲骨下角を結んだ線上、肩甲棘から1/3にある陥凹部。	胸痛、乳房痛、心臓部の疼痛、五十肩、上腕神経痛、肋間神経痛、乳汁分泌不足、肩甲痛、肩こり、肩関節障害、上肢外側の知覚・運動障害
秉風	へいふう	肩甲部、棘上窩、肩甲棘中点の上方。	上肢の神経痛
曲垣	きょくえん	肩甲部、肩甲棘内端の上方陥凹部。 注:臑俞(SI10)と第2胸椎棘突起を結ぶ線上の中点にある。	肩こり、五十肩、頸痛
肩外俞	けんがいゆ	上背部、肩甲棘内端の上方陥凹部。 注:臑俞(SI10)と第2胸椎棘突起を結ぶ線上の中点にある。	肩甲痛、側頭痛、寝違い、肩・背中・肘の痛み、だるい、痙攣、項強

経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
肩中俞	けんちゅうゆ	上背部、第7胸椎棘突起下縁と同じ高さ、後正中線の外方2寸。 注:肩甲棘内端縁と後正中線を結ぶ線上で、肩甲棘内端縁1/3の垂直線と第7頸椎棘突起下縁の水平線の交点にある。	肩こり、項強、寝違い、頭痛、頭重、かすみ目、疲れ目、肩背痛、咳、たん
天窓	てんそう	前頸部、胸鎖乳突筋の後縁、甲状軟骨上縁と同じ高さ。 注1:胸鎖乳突筋は抵抗に抗して頭を反対側に向けるとより明瞭に現れる。 注2:人迎(ST9)、扶突(LI18)および甲状軟骨上縁と同じ高さにある。人迎(ST9)は胸鎖乳突筋の前縁、天窓(SI16)は胸鎖乳突筋の後縁、扶突(LI18)は胸鎖乳突筋の前縁と後縁の中央にある。	側頸痛、偏頭痛、三叉神経痛、頸肩腕症候群、下歯痛、五十肩、肩甲痛、肩こり、肩関節障害、上肢外側の知覚・運動障害
天容	てんよう	前頭部、下顎角の後方、胸鎖乳突筋の前方陥凹部。 注:胸鎖乳突筋は、抵抗に抗して頭を反対側に向けるとより明瞭に現れる。	偏頭痛、咽喉炎、扁桃腺炎
顴髎	かんりょう	顔面部、外眼角の直下、頬骨下方の陥凹部。	禁灸穴、顔面神経麻痺、三叉神経痛、急性鼻炎
聴宮	ちょうきゅう	顔面部、耳珠中央の前縁と下顎骨関節突起の間の陥凹部。 注:口をわずかに開けたとき、耳珠中央の前方陥凹部、耳門(TE21)と聴会(GB2)の間にある。	耳鳴り、中耳炎、難聴、結膜炎、三叉神経痛、顔面神経麻痺、偏頭痛

経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
-----	----	-------	-------



経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
晴明	せいめい	顔面部、内眼角の内上方と眼窩内側壁の間の陥凹部。 注:目を閉じたとき、内眼角の上方0.1寸の陥凹部にある。	鼻涙管閉塞、結膜炎、角膜炎、蓄膿症、眼疾患、流涙症、眼のけいれん
攢竹	さんちく	頭部、眉毛内端の陥凹部。 注:前頭切痕の陥凹部は、晴明(BL1)の直上、眉毛内端に触知できる。	禁灸穴 結膜炎、視力減退、眼精疲労、頭痛、血圧亢進症、頭痛、眩暈(めまい)、流涙症、顔面神経麻痺、三叉神経痛、眼の諸疾患、眼筋痙攣、鼻炎
眉衝	びしょう	頭部、前頭切痕の上方、前髪際の上方0.5寸。 注:神庭(GV24)と曲差(BL4)の中央にある。	五癇、頭痛、鼻塞、眼精疲労、おでこのしわ
曲差	きょくさ	前頭部、前髪際の上方0.5寸、前正中線の外方1.5寸。 注:神庭(GV24)と頭維(ST8)を結ぶ線上、神庭(GV24)から1/3にある。	三叉神経痛、視力減退、眼底出血、頭重、頭痛、血圧亢進症
五処	ごしょ	頭部、前髪際の上方1寸、前正中線の外方1.5寸。 注:曲差(BL4)の上方0.5寸、上星(GV23)と同じ高さにある。	前頭痛、鼻詰り
承光	しょうこう	頭部、前髪際の上方2.5寸、前正中線の外方1.5寸。 注:五処(BL5)の上方1.5寸、曲差(BL4)の上方2寸にある。	禁灸穴、眼疾患、涙目、視力減退
通天	つうてん	頭部、前髪際上方4寸、前正中線の外方1.5寸。 注:承光(BL6)と絡却(BL8)の中点にある。	偏頭痛、頭痛、項強
絡却	りゅっきやく らっきやく	頭部、前髪際の上方5.5寸、後正中線の外方1.5寸。 注:百会(GV20)の後方0.5寸、外方1.5寸にある。	禁鍼穴、頭痛、耳鳴り、神経痛
玉枕	ぎょくちん	頭部、外後頭隆起上縁と同じ高さ、後正中線の外方1.3寸。 注:僧帽筋外縁の垂線と外後頭隆起上縁の水平線の交点で、脳戸(GV17)と同じ高さにある。	禁鍼穴、後頭痛、不眠症、頸項痛
天柱	てんちゅう	後頸部、第2頸椎(C2)棘突起上縁と同じ高さ、僧帽筋の外縁の陥凹部。	頭重、頭痛、不眠、低血圧、神経衰弱、鼻疾患、眼疾患、心悸亢進症、狭心症、めまい、目の疲れ、肩こり、だるい、疲れ
大杼	だいじょ	上背部、第1胸椎(T1)棘突起下縁と同じ高さ、後正中線の外方1.5寸。	胸中の熱を瀉す、咽頭炎、扁桃炎、気管支炎、発熱、頭痛、肩甲骨のだるさ・痛み、頸椎痛、後頭痛、項強、肩こり
風門	ふうもん	上背部、第2胸椎(T2)棘突起上縁と同じ高さ、後正中線の外方1.5寸。	風邪感冒の予防、呼吸器疾患、頭痛、鼻疾患、咽頭炎、扁桃腺炎、尋麻疹、肩こり、発熱、腰・背部の痛み、頸部筋肉痛、顔面神経麻痺
肺俞	はいゆ	上背部、第3胸椎(T3)棘突起下縁と同じ高さ、後正中線の外方1.5寸。	呼吸器疾患、肥厚性鼻炎、肩背痛、肋間神経痛、肩・背中・胸痛、風邪、アレルギー、盗汗(寝汗)
厥陰俞	けついんゆ	上背部、第4胸椎(T4)棘突起下縁と同じ高さ、後正中線の外方1.5寸。	肋膜炎、肋間神経痛、心筋障害、心臓神経症、心悸亢進症、上歯痛、心臓疾患、胸痛、嘔吐、胸部苦満、心胸痛、神経衰弱
心俞	しんゆ	上背部、第5胸椎(T5)棘突起下縁と同じ高さ、後正中線の外方1.5寸。	心臓疾患、高血圧、脚気、リウマチ、結膜炎、肋間神経痛、神経症、五十肩、上肢痛、動悸、のぼせ、下半身の冷え、心身症、不眠症、神経衰弱
督俞	とくゆ	上背部、第6胸椎(T6)棘突起下縁と同じ高さ、後正中線の外方1.5寸。	心臓疾患、胃疾患、腹痛、心痛、心胸痛、腹痛、横隔膜痙攣、アレルギー

