

人体 362 穴位详解高清彩图——肾经

涌泉穴

取穴方法：涌泉穴位于足底部，卷足时足前部凹陷处，约当第 2、3 趾趾指缝纹头端与足跟连线的前 1/3 与后 2/3 交点上。（在足前部凹陷处，第二、三趾趾缝纹头端与足跟连线的前 1/3 处）。

涌泉穴（地冲穴）解析：

(1)涌泉。涌，外涌而出也。泉，泉水也。该穴名意指体内肾经的经水由此外涌而出体表。本穴为肾经经脉的第一穴，它联通肾经的体内体表经脉，肾经体内经脉中的高温高压的水液由此外涌而出体表，故名。

(2)地冲。地，地部也。冲，冲突也。地冲名意指体内肾经的经水由此外涌而出体表。理同涌泉名解。

(3)肾经井。井，地部孔隙也。本穴气血运行是体内经水由地部孔隙外出体表，故为肾经井穴。

(4)本穴属木。属木，指本穴气血运行变化表现的五行属性。本穴物质为体内外出体表的高温水液，出体表后水液大量气化为天部的水湿之气，此气因其湿重不能上行天部的更高层次，而是蒸升到天部的较低层次，只表现出木的一发特征，故其属木。

涌泉穴意义：体内肾经的经水由此外涌而出。

气血特征：气血物质为天之下部的温热水气。

运行规律：由天部横向传于然谷穴。

功能作用：散热生气。

主治疾病：头顶痛，头晕，眼花，咽喉痛，舌干，失音，小便利，大便难，小儿惊风，足心热，癫疾，霍乱转筋，昏厥。

神经衰弱、精力减退、倦怠感、妇科病、失眠、多眠症、高血压、晕眩、焦躁、糖尿病、过敏性鼻炎、更年期障碍、怕冷症、肾脏病等。穴位指压法治疗脑溢血后的复原、穴位按摩治疗膀胱炎、指压法治疗白发等等。

〔人体穴位配伍〕配然谷穴治喉痹；配阴陵泉穴治热病挟脐急痛，

胸胁满；配水沟穴、照海穴治癫痫。配太冲穴、百会穴治头项痛。

〔治法〕寒则先泻后补或单泻之，热则补之。

〔穴位解剖〕有指短屈肌腱，指长屈肌腱，第二蚓状肌，深层为骨间肌；有来自胫前动脉的足底弓；布有足底内侧神经支。

然谷穴

取穴方法：然谷穴位于人体的足内侧缘，足舟骨粗隆下方，赤白肉际。然谷穴（龙渊穴，龙泉穴）解析：

1）然谷。然，燃也。谷，两山所夹空隙也。该穴名意指肾经外涌的地部经水在此大量气化。本穴物质为肾经涌泉穴传来的地部经水，性温热，至本穴后水液大量气化水湿，经水如同被燃烧蒸发一般，故名。

2）龙渊。龙，变幻莫测、能大能孝见首不见尾之物也，此指本穴地部经水的各种变化。渊，深渊也，范围大也。龙渊名意指肾经经水在此由液化气，范围巨大。理同然谷名意。龙泉名意与龙渊同。

