

# 経穴学

## Caderno de Pontos de Acupuntura

LILIAN MIHO SAKUNO

作野リリアン美穂

2006～2007 年

## 1. 督脈（とくみやく） - GV（28pts）

**GV1** : 長強（ちょうきょう） - 陰郄（いんげき）（meridiano extraordinário → “forte e longo”）

- L: na linha média, no centro entre a pta do cóccix e o ânus
- P: pacifica o espírito e suprime os espasmos, promove a defecação e elimina hemorroidas.
- A: 1 distúrbios pequenos e psicossomáticos, ataque epiléticos (sedativo) - 2 obstipação (3 hemorroidas).

OBS: pto de conexão (luo) – shu lombar

**GV2** : 腰俞（ようゆう） - 腰柱（ようちゅう） -

- L: na linha média dorsal, direita 1 e no hiato sagrado
- P: ativa o meridiano e alivia a dor
- A: dor na região lombossagrada

**GV3** : 腰陽關（こしょうかん） - Portão do yang lombar

- L: na linha média dorsal, na depressão por baixo da apófise espinhosa L4
- P: descongestiona e ativa o meridiano e seus vasos
- A: dor na região lombossagrada / dor e perda de força MMII

**GV4** : 命門（めいもん） - Portão da vida

- L: na linha média dorsal, na depressão por baixo da apófise espinhosa de L2
- P: aquece e reabastece o yoo do rim, relaxa os tendões e suprime os espasmos
- A: disfunção sexual masc (impotência, por ex) / certos distúrbios ginecológicos e obstétricos / lombalgia / ataques epiléticos

**GV5** : 懸樞（けんすう） - Pivo suspenso

- L: na linha média dorsal, na depressão por baixo da apófise espinhosa de L1
- P: ajuda o yoo e fortalece o baço
- A: enterite crônica, diarreia e perturbações digestivas

**GV6** : 脊中（せきちゅう） - Centro da coluna

- L: na linha média dorsal, na depressão por baixo da apófise espinhosa de T11
- P: fortalece o baço, promove a micção, pacifica o espírito e suprime os espasmos
- A: enterite crônica / hemorroidas / ataques epiléticos (função antiespasmódica) → ache a última costela flutuante



**GV7 : 中樞 (ちゅうすう) - Pivô central**

L: na linha média dorsal, na depressão por baixo da apófise espinhosa de T10

P: fortalece o baço e promove a micção

A: perda do apetite / dor nas costas ⇒ usado em trat. Do VB

**GV8 : 筋縮 (きんしゆく) - contração dos tendões**

→ usado p/ problemas do LR

L: na linha média dorsal, na depressão por baixo da apófise espinhosa de T9

P: pacifica o espírito e suprime os espasmos

A: distúrbios psíquicos e psicossomáticos, ataques epiléticos, convulsões provocadas pela febre / efeito sedativo e antiespasmódico. Usado tbem p/ casos de rompimento de tendões e entorses

**GV9 : 至陽 (しやう) - acançar o yoo**

→ sentido, ir

L: na linha média dorsal, na depressão por baixo da apófise espinhosa de T7

P: estimula a vesícula biliar e trata a icterícia regula o Qi e expande o tórax

A: icterícia / doenças hepáticas e biliares / sensação de tensão / enfarta/o ou inchaço do tórax e abdômen / mastite aguda.

**GV10 : 靈台 (れいだい) - Torre do Espírito**

L: na linha média dorsal, na depressão por baixo da apófise espinhosa de T6

P: alivia a tosse e a dispneia

A: bronquite aguda e crônica / dor na coluna

**GV11 : 神道 (しんどう) - Trajeto do Espírito**

L: na linha média dorsal, na depressão por baixo da apófise espinhosa de T5

P: dispersa o vento / libera a dor / pacifica o espírito e alivia a dispersão

A: neurostenia / asma brônquica

**GV12 : 身柱 (しんちゆう) - Pilar do corpo**

L: na linha média dorsal, na depressão por baixo da apófise espinhosa de T3

P: pacifica o espírito e elimina os espasmos, liberta o calor e dilata o Qi dos pulmões

A: distúrbios psíquicos e psicossomáticos / ataques epiléticos / convulsões provocadas pela febre / constipação / bronquite / usado em trat. doença p/ いらいら、お灸 + agulha de ouro. ◎

**GV13 : 陶道 (とうどう) - Caminho da Felicidade**

L: na linha média dorsal, na depressão por baixo da apófise espinhosa de T1

P: liberta o calor e a superfície

A: constipação, gripe

**GV14 : 大椎 (だいつい) - grande vértebra**

→ encontro de yoo, exceto ST.

L: na linha média dorsal, na depressão por baixo da apófise espinhosa de C7.

P: liberta o calor e a superfície, produz calma generalizada e pára a febre.

A: febra alta e cte / constipação gripe / problema da coluna cervical / epilepsia.

Usado mto お灸 para tirar ねつ

**GV15 : 啞門 (あもん) - Portão da Mudez**

L: na linha média dorsal 01S 寸 superior ao pto intermédio da linha capilar post. Por baixo da C1

P: restaura e clareia o cérebro e desperta os sentidos, diminui e dispersa o vento

A: afonia súbita / surdez-mudez / apoplexia / epilepsia.

**GV16 : 風府 (ふうふ) - Palácio do Vento**

L: 1 寸 acima do pto intermédio da linha capilar post por baixo da protuberância occipital externa, no intervalo entre o m. trapézio 右 e 左

P: restaura a clareza do cérebro e desperta os sentidos, dispersa o vento e elimina os espasmos

A: apoplexia / forte tensão (cefaleia de tensão)

**GV17 : 腦戸 (のうこ) - Porta do cérebro**

L: 2.5 寸 acima do pto intermédio da linha capilar post, 1.5 寸 acima de GV16, na depressão existente no bordo superior da protuberância occipital externa

P: restaura a clareza do cérebro e desperta os sentidos, acalma o fígado e dispersa o vento.

A: distúrbios psíquicos / psicossomáticos / hipertensão

**GV18 : 強間 (きょうかん) - Espaço Inflexível**

L: na linha média dorsal 4 寸 acima do pto intermédio da linha capilar post, 1.5 寸 acima do GV17

P: restaura a clareza do cérebro e os sentidos / acalma o fígado e dispersa o vento

A: dist. Psíquicos e psicossomáticos / HP / dça de Parkinson



**GV19 : 後頂 (ごちょう) - atrás da coroa**

L: na linha média dorsal, 5.5 寸 acima do pto intemédio da linha cap post, 3.5 寸 acima do GV17

P: acalma o fígado e dispersa o vento, pacifica o espírito e elimina os espasmos

A: hipertensão / dist psíquicos e psicossomáticos / ataques epilépticos (efeito sedativo e antiespasmódico)

**GV20 : 百会 (ひゃくえ) - Cem Encontros**

L: na linha média dorsal, 5 寸 abaixo do pto intermédio da linha capilar ant, no meio dos 2 ápices auriculares

P: pacifica o espírito e elimina os espasmos, acalma o fígado e dispersa o vento

A: distúrbios depressivos / ataques epilépticos / hipertensão

**GV21 : 前頂 (ぜんちょう) - Em frente da coroa**

L: 3.5 寸 abaixo do pto intermédio da linha capilar anterior, 1.5 寸 à frente do GV20,

P: pacifica o espírito e dispersa o vento

A: distúrbios depressivos / ataques epilépticos / hipertensão

**GV22 : 額会 (しんえ) - Encontro das fontanelas**

L: 2 寸 abaixo do pto intermédio da linha capilar ant ideal, 3 寸 à frente de GV20

P: pacifica o espírito e elimina os espasmos, dispersa o vento e alivia a dor.

A: ataques epilépticos / cefaleia

**GV23 : 上星 (じょうせい) - Estrela superior**

L: 1 寸 atrás do pto intermédio da linha do cap ant.

P: fortalece o cérebro e regula o espírito / alivia a dor / ativa os orifícios da parte superior do corpo

A: apoplexia / cefaleia / dist. Psíquicos / dças do nariz (Ex: sinusite / epístase)

**GV24 : 神庭 (しんてい) - Pátio do Espírito**

L: 0.5 寸 atrás do pto intermédio da linha capilar ant.

P: promove calma geral e pacifica o espírito, alivia a dor e desperta os sentidos

A: insônia (efeito sedativo) / distúrbios psicológicos e psicossomáticos / cefaleia / apoplexia

\* Lugar que está a "alma", por isso, wo 先生 usa. Bom para problemas sentimentais.

**GV25 : 素膠 (そりょう) - Fenda branca**

L: no ponto intermédio da pta do nariz. → onde tem um rebaixado

P: restaura o yoo e contém o Qi invertido, ativa o nariz

A: renite / epistaxe / pólipos nasal / hipotonia, tbem em estado de choques

**GV26 : 水溝 (すいこう) - Fossa de água**

L: na zona de transição entre os terços sup. e médio da depressão infranasal.

P: restaura a clareza do cérebro e desperta os sentidos, dispersa o vento e elimina os espasmos

A: apoplexia / perda de consciência / estado síncope (medida complementar ou de emergência) lombalgia aguda. Pto dolorido! ひびしん p/ lombalgia

→ também p/ edema do rosto 百会の前

**GV27 : 兌端 (だたん) - Extremidade da boca**

L: no tubérculo do lábio superior, na junção entre a depressão infranasal e a parte vermelha do lábio.

P: pacifica o espírito e elimina os espasmos

A: epilepsia / tique da boca

**GV28 : 齶交 (ぎんこう)**

L: na parte interna do lábio superior

A: pólipos nasais / estomatite / afta



## 2. 任脈 (にんみやく) - CV (24 pts)

### CV1 : 会陰 (えいん) (Encontro do 陰)

P: restaura a clareza de espírito e desperta os sentidos. A: distúrbios motores / psíquicos

### CV2 : 曲骨 (きよくこつ) (osso arqueado)

L: na linha média ventral, bordo sup da sínfise púbica.

P: promove micção e ativa trato urinário, regula a menstruação e alivia a dor.

A: dças do trato urinário (Ex: incontinência) problemas menstrual / disfunção sexual masc. Ps: cuidado na gravidez

### CV3 : 中極 (ちゅうきょく) (Pólo médio)

L: 4 寸 abaixo do umbigo, 1 寸 acima do CV2.

P: ajuda o 陽 e regula a H2O, a menstruação, alivia fuso. A: dças da da bexiga / retenção urinária / D. sexual ♂ distúrbios ginecológicos → ぼけつ da bexiga

### CV4 : 関元 (かんげん) (Portão da origem)

L: 3 寸 abaixo do umbigo / 2 寸 acima do CV2

P: expande e reabastece o Qi fonte, regula menstruação / micção

P: o mesmo do CV3

→ ぼけつ do intestino delgado (S1)

→ 右女 (うまづめ) } mulher q ã dá filho

→ sig: portão da pedra. pto q ã pode usar mto, qdo mulher tá grávida

### CV5 : 石門 (せきもん) (Portão da Pedra)

L: 2 寸 abaixo do umbigo

P: regula o Qi / alivia a dor, ativa a micção

A: distúrbios ginecológicos \* usa mto ぼ灸

CUIDADO DURANTE GRAVIDEZ ぼけつ de TE mto usado para べんぴ

### CV6 : 氣海 (きかい) (mar do Qi)

bom para ちょうしがわるいべんぴ. へこんでいる⇒お灸 (げり) / constipação 鍼

L: 1.5 寸 abaixo o umbigo

P: ↑ regula o Qi / regula a menstruação / fortalece a essência

A: todos os estados de fraqueza (fortalece parte imunológica) / disf. Ginecológica e sexual ♂

**CV7 : 陰交 (いんこう) (Inserção do yim)**

L: 1 寸 abaixo do umbigo

P: ↑ regula o Qi / alivia o fluxo/

A: inchaço /distensões abdominais / menstruação irregular. Usa muito お灸. Pode tbém usar 鍼 p/ げり

**CV8 : 神闕 (しんけつ) → só usa お灸**

L: no umbigo / dor abdominal

P: aquece o yang / promove micção / acalma diarreia

A: enterite aguda / bom para barriga fria /

→ associado junto c/ ST36

→ separar além de água → serviço do LR (LR14 しょうもん)

**CV9 : 水分 (すいぶん (muito usado para げり)) (separação da H2O)**

L: 1 寸 acima do umbigo

P: regula o Qi / alivia a dor / alivia sist urinário

A: ascite / edema / dor abdominal / げり

**CV10 : 下腕 (げかん) ST のこと**

cav. Inf. 2 寸 ↑ do CV8 qdo come mto

Constricção usado mto parra trat de stress

**CV11 : 建里 (けんり) HT のこと**

L: 3 寸 ↑ do CV8. dores no estômago

**CV12 : 中腕 (ちゅうかん)**

L: 4 寸 do CV8. ぼけつ do ST qdo come mto

**CV13 : 上腕 (じょうかん)**

L: 5 寸 do CV8. Harmoniza ST + soluços

**CV14 : 巨闕 (こけつ)**

- acalma o 心 / ぼけつ do 心

quase ñ se usa

**CV15 : 鳩尾 (きゅうび)**

L: abaixo da ap. xifóide. pto de conexão



**CV16 : 中庭 (ちゅうてい)**

L: no pto art. xifo. Estimul ↓ o Qi invertido  
náuseas / vômitos / dças do estômago

**CV17 : 膻中 (だんちゅう)**

L: “centro do tórax”. entre os mamilos → ひないしん p/ baixo usado para stress  
Regula o Qi ↓ dor. Pto ぼけつ do Pc / Pto de encontro do Qi

**CV18 : 玉堂 (ぎょくどう)**

L: 3º costela / expande tórax problema hum. Traqueia

**CV19 : 紫宮 (しきゅう)**

L: 2º costela / expande tórax

**CV20 : 華蓋 (かがい)**

L: - 1º costela / manobra esterno / expande tórax

**CV21 : 璇璣 (せんき)**

L: 1 寸 abaixo do CV22. Dor surda / laringite

**CV22 : 天突 (てんとつ)**

L: no meio da fossa supraesternal

**CV23 : 廉泉 (れんせん)**

L: depressão sup. do osso hioide – alivia garganta

**CV24 : 承漿 (しょうしょう)**

L: no meio do mentolabial

pareira facial / pto sintomático p/ supressão do reflexão de vômito problemas de saliva

### 3. 手太陰肺經（てたいいんはいけい） LUNG - LU（11ptos）

#### LU1 : 中府（ちゅうふ） Palácio médio

L: 1 寸 abaixo da fossa clavicular

A: disfunção do pulmão e traqueia

ぼけつ do Pulmão

#### LU2 : 雲門（うんもん） Portão das nuvens

L: na fossa clavicular / disfunção do pulmão / problemas de ombro

#### LU3 : 天府（てんぷ） Palácio Celestial

L: 3 寸↓ da prega axilar, na extremidade do m.biceps braquial. A. Tose e disfunção da traqueia

#### LU4 : 俠白（きょうはく） abraçar o branco

L: 5 寸 acima da prega cubital / na ext. radial do m.biceps braquial.

LU5 : 尺沢（しゃくたく） pântano cubito na prega cubital na depressão radial do m.biceps braquial

P: dissemina e distribui o Qi do pulmão / problemas p/ garganta e falta de あせ

Pto mar. 5° pto shu

#### LU6 : 孔最（こうさい）

L: 3 寸 da prega do punho, no lado radial interno, na mesma linha do PU9 ~ PU5

P: acalma o sg / Pto fenda / para problemas de constipação

→げけつ→trat. Inf agudas

#### LU7 : 列欠（れっけつ）

L: 1.5 寸 da prega do punho, abaixo da apófise estiloide radial / m.sup longo e abductor longo do polegar

P: ativa o meridiano pp/ regular o “Renmai”

Pec: pto conexão (LU0) / ponto de confluência (Bu mui jiao Hu) do Renmei. Pto de comando para pescoço e parte de trás da cabeça 絡

#### LU8 : 経渠（けいきょ）

L: Entre a apófise estiloide radial e A. radial. P limpa o pulmão. Pto Rio (4° pto Shu)



**LU9 : 太淵 (たいえん) 原穴 (げんけつ)**

L: na ext. radial do punho por fora da a. radial. Acalma a tosse. Pec: Pto Shu (corrente) けいけつ. Pto Qi fonte (YUAN)

pto de encontro (Hui) dos vasos 脈会→絡穴→原穴 pto de confluência da circulação

**LU10 : 魚際 (ぎょさい) 榮穴 (えいけつ)**

L: na art. metacarpofalângiana

A: enriquece o YIN / alivia faringe pto nascente

**LU11 : 少商 (しょうしょう)**

L: 0.1 寸 acima e ao lado do canto da unha do polegar

A: Limpa o pulmão / clareia o cérebro / abre tendões

P: dor de garganta Pec: Pto Poço せい

→ Limpa a garganta お灸 ou sangria

Como o pto é せい→ é bom para contusões e batidas (aguda).

#### 4. 手陽明大腸経 (てようめいだいちょうけい) LARGE INTESTINE - LI

(20ptos)

LI1 : 商陽 (しょうよう) (Pto poço / Pto metal) →井金穴

L: 0.1 寸 a partir do bordo externo do 2º dedo.

P: Liberta calor e elimina a inflamação

desperta os sentidos e recupera a clareza do espírito

Pto de perda de consciência, inflamação na face

LI2 : 二間 (じかん)

L: depressão distal perto 2º art metacarpofalangiana (MCF). Reumatismo

P: Liberta calor / elimina inflamação (Pto nascente).

LI3 : 三間 (さんかん)

L: depressão proximal da 2º MCF, punho leve/e cerrado.

P: Liberta calor 同じ L2. / Pto corrente

LI4 : 合谷 (ごうこく)

vale da União Pto しんそく → cabeça ant / face / garganta

P: Liberta calor e a superfície, descongestiona e ativa os órgãos sensoriais. A: febre / dores de cabeça / tumefação dolorosa na garganta / inflamação de orelha e pescoço / dor e mov ↓ na região do punho e dedos / pode estimular contrações na musculatura inf. Pec: Pto Fonte けいけつ (YUAN) Problemas de olho e face.

LI4 unificação 虎口 (ごこう)  
usado p/ olhos com dor

LI5 : 陽溪 (ようけい)

L: tabaqueira anatômica.

P: Limpa os 5 órgãos sensoriais (ouvido / olhos / boca / nariz / lingua), relaxa tendões e alivia a dor.

A: inflamações agudas na cabeça / rosto / boca / dças auditivas / dor no punho / tinido / surdez Pto JING (RUO)



**LI6 : 偏歴 (へんれき)** →por ex. p/ constipação, é usado

L: 3 寸 proximal á prega dorsal do punho

face externa do antebraço, nna Lig. LI5 e LI11.

P: melhora a atividade visual. Pec: pto de conexão p/ dças clínicas

**LI7 : 温溜 (おんる)**

L: 5 寸 da prega dorsal do punho.

P: Liberta calor e elimina inflamação Pec: pto fenda (xi)

**LI8 : 下廉 (げれん) (∠ inf)**

L: 4 寸 distal a LI11. A: cefaléia / vertigem



**LI9 : 上廉 (じょうれん) (∠ sup)**

L: 3 寸 distal a LI11. A: cefaléia / paralisias do cotovelo

**LI10 : 手三里 (てさんり) (3 distância do braço)**

L: 2 寸 distal a LI11.

A: dor e mov limitado do int. grosso.

**LI11 : 曲池 (きょくち) (curva do tanque)**

L: cotovelo fletido 90°, entre a extremidade externa da prega cubital e a apitróclea

P: dispersa vento / suaviza náuseas / alivia dor /

A: inflamação aguda de cabeça / pescoço / urticária / Préputonico Pto mar (合)

**LI12 : 肘膠 (ちゅうりょう)**

L:1 寸 proximal a LI11. tendinite / epicondilite

A: cotovelo de tenista

**LI13 : 手五里 (てごり) (5 distância do braço)**

→ paralisia de MMSS pto fica em cima do nervo

L:3 寸 do LI11 /

A: dor e mov limitado do braço problemas do braço (しびれ)

**LI14 : 臂臑 (ひじゆ)**

L: 7 寸 do LI11 no início da deltoide /

A: dor na região do m. deltoide / disf. de drenagem linf. / dças oftalmológicas 目のつかれ

**LI15 : 肩髃 (けんぐう)**

L: qdo o braço é abduzido na depressão anterior e inf do acronus

P: dispersa vento /

A: dor e mov. Limitado na região da art do ombro

Pec: cuidado, risco de contaminação da art. do ombro

bom para alergia e coluna (Sakaguti 先生) junto c/ LI11

**LI16 : 巨骨 (ここつ)**

L: na depressão entre a extremidade 外 da clavícula e cintura escapular.

P: alivia a dor

A: dor e mov. Limitado na art do ombro / boca

**LI17 : 天鼎 (てんてい)**

L: no bordo post. Do ECM 1 寸 abaixo de LI18 / alivia a dor e ↓ edema /

A: inflamação aguda na garganta (por ex: faringite / amigdalíte) ↓おなじ A

**LI18 : 扶突 (ふとつ)**

L: Entre as 2 porções musculares do ECM 3 寸 lateral à maçã de adão 1 寸 do LI17

**LI19 : 禾膠 (かりょう)**

L: acima do lábio superior lateral e abaixo da ext. externa da narina

P: descongestiona o nariz /

A: doenças nasais / náusea facial

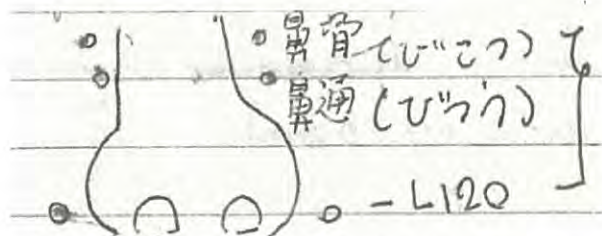
**LI20 : 迎香 (げいこう)**

L: no sulco nasolabial, pto do bordo externo da asa do nariz.

P: limpa pulmão / descongestiona nariz / dispersa vento

A: dças nasais / náusea facial / paralisia facial

→por ex: se ã sente cheiro ou dificuldade de sentir cheiro



GV23/いんど+⇒ usados p/ problemas de olfato

problemas de mucosa da boca tbém



## 5. 足陽明胃経（あししょうめいいけい） - ST

### ST1 : 承泣（しょうきゅう） - vasos de lágrimas

L: c/ o pcte a olhar diretamente em frente, entre o globo ocular e o buraco infra-orbitário.

P: melhora acuidade visual.

A: dças oftálmicas / cegueira noturna.

### ST2 : 四白（しはく）

L: na depressão do buraco infra-orbitário. P e A igual ao ST1. + paralisia do trigêmio

### ST3 : 巨髎（こりょう）

L: 0,8 寸 ao nível da extremidade inferior da asa do nariz.

A: acuidade visual /

P: paresia facial

### ST4 : 地倉（ちそう）

L: no canto da boca. 0,4 寸

A: paresia facial

### ST5 : 大迎（たいげい）

L: extremidade frontal do m. masseter, 1.3 寸 ant e inf ao canto do maxilar acima da a. facial palpável. P e

A: おなじ ST4

### ST6 : 頬車（きょうしゃ）

L: na protuberância do m. masseter

A: paresia facial / inflamação aguda da cav. Bucal.

### ST7 : 下関（げかん）

L: na depressão entre arcada zigomática e a incisura mandibular.

P: dispersa vento / libera calor / aguça audição.

A: nevralgia do trigêmio / dças do ouvido / problemas da ATM

**ST8 : 頭維 (ずい)**

L: no canot da tempora / 0.5 寸 dentro da linha do capilar ant. / enfermidades oftalmológicas

avisa os outros GB e GV, qdo a cabeça tá doendo. Estão tdos na mesma linha

**ST9 : 人迎 (じんげい)**

L: na extremidade frontal do m. ECM 1.5 寸 lateral à ext. sup. Da maçã de Adão a A. carótida. P: desfaz bloqueio / ↓ dificuldade p/ resp.

A: hipertensão / asma / amigdalite

**ST10 : 水突 (すいとつ)**

L: na ext. frontal do m. ECM ao nível + baixo da maçã de adão entre ST9 e ST11

P/A⇒ tosse e depressão problemas de distonia

**ST11 : 氣舎 (きしゃ)**

L: na extremidade sup. do limite interno da clavícula, entre a inserção clavicular e esternal do M. ECM direta/e por baixo ST10.

P: reduz o Qi inativo e dispersa.

A: Insuf. Resp. aguda / asma

**ST12 : 欠盆 (けつぼん) → passagem dos yoo exato BL**

L: no centro da fossa supraclavicular, 4 寸 da linha média ventral.

P: 同 ST11

A: 同+ dor na região do ombro e pescoço parentesco do MMSS

**ST13 : 氣戸 (きこ)**

L: ext. inf. da clavícula, ao centro 4 寸 da linha média ventral.

P: 同じ

A: 同+ dças das vias resp.

**ST14 : 庫房 (こぼう)**

L: 1º EIC (Costela)

P/A: dças resp.

**ST15 : 屋翳 (おくえい)**

L: 2º EIC, 4 寸.

P/A: dças respiratórias



**ST16 : 膺窓 (ようそう)**

L: 3° EIC. 4 寸.

P/A: dças respiratórias }trat. de enf. Pulmonares

**ST17 : 乳中 (にゅうちゅう)**

L: 4° EIC / no centro do mamilo

Serve p/ localizar outros ptos

c/ exceção de BL todos os meridianos yoo passam por ele

**ST18 : 乳根 (にゅうこん)**

L: no 5° EIC. P

A: dças resp. e mamárias

**ST19 : 不容 (ふよう) → 不容 いれて Sem/ausência**

L: 6 寸 do umbigo. 2 寸 ao lado da linha média ventral.

P: harmonizar o ST. Alivia náusea.

A: gastrite aguda, dor no ST, anorexia.

**ST20 : 承満 (しょうまん) - usado qdo ñ quer comer**

L: 5 寸 sup do umbigo

P/A: 同 ST19

**ST21 : 梁門 (りょうもん) おなかが痛い!**

L: 4 寸 do umbigo.

P/ regular ST e intestino

**ST22 : 関門 (かんもん)**

L: 3 寸 sup do umbigo.

P: 同 ST21 + reduz edema

**ST23 : 太乙 (たいいつ)**

L: 2 寸 sup do umbigo

P: pacifica a força espiritual

A: disfunções psíquicas

**ST24 : 滑肉門 (かつにくもん) constipação = ST24+ST37. (especial/e lado 左)**

L: 1 寸 sup ao umbigo, 2 寸 da linha média ventral.

P: proporciona calma / harmoniza o estômago e intestino.

A: disfunções psíquicas e psicossomáticas / gastrite aguda / constipação

**ST25 : 天枢 (てんすう)**

L: 2 寸 ao lado do umbigo.

P: Regula subida e descida do Qi e Int. Grosso.

A: disfunções intestinais / disenteria e obstipação

Appendicite / anormalidades na regularidade menstrual

PEC: Pto MU(ぼけつ) do IG (LI)

**ST26 : 外陵 (がいりょう) - monte exterior**

L: 1 寸 inf do umbigo, 2 寸 ao lado da linha média.

P: regula o Qi e alivia dor

A: dor abdominal / dismenorrea PEC: cuidado na gravidez. → este pto quase ã se

**ST27 : 大巨 (だいこ) usa → usado para constipação**

L: 2 寸 inf ao umbigo. 2 寸 da linha média ventral.

P: beneficia a micção.

A: comportamento urinário / hérnias abdominais externas

**ST28 : 水道 (すいどう)**

L: 3 寸 inf ao umbigo, 2 寸 da linha média.

P: beneficia bexiga, regula menstruação e alivia dor.

A: comportamento urinário obstipação / dismenorrea, dos fertilidade feminina

PEC: cuidado na gravidez. Problemas de retenção de líquido, por ex. edema de MMII

**ST29 : 归来 (きらい) → Retorno**

L: 4 寸 inf do umbigo.

P: ativa o Qi, alivia a dor, reg. A menstruação e ↓ o fluxo /

A: hérnias abdominais / amenorrea / leucorreia e prolapso uterino / impotência.

**ST30 : 氣衝 (きしょう) → Qi impetuoso.**

L: 5 寸 inf do umbigo, 2 寸 da linha média.

P: regula e tonifica o CHONG MAI. Regula menstruação e promove fertilização

\*PEC: cuidado na gravidez

**ST31 : 髀關 (ひかん)**

L: ao nível da dobra glútea inf. na linha de ligação entre espinha ilíaca ant. sup. e o canto sup externo da rótula lado oposto B36

P: descongestiona e ativa meridianos

A: dor, mov. Limitado e entorpecimento na ext. inf.

**ST32 : 伏兔 (ふくと)**

L: na linha de ligação entre a espinha ilíaca ant. sup. e canto ext. da rótula. 6 寸 proximal a este canto.

P: ativa meridiano

A: dor e paralisia na área da virilha, acima e na ext. Inferior

**ST33 : 陰市 (いんし)**

L: na linha de ligação entre espinha ilíaca ant. sup. e canto sup. ext da rótula 3 寸 proximal a este canto.

P: aquece e tira o frio

A: dor, falta de força e frio nas regiões da virilha, pernas e joelhos

**ST34 : 梁丘 (りょうきゅう)**

L: qdo o joelho do pcto está fletido na linha de ligação entre a espinha ilíaca ant sup. e o canto sup da rótula (2 寸)

P: harmoniza estomago e reduz edema.

A: dor no estomago e art. no joelho

**ST35 : 犢鼻 (とくび)**

L: qdo o joelho do pte está fletido, na depressão existente na ext inf da rótula, ao lado do lig. Patelar.

P: ativa meridiano e estimula os vasos.

A: tumefação e dor na art. do joelho PEC: cuidado risco de contaminação da art. do joelho



**ST36 : 足三里 (あしのさんり) - 3 distância da perna**

L: 3 寸 inf a ST35 a largura de 1 dedo médio até a cresta ant. da tíbia, ao nível da ext. distal da tuberosidade da tíbia.

P: fortalece o corpo e o baço, harmoniza o estômago e restaura equilíbrio do Qi, descongestiona e ativa o meridiano e os seus vasos.

A: Fortalecimento do corpo c/ efeitos profiláticos e imunológicos / descongestiona e ativa o meridiano e os seus vasos

A: 1- fortalecimento do corpo com efeito profiláticos e imunológicos / 2- disfunções do sist digestivo / 3- em tdas as disfunções que possam ser atribuídas a um estado de vazio de acordo com a MTC / 4- dores mov. Limitado, entorpecimento da extremidade inf. PEC: ponto HE (mar) (5º pto SHU)

**ST37 : 上巨虚 (じょうこきよ)**

L: 6 寸 inf do E35 a largura de 1 dedo médio até à crista ant da tíbia

P: regula e restaura o equilíbrio do IG /

A: dça do IG (LI) PEC: pto HE (mar) inferior do LI

→ assim bom para problemas intestinais +

**ST38 : 条口 (じょうこう)**

L: 8 寸 inf a ST35, a largura de 1 dedo médio até a crista ant da tíbia

P: descongestiona e ativa meridiano

A: dores nas pernas / dor no estômago / periastropatia umero escapular.

→ 条山 (じょうざん) : ST38 c/ むき em direção ao BL51 usado qdo MM11 está c/ しびれ (tanto parte ant e post) MM11 だるい

**ST39 : 下巨虚 (げこきよ) - grande vazio interior**

L: 9 寸 inf. a E35 (1 寸 abaixo do ST38).

P: regula e restaura o equilíbrio do IG(LI))

A: dá do SI / dor e mov limitado da ext. inf. PEC: pto HE(mar) inf. do SI.

**ST40 : 豊隆 (ほうりゅう) - dragão**

L: 8 寸 proximal à protuberância do maléol externo ao nível do ST38 largura 2 dedos médios (1.5 寸) a crista ant da tíbia

P: fluidifica as mucosidades, alivia a insuficiência respiratória, proporciona um relaxamento geral.

A: catarro distúrbios resp. (Ex asma) / dis. psíquicas – problemas de edema / eplepsia

PEC: pto de 5 けつ conexão (LUO) problemas de secreção

**ST41 : 解谿 (かいけい) - da corrente**

L: na depressão do centro da prega ventral da art. sup do tornozelo entre os tendões do extensor do dedo grande e M. extensor comum dos dedos

P: limpa o ST e reduz Qi inativado → p/ problemas do meridiano do ST

A: obstipação / cefaléia / dça psíquica PEC: Pto JING (4º pto SHU)

→ artéria dorsal do pé → usado também para pto c/ diabete

**ST42 : 衝陽 (しょうよう) - Yang Impetuoso**

L: no pto + alto do peito do pé, entre os tendões do m. extensor do dedo grande e m comum dos dedos.

P: harmoniza ST e acalma a dor /

A: dor de ST / dor no peito do pé / perda da força no pé / narina facial

PEC: Ponto Qi fonte (YUAN) げん穴 lig c/ SP

**ST43 : 陷谷 (かんこく) - vale submerso**

L: na depressão no canto proximal da 2º art. metatarsofalângica entre o 2º e o 3º ossos metatársicos

P: regular e harmonizar ST e intestino, ativa meridiano e promove micção /

A: dor abdominal / edema em MM11 PTO SHU – 3º (Riacho)

**ST44 : 内庭 (ないてい) - Pátio Interno (うらないてい) Ext POINT**

L: na extremidade da pele interdigital, entre o 2º e o 3º dedos

P: regula e harmoniza ST e intestino, libera calor e reduz edema.

A: dças infecciosas do ap. digestivo (disenteria / enterite / gastrite) / ouvido / olfato / paresia facial periférica, afaléia frontal

PEC: Pto XING (nascente) 2º pto SHU えい

**ST45 : 厲兌 (れいだ) - troca rigorosa 井穴 (せいけつ)**

L: 0.5 寸 proximal ao bordo lateral e base da unha do 2º dedo do pé. A: certas disfunções dos 5 órgãos sensoriais (ouvido / olho / boca / língua) Pto せい

e a nível odontológico (Ex: renite / sinusite

PEC: pto JING (poço) (1º pto SHU)



## 6. 足太陰脾經（あしたいいんひけい） - SP

### SP1 : 隠白（いんぱく）

L: 0.1 寸 proximal ao canto da unha do halus.

