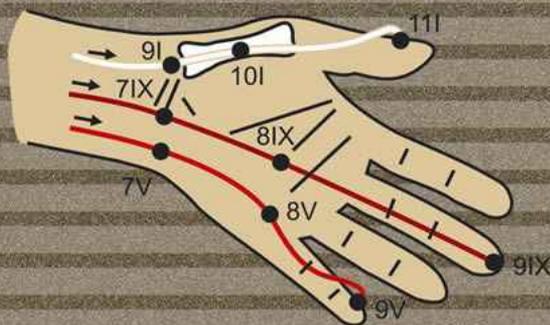
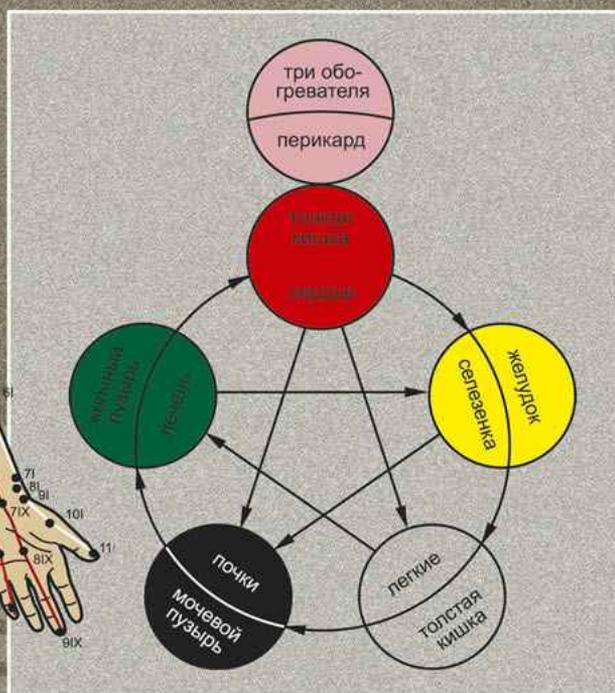
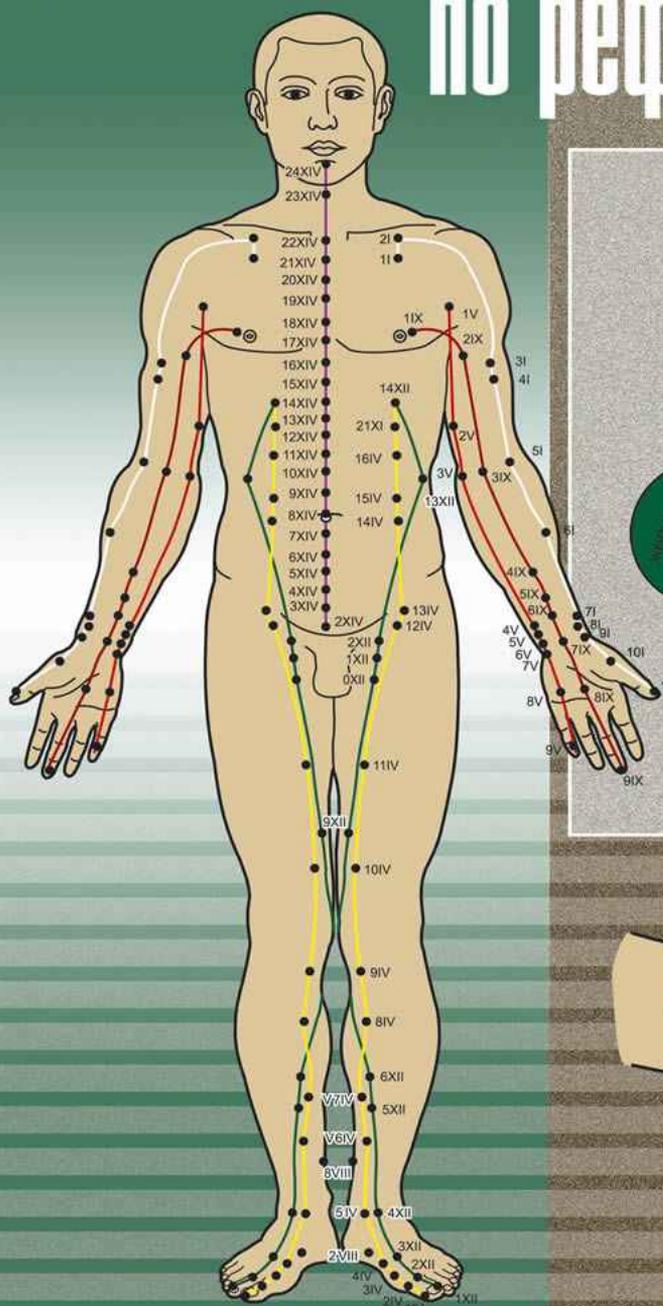


Н.А. Усакова,  
Г.М. Каримова

# АТЛАС И РУКОВОДСТВО по рефлексотерапии



Н.А. Усакова, Г.М. Каримова

**АТЛАС  
И РУКОВОДСТВО  
ПО РЕФЛЕКСОТЕРАПИИ**

---

Издательство «Советский спорт» Москва 2013

УДК 615.8  
ББК 53.584  
У74

**Усакова Н. А., Каримова Г. М.**

У74 Атлас и руководство по рефлексотерапии. – М. : Советский спорт, 2013. – 144 с. : ил. – (серия «Здоровье»).

ISBN 978-5-9718-0477-2

В книге «Атлас и руководство по рефлексотерапии» широко представлено древневосточное учение об активных (акупунктурных) точках и меридианах, в том числе чудесных меридианах, о которых имеется крайне мало сведений в отечественной и зарубежной литературе. Даны древнекитайские и современные акупунктурные рецепты для лечения наиболее распространенных заболеваний. Большой раздел посвящен терапии с использованием активных точек уха, в котором даны рецепты, в частности, при лечении табакокурения и ожирения. Представлены также рефлексогенные зоны кистей рук и стоп. Книга предназначена для врачей, массажистов, использующих в своей работе точечный массаж, и для широкого круга читателей, интересующихся методами лечения и оздоровления воздействием на активные точки тела.

**УДК 615.8**  
**ББК 53.584**

Художники *Е. А. Ильин, С. М. Седов*  
Корректор *И. Т. Самсонова*  
Компьютерная верстка *В. В. Адаменко, О. А. Котелкиной*

Подписано в печать 25.11.2012. Формат 60×84<sup>1</sup>/<sub>8</sub>.  
Печать офсетная. Бумага офсетная.  
Усл. печ. л. 18,0. Уч.-из. л. 21,5. Тираж 500 экз.  
Изд. № 1506. Заказ № 5549

ОАО «Издательство “Советский спорт”».  
105064, г. Москва, ул. Казакова, 18.  
Тел./факс: (499) 267-94-35, 267-95-90.  
Сайт: [www.sovsportizdat.ru](http://www.sovsportizdat.ru)  
E-mail: [sovsport@mail.tascom.ru](mailto:sovsport@mail.tascom.ru)

Отпечатано в цифровой типографии «Буки Веди»  
ООО «Ваш полиграфический партнер».  
127238, Москва, Ильменский пр-д, д. 1, корп. 6.

ISBN 978-5-9718-0477-2

© Усакова Н. А., Каримова Г. М., 2013  
© Оформление. ОАО «Издательство  
“Советский спорт”», 2013

## Постоянные классические меридианы. Общие сведения об акупунктурных точках и меридианах

Воздействие на активные точки тела с лечебной целью является одним из методов рефлексотерапии. Эти точки называются «жизненными», китайскими, точками акупунктуры. Последнее название в современной литературе по рефлексотерапии встречается часто и происходит от слова «акус» – игла, обозначая, таким образом, участки тела, в которые производится укалывание иглой при иглотерапии. Считают, что правильнее эти точки называть биологически активными (БАТ), так как воздействие на них осуществляют не только иглой, но и прижиганием (прогреванием), массажем, лекарственными препаратами, металлическими пластинами, шариками, банками (вакуум-терапия), низкоэнергетическим лазером, электрическим током, электромагнитными волнами в миллиметровом диапазоне (КВЧ-терапия) и т. д. При проведении точечного массажа на активные точки воздействуют массажными движениями, в том числе пальцевой акупрессурой, или используют металлические, деревянные, эбонитовые, изготовленные из обладающих лечебным действием камней, палочки с шаровидными наконечниками.

*Акупунктурная точка* – это участок кожи и подкожной основы, который имеет комплекс взаимосвязанных микроструктур (кровеносных сосудов, нервов, клеток соединительной ткани и др.), создающих активную зону. Эта зона оказывает влияние на нервные окончания и осуществляет связь между участком кожи и внутренним органом. Область точки характеризуется усиленным поглощением кислорода, более высокой по сравнению с рядом лежащими участками кожи температурой, более низким электрическим сопротивлением. Диаметр активных точек изменяется в зависимости от состояния человека. У бодрствующего человека диаметр точек может составлять до 1 см, у спящего человека он меньше. В состоянии эмоционального напряжения и при острых заболеваниях площадь отдельных точек настолько увеличивается, что образуются большие участки кожи с повышенной электропроводностью.

Признаком правильного нахождения точки акупунктуры является появление при надавливании на область ее расположения особых ощущений, которые называются предумотренными. Это те ощущения, которые ожидает получить врач при воздействии на точку. Пациент отмечает появление в области точки ощущения ломоты, тяжести, распирающего, болезненности, онемения, укола, о чем он и сообщает врачу. В зависимости от клинической картины заболевания врач ставит задачу добиться сильных, слабых предумотренных ощущений или ощущений средней силы. Иногда при воздействии на точку возникает иррадиация возникшего ощущения вверх, вниз, в сторону.

Наиболее часто при лечении методом рефлексотерапии используют точки, расположенные на линиях,

которые древневосточные врачи называли каналами, или меридианами. Они обозначали их, используя названия органов (меридиан легких, сердца, желудка и т. д.). При лечении заболеваний соответствующих органов возникал положительный эффект. Это обозначение меридианов применяется и современными врачами.

Имеются определенные трудности в связи с необходимостью запоминать сложные китайские названия точек, так как в восточной, и западной медицине для обозначения точек до настоящего времени сохранились символические их названия (например, хэ-гу – «закрытая долина», цюй-чи – «извилистый пруд», цзу-сань-ли – «три промежутка на ноге» и т. д.). Поэтому современные врачи часто пользуются цифро-цифровым или буквенно-цифровым обозначением точек. При первом способе меридиан обозначают римской цифрой, при втором – одной или двумя буквами английского, французского или немецкого алфавита. В том и другом случае арабской цифрой обозначен порядковый номер точки на меридиане. Массажистам и людям, не имеющим специального образования, но применяющим воздействие на точки акупунктуры с лечебной и профилактической целью, например методом точечного массажа, можно рекомендовать освоить цифро-цифровое обозначение точек. Освоение такого обозначения точек следует признать более простым и доступным.

Использование цифро-цифрового обозначения точек при составлении методических пособий и атласов в значительной степени облегчает процесс обучения врачей, впервые осваивающих метод рефлексотерапии. Такое обозначение точек акупунктуры является целесообразным в методической литературе, рассчитанной на широкий круг читателей, и способствует распространению применения данного метода среди населения.

Кроме точек, расположенных на постоянных классических меридианах, есть еще внемеридианные и новые, относительно недавно открытые, точки, которые применяются реже. Отдельные внемеридианные точки, например тай-ян, инь-тан, ши-сюань и некоторые другие, обладают высокой эффективностью и относятся к числу точек, которые часто используются врачами при лечении.

*Существует 14 постоянных классических меридианов, из них 12 меридианов парные (с I по XII) и два непарные (XIII–XIV). Эти меридианы следующие: I (P\*) – легких; II (GI) – толстой кишки; III (E) – желудка; IV (RP) – селезенки – поджелудочной железы; V(C) – сердца; VI (IG) – тонкой кишки; VII (V) – мочевого пузыря; VIII (R) – почек; IX (MC) – перикарда; X (TR) – трех*

\* Дано обозначение меридианов одной или двумя буквами французского алфавита, которое считается международным.

обогревателей, или трех частей туловища; XI (VB) – желчного пузыря; XII (F) – печени; XIII (VG) – задне-срединный; XIV (VC) – передне-срединный.

12 парных меридианов делятся на ян-меридианы и инь-меридианы. Учение о двух противоположных началах инь и ян составляет мировоззренческую основу древней китайской медицины. Инь и ян выражают противоположные стороны явления, они находятся в состоянии противоборства, ограничивают и стараются вытеснить друг друга. Инь и ян никогда не находятся в покое, они постоянно дополняют и изменяют друг друга. По восточным представлениям, действует правило: «Если ян отступает, увеличивается инь, а если отступает инь, происходит увеличение ян». С позиции инь–ян можно рассматривать деятельность и покой, возбуждение и торможение, жар и холод, избыток энергии в меридиане и недостаток ее, избыточность функции органа и недостаточность этой функции. Инь ведаёт внутренней средой живого организма, ян – его внешними проявлениями. Солнечная энергия – это энергия ян, энергия земли – это энергия инь. В организме мужчины преобладает энергия ян, в женском организме – энергия инь.

Концепция инь–ян может быть использована в западной медицине как модель целостного подхода к человеческому организму и пониманию состояния здоровья и болезни.

12 парных меридианов делятся на ручные и ножные меридианы. Из 6 ручных меридианов – 3 янских и 3 иньских меридианов. Из 6 ножных меридианов – 3 янских и 3 иньских меридианов.

Меридианы I–XII объединяются в пары, а именно: I и II, III и IV, V и VI, VII и VIII, IX и X, XI и XII. Пара объединяет янский меридиан и иньский меридиан. При поражении какого-либо меридиана обычно находят изменения также в спаренном с ним меридиане, поэтому, проводя лечение, нередко воздействуют на оба меридиана. Иногда рекомендуют воздействовать не на пораженный, а на спаренный меридиан.

Все ян-меридианы расположены на задней или наружной поверхности тела, на задней или наружной поверхности конечностей. Все инь-меридианы проходят по передней поверхности тела или внутренней поверхности конечностей. Исключение составляет ян-меридиан желудка, который проходит сначала по лицу, затем по передней поверхности туловища и наконец по передне-наружной поверхности ноги.

Ручные ян-меридианы руки II, VI и X начинаются на кончиках пальцев рук и заканчиваются на голове. Ножные ян-меридианы III, VII и XI начинаются на голове, проходят через все тело, заканчиваются на кончиках пальцев ног. Задне-срединный меридиан XIII контролирует все ян-меридианы, а его точка 14XIII да-чжун является местом соединения всех янских меридианов. Многие ученые подчеркивают важность того, что все меридианы ян или начинаются, или заканчиваются на голове, и придают воздействию на точки лица и волосистой части головы большое значение.

Ручные инь-меридианы I, V и IX начинаются в области грудной клетки и заканчиваются на пальцах рук. Ножные инь-меридианы IV, VIII и XII начинаются на стопе, поднимаются вверх, заканчиваются в области грудной клетки. Передне-срединный меридиан XIV контролирует меридианы инь. Точка 17XIV тань-чжун является местом соединения пяти иньских меридианов (кроме меридиана I).

Каждый меридиан состоит из внутреннего хода (его ответвлений и коллатералей), связанного с «управляющим» главным органом и «внутренним синдромом инь», и наружного хода, связанного с покровом тела и «наружным синдромом ян». Внутренний и наружный ходы связаны между собой и составляют одно целое.

Постоянные классические меридианы имеют собственные акупунктурные точки в количестве от 9 до 67. Общее количество точек на 14 постоянных классических меридианах – 361.

**12 постоянных классических меридианов делятся на янские и иньские:**

меридиан легких – инь-меридиан,  
меридиан толстой кишки – ян-меридиан,  
меридиан желудка – ян-меридиан,  
меридиан селезенки – поджелудочной железы – инь-меридиан,  
меридиан тонкой кишки – ян-меридиан,  
меридиан мочевого пузыря – ян-меридиан,  
меридиан почек – инь-меридиан,  
меридиан перикарда – инь-меридиан,  
меридиан трех обогревателей – ян-меридиан,  
меридиан желчного пузыря – ян-меридиан,  
меридиан печени – инь-меридиан.

**12 постоянных классических меридианов делятся на ручные и ножные:**

**ручные меридианы –**

меридиан легких,  
меридиан толстой кишки,  
меридиан сердца,  
меридиан тонкой кишки,  
меридиан перикарда,  
меридиан трех обогревателей.

**ножные меридианы –**

меридиан желудка,  
меридиан селезенки – поджелудочной железы,  
меридиан мочевого пузыря,  
меридиан почек,  
меридиан желчного пузыря,  
меридиан печени.

**Янский меридиан и иньский меридианы объединяются в пару:**

инь-меридиан легких – ян-меридиан толстой кишки,  
 ян-меридиан желудка – инь-меридиан селезенки – поджелудочной железы,  
 инь-меридиан сердца – ян-меридиан тонкой кишки,  
 ян-меридиан мочевого пузыря – инь-меридиан почек,  
 инь-меридиан перикарда – ян-меридиан трех обогревателей,  
 ян-меридиан желчного пузыря – инь-меридиан печени.

Лечение заболеваний можно проводить, воздействуя как на пораженный, так и на спаренный меридиан.

**Таблица 1**

**Наименование и условные обозначения меридианов,  
 почасовая активность энергии в меридианах**

Цифровое обозначение и русское название меридиана	Французское название и буквенное обозначение меридиана	Немецкое название и буквенное обозначение меридиана	Английское название и буквенное обозначение меридиана	Максимальная активность энергии в меридиане	Минимальная активность энергии в меридиане
I, легких	Poumons, P	Lungen, Lu	Lung, Lu	3–5	15–17
II, толстой кишки	Gros intestin, GI	Dickdarm, Di	Large Intestine, LI	5–7	17–19
III, желудка	Estomac, E	Magen, M	Stomach, St	7–9	19–21
IV, селезенки – поджелудочной железы	Rate – pancreas, RP	Milz-Pankreas, MP	Spleen, Sp	9–11	21–23
V, сердца	Coeur, C	Herz, H	Heart, Ht	11–13	23–1
VI, тонкой кишки	Intestine grele, IG	Dunndarm, Du	Small Intestine, SI	13–15	1–3
VII, мочевого пузыря	Vessie, V	Blasen, B	Bladder, Bl	15–17	3–5
VIII, почек	Reins, R	Nieren, N	Kidney, K	17–19	5–7
IX, перикарда	Maitre du coeur, MC	Kreislauf, KS	Heart-Constrictor, HC	19–21	7–9
X, тройного обогревателя	Trois rechauf feurs, TR	Drei-Erwarmer, 3E	Thriple heater, TH	21–23	9–11
XI, желчного пузыря	Vesicule biliaire, VB	Gallenblasen, G	Gall-Bladder, GB	23–1	11–13
XII, печени	Foie, F	Leber, Le	Liver, Li	1–3	13–15
XIII, заднесрединный	Vaisseau Gouverneur, VG (Tou-mo, T)	Gouverneur gefav, GG (TM)	Governing Vessel, GV	Меридиан не имеет почасовой активности	
XIV, переднесрединный	Vaisseau de Conception, VC (Jenn-mo, J)	Konzeption sgefav, Kg (IM)	Conception Vessel, CV	Меридиан не имеет почасовой активности	

Таблица 2

## Стандартные точки меридианов I–XII

Меридиан	Тонизирующая точка	Седативная точка	Точка-пособник	Ло-пункт к спаренному меридиану	Сигнальная точка	Сочувственная точка
I (P), легких	9I тай-юань	5I чи-цзе	9I тай-юань	7I ле-цюе	1I чжун-фу	13VII фэй-шу
II (GI), толстой кишки	11II цюй-чи	2I эр-цзянь	4II хэ-гу	6II пянь-ли	25III тянь-шу	25VII да-чан-шу
III (E), желудка	41III цзе-си	45III ли-дуй	42III чун-ян	40III фэн-лун	12XIV чжун-вань	21VII вэй-шу
IV (RP), селезенки – поджелудочной железы	2IV да-ду	5IV шан-цю	3IV тай-бай	4IV гунь-сунь	13XII чжан-мэнь	20VII пи-шу
V (C), сердца	9V шао-чун	7V шэнь-мэнь	7V шэнь-мэнь	5V тун-ли	14XIV цюй-цюе	15VII синь-шу
VI (IG), тонкой кишки	3VI хоу-си	8VI сяо-хай	4VI вань-гу	7VI чжи-чжэн	4XIV гуань-юань	27VII сяо-чан-шу
VII (V), мочевого пузыря	67VII чжи-инь	65VII шу-гу	64VII цзин-гу	58VII фэй-ян	3XIV чжун-цзи	28VII пан-гуань-шу
VIII (R), почек	7VIII фу-лю	1VIII юн-цюань	3VIII тай-си	4VIII да-чжун	25XI цзин-мэнь	23VII шэнь-шу
IX (MC), перикарда	9IX чжун-чун	7IX да-лин	7IX да-лин	6IX нэй-гуань	17IX тань-чжун	14VII цзюе-инь-шу
X (TR), тройного обогревателя	3X чжун-чжу	10X тянь-цзин	4X ян-чи	5X вай-гуань	5XIV ши-мэнь	22VII сань-цзяо-шу
XI (VB), желчного пузыря	43XI ся-си	38XI ян-фу	40XI цю-сюй	37XI гуан-мин	24XI жи-юе	19VII дань-шу
XII (F), печени	8XII цюй-цюань	2XII син-цзянь	3XII тай-чун	5XII ли-гоу	14XII ци-мэнь	18VII гань-шу

**Парные меридианы I–XII располагают следующими стандартными точками:**

**Тонизирующая (возбуждающая) точка** стимулирует меридиан. Рекомендуется воздействовать на нее возбуждающим методом.

**Седативная (успокаивающая) точка** оказывает угнетающее, успокаивающее действие на меридиан. Рекомендуется воздействовать на нее методом торжества.

**Точка-пособник** усиливает действие тонизирующей или успокаивающей точки, может заменять их в зависимости от метода раздражающего воздействия.

**Стабилизирующая точка (ло-пункт)** обеспечивает равновесие в спаренных меридианах. От ло-пункта идет вторичный меридиан, осуществляющий соединение со спаренным меридианом.

*Тонизирующая точка, седативная точка, точка-пособник и стабилизирующая точка находятся всегда на своем меридиане.*

**Сочувственная точка** в зависимости от метода воздействия усиливает действие тонизирующей или успокаивающей точки. Сочувственные точки в количестве двенадцати располагаются на первой ветви меридиана мочевого пузыря, которая проходит вдоль позвоночника на середине расстояния между позвоночником и внутренним краем лопатки.

**Сигнальная точка («точка тревоги», «точка-глашатай»)** позволяет определить функциональное состояние меридиана. Возникающая в этой точке боль является сигналом «тревоги» пораженного органа. Часть сигнальных точек располагается на своем меридиане, часть – вне меридиана.

*Меридианы XIII и XIV стандартных точек не имеют.*

На 12 постоянных парных меридианах выделяются группы дистальных и проксимальных точек. К первой группе точек относятся точки, расположенные ниже локтевых и коленных суставов, а ко второй – все остальные точки. Дистальная группа точек имеет более широкий диапазон показаний, чем проксимальная группа.

Дополнительно выделяют еще два вида точек. Это точки, которыми начинаются и заканчиваются меридианы. Считается, что воздействие на эти точки является достаточно эффективным.

Меридианы объединяются не только в пары (янских и иньских меридианы), но и в группы меридианов с помощью групповых ло и точек соединения.

Групповые ло объединяют три янских или три иньских меридиана на уровне конечностей.

**Групповых ло четыре:**

8X сань-ян-ло – соединяет ян-меридианы руки II, VI и X;

5IX цзянь-ши – соединяет инь-меридианы руки I, V и IX;

39XI сюань-чжун – соединяет ян-меридианы ноги III, VII и XI;

6IV сань-инь-цзяо – соединяет инь-меридианы ноги IV, VIII и XII.

В точках соединения соприкосновение меридианов происходит на уровне туловища и головы. Эффект усиливается, если эти точки применяются в комбинации с групповыми ло.

**Наиболее важными являются следующие точки соединения:**

8III тоу-вэй – соединяет ян-меридианы руки II, VI и X между собой и с ян-меридианом ноги III на уровне головы;

22XI юань-е – соединяет инь-меридианы руки I, V и IX на уровне боковой поверхности туловища;

2III сы-бай – соединяет ян-меридианы ноги III, VII и XI на уровне лица;

3XIV чжун-цзи – соединяет инь-меридианы ноги IV, VIII и XII на уровне живота.

В зависимости от клинической картины на групповые ло и точки соединения воздействуют как тонизирующим, так и успокаивающим методом.

Функционально активными точками являются точки-ключи чудесных меридианов. Восемь непостоянных чудесных меридианов существуют, помимо 14 постоянных классических меридианов. Они образуются благодаря внутренним ходам меридианов, их коллатералям и анастомозам при воздействии на командную точку, которая носит название точка-ключ. Это точка, через которую в первую очередь выводится избыток энергии.

Помимо постоянных классических меридианов, древневосточная медицина выделяет еще вторичные меридианы (коллатеральные линии, ло-пункты). В древневосточной литературе основные меридианы сравнивают со столбовыми дорогами. Коллатеральные линии представляют собой ответвления от них и осуществляют взаимосвязь основных меридианов в виде усложненно-связанной сети. Вторичные меридианы могут быть поперечные и продольные. Все вторичные меридианы начинаются от точки ло, расположенной на постоянном классическом меридиане. Заднесрединный и переднесрединный меридианы имеют только продольные коллатерали, остальные постоянные меридианы – продольные и поперечные коллатерали. Пятнадцатым продольным вторичным меридианом является «большой ло» меридиана селезенки – поджелудочной железы, который начинается от точки 21IV да-бао.

Согласно положениям традиционной восточной медицины, продольные вторичные меридианы дублируют весь основной меридиан или большую часть его. Продольные пути направляются к соответствующим органам и тканям, объединяя внутренние ходы постоянных меридианов. Вторичные меридианы соединяют между собой в пары янские и иньские меридианы.

Поперечные ло-пункты имеют короткий путь, они связывают янские и иньские меридианы на уровне дистальных отделов конечностей. Длина поперечных ло-пунктов определяется начальной точкой, от которой начинается данный вторичный меридиан, и конечной. Конечной точкой всегда является точка-пособник спаренного меридиана. В таблице приведены вторичные меридианы (ло-пункты) с разделением их на ручные и ножные.

### Поперечные вторичные меридианы (ло-пункты)

Ручные меридианы	Ручные ло-пункты	Ножные меридианы	Ножные ло-пункты
I (P), легких	7I ле-цюэ – 4II хэ-гу	III (E), желудка	40III фэн-лун – 3IV тай-бай
II (GI), толстой кишки	6II пянь-ли – 9I тай-юань	IV (PR), селезенки – поджелудочной железы	4IV гунь-сунь – 42III чун-ян
V (C), сердца	5V тун-ли – 4VI вань-гу	VII (V), мочевого пузыря	58VII фэй-ян – 3VIII тай-си
VI (IG), тонкой кишки	7VI чжи-чжэн – 7V шэнь-мэнь	VIII (R), почек	4VIII да-чжун – 64VII цзин-гу
IX (MC), перикарда	6IX нэй-гуань – 4X ян-чи	XI (VB), желчного пузыря	37XI гуан-мин – 3XII тай-чун
X (TR), трех обогревателей	5X вай-гуань – 7IX да-лин	XII (F), печени	5XII ли-гоу – 40XI цю-сьюй

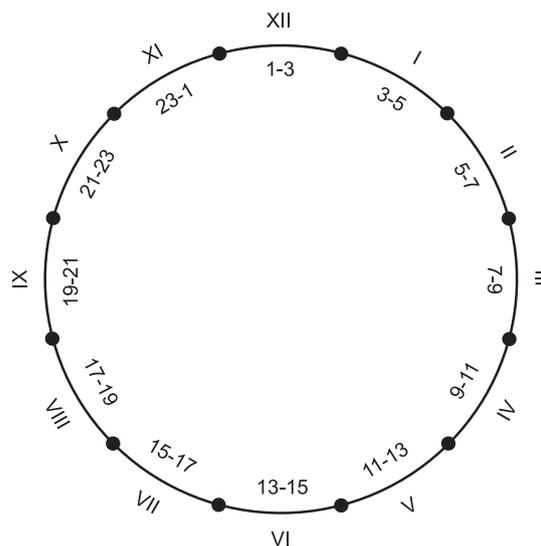
Древнекитайские врачи считали, что деятельность органов зависит от внутренней энергии, которая циркулирует в меридианах. Они называли ее жизненной энергией, или энергией «чи». В древнеиндийской философии жизненную энергию обозначали как «прана» – первородное животворное дыхание. Когда человек здоров, существует гармония между ян- и инь-меридианами. При развитии патологического процесса эта гармония нарушается, в одних меридианах возникает избыток, в других – недостаток энергии «чи». Методы рефлекторного воздействия направлены на взаимное уравновешивание энергии в меридианах.

Примерами избытка энергии в меридиане являются патологические процессы в организме, вызывающие боль, артериальная гипертония, гастрит с повышенной кислотностью, спастические запоры, спастическое сокращение желчного пузыря и желчных протоков, заболевания легких, сопровождающиеся бронхоспастическим компонентом, повышение тонуса скелетных мышц, нарушение кровообращения в нижних конечностях вследствие спазма сосудов и т. д. Примерами недостатка энергии в меридиане являются артериальная гипотония, гастрит с пониженной кислотностью, атонические запоры, дискинезия желчных путей по гипотоническому типу, парезы, параличи, атрофия мышц конечностей, хронические заболевания, приводящие к истощению больного и снижению защитных сил организма. Признаки избыточности и недостаточности энергии в меридианах I-XII представлены ниже.

Внутренняя энергия циркулирует по 12 основным меридианам, подчиняясь внутренним биологическим часам организма. В процессе этой циркуляции энергия «чи» вступает в контакт с органами, а в «жизненных» точках происходит взаимодействие внутренней энергии с окружающей средой. Полный круг циркуляции энергии по 12 меридианам завершается за 24 часа. Каждый меридиан имеет как пик, так и спад активности энергии. Пик активности достигается в момент прохождения энергии по меридиану, спад – через 12 часов, т. е. когда энергия проходит по диаметрально противоположному меридиану.

Состояние максимальной и минимальной активности энергии в меридиане длится 2 часа.

Согласно представлениям древневосточных врачей, кругооборот энергии начинается с меридиана легких, так как через органы дыхания человек имеет постоянный контакт с воздухом, который является важнейшим источником энергии. Максимальная активность энергии в меридиане легких отмечается в 3–5 часов, в меридиане толстой кишки – в 5–7 часов, в меридиане желудка – в 7–9 часов, в меридиане селезенки – поджелудочной железы – в 9–11 часов, в меридиане сердца – в 11–13 часов, в меридиане тонкой кишки – в 13–15 часов, в меридиане мочевого пузыря – в 15–17 часов, в меридиане почек – в 17–19 часов, в меридиане перикарда – в 19–21 час, в меридиане тройного обогревателя – в 21–23 часа, в меридиане желчного пузыря – в 23–1 час, в меридиане печени – в 1–3 часа.



**Рис. 1.** Большой круг циркуляции энергии, почасовая активность меридианов. Римскими цифрами обозначены меридианы. Внутри круга дано время активности меридианов

Из рисунка, на котором представлен большой круг циркуляции энергии, видно, что минимальная активность меридиана легких приходится на 15–17 часов, что соответствует максимальной интенсивности энергии в меридиане мочевого пузыря, с которым меридиан легких находится в диаметрально противоположных взаимоотношениях. Минимальная активность меридиана толстой кишки приходится на 17–19 часов, меридиана желудка – на 19–21 час и т. д.

Лечение больных рекомендуют проводить, учитывая уровень активности меридиана: при максимальной активности воздействуют на седативную точку меридиана, при минимальной активности – на тонизирующую точку меридиана. Так как вслед за максимальной активностью меридиана следует двухчасовой период его пассивности, разработана методика воздействия на тонизирующую точку меридиана в данный двухчасовой промежуток времени (см. табл. на стр. 80).

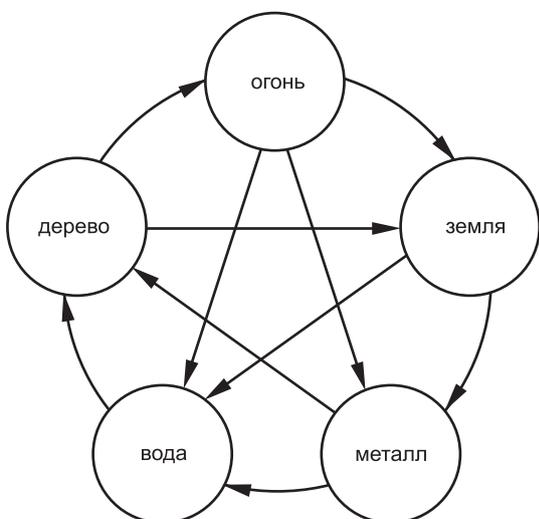


Рис. 2. Взаимосвязь первоэлементов в цикле у–син

Древневосточные врачи при лечении методом иглоукалывания и прижигания наряду с теорией инь–ян и учением об энергии «чи» использовали также теорию у–син, которая неразрывно связана с двумя указанными теориями. Предполагают, что теория у–син возникла даже раньше, чем теория инь–ян. Обе теории разработаны мыслителями Древнего Востока в конце второго – начале первого тысячелетия до нашей эры.

По теории у–син выделены «крайние противоположности» инь и ян. Например, «крайняя противоположность» инь – это ночь, холод, зима, старость, смерть, минимальный уровень любого процесса; «крайняя противоположность» ян – это день, тепло (жар), лето, период детства, рождение, максимальная активность любого процесса. Согласно учению у–син, цикличность свойственна всем явлениям Вселенной (макрокосмосу) и человеку (микрокосмосу). В природе есть период пробуждения, цветения, плодоношения, увядания. На смену весне приходит лето, затем осень,

зима и снова весна. В жизни человека есть период детства, юности, зрелости, старости.

Теория у–син – это теория первоэлементов. Каждому явлению соответствует определенный первоэлемент, которых всего пять: дерево, огонь, земля, металл, вода. Им соответствуют следующие энергии (стихии) – ветер, тепло (жар), влажность, сухость, холод. Дерево – это символ рождения, возрастания; огонь – это символ максимальной активности; земля – это центр циклических изменений и начало спада активности; металл – символ упадка; вода – символ минимальной активности. Огонь – это максимальный ян, вода – максимальный инь. Остальные первоэлементы символизируют переходные состояния.

Каждому первоэлементу соответствует пара меридианов – меридиан инь и меридиан ян. Между первоэлементами и, следовательно, между меридианами существует определенная взаимосвязь, в основе которой также лежит теория инь–ян, т. е. теория противоположностей. Существуют два вида связи – созидаящая (стимулирующая) и деструктивная (угнетающая). Созидаящая связь – это связь от первоэлемента к первоэлементу вдоль большого круга циркуляции энергии. Деструктивная – это связь внутри «круга» цикличности. Она создает так называемый цикл звезды. При изображении круга, отображающего указанные связи между меридианами, меридианы инь помещают внутри, меридианы ян – вне круга.

Последовательность взаимодействия первоэлементов следующая: дерево порождает огонь, огонь – землю, земля – металл, металл – воду, вода порождает дерево. В этих отношениях первоэлемент одновременно является стимулирующим и стимулируемым. Стимулирующий элемент древние ученые обозначали как «мать», а стимулируемый – как «сын».

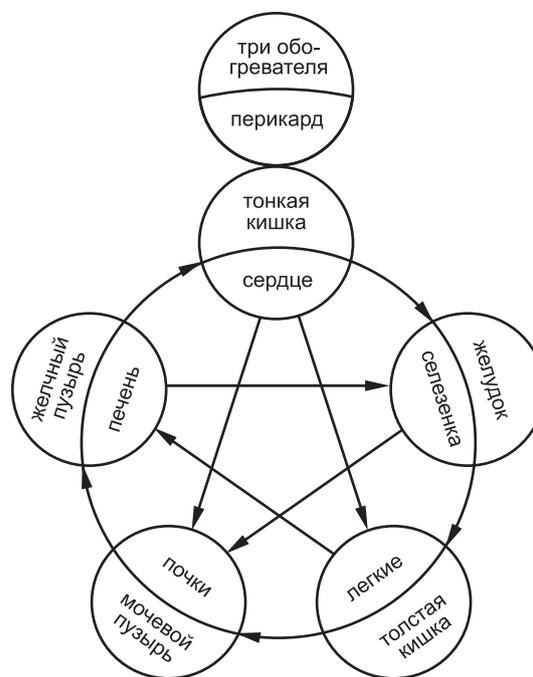


Рис. 3. Взаимосвязь меридианов в цикле у–син

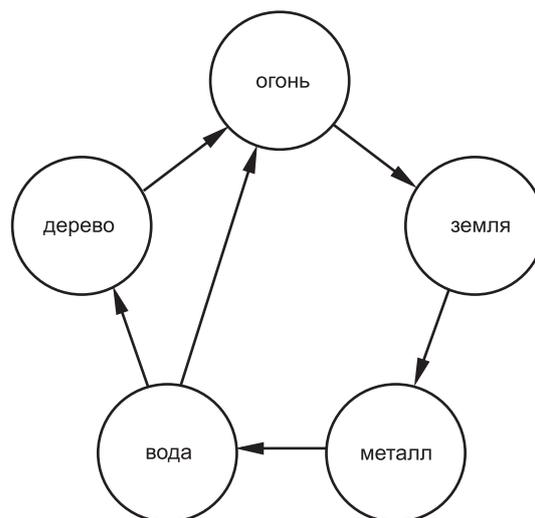
Например, вода – стимулирующий элемент для дерева (вода – «мать» для дерева), огонь – стимулируемый элемент по отношению к дереву (огонь – «сын» дерева).

На основе концепции у–син построено правило лечения методом рефлексотерапии «мать – сын», которое позволяет усиливать или ослаблять поток энергии в том меридиане, где эта энергия нарушена. Если в меридиане возник избыток энергии, то можно воздействовать на тонизирующую точку меридиана «сын» или на седативную точку меридиана «мать». В случае возникновения недостаточности энергии в меридиане воздействие оказывают на тонизирующую точку меридиана «мать» или на седативную точку меридиана «сын». В этом заключается практическое значение теории у–син при лечении больных методами рефлексотерапии.

Эффект лечения в большой степени зависит от метода воздействия на точку акупунктуры. Выделяют два метода воздействия – метод возбуждения (тонизирующий) и метод торможения (успокаивающий, седативный). При возбуждающем методе в меридиан добавляется энергия (метод прибавления, метод бу), при тормозном (успокаивающем) методе избыточная энергия забирается (метод отнятия, метод се). Выработаны некоторые общие положения, которым рекомендуют следовать при использовании этих методов.

Если проводят иглоукалывание, то при тормозном методе рекомендуют вводить иглу медленно, кончик иглы направляют против течения энергии в меридиане, т. е. против хода меридиана. Во время сеанса дополнительно осуществляют вращение иглы против хода часовой стрелки. Воздействуют на относительно небольшое число точек. Время воздействия – 20–30–40 мин до нескольких часов (иногда до суток). Извлекают иглу быстрым движением.

При возбуждающем методе иглу вводят быстро, кончик иглы направляют по ходу меридиана. Вращение иглы осуществляют по ходу часовой стрелки. Воздействуют на достаточно большое количество точек. Время воздействия ограниченное – от 30 с до 2–5–10 мин. Извлекают иглу медленно.



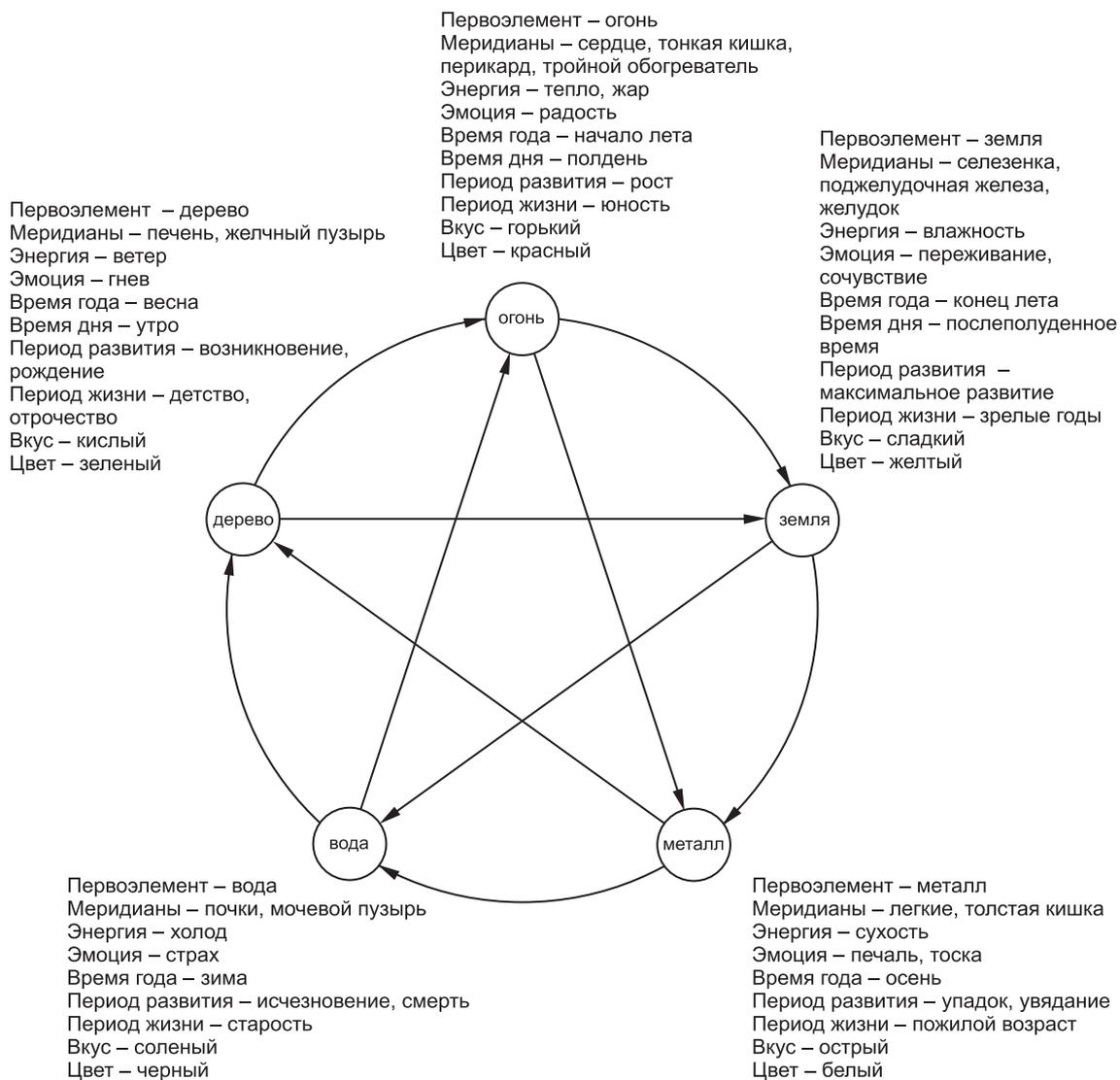
**Рис. 4.** Правило лечения методом рефлексотерапии «мать – сын»

Д. М. Табеева предложила три вида раздражающего воздействия на точку с учетом глубины введения иглы и времени воздействия: слабое, среднее и сильное раздражение. Среднему раздражению, которое называют еще гармонизирующим, врачи нередко отдают предпочтение, так как не всегда по клиническим симптомам можно определить, в каком состоянии находится меридиан – в состоянии инь или ян. Часто нельзя точно определить силу раздражения и оценить, какой эффект следует ожидать при введении иглы в точку. И. И. Русецкий считал, что раздражение, нанесенное иглой, осуществляется через нервную систему по правилам парабютических состояний и может иметь парадоксальный и ультрапарадоксальный ответ. Существует мнение, что гармонизирующее воздействие в наибольшей степени способствует уравниванию тока энергии в соседних меридианах и дает наиболее адекватный ответ организма при акупунктуре.

**Таблица 4**

**Приемы раздражения точек акупунктуры при применении методов бу и се (рекомендации древнекитайских врачей)**

Метод раздражения точки акупунктуры	Клинический синдром	Метод введения иглы	Метод вращения иглы	Метод извлечения иглы
Метод бу (метод прибавления)	Инь-синдром	Иглу вводят без усилия, медленно, неглубоко, на выдохе; кончик иглы направляют по ходу меридиана	Вращение иглы осуществляют до 9 раз по ходу часовой стрелки у мужчин, против хода – у женщин	Иглу извлекают быстро, на выдохе; после извлечения иглы проводят легкий точечный массаж, чтобы закрыть точку
Метод се (метод отнятия)	Ян-синдром	Иглу вводят с усилием, быстро, глубоко, на вдохе; кончик иглы направляют против хода меридиана	Вращение иглы осуществляют до 6 раз против хода часовой стрелки у мужчин, по ходу – у женщин	Иглу извлекают медленно, на выдохе; точку оставляют открытой



**Рис. 5.** Связь первоэлементов с меридианами и энергиями (стихиями). Примеры некоторых аналогий: чувства (эмоции), время года, время дня, периоды жизни, периоды развития любого процесса и т.д. (подобные аналогии многообразны)

**Примечание.** На рисунке ян-меридианы находятся за пределами большого круга, инь-меридианы – внутри большого круга.

Стрелки внутри большого круга указывают на деструктивные (угнетающие) связи, стрелки по окружности большого круга – на созидающие (стимулирующие) связи.

Энергии ветра (элемент – дерево) соответствуют меридианы XI и XII; энергии тепла (элемент – огонь) – меридианы V, VI; энергии жара (элемент – огонь) – меридианы IX, X; энергии влажности (элемент земля) – меридианы III и IV; энергии сухости (элемент – металл) – меридианы I и II; энергии холода (элемент – вода) – меридианы VII и VIII.

В период детства преобладает энергия ветра, в юности – энергия тепла, в зрелом возрасте – энергия влажности, во второй половине жизни – энергия сухости, в старости – энергия холода.

Весной преобладает энергия ветра, в начале лета – энергия тепла, в конце лета (сезон дождей на Дальнем Востоке) – энергия влажности, осенью (имеется в виду осень на Дальнем Востоке) – энергия сухости, зимой – энергия холода.

При возникновении недостатка энергии в том или ином меридиане человек предпочитает пищу определенного вкуса, при избытке энергии в меридиане избегает употреблять пищу данного вкуса. Каждому элементу соответствует определенный цвет. В зависимости от состояния энергии в меридиане человек может отдавать предпочтение тому или другому цвету (например, при выборе одежды, мебели, обоев в комнате и т. д.) или, наоборот, будет стараться не использовать предметы какого-то цвета в повседневной жизни. Использование предметов различного цвета (карандашей, фломастеров, семян) для воздействия на точки акупунктуры, меридианы, зоны соответствия нашло применение при лечении методом су джок.

Таблица 5

### Приемы раздражения точек акупунктуры при применении возбуждающего и тормозного методов по Чжу Лянь

Метод раздражения точки	Глубина введения иглы, см	Кол-во точек	Время воздействия, мин	Характер предусмотренного ощущения	Клинический синдром	Характеристика клинического синдрома	Точки, рекомендуемые для воздействия
Возбуждающий, В1	0,5–0,6	5–10	0,5–1	Ощущение укола	Инь-синдром	Обморок, шок, коллапс, потеря сознания	Точки скорой помощи, специфические, сегментарные, сигнальные, тонизирующие, ло-пункты
Возбуждающий, В2	0,9	4–6	5–10	Ощущение распираия	Инь-синдром	Гипотония, гипорефлексия, гипосекретия, парезы, параличи, невропатии	Специфические, сегментарные, сигнальные, тонизирующие, ло-пункты
Тормозной, Т2	Каноническая	2–4	5–10 (дети), 15–20 (взрослые)	Ощущение тепла, давления, распираия	Ян-синдром	Гиперрефлексия, гипертония, гиперсекреция, спазм сосудов и мышц, судороги, эмоциональное и психомоторное возбуждение	Специфические, сегментарные, седативные, сочувственные, точки-пособники
Тормозной, Т1	Больше канонической	1–2	30–60, при использовании микроигл до 3 суток	Сильное предусмотренное ощущение	Ян-синдром	Болевой синдром, зуд, аллергические реакции	Специфические, сегментарные, седативные, сочувственные, точки-пособники

Таблица 6

### Варианты воздействия на точки акупунктуры по Д. М. Табеевой

Вариант воздействия	Глубина введения иглы	Кол-во точек	Время воздействия, мин	Характер предусмотренного ощущения	Угол вращения иглы при введении	Клинический синдром	Контингент больных	Точки, рекомендуемые для воздействия
I В, слабое воздействие	Меньше указанной в руководстве на 1/3	5–10	1–5	Ощущение укола	30–90°	Обморок, шок, коллапс, потеря сознания	Дети, ослабленные и пожилые пациенты	Точки скорой помощи, общего действия, тонизирующие, специфические
II В, воздействие средней силы	Указанная в руководстве	2–4	10–20	Ощущение тепла, распираия	90–180°	Все клинические синдромы и заболевания	Все больные	Выбор точек определяется клинической картиной заболевания
III В, сильное воздействие	Больше указанной в руководстве	1–2	25–40 (до суток)	Сильное предусмотренное ощущение с иррадиацией	180–360°	Выраженный болевой синдром, зуд, аллергические реакции	Физически крепкие пациенты	Выбор точек определяется клинической картиной заболевания, дополнительно применяют сегментарные точки

Таблица 7

**Приемы раздражения точек акупунктуры при использовании методов тонизации и дисперсии по Д. М. Табеевой**

<b>Методические приемы при воздействии на точку методом иглокалывания</b>	<b>Метод тонизации (Т)</b>	<b>Метод дисперсии (Д)</b>
Характеристика игл	Иглы тонкие, короткие, малого диаметра	Иглы длинные, большого диаметра
Направление кончика иглы при введении	По ходу течения энергии в меридиане	Против хода течения энергии в меридиане
Металл, из которого изготовлены иглы	Золото	Серебро
Характер вращения игл	Вращение интенсивное, по часовой стрелке, количество вращений – до 9 раз	Вращение неинтенсивное, против часовой стрелки, количество вращений – до 6 раз
Меридианы, рекомендуемые для воздействия	Постоянные классические	Постоянные классические, чудесные
Точки, рекомендуемые для воздействия	Тонизирующие, сигнальные, ло-пункты, групповые ло, точки соединения	Седативные, сочувственные, ло-пункты, точки-пособники
Время воздействия	30 с – 2 мин	30–60 мин
Характер предусмотренного ощущения	Слабое предусмотренное ощущение	Сильное предусмотренное ощущение
Метод введения игл	Введение медленное, в три приема, на выдохе	Введение быстрое, на вдохе
Метод выведения игл	Выведение быстрое, в один прием, на вдохе	Выведение медленное, в три приема, на выдохе

## Методы определения локализации точек акупунктуры

Для нахождения акупунктурной точки на меридиане ориентируются на анатомические образования, определяя расположение точки относительно костей, сухожилий, мышц, костных и суставных выступов, впадин, бугорков, кожных складок, сосков, пупка, частей лица и т. д.

Для удобства определения месторасположения точки воздействия систематизированы по анатомическим областям: область головы, шеи, лопатки, груди, живота, верхних и нижних конечностей.

При нахождении точек пользуются предложенными китайским иглотерапевтом Чжу Лянь условными линиями, которые проводят на теле человека. Согласно Чжу Лянь, на голове проводят четыре условные линии (срединную и три парные боковые); на спине – три условные линии (заднесрединную и две парные боковые); на груди и животе – переднесрединную линию и четыре парные боковые линии. На руке проводят три линии на тыльной и три линии на ладонной поверхности. На ноге проводят на передней поверхности три линии, на задней и внутренней поверхностях ноги – по две линии.

### Условные линии тела человека по Чжу Лянь

#### Область головы и шеи

*Средняя линия головы и шеи* начинается от кончика носа, идет вверх до остистого отростка седьмого шейного позвонка. На средней линии головы и шеи находятся точки заднесрединного меридиана (с 25XIII су-ляо по 14XIII да-чжуй).

*Первая боковая линия головы* начинается у внутреннего угла глаза.

*Вторая боковая линия головы* начинается от середины зрачка глаза.

*Третья боковая линия головы* начинается от наружного угла глаза.

Боковые линии головы, проходя через теменную область, веерообразно расходятся, затем в затылочно-шейной области направляются внутрь и сходятся в точке 14XIII да-чжуй, расположенной между остистыми отростками седьмого шейного и первого грудного позвонков. На первой боковой линии головы находятся точки меридиана мочевого пузыря (с 1VII цин-мин по 10VII тянь-чжу), на второй – точки меридиана желчного пузыря (с 14XI ян-бай по 20XI фэн-чи, кроме точек 13XI бэнь-шэнь и 12XI вань-гу), на третьей – точки меридиана желчного пузыря 13XI бэнь-шэнь и 12XI вань-гу.

#### Область спины, лопатки, поясницы

*Средняя линия спины* проходит через остистые отростки позвонков. На ней находятся точки заднесрединного меридиана со 2XIII яо-шу по 14XIII да-чжуй.

*Первая боковая линия спины* проходит посередине между средней и второй боковой линиями спины. На этой линии находятся точки меридиана мочевого пузыря с 11VII да-чжу по 30VII бай-хуань-шу (сверху вниз).

*Вторая боковая линия спины* проходит по внутреннему краю лопатки. Линию определяют в положении сидя с приведенными и опирающимися на стол руками и наклоненной вперед головой. Линия начинается от уровня промежутка между вторым и третьим грудным позвонком и идет до четвертого крестцового отверстия. На этой линии находятся точки меридиана мочевого пузыря с 41VII фу-фэнь по 54VII чжи-бянь (сверху вниз).

В области крестца на одной вертикальной линии, проходящей между средней линией спины и второй боковой линией спины, находятся точки, которые носят общее название ба-ляо (31VII шан-ляо, 32VII цы-ляо, 33VII чжун-ляо, 34VII ся-ляо). Месторасположение их соответствует задним крестцовым отверстиям. Точка 35VII хуэй-ян находится снаружи от верхнего края копчика на 0,5 цуня.

#### Область груди

*Средняя линия груди* (переднесрединная линия) проходит через середину грудины. На ней находятся точки переднесрединного меридиана с 16XIV чжун-тин по 22XIV тянь-ту (снизу вверх). Точки 23XIV лян-цюань и 24XIV чэн-цзянь находятся в области шеи на линии, являющейся продолжением переднесрединной линии.

*Первая боковая линия груди* проходит на 2 цуня снаружи от переднесрединной линии или на середине расстояния между средней линией и второй боковой линией груди. На этой линии находятся точки меридиана почек с 22VIII бу-лан по 27VIII шу-фу (снизу вверх). Последняя точка находится в подключичной ямке.

*Вторая боковая линия груди* (срединно-ключичная линия) проходит на 2 цуня снаружи от первой боковой линии груди. На этой линии находятся точки меридиана желудка с 13III ци-ху по 18III жу-гэнь (сверху вниз).

*Третья боковая линия груди* проходит на 2 цуня снаружи от срединно-ключичной линии и на 6 цуней от средней линии груди. На этой линии находятся точки меридиана селезенки – поджелудочной железы с 17IV ши-доу по 20IV чжоу-жун (снизу вверх) и меридиана легких 11 чжун-фу (первое межреберье) и 21 юнь-мэнь (подключичная ямка).

*Четвертая боковая линия груди* соответствует средней подмышечной линии. На этой линии находятся точки 21IV да-бао (последняя точка меридиана IV) и 22XI юань-е.

#### Область живота

*Средняя линия живота* (переднесрединная линия) является продолжением средней линии груди.

На этой линии находятся точки переднесрединного меридиана со 2XIV цюй-гу по 15XIV цзю-вэй (снизу вверх).

*Первая боковая линия живота* проходит на 0,5 цуня кнаружи от средней линии живота. На этой линии находятся точки меридиана почек с 11VIII хэн-гу по 21VIII ю-мэнь (снизу вверх).

*Вторая боковая линия живота* проходит на 2 цуня кнаружи от переднесрединной линии и является продолжением первой боковой линии груди. На этой линии находятся точки меридиана желудка с 19III бу-жун по 30III ци-чун (сверху вниз).

*Третья боковая линия живота* проходит на 4 цуня кнаружи от переднесрединной линии и является продолжением второй линии груди. На этой линии находятся точки меридиана селезенки – поджелудочной железы с 12IV чун-мэнь по 16IV фу-ай (снизу вверх). В верхней части этой линии находятся точки меридиана желчного пузыря 24XI жи-юе и печени 14XII цимэнь.

*Четвертая линия живота* идет от свободного конца двенадцатого ребра к концу одиннадцатого ребра, затем по передней ости подвздошной кости. На этой линии находятся точки меридиана желчного пузыря 25XI цзин-мэнь, 26XI дай-май, 27XI у-шу, 28XI вэй-дао и 29XI цзюй-ляо (сверху вниз).

### **Область руки. Ладонная поверхность**

*Ладонно-лучевая линия* начинается у лучевого конца корня ногтя первого пальца, на 0,3 см в сторону от угла ногтя (точка 11I шао-шан), проходит по лучевому краю кисти через точку 10I юй-цзи до лучезапястного сустава, поднимается вверх по предплечью до наружного края сухожилия двуглавой мышцы (точка 5I чи-цзе), идет между двуглавой и плечевой мышцами (точки 4I ся-бай и 3I тьянь-фу).

*Ладонно-срединная линия* начинается от кончика среднего пальца, отступив 0,3 см от корня ногтя (точка 9IX чжун-чун), проходит между третьей и четвертой пястными костями (через точку 8IX лао-гун) до середины лучезапястного сустава (точка 7IX да-лин).

В области предплечья эта линия проходит в промежутке между лучевой и локтевой костями, на ней находятся точки 6IX нэй-гуань, 5IX цзянь-ши и 4IX си-

мэнь. Линия поднимается вверх до точки 3IX цюй-цзе, расположенной в середине локтевого сгиба, затем идет по плечу между головками двуглавой мышцы.

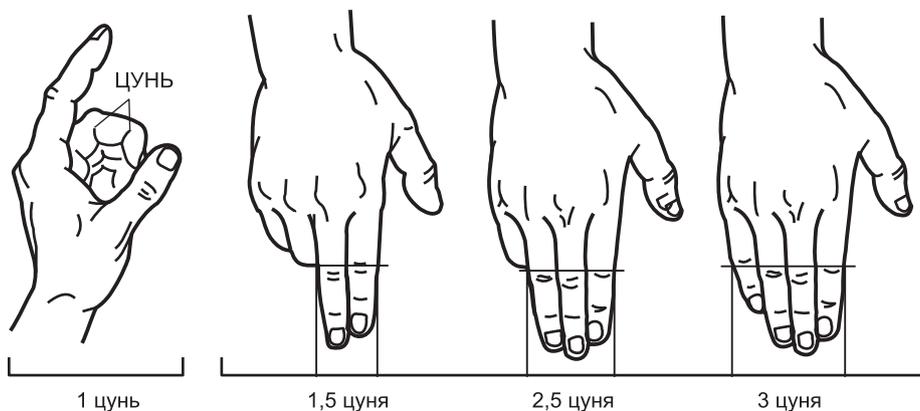
*Ладонно-локтевая линия* начинается у лучевого края ногтевого ложа мизинца, на 0,3 см в сторону от угла ногтя (точка 9V шао-чун), проходит между четвертой и пятой пястными костями (через точку 8V шао-фу) до локтевого края дистальной складки лучезапястного сустава (точка 7V шэнь-мэнь), поднимается по предплечью до внутреннего края складки локтевого сустава (точка 3V шао-хай), идет по локтевому краю двуглавой мышцы (через точку 2V цин-лин) до нижнего края большой грудной мышцы (точка 1V цзи-цзюань).

### **Область руки. Тыльная поверхность**

*Тыльно-лучевая линия* начинается у лучевого края ногтевого ложа указательного пальца, на 0,3 см в сторону от угла ногтя (точка 1II шан-ян), проходит между первой и второй пястными костями (точка 4II хэ-гу), по лучевому краю лучевой кости до точки 11II цюй-чи (находится чуть кнаружи от лучевого края складки локтевого сустава), затем идет по наружному краю трехглавой мышцы (через точку 14II би-нао) до нижнего края дельтовидной мышцы.

*Тыльно-срединная линия* начинается у локтевого края безымянного пальца, на 0,3 см в сторону от угла ногтя (точка 1X гуань-чун), идет по локтевому краю пальца, затем – между четвертой и пятой пястными костями, в области лучезапястного сустава проходит точку 4X ян-чи, поднимается по тыльной поверхности предплечья до точки 10X тьянь-цзин (расположена на задней поверхности плеча, на 1 цунь выше локтевого отростка, в ямке). В области предплечья эта линия идет в промежутке между лучевой и локтевой костями, на ней находятся точки 5X вай-гуань, 6X чжи-гоу, 8X сань-ян-ло и 9X сы-ду. По плечу линия идет посередине трехглавой мышцы до нижнего края дельтовидной мышцы.

*Тыльно-локтевая линия* начинается у локтевого края мизинца, на 0,3 см в сторону от угла ногтя (точка 1VI шао-цзэ), идет по локтевому краю кисти (через точки 3VI хоу-си и 4VI вань-гу), локтевому краю предплечья (через точки 5VI ян-гу, 6VI ян-лао и 7VI чжи-чжэн) до бороздки лучевого нерва (точка 8VI сяо-хай).



