

Dalej meridian ten wchodzi w okolicę nadobojczykową, skąd jedna jego gałązka biegnie w głąb ciała - do jelita grubego, a druga gałązka tego meridianu podąża tylnym brzegiem mięśnia mostkowo-obojętkowo-sutkowego, aż do kąta zuchwy. Meridian ten kończy się po stronie przeciwnej (do jego przebiegu) punktem *Yingxiang*, krzyżując się w bruździe nosowo-wargowej z identycznym meridianem znajdującym się po stronie przeciwnej.

Kierunek biegu energii w tym meridianie jest dośrodkowy. Z tradycyjnego punktu widzenia pobudzanie punktów meridianu jelita grubego wskazane jest przede wszystkim w chorobach jelita grubego i żołądka, błon śluzowych i skóry oraz płuc.

Na tym meridianie znajduje się 20 PA. Niżej wymieniamy PA najczęściej wykorzystywane przy MRT

**GI4 Hegu (che-gu)**, (złącze kości) - między I a II kością śródreżca, bliżej promieniowego brzegu II kości śródreżca. T.A.: tętnica tylna palca, powierzchniowa gałązka nerwu promieniowego. W s k a z a n i a : bóle głowy (twarzy, nosa, oczu, uszu), narządu oddechowego, zapaść, bezsenność, nocne pocenie się, brak miesiączki, nerwica neurasteniczna, ból i niedowład kończyn górnych, zespoły bólowe w górnej połowie tułowia. Jeden z podstawowych punktów akupunktury i jeden z ważniejszych przy MRT.

**GI5 Yangxi (jan-si)**, (potok yang) - w „anatomicznej tabakierce” (między ścięgnami mięśnia krótkiego i długiego prostownika kciuka) na stawie promieniowo-śródręcznym. T.A.: gałązki tętnicy promieniowej, powierzchniowe gałązki nerwu promieniowego. W s k a z a n i a : bóle głowy, szum w uszach, zapalenie migdałków podniebiennych, ból zębów, choroby stawu promieniowo-nadgarstkowego.

**GI10 Shousanli (szou-sań-li)**, (trzy odległości na ręce) - przy tylnym brzegu mięśnia prostownika promieniowego długiego i przednim brzegu krótkiego mięśnia prostownika promieniowego nadgarstka, 2 cuny niżej punktu *Quchi*. T.A.: tętnica promieniowa, nerw skórny tylny i boczny przedramienia. W s k a z a n i a : bóle zębów, zapalenie jamy ustnej, ból okolicy łokcia i ramienia, porażenie połowiczne, udar mózgu, nerwoból nerwu promieniowego, zapalenie gruczołu sutkowego, zapalenie ślinianki przyusznej, grypa, przewlekłe zapalenie okrężnicy. Punkt ten należy do grupy punktów ogólnowzmacniających.

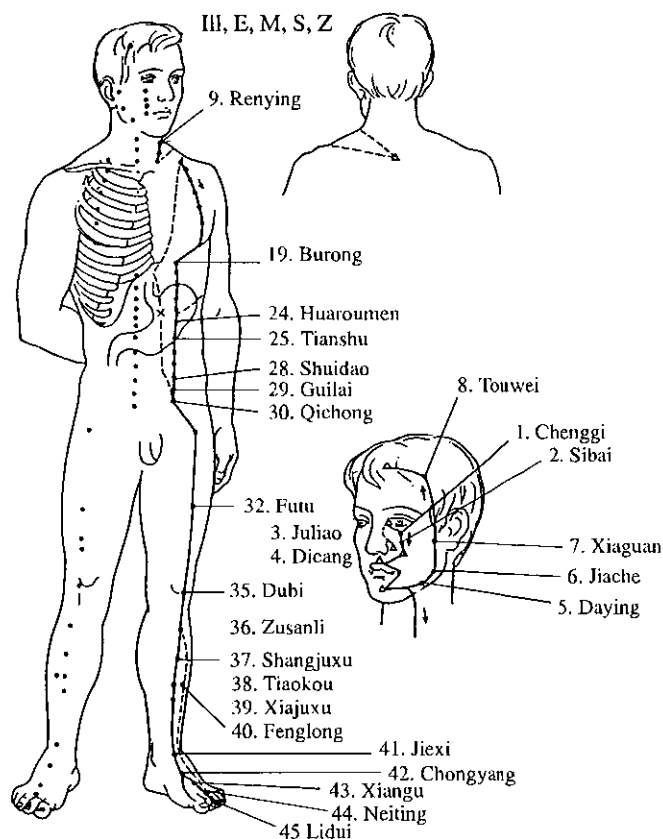
**GI11 Quchi (cjuj-czi)**, (zgięty staw) - na zewnętrznym brzegu zgięcia łokciowego (pośrodku między fałdem łokciowym a zewnętrznym kłykiem przy zgiętym stawie łokciowym). T.A.: Tętnica promieniowa wsteczna, nerw promieniowy tylny i boczny, skórny nerw przedramienia. W s k a z a n i a : zapalenie migdałków podniebiennych, ból w okolicy ramienia, łopatki i łokcia, bóle głowy, porażenie połowiczne, zapalenie opłucnej, nerwoból międzyżebrowy, neurastenia, niedokrwistość, choroby skóry, przewlekłe zapalenie okrężnicy. Działanie na ten punkt wykazuje wpływ ogólnowzmacniający.

**GI14 Binao (bi-nao)**, (mięsień ręki) - 7 cunów na punkcie *Quchi*, w miejscu przyczepienia mięśnia ramiennego. T.A.: gałązki tętnicy ramiennej, nerw pachowy, boczny, skórny nerw ramienia. W s k a z a n i a : zapalenie płuc, gościec, zaburzenia czynności ruchowej i czuciowej kończyn górnych, senność, gruźlicze zapalenie węzłów chłonnych w okolicy szyi, fobie.

**GI15 Jianyu (czajń-juj)**, (*jian* - koniec kości ramiennej, *lu* - kąt kości) - nad stawem ramiennym, między barkowym wyrostkiem łopatki a guzkiem większym kości promieniowej (odpowiada zagłębieniu powstającemu przy podnoszeniu ręki). T.A.: sieć tętnicza tętnicy nadłopatkowo i piersiowo-barkowej, skórne gałązki splotu barkowego i gałązka nerwu nadobojczykowego. W s k a z a n i a : choroba nadciśnieniowa, porażenie połowiczne, kręcz szyi, ból w okolicy ramienia.

### Meridian żołądka (III, Ż, M, S) - E

Meridian żołądka należy do grupy meridianów *Yang* kończących się na nodze, parzystych (rys. 15). Bierze on początek od punktu wyjścia meridianu jelita grubego i kieruje się w górę, do wewnętrznego kąta oka, kontaktując się z meridianem pęcherza moczowego w punkcie *Jingming* (V1). Stąd podchodzi ku środkowi dolnego brzoju oczodołu (do punktu wejścia *Chenqi* E1) i opuszcza się w dół do skrzydełka nosa. Dalej kieruje się do środka fałdu nosowo-wargowego, potem podchodzi do kąta ust (punkt *Dicang* E4) i znów ku środkowi wargi, ale już niżej (punkt *Chengjiang* J24). Od wargi dolnej meridian ten kieruje się przez żuchwę i około 2/3 od linii środkowej brody od jej kąta dzieli się na dwie gałęzi.



Rys. 15

Wyobrażenie przebiegu meridianu żołądka i jego podstawowe punkty.

Jedna z nich biegnie w górę i w przód od małżowiny usznej, dochodząc do okolicy czołowo-ciemieniowej. Druga gałązka meridianu opuszcza się niżej przedniego mięśnia mostkowo-obończykowo-sutkowego do obojczyka, skąd biegnie do punktu *Dazhui* (T14) wracając potem w okolicę nadobończykową i do poziomu linii sutkowej. Stąd daje odgałęzienie w głąb ciała, które dochodzi do żołądka i innych narządów jamy brzusznej, po czym znów łączy się na wysokości wzgórka łonowego w punkcie *Qichong* (E30) z zewnętrzną częścią meridianu. Zewnętrzna część meridianu od okolicy podobojczykowej kieruje się ku środkowo-obończykowej linii w dół. Na wysokości X żebra meridian odchyła się do wewnątrz i przebiega po zewnętrznym brzegu mięśnia prostego brzucha. Osiągnąwszy górny brzeg kości łonowej i połączywszy się z gałązką wewnętrzną wychodzi na zewnętrzną powierzchnię biodra i biegnie do zewnętrznego brzegu mięśnia czworogłowego. Dalej meridian przecina staw kolanowy i na podudziu przebiega po przednio-zewnętrznej powierzchni (między mięśniami długim prostownikiem palców a długim prostownikiem palucha). Na stopie meridian przechodzi między II a III kością śródstopia i kończy się w bok od kąta macierzy paznokcia II palca stopy punktem *Lidui* (E45).