P: fortalece o baço e elimina gases, para hemorragia.

A: sensações de tensão torácica abdominal, termifação e inchaço/gastrite aguda.

PEC: pto JIANG(Poço) (1° PTO SHU) せい

### SP2 : 大都（だいと） → Pto tonificante (母穴) 榮穴（えいけつ）

L: na depressão distal e inf à 1° art. metacarpofalângica no pto de + entre a cor da pele.

P: fortalece baço e harmoniza ST/

A: gastroenterite aguda crônica/diarreia PEC: pto XING (nascente) (2° pto SHU)

### SP3 : 太白（たいはく） - Branco Supremo. 兪土穴（ゆどけつ）

L: na depressão proximal e inf à 1° art metatarsal no pto de + entre a cor da pele. → importante para diagnosticar, usado qdo há um へこんでいる ao apertar

P: fortalece bço/tira umidade

A: disfunções digestivas/PEC: pto SHU (corrente) (3° pto SHU)

Pto Qi fonte (YUAN) → げんけつ diagnostico do SP

### SP4 : 公孫（こうそん） → tem esse nome p/ dar continuidade do Qi - avó e neto.

L: na depressão distal e inf à 1° art. metatarsico, na linha divisória entre a mudança de cor da pele.

P: fortalece o baço, regula o Jiao médio 同 do SB

PEC: pto de conexão (Lua) pto de confluência (Ba Mai Jiao Hui) do Chong Mai problema agudo

### SP5 : 商丘（しょうきゅう）

L: na depressão ventral e distal do maléolo interno entre a tuberosidade do vascular e protuberância do maléolo interno

P: fortalece o baço e acalma diarreia/A: Enterite crônica, disfunções digestivas.

PEC: pto JING (rio) (4° pto SHU)



**SP6 : 三陰交 (さんいんこう) - Intersecção dos 3 YIN.**

L: 3 寸 proximal à protuberância do maléolo interno dorsal à crista interna da tibia

P: fortalece o baço, decompõe e elimina a umidade, restaura o equilíbrio do YIN do sgu, fígado e rins.

A: ①mtas funções ginecológicas e obstétricas/② enterite crônica/diarreia crônica ③ disfunção sexual masc/ ④disfunção da bexiga ⑤disfunção motora da ext. inferior. Especial/te problemas de menstruação

PEC: Cuidado. A manipulação energética pode induzir contrações durante a gravidez

**SP7 : 漏谷 (ろうこく)**

L: 6 寸 proximal à protuberância do maléolo interno dorsal à crista interna da tibia.

P: Fortalece o baço e elimina a umidade

A: ①gases intestinais, sensação de tensão abdominal/termifação e de enfartamento /②retenção urinária/micção difícil →problemas de Homem

**SP8 : 地機 (ちき) - pivô terrestre →problema agudo**

L: 3 寸 inf a SP9, na linha de ligação entre a protuberância do maléolo interno e SP9.

P: fortalece o BP e elimina a umidade, regula menstruação.

A: problemas de menstruação e diarreia crônica

PEC: pto fenda (Xi)

**SP9 : 陰陵泉 (いんりょうせん)**

SP9 + GB34 → usado para problemas de joelho (juntos formam 二陵)

L: na depressão distal e dorsal do côndilo interno da tibia

P: fortalece o SP, equilibra fluidos corporais, tira umidade

A: enterite aguda, edema disfunções da bexiga, dor na art do joelho

PEC: pto(mar) 5° pto SHU

**SP10 : 血海 (けっかい)**

L: c/ joelho fletido, 2 寸 proximal ao bordo superior interno da patela no ventre muscular do cristo interna.

P: regula a menstruação e revigora o sg/elimina umidade e alivia náusea

A: problemas menstruais e útero, dorna face interna da parte sup da coxa/urticária

**SP11 : 箕門 (きもん) Portão do cravo**

L: 6 寸 proximal a SP10 na linha de ligação entre SP10 e SP12.

P: Libera calor/mobiliza tracto urinário.

A: retenção urinária, incontinência urinária /qdo a cça tá sentada no útero p/ inverter, dor de joelho.

PEC: a inserção profunda poderá atingir a artéria femoral

**SP12 : 衝門 (しょうもん) Portão Impetuoso**

→usado + 灸 p/ problemas de mau funcionamento do abdômen.

L: na extremidade lateral da orelha, 3.5 寸 lateral em relação ao pto central da extremidade superior da esfera, ao lado da Artéria Hiaca externa.

P: regula o Qi, decompões e expele a umidade

A: hérnia abdominais externas/retenção urinária

PEC: cuidado na gravidez

**SP13 : 府舎 (ふしゃ)**

L: 4 寸 ao lado da linha media ventral, 0,7 寸 sup e lat em relação a SP12, 4 寸 abaixo ao centro umbilical. P: Regula o intestino e o estômago

A: sensação de tensão abdominal, termifação/hérnias abdominais externas →p/ ちょうしがわるい

PEC: cuidado durante gravidez!

**SP14 : 腹結 (ふくけつ)**

L: 1,3 寸 inf a SP15, 4 寸 em relação à linha média ventral.

P: aquece o baço e alivia a diarreia/

A: diarreia crônica

PEC: cuidado c/ gravidez

**SP15 : 大横 (だいおう)**

L: 4 寸 lateral em relação ao centro do umbigo.

P: regula o Qi e alivia a dor, restaura o equilíbrio do 11.

A: dor na parte inf do abdômen, diarreia crônica/obstipação.

PEC: cuidado na gravidez

**SP16 : 腹衰 (ふくあい) sofrimento do abdômen**

L: 3 寸 sup ao umbigo, 4 寸 lateral em relação a linha média

P: fortalece o bço e elimina a congestãoa alimentar

Ativa e ↓ o Qi dos órgãos (FU)/A: disenteria aguda/obstipação/dor periumbilical.

PEC; cuidado! Pneumotórax



**SP17 : 食竇 (しょくとう) cavidade dos alimentos**

L: no 5º EIC, 6 寸 lat em relação à linha média ventral.

P: regula o Qi, alivia a dor, harmoniza ST, ↓ o Qi invertido.

A: nevralgia intercostal/ esofagite

PEC: cuidado! Pneumotórax.

**SP18 : 天溪 (てんけい) corrente celestial**

L: no 4º EIC, 6 寸 lat em relação à linha média ventral.

P: expande o tórax e estimula a lactação.

A: dor torácica/dor mamária

PEC: cuidado Pneumotórax!

**SP19 : 胸郷 (きょうきょう) Aldeia tórax**

L: no 3º EIC, 6 寸 lat em relação à linha média ventral

P: expande o tx e alivia a dor/

A: dor torácica, por ex: nevralgia intercostal

PEC: cuidado Pneumotórax! →problemas pulmonares

**SP20 : 周榮 (しゅうえい)**

L: no 2º EIC, 6 寸 lat em relação à linha média ventral /

P: expande tórax, regula Qi, alivia tosse e elimina mucosidade /

A: nevralgia abdominal/abcesso pulmonar.

PEC: cuidado Pneumotórax

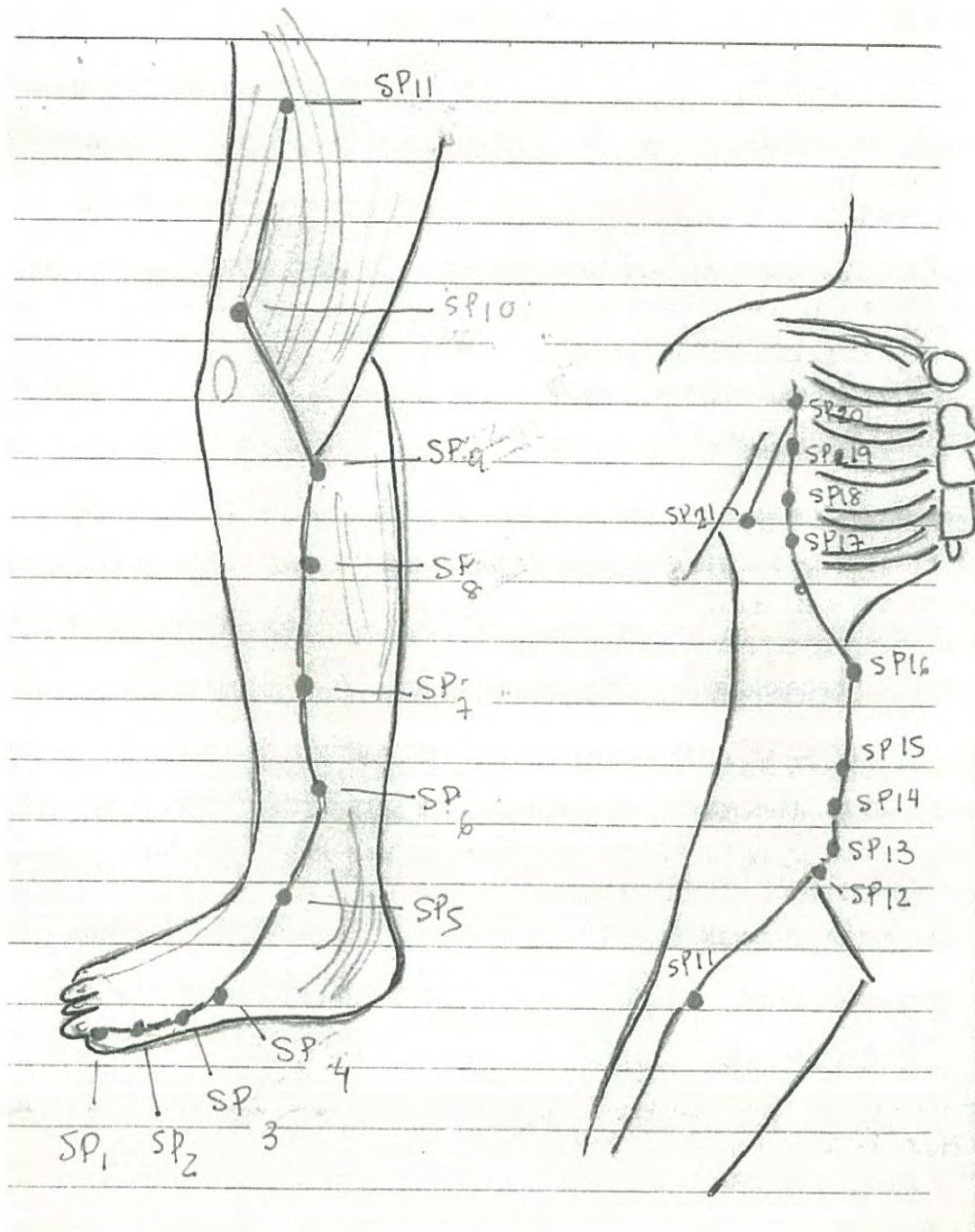
**SP21 : 大包 (だいほう) problemas pulmonares**

L: na 6º EIC na linha média da axila

P: envolve o sg e conserva o mucosa, harmoniza o sg, expande o tórax e alivia a dor

A: dores articulares em geral





## 7. 手少陰心經 (てしょういんしんけい) - HT

**HT1 : 極泉 (きょくせん) Nascente do cume.**

→ñ se faz nem 灸 e nem 鍼→ mais massagem

L: na pta da axila, por cima da A axila palpável

P: regula o Qi, expande o tx, descongestiona e ativa meridiano

A: nevralgia dos nervos intercostais, melancolia, friagem nas mãos, dor na região epigástrica

**HT2 : 青靈 (せいれい) espírito verde**

L: 3 寸 proximal à prega cubital na parte interna do braço, na linha de ligação entre C1 e C3 na parte interna do m. bíceps.

P: relaxa tendões e alivia dor /A: Icterícia, dores no ombro, cefaleia, nevralgia do nervo ulnar/periartrite escapulo umeral. PEC: agulha não!

**HT3 : 少海 (しょうかい) mar inferior -Pto He(mar) 5° pto SHU**

L: com o cotovelo do pto fletido, entre a extremidade interna da prega cubital e epicôndilo interno do úmero

P: acalma o cção e pacifica o espírito.

A: tensão na nuca, friagem na mão, cefaleia, tontura, obesidade, artrite do cotovelo, moléstia do cção, conjuntivite (moxa)

**HT4 : 靈道 (れいどう) Rota do espírito Pto JING (RIO) (4° PONTO SHU)**

L: 1.5 寸 proximal à prega distal do punho, no lado radial do tendão do m. flexor, cubital do carpo. P: acalma o cção

A: moléstia do cção/ vômitos /convulsão/ tontura / qdo a parte interna do olho fica vermelha

**HT5 : 通里 (つうり) Pto conexão (Lu0)**

L: 1 寸 proximal à prega distal do punho no lado radial do m. flexor cubital do carpo.

P: acalma o cção/ desperta os sentidos/ beneficia a língua/

A: neurosse/ cefaleia/ febre/ melancolia/ excesso de menstruação/ tontura/ hemorragia do útero.



**HT6 : 陰郛 (いんげき) pto FENDA (XI) 郛 (げき)**

L: 0.5 寸 proximal à prega distal do punho no lado radial do tendão do m flexor cubital do carpo.

P: acalma o coração

A: neurose, taquicardia, calafrios, angina no peito, enfarte, hemorrágica gástrica

**HT7 : 神門 (しんもん) Portão do Espírito**

L: na extremidade cubital da prega distal do punho, na depressão entre o lado radial do tendão do m flexor cubital do punho, no bordo proximal do osso pisiforme

P: protege o coração, melhora depressão.

A: gagueira/ tontura/ esquecimento/ bocejo/ rouquidão/ cefaleia/ constipação/ angina/ enfarte do miocárdio/ histeria

PEC: pto SHU (corrente) (3º pto SHU), pto Qi fonte (YUAN)

**HT8 : 少府 (しょうふ)**

L: na palma da mão entre o 4º e o 5º ossos metacárpicos, onde a pta do dedo mínimo fica qdo fecha o punho.

P: Liberrta cção

A: dores na art do punho/ câibra do polegar/ paralisia da BL

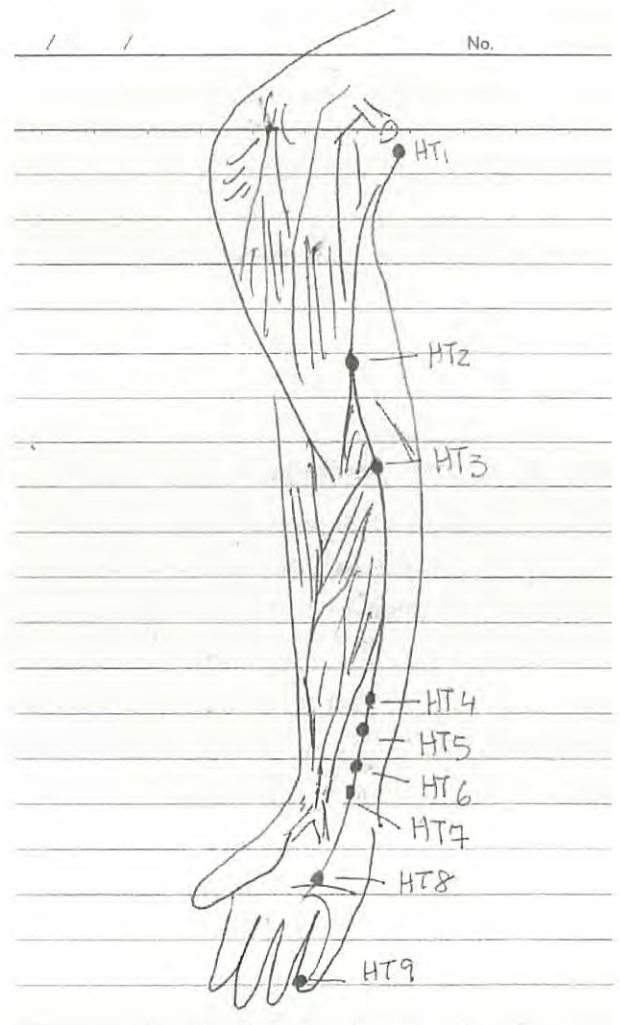
Pto XING (vasante) (2º Pto SHU)

**HT9 : 少衝 (しょうしょう)**

L: 0.1 寸 proximal e externa em relação ao canto radial da unha do dedo mínimo.

P: Liberta calor, pacifica o espírito, desperta os sentidos e recupera consciência.

A: dças confemi, faringite, laringite, calores no rosto, dore no peito, desmaio, odor na região genital, HT.





## 8. 手太陽小腸経（てたいようしょうちょうけい） - SI

**SI1** : 少沢（しょうたく） 井（せい）

L: 0.1 寸 proximal e lateral ao canto cubital da unha do dedo mínimo

P: ↑ fluidos corporais/ Liberta calor/ desperta sentidos/

A: periartrite da escápula umeral/ falta de leite/ caxumba/ femialta (20 moxa)/  
paralisia do nervo ulnar.

PEC: ponto JING (poço) (1º pto SHU) Bom p/ tirar calor (SI1 SI2)

**SI2** : 前谷（ぜんこく）

L: c/ o punho do pcte ligeira/e fechado na extremidade cubital da prega distal da 5a  
art metacarpofalangeana na mudança da cor da pele.

P: liberta cção, promove a calma.

A: periartrite da escápula umeral/ おなじ ao SI1

PEC: pto xing (nascente)-營（えい） - (2º pto SHU)

**SI3** : 後溪（ごうけい）

L: com o punho do pcte ligeira/e fechado na extremidade cubital da prega proximal  
da 5º art metacarpofalangeana, na mudança da cor.

P: Liberta coração/ elimina inflamação/ melhora alivia de visual/

A: gripe (20 moxa), pneumonia, cefaleia aguda, conjuntivite, vista fraca/ tensão na  
nuca e cbeça/ hemorragia intestinal/ dores nos dedos da mão.

Pto : SHU (corrente)-愈穴（ゆけつ） - (3º pto SHU) Pto de confluência do DUMAI

**SI4** : 腕骨（わんこつ）

L: na depressão entre a base do 5º osso metacárpico e o osso piramidal na  
mudança de cor.

P: ativa meridiano e alivia dor, estimula VB, reduz icterícia.

A: icterícia/ reumatismo da art do punho/ câibra de escrevente/ febre na região  
auditiva. Pto Qi FONTE (YUAN) 原穴（げんけつ）

**SI5 : 陽谷 (ようこく) vale do yang**

L: na depressão entre a apófise estilóide do cúbito ao nível da extremidade cubital da prega distal do punho

P: Liberta calor, alivia dor, ativa meridiano

A: otite/ afta/ epilepsia/ convulsão infantil/ artrite do pulso/ nevralgia do braço (fazer sangria, ↑ febre) →pto p/ alt do punho

Pto JING (ru) (4º pto SHU)

**SI6 : 養老 (ようろう) →上養老 (かみようろう) →extra point→um pouco acima de SI6→usado p/ くび e こし**

L: com a palma do pcte colocada sobre o peito na face externa do antebraço na depressão proximal e radial a apófise estilóide do cúbito.

A: dores nas costas, ombros, artrite escapulo umeral, cansaço na face.

PEC: Pto fenda (Xi) trat. de こし→pq SI avisa BL (o mesmo 大陽)

**SI7 : 支正 (しせい)**

L: na face exterior do braço 5 寸 proximal à prega dorsal do punho, na linha de ligação entre SI5 e /SI8 Lateral ao extensor ulna do carpo

P: promove a calma geral e pacifica o espírito/

A: paralisia de nevralgia do nervo ulnar/ dores na nuca/ cefaleia/ neurose/ reumatismo. Ponto de União (LV0)

**SI8 : 小海 (しょうかい) →usado para dor de quadril tbem (Umeda 先生)**

Usado p/ 肩コリ ou こし, usado c/ 鍼 inclinada ou curvada

L: na depressão entre a fosseta olecrânica e epicôndilo do úmero.

P: pacifica espírito/ elimina cãibra/ relaxa tendões.

A: nevralgia do braço/ paralisia do nervo ulnar/ reumatismo do cotovelo/ torcicolo/ febre no corpo todo.

PEC: Pto HE (mar) 5º pto SHU Pode deixar a agulha

**SI9 : 肩貞 (けんてい)**

L: com o braço em posição aduzida, 1 寸 sup à extremidade dorsal da prega axilar.

P: elimina a inflamação e reduz tumefação.

A: periartrite escapulo umeral/ reumatismo/ cefaleia/ formigamento de MMSS MMII.



**SI10 : 臑愈 (じゅゆ)**

L: c/ o braço em posição aduzida, superior à extremidade dorsal da prega axilar, na depressão abaixo da extremidade inf da cintura escapular

P: 同 SI9/ A: HÁ/ reumatismo/ tensão na nuca/ dor na cabeça/ periartrite escapulo umeral. Mto usado p/ ombro congelado.

**SI11 : 天宗 (てんそう) →mto bom!**

L: no centro d fossa infra espinhosa, na linha de transição dos terços superior e médio da linha de ligação, entre o bordo inf da espinha escapular e o ângulo inf da escápula/ A: relaxa tendões e alivia a dor

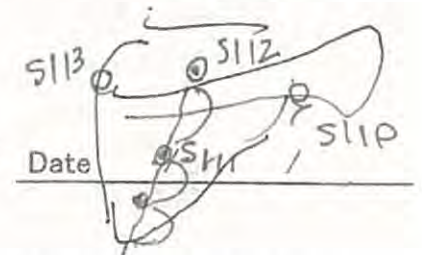
P: dor no peito/ nevralgia do braço/ nevralgia dos nervos intercostais/ moléstia do LR e GB.

**SI12 : 乗風 (へいふう)**

L: localiza-se na borda superior do centro da espinha escapular

A: ativa meridiano e alivia a dor/

P: nevralgia dos nervos do MMSS, reumatismo, tensão no ombro, periartrite escapulo umeral



**SI13 : 曲垣 (きょうくえん)**

L: localiza-se na borda superior da ext, interna da espinha escapular entre SI10 e processo espinhoso da 2º VT.

P: 同 ao SI12. Cuidado! Risco de Pneumotórax!

**SI14 : 肩外愈 (けんがいゆ)**

L: localiza-se a 3 寸 lateral dos processos espinhoso da 1º e 2º VT.

P: atrofia muscular/ nevralgia dos MMSS, tensão no ombro/ reumatismo do MMSS

Cuidado! Risco de Pneumotórax

**SI15 : 肩中愈 (けんちゅうゆ) entre a VC11 e VT1, GV14→pto de ligação do SI!**

L: localiza-se 2 寸 lateral dos processos espinhosos da 7º vert cervical e 1º vert torácica.

P: miopia, tosse, bronquite, asma, tensão cervical e na nuca, calores no rosto, tensão no ombro.



**SI16 : 天窓 (てんそう)**

L: localiza-se na borda post do m. ECM, na altura do ângulo mandibular, sobre a horizontal q passa VC23.

P: nevralgia do nervo trigêmeo/ otite/ torcicolo/ faringite/ trismo/ tensão no ombro.

**SI17 : 天容 (てんよう) main head/urndous**

L: localiza-se na borda ant do m. ECM e post ao ângulo da mandíbula.

P: ensurdecimento, cerrar dentes/ amigdalite/ torcicolo, disfagia/ dispneia hemicrania, faringite e laringite. Problema da ATM.

**SI18 : 顴膠 (けんりょう)**

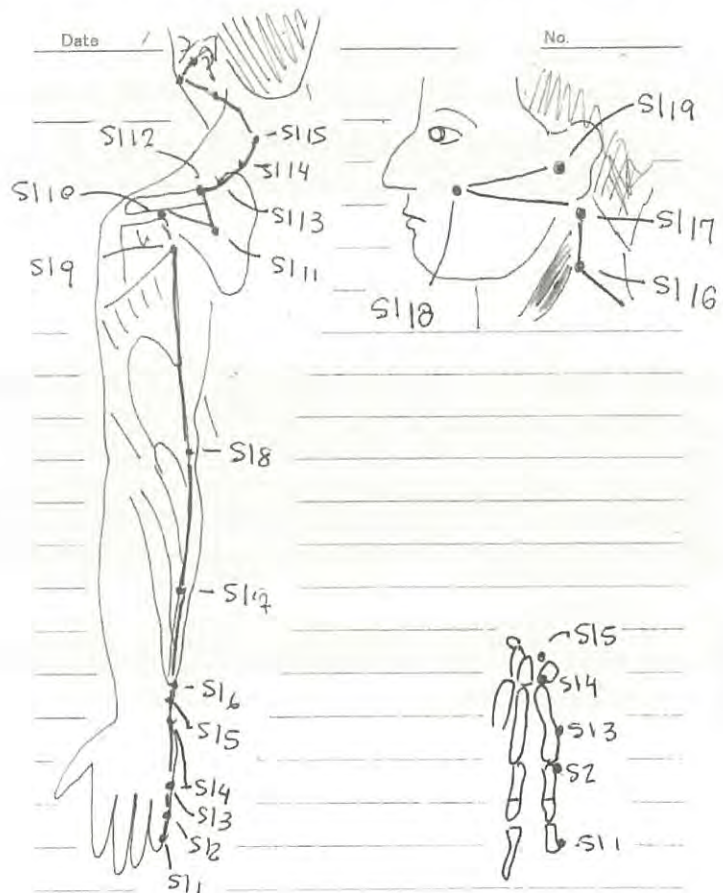
L: localiza-se vertical/e abaixo ângulo ext do olho, na borda inf do arco zigomático.

P: espasmo facial, nevralgia do nervo trigêmeo, coriza, sinusite (sangria), dores de dente.

**SI19 : 聴宮 (ちょうきゅう)**

L: localiza-se no meio da depressão ant do centro tragus, q forma qdo se abre a boca

P: ensurdecimento, nevralgia do nervo trigêmeo, otite, cefaleia, tontura, enfraquecimento das vistas.



## 9. 足太陽膀胱經（あしたいようぼうこうけい） - BL

### BL1 : 睛明（せいめい）

L: a 0.1 寸 acima e p/ fora do ângulo interno do olho.

PS: Bom p/ relaxar a vista

P: moléstia da face, insônia, nunastenici.

### BL2 : 攢竹（さんちく）

L: na depressão q fica na extremidade interna do arco da sobrancelha.

P: enfraquecimento da vista/ dores de cabeça na região frontal, nevralgia do nervo trigêmeo, conjuntivite, cansaço da vista, cabeça pesada.

### BL3 : 眉衝（びしょう）

L: direta/e acima do pto BL2, 0.5 寸 penetrando na raiz do couro cabeludo.

P: cefaleia frontal, afecções oculares, lacrimejamento, sinusite, obstrução nasal, vertigens.

### BL4 : 曲差（きょくさ）

L: a 0.5 寸 penetrando pela raiz do couro cabeludo na região frontal, e 1.5 寸 lat a linha mediana ant, onde se localiza VG24/

P: dores de cabeça/ pacto frontal/ cansaço da vista, nevralgia do umbigo, congestão nasal.

### BL5 : 五処（ごしょ）

L: a 1 寸 entrando pela raiz do couro cabeludo da região frontal e 1.5 寸 lat a linha média ant, onde fica o pto VG23.

P/ cefaleia/ tontura/ hemicrania/ gripe/ epilepsia

### BL6 : 承光（しょうこう）

L: a 1.5 寸 externo da linha mediana e 1.5 寸 atrás do pto BL5.

P: cefaleia/ tontura/ coriza/ moléstia do coração/ gripe/ dispneia/ lacrimejamento/ enfraquecimento da vista.

### BL7 : 通天（つうてん）

L: a 1.5 寸 externo da linha mediana e 1.5 寸 atrás do pto BL6.

P: cefaleia/ coriza/ congestão nasal/ enfraquecimento da vista/ tensão na nuca/ epilepsia.



**BL8 : 絡却 (らっきやく)**

L: a 1.5 寸 ext da linha mediana e a 1.5 寸 atrás do pto BL7, no topo da cbeça.

P: cabeça pesada/ cefaleia/ insônia/ derrame/ enfarte do miocárdio.

**BL9 : 玉枕 (ぎょくちん)**

L: a 1.5 寸 externo da linha mediana, na altura do pto VG17, na borda externa da protuberância do osso occipital.

P: cefaleia/ tontura/ enfraquecimento da vista/ falta de olfato.

**BL10 : 天柱 (てんちゅう)**

L: na nuca, sobre a borda externa da inserção do m. trapézio, na altura de VG15.

P: cbeça pesada/ cefaleia/ insônia/ HP/ derrame/ enfarte do coração

**BL11 : 大杼 (だいじょ) 骨会 (こつえ)**

pto p/ dças do LR é um dos 8 ptos de influência

L: a 1.5 寸 externo aos processos espinhosos das 1º e 2º V Torácica.

P: artrite do joelho/ qdo quer provocar suor/ dores nas costas/ tensão nos ombros.

PS: Risco de Pneumotórax.

**BL12 : 風門 (ふうもん)**

localiza 1.5 寸 externo aos processos espinhosos das 2º e 3º V torácicas.

P: calores no rosto, tosse, gripe no começo. Tensão na nuca, tensão nos ombros.

**BL13 : 肺俞 (はいゆ)**

L: a 1.5 寸 externo aos processos espinhosos 3º e 4º vert torácicas.

P: tosse, icterícia, tuberculose, tensão nos ombros, asma, anorexia, nevralgia do nervos intercostais

PS: Risco de Pneumotórax.

**BL14 : 厥陰俞 (けついんゆ)**

L: a 1.5 寸 externo aos processos espinhosos da 4º e 5º v. torácicas.

P: tosse, dores de dente, vômito, gagueira, nevralgia dos intercostais, tensão nos ombros: PS: Risco de Pneumotórax.



**BL15 : 心俞 (しんゆ)**

L: a 1.5 寸 externo aos processos espinhosos das 5º a 6º v. torácicas.

P: angina no peito/ enfarte do miocárdio/ taquicardia/ memória fraca/ periartrite escapulo umeral/ suor noturno.

PS: Risco de Pneumotórax.

**BL16 : 督俞 (とくゆ)**

L: a 1.5 寸 externo aos processos espinhosos das 6º e 7º vert torácicas.

P: espasmos do diafragma, pericardite, dor abdominal, alopecia, prurido, angina no peito.

**BL17 : 膈俞 (かくゆ)**

L: a 1.5 寸 externo aos processos espinhosos das 7º e 8º vert torácicas.

P: edema, enfarte do coração, nevralgia dos nervos intercostais, febre contínua, moléstia do fígado, bronquite enfermidades sanguíneas (血会) + cardíacas.

**BL18 : 肝俞 (かんゆ)**

localiza-se a 1.5 寸 externo aos processos espinhosos 9º e 10 v torácicas

P: nevralgia dos nervos intercostais, icterícia, gastroespasmo, neurose, tontura, insônia, enfraquecimento da vista.

**BL19 : 胆俞 (たんゆ)**

L: a 1.5 寸 externo aos processos espinhosos das 10 11 vert torácicas.

P: cefaleia, vômito, boca amarga, coleciste.

**BL20 : 脾俞 (ひゆ)**

L: a 1.5 寸 externo aos processos espinhosos das 11 12º vert torácicas.

P: cálculos biliares. gastroespasmo, empachamento abdominal, nevralgia dos nervos intercostais, insônia, diabete, pancreatite, reumatismo agudo.

**BL21 : 胃俞 (いゆ)**

L: a 1.5 寸 externo aos processos espinhosos da 12 vert torácicas e vert lombar.

P: gastroespasmo, ulcera de estômago, anorexia, moléstia do fígado, baço.

**BL22 : 三焦俞 (さんしょうゆ)**

L: a 1.5 寸 externo aos proc espinhosos das 1º e 2º v lombares.

P: cefaleia, vômito, tensão e dores nas costas, diarreia, mal funcionamento do SNA, nefrites.

**BL23 : 腎俞 (じんゆ)**

L: a 1.5 寸 externo aos proc espinhosos das 2º e 3º vert lombares.

P: tuberculose, friagem, moléstia renais, moléstias de senhoras e nervo ciático, paralisia dos nervos periféricos.

**BL24 : 氣海俞 (きかいゆ)**

L: a 1.5 寸 externo aos proc espinhosos das 3º e 4º vert lombares.

P: lombalgia, dismenorreia, hemorroida, hérnia de disco, moléstia de MMII, dor abdominal.

**BL25 : 大腸俞 (だいちょうゆ)**

L: a 1.5 寸 externo aos proc espinhosos das 4º e 5º v lombares.

P: tensão nos ombros, tensão nas costas, dor de barriga, diarreia, cansaço, friagem na região lombar, moléstia de MMII, hérnia de disco, ciático.

**BL26 : 関元俞 (かんげんゆ)**

L: a 1.5 寸 externo aos processos espinhosos da 5º vert lombar e 1º crista sacral.

P: transtorno da função intestinal/ lombalgia/ perunoite/ Espindelolistise

**BL27 : 小腸俞 (しょうちょうゆ)**

L: a 1.5 寸 externo a 1º crista sacral mediana, ao nível do 1º forame sacral.

P: artrite reumatoide aguda e crônica, ciático (男 começa pela 左 e 女 pelo lado 右)/ regime não comer carne e nem peixe azul

**BL28 : 膀胱俞 (ぼうこうゆ)**

L:localiza-se a 1.5 寸 externo a 2º crista sacral mediana, ao nível do 2º forame sacral.

P: artrite do joelho, enurese noturna, constipação, moléstias dos MMII, nevralgia do ciático, espasmo do útero.

**BL29 : 中膂俞 (ちゅうりょゆ)**

L:localiza-se a 1.5 寸 externo a 3º crista sacral mediana, ao nível fo 3º forame sacral.

P: lumbago, nevralgia do ciático, osteoporose, cistite, diabete, melena.

**BL30 : 白環俞 (はっかんゆ)**

L: a 1.5 寸 externo ao hiato sacral, ao nível do 4º forame sacral.

P: moléstias da bexiga, mal funcionamento dos rins, moléstias de Senhoras, retenção urinária, intestino preso, hemiplegia, paralisia dos pés e das mãos.



**BL31 : 上髎 (じょうりょう)**

L: a no 1º forame sacral.

P: moléstias gerais do lumbago, reumatismo, constipação, nevralgia do nervo ciático, retenção urinária, vômito, artrite do joelho, prolapso do útero, hemiplegia

**BL32 : 次髎 (じりょう)**

L: a→problemas de menstruação mto usado! 2º forame sacral.