**Рис. 1.** Индивидуальные цуни

## Область ноги.

### Передняя поверхность ноги

Наружная линия передней поверхности ноги начинается на 0,3 см кнаружи от корня ногтя четвертого пальца (точка 44XI цзю-цяо-инь), идет между четвертой и пятой плюсневными костями, проходит кпереди от наружной лодыжки (точка 40XI цю-сью), по переднему краю малоберцовой кости до точки 34XI ян-лин-цюань, по наружному краю бедра до большого вертела большеберцовой кости. На этой линии находятся точки меридиана желчного пузыря с 31XI по 44XI, кроме точки 36XI вай-цю, которая расположена на одном уровне с точкой 35XI ян-цзяо, но несколько кпереди от нее.

Средняя линия передней поверхности ноги начинается на 0,3 см кнаружи от корня ногтя второго пальца (точка 45III ли-дуй), проходит между второй и третьей плюсневными костями, затем между сухожилиями длинного сгибателя пальцев и сгибателя большого пальца (линия сгиба стопы, точка 41III цзе-си), далее идет по передненаружной поверхности голени и бедра до точки 31III би-гуань, расположенной книзу и кпереди от большого бугра бедренной кости. На этой линии находятся точки меридиана желудка с 31III по 45III (сверху вниз), кроме точки 40III фэн-лун, которая располагается на уровне точки 38III тяо-коу и кзади от нее на 0,5 цуня.

Внутренняя линия передней поверхности ноги начинается на 0,3 см кнаружи от корня ногтя большого пальца (точка 1XII да-дунь), идет между первой и второй плюсневными костями (через точки 2XII син-цзянь и 3XII тай-чун), на 1 цунь кпереди от внутренней лодыжки между точками 41III цзе-си и 5IV шан-цю (месторасположение точки 4XII чжун-фэн), по заднему краю большеберцовой кости и внутреннему краю черыглавой мышцы бедра. В области голени на этой линии расположены точки 5XII ли-гоу, 6XII чжун-ду, 8IV ди-цзи, 9IV инь-лин-цюань, в области бедра – точки 10IV сюе-хай, 11IV цзи-мэнь, 12IV чун-мэнь (снизу вверх).

### Внутренняя поверхность ноги

Средняя линия внутренней поверхности ноги начинается кпереди и книзу от внутренней лодыжки (точка 5IV шан-цю), идет по голени у внутреннего края камбаловидной мышцы (параллельно внутренней линии передней поверхности), затем по внутренней поверхности бедра до паховой складки. В области голени на этой линии находятся точки 8VIII цзяо-синь, 6IV сань-инь-цзяо, 7IV лоу-гу, 7XII ци-гуань, 8XII цюй-цюань, на бедре – точки 9XII цзи-май, 10XII цзю-у-ли, 11XII инь-лянь.

Задняя линия внутренней поверхности ноги начинается на 0,3 см кнутри от корня ногтя большого пальца (точка 1IV инь-бай), идет по внутреннему краю стопы (граница тыльной и подошвенной поверхностей стопы), по внутреннему краю ахиллова сухожилия и икроножной мышцы до внутренней части подколенной впадины и заканчивается между полусухожильной и полуперепончатой мышцами. На этой линии снизу вверх располагаются точки меридиана почек 2VIII жань-гу, 6VIII чжао-хай, 5VIII шуй-цюань, 4VIII да-чжун, 3VIII тай-си, 7VIII фу-лю, 9VIII

чжун-бинь, 10VIII инь-гу. На последней точке линия заканчивается.

### Задняя поверхность ноги

Средняя линия задней поверхности ноги начинается в промежутке между второй и третьей плюсневными костями в центре подошвы (точка 1VIII юн-цюань), на подошве огибает пяточную кость, поднимается посередине голени и бедра до верхнего края ягодичной мышцы. На этой линии снизу вверх находятся следующие точки меридиана мочевого пузыря: 57VII чэн-шань, 56VII чэн-цзинь, 55VII хэ-ян, 40VII вэй-чжун, 37VII инь-мэнь, 36VII чэн-фу. На последней точке линия заканчивается.

Наружная линия задней поверхности ноги начинается на 0,3 см кнаружи от корня ногтя мизинца (точка 67VII чжи-инь), идет по границе тыльной и подошвенной поверхностей стопы (точки 66VII цзю-тун-гу, 65VII шу-гу, 64VII цзин-гу, 63VII цзинь-мэнь), поворачивает под прямым углом вверх, проходит через точку 60VII кунь-лунь, поднимается по заднему краю малоберцовой кости до подколенной ямки через точки 59VII фу-ян, 35XI ян-цзяо, 39VII вэй-ян, 38VII фу-си.

### Определение локализации точек акупунктуры с использованием мерных отрезков как единицы измерения

Для точного определения расположения точек акупунктуры на теле человека пользуются методом так называемого *пропорционального цуня*. Согласно этому методу, тело человека и его части (голова, туловище, конечности) делятся на определенное количество равных отрезков, которые у разных людей имеют разную величину. Каждый из этих отрезков является одним пропорциональным цунем, или пропорциональным отрезком, для данного человека. Измеряют отрезки тела от одного анатомического образования до другого как горизонтальные, так и вертикальные.

Например, независимо от роста, расстояние от точки 15XIV цзю-вэй, расположенной книзу от мечевидного отростка на 1,5 см, до середины пупка равно 7 цуням, от середины пупка до верхнего края лобковой кости – 5 цуням, от складки лучезапястного сустава до локтевой складки – 12 цуням, от локтевой складки до передней подмышечной складки – 9 цуням и т. д.

В качестве единицы измерения врачи нередко пользуются индивидуальным цунем.

*Индивидуальный цунь* – это единица измерения, равная расстоянию между первой и второй межфаланговыми складками среднего пальца (с тыльной стороны) левой руки у мужчин и правой руки у женщин. Индивидуальный цунь в зависимости от роста человека равен 1,5–3 см. Его определяют также поперечным размером большого пальца правой руки.

Нужное расстояние от анатомического образования до точки измеряют, пользуясь также поперечными размерами пальцев рук: два поперечных пальца (указательного и среднего) – это 1,5 цуня, три поперечных пальца – это 2,5 цуня, четыре поперечных пальца – это 3 цуня.

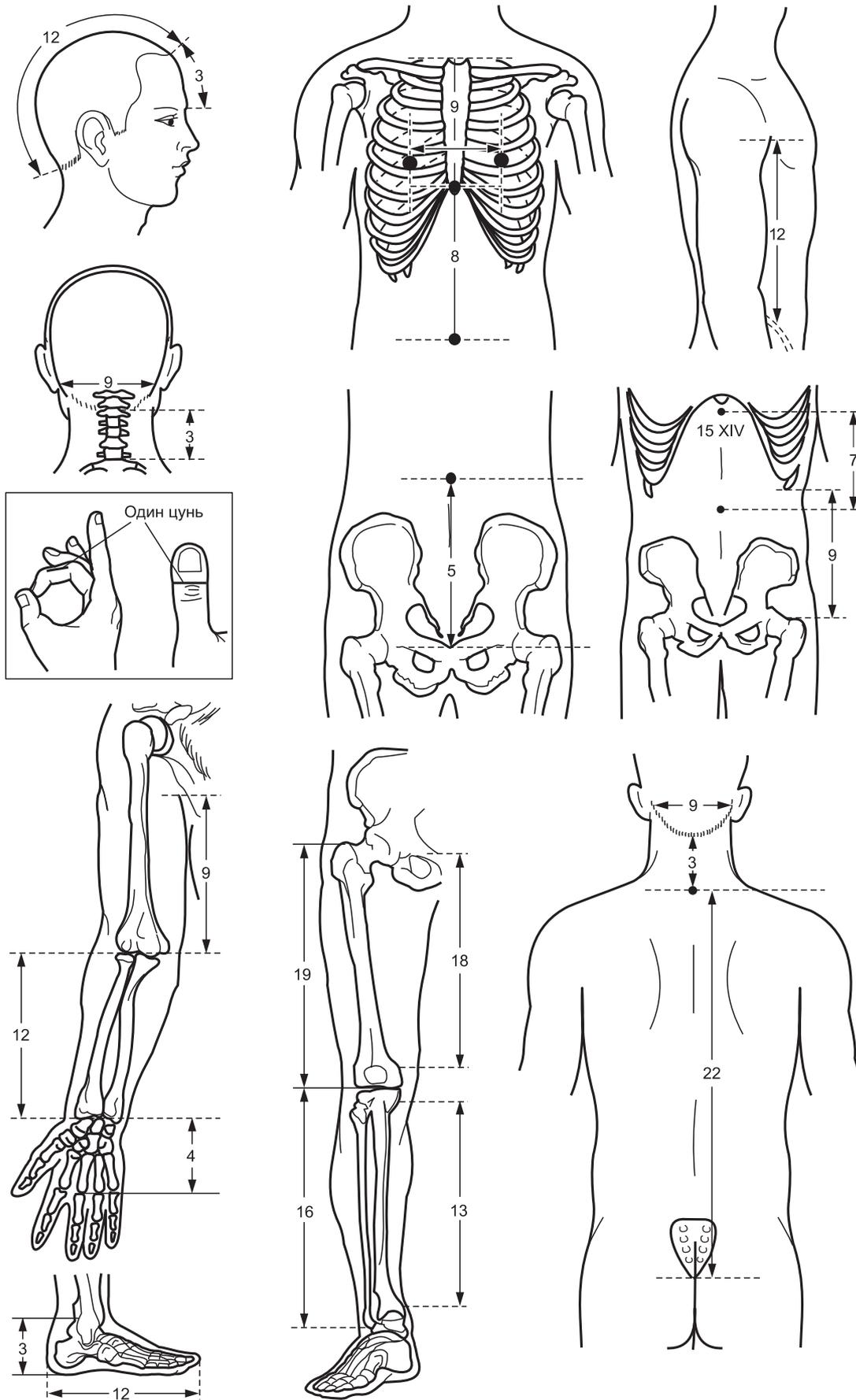


Рис. 2. Деление областей тела на пропорциональные отрезки в цунях

Таблица 1

## Деление частей туловища на пропорциональные отрезки

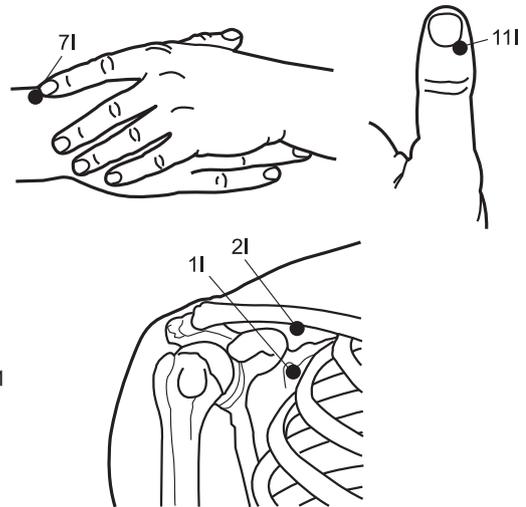
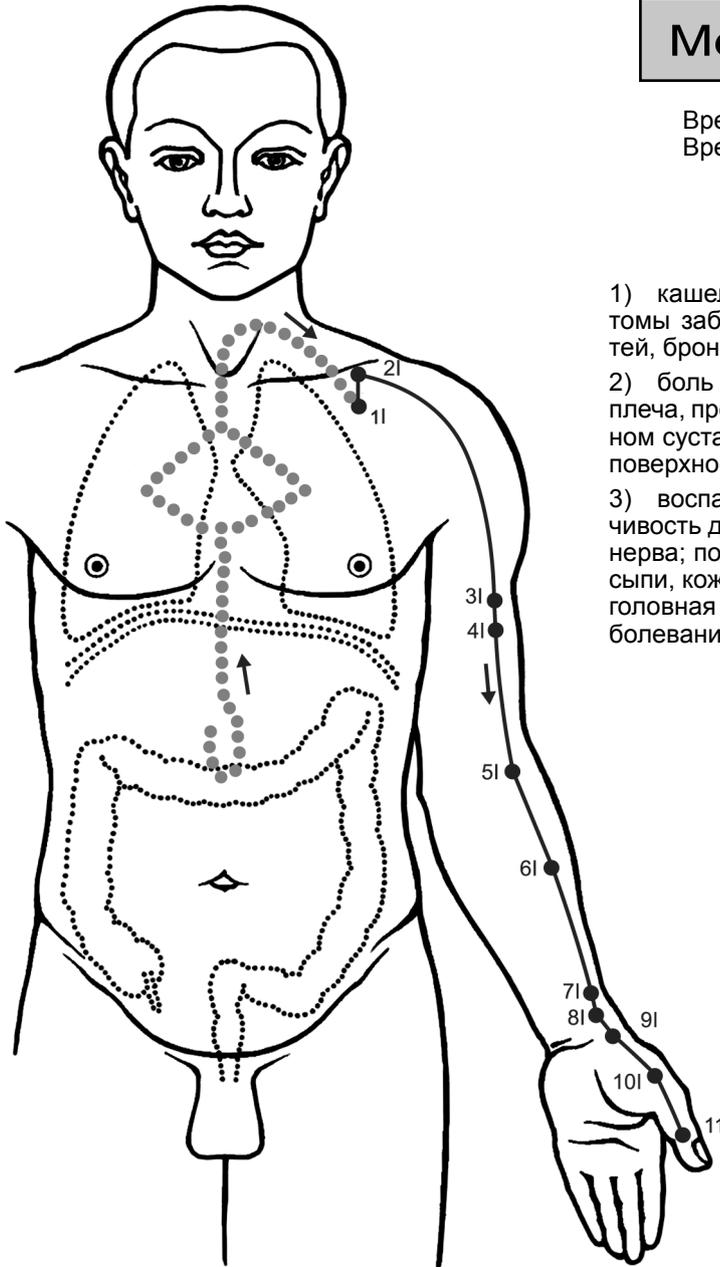
Расстояние между анатомическими образованиями, условными линиями или точками акупунктуры	Число делений в цунях
<b>Голова и шея</b>	
От середины передней границы до середины задней границы волосистой части головы	12
От точки РС3 инь-тан до точки 17XIII нао-ху	12
От точки РС3 инь-тан до середины передней границы волос	3
От точки 14XIII да-чжуй до середины задней границы волос	3
Между точками 8III тоу-вэй	9
<b>Передняя поверхность туловища</b>	
От яремной вырезки грудины до точки пересечения реберных дуг с белой линией живота	9
От точки пересечения реберных дуг с белой линией живота (нижний край реберно-грудинного сочленения) до середины пупка	8
От точки 15XIV цзю-вэй, расположенной книзу от конца мечевидного отростка на 1,5 см, до середины пупка	7
От середины пупка до верхнего края лонного сочленения	5
Между сосками у мужчин, между двумя среднечлочичными линиями у женщин	8
Между переднесрединной и первой боковой линией груди	2
Между переднесрединной и второй боковой линией груди	4
Между переднесрединной и третьей боковой линией груди	6
Между переднесрединной и первой боковой линией живота	0,5
Между переднесрединной и второй боковой линией живота	2
Между переднесрединной и третьей боковой линией живота	4
<b>Задняя поверхность туловища</b>	
От задней срединной линии до внутреннего края лопатки (до второй боковой линии спины)	3
От задней срединной линии до первой боковой линии спины (на половине расстояния от задней срединной линии до второй боковой линии спины)	1,5
<b>Рука</b>	
От передней подмышечной складки до локтевой складки	9
От задней подмышечной складки до конца локтевого отростка	9
От локтевой складки до складки, соответствующей точке 7V шэнь-мэнь	12
От точки 4X ян-чи до конца локтевого отростка	12
<b>Нога</b>	
От нижнего края коленной чашечки до большого вертела бедренной кости	19
От верхнего края внутреннего надмыщелка бедра (он совпадает с уровнем верхнего края коленной чашечки) до верхнего края лобковой кости	18
От середины ягодичной складки до середины подколенной складки	13
От нижнего края коленной чашечки до центра (наиболее выступающей части) наружной лодыжки	16
От точки 9IV инь-лин-цюань до центра (наиболее выступающей части) внутренней лодыжки	13
От точки 40VII вэй-чжун до точки 60VII кунь-лунь	16

## Меридиан легких (I, P)

Время максимальной активности с 3 до 5 часов\*  
Время пассивности с 5 до 7 часов

### Показания к применению\*\* меридиана легких:

- 1) кашель, одышка, ощущение удушья, другие симптомы заболевания легких и верхних дыхательных путей, бронхиальная астма, хронический тонзиллит;
- 2) боль в области грудной клетки, ключицы, спины, плеча, предплечья, в плечевом, локтевом и лучезапястном суставах; онемение в области передневнутренней поверхности руки; неврит лучевого нерва;
- 3) воспалительные заболевания рта и глотки, кровоточивость десен, носовое кровотечение; неврит лицевого нерва; повышение температуры, ночные поты; кожные сыпи, кожные заболевания, сопровождающиеся зудом; головная боль, бессонница, тревожное состояние; заболевания сердца.



**Внутренний ход меридианов** показан на рисунках пунктирной линией, **наружный – сплошной линией.**

#### Стандартные точки меридиана легких:

тонизирующая – 9I тай-юань,  
седативная – 5I чи-цзе,  
пособник – 9I тай-юань,  
сочувственная – 13VII фэй-шу,  
сигнальная – 1I чжун-фу,  
противоболевая – 6I кун-цзуй,  
стабилизирующий ло-пункт к меридиану толстой кишки – 7I ле-цюе.

#### Точка 7I – точка-ключ чудесного меридиана V.

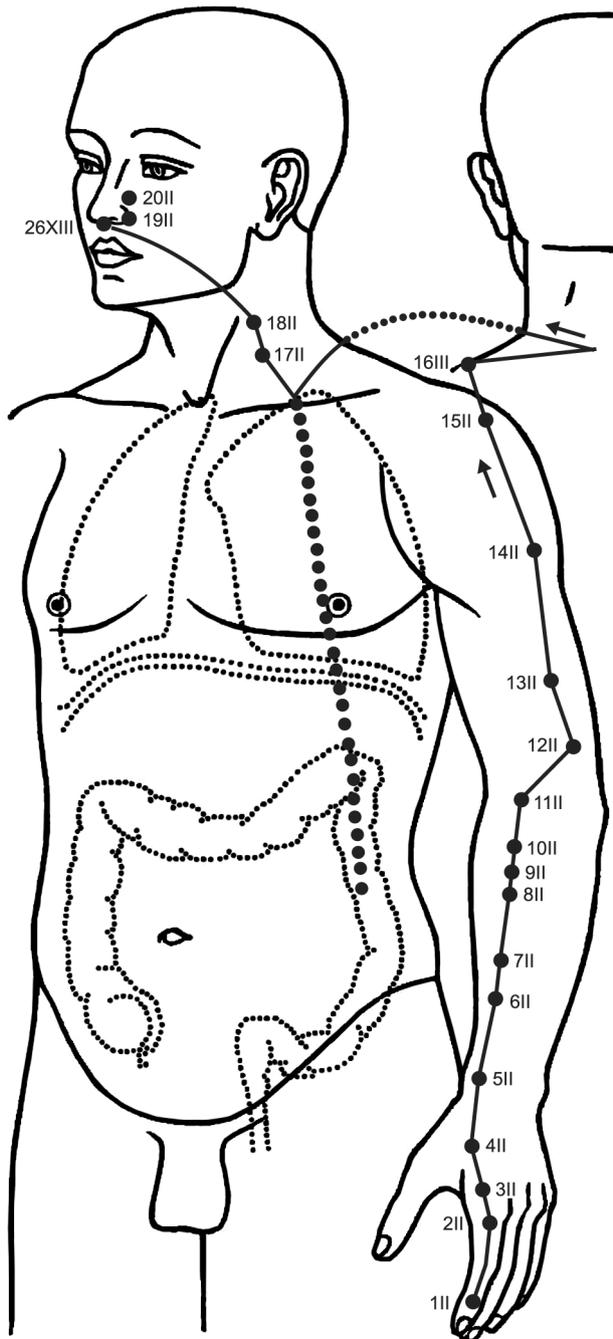
\* По местному времени.

\*\* Здесь и далее под пунктом 1) даны показания, связанные с внутренним ходом меридиана; 2) – показания, связанные с наружным ходом меридиана; под пунктом 3) – прочие показания.

1I чжун-фу;  
2I юнь-мэнь;  
3I тянь-фу;  
4I ся-бай;  
5I чи-цзе;  
6I кун-цзуй;  
7I ле-цюе;  
8I цзин-цюй;  
9I тай-юань;  
10I юй-цзи;  
11I шао-шан.

## Меридиан толстой кишки (II, GI)

Время максимальной активности с 5 до 7 часов  
 Время пассивности с 7 до 9 часов

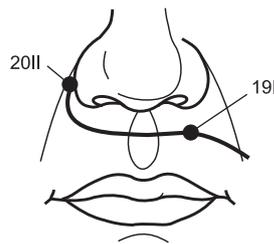


### Показания к применению меридиана толстой кишки:

- 1) функциональные заболевания толстой кишки, нарушение проходимости через толстую кишку, запор, понос, пищевые токсико-инфекционные заболевания; воспалительные процессы в миндалинах, горле, трахее, легком, толстой кишке; острый и хронический ринит, вазомоторный ринит, кровотечение из носа;
- 2) боль в пальцах, в области предплечья, плеча, лопаток, грудной клетки, в лучезапястном, локтевом, плечевом суставах; онемение в области предплечья и плеча; нарушение двигательной функции верхней конечности; напряжение мышц шейно-затылочной области; звон и шум в ушах, понижение слуха; воспалительные заболевания полости рта, зубная боль;
- 3) лихорадочные заболевания; гипертоническая болезнь; гипотония; болезни сердца.

### Точка 4II – «точка от ста болезней».

Меридиан II заканчивается точкой 20II у крыла носа с противоположной стороны.



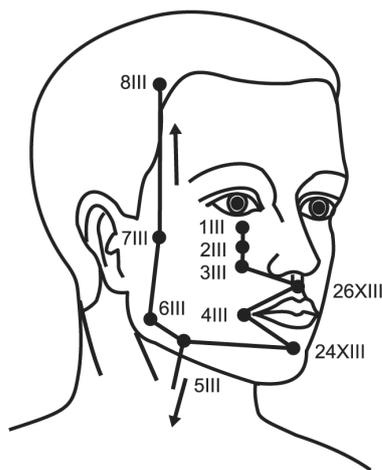
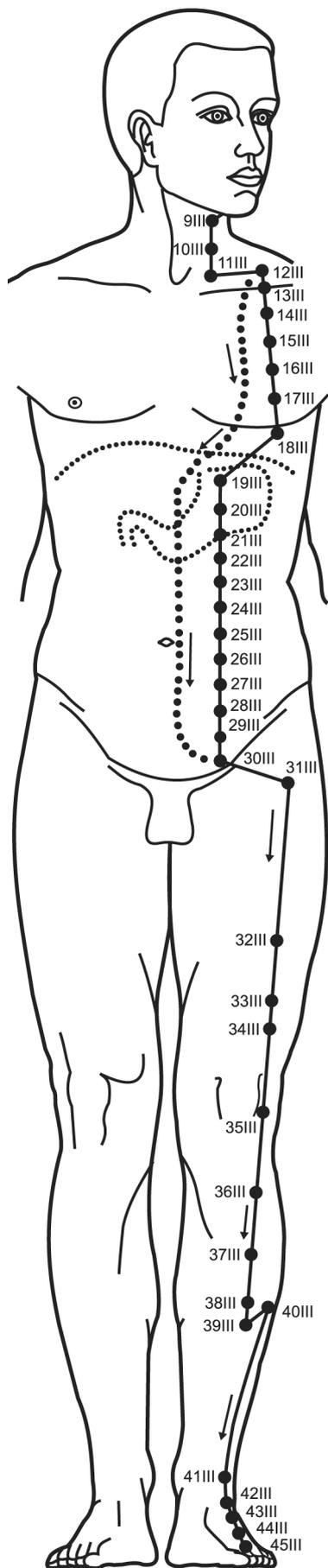
### Стандартные точки меридиана толстой кишки:

тонизирующая – 11II цюй-чи,  
 седативная – 2II эр-цзянь,  
 пособник – 4II хэ-гу,  
 сочувственная – 25VII да-чан-шу,  
 сигнальная – 25III тянь-шу,  
 противоболевая – 7II вэнь-лю,  
 стабилизирующий ло-пункт к меридиану легких – 6II пянь-ли.

1II шан-ян;
2II эр-цзянь;
3II сань-цзянь;
4II хэ-гу;
5II ян-си;
6II пянь-ли;
7II вэнь-лю;
8II ся-лянь;
9II шан-лянь;
10II шоу-сань-ли;
11II цюй-чи;
12II чжоу-ляо;
13II шоу-у-ли;
14II би-нао;
15II цзянь-юй;
16II цзюй-гу;
17II тянь-дин;
18II фу-ту;
19II хэ-ляо;
20II ин-сян.

## Меридиан желудка (III, Е)

Время максимальной активности с 7 до 9 часов  
Время пассивности с 9 до 11 часов



### Показания к применению меридиана желудка:

- 1) боль в подложечной области, в области подреберья, пупка, внизу живота; язва желудка и двенадцатиперстной кишки, гастрит, гастроэнтерит; урчание в животе, метеоризм, отрыжка, рвота, запор, понос, снижение аппетита;
- 2) головная боль, зубная боль, межреберная невралгия, боль в грудных железах, в области передней брюшной стенки, передней поверхности бедра и голени, тыльной поверхности стопы, в коленном суставе; онемение в области бедра, колена и голени, холодные стопы, воспаление в области тыльной поверхности стопы; неврит лицевого нерва; воспалительные процессы: синусит, гонит, артриты суставов стоп; отечность лица;
- 3) заболевания органов дыхания, горла, гортани; заболевания наружных половых органов; гинекологические заболевания; артериальная гипертония; маниакальное состояние, депрессия; эпилепсия.

**Точка 36III – «точка от ста болезней».**

**Точка 37III регулирует функцию толстой кишки.**

**Точка 39III регулирует функцию тонкой кишки.**

### Стандартные точки меридиана желудка:

тонизирующая – 41III цзе-си,  
седативная – 45III ли-дуй,  
пособник – 42III чун-ян,  
сочувственная – 21VII вэй-шу,  
сигнальная – 12XIV чжун-вань,  
противоболевая – 34III лян-цю,  
стабилизирующий ло-пункт к меридиану селезенки – поджелудочной железы – 40III фэн-лун.

1III чэн-ци;  
2III сы-бай;  
3III цзюй-ляо;  
4III ди-цан;  
5III да-ин;  
6III цзя-чэ;  
7III ся-гуань;  
8III тоу-вэй;  
9III жэнь-ин;  
10III шуй-ту;  
11III ци-шэ;  
12III цюэ-пэнь;  
13III ци-ху;  
14III ку-фан;  
16III у-и;  
16III ин-чуан;  
17III жу-чжун;  
18III жу-гэнь;  
19III бу-жун;  
20III чэн-мань;  
21III лян-мэнь;  
22III гуань-мэнь;  
23III тай-и;  
24III хуа-жоу-мэнь;  
25III тянь-шу;  
26III вай-лин;  
27III да-цзюй;  
28III шуй-дао;  
29III гуй-лай;  
30III ци-чун;  
31III би-гуань;  
32III фу-ту;  
33III инь-ши;  
34III лян-цю;  
35III ду-би;  
36III цзу-сань-ли;  
37III шан-цзюй-суй;  
38III тяо-коу;  
39III ся-цзюй-суй;  
40III фэн-лун;  
41III цзе-си;  
42III чун-ян;  
43III сянь-гу;  
44III нэй-тин;  
45III ли-дуй.

## Меридиан селезенки – поджелудочной железы (IV, RP)

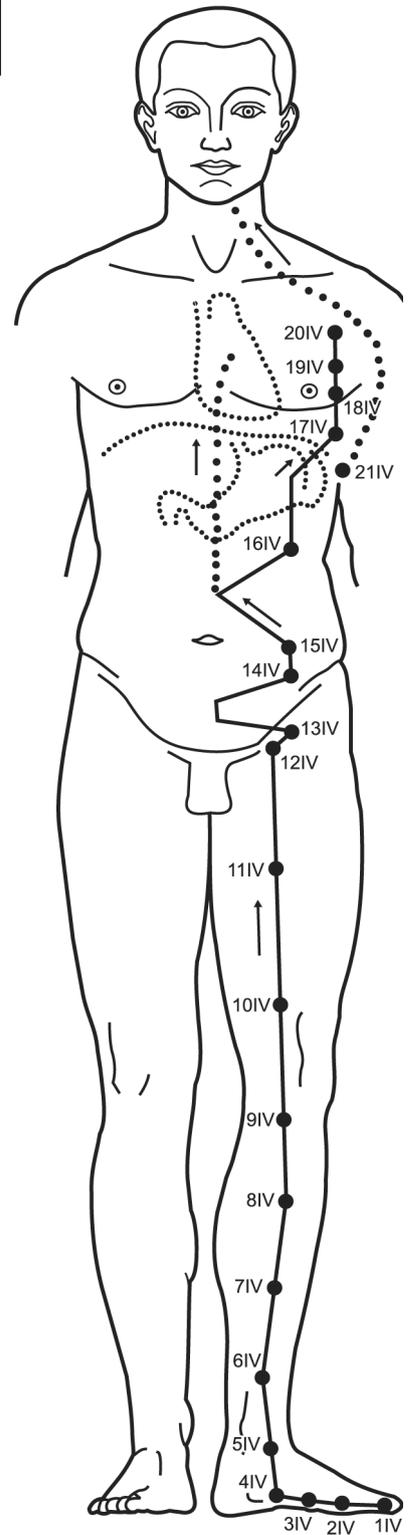
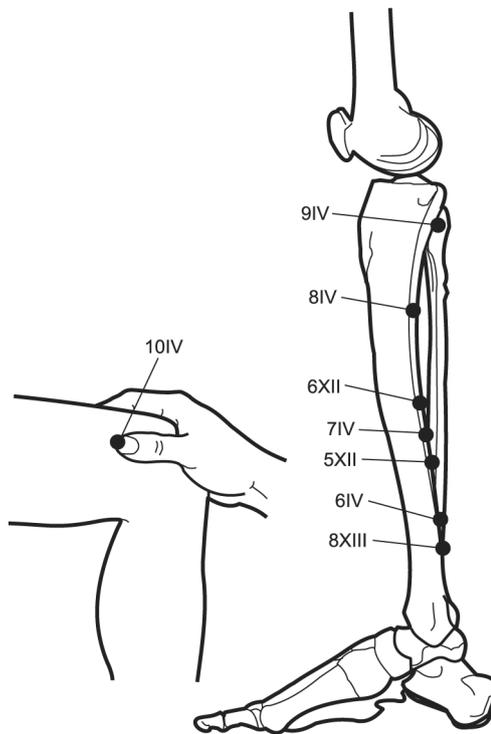
Время максимальной активности с 9 до 11 часов  
Время пассивности с 11 до 13 часов

### Показания к применению меридиана селезенки – поджелудочной железы:

- 1) боль в желудке спазматического характера, метеоризм, понос, запор, рвота, диспепсия, урчание в животе, снижение аппетита;
- 2) боль в стопе, голеностопном суставе, голени, коленном суставе, по внутренней поверхности бедра; снижение силы мышц в нижних конечностях; боль и ощущение тяжести в области подреберья и груди;
- 3) заболевания мочеполовой системы, венозный застой в ногах, отеки ног.

**Точка 6IV – групповое ло инь-меридианов ноги IV, VIII, XII.**  
**Точка 4IV – точка-ключ чудесного меридиана VIII.**  
**Точка 21IV – большое ло.**

1IV инь-бай;
2IV да-ду;
3IV тай-бай;
4IV гунь-сунь;
5IV шан-цю;
6IV сань-инь-цзяо;
7IV лоу-гу;
8IV ди-цзи;
9IV инь-лин-цюань;
10IV сюе-хай;
11IV цзи-мэнь;
12IV чун-мэнь;
13IV фу-шэ;
14IV фу-цзе;
15IV да-хэн;
16IV фу-ай;
17IV ши-доу;
18IV тянь-си;
19IV сюн-сян;
20IV чжоу-чжун;
21IV да-бао.



### Стандартные точки меридиана IV:

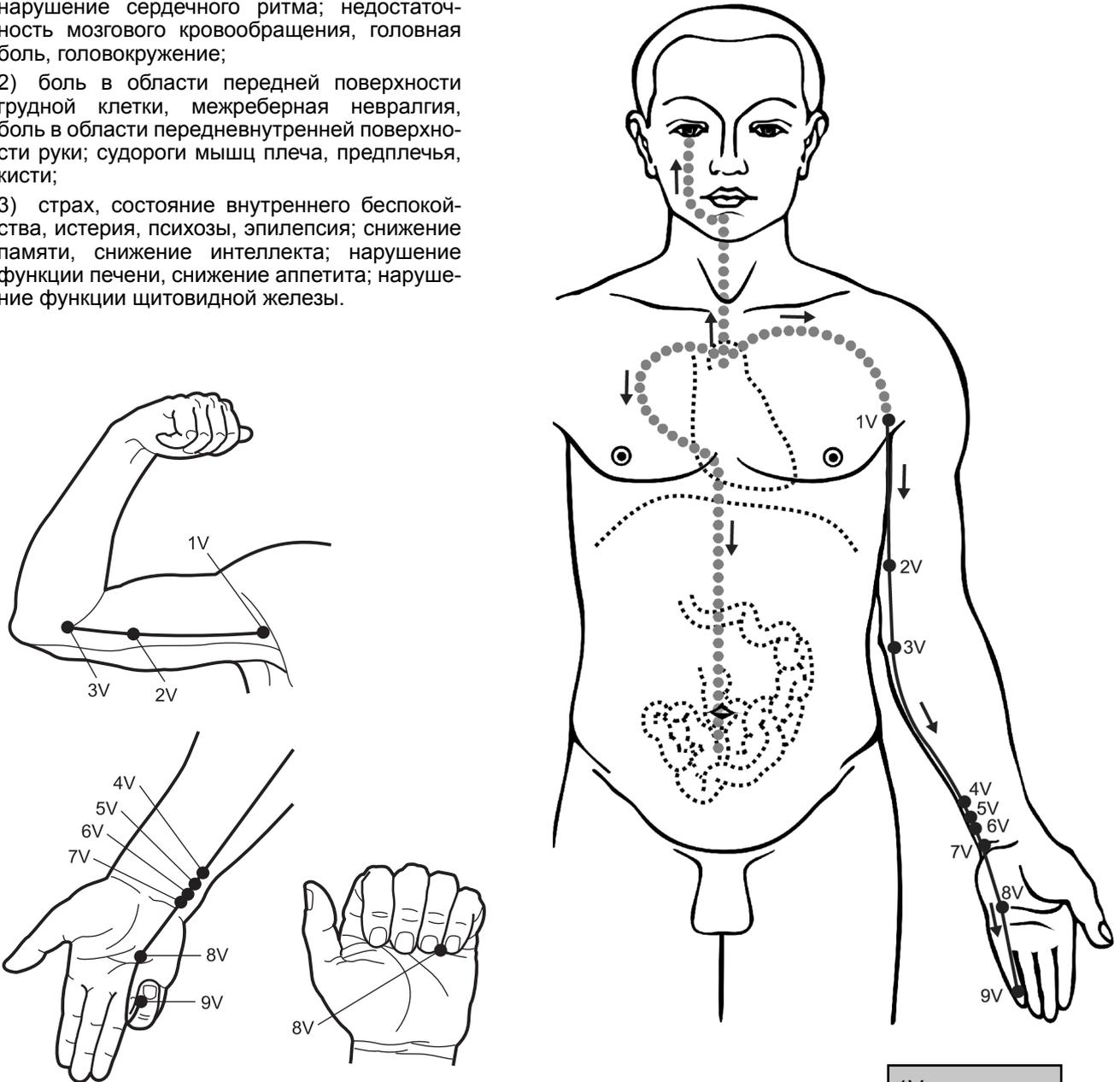
тонизирующая – 2IV да-ду,  
седативная – 5IV шан-цю,  
пособник – 3IV тай-бай,  
сочувственная – 20VII пи-шу,  
сигнальная – 13XII чжан-мэнь,  
противоболевая – 8IV ди-цзи,  
стабилизирующий ло-пункт к меридиану желудка – 4IV гунь-сунь.

# Меридиан сердца (V, С)

## Показания к применению меридиана сердца:

- 1) боль в области сердца, сердцебиение, нарушение сердечного ритма; недостаточность мозгового кровообращения, головная боль, головокружение;
- 2) боль в области передней поверхности грудной клетки, межреберная невралгия, боль в области передневнутренней поверхности руки; судороги мышц плеча, предплечья, кисти;
- 3) страх, состояние внутреннего беспокойства, истерия, психозы, эпилепсия; снижение памяти, снижение интеллекта; нарушение функции печени, снижение аппетита; нарушение функции щитовидной железы.

Время максимальной активности с 11 до 13 часов  
 Время пассивности с 13 до 15 часов



- 1V цзи-цюань;
- 2V цин-лин;
- 3V шао-хай;
- 4V лин-дао;
- 5V тун-ли;
- 6V инь-си;
- 7V шэнь-мэнь;
- 8V шао-фу;
- 9V шао-чун.

### Стандартные точки меридиана сердца:

тонизирующая – 9V шао-чун,  
 седативная – 7V шэнь-мэнь,  
 пособник – 7V шэнь-мэнь,  
 сочувственная – 15VII синь-шу,  
 сигнальная – 14XIV цзюй-цюе,  
 противоболевая – 6V инь-си,  
 стабилизирующий ло-пункт к меридиану тонкой кишки – 5V тун-ли.

## Меридиан тонкой кишки (VI, GI)

Время максимальной активности с 13 до 15 часов

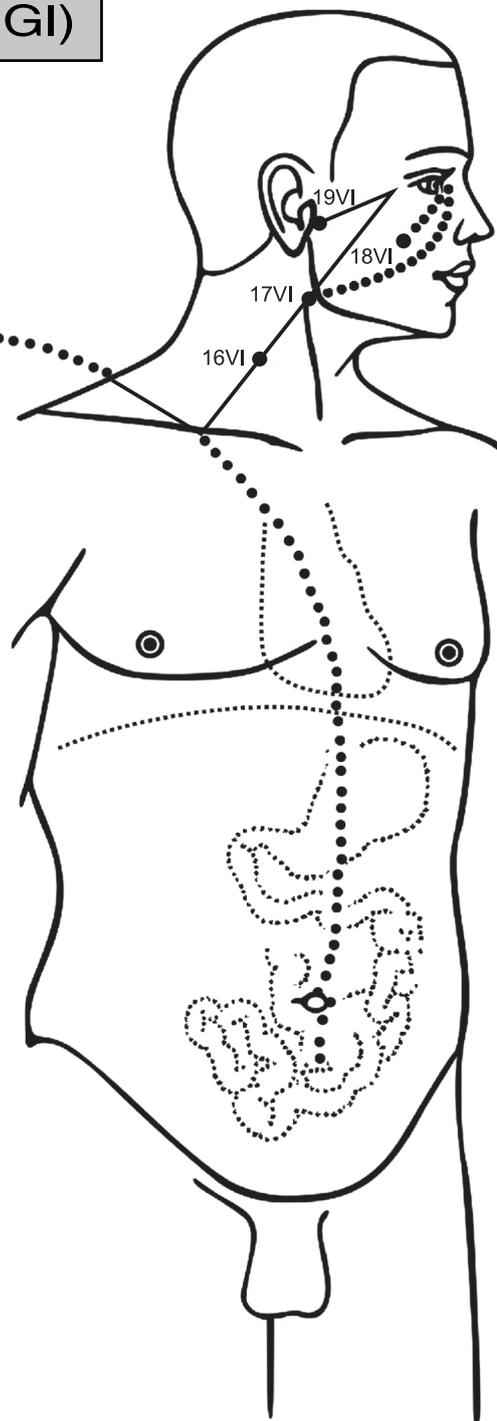
Время пассивности с 15 до 17 часов

**Точка 3VI – точка-ключ чудесного меридиана I.**

1VI шао-цзэ;  
 2VI цянь-гу;  
 3VI хоу-си;  
 4VI вань-гу;  
 5VI ян-гу;  
 6VI ян-лао;  
 7VI чжи-чжэн;  
 8VI сяо-хай;  
 9VI цзянь-чжэнь;  
 10VI нао-шу;  
 11VI тянь-цзун;  
 12VI бин-фэн;  
 13VI цюй-юань;  
 14VI цзянь-вай-шу;  
 15VI цзянь-чжун-шу;  
 16VI тянь-чуан;  
 17VI тянь-жун;  
 18VI цюань-ляо;  
 19VI тин-гун.

**Показания к применению меридиана тонкой кишки:**

- диспепсические нарушения (тошнота, рвота, снижение аппетита, запор, понос), боль в области пупка и нижней части живота;
- боль в пальцах руки, в области задненаружной поверхности предплечья и плеча, в плечелопаточной области, затылке; головная боль; боль и отек в области шеи и лица; снижение слуха, шум в ушах;
- нервно-психические заболевания; судороги у детей.

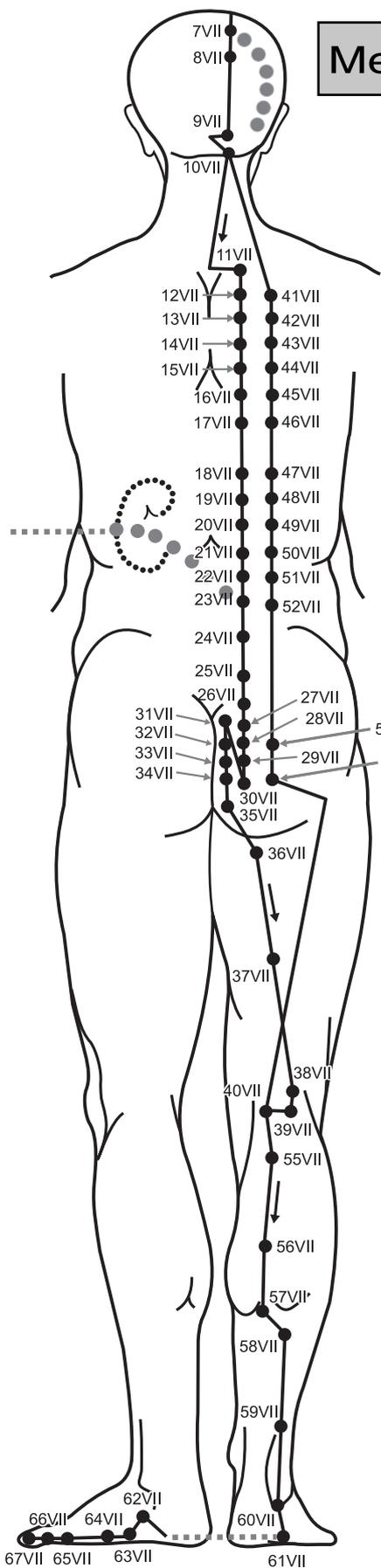


**Стандартные точки меридиана тонкой кишки:**

тонизирующая – 3VI хоу-си,  
 седативная – 8VI сяо-хай,  
 пособник – 4VI вань-гу,  
 сочувственная – 27VII сяо-чан-шу,  
 сигнальная – 4XIV гуань-юань,  
 противоболевая – 6VI ян-лао,  
 стабилизирующий ло-пункт к меридиану сердца – 7VI чжи-чжэн.

# Меридиан мочевого пузыря (VII, V)

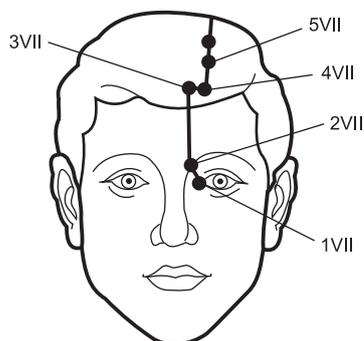
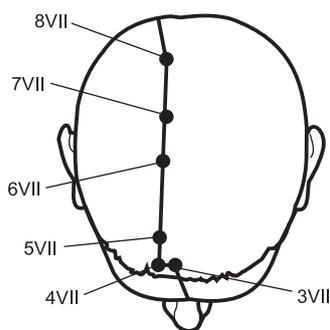
Время максимальной активности с 15 до 17 часов  
Время пассивности с 17 до 19 часов



## Показания к применению меридиана мочевого пузыря:

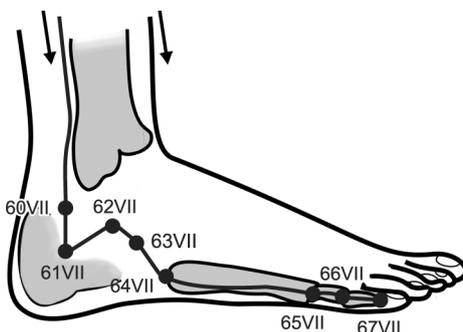
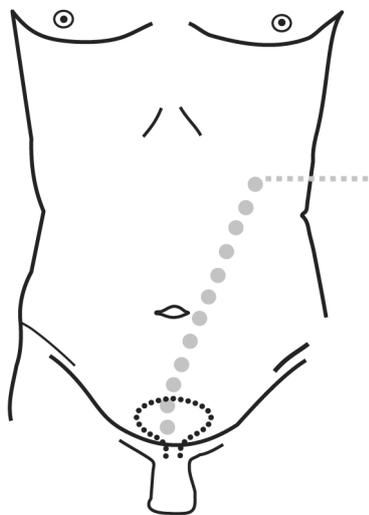
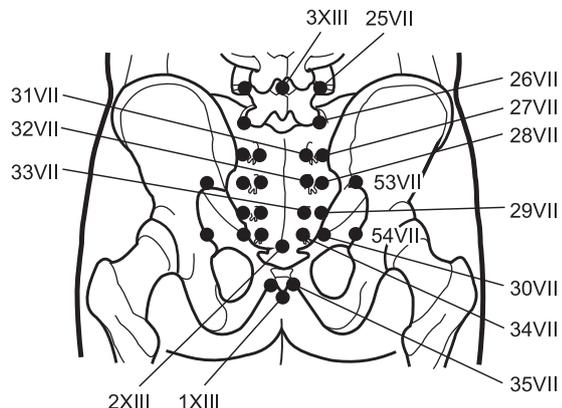
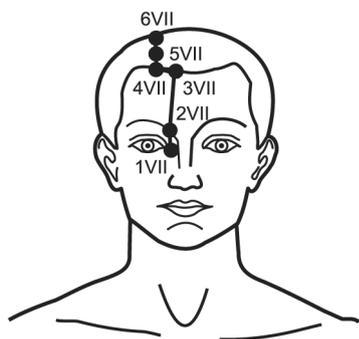
- 1) недержание или задержка мочи, анурия, олигурия; цистит, нефрит, пиелонефрит; боль и отек в наружных половых органах;
- 2) боль в области затылка, грудного отдела позвоночника, поясничной области, напряжение мышц этих областей, люмбаго, ишиас; боль в суставах нижней конечности, стопе, пятке, мизинце; паралич и парез нижних конечностей; судороги мышц голени; головная боль в лобно-затылочной области, головокружение; заболевания носа; заболевания глаз;
- 3) болезни сердца, легких, органов желудочно-кишечного тракта, органов малого таза; геморрой.

## Точка 62 VII – точка-ключ чудесного меридиана II.

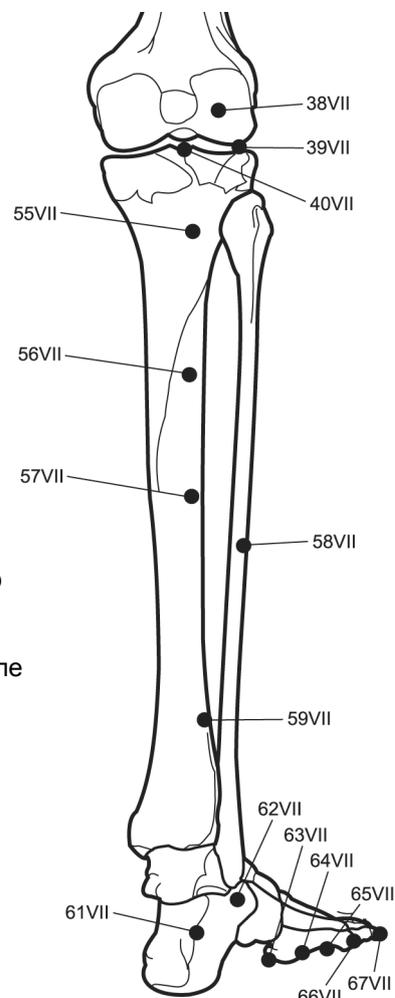


- 1VII цин-мин;
- 2VII цуань-чжу;
- 3VII мэй-чун;
- 4VII цюй-ча;
- 5VII у-чу;
- 6VII чэн-гуан;
- 7VII тун-тянь;
- 8VII ло-цюе;
- 9VII юй-чжэнь;
- 10VII тянь-чжу;
- 11VII да-чжу;
- 12VII фэн-мэнь;
- 13VII фэй-шу;
- 14VII цзюе-инь-шу;
- 15VII синь-шу;
- 16VII ду-шу;
- 17VII гэ-шу;
- 18VII гань-шу;
- 19VII дань-шу;
- 20VII пи-шу;
- 21VII вэй-шу;
- 22VII сань-цзяо-шу;
- 23VII шэнь-шу;
- 24VII ци-хай-шу;
- 25VII да-чан-шу;
- 26VII гуань-юань-шу;
- 27VII сяо-чан-шу;
- 28VII пан-гуань-шу;
- 29VII чжун-люй-шу;
- 30VII бай-хуань-шу;
- 31VII шан-ляо;
- 32VII цы-ляо;
- 33VII чжун-ляо;
- 34VII ся-ляо;
- 35VII хуэй-ян;
- 36VII чэн-фу;
- 37VII инь-мэнь;
- 38VII фу-си;
- 39VII вэй-ян;
- 40VII вэй-чжун;
- 41VII фу-фэнь;
- 42VII по-ху;
- 43VII гао-хуан;
- 44VII шэнь-тан;
- 45VII и-си;
- 46VII гэ-гуань;
- 47VII хунь-мэнь;
- 48VII ян-ган;
- 49VII и-шэ;
- 50VII вэй-цан;
- 51VII хуань-мэнь;

## Меридиан мочевого пузыря (VII, V)



Ход меридиана мочевого пузыря на стопе



- 52VII чжи-ши;
- 53VII бао-хуан;
- 54VII чжи-бянь;
- 55VII хэ-ян;
- 56VII чэн-цин-цзинь;
- 57VII чэн-шань;
- 58VII фэй-ян;
- 59VII фу-ян;
- 60VII кунь-лунь;
- 61VII пу-шэнь;
- 62VII шэнь-май;
- 63VII цзинь-мэнь;
- 64VII цзин-гу;
- 65VII шу-гу;
- 66VII цзу-тун-гу;
- 67VII чжи-инь.

### Стандартные точки меридиана мочевого пузыря:

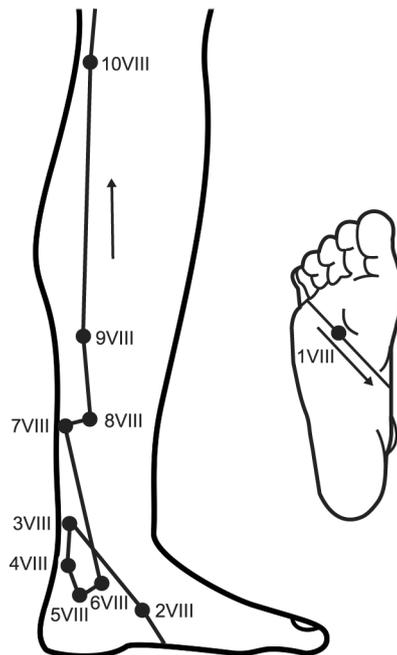
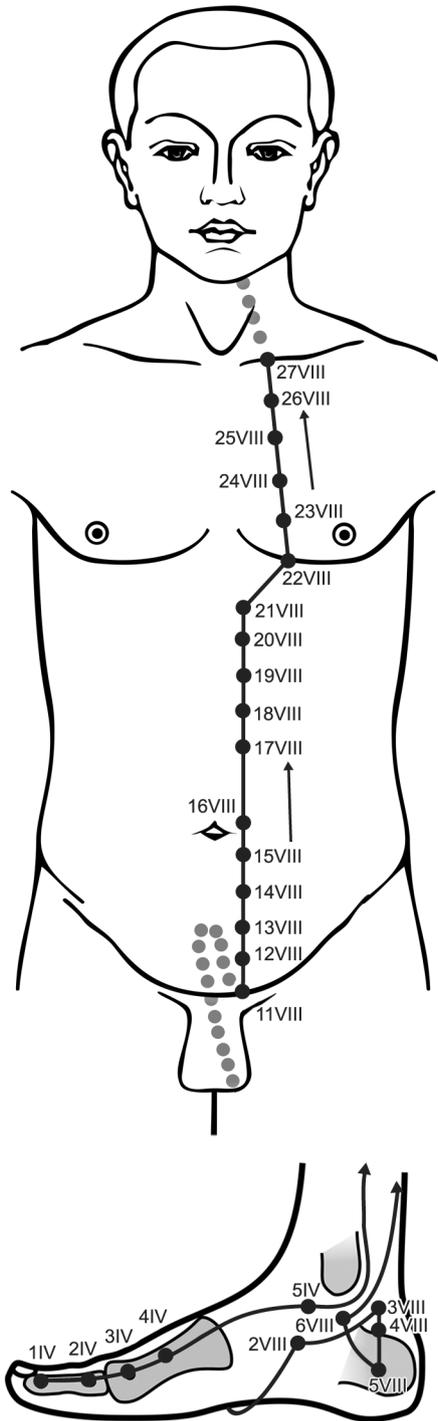
- тонизирующая – 67VII чжи-инь,
- седативная – 65VII шу-гу,
- пособник – 64VII цзин-гу,
- сочувственная – 28VII пан-гуань-шу,
- сигнальная – 3XIV чжун-цзи,
- противоболевая – 63VII цзинь-мэнь,
- стабилизирующий ло-пункт к меридиану почек – 58VII фэй-ян.

## Меридиан почек (VIII, R)

Время максимальной активности с 17 до 19 часов  
 Время пассивности с 19 до 21 часа

### Показания к применению меридиана почек:

- 1) нарушение мочеотделения (полиурия, олигурия, анурия), заболевания мочевыделительных органов; заболевания половых органов, импотенция, фригидность; астеническое состояние при недостаточности надпочечников;
- 2) боль в области подошвы, внутренней лодыжки, внутренней поверхности голени и бедра, позвоночника, передней брюшной стенки;
- 3) заболевания органов малого таза, брюшной полости, грудной клетки; хронический тонзиллит, фарингит, глоссит; головные боли; заболевания органов зрения; заболевания органов слуха; нервно-психические расстройства (тревожное состояние, депрессия, фобии, астения).



1VIII юн-цюань;  
 2VIII жань-гу;  
 3VIII тай-си;  
 4VIII да-чжун;  
 5VIII шуй-цюань;  
 6VIII чжао-хай;  
 7VIII фу-лю;  
 8VIII цзяо-синь;  
 9VIII чжу-бинь;  
 10VIII инь-гу;  
 11VIII хэн-гу;  
 12VIII да-хэ;  
 13VIII ци-сюе;  
 14VIII сы-мань;  
 15VIII чжун-чжу;  
 16VIII хуан-шу;  
 17VIII шан-цююй;  
 18VIII ши-гуань;  
 19VIII инь-ду;  
 20VIII фу-тун-гу;  
 21VIII ю-мэнь;  
 22VIII бу-лан;  
 23VIII шэнь-фэн;  
 24VIII лин-суй;  
 25VIII шэнь-цан;  
 26VIII юй-чжун;  
 27VIII шу-фу.

Точка 6VIII – точка-ключ чудесного меридиана VI.

### Стандартные точки меридиана почек:

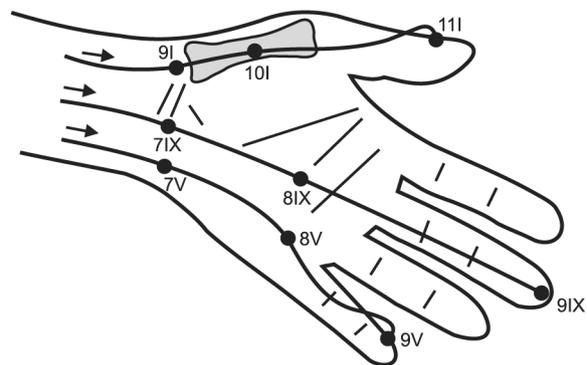
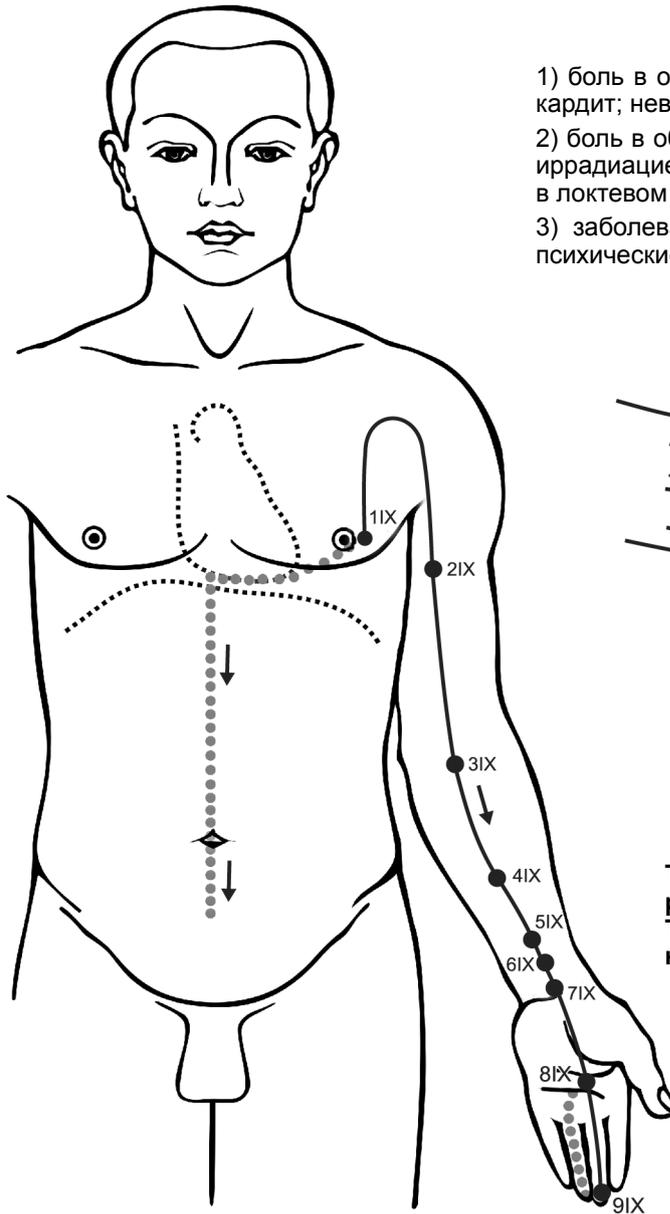
тонизирующая – 7VIII фу-лю,  
 седативная – 1VIII юн-цюань,  
 пособник – 3VIII тай-си,  
 сочувственная – 23VIII шэнь-шу,  
 сигнальная – 25VIII цзин-мэнь,  
 противоболевая – 5VIII шуй-цюань,  
 стабилизирующий ло-пункт к меридиану мочевого пузыря – 4VIII да-чжун.

## Меридиан перикарда (IX, MC)

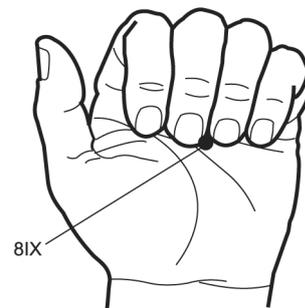
Время максимальной активности с 19 до 21 часа  
Время пассивности с 21 до 23 часов

### Показания к применению меридиана перикарда:

- 1) боль в области сердца, перикардит, эндокардит, миокардит; неврогенная тахикардия;
- 2) боль в области боковой поверхности грудной клетки с иррадиацией в спину, боль в области плеча, предплечья, в локтевом суставе; межреберная невралгия;
- 3) заболевания легких; заболевания желудка; нервно-психические расстройства, тревожное состояние.



Точка 5IX – групповое ло инь-меридианов руки I, V, IX.  
Точка 6IX – точка-ключ чудесного меридиана VII.



1IX тянь-чи;  
2IX тянь-цюань;  
3IX цюй-цзе;  
4IX си-мэнь;  
5IX цзянь-ши;  
6IX нэй-гуань;  
7IX да-лин;  
8IX лао-гун;  
9IX чжун-чун.

### Стандартные точки меридиана перикарда:

тонизирующая – 9IX чжун-чун,  
седативная – 7IX да-лин,  
пособник – 7IX да-лин,  
сочувственная – 14VII цзюе-инь-шу,  
сигнальная – 17XIV тань-чжун,  
противоболевая – 4IX си-мэнь,  
стабилизирующий ло-пункт к меридиану трех обогревателей – 6IX нэй-гуань.

## Меридиан трех обогревателей (X,TR)

### Показания к применению меридиана трех обогревателей:

- 1) нарушение терморегуляции, плохая переносимость жары и холода; диспепсия;
- 2) боль в области шеи, затылка, плечевого пояса, по тыльной поверхности предплечья; артриты суставов рук; ограничение движений четвертого пальца руки; головная боль, головокружение; снижение слуха, шум в ушах, отит, мастоидит; глазные заболевания; заболевания носа; хронический тонзиллит; воспалительные процессы в области щеки;
- 3) депрессия, апатия, патологическая сонливость; эпилепсия; судороги у детей.

