

lek. med. Hamid Montakab

SKARBY AKUPUNKTURY

Energetyka kanałów i punktów akupunkturowych

Kliniczne zastosowanie pisanych i oralnych tradycji akupunkturowych

Tłumaczenie

Joanna Reszka

Anna Słowik

Marcin Szafarz

Agnieszka Szponar

Copyright by Shen Press



Spis treści

A Skarby akupunktury – klasyczna i tradycyjna medycyna chińska

- 1 Wprowadzenie
- 2 Zarys historyczny akupunktury chińskiej i francuskiej
- 3 Akupunktura w Europie

B Struktura energetyczna ciała

- 1 Kanały akupunkturalne
- 2 Miary ciała

C Kanały główne i punkty akupunkturalne

- 1 Kanał Płuc
- 2 Kanał Jelita Grubego
- 3 Kanał Żołądka
- 4 Kanał Śledziony
- 5 Kanał Serca
- 6 Kanał Jelita Cienkiego
- 7 Kanał Pęcherza Moczowego
- 8 Kanał Nerek
- 9 Kanał Osierdza
- 10 Kanał Potrójnego Ogrzewacza
- 11 Kanał Pęcherzyka Żółciowego
- 12 Kanał Wątroby
- 13 Kanał *ren mai* (poczucia/kontrolujący)
- 14 Kanał *du mai* (zarządzający)
- 15 Punkty dodatkowe

D Kanały nadzwyczajne i drugorzędne

1. *Jing jin* (kanały ścięgnisto-mięśniowe) 經筋
 - 1.1. Opis
 - 1.2. Przebiegi kanałów ścięgnisto-mięśniowych nogi
 - 1.2.1. Kanał ścięgnisto-mięśniowy Pęcherza Moczowego tai yang nogi
 - 1.2.2. Kanał ścięgnisto-mięśniowy Pęcherzyka Żółciowego shao yang nogi
 - 1.2.3. Kanał ścięgnisto-mięśniowy Żołądka yang ming nogi
 - 1.2.4. Kanał ścięgnisto-mięśniowy Śledziony tai yin nogi
 - 1.2.5. Kanał ścięgnisto-mięśniowy Wątroby jue yin nogi
 - 1.2.6. Kanał ścięgnisto-mięśniowy Nerek shao yin nogi
 - 1.3. Przebiegi kanałów ścięgnisto-mięśniowych ręki
 - 1.3.1. Kanał ścięgnisto-mięśniowy Jelita Cienkiego tai yang ręki
 - 1.3.2. Kanał ścięgnisto-mięśniowy Potrójnego Ogrzewacza shao yang ręki
 - 1.3.3. Kanał ścięgnisto-mięśniowy Jelita Grubego yang ming ręki
 - 1.3.4. Kanał ścięgnisto-mięśniowy Płuc tai yin ręki
 - 1.3.5. Kanał ścięgnisto-mięśniowy Osierdza jue yin ręki
 - 1.3.6. Kanał ścięgnisto-mięśniowy Serca shao yin ręki
 - 1.4. Diagnostyka i strategie leczenia kanałów ścięgnisto-mięśniowych (*jing jin*)
 - 1.4.1. Diagnostyka
 - 1.4.2. Leczenie

