**족소음 신경足少陰腎經**

허리와 관련되어져 땔래야 땔수없는 신경맥입니다.

특히 현대인들의 좌식문화, 보행량의 절대부족은 거의 대부분 사람들의 ‘신’기능을 저하시키고 있습니다.

특히 여성과 관련되어져 남성과의 골반의 형태차이, 임신과 분만에 관련되어진 여러 문제들로 인해 신경맥의 유주경로에 많은 이상들이 나타나고 이것의 치료가 단순한 요통은 물론 내분비계통,전신의 순환력개선등 많은 효과를 좌우한다고 여겨집니다.

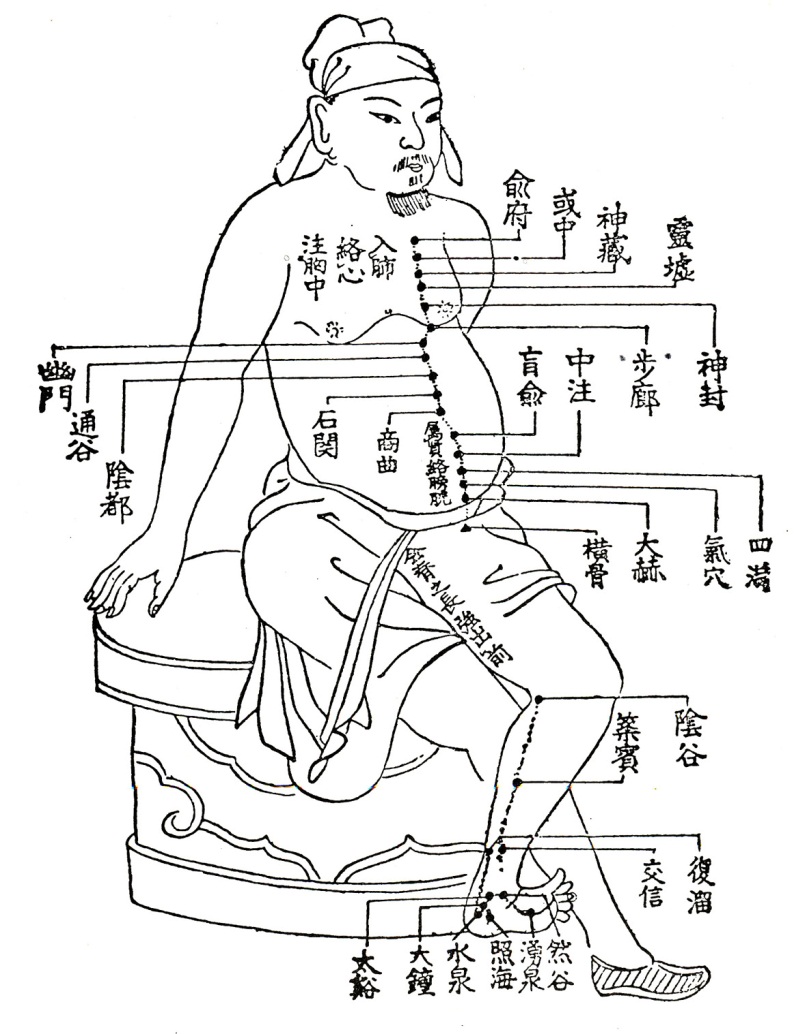
신경맥은 또한 체간전면부에서 임맥의 보조경락으로서도 역할을 수행하므로 알수없는 가슴의 답답함(물론 관련된 흉추분절과 흉곽에도 이상이 나타나있겠지요)을 많이 느끼는 경락입니다.

개인적으로는 하지의 허,실을 구분하여 ‘버티는 기공수련(참장공)’을 하도록 하게 하여 좋은 효과를 보기도 합니다.

하지의 경락에 나타난 허실에 맞게 특정한 보(정지된 상태에서의 여러 다리자세)법을 행하게 한후 호흡과 함께 버티는 수련을 하게 되면 놀라운리 만치 좋은 효과를 볼 수있지요.

하체의 기운 흐름이 원만하고 안정되어지고 되면 기운이 위로 치솟아 생기는 상기현상의 하나인 가슴이 답답한 증세들도 같이 사라지게 됩니다.

물론 경직되어지고 수축되어진 근부에는 적절한 늘리는 운동도 필요하구요.



**(1) 순행로선循行路線―유주流注―**

족소음 신경의 경맥은 족소지足小趾①의 하면에서 시작하여 비스듬이 발바닥 즉 족저중심足底中心의 용천湧泉을 거쳐 발의 안쪽 주상골조융하면舟狀骨粗隆下面 연곡然谷②으로 나오고, 안쪽 복숭아뼈 즉 내과內踝의 후면后面③을 따라서 발 뒤꿈치④에 분포한다.

 여기서 상향上向하여 족태음 비경足太陰脾經과 삼음교三陰交에서 교회交會하고 장딴지 살⑤을 거쳐, 더 위로 올라가 슬와膝窩⑥의 안쪽을 경유 다시 위로 대퇴大腿 안쪽의 후방⑦을 쫓아 올라가 미골尾骨 끝에 있는 독맥督脈의 장강長强을 교회한다.

․ 그리고 척추脊椎의 안쪽을 관통貫通하여 신腎⑧에 속屬하고, 방광膀胱⑨을 락絡한 후 아울러 임맥任脈의 관원關元․중극中極을 교회한다.

 그 일조분지一條分支는 신腎에서 직상直上⑩하여 간肝과 횡격막橫膈膜⑪을 통과해서 폐肺⑫로 들어간 다음 후, 인두(喉, 咽頭)⑬를 따라 설舌⑭에 분포된다.

 또 다른 일조분지一條分支는 폐肺에서 분출分出하여, 심心⑮과 서로 연락되며 흉부胸部에 산포散布된다.

**설명**: 다섯째발가락(소지小指)의 아랫면에서 시작하여 발바닥의 중앙을 비스듬히 지나 주상골조면舟狀骨粗面의 아래를 통과하여 내과內踝의 뒤를 돌아 종골踵骨(발꿈치 뼈)의 내측內側으로 들어간다.

 그리고 거기에서 비복근腓腹筋(장딴지)의 내측을 따라 올라가 슬와膝窩의 내측으로 들어가며 다시 상행하여 신腎으로 들어가고 방광에 연락된다.

 직행하는 맥脈은 신腎에서 더 상행하여 간肝에 이르며 횡격막橫膈膜을 관통하여 폐肺에 들어가고 후두喉頭를 돌아 설근舌根을 감싼다.

 그 지맥支脈은 폐肺에서 나와 심心으로 연락되며 흉중胸中에 들어가 수手의 궐음심포경맥厥陰心包經脈에 접합된다.

**※**새끼발가락 아래쪽에서 시작하여 발바닥 가운데로 비스듬히 나가 주상골 아래로 나와서, 안쪽 복사뼈 뒤와 발뒤꿈치 사이를 가르고 장단지 안쪽 뒤 가장자리를 따라 올라가 오금 안쪽으로 나와서 허벅다리 안쪽 뒤 가장자리를 따라 올라 뒤구멍으로 가서 등뼈를 뚫고 콩팥에 속하고 오줌보를 얽는다.

 콩팥에서 한 줄기는 곧추 올라가 간과 가름막을 뚫고 허파로 들어갔다가 숨통을 따라 올라가서 혀 밑으로 간다.

 또 한 줄기는 허파에서 갈라져 나와 염통을 얽고 가슴속으로 쏠려 들어간다. 여기서 수궐음심포경맥과 연결된다.

**(2) 연계장부聯系臟腑**

속屬 신腎하고, 락絡 방광膀胱한다. 아울러 간肝․폐肺․심心 등의 장기臟器와도 직접연계直接聯系된다.

**(3) 경장병후經臟病候**

 이 경맥의 시동병是動病으로는 식욕부진이 있고 안면이 검게 변한다. 기침이 나오고 타액에 피가 섞여 나오며 심한 천명喘鳴이 일어난다.

 시력장애가 나타나고 의식이 흐릿하게 된다. 기氣가 부족하여 공포감이나 정신불안정 상태에 빠진다.

 소생병所生病으로는 구내口內의 열감熱感․인후두부咽喉頭部의 종창腫脹․기氣의 역상逆上 등이 일어나 인두咽頭가 마르고 아프며 가슴 두근거림․심부통心部痛․황달黃疸․하리下痢 등이 일어난다.

 또한 척추와 대퇴부 내측內側에 통증이 있고 하지下肢에 운동마비와 냉감冷感, 발바닥에 열감熱感과 통증이 나타난다.

 (가) 본경병후本經病候

 척배동통脊背疼痛․요통腰痛․양족역냉兩足逆冷․족위무력足痿無力․구건인통口乾咽痛․비부급퇴부후면통鼻部及腿部后面痛․족저통足底痛 등.

 (나) 내장병후內臟病候

 현운眩暈․면부부종面部浮腫․면색회암面色灰暗․목시모호目視模糊․기단氣端․기수嗜睡․심번心煩․대변당박大便溏薄․구사久瀉․대변난삽大便難澁․복창腹脹․구오嘔惡․양위陽萎

**(4) 주치범위主治範圍 급 작용부위作用部位**

요복腰腹․생식生殖․비뇨泌尿․인후咽喉 및 정신방면질환精神方面疾患 등.