Z tradycyjnego punktu widzenia meridian żołądka ma wpływ na narządy wewnętrzne, a szczególnie na żołądek, kontrolując jego czynność wydzielniczą. W praktyce leczniczej stosowanie punktów meridianu żołądka zależy często od miejsca, w którym się one znajdują. Punkty położone na głowie wykazują normalizujące oddziaływanie na krążenie krwi w narządach zmysłów oraz na błonę śluzową jamy ustnej. Działając na punkty meridianu żołądka można także leczyć nerwobóle i skurcze mięśni twarzy. Punkty tego meridianu, znajdujące się na szyi, działają na krtani i górne drogi oddechowe, a punkty na klatce piersiowej korzystnie wpływają na czynność płuc i oskrzeli.

Leczenie nieżytu żołądka i zapalenia jelita cienkiego jest skuteczniejsze wtedy, gdy pobudza się punkty okolicy klatki piersiowej i jamy brzusznej. Działanie na punkty leżące na nogach daje dobre wyniki w przypadkach zaburzeń krwioobiegu nie tylko w kończynach dolnych, ale także w innych częściach ciała (szyja, głowa). Punkty meridianu żołądka, leżące w dolnych częściach ciała, można wykorzystać także w leczeniu bólu głowy, chorób oczu i innych. Pobudzenie tego meridianu jest korzystne w chorobach głowy, nosa, twarzy, zębów, gardła. Skuteczne jest również w niektórych zaburzeniach układu nerwowego, chorobach przewodów pokarmowego, gorączce. W praktyce prowadzenia zabiegów MRT punkt *Zusanli* (E36) jest wykorzystywany jako jeden z głównych punktów akupunkturowych w znieczuleniu.

Na tym meridianie znajduje się 45 PA. Niżej wymieniamy PA najczęściej wykorzystywane przy MRT

**E1 *Chengqi***, (zbiornik łez) - w środku dolnego brzegu oczodołu (punkt zwykle znajduje się pod źrenicą - odpowiada jej środkowi). T.A.: tętnica podoczodołowa, nerw podoczodołowy. *Jiu (cju)* przeciwwskazane. **W s k a z a n i a** : choroby oczu, tiki i przykurcz mięśni okrężnych ust i oczu.

**E2 *Sibai***, (czterokrotna światłość) - 1 mm niżej punktu *Chengqi*, odpowiada otworowi podoczodołowemu. T.A.: tętnica podoczodołowa, nerw podoczodołowy. **W s k a z a n i a** : nerwoból nerwu trójdzielnego, choroby oczu, ból głowy, zawroty głowy, zapalenie zatok szczękowych, nieżyt nosa, zapalenie nerwu twarzowego, przykurcz mięśni mimicznych, zaburzenia mowy.

**E3 *Juliao (czuj-liao)***, (większe wgłębienie) - na jednej linii pionowej z punktem *Sibai* i na linii poziomej z punktem *Renzhong* (w fałdzie nosowo-wargowym). T.A.: rozgałęzienie tętnicy twarzowej, gałązki nerwu twarzowego, nerw podoczodołowy. **W s k a z a n i a** : zapalenie nerwu twarzowego, tiki i przykurcze mięśni mimicznych, nerwoból nerwu trójdzielnego, zapalenie rogówki, jaskra, krótkowzroczność, zapalenie zatok szczękowych, bóle zębów, choroby warg i policzków.

**E6 Jiache (czja-cze)**, (rydwan szczęki) - 10 ÷ 12 mm w przód od kąta zuchwy (we wgłębieniu) T.A.: tętnica żwaczowa, gałązki nerwu trójdzielnego, wielki nerw uszny. W s k a z a n i a : zapalenie nerwu twarzowego, tiki i przykurcze mięśni mimicznych, nerwoból nerwu trójdzielnego, chrypka, bóle zębów (w zuchwie), zapalenie jamy ustnej, bóle, tiki i przykurcze mięśni szyi, rozciągnięcie więzadeł w okolicy szyjno-potylicznej, porażenie połowicze, porażenie 4 kończyn, zaburzenia mowy.

**E7 Xiaguan (cja-guań)**, (dolna granica) - w przód i w dół od wyrostka stawowego zuchwy, w zagłębieniu. T.A.: tętnica poprzeczna twarzy odchodząca od tętnicy powierzchniowej skroniowej, trzecia gałązka nerwu trójdzielnego. W s k a z a n i a : zapalenie nerwu twarzowego, zawroty głowy, szum w uszach, osłabienie słuchu, bóle zębów (w szczęce).

**E13 Qihu (ci-czu)**, (dom oddechu) - pod obojczykiem, 4 cuny w bok od linii pośrodkowej klatki piersiowej. T.A.: najwyższa tętnica międzyżebrowa, nerw boczny piersiowy i nerw podobojczykowy. W s k a z a n i a : choroby układu oddechowego, skurcz przepony, krztusiec, czkawka.

**E14 Kufang (ku-fan)**, (skarbiec) - w pierwszym międzyżebżu, 4 cuny w bok od linii pośrodkowej klatki piersiowej. T.A.: jak wyżej. W s k a z a n i a : choroby płuc.

**E15 Wuyi (u-i)**, (pokojowy parawan) - w drugim międzyżebżu, 4 cuny w bok od linii pośrodkowej klatki piersiowej. T.A.: jak wyżej. W s k a z a n i a : te same.

**E16 Yingchuang (in-czuan)**, (sokole oko) - w trzecim międzyżebżu, 4 cuny w bok od linii pośrodkowej klatki piersiowej. T.A.: jak wyżej. W s k a z a n i a : te same.

**E18 Rugen (żu-geń)**, (trzon piersi) - w piątym międzyżebżu, 4 cuny w bok od linii pośrodkowej. T.A.: rozgałęzienie tętnicy międzyżebrowej, nerwu bocznego i międzyżebrowego. W s k a z a n i a : procesy zapalne gruczołu sutkowego, niedostateczna laktacja, zapalenie opłucnej, nerwoból międzyżebrowy.

**E25 Tianshu (tjań-szu)**, (niebiańska kolumna) - na wysokości pępka, 2 cuny w bok od linii pośrodkowej brzucha. T.A.: górna tętnica nadbrzuszna, okrężnica poprzeczna. W s k a z a n i a : choroby żołądka i jelit, zapalenia pęcherzyka żółciowego, nerek, błony śluzowej macicy, zaburzenia cyklu miesięczkowego.

**E29 Guilai (gaj-laj)**, (powrót) - 2 cuny w bok od linii pośrodkowej brzucha i 2 cuny niżej pępka. T.A.: tętnica nadbrzuszna powierzchniowa i tętnica nadbrzuszna najniższa, nerw XII międzyżebrowy oraz nerw biodrowo-podbrzuszny. W s k a z a n i a : zaburzenia moczowo-płciowe.

**E35 Dubi**, (nos cielaka) - we wgłębieniu obok więzadła rzepki kolanowej, na wysokości dolnego brzegu rzepki kolanowej. T.A.: sieć tętnicza stawu kolanowego, przednie skórne gałązki nerwu biodrowego, gałązki nerwów piszczelowego i strzałkowego wspólnego. W s k a z a n i a : zaburzenia czynności stawu kolanowego.

**E36 Zusanli (czu-sań-li)**, (trzy odległości na nodze) - 30 mm w bok od grzebienia kości piszczelowej, 3 cuny nad dolnym brzegiem rzepki kolanowej. T.A.: punkt leży między przednim mięśniem piszczelowym a mięśniem długim prostownikiem palców, gdzie rozgałęziają się przednia tętnica piszczelowa, nerw strzałkowy głęboki, przednie skórne gałązki nerwu udowego i boczny nerw skórny łydki. W s k a z a n i a : choroby układu trawiennego, kończyn dolnych, wyczerpanie ogólne, choroby jamy ustnej, zatrzymanie moczu, choroba nadciśnieniowa, ból głowy, zawroty głowy, choroby oczu.