- 1.4.3. Przypadki kliniczne
- 1.5. Pancerze mięśniowe
- 1.5.1. Wstęp
- 1.5.2. Opis segmentów
- 2. Kanały *luo* (łącznie/sięciowe) *luo mai* 絡脈**
- 2.1. Opis
- 2.2. Podłużne/odrębne *luo*
- 2.2.1. Podłużny kanał *luo* Płuc *shou tai yin*
- 2.2.2. Podłużny kanał *luo* Serca *shou shao yin*
- 2.2.3. Podłużny kanał *luo* Osierdza *shou jue yin*
- 2.2.5. Podłużny kanał *luo* Jelita Grubego *shou yang ming*
- 2.2.6. Podłużny kanał *luo* Potrójnego Ogrzewacza *shou shao yang*
- 2.2.7. Podłużny kanał *luo* Pęcherza Moczowego *zu tai yang*
- 2.2.8. Podłużny kanał *luo* Pęcherzyka Żółciowego *zu shao yang*
- 2.2.9. Podłużny kanał *luo* Żołądka *zu yang ming*
- 2.2.10. Podłużny kanał *luo* Śledziony *zu tai yin*
- 2.2.11. Podłużny kanał *luo* Nerek *zu shao yin*
- 2.2.12. Podłużny kanał *luo* Wątroby *zu jue yin*
- 2.2.13. Kanał *luo ren mai*
- 2.2.14. Kanał *luo du mai*
- 2.2.15. Wielkie *luo* Śledziony *zu tai yin*
- 2.2.16. Wielkie *luo* Żołądka *zu yang ming*
- 2.3. Poprzeczne/poziome *luo*
- 2.4. Zastosowania kliniczne punktów *luo*
- 2.4.1. Zastosowania kliniczne punktów *luo* w zaburzeniach umysłowych i emocjonalnych
- 2.4.2. Zastosowanie kliniczne punktów *luo* w zarządzaniu krążeniem Krwi
- 2.4.3. Kliniczne zastosowanie punktów *luo* w zarządzaniu kontaktem ze światem zewnętrznym ze szczególnym uwzględnieniem pojęcia „wymiany”
- 2.4.4. Kliniczne zastosowanie punktów *luo* w leczeniu guzków i obrzęków
- 2.4.5. Kliniczne zastosowania punktów i kanałów *luo* w równoważeniu prawej i lewej strony
- 2.5. Porównanie poprzecznych i podłużnych kanałów łączących *luo*
- 3. Kanały *jing bie* (dywergentne) *jing bie* 經別**
- 3.1. Opis
- 3.2. Przebiegi kanałów
- 3.2.1. Kanały dywergentne *zu tai yang* Pęcherza Moczowego i Nerek *zu shao yin*
- 3.2.2. Kanały dywergentne Pęcherzyka Żółciowego *zu shao yang* i Wątroby *zu jue yin*
- 3.2.3. Kanały dywergentne Żołądka *zu yang ming* i Śledziony *zu tai yin*
- 3.2.4. Kanały dywergentne Jelita Cienkiego *shou tai yang* i Serca *shou shao yin*
- 3.2.5. Kanały dywergentne Potrójnego Ogrzewacza *shou shao yang* i Osierdza *shou jue yin*
- 3.2.6. Kanały dywergentne Jelita Grubego *shou yang ming* i Płuc *shou tai yin*
- 3.3. Zastosowanie terapeutyczne kanałów dywergentnych (*jing bie*)
- 3.4. Zastosowanie kliniczne
- 3.5. Leczenie przewlekłych chorób degeneracyjnych według mistrza Yuena
- 4. Osiem kanałów nadzwyczajnych *qi jing ba mai* 奇經八脉**
- 4.1. Opis
- 4.2. Przebiegi, funkcje oraz wskazania kliniczne
- 4.2.1. Kanał penetrujący *chong mai* 衝脉
- 4.2.2. Kanał poczucia/kontrolujący/kierujący *ren mai* 任脉
- 4.2.3. Kanał zarządzający *du mai* 督脉

- 4.2.4. Kanał opasujący/pasa *dai mai* 帶脉
- 4.2.5. Kanały wiążące/zabezpieczające *wei mai* 維脉
- 4.2.6. Kanały kroczenia/ruchomości *qiao mai* 蹻脉
- 4.2.7. Przełomowe momenty życia a osiem kanałów nadzwyczajnych

E. Narzędzia terapeutyczne i techniki akupunkturowe

1. Akupunktura (*zhen jiu* 针灸)

- 1.1. Historia
- 1.2. Igły do akupunktury
- 1.3. Metody i techniki nakłuwania
 - 1.3.1. Nakłucie
 - 1.3.2. Odczucie wkłucia igły (*de qi*)
 - 1.3.3. Metody manipulacji igłami
 - 1.3.4. Możliwe komplikacje w trakcie zabiegu akupunktury
 - 1.3.5. Inne metody stymulacji skórnej

