

■ 十四經脈 經脈別 經穴名

督脈(독맥)督

長強(장강)督^㉓: 尾骨端과 肛門사이 尾骨端 하 3分

腰俞(요수)督^㉔: S4 아래 (下髎, 白環俞)

腰陽關(요양관)督^㉕: L4 아래 (大腸俞)

命門(명문)督^㉖: L2 아래 (腎俞, 志室)

懸樞(현주)督^㉗: L1 아래 (三焦俞, 肓門)

脊中(척중)督^㉘: T11 아래 (脾俞, 意舍)

中樞(중추)督^㉙: T10 아래 (膽俞, 陽綱)

筋縮(근축)督^㉚: T9 아래 (肝俞, 魂門)

至陽(지양)督^㉛: T7 아래 (膈俞, 膈關)

靈臺(영대)督^㉜: T6 아래 (督俞, 諶諱)

神道(신도)督^㉝: T5 아래 (心俞, 神堂, 天宗)

身柱(신주)督^㉞: T3 아래 (肺俞, 魄戶, 曲垣)

陶道(도도)督^㉟: T1 아래 (大杼, 肩外俞)

大椎(대추)督^㊱: C7 아래

瘻門(아문)督^㊲: 後髮際 上 5分 [後髮際-百會 7寸]

風府(풍부)督^㊳: 後髮際 上 1寸 [風府-百會 6寸]

腦戶(뇌호)督^㊴: 風府 → 百會 1/4

強間(강간)督^㊵: 風府 → 百會 2/4

後頂(후정)督^㊶: 風府 → 百會 3/4

百會(백회)督^㊷: 頭 정중선 + 兩耳尖연결선

前頂(전정)督^㊸: 百會 → 神庭 1/3

顙會(신회)督^㊹: 百會 → 神庭 2/3

上星(상성)督^㊺: 前髮際 上 1寸

神庭(신정)督^㊻: 前髮際 上 5分 (百會 前 4.5寸)

素膠(소료)督^㊼: 鼻尖端 정중앙

水溝(수구)督^㊽: 人中

兌端(태단)督^㊾: 上脣 상단 중앙

齮交(은교)督^㊿: 上脣裏面과 齒齮部 교착부 중앙

任脈(임맥)任

會陰(회음)任^㉑: 陰囊根部(大陰脣 後緣)와 肛門 中間

曲骨(곡골)任^㉒: 恥骨結合上緣 [臍-恥骨結合 5寸]
[曲骨-0.5-橫骨-1.5-氣衝-0.5-急脈-1.5-衝門]

中極(중극)任^㉓: 臍下4寸 [中極-0.5-大赫-1.5-歸來]

關元(관원)任^㉔: 臍下3寸 [關元-0.5-氣穴-1.5-水道]

石門(석문)任^㉕: 臍下2寸 [石門-0.5-四滿-1.5-大巨]

氣海(기해)任^㉖: 臍下1.5寸

陰交(음교)任^㉗: 臍下1寸 [陰交-0.5-中注-1.5-外陵]

神闕(신결)任^㉘: 臍 정중앙 [神闕-0.5-肓俞-0.5-天椎-2-大橫]

水分(수분)任^㉙: 臍上1寸 [胸椎骨下緣-臍 8寸] [水分-2-滑肉門]

下脘(하완)任^㉚: 臍上2寸 [下脘-0.5-商曲-1.5-太乙-4-章門]

建里(건리)任^㉛: 臍上3寸 [建里-0.5-石關-1.5-關門-2-腹哀]

中脘(중완)任^㉜: 臍上4寸 (胸椎骨下緣-臍 中間)
[中脘-0.5-陰都-1.5-梁門]

上脘(상완)任^㉝: 臍上5寸 [上脘-0.5-腹通谷-1.5-承滿]

巨闕(거결)任^㉞: 臍上6寸 [巨闕-0.5-幽門-1.5-不容]

鳩尾(구미)任^㉟: 臍上7寸

中庭(중정)任^㊱: 胸椎骨下緣 [中庭-2-步廊-2-乳根]

膻中(전중)任^㊲: 兩乳頭間 (제4肋間 높이) [膻中-天突 7.4寸]
[膻中-2-神封-2-乳中-2-天池-1-天谿-1-輒筋]