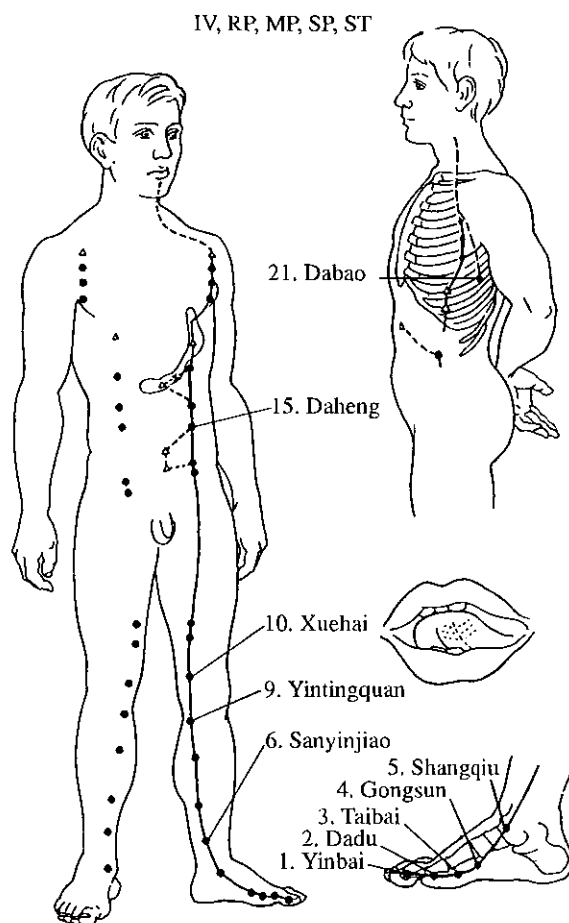
**E38 Tiaokou (tjai-kou)**, (pokryte zmarszczkami usta) - między kością piszczelową a kością strzałkową, 8 cunów nad górną krawędzią kostki bocznej. T.A.: między mięśniem prostownikiem palców a mięśniem piszczelowym. W tej okolicy przebiegają tętnica piszczelowa przednia, nerw strzałkowy i nerw łydkowy. W s k a z a n i a : choroby żołądkowo-jelitowe i choroby kończyn dolnych.

E40 *Fenglong (fen-lun)*, (bogata pełność) - między punktem E38 (1,5 szerokości palca w bok od niego) a przednią krawędzią kości strzałkowej, 8 cunów nad górną krawędzią kostki bocznej. T.A.: gałązki tętnicy piszczelowej przedniej, nerw strzałkowy głęboki i włókna czuciowe nerwu łydkowego. W s k a z a n i a : zaburzenia czynności czuciowych i ruchowych kończyn dolnych, ból głowy, zaparcia, zatrzymanie moczu, choroby wątroby, kaszel z plwociną.

E42 *Chongyang (czun-jan)*, (wartki *jang*) - na najwyższym miejscu sklepienia stopy, między stawami II i III kości klinowatych i II-III kości śródstopia. T.A.: tętnica tylna stopy, nerw skórny pośredni tylny. W s k a z a n i a : zaburzenia czynności czuciowej i ruchowej kończyn dolnych, stany zapalne stawów kończyn dolnych, ból zębów, zapalenia dziąseł, padaczka, wymioty, wzdęcia brzucha, brak łaknienia.

### **Meridian śledziony-trzustki (IV, ST, MP, SP) - RP**

Meridian śledziony-trzustki należy do meridianów *Yin*, parzystych, rozpoczynających swój bieg na stopie (rys. 16). Meridian ten zaczyna się na wewnętrznym brzegu kąta macierzy paznokcia I palca stopy. Na stopie przechodzi po jej wewnętrzno-bocznej powierzchni na granicy tylnej i podeszwowej części skóry. Nieco w przód od kostki przyśrodkowej przecina staw skokowo-goleniowy i wychodzi na przednio-wewnętrzną powierzchnię podudzia, kieruje się w górę po tylnym brzegu kości piszczelowej.



Rys. 16

Wyobrażenie przebiegu meridianu śledziony-trzustki i jego podstawowe punkty.

Przecina staw kolanowy i po przednio-wewnętrznej powierzchni biodra dochodzi do brzucha, przecinając przez środek więzadło pachwinowe. Na tej wysokości meridian dzieli się na dwie gałęzi: jedna z nich (powierzchniowa) kieruje się w górę po przedniej ścianie brzucha w odległości 4 cunów od linii pośrodkowej. Na wysokości XI żebra meridian odchyła się w bok i przechodzi przez klatkę piersiową w odległości 6 cunów od przedniej linii pośrodkowej. Doszedłszy do drugiej przestrzeni międzyżebrowej, gałązka powierzchniowa meridianu powraca nieco w bok i w dół, kończąc się w szóstej przestrzeni międzyżebrowej na linii środkowo-pachowej punktem *Dabao*. Druga (wewnętrzna) gałązka meridianu po wejściu do jamy brzusznej w dolnej jej części dochodzi do śledziony, trzustki (wg tradycji - prawym meridianem kieruje trzustka, a lewym - śledziona) i żołądka. Po przecięciu przepony gałązka ta biegnie wzdłuż przełyku do nasady języka i rozdziela się na jego dolnej powierzchni. Wcześniej od trzustkowej gałązki meridianu odchodzi odgałęzienie boczne, które także przecina przeponę, ale potem kieruje się w stronę serca. Kierunek przebiegu energii w tym meridianie jest dośrodkowy. Zgodnie z koncepcjami starożytnej medycyny Dalekiego Wschodu meridian śledziony (jak i sam narząd) ma związek z przesuwaniami i przetwarzaniem pokarmu w jelitach, a także z wchłanianiem substancji odżywczych. Oprócz tego śledziona reguluje przemianę wodną w organizmie i zaburzenie jej czynności może doprowadzić do powstania obrzęków. W przypadku pooperacyjnego obrzęku płuc w następstwie operacji wykonanej w narządach jamy brzusznej należy wpływać na meridian i na tworzący z nim parę - meridian żołądka.

Śledziona reguluje i wpływa także na krew, przekazując do niej substancje odżywcze, i w ten sposób zabezpiecza prawidłową czynność innych narządów, warunkując należyte ich ukrwienie. Śledziona wraz z wątrową odpowiada za stan mięśni. Zgodnie ze wschodnimi koncepcjami meridian śledziony i trzustki wpływa na intelekt, myślenie i wyobraźnię.

Meridian ten odgrywa rolę wspomagającą w leczeniu chorób układu moczowo-płucowego (a głównie tu są meridiany nerek i wątroby). Działanie na punkty oddalone tego meridianu korzystnie wpływa na strefę emocjonalną i intelektualną w niektórych rodzajach depresji, zespołach neurastenicznych, a także w przypadkach inercji umysłowej, niedostatkach koncentracji uwagi i w zmęczeniu. Na meridianie znajduje się 21 PA. Niżej wymieniamy PA najczęściej wykorzystywane przy MRT

**RP2 *Dadu (da-du)***, (wielkie miasto) - na wewnętrznej stronie palca wielkiego stopy, dalej w kierunku stawu śródstopno-paliczkowego. T.A.: rozgałęzienie przyśrodkowej tętnicy podeszwowej, przyśrodkowy nerw podeszwowy odchodzący od nerwu piszczelowego. **W s k a z a n i a** : zapaść, ostre zapalenie jelita cienkiego i okrężnicy, wzdęcia brzucha, zaburzenie cyklu miesięczkowego, drgawki u dzieci, choroby psychiczne. W okresie ciąży działanie na ten punkt jest przeciwwskazane.

**RP3 *Taibai (taj-baj)***, (najwyższa światłość) - w tył od główki I kości śródstopia, na wewnętrznej powierzchni stopy. T.A.: tętnica podeszwowa przyśrodkowa, odchodząca od tętnicy piszczelowej i przyśrodkowy nerw podeszwowy, odchodzący od nerwu piszczelowego. **W s k a z a n i a** : choroby żołądkowo-jelitowe, ból krzyża, zaburzenia czynności ruchowej i czuciowej kończyn dolnych, padaczka.

**RP4 *Gongsun (guń-suń)***, (wnuk księcia) - na wewnętrznej powierzchni stopy, na przednio-dolnym brzegu podstawy I kości śródstopia. T.A.: jak wyżej. **W s k a z a n i a** : choroby żołądkowo-jelitowe, zapalenie mięśnia sercowego, choroba wieńcowa, zapalenie opłucnej, obrzęki głowy i twarzy, padaczka, krwotok z macicy, poronienie nawykowe.

**RP5 *Shangqiu***, (wzgórze narad) - w przód i w dół od kostki przyśrodkowej w zagłębieniu między wierzchołkiem a guzkiem kości łódeczkowej. T.A.: przyśrodkowa tętnica kostkowa

przednia, odchodząca od przedniej tętnicy piszczelowej, przyśrodkowe gałązki podudzia, gałązki powierzchniowego nerwu strzałkowego. W s k a z a n i a : choroby żołądkowo-jelitowe (wzdęcia brzucha, burczenie w jelitach, ból języka i dolnej części brzucha, wymioty, zaparcia, hemoroidy). Choroby żył i kości.