2. Moksowanie (*jiu fa*) 灸法

3. Bańki (*ba guan*) 拔罐

4. Skrwawianie (*fang xie*) 放血

5. Pocieranie (*gua sha*) 刮痧

6. Pozostałe metody stymulacji punktów

6.1. Elektrostymulacja

6.2. Laser

6.3. Inne metody stymulacji

7. Mikrosystemy

7.1. Aurikuloterapia

7.2. Akupunktura czaszki

7.3. Akupunktura twarzy, nosa, dłoni i stopy

7.3.1. Akupunktura twarzy

7.3.2. Akupunktura nosa

7.3.3. Akupunktura dłoni

7.3.4. Refleksologia stop

7.3.5. Irydologia

F. Apendyks

Bibliografia

Skorowidz

Indeks objawów

Indeks punktów

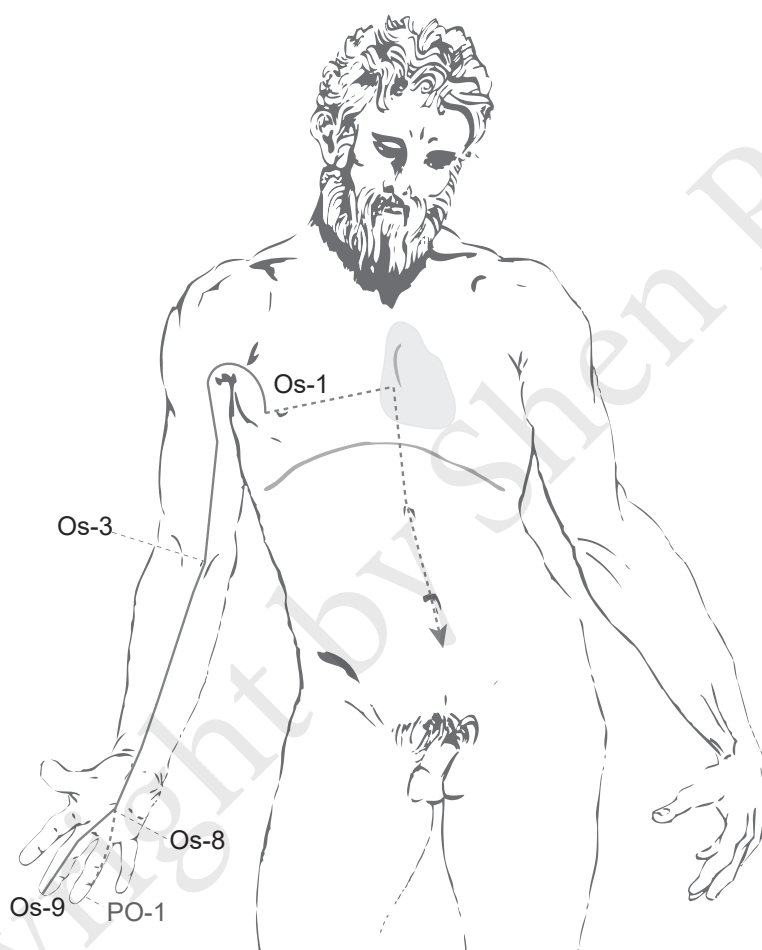
Indeks

9. Kanał Osierdzia

手厥陰心包經穴 *shǒu jué yīn xīn bāo jīng xué*

Punkty na kanale Osierdzia *jue yin* ręki

Obrońca Serca, Zaciskacz Serca, Mistrz dla Serca, *xin bao*



Przebieg

Przebieg zewnętrzny Główna gałąź kanału Osierdzia biegnie wzdłuż przyśrodkowej części ramienia (pomiędzy kanałami Serca i Płuc) – aż do punktu Os-3 *Quze* znajdującego się w dole łokciowym. Następnie podąża w dół przedramienia pomiędzy ścięgnami mięśnia dłoniowego długiego (*palmaris longus*) oraz mięśnia zginacza promieniowego nadgarstka (*flexor carpi radialis*) aż do dłoni. Stamtąd biegnie wzdłuż środkowego palca i kończy się na jego czubku w punkcie Os-9 *Zhongchong*.

