

## 10-20 系统包括 19 个记录电极和 2 个参考电极:

1、首先在头皮表面确定两条基线，一条为鼻根至枕外粗隆的前后连线为 100%，另一条为双耳前凹之间的左右连线为 100%。二者在头顶的交点为 Cz 电极的位置。

2、从鼻根向后 10% 处为 FPz (额极中线)，从 FPz 向后每 20% 为一个电极的位置，依次为 Fz (额中线)、Cz (中央中线)、Pz (顶中线) 及 Oz (枕中线)。Oz 与枕外粗隆的间距为 10%。

3、双耳前凹连线距左耳前凹 10% 处为 T3 (左中颞) 电极位置，以后向右每 20% 放置一个电极，依次为 C3 (左中央)、Cz (中央中线)、C4 (右中央) 和 T4 (右中颞)。T4 距右耳前凹间距为 10%。

4、从 FPz 通过 T3 至 Oz 的连线为左颞连线，从 FPz 向左 10% 为 FP1 (左额极)，从 FP1 沿左外侧向后每 20% 放置一个电极，依次为 F7 (左前颞)、T3 (左中颞)、T5 (左后颞) 及 O1 (左枕)，其中 T3 为此线与双耳前凹连线的交点，O1 距 Oz 为 10%。FP2 沿右外侧向后连线与此相对应，从前向后依次为 FP2 (右额极)、F8 (右前颞)、T4 (右中颞)、T6 (右后颞) 及 O2 (右枕)。

5、从 FP1 至 O1 和从 FP2 至 O2 各作一连线，为左、右矢状旁连线，从 FP1 和 FP2 直线向后每 20% 为一个电极位点，左侧依次为 F3 (左额)、C3 (左中央)、P3 (左顶) 和 O1 (左枕)，右侧依次为 F4 (右额)、C4 (右中央)、P4 (右顶) 和 O2 (右枕)。

在 10-20 系统中，FPz 和 Oz 不包括在 19 个记录点位中。