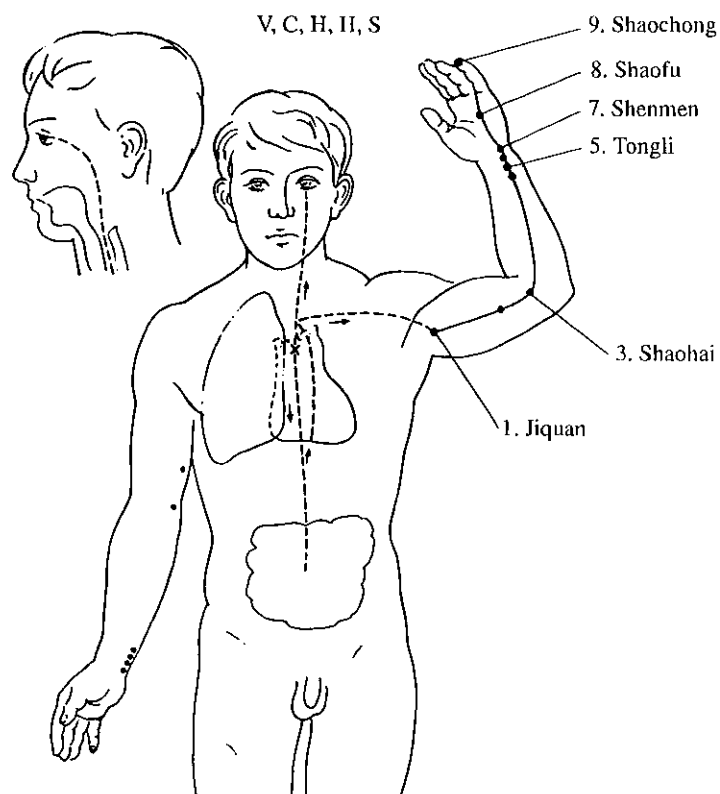
**RP6 Sayinjiao (sań-iń-c-zjao)**, (punkt spotkania trzech yin) - w tył od kości piszczelowej, 3 cuny nad górnym brzegiem kości przyśrodkowej. T.A.: tętnica tylna piszczelowa, przyśrodkowe gałązki skórne podudzia, nerw piszczelowy. W s k a z a n i a : choroby układu moczowo-płciowego (brak miesiączkowania, krwotok maciczny, bóle w okolicy prącia, polucje), zaburzenia czynności czuciowych i ruchowych kończyn dolnych, nieżyt jelita cienkiego i okrężnicy, krwawienie z żyłaków odbytu, bezsenność, zespoły neurasteniczne. Jeden z głównych punktów.

**RP9 Yinlingquan (iń-lin-c-juan)**, (żądło na wzgórzu) - na tylnym brzegu przyśrodkowego kłykcia kości piszczelowej, 2 cuny poniżej dolnego brzegu rzepki, na wysokości punktu *Yanglingquan*. T.A.: tętnica piszczelowa tylna, przyśrodkowa tętnica kolana i przyśrodkowe skórne gałązki podudzia. W s k a z a n i a : biegunka, kolka jelitowa, zaparcia kurczowe u kobiet, nietrzymanie moczu, zatrzymanie moczu, zapalenie pochwy, ostre zapalenie pęcherza moczowego, bezsenność, zapalenie stawu kolanowego.



### **Meridian serca - (V, S, H, H) - C**

Meridian serca należy do grupy meridianów typu *Yin*, parzystych (rys. 17). Jest on przedłużeniem meridianu śledziony i trzustki. Zaczyna swój bieg od serca i zaraz dzieli się na dwie gałęzie: jedna gałąź przenika przez przeponę i kieruje się do jelita cienkiego, druga - wychodzi z serca i biegnie dwoma stronami wewnętrznej powierzchni szyi do oczu. Powierzchniowa gałąź meridianu wychodzi z serca na ramię na wysokość bocznej brzozy wielkiego mięśnia piersiowego w linii przednio-pachowej. Dalej meridian biegnie po tylnoprzódkowej powierzchni ramienia, przedramienia, przechodzi po łokciowym brzozy dłoni między V a VI kością, kończy się przy kącie macierzy paznokcia palca V ręki po stronie promieniowej.



Rys. 17  
Wyobrażenie przebiegu meridianu serca i jego podstawowe punkty.

Zgodnie z koncepcją medycyny wschodniej, meridian serca jest układem czynnościowym, wpływającym głównie na stan oraz czynność serca i krwiobieg. Stare koncepcje mówią, że pod kontrolą serca znajduje się świadomość, aktywność umysłowa, odczuwanie i emocje. Człowiek jest rześki i pełen radości życia dopóty, dopóki ma zdrowe serce. Pogorszenie się jego pracy prowadzi do drażliwości, ociężałości, małej aktywności, niezdecydowania itp. W związku z tym punktom meridianu serca przypisuje się szczególne znaczenie w leczeniu różnych zaburzeń emocjonalno-stresowych, nerwic, depresji i niektórych innych zaburzeń czynnościowych. Charakterystyczne jest, że lekarze Wschodu przywiązują wielkie znaczenie do stanu bołon śluzowych i skóry, określając w ten sposób różne choroby, a także do określonych stanów serca. Uważają oni, że „język - to zwierciadło serca, a twarz - odzwierciedla jego stany”. Serce wpływa na stan oczu i uszu. Przyjemny „pożar szalejący w sercu” czyni człowieka bystrym, a „osłabienie energii serca” prowadzi do osłabienia słuchu.

W praktyce należy pamiętać, że działanie na punkty meridianu serca wpływa dodatnio na przebieg leczenia zaburzeń czynności układu sercowo-naczyniowego, nerwic, omdleń, zawrotów głowy, a ponadto usuwa w pewnym stopniu zaburzenia psychoemocjonalne (strach, lęk, smutek itp.) Na tym meridianie znajduje się 9 PA. Niżej wymieniamy PA najczęściej wykorzystywane przy MRT

**C1 Jiquan**, ( najwyższe źródło) - punkt znajdujący się na wysokości dołu pachowego, przy dolnym brzegu mięśnia piersiowego większego i wewnętrznego brzegu mięśnia dwugłowego ramienia. T.A.: nerw łokciowy i pośrodkowy, przyśrodkowy nerw skóry ramienia, boczne skórne gałązki nerwu międzyżebrowego, tętnica ramienna. **W s k a z a n i a** : choroby serca, histeria, nerwoból międzyżebrowy, zapalenie splotu nerwowego, mdłości, choroba Raynauda.

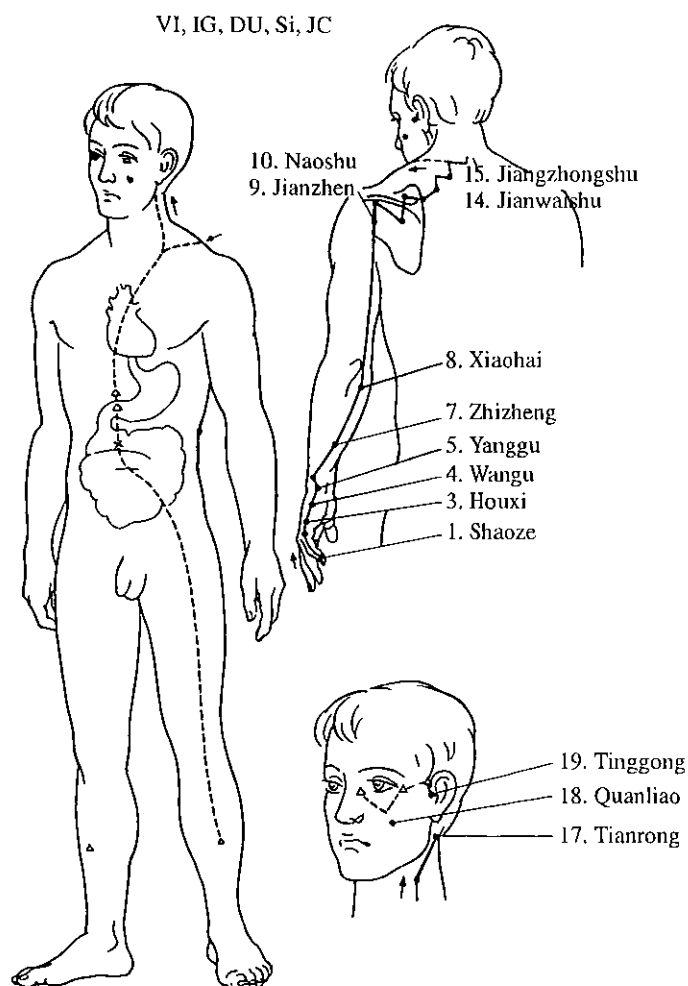
**C4 Lingdao**, (droga ducha) - na przedramieniowym brzegu ścięgna łokciowego zginacza ręki, 1,5 cuna nad fałdem nadgarstkowym po stronie promieniowej. T.A.: przyśrodkowy nerw skóry przedramienia, tętnica łokciowa i nerw łokciowy. **W s k a z a n i a** : choroby czynnościowe serca, histeria, mdłości, ból w okolicy stawu łokciowego, porażenie nerwu łokciowego.