Od punktu Os-8 *Laogong* odchodzi odgałęzienie, które łączy się z kanałem Potrójnego Ogrzewacza (*shou shao yang*) na czubku palca serdecznego w punkcie PO-1 *Guanchong*.

Przebieg wewnętrzny Kanał rozpoczyna się w środku klatki piersiowej, gdzie łączy się z odpowiadającym mu narządem – Osierdziem. Następnie schodzi przez przeponę (*ge*) aż do podbrzusza i łączy ze sobą wszystkie trzy części Potrójnego Ogrzewacza (*san jiao*) – górną, środkową i dolną. Odgałęzienie kanału biegnie przez klatkę piersiową i wyłania się na powierzchnię w przestrzeni żeberkowej w punkcie Os-1 *Tianchi* leżącym 1 cun bocznie od sutka. Następnie wznosi się do pachy, gdzie rozpoczyna się zewnętrzna gałąź kanału.

Patologie kanału

Pierwotnie objawy patologii były łączone z Gorącem na poziomie Krwi (malarię - *nue*), przejawiającym się jako poirytowanie, nerwowość, mania, zaburzenia mowy, dusznica bolesna, uczucie pełności w klatce piersiowej, palpacje oraz syndrom *jue* (inwersja / zapaść). Inne objawy rozprzestrzeniania się patologicznego Gorąca w kanale to zaczerwienienie twarzy (skóry i oczu), skurcze i drżenie łokcia oraz ramienia, uczucie gorąca po wewnętrznej stronie dłoni i ból wzdłuż kanału, ale także sztywność kończyn i karku (zapalenie opon mózgowych u dzieci).

Dynamika kanału Osierdza *shou jue yin*

- Kanał *jue yin* jest bogaty w Krew, ale ma mało *qi*. Uważa się, że *jue yin* jest zawiąsem *yin*, otwiera się do wewnątrz i na zewnątrz, stąd jego zdolność do mobilizowania *yin* i Krwi. W *Ling shu* (Osi duchowej) pojawia się pierwsza wzmianka dotycząca tego kanału. Natomiast jego punkty zostały opisane w *Jia yi jing* (Usystematyzowanej klasyce). W obu dziełach kanał Osierdza jest utożsamiany z kanałem Serca. *Shou jue yin* łączy się z Sercem przez punkt Os-6 *Neiguan*. Dzięki temu chroni je i stąd jego nazwa: *xin bao* (koperta/osłona/zwieracz dla Serca). Niestety medycy zachodni skojarzyli koncepcję obrońcy Serca z fizycznym osierdziem i właśnie dlatego w ten sposób w literaturze nazywa się ten kanał.
- W czasach panowania dynastii Song *xin bao*, jako minister Ognia, pośrednik między Sercem – cesarzem i resztą imperium, roznoszący rozkazy władcy, zyskał na znaczeniu. Stąd funkcje fizyczne i organiczne Serca: pompowanie i rozprowadzanie krwi, a także interakcje międzyludzkie (emocjonalne i seksualne) zostały scedowane na ministra Ognia. W niektórych starszych angielskojęzycznych tekstach oznaczano kanał Osierdza skrótem „CX” – od słów krążenie (ang. *circulation*) i seks (ang. *sex*), jednak szybko przestano stosować to określenie.
- Kanał *luo shou jue yin* Osierdza to jedyny kanał *luo*, oprócz kanału *luo* Serca, który łączy się bezpośrednio z powiązaniem narządem, dlatego odpowiada za krążenie Krwi we wnętrzu ciała (Os-6 *Neiguan* stosowany jest we wszystkich zaburzeniach pracy układu krążenia i serca).
- Osierdzie, jako obrońca Serca, chroni też *shen*. Kanał Osierdza należy do warstwy *jue yin* i jest blisko połączony z *zu jue yin* – kanałem Wątroby. W konsekwencji ma silny wpływ na Krew oraz emocje.
- Minister Ognia jest również pośrednikiem między Nerkami i Sercem. Czasem mówi się też o nim jako o wysłanniku Ognia Nerek. *Yang* Nerek osiąga pełnię w okresie dojrzewania. W tym czasie zmienia się nasze zachowanie na płaszczyźnie społecznej, psychiczno-emocjonalnej i fizycznej. Poprzez swój związek z Wątrobą *xin bao* zarządza interakcjami z ludźmi: pożądaniami, pragnieniami, przyciąganiem i odpychaniem.