玉堂(옥당)任^㊳: 膻中 → 璇璣 1/4 (제3肋間 높이)
[玉堂-2-靈墟-2-應窓-2-胸鄉]

紫宮(자궁)任^㊴: 膻中 → 璇璣 2/4 (제2肋間 높이)
[紫宮-2-神藏-2-屋翳-2-周榮]

華蓋(화개)任^㊵: 膻中 → 璇璣 3/4 (제1肋間 높이)
[華蓋-2-或中-2-庫房-2-中府]

璇璣(신기)任^㊶: 天突 下 1寸 [璇璣-2-俞府-2-氣戶-2-雲門]

天突(천돌)任^㊷: 胸骨柄 上緣 陷凹處

廉泉(염천)任^㊸: 結喉 上方 陷凹處

承漿(승장)任^㊹: 頤橫溝 + 正中線

肺經(폐경)肺

中府(중부)肺^㉑: 胸部正中線兩方6寸 + 鎖骨下1.6寸

雲門(운문)肺^㉒: 胸部正中線兩方6寸 + 鎖骨下緣

天府(천부)肺^㉓: 前腋窩橫紋頭 下 3寸의 上腕二頭筋 外側緣
[前腋窩橫紋頭-肘橫紋 9寸]

俠白(협백)肺^㉔: 前腋窩橫紋頭 下 4寸의 上腕二頭筋 外側緣

尺澤(척택)肺^㉕: 肘橫紋 中央과 橈側端 이은 선의 중앙

孔最(궁최)肺^㉖: 尺澤 → 太淵 3寸 腕橈骨筋 外側筋溝
[척택-腕橫紋 10寸]

列缺(열결)肺^㉗: 腕橫紋 上 1.5寸 橈骨動脈 應手處

經渠(경거)肺^㉘: 腕橫紋 上 1寸 橈骨動脈 應手處

太淵(태연)肺^㉙: 腕橫紋 上 0.5寸 橈骨動脈 應手處

魚際(어제)肺^㉚: 掌側 제1中手骨 중점 赤白肉際

少商(소상)肺^㉛: 手 제1지 橈側 爪甲根角 1分 處

大腸經(대장경)大

商陽(상양)大^㉑: 手2指 橈側 爪甲根角 1分 處

二間(이간)大^㉒: 手2指 本節 前 橈側 陷凹處

三間(삼간)大^㉓: 手2指 本節 后 橈側 陷凹處

合谷(합곡)大^㉔: 다 암

陽谿(양계)大^㉕: snuffbox 가운데

偏歷(편력)大^㉖: 陽谿 上3寸 [陽谿-曲池 10寸]

溫溜(온류)大^㉗: 陽谿 上5寸

下廉(하렴)大^㉘: 曲池 下4寸

上廉(상렴)大^㉙: 曲池 下3寸

手三里(수삼리)大^㉚: 曲池 下2寸

曲池(곡지)大^㉛: 肘關節 橈側 橫紋頭 陷中

肘髁(주요)大^㉜: 90°로 屈肘시 曲池 후방 1.5寸 上腕骨 外側緣

手五里(수오리)大^㉝: 曲池 上3寸 [曲池-肩髃 10寸]

臂臑(비노)大^㉞: 肩髃 下3寸 三角筋 下緣

肩髃(견우)大^㉟:

巨骨(거골)大^㊱: 鎖骨肩峰端과 肩胛棘이 이루는 叉形 陷凹處

天鼎(천정)大^㊲: 扶突 直下 1寸

扶突(부돌)大^㊳: 結喉兩方3寸 胸鎖乳突筋 正中

禾髎(화료)大^㊴: 水溝 兩方 5分

迎香(영향)大^㊵: 鼻翼根部 直外方 5分

胃經(위경)胃

承泣(승읍)胃^㉑: 瞳子 直下 7分

四白(사백)胃^㉒: 瞳子 直下 1寸 眼窩下骨空

巨髎(거료)胃^㉓: 瞳子直下線 + 鼻孔方 높이

地倉(지창)胃^㉔: 閉口 兩口角 方4分

大迎(대영)胃^㉕: 閉口시 下顎骨 隅角 前 1.3寸에 1溝가 출현
(咬筋附着部前緣)