**C5 Tongli** (*tyn-li*), (więź ze światem wewnętrznym) - między ścięgnem łokciowego zginacza ręki, a powierzchniowym zginaczem palców, 1 cun nad fałdem nadgarstkowym. T.A.: jak wyżej. **W s k a z a n i a** : bóle głowy, zawroty głowy, częstokurcz pochodzenia nerwowego, przekrwienie spojówki, kurcze mięśni kończyn górnych, nerwice, niedociśnienie tetnicze.

**C7 Shenmen** (*szeń-meń*), (boskie drzewo) - przy ścianie łokciowego zginacza ręki, w fałdzie nadgarstkowym, po stronie promieniowej, w zagłębieniu między kością grochową a łokciową. T.A.: tętnica łokciowa i nerw łokciowy, włókna czuciwe przyśrodkowego nerwu skórnego przedramienia i dłoniowe skórne gałązki nerwu łokciowego. **W s k a z a n i a** : bezsenność, nerwice, psychozy i neurogenne choroby serca, nadczynność gruczołu tarczowego, choroba nadciśnieniowa, utrata krwi po porodzie itp.

### **Meridian jelita cienkiego (VI, JC, Dü, Si) - IG**

Meridian jelita cienkiego należy do grupy meridianów typu *Yang*, zaczynających się na ręce, parzystych (rys. 18) - jest przedłużeniem meridianu serca. Zaczyna się na łokciowym brzegu macierzy palca małego ręki. Kierując się dalej po stronie łokciowej dłoni przez staw promienio-wo-nadgarstkowy, przechodzi po wewnętrznej powierzchni przedramienia i ramienia.



Rys.18

Wyobrażenie przebiegu meridianu jelita cienkiego i jego podstawowe punkty.

Na wysokości dolnego brzegu kolca łopatki po tylnopachowej linii meridian ten obniża się do wgłębienia nadobojczykowego i dalej linią zygawkową po kolcu łopatki kieruje się do punktu *Dashui* (T14), gdzie kontaktuje się z innymi meridianami typu *Yang*. Z tego punktu przenika do okolicy nadobojczykowej, gdzie dzieli się na dwie gałęzie. Jedna z nich biegnie wzdłuż przełyku, kierując się w głąb ciała i dając odgałęzienie do serca oraz przecinając przeponę, dochodzi do żołądka, a także do jelita cienkiego. Druga gałąź meridianu z okolicy nadobojczykowej kieruje się po tylnej krawędzi mięśnia mostkowo-obojczykowo-sutkowego i dochodzi do kąta zuchwy. Następnie podchodzi do ucha, a druga kieruje się do wewnętrznego kąta oka.

Zgodnie z koncepcjami medycyny Wschodu jelito cienkie i serce wzajemnie na siebie oddziałują. Jeżeli choroba atakuje serce, to porażona zostaje także czynność jelita cienkiego i na odwrót. Wzajemne powiązanie między sercem a jelitem cienkim - to jeden z przykładów wewnętržno-zewnętrznych współzależności.

Wewnętrzno-zewnętrznymi związkami z meridianem serca wyjaśnia się i to, że punkty meridianu jelita cienkiego oddziałują na stan pobudzenia, co jest związane z układem nerwowym (zespoły neurasteniczne, płasawica, padaczka). Często poprzez działanie na punkty tego meridianu można z powodzeniem leczyć szum w uszach wywołany zaburzeniami czynnościowymi w uchu wewnętrznym.

Wiele chorób gośćcowych i bólów stawowych, chorób rąk, obręczy kończyn górnych można z powodzeniem leczyć oddziałując na punkty meridianu jelita cienkiego. Skuteczne jest w niektórych przypadkach działanie na te punkty podczas leczenia stanów zapalnych jelita cienkiego o różnej etiologii. Uważa się, że lewa gałązka tego meridianu ma wpływ na stan jelita cienkiego, a prawa działa dopełniająco na dwunastnicę. Miejscowo-segmentowy wpływ meridianu jelita cienkiego daje najlepsze wyniki w leczeniu bólu głowy, bólu w tylnobocznej części szyi, w obręczy kończyny górnej i łokcia. Objawami nadmiaru energii są: bóle i kurcze w okolicy szyjno-potylicznej, tylnej powierzchni ramienia oraz przedramienia; bóle dolnej części brzucha, niekiedy zaparcia. Objawami niedoboru energii są natomiast: mdłości, wymioty i biegunka, dzwonienie w uszach, osłabienie słuchu, słabość kończyn, obrzęki szyi i zuchwy. Na meridianie znajduje się 19 PA. Niżej wymieniamy PA najczęściej wykorzystywane przy MRT:

**IG1 *Shaoze***, (mały staw) - ok. 3 mm w bok od kąta macieży paznokcia palca V ręki. T.A.: tętnica główna dłoniowa i nerw dłoniowy właściwy palców, odchodzący od nerwu łokciowego. W s k a z a n i a : kaszel, bóle głowy, zapalenie migdałków podniebiennych, choroby czynnościowe serca, ból przedramienia, tiki i przykurcze mięśni okolicy szyjno-potylicznej, niedostateczna laktacja, zapalenie gruczołu sutkowego, zatrucia pokarmowe.

**IG3 *Houxi (chou-si)***, (tylny wawóz) - w tył od główki V kości śródreżca, na jej brzegu łokciowym, na końcu fałdu dłoniowego, w zagłębieniu. T.A.: tętnica tylna palcowa, odchodząca od tętnicy łokciowej, i nerw tylny palców, odchodzący od nerwu łokciowego. W s k a z a n i a : przykurcz mięśni okolicy szyjno-potylicznej, przedramienia i ramienia, padaczka, krwotok z nosa, osłabienie słuchu, zapalenie powiek, zapalenie korzeni nerwowych szyjnych.

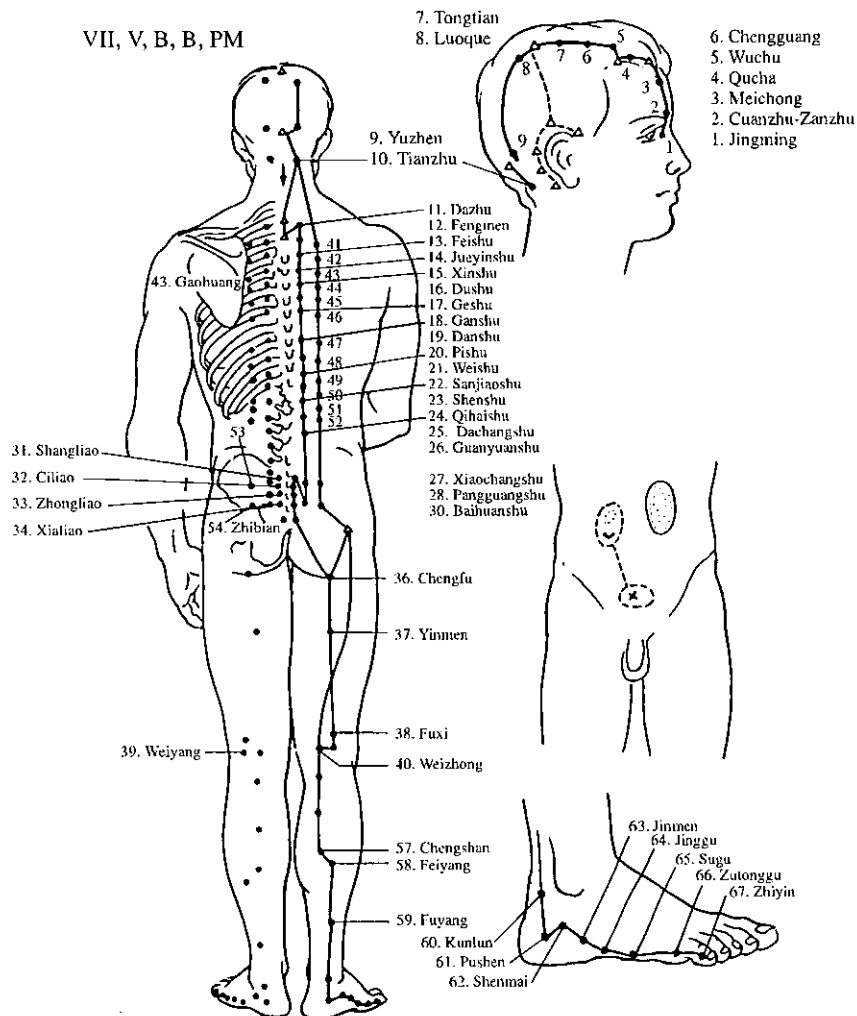
**IG5 *Yanggu***, (słoneczna dolina) - między wyrostkiem rylcowatym kości łokciowej a kością trójgraniastą, w zagłębieniu wyczuwalnym przy zgiętej w pół (w stawie łokciowym) ręce. T.A.: tylna, nadgarstkowa gałązka tętnicy łokciowej, tylne gałązki nerwu łokciowego. W s k a z a n i a : zawroty głowy, szum w uszach, osłabienie słuchu, padaczka, zapalenie jamy ustnej, bóle przedramienia.