Co ciekawe, w tradycji taoistycznej istnieje przekaz głoszący, że zwierzęta domowe dzięki kontaktowi z człowiekiem rozwinęły funkcje Osierdza, stąd można zaobserwować u nich podstawowe emocje.

Przegląd energetyki punktów na kanale Osierdza *shou jue yin* według Jeffreya Yuena

- Osierdzie reprezentuje Ogień Ministerialny (*xiang huo*), który pośredniczy pomiędzy Sercem a Nerkami, przez co pomaga regulować Ogień i Wodę. Serce jest miejscem, w którym rezyduje Esencja – Duch (*jing - shen*). Jeśli zostanie uszkodzone, nastąpi utrata życia i ducha. Osierdzie zapewnia ochronę *jing - shen* oraz podtrzymuje komunikację pomiędzy Wodą i Ogniem. Dzięki temu Potrójny Ogrzewacz (*san jiao*) może spełniać funkcję termoregulacji. Ze względu na powiązanie z Wątrobą i Krwią, Osierdzie, podobnie jak Wątroba, może blokować przepływ Krwi, powodując zatrzymanie lub rzadsze niż normalnie występowanie miesiączki, a także zablokowanie emocji wiążące się z wytworzeniem pancerza emocjonalnego.
- Pierwotnym wskazaniem do użycia kanału Osierdza *shou jue yin* było Gorąco na poziomie Krwi skutkujące zaburzeniami *shen* (*jing - shen*) i prowadzące do syndromu *jue* (inwersji/zapaści). Gdy Gorąco w postaci zaraźliwego/śmiercionośnego (*li*) *qi* przechodzi do narządów pustych *fu*, w szczególności do Mózgu (*nao*) i naczyń krwionośnych, przekształca się w Ogień. To tłumaczy główne wskazania do użycia punktów Osierdza:
 - Oczyszczają (*qing*) Gorąco, które wniknęło do wnętrza: Os-3 *Quze* (w tradycji *Wen bing* stosowany w przypadku Gorąca na wszystkich trzech poziomach: *qi*, *ying* oraz Krwi, z zaleceniem skrwawiania tego punktu), Os-6 *Neiguan*, Os-7 *Daling*, Os-8 *Laogong*, Os-9 *Zhongchong*.
 - Ochładzają (*liang*) Krew: Os-3 *Quze* (stosowany przy Gorącu na wszystkich trzech poziomach, niedoborze Krwi, zastoju, podatności na siniaki, małopłytkowości), Os-7 *Daling* (Gorąco Krwi i niedoborowe Gorąco), Os-8 *Laogong* (Gorąco na poziomie Krwi z uszkodzeniem Płynów i zastojem Krwi), Os-4 *Ximen* (również zatrzymuje krwawienia spowodowane wznoszącym się Gorącem, w tym krwawieniem z nosa, wymioty lub odkaśływanie krwią); Os-6 *Neiguan* (Gorąco Krwi oraz zastój *qi* powodujący ból); Os-9 *Zhongchong* (otwiera otwory ciała / portale, oczyszcza Gorąco prowadzące do udaru).
 - Uspokajają (*an*) *shen*: Os-4 *Ximen*; Os-5 *Jianshi*; Os-6 *Neiguan*; Os-7 *Daling*; Os-8 *Laogong*.
 - Transformują (*hua*) Śluz: z powodu intensywnego Gorąca organizm zaczyna produkować Wilgoć, która może się przekształcić w Śluz (*tan*). Jeśli nie zostanie on zdrenowany, może zablokować Krew Serca lub *qi* Serca, powodując zastoinową niewydolność, lub przekształcić się w Gorący Śluz*. Ten z kolei może zaburzyć Serce i prowadzić do unoszenia się Wiatru ze Śluzem objawiającego się padaczką, udarem, wymiotami,

* Gorący Śluz: Wilgoć może zakłócać funkcję Śledziony, a Gorąco uszkodzić Żołądek (oraz Jelita) i spowodować dysharmonię Śledziony oraz Żołądka i zbuntowany przepływ *qi*, co może objawiać się syndromem nagłego zamętu (mdłościami i biegunką).

spienioną śliną, słabą pamięcią, odczuciem zablokowania gardła (syndrom pestki śliwy) itp.: Os-1 *Tianchi*; Os-5 *Jianshi* (Gorący Śluz); Os-8 *Laogong* (przy Gorącej Wilgoci również wycisza Wiatr).