**Точка 5X – точка-ключ чудесного меридиана III.**  
**Точка 8X – групповое ло-ян-меридианов руки II, VI, X.**

#### Основные точки:

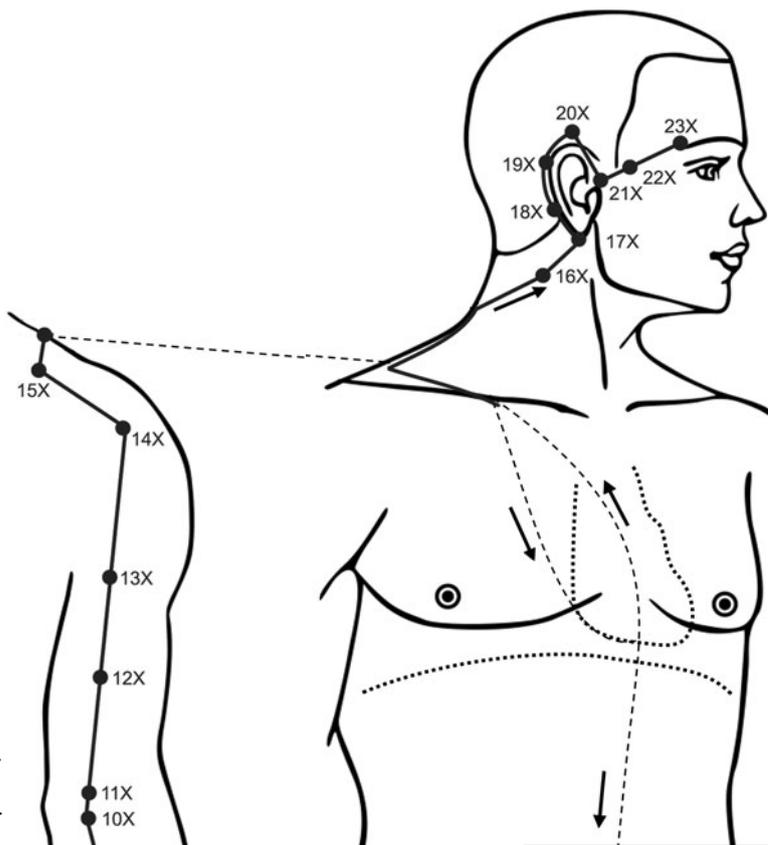
при патологии верхнего обогревателя – 17XIV тань-чжун,  
при патологии среднего обогревателя – 12XIV чжун-вань,  
при патологии нижнего обогревателя – 7XIV инь-цзяо.



#### Стандартные точки меридиана трех обогревателей:

тонизирующая – 3X чжун-чжу,  
седативная – 10X тянь-цзин,  
пособник – 4X ян-чи,  
сочувственная – 22VII сань-цзяо-шу,  
сигнальная – 5XIV ши-мэнь,  
противоболевая – 7X хуэй-цзун,  
стабилизирующий ло-пункт к меридиану перикарда – 5X вай-гуань.

Время максимальной активности с 21 до 23 часов  
Время пассивности с 23 до 1 часа



1X гуань-чун;  
2X е-мэнь;  
3X чжун-чжу;  
4X ян-чи;  
5X вай-гуань;  
6X чжи-гоу;  
7X хуэй-цзун;  
8X сань-ян-ло;  
9X сы-ду;  
10X тянь-цзин;  
11X цин-лэн-юань;  
12X сяо-лэ;  
13X нао-хуэй;  
14X цзянь-ляо;  
15X тянь-ляо;  
16X тянь-ю;  
17X и-фэн;  
18X ци-май;  
19X лу-си;  
20X цзяо-сунь;  
21X эр-мэнь;  
22X хэ-ляо;  
23X сы-чжу-кун.

## Меридиан желчного пузыря (XI, VB)

Время максимальной активности с 23 до 1 часа

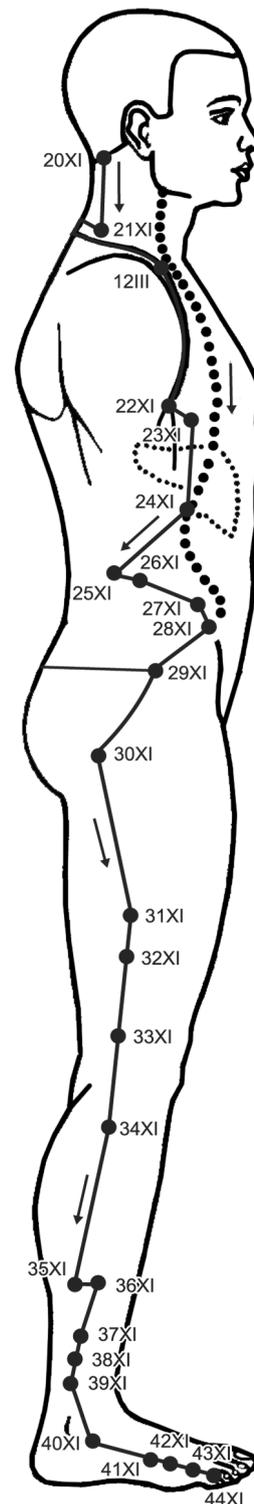
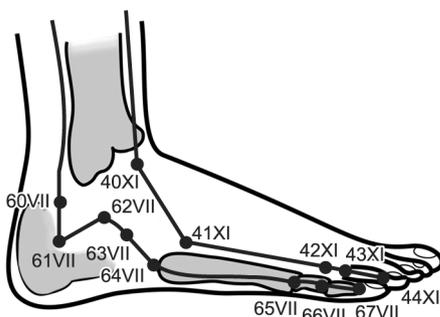
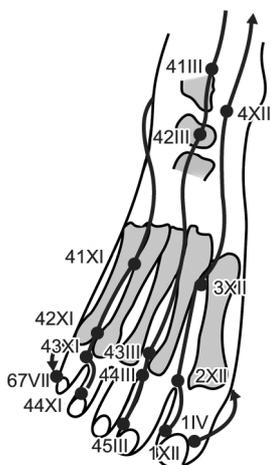
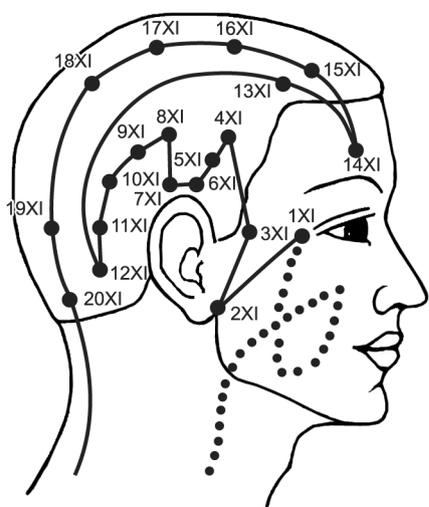
Время пассивности с 1 до 3 часов

### Показания к применению меридиана желчного пузыря:

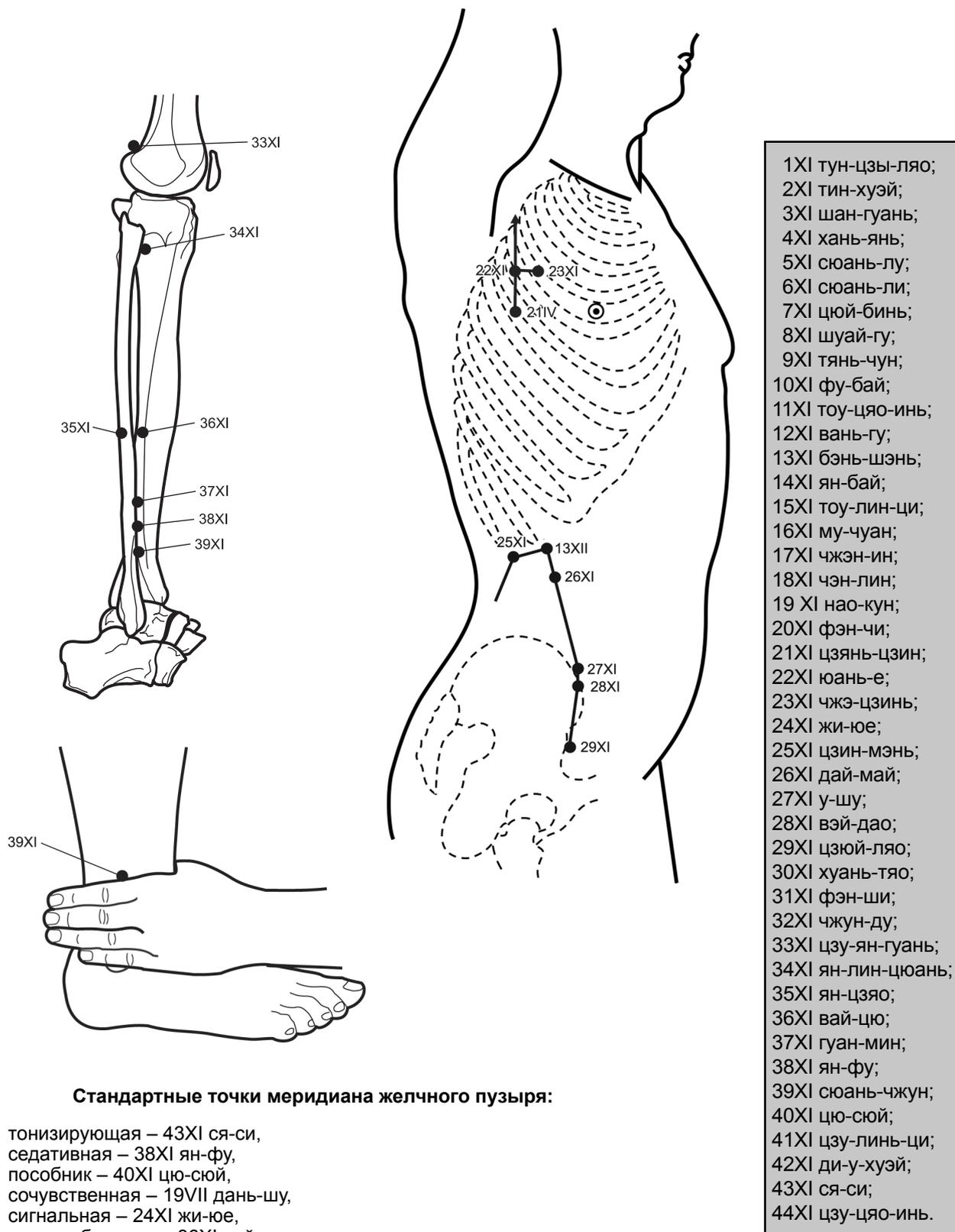
- 1) дискинезия желчного пузыря, тошнота, рвота желчью, горечь во рту, боль в области желчного пузыря, холецистит, расстройства желудочно-кишечного тракта;
- 2) боль по ходу меридиана; головная боль в височной области и в области затылка; заболевания глаз; носовое кровотечение; зубная боль; снижение слуха, шум в ушах;
- 3) кашель, одышка, бронхиальная астма, плеврит; заболевания органов малого таза, нарушения менструального цикла; нервно-психические расстройства, эпилепсия.

Точка 39XI – групповое ло ян-меридианов ноги III, VII, XI.

Точка 41XI – точка ключ чудесного меридиана IV.



## Меридиан желчного пузыря (XI, VB)

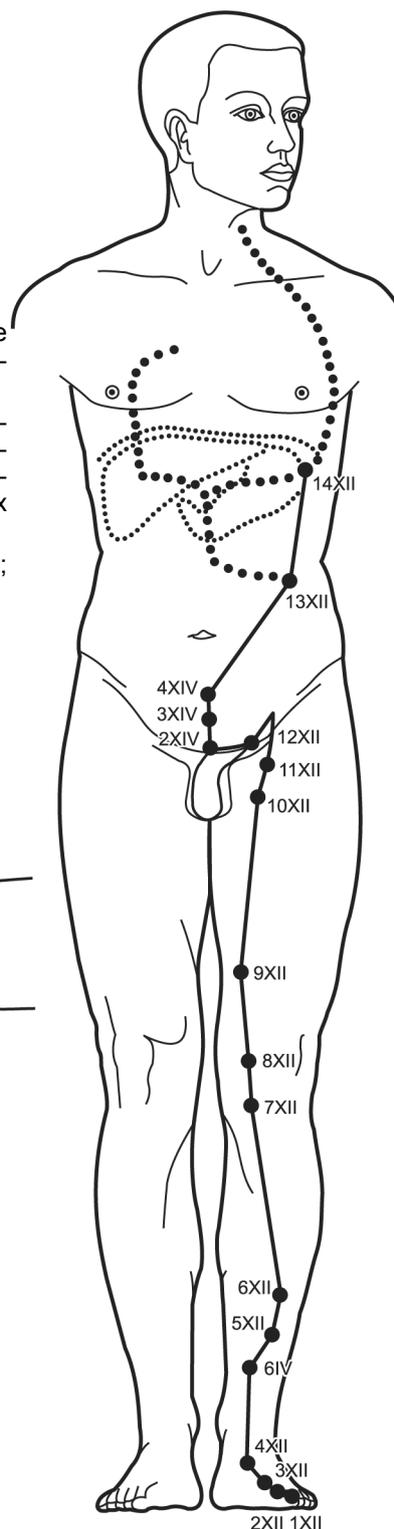
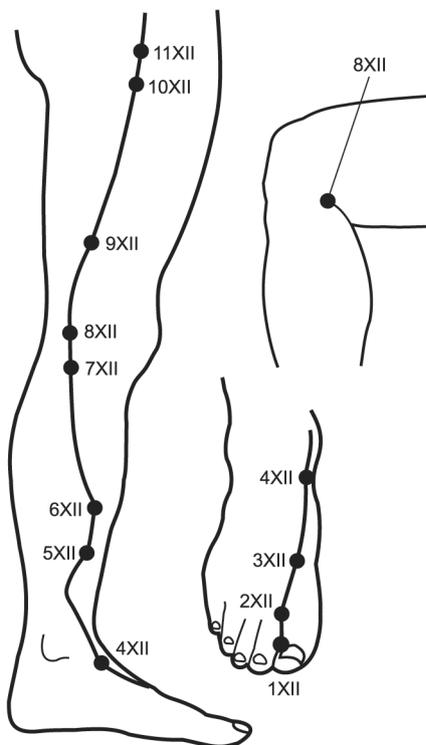
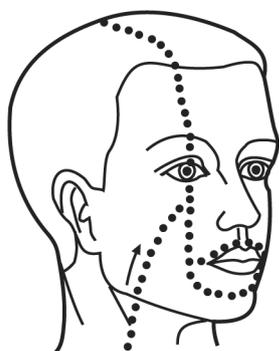


## Меридиан печени (XII, F)

Время максимальной активности с 1 до 3 часов  
Время пассивности с 3 до 5 часов

### Показания к применению меридиана печени:

- 1) боль в правом подреберье, в области печени; желудочно-кишечные расстройства; тошнота, рвота, понос, запор, снижение аппетита, нарушение акта глотания; желтуха, гепатит;
- 2) боль в стопе, по внутренней поверхности голени и бедра, в пояснице, межреберная невралгия; задержка мочи, недержание мочи, болезненное мочеиспускание, почечная колика; боль при грыже; заболевания половых органов у мужчин и женщин, зуд наружных половых органов, опущение матки и влагалища;
- 3) головная боль, головокружение; глазные заболевания; дерматозы; раздражительность, фобии.



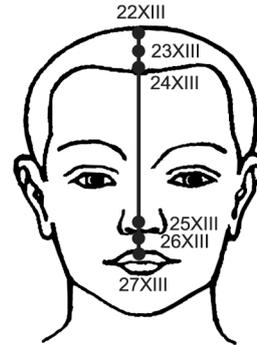
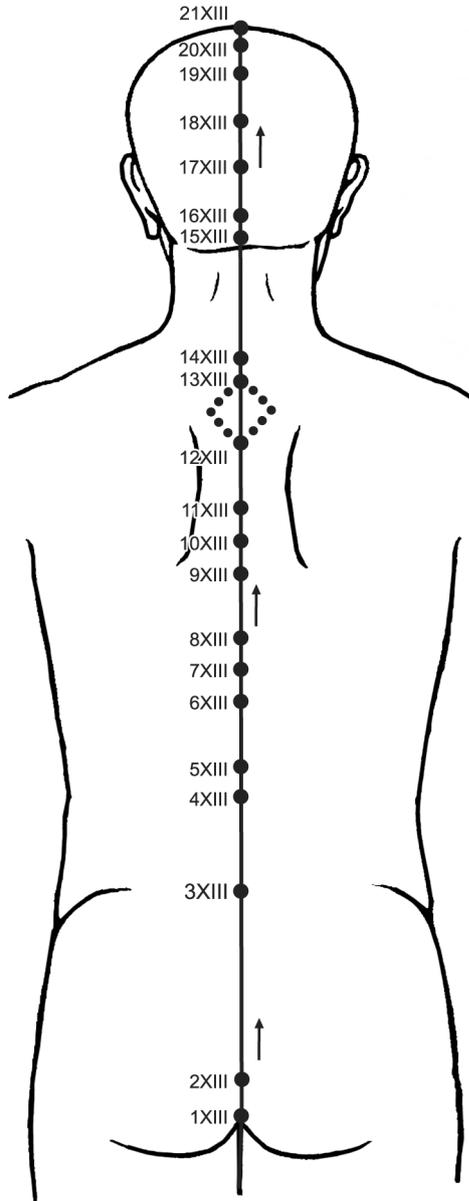
1XII да-дунь;  
2XII син-цзянь;  
3XII тай-чун;  
4XII чжун-фэн;  
5XII ли-гоу;  
6XII чжун-ду;  
7XII ци-гуань;  
8XII цюй-цюань;  
9XII инь-бао;  
10XII цзу-ули;  
11XII инь-лянь;  
12XII цзи-май;  
13XII чжан-мэнь;  
14XII ци-мэнь.

### Стандартные точки меридиана печени:

тонизирующая – 8XII цюй-цюань,  
седативная – 2XII син-цзянь,  
пособник – 3XII тай-чун,  
сочувственная – 18VII гань-шу,  
сигнальная – 14XII ци-мэнь,  
противоболевая – 6XII чжун-ду,  
стабилизирующий ло-пункт к меридиану желчного пузыря – 5XII ли-гоу.

## Заднесрединный меридиан (XIII, VG)

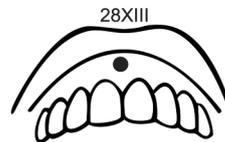
Меридиан не имеет почасовой активности



Внутренний ход меридиана начинается между затылочной костью и первым шейным позвонком в точке 16XIII, входит в мозг и затем повторяет наружный ход меридиана.

Заднесрединный меридиан не имеет стандартных точек, свойственных двенадцати постоянным меридианам.

**Точка 1XIII ча-цян является общим ло-пунктом.  
Точка 14XIII соединяет 6 янских меридианов.**



### Показания к применению заднесрединного меридиана:

точки 1XIII – 4XIII – заболевания нервной системы, кишечника, мочевыделительной и половой систем;  
точки 5XIII – 8XIII – заболевания нервной системы, органов желудочно-кишечного тракта;  
точки 9XIII – 14XIII – заболевания нервной системы, органов дыхания, лихорадочные состояния;  
точки 15XIII – 16XIII – патологические процессы в области затылка, заболевания носа, языка, горла, гортани; заболевания нервной системы;  
17XIII – 24XIII – патологические процессы в области головы, глаз, носа, уха; заболевания нервной системы, психические заболевания;  
точки 25XIII – 28XIII – заболевания носа, полости рта, зубов; заболевания нервной системы, психические заболевания.

- 1XIII чан-цян;
- 2XIII яо-шу;
- 3XIII яо-ян-гуань;
- 4XIII мин-мэнь;
- 5XIII сюань-шу;
- 6XIII цзи-чжун;
- 7XIII чжун-шу;
- 8XIII цзинь-со;
- 9XIII чжи-ян;
- 10XIII лин-тай;
- 11XIII шэнь-дао;
- 12XIII шэнь-чжу;
- 13XIII тао-дао;
- 14XIII да-чжуй;
- 15XIII я-мэнь;
- 16XIII фэн-фу;
- 17XIII нао-ху;
- 18XIII цян-цзянь;
- 19XIII хоу-дин;
- 20XIII бай-хуэй;
- 21XIII цянь-дин;
- 22XIII синь-хуэй;
- 23XIII шан-син;
- 24XIII шэнь-тин;
- 25XIII су-ляо;
- 26XIII жэнь-чжун;
- 27XIII дуй-дуань;
- 28XIII инь-цзяо.

## Переднесрединный меридиан (XIV, VC)

Меридиан не имеет почасовой активности

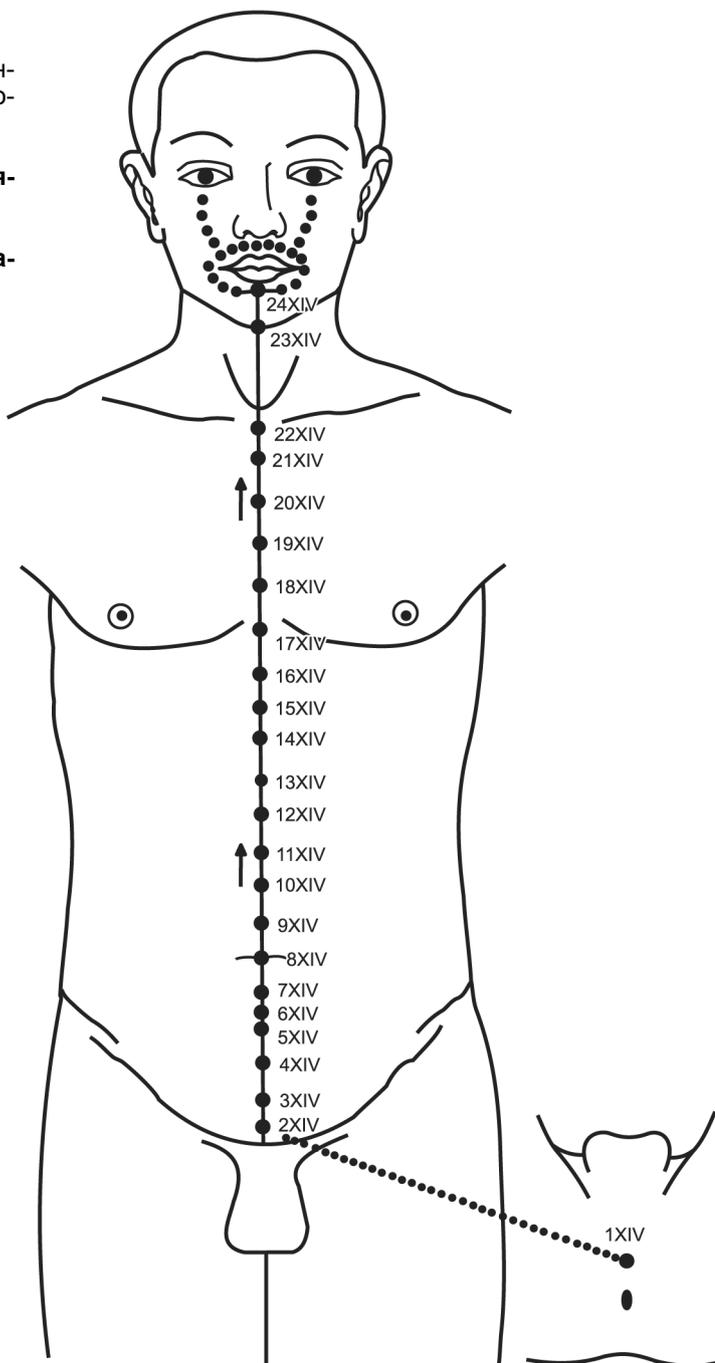
Переднесрединный меридиан не имеет стандартных точек, свойственных двенадцати постоянным меридианам.

**Точки 1XIV чан-цян и 15XIV цзю-вэй являются общими ло-пунктами.**

**Точка 17XIV соединяет 5 иньских меридианов (кроме меридиана легких).**

Внутренний ход меридиана идет в брюшную полость, затем вдоль горла и гортани, повторяя наружный ход меридиана. Внутренний ход имеет анастомозы, связывающие следующие точки: 17XIV и 12XIV, 12XIV и 9XIV, 17XIV и 11.

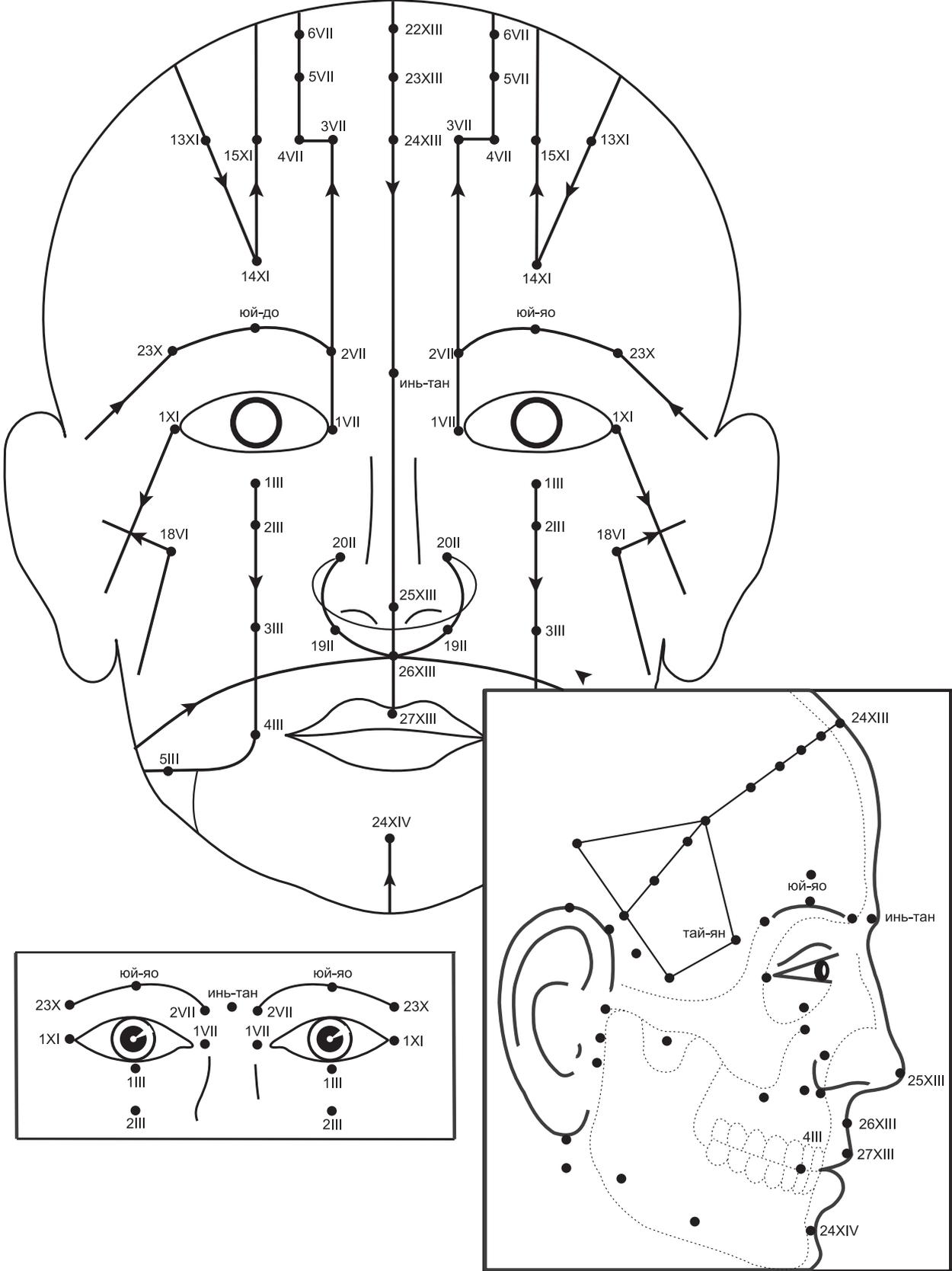
1XIV хуэй-инь;  
2XIV цюй-гу;  
3XIV чжун-цзи;  
4XIV гуань-юань;  
5XIV ши-мэнь;  
6XIV ци-хай;  
7XIV инь-цзяо;  
8XIV шэнь-цюе;  
9XIV шуй-фэнь;  
10XIV ся-вань;  
11XIV цзянь-ли;  
12XIV чжун-вань;  
13XIV шан-вань;  
14XIV цзюй-цюе;  
15XIV цзю-вэй;  
16XIV чжун-тин;  
17XIV тань-чжун;  
18XIV юй-тан;  
19XIV цзы-гун;  
20XIV хуа-гай;  
21XIV сюань-цзи;  
22XIV тянь-ту;  
23XIV лян-цюань;  
24XIV чэн-цзянь.



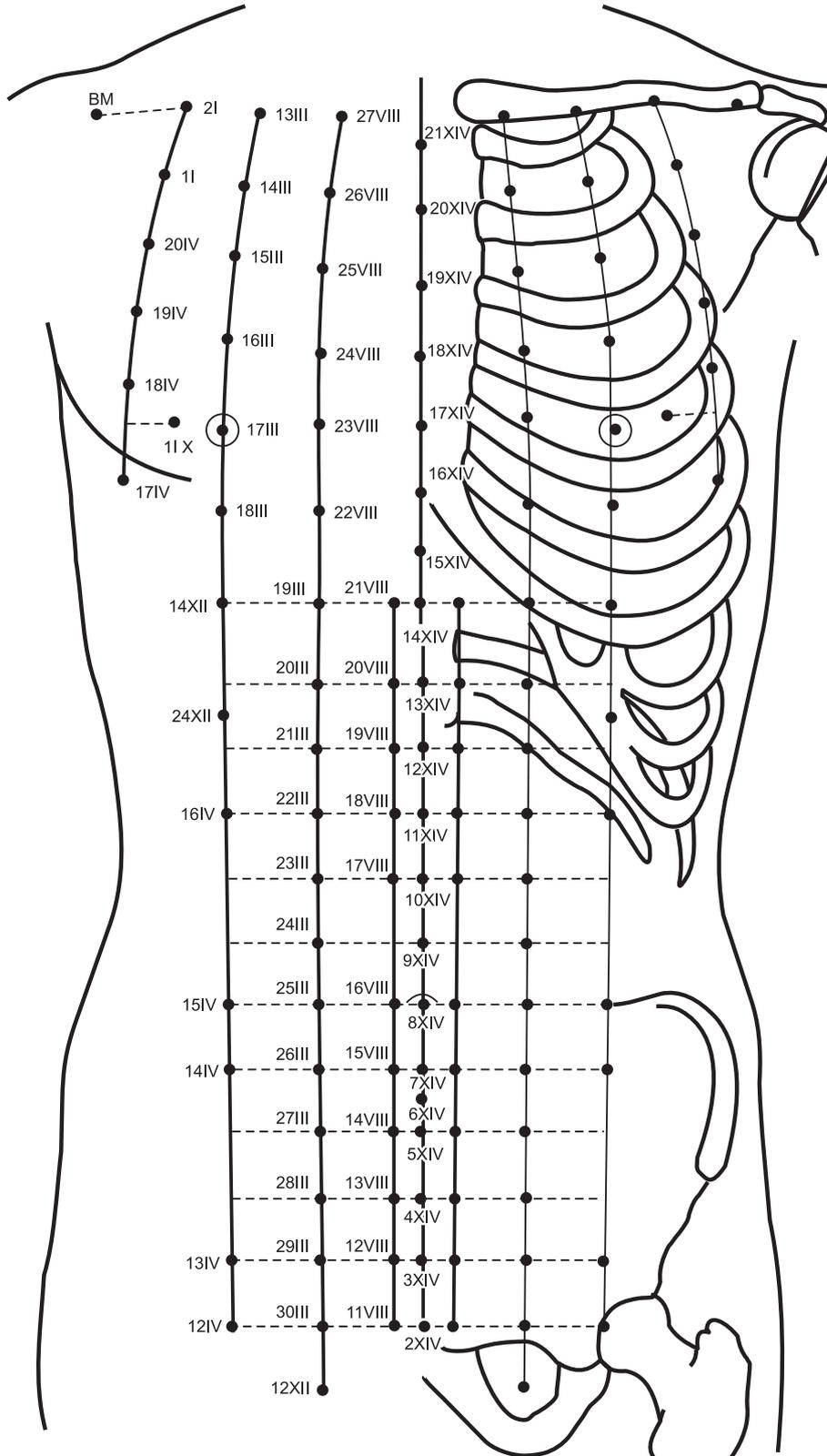
### Показания к применению переднесрединного меридиана:

точки до пупка – заболевания мочеполовой сферы и кишечника;  
точки выше пупка – заболевания желудочно-кишечного тракта;  
точки области груди – заболевания легких и сердца;  
точки области шеи – заболевания языка, горла, гортани;  
точка 24 XIV – заболевания полости рта и зубов.

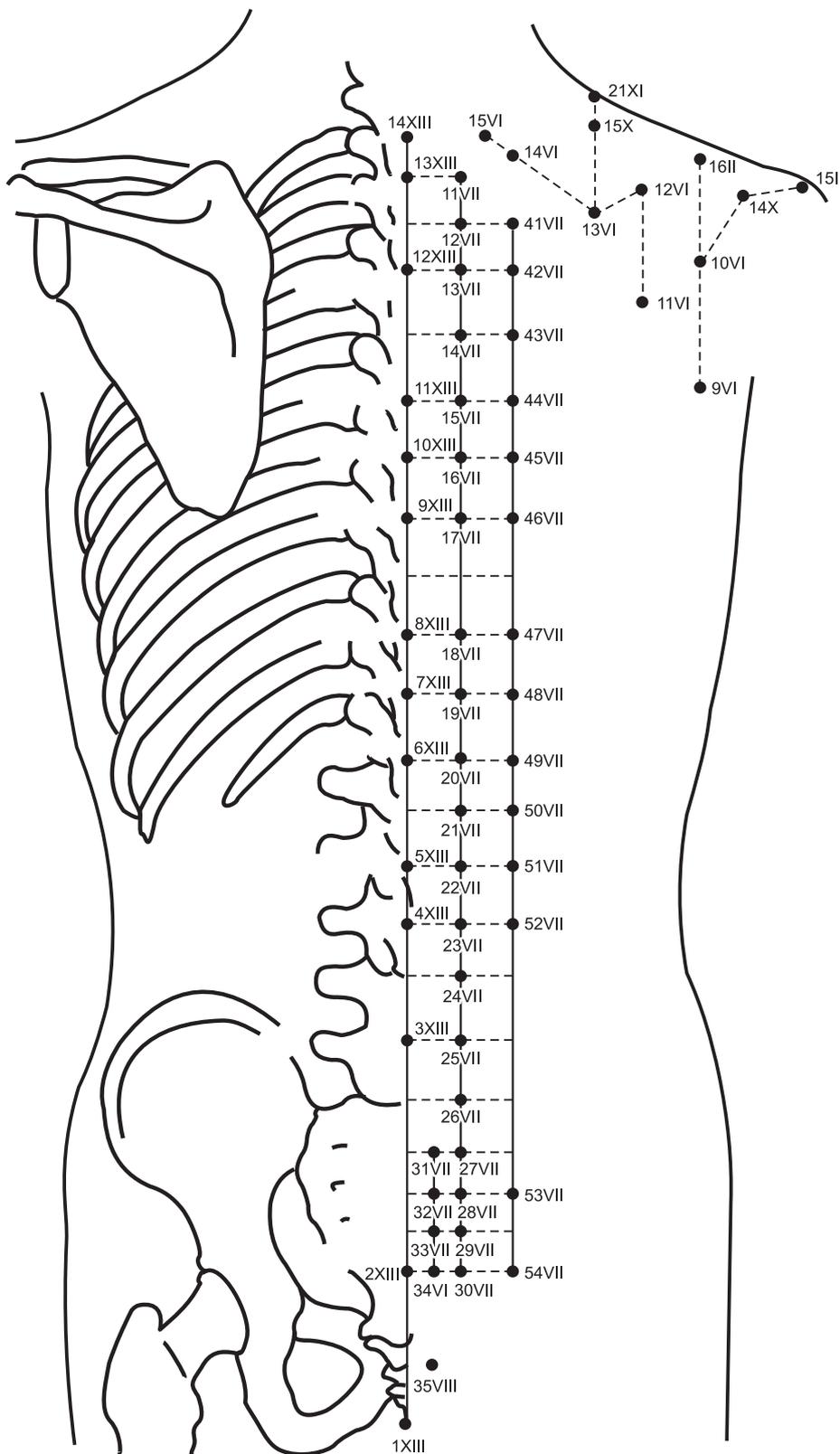
# Точки акупунктуры на лице



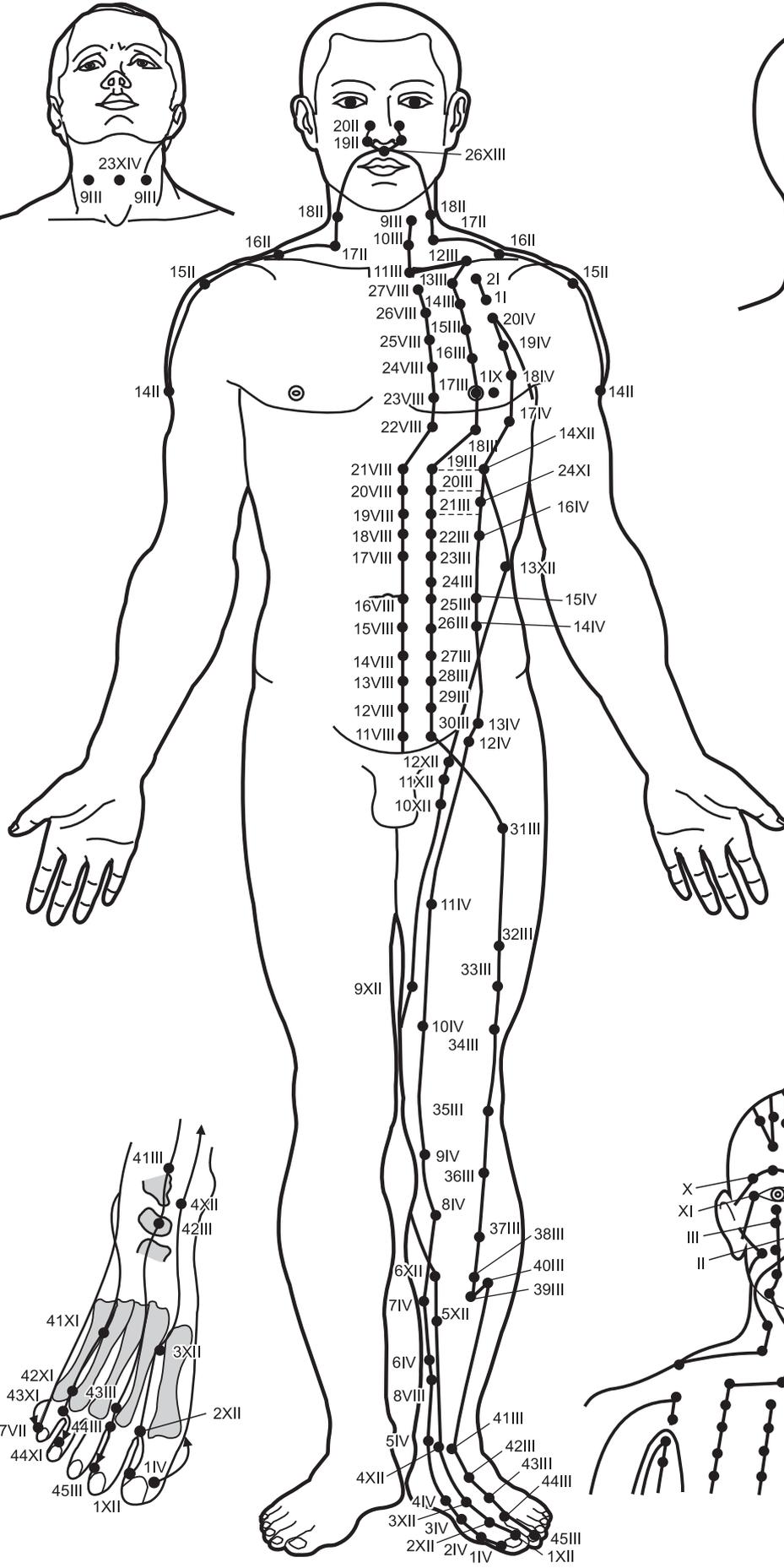
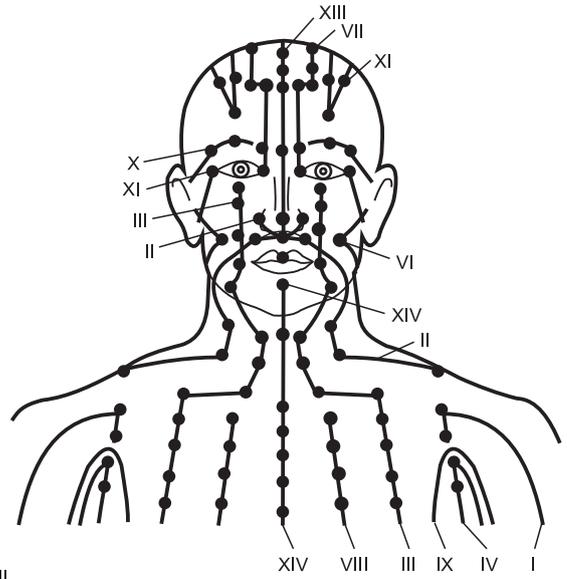
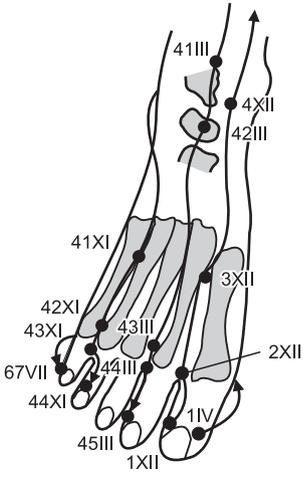
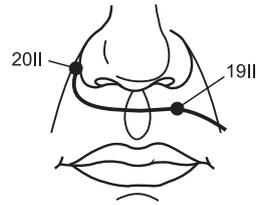
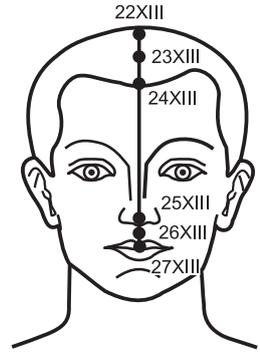
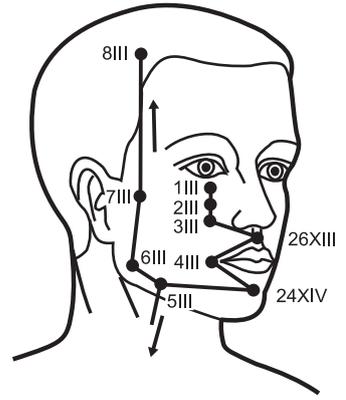
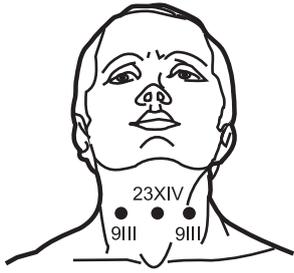
# Точки акупунктуры на передней поверхности туловища

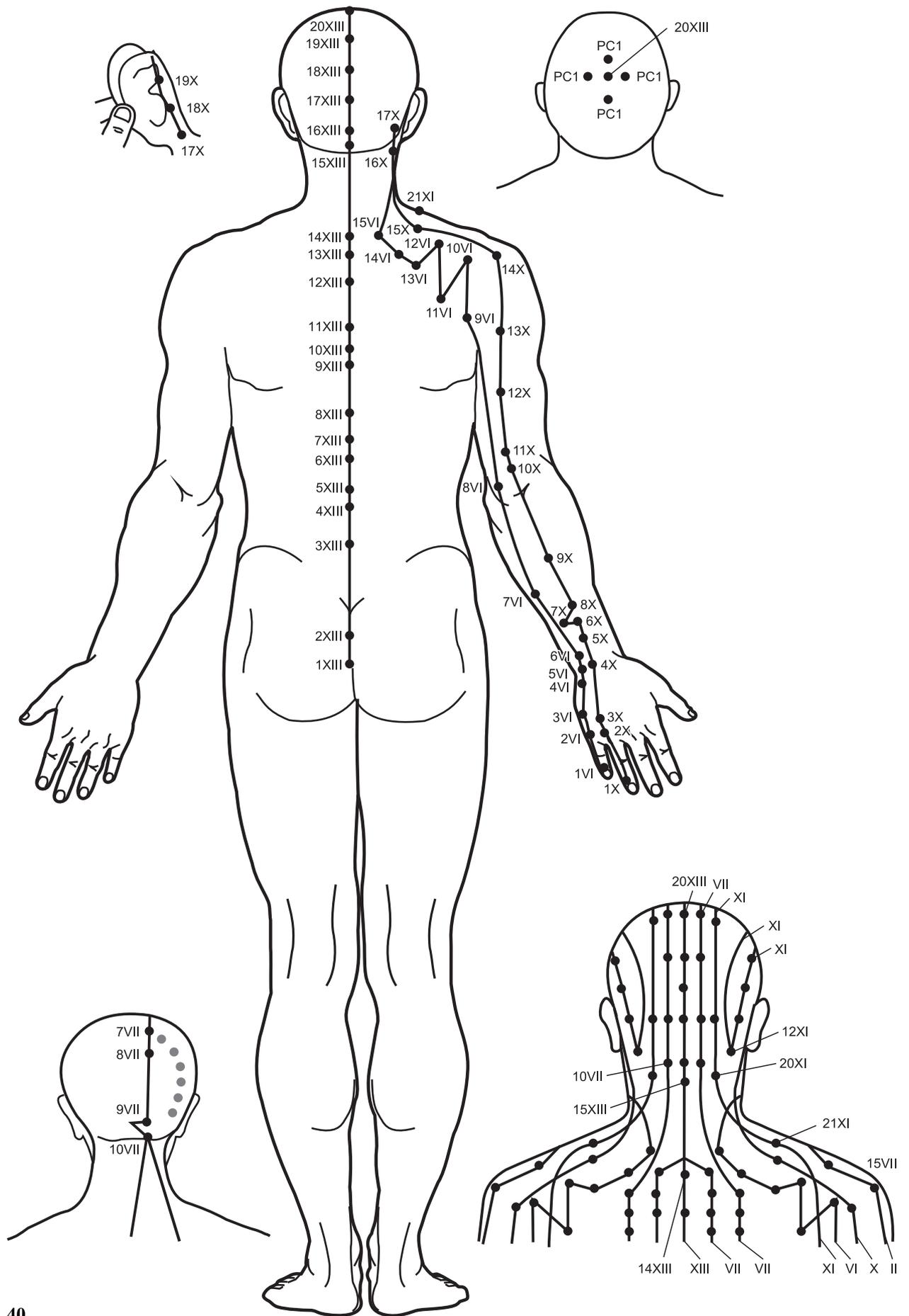


# Точки акупунктуры на спине



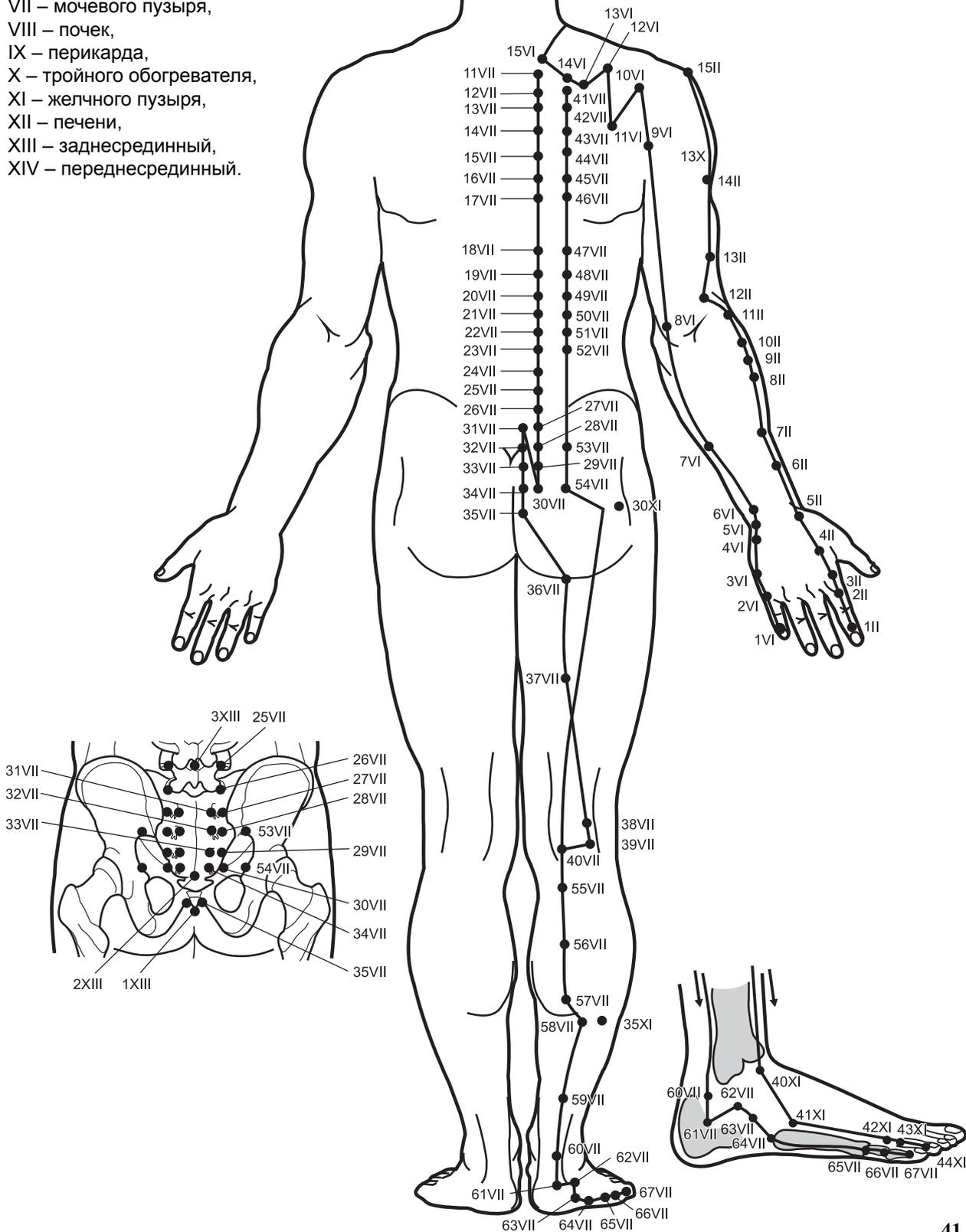


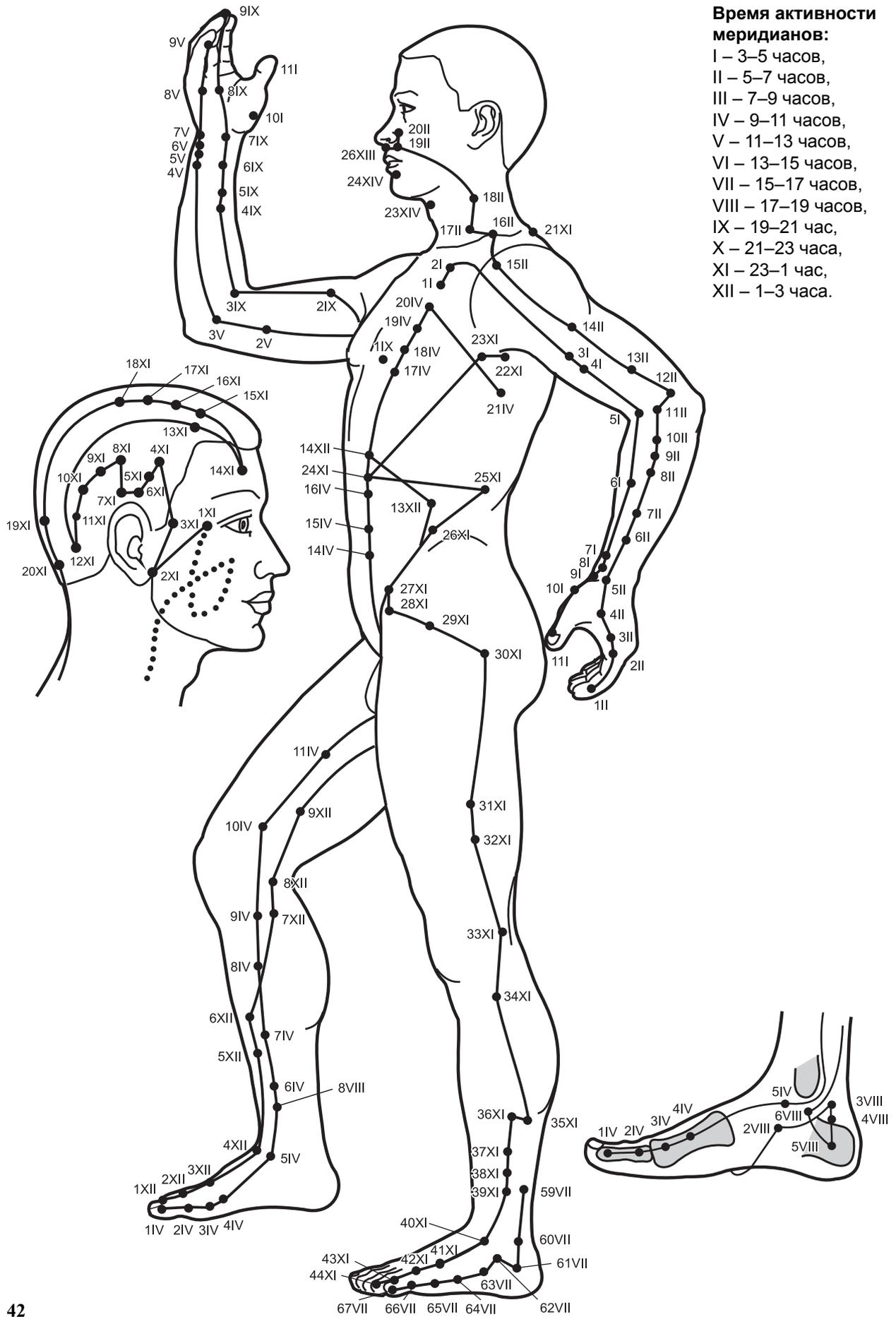


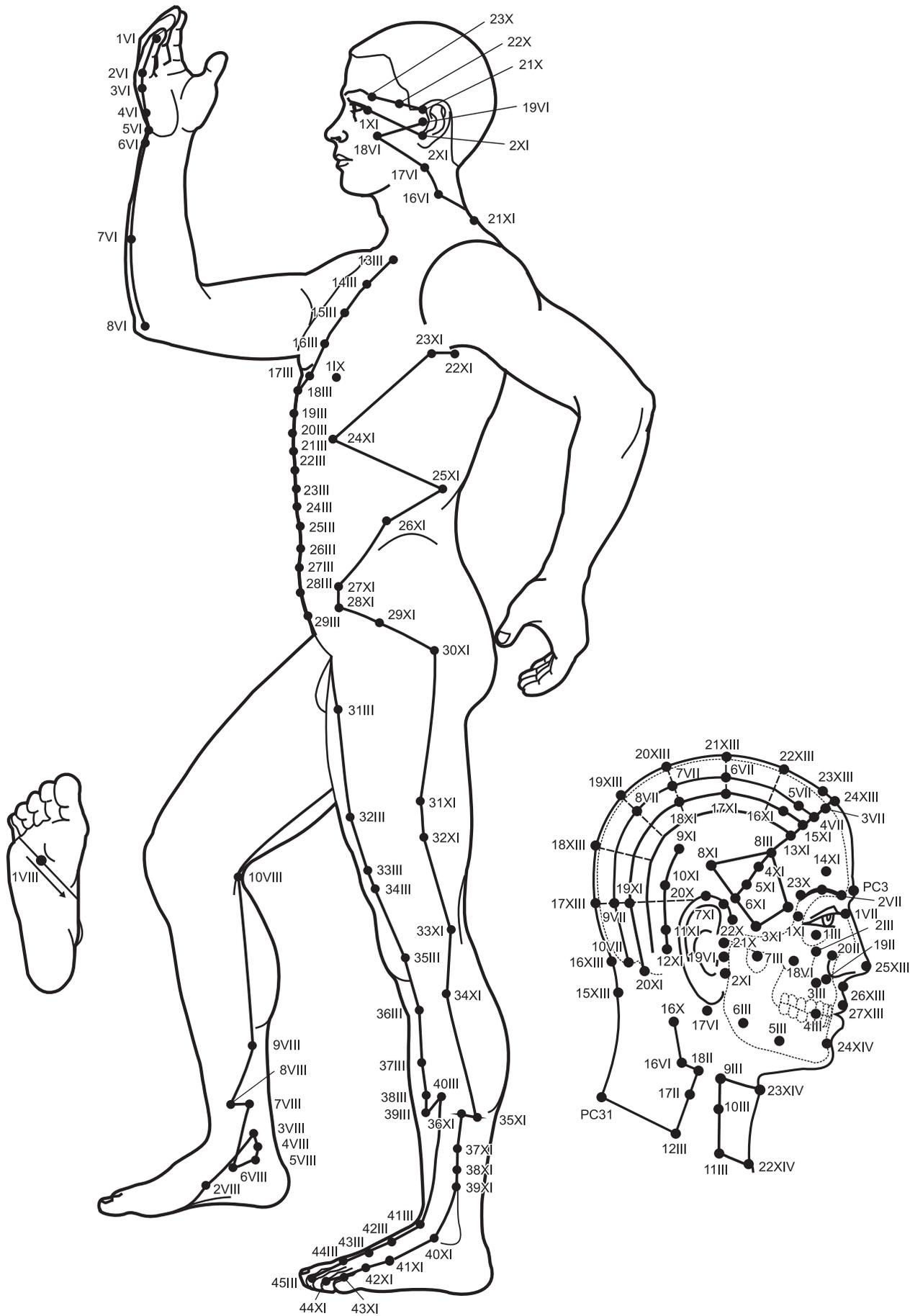


**Меридианы:**

- I – легких,
- II – толстой кишки,
- III – желудка,
- IV – селезенки –  
поджелудочной железы,
- V – сердца,
- VI – тонкой кишки,
- VII – мочевого пузыря,
- VIII – почек,
- IX – перикарда,
- X – тройного обогревателя,
- XI – желчного пузыря,
- XII – печени,
- XIII – заднесрединный,
- XIV – переднесрединный.







# Месторасположение точек постоянных классических меридианов

## Меридиан легких (I, Р)

Меридиан легких – парный, относится к системе инь. Движение энергии в меридиане – центробежное, энергия идет от меридиана печени и переходит в меридиан толстой кишки. Период максимальной активности меридиана – от 3 до 5 часов, период минимальной активности – от 15 до 17 часов.

Меридиан начинается внутренним ходом в средней части туловища, что соответствует проекции точки 12XIV чжун-вань (точка расположена на средней линии живота, на 4 цуня выше пупка), затем поднимается вверх, проходит через диафрагму, легкие, гортань, далее спускается вниз в область плечевого сустава. Внутренний ход имеет ответвление, идущее от области легких к толстой кишке.

Наружный ход начинается от точки 11 чжун-фу (первое межреберье), поднимается к ключице, идет по передней поверхности плеча, по ладонно-лучевой линии предплечья, лучевому краю большого пальца, заканчивается у основания ногтя большого пальца точкой 11I шао-шан.

На меридиане легких – 11 точек.

- 11 чжун-фу** – в первом межреберье, на 6 цуней кнаружи от средней линии груди, на 2 цуня кнаружи от среднеключичной линии, ниже точки 2I юнь-мэнь на 3 см.
- 21 юнь-мэнь** – кнаружи и кверху от первого ребра, в подключичной ямке, в сторону от средней линии груди на 6 цуней.
- 31 тянь-фу** – на передней поверхности плеча, ниже складки подмышечной впадины на 3 цуня, у наружного края двуглавой мышцы плеча.
- 41 ся-бай** – в области плеча, ниже передней складки подмышечной впадины на 4 цуня, выше складки локтевого сгиба на 5 цуней, у наружного края двуглавой мышцы плеча.
- 51 чи-цзе** – в центре складки локтевого сгиба, у лучевого края сухожилия двуглавой мышцы плеча.
- 61 кун-цзуй** – на ладонной поверхности предплечья выше лучезапястной складки на 7 цуней, ниже точки 5I чи-цзе на 5,5 цуней, у внутреннего края плечелучевой мышцы и наружного края длинного сгибателя большого пальца.
- 71 ле-цюе** – на лучевой стороне предплечья, чуть выше шиловидного отростка, где пальпируется углубление, выше проксимальной лучезапястной складки на 1,5 цуня. При нахождении точки согнуть руку в локтевом суставе и большим пальцем направить вверх, обхватить его большим и указательным пальцами противоположной руки, указательный палец положить на ребро лучевой кости, под кончиком этого пальца будет находиться точка 7I ле-цюе.
- 81 цзин-цюй** – на 1 цунь выше проксимальной лучезапястной складки, у лучевой артерии, где обычно определяется пульс.

**9I тай-юань** – у лучевого конца проксимальной лучезапястной складки, несколько дистальнее от нее, у лучевой артерии, где пальпируется углубление и пульсация лучевой артерии.

**10I юй-цзи** – на середине первой пястной кости, на границе ладонной и тыльной поверхностей кисти.

**11I шао-шан** – на лучевом крае большого пальца руки, на расстоянии 0,3 см от угла ногтевого ложа в лучевую сторону.

**Стандартные точки меридиана легких:** тонирующая – 9I тай-юань, седативная – 5I чи-цзе, побуждающая – 9I тай-юань, сочувственная – 13VII фэй-шу, сигнальная – 1I чжун-фу, противовоспалительная – 6I кун-цзуй, стабилизирующий ло-пункт к меридиану толстой кишки – 7I ле-цюе.

## Меридиан толстой кишки (II, GI)

Меридиан толстой кишки – парный, относится к системе ян. Движение энергии в меридиане – центростремительное, энергия идет от меридиана легких и переходит в меридиан желудка. Период максимальной активности меридиана – от 5 до 7 часов, период минимальной активности – от 17 до 19 часов.