**IG9 Jianzhen**, (czystość kamienia) - w tył i w dół od stawu ramiennego, między kością ramienną a łopatką, na tej samej linii pionowej co dół pachowy. T.A.: gałązki tętnicy tylnej okalającej kość ramienia, w głębi - nerw pachowy, tylny skórny nerw ramienia, przyśrodkowy nerw ramienia i boczna skórna gałązka nerwów międzyżebrowych. **W s k a z a n i a** : szum w uszach, bóle głowy, bóle w okolicy łopatki, pleców i stawów kończyn górnych.

**IG19 Tinggong**, (pałac słuchu) - między skrawkiem ucha i stawowym wyrostkiem żuchwy. T.A.: gałązki powierzchniowej tętnicy skroniowej, nerw uszno-skroniowy (od trzeciej gałązki nerwu trójdzielnego). **W s k a z a n i a** : osłabienie słuchu, zapalenie wewnętrznego przewodu słuchowego, chrypka, afazja, jąkanie.

### Meridian pęcherza moczowego (VII, PM, B, B) - V

Meridian pęcherza moczowego należy do grupy meridianów typu *Yang*, kończących się na stopie, jest parzysty i stanowi przedłużenie meridianu jelita cienkiego (rys. 19). Zaczyna się w wewnętrznym kącie oka, kierując się w górę przez okolicę czołową i ciemieniową. Bieg meridianu pęcherza moczowego w tych okolicach odpowiada umownej pierwszej bocznej linii głowy, która może być prowadzona równoległe do linii pośrodkowej głowy od wewnętrznego kąta oka.



Rys. 19

Wyobrażenie przebiegu meridianu pęcherza moczowego i jego podstawowe punkty

W okolicy szyjno-potylicznej meridian ten dzieli się na dwie gałęzie. Pierwsza z nich biegnie równolegle do tylnej linii pośrodkowej w odległości 1,5 cuna od wyrostków kołczystych, a druga w odległości 3 cunów od nich. W okolicy lędźwiowej od pierwszej gałęzi odchodzi gałązka oboczna do nerek i pęcherza moczowego. Główna część pierwszej gałęzi meridianu przebiega przez okolicę krzyżową i pośladkową, a następnie wychodzi na tylną powierzchnię uda kierując się do dołu podkolanowego, gdzie łączy się z drugą gałęzią która także dochodzi do dołu podkolanowego po przebyciu drogi od okolicy szyjno-potylicznej. Od dołu podkolanowego meridian ten biegnie po tylnej powierzchni podudzia w dół do kostki bocznej, którą mija z tyłu. Dalej przebiega on po zewnętrznej powierzchni stopy (granica międzypodeszwowa a tylną częścią skóry) do zewnętrznego kąta macierzy paznokcia palca małego stopy, gdzie kończy się punktem *Zhiyin* (V67).

Zgodnie z koncepcją ludowych lekarzy chińskich meridian pęcherza moczowego reguluje czynność nerek i kontroluje oddawanie moczu. Oznakami zmniejszonej czynności meridianu są: częste oddawanie niewielkiej ilości moczu, przewlekły ból kręgosłupa, słabość, strach. Objawami zaś zwiększonej czynności są przede wszystkim: ostry ból kręgosłupa, okolicy lędźwiowej i nóg, łzawienie i bóle okolicy czołowo-potylicznej. W praktyce punkty meridianu pęcherza moczowego wykorzystywane są z dobrym skutkiem w leczeniu stanów bólowych i spastycznych (bóle głowy, bóle krzyża, kurcz mięśnia brzuchatego łydki). Poprzez punkty tego meridianu można także oddziaływać na takie schorzenia, jak wyprysk (egzema), zapalenia skóry, łuszczyca.

Działając na punkty „zgodności” można regulować czynności odpowiedniego narządu (serca, płuc, żołądka itp.). Jeżeli mamy mówić o okolicach ciała i narządach, na które najskuteczniej można działać poprzez punkty tego meridianu, to należy tu wymienić: ośrodkowy układ nerwowy (mózg i rdzeń kręgowy), głowę, tylną powierzchnię szyi, plecy, narządy wewnętrzne i skórę. Na meridianie tym znajduje się 67 PA. Niżej wymieniamy PA najczęściej wykorzystywane przy MRT:

**V2 Zanzhu**, (przewiercony bambus) - nad punktem *Jingming*, odpowiada początkowi brwi, podczas palpacji w tym miejscu wyczuwa się zagłębienie. T.A.: tętnica nadbłoczkowa, gałązki nerwu trójdzielnego. Przyżeganie przeciwwskazane. W s k a z a n i a : choroby oczu, zawroty głowy, bóle przedniej części głowy, zapalenie nerwu twarzewego, nerwoból nerwu trójdzielnego.

**V11 Dazhu** (*da-czżu*), (wielki krąg) - 1,5 cuna w bok od przestrzeni między wyrostkami kołczystymi I i II kręgu piersiowego (położenie tego punktu ustala się, gdy pacjent znajduje się w pozycji siedzącej z przywiedzionymi i podpartymi na łokciach rękami, z głową pochyloną w przód). T.A.: gałązka zstępująca tętnicy poprzecznej szyjnej, grzbietowy nerw łopatki, nerw dodatkowy. W s k a z a n i a : zapalenie oskrzeli, bóle głowy, padaczka, zapalenie korzeni nerwowych szyjno-piersiowych, choroby układu oporowo-ruchowego.

**V14 Jueyinshu** (*c-zjue-iń-szu*), (absolutne *shu yin*) - 1,5 cuna w bok od przestrzeni między IV a V kręgiem piersiowym. T.A.: tylne gałązki tętnicy międzyżebrowej, gałązka zstępująca poprzecznej tętnicy szyjnej, nerw dodatkowy, tylne gałązki nerwów piersiowych. W s k a z a n i a : choroby serca, płuc, czkawka, wymioty.

**V15 Xinshu** (*siń-szu*), (*shu* serca) - 1,5 cuna w bok od przestrzeni między V a VI kręgiem piersiowym. T.A.: jak wyżej. W s k a z a n i a : choroby serca, żołądka, zwężenie przetyku, zaburzenia emocjonalno-wolijonalne.

**V16 Dushu** (*du-szu*), (*shu* Du-Mai) - 1,5 cuna w bok od przestrzeni między VI a VII kręgiem piersiowym. T.A.: jak wyżej. W s k a z a n i a : takie same.

V17 *Geshu* (*ge-szu*), (*shu* przepony) - 1,5 cuna w bok od przestrzeni między VII a VIII kręgiem piersiowym. T.A.: jak wyżej. W s k a z a n i a : choroby serca i płuc (kołatanie, zapalenie opłucnej, dychawica oskrzelowa, zapalenie oskrzeli), nieżyt żołądka, niestrawność u dzieci; dla zwiększenia czynności krwiotwórczych.

V18 *Ganshu*, (*shu* wątroby) - 1,5 cuna w bok od przestrzeni między IX a X kręgiem piersiowym. T.A.: tylne gałązki tętnicy międzyżebrowej i nerwów piersiowych. W głębi po prawej stronie znajduje się wątroba, a po lewej - żołądek. W s k a z a n i a : żółtaczką, choroby żołądka i jelit, zawroty głowy po chorobach z gorączką, łzawienie, psychozy, zapalenie oskrzeli, nerwoból międzyżebrowy, tęgoryjcowatość dwunastnicy (choroba tęgoryjcowca, hakowica).

V19 *Danshu*, (*shu* pęcherzyka żółciowego) - 1,5 cuna w bok od przestrzeni między X a XI kręgiem piersiowym. T.A.: jak wyżej. W s k a z a n i a : gorączka, dreszcze, bóle głowy, choroby pęcherzyka żółciowego, żółtaczką, wymioty, zwężenie przełyku, nieżyt krtani, zapalenie opłucnej, nadciśnienie tętnicze.

V20 *Pishu* (*pi-szu*), (*shu* śledziony) - 1,5 cuna w bok od przestrzeni między XI a XII kręgiem piersiowym. T.A.: jak wyżej. W s k a z a n i a : choroby układu trawiennego, cukrzyca.