P: polaciúria, hemorragia, lumbago, dores nos órgão genitais, moléstias dos MMII, hematoma, endurecimento do epigástrico, nervo ciático, artrite, reumatismo.

**BL33 : 中髎 (ちゅうりょう)**

L: a 3º forame sacral.

P: constipação, retenção urinária, enfraquecimento do abdômen, diarreia, 痔, inflamação do reto.

**BL34 : 下髎 (げりょう)**

L: a 4º forame sacral.

P: constipação, retenção urinária/ melena.

**BL35 : 会陽 (えよう)**

L: a 0.5 寸 externo à borda inf do cóccix.

P: friagem e febre no hipogástrico, Hi potência, diarreia devido a friagem, melena, hemorroida.

**BL36 : 承扶 (しょうふ)**

L: a na extrem transversal do glúteo.

P: nevralgia do nervo ciático. Atrito coxofemoral, dor nas costas.

**BL37 : 殷門 (いんもん)**

L: a no centro entre o pto BL36 e BL40.

P: nevralgia do nervo ciático/ hemiplegia/ paralisia dos MMII, dores nas costas.

**BL38 : 浮郛 (ふげき)**

L: a 1 寸 acima do pto BL39 e na borda interna do m. bíceps femoral.

P: moléstias do joelho, nevralgia do rosto 中. Nevralgia do nervo fibular, artrite do joelho.

**BL39 委陽 (いよう)**

L: a 1 寸 lat do pto BL40.

P: retenção urinária, prostatite, nevralgia do nervo fibular, artrite na tíbia, cistite

**BL40 : 委中 (いちゅう)**

L: a no centro da fossa poplítea, nevralgia do nervo ciático, HÁ, dores no joelho, febre nos MMII e MMSS, dça com febre s/ transpirar

Pto G0! Usado p/ problemas de lombar, relacionado c/ problemas menstruais

**BL41 : 附分 (ふぶん)**

L: a 3 寸 externo entre os processos espinhosos da 2º e 3º vert torácicas.

P: tensão nos ombros e nas costas, friagem nos ombros, torcicolo, dores na nuca, nevralgia do braço. Risco de Pneumotórax

**BL42 : 魄戸 (はっこ)**

L: a 3 寸 externo ao proc espinhoso das 3º e 4º VT.

P: dores na nuca, cervical, ombro, costas, MMSS, asma, tosse. Risco de lesão de órgãos internos.

Significa 手がとどかない→ referente a dça do cção grave Trat. de cção

**BL43 : 膏肓 (こうこう)**

L: a 3 寸 externo, entre proc espinhoso VT4 e VT5.

P: 人 s magras, tuberculose, ciliares no rosto, moléstias crônicas, bronquite, artrite escapulo umeral, nevralgia do nervo ciático, refrear potência

**BL44 : 神堂 (しんどう)**

L: a 3 寸 externo, entre proc espinhoso VT5 e VT6.

P: tensão nas costas, moléstias do coração, calafrio, nevralgia dos nervos intercostais.

**BL45 : 諷諷 (いき)**

L: a 3 寸 ext entre VT6 e VT7.

P: insônia, nevralgia dos nervos intercostais, tontura – muito usado p/ cansaço mental, estresses

**BL46 : 膈関 (かくかん)**

L: a 3 寸 externo VT7 e VT8.

P: tensão nos ombros, calafrio, dores nas costas, estenose do esôfago, constipação



**BL47 : 魂門 (こんもん)**

L: a 3 寸 externo VT9 e VT 10.

Moléstias do LR, tensão no ombro, pleurite, dores abdominais

**BL48 : 陽綱 (ようこう)      ying だいじなばしよ**

L: a 3 寸 ext VT10 e VT11.

P: cálculos biliares, gastroespasmo, moléstia do LR, tensão no ombro, dores abdominais

**BL49 : 意舎 (いしゃ)**

L: a 3 寸 externo entre proc espinhoso VT11 e VT12.

P: empachamento abdominal, diarreia, inflamação do ST, úlcera.

**BL50 : 胃倉 (いそう)      倉 (くら)**

L: a→depósito 3 寸 ext entre a VT12 e VL1

P: edema do corpo, anorexia, calafrio, dores na coluna, gastroespasmo. Mto usado para indigestão.

**BL51 : 育門 (こうもん)**

L: a 3 寸 externo, entre VL1 e VL2

P: moléstia renais, moléstias do ST, moléstias do intestino, dores abdominais, gastroespasmo, constipação

**BL52 : 志室 (ししつ)**

L: a 3 寸 externo, entre VL2 e VL3.

P: moléstias dos órgãos genitais masculinos e femininos, friagem da região hipogástrica, uretrite, endométrio.

**BL53 : 胞育 (ほうこう)**

L: a 3 寸 externo, 2º crista sacral mediana.

P: lumbago, nevralgia do nervo ciático, moléstia de senhoras, retenção urinária também usa 灸頭鍼: para “barriga fria” + trat de gravidez

**BL54 : 秩辺 (ちっぺん)**

L: a 3 寸 externo à 3º crista sacral mediana

P: lumbago, inflamação do reto, hemorroida

**BL55 : 合陽 (ごうよう)**

L: a 2 寸 vertical/e abaixo ao BL40.

P: biribiri/ nevralgia e dores nas pernas/ reumatismo/ dores de barriga causada por friagem.

**BL56 : 承筋 (しょうきん)**

L: a 5 寸 vertical/e abaixo ao BL40, no ápice da região da panturrilha (não fazer mto forte o estímulo, pois provoca câibras).

P: câibras do gêmeos, ciático, constipação.

**BL57 : 承山 (しょうざん)**

L: a 7 寸 vertical/e abaixo do BL40, entre a cabeça lateral e medial do m. gastrocnêmico.

P: constipação, câibras dos gêmeos, edema das pernas, ciático, inflamação do tendão de calcâneo.

**BL58 : 飛揚 (ひよう)**

L: a 1 寸 lat e inf ao pto BL57.

Pto らく → enf crônicas, dor nas costas/ CL/ MMII

P: hemorroida, dores e inflamação das hemorroidas, reumatismo, cefaleia, problemas dos olhos, ouvido e ciático

**BL59 : 跗陽 (ふよう) Pto げっけつ→**

L: dores agudas/ enf MMII 3 寸 vertical, imediatamente acima do BL60 e na borda externa do tendão do calcâneo.

P: nevralgia do ciático, lumbago, cabeça pesada, detrito do tornozelo, febre na bexiga, nevralgia do bíceps sacral.

**BL60 : 崑崙 (こんろん)**

L: a entre o tendão do calcâneo e o pto + alto do maléolo externo

P: dor de barriga, cefaleia, tenção nos ombros, costas, tontura, ciático, diarreia (お灸) Pto けい

PS: Pto abortivo (ñ usar na gravidez, PL60 + CV4 mas bom para problemas de menstruação.



**BL61 : 僕参 (ぼくしん)**

L: a 1.5 寸 vertical e imediata/e abaixo do BL60, na depressão externa do calcâneo.

P: esquizofrenia, epilepsia, nevralgia das pernas, inflamação do tornozelo/ enf dos pés, pés cansados.

**BL62 : 申脈 (しんみやく)**

L: a 0.5 寸 vertical/e imediata/e abaixo do maléolo externo

P: inflamação do joelho, tontura, entorse, reumatismo, edema das pernas.

qdo tem problema de lombar, pode colocar 鍼 bem rente ao tendão→ para merolhar.

**BL63 : 金門 (きんもん) Pto げっけつ**

L: a enf agudas/ dores agudas no lado externo, na depressão da art calcâneo – cuboide.

P: reumatismo das pernas, qdo ã consegue ficar mto tempo de pé, dça nervosa, ciático.

**BL64 : 京骨 (けいこつ) Pto げん**

L: a no lado externo e ext post do 5º metatarso.

P: moléstia da bexiga, cefaleia, lumbago, conjuntivite, tensão nos ombros e pescoço, entorse, dores nas art coxofemoral.

**BL65 : 束骨 (そくこつ)**

L: a lado ext da base proximal do 5º metatarso falangeana.

P: dores nas costas, lumbago, dores nas pernas, diarreia, tontura, HR Pto ゆう  
→ enf dos pés (dores nos pés e dedos dos pés).

**BL66 : 足通谷 (あしつうこく) Pto えい**

L: a no lado ext da base distal da art do 5º metatarso falangeano,

P: torcicolo, dores nas costas, tensão nos ombros, cabeça pesada, embaçamento de vista.

**BL67 : 至陰 (しいん)**

L: a 0.1 寸 do ângulo inguial externo do 5º dedo do pé.

P: congestão nasal, cabeça pesada, nevralgia intercostal, calor da planta do pé, friagem dos pés, feto virado de lado. Pto せい

膵俞 (すいゆ)

→ usa-se お灸 (até sentir “esquentar”) → mas bom usar junto c/ ECO ( $\pm 5 \sim 6$  meses)

Ponto extra de assentimento do pâncreas (SUIYU): ponto relacionado com pâncreas, muito usado para casos de diabetes ou qdo a pessoa come muito e come mal



## 10. 足少陰腎經（あししょういんじんけい） - KIDNEY MERIDIAN

**KI01 : 湧泉（ゆうせん）** usado mto em massagem→p/ melhorar o corpo

L: localiza-se no meio da plantado pé, na altura correspondente a art metatarso falangeana do 2º e 3º metatarso.

P: moléstias dos rins, hemoptisc, tontura, medo, icterícia, friagem nos pés, reumatismo, infarto, hemorragia cerebral (usar em conjunto c/ VG20). Pto せい

**KI2 : 然谷 :（ねんこく）**

L: na margem inf da art do cuneonavicular, no lado antero- inf do maléolo int.

P: no caso de excesso ou pouca saliva, medo, neurose, 人 s q ficaram mto acamadas e ã conseguem ficar de pé →para problemas da planta do pé

Suor noturno problemas de AT, impotência Ponto えい

**KI3 : 太溪（たいけい）**

L:→artéria tibial post na depressão q se forma entre o tendão do calcâneo e a parte + saliente do maléolo 中

P: moléstia do coração, constipação, faringite, dores de dente, otite, nefrite, friagem nos pés.

PS: qdo ã houver pulsação neste ponto, a morte está perto. Usado p/ 首痛 (mesmo lado) Pto ゆう e げん

**KI4 : 大鍾（だいしょう）** -grande sino/ らっけつ (problemas crônicos)

L: localia-se atrás e abaixo do maléolo 中, numa depressão formada na inserção do tendão do calcâneo no osso calcâneo.

P: vômito, asma, retenção urinária, intestino preso, nevralgia do nervo tibial

Problemas de pés frios. “balanço” c/ HT

→ para problemas agudos: 鄰（げき）→casos agudos

**KI5 : 水泉（すいせん）**

L: depressão da região superior da face 中 da tuberosidade do calcâneo a 1 寸 abaixo do pto KI31/

P: miopia, amenorreia, prolapso do útero, disúria, inflamação do calcâneo, art do tornozelo/ Problemas de edema

**KI6 : 照海 (しょうかい)**

L: usado p/ ↑ YIN do KI/ usado p/ dor de garganta お灸 na depressão inf e a 1 寸 imediata/e abaixo do maléolo 中.

P: secura na faringe, melancolia, dores na região hipogástrica, paralisia MMSS e MII

**KI7 : 復溜 (ふくりゅう)**

L: usado p/ ↑ YOO do KI localiza-se na borda 中 tendão do calcâneo, a 2 寸 acima do maléolo 中.

P: mal funcionamento dos rins, diarreia, dores nas costas, tontura, dores de MMII, friagem nos pés, edema dos MMSS e MMII, edema do corpo, hemorroida, problemas do tendão e calcâneo. Pto けい. 母→ usa-se mto お灸 e 鍼 p/ ↑ energia do KI.

**KI8 : 交信 (こうしん)**

L: 0.5 寸 ant ao pto K17, atrás da borda post da tibia.

P: hérnia da fossa ilíaca, amenorreia, prolapso do útero, dores da fossa ilíaca, gonorreia, suor noturno. げっけつ いんきょうみやく

**KI9 : 築實 (ちくひん)**

L: a 5 寸 acima do maléolo 中 e na borda infra medial do musc gastrocnêmico, na linha entre os pontos KI3 KI10.

P: neurose, epilepsia, desintoxicação, intoxicação infantil, diabete usado tbem p/ desintoxicação de veneno e tbém pto de referência p/ quem toma mto remédio inchaço, anúria

**KI10 : 陰谷 (いんこく) bom p/ impotência + KI6 照海. um pouco p/ trás KI.**

L: para problemas de edema localiza-se entre os tendões dos mm. Semitendinoso e semimembranoso, porção medial da prega poplíteia, com joelho flexionado.

P: artrite do joelho, frigidez sexual, amenorreia, falta de ar, gravidez psicológica, mal funci do rins. Ponto GO (合水穴)

**KI11 : 横骨 (おうこつ)**

L: a 0.5 寸 da lateral ao pto VC2.

P: cistite, uretrite, corrimento vaginal, moléstias dos órgãos genitais, incontinência urinária, mioma

**KI12 : 大赫 (だいかく)**

L: 0.5 寸 lateral ao pto VC3 (ゆうきょく)

P: cistite, uretrite, corrimento vaginal, incontinência urinária, mioma →impotência



**KI13 : 氣穴 (きけつ)**

L: 0.5 寸 lat ao pto かんげん (VC4)

P: dores das costas, diarreia crônica, mioma

**KI14 : 四満 (しまん) FOUR FULL**

L: 0.5 寸 lat ao pto せきもん (VC5)

P: dores na região hipogástrica, infertilidade, diarreia, gás no intestino, nefrite crônica. Constipação/ sensação de abdômen cheio

**KI15 : 中注 (ちゅうちゅう)**

L: 0.5 寸 lateral ao pto いんこう (VC7)

P: qdo aparece vários nódulos na região do abdômen, inflamação crônica, peritonite

**KI16 : 盲愈 (こうゆ)**

→no fundo, tem algo escondido → oq tem escondido KI

L: 0.5 寸 lat ao centro do umbigo (しんけつ VC8)

P: enteralgia (dor provocada por friagem no intestino, usar junto com o pto LI4 (ごっこく) Usa mto 鍼 neste ponto

→うること

→ñ se usa mto este pto

**KI17 : 商曲 (しょうきょく)**

L: 0.5 寸 lat ao pto げかん (VC10)

P: dores abdominais, anorexia dores por moléstia de suor

**KI18 : 石関 (せきかん) かたい/Strong**

L: 0.5 寸 lat ao pto けんり (VC11)

P: eructação, soluço, dores abdominais, constipação, tensão na coluna vert, gastroespasmo

**KI19 : 陰都 (いんと)**

L: 0.5 寸 lat ao pto しゅうかん (VC12)

P: empachamento do epigástrico, gastrite, úlcera ST

**KI20 : 腹通谷 (はらつうこく)**

L: 0.5 寸 lateral ao pto VC13.

P: dispepsia, moléstia do ST, vômito, tensão ombro, asma, tosse. Qdo ñ come, ñ sente fome→este pto é usado (鍼)

**KI21 : 幽門 (ゆうもん)**

L: portal dos fantasmas 0.5 寸 lat ao pto こけつ (VC14)

P: empachamento do epigástrico, vômito, anorexia, amnésia, tosse, nervos intestinais, soluço.

**KI22 : 步廊 (ほろう)**

L: no 5º espaço intercostal e a 2 寸 lat à linha mediana ant (pto しうてい VC16)

P: nevralgia dos nervos intercostais, tosse, congestão nasal, dispneia, hepatite

**KI23 : 神封 (しんぽう)**

L: no 4º espaço intercostal, e a 2 寸 lat à linha mediana ant VC17.

P: dispneia, tosse, inflamação das mamas, vômito, calafrio, pleurite, infarto trat de IC

**KI24 : 靈墟 (れいきょ)**

L: 3º espaço intercostal e a 2 寸 à linha mediana ant (pto きょくどう (VC18) )

P: dispneia, tosse, inflamação das mamas, calafrio, nevralgia dos nervos intercostais trat de inf pulmonares

**KI25 : 神蔵 (しんぞう)**

L: no 2º espaço intercostal ee a 2 寸 la à linha mediana ant (pto しんきゅう VC19)

P: dispneia/ vvômito/ nevralgia/ stress/ HÁ)

**KI26 : 臈中 (いくちゅう)**

L: no 1º espaço intercostal e a 2 寸 lat à linha mediana anterior (pto かがい VC20).

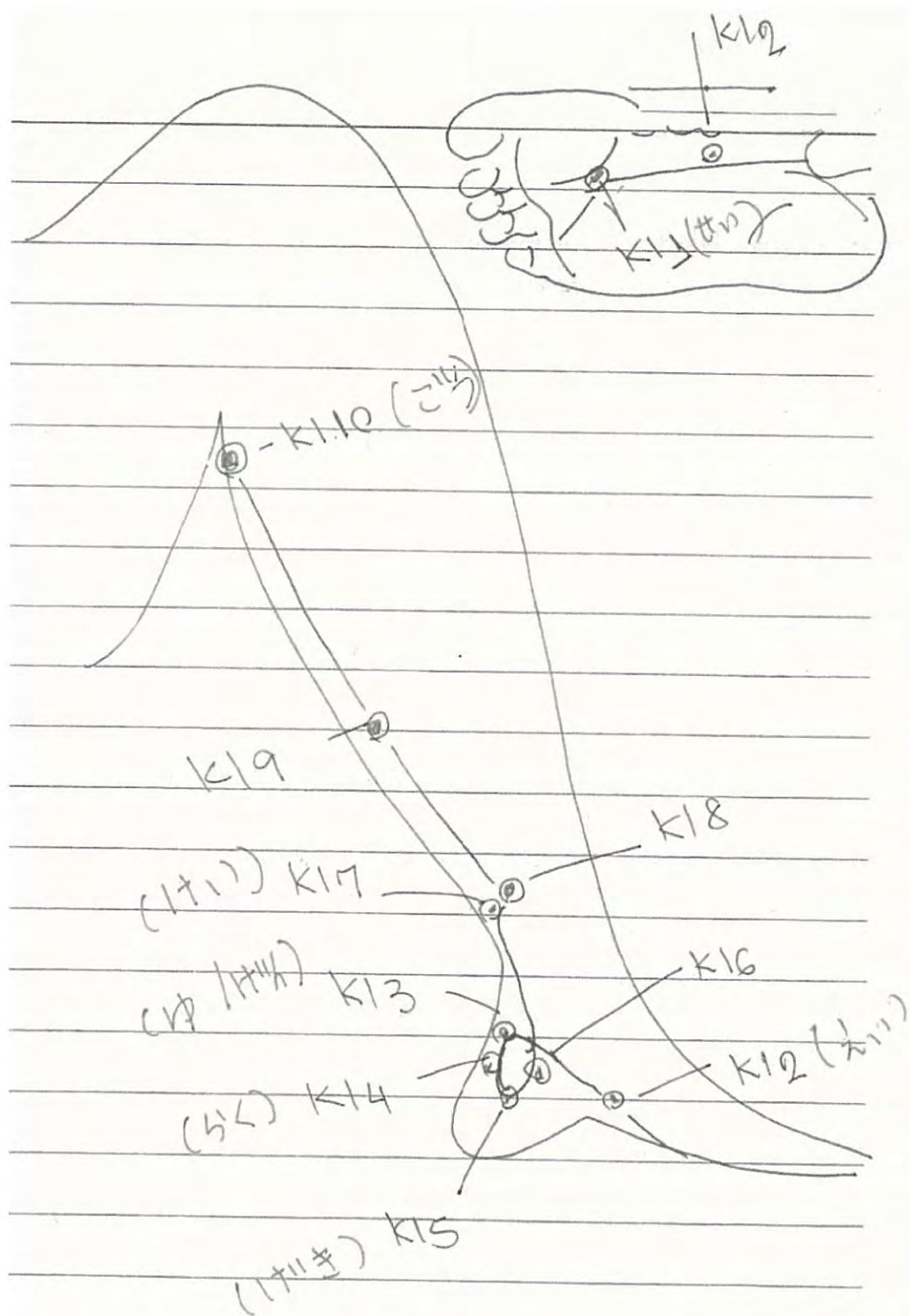
P: tosse, asma, anorexia, bronquite, faringite

**KI27 : 兪府 (ゆふ) LU のこと**

L: na borda inferior da clavícula e a 2 寸 lat à linha mediana ant (pto せんき VC21).

P: asma, bronquite, tosse, dispneia, faringite, laringite, gripe, tireoide





## 11. 手厥陰心包經（てけついでんしんぽうけい） - PC

### PC1 : 天池（てんち）

L: no 4º espaço intercostal e 1 寸 lat ao mamilo, pto りゅうしゅう（ST17）.

P: asma, dça c/ febre/ peri artrite escapulo umeral, cefaleia, moléstia do coração, nevralgia

### PC2 : 天泉（てんせん）

L: na parte 中 do braço a 2 寸 da extremidade da prega axilar em direção ao pto きょたく（HT3） entre o mm bíceps braquial

### PC3 : 曲沢（きょくたく）

L: na região ant do cotovelo e no lado ulnar do tendão do bíceps braquial Pto GO

P: rouquidão/ dor na região epigástrica, rubéola, artrite do cotovelo, reumatismo

### PC4 : 郛門（げきもん）

L: na face(→na metade do antebraço 1 寸 p/ baixo) ant do antebraço no centro entre o pto HT7 e HT3.

P: sgué no ST, epistasse, timidez, moléstia do coração, melancolia

### PC5 : 間使（かんし） Pto けい

L: 3 寸 a partir do pto HT7 subindo em direção ao pto HT3.

P: náusea, calores na palma da mão, moléstia do coração, melancolia, neurose.

Bom para dor de barriga

### PC6 : 内関（ないかん） Pto らく

L: 2 寸 a partir do pto HT1 subindo em direção ao pto HT3.

P: paralisia da mão, dor na região epigástrica, reumatismo, nevralgia do antebraço.

### PC7 : 大陵（だいにりょう） Pto ゆ e げん

L: no nervo da prega transversal, do punho, entre 2 tendões dos m. palmar longo e flexor radial do carpo.

P: reumatismo, moléstia da pele, calores nas mãos, melancolia, dor, febre, cefaleia.



**PC8 : 劳宫 (ろうきゆう) Pto えい**

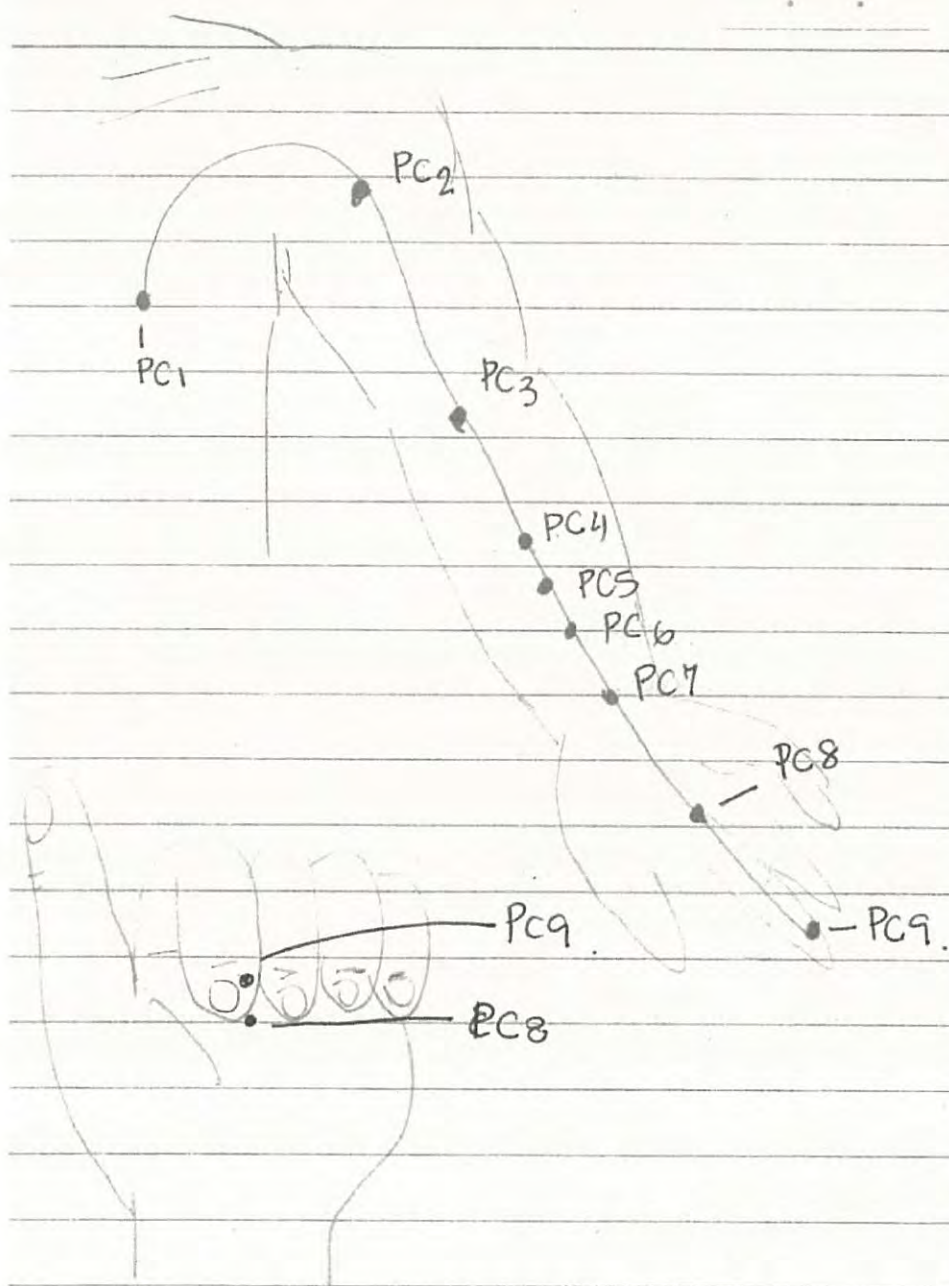
L: na palma da mão entre o 2º e 3º ossos do metacarpo, onde a pta do dedo médio toca palma qdo se fecha a mão.

P: paralisia da espasticidade das mãos, artrite do punho e do metacarpo, reumatismo.

**PC9 : 中衝 (ちゅうしょう)**

L: e 0.1 寸 do ângulo ungueal do dedo médio, do lado radial.

P: moléstia c/ febre (sangria)/ empachamento do epigastro, moléstia da língua, dores nos dedos, formigamento, anormalidade.



## 12. 手少陽三焦経 (てしょうようさんしょうけい) - TE

**TE1 : 関衝 (かんしょう) Pto せい**

L: 0.1 寸 do ângulo ungueal dedo anular, do lado ulnar.

P: cefaleia, amigdalite, dores nos dedos das mãos, tontura, faringite.

**TE2 : 液門 (えきもん) Pto えい**

L: localiza-se do lado ulnar, na base distal da articulação metacarpo falangeana do 4º dedo.

P: cefaleia, nevralgia do nervo trigêmeo, peri artrite escápulo umeral, friagem nos pés e mãos, tensão nos ombros.

**TE3 : 中渚 (ちゅうしょ) Pto ゆ**

L: localiza-se do lado ulnar na base proximal da art metacarpo falangiana do 4º dedo.

P: dça c/ febre e ã consegue transpirar, tontura, cefaleia, dores nos dedos da mão, artrite do punho, reumatismo

**TE4 : 陽池 (ようち) Pto げん**

L: no centro da prega dorsal da art do punho, na depressão cubital do tendão do m. extensor comum dos dedos.

P: secura da boca, fratura dos dedos, peri artrite escápulo umeral, artrite do punho, diabete.

Pto mto importante! Se faz お灸 ajuda melhorar imunidade pp o lado esquerdo se dá um resultado bom. Sawada Ryuu

**TE5 : 外関 (がいかん) Pto らく**

L: 2 寸 do pto TA4, em direção ao olecrano, entre o rádio e a ulna.

P: surdo e mudo, dores nos dedos da mão, artrite do punho, dores nos MMSS, pulsação acelerada, dças c/ febre, reumatismo.

**TE6 : 支溝 (しこう) Pto けい**

L: 3 寸 do pto TA4 em direção ao olecrano, na face dorsal do antebraço entre rádio e ulna.

P: dça c/ febre, calores no braço, dores no ombro, enfraquecimento MMSS e MMII, dças da pele, asma, coceira.

→usado p/ diagnóstico do meridiano



**TE7 : 会宗 (えそう)** Pto げき→p/ casos agudos

L: a 1 寸 lat do pto TA6 para o lado ulnar, na face dorsal do antebraço entre rádio e ulna.

P: dças nervosas/ dores na pele

**TE8 : 三陽絡 (さんようらく)**

L: 4 寸 na face dorsal do antebraço do pto TA4, em direção ao olecrano, entre o rádio e ulna.

P: qdo dica rouco de repente, cefaleia, dores exageradas, paralisia repentina. Trat dos 3 meridianos SI, LI, TE. Usado mto p/ dores intercostais

**TE9 : 四瀆 (しとく)**

L: 5 寸 do TA4 no pto médio entre o pto TE4 e o olecrano.

P: tensão no ombro, dormência nos MMSS, dores nos dentes do maxilar sup e inf, hemicrania. Usado mto p/ problemas do lado externo do corpo

**TE10 : 天井 (てんせい)**

L: na depressão situada a 1 寸 vertical acima do olecrano, com o cotovelo fletido;

P: nevralgia dos nervos intercostais, tosse, calores no rosto, nervosismo, anorexia, insônia, torcicolo, tensão no ombro. Pto GO1

**TE11 : 清冷淵 (せいれいえん)**

L: 2 寸 do olecrano, em direção ao pto TA14.

P: dores no ombro e MMSS, periartrite escapulo umeral, nevralgia dos nervos.

**TE12 : 消灑 (しょうれき)**

L: 5 寸 do olecrano em direção ao pto TA14 ou no centro entre os ptos TA11 e TA13.

P: cefaleia, dores nos ombros e pescoço, nevralgia dos MMSS. Nervo radial→ sensação de ひびく

**TE13 : 臑会 (じゅえ)**

L: mesma altura do LI14 localiza-se a 3 寸 do pto TA14 em direção ao olecrano.

P: periartrite escapulo umeral, reumatismo, nevralgia dos MMSS

**TE14 : 肩膠 (けんりょう)**

L: com braço em abdução forma-se uma depressão entre o acrômio e a tuberosidade maior do úmero. O pto situa-se nesta depressão interóssea.

P: periartrite escapulo umeral, reumatismo do deltoide, dores no dente, enf do ombro  
五十肩

**TE15 : 天膠 (てんりょう)**

L: no centro entre os ptos VB21 (GB21) e SI13.

P: tensão no ombro, dores nos ombros e tensão na nuca, cefaleia, dores nas costas, nevralgia e reumatismo dos MMSS, dores na parte post da cabeça. 五十肩

**TE16 : 天牖 (てんゆう)**

L: na margem post da inserção dos m. ECM post inf ao processo mastoide

P: moléstias dos olhos めまい, moléstias dos ouvidos, dores na parte post da cabeça e nuca, torcicolo

**TE17 : 翳風 (えいふう)**

L: na depressão post do lóbulo da orelha.

P: surdo e mudo, dores no dente, hemicrania, faringite paralisia facial

**TE18 : 瘵脈 (けいみやく)**

L: na depressão do centro do processo mastoide.

P: pessoa q sonha bastante, ensurdecimento, cefaleia, artéria auricular post

**TE19 : 顛息 (ろそく)**

L:→descanso da alota da cabeça na depressão, meio entre os pto TA18 e TA20.

P: cefaleia, convulsão infantil, moléstia do ouvido, congestão cerebral, meningite, trat da cabeça (cabeça pesada, camada)

**TE20 : 角孫 (かくそん)**

L: dobrando a orelha p/ frente, localiza-se o pto na face vert do crânio na depressão ao nível do ápice da orelha.

P: moléstia dos olhos, dores no dente, tensão na nuca, aftas, problemas de ATM, dor de cabeça.

**TE21 : 耳門 (じもん)**

L: na depressão frontal da margem sup do helix da orelha, com a boca aberta.

P: otite, dores no dente, moléstia de olhos, moléstias do ouvido, nevralgia do nervo trigêmeo.