Меридиан начинается наружным ходом чуть выше ногтевого ложа указательного пальца с лучевой стороны, идет вдоль этого пальца, между первой и второй пястными костями, по лучевой стороне предплечья, далее – по наружной поверхности плеча, в области плечевого сустава и верхней части спины, где в точке 14XIII да-чжуй соприкасается с другими янскими меридианами. По трапецевидной мышце достигает надключичной ямки и связывается с точкой 12III цюэ-пэнь, в которой начинается внутренний ход меридиана. Из надключичной ямки меридиан идет на шею, затем пересекает нижнюю челюсть, обгибает губы, проходит через точку 26XIII жэнь-чжун и заканчивается в точке 20II ин-сян у наружного крыла носа с противоположной стороны. Наружный ход имеет одно ответвление от точки 20II ин-сян и связывается с меридианом желудка в точке 1III чэн-ци, расположенной в середине нижнего края орбиты.

Внутренний ход начинается от точки 12III цюэ-пэнь, идет вниз к легким, диафрагме и толстой кишке.

На меридиане толстой кишки расположены 20 точек.

- 1II шан-ян** – на лучевой стороне указательного пальца, на 0,3 см в лучевую сторону от угла ногтевого ложа, на границе тыльной и ладонной поверхностей.
- 2II эр-цзянь** – впереди от пястно-фалангового сустава второго пальца с лучевой стороны, на границе тыльной и ладонной поверхностей, во впадине.
- 3II сань-цзянь** – на лучевой стороне пястно-фалангового сустава, кзади от него, где прощупывается впадина.

- 4II хэ-гу** – между первой и второй пястными костями, ближе к середине второй пястной кости, в ямке. При нахождении точки кисть выпрямляют, большой палец отводят в сторону. Точка находится в углу, образованном первой и второй пястными костями.
- 5II ян-си** – на уровне лучевого края складки лучезапястного сустава, в анатомической табакерке. Точку определяют при согнутой в локтевом суставе руке, пальцы выпрямлены, большой палец отведен в сторону.
- 6II пянь-ли** – на тыльной поверхности лучевой кости, выше точки 5II ян-си на 3 цуня, где пальпируется небольшое углубление. Точку определяют при согнутой в локтевом суставе руке.
- 7II вэнь-лю** – на тыльной поверхности лучевой кости, на середине линии, проведенной от точки 5II ян-си до точки 11II цюй-чи. Точку определяют при согнутой в локтевом суставе руке.
- 8II ся-лянь** – выше точки 7II вэнь-лю на 2 цуня, ниже точки 11II цюй-чи на 4 цуня, у лучевого края лучевой кости, в мышечной бороздке. Точку определяют в положении сидя, рука обращена лучевой стороной вверх.
- 9II шан-лянь** – ниже точки 11II цюй-чи на 3 цуня, у лучевого края лучевой кости. Точку определяют в положении сидя при согнутой в локтевом суставе руке, рука обращена лучевой стороной вверх.
- 10II шоу-сань-ли** – выше точки 9II шан-лянь на 1 цунь и ниже точки 11II цюй-чи на 2 цуня, у лучевого края лучевой кости. Точку определяют в положении сидя при согнутой в локтевом суставе руке, рука обращена лучевой стороной вверх.
- 11II цюй-чи** – кнаружи от лучевого конца складки локтевого сгиба. Точку определяют при согнутой в локтевом суставе руке, рука обращена лучевой стороной вверх.
- 12II чжоу-ляо** – у дистального конца плечевой кости, выше точки 11II цюй-чи на 1 цунь и немного кнаружи от нее, у наружного края трехглавой мышцы плеча. Точку определяют при согнутой в локтевом суставе руке, рука обращена лучевой стороной вверх.
- 13II шоу-у-ли** – выше локтевого сгиба и точки 11II цюй-чи на 3 цуня, кнутри от точки 12II чжоу-ляо. Точку определяют при согнутой в локтевом суставе руке, при нахождении точки проводят перпендикулярную линию вверх от точки 11II цюй-чи.
- 14II би-нао** – на наружной поверхности плеча, выше локтевого сгиба на 7 цуней, у заднего края дельтовидной мышцы и наружного края трехглавой мышцы плеча. Точку определяют при согнутой в локтевом суставе руке.
- 15II цзянь-юй** – между акромиальным отростком лопатки и большим бугром плечевой кости, где при поднятой до горизонтального уровня руке образуется углубление.
- 16II цзюй-гу** – во впадине, образуемой сочленением ключицы и акромиального отростка лопатки, на высоте плечевого сустава.
- 17II тянь-жун** – выше надключичной ямки, ниже точки 18II фу-ту на 1 цунь, у заднего края нижней части грудино-ключично-сосцевидной мышцы.

**18II фу-ту (шейная)** – в центре грудино-ключично-сосцевидной мышцы, кнаружи от точки 9II жэнь-ин на 1,5 цуня.

**19II хэ-ляо** – на середине расстояния между крылом носа и краем верхней губы, кнаружи от точки 26XIII жэнь-чжун на 0,5 цуня.

**20II ин-сян** – в боковой бороздке крыла носа, перпендикулярно ниже точки 1VII цин-мин. Точку определяют в положении сидя, смотреть прямо перед собой.

**Стандартные точки меридиана толстой кишки:** тонизирующая – 11II цюй-чи, седативная – 2II эр-цзянь, пособник – 4II хэ-гу, сочувственная – 25VII да-чан-шу, сигнальная – 25III тянь-шу, противоболевая – 7II вэнь-лю, стабилизирующий ло-пункт к меридиану легких – 6II пянь-ли.

## Меридиан желудка (III, E)

Меридиан желудка – парный, относится к системе ян. Направление движения энергии в меридиане – центростремительное, энергия идет от меридиана толстой кишки и переходит в меридиан селезенки – поджелудочной железы. Период максимальной активности – от 7 до 9 часов, период минимальной активности – от 19 до 21 часа.

Меридиан начинается наружным ходом от точки 1III чэн-ци, расположенной в середине нижнего края орбиты, идет вниз к углу рта, достигает нижней челюсти, где в точке 5III да-ин делится на две ветви – головную, состоящую из наружного хода, и туловищно-ножную, имеющую наружный и внутренний ходы. Головная ветвь доходит до угла нижней челюсти и поднимается кпереди от ушной раковины до угла лба (точка 8III ту-вэй). Туловищно-ножная ветвь от точки 5III да-ин проходит по передненаружной поверхности шеи до центра надключичной ямки, где в точке 12III цюэ-пэнь делится на наружный и внутренний ходы.

Наружный ход идет по среднеключичной линии груди, затем по животу, достигает середины паховой складки, переходит на бедро, далее идет по передней поверхности голени, по передней поверхности стопы, заканчивается около наружного края ногтевого ложа второго пальца точкой 45III ли-дуй.

Наружный ход имеет два ответвления. Первое ответвление начинается на стопе в точке 42III чун-ян и доходит до внутреннего угла первого пальца, где связывается с меридианом селезенки – поджелудочной железы. Второе ответвление начинается от точки 36III цзу-сань-ли и доходит до наружной поверхности второго пальца.

Внутренний ход от точки 12III цюэ-пэнь опускается внутрь, доходит до желудка и связывается с селезенкой. Имеет одно ответвление, начинающееся от привратника желудка. Это ответвление направляется в брюшную полость, доходит до точки 30III ци-чун и соединяется с наружным ходом.

Меридиан желудка имеет 45 точек.

**1III чэн-ци** – под зрачком, на середине нижнего края орбиты. Точку определяют в положении сидя, у нижнего края орбиты, смотреть прямо перед собой.

- 2III сы-бай** – вертикально ниже зрачка на 1 цунь, ниже точки 1III чэн-ци на 1 см. Точку определяют в положении сидя, смотреть прямо перед собой.
- 3III цзюй-ляо (носовая)** – на одной вертикальной линии с точкой 2III сы-бай и на горизонтальной линии, проходящей через точку 26XIII жэнь-чжун. Точку определяют в положении сидя, смотреть прямо перед собой.
- 4III ди-цан** – кнаружи от угла рта на 1 см, на вертикальной линии, проведенной через зрачок. Точку определяют в положении сидя, смотреть прямо перед собой.
- 5III да-ин** – кпереди от угла нижней челюсти на 1,5 цуня. При закрытом рте точка находится в бороздке, образованной краем нижней челюсти и передним краем жевательной мышцы, несколько кнаружи от места, где прощупывается пульсация артерии.
- 6III цзя-чэ** – кпереди и кверху от угла нижней челюсти, где пальпируется углубление. При открытом рте в месте расположения точки видно углубление.
- 7III ся-гуань** – кпереди от козелка уха, во впадине, которая образуется нижним краем скуловой дуги и вырезкой нижней челюсти. При закрытом рте кпереди от козелка уха, ниже скуловой дуги пальпируется углубление, в котором находится эта точка.
- 8III тоу-вэй** – в области волосистой части головы, на 1,5 см от угла лба в сторону височной впадины, кнаружи от точки 24XIII шэнь-тин на 4,5 цуня. При надавливании на эту точку может возникнуть ломота во всей половине головы. При жевательных движениях пальпируется верхний край височной кости, на этом уровне, кзади на 1,5 см от передней границы волос, пальпируется углубление, где находится эта точка.
- 9III жэнь-ин** – на уровне верхнего края щитовидного хряща, кпереди от переднего края грудино-ключично-сосцевидной мышцы. Точку определяют в том месте, где пальпируется пульсация сонной артерии.
- 10III шуй-ту** – кнаружи от нижнего края щитовидного хряща, у переднего края грудино-ключично-сосцевидной мышцы, ниже точки 9III жэнь-ин, выше точки 11III ци-шэ.
- 11III ци-шэ** – у верхнего края грудинного конца ключицы, кнаружи от средней линии груди (от точки 22XIV тянь-ту) на 1,5 цуня, точка расположена между головками грудино-ключично-сосцевидной мышцы.
- 12III цюэ-пэнь** – в центре надключичной ямки, у заднего края грудино-ключично-сосцевидной мышцы, кнаружи от средней линии груди на 4 цуня.
- 13III ци-ху** – под ключицей, в сторону от средней линии груди на 4 цуня, на среднеключичной линии, в месте сближения ключицы и первого ребра.
- 14III ку-фан** – в первом межреберье, вертикально ниже точки 13III ци-ху.
- 15III у-и** – во втором межреберье, вертикально ниже точки 14III ку-фан.
- 16III ин-чуан** – в третьем межреберье, вертикально ниже точки 15III у-и.
- 17III жу-чжун** – в четвертом межреберье, вертикально ниже точки 16III ин-чуан, у мужчин – в центре соска.
- 18III жу-гэнь** – в пятом межреберье, кнаружи от средней линии груди на 4 цуня. У женщин точку определяют на вертикальной линии, проходящей через середину ключицы.
- 19III бу-жун** – кнаружи от передней средней линии груди на 2 цуня, у нижнего края прикрепления хряща восьмого ребра к груди, на уровне точки 14XIV цзюй-цюе.
- 20III чэн-мань** – ниже точки 19III бу-жун на 1 цунь, выше уровня пупка на 5 цуней, кнаружи от средней линии живота на 2 цуня.
- 21III лян-мэнь** – выше уровня пупка на 4 цуня, кнаружи от средней линии живота на 2 цуня, вертикально ниже точки 19III бу-жун на 2 цуня, на уровне точки 12XIV чжун-вань.
- 22III гуань-мэнь** – выше уровня пупка на 3 цуня, кнаружи от средней линии живота на 2 цуня.
- 23III тай-и** – выше уровня пупка на 2 цуня, кнаружи от средней линии живота на 2 цуня, на уровне точки 10XIV ся-вань.
- 24III хуа-жоу-мэнь** – выше уровня пупка на 1 цунь, кнаружи от средней линии живота на 2 цуня.
- 25III тянь-шу** – на уровне пупка, кнаружи от него на 2 цуня.
- 26III вай-лин** – ниже уровня пупка на 1 цунь, кнаружи от средней линии живота на 2 цуня.
- 27III да-цзюй** – ниже уровня пупка на 2 цуня, кнаружи от средней линии живота на 2 цуня.
- 28III шуй-дао** – ниже уровня пупка на 3 цуня, кнаружи от средней линии живота на 2 цуня.
- 29III гуй-лай** – ниже уровня пупка на 4 цуня, кнаружи от средней линии живота на 2 цуня, выше лобковой кости на 1 цунь.
- 30III ци-чун** – у верхнего края лобковой кости, кнаружи от средней линии живота на 2 цуня.
- 31III би-гуань** – книзу и кпереди от большого бугра бедренной кости.
- 32III фу-ту** – на переднебоковой поверхности бедра, выше верхнего края коленной чашечки на 6 цуней.
- 33III инь-ши** – выше верхнего края коленной чашечки на 3 цуня, в углублении между прямой и наружной широкой мышцами бедра, ниже точки 32III фу-ту на 3 цуня.
- 34III лян-цю** – выше верхнего края коленной чашечки на 2 цуня, ниже точки 33III инь-ши на 1 цунь. В месте расположения точки – небольшое углубление.
- 35III ду-би** – на передненаружной поверхности голени, у нижнего края коленной чашечки, кнаружи от коленно-чашечной связки, во впадине. Точку определяют в положении сидя, ногу сгибают в коленном суставе.
- 36III цзу-сань-ли** – ниже верхнего края наружного мышечка большой берцовой кости на 3 цуня, у переднего края большеберцовой мышцы. Точку определяют в положении сидя, ногу сгибают в коленном суставе. При поиске точки рекомендуется положить ладонь на коленную чашечку, пальцы слегка расставляют, средний палец должен лежать на большой берцовой кости, точка находится чуть ниже кончика безымянного пальца.
- 37III шан-цзюй-сюй** – вертикально ниже точки 36III цзу-сань-ли на 3 цуня. Эта точка регулирует

функцию толстой кишки. Точку определяют в положении сидя, ногу сгибают в коленном суставе.

- 38III тяо-коу** – вертикально ниже точки 37III шан-цзюй-суй на 2 цуня. Точку определяют в положении сидя, ногу сгибают в коленном суставе.
- 39III ся-цзюй-суй** – вертикально ниже точки 38III тяо-коу на 1 цунь. Эта точка регулирует функцию тонкой кишки. Точку определяют в положении сидя с опущенной ногой без упора.
- 40III фэн-лун** – выше центра наружной лодыжки на 8 цуней, у наружного края брыжка передней большеберцовой мышцы, на уровне точки 38III тяо-коу, кзади от нее на 1 цунь.
- 41III цзе-си** – на тыльном сгибе стопы, где пальпируется углубление, кзади от точки 42III чун-ян на 1,5 цуня, на одной линии со вторым пальцем. Точку определяют в положении сидя, большой палец разогнут. При нахождении точки можно ориентироваться на высоту наружной лодыжки.
- 42III чун-ян** – на самом возвышенном участке тыла стопы, выше межпальцевого промежутка на 5 цуней, кпереди от щели, образованной головками второй и третьей плюсневых костей, где пальпируется пульсация артерии.
- 43III сянь-гу** – в межкостном промежутке между второй и третьей плюсневой костью, кзади от плюснефалангового сустава второго пальца.
- 44III нэй-тин** – кпереди от второго и третьего плюснефаланговых суставов.
- 45III ли-дуй** – на 0,3 см от наружного края корня ногтя второго пальца стопы.

**Стандартные точки меридиана желудка:** тонирующая – 41III цзе-си, седативная – 45III ли-дуй, пособник – 42III чун-ян, сочувственная – 21VII вэй-шу, сигнальная – 12XIV чжун-вань, противоболевая – 34III лян-цю, стабилизирующий ло-пункт к меридиану селезенки – поджелудочной железы – 40III фэн-лун.

## Меридиан селезенки – поджелудочной железы (IV, RP)

Меридиан селезенки – поджелудочной железы – парный, относится к системе инь. Движение энергии – центростремительное, энергия идет от меридиана желудка и переходит в меридиан сердца. Период максимальной активности меридиана – от 9 до 11 часов, период минимальной активности – от 21 до 23 часов.

Меридиан начинается наружным ходом в точке 1IV инь-бай у ногтевого ложа большого пальца ноги с внутренней стороны, проходит плюснефаланговый сустав большого пальца, идет к переднему краю внутренней лодыжки, поднимается вверх вдоль заднего края большеберцовой кости, по передневнутренней поверхности коленного сустава и бедра до середины паховой складки, переходит на переднюю брюшную стенку.

От расположенной на боковой поверхности живота точки 13IV фу-шэ идет к двум точкам переднесрединного меридиана (3XIV чжун-ци и 4XIV гуань-юань), затем идет самостоятельно и снова подходит к переднесрединному меридиану в точке 10XIV ся-вань, от которой начинается внутренний ход мериди-

ана. Наружный ход продолжается через точку 12XIV чжун-вань, идет по боковой поверхности грудной клетки, включая точку меридиана желчного пузыря 24XI жи-юе и точку меридиана печени 14XII ци-мэнь, доходит до второго межреберья, откуда спускается вниз к шестому межреберью и заканчивается здесь в точке 21IV да-бао, расположенной на средней подмышечной линии.

Внутренний ход от точки 10XIV ся-вань проходит в брюшную полость к селезенке и желудку. Внутренний ход имеет два ответвления, которые начинаются от желудка. Одно ответвление идет вверх через диафрагму и легкие к трахее, горлу, гортани и языку. Второе ответвление доходит до сердца и соединяется с меридианом сердца.

На меридиане селезенки – поджелудочной железы располагается 21 точка.

- 1IV инь-бай** – на внутренней стороне большого пальца стопы, на 0,3 см кнутри от угла корня ногтя.
- 2IV да-ду** – на внутренней стороне стопы, кпереди от плюснефалангового сустава большого пальца стопы, на границе тыльной и подошвенной поверхностей, где пальпируется углубление.
- 3IV тай-бай** – на внутренней поверхности стопы, книзу и кзади от головки первой плюсневой кости, во впадине.
- 4IV гунь-сунь** – на внутренней поверхности стопы, в углублении на первой плюсневой кости, кзади от плюснефалангового сустава большого пальца на 1 цунь.
- 5IV шан-цю** – кпереди и книзу от внутренней лодыжки, во впадине. Точку определяют при тыльном сгибании стопы.
- 6IV сань-инь-цзяо** – кзади от большой берцовой кости, выше центра (наиболее выступающей части) внутренней лодыжки на 3 цуня.
- 7IV лоу-гу** – у заднего края большой берцовой кости, выше центра внутренней лодыжки на 6 цуней.
- 8IV ди-ци** – у заднего края большой берцовой кости, ниже точки 9IV инь-лин-цюань на 3 цуня. Точку определяют при выпрямленной ноге.
- 9IV инь-лин-цюань** – на внутренней поверхности голени, у задненижнего края внутреннего мышечка большой берцовой кости, ниже нижнего края надколенника на 2 цуня, во впадине. Точку определяют в положении сидя, нога согнута в коленном суставе.
- 10IV сюе-хай** – на внутренней поверхности бедра, выше внутреннего надмыщелка бедренной кости и верхнего края коленной чашечки на 2 цуня. Точку определяют в положении сидя, нога согнута в коленном суставе, при нахождении точки ладонь правой руки плотно накладывают на левое колено большого (пальцами вверх), четыре пальца кисти находятся выше коленного сустава, большой палец ложится на внутреннюю поверхность бедра, кончик этого пальца указывает точку.
- 11IV цзи-мэнь** – на внутренней поверхности бедра, на 6 цуней вертикально выше верхнего края коленной чашечки.
- 12IV чун-мэнь** – в середине паховой складки, на уровне верхнего края лобкового сочленения, в сторону от средней линии живота на 4 цуня.

- 13IV фу-шэ** – немного выше середины паховой складки, выше точки 12IV чун-мэнь на 2 см, в сторону от средней линии живота на 4 цуня.
- 14IV фу-цзе** – ниже уровня пупка на 1,5 цуня, в сторону от средней линии живота на 4 цуня.
- 15IV да-хэн** – на уровне пупка, в сторону от средней линии живота на 4 цуня.
- 16IV фу-ай** – выше уровня пупка на 3 цуня, в сторону от средней линии живота на 4 цуня.
- 17IV ши-доу** – в пятом межреберье, снаружи от средней линии груди на 6 цуней.
- 18IV тянь-си** – в четвертом межреберье, в сторону от средней линии груди на 6 цуней, у мужчин – снаружи от соска.
- 19IV сюн-сян** – в третьем межреберье, в сторону от средней линии груди на 6 цуней.
- 20IV чжоу-жун** – во втором межреберье, в сторону от средней линии груди на 6 цуней.
- 21IV да-бао** – в месте пересечения средней подмышечной линии и шестого межреберья.

**Стандартные точки меридиана селезенки – поджелудочной железы:** тонизирующая – 2IV да-ду, седативная – 5IV шан-цю, пособник – 3IV тай-бай, сочувственная – 20VII пи-шу, сигнальная – 13XII чжан-мэнь, противоболевая – 8IV ди-ци, стабилизирующий ло-пункт к меридиану желудка – 4IV гунь-сунь, большое ло – 21V да-бао.

## Меридиан сердца (V, C)

Меридиан сердца – парный, относится к системе инь. Движение энергии в меридиане – центробежное, энергия идет от меридиана селезенки – поджелудочной железы и переходит в меридиан тонкой кишки. Период максимальной активности меридиана – от 11 до 13 часов, период минимальной активности – от 23 до 1 часа.

Меридиан начинается внутренним ходом на уровне проекции точки 17XIV тань-чжун, проходит легкие и выходит на поверхность тела в подмышечной области. Внутренний ход имеет два ответвления. Первое ответвление идет к трахее, горлу, гортани, затем к главному яблоку и входит в головной мозг. Второе ответвление соединяется с тонкой кишкой.

Наружный ход начинается в подмышечной впадине в точке 1V цзи-цюань, идет по внутренней поверхности плеча и предплечья, заканчивается у ногтевого ложа мизинца с лучевой стороны точкой 9V шао-чун, соединяясь здесь с меридианом тонкой кишки.

Меридиан сердца имеет 9 точек.

- 1V цзи-цюань** – на уровне подмышечной складки, у нижнего края большой грудной мышцы, где пальпируется пульсация плечевой артерии. При нахождении точки руку поднимают до горизонтального уровня.
- 2V цин-лин** – у внутреннего края двуглавой мышцы, на 3 цуня выше локтевого сгиба.
- 3V шао-хай** – на складке локтевого сгиба, внутри от сухожилия двуглавой мышцы. При нахождении точки руку слегка сгибают в локтевом суставе, ладонь обращена вверх.

**4V лин-дао** – выше лучезапястной складки на 1,5 цуня, у лучевого края сухожилия локтевого сгибателя кисти.

**5V тун-ли** – выше лучезапястной складки на 1 цунь, в углублении между сухожилиями локтевого сгибателя кисти и поверхностного сгибателя пальцев.

**6V инь-си** – выше лучезапястной складки на 0,5 цуня, в углублении между сухожилиями локтевого сгибателя кисти и поверхностного сгибателя пальцев.

**7V шэнь-мэнь** – у локтевого края проксимальной лучезапястной складки. При нахождении точки руку сгибают в локтевом суставе, ладонь обращена вверх.

**8V шао-фу** – на ладони, в углублении между четвертой и пятой пястными костями, немного позади от пястно-фаланговых суставов. Точку определяют, предложив больному прижать четвертый и пятый пальцы к ладони, точка находится между кончиками этих пальцев.

**9V шао-чун** – у лучевого края ногтевого ложа мизинца, на 0,3 см в сторону от угла ногтя.

**Стандартные точки меридиана сердца:** тонизирующая – 9V шао-чун, седативная – 7V шэнь-мэнь, пособник – 7V шэнь-мэнь, сочувственная – 15VII синь-шу, сигнальная – 14XIV цзюй-цюе, противоболевая – 6V инь-си, стабилизирующий ло-пункт к меридиану тонкой кишки – 5V тун-ли.

## Меридиан тонкой кишки (VI, IG)

Меридиан тонкой кишки – парный, относится к системе ян. Направление энергии в меридиане – центростремительное, энергия идет от меридиана сердца и переходит в меридиан мочевого пузыря. Период максимальной активности меридиана – от 13 до 15 часов, период минимальной активности – от 1 до 3 часов.

Меридиан начинается наружным ходом от локтевого края ногтевого ложа мизинца руки, проходит по тыльно-локтевой стороне кисти, задней поверхности предплечья, локтя, задненаружной поверхности плеча, идет к акромиальному отростку лопатки, затем – к средней линии спины, в точке 14XIII да-чжун соприкасается с одноименным меридианом противоположной стороны. Далее меридиан огибает надплечье, доходит до надключичной ямки, где начинается внутренний ход меридиана. От надключичной ямки наружный ход поднимается вверх, проходит нижнюю челюсть, скуловую область лица, идет к наружному углу глаза, затем – к уху, где заканчивается в точке 19VI тин-гун.

Наружный ход имеет ответвление, которое от точки 17VI тянь-жун поднимается на щеку, проходит по нижнему краю орбиты, где связывается с меридианом мочевого пузыря.

Внутренний ход от надключичной ямки (точка 12III цюэ-пэнь) идет по боковой поверхности пищевода, связывается с сердцем, проходит диафрагму, желудок и доходит до тонкого кишечника.

Меридиан тонкой кишки имеет 19 точек.

- 1VI шао-цзэ** – на расстоянии 0,3 см от угла ногтевого ложа пятого пальца руки с локтевой стороны. При нахождении точки пальцы выпрямляют.
- 2VI цянь-гу** – на локтевой стороне кисти, впереди от пятого пястно-фалангового сустава. При нахождении точки кисть сжимают в кулак.
- 3VI хоу-си** – на локтевой стороне кисти, в углублении сзади от пятого пястно-фалангового сустава. При нахождении точки кисть сжимают в кулак.
- 4VI вань-гу** – на локтевой стороне кисти, во впадине между основанием пятой пястной кости и трехгранной костью. При нахождении точки пальцы выпрямлены.
- 5VI ян-гу** – на локтевой стороне лучезапястного сустава, на конце складки лучезапястного сустава, во впадине между шиловидным отростком локтевой кости и трехгранной костью. При нахождении точки руку сгибают в лучезапястном суставе, ладонь тыльной стороной повернута вверх.
- 6VI ян-лао** – над головкой локтевой кости, выше точки 5VI ян-гу на 1 цунь. При нахождении точки руку сгибают в локтевом суставе, ладонь тыльной поверхностью обращена вверх и повернута к груди.
- 7VI чжи-чжэн** – на тыльной поверхности предплечья, на линии, соединяющей точку 5VI ян-гу и конец локтевого отростка, на 5 цуней выше лучезапястного сустава. При нахождении точки руку слегка сгибают в локтевом суставе.
- 8VI сяо-хай** – на наружной поверхности локтя, в локтевой бороздке, расположенной между внутренним надмыщелком плечевой кости и отростком локтевой кости. При нахождении точки максимально сгибают руку в локтевом суставе, при пальпации области расположения точки появляется ощущение ломоты.
- 9VI цзянь-чжэнь** – сзади и книзу от плечевого сустава, на одной вертикальной линии с подмышечной впадиной, на 1 цунь выше заднего конца подмышечной складки. Точку определяют при плотно приведенной к груди руке.
- 10VI нао-шу** – сзади от плечевого сустава, у наружного края лопатки, ниже акромиального отростка лопатки, вертикально выше точки 9VI цзянь-чжэнь, где пальпируется углубление.
- 11VI тянь-цзун** – ниже середины лопатки, под лопаточной остью, в центре подостной ямки, ниже точки 12VI бин-фэн, выше точки 9VI цзянь-чжэнь на 1,7 цуня и кнутри от нее на 1 цунь.
- 12VI бин-фэн** – в надостной ямке, в середине верхнего края лопаточной ости, где при поднятой руке прощупывается впадина. При определении точки руку поднимают до горизонтального уровня.
- 13VI цюй-юань** – у верхнего края лопаточной ости, под точкой 21XI, кнутри от точки 12VI бин-фэн на 1,5 цуня и чуть ниже этой точки. При пальпации (прессации) этой точки появляется ломящая боль.
- 14VI цзянь-вай-шу** – у внутреннего края лопатки, на горизонтальной линии, проходящей через верхушку остистого отростка первого грудного позвонка, в сторону от позвоночника на 3 цуня.
- 15VI цзянь-чжун-шу** – у внутреннего края лопатки, на 2 цуня в сторону от позвоночника на горизон-

тальной линии, проходящей между остистыми отростками седьмого шейного и первого грудного позвонка.

- 16VI тянь-чуан** – на шее, у заднего края средней части грудино-ключично-сосцевидной мышцы, сзади от места, где пальпируется пульсация артерии.
- 17VI тянь-жун** – ниже основания мочки уха, в ямке между передним краем грудино-ключично-сосцевидной мышцы и углом нижней челюсти, на 1 цунь выше точки 16VI тянь-чуан и впереди от нее.
- 18VI цюань-ляо** – у нижнего края скуловой кости, вертикально ниже наружного угла глаза, во впадине.
- 19VI тин-гун** – между козелком уха и нижнечелюстным суставом. В месте расположения точки при открытом рте пальпируется углубление. Точку определяют при открытом рте.

**Стандартные точки меридиана тонкой кишки:**  
тонизирующая – 3VI хоу-си, седативная – 8VI сяо-хай, пособник – 4VI вань-гу, сочувственная – 27VII сяо-чан-шу, сигнальная – 4XIV гуань-юань, противоположная – 6VI ян-лао, стабилизирующий ло-пункт к меридиану сердца – 7VI чжи-чжэн.

## Меридиан мочевого пузыря (VII, V)

Меридиан мочевого пузыря – парный, относится к системе ян. Направление энергии в меридиане – центробежное, энергия идет от меридиана тонкой кишки и переходит в меридиан почек. Период максимальной активности меридиана – от 15 до 17 часов, период минимальной активности – от 3 до 5 часов.

Меридиан начинается наружным ходом у внутреннего угла глаза в точке 1VII цин-мин, проходит лобную и теменную области головы, в точке 20XIII бай-хуэй контактирует с меридианом противоположной стороны. От точки 7VII наружный ход входит в мозг и выходит из него в точке 10VII тянь-чжу. Здесь наружный ход делится на две ветви, идущие параллельно позвоночнику. Внутренняя ветвь проходит на расстоянии 1,5 цуня, наружная ветвь – на расстоянии 3 цуней от средней линии. Обе ветви доходят до подколенной ямки, где в точке 40VII вэй-чжун соединяются. Далее меридиан следует по задней поверхности голени, по внешней стороне стопы и заканчивается у наружного угла ногтевого ложа пятого пальца в точке 67 VII чжи-инь.

Наружный ход имеет два ответвления. Одно ответвление идет от точки 20XIII бай-хуэй и соединяется с меридианом желчного пузыря в точке 11XI тоу-цяо-инь, расположенной у основания сосцевидного отростка, а также с меридианом трех обогревателей на уровне верхнего края ушной раковины. Второе ответвление идет от точки 67VII и связывается с меридианом почек.

Внутренний ход начинается в точке 23VII шэнь-шу, входит в брюшную полость, связывается с почками и идет к мочевому пузырю.

На меридиане мочевого пузыря находится 67 точек.

- 1VII цин-мин** – кнутри от внутреннего угла глаза на 0,3 см. При определении точки глаза закрыты.

**2VII цуань-чжу** – у внутреннего конца брови, над точкой 1VII цин-мин.

**3VII мэй-чун** – на 0,5 цуня выше передней границы волос, на середине расстояния между точками 24XIV шэнь-тин и 4VII цюй-ча, вертикально выше начала брови.

**4VII цюй-ча** – на 0,5 цуня выше передней границы волос, в сторону от средней линии головы на 1,5 цуня.

**5VII у-чу** – на 1 цунь выше передней границы волос, в сторону от средней линии головы на 1,5 цуня.

**6VII чэн-гуан** – на темени, на 2,5 цуня выше передней границы волос, в сторону от средней линии головы на 1,5 цуня.

**7VII тун-тянь** – на темени, на 4 цуня выше передней границы волос, на 1 цунь впереди от точки 20XIII бай-хуэй, в сторону от нее на 1,5 цуня.

**8VII ло-цюе** – на 5,5 цуней кзади от передней границы роста волос, на 1,5 цуня в сторону от средней линии головы.

**9VII юй-чжэнь** – на 2,5 цуня выше задней границы волос, на одной линии с точкой 17XIII нао-ху, на 1,3 цуня в сторону от этой точки.

**10VII тянь-чжу** – выше задней границы роста волос на 2 см, в сторону от средней линии головы на 1,3 цуня, у наружного края начала трапециевидной мышцы.

**11VII да-чжу** – на уровне промежутка между остистыми отростками первого и второго грудных позвонков, в сторону от средней линии спины на 1,5 цуня.

*Точка 11VII да-чжу – первая точка внутренней ветви меридиана мочевого пузыря, проходящей по первой боковой линии спины, На этой ветви находятся точки 11VII–30VII. В области подколенной складки, в точке 40VII вэй-чжун, внутренняя и внешняя (проходящая по второй боковой линии спины) ветви меридиана соединяются. Первая боковая линия спины проходит через середину расстояния между остистыми отростками позвонков и внутренним краем лопатки, вторая боковая линия спины – вдоль внутреннего края лопатки. На второй боковой линии спины находятся точки 41VII–54VII.*

**12VII фэн-мэнь** – на уровне промежутка между вторым и третьим грудными позвонками, в сторону от средней линии спины на 1,5 цуня.

**13VII фэй-шу** – на уровне промежутка между остистыми отростками третьего и четвертого грудных позвонков, в сторону от средней линии спины на 1,5 цуня.

**14VII цзюе-инь-шу** – на уровне промежутка между остистыми отростками четвертого и пятого грудных позвонков, в сторону на 1,5 цуня.

**15VII синь-шу** – на уровне промежутка между остистыми отростками пятого и шестого грудных позвонков, в сторону на 1,5 цуня.

**16VII ду-шу** – на уровне промежутка между остистыми отростками шестого и седьмого грудных позвонков, в сторону на 1,5 цуня.

**17VII гэ-шу** – на уровне промежутка между остистыми отростками седьмого и восьмого грудных позвонков, в сторону на 1,5 цуня.

**18VII гань-шу** – на уровне промежутка между остистыми отростками девятого и десятого грудных позвонков, в сторону на 1,5 цуня.

**19VII дань-шу** – на уровне промежутка между остистыми отростками десятого и одиннадцатого грудных позвонков, в сторону на 1,5 цуня.

**20VII пи-шу** – на уровне промежутка между остистыми отростками одиннадцатого и двенадцатого грудных позвонков, в сторону на 1,5 цуня.

**21VII вэй-шу** – на уровне промежутка между остистыми отростками двенадцатого грудного и первого поясничного позвонков, в сторону на 1,5 цуня.

**22VII сань-цзяо-шу** – на уровне промежутка между остистыми отростками первого и второго поясничных позвонков, в сторону на 1,5 цуня.

**23VII шэнь-шу** – на уровне промежутка между остистыми отростками второго и третьего поясничных позвонков, в сторону на 1,5 цуня.

**24VII ци-хай-шу** – на уровне промежутка между остистыми отростками третьего и четвертого поясничных позвонков, в сторону на 1,5 цуня.

**25VII да-чан-шу** – на уровне промежутка между остистыми отростками четвертого и пятого поясничных позвонков, в сторону на 1,5 цуня.

**26VII гуань-юань-шу** – на уровне промежутка между остистыми отростками пятого поясничного и первого крестцового позвонков, в сторону на 1,5 цуня.

**27VII сяо-чан-шу** – на уровне промежутка, между остистыми отростками первого и второго крестцовых позвонков, в сторону на 1,5 цуня.

**28VII пан-гуань-шу** – на уровне промежутка между остистыми отростками второго и третьего крестцовых позвонков, в сторону на 1,5 цуня.

**29VII чжун-люй-шу** – на уровне промежутка между остистыми отростками третьего и четвертого крестцовых позвонков, в сторону на 1,5 цуня.

**30VII бай-хуань-шу** – ниже остистого отростка четвертого крестцового позвонка, в сторону на 1,5 цуня, вертикально ниже точки 29VII чжун-люй-шу.

*Точки 31VII–34VII носят общее название ба-ляо, находятся на дополнительной линии спины, расположенной на середине расстояния между первой боковой линией спины и средней линией спины, месторасположение их соответствует задним крестцовым отверстиям.*

**31VII шан-ляо** – ниже первого среднего крестцового гребешка, на уровне первого заднего крестцового отверстия.

**32VII цы-ляо** – ниже второго среднего крестцового гребешка, на уровне второго заднего крестцового отверстия.

**33VII чжун-ляо** – ниже третьего среднего крестцового гребешка, на уровне третьего заднего крестцового отверстия.

**34VII ся-ляо** – ниже четвертого среднего крестцового гребешка, на уровне четвертого заднего крестцового отверстия.

**35VII хуэй-ян** – кнаружи от конца копчика на 0,5 цуня.

**36VII чэн-фу** – в центре подъягодичной складки.

**37VII инь-мэнь** – на середине задней поверхности бедра, ниже точки 36VII чэн-фу на 6 цуней и немного кнаружи от нее.

**38VII фу-си** – на 1 цунь выше точки 39VII вэй-ян,зади от наружного надмыщелка бедренной кости.

**39VII вэй-ян** – на 1 цунь кнаружи от точки 40VII вэй-чжун.

**40VII вэй-чжун** – в центре подколенной ямки, где пальпируется пульсация подколенной артерии.

**41VII фу-фэнь** – на уровне промежутка между остистыми отростками второго и третьего грудных позвонков, в сторону на 3 цуня.

**42VII по-ху** – на уровне промежутка между остистыми отростками третьего и четвертого грудных позвонков, в сторону на 3 цуня.

**43VII гао-хуан** – на уровне промежутка между остистыми отростками четвертого и пятого грудных позвонков, в сторону на 3 цуня. Точку определяют в положении сидя, при нахождении точки для отведения лопаток в сторону пациента просят положить правую руку на левое плечо, левую руку – на правое плечо.

**44VII шэнь-тан** – на уровне промежутка между остистыми отростками пятого и шестого грудных позвонков, в сторону на 3 цуня.

**45VII и-си** – на уровне промежутка между остистыми отростками шестого и седьмого грудных позвонков, в сторону на 3 цуня.

**46VII гэ-гуань** – на уровне промежутка между остистыми отростками седьмого и восьмого грудных позвонков, в сторону на 3 цуня.

**47VII хунь-мэнь** – на уровне промежутка между остистыми отростками девятого и десятого грудных позвонков, в сторону на 3 цуня.

**48VII ян-ган** – на уровне промежутка между остистыми отростками десятого и одиннадцатого грудных позвонков, в сторону на 3 цуня.

**49VII и-шэ** – на уровне промежутка между остистыми отростками одиннадцатого и двенадцатого грудных позвонков, в сторону на 3 цуня.

**50VII вэй-цан** – на уровне промежутка между остистыми отростками двенадцатого грудного и первого поясничного позвонков, в сторону на 3 цуня.

**51VII хуань-мэнь** – на уровне промежутка между остистыми отростками первого и второго поясничных позвонков, в сторону на 3 цуня.

**52VII чжи-ши** – на уровне промежутка между остистыми отростками второго и третьего поясничных позвонков, в сторону на 3 цуня.

**53VII бао-хуан** – на уровне промежутка между вторым и третьим средними крестцовыми гребешками, в сторону на 3 цуня, на уровне второго сакрального отверстия (точка 32VII цы-ляо).

**54VII чжи-бянь** – на 3 цуня в сторону от четвертого сакрального отверстия (точка 34VII ся-ляо).

**55VII хэ-ян** – ниже центра подколенной ямки и ниже точки 40VII вэй-чжун на 2 цуня.

**56VII чэн-цзинь** – в середине брюшка икроножной мышцы, на 5 цуней ниже середины подколенной ямки. Точка находится на середине расстояния между точками 55VII хэ-ян и 57VII чэн-шань.

**57VII чэн-шань** – в центре задней поверхности голени, на середине линии, проведенной от верхнего

края пяточной кости к центру подколенной ямки, на 7 цуней ниже середины подколенной ямки, несколько ниже от места соединения обеих брюшек икроножной мышцы. Точку определяют в положении стоя на носках (в таком положении видно соединение обеих брюшек икроножной мышцы) или лежа на животе при выпрямленной ноге.

**58VII фэй-яй** – на вертикальной линии, проведенной вверх от точки 60VII кунь-лунь, выше уровня центра наружной лодыжки на 7 цуней.

**59VII фу-ян** – у наружного края ахиллова сухожилия, выше уровня центра латеральной лодыжки на 3 цуня.

**60VII кунь-лунь** – во впадине между задним краем наружной лодыжки и ахилловым сухожилием, на уровне центра лодыжки.

**61VII пу-шэнь** – на наружной поверхности пятки, вертикально вниз от точки 60VII кунь-лунь на 1,5 цуня, во впадине позади точки 62VII шэнь-май.

**62VII шэнь-май** – ниже наружной лодыжки на 1,5 см, у нижнего края блокового выступа пяточной кости, во впадине, на границе подошвенной и тыльной поверхностей стопы. При нахождении точки от переднего края лодыжки проводят вертикальную линию вниз, ниже костного выступа нащупывают впадину.

**63VII цзинь-мэнь** – кпереди и немного ниже точки 62VII шэнь-май, в углублении, на границе тыльной и подошвенной поверхностей стопы.

**64VII цзин-гу** – на наружной поверхности стопы, кзади и книзу от основания пятой плюсневой кости, на границе тыльной и подошвенной поверхностей стопы.

**65VII шу-гу** – кзади и кнаружи от головки пятой плюсневой кости, во впадине, на границе тыльной и подошвенной поверхностей стопы.

**66VII цзу-тун-гу** – на наружной поверхности пятого пальца стопы, кпереди от пятого плюснефалангового сустава, где пальпируется впадина. Точку определяют при согнутом пятом пальце.

**67VII чжи-инь** – на 0,3 см кнаружи от наружного угла ногтевого ложа пятого пальца стопы.

**Стандартные точки меридиана мочевого пузыря:** тонизирующая – 67VII чжи-инь, седативная – 65VII шу-гу, пособник – 64VII цзин-гу, сочувственная – 28VII пан-гуань-шу, сигнальная – 3XIV чжун-ци, противоболевая – 63VII цзинь-мэнь, стабилизирующий ло-пункт к меридиану почек – 58VII фэй-ян.

**На меридиане мочевого пузыря находятся сочувственные точки двенадцати парных меридианов:** 13VII фэй-шу – меридиана легких, 14VII цзюе-инь-шу – меридиана перикарда, 15VII синь-шу – меридиана сердца, 18VII гань-шу – меридиана печени, 19VII дань-шу – меридиана желчного пузыря, 20VII пи-шу – меридиана селезенки – поджелудочной железы, 21VII вэй-шу – меридиана желудка, 22VII сань-цзяо-шу – меридиана трех обогревателей, 23VII шэнь-шу – меридиана почек, 25VII да-чан-шу – меридиана толстой кишки, 27VII сяо-чан-шу – меридиана тонкой кишки, 28VII пан-гуань-шу – меридиана мочевого пузыря.

## Меридиан почек (VIII, R)

Меридиан почек – парный, относится к системе инь. Движение энергии в меридиане – центростремительное, энергия идет от меридиана мочевого пузыря и переходит в меридиан перикарда. Период максимальной активности меридиана почек – от 17 до 19 часов, период минимальной активности – от 5 до 7 часов.

Меридиан начинается наружным ходом в точке 1VIII юн-цюань в центре подошвы, в ямке, образующейся при сгибании пальцев, проходит по внутренней поверхности стопы, достигает верхнего края пяточной кости в точке 3VIII тай-си. Затем идет вниз и назад к середине внутренней поверхности пяточной кости, проходит ниже внутренней лодыжки, кзади от бугорка ладьевидной кости, делая таким образом петлю на пяточной кости.

Далее меридиан идет по задневнутренней поверхности голени и бедра, достигает первой точки переднесрединного меридиана 1XIV хуэй-инь. От этой точки начинается внутренний ход меридиана, который погружается внутрь таза, выходит наружу в точке 4XIV гуань-юань, снова превращаясь в наружный ход и соединяясь с точкой 3XIV чжун-цзи переднесрединного меридиана. Затем меридиан идет самостоятельно по животу и груди, заканчивается в подключичной ямке в точке 27VIII шу-фу.

Внутренний ход от точки 1XIV хуэй-инь проходит внутрь таза, поднимается в брюшной полости по передней поверхности позвоночника к почкам, затем спускается к мочевому пузырю.

Внутренний ход имеет ответвление, которое начинается от почек, проходит через печень, диафрагму и легкие. Здесь внутреннее ответвление делится на две ветви. Одна ветвь соединяется с внутренним ходом переднесрединного меридиана и заканчивается в языке. Вторая ветвь связывается также с переднесрединным меридианом в точке 17XIV тань-чжун, а затем с меридианом перикарда в точке 1IX тьянь-чи.

На меридиане почек – 27 точек.

- 1VIII юн-цюань** – в центре подошвы, в ямке между второй и третьей плюсневыми костями, на уровне  $\frac{2}{5}$  расстояния от конца второго пальца до задней стороны пятки. При определении точки пальцы стопы сгибают, точка находится в центре образовавшейся складки.
- 2VIII жань-гу** – на внутренней поверхности свода стопы, впереди и чуть ниже бугорка ладьевидной кости, во впадине.
- 3VIII тай-си** – выше пяточной кости, во впадине между внутренней лодыжкой и ахилловым сухожилием.
- 4VIII да-чжун** – впереди от места прикрепления ахиллова сухожилия к пяточной кости, ниже точки 3VIII тай-си на 1,5 см.
- 5VIII шуй-цюань** – впереди и сверху от бугра пяточной кости, ниже точки 3VIII тай-си на 1 цунь, во впадине.
- 6VIII чжао-хай** – ниже внутренней лодыжки на 1 см, во впадине, расположенной ниже суставного отростка таранной кости, кзади от бугорка ладьевидной кости. При нахождении точки от переднего края внутренней лодыжки проводят вертикальную ли-

нию вниз, ниже костного выступа нащупывают углубление.

- 7VIII фу-лю** – выше уровня центра медиальной лодыжки на 2 цуня и немного кзади, кзади от точки 8VIII цзяо-синь. Точку определяют в положении сидя с опущенной ногой без упора.
- 8VIII цзяо-синь** – вертикально выше центра внутренней лодыжки на 2 цуня. Точку определяют в положении сидя с опущенной ногой без упора.
- 9VIII чжу-бинь** – выше центра внутренней лодыжки на 5 цуней, ниже внутреннего брюшка икроножной мышцы, в месте, где мышца переходит в сухожилие. Точку определяют в положении сидя с опущенной ногой без упора.
- 10VIII инь-гу** – у внутреннего конца подколенной складки, где пальпируется пульсация артерии.
- 11VIII хэн-гу** – на уровне верхнего края лобкового симфиза, ниже уровня пупка на 5 цуней, в сторону от средней линии живота на 0,5 цуня.
- 12VIII да-хэ** – выше лобковой кости на 1 цунь, ниже уровня пупка на 4 цуня, в сторону от средней линии живота на 0,5 цуня.
- 13VIII ци-сюе** – выше лобковой кости на 2 цуня, ниже уровня пупка на 3 цуня, в сторону от средней линии живота на 0,5 цуня.
- 14VIII сы-мань** – выше лобковой кости на 3 цуня, ниже уровня пупка на 2 цуня, в сторону от средней линии живота на 0,5 цуня.
- 15VIII чжун-чжу** – выше лобковой кости на 4 цуня, ниже уровня пупка на 1 цунь, в сторону от средней линии живота на 0,5 цуня.
- 16VIII хуан-шу** – на уровне пупка, в сторону от средней линии живота на 0,5 цуня.
- 17VIII шан-цюй** – выше уровня пупка на 2 цуня, в сторону от средней линии живота на 0,5 цуня.
- 18VIII ши-гуань** – выше уровня пупка на 3 цуня, в сторону от средней линии живота на 0,5 цуня.
- 19VIII инь-ду** – выше уровня пупка на 4 цуня, в сторону от средней линии живота на 0,5 цуня.
- 20VIII фу-тун-гу** – выше уровня пупка на 5 цуней, в сторону от средней линии живота на 0,5 цуня.
- 21VIII ю-мэнь** – выше уровня пупка на 6 цуней, в сторону от средней линии живота на 0,5 цуня.
- 22VIII бу-лан** – в пятом межреберье, снаружи от средней линии груди на 2 цуня.
- 23VIII шэнь-фэн** – в четвертом межреберье, снаружи от средней линии груди на 2 цуня.
- 24VIII лин-сюй** – в третьем межреберье, снаружи от средней линии груди на 2 цуня.
- 25VIII шэнь-цан** – во втором межреберье, снаружи от средней линии груди на 2 цуня.
- 26VIII юй-чжун** – в первом межреберье, снаружи от средней линии груди на 2 цуня.
- 27VIII шу-фу** – в подключичной ямке, снаружи от средней линии груди на 2 цуня, у наружного края ключицы.

**Стандартные точки меридиана почек:** тонизирующая – 7VIII фу-лю, седативная – 1VIII юн-цюань, пособник – 3VIII тай-си, сочувственная – 23VII шэнь-шу, сигнальная – 25XI цзин-мэнь, противополовая – 5VIII шуй-цюань, стабилизирующий ло-пункт к меридиану мочевого пузыря – 4VIII да-чжун.

## Меридиан перикарда (IX, MC)

Меридиан перикарда – парный, относится к системе инь. Движение энергии в меридиане – центробежное, принимает энергию от меридиана почек, передает ее меридиану трех обогревателей. Период максимальной активности меридиана – от 19 до 21 часа, период минимальной активности – с 7 до 9 часов.

Меридиан начинается внутренним ходом в грудной клетке от перикарда, проецируясь в точке 18XIV юй-тан. Далее идет в направлении к подреберью и выходит на поверхность в точке 1IX тянь-чи, от которой начинается наружный ход.

Внутренний ход имеет одно ответвление, которое проецируется наружу на уровне точки 17XIV тань-чжун. Ответвление спускается вниз, последовательно проходит через верхнюю, среднюю и нижнюю части туловища, связывается с меридианом трех обогревателей.

Наружный ход начинается в четвертом межреберье в точке 1IX тянь-чи, поднимается к третьему межреберью, направляется к плечу, затем идет по ладонно-срединной линии плеча, предплечья, ладони, заканчивается в центре кончика среднего пальца в точке 9IX чжун-чун, где связывается с меридианом трех обогревателей.

На меридиане перикарда – 9 точек.

- 1IX тянь-чи** – в четвертом межреберье, снаружи от средней линии груди на 5 цуней (у мужчин снаружи от соска).
- 2IX тянь-цюань** – на передневерхней поверхности плеча, ниже уровня переднего конца складки подмышечной впадины на 2 цуня.
- 3IX цюй-цзе** – в середине локтевого сгиба, во впадине, находящейся у локтевого края сухожилия двуглавой мышцы плеча. При определении точки рука выпрямлена.
- 4IX си-мэнь** – выше середины проксимальной лучезапястной складки на 5 цуней. При нахождении точки рука выпрямлена.
- 5IX цзянь-ши** – выше середины проксимальной лучезапястной складки на 3 цуня.
- 6IX нэй-гуань** – выше середины проксимальной лучезапястной складки на 2 цуня (или на два с половиной поперечных пальца).
- 7IX да-лин** – на середине лучезапястной складки, в углублении между сухожилиями.
- 8IX лао-гун** – на середине ладони между третьей и четвертой пястной костью. При нахождении точки кисть сгибают в кулак, расположение точки соответствует промежутку между кончиками третьего и четвертого пальца.
- 9IX чжун-чун** – в центре кончика третьего пальца, отступая от ногтя на 0,3 см.

**Стандартные точки меридиана перикарда:**-tonизирующая – 9IX чжун-чун, седативная – 7IX да-лин, пособник – 7IX да-лин, сочувственная – 14VII цюэ-инь-шу, сигнальная – 17XIV тань-чжун, противовоспалительная – 4IX си-мэнь, стабилизирующая – ло-пункт к меридиану трех обогревателей – 6IX нэй-гуань.

## Меридиан трех обогревателей (X, TR)

Меридиан трех обогревателей (трех частей туловища) – парный, относится к системе ян. Движение энергии в меридиане – центростремительное, энергия поступает из меридиана перикарда и переходит в меридиан желчного пузыря. Период максимальной активности – от 19 до 21 часа, период минимальной активности – от 9 до 11 часов.

Меридиан начинается наружным ходом в точке 1X гуань-чун, расположенной у ногтевого ложа безымянного пальца с локтевой стороны, идет вверх по тыльной поверхности кисти, наружной поверхности предплечья, плеча и плечевого сустава. В точке 21XI цзянь-цзин перекрещивается с меридианом желчного пузыря, огибает трапециевидную мышцу, идет к центру надключичной ямки, где в точке 12III цюэ-пэнь соединяется с меридианом желудка. Отсюда меридиан идет обратно на спину, огибает трапециевидную мышцу, проходит точку 14XIII да-чжуй. В этой точке меридиан соприкасается со всеми янскими меридианами. Далее он идет по шее, доходит до уха и входит в него в точке 18X ци-май. В точке 21X эр-мэнь выходит из уха, идет к скуловой дуге и заканчивается у наружного конца брови в точке 23X сы-чжу-кун.

Наружный ход имеет два ответвления. Первое ответвление начинается в точке 17X и-фэн, поднимается по сосцевидному отростку, проходит точки 19X лу-си и 20X цзяо-сунь, идет к козелку уха через точку 21X эр-мэнь и заканчивается у нижнего края орбиты. Второе ответвление начинается от точки 23X сы-чжу-кун и доходит до точки 1XI тун-цзы-ляо, в которой снова связывается с меридианом желчного пузыря.

Внутренний ход начинается от точки 12III цюэ-пэнь в надключичной ямке, идет косо вниз, проходит верхнюю часть туловища (верхний обогреватель) до проекции точки 17XIV тань-чжун, дает ответвление для связи с перикардом, проходит диафрагму, среднюю часть туловища (средний обогреватель), проецируется здесь в точке 12XIV чжун-вань. Далее идет в нижнюю часть туловища (нижний обогреватель), проецируясь в точке 7XIV инь-цзяо.

Меридиан трех обогревателей имеет 23 точки.

- 1X гуань-чун** – на 0,3 см от корня ногтя четвертого пальца в локтевую сторону.
- 2X е-мэнь** – во впадине между пястно-фаланговыми суставами четвертого и пятого пальца. При определении точки кисть сжимают в кулак.
- 3X чжун-чжу** – во впадине между четвертой и пятой пястной костью, кзади от четвертого пястно-фалангового сустава. При определении точки кисть сжимают в кулак.
- 4X ян-чи** – на тыльной поверхности лучезапястного сустава, ближе к локтевой стороне, на линии, проведенной вверх от локтевого края четвертого пальца.
- 5X вай-гуань** – на тыльной поверхности предплечья в межкостном промежутке, выше середины проксимальной лучезапястной складки на 2 цуня.
- 6X чжи-гоу** – на тыльной поверхности предплечья, в межкостном промежутке, выше середины луче-

запястной складки на 3 цуня. При нахождении точки рука согнута в локтевом суставе.

**7X хуэй-цзун** – на тыльной поверхности предплечья, выше складки лучезапястного сустава на 3 цуня, на один поперечный палец в локтевую сторону от точки 6X чжи-гоу.

**8X сань-ян-ло** – на тыльной поверхности предплечья, в межкостном промежутке, выше лучезапястной складки на 4 цуня.

**9X сы-ду** – на тыльной поверхности предплечья, в межкостном промежутке, ниже локтевого отростка на 5 цуней, выше складки лучезапястного сустава на 7,5 цуней.

**10X тянь-цзин** – на задней поверхности плеча, вертикально выше локтевого отростка на 1 цунь. При нахождении точки руку сгибают в локтевом суставе.

**11X цин-лэн-юань** – на задней поверхности плеча, вертикально выше локтевого отростка на 2 цуня. При нахождении точки рука согнута в локтевом суставе.

**12X сяо-лэ** – на задней поверхности плеча, вертикально выше локтевого отростка на 5 цуней, на середине расстояния от точки 10X тянь-цзин до нижнего края подмышечной впадины со стороны спины.

**13X нао-хуэй** – на задней поверхности плеча, на уровне нижнего края подмышечной впадины, ниже точки 14X цзянь-ляо.

**14X цзянь-ляо** – на задней поверхности плечевого сустава, на середине расстояния между точками 15II цзянь-юй и 10VI нао-шу, на 1 цунь ближе к позвоночнику от углубления, образующегося при поднятии руки до горизонтального уровня (в углублении находится точка 15II цзянь-юй). При нахождении точки рука поднята до горизонтального уровня.

**15X тянь-ляо** – в верхней части лопатки, в надостной ямке, на середине вертикальной линии, проведенной от точки 21XI цзянь-цзин до лопаточной ости.

**16X тянь-ю** – на заднебоковой поверхности шеи, ниже сосцевидного отростка височной кости, между точками 10VII тянь-чжу и 17VI тянь-жун.

**17X и-фэн** – в углублении кзади от основания мочки уха, между сосцевидным отростком височной кости и восходящей ветвью нижней челюсти. Локализацию точки определяют по нижнему краю мочки уха.

**18X ци-май** – за ухом, на одном уровне с наружным слуховым отверстием, чуть кпереди от основания сосцевидного отростка височной кости, на границе нижней трети линии, проведенной от точки 17X и-фэн до точки 20X цзяо-сунь.

**19X лу-си** – за ухом, выше точки 18X ци-май на 1 цунь.

**20X цзяо-сунь** – у основания верхнего края ушной раковины. При нахождении точки ушную раковину нужно согнуть вперед, и там, где складка на ухе пересекается с границей волосистой части головы, будет находиться эта точка.

**21X эр-мэнь** – выше и чуть кпереди от козелка уха, у заднего края суставного отростка нижней челюсти, где пальпируется углубление.

**22X хэ-ляо (височная)** – в области виска, выше и чуть кпереди от точки 21X эр-мэнь, кзади от места пульсации поверхностной височной артерии.

**23X сы-чжу-кун** – в углублении у наружного конца брови.

**Стандартные точки меридиана трех обогревателей:** тонизирующая – 3X чжун-чжу, седативная – 10X тянь-цзин, пособник – 4X ян-чи, сочувственная – 22VII сань-цзяо-шу, сигнальная – 5XIV ши-мэнь, противополовая – 7X хуэй-цзун, стабилизирующий ло-пункт к меридиану перикарда – 5X вай-гуань.

**Главные точки:** при патологии верхнего обогревателя – 17XIV тань-чжун, при патологии среднего обогревателя – 12XIV чжун-вань, при патологии нижнего обогревателя – 7XIV инь-цзяо.

## Меридиан желчного пузыря (XI, VB)

Меридиан желчного пузыря – парный, относится к системе ян. Движение энергии в меридиане – центробежное, принимает энергию от меридиана трех обогревателей и передает меридиану печени. Время максимальной активности меридиана – от 23 до 1 часа, время минимальной активности – от 11 до 13 часов.

Меридиан начинается наружным ходом от наружного угла глаза в точке 1XI тун-цзы-ляо, образует затем сложную траекторию на боковой поверхности лица и волосистой части головы. От первой точки меридиан идет к точке 2XI тин-хуэй, расположенной кпереди и книзу от козелка уха, затем поднимается к виску, снова спускается к уху, огибая его с задней стороны, подходит к сосцевидному отростку. От расположенной здесь точки 12XI вань-гу идет ко лбу по волосистой части головы, затем возвращается в затылочную область, спускается по боковой поверхности шеи, пересекает трапециевидную мышцу. В точке 21XI цзянь-цзин перекрещивается с меридианом трех обогревателей. После перекреста идет кзади, в точке 14XIII да-чжуй соприкасается со всеми янскими меридианами, проходит точку 11VII да-чжу меридиана мочевого пузыря и точку 12VI бин-фэн меридиана тонкой кишки. Затем ход меридиана продолжается до точки 12III цюэ-пэнь меридиана желудка, в которой начинается внутренний ход меридиана. Далее наружный ход меридиана огибает переднюю поверхность плечевого сустава, идет в подмышечную область, проходит по боковой поверхности грудной клетки и туловища (в виде изломанной линии), затем по наружной поверхности бедра и голени, по тыльной стороне стопы и оканчивается у ногтевого ложа четвертого пальца точкой 44XI цзу-цяо-инь.

Наружный ход имеет два ответвления. Первое ответвление начинается в области затылка в точке 20XI фэн-чи. Идет к точкам 17X и-фэн меридиана трех обогревателей и 19VI тин-гун меридиана тонкой кишки, далее к точке 1XI тун-цзы-ляо, а от нее к точкам меридиана желудка 5III да-ин и 1III чэн-ци, затем опускается в надключичную ямку к точке 12III цюэ-пэнь. Второе ответвление начинается на стопе в точке 41XI

цзу-лин-ци, проходит к большому пальцу, где связывается с меридианом печени.

Внутренний ход начинается в надключичной ямке от точки 12III цюэ-пэнь, входит в грудную клетку, проходит диафрагму, связывается с печенью и входит в желчный пузырь. Ответвление внутреннего хода опускается в брюшную полость, проецируясь в точке 30III ци-чун, огибает лобковую кость, входит в тазобедренный сустав, где соединяется с наружным ходом.

Меридиан желчного пузыря имеет 44 точки.