頰車(협거)胃^㉖: 耳下端과 下顎骨隅角중간높이에서
誼嚼시 咬筋隆起部

下關(하관)胃^㉗: 顴骨弓後下緣 陷凹處 開口시 閉하는 곳

頭維(두유)胃^㉘: 神庭兩方4.5寸 額角入髮際5分

人迎(인영)胃經: 結喉兩方1.5寸 動脈應手處
 水突(수돌)胃經: 人迎과 氣舍 中間으로 胸鎖乳突筋 중간
 氣舍(기사)胃經: 人迎 直下 天突 兩方 1.5寸
 缺盆(결분)胃經: 天突 兩方 4寸 鎖骨上緣陷中の 乳頭直上
 氣戶(기호)胃經: 鎖骨下緣 璇璣 兩方 4寸
 庫房(고방)胃經: 華蓋 兩方 4寸 (제1肋間)
 屋翳(옥예)胃經: 紫宮 兩方 4寸 (제2肋間)
 應窓(응창)胃經: 玉堂 兩方 4寸 (제3肋間)
 乳中(유중)胃經: 膺中 兩方 4寸 (乳頭 중간)
 乳根(유근)胃經: 中庭 兩方 4寸 (乳頭直下 乳房下緣 陷凹處)
 不容(불용)胃經: 巨闕(膺上6寸) 兩方 2寸
 承滿(승만)胃經: 上脘(膺上5寸) 兩方 2寸
 梁門(양문)胃經: 中脘(膺上4寸) 兩方 2寸
 關門(관문)胃經: 建里(膺上3寸) 兩方 2寸
 太乙(대을)胃經: 下脘(膺上2寸) 兩方 2寸
 滑肉門(활육문)胃經: 水分(膺上1寸) 兩方 2寸
 天樞(천주)胃經: 膺中 兩方 2寸
 外陵(외릉)胃經: 陰交(膺下1寸) 兩方 2寸
 大巨(대거)胃經: 石門(膺下2寸) 兩方 2寸
 水道(수도)胃經: 關元(膺下3寸) 兩方 2寸
 歸來(귀래)胃經: 中極(膺下4寸) 兩方 2寸
 氣衝(기충)胃經: 曲骨(膺下5寸) 兩方 2寸
 髀關(비관)胃經: 膝蓋骨外上緣 上12寸
 [胃經流注部位: 上前腸骨棘-膝蓋骨外側上緣]
 伏兔(복토)胃經: 膝蓋骨外上緣 上6寸
 陰市(음시)胃經: 膝蓋骨外上緣 上3寸
 梁丘(양구)胃經: 膝蓋骨外上緣 上2寸
 犢鼻(독비)胃經: 外膝眼
 足三里(족삼리)胃經: 脛骨粗面外側 犢鼻 直下 3寸
 上巨虛(상거허)胃經: 犢鼻 直下6寸 脛骨骨間緣
 條口(조구)胃經: 犢鼻 直下8寸 脛骨骨間緣
 下巨虛(하거허)胃經: 犢鼻 直下9寸 脛骨骨間緣
 豐隆(풍룡)胃經: 犢鼻와 外踝尖의 中點, 條口 後方 1寸 腓骨前緣
 解谿(해계)胃經: 十字靱帶사이 (長母趾伸筋腱과 長趾伸筋腱 사이)
 衝陽(충양)胃經: 解谿 下1.5寸 (足背 최고點)
 陷谷(함곡)胃經: 足 2,3趾間 背面 本節 後2寸
 內庭(내정)胃經: 足 2,3趾間 背面 本節 사이 赤白肉際
 厲兌(여태)胃經: 足 2趾 外側 爪甲根角 1分處

脾經(비경)脾

隱白(은백)脾經: 足踰趾 內側 爪甲根角 1分處
 大都(대도)脾經: 足踰趾 內側 本節 前方 赤白肉際
 太白(대백)脾經: 足踰趾 內側 本節 後方 赤白肉際 陷凹處
 公孫(공손)脾經: 足踰趾 中足骨과 楔狀骨과의 關節部 內下陷凹處
 商丘(상구)脾經: 足內踝 前下方의 陷凹處
 三陰交(삼음교)脾經: 足內踝上 上3寸 脛骨 後緣
 [內踝尖-陰陵泉 13寸]

漏谷(누곡)脾經: 足內踝尖 上6寸 脛骨 後緣
 地機(지기)脾經: 足內踝尖 上8寸 脛骨 後緣
 陰陵泉(음릉천)脾經: 脛骨內踝 下緣의 脛骨과 腓腹筋間
 血海(혈해)脾經: 膝蓋骨內上緣 上2寸
 [膝蓋骨內上緣-恥骨上緣 18寸]