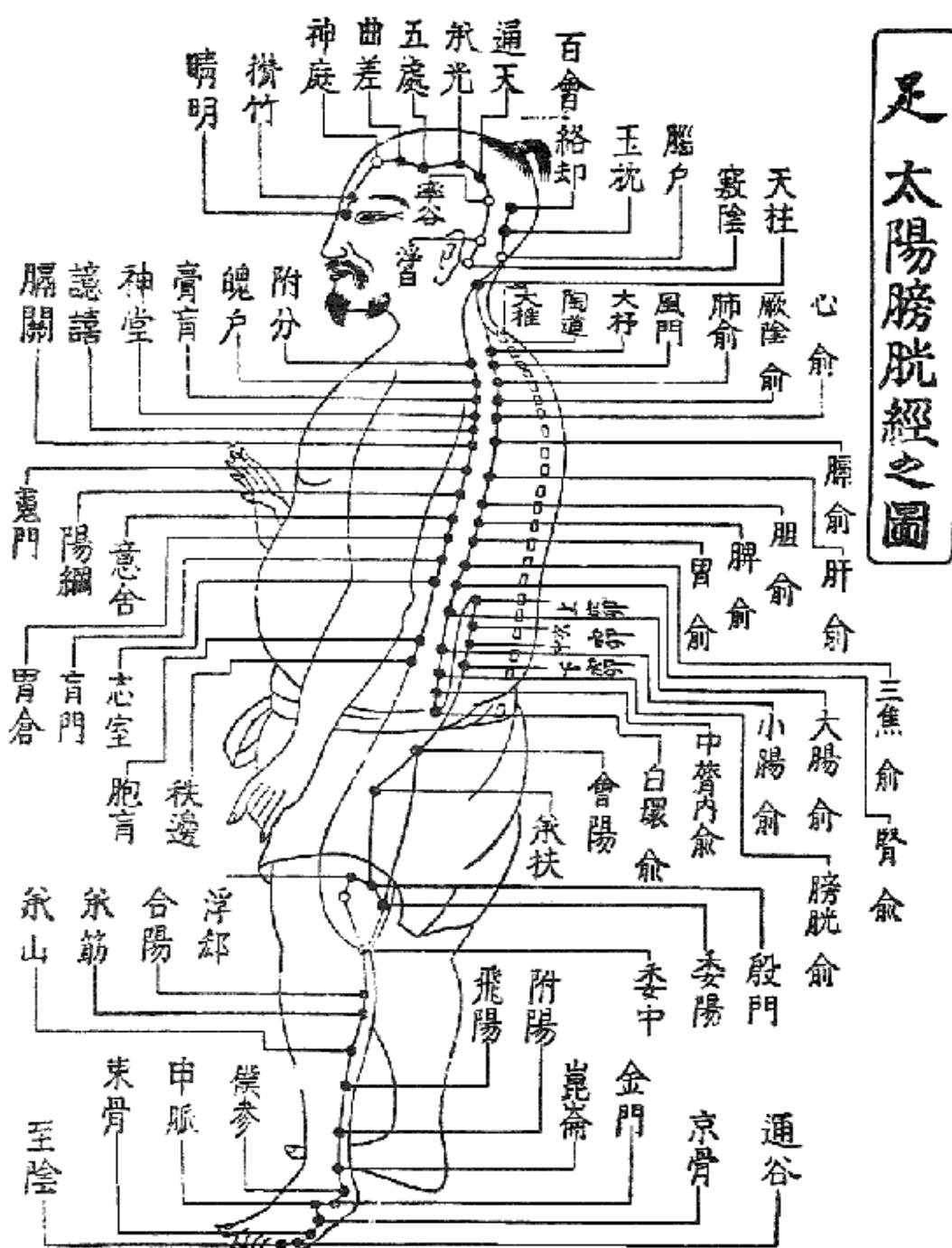
経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
膈俞	かくゆ	上背部、第7胸椎(T7)棘突起下縁と同じ高さ、後正中線の外方1.5寸。 注:肩甲骨下角は第7胸椎(T7)棘突起と同じ高さにある。	肋膜炎、胃酸过多、胸焼け、胃潰瘍、胃下垂、胃神経症、神経衰弱、気管支炎、嘔吐、喘息、吐血、食道狭窄、ゲップ、横隔膜痙攣、盗汗
肝俞	かんゆ	上背部、第9胸椎(T9)棘突起下縁と同じ高さ、後正中線の外方1.5寸。	肝臓疾患、眼科諸疾患、胆石、胆囊炎、腰痛、肋膜炎、肋間神経痛、肝炎、肝臓肥大、胆石症、胆囊炎、背筋痛、目疾患、肝疾患、婦人病、神経衰弱
胆俞	たんゆ	上背部、第10胸椎(T10)棘突起下縁と同じ高さ、後正中線の外方1.5寸。	胆囊炎、胆石、黄疸、肋膜炎、十二指腸潰瘍、頭痛、寒氣、胸焼け、胸脇痛、口苦、潮熱
脾俞	ひゆ	上背部、第11胸椎(T11)棘突起下縁と同じ高さ、後正中線の外方1.5寸。	胃痛、胃炎、胃痙攣、胃潰瘍、胃下垂、消化不良、食欲不振、胆石、脾炎、黄疸、糖尿病、腹脹、腹痛、嘔吐、腹脹、腹痛、吐き気、倦怠感、貧血、脾臓の疾患
胃俞	いゆ	上背部、第12胸椎棘突起下縁と同じ高さ、後正中線の外方1.5寸。	胃痙攣、胃炎、胃潰瘍、胃下垂、消化不良、食欲不振、吐き気、糖尿病、胸脇痛、脾臓の疾患
三焦俞	さんしょうゆ	腰部、第1腰椎(L1)棘突起下縁と同じ高さ、後正中線の外方1.5寸。	腎炎、糖尿病、消化不良、下痢、腸炎、胃痙攣、腰痛、胆石、月経不順、副腎の機能低下、心身の疲れ、だるい、腹脹、腹痛、腸鳴、小便不利、水腫(むくみ)、頭痛
腎俞	じんゆ	腰部、第2腰椎(L1)棘突起下縁と同じ高さ、後正中線の外方1.5寸。	腎臓、膀胱、生殖器、神経系、消化器、呼吸器の各疾患、腰膝軟弱、腰痛、泌尿器系疾患、生殖器系疾患、慢性下痢、冷え性、婦人病
気海俞	きかいゆ	腰部、第3腰椎(K3)棘突起下縁と同じ高さ、後正中線の外方1.5寸。	腰痛、腰疝痛、便秘、下痢、泌尿器系の病気、冷え性、婦人病、下肢知覚・運動障害
大腸俞	だいちょうゆ	腰部、第4腰椎(L4)棘突起下縁と同じ高さ、後正中線の外方1.5寸。	大腸炎、虫垂炎、便秘。下痢、皮膚病、椎間板ヘルニア、腰痛、坐骨神経痛、月経痛、不妊症、背中痛、ぎっくり腰、坐骨神経痛、腹脹、腸鳴、慢性下痢、便秘
関元俞	かんげんゆ	腰部、第5腰椎(L5)棘突起下縁と同じ高さ、後正中線の外方1.5寸。	婦人病、腰痛、腹脹、腸鳴、下痢、便秘、尿漏
小腸俞	しょうちゅうゆ	仙骨部、第1後仙骨孔と同じ高さ、正中仙骨後稜の外方1.5寸。 注:上髎(BL31)と同じ高さにある。	関節リウマチ、痔疾、下痢、便秘、月経不調、婦人病、膀胱炎、坐骨神経痛、膝関節炎、生殖器病、足の腫れ、息切れ、食欲不振、下腹痛、下痢、小便不利、尿漏
膀胱俞	ぼうこうゆ	仙骨部、第2後仙骨孔と同じ高さ、正中仙骨稜の外方1.5寸。 注:次髎(BL32)と同じ高さにある。	膀胱炎、腰痛、坐骨神経痛
中膂俞	ちゅうりゆ	仙骨部、第3後仙骨孔と同じ高さ、正中仙骨稜の外方1.5寸。 中髎(BL33)と同じ高さにある。	坐骨神経痛、膀胱炎
白環俞	はっかんゆ	仙骨部、第4後仙骨孔と同じ高さ、正中仙骨稜の外方1.5寸。 注:仙骨裂孔の外方1.5寸、下髎(BL34)と同じ高さにある。	禁灸穴、膀胱疾患、婦人科疾患、痔疾患、大小便不通
上髎	じょうりょう	仙骨部、第1後仙骨孔。 注:第1後仙骨孔は、次髎(BL32)から擦上すると陥凹部に触れる。	リウマチ、坐骨神経痛、膝関節炎、膀胱炎、痔疾、腰痛、血圧亢進症、月経不調、男女生殖器疾患、腰痛、夜尿症、尿失禁、婦人科系の疾患、胃痛、腹脹、嘔吐、しゃっくり、胸やけ、食欲不振、下痢、不眠

経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
次髎	じりょう	仙骨部、第2後仙骨孔。 注:第2後仙骨孔は、上後腸骨棘下縁と正中仙骨稜の中央、 <u>陥凹部</u> にある。	坐骨神経痛、泌尿器疾患、生殖器疾患、血圧亢進症、痔疾、脱肛、便通異常、腰痛、ぎっくり腰、月経不順、腹痛、脱肛、下痢、水腫、虚冷症
中髎	ちゅうりょう	仙骨部、第3後仙骨孔。 注:第3後仙骨孔は、次髎(BL32)からさすりおろし、最初の陥凹部にある。	痔疾、膀胱炎、直腸炎、前立腺肥大、尿道炎、生殖器・腎臓・膀胱の疾患、坐骨神経痛、婦人病、腰痛、帯下、便秘、下痢、小便不利
下髎	げりょう	仙骨部、第4後仙骨孔。 注:第4後仙骨孔は、次髎(BL32)からさすりおろし、2つめの陥凹部にある。 仙骨裂孔と同じ高さにある。	痔核、脱肛、痔ろう、尿道炎、膀胱炎、陰萎、生殖器・泌尿器・直腸・肛門・下肢・腰の疾患
会陽	えよう	殿部、尾骨下端外方0.5寸。 注:患者は、仰臥位か膝胸位にする。会陽(BL35)は尾骨下端の外方の陥凹部にある。	痔出血、痔核、脱肛
承扶	しょうふ	殿部、殿溝の中点	禁灸穴、坐骨神経痛、股関節炎、モモの肉離れ、長期の痔、腰痛、片麻痺
殷門	いんもん	大腿部後面、大腿二頭筋と半腱様筋の間、殿溝の下方6寸。 注1:伏臥位で、膝を抵抗に抗して屈曲したとき、半腱様筋と大腿二頭筋がより鮮明に現れる。さらに股関節を内外旋させると両筋を見つけやすい。 注2:承扶(BL36)と委中(BL40)を結ぶ線上の中点の上方1寸にある。	足、背中、腰の痛み、坐骨神経痛、下肢の痛み・だるさ、こむら返り
浮郄	ふげき	膝後面、大腿二頭筋腱の内縁、膝窩横紋の上方1寸。 注:軽く膝を曲げ、大腿二頭筋の内縁、委陽(BL39)の上方1寸にある。	外側大腿神経痛、腓骨神経痛、膝関節炎
委陽	いよう	膝後外側、大腿二頭筋腱の内縁、膝窩横紋上。 注:軽く膝を屈曲すると、大腿二頭筋腱が顕著になる。	腓骨神経痛、膝関節炎、膀胱炎、背中・腹・腰・膝裏の痛み、坐骨神経痛、変形性膝関節症、下肢の知覚・運動障害、膜胱炎、腰背の諸障害
委中	いちゅう	膝後面、膝窩横紋の中点。	坐骨神経痛、膝関節炎、リウマチ、腰痛、変形性膝関節症、下腿の知覚・運動障害、片麻痺、腹痛、背部痛、膝痛、坐骨神経痛、風邪、熱、腰痛、下腿の知覚・運動障害
附分	ふぶん	上背部、第2胸椎(T2)棘突起下縁と同じ高さ、後正中線の外方3寸。	肩背痛、上腕神経痛、項強
魄戸	はっこ	上背部、第3胸椎(T3)棘突起下縁と同じ高さ、後正中線の外方3寸。 注:魄戸(BL42)、肺俞(BL13)と身柱(GV12)は、第3胸椎(T3)棘突起下縁と同じ高さにある。	呼吸器疾患、喘息、肩背痛
膏肓	こうこう	上背部、第4胸椎(T4)棘突起下縁と同じ高さ、後正中線の外方3寸。 注:膏肓(BL43)と厥陰俞(BL14)は第4胸椎(T4)棘突起下縁と同じ高さにある。	五十肩、上腕神経痛、背筋痛、心臓病、神経衰弱、胃酸過多、肋間神経痛、動悸、息切れ、せき、たん、背中痛、呼吸器系疾患、感冒、慢性虚弱の疾患、盗汗(寝汗)