- 1XI тун-цы-ляо** – на 0,5 см кнаружи от наружного угла глаза. Точку определяют в положении сидя, при закрытых глазах.
- 2XI тин-хуэй** – впереди от межкозелковой вырезки, впереди и книзу от козелка уха, где пальпируется углубление. Точку определяют в положении сидя при открытом рте.
- 3XI шан-гуань** – над центральной частью верхнего края скуловой дуги нижней челюсти.
- 4XI хань-янь** – кверху и кзади от границы волосистой части виска, немного ниже угла лба, где располагается точка 8III тоу-вэй, на границе верхней трети расстояния между точками 8III тоу-вэй и 6XI сюань-ли.
- 5XI сюань-лу** – ниже точки 4XI хань-янь на 1,5 см и кзади от нее на 0,3 см, на границе нижней трети между точками 8III тоу-вэй и 6XI сюань-ли.
- 6XI сюань-ли** – на уровне горизонтали, проведенной через верхний край ушной раковины, впереди от вертикали, проведенной через передний край уха (впереди от точки 7XI цюй-бинь), на 1,2 см.
- 7XI цюй-бинь** – на пересечении горизонтали, проходящей над верхним краем ушной раковины, и вертикали, проведенной через передний край ушной раковины.
- 8XI шуай-гу** – выше верхнего края ушной раковины на 1,5 цуня, немного кзади от точки 7XI цюй-бинь.
- 9XI тянь-чун** – выше верхнего края ушной раковины на 2 цуня, кзади от точки 8XI шуай-гу на 0,5 цуня, на вертикали, проведенной через центр сосцевидного отростка.
- 10XI фу-бай** – выше основания сосцевидного отростка и точки 11XI тоу-цяо-инь на 1 цунь, ниже точки 9XI тянь-чун на 1 цунь.
- 11XI тоу-цяо-инь** – у основания сосцевидного отростка, на уровне горизонтальной линии, проведенной через верхний край отверстия наружного слухового прохода.
- 12XI вань-гу** – у заднего края сосцевидного отростка височной кости, на горизонтальной линии, проведенной через нижнюю часть затылочной кости, выше задней границы роста волос на 1,2 см.
- 13XI бэнь-шэнь** – в сторону от средней линии головы на 3 цуня, на 0,5 цуня выше передней границы роста волос, на уровне точки 24XIII шэнь-тин, на вертикальной линии, поднимающейся от наружного угла глаза.
- 14XI ян-бай** – перпендикулярно выше зрачка прямо смотрящего глаза, выше середины брови на 1 цунь, на  $\frac{2}{5}$  расстояния между внемеридианной точкой юй-яо, расположенной на середине брови, и передней границей роста волос.

**15XI тоу-лин-ци** – на вертикальной линии, идущей через зрачок прямо смотрящего глаза, выше передней границы роста волос на 0,5 цуня.

**16XI му-чуан** – кзади от точки 15XI тоу-лин-ци на 1,5 цуня.

**17XI чжэн-ин** – выше точки 15XI тоу-лин-ци на 3 цуня, кзади от точки 16XI му-чуан на 1,5 цуня.

**18XI чэн-лин** – кзади от точки 15XI тоу-лин-ци на 4,5 цуня и от точки 17XI чжэн-ин на 1,5 цуня, на одной линии с точкой 20XIII бай-хуэй.

**19XI нао-кун** – кнаружи от точки 17XIII нао-ху (находится на верхнем крае затылочного бугра) на 2 цуня, выше точки 20XI фэн-чи на 1,5 цуня.

**20XI фэн-чи** – под затылочной костью, выше задней границы роста волос на 1 цунь, у наружного края трапециевидной мышцы, где пальпируется углубление.

**21XI цзянь-цзин** – на середине линии, проведенной между точками 14XIII да-чжуй и 15II цзянь-юй, и немного впереди от нее.

**22XI юань-е** – в четвертом межреберье, на средней подмышечной линии, на одном уровне с соском. Точку определяют сидя, рука поднята вверх.

**23XI чжэ-цзинь** – в четвертом межреберье, впереди от средней подмышечной линии на 1 цунь, ниже нижнего края подмышечной впадины на 3 цуня. Точку определяют в положении лежа на боку.

**24XI жи-юе** – в седьмом межреберье на сосковой линии, на 1,5 цуня ниже точки 14XII ци-мэнь.

**25XI цзин-мэнь** – на боковой поверхности живота, у свободного конца двенадцатого ребра. Точку определяют в положении лежа на боку.

**26XI дай-май** – на горизонтальной линии, проведенной от пупка, чуть ниже свободного конца одиннадцатого ребра. Точку определяют в положении лежа на боку.

**27XI у-шу** – ниже уровня пупка и ниже свободного края одиннадцатого ребра, ниже точки 26XI дай-май на 3 цуня. Точку определяют в положении лежа на боку.

**28XI вэй-дао** – впереди и книзу от гребня подвздошной кости, ниже точки 27XI у-шу на 0,5 цуня. Точку определяют в положении лежа на боку.

**29XI цзюй-ляо** – во впадине ниже передней ости подвздошной кости, на 3 цуня ниже точки 28XI вэй-дао. Точку определяют в положении лежа на боку.

**30XI хуань-тяо** – на ягодице, кзади от тазобедренного сустава. Точку определяют в положении лежа на боку, при этом нижняя нога выпрямлена, верхняя нога согнута в коленном суставе.

**31XI фэн-ши** – на наружной поверхности бедра, выше нижнего края коленной чашечки (наружного конца подколенной складки) на 7 цуней. Точку определяют в положении стоя, кончик среднего пальца опущенной руки указывает точку.

**32XI чжун-ду** – на наружной поверхности бедра, на 5 цуней выше нижнего края коленной чашечки, на 2 цуня ниже точки 31XI фэн-ши.

**33XI цзу-ян-гуань** – на наружной поверхности коленного сустава, кзади от наружного надмыщелка бедренной кости, выше точки 34XI ян-лин-цюань на 3 цуня, между двумя сухожилиями, где паль-

пируется углубление. Точку определяют в положении сидя с выпрямленной ногой.

- 34ХI ян-лин-цюань** – во впадине у передненижнего края головки малоберцовой кости, ниже нижнего края коленной чашечки на 2 цуня. Точку определяют в положении сидя с выпрямленной ногой.
- 35ХI ян-цзяо** – на боковой поверхности голени, вертикально выше центра наружной лодыжки на 7 цуней. Точку определяют в положении сидя, нога без упора.
- 36ХI вай-цю** – на боковой поверхности голени, выше центра наружной лодыжки на 7 цуней, на одном уровне и несколько впереди от точки 35ХI ян-цзяо. Точку определяют в положении сидя, нога без упора.
- 37ХI гуан-мин** – на боковой поверхности голени, выше центра наружной лодыжки на 5 цуней, ниже точки 35ХI ян-цзяо на 2 цуня.
- 38ХI ян-фу** – ниже точки 37ХI гуан-мин, выше центра наружной лодыжки на 4 цуня.
- 39ХI сюань-чжун** – вертикально выше центра наружной лодыжки на 3 цуня.
- 40ХI цю-сюй** – чуть впереди от нижнего края наружной лодыжки.
- 41ХI цзу-линъ-ци** – в середине наружной стороны стопы, в задней части щели между четвертой и пятой плюсневой костью, где пальпируется впадина.
- 42ХI ди-у-хуэй** – на наружной стороне стопы, в передней части щели между четвертой и пятой плюсневой костью, где пальпируется впадина.
- 43ХI ся-си** – у межпальцевой складки четвертого и пятого пальца стопы.
- 44ХI цзу-цяо-инь** – на 0,3 см снаружи от корня ногтя четвертого пальца стопы.

**Стандартные точки меридиана желчного пузыря:** тонизирующая – 43ХI ся-си, седативная – 38ХI ян-фу, пособник – 40ХI цю-сюй, сочувственная – 19VII дань-шу, сигнальная – 24ХI жи-юе, противоболевая – 36ХI вай-цю, стабилизирующий ло-пункт к меридиану печени – 37ХI гуан-мин.

## Меридиан печени (ХII, F)

Меридиан печени – парный, относится к системе инь. Движение энергии в меридиане – центростремительное, принимает энергию от меридиана желчного пузыря и передает ее меридиану легких. Период максимальной активности меридиана – от 1 до 3 часов, период минимальной активности – от 13 до 15 часов.

Меридиан начинается наружным ходом в точке 1ХII да-дунь, расположенной снаружи от основания ногтя большого пальца, идет по тыльной поверхности стопы, затем по внутренней поверхности голени и бедра, доходит до паховой складки и лобка, огибает половые органы, достигает средней линии живота и объединяется с переднесрединным меридианом в точках 2ХIV цюй-гу, 3ХIV чжун-ци, 4ХIV гуань-юань. Далее идет к подреберью и заканчивается в точке 14ХII ци-мэнь, расположенной в шестом межреберье на сосковой линии.

Внутренний ход начинается в точке 13ХII чжан-мэнь, проходит желудок, проецируясь в точке 10ХIV ся-вань, входит в печень и желчный пузырь.

Внутренний ход имеет два ответвления. Первое ответвление начинается от печени, проецируясь наружу в точке 14ХII ци-мэнь, идет кверху, проходит диафрагму и грудную полость, проецируясь наружу в точке 18ХIV юй-тан, идет по задней поверхности горла и зева, связывается с глазами, где делится на две ветви: восходящую и нисходящую. Восходящая ветвь проходит через лобную и теменную области головы, соединяется с заднесрединным меридианом в точке 20ХIII бай-хуэй. Нисходящая ветвь идет по внутренней поверхности щеки, огибая губы изнутри.

Второе ответвление внутреннего хода также начинается от печени, проходит диафрагму, доходит до легких, где связывается с меридианом легких, заканчивается в точке 12ХIV чжун-вань переднесрединного меридиана.

Меридиан печени имеет 14 точек.

- 1ХII да-дунь** – на наружной стороне первого пальца стопы, на 0,3 см в сторону от угла ногтевого ложа.
- 2ХII син-цзянь** – во впадине между первым и вторым плюснефаланговым суставом.
- 3ХII тай-чун** – в углублении между первой и второй плюсневой костью, сзади от плюснефаланговых суставов на 0,5 цуня.
- 4ХII чжун-фэн** – на тыле стопы, впереди от внутренней лодыжки на 1 цунь, между точками 41III цзе-си и 5IV шан-цю.
- 5ХII ли-гоу** – на передневнутренней поверхности голени, у заднего края большой берцовой кости, вертикально выше центра внутренней лодыжки на 5 цуней.
- 6ХII чжун-ду** – на середине передневнутренней поверхности большой берцовой кости, выше центра внутренней лодыжки на 7 цуней, выше точки 5ХII ли-гоу на 2 цуня.
- 7ХII ци-гуань** – на внутренней поверхности голени, ниже нижнего края коленной чашечки на 2 цуня, сзади от точки 9IV инь-лин-цюань на 1 цунь.
- 8ХII цюй-цюань** – на внутренней поверхности коленного сустава, у конца подколенной складки.
- 9ХII инь-бао** – выше верхнего края внутреннего надмыщелка бедренной кости на 4 цуня, в межмышечной борозде.
- 10ХII цзу-у-ли** – в верхней части передней поверхности бедра, ниже точки 11ХII инь-лянь на 1 цунь.
- 11ХII инь-лянь** – у нижнего края паховой складки, ниже точки 30III ци-чун на 2 цуня и снаружи от нее на 0,5 цуня.
- 12ХII цзи-май** – снаружи от симфиза лобковой кости (от средней линии живота) на 2,5 цуня.
- 13ХII чжан-мэнь** – у нижнего края свободного конца одиннадцатого ребра. Точку определяют в положении лежа на боку, нога, лежащая внизу, выпрямлена, нога, находящаяся сверху, согнута.
- 14ХII ци-мэнь** – в шестом межреберье, на среднеключичной линии.

**Стандартные точки меридиана печени:** тонизирующая – 8ХII цюй-цюань, седативная – 2ХII син-цзянь, пособник – 3ХII тай-чун, сочувственная – 18VII гань-шу, сигнальная – 14ХII ци-мэнь, противоболевая – 6ХII чжун-ду, стабилизирующий ло-пункт к меридиану желчного пузыря – 5ХII ли-гоу.

## Заднесрединный меридиан (XIII, VG)

Заднесрединный меридиан – непарный, относится к системе ян, не входит в общий круг циркуляции энергии, не имеет определенной почасовой активности. Энергия движется в меридиане постоянно в направлении снизу вверх.

Заднесрединный меридиан имеет широкие связи со всеми основными меридианами, он «контролирует» все ян-меридианы. Его называют «морем янских меридианов». При определенных условиях, а именно при возникновении в организме хронического патологического процесса, когда система циркуляции в нескольких постоянных меридианах не справляется с возникшими нарушениями, заднесрединный меридиан превращается в один из чудесных меридианов ЧМІ ду-май, обеспечивая таким образом новый уровень связей целостного организма.

Меридиан начинается наружным ходом в точке 1XIII чан-цян, расположенной на середине расстояния между задним проходом и копчиком, проходит по средней линии спины (по позвоночнику) до затылка, затем идет по средней линии головы, лба, носа, заканчивается в середине уздечки верхней губы в точке 28XIII инь-цзяо.

Внутренний ход меридиана начинается между затылочной костью и первым шейным позвонком в точке 16XIII фэн-фу, входит в мозг и затем повторяет наружный ход меридиана.

На заднесрединном меридиане – 28 точек.

- 1XIII чан-цян – на середине расстояния между копчиком и задним проходом.
- 2XIII яо-шу – над местом входа в крестцовый канал, ниже четвертого среднего крестцового гребешка.
- 3XIII яо-ян-гуань – между остистыми отростками четвертого и пятого поясничных позвонков.
- 4XIII мин-мэнь – между остистыми отростками второго и третьего поясничных позвонков.
- 5XIII сюань-шу – между остистыми отростками первого и второго поясничных позвонков.
- 6XIII цзи-чжун – между остистыми отростками одиннадцатого и двенадцатого грудных позвонков. Точку определяют в положении сидя, голова слегка наклонена вперед.
- 7XIII чжун-шу – между остистыми отростками десятого и одиннадцатого грудных позвонков. Точку определяют в положении сидя, голова слегка наклонена вперед.
- 8XIII цзинь-со – между остистыми отростками девятого и десятого грудных позвонков. Точку определяют в положении сидя, голова слегка наклонена вперед.
- 9XIII чжи-ян – между остистыми отростками седьмого и восьмого грудных позвонков. Точку определяют в положении сидя, голова слегка наклонена вперед.
- 10XIII лин-тай – между остистыми отростками шестого и седьмого грудных позвонков. Точку определяют в положении сидя со слегка наклоненной вперед головой.
- 11XIII шэнь-дао – между остистыми отростками пятого и шестого грудных позвонков. Точку опреде-

ляют в положении сидя, голова слегка наклонена вперед.

- 12XIII шэнь-чжу – между остистыми отростками третьего и четвертого грудных позвонков. Точку определяют в положении сидя, голова слегка наклонена вперед.
- 13XIII тао-дао – между остистыми отростками первого и второго грудных позвонков. Точку определяют в положении сидя, голова слегка наклонена вперед.
- 14XIII да-чжуй – между остистыми отростками седьмого шейного и первого грудного позвонков. Точку определяют в положении сидя, голова слегка наклонена вперед.
- 15XIII я-мэнь – между первым и вторым шейными позвонками, выше задней границы роста волос на 0,5 цуня. Точку определяют в положении сидя с откинутой назад головой.
- 16XIII фэн-фу – между затылочной костью и первым шейным позвонком, выше задней границы роста волос на 1 цунь. Точку определяют в положении сидя с откинутой назад головой.
- 17XIII нао-ху – на средней линии головы, на верхнем крае затылочного бугра, выше задней границы роста волос на 2,5 цуня, выше точки 16XIII фэн-фу на 1,5 цуня.
- 18XIII цян-цзянь – на средней линии головы, выше задней границы роста волос на 4 цуня, выше точки 17XIII нао-ху на 1,5 цуня.
- 19XIII хоу-дин – на средней линии головы выше задней границы роста волос на 5,5 цуней, на 1,5 цуня выше точки 18XIII цян-цзянь.
- 20XIII бай-хуэй – на средней линии головы, выше задней границы роста волос на 7 цуней, кзади от передней границы роста волос на 5 цуней. Расположение точки соответствует ямке на теменной кости на линии, соединяющей верхние части ушных раковин.
- 21XIII цянь-дин – на средней линии головы, выше переносицы на 6 цуней, кпереди от точки 20XIII бай-хуэй на 1,5 цуня, выше задней границы роста волос на 8 цуней, на середине расстояния между внемеридианной точкой инь-тан и точкой 17XIII нао-ху.
- 22XIII синь-хуэй – на средней линии головы, кзади от передней границы роста волос на 2 цуня.
- 23XIII шан-син – на средней линии головы, кзади от передней границы роста волос на 1 цунь.
- 24XIII шэнь-тин – на средней линии головы, кзади от передней границы роста волос на 0,5 цуня.
- 25XIII су-ляо – в центре кончика носа.
- 26XIII жэнь-чжун – под кончиком носа, в верхней трети вертикальной борозды верхней губы.
- 27XIII дуй-дуань – в центре верхней губы, в месте перехода кожи в слизистую оболочку.
- 28XIII инь-цзяо – на границе перехода слизистой оболочки верхней губы в десну, т. е. на середине уздечки верхней губы. При нахождении точки верхнюю губу необходимо оттянуть.

**Заднесрединный меридиан не имеет стандартных точек**, свойственных двенадцати постоянным меридианам. Точка 1XIII чан-цян является общим лопунктом.

## Переднесрединный меридиан (XIV, VC)

Переднесрединный меридиан – непарный, относится к системе инь, не входит в общий круг циркуляции энергии, поэтому не имеет определенной почасовой активности. Энергия движется в меридиане постоянно в направлении снизу вверх.

Считается, что переднесрединный меридиан объединяет все иньские меридианы. Его называют «морем иньских меридианов».

При возникновении в организме хронического патологического процесса переднесрединный меридиан превращается в чудесный меридиан ЧМВ жэнь-май, обеспечивая, как и заднесрединный меридиан ду-май, новый уровень связей целостного организма.

Меридиан начинается в промежности в точке 1XIV хуэй-инь и делится на наружный и внутренний ходы. Наружный ход поднимается по средней линии живота, груди, шеи, заканчивается на подбородке в точке 24XIV чэн-цзянь. Здесь меридиан дает два симметричных ответвления, которые, огибая губы, достигают орбиты.

Внутренний ход идет в брюшную полость, затем по горлу и гортани, повторяя наружный ход меридиана. Внутренний ход имеет анастомозы, связывающие между собой следующие точки: 17XIV тань-чжун и 12XIV чжун-вань, 12XIV чжун-вань и 9XIV шуй-фэнь, 17XIV тань-чжун и 11 чжун-фу.

Переднесрединный меридиан имеет – 24 точки.

- 1XIV хуэй-инь** – между наружными половыми органами и задним проходом. Точку определяют в положении лежа на спине, таз должен быть приподнят.
- 2XIV цюй-гу** – на середине верхнего края лобкового симфиза, ниже пупка на 5 цуней.
- 3XIV чжун-цзи** – на средней линии живота, ниже пупка на 4 цуня, выше лобка на 1 цунь.
- 4XIV гуань-юань** – на средней линии живота, ниже пупка на 3 цуня, выше лобка на 2 цуня.
- 5XIV ши-мэнь** – на средней линии живота, ниже пупка на 2 цуня, выше лобка на 3 цуня.
- 6XIV ци-хай** – на средней линии живота, ниже пупка на 1,5 цуня, выше лобка на 3,5 цуня цуня.
- 7XIV инь-цзяо** – на средней линии живота, ниже пупка на 1 цунь, выше лобка на 4 цуня.
- 8XIV шэнь-цюе** – в центре пупка.
- 9XIV шуй-фэнь** – на средней линии живота, выше пупка на 1 цунь (расстояние между пупком и точкой 15XIV цю-вэй, расположенной на 1,5 см ниже мечевидного отростка, равно 7 цуням).
- 10XIV ся-вань** – на средней линии живота, выше пупка на 2 цуня.
- 11XIV цзянь-ли** – на средней линии живота, выше пупка на 3 цуня.
- 12XIV чжун-вань** – на средней линии живота, выше пупка на 4 цуня, на середине расстояния между пупком и мечевидным отростком грудины.

**13XIV шан-вань** – на средней линии живота, выше пупка на 5 цуней.

**14XIV цзюй-цюе** – на средней линии живота, ниже мечевидного отростка грудины на 1,5 цуня.

**15XIV цзю-вэй** – ниже конца мечевидного отростка грудины на 0,5 цуня (на 1,5 см), выше пупка на 7 цуней.

**16XIV чжун-тин** – на средней линии груди, на уровне пятого межреберья.

**17XIV тань-чжун** – на средней линии груди, на уровне четвертого межреберья.

**18XIV юй-тан** – на средней линии груди, на уровне третьего межреберья.

**19XIV цзы-гун** – на средней линии груди, на уровне второго межреберья.

**20XIV хуа-гай** – на средней линии груди, на уровне суставной вырезки второго ребра.

**21XIV сюань-цзи** – на средней линии груди, на уровне суставной вырезки первого ребра, во впадине. Точку определяют в положении сидя, голова слегка откинута назад.

**22XIV тянь-ту** – в центре яремной вырезки грудины, примерно на 0,7 см выше ее верхнего края.

**23XIV лян-цюань** – на средней линии шеи, выше складки шеи на 0,5 см, в щели, образованной нижним краем тела подъязычной кости и верхней вырезкой щитовидного хряща. Точку определяют в положении сидя, голова откинута назад.

**24XIV чэн-цзянь** – в центре подбородочно-губной складки.

**Переднесрединный меридиан не имеет стандартных точек**, свойственных двенадцати постоянным меридианам. *Точки 1XIV хуэй-инь и 15XIV цзю-вэй являются общими ло-пунктами.*

## Месторасположение внемеридианных точек

Ниже даны точки, которые наиболее часто используются врачами.

**PC1 сы-шэнь-цун** (4 точки) на 2,5 см кпереди, кзади и по обеим сторонам от точки 20XIII бай-хуэй.

**PC3 инь-тан** – на середине линии, соединяющей внутренние концы бровей.

**PC6 юй-яо** – на середине брови.

**PC9 тай-ян** – на уровне середины расстояния между наружным концом брови и наружным концом глаза и кзади от них на 2,5 см, в углублении.

**PC86 ши-сюань** – десять точек находятся в середине кончика каждого пальца руки, на 0,3 см от свободного края ногтя.

**PC145 си-янь** – в углублении с обеих сторон от верушки (наиболее выступающей части) надколенной чашечки. Точка, расположенная с наружной стороны, совпадает с локализацией точки 35III ду-би.

**PC156 хэ-дин** – в середине верхнего края надколенной чашечки, в углублении.

# Показания к применению биологически активных точек

## Меридиан легких (I, Р)

- 1I чжун-фу** – кашель, одышка, бронхиальная астма, пневмония; хронический тонзиллит; боль в области грудной клетки, плечевого сустава, спины; отек в области лица; заболевания сердца.
- 2I юнь-мэнь** – кашель, одышка, ощущение удушья, бронхиальная астма; хронический тонзиллит; боль в области груди, подреберья, спины, лопатки, в плечевом суставе; межреберная невралгия; онемение в области плеча и спины; заболевания сердца.
- 3I тянь-фу** – одышка, кровохарканье, бронхиальная астма, астмоидный бронхит; носовое кровотечение; боль в области внутренней поверхности плеча, в области лопаток; межреберная невралгия; артрит плечевого сустава; обморок; головокружение; психозы, реактивное состояние; икота, рвота.
- 4I ся-бай** – кашель, одышка, ощущение удушья; боль в области груди, плеча, в подмышечной области, по внутренней поверхности руки; невралгия плечевого сплетения; сердцебиение неврогенного происхождения; тошнота, рвота.
- 5I чи-цзэ** – кашель, ощущение удушья, кровохарканье, выделение густой гнойной мокроты, бронхиальная астма, плеврит; хронический тонзиллит; боль в области предплечья, в локтевом суставе, отек в области локтя; повышение температуры тела; боль и воспаление слизистой оболочки горла и гортани; аллергический насморк; неврастения, психостения, реактивное состояние, ночные кошмары; судороги у детей; энурез.
- 6I кун-цзуй** – кашель, кровохарканье; заболевания горла и гортани, хронический тонзиллит; боль и ограничение движения в локтевом суставе и пальцах рук; охриплость и потеря голоса; головная боль; лихорадочное состояние.
- 7I ле-цюе** – кашель, одышка, затрудненное дыхание, бронхиальная астма; хронический тонзиллит; боль в височной и затылочной областях головы, в локтевом суставе, в запястье и кисти; последствия паралича и пареза лицевого нерва, опущение угла рта, птоз века, парез и тик мимических мышц; гемиплегия; невралгия тройничного нерва; снижение общей сопротивляемости организма; кожные заболевания, сопровождающиеся зудом; сердцебиение, боль в области сердца; зубная боль.
- 8I цзин-цюй** – кашель, одышка, бронхиальная астма, эмфизема легких; хронический тонзиллит, фарингит; боль в лучезапястном суставе и предплечье; неврит лучевого нерва; межреберная невралгия; напряжение мышц спины; повышение температуры тела; конъюнктивит; рвота, икота, спазм пищевода.
- 9I тай-юань** – кашель, одышка, ощущение удушья, кровохарканье, эмфизема легких; хронический

тонзиллит; лихорадка, сопровождающаяся ознобом; боль в надключичной ямке, в области плечевого сустава, плеча и предплечья; межреберная невралгия; конъюнктивит, кератит; сухость во рту и горле; обмороки; артериальная гипотония; нарушение сна, депрессивное состояние; кожные заболевания.

- 10I юй-цзи** – кашель, кровохарканье, ощущение удушья, бронхиальная астма, пневмония; носовое кровотечение; хронический тонзиллит; контрактура локтевого, лучезапястного суставов и суставов большого пальца; боль в области груди и спины; повышение температуры тела; головная боль; головокружение; депрессивное состояние, нарушение сна; тахикардия; повышенная потливость, ночные поты.

- 11I шао-шан** – затруднение дыхания, кашель; хронический тонзиллит; боль и контрактура суставов большого пальца; воспалительные заболевания полости рта; повышение температуры тела; паротит; кровотечение из десен; головная боль; нарушение сна; ночные поты; сужение пищевода; икота; кожные сыпи, зуд; обморок, кома.

## Меридиан толстой кишки (II, GI)

- 1II шан-ян** – хронический тонзиллит, фарингит; боль в области плечевого сустава с иррадиацией в надключичную ямку; онемение пальцев рук; зубная боль; звон и шум в ушах, снижение слуха; заболевания полости рта; боль в глазах при глаукоме; лихорадочное состояние; обморочное состояние. *Точку применяют для оказания скорой помощи при критических состояниях.*
- 2II эр-цзянь** – метеоризм; острый и хронический ринит, хронический тонзиллит, ларингит, воспалительные заболевания полости рта; зубная боль; боль в области плеча, груди, спины, лопатки, кисти, предплечья; лихорадочное состояние.
- 3II сань-цзянь** – метеоризм, урчание в животе, понос; одышка, затруднение отхождения мокроты; боль в области внутреннего угла глаза, нижней челюсти, плеча, лопатки, спины; зубная боль; покраснение и отечность пальцев руки и тыльной поверхности кисти.
- 4II хэ-гу** – нарушение перистальтики кишечника, кишечная колика, геморрой, боль в области живота, метеоризм, диспепсия; бронхиальная астма, ощущение удушья, затруднение отхождения мокроты; хронический тонзиллит; зубная боль; боль в суставах рук, в области наружной поверхности предплечья, плеча, лопатки; синусит, ринит, грипп, ларингит, носовое кровотечение; шум в ушах, понижение слуха, глухота; периферический паралич лицевого нерва; снижение остроты зрения; неврастения; мигрень; гемипарез; аменорея; ночные поты; лихорадочное состояние. *Точка обладает*

общеукрепляющим действием. **Беременным воздействию на эту точку противопоказано.**

- 5II ян-си** – диспепсия у детей; хронический тонзиллит, острый и хронический ринит; сильная головная боль; зубная боль; боль в лучезапястном суставе и пальцах рук; звон и шум в ушах, снижение слуха; конъюнктивит; гемиплегия.
- 6II пянь-ли** – запор; хронический тонзиллит, ларингит, острый и хронический ринит; сильная боль в области плечевого пояса и верхних конечностей; зубная боль; нарушение двигательной функции верхних конечностей; снижение слуха; расстройство зрения.
- 7II вэнь-лю** – урчание и боль в животе; боль и онемение в области предплечья, плечевого сустава; заболевания ротовой полости (стоматит, глоссит); инфильтраты на лице, паротит; периферический паралич лицевого нерва; сильная головная боль.
- 8II ся-лянь** – нарушение перистальтики кишечника, расстройство пищеварения, урчание в животе, диспепсия, стул с кровью; бронхиальная астма, бронхит, плеврит, туберкулез легких; боль в локтевом суставе, в области предплечья; боль вокруг пупка; головная боль; боль в глазах; боль в области сердца; невроты; паралич сфинктеров мочевого пузыря; гематурия, почечная колика, поллакиурия; мастит; гемиплегия; головокружение.
- 9II шан-лянь** – боль и урчание в животе, спазмы кишечника; бронхиальная астма, бронхит, плеврит, туберкулез легких; боль в области плечевого сустава и плеча, онемение и боль в области тыльной поверхности предплечья; паралич верхней конечности, гемиплегия; паралич сфинктеров мочевого пузыря; головная боль.
- 10II шоу-сань-ли** – рвота, понос, непроизвольная дефекация; зубная боль; боль и снижение чувствительности кожи в области плечевого сустава и плеча; неврит лучевого нерва; опущение угла рта при центральном и периферическом парезе лицевого нерва; лимфаденит в области шеи; грипп; мастит; паротит; гемипарез, инсульт; головная боль.
- 11II цюй-чи** – нарушение перистальтики кишечника; плеврит, туберкулез легких; лимфаденит; хронический тонзиллит; боль в суставах верхних конечностей, в области предплечья, плеча, лопатки; головная боль; паралич верхних конечностей, гемиплегия; лихорадочное состояние; межреберная невралгия; неврастения; гипертоническая болезнь; крапивница, экзема, нейродермит; зоб; нарушение менструального цикла; анемия.
- 12II чжоу-ляо** – боль и контрактура плечевого и локтевого суставов; парестезии и снижение кожной чувствительности в области плеча и локтевого сустава; артрит плечевого сустава; паралич верхних конечностей.
- 13II шоу-у-ли** – кашель, пневмония; боль и затруднение движения в плечевом и локтевом суставах, боль в области предплечья; туберкулезный лимфаденит в области шеи; фобии; сонливость.
- 14II би-нао** – тоническое напряжение шейных и затылочных мышц, кривошея; боль и затруднение движений в плечевом суставе; туберкулезный лимфаденит в области шеи, лимфаденит в под-

мышечной области, гидраденит; головная боль; глазные заболевания; гемиплегия.

- 15II цзянь-юй** – боль в области плечевого сустава и плеча; онемение в области плеча; паралич верхних конечностей; атрофия дельтовидной мышцы; кожные сыпи аллергического характера; гипертоническая болезнь.
- 16II цзюй-гу** – туберкулез, кровохарканье; боль в области наружной поверхности плеча и в плечевом суставе, затруднение движений в плечевом суставе; зубная боль; боль в нижней челюсти; судороги у детей.
- 17II тянь-дин** – ларингит, фарингит, хронический тонзиллит, боль и отек слизистой оболочки горла, ощущение инородного тела в гортани, внезапная потеря голоса; паралич мышц подъязычной области, затруднение глотания.
- 18II фу-ту (шейная)** – кашель, одышка, бронхиальная астма; затруднение глотания, паралич мышц подъязычной области; гипер- и гипосаливация; внезапная потеря голоса; артериальная гипотония.
- 19II хэ-ляо** – острый и хронический ринит, снижение обоняния, кровотечение из носа, полипы слизистой оболочки носа, фурункул носа; паротит; периферический паралич лицевого нерва, тик и контрактура жевательных мышц.
- 20II ин-сян** – одышка; заложенность носа, полипы слизистой оболочки носа, потеря обоняния, кровотечение из носа; воспаление и зуд кожи лица; опущение угла рта при параличе лицевого нерва.

## Меридиан желудка (III, E)

- 1III чэн-ци** – близорукость, дальнокоркость, астигматизм, атрофия зрительного нерва, катаракта, блефарит, конъюнктивит, кератит, слезотечение, парез мышц глазного яблока, спазмы век; периферический паралич лицевого нерва, птоз верхнего века, парез мимических мышц; резкая головная боль в лобной области.
- 2III сы-бай** – конъюнктивит, глаукома, кератит, миопия, лейкома, зуд конъюнктивы; невралгия второй ветви тройничного нерва; периферический паралич лицевого нерва, птоз верхнего века, опущение угла рта, тик мышц верхнего века; ринит, гайморит; головная боль; головокружение; зубная боль.
- 3III цзюй-ляо (носовая)** – зубная боль; невралгия тройничного нерва; периферический паралич лицевого нерва, тик и контрактура мимических мышц, опущение угла рта, тик мышц века; кератит, глаукома, миопия, лейкома, слезотечение, птоз верхнего века; носовое кровотечение, гнойный гайморит; воспалительные процессы в подчелюстной области, в области щеки и губ.
- 4III ди-цан** – невралгия тройничного нерва; зубная боль; периферический паралич лицевого нерва, тик и контрактура мимических мышц вокруг рта и в области глаза, опущение угла рта; слюнотечение; снижение сумеречного зрения.
- 5III да-ин** – зубная боль; невралгия тройничного нерва; периферический паралич лицевого нерва,

тик и контрактура мимических мышц вокруг рта, опущение угла рта; спазм жевательных мышц (тризм), спазм мышц шеи; тик глазных мышц; глазные болезни; расстройство речи; воспалительные процессы в области нижней челюсти и щеки.

- 6III цзя-чэ** – боль в зубах нижней челюсти; невралгия тройничного нерва; боль и напряжение затылочных и шейных мышц, кривошея; периферический паралич лицевого нерва, тик и контрактура мимических мышц вокруг рта, спазм жевательных мышц (тризм); охриплость голоса; расстройство речи; гемиплегия, тетраплегия.
- 7III ся-гуань** – боль в зубах нижней челюсти, парадонтоз; невралгия третьей ветви тройничного нерва; артрит и вывих височно-нижнечелюстного сустава; периферический паралич лицевого нерва, птоз верхнего века, опущение угла рта; шум в ушах, снижение слуха, отит; гемипарез; головокружение.
- 8III тоу-вэй** – сильная головная боль, мигрень; невралгия первой ветви тройничного нерва; боль в глазу, конъюнктивит, слезотечение, снижение остроты зрения; парез лицевого нерва; гемипарез; головокружение.
- 9III жэнь-ин** – ларингит, хронический тонзиллит, абсцесс горла и гортани, инфильтраты в области шеи; дисфагия; одышка, чувство удушья, бронхиальная астма и другие заболевания легких; заикание; артериальная гипертензия.
- 10III шуй-ту** – абсцесс горла и гортани, затруднение глотания; кашель, одышка, бронхиальная астма; хронический тонзиллит, фарингит; коклюш.
- 11III ци-шэ** – ларингит, хронический тонзиллит; ощущение удушья; напряжение мышц шеи и затылка.
- 12III цюэ-пэнь** – функциональные желудочные расстройства; боль в области надключичной ямки и грудной клетки; миозит мышц шейно-плечевой области; межреберная невралгия; хронический тонзиллит; шейный лимфаденит; бронхиальная астма, кашель, плеврит; нарушение сна; раздражительность.
- 13III ци-ху** – отсутствие аппетита, икота, спазм диафрагмы; боль в области груди и спины; одышка, непрерывный кашель, бронхиальная астма, хронический бронхит, плеврит; повышенная потливость.
- 14III ку-фан** – бронхит, кашель с выделением гнойной мокроты, одышка, пневмония; боль в груди; межреберная невралгия; плаксивость.
- 15III у-и** – боль в молочной железе; межреберная невралгия; кашель, бронхит, одышка, бронхиальная астма.
- 16III ин-чуан** – метеоризм с нарушением перистальтики кишечника и с горьким привкусом во рту, урчание в животе, понос; мастит; межреберная невралгия; кашель, одышка, ощущение удушья, бронхиальная астма, эмфизема легких.
- 17III жу-чжун** – воспаление и свищ молочной железы, гипоплакия. *Назначают точечный массаж, иглоукальвание и прижигание не проводят.*
- 18III жу-гэнь** – отрыжка, икота, отсутствие аппетита; межреберная невралгия; боль в области груди; мастит, гипоплакия; кашель, одышка, чувство удушья, плеврит.
- 19III бу-жун** – заболевания желудка, боль в подложечной области, рвота с кровью, потеря аппетита, понос, заболевания печени; межреберная невралгия; стенокардия; кашель, одышка, бронхиальная астма, другие заболевания легких.
- 20III чэн-мань** – сильная боль в области подреберья, спазмы желудка и кишечника, урчание в животе, метеоризм, понос, рвота с кровью; спазм диафрагмы; межреберная невралгия; кашель, одышка.
- 21III лян-мэнь** – тяжесть в области подреберья, боль в области желудка, острый и хронический гастрит, язвенная болезнь желудка, понос, спастические боли в кишечнике, рвота, потеря аппетита.
- 22III гуань-мэнь** – острый гастрит, спастические боли в желудке, урчание в животе, гастроэнтерит, отсутствие аппетита, кишечная колика, нарушение перистальтики кишечника, запор, понос; энурез; асцит.
- 23III тай-и** – гастрит, спастические боли в желудке, метеоризм, урчание в животе, кишечная колика; нервно-психические нарушения тревожно-депрессивного характера; энурез.
- 24III хуа-жоу-мэнь** – тошнота, рвота, боль в области желудка, хронический гастроэнтерит; глоссит, воспалительные процессы в подъязычной области, абсцесс в области языка; эпилепсия, маниакальное состояние; асцит; нефрит; эндометрит, нарушение менструального цикла.
- 25III тянь-шу** – острый и хронический гастрит, неукротимая рвота и понос, дизентерия, боль в области пупка, запор, метеоризм; холецистит; нефрит; отеки, асцит; нарушение менструального цикла, эндометрит.
- 26III вай-лин** – ощущение тяжести в эпигастральной области, боль в области пупка и внизу живота, кишечная колика, дискинезия кишечника; боль при грыже.
- 27III да-цзюй** – дизентерия, запор, боль в нижней части живота, выпадение прямой кишки; затрудненное мочеиспускание, цистит; боль в наружных половых органах; воспаление яичка; эндометрит, нарушение менструального цикла.
- 28III шуй-дао** – гастрит, боль в нижней части живота, выпадение прямой кишки; нефрит, задержка мочи, цистит; боль в наружных половых органах; нарушение менструального цикла; воспаление яичка, эпидидимит.
- 29III гуй-лай** – тяжесть в эпигастральной области, боль в животе спастического характера; грыжа; нарушения менструального цикла, аменорея, эндометрит, аднексит; боль в наружных половых органах; втяжение яичка, эпидидимит, орхит.
- 30III ци-чун** – ощущение тяжести в эпигастральной области, метеоризм; боль в области поясницы; функциональные и воспалительные заболевания половых органов; аменорея, метроррагия; боль в половом члене, в яичках; акушерская патология – нарушение раскрытия шейки матки при родах, задержка отхождения послеродового лоchia; боль при грыже.
- 31III би-гуань** – парез и паралич нижних конечностей; нарушение чувствительности кожи бедра и голени; боль в области поясницы; лимфаденит в паховой области; боль в области ануса.

- 32III фу-ту** – метеоризм; парез и паралич нижних конечностей; боль в области поясницы, в тазобедренном и коленном суставах, в нижних конечностях; судороги мышц ног; заболевания матки; крапивница.
- 33III инь-ши** – боль в эпигастральной области и в нижней части живота, метеоризм; асцит; парез и паралич нижних конечностей; боль в ногах, в коленном суставе; судороги мышц ног; ограничение подвижности в поясничной области; частое болезненное мочеиспускание; расстройство менструального цикла; диабет.
- 34III лян-цю** – боль и тяжесть в эпигастральной области, понос; боль и ограничение движений в коленном суставе, гонит; боль в пояснице и нижней конечности; снижение чувствительности кожи нижней конечности; боль в молочной железе, мастит.
- 35III ду-би** – боль и ограничение движений в коленном суставе, гонит.
- 36III цзу-сань-ли** – нарушение функции желудка, гастрит, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, боль в подложечной области, метеоризм, энтерит, запор, рвота, понос, икота, понижение аппетита; боль в коленном суставе и голени, артрит коленного сустава; снижение или повышение тонуса мышц нижних конечностей, парез и паралич нижних конечностей; заболевания глаз; головная боль; заболевания полости рта; артериальная гипертония; головокружение; бессонница; эпилепсия; атеросклероз; недержание или задержка мочи; лихорадочное состояние; астеническое состояние. *Точка оказывает общее тонизирующее действие.*
- 37III шан-цзюй-суй** – нарушение функции желудка и кишечника, боль в области пупка и внизу живота, урчание в животе, хронический понос, понижение аппетита; артрит коленного сустава; нарушение кожной чувствительности и двигательной функции нижних конечностей; боль в области поясницы. *Эта точка регулирует функцию толстой кишки.*
- 38III тяо-коу** – нарушение функции желудка и кишечника; боль в коленном суставе, в области голени и стопы; паралич и парез нижних конечностей; отеки ног; хронический тонзиллит.
- 39III ся-цзюй-суй** – боль в области подреберья, желудка и нижней части живота, запоры, метеоризм, острый и хронический гастроэнтероколит, кишечная колика, понижение аппетита; межреберная невралгия; боль в мышцах ног; воспаление суставов стопы; мастит, абсцесс молочных желез; нарушение кровообращения головного мозга. *Эта точка регулирует функцию тонкой кишки.*
- 40III фэн-лун** – боль в животе, затруднение акта дефекации, рвота, запор; нарушение двигательной и чувствительной функций нижних конечностей; гепатит и другие заболевания печени; боль в груди, одышка, кашель, обильная мокрота, плеврит; головная боль; головокружение; патологическая сонливость, судороги, маниакальное состояние, эпилепсия, шизофрения; задержка мочи.
- 41III цзе-си** – вздутие живота, запор, затруднение дефекации, метеоризм, рвота, понос, понижение ап-

петита; головная боль; головокружение; отечное лицо; паралич нижних конечностей; нарушение чувствительности кожи в нижних конечностях; отеки ног; воспаление суставов стопы, свисающая при ходьбе стопа; эпилепсия.

- 42III чун-ян** – боль в области желудка, рвота, метеоризм, понижение аппетита; отек лица; птоз века, опущение угла рта; зубная боль; гингивит; артриты суставов нижних конечностей; паралич и парез нижних конечностей; боль, покраснение кожи, отечность в области тыльной поверхности стопы; маниакальное состояние, эпилепсия; гемиплегия.
- 43III сянь-гу** – боль и урчание в животе, кишечная колика, понос; отек лица, генерализованные отеки; боль и отечность в области тыльной поверхности стопы, боль в пятке; лихорадочное состояние; ночные поты; асцит.
- 44III нэй-тин** – боль в области желудка, атония желудка, понижение аппетита, понос, кишечная колика, урчание в животе, дизентерия; головная боль; зубная боль; гингивит; тик и контрактура мимических мышц вокруг рта; спазм голосовых связок; спазм диафрагмы; кровотечение из носа, ринит, хронический тонзиллит; отечность и боль в области тыльной поверхности стопы.
- 45III ли-дуй** – метеоризм, диспепсия, понижение аппетита; периферический паралич лицевого нерва, отек лица, опущение угла рта, тик и контрактура мимических мышц вокруг рта; зубная боль; носовое кровотечение; боль в горле, хронический тонзиллит; холодные стопы и голени; боль в паховой области; маниакальное состояние, эпилепсия, ночные кошмары; заболевания печени; асцит.

## Меридиан селезенки – поджелудочной железы (IV, RP)

- 1IV инь-бай** – вздутие живота, рвота, понос, острый энтероколит; холодные стопы и голени; подагра; маточное кровотечение, нарушение менструального цикла, аменорея; потеря сознания; ночные кошмары, психические заболевания; судороги у детей.
- 2IV да-ду** – боль в желудке, рвота, метеоризм, запор, понос, диспепсия; боль в стопе, голеностопном суставе, пояснице; тяжесть во всем теле; лихорадочное состояние; общая слабость; потливость при ходьбе; анемия; эмоциональная неустойчивость, депрессивное состояние.
- 3IV тай-бай** – боль в области желудка, вздутие живота, диспепсия, рвота, понос, запор, дизентерия, геморрой; покраснение и отечность стопы; нарушение двигательной и чувствительной функций нижних конечностей; эпилепсия, тревожное состояние; судороги у детей.
- 4IV гунь-сунь** – боль в желудке и кишечнике спазматического характера, метеоризм, тошнота, рвота, понос, диспепсия; нарушение двигательной и чувствительной функций нижних конечностей; капиллярпатия нижних конечностей; боль в стопе, отеки в области стопы; маточное кровотечение,

привычный выкидыш; стенокардия, тахикардия; заболевания печени; эмоциональная лабильность, эпилепсия, паркинсонизм.

- 5IV шан-цю** – метеоризм, тошнота, урчание в животе, рвота, понос, запор, диспепсия, энтерит, гастроудоденит; геморрой; боль в голеностопном суставе, в пятке, в области внутренней поверхности голени и бедра; боль в языке; спазм икроножной мышцы; нарушение кровообращения в ногах; боль в ногах при варикозном расширении вен; судороги у детей.
- 6IV сань-инь-цзяо** – нарушение функции желудка, метеоризм, боль внизу живота, урчание в животе, понос, рвота, энтероколит, снижение аппетита; парез и паралич нижних конечностей; боль в области голени, в коленном суставе; отеки ног; затрудненное мочеиспускание, недержание мочи; заболевания половой сферы у мужчин и женщин – боль в половом члене, импотенция, преждевременная эякуляция, орхит, нарушение менструальной функции, бесплодие, патологические роды; боль при грыже; артериальная гипертония; переутомление; неврастения, психастения; атеросклероз сосудов.
- 7IV лоу-гу** – метеоризм, повышенная перистальтика кишечника; артрит голеностопного сустава, боль и воспалительные процессы в области голени; паралич нижних конечностей; увеличение яичка с одной стороны; вагинит.
- 8IV ди-ци** – метеоризм, диспептические явления, боль в области желудка спазматического характера, снижение аппетита, понос, дизентерия; боль в области поясницы; расстройство менструального цикла, хронический эндометрит; импотенция; острый цистит.
- 9IV инь-лин-цюань** – метеоризм, понос, понижение аппетита; боль в коленном суставе; затрудненное мочеиспускание, непроизвольное мочеиспускание, олигурия, дизурия, почечная колика; боль в наружных половых органах; нарушение менструального цикла; патологические поллюции, импотенция; асцит; головная боль; нарушение сна.
- 10IV сюе-хай** – метеоризм; боль в области внутренней поверхности бедра, в коленном суставе; сыпь на внутренней поверхности бедра, сопровождающаяся зудом; трофические язвы ног; нарушение менструального цикла; асцит; энурез, недержание мочи.
- 11IV цзи-мэнь** – воспалительные процессы в паховой области и в области внутренней поверхности бедра; затрудненное мочеиспускание, недержание мочи.
- 12IV чун-мэнь** – боль в желудке спазматического характера, боль внизу живота, метеоризм, запор; боль при грыже; мастит; задержка мочи; орхит; эндометрит.
- 13IV фу-шэ** – боль в животе, кишечная колика, рвота, понос, запор, метеоризм; боль при грыже.
- 14IV фу-цзе** – боль вокруг пупка, кишечная колика, понос, дизентерия; боль при грыже; импотенция; повышенная потливость.
- 15IV да-хэн** – боль в животе, кишечная колика, понос, запор, непроходимость кишечника, дизентерия,

энтероколит; судороги в мышцах нижних конечностей; повышенная потливость; астеническое состояние.

- 16IV фу-ай** – боль в животе, боль в желудке спазматического характера, понос со слизью и кровью (дизентерия), запор, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки.
- 17IV ши-доу** – икота; боль в области груди, подреберья, плеча; межреберная невралгия; кашель, бронхит.
- 18IV тянь-си** – икота; боль в области груди; межреберная невралгия; мастит, пониженная лактация; кашель, одышка.
- 19IV сюн-сян** – дисфагия, икота; боль в области груди и спины; межреберная невралгия; одышка, кашель с выделением мокроты.
- 20IV чжоу-жун** – икота, дисфагия, снижение аппетита; боль в груди; одышка; кашель с выделением густой гнойной мокроты; сильная жажда.
- 21IV да-бао** – диспептические расстройства; боль в груди; одышка; кашель; судороги мышц конечностей.

## Меридиан сердца (V, С)

- 1V цзи-цюань** – боль в области сердца, перикардит; боль в плече, плечевом и локтевом суставах; межреберная невралгия; депрессия.
- 2V цин-лин** – боль в области сердца; боль в плечевом суставе; межреберная невралгия; двигательные и чувствительные расстройства в руке; головная боль.
- 3V шао-хай** – боль в области сердца, пароксизмальная тахикардия, функциональные нарушения сердечной деятельности; головокружение; онемение кожи плеча, снижение чувствительности кожи рук; боль в подмышечной области, по ходу локтевого нерва; зубная боль; межреберная невралгия; контрактура локтевого сустава; тремор рук; снижение памяти, психические расстройства; рвота; туберкулезный лимфаденит.
- 4V лин-дао** – боль в области сердца, сердцебиение; боль в области предплечья и в локтевом суставе; неврит локтевого нерва; депрессия, чувство страха; бессонница; внезапная потеря голоса; недержание мочи.
- 5V тун-ли** – боль в области сердца, сердцебиение неврогенного характера; астеническое состояние; артериальная гипотония; головная боль; головокружение; лихорадочное состояние; чувство внутреннего беспокойства, чувство страха, раздражительность; шум в ушах; боль в горле; боль в глазах; боль в локтевом и лучезапястном суставах; дизартрия; дисфункция щитовидной железы.
- 6V инь-си** – боль в области сердца, сердцебиение, пароксизмальная тахикардия, озноб; ночные поты; икота; хронический тонзиллит; носовое кровотечение; неврозы, фобии.
- 7V шэнь-мэнь** – боль в области сердца, сердцебиение неврогенного характера, аритмия, стенокардия; поражение периферических нервов в области запястья; нарушение сна; чувство беспокойства,

страха; снижение интеллекта, ухудшение памяти; эпилепсия; рвота, боль в подреберье, снижение аппетита, нарушение функции печени; гипертиреоз; острый и хронический ринит, хронический тонзиллит; повышение температуры тела.

**8V шао-фу** – сердцебиение, чувство удушья, боль в груди; судорожное сведение пальцев рук; задержка или недержание мочи; зуд в области промежности и наружных половых органов; опущение влагалища и матки; тревожное состояние.

**9V шао-чун** – сердцебиение, чувство удушья, боль в области сердца, аритмия; боль в области предплечья; межреберная невралгия; судороги мышц верхних конечностей; ларингит, боль в горле; депрессия, тревожное состояние, чувство страха, тоска; астения; нарушение мозгового кровообращения; потеря сознания.

## Меридиан тонкой кишки (VI, IG)

**1VI шао-цзэ** – напряжение мышц затылка; головная боль; глазные болезни; боль в горле; кашель, лихорадочное состояние; носовое кровотечение; мастит, недостаточная лактация.

**2VI цянь-гу** – икота, рвота; головная боль; боль в затылочной области, боль и онемение в пальцах рук, боль в области предплечья, плеча; шум в ушах, снижение слуха; носовое кровотечение; боль в горле, ринит, хронический тонзиллит; глазные болезни; зуд в пальцах рук; лихорадочное состояние; эпилепсия; мастит, гиполактация.

**3VI хоу-си** – судороги мышц кисти и предплечья; напряжение мышц затылка, кривошея; паралич верхних конечностей; боль в пальцах рук, в локтевом и плечевом суставах, в области лопатки; межреберная невралгия; головная боль в области затылка; конъюнктивит, гиперемия глаз, кератит; шум в ушах, снижение слуха; носовое кровотечение; люмбаго; эпилепсия.

**4VI вань-гу** – рвота, тошнота, запор, нарушение функции пищеварения; артриты суставов пальцев рук, лучезапястного и локтевого суставов; головная боль; шум в ушах; напряжение мышц затылка; боль в области подреберья, рвота, желтуха; парестезии и судороги пальцев рук; лихорадочное состояние.

**5VI ян-гу** – шум в ушах, глухота; боль при кариесе зубов; воспалительные процессы в области верхней и нижней челюстей; боль в области наружной поверхности руки; лихорадочное состояние; психические расстройства; судороги у детей; затруднение акта сосания у грудных детей.

**6VI ян-лао** – понижение остроты зрения; артриты суставов верхних конечностей; боль в области наружной поверхности плеча и предплечья, боль в области поясницы; гемиплегия.

**7VI чжи-чжэн** – головокружение; напряжение мышц затылка; инфильтрат в подчелюстной области; боль в локтевом суставе, в пальцах рук; лихорадочное состояние; неврастения, тревожное состояние, психические заболевания.

**8VI сяо-хай** – глухота; гингивит; боль в подчелюстной области и шее, в плечевом и локтевом суставах,

в безымянном пальце; боль в нижней части живота; эпилептиформные приступы.

**9VI цзянь-чжэнь** – глухота, шум в ушах; боль в области плечевого сустава и лопатки, в надключичной ямке; онемение руки; парез и паралич верхних конечностей.

**10VI нао-шу** – боль в плечевом суставе; нарушение чувствительности кожи руки; боль в шейно-подчелюстной области.

**11VI тянь-цзун** – боль в области плечевого сустава, лопатки, наружной поверхности плеча и локтевого сустава; ограничение движения руки вверх; снижение лактации.

**12VI бин-фэн** – боль в области лопатки и плечевого сустава с затруднением движений в плечевом суставе; межреберная невралгия.

**13VI цюй-юань** – боль и контрактура плечевого сустава; одышка.

**14VI цзянь-вай-шу** – боль в области плечевого пояса и плечевого сустава; напряжение шейных и затылочных мышц; пневмония, плеврит; неврастения; гипотензия.

**15VI цзянь-чжун-шу** – кашель, одышка, ощущение удушья; снижение остроты зрения; боль в области щеки; невралгия плечевого сплетения.

**16VI тянь-чуан** – снижение слуха, шум в ушах; боль в горле; потеря голоса; гингивит; боль в области плечевого сустава с иррадиацией в область затылка; ограничение движения шеи.

**17VI тянь-жун** – глухота, шум в ушах; боль в горле; тризм; напряжение и боль в мышцах затылка; межреберная невралгия; плеврит.

**18VI цюань-ляо** – невралгия второй ветви тройничного нерва; неврит лицевого нерва, птоз века, опущение угла рта; тик мышц века.

**19VI тин-гун** – глухота, шум в ушах, отит; осиплость голоса.

## Меридиан мочевого пузыря (VII, V)

**1VII цин-мин** – ретинит, лейкома роговицы, блефарит, конъюнктивит, снижение остроты зрения, в том числе остроты сумеречного зрения, слезотечение; заболевания носа.

**2VII цуань-чжу** – головная боль; отек лица; фронтит; невралгия первой ветви тройничного нерва; снижение остроты зрения, слезотечение, конъюнктивит, тик мышц век; маниакальное состояние.

**3VII мэй-чун** – головная боль; головокружение; заболевания носа, снижение остроты обоняния, фронтит; заболевания глаз.

**4VII цюй-ча** – боль в лобной области головы; снижение остроты зрения; мерцающая скотома; фронтит, хронический ринит, полипы носа, кровотечение из носа; неврит лицевого нерва; невралгия первой ветви тройничного нерва.

**5VII у-чу** – головная боль; головокружение; снижение остроты зрения; боль в области плеча и спины; эпилептиформные приступы.

**6VII чэн-гуан** – головная боль; головокружение; лейкома роговицы, снижение остроты зрения; рвота; затрудненное носовое дыхание, хронический и острый ринит; острое респираторное заболевание.

- 7VII тун-тянь** – головная боль; головокружение; хронический ринит, синусит, озена, носовое кровотечение, полип носа; птоз века; невралгия тройничного нерва; хронический бронхит; расстройство психики.
- 8VII ло-цюе** – головная боль; головокружение; шум в ушах; кровотечение из носа; катаракта, глаукома; сумеречное состояние, психозы.
- 9VII юй-чжэн** – головная боль; головокружение; боль в глазах, близорукость; хронический ринит, потеря обоняния.
- 10VII тянь-чжу** – головокружение; головная боль; нарушение сна, неврастения; хронический ринит, фарингит, ларингит; снижение остроты зрения, боль в глазах; ригидность мышц затылка; истерия.
- 11VII да-чжу** – головная боль; головокружение; напряжение мышц затылка; боль в области плечевого пояса; склонность к простудным заболеваниям; тревожное состояние.
- 12VII фэн-мэнь** – острое респираторное заболевание, кашель, повышение температуры тела; напряжение мышц затылка; боль в области спины; крапивница.
- 13VII фэй-шу** – заболевания органов дыхания, кровохарканье, кашель, одышка, ночные поты; спондилит у детей; межреберная невралгия; боль в области спины и крестца.
- 14VII цзюе-инь-шу** – кашель; боль в области сердца, ощущение удушья; тошнота, рвота; неврастения.
- 15VII синь-шу** – кашель, кровохарканье; неврастения, истерия, фобии, нарушение сна, ухудшение памяти, неумение сосредоточиться; задержка роста и речи у детей; эпилептиформные припадки; рвота, отсутствие аппетита.
- 16VII ду-шу** – боль в области сердца, эндокардит; боль в области живота, повышенная перистальтика кишечника, отрыжка; катар верхних дыхательных путей; выпадение волос.
- 17VII гэ-шу** – боль в области подреберья и живота, икота, отрыжка, рвота неврогенного характера; кашель, кровохарканье, ночные поты; быстрая утомляемость; геморрагический диатез (кровотечения из носа, кишечника, матки и др.), анемия; крапивница.
- 18VII гань-шу** – заболевания печени, желчного пузыря, желудка, желтуха; боль в области груди при кашле, кровохарканье; катаральный ринит, носовое кровотечение; боль в области спины; головокружение; конъюнктивит, снижение сумеречного зрения; психические расстройства (фобии).
- 19VII дань-шу** – дисфагия, сужение пищевода, заболевания печени и желчного пузыря, горечь во рту, желтуха, отсутствие аппетита, рвота; боль в области груди и подреберья; гипертензия; фобии.
- 20VII пи-шу** – боль в эпигастральной области, желтуха, отрыжка, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, повышенный аппетит, сопровождающийся прогрессирующим истощением, снижение аппетита, хронический понос, рвота у детей, сопровождающаяся судорогами; асцит; геморрагический диатез; крапивница.
- 21VII вэй-шу** – язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, панкреатит, гепатит, гастрит, снижение пищеварительной функции желудка, энтероколит, боль в области живота, отрыжка, рвота; отсутствие аппетита у детей, срыгивание молока у грудного ребенка, диспепсия у детей; истощение.
- 22VII сань-цзяо-шу** – боль в области желудка, рвота, энтерит; нефрит, недержание мочи; отеки ног; неврастения.
- 23VII шэнь-шу** – нефрит, недержание мочи, гематурия; импотенция; расстройство менструального цикла; хронический понос; боль в области поясницы; головокружение; глухота, шум в ушах.
- 24VII ци-хай-шу** – боль в области поясницы; геморрой; астения.
- 25VII да-чан-шу** – боль в области поясницы, ишиалгия; боль вокруг пупка, понос, запор, дизентерия; паралич нижних конечностей; выпадение прямой кишки; гипертензия.
- 26VII гуань-юань-шу** – понос, дизентерия; боль в пояснице; цистит, цисталгия, задержка мочи, затрудненное мочеиспускание; боль внизу живота; гипертензия.
- 27VII сяо-чан-шу** – боль в области крестца, тазобедренного сустава, люмбаго, ишиалгия; анурия, гематурия, недержание мочи; эндометрит; боль внизу живота, запор, понос с кровью; геморрой.
- 28VII пан-гуань-шу** – заболевания мочевыделительной и половой систем, боль при мочеиспускании, недержание мочи; боль в крестце и пояснице; отек наружных половых органов; увеличение одного яичка, импотенция; эндометрит; родовые боли; боль в области живота, запор, понос; несахарный диабет; ощущение слабости в коленных суставах и стопах.
- 29VII чжун-люй-шу** – боль при грыже, боль в области поясницы и позвоночника, ишиас; колит, дизентерия.
- 30II бай-хуань-шу** – заболевания мочевыделительной и половой систем, нарушение менструального цикла, эндометрит; цистит, анурия; запор; боль при грыже; боль в области поясницы и ягодиц; геморрой; паралич мышц голени и стопы.
- 31VII шан-ляо** – заболевания мочевыделительной и половой систем, цистит, недержание мочи или задержка выделения мочи, полиурия, боль в половом члене, нарушение менструального цикла, метроррагия, болезненные менструации, гормональное бесплодие, эндометрит, опущение влагалища и матки; геморрой; боль в крестце и пояснице (люмбаго), ишиас.
- 32VII цы-ляо** – показания те же же, что и для точки 31VII шан-ляо.
- 33VII чжун-ляо** – показания те же же, что и для точки 31VII шан-ляо.
- 34VII ся-ляо** – показания те же же, что и для точки 31VII шан-ляо.
- 35VII хуэй-ян** – боль в пояснице при менструации, бели, половая слабость у мужчин и женщин; понос, дизентерия; геморрой.
- 36VII чэн-фу** – геморрой; заболевания органов малого таза; ишиас; отек и боль в области бедра; затрудненное мочеиспускание; паралич ног.
- 37VII инь-мэнь** – боль в области поясницы и бедра;

геморрой; затрудненное мочеиспускание; парез и паралич мышц ног.

**38VII фу-си** – потеря кожной чувствительности в области тазобедренного сустава; паралич мышц нижних конечностей; цистит, анурия; запор.

**39VII вэй-ян** – боль в области поясницы; мочеиспускание в виде капель; судороги и паралич мышц нижних конечностей.

**40VII вэй-чжун** – тепловой удар; лихорадочное состояние; отеки и боль в ноге и пояснице, ишиас; затруднение движений в тазобедренном и коленном суставах, потеря кожной чувствительности и паралич нижних конечностей; перемежающаяся хромота; запор, рвота с поносом; геморрой; боль в животе; боль в области сердца; гипертензия; нарушение мозгового кровообращения; болезни кожи, аллергия; нарушение обмена веществ; недержание мочи, олигурия.