V23 *Shenshu* (*szeń-szu*), (*shu* nerki) - 1,5 cuna od przestrzeni między II a III kręgiem lędźwiowym (na wysokości punktu *Mingmen* i na wysokości pępka). T.A.: tylne gałązki tętnicy lędźwiowej, tylne gałązki nerwów lędźwiowych. W s k a z a n i a : choroby układu moczowo-płciowego (zapalenie nerek, skurcz zwieraczy pęcherza moczowego, nietrzymanie moczu, brak nasienia „aspermia”, zmyły nocne „polucje”, zaburzenia cyklu miesiączkowego, bóle krzyża).

V24 *Qihai* (*ci-chaj-szu*), (*shu* morza oddechu) - 1,5 cuna w bok od przestrzeni między III a IV kręgiem lędźwiowym. T.A.: jak wyżej. W s k a z a n i a : bóle krzyża, lumbalgia, hemoroidy, nadciśnienie tętnicze.

V25 *Dachangshu* (*da-czan-szu*), (*shu* jelita grubego) - 1,5 cuna w bok od przestrzeni między IV a V kręgiem lędźwiowym. T.A.: jak wyżej. W s k a z a n i a : bóle lędźwiowo-krzyżowe, choroby jelita grubego (wzdęcia brzucha, nieżyt jelita grubego i okrężnicy, burczenie w brzuchu, rozwolnienie lub zaparcia), nietrzymanie moczu, choroba nadciśnieniowa.

V27 *Xiaochangshu* (*sjao-czan-szu*), (*shu* jelita cienkiego) - 1,5 cuna w bok od przestrzeni między szczątkami I i II kręgu krzyżowego (w bok od pierwszego tylnego otworu krzyżowego). T.A.: tylna gałązka pośrodkowej tętnicy krzyżowej, tylne gałązki nerwów krzyżowych. W s k a z a n i a : nieżyt jelita cienkiego i okrężnicy, hemoroidy, bóle lędźwiowo-krzyżowe, zapalenie błony śluzowej macicy.

V30 *Baihuanshu* (*baj-czuań-szu*), (*shu* zwieracza) - 1,5 cuna w bok od linii pośrodkowej pleców, na wewnętrznym brzegu wielkiego otworu kulszowego. T.A.: dolna tętnica pośladkowa i dolny nerw pośladkowy, włókna czuciowe tylnych gałązek nerwów krzyżowych. W s k a z a n i a : bóle lędźwiowo-krzyżowe, choroby odbyticy, zatrzymanie moczu, zapalenie błony śluzowej macicy.

V34 *Xialiao* (*sjao-lao*), (*sjao-lao*) - odpowiada czwartemu tylnemu otworowi krzyżowemu. T.A.: tętnica boczna krzyżowa, tylne gałązki nerwów krzyżowych. W s k a z a n i a : choroby układu moczowo-płciowego, bóle lędźwiowo-krzyżowe, hemoroidy.

V36 *Chengfu* (*czou-fu*), (*czou-fu*) - (podtrzymanie oparcia) - na dolnym brzegu wielkiego mięśnia pośladkowego, między mięśniem dwugłowym a mięśniem półścięgnistym. T.A.: dolna tętnica pośladkowa, dolny nerw pośladkowy, tylny nerw skórny uda; w głębi nerw kulszowy. W s k a z a n i a : bóle lędźwiowo-krzyżowe, hemoroidy, zatrzymanie moczu.



**V43 Gaohuang (gao-chuan)**, (ośrodku życia) - 3 cuny w bok od przestrzeni między IV a V kręgiem piersiowym. T.A.: gałązka zstępująca tętnicy poprzecznej szyjnej, nerw grzbietowy łopatki, tylne gałązki nerwów piersiowych, nerw dodatkowy. **W s k a z a n i a** : choroby przewlekłe (gruźlica płuc, zapalenie oskrzeli, choroba wrzodowa żołądka), zespoły neurasteniczne, zmyły nocne (polucje). W starożytności uważano, że działanie na ten punkt umożliwia leczenie „stu chorób” i wpływa na organizm zapobiegawczo.

**V52 Zhishi (czži-szi)**, (miejsce woli) - 3 cuny w bok od przestrzeni między II a III kręgiem lędźwiowym. T.A.: tylne gałązki tętnicy międzyżebrowej, gałązki nerwów piersiowych. **W s k a z a n i a** : choroby narządu moczowo-płciowego i jelit.

**V54 Zhibian (czži-bjań)**, (składany kraj) - odpowiada zewnętrznemu brzegowi wejścia w kanał krzyżowy, 3 cuny w bok od linii pośrodkowej pleców. T.A.: nerw kulszowy, górna tętnica pośladkowa, górny i dolny nerw pośladkowy. **W s k a z a n i a** : zapalenie pęcherza moczowego, hemoroidy, bóle krzyża, rwa kulszowa, choroba kończyn dolnych.

**V57 Chengshan**, (podparcie góry) - w miejscu połączenia obu głów mięśnia brzuchatego łydki oraz ich przejścia w ścięgno piętowe, pośrodku odległości między górnym brzegiem kostki przyśrodkowej a fałdem dołu podkołanowego. T.A.: tylna tętnica piszczelowa powrotna, nerw piszczelowy i pośrodkowe skórne gałązki podudzia. **W s k a z a n i a** : zapalenie korzeni rdzeniowych lędźwiowo-krzyżowych, kurcz mięśnia brzuchatego łydki, wymioty, rozwolnienie, drgawki u dzieci, hemoroidy.

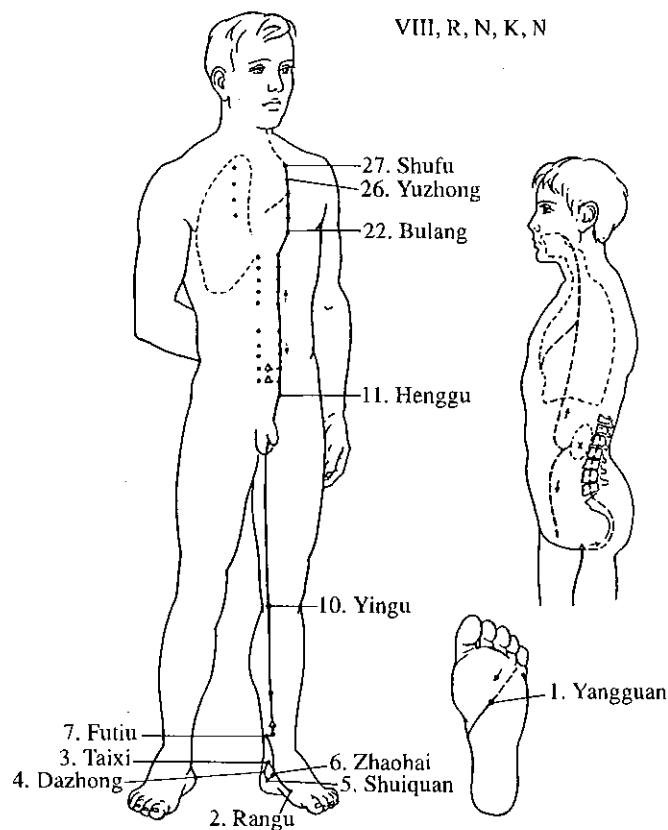
**V58 Feiyang (fej-jang)**, (pobudka) - w miejscu przejścia zewnętrznego brzuśca mięśnia brzuchatego łydki w ścięgno piętowe, 7 cunów nad kostką boczną. T.A.: jak wyżej. **W s k a z a n i a** : te same.

**V60 Kunlun (kuń-luń)**, (nazwa góry w Tybecie) - w środku odległości między kostką boczną a ścięgnem piętowym. T.A.: gałązka sieci kostki bocznej, tętnica strzałkowa, nerw łydkowy. **W s k a z a n i a** : bóle głowy i inne zespoły bólowe, choroba nadciśnieniowa, zawroty głowy, krwotoki z nosa, krwawienie z żyłaków odbytu, rwa kulszowa, zapalenie stawu skokowo-goleniowego, zapalenie sromu, zatrzymanie odejścia łożyska.

**V66 Tonggu lub Zutonggu**, (dolina wnikliwości) - przed piątym stawem śródstopno-paliczkowym, na zewnętrznej powierzchni V palca stopy. T.A.: gałązki tylnej tętnicy śródstopia, przyśrodkowy podszwowy nerw palcowy. **W s k a z a n i a** : bóle głowy, krwotok z nosa, bóle szyi i karku.