**TE22 : 和膠 (わりょう)**

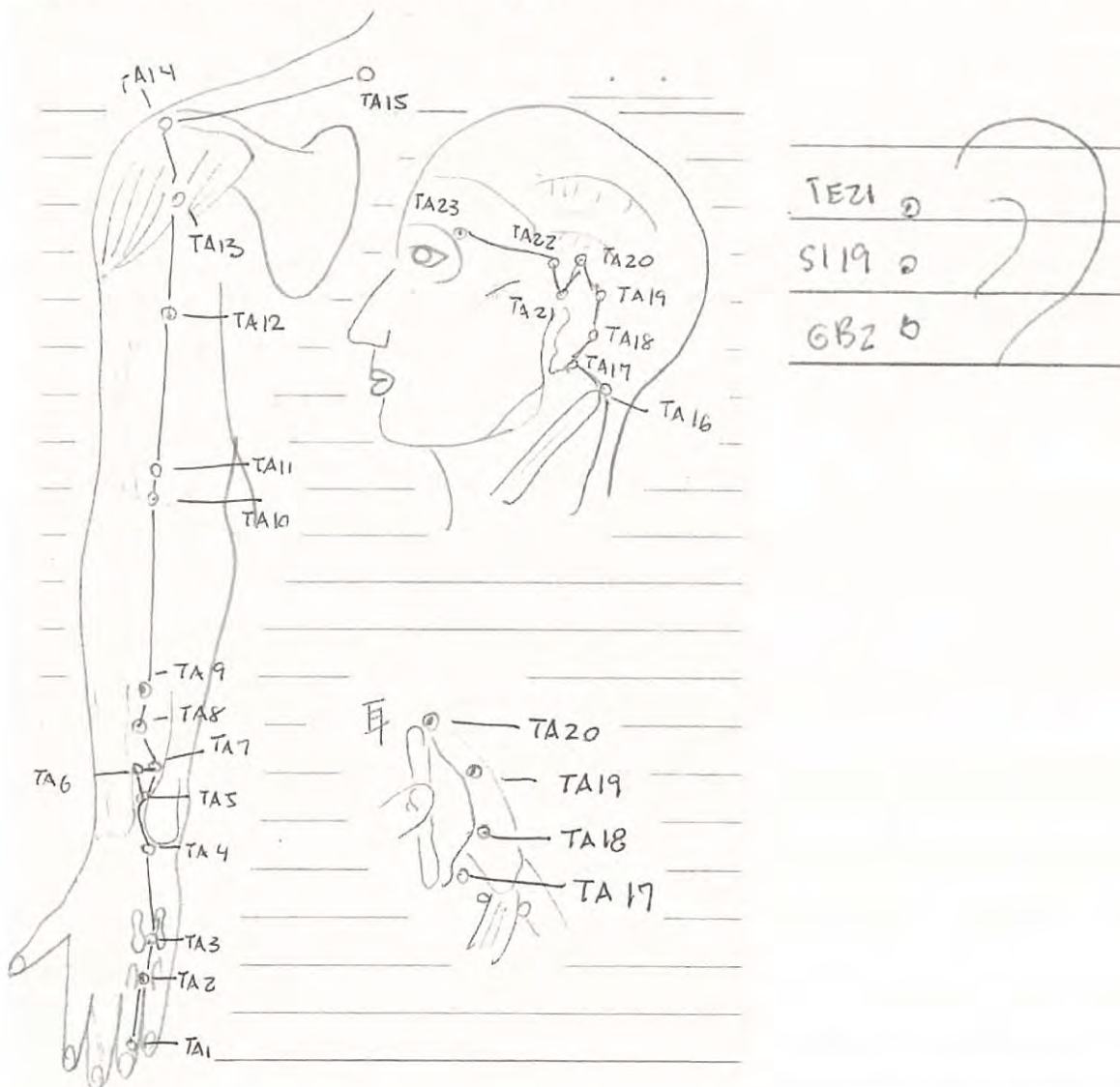
L: na região da pulsação arterial da região frontal da raiz do helix, supra ant ao pto TA21, na altura da comissura palpebral lateral.

P: moléstias dos olhos, nariz e ouvido, paralisia de hall.

**TE23 : 糸竹空 (しちくくう)**

L: na depressão da extremidade externa da sobrelanceira.

P: tontura, cefaleia, nevralgia do nervo trigêmeo, lacrimajamento, paralisia facial, enfermidade dos olhos (dificuldade de mov os olhos)



### 13. 足少陽胆經（あししょうようたんけい） - GB

#### GB1 : 瞳子膠（どうしりょう）

L: 0.5 寸 lat ao ângulo externo do olho, na depressão da borda lateral da órbita. É o cruzamento dos meridianos TA, ID, VB

IND, lacrimejamento, irritação dos olhos, cefaleia, faringite, moléstia dos olhos, nevralgia do nervo trigêmeo

#### GB2 : 聴会（ちょうえ）

L: na depressão que se forma qdo se abre a boca na região antero inferior do tragus.

IND: ensurdecimento, nevralgia do nervo trigêmeo, paralisia de hall, etrite da mandíbula.

#### GB3 : 上関（じょうかん） 客主人（きゃくしゅじん）

L: na depressão da borda superior do centro arco zigomático, é o cruzamento dos meridianos TA, ET, VB

IND: hemicrania, dores na nuca, nevralgia do nervo trigêmeo, no caso HÁ, fazer sangria, dor de dente

#### GB4 : 額厭（がんえん）

L: na face lat do crânio a 1 寸 abaixo do pto ST8（ずい） no pto de partida da sutura frontoparietal e em direção à base helix da orelha. É o cruzamento dos meridianos TA, ET, VB.

IND: endurecimento, nevralgia dos nervos trigêmeo, conjuntivite

#### GB5 : 懸顛（けんろん）

L: localiza-se na face do crânio a 2 寸 abaixo do pto ずい, no centro da região temporal em direção à base do helix da orelha, cruamento do ST

IND: cefaleia, nevralgia do nervo trigêmeo, epistase, citlaes no rosto, dores de dente.

#### GB6 : 懸釐（けんり）

L: na face lateral do crânio a 3 寸 abaixo do pto ずい（ST8） e em direção à base da helix da orelha. É o cruzamento dos meridianos TA/IG/ET/VB.

P: nevralgia do nervo trigêmeo, moléstia dos olhos, febre no ST.



**GB7 : 曲鬢 (きょくびん)**

L: na região pré auricular, no cruzamento entre a linha horizontal traçada pelo ápice da orelha e linha vertical que passa pela região anterior da inserção da orelha.

P: artrite da mandíbula, torcicolo, moléstia dos olhos.

**GB8 : 率谷 (そっこく)**

L: dobrando a orelha para frente à 1.5 寸 acima do ápice da orelha, onde fica o pto TA20. É o cruzamento dos meridianos BL e VB.

**GB9 : 天衝 (てんしょう)**

L: 2 寸 imedia/e acima da margem superior do helix e à 0,6 寸 post ao GB8, é o cruzamento do BL e GB

IND: cefaleia, epilepsia, hemicrania, para parar de fumar (+ しんもん na orelha), usar pallus pulsante e para estimular

**GB10 : 浮白 (ふはく)**

L: à 1 寸 post ao pto TA20 (かくそん) em cima da apófise mastoide, é o cruzamento do BL

IND: ensurdecimento, dores no ombro, dças c/ febre. HÁ, hipertensão arterial.

**GB11 : 頭竅陰 (あたまきょういん)**

L: 1 寸 abaixo do pto GB10 na base da apófise mastoide.

P: ensurdecimento, língua pesada, cabeça pesada, congestão cerebral.

**GB12 : 完骨 (かんこつ)**

L: na depressão póstero inferior da apófise mastoide.

P: cefaleia, epilepsia, insônia, nevralgia do nervo trigêmeo, neurastenia, hemicrania, HÁ, tensão na nuca e parte post.

**GB13 : 本神 (ほんじん)**

L: penetrando 0.5 寸 na raiz do couro cabeludo frontal, na linha vertical traçada do ponto TA23 q fica na extremidade externa da sobrancelha.

IND: cefaleia, tontura, hemicrania, congestão cerebral, insônia, convulsão em cça.

**GB14 : 陽白 (ようはく)**

L: na região frontal 1 寸 acima e centro do arco da sobrancelha.

IND: moléstia dos olhos, cefaleia, amigdalite, lacrimejamento, nevralgia do nervo trigêmeo, sonolência

**GB15 : 頭臨泣 (あたまりんきゅう)**

L: 0.5 寸 penetrando na raiz do couro cabeludo, na linha vertical ao centro da pupila. É o cruzamento do BL.

P: tontura, moléstia da raiz, cefaleia, congestão nasal, ensurdecimento.

**GB16 : 目窓 (もくそう)**

L: a 1.5 寸 penetrando na raiz do couro cabeludo, na linha vertical ao centro da pupila. Bom p/ trat o olho.

P: miopia, olhos vermelhos, edema da face, calafrio, lacrimejamento, dores no olho, nevralgia do nervo trigêmeo.

**GB17 : 正營 (しょうえい)**

L: à 2.5 寸 penetrando na raiz do couro cabeludo, na linha vertical ao centro da pupila. IND: cefaleia, miopia, olhos vermelhos, edema da face, espasmo do ST, calafrio.

**GB18 : 承靈 (しょうれい)**

L: à 3.5 寸 penetrando na raiz do couro cabeludo, na linha vertical ao centro da pupila. IND: cefaleia, dores de dente, epistaxe, tontura, moléstia do fígado, asma.

**GB19 : 腦空 (のうくう)**

L: sobre o lado externo da tuberosidade do osso occipital, à 2.5 寸 lat da linha média da altura do pto GB17.

IND: amigdalite, tensão do pescoço, tontura, cefaleia, dores no nariz.

moléstia do cérebro e coluna, dores coluna post 頭

**GB20 : 風池 (ふうち)**

L: na depressão entre a ext inf doo processo mastoide e do centro da depressão da nuca.

IND: gripe, cefaleia, moléstia do cérebro, moléstia dos olhos, tensão do ombro e pescoço, sinusite, enfraquecimento da crista.

**GB21 : 肩井 (けんせい)**

L: na margem ant do m. trapézio, no centro da linha traçada entre a apófise da 7 cervical e acrômio. Cruzamento de TA/ST/GB.



**GB22 : 淵腋 (えんえき)**

L: a 3 寸 vertical/e abaixo do centro da axila, no 4º espaço intercostal e com a mão na cabeça.

IND: cefaleia, calafrio, pressão alta (colocar ひないしん), nevralgia dos nervos intercostais, bronquite, pleurite.

**GB23 : 輒筋 (ちようきん)**

L: a 1 寸 ant ao ponto GB22

IND: apoplexia cerebral, melancolia, calor no rosto, cefaleia, torcicolo, tensão no ombro, olhs, ouvido

**GB24 : 日月 (じつげつ)**

L: 0.5 寸 vertical/e abaixo da região aderida da cartilagem da 9º costela.

É o cruzamento do SP e ぼけつ da GB, dispneia, moléstia do LR, ST, duodeno, nevralgia dos nervos intercostais  
p/ tratar de olhos

**GB25 : 京門 (けいもん)**

L: na margem inf da extremidade ant a 12º costela, é o ぼけつ do Rim.

IND: pleurite, cistite, friagem nas costas, dores no lado interno da escápula, nefrite, nevralgia do ciático, tensão na nuca, moléstias crônicas do intestino.

**GB26 : 帶脈 (たいみやく)**

L: 1.5 寸 abaixo da extremidade ant da 11º costela no cruzamento da linha vertical traçada da extremidade livre da 11º costela e horizontal traçada pelo centro do umbigo. IND: moléstias de senhora, crescimento vaginal, friagem na lombar, dores na região hipogástrica, dor lombar

**GB27 : 五枢 (ごすう)**

L: no lado 中 da crista ilíaca antero sup, à 3 寸 doo ponto GB26, aproxima/e na horizontal traçada do pto VC4 (かんげん)

IND: tensão no ombro, dores na região hipogástrica, moléstias do sacro escrotal, moléstias de senhora.

**GB28 : 維道 (いどう)**

L: 2.5 寸 frente (→para dificuldade de mov de MMII) e abaixo do pto GB27. IND: vômito contínuo, edema no corpo

**GB29 : 居膠 (きよりょう)**

L: no centro entre a espinha ilíaca ant sup e o pto mais elevado do trocanter maior do fêmur, à 3 寸 no lado infra externo do GB28. IND: preiartrite escapulo umeral, espasmo abdômen, espasmo repentino de MMSS e peito

**GB30 : 環跳 (かんちょう)**

L: em decúbito lat, fletindo a coxa, na face post lat do quadril, na extremidade da estria do quadril. É o cruzamento dos meridianos BL e GB.

IND: nevralgia do nervo ciático, reumatismo, dores no joelho, nevralgia intercostal, hemicrania, atrito coxo femoral.

**GB31 : 風市 (ふうし)**

L: na face (→pode colocar pela altura do dedo) lat da coxa a 7 寸 acima da ext externa da estria doo joelho em direção ao pto GB30. Estando o peito em pé com a mão estendida na face lat da coxa onde tocar a ponta do 3º dedo.

IND: dores nas pernas, friagem, problemas nos MMII, hemiplegia por ave.

**GB32 : 中瀆 (ちゅうとく)**

L: fletindo o joelho, em direção ao pto GB30, entre m. vent lat e bíceps femoral.

IND: paralisia dos MMII, friagem, nevralgia do nervo ciático

**GB33 : 膝陽関 (ひざようかん) 寒府 (かんぷ) →p/ frio do corpo**

L: 3 寸 acima do GB34 na depressão proximal ao epicôndilo femoral externo.

P: reumatismo qdo ñ consegue flexionar o joelho, friagem na região hipogástrica, Bom

para friagem YO

**GB34 : 陽陵泉 (ようりょうせん) Pto Go-合穴 (ごうけつ)**

L: fletindo o joelho margem antero inferior da cabeça fibular. É o pto GO.

IND: friagem no joelho, apoplexia cerebral, edema de face, espasmo de MMII, hemicrania, nevralgia do ciático, problema muscular

**GB35 : 陽交 (ようこう) →meridiano GB + 陽維脈 →Pto de encontro de GB e 陽維脈 (extra meridiano の鄰穴)**

L: na borda post da fibula à 6 寸 do pto GB34, em direção ao maléolo externo

P: nevralgia do ciático, nevralgia intercostais, friagem nos pés, faringite e laringite, dores no joelho, moléstias da vesícula.



**GB36 : 外丘 (がいきゅう) Pto GUEK I- 郛穴 (げきけつ)**

L: na borda ant da fíbula, 0.5 寸 ant ao pto GB35.

IND: mal estar no lado do peito, nevralgia do nervo ciático, dores no pescoço, nevralgia do nervo fibrilar

Pto bom para tirar dores do quadril+

**GB37 : 光明 (こうめい)**

L: Na borda ant da fibrila a 5 寸 do maléolo externo, em direção ao GB34.

P: nevralgia do ciático, ñ consegue ficar mto tempo em pé, formigamento dos pés, neurose, daltonismo (colocar junto c/ LI4, TA5 (がいかん) e しょうにしん Pto RAKU em GB43 e せいめい BL1/Pto p/ visão ficar melhor/dças crônicas

→ pode ser usado junto c/ LI4 p/ olhos camachos

**GB38 : 陽輔 (ようほ) Pto 經火穴 (けいかけつ)**

L: (carrilha) na borda ant da fíbula à 4 寸 acima do maléolo externo.

IND: friagem na lombar e nos pés, dor nas pernas e pés, reumatismo, faringite, boca amarga.

→ pto importante: p/ qdoo ñ consegue mov os MMII MMII cansados

**GB39 : 懸鐘 (けんしょう) ponto de influência de 八穴**

L: Na borda anterior da fíbula à 3 寸 do maléolo externo, em direção do pto GB34 (ようりょうせん) usado para mov difícil de MMII. Bom para trat da medula.

IND: empachamento do epigastro, empachamento do abdômen, febre no ST, hemorroida, epistaxe, HÁ, arteriosclerose. 絶骨 (ぜっこつ) → “lugar O osso ñ si vê”

**GB40 : 丘墟 (きゅうきょ) Pto 原穴 (げんけつ)**

L: no meio da depressão antero inf do maléolo externo.

IND: nevralgia dos nervos intercostais (p/ entorse do tornozelo), nervos ciáticos, cefaleia, moléstias dos olhos, reumatismo, tensão na nuca.

Pode ser usado como Keikin e tirar dor de MMII (lado externo até glúteo)

**GB41 : 足臨泣 (あしりんきゅう) Pto 兪木穴 (ゆもくけつ)**

L: no meio da depressão da junção proximal dos 4º e 5º metatarsos do pé. problemas de おび

Nevralgia dos nervos intercostais ST

**GB42 : 地五会 (ちごえ)**

L: no dorso do pé, entre o 4º e 5º metatarso na base proximal da articulação metatarso falangiana do 4º artelho.

IND: hematêmese (sg escuro no SI), hemoptise, dores na vista

→Pto usado para fazer 瀉法 (しゃほう) →estimular r tirar

**GB43 : 俠溪 (きょうけい) Pto 榮水穴 (えいすいけつ)**

L: entre a4a e 5º art metatarso falangeana, na base da art metatarso falangeana do 4º artelho.

IND: edema no corpo, nevralgia do nervo ciático, nervo femoral, dças c/ febre, tontura e paralisia do tornozelo

**GB44 : 足竅陰 (あしきょういん) Pto 井金穴 (せいきんけつ)**

L: à 0.1 寸 do ângulo ungueal externo do 4º dedo do pé. É o ponto せい.

IND: nevralgia dos nervos intercostais, calores nos pés e mãos, laringite, faringite, secura na boca, ensurdecimento, dores nos olhos, dores, nos ombros, cefaleia, tosse.



## 14. 足厥陰肝經（あしけついでんかんけい） - LR

**LR1 : 大敦（だいたん） おこる**

L: a 0.1 寸 do ângulo ungueal do lado externo do hálux. IND: moléstia dos órgãos genitais masc e fem, dores no peito, choque, moléstia dos olhos. Pto せい.

POINT

四関穴 : 2LI4/2LR3 → pontos usados para ver se o corpo está normal. Porque o LI4 (血) e o LR3 (氣), sendo q se os 2 tiverem em equilíbrio, o corpo está bem! Mto usado p/ dor de cabeça, stress

LR3 → pode procurar a artéria e colocar agulha na artéria. Assim cria um estímulo, e provoca um ↑ de circulação nos pés, o que leva a esquentá-los (TONAI 先生)

**LR2 : 行间（こうかん） mto usado p/ しゃ／ほう**

L: No lado externo da base distal da art do hálux metatársico.

IND: vômito, diarreia, lumbago, qdo a menstruação ã para, dores na plantado pé, mal cheiro da vagina (LR2 + HT8) Pto えい 火穴

**LR3 : 太衝（たいしょう）**

L: localiza-se no dorso do pé na extremidade proximal da junção do 1º e 2º metatarso

P: lumbago, dores no hipogastro, moléstias dos olhos, cirrose, dores no pé, reumatismo, enterite. Pto ゆ／げん

**LR4 : 中封（ちゅうほう）**

L: 1 寸 infra anterior ao maléolo interno, depressão interna do tendão do m. tibial ant.

P: lumbago, artrite do tornozelo, reumatismo, joanete, nervosismo, epilepsia.

Pto けい 経金穴 ajuda na fluência do LR.

**LR5 : 蠡溝（れいこう） se passou o dedo, onde tem um buraco**

L: 5 寸 acima do maléolo interno e na face do osso da tíbia.

P: dores do hipogastro devido friagem, corrimento vaginal, paralisia e inflamação da bexiga. Pto らく (patologia crônica)

**LR6 : 中都 (ちゅうと)**

L: 7 寸 acima do maléolo interno na face do osso da tíbia.

P: diarreia, dores no hipogastro devido a friagem, moléstia dos órgãos genitais masculinos/femininos, hemorragia pós parto uterina e edema dos testículos.

Pto げき – Bom para problemas de H2O

**LR7 : 膝関 (しつかん)**

L: na margem inferior do côndilo medial da tíbia, e vertical/e abaixo do pto LR8.

P: artrite do joelho, reumatismo, diarreia, coágulo de sg, sexo em excesso, inflamação uterina.

**LR8 : 曲泉 (きょくせん) まがる みずみ entre o pacu e sartório**

L: Na extremidade interna da estria do joelho. Localizar fletindo o joelho.

P: artrite do joelho, reumatismo, diarreia, sexo em excesso, uterite, cistite, problemas do útero. Pto G0! → 灸 p/ infecção urinária. あたたかいお灸

**LR9 : 陰包 (いんぼう)**

L: 4 寸 acima do pto LR8, na face medial da coxa, entre os m. vasto medial e sartório.

P: moléstia de senhora, friagem no hipogastro, artrite do joelho, dores nos MMII e lombar.

**LR10 : 足五里 (あしごり)**

L: 3 寸 abaixo da borda sup da sínfise púbica, na borda do m. abdutor mediano (vertical/e abaixo do ST30).

P: retenção urinária, cistite, moléstias dos olhos, arteriosclerose.

**LR11 : 陰廉 (いんれん)**

L: 2 寸 abaixo da borda sup da sínfise púbica, na borda do m. abdutor mediano ou 1 寸 acima do LR10 (足五里)

P: infertilidade, aborto (moxa3), inflamação dos testículos.

**LR12 : 急脈 (きゅうみやく)**

L: na região inguinal, sobre a artéria femoral palpável.

P: dores no pênis, dores testiculares, prolapso de útero, dores do baixo ventre.



**LR13 : 章門 (しょうもん)**

L: margem inferior da extremidade livre da 11º costela.

P: dispepsia, diarreia, secura na boca, anorexia, intoxicação dos alim, friagem e dores nas costas e lombar, periartrite escapulo umeral, dormência nos braços e pernas, devido a friagem nos pés. 八会穴

**LR14 : 期門 (きもん) ぼけつ**

do SP e cruzamento da GB e LR

Pto de influência dos órgãos

Na linha mamilar, argem inf da aderência cartilaginosa da 9º costela, ou a 4 寸 da linha mediana anterior.

P: moléstia do fígado do ST, asma, dças c/ febre, súculos biliais.

## 奇穴

印堂（いんどう）

主治: sinusite, めまい, insônia, cça agitada, dor de cabeça

四神聡（ししんそう）

主治（しゆじ）: めまい< epilepsia, fadiga, paralisia, stress

L: 1cun p/ fora de 百会

翳明（えいめい）

Localiza-se 1 寸 atrás do TE17.

主治: tinutus, inflamação, insônia, catarata

太陽（たいよう） 紅陽（こうよう）

L: entre o canto ext da sombrancelha e olhos, no meio, 1 寸 p/ fora.

主治: insônia, enfermidades dos olhos (ex: olhos cansados), dor de hemicrânio, (5° par), paralisia facial (7° par)

PS: Região facial de sangal! Tome cuidado!

安眠（あみんけつ）

Bom p/ quem ã dorme bem, dor de cabeça

眉衝（びしょう）

主治: dor de cabeça, nariz trancado

牽正（けんせい）（s/no） **0.5 寸 da borda inf da orelha e logo abaixo de ST17**

主治: parótida inflamada, inflamação da mucosa da boca, afta, paralisia facial

魚腰（ぎょよう） **Pto Extra 5: no meio da sobrancelha**

主治: enfermidade dos olhos (Ex: inflamação dos olhos, miopia, ptose palpebral)

鼻通: びつう: p/ sinusite むき

肩内陵（けんないりょう）

主治: 五十肩/dor na região do ombro/hiperidrose deltoide ant.

腰痛点（ようつうてん）

主治: dor lombar, lombalgia



落沈 (らくちん)

Torcicolo

上池 (じょうち)

p/ くび/肩

上養老 (かみようろう)

L: Um pouco acima de SI6. Usado p/ くびとこし

\*Sempre: tentar 1º lado contra-lat a dor, se ã funcionar mesmo lado

腰痛点 (ようつうてん)

L: na base do metacarpo, entre 2º e 3º e 4º e 5º dedos

PS: colocar a agulha do lado contra-lateral da dor

落沈 (らくちん)

L: no dorso da mão, entre 2º 3º dedo, na 1º interfalangeana.

上仙 (じょうせん)

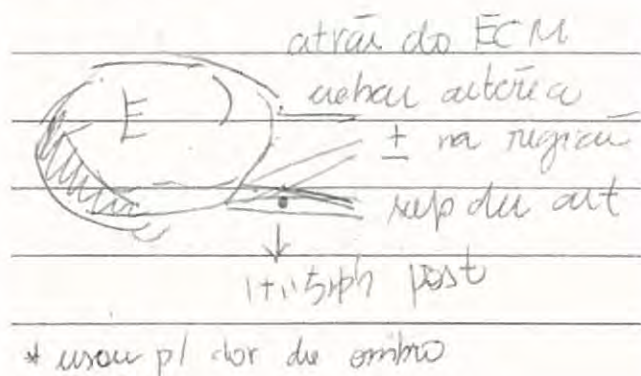
L: Entre L5 e S1

Hérnia lombar, perna cansada, dor lombar

けんご

Bom p/ tensão de pinforme

+束骨 (そっこつ) BL65 (pé)



腰眼 (ようがん)

L: Entre L4 e L5, 3.5 寸 p/ fora

Dor lombar

関元俞 (かんげんゆ)

L: Entre L5 e S1

1.5 寸 p/ fora

Dor lombar, enfermidade das vísceras (intestino)

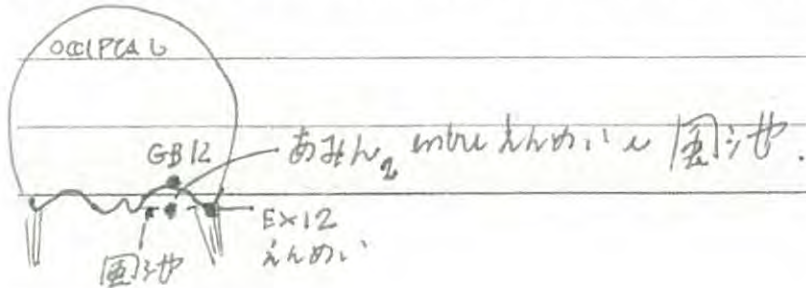
△Trat de hemorroida

お灸 ou 鍼

定喘（ていぜん）

L: 1 寸 p/ fora de GV14 entre C2 e T1

安眠（あみんけつ）：um pouco para trás de えいめい, depois de GB12



巨關俞（こけつゆ）

L: Entre T4 e T5 enfermidade do coração...

督俞（とくゆ）

L: Entre T6 e T7

1.5 寸 p/ fora

Enfermidade do coração

肘尖（ちゅうせん）

L: na pta do cotovelo – região medial do olecrano, inflação ou dor abdominal

PS: coloca 灸 p/ inflamação do corpo.

中樞（ちゅうすう）

L: entre T10 e T11, no meio da espinha

主治: dor de coluna...

血府（けつぷ）

L: 4 寸 p/ fora entre L2 e L3 (p/ mioma, menopausa) menstruação, trat “sanguineo”

痞根（ひこん）

L: entre L1 e L2 3.5 寸 p/ fora.

主治: problemas de ar gástrico, dor abdominal, dor lombar

氣海俞（きかいゆ）

L: entre L3 e L4, 1.5 寸 p/ fora

主治: dor lombar, dor abdominal, hemorroida, stress



急脈 (きゅうみやく)

止瀉 (ししゃ) (STOP, SEDAR): p/ trat de げり entre CV8 e um pouco abaixo de KI16

風市 (ふうし) GB31

L: 7 寸 acima do joelho

主治: vento interno MMII c/ parentesco

頭風 (ずふう)

Um pouco acima de ふうし para dor de cabeça de gripe/ ou dor de cabeça geral

出氣 (しゅっき)

L: para pés frios

(parte interna)

鶴頂 (かくちょう)

主治: dor na patela

肝炎点 (かんえんてん)

L: 3 寸 do maléolo interno.

→ para virose e hepatite

膝眼 (しつがん)

L: parte inf e interna ext da patela

主治: buibui, dor na patela

胆囊点 (たんのうてん)

L: 1 寸 de GB34 p/ baixo

主治: para coleciste, 灸 p/ dor de estômago e cálculos renais

陵後 (りょうご)

L: parte lateral ext do joelho, p/ paralisia de MMII

蘭尾 (らんび) 2 寸 p/ baixo de ST36

主治: gastrite, enfermidade de MMII

委下 (いか) 1 寸 p/ baixo de 委中(BL40)

Ver o lado q está duro, apontar a agulha p/ dores de MMII (pp oanturrilha)

## PTOS DE NATUREZA

(五行穴)

井 (せい) nascente trat agudo (para batidas, por ex.)

榮 (えい) manancial trat agudo/ tirar calor

兪 (ゆ) riacho bom para tirar umidade/ problemas articulares

経 (けい) rio Patologia de ossos e tendões, tosse, dispneia

→ melhorar a fluência do meridiano, qdo bate c/ o elemento do meridiano

合 (ごう) mar bom para diarreia, para abrir apetite

→ não só para diarreia, para しや/ほ

原 (げん) fonte importante para diagnóstico

絡 (らく) conexão trat erótico, trat dos 2 meridianos amor YIN/YOO

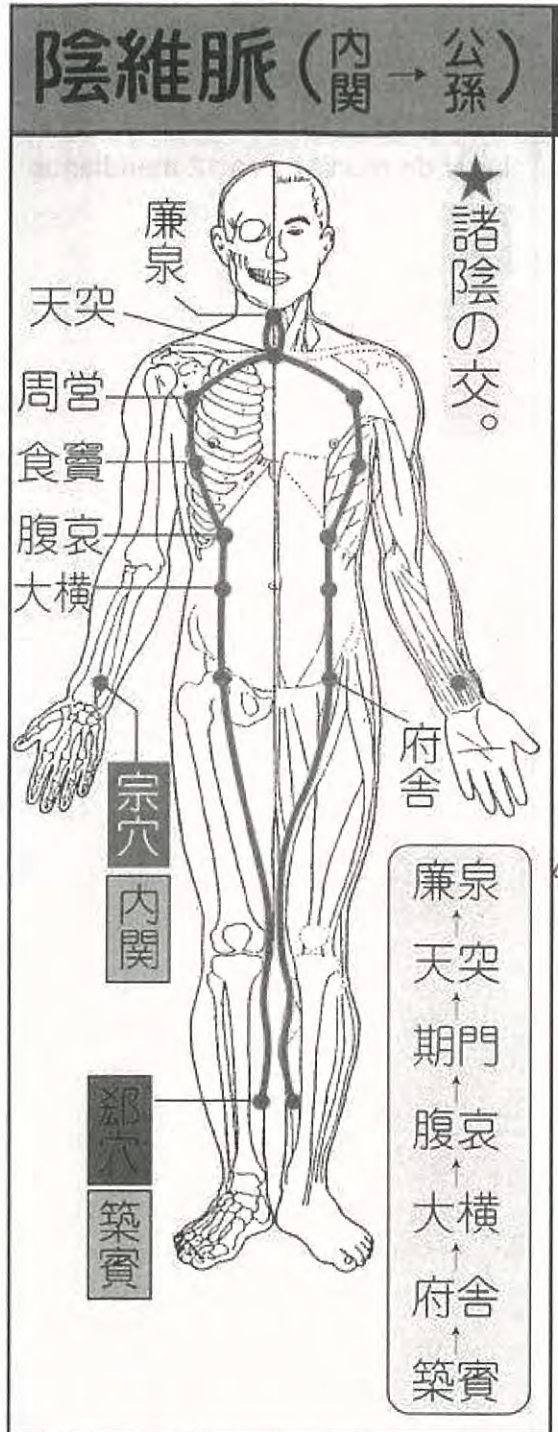
郄 (げき) acúmulo casos agudos

兪 (ゆ) assentimento

募 (ぼ) alarme



# 奇經八脈



Yin Link Vessel (Yin LV)

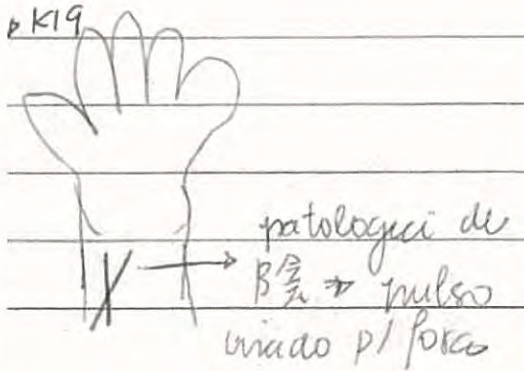
いんいみやく

- lugar de encontro dos meridianos
- para problemas de mulher (menstruação/ 女 q ã conseguem engravidar), problemas de histeria

- PC-SP: coração/tórax estômago

- se ativam os meridianos YIN (6)

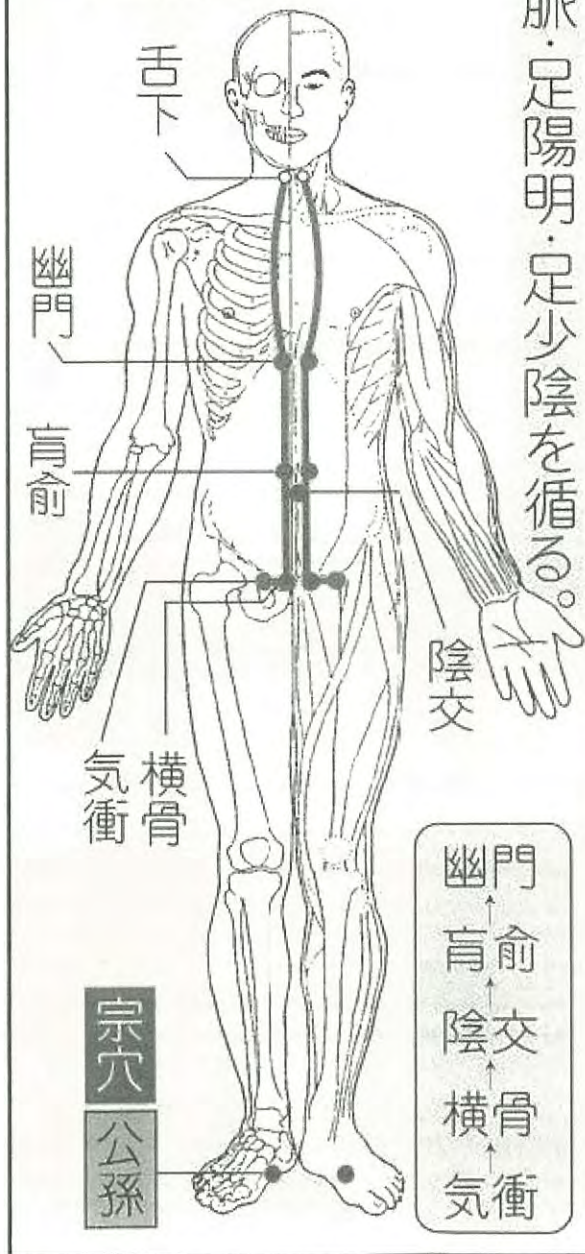
Para problemas de 陰 meridiano



# 衝脈 (公孫 → 内関)

★十二経脈の海  
(血海)