**41VII фу-фэнь** – боль в шее и затылке, затруднение движения шеи; нарушение кожной чувствительности в области плеча и локтевого сустава; межреберная невралгия.

**42VII по-ху** – бронхиальная астма, бронхит, плеврит, туберкулез легких; напряжение мышц затылка; боль в области спины и плеча; тошнота, рвота.

**43VII гао-хуан** – бронхиальная астма, пневмония, бронхит, плеврит, туберкулез легких, кашель, кровохарканье; ночные поты; общая слабость; ослабление памяти; язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, рвота; неврастения.

**44VII шэнь-тан** – одышка, кашель, бронхит, бронхиальная астма; межреберная невралгия; головокружение; рвота.

**45VII и-си** – заболевания сердца; бронхиальная астма; боль в области груди с иррадиацией вдоль внутренней поверхности плеча; межреберная невралгия; лихорадочное состояние; тошнота, рвота, икота, спазм пищевода; ограничение подвижности позвоночника.

**46VII гэ-гуань** – озноб; отсутствие аппетита, рвота, икота, отрыжка, кишечные паразитарные инвазии; межреберная невралгия; боль в спине; кровотечение из носа, матки, кишечника и других органов.

**47VII хунь-мэнь** – заболевания печени, желтуха, понос, рвота; боль в груди, боль в области сердца с иррадиацией в спину; плеврит; боль в желудке, диспепсия.

**48VII ян-ган** – понос, желтуха, отсутствие аппетита, урчание и боль в животе, спазмы пищевода, дисфункция печени и желчного пузыря; повышение температуры тела; межреберная невралгия.

**49VII и-шэ** – гепатит, желтуха, метеоризм, тошнота, рвота, отсутствие аппетита, дисфункция печени и пищевода, понос; боль в спине.

**50VII вэй-цан** – метеоризм, отсутствие аппетита, тошнота, боль в эпигастральной области; боль в мышцах спины и в позвоночнике.

**51VII хуань-мэнь** – боль в эпигастральной области, заболевания желудка, запор, увеличение печени; мастит.

**52VII чжи-ши** – заболевания органов мочевыделительной и половой систем, нарушение мочеиспускания, боль в наружных половых органах;

импотенция; напряжение и боль в мышцах спины и поясницы, боль в бедре; рвота, понос.

**53VII бао-хуан** – метеоризм, понос, запор; затруднение мочеиспускания, уретрит, цистит, пиелонефрит, недержание мочи; заболевания женских половых органов; отечность в области наружных половых органов; орхит; боль в области поясницы и позвоночника.

**54VII чжи-бянь** – дисфункция почек, цистит; боль в пояснице, ишиас; геморрой; парез и паралич нижних конечностей.

**55VII хэ-ян** – боль при грыже, запор; боль в мышцах поясницы, в позвоночнике, коленном суставе, голени; парез мышц нижних конечностей; боль в нижней части живота, эндометрит, метроррагия; геморрой; задержка мочи.

**56VII чэн-цзинь** – боль или судороги в икроножной мышце, в голени, боль в пояснице; парез нижних конечностей; запор, понос; геморрой.

**57VII чэн-шань** – боль в пояснице, ишиас; судороги икроножной мышцы; артрит коленного сустава; геморрой; выпадение прямой кишки; цистит; тремор рук.

**58VII фэй-яй** – лихорадочное состояние; головная боль; головокружение; боль в глазах; затруднение носового дыхания, ринит, кровотечение из носа; общая слабость; боль в пояснице и в суставах нижних конечностей; геморрой; нефрит, цистит.

**59VII фу-ян** – головная боль; боль в пояснице и в суставах ног, артриты суставов ног; повышение температуры тела с ознобом; судороги в икроножной мышце; судороги у детей при обезвоживании организма.

**60VII кунь-лунь** – головная боль; головокружение; боль в глазах; кровотечение из носа; напряжение мышц затылка; боль в пояснице с ограничением движений в позвоночнике, ишиас; артриты суставов стопы; расстройства нервной системы; гипертензия; частые судороги; заболевания органов малого таза; геморрой; нарушение менструального цикла, задержка отделения плаценты в родах; судороги у детей.

**61VII пу-шэнь** – боль в пояснице, стопе, пятке, лодыжке; отек в области лодыжек; эпилептиформные припадки, судороги у детей при обезвоживании организма.

**62VII шэнь-май** – головная боль; головокружение, синдром Меньера; боль в пояснице, в коленном и голеностопном суставах; контрактура суставов рук и ног; судороги, эпилептиформные припадки; расстройство сна; болезненные менструации.

**63VII цзинь-мэнь** – головная боль; судороги у детей раннего возраста, эпилептиформные припадки; боль в коленном и голеностопном суставах, боль в пояснице; снижение слуха.

**64VII цзин-гу** – острая головная боль; боль и напряжение мышц затылка и шеи; заболевания глаз; кровотечение из носа; боль в пояснице, в тазобедренном суставе, в области задней поверхности бедра; запор, понос; эпилептиформные припадки; фобии.

**65VII шу-гу** – лихорадка; головная боль; головокружение; напряжение мышц затылка, тик и спазм шей-

ных мышц; воспалительные процессы в области внутреннего угла глаза; глухота; боль в пояснице, спине, в области задней поверхности бедра; судороги икроножной мышцы; геморрой; эпилептиформные припадки; маниакальное состояние.

**66VII цзу-тун-гу** – боль в затылке; ригидность мышц затылка; головокружение; кровотечение из носа; хронический гастрит, диспептические явления; мерцающая скотома; эндометрит.

**67VII чжи-инь** – затрудненное мочеиспускание; чувство тяжести в голове; заложенность носа; боль в глазах; сильная боль в области груди и подреберья; хронический гастрит; слабость родовых сил, затяжные роды; импотенция; тревожное состояние, фобии.

## Меридиан почек (VIII, R)

**1VIII юн-цюань** – головная боль в теменной области; головокружение; снижение остроты зрения; сухость во рту, боль в горле, потеря голоса; кровотечение из носа; кашель, кровохарканье; затрудненное мочеиспускание, недержание мочи; рвота, запор, понос; боль в области внутренней поверхности бедра.

**2VIII жань-гу** – боль в горле; кровохарканье; импотенция; зуд вульвы, опущение влагалища и матки, нарушение менструального цикла, эндометрит; цистит, уретрит, анурия; судороги у новорожденных; ночные поты; сахарный диабет; гипертензия с высоким диастолическим давлением (непочечной этиологии); боль в стопе и в области бедра; парестезии.

**3VIII тай-си** – фарингит, ангина, стоматит; кашель, кровохарканье; нефрит, цистит, недержание мочи; импотенция; нарушение менструального цикла; мастит; увеличение печени и селезенки; запор; боль в области сердца; лихорадочное состояние; артрит голеностопного сустава; паралич ног.

**4VIII да-чжун** – кашель, одышка, чувство удушья, бронхиальная астма, кровохарканье; боль в горле; рвота; сужение пищевода; нарушение мочеотделения; запор; боль в пятке; неврастения, истерия.

**5VIII шуй-цюань** – нарушение менструального цикла, аменорея, боль при менструации, эндометрит, выпадение матки с нарушением мочеиспускания; спазмы мочевого пузыря; снижение остроты зрения.

**6VIII чжао-хай** – расстройство менструального цикла, опущение влагалища и матки, зуд вульвы; импотенция; боль внизу живота, заболевания органов желудочно-кишечного тракта, печени, поджелудочной железы; неврастения; бессонница; эпилептиформные припадки; гипотензия; нарушение мозгового кровообращения; ожирение.

**7VIII фу-лю** – боль в уретре с нарушением мочеиспускания, нефрит; орхит; асцит, отек конечностей; паралич нижних конечностей; ночные поты; расстройство желудочно-кишечного тракта с поносом и слабым пульсом без повышенного

потоотделения; люмбаго; парестезии голени; кровотечение из геморроидальных узлов; гипертензия.

**8VIII цзяо-синь** – нарушение мочеиспускания, отеки, боль в уретре; эпидидимит, орхит; выпадение матки, расстройство менструального цикла, менструальное кровотечение в период климакса; запор, понос; эмоциональная лабильность, потливость.

**9VIII чжу-бинь** – импотенция; неврастения, психические расстройства; грыжа у детей; судороги икроножной мышцы; боль в голени; эпилептиформные припадки.

**10VIII инь-гу** – нарушение менструального цикла, фригидность; импотенция, орхит; боль при мочеиспускании, недержание мочи; боль в области внутренней поверхности бедра и коленного сустава; усиленная саливация.

**11VIII хэн-гу** – паховая грыжа; боль в половом члене, уретре, нарушение мочеиспускания; импотенция; конъюнктивит, кератит.

**12VIII да-хэ** – втяжение яичка, боль в половом члене и уретре; импотенция; бели, метроррагия; конъюнктивит.

**13VIII ци-сюе** – нарушение менструального цикла; импотенция; нарушение мочеиспускания; понос; боль в пояснице, позвоночнике; конъюнктивит.

**14VIII сы-мань** – расстройство менструального цикла, боль в нижней части живота при патологии матки; импотенция; запор, понос, дизентерия; боль при грыже; конъюнктивит, кератит.

**15VIII чжун-чжу** – нарушение менструального цикла, боль в пояснице и внизу живота, аднексит; запор; конъюнктивит.

**16VIII хуан-шу** – метеоризм, боль в желудке, желтуха, запор; грыжа; конъюнктивит, кератит.

**17VIII шан-цюй** – спазматическая боль в животе, желудке, понос, запор; конъюнктивит, кератит.

**18VIII ши-гуань** – рвота, боль в желудке, запор, икота; бесплодие, заболевания матки, боль в животе после родов; конъюнктивит; гиперсаливация.

**19VIII инь-ду** – повышенная перистальтика кишечника, боль в животе, метеоризм, тошнота, рвота, боль в области подреберья; конъюнктивит, глаукома; бронхиальная астма.

**20VIII фу-тун-гу** – хронический гастрит, рвота, метеоризм, диспепсия; кашель.

**21VIII ю-мэнь** – заболевания органов желудочно-кишечного тракта и печени, гиперсаливация, отрыжка, рвота, понос с гноем и кровью; боль в груди, кашель.

**22VIII бу-лан** – кашель, одышка, бронхит, плеврит, пневмония; рвота, отсутствие аппетита, тошнота; межреберная невралгия.

**23VIII шэнь-фэн** – межреберная невралгия; кашель, одышка, бронхит, плеврит; отсутствие аппетита, рвота; мастит.

**24VIII лин-сюй** – кашель, боль в груди и подреберье; мастит; отсутствие аппетита, рвота; межреберная невралгия.

**25VIII шэнь-цан** – межреберная невралгия; боль в груди, кашель, одышка; отсутствие аппетита, рвота.

**26VIII юй-чжун** – боль в грудной клетке, подреберье; кашель, одышка; рвота.

**27VIII шу-фу** – кашель, одышка, боль в груди, ощущение удушья, бронхиальная астма; межреберная невралгия; отсутствие аппетита, рвота, спазмы пищевода.

### Меридиан перикарда (IX)

**1IX тянь-чи** – чувство удушья, одышка, кашель, пневмония, бронхит; боль в подреберье; инфильтрат в подмышечной области; мастит; боль в области груди, плеча; увеличение шейных, надключичных и подмышечных лимфатических узлов.

**2IX тянь-цюань** – боль в области сердца, боль за грудиной с иррадиацией в лопатку и по внутренней поверхности плеча; кашель; боль в груди и подреберье; рвота; снижение остроты зрения.

**3IX цюй-цзе** – боль в области сердца, стенокардия, тахикардия; чувство страха, тревоги; тремор рук; сухость во рту; потливость головы и шеи; повышение температуры тела; отрыжка, рвота.

**4IX си-мэнь** – гипертермия ладоней и подошв; мастит; боль в области сердца и груди, тахикардия; чувство страха; астения; тошнота, рвота, боль в подреберье; кровотечение из носа; плеврит.

**5IX цзянь-ши** – внезапная боль в области сердца, тахикардия; тревожное состояние, психозы; афония; ощущение инородного тела в горле, нарушение акта глотания; боль в желудке, рвота; нарушение менструального цикла; судороги у детей, эпилептиформные припадки; артриты суставов рук; инфильтрат в подмышечной области; покраснение ладоней; лихорадочное состояние.

**6IX нэй-гуань** – боль в области сердца, стенокардия, тахикардия; заболевания органов грудной полости, кашель с астматическим компонентом; ларингит; гипертензия; отрыжка, рвота, боль в желудке, подреберье; боль и судороги в области локтевого сустава и плеча; лихорадочное состояние; эпилептиформные приступы; расстройства психики, сна, ощущение тревоги, маниакальное состояние.

**7IX да-лин** – боль в области сердца и грудной клетки; чувство беспокойства, нарушение сна; гипертензия с высоким систолическим давлением; боль в горле, нарушение акта глотания; тендовагинит; боль в предплечье, в локтевом и лучезапястном суставах; неврит срединного нерва; боль в области желудка, рвота с кровью; лихорадочное состояние; неврастения, эмоциональная лабильность, истерия.

**8IX лао-гун** – солнечный и тепловой удары; боль в области сердца; одышка; гипертензия; отсутствие аппетита; патологическая жажда; расстройство акта глотания, рвота; тремор рук; акроцианоз; артриты с ограничением движений в суставах рук; судороги у детей; стоматит; психозы, истерические припадки; экзема с преимущественной локализацией на кистях рук.

**9IX чжун-чун** – тепловой удар, прединсультное состояние, шок; боль в области сердца; чувство удушья

и беспокойства; головная боль; лихорадочное состояние без повышенного потоотделения; астения; нарушение памяти; ночные страхи у детей.

### Меридиан трех обогревателей (X, MC)

**1X гуань-чун** – чувство удушья; головная боль; боль в горле; сухость и трещины губ; боль в области наружной поверхности плеча и локтевого сустава; лихорадочное состояние; тошнота; депрессия.

**2X е-мэнь** – головная боль; конъюнктивит; глухота; ларингит, фарингит; боль в предплечье и кистях рук; лихорадка.

**3X чжун-чжу** – головная боль; шум в ушах, глухота; фарингит, ларингит; боль в предплечье и локтевом суставе; парез мышц кистей рук; лихорадочное состояние; психозы; лейкома роговицы.

**4X ян-чи** – головная боль; головокружение; боль и ограничение движений в суставах рук; перемежающаяся лихорадка, малярия; глухота; конъюнктивит; олигурия; сахарный диабет.

**5X вай-гуань** – лихорадочное состояние, гипертермия; частые простудные заболевания; боль в животе, запор; боль в пальцах рук, предплечье, локтевом суставе, в области шеи, прострелы в области шеи и поясницы; парез и паралич мышц верхних конечностей; тремор рук; зубная боль; глазные болезни; шум в ушах, понижение слуха; астеническое состояние, нарушение сна, невроты; головная боль, мигрень; артериальная гипотония; потливость; паркинсонизм с мышечной ригидностью; плохая переносимость изменения погоды.

**6X чжи-гоу** – обморок; боль в области сердца, груди, лопатки; потеря голоса, ларингит, фарингит; боль в области предплечья, плеча, подреберья; запор, рвота, понос; лихорадочное состояние; обморок после родов; головокружение; головная боль; боль в глазах; воспалительные процессы в области шеи; пневмония.

**7X хуэй-цзун** – глухота; боль в мышцах верхних конечностей; чувствительные и двигательные расстройства в верхних конечностях; эпилептиформные припадки; эмоциональная неустойчивость.

**8X сань-ян-ло** – внезапная потеря голоса; глухота; боль в области плеча, предплечья, кисти руки, сочетающаяся с ограничением движений в руке.

**9X сы-ду** – внезапная потеря голоса; глухота; боль в зубах нижней челюсти; боль в предплечье; паралич мышц верхних конечностей.

**10X тянь-цзин** – боль в груди, кашель; боль в височной области головы, мигрень; заболевания глаз; шум в ушах; боль в горле; боль в области затылка, шеи, плеча, в локтевом суставе; прединсультное состояние; нарушение сна; неврастения, состояние нервного возбуждения; судороги у детей.

**11X цин-лэн-юань** – головная боль; боль в плече и мышцах руки, ограничение движений в руке.

**12X сяо-лэ** – головная боль; боль в области шеи, затылка, в руке; эпилептиформные припадки.

**13X нао-хуэй** – боль в плече, плечевом суставе, лопатке; головная боль; зоб; заболевания глаз.

- 14X цзянь-ляо** – паралич и парез мышц руки; боль в руке, боль в плечевом суставе с затруднением движений; неврастения; головокружение.
- 15X тянь-ляо** – боль в плече и лопатке; напряжение мышц шеи и затылка; лихорадочное состояние.
- 16X тянь-ю** – головная боль; головокружение; инъекции склер; отек лица; внезапная глухота; ригидность мышц затылка; нарушение сна.
- 17X и-фэн** – шум в ушах, глухота; парез лицевого нерва, птоз века, опущение угла рта, тик и парез мимических мышц; затруднение речи; воспалительные процессы в области щеки; тризм; отит, паротит; стоматит; струма.
- 18X ци-май** – головная боль; венозный застой в сосудах головного мозга; шум в ушах, глухота; снижение остроты зрения, ирит; судороги у детей; рвота, понос.
- 19X лу-си** – головная боль; головокружение; одышка; боль в ушах, глухота; рвота у детей; чувство страха; эпилептиформные приступы.
- 20X цзяо-сунь** – головная боль в области виска; головокружение; конъюнктивит; инфильтрат ушной раковины; боль в зубах; гингивит; ограничение движений в височно-нижнечелюстном суставе; струма.
- 21X эр-мэнь** – глухота, шум в ушах, отит; боль в зубах верхней челюсти; головная боль, мигрень.
- 22X хэ-ляо (височная)** – шум в ушах; головная боль, тяжесть в голове; паралич, парез лицевого нерва; воспаление наружного слухового прохода; ринит, полип носа, носовое кровотечение.
- 23X сы-чжу-кун** – боль в лобной и височной областях головы, мигрень; головокружение, конъюнктивит, заворот края века, снижение остроты зрения; парез, паралич лицевого нерва.

## Меридиан желчного пузыря (XI, VB)

- 1XI тун-цзы-ляо** – головная боль; заболевания глаз, слезотечение, снижение остроты зрения, атрофия зрительного нерва, глаукома; периферический паралич лицевого нерва; невралгия тройничного нерва.
- 2XI тин-хуэй** – головокружение; боль в ушах, глухота; зубная боль; тризм; вывих височно-нижнечелюстного сустава; периферический паралич лицевого нерва; невралгия тройничного нерва; гемиплегия.
- 3XI шан-гуань** – боль в височной области головы; шум в ушах, глухота; зубная боль; периферический паралич лицевого нерва; невралгия тройничного нерва.
- 4XI хань-янь** – боль в височной области головы, мигрень; головокружение; шум в ушах; боль в области наружного угла глаза; ринит; невралгия тройничного нерва; периферический паралич лицевого нерва.
- 5XI сюань-лу** – боль в височной области головы, мигрень; боль в области наружного угла глаза, боль в области щеки; зубная боль, неврастения.
- 6XI сюань-ли** – боль в височной области головы; заболевания глаз; зубная боль; отечность лица.
- 7XI цюй-бинь** – боль в височной и теменной областях головы; воспалительные процессы в подчелюстной области и области щеки; тризм, тик и спазм мимических мышц рта; невралгия тройничного нерва; напряжение мышц затылка.
- 8XI шуай-гу** – боль в лобной и височной областях головы; заболевания глаз; кашель.
- 9XI тянь-чун** – головная боль; гингивит; судороги, эпилептиформные приступы.
- 10XI фу-бай** – тяжесть в голове, головная боль; головокружение; шум в ушах, глухота; зоб; фурункулез; хронический тонзиллит; напряжение мышц затылка; паралич верхних и нижних конечностей.
- 11XI тоу-цяо-инь** – головная боль в области затылка и темени; головокружение; боль и шум в ушах, глухота; невралгия тройничного нерва; воспалительные процессы в шейно-подчелюстной области; судороги конечностей.
- 12XI вань-гу** – головная боль; воспалительные процессы в области щеки, шеи и затылка; боль в горле; зубная боль; гингивит, фарингит, хронический тонзиллит; периферический паралич лицевого нерва; нарушение сна.
- 13XI бэнь-шэнь** – головная боль в теменной области; головокружение; ригидность мышц шейно-затылочной области; неврастения; эпилептиформные приступы.
- 14XI ян-бай** – головная боль; головокружение; рвота; тик и спазм мимических мышц; снижение сумеречного зрения, слезотечение; невралгия тройничного нерва; парез лицевого нерва; нарушение сна.
- 15XI тоу-лин-ци** – головная боль; головокружение; заболевания глаз, слезотечение, лейкома роговицы; ринит, затруднение носового дыхания; эпилептиформные приступы.
- 16XI му-чуан** – головная боль; головокружение; отек лица и век; конъюнктивит, снижение остроты зрения; заложенность носа; эпилептиформные приступы; внезапная потеря сознания; озноб.
- 17XI чжэн-ин** – головная боль в височной области; головокружение; рвота; зубная боль; тик и спазм мимических мышц рта; слезотечение, атрофия зрительного нерва.
- 18XI чэн-лин** – головная боль, мигрень; заложенность носа, кровотечение из носа, ринит; нарушение остроты зрения; спазм мимических мышц рта; бронхиальная астма; лихорадка; рвота.
- 19XI нао-кун** – головная боль; головокружение; кровотечение из носа; боль в области шеи и затылка; ригидность мышц затылка; бронхиальная астма.
- 20XI фэн-чи** – боль в лобной и височной областях головы, в области шеи, спины, поясницы; заболевания глаз, боль в области внутреннего угла глаза, слезотечение; головокружение; кровотечение из носа; понижение слуха; лихорадочное заболевание; гипертензия; неврастения, эмоциональная неуравновешенность.
- 21XI цзянь-цзин** – головная боль; нарушение мозгового кровообращения; боль в области спины и плеча; ограничение движений в плечевом суставе; плохая переносимость холода; мастит, слабость родовых сил, коллаптоидное состояние после самопроизвольного аборта, функциональные

- маточные кровотечения; гипертиреоз; неврастения.
- 22XI юань-е** – межреберная невралгия; увеличение шейных, подключичных и подмышечных лимфатических узлов; неврастения; нарушение сна; плеврит.
- 23XI чжэ-цзинь** – кислая отрыжка, гиперсаливация, рвота; бронхиальная астма; межреберная невралгия.
- 24XI жи-юе** – неукротимая рвота, боль в подреберье, кислая отрыжка, желтуха, рвота желчью, холецистит, гепатит, язвенная болезнь, кишечная колика, метеоризм; психомоторное возбуждение.
- 25XI цзин-мэнь** – повышенная перистальтика кишечника, метеоризм, понос, рвота; боль в области поясницы, в тазобедренном суставе, плече, лопатке; межреберная невралгия; заболевания почек; гипертензия.
- 26XI дай-май** – нарушение менструального цикла, эндометрит; грыжа; одностороннее увеличение яичка; цистит; боль в области поясницы.
- 27XI у-шу** – грыжа; втяжение яичка, орхит; эндометрит, бели; боль внизу живота, в пояснице и спине; кишечная колика, боль в желудке спазматического характера, запоры.
- 28XI вэй-дао** – рвота, запоры, энтероколит; боль в области поясницы, в нижних конечностях; боль в нижней части живота; эндометрит, бели.
- 29XI цзюй-ляо** – боль в области поясницы с иррадиацией в нижнюю часть живота; паралич и парез нижних конечностей; эндометрит, бели, нарушение менструального цикла; орхит, эпидидимит; нефрит, цистит.
- 30XI хуань-тяо** – боль в области поясницы, боль и контрактура тазобедренного сустава; нарушение кожной чувствительности и паралич нижних конечностей; зуд различной локализации, экзема; полиневрит.
- 31XI фэн-ши** – паралич и чувствительные расстройства нижних конечностей; боль в суставах ног, артрит коленного сустава; полиневрит; ишиас; зудящие дерматозы.
- 32XI чжун-ду** – боль в области голени и в коленном суставе, ишиалгия; понижение кожной чувствительности нижних конечностей; ограничение движений в тазобедренном суставе; гемиплегия.
- 33XI цзу-ян-гуань** – артрит коленного сустава с затруднением движений в суставе; парез мышц ноги.
- 34XI ян-лин-цюань** – заболевания печени и желчного пузыря; гонит, судороги мышц нижней конечности; ишиас, люмбаго; отрыжка, привычный запор; головокружение; атеросклероз; отек лица; паркинсонизм, хорей; полиневрит; гемиплегия.
- 35XI ян-цзяо** – бронхиальная астма; отечность лица, отек головного мозга; отек слизистой оболочки горла; ломящая боль в коленном суставе, голени, стопе, ишиас; неврит малоберцового нерва; неврастения.
- 36XI вай-цю** – боль в области затылка и шеи, боль в груди, боль и судороги в икроножных мышцах; полиневрит; отеки ног.
- 37XI гуан-мин** – глазные заболевания, миопия, снижение сумеречного зрения, атрофия зрительного нерва; мигрень; боль в коленном суставе и голени; парез и нарушение кожной чувствительности ног; лихорадочное состояние; заболевания спинного мозга.
- 38XI ян-фу** – боль в области виска, угла глаза, в области надключичной ямки; увеличение шейных, надключичных, подмышечных лимфатических узлов; боль в груди, подреберье, в тазобедренном, коленном и голеностопном суставах; судороги икроножных мышц; полиартрит; холецистит, печеночная колика.
- 39XI сяоань-чжун** – кровотечение из носа; боль в горле; напряжение мышц затылка; хронический гастроэнтерит, снижение аппетита; геморрой; боль в пояснице, коленном суставе, болевой синдром при вывихе коленного и голеностопного суставов; полиневрит; острый отек легких; нефрит; атеросклероз.
- 40XI цю-сюй** – заболевания глаз, лейкома роговицы; озноб с лихорадкой; боль в груди, в подреберье, в нижней конечности; межреберная невралгия; судороги икроножных мышц; боль при грыже; кишечная колика, холецистит; чрезмерная полнота с одышкой.
- 41XI цзу-лин-ци** – боль в наружном углу глаза, нарушение остроты зрения; головокружение; заболевания органов дыхания; межреберная невралгия; мастит; увеличение шейных, надключичных и подмышечных лимфатических узлов; боль и ограничение движений в голеностопном суставе; нарушение менструального цикла; различные проявления аллергии.
- 42XI ди-у-хуэй** – конъюнктивит; отечность и воспаление в подмышечной области; рвота с кровью; боль, отечность, затруднение движений в голеностопном суставе; боль в области плеча; шум в ушах; мастит.
- 43XI ся-си** – мигрень; заболевания глаз; головокружение; шум и зуд в ушах, глухота; боль в подчелюстной области и шее; межреберная невралгия; блуждающая боль; лихорадочное заболевание, астения; ночные кошмары.
- 44XI цзу-цяо-инь** – головная боль; боль в глазах; бронхиальная астма; боль и отек слизистой оболочки горла, боль под языком; боль в подреберье; кошмарные сновидения; лихорадочное состояние.

## Меридиан печени (XII, F)

- 1XII да-дунь** – желудочно-кишечные заболевания, запоры, печеночная колика; опущение матки и влагалища, метроррагия; втяжение яичка, одностороннее увеличение яичка; боль в наружных половых органах; боль при грыже; нарушение мочеиспускания, боль в уретре.
- 2XII син-цзянь** – боль в правом подреберье, желудочно-кишечные расстройства, тошнота, рвота, понос; недержание мочи, затрудненное мочеиспускание; конъюнктивит; межреберная невралгия; боль при грыже; бессонница; эпилептиформные приступы.
- 3XII тай-чун** – головная боль; головокружение; судороги у детей; заболевания глаз; боль в правом

## Заднесрединный меридиан (XIII, GV)

подреберье, печеночная колика; межреберная невралгия; боль при грыже; боль и рези при мочеиспускании, нарушение мочеиспускания; увеличение шейных, надключичных и подмышечных лимфатических узлов; мастит; нарушение менструального цикла, зуд женских половых органов; отек мошонки; гипертензия; нарушение сна; эмоциональная неустойчивость, фобии.

**4XII чжун-фэн** – втяжение яичка, импотенция; боль и зуд влагалища; мочеиспускание в виде капель, боль в уретре; боль при грыже; боль в пояснице; холодные нижние конечности; боль и судороги в мышцах голени; желтуха, сопровождающаяся повышением температуры тела.

**5XII ли-гоу** – нарушение менструального цикла, метроррагия; боль в яичках; нарушение мочеиспускания; боль при грыже; боль в голени; холодные стопы; кожный зуд.

**6XII чжун-ду** – боль при грыже; боль в нижней части живота; боль в суставах ног; недержание или задержка мочи; метроррагия; отек мошонки.

**7XII ци-гуань** – отек и боль в коленном суставе, боль в области внутренней поверхности коленного сустава; боль в гортани и горле.

**8XII цюй-цюань** – боль в нижней части живота; зуд половых органов и заднего прохода; импотенция, боль в половом члене; расстройство менструального цикла, бели, метроррагия, опущение матки и влагалища; задержка мочи, расстройство мочеиспускания; кожный зуд; расстройство функции печени, пищеварения, отсутствие аппетита, понос, в том числе понос с кровью; боль в области внутренней поверхности бедра и голени, боль в коленном суставе; резкая головная боль; боль в глазах; раздражительность, маниакальное состояние.

**9XII инь-бао** – нарушение менструального цикла; затрудненное мочеиспускание, недержание мочи; боль в пояснично-крестцовой области с иррадиацией в нижнюю часть живота.

**10XII цзу-у-ли** – метеоризм и вздутие живота; повышение температуры тела; задержка мочи; судороги и слабость мышц ног; экзема в области промежности.

**11XII инь-лянь** – гормональное бесплодие, нарушение менструального цикла; боль в ноге по ходу меридиана; артроз тазобедренного сустава; зуд половых органов.

**12XII ци-май** – боль в нижней части живота, в половом члене, боль при грыже; боль в области внутренней поверхности бедра; заболевания женских половых органов; расстройство мочеиспускания.

**13XII чжан-мэнь** – боль в правом подреберье, гепатит, желтуха, рвота, метеоризм и вздутие живота, аэрофагия, диспепсия, спазмы желудка; учащение мочеиспускания, цистит, ночное недержание мочи; боль в спине, в пояснице; межреберная невралгия; плеврит; гипертензия.

**14XII ци-мэнь** – боль в груди, в правом подреберье; заболевания печени, понос, рвота, кислая отрыжка, отсутствие аппетита; одышка, бронхиальная астма; заболевания почек; гипертензия; межреберная невралгия; боль в спине и в пояснице.

**1XIII чан-цянь** – заболевания прямой кишки, геморрой, выпадение прямой кишки; боль в уретре, нарушение мочеиспускания; импотенция; боль в пояснице и по ходу позвоночника; невралгия бедренного нерва; зуд в области промежности; эпилептиформные приступы; маниакальное состояние.

**2XIII яо-шу** – боль в пояснице и по ходу позвоночника; расстройство менструального цикла; боль в уретре, нарушение мочеиспускания; импотенция; геморрой; выпадение прямой кишки, недержание кала.

**3XIII яо-ян-гуань** – расстройство менструального цикла, бели; импотенция; боль в пояснице, боковой поверхности таза, в области наружной поверхности коленного сустава; нарушение кожной чувствительности ног; парез и паралич нижних конечностей.

**4XIII мин-мэнь** – сильная головная боль; ригидность мышц спины; боль в пояснице; высокая температура тела без увеличения потоотделения; эндометрит, аднексит, бели; импотенция; недержание мочи; понос; геморрой; астеническое состояние; нарушение сна; судороги у детей.

**5XIII сюань-шу** – боль в пояснице и позвоночнике; спазмы желудка, диспепсия; импотенция; недержание мочи; заболевания женских половых органов.

**6XIII цзи-чжун** – отрыжка, рвота с кровью, желтуха, понос с кровью; геморрой; выпадение прямой кишки у детей; эпилептиформные приступы; психозы.

**7XIII чжун-шу** – боль и ограничение движений в пояснице; заболевания почек; снижение остроты зрения; лихорадочное состояние; астения.

**8XIII цзинь-со** – неврастения; ригидность позвоночника; боль в области сердца; боль в области желудка, заболевания желудка; истерия, психозы; эпилептиформные приступы.

**9XIII чжи-ян** – межреберная невралгия; кашель, одышка, бронхит, плеврит, бронхиальная астма; гепатит, холецистит, желтуха; боль в груди с иррадиацией в спину; эпилептиформные приступы.

**10XIII лин-тай** – бронхиальная астма, одышка со свистом, хронический кашель, бронхит, пневмония; боль в спине; напряжение затылочных мышц.

**11XIII шэнь-дао** – кашель, одышка; повышение температуры тела при заболевании желудочно-кишечного тракта, сопровождающееся головной болью; боль в спине по ходу позвоночника; неврастения, чувство тревоги; снижение памяти; судороги у детей.

**12XIII шэнь-чжу** – хронический кашель, пневмония; заболевания головного и спинного мозга; приступы эпилепсии у детей; напряжение мышц и боль в пояснице и по ходу позвоночника; неврастения, ночные страхи.

**13XIII тао-дао** – ухудшение памяти; скованность позвоночника; озноб, лихорадочное состояние, грипп; неврастения, психозы; приступы эпилепсии у детей.

**14XIII да-чжуй** – простудные заболевания; кашель, бронхиальная астма; боль в правом подреберье, желтуха, рвота; ригидность мышц затылка; судороги у детей, эпилептиформные приступы; психические заболевания; астения.

**15XIII я-мэнь** – головная боль; головокружение; ригидность мышц затылка; менингит; опистотонус; носовое кровотечение; психические расстройства; эпилептиформные приступы.

**16XIII фэн-фу** – прединсультное состояние; головная боль; головокружение; отек мозга; ригидность мышц затылка; носовое кровотечение, ринит, ларингит; психические расстройства; гемиплегия; эпилептиформные приступы.

**17XIII нао-ху** – головная боль; отек мозга; боль и напряжение затылочных мышц; боль в глазах, снижение остроты зрения; неврастения; желтуха.

**18XIII цян-цзянь** – эпилептиформные припадки, сумеречное состояние; чувство беспокойства; головная боль; головокружение; рвота; ригидность мышц затылка; заболевания глаз.

**19XIII хоу-дин** – головная боль в теменной или височной области головы; ригидность мышц затылка; головокружение; депрессия, нервозность; эпилептиформные приступы.

**20XIII бай-хуэй** – судороги, эпилептиформные приступы; сумеречное состояние и потеря сознания; состояние апатии; ухудшение памяти; паркинсонизм; головная боль; головокружение; заложенность носа; шум в ушах; геморрой; выпадение прямой кишки; опущение матки и влагалища; ночные страхи у детей.

**21XIII цянь-дин** – головная боль в области темени; головокружение; нарушение мозгового кровообращения; ринит, носовое кровотечение; заболевания уха; эпилептиформные приступы у детей, судороги.

**22XIII синь-хуэй** – головная боль; головокружение; носовое кровотечение, нарушение носового дыхания; судороги и эпилептиформные приступы у детей; заболевания глаз.

**23XIII шан-син** – головная боль; невралгия первой ветви тройничного нерва; боль в глазах, снижение остроты зрения; носовое кровотечение, нарушение носового дыхания; нервное возбуждение; судороги.

**24XIII шэнь-тин** – невралгия первой ветви тройничного нерва; головокружение; боль в глазах, слезотечение, лейкома роговицы; заболевания носа, озена; эмоциональная неустойчивость, нарушение сна, страхи, тревожное состояние; эпилептиформные приступы.

**25XIII су-ляо** – нарушение носового дыхания, носовое кровотечение, полип и фурункул носа, ринит; шок; алкогольное опьянение.

**26XIII жэнь-чжун** – шок, коллапс, обморок, тепловой удар; тик и спазм мимических мышц рта; опущение угла рта, птоз века; инфильтрат в области лица; напряжение мышц спины; боль в позвоночнике, пояснице; нарушение носового дыхания; судороги у детей.

**27XIII дуй-дуань** – полип носа, носовое кровотечение, нарушение носового дыхания; невралгия тройнич-

ного нерва; тик и спазм мимических мышц рта; неврит лицевого нерва; гингивит, стоматит, хейлит; лейкома роговицы; эпилептиформные приступы, судороги; апатия, депрессия.

**28XIII инь-цзяо** – гингивит, стоматит; заболевания зубов; ринит, нарушение носового дыхания, полип носа; лейкома роговицы, зуд век; судороги; психозы.

## Переднесрединный меридиан (XIV, VC)

**1XIV хуэй-инь** – боль в головке полового члена, импотенция; нарушение менструального цикла, опущение влагалища и матки, зуд половых органов; заболевания прямой кишки; геморрой; запор; затрудненное мочеиспускание.

**2XIV цюй-гу** – цистит, цисталгия, затрудненное мочеиспускание; запор; боль при грыже; эндометрит, бели, эрозия шейки матки, задержка инволюции матки после родов; импотенция, орхит.

**3XIV чжун-цзи** – расстройство менструального цикла, бесплодие, маточное кровотечение, задержка отделения послеродовых тканей при родах, зуд и боль в наружных половых органах, опущение матки, вагинит, бели; учащенное болезненное мочеиспускание или задержка мочи, нефрит; боль вокруг пупка с иррадиацией в грудь; боль при грыже; асцит; общее понижение сопротивляемости организма.

**4XIV гуань-юань** – нарушение менструального цикла, гормональное бесплодие, задержка отделения послеродовых тканей при родах, лохиометра; импотенция, боль в уретре; понос, энтероколит, спастические боли внизу живота; боль при грыже; гематурия, учащенное болезненное мочеиспускание, задержка мочи; понижение общего тонуса организма, депрессивное состояние.

**5XIV ши-мэнь** – нарушение менструального цикла, метроррагия, лохиометра; втяжение яичка; боль вокруг пупка, спастические боли внизу живота; мочеиспускание в виде капель, боль в уретре; понос, диспепсия; асцит.

**6XIV ци-хай** – нарушение менструального цикла, метроррагия, лохиометра, бели; боль вокруг пупка при желудочно-кишечных расстройствах, энтероколит, запор; боль при грыже; уремия; люмбаго; боль в области сердца, стенокардия; обморок; гипертензия; нарушение сна.

**7XIV инь-цзяо** – расстройство менструального цикла, метроррагия, бели, зуд половых органов, лохиометра, эндометрит; уретрит, задержка мочеиспускания; боль при грыже; кишечная колика; послеродовая депрессия.

**8XIV шэнь-цюе** – обморок; боль в животе, метеоризм, рвота, понос, обезвоживание организма в результате поноса и неукротимой рвоты; понос у грудных детей; геморрой.

**9XIV шуй-фэнь** – боль в области желудка, вокруг пупка, понос, запор; асцит; расстройство дыхания; боль в спине.

**10XIV ся-вань** – вздутие желудка, боль в животе, метеоризм, диспепсия, рвота, отсутствие аппетита, опущение желудка, гастрит.

- 11XIV цзянь-ли** – рвота, отсутствие аппетита, вздутие и боль в животе, боль в области желудка; межреберная невралгия; боль в области сердца; отеки; неврастения.
- 12XIV чжун-вань** – головная боль; нарушения сна; учащенный пульс; гипертензия; боль в области желудка, отрыжка, метеоризм, гастроэнтерит, дизентерия, язва желудка, желтуха.
- 13XIV шан-вань** – боль и урчание в животе, метеоризм, отрыжка, тошнота, рвота, гастрит, язва желудка, боль в эпигастральной области; эпилептиформные приступы.
- 14XIV цзюй-цюе** – боль в эпигастральной области, рвота, кислая отрыжка, заболевания желудка; плеврит; боль в области сердца, нарушение сердечной деятельности, учащенный пульс; ухудшение памяти; депрессия, чувство тревоги, маниакальное состояние.
- 15XIV цзю-вэй** – чувство удушья, кашель, одышка со свистом, отек легких; боль в области сердца; боль в эпигастральной области, отрыжка, тошнота, рвота; эпилептиформные приступы; психозы.
- 16XIV чжун-тин** – одышка, ощущение удушья, отек легких, бронхиальная астма; спазм пищевода, отсутствие аппетита, рвота; боль в горле.
- 17XIV тань-чжун** – боль в груди, чувство удушья, одышка, сердцебиение; бронхит; межреберная невралгия; мастит, пониженная лактация; сужение, спазм пищевода.
- 18XIV юй-тан** – бронхиальная астма, плеврит, кашель, чувство удушья, одышка; боль в груди и подреберье; рвота слизью; межреберная невралгия.
- 19XIV цзы-гун** – бронхиальная астма, чувство удушья, одышка, кашель, плеврит; спазм гортани; боль в груди и подреберье; межреберная невралгия; отсутствие аппетита.
- 20XIV хуа-гай** – одышка, кашель, бронхит, чувство удушья, бронхиальная астма; боль в груди и подреберье; фарингит, ларингит.
- 21XIV сюань-цзи** – кашель, одышка, бронхит; коклюш; боль в груди и подреберье; межреберная невралгия; хронический тонзиллит, фарингит, ларингит, абсцесс гортани.
- 22XIV тянь-ту** – приступ бронхиальной астмы, бронхит, кашель, ощущение удушья, одышка, гнойная мокрота, кровохарканье; ларингит, фарингит, потеря голоса; спазм пищевода, рвота.
- 23XIV лянью-цюань** – отек в подъязычной области с затруднением речи, скованностью языка, охрипостью, затруднением глотания, слюнотечением (подъязычный абсцесс, анаэробная инфекция); одышка, кашель, бронхиальная астма; глоссит.
- 24XIV чэн-цзянь** – паралич лицевого нерва, птоз века, опущение угла рта; отек лица; зубная боль; гингивит, стоматит; внезапная потеря голоса; последствия инсульта, гемиплегия; коллапс; сахарный диабет.

## Общие принципы сочетания биологически активных точек

Эффективность лечения больных с различными заболеваниями при использовании методов рефлексотерапии в значительной степени зависит от того, насколько правильно были выбраны биологически активные точки (БАТ), на которые осуществляют воздействие. Выбор точек акупунктуры, как и выбор необходимой силы раздражения, нередко представляет сложность, особенно при хронических заболеваниях. Трудности, в частности, связаны с тем, что не всегда можно определить, какой меридиан поражен и в каком состоянии (избыточности или недостаточности) он находится. У пожилых, ослабленных больных и больных, имеющих, помимо основного, сопутствующие заболевания, поражается, как правило, несколько меридианов, причем одни находятся в состоянии избыточности функции, другие – в состоянии ее недостаточности.

При проведении лечения методами рефлексотерапии рекомендуют придерживаться общих принципов сочетания биологически активных точек, которые были разработаны еще древневосточными врачами.

Выбор БАТ осуществляется, прежде всего, в соответствии с теорией меридианов. Практическое значение этой теории заключается в том, что лечение можно осуществлять там, где проходит меридиан, в котором выявлено нарушение, или воздействуя на точки смежного меридиана.

При лечении особое значение придают дистальным точкам, расположенным ниже локтевых или коленных суставов. Они оказывают как локальное, так и общее лечебное действие, эффективны при лечении многих заболеваний, имеют широкий диапазон показаний. В дистальную группу точек входят стандартные точки меридианов, групповые ло, точки-ключи чудесных меридианов.

Из проксимальных точек для воздействия на пораженный меридиан применяют сочувственные точки меридиана мочевого пузыря и сигнальные точки, расположенные на передней или боковой поверхности туловища.

Точки заднесрединного и переднесрединного меридианов обладают и местным, и общим лечебным действием. Общее воздействие точек этих меридианов на организм обусловлено тем, что они имеют функциональные связи с другими меридианами. Точки переднесрединного меридиана усиливают эффективность лечения при воздействии на иньские меридианы, точки заднесрединного меридиана – при воздействии на янские меридианы.

Считают, что точки, локализованные на голове, эффективны в основном при лечении заболеваний органов, расположенных в области головы (заболевания глаз, ушей, носа, придаточных полостей носа); точки, локализованные в области груди, – при лечении заболеваний органов грудной полости, межреберной не-

вралгии, мастита и мастопатии у женщин; точки, локализованные на спине, – при лечении остеохондроза позвоночника, артрита плечевого сустава, глубоко расположенных внутренних органов, связанных с тем или иным отделом позвоночника.

Нередко достаточно эффективным оказывается метод, основанный на использовании точек, находящихся в области пораженного органа. В то же время широко распространен метод воздействия на отдаленные точки. Например, отдаленные точки трех янских ручных меридианов эффективны при лечении головных болей и органов, расположенных в области головы. Отдаленные точки трех янских ножных меридианов используют при лечении патологических процессов, локализующихся в области головы и туловища. Если патологический процесс локализуется в области передней поверхности туловища, применяют точки меридиана желудка, в области боковой поверхности – точки меридиана желчного пузыря, в области спины – точки меридиана мочевого пузыря. Отдаленные точки трех иньских ручных меридианов рекомендуют при лечении заболеваний органов грудной клетки, трех иньских ножных меридианов – при лечении заболеваний органов брюшной полости и таза.

Больным с хроническими заболеваниями, в том числе больным с хроническим болевым синдромом, в начале лечебного курса необходимо повысить защитные силы организма. С этой целью назначают точки общего действия, нормализующие функциональное состояние нервной, сердечно-сосудистой, гормональной и других систем организма. Основными точками, обладающими широким спектром действия, являются: 4II хэ-гу, 36III цзу-сань-ли, 6IV сань-инь-цзяо, 40VII вэй-чжун, 60VII кунь-лунь, 20XI фэн-чи, 4XIII мин-мэнь. *Особенно высокой эффективностью обладают общеукрепляющие точки 4II хэ-гу и 36III цзу-сань-ли*, которые носят название «точки от ста болезней»; при применении в одном сеансе они усиливают действие друг друга.

Выбирая меридиан, который предполагается использовать для лечения, врач, как правило, учитывает время активности выбранного меридиана. Если применяют седативный метод, то лечение будет более эффективным при воздействии на успокаивающую точку в период, когда активность энергии в меридиане достигает максимальной величины. Методом возбуждения рекомендуют воздействовать на тонизирующую точку меридиана в период его пассивности – в двухчасовой промежуток времени, который следует за периодом его наибольшей активности.

При проведении лечения методами рефлексотерапии важно определить состояние энергии «чи» в меридиане, который предполагается использовать для лечения. С этой целью применяют специальные таблицы и некоторые методы диагностики, например метод пульсовой диагностики, метод Фоля, метод Накатани, метод риодараку.

## Методы сочетания биологически активных точек

1. Метод лечения с учетом уровня энергии в меридиане (избыток или недостаток энергии).

2. Метод лечения с учетом характеристики симптомов заболевания (ян- и инь-заболевания).

3. Метод сочетания симметричных точек. Используют одноименные точки на голове, конечностях, туловище справа и слева. Например, при гайморите воздействуют на две точки 2III сы-бай, при головной боли – на две точки 8III тоу-вэй или на две внемеридианные точки тай-ян, при гинекологических заболеваниях – на две точки 6IV сань-инь-цзяо, при заболеваниях желудка – на две точки 36III цзу-сань-ли, при поносе – на две точки 25III тянь-шу.

4. Метод сочетания местных и отдаленных точек поврежденного меридиана или поврежденного и спаренного с ним меридианов. Например, при лечении хронического ринита используют местную точку 20III ин-сян и отдаленную точку этого же меридиана 4II хэ-гу, при лечении заболеваний уха – местную точку 19VI тин-гун и отдаленную точку 4VI вань-гу. При многих заболеваниях точку 4II хэ-гу используют в сочетании с точкой 7I ле-цюе, находящуюся на спаренном меридиане.

5. Метод сочетания точек с использованием правила древней медицины «**верх – низ**». В соответствии с этим правилом в одном сеансе воздействуют на точки верхних и нижних конечностей. При заболеваниях желудка и кишечника используют точки двух неспаренных меридианов: точку 4II хэ-гу на руке и точку 36III цзу-сань-ли на ноге. При острых болях в верхней части тела рекомендуют воздействовать на точки в нижней части тела.

6. Метод двустороннего перекрестного сочетания точек. Например, сочетают точки ноги на больной стороне и точки руки на противоположной стороне. При зубной боли справа, кроме точек 6III цзя-чэ и 7III ся-гуань на лице со стороны боли, рекомендуют также воздействовать на точку 4II хэ-гу на руке слева. Здесь используется правило лечения «**правый – левый**».

7. Метод, основанный на древневосточной концепции у–син «**мать – сын**». Использование правила лечения «мать – сын» позволяет усиливать или ослаблять поток энергии в том меридиане, где эта энергия была нарушена. Если в меридиане возникает избыток энергии, то воздействуют на седативную точку меридиана «мать» и на тонизирующую точку меридиана «сын». В случае возникновения недостаточности энергии в меридиане воздействие оказывают на тонизирующую точку меридиана «мать» и (или) на седативную точку меридиана «сын».

8. Метод сочетания точек наружной и внутренней сторон. При этом методе сочетают точки ян- и инь-меридианов. Например, при заболеваниях мочеполовой системы и болях в коленном суставе используют точки 34XI ян-лин-цюань и 9IV инь-лин-цюань, при нарушении менструального цикла – точки 39XI сюань-чжун и 6IV сань-инь-цзяо. Точки 34XI и 39XI находятся на наружной, точки 6IV и 9IV – на внутренней поверхности ноги.

9. Метод сочетания точек передней и задней поверхностей туловища. Сочетают сочувственные точки меридиана мочевого пузыря, расположенные на спине, и сигнальные точки, которые находятся на передней или боковой (24XI и 13XII) поверхности туловища.

10. Метод сочетания точек общеукрепляющего действия и симптоматических точек.

11. Метод использования точек, расположенных в области пораженного органа. Например, при заболеваниях уха воздействуют на одну из трех точек, находящихся впереди козелка уха, (21X эр-мэнь, 19VI тин-гун, 2XI тин-хуэй) или точку 17X и-фэн (находится под мочкой уха), при заболеваниях глаз – на точки, расположенные в области глазниц.

12. Метод сочетания точек передней и задней поверхностей одной конечности. Метод используют, чтобы расширить зону воздействия, если у пациента имеется несколько заболеваний. Например, больному назначают лечение от ишиаса, но при этом учитывают, что он имеет нарушение со стороны желудочно-кишечного тракта. В этом случае сочетают точки меридиана мочевого пузыря, расположенные на задней поверхности голени и бедра, и точку меридиана желудка 36III цзу-сань-ли, находящуюся на передне-наружной поверхности голени.

13. Метод сочетания седативных точек разных меридианов.

14. Метод воздействия на ло-пункт спаренного меридиана на противоположной стороне. Этот метод особенно эффективен при болях, связанных с травмой. При этом исходят из того, что боль – это симптом избыточности меридиана, соседний же меридиан имеет недостаток энергии, чтобы уравновесить меридианы, воздействуют на ло-пункт спаренного меридиана методом возбуждения.

15. Метод воздействия на точки, соединяющие два или несколько меридианов. К таким точкам относят стабилизирующий ло-пункт к спаренному меридиану, групповые ло, точки соединения, точки объединения, точки-ключи чудесных меридианов. Особое значение эти точки приобретают при лечении хронических заболеваний и упорных болей. Их можно использовать поочередно или сочетая друг с другом.

Методы лечения с использованием точек-ключей представлены в разделе «Чудесные меридианы».

Д. М. Табеева дала рекомендации по использованию групповых ло и точек соединения при различных заболеваниях (см. стр. 81). При этом учитывается число «пораженных» меридианов и симптоматика преимущественно пораженных органов и систем. Оптимальным вариантом является совпадение этих условий.

Рекомендации по применению точек объединения, т.е. точек, объединяющих несколько меридианов, даны на стр. 81. Объединяющие точки проявляют особенную эффективность при их тонизации. Поэтому выявляют меридианы, находящиеся в состоянии недостаточности. Далее находят точку, которая объединяла бы все или большинство меридианов, которые требуют коррекции, и воздействуют на нее тонизирующим методом. При воспалительных заболеваниях объединяющую точку используют в комбинации с меридианами, которые находятся

в состоянии избыточности; в этом случае на нее воздействуют методом дисперсии.

16. Метод воздействия на точку, ближайшую к центру боли. Применяют метод дисперсии. Если этого оказывается недостаточно, то дополнительно воздействуют на точку, находящуюся на том же меридиане ниже центра боли (по течению энергии). Если и в этом случае нужный эффект не достигается, тонизируют одноименный меридиан, находящийся на противоположной стороне, выбирая точку, симметричную болевой точке.

17. Метод воздействия на противоположную точку меридиана. Применяют также универсальные противоболевые точки. Этими точками являются следующие точки: при болях в области живота и брюшной полости – 36III цзу-сань-ли, при болях в области поясницы и спины – 40VII вэй-чжун, при болях в области шеи и головы – 7I ле-цзюе, при болях в области лица и рта – 4II хэ-гу (Табеева Д. М., 2001).

18. Метод воздействия на точки, находящиеся в области сегментарной зоны (сегментарная схема лечения по S. Yanagiya, зоны Захарьева-Гада и др.).

**Таблица 1**

**Признаки избыточности и недостаточности энергии в меридианах I–XII**

Признаки избыточности энергии в меридиане	Признаки недостаточности энергии в меридиане
<b>Меридиан легких</b>	
Высокая температура без повышенного потоотделения, горячая на ощупь ладонь, поверхностный пульс, звонкий болезненный кашель, обильная мокрота, спазм бронхов при бронхиальной астме, прилив крови к голове, боль в области спины, боль и напряжение мышц в области плеча	Озноб, холодный пот, насморк, хриплый кашель, небольшое количество мокроты, сухость во рту, головокружение, боль в области ключицы и грудной клетки, ощущение онемения и похолодания рук, кожный зуд, бессонница
<b>Меридиан толстой кишки</b>	
Запоры, боль в животе, вздутие живота, боль в области плеча, предплечья и пальцев рук, головная боль, горячее на ощупь тело, сухость во рту; состояние ухудшается в тепле	Понос, урчание в животе, расстройство функции кишечника, головокружение, чувство слабости в руках, холодное на ощупь тело, сыпь на коже, кожный зуд, небольшой кашель, покраснение стенки глотки; состояние улучшается в тепле
<b>Меридиан желудка</b>	
Вздутие живота, отрыжка, запоры, повышенный аппетит, жажда, повышенная кислотность желудочного сока, боль в области желудка спастического характера, трещины слизистой оболочки губ, боль и судороги мышц ног по ходу меридиана, кожная сыпь, высокая температура тела, состояние нервного возбуждения	Урчание в животе, понос, рвота после еды, потеря аппетита, замедленное переваривание пищи, чувство переполнения в желудке, пониженная кислотность желудочного сока, набухание слизистой оболочки горла, слабость в ногах, слабый пульс, вялость, депрессия, скорбное выражение лица
<b>Меридиан селезенки – поджелудочной железы</b>	
Неустойчивый аппетит, чувство переполнения в животе, запоры, боль и ощущение тяжести в области подреберья, тошнота, отрыжка воздухом, повышенное слюноотделение, сладковатый привкус во рту, боль в суставах ног, ограничение движений большого пальца стопы, тяжелый сон	Бледность лица, худоба, понос, рвота, повышенное газообразование в желудке и кишечнике, боль в подложечной области, слабый пульс, слабость и онемение ног, венозный застой в ногах, кожная сыпь, сонливость в течение дня
<b>Меридиан сердца</b>	
Боль в области сердца, в области плеча и предплечья, покраснение лица, повышенная нервная возбудимость, ощущение тяжести в руках и груди, иногда повышается температура тела, появляется сухость во рту	Сердцебиение, одышка при физической нагрузке, головокружение, бледность лица, чувство подавленности, тоски, страха, бессонница, тяжелые сноведения, забывчивость, недоверчивость, онемение внутренней поверхности руки
<b>Меридиан тонкой кишки</b>	
Боль в области пупка и нижней части живота, запоры, боль в области задней поверхности плеча и предплечья, в области шеи, затылка, висков, звон в ушах	Снижение веса тела, тошнота, рвота, понос, слабость и ощущение холода в конечностях, отечность в области нижней челюсти и шеи, шум в ушах, снижение слуха

<b>Меридиан мочевого пузыря</b>	
Частое болезненное мочеиспускание, боль в мочеиспускательном канале, боль и напряжение мышц спины, боль по ходу позвоночника, боль и спазмы мышц ног, головная боль в лобной и затылочной областях, слезотечение, боль в глазах, кровотечение из носа	Редкое обильное мочеиспускание, недержание мочи, отечность и боль в области половых органов, снижение тонуса мышц затылка и спины, ограничение движений в бедре, голени и мизинце стопы, ощущение тяжести и слабости в ногах, геморрой, головокружение
<b>Меридиан почек</b>	
Редкое мочеиспускание, моча темного цвета, сухость во рту, особенно ночью, тошнота, ощущение тяжести и жара в ногах, ступня на ощупь теплая, боль в области крестца, поясницы, внутренней поверхности бедра, необычный прилив энергии, чувство волнения, повышение сексуальной потенции, частые сноведения, ощущение недостаточности сна	Учащенное мочеиспускание, отеки, ощущение холода, онемения и слабости в ногах, ступня на ощупь холодная, влажные ладони, общая слабость, вялость, чувство страха, нерешительности, удрученное состояние, снижение сексуальной потенции, бессонница
<b>Меридиан перикарда</b>	
Раздражительность, боль в области грудной клетки, нарушение со стороны сердечно-сосудистой системы функционального характера, приливы, сопровождающиеся головной болью, боль в области рук, неглубокий сон, покраснение склер, запоры, повышенная утомляемость, депрессия, учащенное сердцебиение, головокружение, одышка, боязнь высоты, слабость в руках, боль в животе, желтушность склер, понос, глубокий сон с большим количеством сноведений	Признаки недостаточности в меридиане перикарда близки к признакам недостаточности энергии в меридиане сердца (это положение верно также в отношении признаков избыточности энергии в этом меридиане)
<b>Меридиан тройного обогревателя</b>	
Боль в области рук, лопатки, шеи, звон в ушах, покраснение лица, ощущение жара в теле, непереносимость жары, отсутствие аппетита, недержание мочи, бессонница, раздражительность	Онемение в руках и шее, слабость в руках, бледность лица, поверхностное дыхание, озноб, непереносимость холода, уменьшение выделения мочи, метеоризм, отрыжка, психическая и физическая усталость, депрессия, вялость, снижение слуха
<b>Меридиан желчного пузыря</b>	
Чувство полноты в желудке, горечь во рту, тошнота, отечность щек, шеи, подбородка, заболевание горла, покраснение глаз, головная боль, боль и судороги в области бедра и голени (со стороны наружной поверхности), горячая на ощупь стопа, бессонница	Слабость, отсутствие энергии и сил, отечность в области подколенной ямки и стопы, отечность суставов ног, заболевания глаз, желтушность склер, рвота желчью, потливость ночью, тяжелые и глубокие вздохи, чувство страха, сонливость
<b>Меридиан печени</b>	
Желтушность кожи, отрыжка, рвота, боль в животе, понос, кислый привкус во рту, боль в области боковых поверхностей туловища без четкой локализации, в пояснице, половых органах, затрудненное и болезненное мочеиспускание, нарушение менструального цикла, повышенная возбудимость, импульсивность, раздражительность, легко переходящая в гнев	Бледность кожных покровов, расстройство кишечника, фригидность, боль в области внутренней поверхности бедра и голени, слабость в ногах, быстрая утомляемость, ухудшение зрения, депрессия, чувство страха, головокружение, нарушение сумеречного зрения, бессонница, чувство тревоги

## Клинические признаки избыточности энергии ян и инь в организме по Д. М. Табеевой

Избыточность энергии ян	Избыточность энергии инь
Высокая температура тела	Нормальная или пониженная температура тела, плохая переносимость холода
Потливость после физической нагрузки («горячий пот»)	Потливость на фоне общей слабости («холодный пот»)
Потливость днем	Потливость ночью
Темная моча	Светлая моча
Запор	Жидкий стул
Повышенный аппетит	Отсутствие аппетита
Горечь во рту, человек предпочитает холодную пищу	Человек отдает предпочтение теплой и горячей пище
Боль в желудке появляется после приема пищи	Боль в желудке уменьшается после приема пищи
Головная боль сопровождается повышением температуры тела и ознобом	Головная боль носит постоянный характер, сопровождается головокружением
Периодически возникает сильная боль, носящая разлитой характер, без четкой локализации болевой точки (область возникновения боли зависит от заболевания)	Постоянная боль ноющего характера, имеющая определенную локализацию (область возникновения боли зависит от заболевания)
Бессонница, сопровождающаяся физическим и психическим возбуждением	Сонливость
Хорошая физическая и психическая выносливость	Быстрая утомляемость (физическая и психическая)
Активная позиция при решении возникающих проблем	Пассивная позиция при решении возникающих проблем
Бодрое настроение	Пониженное (подавленное) настроение
Конституция гиперстенического типа (эти люди чаще страдают синдромом чжун-фэн*)	Конституция астенического типа (эти люди чаще страдают синдромом суй-ляо**)
Лицо гиперемированное, кожа лица блестит	Лицо бледное, имеет землистый оттенок
Глаза блестят	Глаза запавшие, тусклые
Кожа покрасневшая, отечная	Цвет кожи не изменен, отека нет
Покрасневшие и опухшие губы	Цианотичные губы
Язык красный	Язык бледный
На языке густой желтый налет	На языке белый налет
Характерными являются судороги и тетаническая ригидность мышц конечностей	Движения в конечностях ограничены
Гиперменорея	Гипоменорея
При разговоре жестикуляция выраженная, движения быстрые	При разговоре жестикуляция слабо выраженная, замедленная
Эмоциональность повышенная	Эмоциональность слабая, торпидная
Голос громкий, речь активная	Голос слабый, речь заторможенная
Дыхание глубокое, редкое, шумное	Дыхание поверхностное, учащенное, тихое
Кашель звонкий	Кашель хриплый
Пульс поверхностный, умеренно учащенный	Пульс глубокий, редкий
Кожа конечностей и туловища на ощупь горячая	Кожа конечностей и туловища на ощупь холодная
Кожные покровы, подлежащие ткани и мышцы на ощупь твердые	Кожные покровы, подлежащие ткани и мышцы на ощупь мягкие, дряблые
Преобладает тонус симпатической нервной системы	Преобладает тонус парасимпатической нервной системы
Основной обмен веществ повышен	Основной обмен веществ снижен
Артериальная гипертония	Артериальная гипотония
Сухожильные рефлексы повышены	Сухожильные рефлексы снижены
Повышенная чувствительность кожи	Пониженная чувствительность кожи

\* Признаки синдрома чжун-фэн: кровоизлияние в мозг, тромбоз мозговых артерий, паралич лицевого нерва.