**(5) 소속경혈所屬經穴:**27穴, 좌우 54穴.

**(6) 병증별病症別 혈穴 분류分流**

① 신장의 음기운을 북돋아 주고자 할 때(자신음滋腎陰)

 ㄱ) 통증을 가라앉히고자 할 때(진통鎭痛)

 • 머리꼭대기가 아플 때(두정통頭頂痛): 용천혈湧泉穴

 • 목구멍이 아플 때(인후통咽喉痛): 연곡然谷․태계太谿․조해혈照海穴

 • 허리가 아플 때(요통腰痛): 복류腹留․태계혈太谿穴

 • 이빨이 아플 때(치통齒痛): 태계혈太谿穴

 ㄴ) 위로 솟구치는 화기를 아래로 끌어당기고자 할 때(강화降火)

 • 방광염(膀胱炎): 연곡然谷․태계혈太谿穴

 • 신염(腎炎): 태계太谿․복류혈腹留

 • 고환염(睾丸炎): 복류腹留․태계太谿․조해혈照海穴

 • 귀에서 윙하고 소리가 날 때(이명耳鳴): 태계太谿․복류혈腹留穴

 ㄷ) 생리기능을 고르게 하고자 할 때(조경調經)

 • 생리가 고르지 못할 때(월경부조月經不調): 태계太谿․수천水泉․연곡然谷․조해혈照海穴

 • 여성의 성기에서 지속적으로 또는 갑자기 피가 비칠 때(붕누崩漏): 음곡혈陰谷穴

 • 생리통이 심하거나 갑자기 생리가 끊겼을 때(통경痛經․폐경閉經): 수천혈水泉穴

 • 출산이 늦어져 산모가 힘들 때(난산難産): 용천湧泉․조해혈照海穴

 ㄹ) 땀 흘리는 것을 그치고자 할 때(지한止汗): 복류혈腹留穴

 ㅁ) 혈압을 내리고자 할 때(강압降壓): 용천혈湧泉穴

 ② 신장의 양 기운을 덮혀 주고자 할 때(온신양溫腎陽)

 ㄱ) 소변보는 것을 순조롭게 하고자 할 때(이뇨利尿)

 • 소변이 시원치 않고 다 누고 나서도 조금 남아 있다는 느낌이 들 때(소변여력小便餘瀝): 용천湧泉․태종太宗․수천水泉․조해照海․음곡혈陰谷穴

 • 몸이 부을 때(수종水腫): 복류腹留․태계혈太谿穴

 • 세 살이 넘어도 오줌을 못 가릴 때(유뇨遺尿): 음곡陰谷․복류혈腹留穴

 ㄴ) 비장의 기능을 좋게 하고자 할 때(이비理脾)

 • 배가 아프면서 설사를 할 때(복사腹瀉): 연곡然谷․조해照海․태계혈太谿穴

 • 변비 기운이 있을 때(변비便秘): 태종太宗․조해혈照海穴

 ㄷ) 호흡에서 들여 마시는 숨을 더 잘하고 싶을 때(납기納氣)

 ※ 한의학에서는 호흡을 할 때 내 쉬는 숨은 폐에서 하고 들이마시는 숨은 신장이 폐의 기운을 끌어 당겨서 하게 되니 결국 신장에서 하는 것으로 되어 있어 일부 폐의 질병 중에는 신장을 치료해야만 하는 경우가 더러 있다.

 • 폐기종(肺氣腫): 태계太谿․복류혈腹留穴

 • 기가 발산되지 못하여 생기는 숨이 차는 증상(기천氣喘): 태종太宗․태계太谿․복류혈腹留穴

 ㄹ) 통증을 멈출 때(지통止痛)

 • 양기가 부족하여 청양의 기운이 위로 올라가지 못하여 생기는 머리 아픔인데, 대체적으로 머리는 은근히 아프면서 눈이 부시고, 찬 것을 싫어하며 손발이 찰 때(양허두통陽虛頭痛): 용천湧泉․태계혈太谿穴

 • 무리한 성생활 등으로 인하여 양기가 부족하여 생기는 허리 아픔인데 대체로 허리가 은근히 아프면서 따뜻하게 하면 조금은 편하고 오래 서 있을 수가 없을 때(양허요통陽虛腰痛): 복류腹留․태계혈太谿穴

 ③ 심장과 신장을 서로 통하게 하고 마음을 가라앉히고자 할 때(교통심신交痛心腎․진정鎭靜)

 • 히스테리 기운이 있을 때( 病): 용천湧泉․태종太宗․조해혈照海穴

 • 신경이 너무 예민할 때(신경예민神經銳敏): 용천湧泉․태종太宗․조해照海․수천혈水泉穴

**(7) 오유혈五兪穴**

 『정목혈 井木穴 ～ 용천湧泉』

 『형화혈 滎火穴 ～ 연곡然谷』

 『유토혈 兪土穴 ～ 태계 太谿』

 『경금혈 經金穴 ～ 복류腹留』

 『합수혈 合水穴 ～ 음곡陰谷』

**(8) 중요혈重要穴**

 『원혈 原穴 ～ 태계太谿』

 『낙혈 絡穴 ～ 태종太宗』

 『극혈 隙穴 ～ 수천水泉』

 『모혈 募穴 ～ 경문京門』

 『유혈 兪穴 ～ 신유腎兪』

 『음유맥지극혈陰維脈之隙穴 ～ 축빈築賓』

 『음교맥지극혈陰蹻脈之隙穴 ～ 교신交信』

**(9) 자모혈 보사子母穴補瀉**

 허즉보기모혈虛則補基母穴․경금혈經金穴 : 복류腹留

 실즉사기자혈實則瀉基子穴․정목혈井木穴 : 용천湧泉

**K 1. 용천湧泉 ― 정목혈井木穴**

〔혈명穴名〕용涌은 용솟음쳐서 나오는 것을 말하며 천泉은 샘물이니 용천혈은 신경의 경기가 마치 샘에서 용솟음쳐 나오는 듯 한 혈이니 심경의 극천혈과 유사한 혈임을 알 수 있다.

〔위치位置〕발의 제 2, 3발가락 사이의 발바닥 앞쪽과 뒤쪽의 사이에서 전방으로부터 1/3에 있다.

〔취혈取穴〕발바닥 즉 족저중앙부足底中央部 인 족심足心에서 취혈한다. 발바닥의 중심선상에서 앞으로 3분의 1되는 곳이 용천이다. 발바닥 앞쪽을 오그리면 사람인자 형상이 나타나는데 그 중심 함요부에 해당된다.

※ 발가락의 제 2, 3기절골간을 발가락쪽에서 뒤쪽으로 문질러 내려가면 발바닥의 앞쪽에서 중족지절관절이 팽대해 있다. 그 후방이 중족골두로 이 골두의 뒤쪽에서 용천을 취혈한다. 용천은 중족골저의 앞쪽과 뒤쪽 사이에서 대개 발가락으로부터 1/3에 해당한다.

 발바닥에서 혈을 잡는데, 발바닥을 발가락 쪽으로 힘을 주어 오그리면 사람인人자 모양이 나타나는데 양쪽 주름이 만나는 부위의 움푹 패인 곳이다.

 대체적으로 둘째, 셋째발가락 끝에서 발뒤꿈치까지 선을 그어 3등분하였을 때, 발가락쪽에서 1/3되는 지점인데 걸을 때 바닥에 닿지 않는 부분이다.

〔해부解剖〕두 번째, 세 번째 발바닥뼈 사이 엄지발가락굽히기 긴힘살 중에 있고, 바깥쪽 발바닥뼈신경이 퍼져 있다.

〔작용作用〕신경의 오유혈 중 정혈에 속하기 때문에 신경의 여러 병증이 있으면서 가슴아래 명치 부위가 답답할 때 좋은 혈자리이다.

 우리 몸의 가장 위에 있는 백회혈과 직통하는 곳이니 뇌졸중 등으로 혼수상태에 있을 때, 이곳에 침을 찔러 의식이 돌아올 때까지 1분당 2～3번 정도 침에 자극을 주기도 하며 어린아이들이 경기 났을 때 손바닥의 노궁혈과 이 용천혈 부위만 잘 맛사지 해주어도 소생하는 것은 다 이런 이유 때문이다.

 마찬가지로 나이가 드신 노인들에 있어 발바닥에 열이 나서 잠을 잘 때 발을 이불 밖으로 내 놓아야 하는 경우(매우 신장이 약한 증상) 백회혈에서 뜸을 뜨면 좋아지는 것도 같은 이유에서이다.

 또한 쥐가 날 때 발바닥에 힘을 주면 빨리 풀어지는데 이는 용천혈에 자극을 주기 때문이다.

〔주치主治〕고혈압증高血壓症․신질환腎疾患․심계항진心悸亢進․신경쇠약神經衰弱․휴극休克․중서中暑․뇌일혈腦溢血․소아경풍小兒驚風․억병癔病․전간癲癎 등.

**K 2. 연곡然谷 ― 형화혈滎火穴**

〔혈명穴名〕연然은 당연하다, 곡谷은 계곡을 나타낸다. 옛날에는 이 울퉁불퉁한 뼈를 연골이라 하였으며 그 연골 사이 마치 계곡처럼 움푹 패인 곳이기에 연곡이라고 이름지었다.