– Harmonizują (*he*) *qi*: Os-3 *Quze*; Os-5 *Jianshi*; Os-6 *Neiguan*; Os-7 *Daling*; Os-8 *Laogong*.

– Niedożywienie (*gan*) u dzieci: Os-9 *Zhongchong*.

– Rozluźniają (*kuan*) klatkę piersiową: zapobiegają zablokowaniu Płuc i Serca przez Gorący Śluz, który zaburza *shen* (napady śmiechu, neurozy, schizofrenia) oraz *po* (smutek, łkanie). Gdy *po*, które normalnie utrzymuje życie w wymiarze fizycznym, jest zablokowane, mogą wystąpić próby samobójcze nazywane „Wiatrem Śmierci”: Os-2 *Tianquan*, Os-5 *Jianshi*, Os-7 *Daling* (tego punktu używa się przy braku równowagi pomiędzy Metalem, Ogniem i *shen*, z takimi objawami jak łkanie, smutek oraz niekontrolowane napady śmiechu/manii; ponadto pomaga odejść umierającym pacjentom oraz pogodzić się ze stratą osobom pozostającym w żałobie); zły duch (*gui xie*) – Sun Si Miao wymienia Os-7 *Daling* oraz Os-8 *Laogong* wśród trzynastu punktów duchów. – Regulują (*tiao*): jednoczesne użycie punktów: Os-1 *Tianchi* (który również zsyła [*jiang*] *qi*), Os-5 *Jianshi* oraz Os-6 *Neiguan* (Gao Wu twierdził, że Os-6 *Neiguan* jest punktem wpływu dla obszaru klatki piersiowej).

– Przywracają przytomność: Os-8 *Laogong* (przywraca funkcje motoryczno-sensoryczne), Os-9 *Zhongchong* (przywraca mowę).

– Poruszają (*huo*) Krew: Os-2 *Tianquan* (zastój Krwi z bólem całego ciała, krwiaki), Os-4 *Ximen* (ból klatki piersiowej), Os-5 *Jianshi* (reguluje menstruację).

– Uśmierzają (*zhi*) ból wzdłuż kanału: Os-2 *Tianquan* (ból w całym kanale), Os-3 *Quze*, Os-4 *Ximen* (silny ból klatki piersiowej).

Os-6 *Nèi guān* (Wewnętrzna brama)

內 *nèi* wewnętrzny, wewnątrz

關 *guān* bariera, brama, granica, przejście

Nazwa punktu odnosi się do funkcji „przejścia”, jako że jest to punkt *luo* oraz punkt wpływu na kanał *yin wei mai* odpowiedzialny za tak zwane przestrzenie pomiędzy.

Nazwy alternatywne

陰維穴 *Yin wei xue* Punkt wiążący *yin*

Lokalizacja Na przedniej części ramienia, 2 cuny powyżej zgięcia nadgarstka, pomiędzy ścięgnami mięśnia zginacza promieniowego nadgarstka i mięśnia dłoniowego długiego.

Funkcje

- punkt *luo* (sieciowy/łączący); połączenie z PO-4 *Yangchi*
- punkt początkowy podłużnego kanału *luo* (sieciowego)
- punkt otwierający (wpływu na) kanał *yin wei mai*
- punkt zarządzający dla Górnego Ogrzewacza i klatki piersiowej.