経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
神堂	しんどう	上背部、第5胸椎(T5)棘突起下縁と同じ高さ、後正中線の外方3寸。 注:神堂(BL44)、心俞(BL15)、神道(GV11)は、第5胸椎(T5)棘突起下縁と同じ高さにある。	心臓疾患、胸部苦満、心胸痛、神経衰弱、肋間神経痛
諳諉	いき	上背部、第6胸椎(T6)棘突起下縁と同じ高さ、後正中線の外方3寸。 注:諳諉(BL46)、督俞(BL16)、靈台(GV10)は第6胸椎(T6)棘突起下縁と同じ高さにある。	肋間神経痛、腰痛
膈関	かくかん	上背部、第7胸椎(T7)棘突起下縁と同じ高さ、後正中線の外方3寸。 注:膈関(L46)、膈俞(BL17)、至陽(GV9)は棘突起下縁と同じ高さにある。	肋膜炎、胃下垂症、肝疾患
魂門	こんもん	上背部、第9胸椎(T9)棘突起下縁と同じ高さ、後正中線の外方3寸。 注:魂門(BL47)、肝俞(BL18)、筋縮(GV8)は第9胸椎(T9)棘突起下縁と同じ高さにある。	肋膜炎、肋間神経痛、肝臓病
陽綱	ようこう	上背部、第10胸椎(T10)棘突起下縁と同じ高さ、後正中線の外方3寸。 注:陽綱(BL48)、胆俞(BL19)、中枢(GV7)は、第10胸椎(T10)棘突起下縁と同じ高さにある。	肋膜炎、肋間神経痛、胆石症、胃痙攣
意舍	いしや	上背部、第11胸椎(T11)棘突起下縁と同じ高さ、後正中線の外方3寸。 注:意舍(BL49)、脾俞(BL20)、背中(GV6)は、棘突起下縁と同じ高さにある。	胃痙攣、胃腸炎、胃潰瘍、十二指腸潰瘍
胃倉	いそう	上背部、第12胸椎(T12)棘突起下縁と同じ高さ、後正中線の外方3寸。 柱:胃倉(BL50)、胃俞(BL21)は第12胸椎(T12)棘突起下縁と同じ高さにある。	胃痙攣、胃潰瘍、十二指腸潰瘍
肓門	こうもん	腰部、第1腰椎(L1)棘突起下縁と同じ高さ、後正中線の外方3寸。 注:肓門(BL51)、三焦俞(BL22)、懸枢(GV5)は、第1腰椎(L1)棘突起下縁と同じ高さにある。	胃痙攣、胃炎、十二指腸潰瘍、腹痛
志室	しそつ	腰部、第2腰椎(L2)棘突起下縁と同じ高さ、後正中線の外方3寸。 注:志室(BL52)、腎俞(BL23)、命門(GV4)は第2腰椎(L2)棘突起下縁と同じ高さにある。	男女生殖器疾患、背中・腰痛、坐骨神経痛、腎臓病、急性胃炎、泌尿器系疾患、婦人病
胞肓	ほうこう	殿部、第2後仙骨孔と同じ高さ、正中仙骨稜の外方3寸。 注:胞肓(BL53)、膀胱俞(BL28)、次髎(BL32)は、第2後仙骨孔と同じ高さにある。	腰痛、上臀部神経痛、坐骨神経痛
秩辺	ちっぺん	殿部、第4後仙骨孔と同じ高さ、正中仙骨稜の外方3寸。 注:仙骨裂孔の外方3寸で、白環俞(BL30)と同じ高さにある。	直腸炎

経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
合陽	ごうよう	下腿後面、腓腹筋外側頭と内側頭の間、膝窩横紋の下方2寸。 注:委中(BL40)と承山(BL57)を結ぶ線上、委中(BL40)の下方2寸にある。	坐骨神経痛、腓腹筋痙攣、脚気、下肢のだるさ・痛み、腰・背中の痛み
承筋	しょうきん	下腿後面、腓腹筋の両筋腹の間、膝窩横紋の下方5寸。 注:合陽(BL55)と承山(BL57)の中点にある。	禁鍼穴、こむらがえり、坐骨神経痛、痔疾、腰・背中の痛み、腓復筋の知覚・運動障害
承山	しょうざん	下腿後面、腓腹筋筋腹とアキレス腱の移行部。 注:足を底屈するか、爪先立ちをすると、腓腹筋筋腹下の鋭角になった陥凹部にある。腓腹筋の二頭はラムダ(Λ)の形に分かれている。	坐骨神経痛、踵骨痛、痔出血、こむら返り、腰痛、便秘、腓復筋の知覚・運動障害
飛揚	ひよう	下腿後外側、腓腹筋外側頭下縁とアキレス腱の間、崑崙(BL60)の上方7寸。 注:崑崙(BL60)の上方、承山(BL57)の下方1寸にある。	坐骨神経痛、腓腹神経痛、頭痛、鼻づまり、鼻血、腰痛、腓復筋の知覚・運動障害、後頭痛、めまい
跗陽	ふよう	下腿後外側、腓骨とアキレス腱の間、崑崙(BL60)の上方3寸。	坐骨神経痛、膀胱及び子宮の熱、足関節炎、頭痛、腰痛、仙骨痛、後頭痛、下腿痛、外果腫痛
崑崙	こんろん	足関節後外側、外果尖とアキレス腱の間の陥凹部。	坐骨神経痛、足関節炎、捻挫、アキレス腱炎、リウマチ、頭痛、後頭痛、アキレス腱障害、踵痛、腰痛、高血圧、めまい
僕参	ぼくさん (ぼくしん)	足外側、崑崙(BL60)の下方、踵骨外側、赤白肉際。	アキレス腱炎、踵骨痛、足関節炎
申脈	しんみやく	足外側、外果尖の直下、外果下縁と踵骨の間の陥凹部。 注:外果下縁の下方陥凹部にある。申脈(BL62)に対応する内側の経穴は照海(LI6)である。	足関節炎、リウマチ、足間接捻挫
金門	きんもん	足背、外果前縁の遠位、第5中足骨粗面の後方、立法骨下方の陥凹部。	坐骨神経痛、足背の麻痺または疼痛
京骨	けいこつ	足外側、第5中足骨粗面の遠位、赤白肉際。 注:第5中足骨粗面は、踵と第5柱足指節関節のほぼ中央にある。	足背痛、足底痛
通谷(足)	つうこく	足の第5指、第5中指節関節の遠位外側陥凹部、赤白肉際。	胃疾患、心臓疾患、喘息
至陰	しいん	足の第5指、末節関節外側、爪甲角の近位外方0.1寸(指寸)、爪甲外側縁の垂線と爪甲基底部の水平線の交点。	難産、逆子の矯正

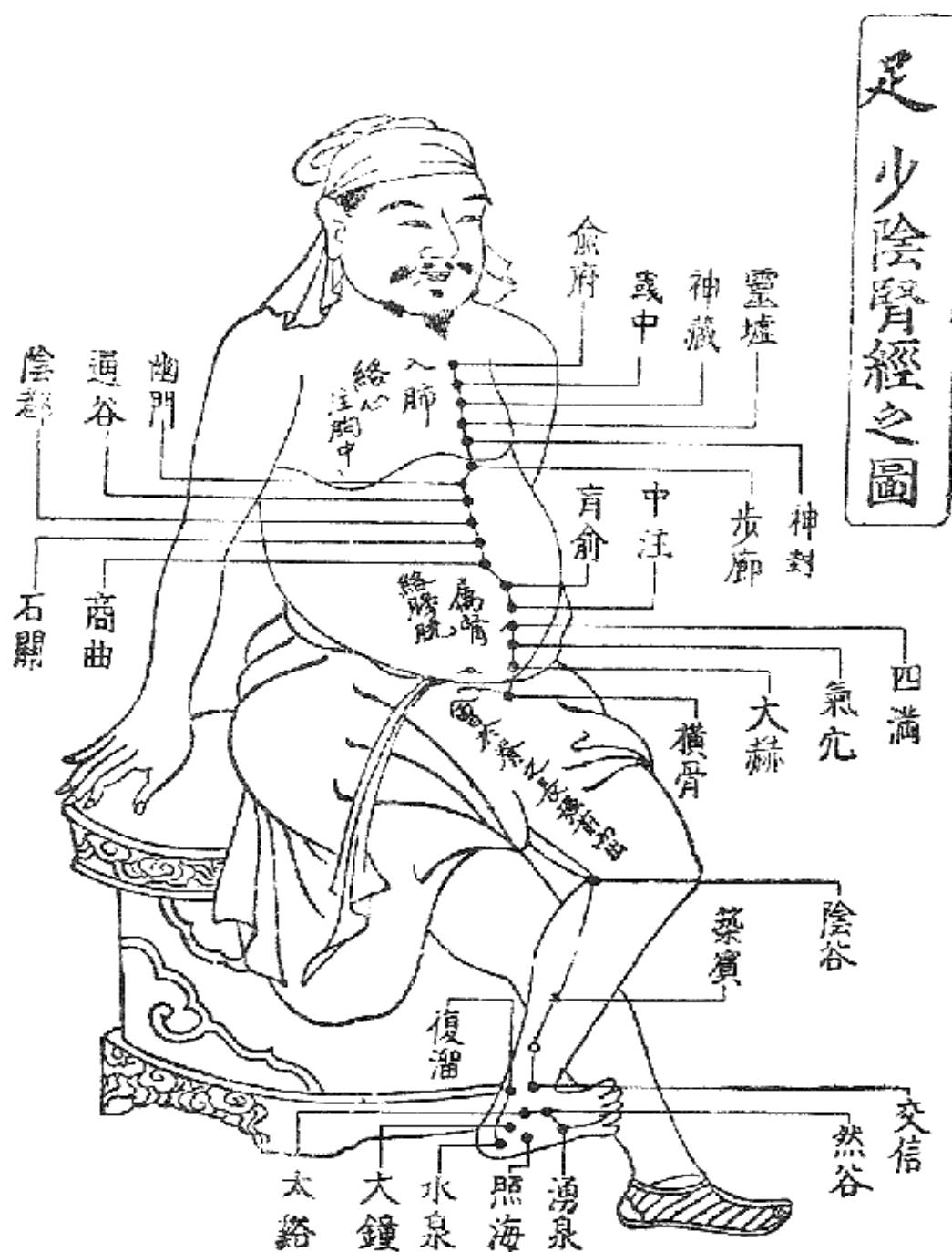
経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
-----	----	-------	-------