〔위치位置〕발의 주상골의 뒤 아래쪽에 있다.

〔취혈取穴〕안쪽 복사뼈 즉 내과전하방內踝前下方에서 취혈한다. 내과전하방에 있는 적백육제赤白肉際(발등과 발바닥의 경계선) 부위를 손끝으로 가만히 눌로 보면 울퉁불퉁한 뼈 하나가 촉감된다. 이 뼈가 주상골조면舟狀骨粗面인데 이 주상골의 하방 함요부가 연곡이다. 주상골을 일명 연골然骨이라고도 한다.

※ 내과로부터 비스듬히 앞쪽 밑에서 약간 튀어나온 부분을 느낀다. 이것이 주상골로 그 뒤 밑에서 연곡을 취혈한다.

 안 쪽 복사뼈 앞 쪽 아래에서 혈을 잡는데 그 부위를 만져보면 약간 울퉁불퉁하게 느껴지는 뼈(주상골, 연골)가 하나 만져진다. 그 뼈 사이 움푹 들어 간 곳이 연곡혈이다.

 대개 발등과 발바닥 살의 경계선상인데 비경의 공손혈에서 뼈 하나를 건너 뛴 우묵한 곳이 기도 하다.

〔해부解剖〕주상골舟狀骨과 설상골楔狀骨의 관절부 아래쪽 가장자리에서 주상골 맺음마디앞쪽 아래부분 얼지발가락 밖으로돌리기힘살 중에 있고, 발 안쪽신경, 굵은정강이뼈 신경이 퍼져 있다.

〔작용作用〕신경의 오유혈 중 형혈에 속하기 때문에 신경에 병이 있으면서 열이 날 때 응용할 수 있다.

〔주치主治〕고혈압증高血壓症․뇌졸중후유증腦卒中後遺症․인후종통咽喉腫痛․외음부소양증外陰部瘙痒症․요로감염尿路感染․당뇨병糖尿病․소아경풍小兒驚風 등.

**K 3. 태계太谿 ― 유토혈兪土穴**

〔혈명穴名〕태太는 크다, 중요하다, 계谿는 계곡을 뜻하니 태계란 방광경의 큰 산(곤륜)과 어울리는 큰 계곡임을 나타낸다.

〔위치位置〕내과정점의 후방에서, 후경골동맥부後經骨動脈部에 있다.

〔취혈取穴〕안쪽복사뼈 즉 내과후방內踝後方에서 취혈한다. 내과첨內踝尖과 아킬레스건을 이은 선의 중점 함요부가 태계이다. 외과外踝쪽의 방광경의 곤륜과 직대直對한다.

※ 내과의 정점으로부터 수평으로 손가락을 아킬레스건 방향으로 미끄러뜨리면, 내과 뒤쪽과 아킬레스건 안쪽의 사이에 커다랗게 패인 곳을 느낀다. 그 패인 곳의 가운데에서 거의 내과 부근의 후경골동맥의 박동을 느끼는 부위에 있는 태계를 취혈한다.

 안쪽 복사뼈의 뒤쪽 0.5寸 되는 곳으로 동맥이 뛰는 자리인데, 안쪽 복사뼈 뒤쪽과 아킬레스건(뒷축뼈 힘줄)과의 사이 가장 우묵한 곳이다. 방광경의 곤륜혈과 마주 보고 있다.

〔해부解剖〕안쪽 복사뼈와 발뒤꿈치힘줄 사이 중간 발가락굽히기 긴신경 중에 있고, 굵은정강이뼈 신경이 퍼져 있다.

〔작용作用〕이 곳을 만져보아 맥이 뛰는 모습으로 인간이 태어나면서부터 가지고 있는 생명력의 크고 작음을 알 수 있는 곳인데 맥 뛰는 것이 아래쪽으로 내려오면 약간 약한 체질이며, 보다 위로 올라가면 건강한 체질임을 알 수 있다.

**남녀 무슨 병을 막론하고 중증일 때 이 맥이 뛰고 있으면 회생할 수 있는 것이고, 뛰지 않으면 가망이 희박한 것을 의미**한다.

 또한 **노인들의 족삼리혈**이라고 하여 눈 귀가 어둡고 잠이 잘 오지 않는 등 노쇠한 병에 잘 듣는 혈이다.

 신경의 오유혈 중 유혈이며 원혈이기 때문에 신경의 변화가 쉽게 반응하고 또한 치료점도 되는 것이다.

〔주치主治〕족저통足底痛․냉증冷症․종골통踵骨痛․간헐성파행증間歇性跛行症․요통腰痛․유정遺精․치통齒痛․이명耳鳴․인후통咽喉痛․신염腎炎․방광염膀胱炎․유뇨遺尿 등.

**K 4. 대종大鍾 ― 낙혈絡穴**

〔혈명穴名〕대大는 크다, 종鍾은 딸랑딸랑 울리는 종을 뜻하기도 하나 여기서는 복僕과 같은 뜻이니 곧 심부름을 뜻한다. 그러므로 대종혈도 복참혈과 같이 발뒤꿈치에 있으면서 여러모로 심부름을 하는 그런 혈이다.

〔위치位置〕태계의 바로 아래 1㎝에 있다.

〔취혈取穴〕안쪽 복사뼈 즉 내과후하방內踝后下方에서 취혈한다. 내과후방에 있는 태계 하 0.5寸의 약간 후방이다. 아킬레스건의 내측연內側緣이 종골踵骨과 교차交叉하는 곳이 대종이다.

※ 안쪽 복사뼈 정점의 높이에서 안쪽 복사뼈 뒤끝과 아킬레스건 앞끝의 사이의 후경골동맥後經骨動脈 박동부에서 태계를 찾는다. 이 태계의 1㎝ 바로 아래에서 조금 들어간 부위(압박하면 거골하관절에 울리는 것 같은 느낌이 있다)에서 대종을 취혈한다.

 태계혈에서 아래로 0.5寸 정도 내려가면 아킬레스건(뒤축뼈 힘줄) 안쪽과 발 뒤꿈치 뼈가 만나는 자리가 나오는데 가만히 만져 보면 동맥이 뛰는 바로 그 곳이 대종혈이다. 경락이 여기서 갈라져 방광경의 복참혈로 가니 신경의 낙혈이 된다.

〔해부解剖〕발뒤꿈치힘줄이 붙어있는 안쪽 오므라진 곳에 있고, 굵은정강이뼈신경이 퍼져 있다.

〔작용作用〕심장쇠약, 인후의 병 등은 대종혈이 좋은 치효가 있는 것이다. 또 비뇨기질환으로 소변폐에 효가 있고 신냉身冷 요통에도 취혈된다.

〔주치主治〕효천哮喘․학질瘧疾․신경쇠약神經衰弱․억병癔病․요폐尿閉․인통咽痛․각근통脚跟痛 등.

**K 5. 수천水泉 ― 극혈隙穴**

〔혈명穴名〕수水가 여기서는 신장에 해당하고, 천泉은 샘이니 수천이란 신장의 기가 샘처럼 솟아나는 혈이라는 뜻이다.

〔위치位置〕태계의 바로 아래 2㎝에 있다.

〔취혈取穴〕안쪽 복사뼈 즉 내과후하방內踝后下方, 종골踵骨의 상방에서 취혈한다. 내과후방에 있는 태계 직하直下 1횡지 즉 1寸가 수천이다.

※ 안쪽 복사뼈 정점의 높이에서 안쪽 복사뼈 뒤쪽부위와 아킬레스건 앞부위와의 후경골동맥박동부에 있는 태계를 찾는다.

 태계의 2㎝ 바로 밑에서 조금 앞쪽(압박하면 종골내에 울리는 것 같이 느낀다)에 수천을 취혈한다.

 태계혈 아래로 1寸 정도 내려가면 발 뒤꿈치뼈가 있는데 그 뼈 위에서 가장 움푹들어가는 곳이니 방광경의 복참혈과 정반대의 곳이 수천혈이다.

〔해부解剖〕안쪽 복사뼈 뒤쪽 아랫부분에서 엄지발가락굽히기 긴힘줄 뒤쪽 아랫부분에 있고, 굵은 정강이뼈 신경이 퍼져 있다.

〔작용作用〕신경의 급성병이나 통증이 심할 때 그 막힌 기를 뚫어 주어 증상을 완화시키는 극혈을 뜻한다. 또한 몸 안의 수분대사를 조절할 수 있다는 뜻도 되므로 전신부종 등에 효과가 있음을 알 수 있다.

〔주치主治〕종골통踵骨痛․월결부조月經不調․복통腹痛․소변불리小便不利․자궁탈수子宮脫垂․근시近視 등.

**K 6. 조해照海 ― 음교맥陰蹻脈이 나오는 곳**

〔혈명穴名〕조照는 햇빛이 비친다, 해海는 바다 곧, 경기가 많이 모여듦을 이야기한 것이니 신경에 이상이 있을 때 햇빛을 비추어 완화시킬 수 있는 자리이다.

〔위치位置〕안쪽 복사뼈 정점의 바로 밑 2㎝에 있다.

〔취혈取穴〕안쪽 복사뼈 즉 내과하연內踝下椽에서 취혈한다. 내과하연 중앙에 있는 함요부가 조해이다. 내과첨에서는 약 1寸 되는 곳이다.