箕門(기문)脾經: 膝蓋骨 內上緣 直上8寸
 衝門(충문)脾經: 曲骨(恥骨結合 上緣) 兩方 4寸

府舍(부사)脾經: 中極(膺下4寸) 兩方 4寸에서 直下3分
 腹結(복결)脾經: 陰交(膺下1寸) 兩方 4寸에서 直下3分
 大橫(대횡)脾經: 膺中 兩方 4寸
 腹哀(복애)脾經: 建里(膺上3寸) 兩方 4寸
 食竇(식두)脾經: 中庭 兩方 6寸 (5,6肋間)
 天谿(천계)脾經: 膺中 兩方 6寸 (4,5肋間)
 胸鄉(흉향)脾經: 玉堂 兩方 6寸 (3,4肋間)
 周榮(주영)脾經: 紫宮 兩方 6寸 (2,3肋間)
 大包(대포)脾經: 腋中線 直下 6寸 [腋窩-제12肋骨端 12寸]

心經(심경)心

極泉(극천)心經: 腋窩 正中 腋動脈 內側
 青靈(청영)心經: 少海 上3寸 [少海-腋窩 中央 9寸]
 少海(소해)心經: 屈肘時 肘橫紋 尺側端과 上腕骨
 內側上顆와의 中間點
 靈道(영도)心經: 掌面 腕橫紋 上方 1.5寸
 通里(통리)心經: 掌面 腕橫紋 上方 1寸
 陰郤(음곡)心經: 掌面 腕橫紋 上方 0.5寸
 神門(신문)心經: 掌面 腕橫紋 上 尺側手根屈筋腱과 淺指屈筋腱
 少府(소부)心經: 手掌部 제4中手骨과 제5中手骨 사이
 (주먹 가볍게 쥐어서 취혈)
 少衝(소충)心經: 手 제5指 橈側 爪甲根角 1分處

小腸經(소장경)小

少澤(소택)小腸經: 手 제5指端 尺側 爪甲根角 1分處
 前谷(전곡)小腸經: 手 제5指 本節 前 尺側緣 陷凹處
 後谿(후계)小腸經: 手 제5指 本節 後 尺側緣 陷凹處
 腕骨(완골)小腸經: 手 제5中手骨 後 有鉤骨과 豆狀骨 間
 陽谷(양곡)小腸經: 腕關節 背面 尺側의 尺骨莖狀突起와
 豆狀骨 사이 陷凹處
 養老(양노)小腸經: 尺骨莖狀突起 直上에서 前腕을 외전할 때의
 陷凹處
 支正(지정)小腸經: 小海와 陽谷 中點 [腕關節-肘頭 10寸]
 小海(소해)小腸經: 屈肘時 肘關節 後 尺骨肘頭와 上腕骨의
 內側上顆 사이

肩貞(견정)小腸經: 臑腋을 함할때 생긴 腋後橫紋頭 上方 1寸
 臑俞(노수)小腸經: 臑腋을 함할때 생긴 腋後橫紋頭 上方 2寸
 天宗(천중)小腸經: 肩胛骨 중앙으로 肩胛棘 中間點 直下
 T5下와 平행

秉風(병풍)小腸經: 肩胛棘上緣 中間點
 曲垣(곡원)小腸經: 肩胛棘上緣 內側端
 肩外俞(견외수)小腸經: 陶道(T1下) 兩方3寸 肩胛內緣 上部
 肩中俞(견중수)小腸經: 大椎(C7下) 兩方2寸 肩井과 大椎 사이
 天窓(천창)小腸經: 胸鎖乳突筋 後緣으로 結喉 兩方 3.5寸
 天容(천용)小腸經: 翳風 下1寸

(下顎隅角 後緣과 胸鎖乳突筋 前緣 사이 陷凹處)
 顴膠(권료)小腸經: 目外眥 直下方의 顴骨 下緣 陷凹處
 聽宮(청궁)小腸經: 耳珠 前 中央 陷凹處

膀胱經(방광경)膀

睛明(정명)膀胱經: 目內眥 內 1分
 攢竹(찬죽)膀胱經: 眉 內側端 陷凹處
 眉衝(미충)膀胱經: 眉 內側端 直上 前髮際 入 5分
 (神庭 兩方 1寸)
 曲差(곡차)膀胱經: 神庭 兩方1.5寸에서 前髮際 入 5分