経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
湧泉	ゆうせん	足底、足屈時、足底の最陥凹部。 注:足指屈曲時、足底部で第2・第3指の間のみずかきと踵を結ぶ線上、水かきから1/3にある。	腎臓疾患、足底の痛み、腎臓疾患による浮腫、婦人疾患、運動障害、心臓衰弱、足底発熱、足指痛、片麻痺、腓腹筋痙攣、頭痛、不眠、高血圧、神経衰弱、失神、熱中症
然谷	ねんこく	足内側、舟状骨粗面の下方、赤白肉際。	熱性疾患、足底痛、足心熱、咽喉痛、血圧亢進症の足冷え、腎臓、膜胱、扁桃腺、咽頭、耳の炎症、発熱性疾患、足指痛、婦人病、泌尿・生殖器系の障害、片麻痺、足の冷え性
太谿	たいけい	足関節後内側、内果尖とアキレス腱の間の陥凹部。	手足の冷え、喘息、気管支炎、肋膜炎、腎疾患全般、消化不良、胃痛、嘔吐、便秘、心臓病、ぜんそく、喉のはれ、腎臓病、足指痛、片麻痺、泌尿・生殖器系の障害、婦人病
大鐘	だいしょう	足内側、内果後下方、踵骨上方、アキレス腱付着部内側前方の陥凹部。	踵骨痛、踵骨神経痛
水泉	すいせん	足内側、太谿(KI3)の下方1寸、踵骨隆起前方の陥凹部。	アキレス腱炎、踵骨痛、足関節炎
少海	しょうかい	肘前内側、上腕骨内側上顆の前縁、肘窩横紋と同じ高さ。 注:肘を曲げ、上腕骨内側上顆と肘窩横紋と同じ高さ。	耳鳴り、眼充血、蓄膿症、肥厚性鼻炎、肘関節リウマチ、肥満症、心臓疾患、五十肩
復溜	ふくりゅう	下腿後内側、アキレス腱の前縁、内果尖の上方2寸。 注:交信(KI8)と同じ高さで、後方にある。	アキレス腱炎、足底痛、踵骨痛、体が重い、冷え症、精力減退、寝汗、物忘れ
交信	こうしん	下腿内側、脛骨内縁の後方の陥凹部、内果尖の上方2寸。 注:復溜(KI7)の前方0.5寸にある。	婦人科疾患、疝氣、寝汗、下腹痛
築賓	ちくひん	下腿後内側、ヒラメ筋とアキレス腱の間、内果尖の上方5寸。 注1:膝を屈し、抵抗に抗して足を底屈すると、脛骨内側縁にヒラメ筋がより明瞭に現れる。 注2:太谿(KI3)と陰谷(KI10)を結ぶ線上で、蠡溝(LR5)と同じ高さにある。	解毒の特効穴
陰谷	いんこく	膝後内側、半腱様筋の外縁、膝窩横紋上。	膝関節炎、リウマチ、腎機能の低下、性器の不正出血、生殖器の疾患、膝窩内側の知覚・運動障害、膝の冷え性、婦人病、泌尿・生殖器系の障害、婦人科系疾患、精力減退、下腹部・膝の痛み、冷え性、膝窩内側の知覚
横骨	おうこつ	下腹部、臍中央の下方5寸。前正中線の外方0.5寸。	禁鍼穴、膀胱炎、尿道炎、泌尿器疾患
大赫	だいかく	下腹部、臍中央の下方4寸、前正中線の外方0.5寸。	膀胱炎、尿道炎、男子性器神経症、陰萎、不感症、月経痛、子宮筋腫、男女性器疾患
気穴	きけつ	下腹部、臍中央の下方3寸、前正中線の外方0.5寸。	膀胱炎、尿道炎、泌尿器疾患、月経不調、子宮筋
四滿	しまん	下腹部、臍中央の下方2寸、前正中線の外方0.5寸。	腹部冷感、腹膜炎、慢性腎炎
中注	ちゅうちゅう	下腹部、臍中央の下方1寸、前正中線の外方0.5寸。	聴症通、腰痛、消化不良
肓俞	こうゆ	上腹部、臍中央の外方0.5寸。	婦人疾患、腎臓疾患、糖尿病、下痢、腹膜炎、胃下垂、男子の精力減退、胃酸過多

経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
商曲	しょうきょく	上腹部、臍中央の上方2寸、前正中線の外方0.5寸。	胃疾患、十二指腸疾患、肝機能障害、婦人科疾患
石関	せきかん	上腹部、臍中央の上方3寸、前正中線の外方0.5寸。	婦人病、膀胱炎、胃腸病、腎炎
陰都	いんと	上腹部、臍中央の上方4寸、前正中線の外方0.5寸。	胃疾患、気管支炎、喘息
通谷 (腹)	つうこく	上腹部、臍中央の上方5寸、前正中線の外方0.5寸。	胃疾患、気管支炎、喘息、十二指腸潰瘍、肝疾患、胆石症
幽門	ゆうもん	上腹部、臍中央の上方6寸、前正中線の外方0.5寸。	嘔吐、肋間神経痛
歩廊	ほろう	前胸部、第5肋間、前正中線の外方2寸。	心臓炎、肋膜炎、狭心症、肋間神経痛
神封	しんぽう	前胸部、第4肋間、前正中線の外方2寸。	狭心症、心筋梗塞、肋間神経痛
靈墟	れいきょ	前胸部、第3肋間、前正中線の外方2寸。	肋膜炎、気管支炎、肋間神経痛、乳腺炎
神藏	しんぞう	前胸部、第2肋間、前正中線の外方2寸。	心臓神経症、神経性心悸亢進症、高血圧症
或中	いくちゅう	前胸部、第1肋間、前正中線の外方2寸。	喘息、気管支炎、咽喉炎
俞府	ゆふ	前胸部、鎖骨下縁、前正中線の外方2寸。	喘息、気管支炎、咽喉炎、甲状腺肥大、心臓疾患、胸部の痛み、咳、喘息

経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
-----	----	-------	-------



経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
天池	てんち	前胸部、第4肋間、前正中線の外方5寸。	心臓疾患、肋間神経痛
天泉	てんせん	上腕前面、上腕二頭筋長頭と短頭の間、腋窩横紋前端の下方2寸。	上腕神経痛、正中神経麻痺、脱疽、胸痛
曲沢	きょくたく	肘前面、肘窩横紋上、上腕二頭筋内方の陥凹部。 注:肘を45度屈曲したとき、上腕二頭筋腱の内方にある。	咳、肘関節炎
郄門	けきもん	前腕前面、長掌筋腱と橈側手根屈筋腱の間、手関節掌側横紋の上方5寸。 注1:拳を作り、手関節を回外して肘関節を軽く屈曲すると長掌筋腱と橈側手根筋腱がより明瞭に現れる。曲沢(PC3)と大陵(PC7)を結ぶ線の中点の下方1寸にある。	心臓疾患、指先の痺れ、背痛、胸痛、嘔吐、咯血、鼻出血
間使	かんし	前腕前面、長掌筋腱と橈側手根筋腱の間、手関節掌側横紋の上方3寸。 注1:拳を作り、手関節を回外して肘関節を軽く屈曲すると長掌筋腱と橈側手根筋腱がより明瞭に現れる。 注2:長掌筋腱が不明瞭な場合は、橈側手根屈筋腱の内側に取る。	心臓疾患、胸痛、胃部の不快感、胸背部痛、指先のしびれ
内関	ないかん	前腕前面、長掌筋腱と橈側手根筋腱の間、手関節掌側横紋も上方2寸。 注1:拳を作り、手関節を回外して肘関節を軽く屈曲すると長掌筋腱と橈側手根筋腱がより明瞭に現れる。 注2:長掌筋腱が不明瞭な場合は、橈側手根筋腱の内側に取る。	手根関節炎、心悸亢進症
大陵	だいりょう	手関節前面、長掌筋腱と橈側手根筋腱の間、手関節掌側横紋上。 注:拳を作り、手関節を軽く掌屈すると長掌筋腱と橈側手根筋腱がより明瞭に現れる。手関節掌側横紋の中点で長掌筋腱と橈側手根筋腱の間、豆上骨筋端の神門(HT7)と同じ高さにある。	心臓疾患、手根関節炎及びリウマチで手首が動かない時、手首の痺れ、腕関節疾患
勞宮	ろうきゅう	手掌、第2・第3中手骨間、中手節関節の近位陥凹部。 別説: 手掌、第3・第4中手骨間、中手節関節の近位陥凹部。	関節炎などで手が腫れている時極度の疲労、小児疳虫
中衝	ちゅうしょう	中指、中指先端中央。 別説: 中指、末節骨橈側、爪甲角から近位外方0.1寸(指寸)、爪甲橈側縁の垂線と爪甲基底部の水平線の交点。	指痛