※ 안쪽 복사뼈 정점에서 손가락을 밑으로 미끄러지게 해서 2㎝ 아래의 패인 곳의 중심(이 부분은 거의 거골하관절에 해당하고 압박을 하면 앞으로 향해서 울린다)에 조해를 취혈한다.

 안쪽 복사뼈 바로 아래에 있으면서 약간 우묵한 느낌이 있는 곳이 조해혈인데 방광경의 신맥혈과 반대되는 곳에 자리잡고 있다.

 안쪽 복사뼈의 아랫부분을 잇는 수평선과 그 밑의 울퉁불퉁한 뼈(주상골, 연골)의 아랫부분을 잇는 수평선과의 가운데 쯤에 있다고 하는 책도 있다.

〔해부解剖〕주상골舟狀骨 맺음마디의 뒤 힘살 및 뼈의 재거돌기 아래 엄지발가락 밖으로굴리기힘살이 멎는 부위에 있고, 굵은정강이뼈 신경이 퍼져 있다.

〔작용作用〕음교맥이 시작되는 곳이니, 음교맥의 유주가 아랫배를 지나가므로 부인들의 생리기능에 영향을 미칠 수 있는 혈이 된다. 기경팔혈 중 한 혈이다.

 본 혈은 부인과질환에 가장 탁효卓效가 있는 혈로서 월경불순, 자궁내막염, 자궁위치이상 등에 효가 있고 타혈 특히 요천부腰薦部의 모든 혈 등과 같이 많이 병용倂用된다. 어떤 시술가에 의하면 부인과질환에 어떤 병이든 간에 필히 병용하게 되는 불가결의 요혈로 취급하는 사람이 있다. 이 점은 측복의 대맥혈과 유사類似한 점이 있는 혈이다. 고로 조해는 수족의 운동불수, 장산통, 임질 등에도 사용하여도 좋은 곳이다. 즉 국소적으로 족관절의 염증이나 류마치스 염좌 등에도 사용된다. 조해혈은 음교맥의 잘 통하는 곳 이외에 일반적으로 요혈로서는 취급되지는 않지만 실로 중요한 경혈이란 것은 임상가들이 다 같이 인정하는 사실이다.

〔주치主治〕인통咽痛․이질환耳疾患․요통腰痛․신질환腎疾患․족저통足底痛․월경부조月經不調․신경쇠약神經衰弱․전간癲癎․변비便秘․인후염咽喉炎․편도선염扁桃腺炎․불면不眠 등.

**K 7. 복류腹留․복백伏白 ― 경금혈經金穴**

〔혈명穴名〕복復은 되돌아온다, 류溜는 떨어진다, 흐른다, 머무른다라는 뜻이므로 복류혈은 되돌아와 흐르는 혈이라는 뜻이니 신경의 유주가 태계혈에서 아래로 내려가 대종, 수천, 조해혈을 거쳐 다시 되돌아와 위로 흐르기 때문에 복류라고 이름지어진 것이다.

〔위치位置〕하퇴내측의 음곡과 태계의 사이에서, 태계로부터 1/8에 있다.

〔취혈取穴〕내과후상부內踝後上部에서 취혈한다. 내과內踝 뒤쪽에 있는 태계 직상 2寸가 목류이다. 여기에 2寸 이란 골도법상 내과첨과 경골내과하연經骨內踝下椽이 13寸 이므로 이것을 등분한 것이다.

※ 슬와로부터 손가락을 내측으로 향해서 미끌어지면서 굳은감을 느낀다. 이것이 반건양근건으로서 이 건의 내연과 다음의 반모양근건(이 건은 반건양근건에 비하여 찾기 어렵다)의 사이에서 슬와의 횡문 위에 음곡을 찾는다. 다음에 내과 정점과 아킬레스건의 사이의 패인 곳의 후경골 동맥박동부에 태계를 찾는다. 음곡과 태계의 사이를 8등분하고 태계로부터 1/8의 점에 복류를 취혈한다.

 태계혈에서 곧장 위로 2寸 되는 곳이다.

〔해부解剖〕안쪽 복사뼈의 뒤쪽 윗 부분 굵은정강이뼈 뒤쪽 가장자리와 발뒤꿈치힘줄 사이에 있고, 굵은정강이뼈 신경이 퍼져 있다.

〔작용作用〕신경의 오유혈 중 경혈에 속하기 때문에 신경의 병증이 있으면서 숨이 차고 기침하며, 춥고, 열나는 것이 반복적으로 찾아올 때 효과가 있다.

 특히 **자궁암의 말기 증상에서 오는 통증이나, 방사선 치료 후 재발되었을 때의 무지무지한 통증을 이 혈에서 완화**시킬 수 있다.

 경락설經絡說에서 보면 신수경腎水經의 경금혈이다. 즉 수경水經의 모혈母穴인 관계상 신경의 허를 보하는데 가장 적합한 혈이다. 수의 척택이나 유혈의 신유 등과 같이 사용하여 가장 좋은 혈이란 것은 인정받고 있는 바와 같다.

  신경의 허증虛症이란 체중, 신냉, 족요한足腰寒하고 소변적황, 도한, 음허화동陰虛火動의 열, 건망증, 정력감퇴, 이명, 현운, 이농, 수족비, 식욕부진 등 증을 병발倂發하는 것 등이다. 이것을 현대의학적으로 말할 것 같으면 다음과 같은 것이 있다.

 (1) 생식기 특히 부인병 정력감퇴

 (2) 비뇨기(신장, 방광)의 병

 (3) 폐결핵, 기타의 결핵성질환, 심장병

 (4) 고혈압, 뇌일혈, 반신불수, 중추성의 운동근마비, 위약

 (5) 요통, 각기, 이병

 이상의 모든 증상은 신허증이 많음으로 복류의 시술이 적당하다고 본다.

〔주치主治〕족저통足底痛․요통腰痛․제중통臍中痛․허한虛汗․설사泄瀉․수종水腫․복창腹脹․신염腎炎․고환염睾丸炎․도한盜汗 등.

**K 8. 교신交信 ― 음교맥陰蹻脈의 극혈隙穴**

〔혈명穴名〕교交는 만난다는 뜻이고, 신信은 믿음, 진실이라는 뜻이니 교신이란 비경과 음교맥, 그리고 신경이 만나는 진실된 자리라는 뜻이다. 음교맥의 극혈이다.

〔위치位置〕하퇴내측의 음곡과 태계의 사이에서, 태계로부터 1/8의 경골후면에 있다.

〔취혈取穴〕내과상방內踝上方 경골후연經骨后緣에서 취혈한다. 내과후방에 있는 태계에서 직상 2寸가 복류이고, 그 전방 0.5寸가 교신이다.

 ※ 무릎의 뒷부분에서 손을 내측에 향하여 미끄러트리면 가벼운 것에 닿는다. 이것이 반건양근건으로 이 건의 내연과 다음의 반막양근건(이 건은 반건양근건에 비교해서 찾기 어렵다)의 사이에서, 슬와의 횡문위에 음곡을 찾는다. 다음에 내과정점과 아킬레스건의 사이의 패인 곳의 후경골 동맥 박동부에 태계를 찾는다. 음곡과 태계의 사이를 8등분하고 태계에서 1/8의 높이에서 경골의 후연에 교신을 취혈한다.

 복류혈에서 정강이뼈 쪽으로 근육 하나를 넘어오면(약 0.5寸 정도) 정강이뼈 바로 뒤쪽에 우묵한 곳이 있는데 그 곳이 교신혈 자리이며, 비경의 삼음교혈 아래 1寸 되는 곳이다.

〔해부解剖〕굵은정강이뼈 뒤쪽에서 발가락펴기 긴힘줄의 뒤쪽 가장자리에 있고, 굵은정강이뼈 신경이 퍼져 있다.

〔작용作用〕대체로 복류와 유사하다. 부인병으로 출혈, 월경불순, 남자의 산기, 임질 등에 효과가 있고 또 도한에도 효과가 있다고 하겠다.

〔주치主治〕월경부조月經不調․붕루崩漏․요폐尿閉․이질痢疾․변비便秘․하지내측통下肢內側痛 등.

**K 9. 축빈築賓 ― 음유맥陰維脈의 극혈隙穴**

〔혈명穴名〕축築은 다진다, 쌓다의 뜻이며, 빈賓은 따른다, 혹은 인도한다는 뜻인데 빈자 앞에 육달월변月을 붙이면 정강이뼈를 의미한다. 그러므로 축빈은 정강이뼈위 뒤에서 근육을 쌓아 올린 듯이 볼록한 곳에 있는 혈이 된다.

〔위치位置〕하퇴내측의 음곡과 태계의 사이에서 태계로부터 1/3의 상방 1㎝의 높이에서, 비복근 앞쪽에 있다.

〔취혈取穴〕하퇴중앙부후측下腿中央部後側에서 취혈한다. 내과후방에 있는 태계 직상 5寸가 축빈이다. 이곳은 비장근腓腸筋의 내측근복하방內側筋腹下方에 해당한다.