五處(오처)膂肉: 神庭 兩方1.5寸에서 前髮際 入 1寸
 承光(승광)膂肉: 神庭 兩方1.5寸에서 前髮際 入 2.5寸
 通天(통천)膂肉: 百會 兩方 1.5寸
 絡卻(낙각)膂肉: 後頂(百會後1.5寸) 兩方 1.5寸
 玉枕(옥침)膂肉: 腦戶(百會後4.5寸) 兩方 1.3寸(1.5寸)
 天柱(천주)膂肉: 瘡門 兩方 1.5寸
 大杼(대저)膂肉: T1下 兩方 1.5寸
 風門(풍문)膂肉: T2下 兩方 1.5寸
 肺俞(폐수)膂肉: T3下 兩方 1.5寸
 厥陰俞(궐음수)膂肉: T4下 兩方 1.5寸
 心俞(심수)膂肉: T5下 兩方 1.5寸
 督俞(독수)膂肉: T6下 兩方 1.5寸
 膈俞(격수)膂肉: T7下 兩方 1.5寸
 肝俞(간수)膂肉: T9下 兩方 1.5寸
 膽俞(담수)膂肉: T10下 兩方 1.5寸
 脾俞(비수)膂肉: T11下 兩方 1.5寸
 胃俞(위수)膂肉: T12下 兩方 1.5寸
 三焦俞(삼초수)膂肉: L1下 兩方 1.5寸
 腎俞(신수)膂肉: L2下 兩方 1.5寸
 氣海俞(기해수)膂肉: L3下 兩方 1.5寸
 大腸俞(대장수)膂肉: L4下 兩方 1.5寸
 關元俞(관원수)膂肉: L5下 兩方 1.5寸
 小腸俞(소장수)膂肉: S1下 兩方 1.5寸
 膀胱俞(방광수)膂肉: S2下 兩方 1.5寸
 中膂俞(중려수)膂肉: S3下 兩方 1.5寸
 白環俞(백환수)膂肉: S4下 兩方 1.5寸
 上膠(상료)膂肉: S1下 兩方 1寸의 제1薦骨孔
 次膠(차료)膂肉: S2下 兩方 9分の 제2薦骨孔
 中膠(중료)膂肉: S3下 兩方 8分の 제3薦骨孔
 下膠(하료)膂肉: S4下 兩方 7分の 제4薦骨孔
 會陽(회양)膂肉: 尾骨端 下 陷凹處 兩方 5分
 承扶(승부)膂肉: 大臀筋 下溝 橫紋 正中
 殷門(은문)膂肉: 承扶(大臀筋下溝橫紋正中)과 委中과의 정중선
 [承扶-委中 12寸]

浮郄(부곡)膂肉: 委陽 上方 1寸
 委陽(위양)膂肉: 屈膝時 膝窩橫紋 外側端
 委中(위중)膂肉: 膝窩橫紋 中央 動脈應手處
 附分(부분)膂肉: T2下 兩方 3寸
 魄戶(백호)膂肉: T3下 兩方 3寸
 膏肓(고황)膂肉: T4下 兩方 3寸
 神堂(신당)膂肉: T5下 兩方 3寸
 譙譙(의희)膂肉: T6下 兩方 3寸
 膈關(격관)膂肉: T7下 兩方 3寸
 魂門(혼문)膂肉: T9下 兩方 3寸
 陽綱(양강)膂肉: T10下 兩方 3寸
 意舍(의사)膂肉: T11下 兩方 3寸
 胃倉(위창)膂肉: T12下 兩方 3寸
 肓門(황문)膂肉: L1下 兩方 3寸
 志室(지실)膂肉: L2下 兩方 3寸
 胞肓(포황)膂肉: S2下 兩方 3寸
 秩邊(질변)膂肉: S3下 兩方 3寸
 合陽(합양)膂肉: 委中 下 2寸 [委中-崑崙 16寸]
 承筋(승근)膂肉: 委中 下 5寸 [委中-崑崙 16寸]
 承山(승산)膂肉: 委中 下 8寸 [委中-崑崙 16寸]
 飛揚(비양)膂肉: 崑崙(足外踝後) 直上 7寸 [委中-崑崙 16寸]
 跗陽(부양)膂肉: 崑崙(足外踝後) 直上 3寸 腓骨後緣

