

**(一)手太陰肺經の腧穴**

**(二)手少陰心經の腧穴**

**(三)手厥陰心包經の腧穴**

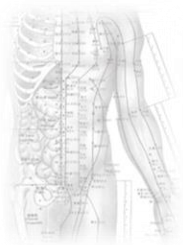


手太陰肺経の腧穴・手少陰心経の腧穴・手厥陰心包経の腧穴

■全部 11個

■代表する腧穴

中府 尺沢 孔最 列缺 太淵 少商



手太陰肺経の腧穴・手少陰心経の腧穴・手厥陰心包経の腧穴

腧穴名	位置	効用と主治
中府	前正中線の横6寸、前胸部の外上方、肩甲骨烏口突起内側の下で第一肋骨間隙	肃降肺气・和胃降逆 咳嗽、呼吸困難、胸痛、肩と背中の疼痛
尺沢	肘をやや屈曲し、肘窩横紋上、上腕二頭筋橈側縁	調理肺气・滋陰潤肺・降逆止嘔 咳嗽、呼吸困難、胸痛、胸苦しい、咯血、口渇、発熱、咽喉腫痛、嘔吐、上腕内側疼痛、痙攣
孔最	前腕内側面の橈側、尺澤と太淵の連線、手根横紋の上7寸	肃降肺气・凉血止血・清利咽喉 咳嗽、喘息、咯血、嘔れ声、頭痛、咽喉腫痛、痔、上肢痙攣疼痛
列缺	前腕内側面の橈側縁、橈骨茎状突起の上、手根横紋の上1.5寸、腕橈骨筋健と長母指外転筋腱の間	解表散邪・宣肺理气・通利咽喉 咳嗽、喘息、咯血、咽喉腫痛、頭痛、鼻炎、鼻血、歯痛、上肢麻痺、顔面麻痺、肩こり、寝違え、癲癇、驚風、血尿、夜尿症、遺精、蕁麻疹、腱鞘炎
太淵	手根横紋の橈側、橈骨動脈と長母指外転筋の間の陥凹部	補益肺气・止咳化痰 感冒、咳嗽、呼吸困難、胸痛、胸苦しい、咯血、咽喉腫痛、乳房疼痛、手首疼痛、頭痛、嘔気
少商	母指末節骨の橈側、爪甲根部で爪甲角の横0.1寸	清熱利咽・清脳開竅・鎮静鎮痙 発熱、咽喉腫痛、嘔れ声、咳嗽、鼻血、意識昏睡、癲癇、熱中症、統合失調症、痙攣

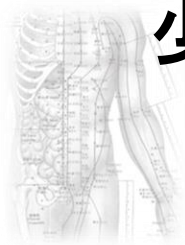
手太陰肺経の腧穴・手少陰心経の腧穴・手厥陰心包経の腧穴

■全部 19個

■代表する腧穴

極泉 少海 靈道 通里 陰郛 神門

少府 少衝



手太陰肺経の腧穴・**手少陰心経の腧穴**・手厥陰心包経の腧穴

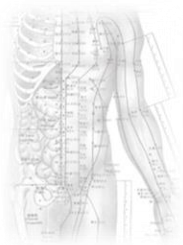
腧穴名	位置	効用と主治
<b>極泉</b>	上腕を外転し、腋窩の真中、腋窩動脈の拍動部	<b>寛胸理気・鎮静安神</b> 胸痛、動悸、息切れ、胸苦しい、上腕と肩の疼痛、腕神経叢損傷、リンパ節腫大、腋臭
<b>少海</b>	肘を屈曲し、肘窩横紋尺側端と上腕骨内側上顆間の直線の中央	<b>理気止痛・寧心安神</b> 胸痛、上腕の疼痛と麻痺、頭痛、腋窩部疼痛、健忘、神経痛、精神障害、癲癇、嘎れ声、リンパ節腫大
<b>靈道</b>	前腕前面の尺側、尺側手根屈筋の橈側縁、腕関節横紋の上1.5寸	<b>寛胸理気・寧心安神</b> 胸痛、精神障害、上肢の疼痛と麻痺、嘎れ声
<b>通里</b>	前腕前面の尺側、尺側手根屈筋の橈側縁、腕関節横紋の上1寸	<b>理気止痛・寧心安神・通利咽喉</b> 胸痛、動悸、不整脈、いら立ち、言語障害、上肢の疼痛と麻痺、嘎れ声、画面紅潮、寝汗、月経過多、不正性器出血
<b>陰郄</b>	前腕前面の尺側、尺側手根屈筋の橈側縁、腕関節横紋の上0.5寸	<b>寧心安神・涼血止汗</b> 胸痛、動悸、寝汗、吐血、鼻血、嘎れ声
<b>神門</b>	尺側手根屈筋の橈側縁、腕関節横紋の尺側端	<b>補益心気・鎮静安神</b> 胸痛、動悸、不眠症、神経症、健忘、認知症、癲癇、躁鬱、統合失調症、高血圧症、嘎れ声、息切れ
<b>少府</b>	第4、5中手骨頭後縁の間	<b>清心寧神・通理小腸</b> 胸痛、いら立ち、臆病、化膿性皮膚炎、陰部掻痒、小指の疼痛と痺れ
<b>少衝</b>	小指末端橈側、爪根の角を去る0.1寸	<b>清熱熄風・寧心安神・醒腦開竅</b> 動悸、胸痛、癲癇、躁鬱、精神障害、昏睡、発熱、息切れ、胸苦しい、上肢疼痛

手太陰肺経の腧穴・手少陰心経の腧穴・手厥陰心包経の腧穴

■全部 9個

■代表する腧穴

曲沢 郄門 内関 大陵 労宮 中衝



手太陰肺経の腧穴・手少陰心経の腧穴・**手厥陰心包経の腧穴**

腧穴名	位置	効用と主治
<b>曲沢</b>	上腕二頭筋腱尺側の肘窩横紋部	<b>清心鎮痛・和胃降逆</b> 胸痛、動悸、胃痛、吐血、嘔吐、熱中症、発熱、上腕と前腕の疼痛
<b>郄門</b>	前腕前面、長掌筋腱とと橈側手根屈筋の間、腕関節横紋の上5寸	<b>清心鎮静・涼血止血</b> 胸痛、動悸、易怒性、癲癇、咯血、吐血、鼻血、化膿性皮膚炎
<b>内関</b>	前腕前面、長掌筋腱と橈側手根屈筋の間、腕関節横紋の上2寸	<b>寛胸理気・寧心安神・降逆和胃</b> 胸痛、胸苦しい、動悸、不整脈、胃痛、悪心、嘔吐、不眠症、癲癇、うつ病、精神障害、前腕疼痛
<b>大陵</b>	前腕前面、長掌筋腱と橈側手根屈筋の間、腕関節横紋の中央	<b>寛胸理気・清心寧神</b> 胸痛、動悸、胸苦しい、咳、嘔吐、神経症、癲癇、精神障害、前腕と手首の疼痛
<b>労宮</b>	手のひら、第2, 3中手骨中央の掌横紋上	<b>清心寧神・消腫止痒</b> 脳卒中、熱中症、昏睡、癲癇、精神障害、胸痛、口内炎、口臭、発熱、出血
<b>中衝</b>	中指先端の中央	<b>瀉熱清心・醒脳開竅</b> 脳卒中、熱中症、昏睡、言語障害、高熱 小児の痙攣、夜泣き、