 ※ 무릎의 뒷부분에서 손을 내측에 향하여 미끄러트리면 가벼운 것에 닿는다. 이것이 반건양근건으로 이 건의 내연과 다음의 반막양근건(이 건은 반건양근건에 비교해서 찾기 어렵다)의 사이에서, 슬와의 횡문위에 음곡을 찾는다. 다음에 내과정점과 아킬레스건의 사이의 패인 곳의 후경골 동맥 박동부에 태계를 찾는다. 음곡과 태계의 사이를 3등분하고 태계에서부터 1/3의 높이에서 비복근 앞쪽의 홈을 더듬으면서 그 안에 축빈을 취혈한다.

 태계혈에서 곧장 위로 5寸 되는 곳으로 근육과 근육사이 우묵한 곳이다.

〔해부解剖〕장딴지힘살의 안쪽 근복이 발뒤꿈치 힘줄로 이행하는 부위에 있고, 굵은정강이뼈 신경이 퍼져 있다.

〔작용作用〕이 부위는 과격한 운동 후 쌓이는 근육의 피로가 딱딱한 힘줄 모양이 되어 나타나는 곳이며 쥐가 잘 나는 곳이기도 하다.

 보통 하독의 명혈이라고 하여 모르핀 등의 약물 중독이나 식중독증상 등에 이 자리에 뜸을 뜨면 설사를 하게 되어 몸안의 독소가 다 빠지고 그 다음엔 다시 대변도 좋아지게 되는 효과가 있으니 직업병이나 수은중독 등 산업재해와 관련시켜 연구해 봄직한 혈이다. 음유맥의 극혈이다.

〔주치主治〕비복근경련腓腹筋痙攣․해독解毒(식독食毒․약독藥毒)․치질痔疾․하복통下腹痛․월경통月經痛․신경관능증神經官能症․소퇴통小腿痛 등.

**K 10. 음곡陰谷 ― 합수혈合水穴**

〔혈명穴名〕음陰이란 족소음 경을, 곡谷은 계곡을 뜻하니 음곡혈은 오유혈 중 경기의 흐름이 가장 많은 합혈이란 뜻이다.

〔위치位置〕하퇴내측의 슬와횡문상에서 반건양근건과 반막양근건의 사이에 있다.

〔취혈取穴〕반굴슬자세半屈膝姿勢로 무릎 안쪽에서 취혈한다. 무릎안쪽 오금이 끝나는 곳에 있는 반건양근건半腱樣筋腱의 하단下端과 반막양근건半膜樣筋腱의 하단 사이가 음곡이다. 이곳은 무릎을 반 구부렸을 때 슬와횡문膝窩橫紋의 안쪽 끝에 해당된다.

 ※ 무릎을 가볍게 굽혀, 무릎에서 손가락을 내측을 향해 미끄러트리면, 강한 힘줄에 접촉한다. 그것이 반건양근건으로 그 힘줄의 안쪽과 다음의 반막양근건의 사이에서, 무릎의 주름상에 음곡을 취혈한다.

 무릎을 90。 굽히면 안쪽에 강한 힘줄 두 개가 드러나는데 그 힘줄들 사이가 음곡이다. 위중, 위양혈과 함께 무릎 뒤 가로무늬상에 있는 혈인데, 음곡은 가로무늬 안쪽 자개미에 해당하는 곳이다.

〔해부解剖〕굵은정강이뼈 위쪽 복사뼈의 안쪽 가장자리 뒤부분에서 반건양근과 반막양근 사이에 있고, 굵은정강이뼈 신경과 허벅지 신경이 퍼져 있다.

〔작용作用〕너무 놀라면 몸에 힘이 빠져서 맥없이 주저앉는 경우가 있는데 이것은 무릎의 힘이 빠져 일어나는 현상이므로 이때 좋은 혈이 된다.

〔주치主治〕슬관절통膝關節痛․냉증冷症․대하帶下․월경장해月經障害․요로감염尿路感染․요저류尿瀦留․유정遺精․양위陽萎․월경과다月經過多․붕루崩漏․슬고내측통膝股內側痛 등.

**K 11. 횡골橫骨 ― 족소음足少陰과 충맥衝脈의 회會**

〔혈명穴名〕횡橫은 가로지르는 빗장의 뜻이며 가로의 뜻이다. 따라서 횡골이라는 것은 배꼽아래 거웃 난 부위에서 가로로 길게 만져지는 그 뼈를 가리키는 것이고, 그 뼈 바로 위에 있기 때문에 그대로 횡골혈이라고 한다.

〔위치位置〕복내선상에서 치골결합상연에 있다. (복내선이라는 것은, 사타구니선 바깥쪽의 돌출한 뼈의 안쪽과 정중선의 사이에서 안쪽 1/8을 지나는 수직선)

〔취혈取穴〕외음부外陰部 치골상연恥骨上椽에서 반듯이 누운 즉 앙와위자세로 취혈한다. 치골결합恥骨結合의 바로 상방이 임맥의 곡골인데 이 곡골에서 양옆으로 0.5寸 되는 곳이 횡골橫骨이다. 이곳은 치골상연음부모제恥骨上椽陰部毛際에 해당된다. 여기에 0.5寸란 골도법상 전정중선과 유두선乳頭線이 4寸 이므로 그 8분의 1에 해당된다.

 ※ 하복부 정중선상을 밑으로 더듬어 내려가면, 음모가 난 가장자리나 중앙에 딱딱한 뼈(치골결합상연)를 느낀다. 이 치골결합상연의 높이에서 복내선상을 손으로 눌러 깊이 패인 곳의 치골 근처의 점에 횡골을 취혈한다.

 배안선과 임맥의 곡골혈을 지나는 수평선과 만나는 점이 횡골혈이다.

〔해부解剖〕불두덩벼 맺음마디 위쪽 가장자리 한가운데를 가르는 선 옆의 복직근이 멎는 부위에 있고, 사타구니 신경이 퍼져 있다.

〔작용作用〕이곳에서 이하혈은 복부로 가는 것이나 제臍의 양방 5分 황유까지는 다른 경락인 임맥, 위경, 비경과 같이 하복부라 하지만 생식기, 비뇨기 등에 치효가 있다. 횡골은 곡골(임맥)과 같이 부인병 외에 방광염, 임병, 내장의 모든 허약실정에 효과가 있다. 충맥이 신경과 만나는 곳이다.

〔주치主治〕비뇨생식기질환泌尿生殖器疾患․방광염膀胱炎․요도염尿道炎․정력감퇴精力減退․월경장해月經障害․요저류尿瀦留․유정遺精․음경통陰莖痛․유뇨遺尿․양위陽萎 등.

**K 12. 대혁大赫 ― 족소음足少陰과 충맥衝脈의 회會**

〔혈명穴名〕대大는 중요하다, 크다는 뜻이고, 혁赫은 휘황하다는 뜻이니 대혁혈은 남성의 중요한 상징인 음경이 새빨갛게 커지는 혈이라는 뜻으로 임포텐스에 잘 듣는다.

〔위치位置〕복내선상의 황유와 횡골의 사이에서 횡골로부터 1/5에 있다. (복내선이라는 것은, 사타구니선 바깥쪽의 돌출한 뼈의 안쪽과 정중선의 사이에서 안쪽 1/8을 지나는 수직선)

〔취혈取穴〕앙와위자세仰臥位姿勢로 하복부에서 취혈한다. 제중臍中 직하 4寸에 있는 임맥의 중극 양옆으로 0.5寸 되는 곳이 대혁이다. 여기에 4寸 이란 골도법상 제중과 치골결합상연恥骨結合上椽이 5寸 이므로 5분의 4란 말이고, 0.5寸의 취혈요령은 위에 있는 횡골과 같다.

 ※ 치골결합상연(음모가 난 가장자리나 중앙에 딱딱한 뼈)을 하복부 정중선상에서 아래쪽으로 더듬어 찾는다. 복내선상에서 치골결합상연의 높이와(횡골) 배꼽중심의 높이(황유)의 사이를 5등분하고 횡골에서 1/5의 점에 대혁을 취혈한다.

 배안선과 임맥의 중극혈을 지나는 수평선과 만나는 점이 대혁혈이다.

〔해부解剖〕불두덩뼈 바깥쪽 윗부분 몸통 한가운데를 가르는 선에서 옆 삼릉근 바깥쪽 가장자리 복직근 중에 있고, 장골 아랫배 신경이 퍼져 있다.

〔작용作用〕횡골동양橫骨同樣, 허로실정 즉 쇠약한 남자로서 신체나 정신적인 약간의 자극으로 인해 기하는 사정현상에 효과가 있다. 또 음위축陰痿縮에도 효과가 있다. 충맥과 신경이 만난다.

〔주치主治〕성교불능性交不能․유정遺精․음경통陰莖痛․백대白帶․복통腹痛 등.

**K 13. 기혈氣穴 ― 족소음足少陰과 충맥衝脈의 회會**

〔혈명穴名〕여기서의 기氣는 신경의 기를 뜻하고 혈穴이란 살펴 알 수 있는 곳, 혹은 치료할 수 있는 곳을 뜻하니, 기혈혈은 신경에 있어서 기의 성쇠를 알 수 있는 혈이라는 뜻이다.

〔위치位置〕복내선상에서 황유와 횡골의 사이에서, 횡골로부터 2/5지점에 있다. (복내선이라는 것은, 사타구니선 바깥쪽의 돌출한 뼈의 안쪽과 정중선의 사이에서 안쪽 1/8을 지나는 수직선)

〔취혈取穴〕앙와위자세仰臥位姿勢로 하복부에서 취혈한다. 제중臍中 직하 3寸에 있는 임맥의 관원 양옆으로 0.5寸 되는 곳이 기혈이다.