3）肾经荣。荣，极小的水流也。本穴物质为肾水气化的天部之气，在本穴的变化为散热冷降，冷降之液在地部形成极小的水流，故为肾经荣穴。

4）本穴属火。属火，指本穴气血运行变化表现出的五行属性。本穴物质为天之下部的水湿之气，其变化为散热冷降，所散之热直冲天之天部，有火的炎上特征，故其属火。

附注：肾经荣穴。

然谷穴意义：肾经外涌的地部经水在此大量蒸发水气。

气血特征：气血物质为湿热水气。

运行规律：大部分散热冷降，小部分吸热蒸升。

功能作用：升清降浊。

主治疾病：月经不调，阴挺阴痒，白浊，遗精阳痿，小便不利，泄泻，胸胁胀痛，咳血，小儿脐风，口噤不开，消渴黄疸，下肢痿痹，足跗痛。

〔人体穴位配伍〕配承山穴治转筋；配气冲穴、四满穴治石水；配太溪穴治热病烦心、足寒、多汗。

〔治法〕寒则补之，热则泻之。

〔生理解剖〕有拇指外展肌，有跖内侧动脉及跗内侧动脉分支；布有小腿内侧皮神经末支及足底内侧神经。

太溪穴

取穴方法：太溪穴位于足内侧，内踝后方，当内踝尖与跟腱之间的凹陷处（内踝后方与脚跟骨筋腱之间的凹陷处）。

太溪穴（大溪穴，吕细穴）解析：

(1)太溪。太，大也。溪，溪流也。该穴名意指肾经水液在此形成较大的溪水。本穴物质为然谷穴传来的冷降之水，至本穴后，冷降水液形成了较为宽大的浅溪，故名。大溪名意与此穴同。

(2)吕细。吕，古代音乐十二律中的阴律也，总称六吕，此指穴内物质为纯阴之液。细，弱也、小也。吕细一名意在形容穴内流行的地部经水水面宽大而流动缓慢，故名。

(3)肾经俞。俞，输也。本穴为肾经经水的传输之处，故为肾经俞穴。

(4)肾经原。原，本源、根源也。本穴输出的地部经水真正表现出肾经气血的本源特性，故为肾经原穴。H, E

(5)本穴属土。属土，指本穴气血运行变化表现出的五行属性。本穴物质为地部流行的经水，其变化为进一步的气化散热，表现出土的长养特征，故其属土。

附注：肾经腧穴、原穴。

太溪穴意义：肾经水液在此形成较大的溪水。

气血特征：气血物质为地部经水及其气化之气。

运行规律：经水循肾经而传，气化之气吸热后上行天部。

功能作用：清热生气。

主治疾病：头痛目眩，牙痛，耳聋，耳鸣，咳嗽，气喘，胸痛咳血，消渴，月经不调，失眠，健忘，遗精，阳痿，小便频数，腰脊痛，下肢厥冷，内踝肿痛。

肾脏病、牙痛、喉咙肿痛、气喘、支气管炎、手脚冰凉、女性生理不顺、关节炎、精力不济、手脚无力、风湿痛等。此穴位为人体足

少阴肾经上的主要穴位之一。

〔人体穴位配伍〕 配然谷穴主治热病烦心，足寒清，多汗；配肾俞穴治肾胀；配支沟穴、然谷穴治心痛如锥刺。

〔治法〕 寒则点刺出血或泻而多灸，热则水针或泻针出气。

〔生理穴位〕 有胫后动、静脉；布有小腿内侧皮神经，当胫神经之经过处。

大钟穴

取穴方法：大钟穴位于人体的足内侧，内踝下方，当跟腱附着部的内侧前方凹陷处。

大钟穴（太钟穴）解析：

1）大钟。大，巨大也。钟，古指编钟，为一种乐器，其声混厚洪亮。该穴名意指肾经经水在此如瀑布从高处落下。本穴物质为太溪穴传来的地部经水，在本穴的运行行为从高处流落低处，如瀑布落下一般，声如洪钟，故名。太钟名意与大钟同。