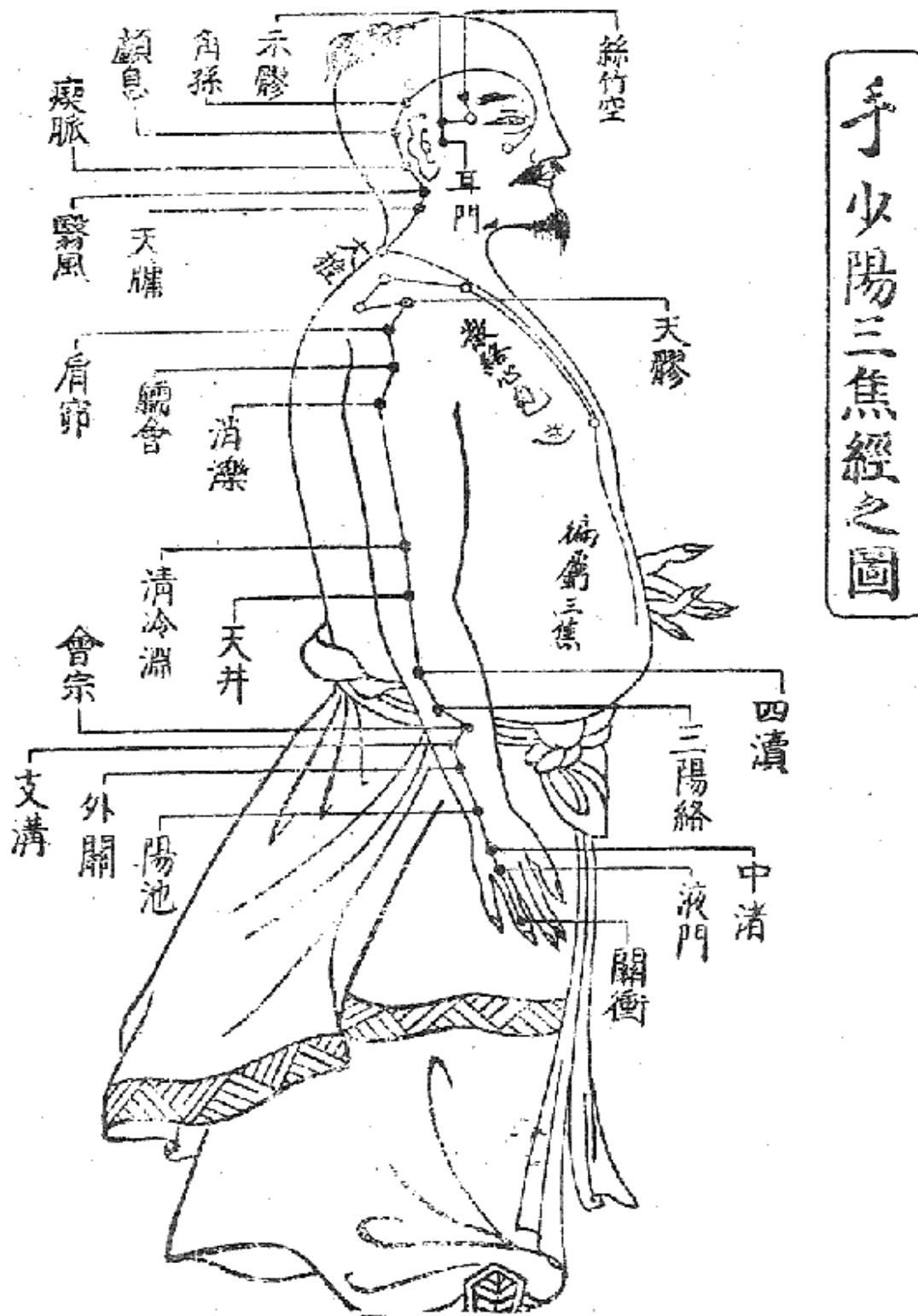
経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
-----	----	-------	-------



経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
関衝	かんしょう	薬指(第4指)、末節尺骨側、爪甲角から近位内方0.1寸(指寸)、爪甲尺側縁の垂線と爪甲基底部の水平線の交点。	頭痛、耳鳴り
液門	えきもん	手背、薬指と小指の間、水かきの近位陷凹部、赤白肉際。	薬指の痛みや麻痺、眩暈、乗り物酔い、耳鳴り
中渚	ちゅうしょ	手背、第4・第5中手骨間、第4中手節関節近位の陷凹部。	三焦經の俞穴指の神經痛及び麻痺、発汗、のぼせ、眩暈
陽池	ようち	手関節後面、〔総〕指伸筋腱の尺側陷凹部、手関節背側横紋上。  注1:第4・第5中手骨間隙を擦上すると、触れることができる。陽谿(LI5)、陽谷(SI5)と同じ高さにある。 注2:抵抗に抗して手関節を伸展すると、〔総〕指伸筋腱はより触れやすい。	禁灸穴、子宮の位置矯正、腸間膜神經痛、つわり、手根関節炎及びリウマチ、上肢神經痛
外関	がいかん	前腕後面、橈骨と尺骨の骨間の中点、手関節背側横紋の上方2寸。  注:陽池(TE4)の上方2寸で橈骨と尺骨の間の陷凹部にある。外關(TE5)に対応する前側の経穴は内關(PC6)である。	手根関節炎、腕関節の痛み
支溝	しこう	前腕後面、橈骨と尺骨の骨間の中点、手関節背側横紋の上方3寸。  注:外關(TE5)の上方1寸で橈骨と尺骨の間、会宗(TE7)と同じ高さにある。	悪寒發熱、呼吸困難、扁桃腺炎、橈骨神經痛、耳鳴り、眩暈
会宗	えそう	前腕後面、尺骨の橈側縁、手関節背側横紋の上方3寸。  注:支溝(TE6)の尺側にある。	虫垂炎、中耳炎、化膿性疾患
三陽絡	さんようらく	前腕後面、橈骨と尺骨の骨間の中点、手関節背側横紋の上方4寸。  注:陽池(TE4)と肘頭を結ぶ線上で、陽池から1/3にある。	禁鍼穴、頭痛
四瀆	しふく	前腕後面、橈骨と尺骨の骨間の中点、肘頭の下方4寸。	上歯痛、耳鳴り、偏頭痛、肩背痛、五十肩、腕関節リウマチ、子宮位置異常
天井	てんせい	肘後面、肘頭の上方1寸、陷凹部。  注:肘を屈曲したとき、肘頭窩にある。	上歯痛、耳鳴り、偏頭痛、肘関節炎
清冷淵	せいれいえん	上腕後面、肘頭と肩峰角を結ぶ線上、肘頭の上方2寸。  注:肘を伸ばし、肘頭の上方2寸にある。	肘関節疾患、尺骨神經痛、偏頭痛、頸痛、上歯痛、耳鳴り、五十肩、寝違い、頸肩腕症候群
消潔	じょうれき	上腕後面、肘頭と肩峰角を結ぶ線上、肘頭の上方5寸。	上腕神經痛
臑会	じゅえ	上腕後面、三角筋の後下縁、肩峰角の下方3寸。	上腕神經痛、五十肩
肩髎	けんりょう	肩上部、肩峰角と上腕骨大結節の間の陷凹部。  注:肘を曲げ、上腕を外転したときに、肩峰の前後に2つの陷凹部が現れる。肩髎(LI15)は前の陷凹部にあり、後ろの陷凹部より深い。後ろの陷凹部に肩髎(TE4)がある。	肩甲関節リウマチ、上肢の神經痛、歯痛、肘関節及び周囲軟部組織障害、五十肩、片麻痺、頸部リンパ節腫脹

経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
天髎	てんりょう	肩甲部、肩甲骨上角の上方陥凹部。 注:上肢を下垂したとき、肩井(GB21)と曲垣(SI13)の中央にある。	肩こり、上肢の神経痛、後頭通、偏頭痛、高血圧症
翳風	えいふう	前頸部、耳垂後方、乳様突起下端前方の陥凹部。	中耳炎、耳鳴り、偏頭痛、顔面神経麻痺、歯痛、咽頭炎、耳下腺炎、聴覚神経障害、頸関節障害、寝違え、項強、片麻痺
瘻脈	けいみやく	頭部、乳様突起の中央、翳風(TE17)と角孫(TE20)を結ぶ(耳の輪郭に沿った)曲線上、翳風(TE17)から1/3。	脳充血、偏頭痛
顱息	ろそく	頭部、翳風(TE17)と角孫(TE20)を結ぶ(耳の輪郭に沿った)曲線上で、翳風(TE20)から2/3。	耳疾患、脳充血、偏頭痛
角孫	かくそん	頭部、耳尖の当たるところ。 注:耳を前方に折り曲げて、耳尖が頭に触れるところ。	禁鍼穴、眼科疾患、耳疾患、歯疾患、偏頭痛
耳門	じもん	顔面部、耳珠の切痕と下顎骨の関節突起の間、陥凹部。 注:軽く口を開けて耳珠上の切痕の前にできる陥凹部で、聴宮(SI19)の直上にある。	中耳炎、耳鳴り、外聴道炎、眼疾患
和髎	わりょう	頭部、鬚髪(もみあげ)の後方、耳介の付け根の前方、浅頭動脈の後方。	眼疾患、結膜炎、トラホーム
糸竹空	しちくくう	頭部、眉毛外端の陥凹部。 注:瞳子髎(GB1)の直上にある。	三叉神経痛、涙腺炎

経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
-----	----	-------	-------