 ※ 하복부의 정중선상을 밑으로 찾아가면, 음모의 가장자리나 중앙에 딱딱한 뼈(치골결합상연)을 느낀다. 복내선상에서, 치골결합상연의 높이(횡골)와 배꼽 중심의 높이(황유)의 사이를 5등분하고, 횡골의 2/5지점에 기혈을 취혈한다.

 배안선과 임맥의 관원혈을 지나는 수평선과 만나는 점이 기혈혈이다.

〔해부解剖〕불두덩뼈 위쪽 가장자리 몸통 한가운데를 가르는 선에서 옆으로 1寸(또는 5分)나간 복직근 중에 있고, 장골 아랫배신경이 퍼져 있다.

〔작용作用〕기혈혈은 ‘포문’‘자호’라고도 하였는데 모두 이 자궁의 뜻이므로 자궁병에 응용할 수 있다. 충맥이 신경과 만나는 곳이다. 충맥이 신경과 만나는 곳이다.

〔주치主治〕월경불순月經不順․요통腰痛․대하帶下․요폐尿閉․불잉증不孕症․요로감염尿路感染․설사泄瀉 등.

**K 14. 사만四滿** **― 족소음足少陰과 충맥衝脈의 회會**

〔혈명穴名〕사四는 동, 서, 남, 북 사방을 뜻하고 만滿은 가득찬 것을 표시하니 이 혈 주위에 덩어리처럼 딴딴하게 만져지는 것이 있을 때 이곳을 치료하면 효과가 있다고 하는 뜻에서 사만혈이라고 붙여진 것이다..

〔위치位置〕복내선상으로부터 황유와 횡골의 사이에 황유로부터 2/5에 있다. (복내선이라는 것은, 사타구니선 바깥쪽의 돌출한 뼈의 안쪽과 정중선의 사이에서 안쪽 1/8을 지나는 수직선)

〔취혈取穴〕앙와위자세仰臥位姿勢로 하복부에서 취혈한다. 제중臍中 직하 2寸에 있는 임맥의 석문 양옆으로 0.5寸 되는 곳이 사만이다.

 ※ 하복부의 정중선상을 밑으로 찾아가면, 음모의 가장자리나 중앙에 딱딱한 뼈(치골결합상연)을 느낀다. 복내선상에서, 치골결합상연의 높이(횡골)와 배꼽 중심의 높이(황유)의 사이를 5등분하고, 황유보다 2/5의 점에 사만을 취혈한다.

 배안선과 임맥의 석문혈을 지나는 수평선과 만나는 점이 사만혈이다.

〔해부解剖〕석문혈 옆 복직근 중에 있고, 장골 아랫배신경이 퍼져 있다.

〔작용作用〕부인 월결부조, 제하臍下의 적積의 상하로 왕래하며 고통이 있을 때 그 외 대장가답아大腸加答兒, 제하냉, 통증의 직침 또는 다장구를 시구하면 대단히 좋은 치효를 보는 혈이다. 충맥과 신경이 만나는 곳이다.

〔주치主治〕복부냉감腹部冷感․복부팽만腹部膨滿․월경부조月經不調․요폐尿閉․불잉증不孕症․요로감염尿路感染․설사泄瀉 등.

**K 15. 중주中注 ― 족소음足少陰과 충맥衝脈의 회會**

〔혈명穴名〕중주는 가운데中로 주입注한다는 뜻이니, 신경은 이 중주혈에서 황유혈을 거쳐 신과 만나기 때문(신에 주입되기 때문)에 이런 이름이 붙여지게 되었다.

〔위치位置〕복내선상에서 황유와 횡골의 사이에 황유로부터 1/5에 있다. (복내선이라는 것은, 사타구니선 바깥쪽의 돌출한 뼈의 안쪽과 정중선의 사이에서 안쪽 1/8을 지나는 수직선)

〔취혈取穴〕앙와위자세仰臥位姿勢로 하복부에서 취혈한다. 제중臍中 직하 1寸에 있는 임맥의 음교 양옆으로 0.5寸 되는 곳이 중주이다.

 ※ 하복부의 정중선상을 밑으로 찾아가면, 음모의 가장자리나 중앙에 딱딱한 뼈(치골결합상연)을 느낀다. 복내선상에서, 치골결합상연의 높이(횡골)와 배꼽 중심의 높이(황유)의 사이를 5등분하고, 황유에서 1/5의 점에 중주를 취혈한다.

 배안선과 임맥의 음교혈을 지나는 수평선과 만나는 점이 중주혈이다.

〔해부解剖〕배꼽 바로 아래에 있는 음교혈의 옆 복직근 중에 있고, 장골 아랫배신경, 갈빗대사이신경의 앞쪽으로 얕게 흐르는 신경이 퍼져 있다.

〔작용作用〕대체적으로 황유혈 아래 0.5寸 되는 곳에 통증이 나타나는 경우가 많으므로 참고해야 한다. 충맥과 신경이 만나는 곳이다.

〔주치主治〕장산통腸疝痛․요통腰痛․월경부조月經不調․복통腹痛․변비便秘 등.

**K 16. 황유肓兪 ― 족소음足少陰과 충맥衝脈의 회會**

〔혈명穴名〕황肓과 유兪 모두 침을 놓을 수 있는 혈자리라는 뜻이 있으므로 황유도 침을 놓을 수 있는 혈자리라는 뜻이 된다. 신의 사기邪氣가 모이는 중요한 혈이라는 뜻도 있다.

〔위치位置〕복내선상에서 신궐(배꼽의 중심)의 높이에 있다.

〔취혈取穴〕반 듯이 누운 즉 앙와위자세로 제와부臍窩部에서 취혈한다. 배꼽 중앙점이 임맥의 신궐(또는 제중臍中이라고도 함)인데, 그 양옆으로 0.5寸 되는 곳이 황유이다.

 ※ 복내선상에서 신궐의 높이에 황유를 취혈한다.

 배안선과 배꼽을 옆으로 잇는 수평선과 만나는 점이 황유혈이다.

〔해부解剖〕배꼽 양옆 복직근 안쪽 가장자리에 있고, 갈빗대사이신경의 앞쪽으로 얕게 흐르는 가지가 퍼져 있다.

〔작용作用〕대체로 **이 혈과 용천혈은 과로했을 경우 가볍게 누르기만 하여도 강한 통증을 느끼는 혈이며, 약이나 미음마저도 삼키기 어려운 병의 말기 증상에 이 자리에 뜸을 뜨게 되면 호흡도 부드러워지고 기력이 회복**되는 것이다. 충맥과 신경이 만나는 곳이다.

 경의 유주에서 본다면 신경은 황유혈에서 신에 속하며 신병과 관계가 깊게 되어 있는 것이다. 고전에서는 신병에 효과가 있다고 기록되어 있지 않고 위병, 장증통, 변비 등만이 기록되어 있다. 그리하여 실제에 있어서 복류, 신유 등과 같이 신경의 허 혹은 실증에 사용하여 대단히 좋은 효과가 있다는 것을 알 수 있다. 나는 복부의 모혈募穴인 경문혈과 같은 것으로 생각하고 호흡기병, 정력감퇴, 부인병 등에 항상 사용하고 있다.

〔주치主治〕신염腎炎․급성하리急性下痢․당뇨병糖尿病․복막염腹膜炎․위경련胃痙攣․산통疝痛․장염腸炎․습관성변비習慣性便秘․애역呃逆 등.

**K 17. 상곡商曲 ― 족소음足少陰과 충맥衝脈의 회會**

〔혈명穴名〕상商은 폐, 대장을 말하고, 곡曲은 구부러진 장소를 말한다. 그러므로 대장이 굽어지는 곳이니 대장에 자극을 줄 수 있는 혈의 뜻도 있으며 신경은 황유혈에서 신으로 들어가 다시 굽어져서 위로 나와 폐로 향하는 유주 때문에 이런 이름을 붙였다고 하는 사람도 있다.

〔위치位置〕복내선상에서 유문과 황유의 사이에서 황유로부터 1/5에 있다.

〔취혈取穴〕반 듯이 누운 즉 앙와위자세로 상복부에서 취혈한다. 임맥의 제중 직상 2寸에 있는 하완 양옆으로 0.5寸 되는 곳이 상곡이다. 여기서 2寸는 골도법상 제중과 검상돌기劍狀突起 직상에 있는 흉늑각胸肋角 사이가 8寸 이므로 8분의 2에 해당하는 곳이며, 또 0.5寸이란 골도법상 전정중선과 유두선이 4寸 이므로 그 8분의 1에 해당된다.

 ※ 좌우의 제 7늑연골 아래쪽에 접한 정점에 흉골체 아래쪽을 찾아, 이 흉골체 아래쪽과 배꼽중심의 사이를 4등분하고, 상방으로부터 1/4의 높이에서, 복내선상에 유문을 찾아 배꼽중심의 높이에 황유를 찾는다. 유문과 황유의 사이를 5등분하고, 황유로부터 1/5의 지점에 상곡을 취혈한다.

 배안선과 임맥의 하완혈을 지나는 수평선과 만나는 점이 상곡혈이다.