\*\* Признаки синдрома суй-ляо: кашель, мокрота с кровью, интермиттирующая лихорадка, потливость, сердцебиение, ломящая боль в пояснице, слабость в ногах, поллюции.

## Характеристика симптомов ян- и инь-заболеваний

Показатель	Синдром ян	Синдром инь
Возраст больного	Чаще средний	Чаще пожилой
Характер заболевания	Острое, подострое заболевание	Хроническое заболевание
Характер болей	1. Боль острая, приступообразная, появилась недавно. 2. Боль возникает в дневное время, усиливается при ходьбе, при надавливании и применении тепловых процедур. 3. Боль острая, стреляющая, колющая, пульсирующая, поверхностная, вызывает ощущение прохождения электрического тока, имеет четкую локализацию. 4. Боль меняет локализацию. 5. Боль уменьшается при использовании холодных процедур	1. Боль хроническая, постоянная, беспокоит больного давно. 2. Боль возникает ночью, уменьшается при движении, при надавливании и применении тепловых процедур. 3. Боль сильная, разлитая, вызывает ощущение жжения, имеет глубокую локализацию, может локализоваться в костях; к этому виду боли относится боль, возникающая при ушибах, переломах, контузиях. 4. Боль имеет постоянную локализацию. 5. Боль усиливается при использовании холодных процедур
Психическое состояние больного	Состояние возбужденное, глаза живые, подвижные, речь быстрая, больной много говорит, сон поверхностный	Состояние апатичное, глаза тусклые, полузакрытые, малоподвижные, больной молчаливый, говорит неохотно, сон глубокий
Характер поведения больного	Больной активный, предприимчивый	Больной пассивный, апатичный
Голос	Громкий	Тихий
Кожа	Красная, сухая, шелушащаяся, лицо гиперемированное	Бледная, влажная, отечная, лицо бледное, пастозное
Симптомы, наблюдающиеся со стороны конечностей	Парестезии, зуд кожи, контрактуры	Слабость в конечностях, тремор пальцев рук
Тонус мышц	Повышенный, часто имеется склонность к судорогам	Пониженный
Характер дыхания	Дыхание громкое	Дыхание тихое, учащенное
Функция кишечника	Запор	Понос
Характеристика мочеиспускания	Задержка мочи	Недержание мочи
Температурные реакции организма	Потребность находиться в прохладном помещении	Потребность в тепле
Температура тела при остром заболевании или обострении хронического заболевания	Чаще высокая	Чаще субфебрильная
Функция потовых желез	Потоотделение увеличивается при физической нагрузке	Характерна потливость в покое
Потребность в приеме жидкости	У больного наблюдается жажда, предпочтение отдается холодному питью	Жажды нет, предпочтение отдается теплomu питью
Ощущения, возникающие у больного при пальпации живота	Ощущения неприятные	Ощущения приятные
Ощущения, возникающие у врача при пальпации живота	Живот твердый, неподатливый	Живот мягкий
Язык	Красный, с толстым слоем налета желтого цвета	Бледный, с тонким слоем налета белого цвета
Пульс	Сильный, напряженный, поверхностный, подавляется с трудом	Слабый, ненапряженный, глубокий, подавляется легко

Окончание таблицы 3

Сопrotивляемость организма внешним факторам	Нормальная	Пониженная
Менструальный цикл	Менструация необильная, непродолжительная	Менструация обильная, длительная

Таблица 4

Сочетание сочувственных и сигнальных точек

Меридиан	Сочувственная точка меридиана	Сигнальная точка меридиана
I (P), легких	13VII фэй-шу	1I чжун-фу
II (GI), толстой кишки	25VII да-чан-шу	25III тянь-шу
III (E), желудка	21VII вэй-шу	12XIV чжун-вань
IV (RP), селезенки – поджелудочной железы	20VII пи-шу	13XII чжань-мэнь
V (C), сердца	15VII синь-шу	14XIV цзюй-цюе
VI (IG), тонкой кишки	27VII сяо-чан-шу	4XIV гуань-юань
VII (V), мочевого пузыря	28VII пан-гуань-шу	3XIV чжун-цзи
VIII (R), почек	23VII шэнь-шу	25XI цзин-мэнь
IX (MC), перикарда	14VII цзюе-инь-шу	17XIV тань-чжун
X (TR), тройного обогревателя	22VII сань-цзяо-шу	5XIV ши-мэнь
XI (VB), желчного пузыря	19VII дань-шу	24XI жи-юе
XII (F), печени	18VII гань-шу	14XII ци-мэнь

Таблица 5

Использование седативной и тонизирующей точек меридиана в зависимости от состояния его активности

Меридиан	Время активности меридиана, часы	Седативная точка	Время пассивности меридиана, часы	Тонизирующая точка
I (P), легких	3–5	5I чи-цзе	5–7	9I тай-юань
II (GI), толстой кишки	5–7	2II эр-цзянь	7–9	11II цюй-чи
III (E), желудка	7–9	45III ли-дуй	9–11	41III цзе-си
IV (RP), селезенки – поджелудочной железы	9–11	5IV шан-цю	11–13	2IV да-ду
V (C), сердца	11–13	7V шэнь-мэнь	13–15	9V шао-чун
VI (IG), тонкой кишки	13–15	8VI сяо-хай	15–17	3VI хоу-си
VII (V), мочевого пузыря	15–17	65VII шу-гу	17–19	67VII чжи-инь
VIII (R), почек	17–19	1VIII юн-цюань	19–21	7VIII фу-лю
IX (MC), перикарда	19–21	7IX да-лин	21–23	9IX чжун-чун
X (TR), тройного обогревателя	21–23	10X тянь-цзин	23–1	3X чжун-чжу
XI (VB), желчного пузыря	23–1	38XI ян-фу	1–3	43XI ся-си
XII (F), печени	1–3	2XII син-цзянь	3–5	8XII цюй-цюань

Таблица 6

## Групповые ло постоянных классических меридианов

Групповое ло	Какие меридианы объединяет групповое ло
8X сань-ян-ло	Ручные янские II, VI, X
5IX цзянь-ши	Ручные иньские I, V, IX
39XI сюань-чжун	Ножные янские III, VII, XI
6IV сань-инь-цзяо	Ножные иньские IV, VIII, XII

Таблица 7

## Точки соединения постоянных классических меридианов

Точка соединения	Какие меридианы объединяет точка соединения	На каком уровне происходит соединение меридианов
8III тоу-вэй	Ручные янские II, VI, X между собой и с меридианом III	На уровне головы
22XI юань-е	Ручные иньские I, V, IX	На уровне боковой поверхности груди
2III сы-бай	Ножные янские III, VII, XI	На уровне головы (лица)
3XIV чжун-цзи	Ножные иньские IV, VIII, XII	На уровне живота

Таблица 8

## Применение групповых ло и точек соединений (Табеева Д. М., 2001)

Группа меридианов	Групповое ло, точка соединения	Показания к применению
Группа ручных янских меридианов II, VI, X	8X сань-ян-ло 8III тоу-вэй	Заболевания головы, лица, ушей, глаз, носа, шеи, затылка, лихорадочные состояния
Группа ножных янских меридианов III, VII, XI	39XI сюань-чжун 2III сы-бай	Заболевания головы, лица, ушей, глаз, носа, внутренних органов, психические заболевания, расстройства нервной системы, лихорадочные состояния
Группа ручных иньских меридианов I, V, IX	5IX цзянь-ши 22XI юань-е	Заболевания грудной стенки, органов грудной клетки, психические заболевания, заболевания нервной системы
Группа ножных иньских меридианов IV, VIII, XII	6IV сань-инь-цзяо 3XIV чжун-цзи	Заболевания брюшной стенки, внутренних органов брюшной полости и особенно заболевания нижней части живота и тазовых органов

Таблица 9

## Применение точки объединения в комбинации с группой меридианов, которые она объединяет (Табеева Д. М., 2001)

Точка объединения	Группы меридианов, которые объединяет точка объединения	Точка объединения	Группы меридианов, которые объединяет точка объединения
1I чжун-фу	I, IV	14XII ци-мэнь	IV, XI, XII
20II ин-сян	II, III, XIV	13XII чжан-мэнь	XI, XII
1VII цин-мин	III, IV, VII	12XIII шэнь-чжу	VII, XIII
11VII да-чжу	I, IV, VII, XI	14XIII да-чжуй	II, III, VI, VII, X, XI, XIII
1IX тянь-чи	IX, X, XII	15XIII я-мэнь	VII, XIII
17X и-фэн	X, XI	19XIII хоу-дин	II, III, VI, VII, X, XI, XIII
22X хэ-ляо	VI, X, XI	4XIV гуань-юань	IV, VIII, XII, XIV
3XI шан-гуань	II, III, X, XI	7XIV инь-цзяо	V, XI, XIV
7XI цюй-бинь	VII, X	12XIV чжун-вань	I, III, IV, X, XIV

15XI тоу-линь-ци	VII, X, XI	13XIV шан-вань	II, III, XIV
21XI цзянь-цзин	X, XI	17XIV тань-чжун	IV, VI, VIII, IX, XII, XIV
24XI жи-юе	IV, VII, XI, XII		

Таблица 10

**Применение точки-пособника и ло-пункта спаренного меридиана при синдроме избыточности энергии в меридиане**

Меридиан	Точка-пособник (седатировать)	Ло-пункт спаренного меридиана (тонизировать)
I (P), легких	9I тай-юань	6II пянь-ли
II (GI), толстой кишки	4II хэ-гу	7I ле-цюе
III (E), желудка	42III чун-ян	4IV гунь-сунь
IV (RP), селезенки – поджелудочной железы	3IV тай-бай	40III фэн-лун
V (C), сердца	7V шэнь-мэнь	7VI чжи-чжэн
VI (IG), тонкой кишки	4VI вань-гу	5V тун-ли
VII (V), мочевого пузыря	64VII цзин-гу	4VIII да-чжун
VIII (R), почек	3VIII тай-си	58VII фэй-ян
IX (MC), перикарда	7IX да-лин	5X вай-гуань
X (TR), тройного обогревателя	4X ян-чи	6IX нэй-гуань
XI (VB), желчного пузыря	40XI цю-суй	5XII ли-гоу
XII (F), печени	3XII тай-чун	37XI гуан-мин

Таблица 11

**Точки, используемые для лечения болей по ходу меридиана**

Меридиан	Противоболевая точка	Меридиан	Противоболевая точка
I (P), легких	6I кун-цзуй	VII (V), мочевого пузыря	63VII цзин-мэнь
II (GI), толстой кишки	7II вэнь-лю	VIII (R), почек	5VIII шуй-цюань
III (E), желудка	34III лян-цю	IX (MC), перикарда	4IX си-мэнь
IV (RP), селезенки – поджелудочной железы	8IV ди-цзи	X (TR), тройного обогревателя	7X хуэй-цзун
V (C), сердца	6V инь-си	XI (VB), желчного пузыря	36XI вай-цю
VI (IG), тонкой кишки	6VI ян-лао	XII (F), печени	9XII инь-бао

Таблица 12

**Сегментарная схема лечения по S. Yanagiya**

Уровень сегментарной зоны	Заболевания, которые рекомендуют лечить воздействием на точки акупунктуры, находящиеся в области сегментарной зоны
Th <sub>1</sub> –Th <sub>8</sub>	Заболевания внутренних органов грудной полости: заболевания дыхательных путей, легких, сердца, пищевода, диафрагмы
Th <sub>8</sub> –L <sub>4</sub>	Заболевания внутренних органов брюшной полости: заболевания желудка, поджелудочной железы, печени, почек, кишечника
L <sub>4</sub> и ниже	Заболевания внутренних органов брюшной полости и таза: заболевания прямой кишки, мочевого пузыря, мочеточников, половых органов

## Отношение меридианов к внутренним органам и участкам тела

Меридиан	На какие органы и участки тела влияет меридиан
I (P), легких	Носоглотка, бронхи, легкие, кожа, центральная нервная система, надпочечники
II (GI), толстой кишки	Лицо, уши, глаза, нос, язык, рот, зубы, горло, надпочечники
III (E), желудка	Пищевод, желудок, органы брюшной полости, молочные железы, слюнные железы, надпочечники, простата
IV (RP), селезенки – поджелудочной железы	Легкие, селезенка, печень, желудок, поджелудочная железа, почки, надпочечники, внутренняя поверхность ноги
V (C), сердца	Сердце, центральная нервная система, грудная клетка
VI (IG), тонкой кишки	Сердце, тонкий кишечник, нос, задняя часть шеи, локти, спина, голова
VII (V), мочевого пузыря	Голова, задняя часть шеи, спина, центральная нервная система (гипофиз), кожа, мочеполовые органы, задняя поверхность ноги
VIII (R), почек	Почки, надпочечники, детородные органы, носоглотка, желчный пузырь
IX (MC), перикарда	Сердечно-сосудистая система, нервная система, грудная клетка, желудок, половые органы
X (TR), тройного обогревателя	Сосудистая система, эндокринная система, надпочечники, локти, плечи, грудная клетка, глаза, уши
XI (VB), желчного пузыря	Печень, желчный пузырь, уши, глаза, горло, боковая поверхность грудной клетки, наружная поверхность ноги
XII (F), печени	Мочеполовые органы, матка, печень, желчный пузырь, боковая поверхность туловища, внутренняя поверхность ноги, надпочечники

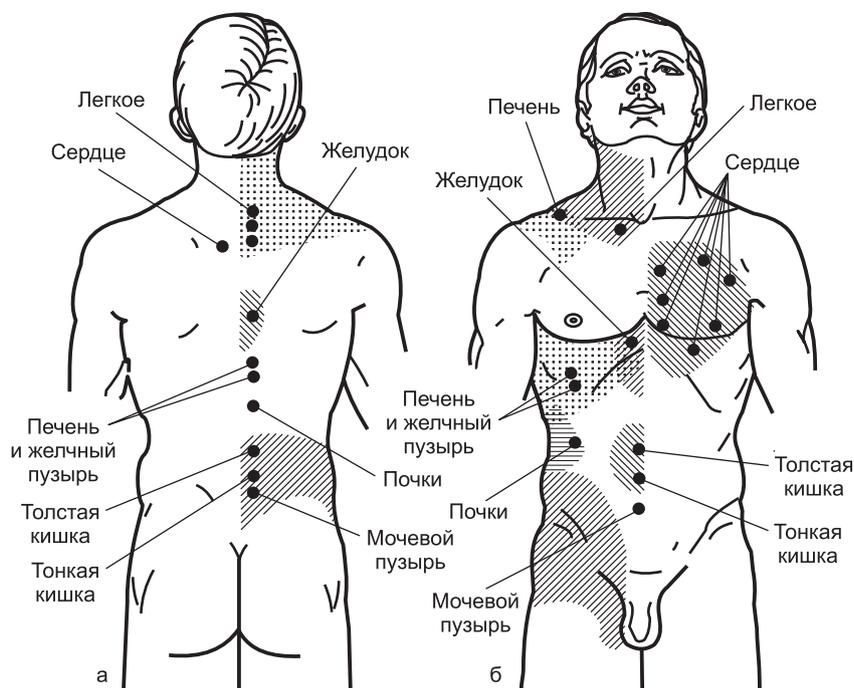
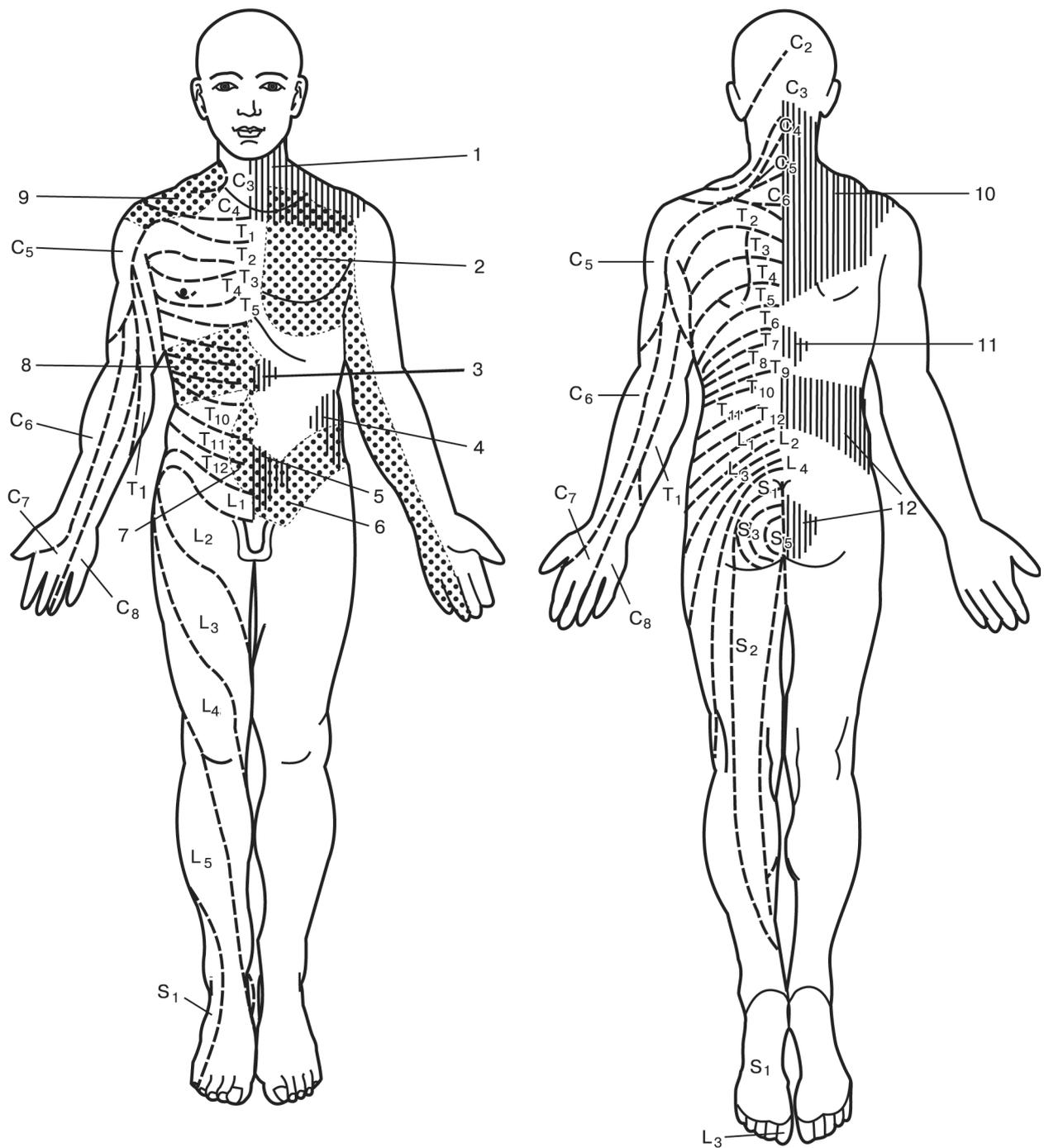


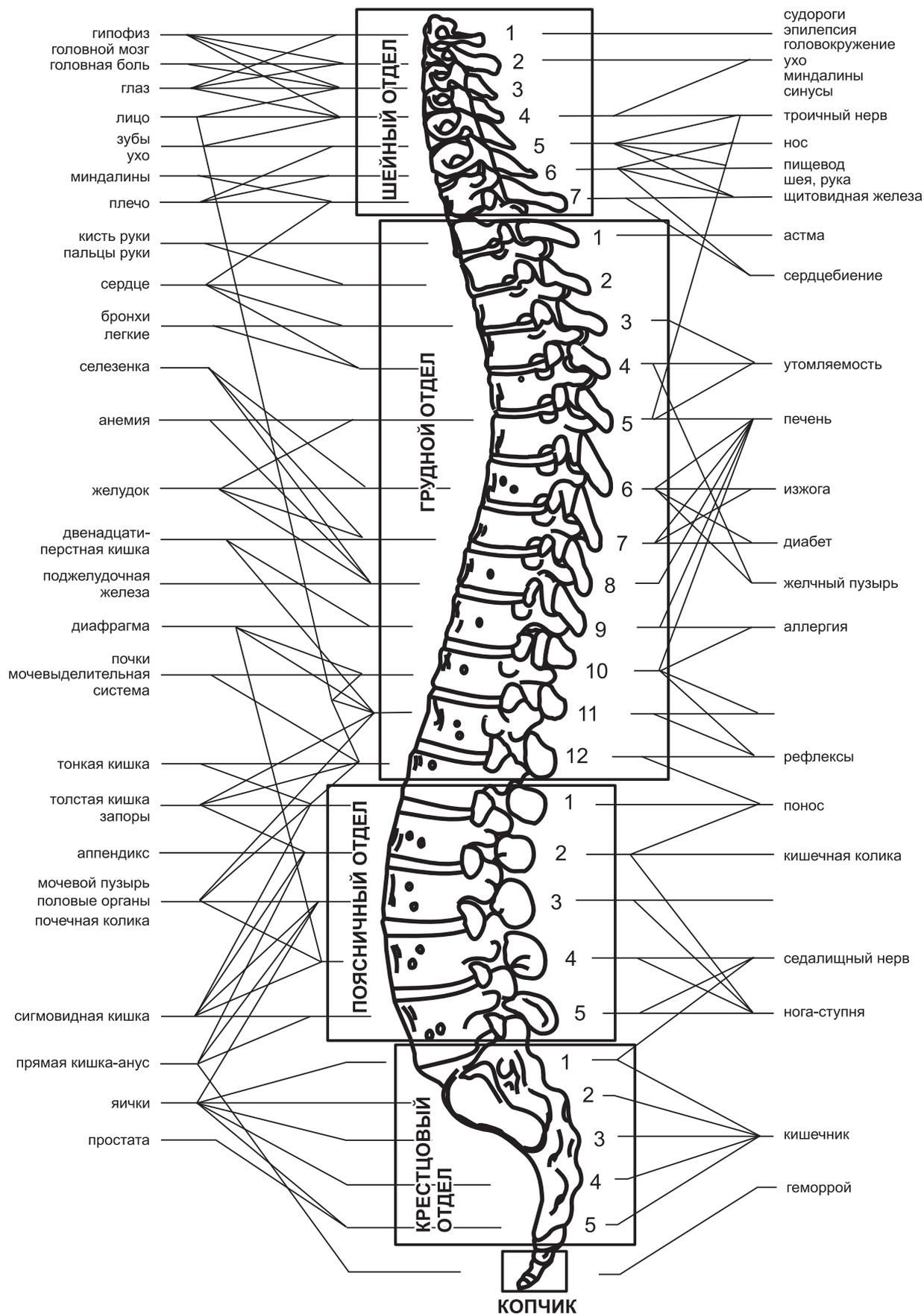
Рис. 1. Взаимоотношение сегментов позвоночника с внутренними органами



**Рис. 2.** Зоны отраженной боли, используемые при заболеваниях внутренних органов (зоны Захарьина-Геда):

1 – легкие, 2 – сердце, 3 – желудок, 4 – тонкий кишечник, 5 – мочевой пузырь, 6 – мочеточник, 7 – кишечник, 8 – печень, желчный пузырь, 9 – печень (капсула), 10 – легкое, бронхи, 11 – желудок, поджелудочная железа, 12 – мочеполовые органы, матка

Соотношение между внутренними органами и сегментарными зонами гиперанальгезии: легкое – C<sub>3</sub>–C<sub>4</sub>, T<sub>2</sub>–T<sub>5</sub>; сердце – C<sub>3</sub>–C<sub>5</sub>, T<sub>1</sub>–T<sub>5</sub>; желудок, поджелудочная железа – T<sub>3</sub>–T<sub>9</sub>; кишечник – T<sub>9</sub>–T<sub>12</sub>; печень – C<sub>3</sub>–C<sub>4</sub>, T<sub>6</sub>–T<sub>8</sub>; желчный пузырь – T<sub>6</sub>–T<sub>7</sub> (T<sub>5</sub>–T<sub>7</sub>); почка – T<sub>10</sub> (T<sub>11</sub>–L<sub>1</sub>); мочеточник – T<sub>11</sub>–T<sub>12</sub>, L<sub>1</sub>; мочевого пузыря – T<sub>11</sub>–T<sub>12</sub>, L<sub>1</sub>, S<sub>3</sub>–S<sub>4</sub>; яички, яичник – T<sub>10</sub>; придатки яичек, маточные трубы – T<sub>11</sub>–T<sub>12</sub>; тело матки – T<sub>10</sub>–L<sub>1</sub>; шейка матки – S<sub>1</sub>–S<sub>4</sub>; предстательная железа – T<sub>10</sub>–T<sub>11</sub>, S<sub>1</sub>–S<sub>2</sub>, S<sub>3</sub>



**Рис. 3.** Взаимоотношение сегментов позвоночника с внутренними органами, функциональными системами и некоторыми патологическими состояниями

## Акупунктурные рецепты

### Точки широкого спектра действия:

4II хэ-гу,  
5X вай-гуань,  
36III цзу-сань-ли,  
20XI фэн-чи,  
9IV инь-лин-цюань,  
34XI ян-лин-цюань,  
40VII вэй-чжун,  
41XI цзу-линь-ци,  
60VII кунь-лунь,  
4XIII мин-мэнь,  
62VII шэнь-май,  
20XIII бай-хуэй,  
6IX нэй-гуань.

### «Точки от ста болезней»:

4II хэ-гу,  
36III цзу-сань-ли.

**«Золотой седативный рецепт»:** 7V шэнь-мэнь, 6IX нэй-гуань, 7IX да-лин, 6IV сань-инь-цзяо, 9IV инь-лин-цюань.

**Хороший седативный эффект дают сочетания точек** 20XIII бай-хуэй и 7V шэнь-мэнь, 20XIII бай-хуэй и 7IX да-лин, 5V тун-ли и 7V шэнь-мэнь.

**Седативным действием обладают точки** 4V лин-дао, 15VII синь-шу, 8IX лао-гун, 10X тянь-цзин, 2XII син-цзянь.

### Показания китайских врачей к применению отдельных точек акупунктуры, специфические точки

**6IV сань-инь-цзяо** – все заболевания органов малого таза, все заболевания половых органов; точка носит название «точка красоты».

**12XIV чжун-вань** – все заболевания органов желудочно-кишечного тракта; точку часто применяют в одном рецепте с точкой 25III тянь-шу.

**12XIV чжун-вань** – спастический запор (специфическая точка).

**43VII гао-хуан** – гиперацидный гастрит (специфическая точка).

**43VII гао-хуан, 50VII вэй-цан** – специфические точки при всех хронических заболеваниях внутренних органов.

**18VIII ши-гуань** – запор (специфическая точка).

**40XI цю-сюй** – заболевания желчного пузыря (специфическая точка).

**4VI вань-гу, 8XIV шэнь-цюе** (в одном рецепте) – спазм желчного пузыря (специфические точки).

**4VI вань-гу, 8VI сяо-хай** – спазм желчного пузыря (специфические точки).

**12VIII да-хэ, 13VIII ци-сюе** – уретрит (специфические точки).

**9XIV шуй-фэнь** – отеки (специфическая точка).

**20XI фэн-чи** – любые проявления вегето-сосудистой дистонии.

**15II цзянь-юй** – все нарушения двигательной функции руки, в том числе после инсульта.

**3V шао-хай** – депрессия, подавленное настроение, снижение аппетита у детей; точка носит название «точка радости».

**5IX цзянь-ши** – неврастения, бессонница у взрослых, кошмарные сноведения, ночные страхи у детей.

**6VIII чжао-хай** – заболевания горла, носоглотки, спазм мышц гортани, другие заболевания, вызывающие удушье, аллергические проявления при

укусе пчел и комаров, сосудистые заболевания ног (для перечисленных заболеваний точка является специфической).

**9V шао-чун** – прединсультное состояние.

**9V шао-чун, 1VI шао-цзе** (в одном рецепте) – приступ стенокардии.

**11I шао-шан** – лихорадочные заболевания (точка обладает жаропонижающим действием).

**16VII ду-шу, 17VII гэ-шу** – бронхиальная астма (специфические точки).

**15III у-и, 16III ин-чуан** – бронхиальная астма (специфические точки).

**3VIII тай-си** – кашель, удушье.

**31VII шан-ляо** – аднексит (специфическая точка).

**«Дисменорейная точка»** – находится на середине расстояния между точками 52VII чжи-ши и 25VII да-чан-шу.

**«Точка бесплодия»** – точка расположена на 5 см кнаружи от точки 4XIV гуань-юань (специфическая точка).

**25XIII су-ляо** – приступ судорог при эпилепсии (специфическая точка). *При эпилепсии нельзя седатировать точку 36III цзу-сань-ли, осторожно воздействовать на остальные периферические точки меридиана желудка!*

**9IX чжун-чун, 9I тай-юань, 6IX нэй-гуань** – заболевания артерий.

**5IV шан-цю, 31VII шан-ляо, 38XI ян-фу** – заболевания вен.

**34XI ян-лин-цюань, 9IV инь-лин-цюань, 56VII чэн-цзинь** – заболевания мышц.

**11VII да-чжу, 5IV шан-цю** – заболевания костей.

**5X вай-гуань, 38XI ян-фу** – заболевания суставов.

**40VII вэй-чжун, 8XII цюй-цюань, 10II шоу-сань-ли** – заболевания кожи.

**4II хэ-гу, 3VI хоу-си, 10X тянь-цзин** – заболевания ушей.

**7I ле-цюе, 4II хэ-гу** – заболевания носа.

**2XII син-цзянь** – заболевания глаз.

**13VII фэй-шу, 17XIV тань-чжун** – заболевания легких.

**17VII гэ-шу, 7IX да-лин** – заболевания сердца.

**17VII гэ-шу** – заболевания органов грудной клетки (эндокардит, перикардит, плеврит, бронхит, бронхиальная астма), язва желудка, внутреннее кровотечение.

**36III цзу-сань-ли, 12XIV чжун-вань** – заболевания желудка.

**30III ци-чун, 25III тянь-шу** – заболевания кишечника.

**12III цюэ-пэнь, 30III ци-чун** – расстройство пищеварения.

**26XI дай-май, 4XIV гуань-юань** – заболевания половых органов и половые расстройства.

**7VIII фу-лю** – все заболевания органов мочевого выделения, острая почечная недостаточность, атрофия почек, расширение почечной капсулы, уретрит, цистит, геморрой, боль в пояснице, паралич ног, артериальная гипертония, эндартериит, сосудистые заболевания ног, повышенное слюноотделение, воспаление глаз; точка носит название «точка холодных ног».

**39XI сюань-чжун** – заболевания спинного мозга.

**6IX нэй-гуань** – заболевания сердца, повышенное артериальное давление, нарушение менструальной функции психогенного характера, нарушение половой функции, боль в животе неврогенного характера.

**60VII кунь-лунь** – заболевания периферических нервов.

**20XI фэн-чи, 2VIII жань-гу** – расстройства функции симпатической нервной системы.

**10VII тянь-чжу, 12XIV чжун-вань** – расстройства функции парасимпатической нервной системы.

**17VII гэ-шу, 38XI ян-фу, 43VII гао-хуан** – заболевания крови.

**40VII вэй-чжун, 4XIII мин-мэнь** – боль в пояснице.

**3VI хоу-си, 4II хэ-гу** – боль в руке.

**4V лин-дао** – артрит локтевого сустава; воздействие на точку бывает особенно эффективным, если имеется гиперемия в области точки 3V шао-хай.

**36III цзу-сань-ли, 6IV сань-инь-цзяо** – заболевания ног.

**62VII шэнь-май, 41XI цзу-лин-ци** – боль в ноге.

## Древнекитайские акупунктурные рецепты

**14XIII да-чжуй, 11II цюй-чи, 4II хэ-гу** – сочетание этих точек оказывает общеукрепляющее действие, применяется при туберкулезе, малярии, других инфекционных заболеваниях.

**14XIII да-чжуй, 36III цзу-сань-ли, 4II хэ-гу, 4XIV гуань-юань** – общая слабость.

**6IX нэй-гуань, 6IV сань-инь-цзяо** – общая слабость, истощение; сочетание этих точек оказывает общеукрепляющее действие.

**15XIV цзюй-вэй, 19XIV цзы-гун** – сочетание этих точек оказывает общеукрепляющее действие и регулирует функцию эндокринных органов.

**1VII цин-мин, 2VII цуань-чжу, инь-тан** (точки «сосудистого треугольника») – головная боль, вегетосудистая дистония.

**14XIII да-чжуй, 11II цюй-чи, 4II хэ-гу, 16XIII фэн-фу** – напряжение мышц шейно-затылочной области.

**10VII тянь-чжу, 11VII да-чжу** – боль и напряжение мышц шейно-затылочной области; воздействие на эти точки оказывает регулирующее влияние на функцию внутренних органов.

**14XIII да-чжуй, 11II цюй-чи, 4II хэ-гу, 36III цзу-сань-ли, 40III фэн-лун** – заболевания органов желудочно-кишечного тракта.

**14XIII да-чжуй, 11II цюй-чи, 4II хэ-гу, 23XIII шан-син, 20II ин-сян** – катаральные явления в носовой полости и носоглотке.

**19II хэ-ляо, 20II ин-сян** – простудные заболевания, ринит.

**4II хэ-гу, 11I шао-шан, 1II шан-ян** – заболевания глотки и гортани, верхних дыхательных путей, икота; эти точки часто используются в педиатрии.

**14XIII да-чжуй, 11II цюй-чи, 4II хэ-гу, 6IX нэй-гуань** – сепсис, уремия.

**4II хэ-гу, 7VIII фу-лю** – нарушение потоотделения (повышенное или сниженное потоотделение).

**4II хэ-гу, 11II цюй-чи, 1VII цин-мин, 23X сы-чжу-кун** – заболевания глаз.

**1XII да-дунь, 2XII син-цзянь, 3XII тай-чун, 4XII чжун-фэн** – снижение зрения, хронический конъюнктивит, блефарит.

**4II хэ-гу, 11II цюй-чи, 20II ин-сян, 19II хэ-ляо** – заболевания носа.

**4II хэ-гу, 11II цюй-чи, 8IX лао-гун, 26XIII жэнь-чжун** – заболевания зубов.

**4II хэ-гу, 11II цюй-чи, 7III ся-гуань** – заболевания зубов (зубная боль), гингивит.

**4II хэ-гу, 9I тай-юань, 11I шао-шан** – заболевания полости рта и губ.

**4II хэ-гу, 11II цюй-чи, 6III цзя-чэ, 10I юй-цзи** – заболевания глотки и гортани.

**11II цюй-чи, 15II цзянь-юй** – заболевания глотки, гортани, трахеит.

**4II хэ-гу, 11II цюй-чи, 4III ди-цан, 7III ся-гуань** – паралич лицевого нерва, тик и контрактура мышц.

**4II хэ-гу, 11II цюй-чи, 40III фэн-лун** – лицевая невропатология (невралгия тройничного нерва, парез лицевого нерва и др.), контрактура мимических мышц.

**4II хэ-гу, 11II цюй-чи** – спазм лицевых мышц, головная боль, неприятные ощущения в глазах, катаральные явления в носовой полости и носоглотке.

**15II цзянь-юй, 11II цюй-чи** – инсульт, ангина, плеврит, заболевания, сопровождающиеся кашлем, боль и напряжение мышц в плечелопаточной области.

**30XI хуань-тяо, 34XI ян-лин-цюань, 11II цюй-чи, 15II цзянь-юй** – заболевания органов нижней части тела.

**11II цюй-чи, 40VII вэй-чжун, 8II ся-лянь, 39III ся-цзюй-суй** – катаральные явления верхних дыхательных путей, ревматизм.

**11II цюй-чи, 34XI ян-лин-цюань** – заболевания легких, печени, почек, органов желудочно-кишечного тракта; сочетание этих точек повышает устойчивость к утомлению и нервному напряжению, оказывает общеукрепляющее действие на организм.

**5XIV ши-мэнь, 7XIV инь-цзяо** – сочетание этих точек

оказывает стимулирующее действие на сердце, легкие, брюшную аорту.

- 25III тянь-шу, 12XIV чжун-вань, 6XIV ци-хай, 8XIV шэнь-цюе** – хронические заболевания органов брюшной полости.
- 36III цзу-сань-ли, 42III чун-ян, 21VII вэй-шу, 13XII чжан-мэнь** – снижение аппетита.
- 36III цзу-сань-ли, 12III цюэ-пэнь, 21XIV сюань-цзи** – нарушение секреторной функции желудка.
- 36III цзу-сань-ли, 4II хэ-гу** – заболевания органов желудочно-кишечного тракта.
- 36III цзу-сань-ли, 8IX лао-гун** – заболевания органов желудочно-кишечного тракта.
- 36III цзу-сань-ли, 6IV сань-инь-цзяо** – желудочно-кишечные расстройства.
- 36III цзу-сань-ли, 12XIV чжун-вань** – заболевания органов желудочно-кишечного тракта, рвота, понос.
- 36III цзу-сань-ли, 34XI ян-лин-цюань** – заболевания органов желудочно-кишечного тракта, заболевания ног.
- 39III ся-цзюй-сюй, 6XIV ци-хай** – все заболевания желудка.
- 3IX цюй-цзе, 40VII вэй-чжун** – рвота, понос, фурункулез, кровотечение (рекомендуют делать укол иглой до появления капли крови).
- 17VIII шан-цюй, 18VIII ши-гуань, 19VIII инь-ду, 20VIII фу-тун-гу, 21VIII ю-мэнь** – желудочно-кишечные заболевания (понижение аппетита, боль в животе, запор, вздутие кишечника), заболевания печени, рвота беременных.
- 40III фэн-лун, 34XI ян-лин-цюань** – запор; воздействие на эти точки улучшает психоэмоциональное состояние.
- 10XIV ся-вань, 11XIV цзянь-ли, 13XII чжан-мэнь** – заболевания желчного пузыря.
- 4II хэ-гу, 3XII тай-чун, 40III фэн-лун** – расстройства нервной системы.
- 20XIII бай-хуэй, 7IX да-лин** – сочетание этих точек оказывает успокаивающее действие при заболеваниях нервной системы.
- 5IX цзянь-ши, 7IX да-лин** – бессонница, все заболевания кожи.
- 5V тун-ли, 7V шэнь-мэнь** – состояние тревоги, «экзакменационный невроз».
- 3V шао-хай, 8IX лао-гун** – депрессия.
- 4V лин-дао, 5V тун-ли, 6V инь-си, 7V шэнь-мэнь** – афония психогенного генеза.
- 4II хэ-гу, 3XII тай-чун** – заболевания, сопровождающиеся спутанным сознанием.
- 4II хэ-гу, 3XII тай-чун, 7V шэнь-мэнь** – эпилепсия.
- 4II хэ-гу, 3XII тай-чун, 40III фэн-лун, 34XI ян-лин-цюань, 20XIII бай-хуэй** – шизофрения.
- 6XIV ци-хай, 25III тянь-шу** – заболевание мочеполовых органов.
- 23VII шэнь-шу, 25VII да-чан-шу, 30VII бай-хуань-шу, 31VII шан-ляо, 32VII цы-ляо, 33VII чжун-ляо, 34VII ся-ляо, 60VII кунь-лунь, 62VII шэнь-май, 67VII чжи-инь** – заболевания мочевого пузыря, энурез.
- 4II хэ-гу, 10II шоу-сань-ли, 36III цзу-сань-ли, 20XIII бай-хуэй** – энурез.
- 3XIV чжун-цзи, 4XIV гуань-юань, 6XIV ци-хай** – заболевания половых органов.

**11VIII хэн-гу, 12VIII да-хэ, 13VIII ци-сюе, 14VIII сы-мань, 15VIII чжун-чжу, 16VIII хуан-шу** – заболевания мочеполовых органов, задержка мочи, ночное недержание мочи, импотенция, нарушение менструального цикла.

**2XII син-цзянь, 5XII ли-гоу** – парез мочевого пузыря.

**8XII цюй-цюань, 9XII инь-бао** – анурия, спазм мышц бедра и стопы.

**6IV сань-инь-цзяо, 11II цюй-чи** – заболевания матки, яичников, дерматиты, фурункулез.

**14XIII да-чжуй, 6IX нэй-гуань** – гидроторакс.

**10I юй-цзи, 3VIII тай-си** – туберкулез, другие заболевания легких, астеническое состояние при нарушении половой функции.

**27VIII шу-фу, 21VIII ю-мэнь** – бронхиальная астма, заболевания, сопровождающиеся кашлем.

**6VIII чжао-хай, 7VIII фу-лю, 6IV сань-инь-цзяо** – эндартериит; сочетание этих точек усиливает кровообращение в ногах.

**34XI ян-лин-цюань, 30XI хуань-тяо, 4II хэ-гу** – заболевания суставов, периартрит, двигательные и чувствительные нарушения ног, ишиас, хронический запор.

**2XII син-цзянь, 3XII тай-чун** – судороги мышц.

**23VIII шэнь-фэн, 24VIII лин-сюй, 25VIII шэнь-цан** – понижение функции щитовидной железы.

## Дополнительные акупунктурные рецепты\*

**Астения, повышенная утомляемость** – 4II хэ-гу, 36III цзу-сань-ли, 4IV гунь-сунь, 6IX нэй-гуань (тонизировать).

**Боль в затылочной области головы** – 16XIII фэн-фу, 17XIII нао-ху, 20XI фэн-чи, 21XI цзянь-цзин, 10VII тянь-чжу, 11VII да-чжу, 14XIII да-чжуй (седатировать), 3VI хоу-си, 8X сань-ян-ло, 62VII шэнь-май (тонизировать).

**Боль в височно-теменной области головы** – 20XIII бай-хуэй, 7XI цюй-бинь, 8XI шуай-гу, 17XI чжэн-ин, 18XI чэн-лин, 19X лу-си, 20X цзяо-сунь, РС1 сы-шэнь-цун.

**Боль в лобной области головы** – 2VII цуань-чжу, 3VII мэй-чун, 4VII цюй-ча, 14X цзянь-ляо, 23XIII шан-син, 8III тоу-вэй, РС3 инь-тан (седатировать), 4II хэ-гу, 36III цзу-сань-ли, 44III нэй-тин, 10II шоу-сань-ли (тонизировать).

*При головной боли на фоне гипертензии* применяют точки РС9 тай-ян, 21XI цзянь-цзин, 20XIII бай-хуэй, 2XII син-цзянь, 45III ли-дуй, 67VII чжи-инь (седатировать); *при головной боли на фоне гипотензии* – точки 4XIII мин-мэнь, 14XIII да-чжуй, 11II цюй-чи, 36III цзу-сань-ли, 6IV сань-инь-цзяо (тонизировать); *при головной боли на фоне высокой температуры* – точки 11II цюй-чи, 36III цзу-сань-ли (седатировать), 11I шао-шан, 1II шан-ян (укол до появления капли крови).

\* Дополнительные рецепты составлены с учетом рекомендаций Д. М. Табеевой, Г. Лувсана, В. Г. Вогралика, М. В. Вогралика, Н. Schmidt и других авторов.

**Шесть рецептов китайских врачей для лечения головной боли:** 41III цзе-си и 44III нэй-тин, 38XI ян-фу и 34XI ян-лин-цюань, 60VII кунь-лунь и 65VII шу-гу, 3X чжун-чжу и 6X чжи-гоу, 5V тун-ли и 6IX нэй-гуань, 3II сань-цзянь, 6IV сань-инь-цзяо и 9IV инь-лин-цюань.

**Китайский рецепт точечного массажа при головной боли:** воздействуют на обе точки 4II хэ-гу в течение 5 мин и на внемеридианную точку инь-тан в течение 5 мин.

**Головокружение** – точка на шее, расположенная на 1 см ниже мочки уха в углублении между углом нижней челюсти и грудино-ключично-сосцевидной мышцей, болезненная при пальпации (является специфической точкой при головокружении).

*Головокружение в сочетании с побледнением, холодным потом, оглушенностью* – 20XI фэн-чи, 34XI ян-лин-цюань, 3V шао-хай, 5V тун-ли, 4VI вань-гу, 6VI ян-лао, 3X чжун-чжу (тонизировать), 10VII тянь-чжу, 65VII шу-гу (седатировать).

*Головокружение в сочетании с повышенным артериальным давлением, гиперемией лица, дискоординацией* – 62VII шэнь-май, 21XI цзянь-цзин, 41XI цзю-линь-ци, 2VII цуань-чжу, 3VII мэй-чун, 5VII у-чу, 10VII тянь-чжу, 2X е-мэнь (седатировать).

*Головокружение вследствие недостаточности мозгового кровообращения (обморок, коллапс)* – 1IV инь-бай (укол иглой до капли крови) и 36III цзю-сань-ли (иглу вводят подкожно на 1 мин).

**Сонливость** – 6VIII чжао-хай, 3VIII тай-си, 1VIII юн-цюань, 3V шао-хай, 5V тун-ли, 45III ли-дуй, 12VII фэн-мэнь, 20VII пи-шу, 21XI цзянь-цзин, 22XIII синь-хуэй (тонизировать), 5IV шан-цю, 2II эр-цзянь, 3II сань-цзянь (седатировать).

**Бессонница** – 62VII шэнь-май, 7V шэнь-мэнь, 10X тянь-цзин, 2XII син-цзянь, 6IX нэй-гуань, 1IV инь-бай, 6IV сань-инь-цзяо, 15VII синь-шу, 23VII шэнь-шу, 14XI ян-бай, 20XI фэн-чи, 12XIV чжун-вань, 36III цзю-сань-ли (седатировать), 3VI хоу-си, 3VIII тай-си, 16X тянь-ю (тонизировать).

Рекомендации Н. Schmidt при бессоннице: седатировать точки 14XIII да-чжуй и 20XI цзянь-цзин (на точку 20XI воздействуют осторожно) или воздействовать на точку, находящуюся на 0,5–0,6 см выше точки 17XI чжэн-ин, иглу вводить в направлении к кончику носа, время воздействия 10–20 мин. Указанные точки при нарушении сна автор считает специфическими.

Рекомендации китайских врачей: точки 15VII синь-шу, 23VII шэнь-шу, 6IX нэй-гуань, 7V шэнь-мэнь; данное сочетание точек рекомендуют, если бессонница сопровождается головной болью.

**Кошмарные сноведения** – 15VII синь-шу, 44III нэй-тин (седатировать), 7IX да-лин, 4V лин-дао, 9V шао-чун, 19XIII хоу-дин, 9IX чжун-чун (тонизировать).

**Артериальная гипертензия** – 20XI фэн-чи, 21XI цзянь-цзин, 38XI ян-фу, 2XII син-цзянь, 10X тянь-цзин, 16X тянь-ю, 22VII сань-цзяо-шу, 23VII шэнь-шу, 6IX нэй-гуань, 7IX да-лин, 17XIV тань-чжун, 14XIV цзю-цюе, 1VIII юн-цюань (седатировать). Дополнительно в рецепт включают точки 11III цюй-чи, 36III цзю-сань-ли, РС3 инь-тан.

*При сильной головной боли, ощущении удушья и сдавления в груди* Г. Лувсан рекомендует в точку 9III жэнь-ин осторожно ввести иглы с двух сторон на глу-

бину 0,5–1 см или подкожно, под контролем артериального давления иглы оставляют на 15–20 мин.

Китайские врачи при гипертонической болезни придают большое значение воздействию на точку 36III цзю-сань-ли методом прижигания.

*При артериальной гипертонии в одном сеансе противопоказано воздействовать на точки 9III жэнь-ин и 1VIII юн-цюань, так как это может вызвать резкое снижение артериального давления вплоть до коллапса.*

**Артериальная гипотензия** – 5VIII шуй-цюань, 7VIII фу-лю, 7V шэнь-мэнь, 9V шао-чун, 15VII синь-шу, 32VII цы-ляо, 65VII шу-гу (тонизировать). Выбор точек обусловлен тем, что при гипотензии возникает синдром пустоты меридиана почек, мочевого пузыря и сердца.

**Стенокардия** – во время приступа стенокардии тонизируют точки 3V шао-хай (или 4V лин-дао) и 6IX нэй-гуань и делают укол в точку 1VI шао-цзе до получения капли крови.

*В межприступном периоде* используют точки 15VII синь-шу, 14VII цзюе-инь-шу, 6IX нэй-гуань, 17XIV тань-чжун, 10IV сюе-хай, новую точку син-пин (находится на меридиане сердца на 3 см дистальнее точки 3V шао-хай) и точку РС54 цзюй-цзюе (расположена несколько ниже верхнего внутреннего угла лопатки, для нахождения точки больной должен обхватить рукой противоположное плечо, при этом третий палец укажет точку).

Дополнительными точками являются точки 3VIII тай-си, 4XIII мин-мэнь, 14XIII да-чжуй, 36III цзю-сань-ли, 17VII гэ-шу. На точки, расположенные на спине, воздействуют 2 мин, на остальные точки – 20 мин (без дополнительного раздражения).

**Сердцебиение** – 4IX си-мэнь, 5IX цзянь-ши, 6IX нэй-гуань, 7IX да-лин, 3V шао-хай, 5V тун-ли, 7V шэнь-мэнь, 8V шао-фу, 11VII да-чжу, 14VII цзюе-инь-шу, 15VII синь-шу, 4IV гунь-сунь, 26XIII жэнь-чжун (седатировать).

**Пароксизмальная тахикардия** – 7VIII фу-лю, 3V шао-хай, 5V тун-ли, 4IX си-мэнь, 14XIV цзюй-цюе, 17XIV тань-чжун, 15VII синь-шу (тонизировать).

*При пароксизмальной тахикардии точку 15VII не седатировать, так как это может вызвать приступ!*

#### Самопомощь при стенокардии

Большим и указательным пальцем сдавить мизинец противоположной руки с обеих сторон у основания ногтя, воздействуя одновременно на точки 9V шао-чун и 1VI шао-цзе. На указанные точки сначала воздействовать на одной руке, затем на другой. Можно также зажать кончик мизинца в области основания ногтя между зубами. Дополнительно использовать точку 17XIV тань-чжун, которая соединяет пять инь-меридианов. Точка расположена на средней линии грудины, на уровне четвертого межреберья (у мужчин – на уровне сосков). В нижней части грудины на указанной линии найти болезненную точку. Другой дополнительной точкой является точка 3V шао-хай, которая находится на внутреннем конце локтевой складки (руку повернуть ладонью кпереди).

**Экстрасистолия** – показаны те же точки, что и при стенокардии. Дополнительно применяют точки 1I чжун-фу, 7V шэнь-мэнь, 15VII синь-шу, 5IX цзянь-ши, которые седатируют.

**Недостаточность периферического кровообращения в нижних конечностях, облитерирующий эндартериит** – во время сеанса используют точки 2XII син-цзянь (или 3XII тай-чун), 40III фэн-лун (или 44III нэй-тин), 40XI цю-суй (или 41XI цзу-линь-ци), 56VII чэн-цзинь (или 57VII чэн-шань), 58VII фэй-ян (или 60VII кунь-лунь); дополнительно воздействуют на одну из точек общего действия (36III цзу-сань-ли, 34XI ян-лин-цюань, 40VII вэй-чжун) и на пару люмба-сакральных точек (31VII шан-ляо – 32VII цы-ляо или 33VII чжун-ляо – 34VII ся-ляо).

Проводят один сеанс в неделю. На следующий сеанс точки меняют. По мере улучшения состояния сеансы иглоукалывания сокращают до одного раза в месяц. Иглы вводят поверхностно, до подкожной клетчатки, время воздействия – 30 мин (рекомендации Г. Лувсана).

**Одышка** – 1I чжун-фу, 7I ле-цюе, 6II пянь-ли, 7V шэнь-мэнь, 13VII фэй-шу, 15VII синь-шу, 6VIII чжао-хай, 14XII ци-мэнь, 20XIV хуа-гай, 22XIV тянь-ту (седатировать), 9I тай-юань, 9V шао-чун, 7VII тун-тянь, 3XII син-цзянь (тонизировать).

**Кашель** – 1I чжун-фу, 5I чи-цзе, 14XIV цзюй-цюе, 17XIV тань-чжун, 22XIV тянь-ту, 12VII фэн-мэнь, 13VII фэй-шу, 43VII гао-хуан, 27VIII шу-фу, 14XII ци-мэнь, 9XIII чжи-ян, 11XIII шэнь-дао, 12XIII шэнь-чжу (седатировать), 11II цюй-чи, 40III фэн-лун, 3VIII тай-си (тонизировать).

*При хроническом кашле* прижигают точки 13VII фэй-шу, 23VII шэнь-шу, 43VII гао-хуан, 36III цзу-сань-ли.

*При сухом кашле* седатируют точку 13VII фэй-шу иглой, точку 4IX си-мэнь – прижиганием.

*При сухом, раздражающем горло кашле* Г. Лувсан рекомендует применять точки 22XIV тянь-ту (иглу вводят за грудину, направляют вниз до получения предусмотренных ощущений, иррадирующих в трахею), 14XIV цзюй-цюе (иглу вводят в сторону мечевидного отростка), 14XII ци-мэнь (иглу вводят снизу вверх до получения предусмотренных ощущений, иррадирующих в грудь).

**Бронхиальная астма** – 2I юнь-мэнь, 15XIV цзю-вэй, 17XIV тань-чжун, 22XIV тянь-ту, 23XIV лян-цюань, 11VII да-чжу, 13VII фэй-шу, 43VII гао-хуан, 6IV сань-инь-цзяо, 15III у-и, 16III ин-чуан, 17III жу-чжун (седатировать). Последние две точки являются специфическими при бронхиальной астме.

Дополнительно при бронхиальной астме применяют точки 10XIII лин-тай, 14XIII да-чжуй, 7I ле-цюе, 4II хэ-гу, 36III цзу-сань-ли.

*При астматическом приступе* применяют следующий рецепт Г. Лувсана: 1II шан-ян и 11I шао-шан (до капли крови), 9III жэнь-ин (иглу вводят на 30 с), 14XIV цзюй-цюе, 12XIV чжун-вань, 22XIV тянь-ту (иглы вводят на 5 мин), седатируют точки 10VII тянь-чжу, 20XI фэн-чи, 21XI цзянь-цзин.

Для прекращения образования слизи, более легко отхождения мокроты, улучшения общего состояния *при тяжелом течении бронхиальной астмы* Г. Лувсан рекомендует следующие точки: 9III жэнь-ин (иглу

вводят на 2–3 мин), 22XIV тянь-ту (иглу вводят на глубину 1 см ретростернально), 5I чи-цзе, 7I ле-цюе, 3VIII тай-си, 26VIII юй-чжун, 27VIII шу-фу, 12XIV чжун-вань, 17XIV тань-чжун, 1I чжун-фу (время воздействия – 15–20 мин), 12VII фэн-мэнь, 13VII фэй-шу, 17VII гэ-шу, 23VII шэнь-шу, 11XIII шэнь-дао (время воздействия – 1 мин).

**Отсутствие аппетита** – 4IV гунь-сунь, 36III цзу-сань-ли, 42III чун-ян, 44III нэй-тин, 3XII тай-чун, 14XII ци-мэнь, 10XIV ся-вань, 12XIV чжун-вань (тонизировать).

Отсутствие аппетита неврогенного генеза – 6IX нэй-гуань, 4IV гунь-сунь, 17VIII шан-цюй, 19VIII инь-ду, 18VII гань-шу, 19VII дань-шу, 20VII пи-шу, 23VII шэнь-шу, 13III ци-ху, 25III тянь-шу, 12XIV чжун-вань, 3XII тай-чун (тонизировать).

**Тошнота** – 4IV гунь-сунь, 5IV шан-цю, 6IX нэй-гуань, 23III тай-и, 36III цзу-сань-ли, 21VII вэй-шу, 23VII шэнь-шу, 20XIII бай-хуэй, 12XIV чжун-вань (седатировать).

**Рвота** – 4IV гунь-сунь, 6IX нэй-гуань, 2XII син-цзянь, 34XI ян-лин-цюань, 25III тянь-шу, 42III чун-ян, 21VII вэй-шу, 13XII чжан-мэнь (седатировать).

**Изжога** – 4IV гунь-сунь, 36III цзу-сань-ли, 10XIV ся-вань, 12XIV чжун-вань, 17VII гэ-шу, 21VII вэй-шу, 22VII сань-цзяо-шу (седатировать).

**Метеоризм** – 25III тянь-шу, 36III цзу-сань-ли, 1IV инь-бай, 2IV да-ду, 3IV тай-бай, 4IV гунь-сунь, 19VII дань-шу, 20VII пи-шу, 23VII шэнь-шу, 62VII шэнь-май, 3XIV чжун-цзи, 4XIV гуань-юань, 6XIV ци-хай, 12XIV чжун-вань (седатировать). *При вздутии в эпигастральной области* – тонизировать 2IV да-ду, 10VIII инь-гу, 36III цзу-сань-ли. *При вздутии в боковой части живота* – тонизировать 4IV гунь-сунь, седатировать 14XII ци-мэнь и 41XI цзу-линь-ци. *При вздутии в нижней части живота* – седатировать 25VII да-чан-шу, 27VII сяо-чан-шу, тонизировать 10VIII инь-гу и 3XIV чжун-цзи.

**Острый гастрит** – 5VI ян-гу, 41III цзе-си (тонизировать), после извлечения игл подкожно вводят иглы в точки 13XIV шан-вань, 21III лян-мэнь, 6IX нэй-гуань, одновременно седатируют точки 44III нэй-тин, 43XI ся-си, 6X чжи-гоу. Все иглы снимают одновременно. Прижигают точку 34III лян-цю. В случае рвоты дают выпить соленой воды и вводят иглу в точку 13XIV шан-вань; иглу вращают, пока не прекратится рвота (рекомендации Г. Лувсана).

**Хронический гипоцидный гастрит** – 12XIV чжун-вань, 10XIV ся-вань, 6XIV ци-хай, 21III лян-мэнь, 18VII гань-шу, 20VII пи-шу, 4IV гунь-сунь, 9IV инь-лин-цюань (тонизировать). Указанные точки рекомендуется также прижигать.

**Хронический гиперацидный гастрит** – 12XIV чжун-вань, 14XII ци-мэнь, 21III лян-мэнь (иглы вводят на 10 мин, затем прижигают), 3XII тай-чун (тонизировать), 34XI ян-лин-цюань, 19VII дань-шу (седатировать). Прижигают точку 43VII гао-хуан (является специфической точкой при гиперацидном гастрите).

**Хронический запор** – 4XIV гуань-юань, 6XIV ци-хай, 12XIV чжун-вань, 25III тянь-шу, 27III шу-фу, 36III цзу-сань-ли, 11II цюй-чи, 20VII пи-шу, 21VII вэй-шу, 23VII шэнь-шу, 25VII да-чан-шу, 46VII гэ-гуань, 3VIII тай-си, 6VIII чжао-хай 4IV гунь-сунь (тонизировать).

Предлагаются также следующие варианты аку-пунктурных рецептов.

**Вариант первый:** тонизируют точку 12XIV чжун-вань (точка особенно показана при спастическом запоре) и две точки 4IV гунь-сунь.

**Вариант второй:** при спастическом запоре тонизируют точку Киношита. Иглу вводят на глубину 3–4 см в направлении заднего прохода и проводят раздражение иглой в течение 1 мин. Точка Киношита находится на верхнем крае подвздошной кости на уровне точки 25III тянь-шу с левой стороны.

**Вариант третий:** при атоническом и спастическом запорах тонизируют точку Янажия. Точка находится в левой стороне нижней части живота на 3 цуня ниже и на 1 цунь влево от пупка. При атоническом запоре иглу вводят на выдохе вертикально до брюшины, время воздействия 1 мин. При спастическом запоре иглу вводят на вдохе на небольшую глубину, вращают до получения предусмотренных ощущений, иррадирующих в задний проход, удаляют иглу на вдохе.

**Вариант четвертый:** тонизируют точку Шмидта. Точка находится с левой стороны живота на середине линии от пупка до передней верхней ости подвздошной кости. При атоническом и спастическом запорах иглой воздействуют тем же методом, что и при использовании точки Янажия.

**Вариант пятый:** тонизируют точку Савада. Точка находится на уровне точки 7V шэнь-мэнь, между меридианами сердца и тонкой кишки.

**Хронический понос (энтерит, колит)** – 25III тянь-шу, 6IV сань-инь-цзяо, 6XIV ци-хай (тонизировать). Согласно Н. Schmidt, эти точки используют при поносе со вздутием живота.

При поносе с рвотой Г. Лувсан рекомендует воздействовать на точки 6X чжи-гоу (седатировать иглой), 3VIII тай-си (тонизировать прижиганием), 18X ци-май (седатировать прижиганием). Применяют также точки 12XIV чжун-вань, 4XIV гуань-юань, 6XIV ци-хай, 25III тянь-шу, 27III да-цзюй, 10II шоу-сань-ли, 11II цюй-чи, 36III цзу-сань-ли, 20VII пи-шу, 25VII да-чан-шу, 32VII цы-ляо, 9IV инь-лин-цюань, 3XII тай-чун.