[委中-崑崙 16寸]
 崑崙(곤륜)膂肉: 足外踝尖과 아킬레스腱後緣 정중
 僕參(복삼)膂肉: 崑崙直下 1.5寸 [崑崙-地面 3寸]
 申脈(신맥)膂肉: 足外踝 下緣 下 5分
 金門(금문)膂肉: 京骨 申脈 중간
 京骨(경골)膂肉: 제5中足骨 後方 澎大部 下緣 赤白肉際
 束骨(속골)膂肉: 足5趾 本節 後外側 陷凹處
 足通谷(족통곡)膂肉: 足5趾 本節 前外側 陷凹處
 至陰(지음)膂肉: 足5趾 外側 爪甲根角 1分處

腎經(신경)腎

湧泉(용천)腎肉: 足5趾를 屈하여 나타나는
 足蹠前中央 陷凹處, 2,3中足骨間
 然谷(연곡)腎肉: 足內踝 前下方 舟狀骨 下 陷凹處
 太谿(대계)腎肉: 足內踝尖과 아킬레스腱後緣과의 중앙
 大鍾(대종)腎肉: 太谿 下5分 [太谿-地面 3寸]
 水泉(수천)腎肉: 太谿 下1寸 [太谿-地面 3寸]
 照海(조해)腎肉: 足內踝 下緣 下4分
 復溜(부류)腎肉: 太谿 直上2寸 [太谿-陰谷 13寸]
 交信(교신)腎肉: 足內踝尖 直上2寸 脛骨後緣 [太谿-陰谷 13寸]
 築賓(축빈)腎肉: 太谿 直上5寸 [太谿-陰谷 13寸]
 陰谷(음곡)腎肉: 膝窩橫紋 內側端 (逢工筋과 半膜樣筋 사이)
 橫骨(횡골)腎肉: 曲骨(恥骨結合 上緣) 兩方 5分
 大赫(대혁)腎肉: 中極(臍下4寸) 兩方5分
 氣穴(기혈)腎肉: 關元(臍下3寸) 兩方5分
 四滿(사만)腎肉: 石門(臍下2寸) 兩方5分
 中注(중주)腎肉: 陰交(臍下1寸) 兩方5分
 肓俞(황수)腎肉: 神闕(臍中) 兩方5分
 商曲(상곡)腎肉: 下脘(臍上2寸) 兩方5分
 石關(석관)腎肉: 建里(臍上3寸) 兩方5分
 陰都(음도)腎肉: 中脘(臍上4寸) 兩方5分
 腹通谷(복통곡)腎肉: 上脘(臍上5寸) 兩方5分
 幽門(유문)腎肉: 巨闕(臍上6寸) 兩方5分
 步廊(보랑)腎肉: 中庭 兩方2寸 (제5肋間)
 神封(신봉)腎肉: 膻中 兩方2寸 (제4肋間)
 靈墟(영허)腎肉: 玉堂 兩方2寸 (제3肋間)
 神藏(신장)腎肉: 紫宮 兩方2寸 (제2肋間)
 或中(옥중)腎肉: 華蓋 兩方2寸 (제1肋間)
 俞府(수부)腎肉: 璇璣 兩方2寸 (鎖骨下緣)

心包經(심포경)包

天池(천지)包肉: 乳頭 外側 1寸 제4肋間
 天泉(천천)包肉: 前腋窩橫紋頭 下2寸 上腕二頭筋의 兩頭中
 [腋窩橫紋-肘關節 9寸]
 曲澤(곡택)包肉: 肘橫紋 上腕二頭筋腱의 尺側 陷凹處
 郄門(극문)包肉: 腕橫紋 直上5寸 [腕橫紋正中-曲澤 10촌]
 間使(간사)包肉: 腕橫紋 直上3寸 [腕橫紋正中-曲澤 10촌]
 內關(내관)包肉: 腕橫紋 直上2寸 [腕橫紋正中-曲澤 10촌]
 大陵(대릉)包肉: 腕橫紋 掌側 제1橫紋 正中
 勞宮(노궁)包肉: 주먹쥐어서 3,4指가 닿는 掌 中央
 中衝(중충)包肉: 手3指 尺側 爪甲根角 1分處 or 手3指尖
 去1分處

