

足三里穴（治一切的胃病，腳走路疲乏無力，胃經路線有乳房硬塊，血壓高，年輕長壽穴）

- 足三里穴位置：屈膝。在小腿前外側，當膝眼下3寸，距脛骨前緣一橫指
- 足三里穴位置：順著脛骨，由下往上推，推到高突的起點，外開一橫指