★任脈・足陽明・足少陰を循る。



しょうみやく

lugar de reunião dos 12 meridianos

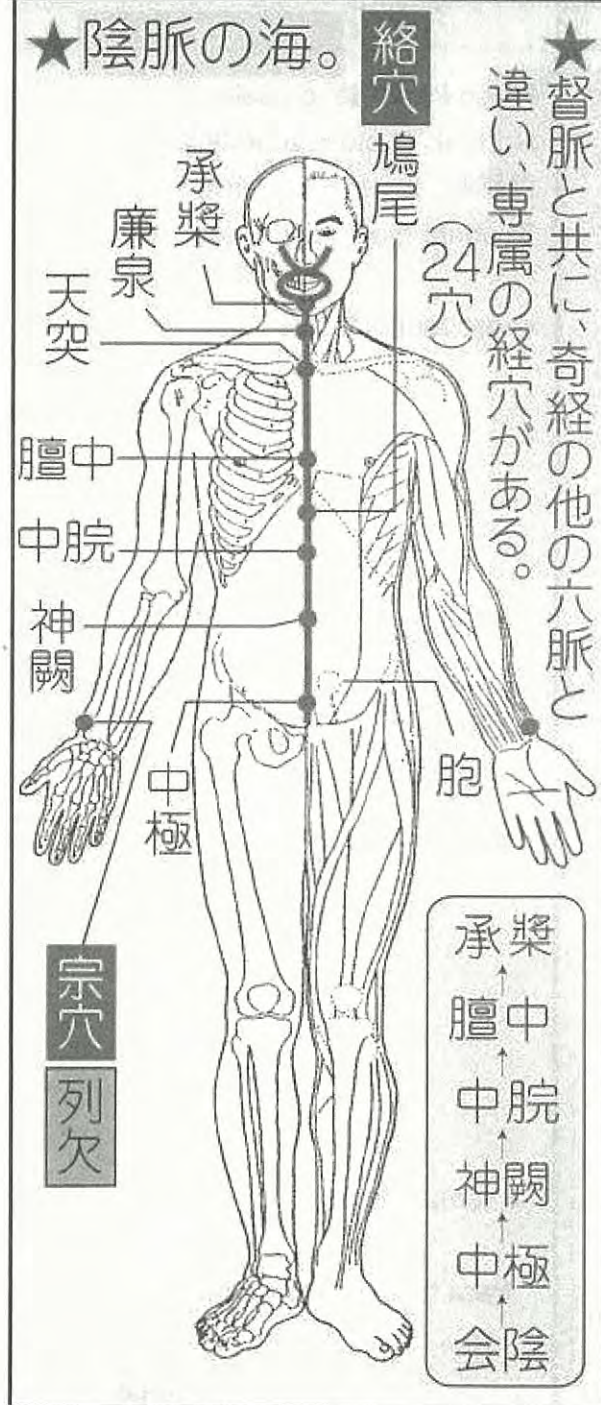
Thoroughfare Vessel (TV)



# 任脈 (列欠 → 照海)

にんみやく

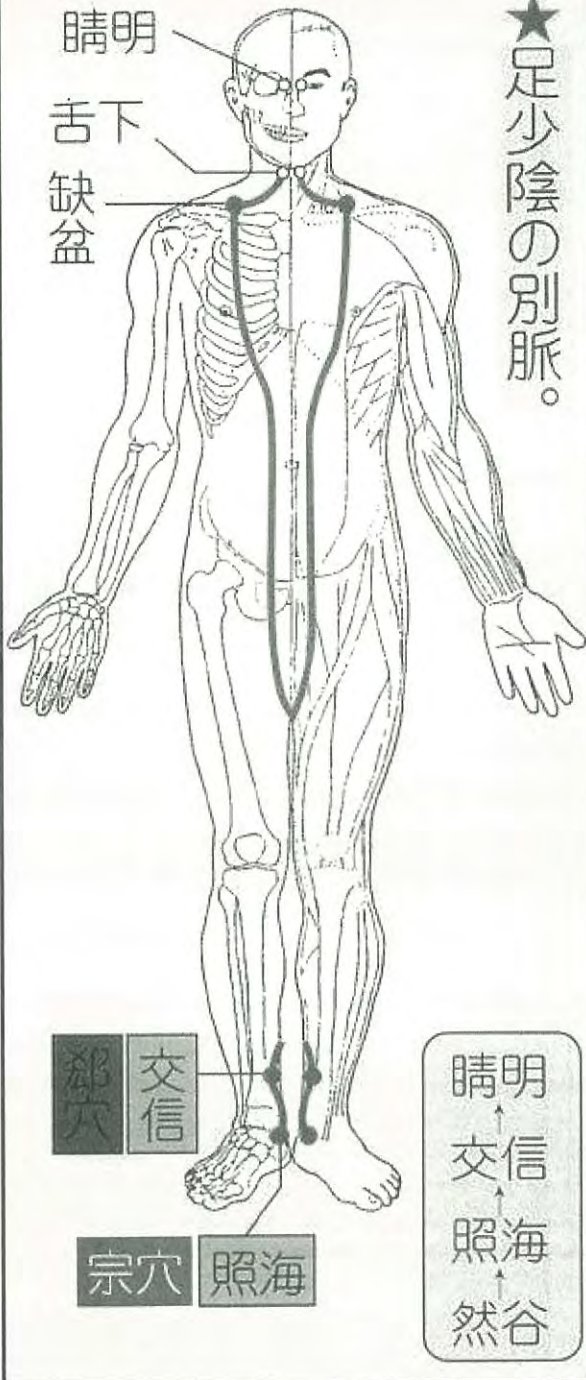
LU-K1 (garganta/ tórax, pulmão)



Conception Vessel (CV)

# 陰蹻脈 (照海 → 列欠)

いんきょうみやく



Pulso invertido, ou seja  
Normal: 1° pto + superficial  
陰蹻脈: 1° pto + profundo  
3° ponto mais superficial

sobre meridiano KI

→ “cruzamento”

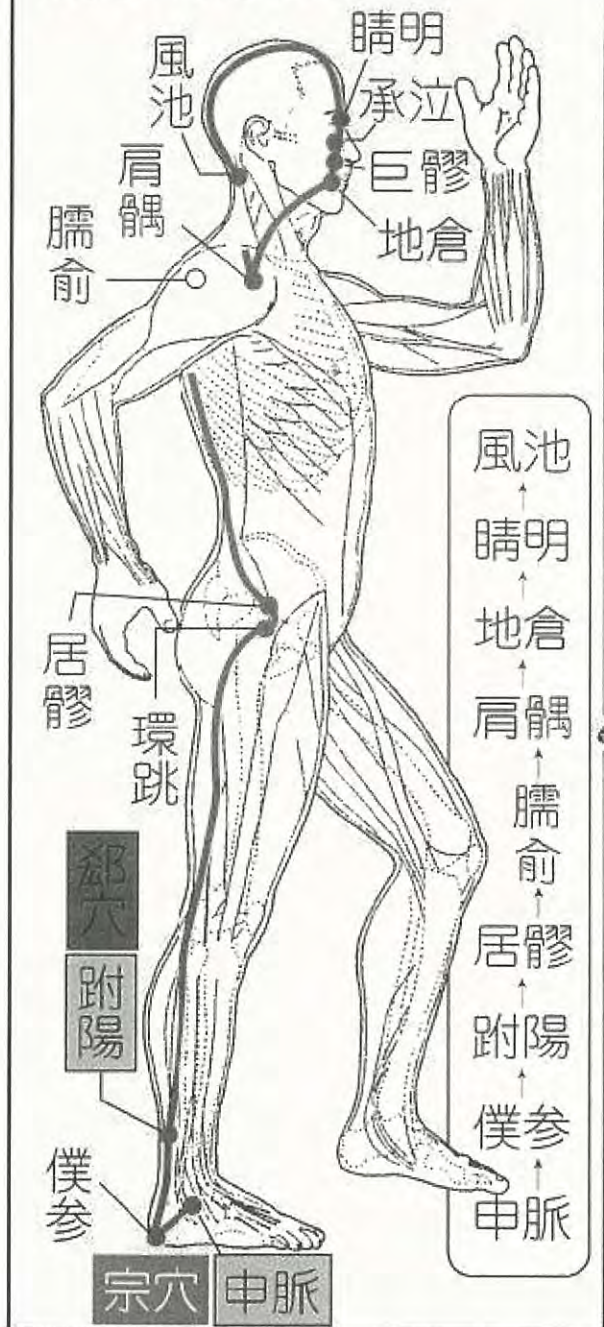
\* Para trat. graves do rins/

Yin Heel Vessel (Yin HV)



# 陽蹻脈 (申脈 → 後溪)

★足太陽の別脈。



ようきょうみやく

BL62-SI3

cervical/ ombro/ canto interno dos olhos e costas.

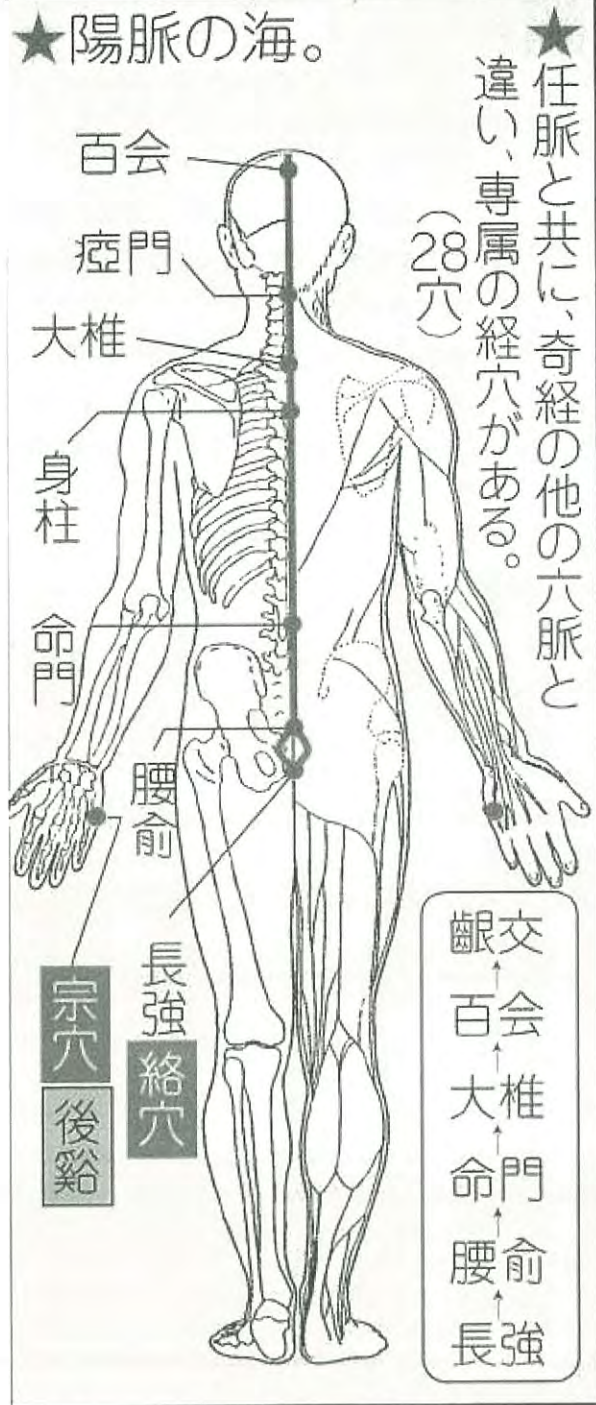
Pulso: similar ao pulso normal, porém acompanhado de dores de pernas, de lombar e abdômen

\* precisa tratar c/ Extra Meridiano

Satake 先生 usou ていしん ouro no BL62 e prata SI3 para melhorar dor de cabeça e tensão da nuca

Yang Heel Vessel (Yang HV)

# 督脈 (後溪 → 申脈)



とくみやく

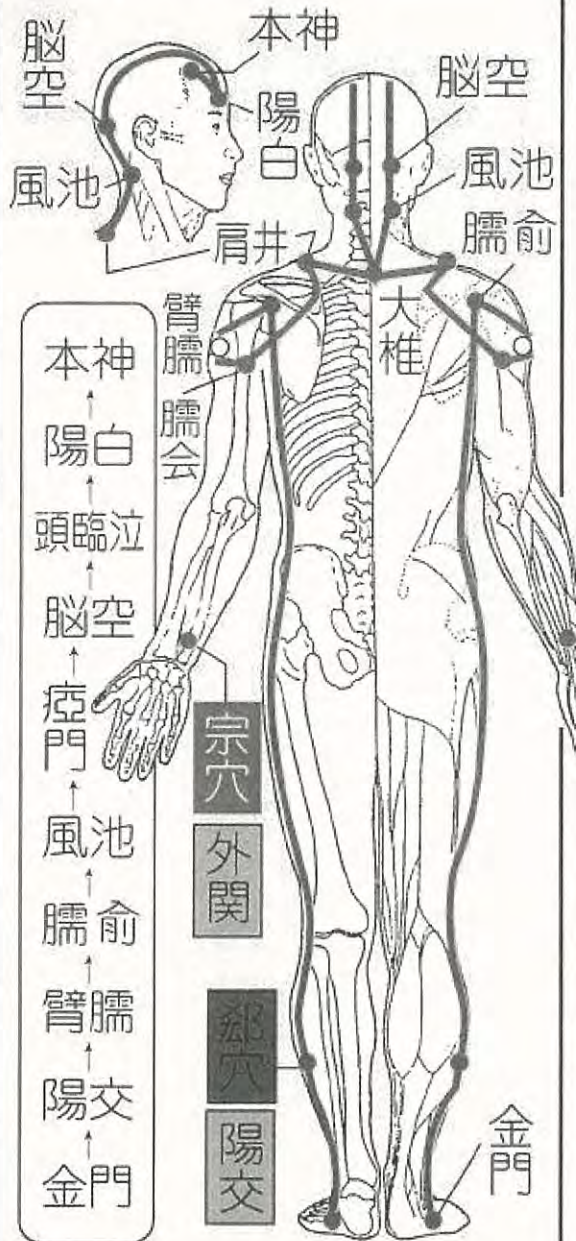
para: epilepsia/ insônia  
cefaleia/ problemas da coluna  
usado p/ dor lombar tbém e ciático.

Governor Vessel (GV)



# 陽維脈 (外関 → 足臨泣)

★諸陽の会。

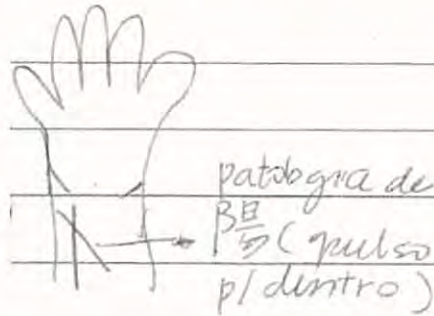


よういみやく  
(problemas do YOO)

TE-GB

BL=GB

Começa do BL e depois muda para GB e volta p/ BL de novo



陽交 (ようこう)

encontro do meridiano do GB + 陽維脈

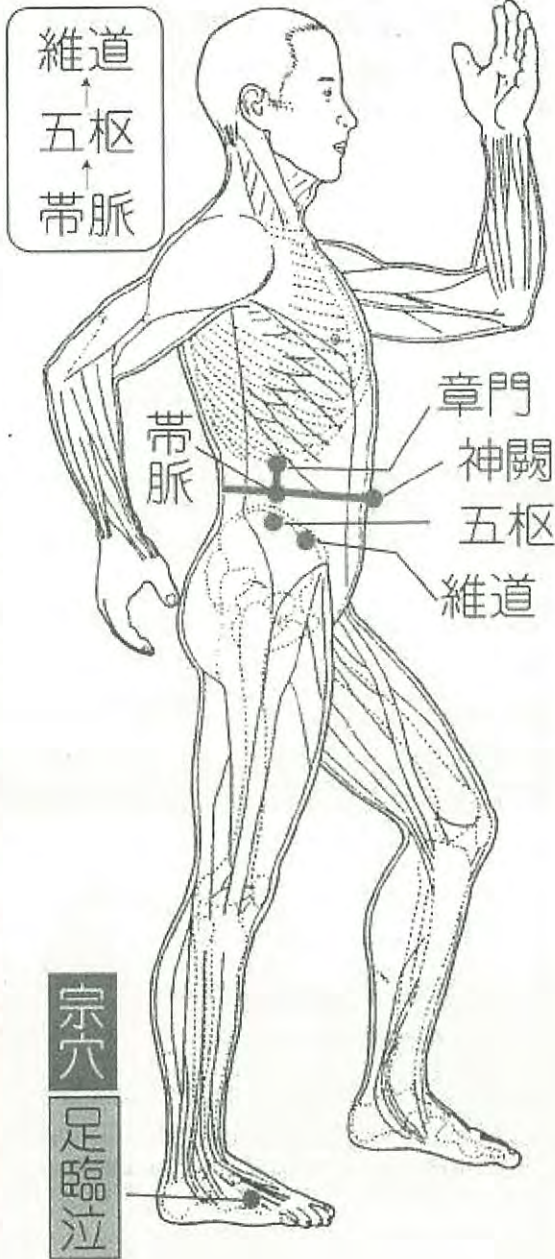
金門 (きんもん) pto de partida  
(assim mto usado p/ enf. de MMII, こし, costas, 肩) → usado tbém p/ diagnóstico

- 川本先生: usa magneto cruzado
- Sakaguti 先生: liga c/ um cordão → vermelho (外関) – preto (風池)

Yang Link Vessel (Yang LV)

# 帯脈 (足臨泣 → 外関)

★身を束し、束帯然の如し。



Belt Vessel (BV)

たいみやく

lombalgia/ problemas do quadril “おび”

para dor/ neuralgias/ artrite de qq lugar

GV-BL-GB-ST

pega todos em meridianos como se fosse um おび



pulso acentuado

aferir depois para ver se houve melhora.

usado para dores fortes! é o q mais tira dor.

Ex: dor de dente, いたみどめ

川本先生



# 経外穴について

## 出典

松浦英世著：和田清吉監修：経外穴 - 経外奇穴と新穴の臨床的生理 - . KATA（関西運動器障害研究会）. 2001

経外奇穴は臨床の中で良く使用される経穴で、従来から「奇穴」とされてきたものと、それ以外に時代的に新しく経外奇穴に加わった「新穴および和田清吉名誉教授の私穴」が含まれている。

図は松浦英世先生の自筆であり、鍼感についても刺鍼した際に得られた貴重な情報を整理したものである。原著には 101 穴があるが、紙面の都合上、特に筆者が臨床で頻用する奇穴 38 穴（頭皮鍼の奇穴は除く）を引用させていただいた。

なお、刺鍼の深さ（刺入深度）については、患者さんの反応を確認しながら鍼を刺入すること。さらに、主治症についてもエビデンスは確認されていないものが多いが、奇穴を用いる目的がある程度理解できるものと考え引用させていただいた。

## 【1】 頭 部

### 1. 四神聡 - ししんそう - (奇穴)

**姿 勢**：仰臥位、表情優しく頭皮の力を抜く。

**取穴部位**：頭頂部、百会穴の前後左右各一寸が基本となるが、頭頂部の反応により、1寸がかなり広がって2寸位になってもかまわない。

**鍼 法**：各穴百会に向けて横刺。  
鍼感は局部に軽くひびく程度。  
決して痛みを残してはいけない。

**灸 法**：灸をすえるときには百会穴を使う。



四神聡穴

## 【2】顔面部

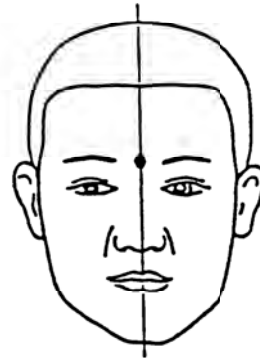
### 2. 印堂 - いんどう - (奇穴)

姿勢：仰臥位、表情優しく眉間のしわをなくす。

取穴部位：前額部、両眉毛内端を結ぶ線の中央、前頭鼻骨縫合の直下。

鍼法：①下方に向けて横刺。  
②やや下方に向けて斜刺。

灸法：あまり使わない。



印堂穴

### 3. 太陽 - たいよう - (奇穴)

姿勢：仰臥位、頭を少し傾けてもよい。

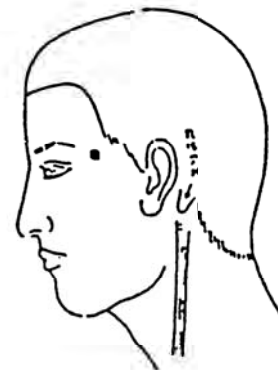
取穴部位：額部、眉毛端外側と外眼角の間後ろ1寸とあるが、やや絲竹空穴による方がよい。  
上太陽と読んでいる。

鍼法：①ほぼ直刺。(眼科疾患のとき)  
②下方へ斜刺。(顔面部疾患、  
歯痛のとき)  
③後方に斜刺。(片頭痛のとき)

灸法：あまり使わない。

主治症：眼科疾患一般(眼精疲労、仮性近視、遠視、色盲、色弱、  
白内障、緑内障等)、顔面部疾患一般(顔面神経麻痺、顔面  
神経痙攣、三叉神経痛)、上歯痛、片頭痛。

備考：抜鍼後の皮下出血に注意する。



太陽穴



#### 4. 鼻 通 -びつう- (新穴)

別 名：上迎香。

姿 勢：仰臥位、頬の力を抜く。

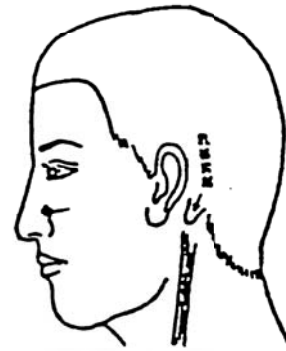
取穴部位：鼻部、鼻骨下の陥凹部の中央、  
鼻唇溝最上端にとる。

鍼 法：内下方に向けて斜刺3～5分。  
鼻粘膜にとどくと鼻内部にひびき、  
くしゃみが出ることもある。

灸 法：使わない。

主治症：アレルギー性鼻炎、鼻茸、副鼻  
腔炎、鼻閉、嗅覚麻痺。

備 考：刺激後鼻血がおこることもある  
ので患者さんに伝えておく。



鼻 通 穴

#### 5. 内 迎 香 -ないげいこう- (新穴)

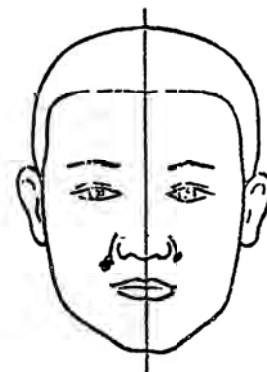
姿 勢：仰臥位、頬の力を抜く。

取穴部位：鼻部、鼻翼の外の陥凹部にとる。

鍼 法：内方に向けて斜刺3～5分。鼻  
粘膜にとどくと鼻内部にひびき、  
くしゃみが出ることもある。

灸 法：ほとんどおこなわない。

主治症：アレルギー性鼻炎、鼻茸、副鼻  
腔炎、鼻閉、三叉神経痛（第2  
枝）。



内迎香穴

#### 6. 散 笑 -さんしょう- (奇穴)

姿 勢：仰臥位、頬の力を抜く。

取穴部位：鼻部、鼻唇溝の中央にとる。

鍼 法：外方に斜刺5～7分。頬全体に、  
ひびく。

灸 法：あまり使わない。

主治症：顔面神経麻痺及び痙攣、三叉神  
経痛（第2枝）



散 笑 穴

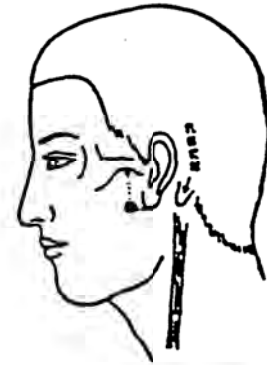
### 7. 牽 正 —けんせい— (奇穴)

別 名：顔面神経刺激点。

姿 勢：仰臥位、顎関節の力を抜く。

取穴部位：頬部、下関穴（胃）直下と耳垂下線の水平線の交わる点。咬筋中にある。

鍼 法：①やや前方に斜刺3～5分。頬部に軽くひびく。（三叉神経への刺激）  
②直刺で5分～1寸。頬に収縮感がある。（顔面神経への刺激）



牽 正 穴

灸 法：あまり使わない

## 【3】 頸 項 部

### 8. 上 天 柱 —じょうてんちゅう— (新穴)

別 名：視区（頭）。

姿 勢：伏臥位、頭を少し前屈させる。

取穴部位：後頭部、天柱穴の上1寸で上項線上にとる。

鍼 法：下法に向けて斜刺。後頭部から項部にひびく。

灸 法：知熱灸または温熱灸。

主 治 症：眼科疾患（近視、色盲、白内障、緑内障など）、項部強直、頭痛、頭重、高血圧症。



上天柱穴



### 9. 上風池—じょうふうち— (新穴)

別 名：平衡区 (頭)。

姿 勢：伏臥位、頭を少し前屈させる。

取穴部位：後頭部、風池穴の上1寸で上項線上にとる。

鍼 法：やや下方に向けて斜刺。  
後頭部から頸部にひびく。

灸 法：知熱灸または温熱灸。

主治症：小脳性眩暈、頭痛、頭重、耳鳴り、難聴、頸の凝り。



上風池穴

### 10. 翳 明—えいめい— (奇穴)

姿 勢：仰臥位、頸を少し傾ける。

取穴部位：側頸部、翳風穴の後ろ1寸、乳様突起後縁にとる。

鍼 法：ほぼ直刺、耳の後ろにひびく。

灸 法：使わない。

主治症：眼精疲労、めまい、耳鳴り。



翳明穴

### 11. 増 音—そうおん— (奇穴)

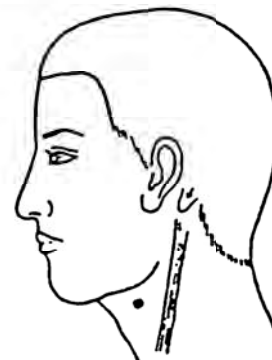
姿 勢：仰臥位、頸の力を抜く。

取穴部位：前頸部、喉頭隆起と下顎角を結ぶ線の中央にとる。(発声時に最も振動がふれるところ)。

鍼 法：喉頭に向けて直刺3～5分。

灸 法：ほとんどおこなわない。

主治症：声帯障害、嗄声。



増音穴

## 12. 安 眠（2）－あんみん－（奇穴）

別 名：鎮静。腦清。

姿 勢：仰臥位、頸を少し傾げる。

取穴部位：側頸部、風池穴と翳明穴との間で、胸鎖乳突筋の後縁にとる。

鍼 法：ほぼ直刺で7分～1寸、後頭部にひびく。

灸 法：あまり使わない。



安 眠 穴

備 考：安眠穴には1、2がある。これは2の方がより効果があり、この方が刺激しやすい。

## 13. 落 枕－らくちん－（奇穴）

姿 勢：仰臥位、頸を少し傾げる。

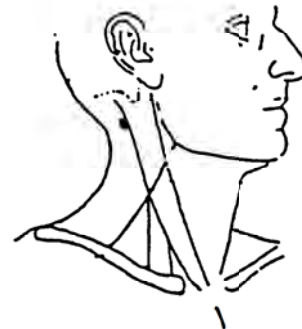
取穴部位：側頸部、乳様突起下端直後にとる。

鍼 法：ほぼ直刺、対側の目に向けて5分～1寸。局所にひびく。

灸 法：使わない。

主 治 症：寝ちがい、上部頸肩腕症候群。

備 考：落枕は手部と耳針にもあるので、頸落枕ともいう。



頸落枕穴

## 14. 頸 中－けいちゅう－（新穴）

姿 勢：仰臥位、頸を少し傾げる。

取穴部位：側頸部、胸鎖乳突筋中央の後縁、外頸静脈との交点の直後にとる。

鍼 法：ほぼ直刺で5分～1寸、側頸部全体にひびく。

灸 法：使わない。

主 治 症：頸の凝り、斜角筋症候群、中部頸肩腕症候群。



頸 中 穴



## 【4】背腰部

### 15. 百勞 - ひゃくろう -

別名：六椎傍

姿勢：伏臥位又は坐位。頭は正面で顎をひく。

取穴部位：項部、第5頸椎棘突起の外方5分にとる。

鍼法：直刺で5分～1寸。局部全体から、側頸部にひびく。

灸法：温熱灸ですえることがあるが、ほとんどは同椎の督脈上にすえる。

主治症：鼻炎、頸椎椎間板ヘルニア、項部のこり、痛み、高血圧症、上肢神経根症状。



百勞穴

### 16. 治喘 - ちぜん - (奇穴)

別名：喘息穴、定喘、七頸椎傍。

姿勢：伏臥位又は坐位。頭は正面で顎をひく。

取穴部位：肩部、第7頸椎棘突起の傍5分にとる。

鍼法：直刺で5分～1寸。局部より下方または側頸部にひびく。

灸法：温熱灸ですえることもあるから、百勞穴と同様で大椎（督）ですえることが多い。

主治症：咳嗽、気管支炎、喘息、アレルギー疾患、寝ちがい、肩凝り症状。

備考：喘息の者には、大椎穴と左右の治喘穴の3穴をあわせて年壮（年齢の数）すえる。



治喘穴

17. 夾 脊 - きょうせき - (奇穴)

別 名：華佗夾脊、佗脊。

姿 勢：伏臥位。

取穴部位：脊柱部、第1頸椎から第5腰椎  
までの各棘突起の傍ら5分にと  
る。

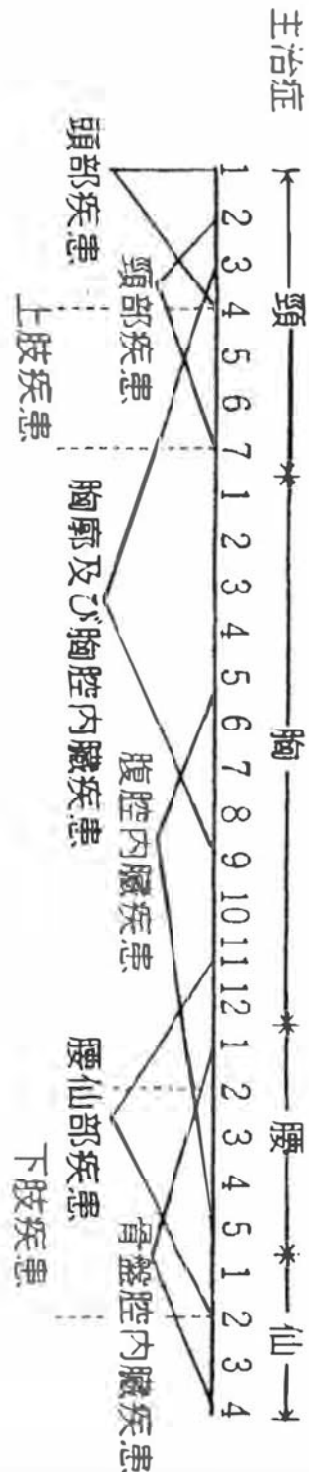
鍼 法：ほぼ直刺で5分～1寸。胸椎部  
では、気胸のおそれがあるので  
浅刺。ひびきは局部全体か上下  
にひびく。

灸 法：同椎下の督脈穴と共に温熱灸を  
する。

主 治 症：①頭部疾患 C 1～4  
②頸部疾患 C 2～7  
③上肢疾患 C 4～7  
④胸腔内臓疾患 C 3～Th 3  
⑤腹腔内臓疾患 Th 6～L 4  
⑥腰仙部疾患 Th 11～S 2  
⑦下肢部疾患 L 2～S 2  
⑧骨盤腔内臓疾患 L 1～S 4

備 考：①第3胸椎（棘突起の）傍ら5  
分に肺熱穴。  
②第4胸椎（棘突起の）傍ら5  
分に胃熱穴。  
③第5胸椎（棘突起の）傍ら5  
分に肝熱穴。  
④第6胸椎（棘突起の）傍ら5  
分に脾熱穴。  
⑤第7胸椎（棘突起の）傍ら5  
分に腎熱穴。  
⑥第2腰椎（棘突起の）傍ら5  
分に腎脊穴がある。