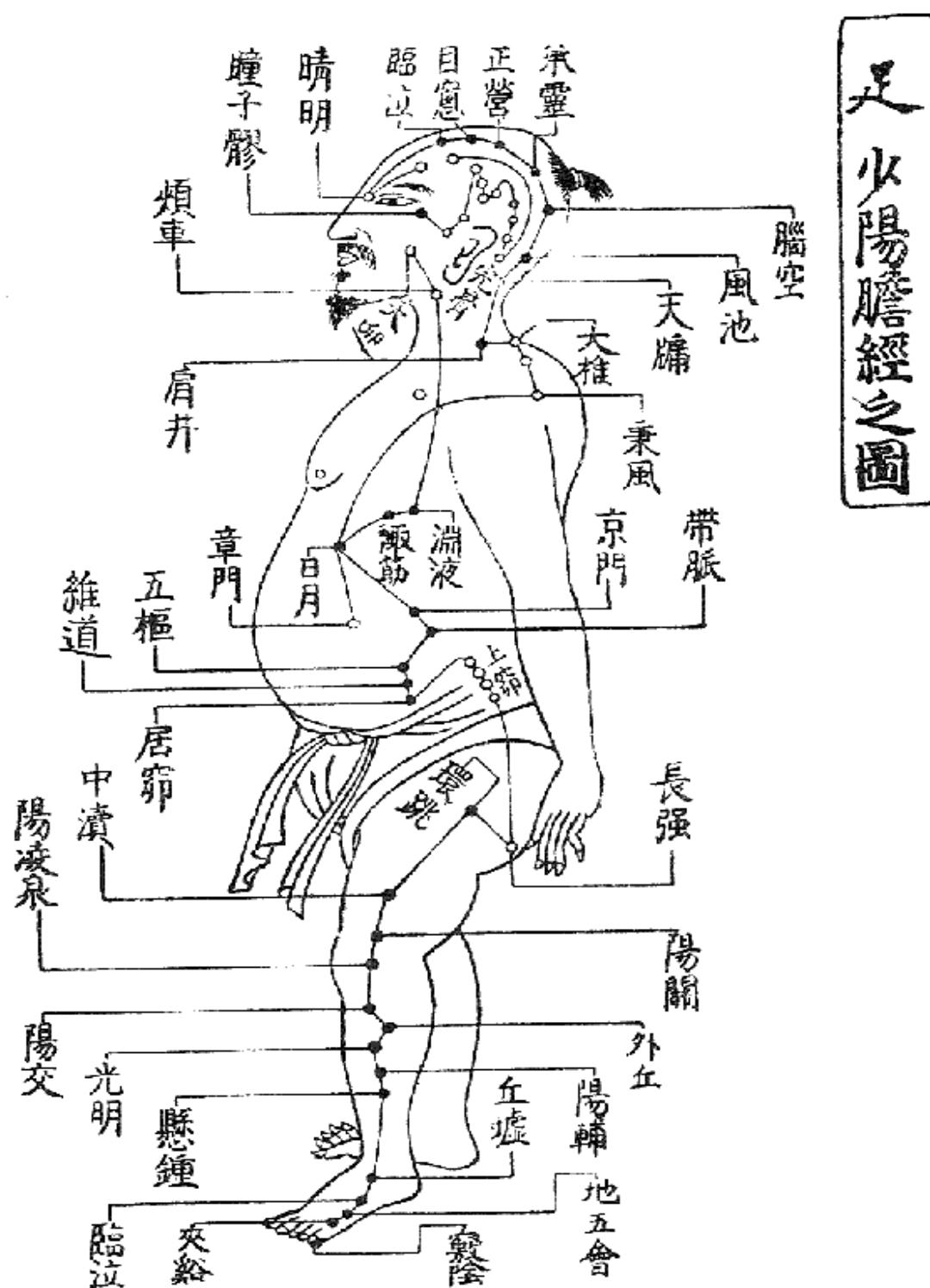


経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
瞳子髎	どうしりょう	頭部、外眼角の外方0.5寸、陥凹部。	眼疾患、結膜炎、三叉神経痛
聴会	ちょうえ	顔面部、耳介切痕と下顎骨関節突起の間、陥凹部。 注:口を開いたとき、時間切痕前方の陥凹部にある。	中耳炎、外耳炎、耳鳴り、下顎関節炎、三叉神経痛
上関	じょうかん	頭部、頬骨弓中点上縁の陥凹部。 注:頬骨弓上縁の陥凹部で、下関(ST7)の直上にある。	眼病、顔面神経麻痺、三叉神経痛
頷厭	がんえん	頭部、頭維(ST8)と曲鬢(GB7)を結ぶ(側頭の髪際沿った)曲線上、頭維(ST8)から1/4。	眼疾患、上歯痛、三叉神経痛、顔面神経麻痺、偏頭痛
懸顱	けんろ	頭部、頭維(ST8)と曲鬢(GB7)を結ぶ(側頭の髪際沿った)曲線上の中点。	眼疾患、三叉神経痛、顔面神経麻痺、偏頭痛
懸釐	けんり	側頭前髪際と側等下髪際の接点の下1寸(通称こめかみの下縁)	三叉神経痛、三角筋肩関節の痛み、上腕神経痛、歯痛、肩こり
曲鬢	きょくびん	耳の上髪際、耳を前に折り曲げて耳の先が当たる処	眼疾患、歯痛、偏頭痛
率谷	そっこく	頭部、耳尖の直上、髪際の上方1.5寸。 注:角孫(TE20)の上方、髪際を入れること1.5寸、歯をかみ合わせると取りやすい。	目の充血、脳充血、後頸部のこり
天衝	てんしょう	頭部、耳介の付け根の後縁の直上、髪際の上方2寸。 注:率谷(GB8)の後方0.5寸にある。	偏頭痛、眩暈、脳充血
浮白	ふはく	頭部、乳様突起の後上方、天衝(GB9)と完骨(GB12)を結ぶ(耳の輪郭に沿った)曲線上、天衝(GB9)から1/3。 注:耳尖の後方で、耳後髪際に入ること1寸。	偏頭痛、眩暈、脳充血、耳疾患
竅陰(頭)	きょういん	頭部、乳様突起の後上方、天衝(GB9)と完骨(GB12)を結ぶ(耳の輪郭に沿った)曲線上、天衝(GB9)から2/3。	難聴、耳鳴り、頭・目の痛み全般、偏頭痛、めまい
完骨	かんこつ	前頭部、乳様突起の後上方、陥凹部。	偏頭痛、眩暈、脳充血、頸硬直、難聴、不眠症、顔面神経麻痺、肩こり
本神	ほんしん	頭部、前髪際の上0.5寸。正中線の外方3寸。 注:神庭(GV24)と頭維(ST8)を結ぶ(前髪際に沿った)曲線上で、神庭(GV24)から2/3にある。	頭痛、眩暈、顔面神経麻痺、てんかん
陽白	ようはく	頭部、眉の上方1寸、瞳孔線上。	眼疾患、三叉神経痛、前頭痛
臨泣(頭)	りんきゅう	頭部、前髪際から入ること0.5寸、瞳孔線上。 注:正視して瞳孔中央の上方、神庭(GV24)と頭維(ST8)を結ぶ(前髪際に沿った)曲線上の中点。	禁灸穴、眼病
目窓	もくそう	頭部、前髪際から入ること1.5寸、瞳孔線上。 注:頭・臨泣(GB15)の上方1寸にある。	涙目、赤面症、三叉神経痛

経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
正嘔	しょうえい	頭部、前髪際から入ること2.5寸、瞳孔線上。 注:頭臨泣(GB15)かの上方2寸にある。	偏頭痛、癇癩、胃酸過多
承靈	しょうれい	頭部、前髪際から入ること4寸、瞳孔線上。 注:正嘔(GB17)の後方1.5寸で、通天(BL7)と同じ高さにある。	禁鍼穴、側頭部痛、胃酸過多、肝臓疾患
脳空	のうくう	頭部、外後頭隆起上縁と同じ高さ、風池(GB20)の直上。 注:脳戸(GV17)と玉枕(BL9)と同じ高さにある。	頭痛、後頭神経痛
風池	ふうち	前頭部、後頭骨の下方、胸鎖乳突筋と僧帽筋の起始部の間、陥凹部。 注:風府(GV16)と同じ高さにある。	頭痛、偏頭痛、感冒、脳充血、脳溢血の予防、蓄膿症、視力減退、乱視、肩こり、めまい、耳鳴、頸部筋肉痛、発熱、片麻痺、背部痛
肩井	けんせい	後頸部、第7頸椎曲突起と肩峰外縁を結ぶ線上の中点。	禁鍼穴、目眩、頭痛、背肩疼痛、五十肩、上腕神経痛、胃疾患、肝疾患、心疾患、後頭部痛、頸腕障害、過労、のぼせ
淵腋	えんえき	側胸部、第4肋間、中腋窩線上。	禁灸穴、気管支炎、胸膜炎、肋間神経痛
輒筋	ちょうきん	側胸部、第4肋間、中腋窩線の前方1寸。	気管支炎、肋膜炎、肋間神経痛
日月	じつけつ	前胸部、第7肋間、前正中線の外方4寸。 注1:乳頭中央の直下で、期門(LR14)の1肋骨間にある。 注2:女性では、鎖骨中線と第7肋間の好転にある。	禁灸穴、胆囊及び胆道疾患、肋膜炎、肋間神経痛
京門	けいもん	側腹部、第12肋骨端下縁。 注:側臥し肩関節を挙上して定める。第12肋骨端は、後腋窩線の後方で肋骨弓下縁の下方で触れる。	腎臓疾患、腰痛、神経衰弱、胃痙攣、慢性胃腸疾患、膀胱疾患、男女生殖器疾患
帶脈	たいみやく	側腹部、第11肋骨端下方、臍中央と同じ高さ。 注1:最初に第10肋骨を探り、肋骨弓下線の直下に位置する第11肋骨端を探す。 注2:章門(LR13)の下方で、神闕(CV8)と同じ高さにある。	帯下、腰痛、下腹痛、腰部冷感
五枢	ごすう	下腹部、臍中央の下方3寸、上前腸骨棘の内方。 注:帶脈(GB26)の下方で、關元(CV4)と同じ高さにある。	男子生殖器疾患、婦人病、側腹痛、腰痛
維道	いどう	下腹部、上前腸骨棘の内下方0.5寸。 注:五枢(GB27)の内下方0.5寸にある。	嘔吐、腹水、腸痙攣、大腸炎、男女生殖器疾患
居髎	きよりょう	殿部、上前腸骨棘と大転子の頂点の中点。	腸骨窮鼠神経痛、嘔吐、腹水、男女生殖器疾患
環跳	かんちょう	殿部、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。 別説: 大腿部、大転子の頂点と上前腸骨棘の間、大転子の頂点から1/3。 注:側臥し、股関節を屈曲すると取穴しやすい。	坐骨神経痛、外側大腿皮神経痛、下肢の不隨、股関節炎、大腿部運動障害、股関節痛、腰痛、下腹部の麻痺、坐骨神経痛、臀痛、片麻痺、下肢の知覚・運動障害