2）肾经络穴。本穴气血的运行变化是经水由高处落入低处，经水落下时散发出大量的水湿气体，水湿气体吸热后飘散于穴外，本穴有联络它经气血的作用，故为肾经络穴。

附注：肾经络穴。

大钟穴意义：肾经经水在此如瀑布从高处落下。

气血特征：气血物质为天部的寒湿水气。

运行规律：一是吸热后循肾上行，二是吸热后别走膀胱经。

功能作用：联络表里。

主治疾病：咳血气喘，腰脊强痛，痴呆嗜卧，足跟痛，二便不利，月经不调。

〔人体穴位配伍〕 配太溪穴、神门穴治心肾不交之心悸、失眠；配行间穴治虚火上炎之易惊善怒；配鱼际穴治虚火上炎之咽痛。

〔治法〕 寒则点刺出血或泻之灸之，热则水针或泻针出气，表里不和则多提插捻转。

〔生理解剖〕 有胫后动脉跟内侧支；布有小腿内侧皮神经及胫神经的跟骨内侧神经。

水泉穴

取穴方法：水泉穴位于人体的足内侧，内踝后下方，当太溪穴直下1寸，跟骨结节的内侧凹陷处。

水泉穴 解析：

1) 水泉。水，水液也。泉，水潭也。该穴名意指肾经水液在此聚集形成水潭。本穴物质为大钟穴传来的地部经水，在本穴聚集后如同水潭，故名。

2) 肾经郄。郄，孔隙也。本穴物质为地部经水，经水因本穴所处位置低下而为聚集之状，只有极少的满溢之水外传照海穴的高位，经水的运行如从孔隙中输出一一般，故为肾经郄穴。

附注：肾经郄穴。

水泉穴意义：肾经水液在此聚集形成水潭。

气血特征：气血物质为地部经水。

运行规律：极少部分循经传于照海穴，大部分则流散于足跟各部。

功能作用：传递水液。

主治疾病：月经不调，痛经，阴挺，小便不利，目昏花，腹痛。

〔人体穴位配伍〕配中极穴、水道穴治肾气亏虚；配气海穴、血海穴、肾俞穴、三阴交穴、气海穴俞穴治肾绞痛、肾结石；配肾俞穴、中极穴、血海穴治尿血。

〔治法〕寒则点刺出血或灸之，热则补之多提插。

〔生理解剖〕有胫后动脉跟内侧支；布有小腿内侧皮神经及胫神经的跟骨内侧神经。

照海穴

取穴方法：照海穴位于人体的足内侧，内踝尖下方凹陷处。

照海穴（阴跷穴，漏阴穴）解析：

1) 照海。照，照射也。海，大水也。该穴名意指肾经经水在此大量蒸发。本穴物质为水泉穴传来的地部经水，至本穴后比水形成一个较大水域，水域平静如镜，较多地接受受天部照射的热能而大量蒸发水液，故名。

2) 阴跷。阴跷，乃穴内气血有地部的经水和天部的阳气，气血特

性体现了阴急而阳缓的阴跷脉特性，故名阴跷。

3) 漏阴。漏，漏失也。阴，阴水也。漏阴名意指肾经经水在此漏失。本穴物质为地部经水，因受天部照射之热，经水气化蒸发如漏失一般，故名漏阴。

4) 足少阴阴跷脉之会。同照海名解。

附注：八脉交会穴一通阴跷脉。

照海穴意义：肾经经水在此大量蒸发。

气血特征：气血物质为地部经水及其蒸发的水气。

运行规律：外来经水屯于穴内，气化之气上行天之天部。

功能作用：吸热生气。

主治疾病：咽喉干燥，痢证，失眠嗜卧，惊恐不宁，目赤肿痛，月经不调，痛经，赤白带下，阴挺阴痒，疝气，小便频数，不寐脚气。

〔人体穴位配伍〕配列缺穴、天突穴、太冲穴、廉泉穴治咽喉病症；配神门穴、风池穴、三阴交穴治阴虚火旺之失眠症。

〔治法〕寒则点刺出血，热则补之灸之。

〔生理解剖〕在拇趾外展肌止点；后方有胫后动、静脉；布有小腿内侧皮神经，深部为胫神经本干。

复溜穴

取穴方法：复溜穴位于小腿内侧，太溪穴直上 2 寸，跟腱的前方（脚踝内侧中央上二指宽处，胫骨与跟腱间）。

复溜穴（伏白穴，昌阳穴）解析：

(1)复溜。复，再也。溜，悄悄地散失也。复溜名意指肾经的水湿之气在此再次吸热蒸发上行。本穴物质为照海穴传输来的寒湿水气，上行至本穴后因其此再次吸收天部之热而蒸升，气血的散失如溜走一般，故名复溜。

(2)伏白。伏，隐藏、埋伏也。白，肺性之气也。伏白名意指本穴吸热溜散的水气隐伏着肺金之气的凉湿之性。本穴物质为照海穴传来的寒湿水气，在本穴吸热后温度上升而变为肺金之性的凉湿之气，故名伏白。