備 考：熱穴の字義は炎症疾患、すなわ  
ち急性症状に効果があるという  
意味である。



### 18. 痞 根 - ひこん - (奇穴)

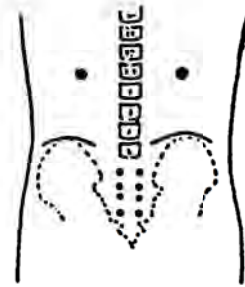
姿 勢：伏臥位

取穴部位：腰部、第1腰椎棘突起の傍ら3寸5分にとる。

鍼 法：直刺またはやや内方に斜刺7分～1寸5分。下腹または臀部から下肢にひびく。

灸 法：温熱灸または高熱灸。

主治症：胃下垂症、肝腫大、脾腫、腎炎、腎臓結石、尿路結石、側弯症。



痞 根 穴

### 19. 血 府 - けっぷ - (奇穴)

別 名：血風、積聚痞塊。

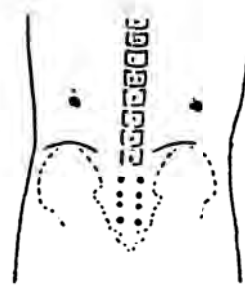
姿 勢：伏臥位

取穴部位：腰部、第2腰椎棘突起の傍ら4寸にとる。

鍼 法：直刺または内方に斜刺、1寸～1寸5分。下方または下腹部にひびく。

灸 法：高熱灸。

主治症：無月経、卵巣囊腫など婦人科疾患一般、遺精、肝腫大、脾腫、貧血。



血 府 穴

### 20. 腰 眼 - ようがん - (奇穴)

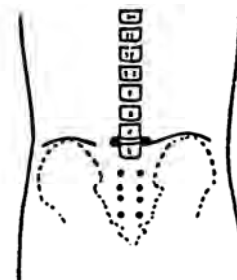
姿 勢：伏臥位。

取穴部位：腰部、第4腰椎棘突起下外側2寸、腰三角陥凹中央にとる。

鍼 法：内下方ほぼ直刺、7分～1寸2分。深部にひびく。

灸 法：温熱灸。

主治症：急性腰痛症、腰椎椎間板ヘルニア、腰椎すべり症状。



腰 眼 穴



## 21. 上 仙 -じょうせん- (奇穴)

別 名：十七椎下。

姿 勢：伏臥位。

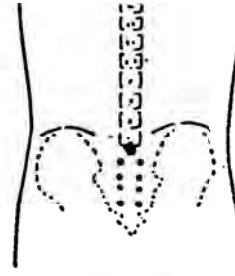
取穴部位：腰部、第5腰椎棘突起と仙骨の間にとる。

鍼 法：直刺または皮内針。

灸 法：温熱灸。

主治症：急性腰痛症、男女生殖器疾患一般、無痛分娩穴の一穴、夜尿症。

備 考：腰眼穴と同じ目的で、椎間板ヘルニアや分離すべり症などの局所刺激として使用されるが、刺激が残り易いので強刺激はしてはいけない。



上 仙 穴

## 22. 腰 根 -ようこん- (新穴)

別 名：小野寺氏臀部圧痛点。

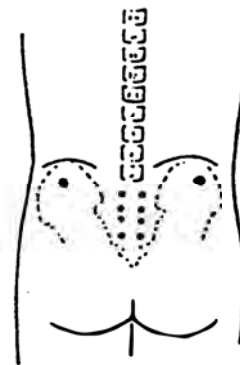
姿 勢：伏臥位。

取穴部位：腸骨稜上縁の下2寸にとる。

鍼 法：やや下方に斜刺7分～1寸2分。  
鍼感は殿部全体にひびく。

灸 法：あまり使わない。

主治症：慢性腰痛、胃、十二指腸潰瘍、  
肝・胆・脾臓疾患。



腰 根 穴

### 23. 大坐骨孔点 -だいざこつこうてん- (新穴)

姿 勢：伏臥位。

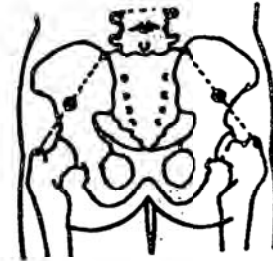
取穴部位：殿部、上後腸骨棘と大転子の結んだ線の中央下にとる。

鍼 法：内方にほぼ直刺7分～1寸2分、局部から坐骨神経に沿ってひびく。

灸 法：温灸や灸頭鍼は使う事はあっても直灸をすえることは少ない。

主治症：坐骨神経痛、梨状筋症候群、間欠性跛行症、下肢の浮腫、股関節障害。

備考：この部に刺入するとほぼ梨状筋上部に達する。梨状筋の上孔には殿部から下肢へ血管が通るため、殿・下肢部の疾患に多く用いられる。



大坐骨孔点

### 24. 小坐骨孔点 -しょうざこつこうてん- (新穴)

姿 勢：伏臥位。

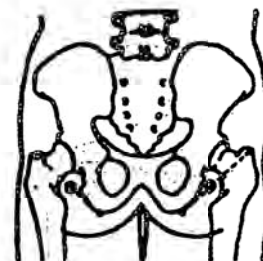
取穴部位：殿部、坐骨結節と大転子の結んだ線の中央下にとる。

鍼 法：内方にほぼ直刺7分～1寸2分、局部から坐骨神経に沿ってひびく。

灸 法：温灸や灸頭鍼は使う事はあっても直灸をすえることは少ない。

主治症：坐骨神経痛、梨状筋症候群、間欠性跛行症、下肢の浮腫、股関節障害。

備考：この部に刺入するとほぼ梨状筋下部に達する。梨状筋の下孔には坐骨神経が通るため、下肢疾患に多く用いられる。



小坐骨孔点

## 【5】上 肢

### 25. 肩内陵—けんないりょう— (奇穴)

別 名：肩前穴

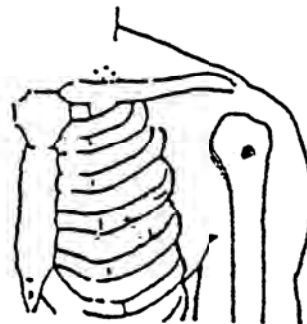
姿 勢：仰臥位又は坐位。

取穴部位：肩関節前面部、肩髃穴と腋窩横紋前端の中央、結節間溝中にとる。

鍼 法：下方に斜刺5分～1寸、肩部全体にひびく。(だるさが残るのできつくひびかさない)