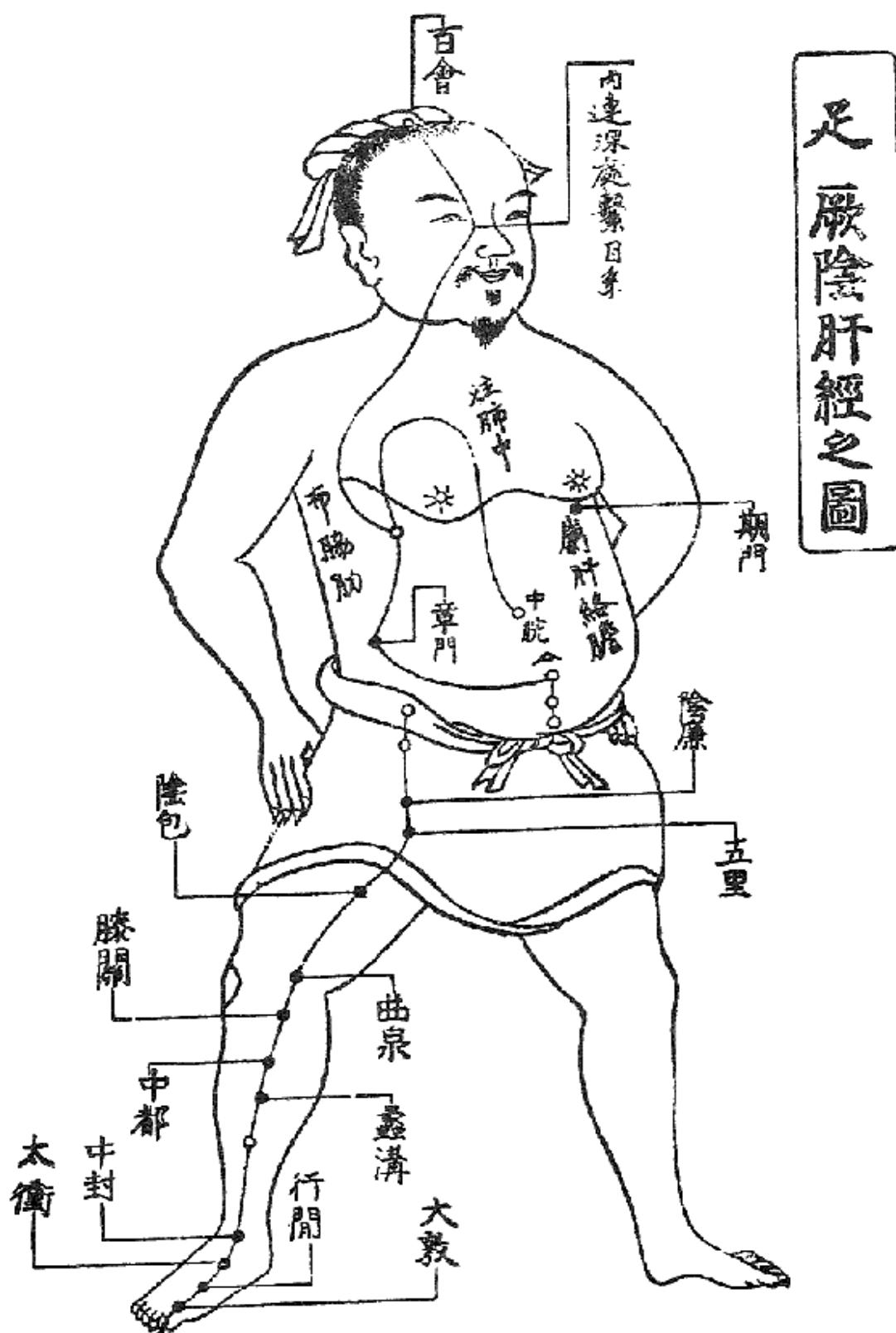
経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
風市	ふうし	大腿部外側、直立して腕を下垂し、手掌を大腿部に付けたとき、中指の先端があたる腸脛靱帯の後方の陥凹部。 注:やや膝を屈し、抵抗に抗して股関節を外転すると腸脛靱帯が現れる。	半身不隨、下肢の無力感、搔痒、皮膚病、片麻痺、下肢外側痛、下肢のしびれ
中瀆	ちゅうとく	大腿部外側、腸脛靱帯の後方で、膝窩横紋の上方7寸。	坐骨神経痛、外側大腿皮神経痛、腰痛、脚氣
膝陽関	ひざようかん	膝外側、大腿二頭筋腱と腸脛靱帯の間の陥凹部、大腿骨外側上顆の後上縁。	膝関節炎、リウマチ、外側大腿皮神経痛
陽陵線	ようりょうせん	下腿外側、腓骨頭前下方の陥凹部。	坐骨神経痛、腓骨神経痛、腰痛、脚氣、帶下、筋肉性疾患、偏頭痛、三叉神経痛、小兒麻痺、腰痛、片麻痺、膝関節障害、下肢の知覚・運動障害
陽交	ようこう	下腿外側、腓骨の後方、外果尖の上方7寸。 注: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(GB36)の後方にある。	腓骨神経痛
外丘	がいきゅう	下腿外側、腓骨の前方、外果尖の上方7寸。 注:外果尖と膝窩横紋外端を結ぶ線上の中点下方1寸で、陽交(GB35)の前方にある。	頸項強、肋膜炎、坐骨神経痛
光明	こうめい	下腿外側、腓骨の前方、外果尖の上方5寸。	眼の炎症、瞼の下垂
陽輔	ようほ	下腿外側、腓骨の前方、外果尖の上方4寸。	脚氣、足背痛、足関節炎
懸鐘	けんしょう	下腿外側、腓骨の前方、外果尖の上方3寸。	足背神経の神経痛及び麻痺、脚氣、小兒麻痺、足関節捻挫
丘墟	きゅうきょ	足関節前外側、長指伸筋外側の陥凹部。 注:抵抗に抗して足の第2指から第5指を伸展させると、長指伸筋腱が明瞭に現れる。	足関節捻挫、足関節炎、呼吸器・消化器・目の病気、頸項痛、下腿の軟弱無力、外果腫脹・疼痛
臨泣(足)	りんきゅう	足背、第4・第5中足底接合部の遠位、第5指の長指伸筋腱外側の陥凹部。	坐骨神経痛、足関節の腫れまたは捻挫、足底痛、頭部・心臓・胃・胆嚢・乳房・子宮の痛み、足背痛、眼の疾患、めまい
地五会	ちごえ	足背、第4・第5中足骨間、第4中足指節関節遠位の陥凹部。	胆石症痛、月経痛
侠谿	きょうけい	足背、第4・第5指間、水かきの近位、赤白肉際。	めまい、足の背痛または浮腫、坐骨神経痛、腓骨神経痛
竅陰(足)	きょういん	足の第4指、末節骨外側、爪甲角の近位外方0.1寸(指寸)、爪甲外側縁の垂線と爪甲基底部の水平線の交点	胆経の井穴

経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
-----	----	-------	-------



経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
大敦	だいとん	足の第1指、末節骨外側、爪甲角の近位外方0.1寸(指寸)、爪甲外側の垂線と爪甲基底部の水平線の交点。	心痛、卒倒、癇癪、ショック、ひきつけ、尿道炎、睾丸炎、子宮出血、疝痛
行間	こうかん	足背、第1・第2指間、水かきの近位、赤白肉際。	足底痛、通風、拇指麻痺、急性座撃、逆上を引き下げる
太衝	たいしょう	足背、第1・第2中足骨間、中足骨底接合部遠位の陥凹部、足背動脈拍動部。 注:第1・第2中足骨間を長足骨底部に向かって擦上したときに、陥凹部にある。	肝臓疾患、足底痛、生殖器・消化器・呼吸器の疾患、腰部・下腹部・側腹部・胸部の痛み、引きつけ、眼病、のぼせ、めまい、不眠症、生理不順、生理痛、足背痛、片麻痺
中封	ちゅうほう	足関節前内側、前脛骨腱内側の陥凹部、内果尖の前方。 注:商丘(SP5)、解谿(ST41)の中央にある。	足関節炎、通風、突発性腰痛、胃酸過多、胆石症、膀胱炎
蠡溝	れいこう	下腿前内側、腓骨内側面の中央、内果尖の上方5寸。 注:膝蓋骨尖と内果尖を結ぶ線上で、内果尖から1/3、腓骨内装面の中央、築賓(KT9)と同じ高さにある。	睾丸炎、月経不順、帯下、陰部搔痒症、陰萎
中都	ちゅうと	下腿前内側、腓骨内側面の中央、内果尖の上方7寸。 注:膝蓋骨尖と内果尖を結ぶ線上の中点の下方0.5寸で腓骨内側面の中央にある。	睾丸炎、月経不順
膝関	しつかん	下腿脛骨面、脛骨内側顆の下方、陰稜泉(SP9)の後方1寸。	膝関節炎、リウマチ
曲泉	きょくせん	膝内側、半腱・半膜様筋腱内側の陥凹部、膝窩横紋の内側端。 注:膝を屈曲し、膝窩横紋の内側端で最も明らかに触れる腱の内側陥凹部にある。	膝関節炎、膝関節リウマチ、尿道炎、膀胱炎、腹膜炎、婦人科疾患、泌尿器疾患
陰包	いんぽう	大腿部内側、薄筋と縫工筋の間、膝蓋骨底の上方4寸。 注:股関節をやや屈曲、外転させ、筋を緊張させると、縫工筋がより明瞭になる。縫工筋の後方にある。	膝関節の痛み
足五里	あしごり	大腿部内側、気衝(ST30)の下方3寸、動脈拍動部。	禁鍼穴、緑内障、網膜炎、動脈硬化症
陰廉	いんれん	大腿部内側、気衝(ST30)の下方2寸。 注:長内転筋の外方にある。膝関節を屈曲し股関節をやや屈曲外転させて、抵抗に抗して大腿を内転させるとき、長内転筋はより明瞭に現れる。	睾丸炎、精系神経痛
急脈	きゅうみやく	丂径部、恥骨結合上縁と同じ高さ、前正中線の外方2.5寸。	睾丸炎、淋病、外陰炎
章門	しょうもん	側腹部、第11肋骨端下方。 注:側臥し、肩関節を屈曲して定める。第11肋骨端は肋骨弓下縁の下方に触知できる。	脾臓疾患、胃下垂、胃痛、肝臓肥大、腹水の治療、肋間神経痛、腎炎
期門	きもん	前胸部、第6肋間、前正中線の外方4寸。 注:乳頭中央の下方、不容(ST19)の外方2寸。女性では鎖骨中線と第6肋間の交点にある。	肝胆疾患、肋膜炎、肋間神経痛、胃十二指腸疾患、ノイローゼ、横隔膜痙攣

経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
-----	----	-------	-------