(3)昌阳。昌，昌盛繁荣也。阳，阳气也。昌阳名意指肾经阳气至

本穴后才变为昌盛繁荣之状。本穴物质为照海穴传来的寒湿水气，在本穴吸热后变为了天部的阳气，肾经阳气在此变得繁荣昌盛，故名昌阳。

(4)肾经经穴。经，经过也，动而不居也。本穴物质为吸热上行的天部阳气，经过本穴动而不居，故为肾经经穴。

(5)本穴属金。属金，指本穴气血运行变化表现出的五行属性。本穴物质为肾经的天部阳气，性温热，与肺金之气同性，故其属金。

附注：肾经经穴。

复溜穴意义：肾经的水湿之气在此再次吸热蒸发上行。

气血特征：气血物质为天部之气，性温热，与肺金之气同性。

运行规律：散热后循肾经横传于交信穴。

功能作用：补肾益气。

主治疾病：泄泻，肠鸣，水肿，腹胀，腿肿，足痿，盗汗，脉微细时无，身热无汗，腰脊强痛。

肾炎、神经衰弱、精力衰退、记忆力减退、手脚冰冷、浮肿。该穴为人体足少阴肾经上的重要俞穴。

【人体穴位配伍】 配后溪穴、阴郄穴治盗汗不止；配中极穴、阴谷穴治癃闭。

【治法】 寒则先泻后补或补之或多灸，热则泻针出气。

【生理解剖】 在比目鱼肌下端移行于跟腱处之内侧；前方有胫后动、静脉；布有腓肠内侧皮神经，小腿内侧皮神经，深层为胫神经。

交信穴

取穴方法：交信穴位于人体的小腿内侧，当太溪穴直上 2 寸，复溜穴前 0.5 寸，胫骨内侧缘的后方。

交信穴（内筋穴）解析：

1) 交信。交，交流、交换也。信，信息也。该穴名意指肾经经气由此交于三阴交穴。本穴物质为复溜穴传来的水湿之气，因其吸热扬散而质轻，因此从本穴外走脾经气血所在的天部层次，故名。

2) 内筋。内，与外相对，指本穴交于三阴交穴的气血物质来自于肾经所处的内部。筋，肝风也。内筋名意指本穴气血以风气的形式由

内向外传输。理同交信名解。

3) 阴跷脉郄穴。郄，孔隙也。本穴既为肾经之穴同时又为阴跷脉之穴，但由于本穴气血为凉湿水气，外传脾经的气血是吸热后的气血，量不多，如从孔隙中外出一般，故为阴跷脉郄穴。

附注：阴跷脉郄穴。

交信穴意义：肾经经气由此交于三阴交穴。

气血特征：气血物质为水湿之气。

运行规律：吸热后横向外走三阴交穴。

功能作用：外散寒冷水湿。

主治疾病：月经不调，崩漏阴挺，泄泻，大便难，睾丸肿痛，五淋疝气，阴痒，泻痢赤白，膝、股内廉痛。

【人体穴位配伍】配关元穴、三阴交穴治妇科疾患之月经不调；配太冲穴、血海穴、地机穴治崩漏；配中都穴治疝气；配阴陵泉穴治五淋；配中极穴治癃闭；配关元穴治阴挺。

【治法】寒则先泻后补或补之灸之，热则泻之。

【生理解剖】在趾长屈肌中；深层为胫后动、静脉；布有小腿内侧皮神经，后方为胫神经本干。

筑宾穴

取穴方法：筑宾穴位于人体的小腿内侧，当太溪穴与阴谷穴的连线上，太溪穴上5寸，腓肠肌肌腹的内下方。

筑宾穴 解析：

1) 筑宾。筑，通祝，为庆祝之意。宾，宾客也。该穴名意指足三阴经气血混和重组后的凉湿水气由此交于肾经。本穴物质为三阴交穴传来的凉湿水气（足三阴经气血在三阴交穴混和后既无热燥之性亦无寒冷之性），性同肺金之气，由此传入肾经后为肾经所喜庆，本穴受此气血如待宾客，故名。