灸 法：温熱灸。

主治症：肩関節痛、上腕二頭筋長頭腱炎。



肩内陵穴

### 26. 沢 上—たくじょう— (新穴)

姿 勢：仰臥位、前腕伸展位で取穴。

取穴部位：上腕骨前面下部、尺沢穴の上1寸5分で上腕筋上にとる。

鍼 法：直刺、5分～1寸。上腕部に軽くひびく。

灸 法：使わない。

主治症：膝関節痛、肩関節部、膝関節内側痛、上腕痛。



沢上穴



## 27. 腰 腿 点—ようたいてん— (手鍼法)

別 名：腰痛点。

姿 勢：仰臥位、手を季肋部に置く。

取穴部位：手背部

- ①手背部第2、第3中手骨底の間。
- ②手背部第4、第5中手骨底の間。

鍼 法：大陵穴に向けて斜刺、3～5分。  
手背部にひびくが、痛みが残りやすいので注意。

灸 法：ほとんど使わない。

主 治 症：急性の筋々膜性腰痛症（ギックリ腰）。

備 考：手鍼法の代表とされる経穴。



腰 腿 点

## 28. 手 落 枕—てらくちん— (手鍼法)

姿 勢：仰臥位、手を季肋部に置く。

取穴部位：手背部、第2中手骨頸部の尺側骨際にとる。

鍼 法：大陵穴（心包）に向けて斜刺、5～7分。局部に軽くひびく。

灸 法：ほとんど使わない。

主 治 症：寝ちがい、頸部のこり。

備 考：落枕穴は、耳鍼法にもあるので手落枕とした。



手落枕穴

## 【6】下 肢 部

### 29. 上 風 市 - じょうふうし - (新穴)

姿 勢：仰臥位。

取穴部位：大腿外側部、風市穴の上3寸。

鍼 法：ほぼ直刺で5～7分、刺激が残りやすいの注意。

灸 法：温熱灸。

主 治 症：腰痛、股関節痛、下肢倦怠、弾発股（バネ股）。

備 考：大腿筋膜張筋・中殿筋と腸脛靭帯の移行部。



### 30. 寒 風 - かんぷ - (奇穴)

別 名：上陽関（じょうようかん）

姿 勢：仰臥位。

取穴部位：大腿外側部、梁丘穴の外側で胆経（腸脛靭帯）上を取る。

鍼 法：上方に刺激、5分～1寸。大腿外側部に軽くひびく。

灸 法：温熱灸または高熱灸。

主 治 症：腸脛靭帯炎、膝外側痛、下肢のだるみ、下肢（膝部）の冷え症。



寒 風 穴

### 31. 鶴 頂 - かくちょう - (奇穴)

姿 勢：仰臥位、膝の下に枕をしき、少し屈曲させる。

取穴部位：膝蓋骨中央、大腿四頭筋腱の附着部。

鍼 法：スキン鍼法。

灸 法：温熱灸または瀉法灸（膝を深く屈して施灸する）。

主 治 症：膝関節腫痛、大腿四頭筋腱炎。



鶴 頂 穴

### 32. 膝 眼 - しつがん - (奇穴)

姿 勢：仰臥位、膝の下に枕をしき、少し屈曲させる。

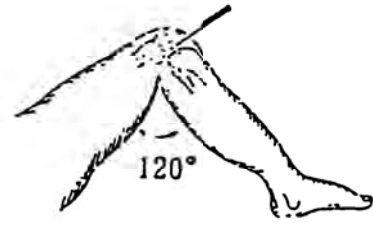
取穴部位：膝蓋部、膝蓋骨下部の両側陥凹部。

鍼 法：上内方に斜刺5～7分。膝蓋骨の裏面に刺入。膝深部にひびく。

灸 法：温熱灸または高熱灸。

主 治 症：膝関節炎、変形性膝関節症、膝部の腫痛。

備 考：感染症を引き起こす可能性があるため深刺に注意する。



膝 眼 穴

### 33. 蘭 尾 - らんび - (新穴)

別 名：足の蘭尾。

姿 勢：仰臥位。

取穴部位：下腿前面部、足三里穴の下約2寸。脛骨の際でとる。

鍼 法：直刺で7分～1寸。局部にひびき、さらに上方にひびくこともある。

灸 法：高熱灸。

主 治 症：虫垂炎を主に下腹部痛。

備 考：胃経の郄として使うことが多い。



蘭 尾 穴

### 34. 条 山 - じょうざん - (新穴)

別 名：条口穴。

姿 勢：仰臥位。

取穴部位：下腿前面部、足三里穴の下5寸、前脛骨筋上取る。

鍼 法：承山穴に向けて直刺、5分～1寸。

灸 法：温熱灸だがあまり使わない。

主 治 症：肩凝り症の特効穴、すねの痛み、コンパートメント症候群。



条 山 穴



### 35. 陵 下 - りょうか - (奇穴)

別 名：右側を胆のう点、左側を膝点。

姿 勢：仰臥位。

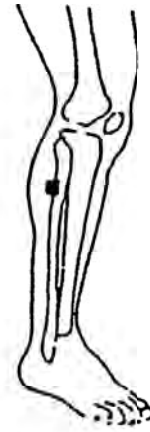
取穴部位：下腿外側部、陽陵泉の下1寸5分。

鍼 法：陰陵泉に向けて5分～1寸。腓骨より前に刺入する。鍼感は足背にひびく。

灸 法：あまり使わない、灸刺激には陽陵泉穴を使う。

主 治 症：肝臓疾患一般、胆のう疾患一般、腓臓炎、五十肩、肩こり、疲れ目、片頭痛。

備 考：鍼刺激では、陽陵泉より使いやすい。



陵 下 穴

### 36. 女 膝 - じょしつ - (奇穴)

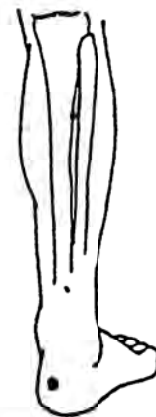
姿 勢：伏臥位。

取穴部位：足踵部後中央、赤白の肌目。

鍼 法：上方に斜刺、5～7分。刺激が残りやすいので注意する。

灸 法：温熱灸。

主 治 症：アキレス腱炎、足部冷感、腎・膀胱疾患。



女 膝 穴

### 37. 失 眠 - しつみん - (奇穴)

姿 勢：伏臥位。

取穴部位：足底部、踵骨突起の中央。

鍼 法：前方に斜刺5～7分。刺激が残りやすいので注意する。

灸 法：はじめ熱ければ熱くなるまで、はじめ熱くなければ熱くなるまで。

主 治 症：不眠症、足部冷感、足底筋膜炎、腎・膀胱疾患。



失 眠 穴

### 38. 裏内庭—うらないてい—(奇穴)

姿 勢：伏臥位。

取穴部位：足底部、第2基節骨中央。

鍼 法：使わない。

灸 法：はじめ熱ければ熱くなくなるまで、はじめ熱くなければ熱くなるまで。

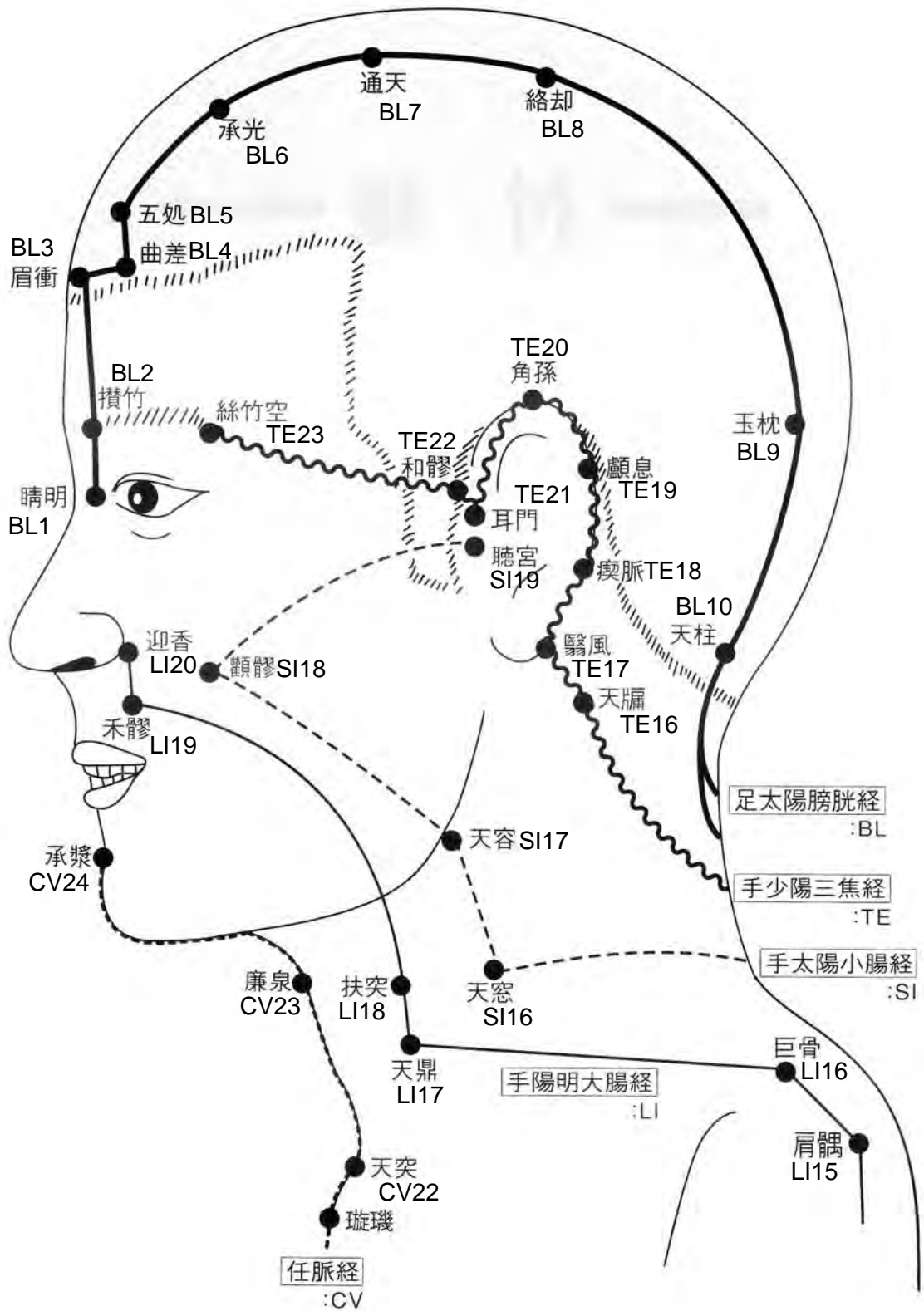
主治症：食あたり、水あたり、食中毒。

備考：食毒穴の代表穴



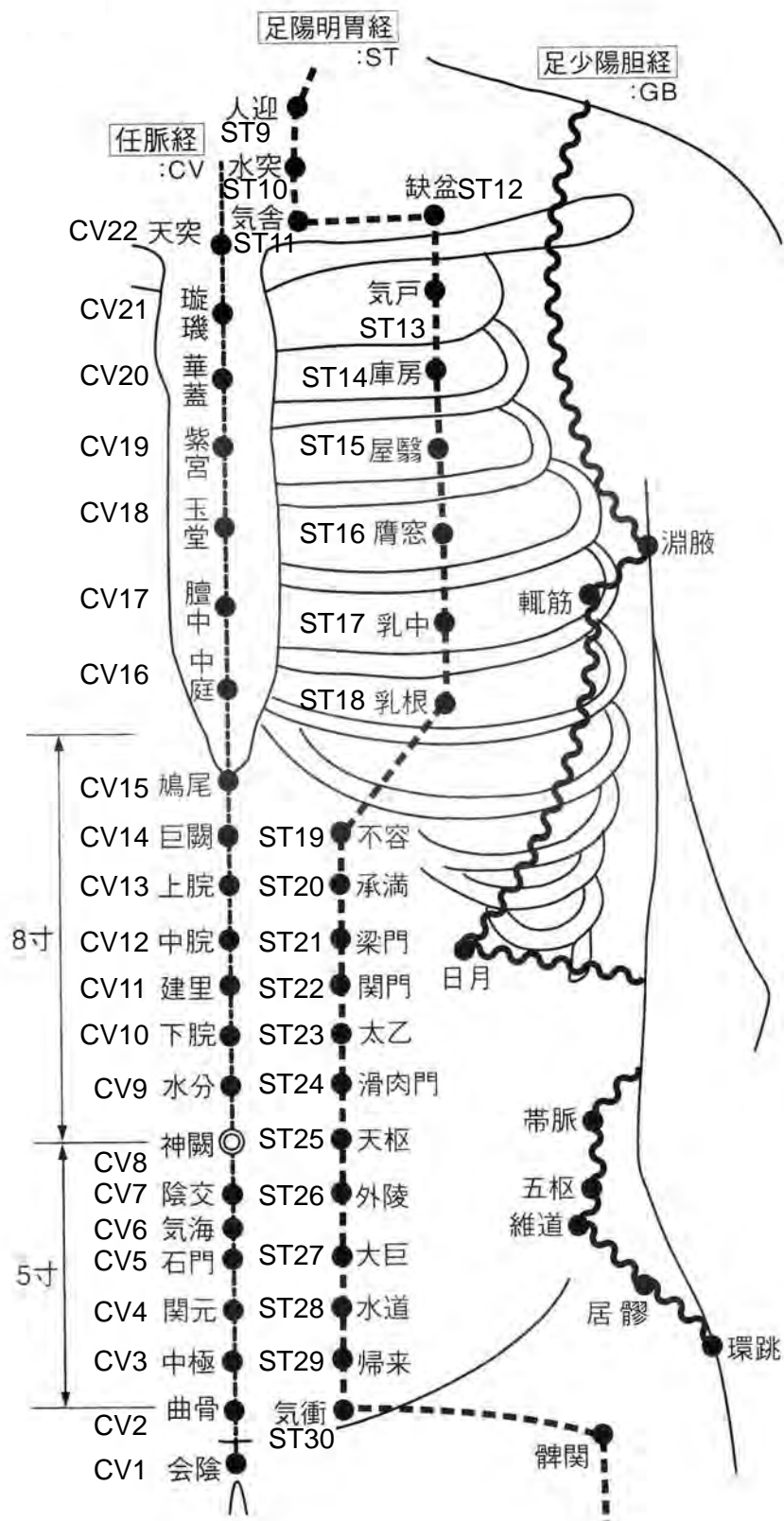
裏内庭穴

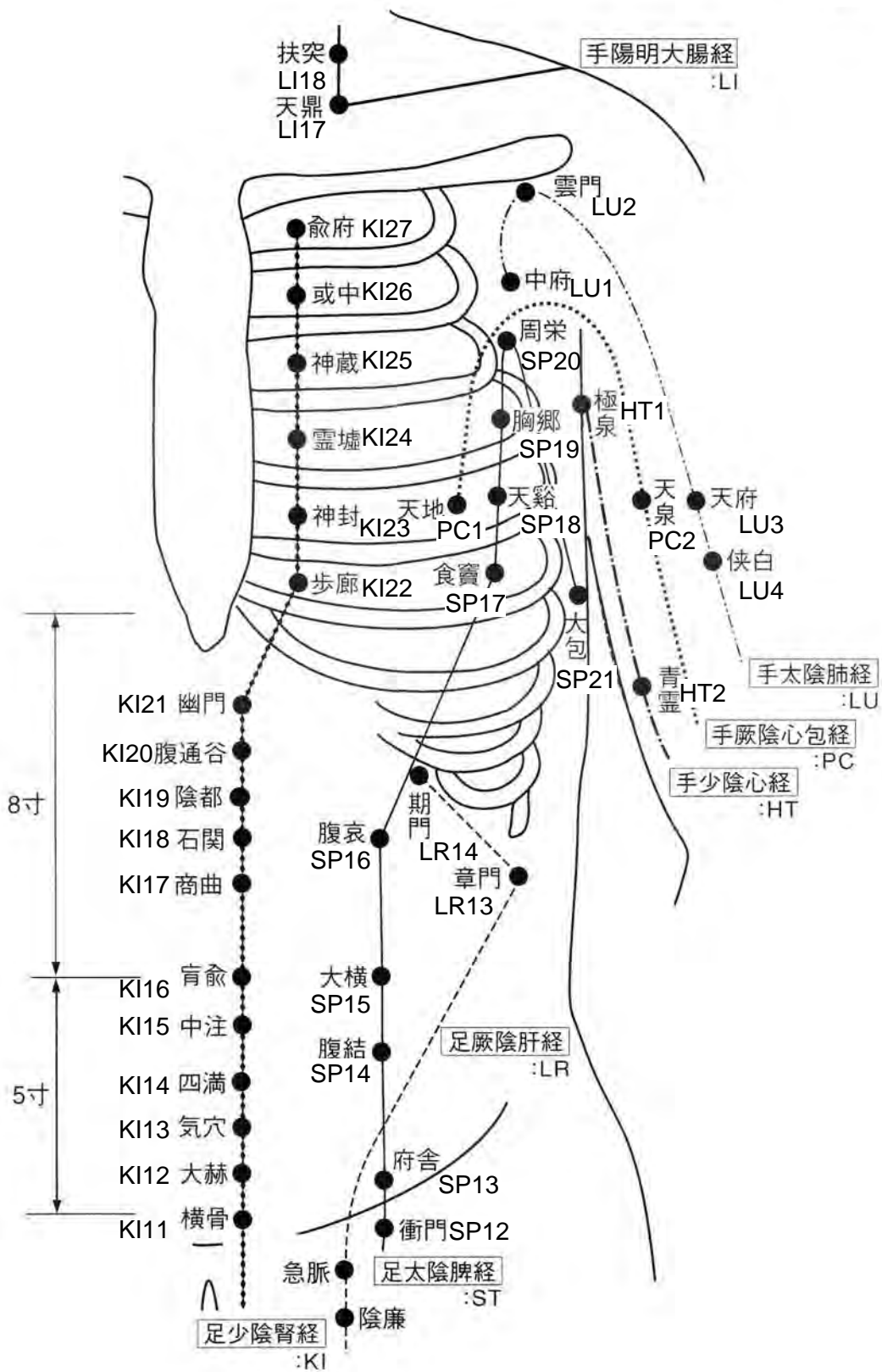
全身經穴図



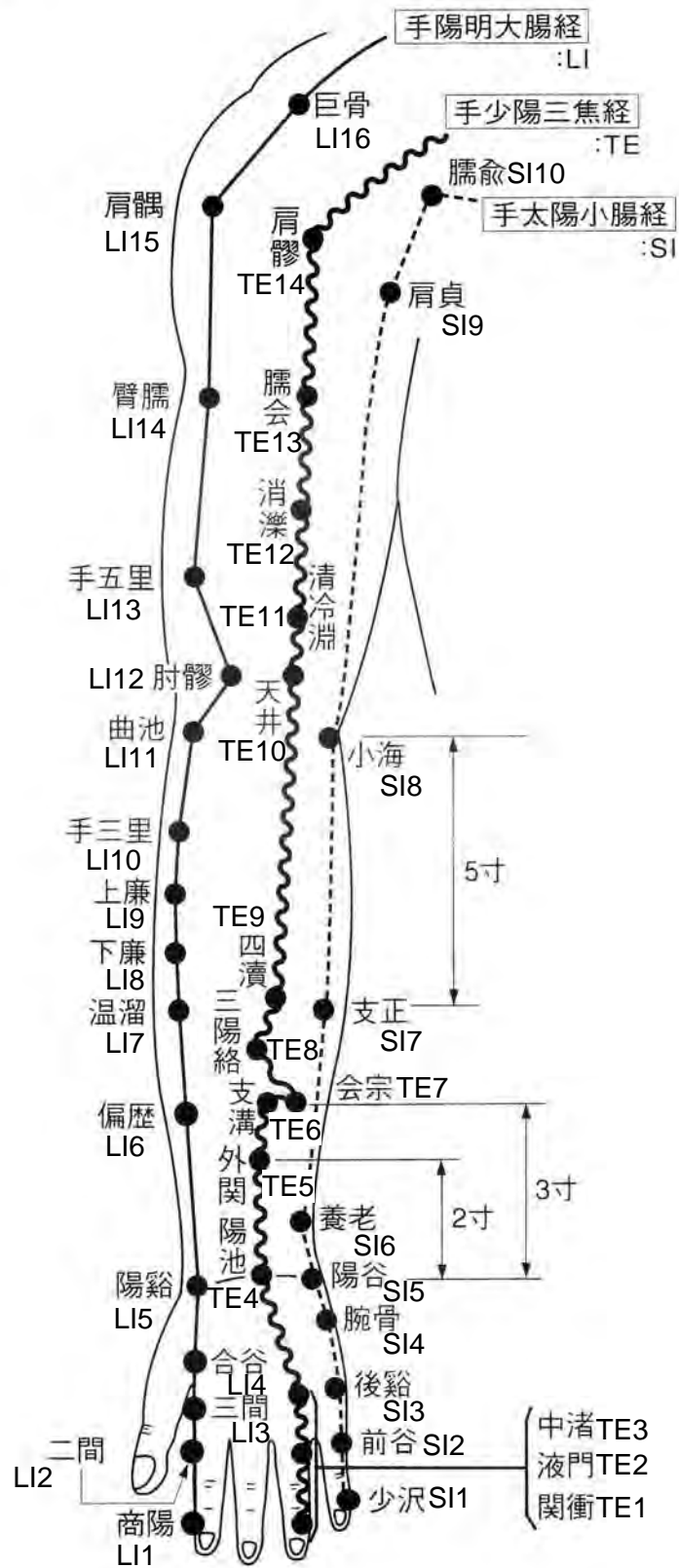


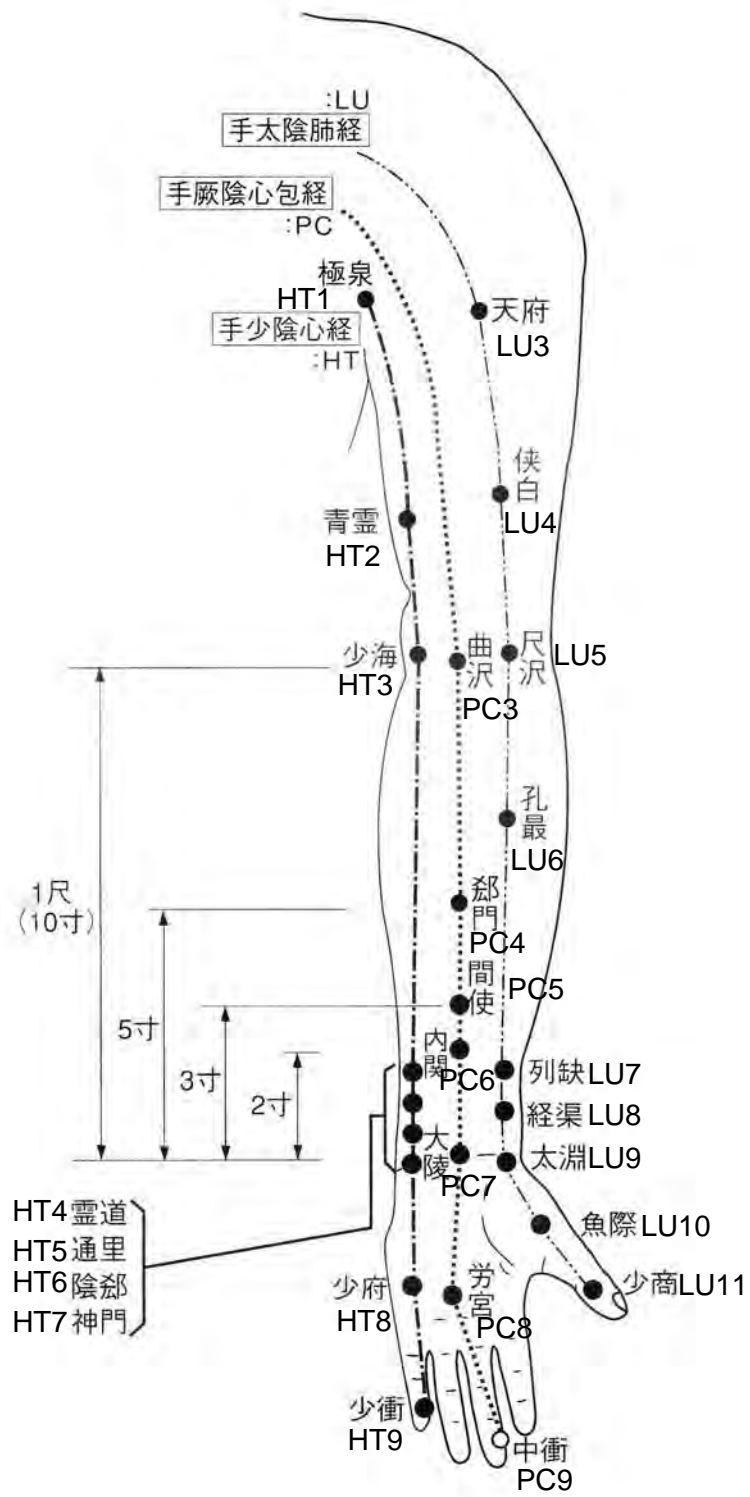


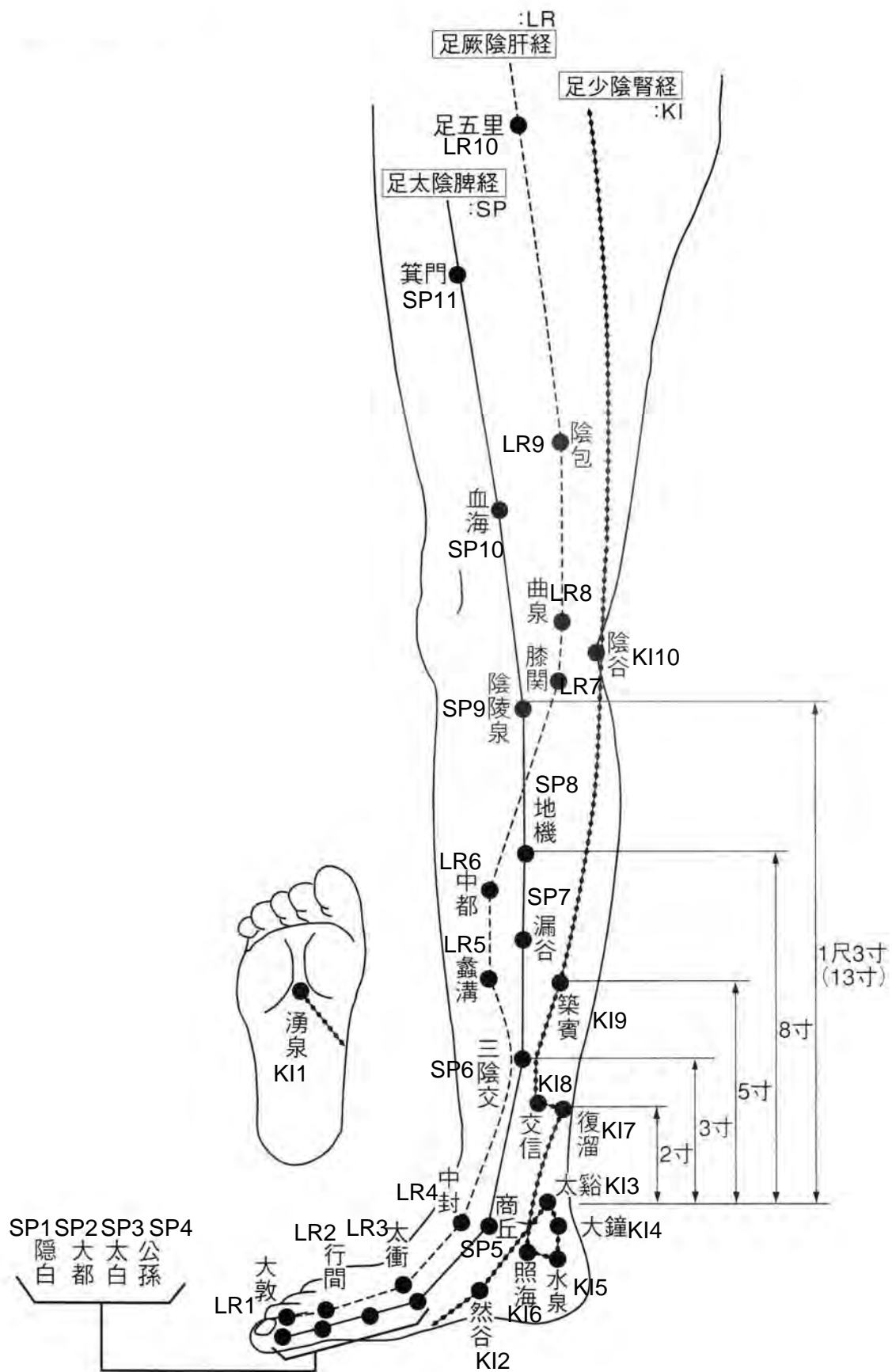




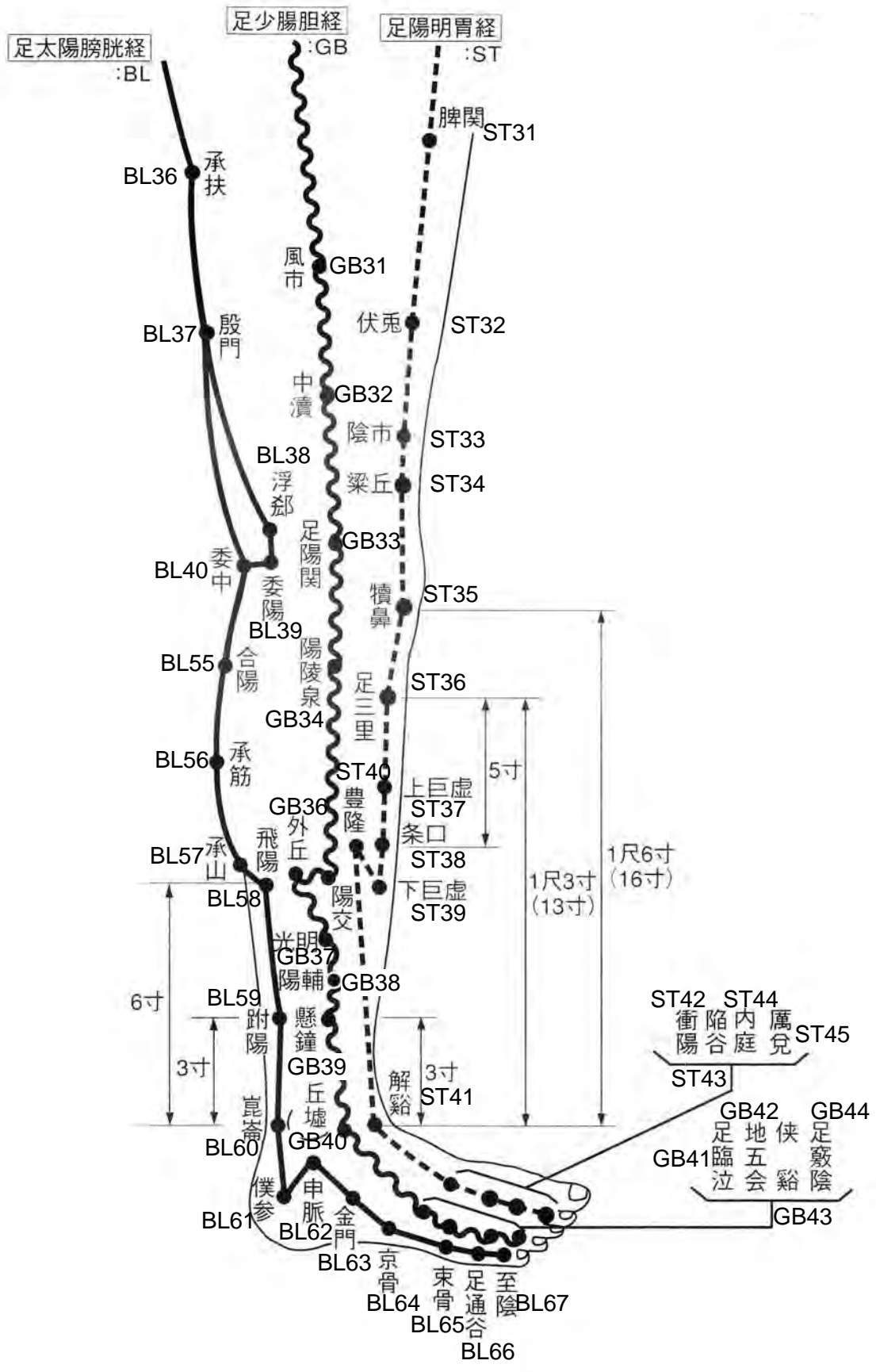


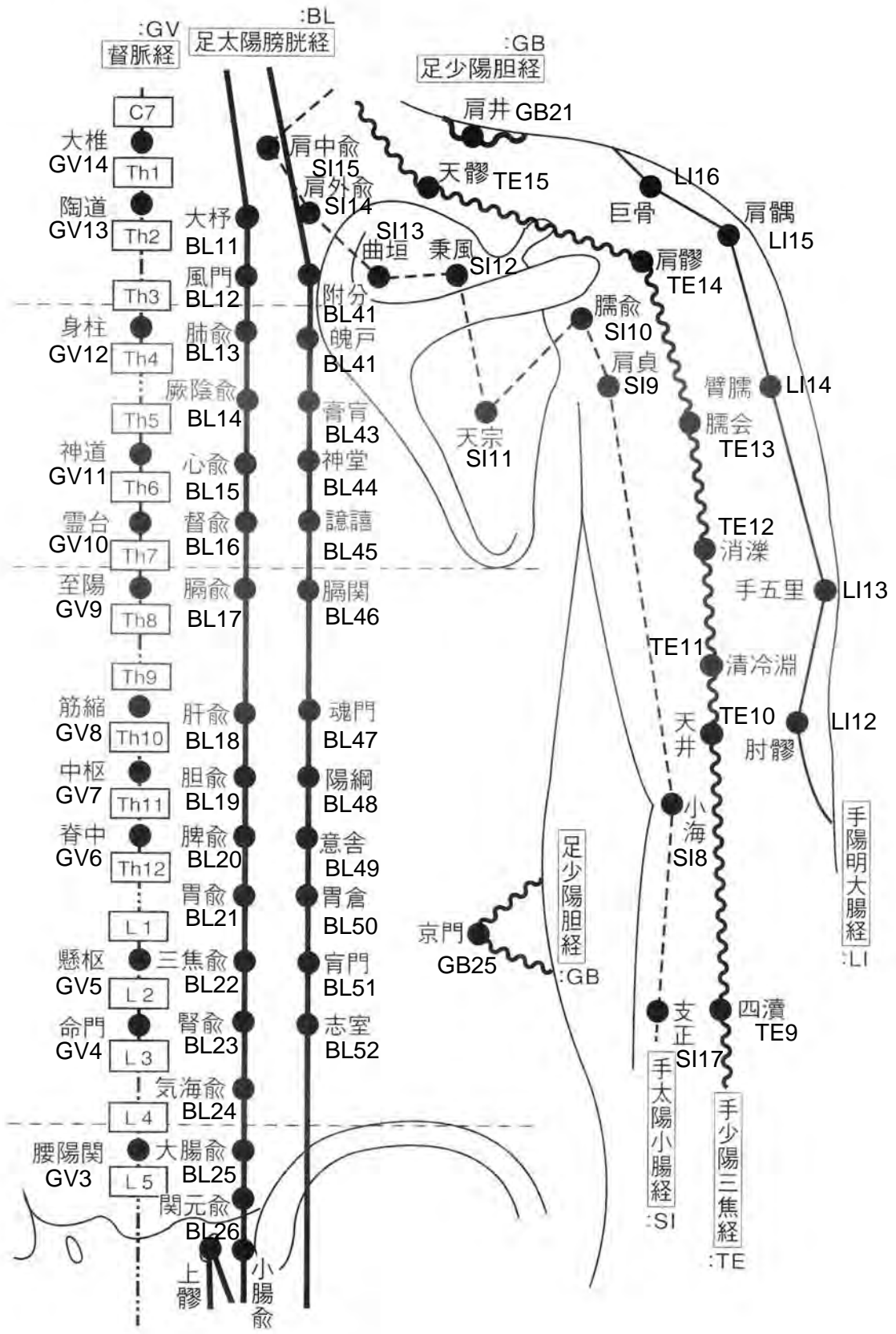


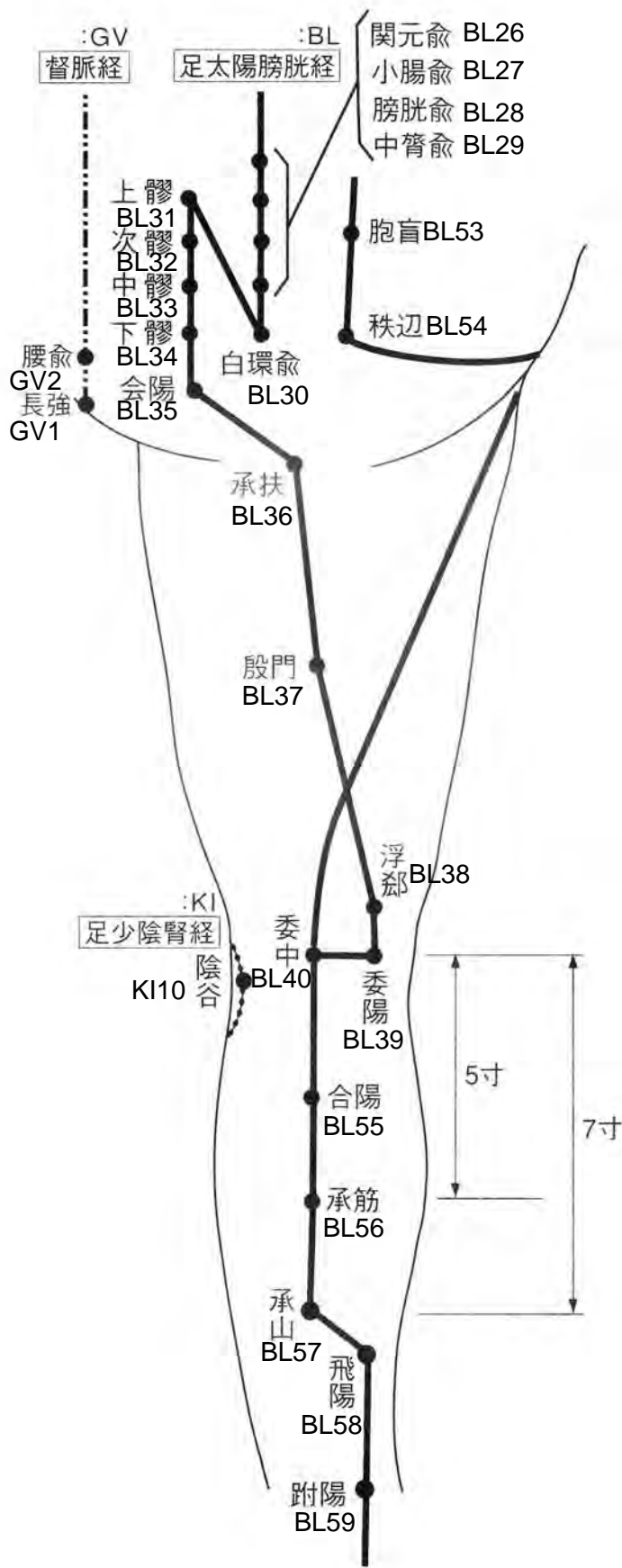




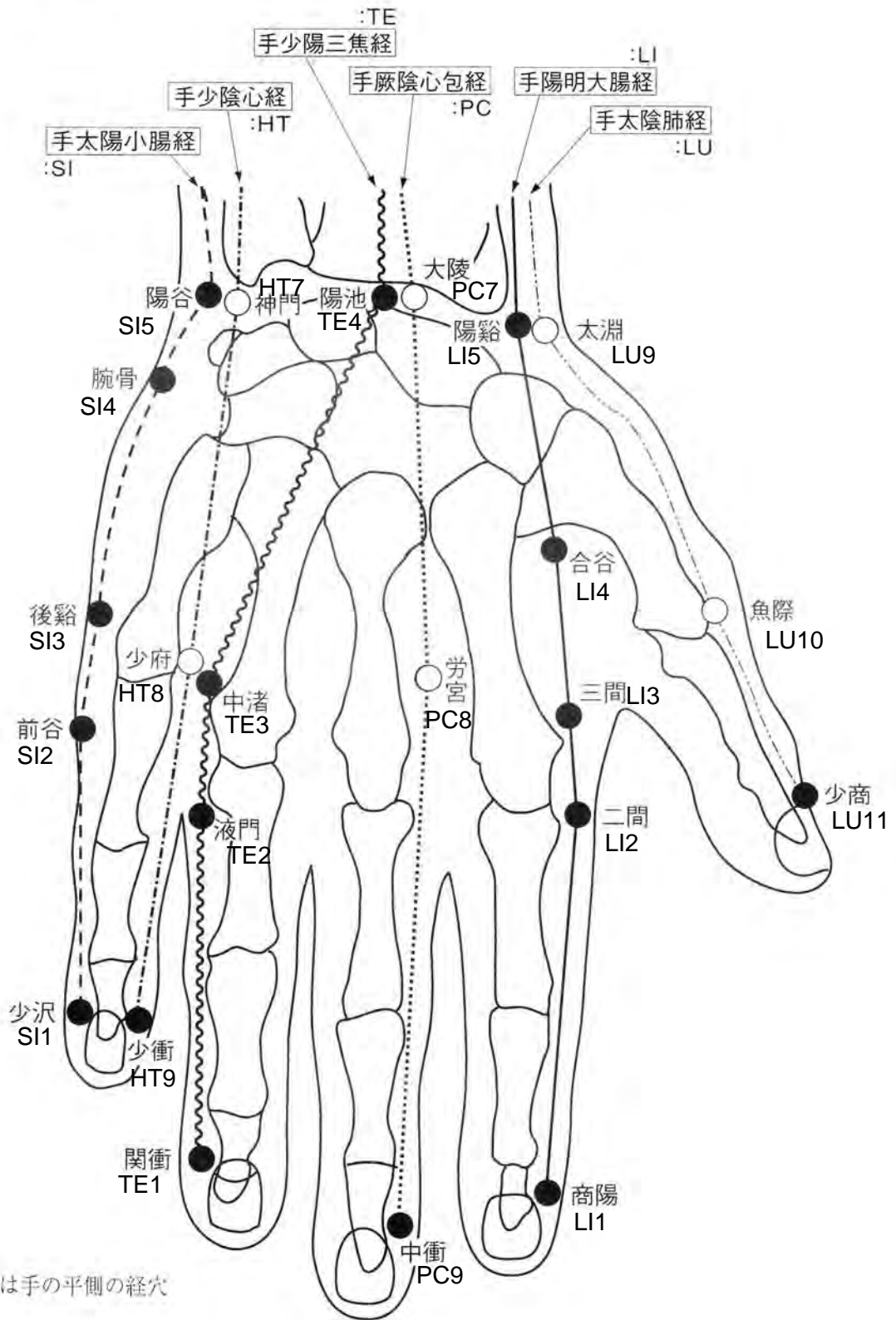


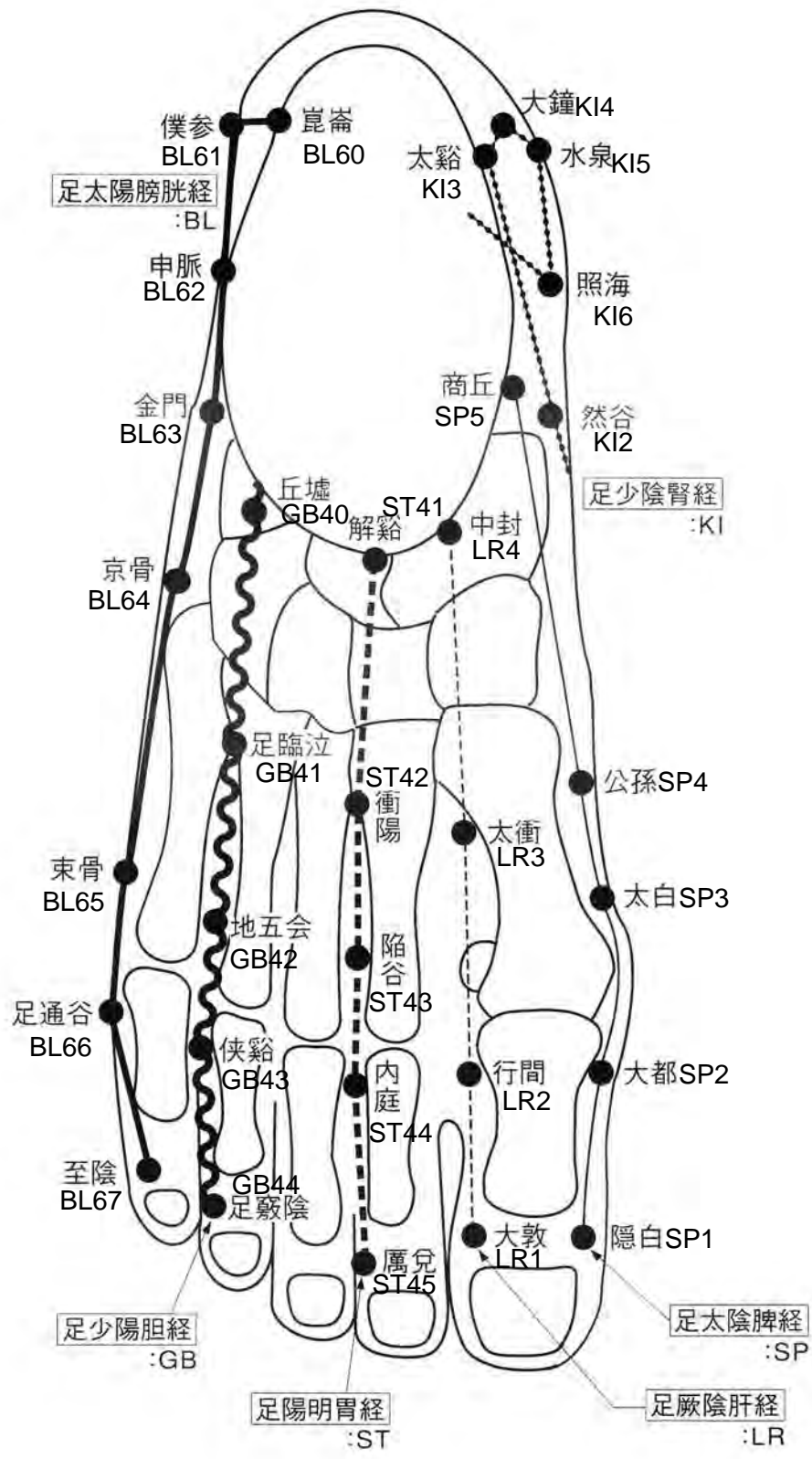


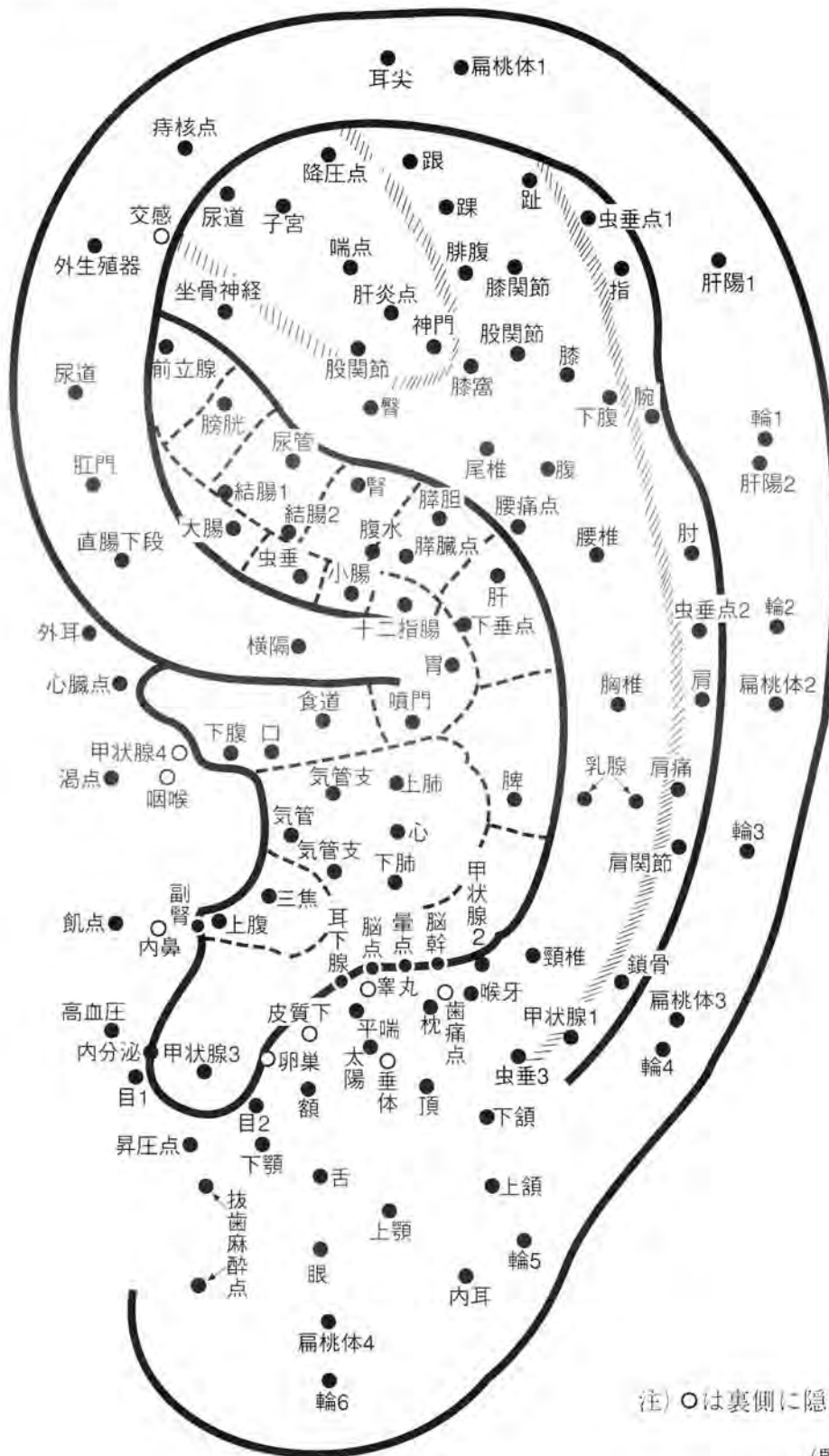












注) ○は裏側に隠れている経穴

(監修：榎田高士)



# 経穴名／取穴法一覧

手太陰肺経 (Lung Meridian : LU)				
経穴名	日本語読み	WHO表記	中国語表記	取穴法
中府	ちゅうふ	LU1	Zhongfu	雲門穴 (鎖骨下窩の中央) の下1寸に取る。
雲門	うんもん	LU2	Yunmen	鎖骨下窩の下際中に入る。
天府	てんぷ	LU3	Tianfu	腋窩横紋の前端より尺沢穴に向かって下ること3寸に取る。
侠白	きょうはく	LU4	Xiabai	腋窩横紋の前端から尺沢穴に向かって下ること4寸に取る。
尺沢	しゃくたく	LU5	Chize	前肘部、肘窩横紋上で上腕二頭筋腱の橈側に入る。
孔最	こうさい	LU6	Kongzui	尺沢穴から太淵穴に向かって下ること3寸、腕橈骨筋中に入る。
列缺	れっけつ	LU7	Lieque	太淵穴から尺沢穴に向かって上ること1寸5分に取る。
経渠	けいきよ	LU8	Jingqu	太淵穴から尺沢穴に向かって上ること1寸、橈骨動脈拍動部に入る。
太淵	たいえん	LU9	Taiyuan	手関節前面横紋の橈側端で橈骨動脈拍動部に入る。
魚際	ぎょさい	LU10	Yuji	第1中手骨橈側中央で、表裏の境目に入る。
少商	しょうしょう	LU11	Shaoshang	母指橈側爪甲根部、爪甲の角を去ること1分に取る。
手陽明大腸経 (Large Intestine Meridian : LI)				
経穴名	日本語読み	WHO表記	中国語表記	取穴法
商陽	しょうよう	LI1	Shangyang	示指橈側爪甲根部、爪甲の角を去ること1分に取る。
二間	じかん	LI2	Erjian	第2中手指節関節の前、橈側陥中に入る。
三間	さんかん	LI3	Sanjian	第2中手指節関節の後、橈側陥中に入る。
合谷	ごうこく	LI4	Hegu	手背部で、第1、第2中手骨底間で第2中手骨よりに入る。
陽谿	ようけい	LI5	Yangxi	手関節後面橈側で、長・短母指伸筋腱の間に入る。
偏歴	へんれき	LI6	Pianli	陽谿穴から曲池穴に向かって上ること3寸に取る。
温溜	おんる	LI7	Wenliu	陽谿穴と曲池穴の中央、長・短橈側手根伸筋の間に入る。
下廉	げれん	LI8	Xialian	曲池穴から陽谿穴に向かって下ること4寸、長・短橈側手根伸筋間に入る。
上廉	じょうれん	LI9	Shanglian	曲池穴から陽谿穴に向かって下ること3寸、長・短橈側手根伸筋間に入る。
手三里	てさんり	LI10	Shousanli	曲池穴から陽谿穴に向かって下ること2寸、長・短橈側手根伸筋間に入る。
曲池	きょくち	LI11	Quchi	肘関節を深く屈し、手を胸に当て、肘窩横紋の外端に入る。
肘髎	ちゅうりょう	LI12	Zhouliao	上腕骨外側上顆の直上、上腕三頭筋外縁に入る。
手五里	てごり	LI13	Shouwuli	曲池穴から肩髃穴に向かって上ること3寸に取る。
臂臑	ひじゅ	LI14	Binao	肩髃穴から曲池穴に向かって下ること3寸、三角筋の前縁に入る。
肩髃	けんぐう	LI15	Jianyu	上腕を水平に挙げて、肩関節部に現れる二つの凹窩のうち前の凹みに取る。
巨骨	ここつ	LI16	Jugu	肩関節部、鎖骨外端と肩甲棘の間に入る。
天鼎	てんてい	LI17	Tianding	側頸部、扶突穴の下1寸、胸鎖乳突筋後縁に入る。
扶突	ふとつ	LI18	Futu	喉頭隆起の外方3寸、胸鎖乳突筋中に入る。
禾髎	かりょう	LI19	Kouheliao	鼻孔の直下、水溝穴の外方5分に取る。
迎香	げいこう	LI20	Yingxiang	鼻翼の外方5分、鼻唇溝中に入る。
足陽明胃経 (Stomack Meridian : ST)				
経穴名	日本語読み	WHO表記	中国語表記	取穴法
承泣	しょうきゅう	ST1	Chengqi	瞳孔の直下7分、眼窩下縁、眼輪筋中に入る。
四白	しはく	ST2	Sibai	瞳孔の直下1寸、眼窩下孔部に入る。
巨髎	こりょう	ST3	Juliao	鼻翼下縁の外方8分、瞳孔線上に入る。
地倉	ちそう	ST4	Dicang	口角の外方4分に取る。
大迎	だいげい	ST5	Daying	耳下腺咬筋部、下顎角の前1寸3分、顔面動脈拍動部に入る。
頬車	きょうしゃ	ST6	Jiache	耳下腺咬筋部、下顎角と耳垂下端の間、陥凹部に入る。
下関	げかん	ST7	Xiaguan	頬骨部、頬骨弓中央の下際陥中に入る。
頭維	ずい	ST8	Touwei	側頭前部、額角髮際をよすこと5分に取る。
人迎	じんげい	ST9	Renying	喉頭隆起の外方で、総頸動脈拍動部に入る。
水突	すいとつ	ST10	Shuitu	前頸部、人迎穴と気舎穴との中間、胸鎖乳突筋前縁に入る。

氣舎	きしゃ	ST11	Qishe	前頸部下方，小鎖骨上窩の中央に取る。
缺盆	けつぼん	ST12	Quepen	大鎖骨上窩の中央で乳頭線上に取る。
気戸	きこ	ST13	Qihu	鎖骨の下際，乳頭線上に取る。
庫房	こぼう	ST14	Kufang	前胸部，第1肋骨で乳頭線上に取る。
屋翳	おくえい	ST15	Wuyi	前胸部，第2肋骨で乳頭線上に取る。
膺窓	ようそう	ST16	Yingchuang	前胸部，第3肋骨で乳頭線上に取る。
乳中	にゅうちゅう	ST17	Ruzhong	前胸部，第4肋骨で乳頭の中央に取る。
乳根	にゅうこん	ST18	Rugen	前胸部，第5肋骨で乳頭線上に取る。
不容	ふよう	ST19	Burong	下腹部，巨闕穴の外方2寸，第8肋軟骨付着部の下際に取る。
承満	しょうまん	ST20	Chengman	上腹部，腹直筋中，不容穴の下1寸，上臑穴の外方2寸に取る。
梁門	りょうもん	ST21	Liangmen	上腹部，腹直筋中，天枢穴の上4寸，中臑穴の外方2寸に取る。
関門	かんもん	ST22	Guanmen	上腹部，腹直筋中，天枢穴の上3寸，建里穴の外方2寸に取る。
太乙	たいいつ	ST23	Taiyi	上腹部，腹直筋中，天枢穴の上2寸，下臑穴の外方2寸に取る。
滑肉門	かつにくもん	ST24	Huaroumen	臍部，腹直筋中，天枢穴の上1寸，水分穴の外方2寸に取る。
天枢	てんすう	ST25	Tianshu	臍部，腹直筋中，臍（神闕穴）の外方2寸に取る。
外陵	がいりょう	ST26	Wailing	臍部，腹直筋中，天枢穴の下1寸，陰交穴の外方2寸に取る。
大巨	だいこ	ST27	Daju	臍部，腹直筋中，天枢穴の下2寸，石門穴の外方2寸に取る。
水道	すいどう	ST28	Shuidao	恥骨部，天枢穴の下3寸，関元穴の外方2寸に取る。
帰来	きらい	ST29	Guilai	恥骨部，天枢穴の下4寸，中極穴の外方2寸に取る。
気衝	きしょう	ST30	Qichong	恥骨部，恥骨結節上縁外端，曲骨穴の外方2寸に取る。
髀関	ひかん	ST31	Biguan	前大腿部，上前腸骨棘の下方，縫工筋と大腿筋膜張筋の間の陥中に取る。
伏兔	ふくと	ST32	Futu	前大腿部中央，髀関穴と膝蓋骨外側との中央で大腿直筋の外縁に取る。
陰市	いんし	ST33	Yinshi	前大腿部下方，膝蓋骨外側上縁から髀関穴に向かって上ること3寸，大腿直筋の外縁に取る。
梁丘	りょうきゅう	ST34	Liangqiu	前大腿部下方，膝蓋骨外側上縁から髀関穴に向かって上ること2寸に取る。
犢鼻	とくび	ST35	Dubi	膝関節前の外側，膝蓋靭帯の外縁下部に取る。
足三里	あしさんり	ST36	Zusanli	前下腿部上方，脛骨前縁を擦上して指の止まるところの外方陥凹部に取る。
上巨虚	じょうこきよ	ST37	Shangjuxu	前下腿部上方，足三里穴から解谿穴に向かって下ること3寸に取る。
条口	じょうこう	ST38	Tiaokou	前下腿部の約中央，足三里穴から解谿穴に向かって下ること5寸に取る。
下巨虚	げこきよ	ST39	Xiajuxu	足三里穴から解谿穴に向かって下ること6寸に取る。
豊隆	ほうりゅう	ST40	Fenglong	前下腿部の約中央，条口穴の外方1寸，長指伸筋の外縁に取る。
解谿	かいけい	ST41	Jiexi	足関節前面中央，前脛骨筋腱と長指伸筋腱の間，陥中に取る。
衝陽	しょうよう	ST42	Chongyang	足背，第2，第3中足骨後端接合部の前陥中に取る。
陷谷	かんこく	ST43	Xiangu	足背，第2中足指節関節の後，外側に取る。
内庭	ないてい	ST44	Neiting	足背，第2中足指節関節の前，外側に取る。
厲兌	れいだ	ST45	Lidui	足の第2指外側爪甲根部，爪甲の角を去ること1分に取る。

**足太陰脾経 (Spleen Meridian : SP)**

経穴名	日本語読み	WHO表記	中国語表記	取穴法
隠白	いんぱく	SP1	Yinbai	足の第1指内側爪甲根部，爪甲の角を去ること1分に取る。
大都	だいと	SP2	Dadu	第1中足指節関節の前，内側に取る。
太白	たいはく	SP3	Taibai	第1中足指節関節の後，内側に取る。
公孫	こうそん	SP4	Gongsun	第1中足骨底内側に取る（太白穴の後1寸に取る）。
商丘	しょうきゅう	SP5	Shangqiu	足関節部，内果の前下方陥中に取る。
三陰交	さんいんこう	SP6	Sanyinjiao	下腿内側，内果の上3寸，脛骨内側縁の際に取る。
漏谷	ろうこく	SP7	Lougu	下腿内側約中央，内果の上6寸，脛骨内側縁の際に取る。

地機	ちき	SP8	Diji	下腿内側、上約1/3、内果の上8寸、脛骨内側縁の際に取る。
陰陵泉	いんりょうせん	SP9	Yinlingquan	下腿内側、脛骨内側顆の下部内縁、脛骨内側縁を圧上して指の止まるところに取る。
血海	けっかい	SP10	Xuehai	大腿内側の前下部、膝蓋骨上縁内側の上2寸、内側広筋隆起中央に取る。
箕門	きもん	SP11	Jimen	大腿内側約中央、膝蓋骨上縁内側の上8寸、大腿直筋と縫工筋の交わるところに取る。
衝門	しょうもん	SP12	Chongmen	鼠径溝の約中央、曲骨穴の外方4寸、大横穴の下5寸、大腿動脈拍動部に取る。
府舎	ふしゃ	SP13	Fushe	鼠径部、中極穴の外方4寸、衝門穴の上約1寸に取る。
腹結	ふっけつ	SP14	Fujie	側腹部、陰交穴の外方4寸、府舎穴の上3寸に取る。
大横	だいはう	SP15	Daheng	側腹部、臍の外方4寸に取る。
腹哀	ふくあい	SP16	Fuai	側腹部、建里穴の外方4寸、大横穴の上3寸に取る。
食竇	しょくたく	SP17	Shidou	側腹部、第5肋間で、乳頭線の外方2寸に取る。
天谿	てんけい	SP18	Tianxi	側胸部、第4肋間で、乳頭線の外方2寸に取る。
胸郷	きょうきょう	SP19	Xiongxiang	側胸部、第3肋間で、乳頭線の外方2寸に取る。
周榮	しゅうえい	SP20	Zhourong	側胸部、第2肋間で、乳頭線の外方2寸に取る。
大包	だいはう	SP21	Dabao	側胸部、第6肋間で、極泉穴の下6寸、腋窩の直下に取る。
<b>手少陰心経 (Heart Meridian : HT)</b>				
経穴名	日本語読み	WHO表記	中国語表記	取穴法
極泉	きょくせん	HT1	Jiquan	腋窩の中央、動脈拍動部に取る。
青靈	せいれい	HT2	Qingling	上腕内側の下1/3、少海穴から極泉穴に向かって上ること3寸、上腕二頭筋内縁に取る。
少海	しょうかい	HT3	Shaohai	肘窩尺側、上腕骨内側上顆の橈側、肘窩横紋の内端に取る。
靈道	れいどう	HT4	Lingdao	前々腕部の下部尺側、神門穴より少海穴に向かって上ること1寸5分、動脈拍動部に取る。
通里	つうり	HT5	Tongli	前々腕部の下部尺側、神門穴より少海穴に向かって上ること1寸、動脈拍動部に取る。
陰郄	いんげき	HT6	Yinxi	前々腕部の下部尺側、神門穴の上5分、尺側手根屈筋腱の橈側縁に取る。
神門	しんもん	HT7	Shenmen	手関節前面横紋の尺側端、豆状骨の上際に取る。
少府	しょうふ	HT8	Shaofu	手掌部、指を屈し、薬指と小指の先端間が手掌に当たるところに取る。
少衝	しょうしょう	HT9	Shaochong	小指橈側爪甲根部、爪甲の角を去ること1分に取る。
<b>手太陽小腸経 (Small Intestine Meridian : SI)</b>				
経穴名	日本語読み	WHO表記	中国語表記	取穴法
少沢	しょうたく	SI1	Shaoze	小指尺側爪甲根部、爪甲の角を去ること1分に取る。
前谷	ぜんこく	SI2	Qiangu	手拳をつくり、第5中手指節関節の前、尺側に取る。
後谿	こうけい	SI3	Houxi	手拳をつくり、第5中手指節関節の後、尺側に取る。
腕骨	わんこつ	SI4	Wangu	第5中手骨底と三角骨との間、尺側に取る。
陽谷	ようこく	SI5	Yanggu	手関節後面尺側、尺骨茎状突起下の前下際に取る。
養老	ようろう	SI6	Yanglao	手関節部、尺骨茎状突起の隆起中央割れ目に取る。
支正	しせい	SI7	Zhizheng	前腕部尺側約中央、陽谷穴と小海穴の中央に取る。
小海	しょうかい	SI8	Xiaohai	肘部、肘を屈し、上腕骨内側上顆と肘頭との間に取る。
肩貞	けんてい	SI9	Jianzhen	上腕上端、肩関節の背側下部で、肩甲棘外端の下1寸に取る。
臑兪	じゅうゆ	SI10	Naoshu	肩関節背側、肩甲棘外端の下際に取る。
天宗	てんそう	SI11	Tianzong	肩甲部、棘下窩の中央に取る。
秉風	へいふう	SI12	Bingfeng	肩甲部、肩甲棘中央の上際に取る。
曲垣	きょくえん	SI13	Quyuan	肩甲部、肩甲棘内端上際に取る。
肩外兪	けんがいゆ	SI14	Jianwaishu	肩甲上部、肩甲上部、第1、第2胸椎棘突起間の外方3寸に取る。
肩中兪	けんちゅうゆ	SI15	Jianzhongshu	肩甲上部、第7頸椎と第1胸椎棘突起間の外方2寸に取る。
天窓	てんそう	SI16	Tianchuang	側頸部の約中央、喉頭隆起の外方、胸鎖乳突筋の後縁に取る。
天容	てんよう	SI17	Tianrong	下顎後部、下顎角の後方で胸鎖乳突筋の前縁に取る。
顴髎	けんりょう	SI18	Quanliao	頬骨部、頬骨突起の下縁で、外眼角の直下に取る。
聽宮	ちようきゅう	SI19	Tinggong	耳前部、口を軽く開けて、耳珠中央の前陥中に取る。