経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
長強	ちょうきょう	会陰部、尾骨の下方、尾骨端と肛門の中央。 注:伏臥位か膝胸位にする。	痔疾患、精神病の発作、癇癩、遺尿、慢性腎炎
腰俞	ようゆ	仙骨部、後正中線上。 注:仙骨裂孔は殿裂の直上の小陥凹部にある。	腰痛等腰部疾患、夜尿症、痔疾、膀胱麻痺、月経不順、月経痛
腰陽関	こしようかん	腰部、後正中線上、第4腰椎棘突起の下方の陥凹部。 注1第4腰椎棘突起は町側の腸骨稜最高点を結ぶ線の中点にある。	下肢の疾患、椎間板ヘルニア、腰痛、遺尿症、膀胱炎、前立腺炎、膀胱麻痺
命門	めいもん	腰部、後正中線上、第2腰椎棘突起下方の陥凹部。	リウマチ、副腎機能低下、腰痛、腰椎カリエス、腹膜炎、下肢麻痺、痔出血、精力減退
懸枢	けんすう	腰部、後正中線上、第1腰椎棘突起下方の陥凹部。	腰痛、脊椎カリエス、消化不良、下痢
背中	せきちゅう	上背部、後正中線上、第11胸椎棘突起下方の陥凹部。	禁灸穴、脊椎炎、脊椎カリエス、黄疸、てんかん、痔疾患、糖尿病
中枢	ちゅうすう	上背部、後正中線上、第10胸椎棘突起下方の陥凹部。	小児疳症、神経性食道痙攣
筋縮	きんしゅく	上背部、後正中線上、第9胸椎棘突起下方の陥凹部。	筋肉の弛緩、神経疾患
至陽	しよう	上背部、後正中線上、第7胸椎棘突起下方の陥凹部。 注:第7胸椎棘突起は、後正中線上と肩甲骨下縁の水平線の交点にある。	腎熱、頭重、頭痛、ヒステリーなどの神経症状の沈静、胃疾患
靈台	れいだい	上背部、後正中線上、第6胸椎棘突起下方の陥凹部。	禁鍼穴、喘息、気管支炎、肋膜炎、肋間神経痛、胸痛、小児喘息
神道	しんどう	上背部、後正中線上、第5胸椎棘突起下方の陥凹部。	禁鍼穴、神経性疾患の治穴、肋間神経痛
身柱	しんちゅう	上背部、後正中線上、第3胸椎棘突起下方の陥凹部。 注:第3胸椎棘突起下方の陥凹部は、後正中線と肩甲棘内端の水平線の交点にある。	全ての神経性疾患、呼吸器系疾患、小児疾患、疲労回復
陶道	とうどう	上背部、後正中線上、第1胸椎棘突起下方の陥凹部。	脳神経系疾患による症状、風邪、感冒、頭重、眩暈
大椎	だいつい	後頭部、後正中線上、第7頸椎棘突起下方の陥凹部。 注1:座位で頸部を中間位に保ったとき、後頸部で最も突出しているのが第7頸椎棘突起である。頸部の前屈により第7頸椎棘突起を触知しやすい。 注2:頸部を軽く前屈し頸部を回旋すると第7頸椎のわずかな回旋を触れる。	頸硬直、咽頭痛、扁桃腺炎、脳溢血、脳膜炎、精神病、痔疾患、上肢痛
瘡門	あもん	後頸部、後正中線上、第2頸椎棘突起上方の陥凹部。 注:風府(GV16)の下方0.5寸にある。	禁灸穴、禁鍼穴、言語障害、鼻血、ひきつけ、頭痛

経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
風府	ふうふ	後頸部、後正中線上、外後頭隆起の直下、左右の僧帽筋間の陥凹部。 注:径上尾軽く後屈させた状態で、僧帽筋の緊張を緩め、後髪際中点から後頭骨に向かって擦上したところの陥凹部に取る。	風邪、鼻疾患、血圧亢進症、運動神経麻痺、脳疾患、頭痛、ノイローゼ
脳戸	のうこ	頭部、外後頭骨隆起上方の陥凹部。 注:後正中線の垂線と外後頭隆起上縁の水平線の交点にある陥凹部、玉枕(BL9)と同じ高さに取る。	禁鍼穴、脳充血や三叉神経痛による顔面の痛み、神経痛、脳貧血、頭重、のぼせ
強間	きょうかん	頭部、後正中線上、後髪際の上方4寸。 注:脳戸(GV17)の上方1.5寸にある。	てんかん、高血圧、低血圧などによる症状(項部のこり、嘔吐、頭痛、眩暈)
後頂	ごちょう	頭部、後正中線上、後髪際の上方5.5寸。 注:百会(GV20)の後方1.5寸にある。	脳疾患、頂部のこり、冷や汗、不眠症、頭痛、頭重、嘔吐、眩暈
百会	ひゃくえ	頭部、前正中線上、前髪際の後方5寸。 注1:前髪際と後髪際を結ぶ線上の中点の前方1寸にある陥凹部。 注2:耳を折り返したとき、両耳尖を結ぶ線の中点にある。	脳充血、脳出血、血圧亢進症、不眠症、神経衰弱、頭痛、鼻疾患、脱肛、痔核、精神病、目眩、鼻づまり、失語症、テンカン、不眠、高血圧、内臓下垂、脱毛の予防
前頂	ぜんちょう	頭部、前正中線上、前髪際の後方3.5寸。 注:百会(GV20)と顎会(GV22)の中点にある、	血圧亢進、眩暈
凶会	しんえ	頭部、前正中線上、前髪際の後方2寸。(顎会)	禁鍼穴、迷走神経の過緊張に効く。嘔吐、神経衰弱、頭重、低血圧症、鼻詰り
上星	じょうせい	頭部、前正中線上、前髪際の後方1寸。	肥厚性鼻炎、鼻茸、眼窩上神経痛、精神病、頭痛、眩暈、鼻出血、脳貧血、脳充血
神庭	しんてい	頭部、前正中線上、前髪際後方0.5寸。 注:前髪際がはっきりしないか変化している場合は、眉間に中点上方3.5寸にある。	禁鍼穴、癲癇、人事不省、蓄膿症
素髎	そりょう	顔面部、鼻の尖端。	禁灸穴 鼻詰り、喘息、鼻出血、顔面神経麻痺
水溝	すいこう	顔面部、人中溝の中点。 別説: 顔面部、人中溝の上から1/3。	癲癇、発狂、顔面神経麻痺、てんかん、糖尿病、ひきつけ、腰・背部の痛み、上歯痛、顔面神経痛、三叉神経痛、失神
兌端	だたん	顔面部、上唇結節の上縁の中点	三叉神経痛、糖尿病、鼻出血、黄疸、痔疾患
齧交	ぎんこう	顔面部、上歯齦、上唇小帯の接合部。 注:上唇をあげ、上唇小帯と歯齦の移行部にある。	鼻疾患、眼疾患、黄疸、項頸痛

経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
-----	----	-------	-------



経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
会陰	えいん	会陰部、男性は陰経根部と肛門を結ぶ線の中点、女性は後陰唇交連と肛門を結ぶ線の中点。 注:側臥位あるいは膝胸位で、肛門と外生殖器の中央にある。	禁鍼穴、慢性痔疾、肛門周囲炎、陰痛
曲骨	きょくこつ	下腹部、前正中線上、恥骨結合上縁。	泌尿器疾患、生殖器疾患、尿道炎、膀胱炎、膀胱麻痺、前立腺肥大、夜尿症
中極	ちゅうきょく	下腹部、前正中線上、臍中央の下方4寸。	膀胱及び生殖器疾患、婦人科疾患、夜尿症、精力減退
関元	かんげん	下腹部、前正中線上、臍中央の下方3寸。	小腸疾患、泌尿器疾患、消化不良、月経不調、腹膜炎、子宮内膜炎、月経痛、下腹痛
石門	せきもん	下腹部、前正中線上、臍中央の下方2寸。	婦人禁灸穴、(不妊のおそれ有)婦人科疾患、泌尿器疾患、男子生殖器疾患、消化不良
気海	きかい	下腹部、前正中線上、臍中央の下方1.5寸。	腸疾患、慢性腹膜炎、腎臓、膀胱、神経衰弱、夜尿、男女生殖器疾患、腰痛、夜尿症
陰交	いんこう	下腹部、前正中線上、臍中央の下方1寸。	腎臓炎、腹膜炎、慢性下痢、生殖器疾患、坐骨神経痛、胃腸疾患、帯下、消化不良
神闕	しんけつ	上腹部、臍中央。	禁鍼穴、慢性消化器疾患、脱肛、便秘、腹痛、食欲減退、全身の倦怠感
水分	すいぶん	上腹部、前正中線上、臍中央の上方1寸。	禁鍼穴、胃内停水、胃下垂、小便不利、腎臓炎、下痢、水瀉性下痢、遺尿症
下脘	げかん	上腹部、前正中線上、臍中央の上方2寸。	腎臓疾患、男女生殖器疾患、腸疾患、下肢疾患
建里	けんり	上腹部、前正中線上、臍中央の上方3寸。	胃潰瘍、胃下垂、腎臓疾患、男女生殖器疾患、腸疾患、下肢の疾患
中脘	ちゅうかん	上腹部、前正中線上、臍中央の上方4寸。 注:胸骨体下端と臍中央との中点にある。	全ての胃疾患、糖尿病、子宮位置異常の矯正、肝臓や胆囊の疾患
上脘	じょうかん	上腹部、前正中線上、臍中央の上方5寸。	胃痛、胃痙攣、胃潰瘍、胃酸过多、胃炎、神経性心悸亢進症、喘息、眩暈、肋間神経痛
巨闕	こけつ	上腹部、前正中線上、臍中央の上方6寸。	心臓疾患、呼吸器疾患、胃酸过多症、胃痙攣、喘息、食道狭窄、神経痛
鳩尾	きゅうび	上腹部、前正中線上、胸骨体下端の下方1寸。	禁灸穴、禁鍼穴、頭痛、咽頭痛、胃痛、心疾患、神経症
中庭	ちゅうてい	前胸部、前正中線上、胸骨体下端の中点。	食道炎、胃酸过多症、心臓病、喘息
膻中	だんちゅう	前胸部、前正中線上、第4肋間と同じ高さ。	禁鍼穴、心筋梗塞、狭心症、肋膜炎、神経性血圧亢進、全ての気の病、乳房痛、背痛
玉堂	ぎょくどう	前胸部、前正中線上、第3肋間と同じ高さ。	心臓疾患、呼吸器疾患、嘔吐
紫宮	しきゅう	前胸部、前正中線上、第2肋間と同じ高さ。	呼吸器疾患、食道狭窄
華蓋	かがい	前胸部、前正中線上、第1肋間と同じ高さ。	肺の治穴肺疾患、呼吸器疾患

経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
璇璣	せんき	前胸部、前正中線上、胸骨上窩の下方1寸。 注:天突(DV22)の下方1寸にある。	呼吸器疾患
天突	てんとつ	前頸部、前正中線上、胸骨上窩の中央。 注:左右の鎖骨内端間の中央陥凹部にある。	喘息、気管支炎、咽頭炎
廉泉	れんせん	前頸部、前正中線上、咽頭隆起上方。舌骨の上方陥凹部。	咽頭炎、扁桃腺炎、舌骨筋麻痺
承漿	しょうしょう	顔面部、頤(オトガイ)唇溝中央の陥凹部。	顔面神経麻痺、三叉神経の下顎神経痛、下歯痛、顔面浮腫、構音障害

経穴名	読み	経穴の位置	経穴の効果
-----	----	-------	-------