2) 阴维脉郄穴。郄，孔隙也。本穴既为肾经之穴，同时又为阴维脉之穴，而三阴交穴传入本穴的气血较为细少，如从孔隙中传来一般，故为阴维脉郄穴。

附注：阴维脉郄穴。

筑宾穴意义：足三阴经气血混和重组后的凉湿水气由此交于肾经。；

气血特征：气血物质为天部的凉湿水气。

运行规律：散热后横向下行阴谷穴。

功能作用：散热降温。

主治疾病：癫狂痫症，呕吐涎沫，疝痛，小儿脐疝，小腿内侧痛。

〔人体穴位配伍〕配肾俞穴、关元穴治水肿；配大敦穴、归来穴治疝气；配承山穴、合阳穴、阳陵泉穴治小腿痿、痹、瘫；配水沟穴、百会穴治癫、狂、痫证。

〔治法〕寒则补之灸之，热则泻之。

〔生理解剖〕在腓肠肌和趾长屈肌之间；深部有胫后动、静脉；布有腓肠内侧皮神经和小腿内侧皮神经，深层为胫神经本干。

阴谷穴

取穴方法：阴谷穴位于腘窝内侧，屈膝时，当半腱肌肌腱与半膜肌肌腱之间（大腿内侧，膝盖关节内侧5厘米左右上方的穴位）。

阴谷穴解析：

(1)阴谷。阴，阴性水湿也。谷，肉之大会也，两山所夹空隙也。该穴名意指肾经的水湿之气在此汇合并形成大范围的水湿云气常本穴物质为筑宾穴传来的水湿之气，行至本穴后聚集为水湿云气，水湿云气性寒冷，故名。

(2)肾经合。合，汇合也。本穴为肾经的水湿之气汇合之处，故为肾经合穴。

(3)本穴属水。属水，指本穴气血物质运行变化表现出的五行属性。本穴物质为天之下部的的水湿云气，性寒冷，表现出水的润下特征，故其属水。

附注：肾经合穴，属水。

阴谷穴意义：肾经的水湿之气在此汇合并形成大范围的水湿云气常

气血特征：气血物质为天之下部的高浓度冷湿水气。

运行规律：大部分冷降归于地部，小部分吸热后循肾经上行。

主治疾病：阳痿，疝痛，月经不调，崩漏，小便难，阴中痛，癰狂，膝股内侧痛，指压该穴，对于治疗多汗症非常有效，是人体足少阴肾经上的重要穴位之一。

【人体穴位配伍】 配照海穴、中极穴治癰闭；配大赫穴、曲骨穴、命门穴治寒疝、阳痿、早泄、月经不调、崩漏。

【治法】 寒则点刺出血或灸之或泻之，热则水针或补之。

【生理解剖】 在半腱肌腱和半膜肌腱之间；有膝上内侧动、静脉；布有股内侧皮神经。

横骨穴

取穴方法：横骨穴位于人体的下腹部，当脐中下5寸，前正中线旁开0.5寸。

横骨穴（下极穴，屈骨穴，屈骨端，曲骨端）解析：

1）横骨。横，指穴内物质为横向移动的风气也。骨，指穴内物质中富含骨所主的水液。该穴名意指肾经的水湿云气在此横向外传。本穴物质为阴谷穴横行传至的冷湿水气，至本穴后，因吸热胀散并横向传于穴外，外传的风气中富含水湿，故名。

2）下极。下，指本穴位于胸腹的最下部。极，屋顶之意，指穴内为天部之气。下极名意指肾经气血在本穴达到了它所能上行的最高点。本穴物质为阴谷穴传来的寒湿水气，因其寒湿滞重要靠不断地吸热才能上行，而本穴则是肾经下部经脉气血上行所能到达的最高点，故名下极。）

3）屈骨。屈，亏缺之意。骨，阴性水液也。屈骨名意指肾经气血由于本穴的向外散失而处于亏缺之状。本穴物质为阴谷穴传来的寒湿水气，量不大，至本穴后因受热而胀散并散失肾经之外，肾经气血因此更加亏缺，故名屈骨。屈骨端名意与屈骨近同，端指肾经吸热上行的气血在此到达顶端。