足太陽膀胱経 (Bladder Meridian : BL)				
経穴名	日本語読み	WHO表記	中国語表記	取穴法
睛明	せいめい	BL1	Jingming	内眼角の内方1分を取る。
攢竹	さんちく	BL2	Zanzhu/Cuanzhu	眉毛内端の陥中に入る。
眉衝	びしょう	BL3	Meichong	眉頭直上の髪際を入れること5分、神庭穴と曲差穴の間に取る。
曲差	きょくさ	BL4	Quchai/Qucha	前頭部、神庭穴の外方1寸5分、前髪際を入れること5分に入る。
五処	ごしょ	BL5	Wuchu	前頭部、上星穴の外方1寸5分、前髪際を入れること1寸に入る。
承光	しょうこう	BL6	Chengguang	頭部、正中線の外方1寸5分、五処穴の後1寸5分に入る。
通天	つうてん	BL7	Tongtian	頭頂部、正中線の外方1寸5分、承光穴の後1寸5分に入る。
絡却	らっきやく	BL8	Luoque	頭部、正中線の外方1寸5分、通天穴の後1寸5分に入る。
玉枕	ぎょくちん	BL9	Yuzhen	頭部、外後頭隆起上際の外方、脳戸穴の外方1寸3分に入る。
天柱	てんちゅう	BL10	Tianzhu	後頭部、項窩の外方、僧帽筋の外縁に入る。
大杼	だいじょ	BL11	Dazhu	肩甲部、第1、第2胸椎棘突起間の外方1寸5分に入る。
風門	ふうもん	BL12	Fengmen	肩甲間部、第2、第3胸椎棘突起間の外方1寸5分に入る。
肺俞	はいゆ	BL13	Feishu	肩甲間部、第3、第4胸椎棘突起間の外方1寸5分に入る。
厥陰俞	けついんゆ	BL14	Jueyinshu	肩甲間部、第4、第5胸椎棘突起間の外方1寸5分に入る。
心俞	しんゆ	BL15	Xinshu	肩甲間部、第5、第6胸椎棘突起間の外方1寸5分に入る。
督俞	とくゆ	BL16	Dushu	肩甲間部、第6、第7胸椎棘突起間の外方1寸5分に入る。
膈俞	かくゆ	BL17	Geshu	肩甲下部、第7、第8胸椎棘突起間の外方1寸5分に入る。
肝俞	かんゆ	BL18	Ganshu	肩甲下部、第9、第10胸椎棘突起間の外方1寸5分に入る。
胆俞	たんゆ	BL19	Danshu	肩甲下部、第10、第11胸椎棘突起間の外方1寸5分に入る。
脾俞	ひゆ	BL20	Pishu	肩甲下部、第11、第12胸椎棘突起間の外方1寸5分に入る。
胃俞	いゆ	BL21	Weishu	腰部、第12胸椎、第1腰椎棘突起間の外方1寸5分に入る。
三焦俞	さんしょうゆ	BL22	Sanjiaoshu	腰部、第1、第2腰椎棘突起間の外方1寸5分に入る。
腎俞	じんゆ	BL23	Shenshu	腰部、第2、第3腰椎棘突起間の外方1寸5分に入る。
気海俞	きかいゆ	BL24	Qihai shu	腰部、第3、第4腰椎棘突起間の外方1寸5分に入る。
大腸俞	だいちょうゆ	BL25	Dachangshu	腰部、第4、第5腰椎棘突起間の外方1寸5分に入る。
関元俞	かんげんゆ	BL26	Guanyuanshu	腰部、第5腰椎棘突起と正中仙骨陵上縁との間の外方1寸5分に入る。
小腸俞	しょうちょうゆ	BL27	Xiaochangshu	仙骨部、正中仙骨陵第1仙椎棘突起部の下の外方1寸5分に入る。
膀胱俞	ぼうこうゆ	BL28	Panguangshu	仙骨部、正中仙骨陵第2仙椎棘突起部の下の外方1寸5分に入る。
中膂俞	ちゅうりょゆ	BL29	Zhonglushu	仙骨部、正中仙骨陵第3仙椎棘突起部の下の外方1寸5分に入る。
白環俞	はっかんゆ	BL30	Baihuanshu	仙骨部、正中仙骨陵第4仙椎棘突起部の下の外方1寸5分に入る。
上髎	じょうりょう	BL31	Shangliao	仙骨部、第1後仙骨孔部に入る。
次髎	じりょう	BL32	Ciliao	仙骨部、第2後仙骨孔部に入る。
中髎	ちゅうりょう	BL33	Zhongliao	仙骨部、第3後仙骨孔部に入る。
下髎	げりょう	BL34	Xialiao	仙骨部、第4後仙骨孔部に入る。
会陽	えよう	BL35	Huiyang	仙骨部、側臥して、尾骨下端の外方5分に入る。
承扶	しょうふ	BL36	Chengfu	後大腿部上端、臀部下縁横紋の中央に入る。
殷門	いんもん	BL37	Yinmen	後大腿部中央、承扶と委中穴の中央に入る。
浮郄	ふげき	BL38	Fuxi	膝窩の外上方、委陽穴の上1寸で、大腿二頭筋の内縁に入る。
委陽	いよう	BL39	Weiyang	膝窩の外端、膝窩横紋の外端、大腿二頭筋の内縁に入る。
委中	いちゅう	BL40	Weizhong	膝窩の中央に入る。
附分	ふぶん	BL41	Fufen	肩甲間部、第2、第3胸椎棘突起間の外方3寸に入る。
魄戶	はっこ	BL42	Pohu	肩甲間部、第3、第4胸椎棘突起間の外方3寸に入る。
膏肓	こうこう	BL43	Gaohuang	肩甲間部、第4、第5胸椎棘突起間の外方3寸に入る。
神堂	しんどう	BL44	Shentang	肩甲間部、第5、第6胸椎棘突起間の外方3寸に入る。
譙譙	いき	BL45	Yixi	肩甲間部、第6、第7胸椎棘突起間の外方3寸に入る。
膈関	かっかん	BL46	Geguan	肩甲下部、第7、第8胸椎棘突起間の外方3寸に入る。
魂門	こんもん	BL47	Hunmen	肩甲下部、第9、第10胸椎棘突起間の外方3寸に入る。
陽綱	ようこう	BL48	Yanggang	肩甲下部、第10、第11胸椎棘突起間の外方3寸に入る。

意舎	いしゃ	BL49	Yishe	肩甲下部, 第11, 第12胸椎棘突起間の外方3寸に取る。
胃倉	いそう	BL50	Weicang	腰部, 第12胸椎, 第1腰椎棘突起間の外方3寸に取る。
盲門	こうもん	BL51	Huangmen	腰部, 第1, 第2腰椎棘突起間の外方3寸に取る。
志室	ししつ	BL52	Zhishi	腰部, 第2, 第3腰椎棘突起間の外方3寸に取る。
胞盲	ほうこう	BL53	Baohuang	臀部, 正中仙骨陵第2仙椎棘突起部の下の外方3寸に取る。
秩辺	ちっぺん	BL54	Zhibian	臀部, 正中仙骨陵第3仙椎棘突起部の下の外方3寸に取る。
合陽	ごうよう	BL55	Heyang	後下腿上部正中, 委中穴の直下3寸に取る。
承筋	しょうきん	BL56	Chengjin	後下腿上部の上約1/3, 委中穴の直下5寸, 腓腹筋の最もふくらんだところ取る。
承山	しょうざん	BL57	Chengshan	後下腿上部正中の約中央, 委中穴の直下7寸, 腓腹筋筋膜の下際に取る。
飛陽	ひよう	BL58	Feiyang	後下腿上部の約中央で外側, 承山穴の外下方1寸に取る。
跗陽	ふよう	BL59	Fuyang	後下腿部の外側下部, 崑崙穴の直上3寸, アキレス腱の外縁に取る。
崑崙	こんろん	BL60	Kunlun	足関節外側後部, 外果とアキレス腱との間に取る。
僕参	ぼくしん	BL61	Pushen/Pucan	足の外果の後下方, 崑崙穴の直下1寸5分に取る。
申脈	しんみゃく	BL62	Shenmai	足関節部, 外果の直下5分に取る。
金門	きんもん	BL63	Jinmen	踵骨と立方骨の関節部, 申脈穴の前下方に取る。
京骨	けいこつ	BL64	Jinggu	第5中足骨後端外側に取る。
東骨	そっこつ	BL65	Shugu	第5中足指節関節の後外側に取る。
足通谷	あしつうこく	BL66	Zutonggu	第5中足指節関節の前外側に取る。
至陰	しいん	BL67	Zhiyin	足の第5指外側爪甲根部, 爪甲の角を去ること1分に取る。
<b>足少陰腎経 (Kidney Meridian : KI)</b>				
経穴名	日本語読み	WHO表記	中国語表記	取穴法
湧泉	ゆうせん	KI1	Yongquan	足底中央前方, 第2, 第3中足骨間で, 足指を屈すると最も陥凹するところ取る。
然谷	ねんこく	KI2	Rangu	内果の前下方, 舟状骨と内側楔状骨との関節部下際に取る。
太谿	たいけい	KI3	Taixi	足の内果の後側, 内果後角とアキレス腱との間, 後脛骨動脈拍動部に取る。
大鐘	だいしょう	KI4	Dazhong	足の内果の後下方, 踵骨の上際にアキレス腱の内側に取る。
水泉	すいせん	KI5	Shuiquan	足の内果の後下方, 太谿穴の下1寸で踵骨隆起の内側陥凹部取る。
照海	しょうかい	KI6	Zhaohai	足の内果の直下1寸, 後脛骨筋腱の下際に取る。
復溜	ふくりゅう	KI7	Fulu	足の内側下部, 内果の上2寸, アキレス腱の前縁に取る。
交信	こうしん	KI8	Jiaoxin	足の内側下部, 復溜穴の前5分に取る。
築賓	ちくひん	KI9	Zhubin	下腿内側約中央, 内果の上5寸, 腓腹筋下垂部の内側でヒラメ筋との間に取る。
陰谷	いんこく	KI10	Yingu	膝関節後内側, 膝を半ば屈し, 内膝部で半腱様筋腱と半膜様筋腱との間に取る。
横骨	おうこつ	KI11	Henggu	恥骨部, 曲骨穴の外方5分に取る。
大赫	だいかく	KI12	Dahe	下腹部, 中極穴の外方5分, 横骨穴の上1寸に取る。
気穴	きけつ	KI13	Qixue	下腹部, 関元穴の外方5分, 横骨穴の上2寸に取る。
四滿	しまん	KI14	Siman	下腹部, 石門穴の外方5分, 横骨穴の上3寸に取る。
中注	ちゅうちゅう	KI15	Zhongzhu	臍部, 陰交穴の外方5分, 横骨穴の上4寸に取る。
盲兪	こうゆ	KI16	Huangshu	臍部, 臍の外方5分に取る。
商曲	しょうきょく	KI17	Shangqu	上腹部, 下脘穴の外方5分, 盲兪穴の上2寸に取る。
石関	せきかん	KI18	Shiguan	上腹部, 建里穴の外方5分, 盲兪穴の上3寸に取る。
陰都	いんと	KI19	Yindu	上腹部, 中脘穴の外方5分, 盲兪穴の上4寸に取る。
腹通谷	はらつうこく	KI20	Futonggu	上腹部, 上脘穴の外方5分, 盲兪穴の上5寸に取る。
幽門	ゆうもん	KI21	Youmen	上腹部, 巨闕穴の外方5分, 盲兪穴の上6寸に取る。
歩廊	ほろう	KI22	Bulang	前胸部, 中庭穴の外方2寸, 第5肋間を取る。
神封	しんぼう	KI23	Shenfeng	前胸部, 膻中穴の外方2寸, 第4肋間を取る。
靈墟	れいきょ	KI24	Lingxu	前胸部, 玉堂穴の外方2寸, 第3肋間を取る。
神蔵	しんぞう	KI25	Shencang	前胸部, 紫宮穴の外方2寸, 第2肋間を取る。
或中	いくちゅう	KI26	Yuzhong	前胸部, 華蓋穴の外方2寸, 第1肋間を取る。
兪府	ゆふ	KI27	Shufu	前胸部, 璇玑穴の外方2寸, 鎖骨の下際に取る。

手厥陰心包経 (Pericardium Meridian : PC)				
経穴名	日本語読み	WHO表記	中国語表記	取穴法
天池	てんち	PC1	Tianchi	前胸部、乳中穴の外方1寸、第4肋間を取る。
天泉	てんせん	PC2	Tianquan	上腕内側上部、上腕を外転外転し、腋窩横紋の前端から曲沢穴に向かって下ること2寸を取る。
曲沢	きょくたく	PC3	Quze	前肘部、肘窩横紋上で上腕二頭筋腱の尺側を取る。
郄門	げきもん	PC4	Ximen	前々腕部中央、曲沢穴と大陵穴の中央、橈側手根屈筋と長掌筋の間を取る。
間使	かんし	PC5	Jianshi	前々腕部の下1/3、大陵穴から曲沢穴に向かって上ること3寸を取る。
内関	ないかん	PC6	Neiguan	前々腕部、大陵穴から曲沢穴に向かって上ること2寸を取る。
大陵	だいらょう	PC7	Daling	手関節前面横紋の中央を取る。
労宮	ろうきゅう	PC8	Laogong	手掌、第2、第3中手骨頭の間、中指を屈してその指先の当たる所を取る。
中衝	ちゅうしょう	PC9	Zhongchong	第3指橈側爪甲根部、爪甲の角を去ること1分を取る。
手少陽三焦経 (Triple Energizer Meridian : TE)				
経穴名	日本語読み	WHO表記	中国語表記	取穴法
関衝	かんしょう	TE1	Guanchong	第4指尺側爪甲根部、爪甲の角を去ること1分を取る。
液門	えきもん	TE2	Yemen	手背、手拳をつくり、第4中手指節関節の前尺側を取る。
中渚	ちゅうしょ	TE3	Zhongzhu	手背、第4中手指節関節の後、尺側を取る。
陽池	ようち	TE4	Yangchi	手関節後面横紋のほぼ中央を取る。
外関	がいかん	TE5	Waiguan	後前腕部、陽池穴から肘頭に向かって上ること2寸を取る。
支溝	しこう	TE6	Zhigou	後前腕部の下約1/3、陽池穴から肘頭に向かって上ること3寸を取る。
会宗	えそう	TE7	Huizong	後前腕部の下約1/3、支溝穴から尺側1寸のところを取る。
三陽絡	さんようらく	TE8	Sanyangluo	後前腕部の中央より下方、陽池穴から肘頭に向かって上ること4寸を取る。
四瀆	しとく	TE9	Sidu	後前腕部の中央、陽池穴と肘頭との中央を取る。
天井	てんせい	TE10	Tianjing	後肘部、肘関節を屈し、肘頭の直上1寸を取る。
清冷淵	せいれいえん	TE11	Qinglengyuan	後上腕部、肘頭から肩髃穴に向かって上ること2寸を取る。
消灑	しょうれき	TE12	Xiaoluo	後上腕部中央、肘頭から肩髃穴に向かって上ること4寸5分を取る。
臑会	じゅえ	TE13	Naohui	後上腕部、肩髃穴から肘頭に向かって下ること3寸、三角筋の後縁を取る。
肩髃	けんりょう	TE14	Jianliao	肩関節後側、上肢を水平に挙げ、肩関節部にできる2つの凹みのうち後ろの凹みに取る。
天髃	てんりょう	TE15	Tianliao	肩甲上部、肩甲骨上角の上方、肩井穴と曲垣穴との中間に取る。
天髑	てんゆう	TE16	Tianyou	胸鎖乳突筋部、乳様突起下端の後下部、胸鎖乳突筋の後縁に取る。
翳風	えいふう	TE17	Yifeng	耳垂の後下部、乳様突起と下顎枝との陥中に入る。
瘈脈	けいみやく	TE18	Chimai/Qimai	耳介後部、乳様突起の中央、骨の陥凹部に取る。
顛息	ろそく	TE19	Luxi	側頭部、瘈脈穴と角孫穴との中間陥凹部に取る。
角孫	かくそん	TE20	Jiaosun	側頭部、耳を前に折り、その上角が当たるところに取る。
耳門	じもん	TE21	Ermen	耳介前上部、耳珠上際の前陥中に入る。
和髑	わりょう	TE22	Erheliao	側頭部、頬骨弓後端の上際で浅側頭動脈拍動部に取る。
絲竹空	しちくくう	TE23	Sizhukong	前頭部、眉毛外端で骨陥凹部に取る。
足少陽胆経 (Gallbladder Meridian : GB)				
経穴名	日本語読み	WHO表記	中国語表記	取穴法
瞳子髑	どうしりょう	GB1	Tongziliao	眼窩部、外眼角の外方5分に入る。
聴会	ちやうえ	GB2	Tinghui	耳珠の前下方、口を開ければ陥凹するところに入る。
上関	じやうかん	GB3	Shangguan	頬骨弓中央上際に取る。
額厭	がんでん	GB4	Hanyan	側頭部、頭維穴の下1寸に入る。
懸顛	けんろ	GB5	Xuanlu	側頭部、コメカミの中央、頭維穴の下2寸に入る。
懸釐	けんり	GB6	Xuanli	側頭部、頭維穴の下3寸に入る。



曲鬢	きょくびん	GB7	Qubin	側頭部、角孫穴と和髎穴との中央に取る。
率谷	そっこく	GB8	Shuaigu	側頭部、角孫穴の上1寸5分にとる。
天衝	てんしょう	GB9	Tianchong	側頭部、耳後上際の上2寸の部から6分後方にとる。
浮白	ふはく	GB10	Fubai	側頭部、角孫穴の後1寸にとる。
頭竅陰	あたまきょういん	GB11	Touqiaoyin	側頭部、浮白穴と完骨穴との中央にとる。
完骨	かんこつ	GB12	Wangu	耳介後方、乳様突起下端の後上方約1寸、乳様突起後縁の髪際にとる。
本神	ほんじん	GB13	Benshen	前頭部、外眼角の直上、髪際を入ること5分、頭維穴の内方1寸5分にとる。
陽白	ようはく	GB14	Yangbai	前頭部、眉毛中央の上1寸にとる。
頭臨泣	あたまりんきゅう	GB15	Toulinqi	前頭部、瞳孔直上の髪際を入ること5分にとる。
目窓	もくそう	GB16	Muchuang	前頭部、瞳孔直上の髪際を入ること1寸5分、頭臨泣穴の後ろ1寸にとる。
正營	しょうえい	GB17	Zhengying	前頭部、瞳孔直上の髪際を入ること2寸5分、頭臨泣穴の後ろ2寸にとる。
承靈	しょうれい	GB18	Chengling	側頭部、瞳孔直上の髪際を入ること4寸、頭臨泣穴の後ろ3寸5分にとる。
腦空	のうくう	GB19	Naokong	後頭部、腦戸穴の外方2寸5分にとる。
風池	ふうち	GB20	Fengchi	側頭部、項窩の中央と乳様突起下端との中間、僧帽筋と胸鎖乳突筋との筋間にとる。
肩井	けんせい	GB21	Jianjing	肩甲上部、肩髃穴と大椎穴とを結ぶ線のほぼ中央、僧帽筋の前縁乳頭線上にとる。
淵腋	えんえき	GB22	Yuanye	側胸部、極泉穴の直下3寸で、第4肋間にとる。
輒筋	ちようきん	GB23	Zhejin	側胸部、淵腋穴の前1寸、第4肋間にとる。
日月	じつげつ	GB24	Riyue	下肋部、第9肋軟骨付着部の下際の下5分にとる。
京門	けいもん	GB25	Jingmen	側腹部、側臥して第12肋骨前端の下際にとる。
帶脈	たいみやく	GB26	Daimai	側腹部、側臥して第11肋骨前端の下1寸5分にとる。
五枢	ごすう	GB27	Wushu	側腹部、帶脈穴の前下方3寸、上前腸骨棘の内下方にとる。
維道	いどう	GB28	Weidao	側腹部、五枢穴の内下方5分、上前腸骨棘の内下方にとる。
居膠	きょりょう	GB29	Juliao	側腹部、維道穴の内下方3寸、上前腸骨棘の前縁の下方にとる。
環跳	かんちょう	GB30	Huantiao	股関節の外側、側臥して大腿を屈し、股関節横紋の外端で大転子前上部にとる。
風市	ふうし	GB31	Fengshi	大腿外側、直立して手を下げ、中指先端が当たる所、大腿骨外側上顆の上7寸にとる。
中瀆	ちゅうとく	GB32	Zhongdu	大腿外側約中央、膝窩横紋の外端から環跳穴に向かって上ること5寸にとる。
足陽関	あしようかん	GB33	Xiyangguan	大腿外側下部、陽陵泉穴から環跳穴に向かって上ること3寸にとる。
陽陵泉	ようりょうせん	GB34	Yanglingquan	下腿外側上部、膝を屈曲して、腓骨頭の前下際にとる。
陽交	ようこう	GB35	Yangjiao	下腿外側の約中央、陽陵泉穴から外果に向かって下ること6寸にとる。
外丘	がいきゅう	GB36	Waiqiu	下腿外側の約中央、陽交穴の後方で長腓骨筋とヒラメ筋との間にとる。
光明	こうめい	GB37	Guangming	下腿外側、外果から陽陵泉穴に向かって上ること5寸にとる。
陽輔	ようほ	GB38	Yangfu	下腿外側の約1/3、外果の上4寸の部より3分前にとる。
懸鐘	けんしょう	GB39	Xuanzhong	下腿外側、外果から陽陵泉穴に向かって上ること3寸にとる。
丘墟	きゅうきよ	GB40	Qiuxu	足関節部、足を外転し、外果の前下方で最も陥凹するところにとる。
足臨泣	あしりんきゅう	GB41	Zulinqi	足背、第4、第5中足骨後端接合部の前陥中にとる。
地五会	ちごえ	GB42	Diwuhui	足背、第4中足指節関節の後、外側の陥凹部にとる。
俠谿	きょうけい	GB43	Xiaxi	足背、第4中足指節関節の前、外側にとる。
足竅陰	あしきょういん	GB44	Zuqiaoyin	足の第4指外側爪甲根部、爪甲の角を去ること1分にとる。

足厥陰肝經 (Liver Meridian : LR)				
経穴名	日本語読み	WHO表記	中国語表記	取穴法
大敦	だいとん	LR1	Dadun	足の第1指外側爪甲根部, 爪甲の角を去ること1分に取る。
行间	こうかん	LR2	Xingjian	第1口足指節関節の前, 外側を取る。
太衝	たいしょう	LR3	Taichong	足背, 第1, 第2中足骨底間の前の陥凹部を取る。
中封	ちゅうほう	LR4	Zhongfeng	足関節前内側, 内果の前下方1寸で, 前脛骨筋腱の内側の陥凹部を取る。
蠡溝	れいこう	LR5	Ligou	脛骨内側, 内果の上5寸, 脛骨内側面上に取る。
中都	ちゅうと	LR6	Zhongdu	脛骨内側, 内果の上7寸, 脛骨内側面上に取る。
膝関	しつかん	LR7	Xiguan	膝関節内側, 曲泉穴の直下で脛骨内側顆の下縁に取る。
曲泉	きょくせん	LR8	Ququan	膝関節内側, 膝を深く屈し, 膝窩横紋の内端, 薄筋と縫工筋の間に取る。
陰包	いんぼう	LR9	Yinbao	大腿内側下約1/3, 曲泉穴の上4寸, 薄筋と縫工筋との間に取る。
足五里	あしごり	LR10	Zuwuli	大腿内側上部, 衝門穴の下3寸に取る。
陰廉	いんれん	LR11	Yinlian	大腿内側上部, 衝門穴の下2寸に取る。
急脈	きゅうみやく	LR12	Jimai	大腿内側上部, 衝門穴の下1寸, 気衝穴の外下方5分を取る。
章門	しょうもん	LR13	Zhangmen	側腹部, 第11肋骨前端の下際に取る。
期門	きもん	LR14	Qimen	下肋骨, 第9肋軟骨付着部の下際に取る。
督脈経 (Governor Vessel : GV)				
経穴名	日本語読み	WHO表記	中国語表記	取穴法
長強	ちょうきょう	GV1	Changqiang	尾骨尖端と肛門との間に取る。
腰俞	ようゆ	GV2	Yaoshu	仙骨管裂孔中央に取る。
腰陽関	こしょうかん	GV3	Yaoyangguan	第4, 第5腰椎棘突起間を取る。
命門	めいもん	GV4	Mingmen	第2, 第3腰椎棘突起間を取る。
懸枢	けんすう	GV5	Xuanshu	第1, 第2腰椎棘突起間を取る。
脊中	せきちゅう	GV6	Jizhong	第11, 第12胸椎棘突起間を取る。
中樞	ちゅうすう	GV7	Zhongshu	第10, 第11胸椎棘突起間を取る。
筋縮	きんしゆく	GV8	Jinsuo	第9, 第10胸椎棘突起間を取る。
至陽	しょう	GV9	Zhiyang	第7, 第8胸椎棘突起間を取る。
霊台	れいだい	GV10	Lingtai	第6, 第7胸椎棘突起間を取る。
神道	しんどう	GV11	Shendao	第5, 第6胸椎棘突起間を取る。
身柱	しんちゅう	GV12	Shenzhu	第3, 第4胸椎棘突起間を取る。
陶道	とうどう	GV13	Taodao	第1, 第2胸椎棘突起間を取る。
大椎	だいつい	GV14	Dazhui	第7頸椎棘突起と第1胸椎棘突起間との間に取る。
瘻門	あもん	GV15	Yamen	項窩の中央に取る。
風府	ふうふ	GV16	Fengfu	外後頭隆起の直下, 項窩上際の中央に取る。
脳戸	のうこ	GV17	Naohu	後頭部, 外後頭隆起上際に取る。
強間	きょうかん	GV18	Qiangjian	後頭部, 脳戸穴の上1寸5分, 正中線上に取る。
後頂	ごちょう	GV19	Houding	頭頂部, 百会穴の後ろ1寸5分, 正中線上に取る。
百会	ひゃくえ	GV20	Baihui	頭頂部, 前髪際をること5寸で, 左右の耳尖(角孫穴)を結ぶ線と正中線との交わるところに取る。
前頂	ぜんちょう	GV21	Qianding	頭頂部, 百会穴の前1寸5分, 正中線上に取る。
顛会	しんえ	GV22	Xinhui	前頭部と頭頂部の間, 前髪際をること2寸, 正中線上に取る。
上星	じょうせい	GV23	Shangxing	前頭部, 前髪際をること1寸, 正中線上に取る。
神庭	しんてい	GV24	Shenting	前頭部約中央, 前髪際をること5分, 正中線上に取る。
素膠	そりょう	GV25	Suliao	鼻尖中央に取る。
水溝	すいこう	GV26	Shuigou	鼻中隔の直下で水溝の中央に取る。
兌端	だたん	GV27	Duiduan	上唇の中央で皮膚と粘膜との間に取る。
齶交	ぎんこう	GV28	Yinjiao	口腔前庭部, 上唇を反転して上唇小帯中央に取る。
任脈経 (Conception Vessel : CV)				
経穴名	日本語読み	WHO表記	中国語表記	取穴法
会陰	えいん	CV1	Huiyin	会陰部の中央に取る。
曲骨	きょくこつ	CV2	Qugu	下腹部正中, 恥骨結合上際の正中線上に取る。
中極	ちゅうきょく	CV3	Zhongji	下腹部白線中, 臍の下4寸, 曲骨穴の上1寸, 正中線上に取る。

関元	かんげん	CV4	Guanyuan	下腹部白線中、臍の下3寸、正中線上に取る。
石門	せきもん	CV5	Shimen	下腹部白線中、臍の下2寸、正中線上に取る。
気海	きかい	CV6	Qihai	下腹部白線中、臍の下1寸5分、正中線上に取る。
陰交	いんこう	CV7	Yinjiao	下腹部白線中、臍の下1寸、正中線上に取る。
神闕	しんけつ	CV8	Shenque	臍の中央に取る。
水分	すいぶん	CV9	Shuifen	上腹部白線中、臍の上1寸、正中線上に取る。
下脘	げかん	CV10	Xiawan	上腹部白線中、臍の上2寸、正中線上に取る。
建里	けんり	CV11	Jianli	上腹部白線中、臍の上3寸、正中線上に取る。
中脘	ちゅうかん	CV12	Zhongwan	上腹部白線中、臍の上4寸、胸骨体下端と臍の中央、正中線上に取る。
上脘	じょうかん	CV13	Shangwan	上腹部白線中、胸骨体下端の下3寸、正中線上に取る。
巨闕	こけつ	CV14	Juque	上腹部白線中、胸骨体下端の下2寸、正中線上に取る。
鳩尾	きゅうび	CV15	Jiuwei	上腹部白線中、胸骨体下端の下1寸、正中線上に取る。
中庭	ちゅうてい	CV16	Zhongting	胸骨部正中線上、臍中穴の下1寸6分にとる。
膻中	だんちゅう	CV17	Tanzhong/ Danzhong	胸骨部正中線上、両乳頭の中央、第4肋間の高さにとる。
玉堂	ぎょくどう	CV18	Yutang	胸骨部正中線上、左右第3肋間の高さにとる。
紫宮	しきゅう	CV19	Zigong	胸骨部正中線上、左右第2肋間の高さにとる。
華蓋	かがい	CV20	Huagai	胸骨部正中線上、天突穴の下2寸、胸骨柄と胸骨体の接合部にとる。
璇璣	せんき	CV21	Xuanji	胸骨部正中線上、天突穴の下1寸、胸骨柄の約中央にとる。
天突	てんとつ	CV22	Tiantu	頸窩の中央にとる。
廉泉	れんせん	CV23	Lianquan	前頸部正中線上、喉頭隆起上際の中央にとる。
承漿	しょうしょう	CV24	Chengjiang	オトガイ部、オトガイ唇溝の中央にとる。

(榎田高士)



# 奇経八脈の流注図

陽維脈 (外関 → 足竈)	帶脈 (足竈 → 外関)	陽蹻脈 (申脈 → 後溪)	督脈 (後溪 → 申脈)
<p>★諸陽の会。</p> <p>本神、陽白、頭臨泣、腦空、瘡門、風池、膺、陽交、金門</p> <p>宗穴 外関、陽交</p>	<p>★身を困し、束帯然の如し。</p> <p>維道、五枢、帶脈、章門、神闕、五枢、維道</p> <p>宗穴 足臨泣</p>	<p>★足太陽の別脈。</p> <p>風池、睛明、承泣、巨膠、地倉、睛明、肩髃、臑俞、居膠、環跳、僕参</p> <p>宗穴 中脈、跗陽</p>	<p>★陽脈の海。</p> <p>百会、瘡門、大椎、身柱、命門、腰俞、長強、絡穴</p> <p>宗穴 後谿</p> <p>★任脈と共に、奇経の他の六脈と違い、専属の経穴がある。(28穴)</p> <p>交、百会、大椎、命門、腰俞、長強</p>
Yang Link Vessel (Yang LV)	Belt Vessel (BV)	Yang Heel Vessel (Yang HV)	Governor Vessel (GV)

陰維脈 (内関 → 公孫)	衝脈 (公孫 → 内関)	陰蹻脈 (照海 → 列欠)	任脈 (列欠 → 照海)
<p>★諸陰の交。</p> <p>廉泉、天突、周堂、食竇、腹哀、大横、府舍</p> <p>宗穴 内関、築賓</p> <p>廉泉、天突、期門、腹哀、大横、府舍、築賓</p>	<p>★十二経脈の海 (血海)</p> <p>舌下、幽門、盲俞、氣衝、横骨、陰交</p> <p>宗穴 公孫</p> <p>幽門、盲俞、陰交、横骨、氣衝</p>	<p>★足少陰の別脈。</p> <p>睛明、舌下、缺盆、睛明、交信、照海</p> <p>宗穴 照海</p> <p>睛明、交信、照海、然谷</p>	<p>★陰脈の海。</p> <p>結穴 鳩尾 (24穴)、承漿、天突、膻中、中腕、神闕、中極、胞</p> <p>宗穴 列欠</p> <p>承漿、膻中、中腕、神闕、中極、陰</p> <p>★督脈と共に、奇経の他の六脈と違い、専属の経穴がある。</p>
Yin Link Vessel (Yin LV)	Thoroughfare Vessel (TV)	Yin Heel Vessel (Yin HV)	Conception Vessel (CV)

漢方食養研究会資料より引用