### **Meridian nerek (VIII, N, N, K) - R**

Meridian nerek należy do grupy meridianów typu *Yin*, zaczynających się na nodze, parzystych (rys. 20), i jest przedłużeniem meridianu pęcherza moczowego. Zaczyna się na podszwie, w zagłębieniu powstającym podczas zginania stopy i przecinając podszwę wychodzi w środku przyśrodkowej powierzchni stopy, tworząc potem do tyłu i w dół od kostki przyśrodkowej czworokąt lub pętlę. Od kostki przyśrodkowej meridian niemal pionowo kieruje się w górę po przyśrodkowej powierzchni podudzia i uda, sytuując się w tył od meridianów śledziony-trzustki i wątroby. Doszedłszy do kości łonowej dzieli się on na dwie gałęzie: powierzchniową i głęboką.



Rys. 20

Wyobrażenie przebiegu meridianu nerek i jego podstawowe punkty.

Ta ostatnia dochodzi do krzyża, lędźwiowego odcinka kręgosłupa i nerki. Od nerki odchodzą rozgałęzienia meridianu do pęcherza moczowego, wątroby poprzez przeponę dochodzi do płuc, serca i kontaktując się z meridianem osierdza, kieruje się wzdłuż tchawicy do nasady języka. Powierzchniowa gałąź tego meridianu przechodzi w okolicę brzucha najbardziej przyśrodkowo 0,5 cuna do linii pośrodkowej. W okolicy klatki piersiowej meridian przebiega w odległości 2 cunów od linii pośrodkowej kończąc się pod obojczykiem punktem *Shufu* (R27).

W starożytnych traktatach medycyny wschodniej przywiązuje się duże znaczenie do tego meridianu. Oto niektóre z przekazów.

Nerki są schronieniem „czystej energii”, składającym się z dwóch elementów. Jeden z tych elementów tworzy substancje odżywcze, które są materialną podstawą aktywności narządów wewnętrznych i jelit, podczas gdy drugi element jest „czystą energią” samych nerek, będącą materialną podstawą wzrostu, rozwoju i rozmnażania się człowieka. Po przebyciu długotrwałych chorób i poważnych operacji pacjenci zaczynają uskarżać się na drażliwość, nieprzyjemne odczucia wzrokowe, bezsenność, nocne pocenie się itp. Medycyna chińska uważa, że te objawy są wyrazem skutków niedoboru czystej energii nerek.

Nerki kontrolują także kości i czynności szpiku, a więc odpowiadają za wzrost, rozwój i readaptację kości, co zależy od „czystej energii nerek”, powodującej powstawanie szpiku. Istnieje ścisła współzależność między nerkami a kośćmi. Nerki kontrolują również płyny w organizmie i jeżeli powstają w nich jakieś patologiczne zmiany, to mogą wystąpić takie objawy, jak hipuria (zbyt skąpe wydzielanie moczu), poliuria (nadmierne wydzielanie moczu), moczenie mimowolne itp. W tych starych traktatach sporo uwagi poświęca się związkom meridianu nerek z płucami.

Według chińskiej koncepcji meridian nerek ma pod swą opieką także niektóre cechy charakteru: stanowczość, wolę i aktywność płciową.

W przypadku zmniejszonej czynności nerek człowiek staje się intercyjny (bezlądny, bierny), bezwolny, niecierpliwy, bojaźliwy (lękliwy, strachliwy, płochliwy), nieustępliwy (uparty), melancholijny i niepewny (niezdecydowany, chwiejny). Nogi w takich przypadkach są chłodne, szyja napięta, a wszystko to łączy się z szumem w uszach. Charakterystyczne jest, że nazwano „uszy - zwierciadłem nerek”, tzn. że stan małżowiny usznej odzwierciedla stan meridianu nerek. Jeżeli małżowina uszna jest miękka, zwiotczała, zsiniała, są to oznaki niedoboru energii w tym meridianie. Wtedy, gdy małżowina jest sprężysta, elastyczna, to mamy dowód prawidłowego stanu nerek, lub też nadmiaru energii w nich. Do zespołu nadmiaru należą takie objawy, jak: przyływy energii, zwiększona zdolność do pracy, stanowczość, uczucie wewnętrzznego zdenerwowania (wzburzenia, podniecenia, niepokoju), niekiedy bóle w okolicy krzyżowej, lędźwiowej itp. Medycyna starochińska nazywa nerki korzeniami życia.

Działanie na punkty meridianu nerek wpływa znacznie na likwidację objawów zastoinowych w klatce piersiowej w przypadkach dychawicy oskrzelowej, a także na stany przypominające dusznicę bolesną. Poprzez punkty meridianu nerek można oddziaływać na wielorakie zaburzenia miesiączkowania w ogóle na układ moczowo-płciowy. Oddziaływanie na punkty leżące na tym meridianie może wpływać regulująco na czynność układu trawiennego (zaparcia, odbijanie się z żołądka, wzdęcia brzucha, niestrawność, wymioty).

Dolne punkty meridianu nerek skutecznie wpływają w zespołach neurastenicznych i padacze. Niekiedy korzystanie z punktów tego meridianu prowadzi do wyleczenia podwyższonego lub zbyt niskiego ciśnienia tętniczego, zaburzeń układu sercowo-naczyniowego. Wiele punktów na meridianie nerek oddziałuje na strefę seksualną i wywiera wpływ na gruczoły nadnercza. Jeżeli mówi się o narządowym kierunku działania meridianu, to wiadomo, że najtrwalszy efekt

akupunktury uzyskuje się tu w zaburzeniach czynnościowych nerek, macicy i jej przydatków, pęcherzyka żółciowego i gardła. Na tym meridianie znajduje się 27 PA. Niżej wymieniamy PA najczęściej wykorzystywane przy MRT:

**R1 Yongquan**, (większe tryskające źródło) - na powierzchni podszewowej, między II a III kością śródstopia, 2/5 odległości od końca palca drugiego do tylnego brzegu pięty. T.A.: łuk podszewowy, nerw przyśrodkowy i boczny podszewy. W s k a z a n i a : afazja histeryczna, ochrypłość głosu, afonia, kaszel, ostre zapalenie migdałków podniebiennych, bezpłodność, opadnięcie macicy, nietrzymanie lub zatrzymanie moczu, kurcz mięśni kończyn dolnych, drgawki u dzieci, padaczka.

**R3 Taixi**, (wielki potok) - między kostką przyśrodkową a ścięgnem piętowym. T.A.: gałązki tętnicy piszczelowej, nerw piszczelowy. W s k a z a n i a : choroby narządu oddechowego, jamy brzusznej, kurcz trzewny, bóle okolicy serca.

**R7 Fuliu (fu-lu)**, (powracający potok) - w tył od punktu *Jiaoxin*, 2 cuny nad górną krawędzią kostki przyśrodkowej. T.A.: gałązki tętnicy piszczelowej i nerwu piszczelowego, przyśrodkowe skórne gałązki n. podudzia. W s k a z a n i a : zapalenie rdzenia, choroba narządów moczowo-płciowych, nocne pocenie się, bóle łędźwiowe, bóle zębów, krwawienie z żyłaków odbytu, zbyt niskie ciśnienie tętnicze.

**R13 Qixue (ci-sjue)**, (punkt energii) - 2 cuny nad wzniesieniem łonowym i 0,5 cuna w bok od linii pośrodkowej brzucha. T.A.: gałązki dolnej i powierzchniowej tętnicy nadbrzuszej, przednie skórne gałązki nerwów międzyżebrowych. W s k a z a n i a : impotencja, ból w okolicy pracy, aspermia (brak nasienia), przewlekłe zapalenie pochwy, przekrwienie spojówki, zapalenie rogówki.

**R23 Shenfeng (szeń-fen)**, (pieczęć ducha) - w czwartym międzyżebrze, 2 cuny w bok od linii pośrodkowej. T.A.: wiązka międzyżebrowa naczyniowo-nerwowa. W s k a z a n i a : choroby narządów oddechowych, przetyku, żołądka.

**R24 Lingxu (lin-cjuj)**, (pustka duchowa) - w trzecim międzyżebrze, 2 cuny w bok od linii pośrodkowej. T.A.: jak wyżej. W s k a z a n i a : nerwoból międzyżebrowy, choroby narządów oddechowych, osłabienie węchu, zapalenie gruczołu sutkowego, zaburzenia nerwicowe u kobiet.

**R26 Yuzhong (juj-czżun)**, (w zwątpieniu) - w pierwszym międzyżebrze, 2 cuny w bok od linii pośrodkowej. T.A.: gałązki pnia żebrowo-szyjnego, nerwy międzyżebrowe, przednie gałązki nerwów piersiowych. W s k a z a n i a : choroby narządów oddechowych.

**R27 Shufu**, (warsztat zgodności) - na dolnym brzegu obojczyka, 2 cuny w bok od linii pośrodkowej. T.A.: gałęzie tętnicze sutkowe, nerw pośrodkowy i boczne nerwy piersiowe, nerw podobojczykowy. W s k a z a n i a : zapalenie oskrzeli, czkawka, wymioty, ślinotok.