4）曲骨端。曲，隐秘也。骨，肾主的水液也。端，极点、尽头也。曲骨端名意指肾经吸热上行的水湿至此已到尽头。理同屈骨名解。

附注：冲脉、足少阴会穴。

气血特征：气血物质为天部的水湿云气。

运行规律：受热后循肾经上传大赫穴及输散腹部各处。

功能作用：清热除燥。

主治疾病：阴部痛，少腹痛，遗精，阳痿，遗尿，小便不通，疝气。

〔人体穴位配伍〕配中极穴、三阴交穴治癃闭；配关元穴、肾俞穴、志室穴、大赫穴治阳痿、遗精、崩漏、月经不调。

〔治法〕寒则先泻后补或泻之或灸，热则补之。

〔生理解剖〕有腹内、外斜肌腱膜，腹横肌腱膜及腹直肌；有腹壁下动、静脉及阴部外动脉；布有髂腹下神经分支。

大赫穴

取穴方法：大赫穴位于下腹部，从肚脐到耻骨上方画一线，将此线五等分，从肚脐往下五分之四点的左右一指宽处（当脐中下4寸，前正中线旁开0.5寸）

大赫穴（阴维穴，阴关穴）解析：

(1)大赫。大，大也、盛也。赫，红如火烧十分显耀也。大赫名意指体内冲脉的高温高湿之气由本穴而出肾经。本穴物质为体内冲脉外出的高温高压水湿之气，因其高温而如火烧一般显耀，因其高压而气强劲盛大，故名大赫。

(2)阴维。此名是从本穴的特定功能上而言的。本穴物质为冲脉外传的高温高压水气及横骨穴传来的寒湿水气，在冲脉强劲之气的带动下，横骨穴传来的寒湿水气由此输布胸腹各部，有维护胸腹阴面阴液的作用，故名阴维。

(3)阴关。阴，阴液也。关关卡也。阴关名意指冲脉外输的强劲热只能带动本穴天部的水湿之气上行，而对穴内流行的地部经水则无此作用，阴性水液只能循肾经下行。

(4)冲脉足少阴之会。理同大赫名解。

附注：冲脉、足少阴之会穴。

大赫穴意义：体内冲脉的高温高湿之气由本穴外传肾经。

运行规律：循肾经上传。

功能作用：散热生气。

主治病症：阴部痛，阳痿、早泄，遗精，子宫脱垂，带下，月经不调，痛经，不妊，泄泻，痢疾、膀胱疾病等。该穴为人体足少阴肾经上的重要穴位。

〔人体穴位配伍〕 配阴交穴、肾俞穴、带脉穴、大敦穴、中极穴治阳痿、遗精、带下；配命门穴、肾俞穴、志室穴、中极穴、关元穴治男科病、不育症。

〔治法〕寒则补之灸之，热则泻针出气。

〔生理解剖〕在腹内、外斜肌腱膜，腹横肌腱膜及腹直肌中；有腹壁下动、静脉肌支；布有第十二肋间神经及髂腹下神经。

气穴

取穴方法：气穴位于人体的下腹部，当脐中下 3 寸，前正中线旁开 0.5 寸（关元穴左右一指宽处）。

气穴（胞门穴，子户穴）解析：

气穴。穴内物质为气态物也。本穴物质为大赫穴传来的高温高压水气，至本穴后，快速强劲的高温高压水气势弱缓行并扩散为温热之性的气态物，故而得名。

(2)胞门。胞，胞宫也。门，出入的门户也。胞门名意指胞宫的外输气血由此外出冲脉。本穴物质为天部的温热之气，此气来源于胞宫，在本穴开始向冲脉以外传输，是冲脉气血外出的主要门户，故名胞宫。子户名意与胞宫同。

(3)冲脉足少阴之会。本穴物质既有肾经气血又有冲脉气血，故为冲脉足少阴之会。

附注：冲脉、足少阴会穴。

气穴意义：肾经冲脉气血在此变为和缓的热气。

气血特征：气血物质为热性水气。

运行规律：循肾经上传及散输小腹各部。

功能作用：补益冲任。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/588042065026007014>