

任脉 24 个高清穴道图

任脉分布于人体前正中线及颈部、口旁、面部，循行 24 个穴位，首穴为会阴，末穴为承浆。其中有 21 个穴位在腰部及胸腹部，其余 3 个穴位则分布在颈面部。

【 经 络 循 行 】

任脉

会阴
曲骨
中极
关元
石门
气海
阴交
神阙
水分
下脘
建里
中脘
上脘
巨阙
鸠尾
中庭
膻中
玉堂
紫宫
华盖
璇玑
天突
廉泉
承浆

循行：任脉者，起于中极之下，以上毛际，循腹里，上关元，至咽喉，上颐，循面，入目。

穴位：

任脉穴行二十四，会阴潜伏两阴间。
曲骨之前中极在，关元石门气海边。
阴交神阙水分处，下脘建里中脘前。
上脘巨阙连鸠尾，中庭膻中玉堂里。
紫宫华盖循璇玑，天突廉泉承浆止。

任脉病证

任脉男子结七疝，女子带下瘕聚见，
脉别实则腹皮痛，虚则痒搔尾翳缘。

任脉起始于胞中，下出会阴，经阴阜，沿腹部和胸部正中线上行，经过咽喉，到达下唇内，环绕口唇，并向上分行至两目下。

【主治病症】

泌尿生殖系统病症：月经不调，遗精，阳痿，遗尿，排尿困难。

胃肠道疾病：腹部疼痛，肠鸣，消化不良，呕吐，腹泻。

呼吸系统病症：咳喘，咽喉肿痛。其他：心悸，癫痫。

1、会阴穴



精确取穴：在会阴部，男性在阴囊根部与肛门连线的中点处；女性在大阴唇后联合与肛门连线的中点。

主治疾病：遗尿、阳痿、遗精、月经不调、阴痛、阴挺、脱肛。

2、曲骨穴



精确取穴：在前正中线上，耻骨联合上缘的中点处。

主治疾病：阳痿、遗精、阴囊潮湿、月经不调、痛经、带下。

3、中极穴



精确取穴：在下腹部，前正中线上，脐中下4寸。

主治疾病：1 疝气偏坠、遗尿、癃闭。2 遗精、阳痿、崩漏、不孕。

4、关元穴



精确取穴：在下腹部，前正中线上，脐中下 3 寸。

主治疾病：1 小腹疼痛、腹泻、疝气。2 遗精、早泄、月经不调、痛经、小便频数、遗尿。
3 中风脱证、虚劳冷惫。

5、石门穴



精确取穴：在下腹部，前正中线上，脐中下 2 寸。

主治疾病：1 腹痛、腹胀、泄泻、疝气、小便不利、水肿。2 遗精、阳痿、经闭、带下、崩漏、产后恶露不尽。

6、气海穴



精确取穴：在下腹部，前正中线上，脐中下 1.5 寸。

主治疾病：1 腹痛、泄泻、便秘。2 遗尿、遗精、月经不调、崩漏、带下、阴挺。3 中风脱证、虚劳羸瘦。

7、阴交穴



精确取穴：在下腹部，前正中线上，脐中下1寸。

主治疾病：1 腹痛、疝气、小便不利、水肿。2 月经不调、崩漏、赤白带下。

8、神阙穴



精确取穴：在腹中部，脐中央。

主治疾病：1 腹痛、泄泻、痢疾、便秘、脱肛。2 水肿、小便不禁。3 虚脱。

9、水分穴



精确取穴：在上腹部，前正中线上，脐中上1寸。