三焦經(삼초경)三

關衝(관충)三肉: 手4指 尺側 爪甲根角 1分處
 液門(액문)三肉: 手4,5指 背面 本節 前 赤白肉際

中渚(중저)㉔☐: 手4,5指 背面 本節 後(1寸) 陷凹處
陽池(양지)㉔☐: 腕關節 背面 橫紋 中央 약간 尺側 陷凹處
外關(외관)㉔☐: 腕關節 背面 橫紋 正中 直上2寸
[腕關節背面中央-肘尖 10寸]
支溝(지구)㉔☐: 腕關節 背面 橫紋 上3寸 尺橈骨間에서 橈骨側
[腕關節背面中央-肘尖 10寸]
會宗(회종)㉔☐: 腕關節 背面 橫紋 上3寸 尺橈骨間에서 尺骨側
[腕關節背面中央-肘尖 10寸]
三陽絡(삼양락)㉔☐: 腕關節 背面 橫紋 上4寸
[腕關節背面中央-肘尖 10寸]
四瀆(사독)㉔☐: 腕關節 背面 橫紋 上5寸
[腕關節背面中央-肘尖 10寸]
天井(천정)㉔☐: 屈肘時 尺骨肘頭 上1寸 [肘尖-肩髃 11寸]
清冷淵(청랭연)㉔☐: 肘尖 上2寸 [肘尖-肩髃 11寸]
消灤(소락)㉔☐: 肘尖 上5寸 [肘尖-肩髃 11寸]
臑會(노회)㉔☐: 肩髃 下3寸 [肘尖-肩髃 11寸]
肩髃(견료)㉔☐:
天髃(천료)㉔☐: 肩井과 曲垣의 中點
(肩峰과 T1下 이은 선의 中點)
天牖(천유)㉔☐: 乳樣突起 後下, 胸鎖乳突筋 後緣의 下顎角과
수평지점
翳風(예풍)㉔☐: 耳垂筋 後方 陷凹處
瘦脈(계맥)㉔☐: 耳後 乳樣突起의 中央前陷中 (翳風→角孫 1/3)
顙息(노식)㉔☐: 耳後 翳風→角孫 2/3
角孫(각손)㉔☐: 귓바퀴를 앞으로 접어서 耳上角尖이 닿는 側頭部
耳門(이문)㉔☐: 耳珠 上切痕 前 陷凹處
和髃(화료)㉔☐: 귀의 前方 약5分の 顙骨弓 上緣 陷凹處
絲竹空(사죽공)㉔☐: 眉弓外端의 陷中

膽經(담경)膽

瞳子膠(동자료)膽☐: 目外眥 外 5分
聽會(청회)膽☐: 耳珠 下切痕 前 陷凹處
上關(상관)膽☐: 目外眥와 耳屏과의 中點으로 顙骨弓上緣 陷凹處
頤厭(함염)膽☐: 頭維(神庭兩方4.5寸)→曲鬢(耳尖前方1寸) 1/4
懸顙(현로)膽☐: 頭維(神庭兩方4.5寸)→曲鬢(耳尖前方1寸) 2/4
懸釐(현리)膽☐: 頭維(神庭兩方4.5寸)→曲鬢(耳尖前方1寸) 3/4
曲鬢(곡빈)膽☐: 耳尖前方1寸
率谷(솔곡)膽☐: 耳尖直上1.5寸에서 前方3分
天衝(천충)膽☐: 耳上緣수평선+耳後緣수직선 에서 直上1寸
前方3分
浮白(부백)膽☐: 耳尖後方1寸 (天衝下方 약1寸)
頭竅陰(두규음)膽☐: 天衝과 完骨 이은 弓形선에서 完骨上方1/3
完骨(완골)膽☐: 乳樣突起尖 後方 陷凹處
本神(본신)膽☐: 神庭 兩方 3寸 入髮際 4分
陽白(양백)膽☐: 瞳子 直上方 眉上1寸
頭臨泣(두임읍)膽☐: 瞳子 直上方 前髮際 上5分
(神庭과 頭維 中旁)
目窓(목창)膽☐: 瞳子 直上方 前髮際 上2寸 (頭臨泣→承靈 1/3)
正營(정영)膽☐: 瞳子 直上方 前髮際 上3.5寸
(頭臨泣→承靈 2/3)
承靈(승영)膽☐: 瞳子 直上方+百會
腦空(뇌공)膽☐: 承靈後方4.5寸으로 玉枕骨 下陷中