〔해부解剖〕배꼽에서 위로 복직근 안쪽 가장자리에 있고, 갈빗대사이신경의 앞쪽으로 얕게 흐르는 가지가 퍼져 있다.

〔작용作用〕위경련, 기타 위병, 부인병에서 오는 상복통, 방광의 병에도 간혹 사용된다. **폐, 대장의 병 즉, 밥 먹고 즉시 설사하거나 배에 가스가 많이 찰 때 쓸 수 있는 혈**이다.

〔주치主治〕복통腹痛․변비便秘․복막염腹膜炎․산통疝痛 등.

**K 18. 석관石關 ― 족소음足少陰과 충맥衝脈의 회會**

〔혈명穴名〕석石은 돌이고, 관關은 문빗장을 이야기 하니 석관혈은 배 부위가 돌처럼 딱딱하고 돌출 되었을 때 쓸 수 있는 혈이다.

〔위치位置〕복내선상에서 유문과 황유의 사이에서 황유로부터 2/5에 있다.

〔취혈取穴〕반 듯이 누운 즉 앙와위자세로 상복부에서 취혈한다. 임맥의 제중 직상 3寸에 있는 건리 양옆으로 0.5寸 되는 곳이 석관이다.

 ※ 좌우의 제 7늑연골 아래쪽에 접한 정점에 흉골체 아래쪽을 찾아, 이 흉골체 아래쪽과 배꼽중심의 사이를 4등분하고, 상방으로부터 1/4의 높이에서, 복내선상에 유문을 찾아 배꼽중심의 높이에 황유를 찾는다. 유문과 황유의 사이를 5등분하고, 황유로부터 2/5의 지점에 석관을 취혈한다.

 배안선과 임맥의 건리혈을 지나는 수평선과 만나는 점이 석관혈이다.

〔해부解剖〕윗배에 있는 건리혈의 옆 복직근 안쪽 가장자리에 있고, 갈빗대사이신경의 앞쪽으로 얕게 흐르는 가지가 퍼져 있다.

〔작용作用〕돌처럼 매일 잠만 자는 증상(다수면증)에도 쓸 수 있다. 위경련, 기타 위병 부인병에서 오는 상복통, 방광병에는 때때로 취혈된다.

〔주치主治〕복통腹痛․불임不姙․위통胃痛․애역呃逆․변비便秘․식도경련食道痙攣 등.

**K 19. 음도陰都 ― 족소음足少陰과 충맥衝脈의 회會**

〔혈명穴名〕음陰은 족소음을 뜻하고, 도都는 많은 사람이 모이는 것을 이야기하니, 음도란 족소음 신경의 경기가 많이 모이는 곳의 뜻이다.

〔위치位置〕복내선상에서 유문과 황유의 사이에서 유문으로부터 2/5에 있다.

〔취혈取穴〕반 듯이 누운 즉 앙와위자세로 상복부에서 취혈한다. 임맥의 제중 직상 4寸에 있는 중완 양옆으로 0.5寸 되는 곳이 음도이다.

 ※ 좌우의 제 7늑연골 아래쪽에 접한 정점에 흉골체 아래쪽을 찾아, 이 흉골체 아래쪽과 배꼽중심의 사이를 4등분하고, 상방으로부터 1/4의 높이에서, 복내선상에 유문을 찾아 배꼽중심의 높이에 황유를 찾는다. 유문과 황유의 사이를 5등분하고, 유문으로부터 2/5의 지점에 음도을 취혈한다.

 배안선과 임맥의 중완혈을 지나는 수평선과 만나는 점이다.

〔해부解剖〕명치끝의 아래쪽에 있는 중완혈의 옆 복직근 안쪽 가장자리에 있고, 갈빗대사이신경의 앞쪽으로 얕게 흐르는 가지가 퍼져 있다.

〔작용作用〕신경에 속하면서도 중완혈 옆에 있기 때문에 위장 상태가 나빠 중완혈 하나로 잘 되지 않을 때 이 혈 등으로 보충하여 주면 좋다.

〔주치主治〕위질환胃疾患(위궤양胃潰瘍․위염胃炎)․해수咳嗽․구토嘔吐․복창腹脹․폐기종肺氣腫․흉막염胸膜炎․학질瘧疾 등.

**K 20. 통곡通谷 ― 족소음足少陰과 충맥衝脈의 회會**

〔혈명穴名〕통通은 지나는 길, 곡谷은 계곡을 뜻하나 여기서는 곡식을 뜻한다. 따라서 통곡(신)혈은 곡식이 지나는 통로라는 뜻이다.

〔위치位置〕복내선상에서 유문과 황유의 사이에서 유문으로부터 1/5에 있다.

〔취혈取穴〕반 듯이 누운 즉 앙와위자세로 상복부에서 취혈한다. 임맥의 제중 직상 5寸에 있는 상완 양옆으로 0.5寸 되는 곳이 통곡이다.

 ※ 좌우의 제 7늑연골 아래쪽에 접한 정점에 흉골체 아래쪽을 찾아, 이 흉골체 아래쪽과 배꼽중심의 사이를 4등분하고, 상방으로부터 1/4의 높이(거궐)에서, 복내선상에 유문을 찾아 배꼽중심의 높이에 황유를 찾는다. 유문과 황유의 사이를 5등분하고, 유문에서부터 1/5의 지점에 통곡을 취혈한다.

 배안선과 임맥의 상완혈을 지나는 수평선과 만나는 점이 통곡(신)혈이다.

〔해부解剖〕명치끝의 아래쪽에 있는 상완혈의 양옆 복직근 안쪽 가장자리에 있고, 갈빗대사이신경의 앞쪽으로 얕게 흐르는 가지가 퍼져 있다.

〔작용作用〕통곡은 곡물이 지나는 통로라는 뜻이므로 소화기 병에 많이 관계한다. 방광경의 통곡(방)혈과 구분하기 위하여 통곡(신)이라고 표기한다(족통곡과 복통곡으로 구분하기도 한다). 위의 모든 병의 증상에 효과가 있고 심와부心窩部와 관련이 되는 심장병, 호흡기병에서 오는 천식, 해수에도 치효가 있다. 이 부위에 자침하여 흉부가 편해지고 해咳가 진정鎭靜되는 때가 많이 있다.

〔주치主治〕위염胃炎․위궤양胃潰瘍․항강項强․전간癲癎․심계心悸․늑간신경통肋間神經痛․구토嘔吐․설사泄瀉 등.

**K 21. 유문幽門 ― 족소음足少陰과 충맥衝脈의 회會**

〔혈명穴名〕유幽는 숨다, 어둡다, 희미하다는 뜻이니 신경의 경기가 배 부위에서 약간은 어둡고, 희미한 가슴부위로 들어가는 문 역할을 하는 혈인 것이다.

〔위치位置〕복내선상에서 거궐의 높이에 있다.

〔취혈取穴〕반 듯이 누운 즉 앙와위자세로 상복부에서 취혈한다. 임맥의 제중 직상 6寸에 있는 거궐 양옆으로 0.5寸 되는 곳이 유문이다.

 ※ 좌우의 제 7늑연골 아래쪽에 접한 정점에 흉골체 아래쪽을 찾아, 이 흉골체 아래쪽과 배꼽중심의 사이를 4등분하고, 상방으로부터 1/4되는 점에 거궐을 찾는다. 복내선상에서 거궐 높이에 유문을 취혈한다.

 배안선과 임맥의 거궐혈은 지나는 수평선과 만나는 점이 유문혈이다.

〔해부解剖〕명치뼈 끝의 아래쪽에 있는 거궐혈 옆 복직근 안쪽 가장자리에 있고, 갈빗대사이신경의 앞쪽으로 흐르는 가지가 퍼져 있다.

〔작용作用〕구토를 끝이게 하는 효과에 있어서는 임맥의 구미, 거궐과 같다. 또 위의 극통을 진정시키며 이 때에 복중에 아직 음식물이 잔류하여 복腹이 팽만 되어 있을 때에는 이곳에 토침을 시술함으로서 최구摧嘔하게 된다.

 기타 건망증에도 응용되며 통곡과 같이 지해止咳에 효가 있고 흘역吃逆을 끝이게 하는 등 많이 상용되는 혈이다. 취영聚英에 의하면 신경이 족足으로부터 상행하여 복중의 횡골에서 나와 다시 상행하여 유문까지의 11혈은 모두 「목적통目赤痛하는 것은 내개內皆에서 시작함을 주로 함」이렇게 기록하였으나 이것은 해석에도 곤란하며 실제 임상적으로도 이곳의 일선一線이 특별히 특징이 있다는 것은 아주 연구하지 못하였다.

〔주치主治〕심하민만心下悶滿․하리下痢․복통腹痛․구토嘔吐․협창脇脹․협통脇痛․위경련胃痙攣 등.

**K 22. 보랑步廊**

〔혈명穴名〕보步는 걸어간다, 랑廊은 본채에 붙은 좁은 마루, 따라서 보랑은 가슴에 있어서 심장으로 가는 좁은 마루에 해당하는 혈이 되는 것이다.

〔위치位置〕흉내선상에서 제 5늑간에 있다. (흉내선胸內線이라는 것은 오구돌기 안쪽과 정중선의 사이에서 안쪽 1/3을 지나는 수직선)

〔취혈取穴〕반 듯이 누운 즉 앙와위자세로 전흉부前胸部에서 취혈한다. 흉골정중선胸骨正中線 즉 임맥의 중정 양옆으로 2寸 되는 곳이 보랑이다. 제 5늑간肋間에 해당된다. 여기서 2寸이란 전정중선과 유두선 사이가 골도법상 4寸 이므로 그 절반이 되는 곳이다.