主治疾病：1 腹痛、泄泻、反胃吐食。2 腹胀、小便不利、水肿。3 小儿陷胸、腰脊强急。

10、下脘穴



精确取穴：在上腹部，前正中线上，脐中上 2 寸。

主治疾病：1 腹痛、腹胀、泄泻、呕吐、食谷不化。2 消瘦、虚肿。

11、建里穴



精确取穴：在上腹部，前正中线上，脐中上 3 寸。

主治疾病：1 胃痛、呕吐、腹胀、食欲不振。2 胃脘疼痛、肠中切痛、水肿。

12、中脘穴



精确取穴：在上腹部，前正中线上，脐中上 4 寸。

主治疾病：1 胃痛、呕吐、吞酸、呃逆、腹胀、纳呆、痞疾、黄疸。2 咳喘痰多。3 失

眠、癫狂病。

13、上脘穴



精确取穴：在上腹部，前正中线上，脐中上 5 寸。

主治疾病：1 胃痛、呕吐、呃逆、腹胀、食谷不化、黄疸、吐血。2 癫病。

14、巨阙穴



精确取穴：在上腹部，前正中线上，脐中上 6 寸。

主治疾病：1 胃痛、呕吐、吞酸。2 胸痛、心悸。3 癫狂病。

15、鸠尾穴



精确取穴：在上腹部，前正中线上，胸剑结合部下1寸。

主治疾病：1 胸闷、心悸、心痛。2 胃痛、腹胀、噎膈、呕吐。3 癫狂痫。

16、中庭穴



精确取穴：在胸部，前正中线上，平第5肋间，即胸剑结合部。

主治疾病：胸胁胀痛、心痛、呕吐、小儿吐乳。

17、膻中穴



精确取穴：在胸部，前正中线上，平第4肋间，两乳头连线的中点。

主治疾病：1 胸闷、胸痛、心痛、心悸。2 呕吐、呃逆。3 产后少乳、乳痈。

18、玉堂穴



精确取穴：在胸部，前正中线上，平第 3 肋间。

主治疾病：1 咳嗽气喘、胸痛、喉痹咽痛。2 呃逆、呕吐。3 两乳肿痛。

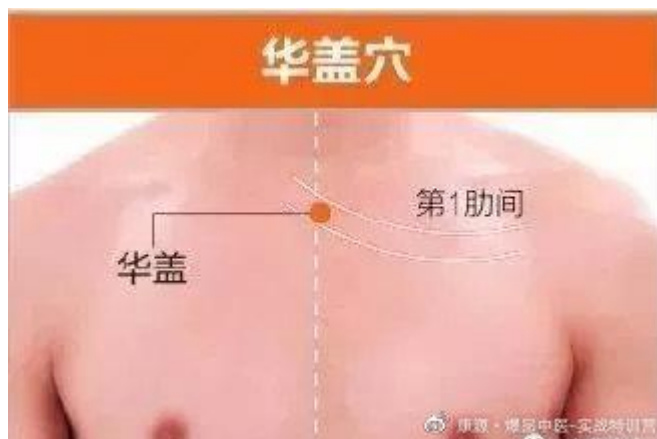
19、紫宫穴



精确取穴：在胸部，前正中线上，平第 2 肋间。

主治疾病：1 咳嗽、气喘、胸痛、胸闷。2 喉痹、呕吐、饮食不下。

20、华盖穴



精确取穴：在胸部，前正中线上，平第 1 肋间。

主治疾病：1 胸胁胀痛、咳嗽、气喘。2 咽喉肿痛。

21、璇玑穴



精确取穴：在胸部，前正中线上，胸骨上窝中央下1寸。

主治疾病：1 咳嗽、气喘、胸痛、咽喉肿痛。2 胃中积滞。

22、天突穴



精确取穴：在颈部，前正中线上，胸骨上窝中央。

主治疾病：1 胸痛、咳嗽、哮喘。2 咽喉肿痛、暴暗、瘰气、梅核气。

23、廉泉穴



精确取穴：在颈部，前正中线上，喉结上方，舌骨上缘凹陷处。

主治疾病：1 舌下肿痛、舌纵流涎、舌强不语、口舌生疮。2 舌本挛急、暴暗、吞咽困难。

24、承浆穴



精确取穴：在面部，颏唇沟的正中凹陷处。

主治疾病：1 口眼歪斜、唇紧、齿龈肿痛、牙痛、流涎、暴暗、口舌生疮、消渴。2 癫狂。