Działanie i wskazania

Wzmacnia i reguluje *qi* Serca, Krew, *yin* oraz *yang*, oczyszcza Gorąco

- palpacje + S-6 *Yinxi*, S-5 *Tongli*, PM-15 *Xinshu*¹⁸
- ból serca + Os-3 *Quze*, Os-7 *Daling*⁷
- dusznica bolesna + Os-5 *Jianshi*, Ż-36 *Zusanli*^{MI}
- reumatyczne zapalenie mięśnia sercowego; bolesność boków ciała i klatki piersiowej; zablokowanie płuc
- szok, omdlenie + N-1 *Yongquan*, Ż-36 *Zusanli*^{MI}
- nocne poty
- wysokie ciśnienie
- niskie ciśnienie + Du-25 *Suliao*^{MI}
- nadmierne pocenie się; gorączka nawrotowa
- popękany i krwawiący język + W-3 *Taichong*, Ren-7 *Yinjiao*²³.

Reguluje *jue yin*

- zastój *qi* Wątroby; żółtaczką, kamienie nerkowe, zapalenie spojówek, zawroty głowy, gorzki smak w ustach, migrena
- ucisk w klatce piersiowej + Ren-11 *Jianli*⁵
- neuralgia międzyżebrowa
- ból i nagromadzenia (masy) w obrębie brzucha + N-6 *Zhaohai*¹¹
- zapalenie gruczołu sutkowego
- brak pokarmu w ciąży + Ż-18 *Rugen*, Ren-17 *Shanzhong*, JC-1 *Shaoze*, W-3 *Taichong*^{MI}
- nieregularne miesiączki
- zatrzymanie łożyska po porodzie
- padaczka + JC-3 *Houxi*, S-7 *Shenmen*, PM-15 *Xinshu*, PD *Guiyan* (przyśrodkowy róg paznokcia kciuka¹⁸).

Reguluje Żołądek, Górny i Środkowy Ogrzewacz, otwiera klatkę piersiową

- ból żołądka + Ż-36 *Zusanli*^{MI}
- ból brzucha + Śl-4 *Gongsun*¹³; lub + Ż-36 *Zusanli*, Ren-12 *Zhongwan*⁷
- czkawka + Ż-36 *Zusanli*, Ren-14 *Juque*^{MI}
- bekanie + Ren-12 *Zhongwan*, Ż-36 *Zusanli*, Ż-44 *Neiting*, Śl-6 *Sanyinjiao*^{MI}
- niestrawność + Pł-10 *Yuji*, Ż-36 *Zusanli*⁷
- nudności, wymioty + PŻ-20 *Fengchi*^{MI}
- syndrom nagłego zamętu (jednoczesna biegunka i wymioty) + Ż-9 *Renyng*, PO-1 *Guanchong*, Śl-6 *Sanyinjiao*, Ż-36 *Zusanli*²⁰
- poranne mdłości
- napięcie w klatce piersiowej + Ren-11 *Jianli*⁵
- astma; duszność; biegunka
- dyzenteria z krwią + Ż-25 *Tianshu*, Ż-44 *Neiting*, Śl-1 *Yinbai*, Ren-6 *Qihai*, N-6 *Zhaohai*⁷
- zaparcia; hemoroidy.

Reguluje podłużny kanał *luo*

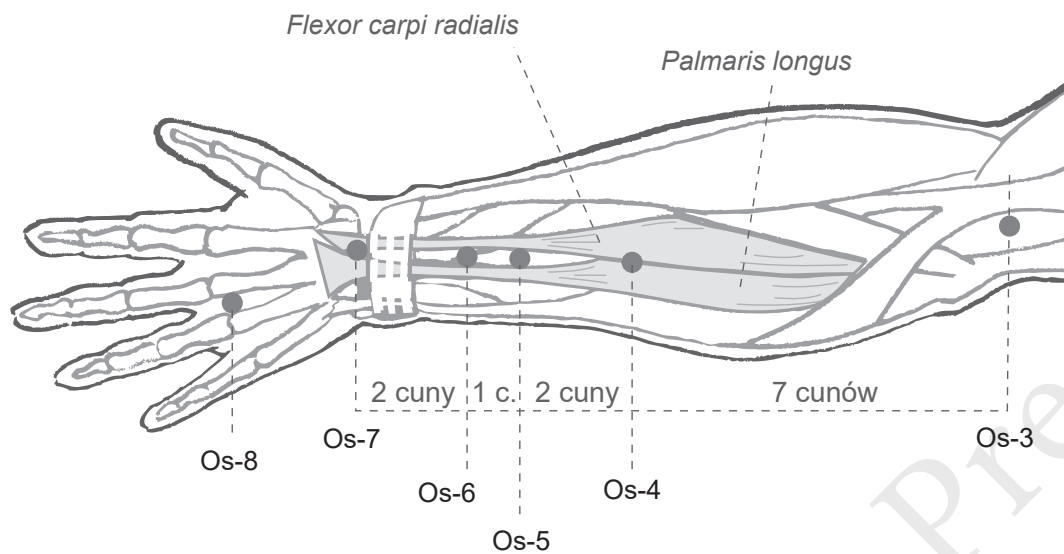
- ból serca (nadmiar)
- dyskomfort i sztywność karku (niedobór).