風池(풍지)膽☐:
肩井(견정)膽☐: 大椎와 肩峰을 이은 선의 中點
淵腋(연액)膽☐: 腋窩 中點 直下 3寸
輒筋(첩근)膽☐: 腋窩 中點 直下 3寸 前方1寸
日月(일월)膽☐: 巨闕(臍上6寸)兩方3.5寸에서 直下5分
京門(경문)膽☐: 水分(臍上1寸)兩方8寸의 12肋骨端
帶脈(대맥)膽☐: 神闕 兩方7寸에서 上2分
五樞(오추)膽☐: 關元(臍下3寸) 兩方7寸에서 上2分
維道(유도)膽☐: 關元(臍下3寸) 兩方6寸에서 下3分
居髃(거료)膽☐: 上前腸骨棘과 大轉子の 中點
環跳(환도)膽☐: 大轉子→薦骨裂孔 1/3
風市(풍시)膽☐: 膝蓋骨 外側 上7寸의 大腿二頭筋 上
[大轉子上緣-膝蓋骨上緣 19寸]
中瀆(중독)膽☐: 膝蓋骨 外側 上5寸의 大腿二頭筋 陷凹處
[大轉子上緣-膝蓋骨上緣 19寸]
膝陽關(슬양관)膽☐: 犢鼻穴 外側 陷中으로 大腿二頭筋腱 前緣
陷凹處 (陽陵泉 上3寸)
陽陵泉(양릉천)膽☐: 腓骨小頭 前下緣
陽交(양교)膽☐: 足外踝 上7寸으로 腓骨後緣
[膝蓋骨下緣-足外踝 16寸]
外丘(외구)膽☐: 足外踝 上7寸으로 腓骨前緣
[膝蓋骨下緣-足外踝 16寸]
光明(광명)膽☐: 足外踝 上5寸으로 腓骨前緣
[膝蓋骨下緣-足外踝 16寸]
陽輔(양보)膽☐: 足外踝 上4寸으로 腓骨前緣
[膝蓋骨下緣-足外踝 16寸]
懸鐘(현종)膽☐: 足外踝 上3寸으로 腓骨前緣
[膝蓋骨下緣-足外踝 16寸]
丘墟(구허)膽☐: 足外踝 前下緣의 陷凹處
足臨泣(족임읍)膽☐: 足 4,5趾間 背面 本節 後1.5寸 中足骨間
地五會(지오회)膽☐: 足 4,5趾間 背面 本節 後1寸 陷凹處
俠谿(협계)膽☐: 足 4,5趾間 背面 本節 前 赤白肉際
足竅陰(족규음)膽☐: 足 4趾 外側 爪甲根角 1分處

肝經(간경)肝

大敦(대돈)肝☐: 足踴趾 外側 爪甲根角 1分處
行間(행간)肝☐: 足 1,2趾間 背面 本節 前 赤白肉際
太衝(태충)肝☐: 足 1,2趾間 背面 本節 後 2寸 中足骨間
中封(중봉)肝☐: 照海(足內踝下緣下4分)→解谿(十字靱帶中) 2/3
蠡溝(여구)肝☐: 足內踝 上5寸 脛骨內側緣
[陰陵泉-足內踝 13寸]
中都(중도)肝☐: 足內踝 上7寸 脛骨內側緣
[陰陵泉-足內踝 13寸]
膝關(슬관)肝☐: 脛骨內踝後下緣으로 陰陵泉과 曲泉의 中點
曲泉(곡천)肝☐: 90도 屈膝時 膝膕橫紋頭內側端
陰包(음포)肝☐: 膝內側 上4寸 [膝蓋骨內側上-氣衝
(曲骨兩方2寸) 18寸]
足五里(족오리)肝☐: 氣衝(曲骨兩方2寸)직하 3寸
[膝蓋骨內側上-氣衝 18寸]
陰廉(음림)肝☐: 曲骨兩方2.5寸 直下2寸
急脈(급맥)肝☐: 曲骨 兩方 2.5寸
章門(장문)肝☐: 下脘(臍上2寸) 兩方 6寸 제11肋骨端
期門(기문)肝☐: 巨闕(臍上6寸) 兩方 3.5寸