 ※ 흉내선상에서 제 5늑간(유두는 제 4늑간에 있다고 추정하고, 그 하나 아래의 늑간)을 손가락으로 누르고, 패인 곳의 가운데에 보랑을 취혈한다.

 가슴안선과 임맥의 중정혈을 지나는 수평선과 만나는 점이 보랑혈인데 다섯 번째와 여섯 번째 갈비뼈 사이에 있다.

〔해부解剖〕가슴뼈 양옆 큰가슴힘살 중에 있고, 갈빗대사이신경과 앞가슴신경이 퍼져 있다.

〔작용作用〕국소적 내부장기적으로 생각해서 심장병이나 폐기관지, 늑간신경 등에 기하는 병증에 효과가 있게 되어 있는 것을 이곳에서 흉부의 모든 혈의 특질로서 그 범위 외에는 미치지 않는 것 같다. 취영본문聚英本文에도 「흉협지만胸脇支滿, 통증, 흉부에 인引하고 비색鼻塞으로 불통, 식불득息不得, 호흡소기해역, 구토, 음식을 좋아하지 않고 팔을 위로 들지 못함을 주主한다」라고 한다. 앞에서 설명한 병 외에 딸꾹질 또는 대흉근大胸筋의 관계로서 팔을 위로 들지 못할 때에 효과가 있다고 기재하고 있다. 또 소화기, 식도, 기타의 원인으로 음식물의 섭취가 잘 안될 경우 또 늑골카리에스(흉늑막염)에도 사용한다.

〔주치主治〕늑간신경통肋間神經痛․흉통胸痛(협심증狹心症)․해명咳鳴․해수咳嗽․천식喘息․구토嘔吐․흉막염胸膜炎 등.

**K 23. 신봉神封**

〔혈명穴名〕신神은 심장에 간직되어 있는 정신작용을 이야기하고 봉封은 봉한다, 싸다라는 뜻이 있으므로, 신봉이란 심장의 정신작용이 봉해져 있는 혈이라는 뜻이다.

〔위치位置〕흉내선상에서 제 4늑간에 있다.

〔취혈取穴〕앙와위자세로 전흉부前胸部에서 취혈한다. 양 유두간의 중간점에 있는 임맥의 단중에서 양옆으로 2寸 되는 곳이 신봉이다. 또 단중과 유두의 중간이 되는 곳이기도 하며 제 4늑간에 있다.

 ※ 흉내선상에서 제 4늑간을 손가락으로 눌러서 느끼는 움푹 패인 곳의  중앙에, 신봉을 취혈한다. 대략 유두와 같은 높이의 흉내선상에서 움푹 들어간 곳에 있다.

 가슴안선과 임맥의 단중혈을 지나는 수평선과 만나는 곳이 신봉혈인데 네 번째와 다섯 번째 갈비뼈 사이이다.

〔해부解剖〕가슴뼈 한가운데에서 양옆 큰가슴힘살 중에 있고, 갈빗대사이신경과 앞가슴신경이 퍼져 있다.

〔작용作用〕협심증과 흉통에 효과가 좋으며 상기한 신봉혈의 작용과 같다.

〔주치主治〕협심증狹心症․늑간신경통肋間神經痛․천식喘息․유선염乳腺炎․심계心悸․흉막염胸膜炎 등.

**K 24. 영허靈墟**

〔혈명穴名〕영靈은 신령 영이며, 허墟는 큰 언덕을 뜻하니 영허는 신령이 머무는 큰 언덕(젖가슴 부위에 있기 때문에)이라는 뜻이다.

〔위치位置〕흉내선상에서 제 3늑간에 있다.

〔취혈取穴〕반 듯이 누운 즉 앙와위자세로 전흉부前胸部에서 취혈한다. 흉골정중선胸骨正中線 즉 임맥의 옥당 양옆으로 2寸 되는 곳이 영허이다. 제 3늑간肋間에 해당된다.

 ※ 흉내선상에서 제 3늑간을 손가락으로 눌러서 느껴지는 패인 곳의 가운데를 취혈한다.

 가슴안선과 임맥의 옥당혈을 지나는 수평선과 만나는 혈이 영허혈인데 세 번째와 네 번째 갈비뼈 사이에 있다.

〔해부解剖〕가슴뼈 한가운데에서 양옆 큰가슴힘살 중에 있고, 갈빗대사이신경, 앞가슴신경이 퍼져 있다.

〔작용作用〕특히 위통에 효과가 좋으며 상기한 보랑혈의 작용과 같다.

〔주치主治〕전흉통前胸痛․해수咳嗽․늑간신경통肋間神經痛․협늑통脇肋痛․유선염乳腺炎․심계心悸․구토嘔吐 등.

**K 25. 신장神藏**

〔혈명穴名〕신神은 심장의 정신작용이고, 장藏은 감춘다는 뜻이니 신장은 신이 감추어져 있는 곳, 심장을 뜻한다.

〔위치位置〕흉내선상에서 제 2늑간에 있다.

〔취혈取穴〕반 듯이 누운 즉 앙와위자세로 전흉부前胸部에서 취혈한다. 흉골정중선胸骨正中線 즉 임맥의 자궁 양옆으로 2寸 되는 곳이 신장이다. 제 2늑간肋間에 해당된다.

 ※ 흉내선상에서 제 2늑간을 손가락으로 눌러서 느껴지는 패인 곳에 신장을 취혈한다.

 가슴안선과 임맥의 자궁혈을 지나는 수평선과 만나는 곳이 신장혈인데 두 번째와 세 번째 갈비뼈 사이이다.

〔해부解剖〕가슴뼈 한가운데에서 옆 큰가슴힘살 중에 있고, 갈빗대사이신경, 앞가슴신경이 퍼져 있다.

〔작용作用〕신경의 유주에서 이 신장혈에서 심장과 만나고 다시 양쪽 젖가슴 사이의 단중혈로 들어와 심포경과 만난다. 위통에 효과가 좋으며 상기한 보랑혈의 작용과 같다.

〔주치主治〕고혈압증高血壓症․신경증神經症․기관지염氣管支炎․구토嘔吐․늑간신경통肋間神經痛 등.

**K 26. 혹중或中**

〔혈명穴名〕혹或은 의심한다, 수상쩍게 생각한다 또는 가슴을 뜻하기도 하며 중은 가운데이니 혹중이란 가슴가운데의 혈이 되는 것이며 폐경의 중부혈의 반응이 나타나기도 하는 혈이다.

〔위치位置〕흉내선상에서 제 1늑간에 있다.

〔취혈取穴〕반 듯이 누운 즉 앙와위자세로 전흉상부前胸上部에서 취혈한다. 흉골정중선胸骨正中線 즉 임맥의 화개 양옆으로 2寸 되는 곳이 혹중이다. 제 1늑간肋間에 해당된다.

 ※ 흉내선상에서 제 1늑간을 손가락으로 눌러서 느껴지는 패인 곳에 혹중을 취혈한다.

 가슴안선과 임맥의 화개혈을 지나는 수평선이 만나는 곳이 혹중혈인데 첫 번째와 두 번째 갈비뼈 사이이다.

〔해부解剖〕가슴뼈 바깥쪽 가장자리 큰가슴힘살 중에 있고, 갈빗대사이신경, 앞가슴신경이 퍼져 있다.

〔작용作用〕위통에 효과가 있으며 상기한 보랑혈의 작용과 같다.

〔주치主治〕기관지천식氣管支喘息․기관지염氣管支炎․해수咳嗽․흉협창만胸脇脹滿 등.

**K 27. 유부兪府**

〔혈명穴名〕유兪는 흘러간다, 부府는 창고를 뜻하니 여기에서 신경의 기氣는 목구멍(기관, 후두부)으로 올라가므로 유부라고 이름을 붙인 것이다.

〔위치位置〕흉내선상에서 쇄골 아래쪽에 있다.

〔취혈取穴〕반 듯이 누운 즉 앙와위자세로 전흉상부前胸上部에서 취혈한다. 흉골정중선胸骨正中線 즉 임맥의 선기 양옆으로 2寸 되는 곳이 유부이다. 이곳은 쇄골내단하연鎖骨內端下椽의 함요부이기도 하다.

 ※ 흉내선상에서 쇄골 밑을 손가락으로 더듬어, 그 바로 밑을 세게 누르면 둔한 울림이 목손까지 전해지는 점에서 유부를 취혈한다.

 가슴안선과 임맥의 선기혈을 지나는 수평선이 만나는 곳으로 첫 번째와 빗장뼈 사이이다.

〔해부解剖〕빗장뼈 아랫부분 큰가슴힘살 중에 있고, 빗장뼈아래신경과, 앞가슴신경이 퍼져 있다.

〔작용作用〕대략 전과 같은 혈이나, 최상부에 있어서 특히 해수일 때 갑상선비대 등에도 효과가 있다.

〔주치主治〕해수咳嗽․인통咽痛․다담多痰․구토嘔吐․복창腹脹․흉통胸痛․천식喘息․기관지염氣管支炎 등.