Wpływa korzystnie na Żołądek (związek południe – północ według zegara narządów – patrz rozdz. 1.7.1.)

- zewnętrzna patologia kanału Żołądka *zu yang ming*.

Wpływa korzystnie na *shen*

- zapominanie wyrazów; niezdecydowanie; lenistwo; stres, lęki wraz z palpatacjami



- lęk i przerażenie + S-7 Shenmen, S-9 Shaochong, PŻ-34 Yanglingquan^{*20}
- bezsenność; histeria.

Działanie lokalne

- ból i sztywność dłoni, ramienia i łokcia; syndrom cieśni nadgarstka.

Metody leczenia:

Nakłucie: 1–1,5 cuna prostopadle. Delikatne nakłucie oraz ułożenie ręki na stole na stronie łokciowej zapobiegnie nakłuciu nerwu pośrodkowego.

Moksa: bezpośrednia – 3–5 stożków, pośrednia – 5–10 minut.

Tytuł oryginału: *The Treasures of Acupuncture. Acupuncture Channel and Point Energetics. Clinical application of the written and oral traditions of Acupuncture*

Copyright for the English edition © 2014 by Hamid Montakab M.D.

Copyright © for the Polish translation and edition: Shen Press

All rights reserved. Wszystkie prawa zastrzeżone

Wszelkie prawa zastrzeżone. Bez pisemnej zgody wydawcy żadna część tej publikacji nie może być powielana ani przekazywana w żadnej formie, za pomocą żadnych środków elektronicznych lub mechanicznych, w tym fotokopii, nagrywania czy systemów przechowywania i wyszukiwania informacji.

Uwaga

Wydawca ani autor nie ponoszą żadnej odpowiedzialności za straty lub obrażenia osób lub uszkodzenia mienia czy uszczerbek na zdrowiu wynikające z wykorzystania porad i wskazówek zawartych w tej książce. Wybór najlepszej dla pacjenta metody leczenia należy do terapeuty/lekarza i zależy od jego doświadczenia i znajomości pacjenta. Poniższa książka nie zastąpi również konsultacji z lekarzem ani profesjonalnej opieki medycznej w razie jakichkolwiek problemów zdrowotnych.

Nota od wydawcy

Wydawca zdecydował się na wyróżnienie niektórych terminów – koncepcji chińskich wielkimi literami (np. Serce, Płuca, Śledziona, Powierzchnia, Mózg, Krew, Płyny itd.). Wiąże się to z faktem, iż pojęcia te są definiowane nieco inaczej niż w medycynie zachodniej.

Redaktor prowadzący: Anna Słowik

Tłumaczenie: Joanna Reszka, Anna Słowik, Marcin Szafarz, Agnieszka Szponar

Korekta: Jolanta Karaś

Ilustracje: Hamid Montakab, Solange Montakab-Pont

Zdjęcie na okładce: Matthias Frank, pixabay.com

Projekt graficzny i skład: Piotr Pucyło

ISBN 978-83-945300-1-3

Shen Press, 2024 r.

Wydanie pierwsze

Shen Press

ul. Przebendowskich 27, 81-543 Gdynia

e-mail: wydawnictwo@shenpress.pl

tel.: 517 793 944

www.shenpress.pl