**Кишечная колика** – 17VII гэ-шу, 21VII вэй-шу, 22VII сань-цзяо-шу, 45VII и-си (седатировать).

**Острый холецистит** – 34XI ян-лин-цюань, 38XI ян-фу, 41XI цзу-линь-ци, 17VII гэ-шу, 19VII дань-шу (седатировать), 3VIII тай-си, 4XIV гуань-юань (или 3XIV чжун-цзи), 23VII шэнь-шу, 3XII тай-чун, 8XII цюй-цюань, 14XII ци-мэнь, 18VII гань-шу (тонизировать).

Так как при хроническом холецистите возникает синдром пустоты меридиана почек, к указанным точкам добавляют точки 7VIII фу-лю, 10VIII инь-гу, 5XIV ши-мэнь, 47VII хунь-мэнь, которые тонизируют. При слазме желчного пузыря седатируют точки 4VI вань-гу и 8VI сяо-хай (являются специфическими точками). При атонии желчного пузыря тонизируют точки 4IV гунь-сунь, 6IV сань-инь-цзяо, 3XII тай-чун.

Китайские иглотерапевты главными точками при остром холецистите считают точки 24XI жи-юе, 14XII ци-мэнь, 19VII дань-шу.

**Недержание мочи.** Используют следующие варианты выбора точек: *первый вариант* – 2XII син-цзянь, 3XII тай-чун, 7VIII фу-лю, 5V тун-ли, 7V шэнь-мэнь,

9I тай-юань, 4XIV гуань-юань, 23VII шэнь-шу, 27VIII шу-фу, 31VII шан-ляо; *второй вариант* – 7I ле-цюе, 9I тай-юань, 8V шао-фу, 7XIV инь-цзяо, 5XIV ши-мэнь, 1XII да-дунь, 2IV да-ду, 3IV тай-бай, 4IV гунь-сунь; *третий вариант* – 3XIV чжун-цзи, 4XIV гуань-юань, 6XIV ши-мэнь, 20VII пи-шу, 24VII ци-хай-шу, 26VII гуань-юань-шу, 27VII сяо-чан-шу, 28VII пан-гуань-шу, 31VII шан-ляо, 32VII цы-ляо, 33VII чжун-ляо, 34VII ся-ляо, 1XIV хуэй-инь (у мужчин), 1XIII чан-цян (у женщин). Используют метод тонизации.

*При лечении людей среднего и пожилого возраста* тонизируют точки 22VII сань-цзяо-шу, 23VII шэнь-шу, 28VII пан-гуань-шу, 67VII чжи-инь, 2XIII яо-шу, 4XIII мин-мэнь, 6XIII цзи-чжун, 30III ци-чун. Сеансы проводят через 5–7 дней. Рекомендации даны Г. Лувсаном.

**Задержка мочи** – 3XIV чжун-цзи, 4XIV гуань-юань, 28III шуй-дао, 23VII шэнь-шу, 28VII пан-гуань-шу, 52VII чжи-ши, 7VIII фу-лю (тонизировать), 6IV сань-инь-цзяо, 9IV инь-лин-цюань, 65VII шу-гу, 2VIII жань-гу (седатировать).

**Уретрит** – 12VIII да-хэ, 13VIII ци-сюе (специфические точки). Воздействуют на ту точку, которая при пальпации дает боль, иррадирующую в уретру. Используют также точку PC80 ся-чжуй (расположена под остистым отростком третьего поясничного позвонка).

**Цистит** – 6IV сань-инь-цзяо, 2XII син-цзянь, 3XIV чжун-цзи, 12VIII да-хэ (седатировать, добиваясь сильных предусмотренных ощущений). В акупунктурный рецепт включают также точки 45VII и-си, 50VII вэй-цан, 32VII цы-ляо, 33VII чжун-ляо. Последние две точки рекомендуют применять на каждом сеансе.

**Простатит** – 2XII син-цзянь, 3XII тай-чун, 8XII цюй-цюань, 29III гуй-лай, 31VII шан-ляо, 32VII цы-ляо, 6IV сань-инь-цзяо. На последнюю точку воздействуют с двух сторон, добиваются появления предусмотренных ощущений с иррадиацией в область промежности.

**Пиелонефрит** – 6VIII чжао-хай, 7VIII фу-лю, 4XIV гуань-юань, 23VII шэнь-шу (тонизировать), 28VII пан-гуань-шу, 54VII чжи-бянь, 65VII шу-гу (седатировать). Иглоукалывание применяют при данном заболевании как вспомогательное средство.

**Почечнокаменная болезнь** (приступ боли) – 3VIII тай-си, 6VIII чжао-хай, 10VIII инь-гу, 10II шоу-сань-ли, 24III хуа-жоу-мэнь, 28III шуй-дао, 22VII сань-цзяо-шу, 23VII шэнь-шу, 52VII чжи-ши, 25XI цзин-мэнь, 26XI дай-май (*первый вариант*). Воздействуют на наиболее болезненные при надавливании точки.

*При втором варианте* используют точки 60VII кунь-лунь, 3XII тай-чун, 3VIII тай-си, 9IV инь-лин-цюань, 10X тянь-цин, 40XI цю-суй. Дополнительно воздействуют на одну из следующих точек: 21VII вэй-шу, 22VII сань-цзяо-шу, 23VII шэнь-шу, 24VII ци-хай-шу, 25VII да-чан-шу, 26VII гуань-юань-шу, 27VII сяо-чан-шу, 28VII пан-гуань-шу.

При лечении обязательно седатируют точку 25XI цзин-мэнь и точки, расположенные по ходу мочеточников (25III тянь-шу, 28III шуй-дао, 14IV фу-цзе, 15IV да-хэн). Особое значение придают точке 28III шуй-дао, которую прогревают.

**Импотенция** – 8XII цюй-цюань, 7VIII фу-лю, 9V шао-чун (тонизировать). Эти точки применяют на пер-

вом этапе лечения с целью тонизации меридианов почек, печени и сердца, в которых имеется недостаток энергии. Воздействие осуществляют на тонизирующие точки этих меридианов. На втором этапе тонизируют иглами или прижигают точки 23VII шэнь-шу, 32VII цы-ляо, 33VII чжун-ляо, 3XIII яо-ян-гуань, 4XIV гуань-юань. При болезненности точек 26VII гуань-юань-шу и 27VII сяо-чан-шу их прижигают.

Китайские иглотерапевты применяют при лечении импотенции точки 7IX да-лин, 54VII чжи-бянь, 36III цзу-сань-ли, 4V лин-дао, 20XI фэн-чи, 6IV сань-инь-цзяо, 6XIV ци-хай, 1XIV хуэй-инь. Сочетание этих точек показано при малой подвижности сперматозоидов.

**Альгоменорея** – 6IV сань-инь-цзяо, 3XIV чжун-ци, 32VII цы-ляо, 27VII шэнь-шу (седатировать). На точку 36III цзу-сань-ли воздействуют иглой в течение 10 с. Седатируют с двух сторон «дисменорейную точку», которая находится на середине расстояния между точками 52VII чжи-ши и 25VII да-чан-шу. Иглу длиной 6 см вводят в более болезненную точку, направляют ее в сторону матки, вращают до появления предсудотреных ощущений. Затем вводят иглу во вторую точку.

**Олигоменорея** – 3XII тай-чун, 8XII цюй-цюань, 6IV сань-инь-цзяо, 7VIII фу-лю, 3XIV чжун-ци, 5XIV ши-мэнь, 28III шуй-дао (тонизировать).

**Аменорея** – 3XII тай-чун, 6IV сань-инь-цзяо, 3XIV чжун-ци, 6XIV ци-хай, 12XIV чжун-вань, 28III шуй-дао, 26XI дай-май, 23VII шэнь-шу, 32VII цы-ляо (тонизировать).

**Гиперменорея, метроррагия** – 3VIII тай-си, 7VIII фу-лю, 3XII тай-чун, 8XII цюй-цюань, 3XIV чжун-ци, 5XIV ши-мэнь, 18VII гань-шу, 23VII шэнь-шу (тонизировать), 1IV инь-бай (легкое прижигание), 34XI ян-лин-цюань (сильное прижигание).

**Ранний климакс** – 6IV сань-инь-цзяо, 10IV сюе-хай, 4VIII да-чжун, 4II хэ-гу, 30III ци-чун, 36III цзу-сань-ли (прижигать).

**Бесплодие у женщин** – 3XII тай-чун, 8XII цюй-цюань, 6IV сань-инь-цзяо (тонизировать иглой или прижиганием). В точку 13VIII ци-сюе и «точку бесплодия», которая расположена на 5 см кнаружи от точки 4XIV гуань-юань, вводят иглы на 30 мин, затем прижигают. Дополнительно используют точки 3XIV чжун-ци, 36III цзу-сань-ли, 4II хэ-гу, 7I ле-цюе, 6VIII чжао-хай.

Сеансы лучше начинать перед овуляцией.

**Аднексит** – 6IV сань-инь-цзяо, 10IV сюе-хай, 28VII пан-гуань-шу, 32VII цы-ляо, 26XI дай-май, 34XI ян-лин-цюань (седатировать), 3XIV чжун-ци, 6VIII чжао-хай, 9VIII чжу-бинь, 13VIII ци-сюе, 27III шу-фу, 23VII шэнь-шу (тонизировать). При болезненности точки 47VII хунь-мэнь ее седатируют. Дополнительно воздействуют на точки 4XIII мин-мэнь, 5XIII сюань-шу, 7XIII чжун-шу.

**Специфическая точка при аднексите** – 31VII шан-ляо. Если эта точка болезненна, ее седатируют.

**Боль в верхней конечности (в любой части)** – 4II хэ-гу, 15II цзянь-юй, 3VI хоу-си, 10VI нао-шу, 5X вай-гуань, 8X сань-ян-ло, 6IX нэй-гуань, 21XI цзянь-цин, 14XIII да-чжуй (седатировать).

**Боль в запястье** – 4II хэ-гу, 4VI вань-гу, 7IX да-лин, 5X вай-гуань (седатировать).

**Боль в локтевом суставе** – 5I чи-цзе, 10II шоу-сань-ли, 8VI сяо-хай, 8X сань-ян-ло, 10X тянь-цин (седатировать).

#### Точки скорой помощи

**Обморок** – 9I, 11I, 1II, 9V, 26XIII, 6XIV, 8XIV, 6X (обморок после родов).

**Потеря сознания** – 16XI, 20XIII.

**Кома** – 11I, 1II, PC86 ши-сюань.

**Тепловой удар, солнечный удар** – 40VII, 8IX, 9IX, 26XIII, PC86 ши-сюань.

**Шок** – 9IX, 25XIII, 26XIII.

**Коллапс** – 26XIII, 24XIV.

**Коллаптоидное состояние после самопроизвольного аборта** – 21XI.

**Сумеречное сознание (состояние)** – 8VII, 18XIII, 20XIII.

**Прединсультное состояние** – 9IX, 5X, 16XIII.

**Алкогольное опьянение** – 25XIII.

**Приступ судорог при эпилепсии** – 25XIII.

**Боль в плечевом суставе** – 15II цзянь-юй, 16II цзуй-гу, 3VI хоу-си, 10VI нао-шу, 11VII да-чжуй, 62VII шэнь-май, 21XI цзянь-цин, 14XIII да-чжуй (седатировать).

**Боль в тазобедренном суставе** – 26XI дай-май, 30XI хуань-тяо, 31XI фэн-ши, 41XI цзу-линь-ци, 60VII кунь-лунь, 62VII шэнь-май (седатировать).

**Боль в коленном суставе** – 35III ду-би, PC145 си-янь, 36III цзу-сань-ли, 9IV инь-лин-цюань, 34XI ян-лин-цюань, 41XI цзу-линь-ци, 40VII вэй-чжун, 62VII шэнь-май (седатировать).

**Боль в голеностопном суставе** – 60VII кунь-лунь, 62VII шэнь-май, 41XI цзу-линь-ци, 43XI ся-си, 3VIII тай-си, 4VIII да-чжун, 3XII син-цзянь, 42III чун-ян (седатировать).

**Пояснично-кресцовый радикулит** – 23VII шэнь-шу, 25VII да-чан-шу, 32VII цы-ляо, 36VII чэн-фу, 37VII инь-мэнь, 59VII фу-ян, 36III цзу-сань-ли, 38III тяо-коу, 36XI вай-цю, 7VIII фу-лю (седатировать). Выбор точек зависит от локализации боли. *Боль по задней поверхности ноги* – 40VII вэй-чжун, 60VII кунь-лунь. *Боль по передней поверхности ноги* – 36III цзу-сань-ли, 38III тяо-коу. *Боль по наружной поверхности ноги* – 36III цзу-сань-ли, 36XI вай-цю, 7VIII фу-лю. *Боль по всей поверхности ноги* – 36III цзу-сань-ли, 38III тяо-коу, 36VII чэн-фу. *При парестезии ноги* – 36III цзу-сань-ли, 59VII фу-ян, 36XI вай-цю, 7VIII фу-лю. *При всех формах ишиалгии* применяют точки 23VII шэнь-шу (с двух сторон), 25VII да-чан-шу, 37VII инь-мэнь (на стороне боли). Дополнительно воздействуют на точку 4XIII мин-мэнь.

**Неврит лицевого нерва** – PC3 инь-тан, PC9 тай-ян, 2VII цуань-чжуй, 14XI ян-бай, 18VI цюань-ляо, 2III сы-бай (*парез мышц лба и глаза*), 26XIII жэнь-чжун, 20II ин-сян, 7III ся-гуань (*парез мышц в области носогубного треугольника и верхней губы*), 24XIV чэн-цан, 6III цзя-чэ, 17X и-фэн (*парез мышц нижней губы*). Воздействуют на отдаленные точки 4II хэ-гу, 11II цюй-чи, 36III цзу-сань-ли, 34XI ян-лин-цюань, 13VII фэй-шу, 18VII гань-шу, 11XIII шэнь-дао. *При парезе и параличе мимических мышц* в первую неделю лечения используют точки только здоровой стороны. Со второй недели кратковременно внутрикжно вводят тонкие иглы в точки на стороне поражения

с последующим легким прогреванием. В первую очередь tonизируют точки меридиана толстой кишки и желудка, один раз в неделю применяют точки других меридианов, проходящих по лицу. При тике лицевых мышц в течение 10 мин воздействуют на отдаленные сакральные точки 31VII шан-ляо, 32VII цы-ляо, 33VII чжун-ляо, 34VII ся-ляо.

**Невралгия тройничного нерва** – 2VII цуань-чжу, 10VII тянь-чжу, 10XI фу-бай, 20XI фэн-чи, 21X эр-мэнь, 1III чэн-ци (*первая ветвь*), 20II ин-сян, 2III сы-бай, 5III да-ин, 6III цзя-чэ, 7III ся-гуань, 18VI цюань-ляо, 17X и-фэн, 22X хэ-ляо (*вторая ветвь*), 2III сы-бай, 3III цзюй-ляо, 8III тоу-вэй, 17X и-фэн, 22X хэ-ляо (*третья ветвь*). Показаны также локальные точки РС6 юй-яо, РС9 тай-ян. Из отдаленных точек рекомендуют 4II хэ-гу, 6II пянь-ли, 10II шуо-сань-ли, 6I кун-цзуй, 9I тай-юань, 36III цзу-сань-ли, 44III нэй-тин, 3V шао-хай, 7V шэнь-мэнь, 4IX си-мэнь, 7IX да-лин, 3VIII тай-си, 4IV гунь-сунь, 6IV сань-инь-цзяо, 2XII син-цзянь, 34XI ян-лин-цюань, 38XI ян-фу.

**Повышенное потоотделение** – 5X вай-гуань, 8IX лао-гун, 4VI вань-гу, 3VIII тай-си, 9VII юй-чжэнь (седатировать), 7VIII фу-лю, 3X чжун-чжу, 20XI фэн-чи (тонизировать).

**Ночные поты** – 2VIII жань-гу, 4II хэ-гу, 10VII тянь-чжу, 23VII шэнь-шу, 5X вай-гуань (седатировать), 7VIII фу-лю, 1VI шао-цзэ, 20XI фэн-чи (тонизировать).

**Высыпания на коже** – 4II хэ-гу, 11II цюй-чи, 15II цзянь-юй, 21III лян-мэнь, 25III тянь-шу, 40VII вэй-чжун, 3XIV чжун-ци, 12XIV чжун-вань (тонизировать), 5I чи-цзе, 10II шуо-сань-ли, 36III цзу-сань-ли, 6IV сань-инь-цзяо (седатировать).

Согласно рекомендации Н. Н. Шинаева, при зудящем дерматозе (экзема, нейродермит, кожный зуд) сначала проводят общеукрепляющее воздействие и снимают невротический компонент заболевания (1–2 курса), затем воздействуют на местные точки в сочетании с точками широкого спектра действия (1–2 курса).

**Острый ринит** – 4II хэ-гу, 20II ин-сян, 2VII чуань-чжу, 10VII тянь-чжу, 22XIII синь-хуэй (седатировать). При подострой форме дополнительно воздействуют на точки 9III жэнь-ин, 22XIV тянь-ту, 23XIV лян-цюань, 6VIII чжао-хай (тонизировать 15 мин).

При хроническом рините, в том числе вазомоторном, к вышеперечисленным точкам добавляют точки 7I ле-цзюе, 3VIII тай-си, 23VIII шэнь-шу, 36III цзу-сань-ли.

**Носовое кровотечение** – 6II пянь-ли, 19II хэ-ляо, 20II ин-сян, 2III сы-бай, 3III цзюй-ляо, 15XIII я-мэнь, 20XIII бай-хуэй, 23XIII шан-син, 13VII фэй-шу (седатировать), 11II цюй-чи, 45III ли-дуй, 9I тай-юань, 3VI хоу-си, 4VI вань-гу (тонизировать).

**Шум и звон в ушах** – 7III ся-гуань, 5V тун-ли, 17VI тянь-чжун, 19VI тин-гун, 5X вай-гуань, 17X и-фэн, 19X лу-си, 21X эр-мэнь, 22X хэ-ляо, 20XI фэн-чи (седатировать), 3VI хоу-си, 3X чжун-чжу, 4VI вань-гу, 43XI ся-си (тонизировать).

**Тугоухость** (снижение слуха после воспалительного процесса) – 4II хэ-гу, 2XI тин-хуэй, 41XI цзу-линь-ци, 19VI тин-гун, 17X и-фэн, 23X сы-чжу-кун, 63VII цзинь-мэнь (седатировать).

**Заикание** – 4II хэ-гу, 36III цзу-сань-ли, 6IX нэй-гуань, 5X вай-гуань, 14XIII да-чжуй, 15XIII я-мэнь,

20XIII бай-хуэй, 15VII синь-шу, 6III цзя-чэ, 20XI фэн-чи, 23XIV лян-цюань, 24XIV чэн-цзян (седатировать).

При лечении детей сеансы проводят 2 раза в неделю. Через 10 дней делают перерыв на 10–14 дней, после трех курсов делают длительный перерыв. Лечение рассчитано на два года.

**Расстройство речи после инсульта** – 5I чи-цзе, 7I ле-цзюе, 7V шэнь-мэнь, 5V тун-ли, 14XIII да-чжуй, 20XI фэн-чи, 34XI ян-лин-цюань, 10VII тянь-чжу (тонизировать).

**Ослабление памяти** – 2IV да-ду, 4IV гунь-сунь, 7V шэнь-мэнь, 9I тай-юань, 6XIV ци-хай, 15XIV цзю-вэй, 19III бу-жун, 27III да-цзюй (тонизировать). Тонизировать и затем прижигать точки 20XI фэн-чи, 11XIII шэнь-дао, 19XIII хоу-дин, 10VII тянь-чжу.

**Психические расстройства** – 11I шао-шан (точка показана при галлюцинациях, делают прижигание с двух сторон), 9I тай-юань (точка показана при следующих симптомах: бледная кожа, красные глаза, «горящая» голова, возбужденная речь; точку седатируют), 36III цзу-сань-ли (точка показана при неврастении, психозах, истерии, нервном перенапряжении, приливах крови к голове, склонности к эпилептиформным припадкам; точку седатируют), 11II цюй-чи (точка показана при нервном перевозбуждении, сопровождающемся поносом; точку седатируют), 1IV инь-бай (точка показана при психоневрозах, эпилепсии, ночных кошмарах, страхах у детей; в точку делают укол с каплей крови), 62VII шэнь-май (точка показана при раздражительности, навязчивых тревожных мыслях, бессоннице, особенно при нарушении засыпания; точку седатируют, при эпилептиформных ночных приступах делают три прижигания в день), 5IX цзянь-ши (точка показана при галлюцинациях, агрессивности, криках, мании преследования, желании кого-то убить; на точку воздействуют сильным прижиганием), 7IX да-лин (точка показана при истерических припадках смеха, страхах, чувстве жара, раздражительности, нервном и психическом истощении; точку седатируют), 8IX лао-гун (точка показана при нервном и психическом истощении, раздражительности; точку тонизируют), 21XI цзянь-цзин (точка показана при застойных явлениях в головном мозге, эпилепсии у детей и судорожных приступах у детей, вызванных инфекционным заболеванием и высокой температурой; точку прижигают), 22XI юань-е (точка показана при психозах, сопровождающихся покраснением лица и «горящей» головой; точку прижигают или делают укол с каплей крови), 22XI юань-е, 20XI фэн-чи, 40XI цю-сюй, 16X тянь-ю (точки показаны при эпилепсии; точки прижигают), 25XI цзин-мэнь (точка показана при сильном возбуждении, эпилептическом припадке; точку прижигают).

Данные акупунктурные рецепты использовали древнекитайские врачи.

**Истерия** – 4II хэ-гу, 11II цюй-чи, 36III цзу-сань-ли, 34XI ян-лин-цюань (седатировать). Выбор точек обусловлен тем, что истерия относится к патологии меридианов толстой кишки и почек. Рекомендуют также поверхностное иглоукалывание со средней интенсивностью (спина, воротниковая зона, голень, боковые поверхности грудной клетки).

## Чудесные меридианы

Одним из эффективных древнекитайских методов рефлексотерапии является лечение с использованием так называемых чудесных меридианов (ЧМ), которые существуют помимо постоянных классических меридианов.

Восемь непостоянных чудесных меридианов, которые называют также экстраординарными, удивительными, «сосудами май», чудесными сосудами, образуются благодаря внутренним ходам, коллатералам и анастомозам. Название чудесных меридианов, очевидно, обусловлено тем, что при многих хронических заболеваниях, трудно поддающихся лечению традиционными методами, воздействием на эти меридианы оказывается высокоэффективным, а результаты лечения бывают неожиданными и для врача, и для пациента.

Чудесные меридианы не имеют собственных точек воздействия, они включают в себя точки акупунктуры основных (постоянных) меридианов, как бы заимствуя у них эти точки, и образуют единую систему из цепочки связанных между собой коллатеральных точек.

Чудесные меридианы не имеют стандартных пунктов, но в каждом из них есть командная точка (точка-ключ\*), с помощью которой происходит их включение, и возникает их способность оказывать лечебное воздействие.

Чудесные меридианы обозначаются римскими цифрами – с I по VIII. Так же как и основные меридианы, они делятся на янские (ЧМ I, ЧМ II, ЧМ III, ЧМ IV) меридианы и иньские (ЧМ V, ЧМ VI, ЧМ VII, ЧМ VIII). Каждый меридиан имеет свои показания.

Для усиления лечебного эффекта чудесные меридианы были объединены попарно: ЧМ I и ЧМ III, ЧМ II и ЧМ IV, ЧМ V и ЧМ VI, ЧМ VII и ЧМ VIII.

Поскольку меридианы объединены в пары, кроме точки-ключа, имеется также связывающая точка, которая соединяет чудесный меридиан со своей парой. Связывающая точка чудесного меридиана является в то же время командной точкой для чудесного меридиана, составляющего с ним пару.

Точка-ключ и связывающая точка располагаются ниже локтевых и коленных суставов. Сочетание этих точек таково, что, если командная точка находится ниже локтевого сустава, то связывающая точка – ниже коленного сустава, и наоборот. Таким образом, одна точка находится выше, другая – ниже диафрагмы.

Характеристика точек-ключей следующая. Половина из точек-ключей – это ло-пункты своих меридианов (7I ле-цюе, 6IX нэй-гуань, 4IV гунь-сунь, 5X вай-гуань). Точки 62VII шэнь-май и 6VIII чжао-хай – это точки, с которых чудесные меридианы берут свое начало. Точка-ключ 41XI цзу-линь-ци примечательна тем, что имеет дополнительное ответвление для связи с точкой 1XII да-дунь, т. е. соединяет два меридиана – меридиан желчного пузыря и меридиан печени.

\* Месторасположение точек-ключей чудесных меридианов см. в Приложении.

Точка 3VI хоу-си является тонизирующей точкой для своего меридиана.

Чудесные меридианы в отличие от основных не подчиняются правилу «мать – сын», «верх – низ», «правый – левый». В них не происходит тока энергии по большому кругу циркуляции энергии. Они не активизируются последовательно друг за другом, как постоянные меридианы, а объединяются попарно. Особенностью чудесных меридианов является то, что они координируют работу всех основных меридианов.

В каждой паре чудесных меридианов есть противобололевые точки, которые носят название «точек-щелей». Название точек обусловлено тем, что в них происходит сужение канала и затрудняется проход энергии.

Наименование чудесных меридианов связано с их действием и областями тела, где они начинаются и проходят.

Чудесный меридиан I (контролирующий) «контролирует» все янские меридианы.

Чудесный меридиан V («меридиан зачатия») контролирует все иньские меридианы.

Чудесный меридиан VIII (поднимающий) поднимается снизу вверх по внутренним органам.

Чудесный меридиан III (наружный поддерживающий) «поддерживает» все янские меридианы.

Чудесный меридиан VII (внутренний поддерживающий) «поддерживает» все иньские меридианы.

Чудесный меридиан IV (опоясывающий) опоясывает лентой поясницу и укрепляет ее.

Чудесный меридиан II (наружный пяточный) начинается в области пятки и проходит по наружной поверхности тела.

Чудесный меридиан VI (внутренний пяточный) начинается от пятки и проходит по внутренней поверхности тела.

При проведении лечения врач может использовать несколько вариантов воздействия на точку-ключ, предложенных Д. М. Табеевой.

*При первом варианте* используется точка-ключ и связывающая точка того же меридиана. На связывающую точку воздействуют на своей или противоположной стороне. *При втором варианте* используют точку-ключ и связывающую точку чудесного меридиана с обеих сторон. *При третьем варианте* воздействие направлено на точку-ключ и точки, входящие в чудесный меридиан. *Четвертый вариант* предполагает использование точки-ключа с точками, входящими в чудесный меридиан, и с его связывающей точкой.

При всех перечисленных вариантах включение в акупунктурный рецепт групповых ло и точек соединения усиливает действие чудесных меридианов. Их обезболивающее действие усиливается с помощью «точек-щелей»\*\*.

\*\* Месторасположение групповых ло, точек соединения и «точек-щелей» см. в Приложении.

## Месторасположение акупунктурных точек, входящих в чудесные меридианы

### Чудесный меридиан I ду-май

(контролирующий все ян-меридианы,  
«море» всех ян-меридианов)

**Точка-ключ – 3VI хоу-си.**

**Связывающая точка – 62VII шэнь-май.**

Меридиан имеет 28 собственных точек. Начинается в точке 1XIII чан-цян около заднего прохода, проходит по спине (точки располагаются между позвонками), шее, через волосистую часть головы, лоб, спинку носа, заканчивается на десне верхней челюсти в точке 28XIII инь-цзяо. В чудесный меридиан I входят все точки заднесрединного меридиана. От точки 13XIII тао-дао на уровне седьмого шейного позвонка проходит анастомоз к точке 12III цюэ-пэнь, через которую осуществляется связь меридиана с точкой-ключом.

- 1XIII чан-цян** – на середине расстояния между копчиком и задним проходом.
- 2XIII яо-шу** – над местом входа в крестцовый канал, в центре сакрально-копчикового сочленения.
- 3XIII яо-ян-гуань** – между остистыми отростками четвертого и пятого поясничного позвонка.
- 4XIII мин-мэнь** – между остистыми отростками второго и третьего поясничного позвонка.
- 5XIII сюань-шу** – между остистыми отростками первого и второго поясничного позвонка.

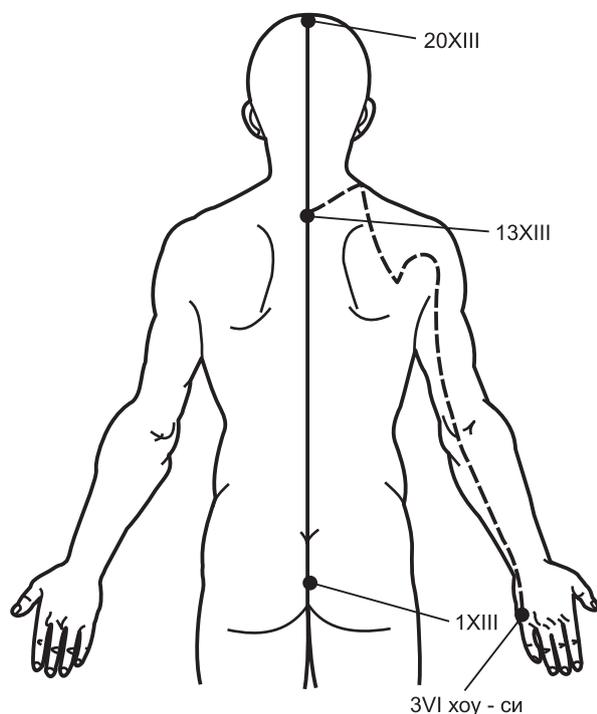


Рис. 1. Чудесный меридиан I ду-май

**6XIII цзи-чжун** – между остистыми отростками одиннадцатого и двенадцатого грудного позвонка. Точку определяют в положении сидя со слегка наклоненной вперед головой.

**7XIII чжун-шу** – между остистыми отростками десятого и одиннадцатого грудного позвонка. При определении точки голову слегка наклоняют вперед.

**8XIII цзинь-со** – между остистыми отростками девятого и десятого грудного позвонка. При определении точки голову слегка наклоняют вперед.

**9XIII чжи-ян** – между остистыми отростками седьмого и восьмого грудного позвонка. При определении точки голову слегка наклоняют вперед.

**10XIII лин-тай** – между остистыми отростками шестого и седьмого грудного позвонка. При определении точки голову слегка наклоняют вперед.

**11XIII шэнь-дао** – между остистыми отростками пятого и шестого грудного позвонка. При определении точки голову слегка наклоняют вперед.

**12XIII шэнь-чжу** – между остистыми отростками третьего и четвертого грудного позвонка. При определении точки голову слегка наклоняют вперед.

**13XIII тао-дао** – между остистыми отростками первого и второго грудного позвонка. При определении точки голову слегка наклоняют вперед.

**14XIII да-чжуй** – между остистыми отростками седьмого шейного и первого грудного позвонка. При определении точки голову слегка наклоняют вперед.

**15XIII я-мэнь** – между первым и вторым шейным позвонком, выше задней границы роста волос на 0,5 цуня. При определении точки голову слегка откидывают назад.

**16XIII фэн-фу** – между затылочной костью и первым шейным позвонком, выше задней границы роста волос на 1 цунь. При определении точки голову слегка откидывают назад.

**17XIII нао-ху** – на средней линии головы, на верхнем крае затылочного бугра, выше задней границы роста волос на 2,5 цуня, выше точки 16XIII фэн-фу на 1,5 цуня.

**18XIII цян-цзянь** – на средней линии головы, выше задней границы роста волос на 4 цуня, выше точки 17XIII нао-ху на 1,5 цуня.

**19XIII хоу-дин** – на средней линии головы, выше задней границы роста волос на 5,5 цуней, на 1,5 цуня выше точки 18XIII цян-цзянь.

**20XIII бай-хуэй** – на средней линии головы, выше задней границы роста волос на 7 цуней, впереди от передней границы роста волос на 5 цуней. Точку определяют в положении сидя; расположение точки соответствует ямке на теменной кости на линии, соединяющей верхние части ушных раковин.

**21XIII цян-дин** – на средней линии головы, выше переносицы на 6 цуней, впереди от точки 20XIII бай-хуэй на 1,5 цуня, выше задней границы роста

волос на 8 цуней, на середине расстояния между внемеридианной точкой инь-тан и точкой 17XIII нао-ху.

**22XIII синь-хуэй** – на средней линии головы, кзади от передней границы роста волос на 2 цуня.

**23XIII шан-син** – на средней линии головы, кзади от передней границы роста волос на 1 цунь.

**24XIII шэнь-тин** – на средней линии головы, кзади от передней границы роста волос на 0,5 цуня.

**25XIII су-ляо** – в центре кончика носа. Точку определяют в положении сидя или лежа на спине.

**26XIII жэнь-чжун** – под кончиком носа, в верхней трети вертикальной борозды верхней губы.

**27XIII дуй-дуань** – в центре верхней губы, в месте перехода кожи в слизистую оболочку.

**28XIII инь-цзяо** – на границе перехода слизистой оболочки верхней губы в десну, т. е. на уздечке верхней губы. При нахождении точки верхнюю губу необходимо оттянуть.

**Показания к применению меридиана ЧМ1:** боль в плечевом поясе, затылке, спине; ограничение движений в позвоночнике; деформация и контрактуры в конечностях; головная боль; астения.

## Чудесный меридиан II ян-цзяо-май

(ускоритель ян, гордость ян, наружный пяточный меридиан)

**Точка-ключ – 62VII шэнь-май.**

**Связывающая точка – 3VI хоу-си.**

Траектория меридиана начинается в области наружной лодыжки, идет по голени и бедру. В области бедра проходит между меридианами желчного пузыря и желудка, в подвздошной области пересекает меридиан желчного пузыря. Затем идет вверх на плечевой сустав, шею, лицо, поднимается по лбу. В области волосистой части головы сначала идет по ходу меридиана мочевого пузыря, затем по ходу меридиана желчного пузыря. Заканчивается под затылочной костью в точке 20XI фэн-чи.

**62VII шэнь-май (точка-ключ)** – ниже наружной лодыжки на 1,5 см, у нижнего края блокового выступа пяточной кости, во впадине, на границе подошвенной и тыльной поверхностей стопы (от переднего края наружной лодыжки провести вертикальную линию вниз, нащупать углубление).

**61VII пу-шэнь** – на наружной поверхности пятки, на одной вертикальной линии с точкой 60VII кунь-лунь, на 1,5 цуня ниже. Точка 60VII кунь-лунь находится во впадине между задним краем наружной лодыжки и ахилловым сухожилием, на уровне центра лодыжки.

**59VII фу-ян** – выше центра наружной лодыжки на 3 цуня, у наружного края ахиллова сухожилия.

**29XI цзюй-ляо** – во впадине ниже передней ости подвздошной кости, на 3 цуня ниже точки 28XI вэй-дао. Точка 28XI вэй-дао находится впереди и книзу от гребня подвздошной кости.

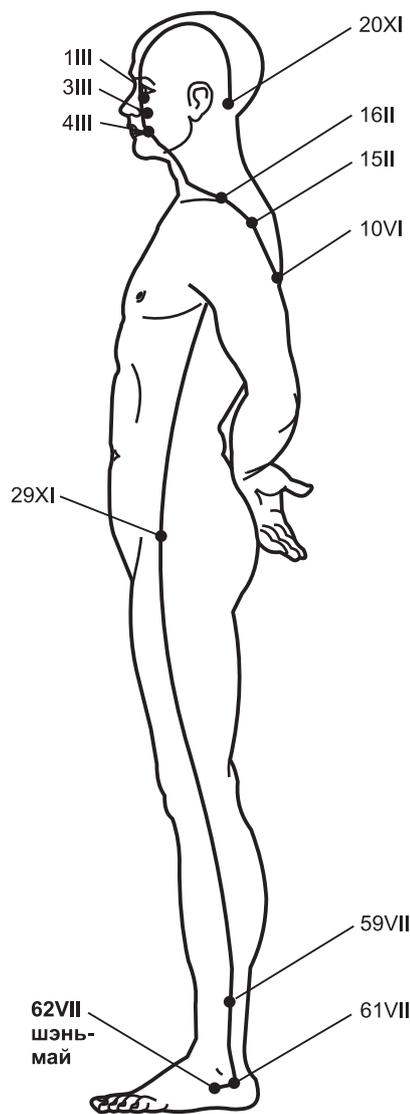


Рис. 2. Чудесный меридиан II ян-цзяо-май

**10VI нао-шу** – кзади от плечевого сустава, у наружного края лопатки, в ямке под лопаточной остью.

**15II цзянь-юй** – между акромиальным отростком лопатки и большим бугром плечевой кости, где при поднятии руки вверх образуется углубление.

**16II цзюй-гу** – во впадине, образованной сочленением ключицы и акромиального отростка лопатки, на высоте плечевого сустава.

**4III ди-цан** – кнаружи от угла рта на 1 см, на вертикальной линии, проведенной через зрачок глаза.

**3III цзюй-ляо (носовая)** – на вертикальной линии, проведенной через зрачок глаза, и на горизонтальной линии, проходящей через точку 26XIII жэнь-чжун.

**1III чэн-ци** – под зрачком, на середине нижнего края орбиты.

**20XI фэн-чи** – под затылочной костью, в ямке около наружного края трапецевидной мышцы, на 1 цунь выше задней границы роста волос.

**Показания к применению чудесного меридиана II:** гемиплегия и расстройство речи после мозгового инсульта; мышечные контрактуры, судороги мышц; боль в области спины и поясницы; костные и суставные боли; нарушение сна и бодрствования; эпилепсия; фурункулез, абсцессы.

### Чудесный меридиан III ян-вэй-май

(хранитель ян, наружный поддерживающий меридиан)

**Точка-ключ – 5X вай-гуань.**

**Связывающая точка – 41XI цзу-линъ-ци.**

Меридиан начинается в области наружной лодыжки точкой 64VII цзин-гу, поднимается по наружной поверхности бедра по ходу меридиана желчного пузыря, идет по заднебоковой поверхности туловища между меридианами желчного пузыря и мочевого пузыря.

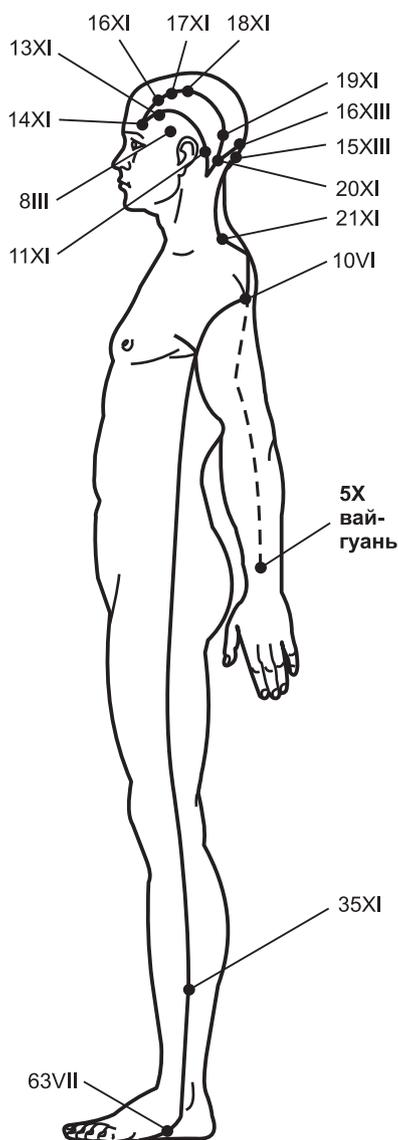


Рис. 3. Чудесный меридиан III ян-вэй-май

Затем проходит через плечо, шею, голову, где заканчивается в точке 14XI ян-бай.

**63VII цзинь-мэнь** – впереди и немного ниже точки 62VII шэнь-май (см. ЧМII), в углублении у края кубовидной кости, на границе тыльной и подошвенной поверхностей стопы.

**35XI ян-цзяо** – на переднебоковой поверхности голени, выше центра наружной лодыжки на 7 цуней.

**10VI нао-шу** – см. Чудесный меридиан II.

**15X тянь-ляо** – в верхней части лопатки, в надостной ямке, на середине вертикальной линии, проведенной от точки 21XI цзянь-цзин до лопаточной ости.

**21XI цзянь-цзин** – на верхнем крае трапециевидной мышцы, на середине расстояния между точками 14XIII да-чжуй (точка 14XIII находится между остистыми отростками седьмого шейного и первого грудного позвонка) и 15II (см. Чудесный меридиан II).

**15XIII я-мэнь** – между первым и вторым шейным позвонком, выше задней границы волос на 0,5 цуня.

**16XIII фэн-фу** – между затылочной костью и первым шейным позвонком, выше задней границы волос на 1 цунь.

**20XI фэн-чи** – см. ЧМ II.

**19XI нао-кун** – на второй боковой линии головы (проходит на уровне, соответствующем середине зрачка глаза), на 1,5 цуня выше точки 20XI фэн-чи (см. Чудесный меридиан II).

**18XI чэн-лин** – на второй боковой линии головы, на уровне точки 20XIII бай-хуэй (см. ЧМ I).

**17XI чжэн-ин** – выше точки 15XI тоу-лин-ци на 3 цуня, кзади от точки 16XI му-чуан на 1,5 цуня. Точка 15XI тоу-лин-ци находится на вертикальной линии, идущей через зрачок прямо смотрящего глаза, выше передней границы роста волос на 0,5 цуня.

**16XI му-чуан** – кзади от точки 15XI тоу-лин-ци на 1,5 цуня.

**8III тоу-вэй** – в области волосистой части головы, на 1,5 см от угла лба в сторону височной впадины, кнаружи от точки 24XIII шэнь-тин (см. ЧМ I) на 4,5 цуня.

**11XI тоу-цяо-инь** – у основания сосцевидного отростка, на уровне горизонтальной линии, проведенной через верхний край отверстия наружного слухового прохода.

**13XI бэнь-шэнь** – на вертикальной линии, проведенной вверх от наружного угла глаза, на уровне точки 24XIII шэнь-тин (см. ЧМ I).

**14XI ян-бай** – перпендикулярно выше зрачка прямо смотрящего глаза, выше середины брови на 1 цунь, на  $\frac{2}{5}$  расстояния между внемеридианной точкой юй-яо, расположенной на середине брови, и передней границей роста волос.

**Показания к применению меридиана ЧМIII:** прединсультное состояние; астеноневротическое состояние; психические заболевания; головная боль в височно-затылочной области; слабость в конечностях, дискоординация движений; артралгии, артриты суставов рук; дерматозы.

## Чудесный меридиан IV дай-май

(опоясывающий меридиан, сосуд пояса)

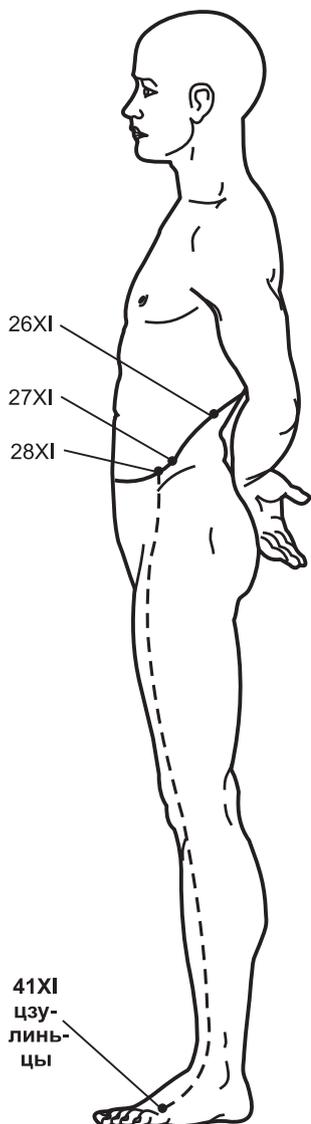


Рис. 4. Чудесный меридиан IV дай-май

**Точка-ключ – 41XI цзу-линь-ци**

**Связывающая точка – 5X вай-гуань**

Меридиан начинается у нижнего края свободного конца одиннадцатого ребра в точке 13XII чжан-мэнь, опускается вниз по животу, далее идет с одной стороны тела на другую и как бы обматывает тело на уровне точек 26XI дай-май, 27XI у-шу, 28XI вэй-дао и таким образом оправдывает свое название (опоясывающий меридиан).

Имеются поперечные меридианы между меридианами мочевого пузыря и почек, желчного пузыря и печени, желудка и селезенки – поджелудочной железы.

**26XI дай-май** – на горизонтальной линии, проведенной через пупок, чуть ниже свободного края одиннадцатого ребра.

**27XI у-шу** – ниже точки 26XI дай-май на 3 цуня.

**28XI вэй-дао** – кпереди и книзу от гребня подвздошной кости, на 0,5 цуня ниже точки 27XI у-шу.

**Показания к применению меридиана IV:** слабость мышц в области поясницы; боль в суставах ревматоидно-подагрического характера; цервикалгия; астения, депрессия; импотенция, фригидность; метеоризм; экзема.

## Чудесный меридиан V жэнь-май

(меридиан зачатия, «море» всех инь-меридианов)

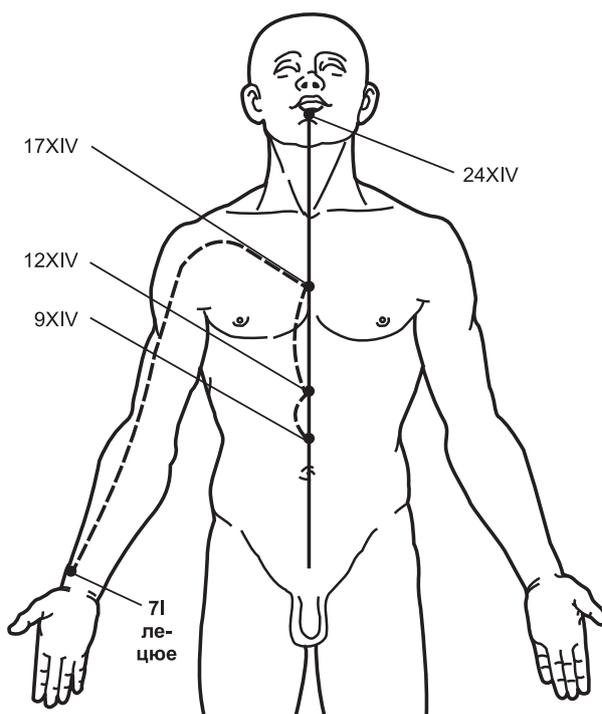


Рис. 5. Чудесный меридиан V жэнь-май

**Точка-ключ – 71 ле-цюе**

**Связывающая точка – 6VIII чжао-хай**

Меридиан начинается в точке 1XIV хуэй-инь, проходит по передней средней линии туловища, идет по шее, заканчивается в точке 24XIV чэн-цзянь, расположенной на подбородке. *В чудесный меридиан V входят все точки переднесрединного меридиана.*

Меридиан имеет три анастомоза: 1) от точки 1X хуэй-инь через точку 23VIII шэнь-фэн к точке 17XIV тань-чжун, от которой энергия подводится к другим точкам переднесрединного меридиана; 2) от точки 17XIV тань-чжун энергия идет по анастомозам в виде кругов к точке 13XIV шан-вань, от точки 13XIV шан-вань – к точке 12XIV чжун-вань, от точки 12XIV чжун-вань – к точке 7XIV инь-цзяо.

**1XIV хуэй-инь** – между наружными половыми органами и задним проходом. Точку определяют в положении лежа на спине, таз должен быть приподнят.

- 2XIV цюй-гу** – на середине верхнего края лобкового симфиза, ниже пупка на 5 цуней.
- 3XIV чжун-цзи** – на средней линии живота, ниже пупка на 4 цуня.
- 4XIV гуань-юань** – на средней линии живота, ниже пупка на 3 цуня.
- 5XIV ши-мэнь** – на средней линии живота, ниже пупка на 2 цуня.
- 6XIV ци-хай** – на средней линии живота, ниже пупка на 1,5 цуня.
- 7XIV инь-цзяо** – на средней линии живота, ниже пупка на 1 цунь.
- 8XIV шэнь-цюе** – в центре пупка.
- 9XIV шуй-фэнь** – на средней линии живота, выше пупка на 1 цунь (расстояние между пупком и точкой 15XIV цзю-вэй, расположенной на 1,5 см ниже мечевидного отростка, равно 7 цуням).
- 10XIV ся-вань** – на средней линии живота, выше пупка на 2 цуня.
- 11XIV цзянь-ли** – на средней линии живота, выше пупка на 3 цуня.
- 12XIV чжун-вань** – на средней линии живота, выше пупка на 4 цуня, на середине расстояния между пупком и мечевидным отростком грудины.
- 13XIV шан-вань** – на средней линии живота, выше пупка на 5 цуней.
- 14XIV цзюй-цюе** – на средней линии живота, ниже мечевидного отростка грудины на 1,5 цуня.
- 15XIV цзю-вэй** – ниже конца мечевидного отростка грудины на 0,5 цуня, выше пупка на 7 цуней.
- 16XIV чжун-тин** – на передней средней линии груди, на уровне пятого межреберья.
- 17XIV тань-чжун** – на средней линии груди, на уровне четвертого межреберья.
- 18XIV юй-тан** – на средней линии груди, на уровне третьего межреберья.
- 19XIV цзы-гун** – на средней линии груди, на уровне второго межреберья.
- 20XIV хуа-гай** – на средней линии груди, на уровне суставной вырезки второго ребра.
- 21XIV сюань-цзи** – на средней линии груди, на уровне суставной вырезки первого ребра, во впадине. При определении точки голова слегка откинута назад.
- 22XIV тянь-ту** – в центре яремной вырезки грудины, примерно на 0,7 см выше ее верхнего края.
- 23XIV лян-цюань** – на средней линии шеи, выше складки шеи на 0,5 см, в щели, образованной нижним краем тела подъязычной кости и верхней вырезкой щитовидного хряща. При определении точки голова откинута назад.
- 24XIV чэн-цзянь** – в центре подбородочно-губной складки.

**Показания к применению меридиана V:** расстройство терморегуляции; болезни органов дыхания, желудочно-кишечные заболевания, пищевые отравления, понос, нарушение функции поджелудочной железы; грыжи у мужчин; эндометрит, бели; судороги и спазмы у детей.

## Чудесный меридиан VI инь-цзяо-май

(ускоритель инь, гордость инь, внутренний пяточный меридиан)

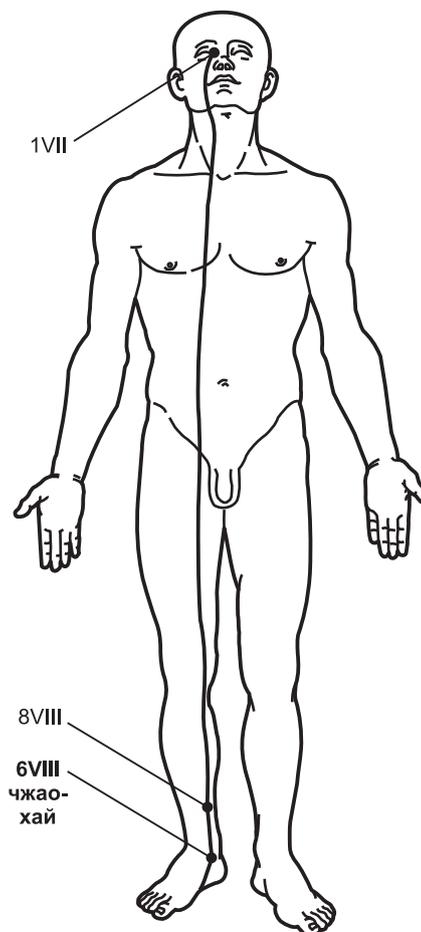


Рис. 6. Чудесный меридиан VI инь-цзяо-май

**Точка-ключ – 6VIII чжао-хай**  
**Связывающая точка – 7I ле-цюе**

Меридиан начинается на стопе в точке 2V жань-гу и следует по меридиану почек до точки 6V чжао-хай и по меридиану желудка до верхней части голени, между меридианами желудка и печени проходит бедро. Затем идет по передней поверхности туловища и шеи, переходит на лицо, заканчивается у внутреннего угла глаза в точке 1V цин-мин.

**6VIII чжао-хай** – ниже внутренней лодыжки, кзади от бугорка ладьевидной кости, во впадине ниже суставного отростка таранной кости. От переднего края внутренней лодыжки провести линию вниз, нащупать углубление, здесь находится точка.

**8VIII цзяо-синь** – вертикально выше центра внутренней лодыжки на 2 цуня.

**1VII цин-мин** – см. Чудесный меридиан II.

**Показания к применению ЧМVI:** заболевания почек, мочевого пузыря; кишечная интоксикация, желтуха; хронический ларингит; боль в нижней части живота; метроррагия, дисменорея; грыжи у мужчин; эпилепсия, нарколепсия; контрактуры мышц плечевого пояса, груди, нижних конечностей.

## Чудесный меридиан VII инь-вэй-май

(хранитель инь, внутренний поддерживающий меридиан)

**Точка-ключ – 6IX нэй-гуань.**

**Связывающая точка – 4IV гунь-сунь.**

Траектория меридиана начинается выше внутренней лодыжки в точке 9VIII чжу-бинь, поднимается по внутренней поверхности голени и бедра, затем по передней поверхности живота по ходу меридиана селезенки – поджелудочной железы, где связывается с точками 13IV, 15IV, 16IV. Следует далее по второй боковой линии груди, связывается с точкой 14XII, переходит на меридиан зачатия, связываясь с его точками.

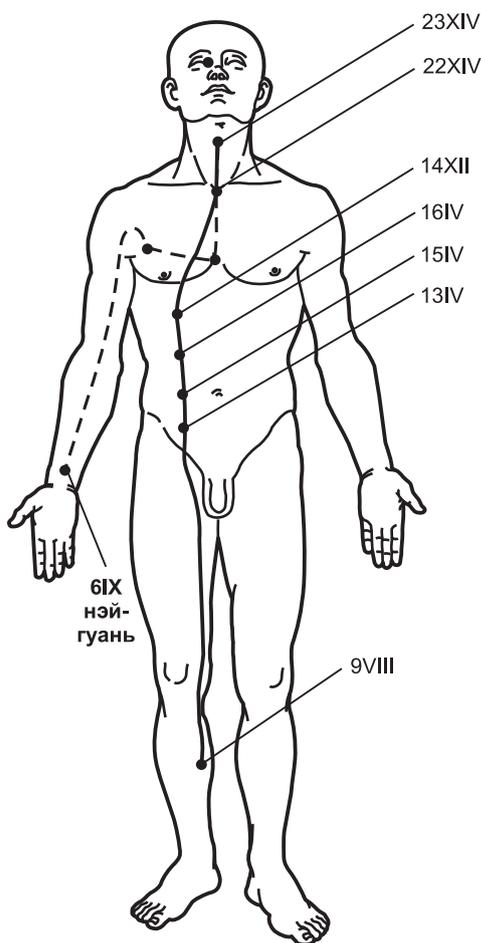


Рис. 7. Чудесный меридиан VII инь-вэй-май

**9VIII чжу-бинь** – выше центра внутренней лодыжки на 5 цуней.

**13IV фу-шэ** – немного выше середины паховой складки, выше точки 12IV чун-мэнь на 2 см, в сторону от средней линии живота на 4 цуня. Точка 12IV чун-мэнь находится в середине паховой складки, на уровне верхнего края лобкового сочленения, в сторону от средней линии живота на 4 цуня.

**15IV да-хэн** – на уровне пупка, в сторону от средней линии живота на 4 цуня.

**16IV фу-ай** – выше уровня пупка на 3 цуня, в сторону от средней линии живота на 4 цуня.

**14XII ци-мэнь** – в шестом межреберье, на среднеключичной линии.

**22XIV тянь-ту** – примерно на 0,7 см выше середины верхнего края яремной выемки грудины.

**23XIV лян-цюань** – на средней линии шеи, выше складки шеи на 0,5 см, в щели, образованной нижним краем тела подъязычной кости и верхней вырезкой щитовидного хряща.

**Показания к применению меридиана ЧМVII:** боль в области сердца; тревожное состояние, нарушение памяти, психические расстройства; нарушение координации движений; геморрой.

## Чудесный меридиан VIII чжун-май

(регулятор энергии, поднимающий меридиан, «море» двенадцати основных меридианов)

**Точка-ключ – 4IV гунь-сунь.**

**Связывающая точка – 6IX нэй-гуань.**

Траектория меридиана состоит из наружной и внутренней частей. Наружная траектория начинается от точки 1XIV хуэй-инь, затем, раздваиваясь, идет на лобок, обходит половые органы, подходит к точке 11VIII хэн-гу. Далее меридиан проходит через точки меридиана почек и заканчивается в точке 21VIII ю-мэнь.

Внутренняя траектория меридиана чжун-май, начинаясь от точки 1XIV хуэй-инь, проходит через малый таз, затем поднимается вдоль позвоночника, соединяется с внутренним ходом почек и подходит к половым органам.

**11VIII хэн-гу** – на уровне верхнего края лобка, на первой боковой линии живота, которая проходит на расстоянии 0,5 цуней от средней линии живота. На этой же линии находятся ниже перечисленные точки 12VIII–21VIII. Точка 11VIII является одной из сигнальных точек меридиана перикарда по Ману.

**12VIII да-хэ** – выше верхнего края лобковой кости на 1 цунь, ниже уровня пупка на 4 цуня.

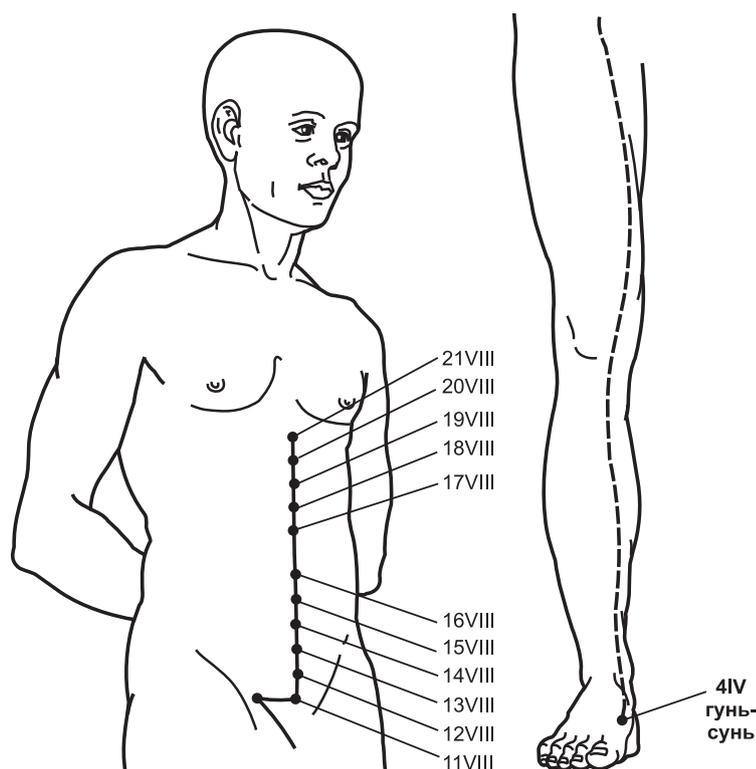
**13VIII ци-сюе** – выше верхнего края лобковой кости на 2 цуня, ниже уровня пупка на 3 цуня.

**14VIII сы-мань** – выше верхнего края лобковой кости на 3 цуня, ниже уровня пупка на 2 цуня.

**15VIII чжун-чжу** – выше верхнего края лобковой кости на 4 цуня, ниже уровня пупка на 1 цунь.

**16VIII хуан-шу** – на уровне пупка.

**17VIII шан-цюй** – на 2 цуня выше уровня пупка.



- 18VIII ши-гуань** – на 3 цуня выше уровня пупка.
- 19VIII инь-ду** – на 4 цуня выше уровня пупка.
- 20VIII фу-тун-гу** – на 5 цуней выше уровня пупка.
- 21VIII ю-мэнь** – на 6 цуней выше уровня пупка.

**Показания к применению ЧМVIII:** заболевания эндокринной системы; выраженная астения; атония пищеварительного тракта, метеоризм, заболевания печени; грыжевые боли; недержание мочи, затрудненное мочеиспускание; нарушение менструального цикла; подготовка к операциям с применением иглоанальгезии, послеоперационные боли.

Рис. 8. Чудесный меридиан VIII чжун-май

Таблица 1

**Точки-ключи и связывающие точки чудесных меридианов**

Пара чудесных меридианов	Цифровое обозначение и китайское название чудесного меридиана	Точка-ключ чудесного меридиана	Связывающая точка чудесного меридиана	Точки, входящие в чудесный меридиан
Первая пара	ЧМ I ду-май (контролирующий все ян-меридианы, «море» всех ян-меридианов)	3VI хоу-си	62VII шэнь-май	Все точки меридиана XIII (1XIII–28XIII)
	ЧМ II ян-цзяо-май (наружный пяточный меридиан, ускоритель ян)	62VII шэнь-май	3VI хоу-си	61VII, 59VII, 29XI, 10VI, 15II, 16II, 4III, 3III, 1III, 20XI
Вторая пара	ЧМ III ян-вэй-май (наружный поддерживающий меридиан, хранитель ян)	5X вай-гуань	41XI цзу-линь-ци	63VII, 35XI, 10VI, 15X, 21XI, 15XIII, 16XIII, 20XI, 19XI, 18XI, 17XI, 16XI, 8III, 11XI, 13XI, 14XI
	ЧМ IV дай-май (опоясывающий меридиан, «сосуд пояса»)	41XI цзу-линь-ци	5X вай-гуань	26XI, 27XI, 28XI
Третья пара	ЧМ V жэнь-май (меридиан зачатия, «море» всех инь-меридианов)	7I ле-цюе	6VIII чжао-хай	Все точки меридиана XIV (1XIV–24XIV)
	ЧМ VI инь-цзяо-май (внутренний пяточный меридиан, ускоритель инь)	6VIII чжао-хай	7I ле-цюе	6VIII, 8VIII, 1VII
Четвертая пара	ЧМ VII инь-вэй-май (внутренний поддерживающий меридиан, хранитель инь)	6IX нэй-гуань	4IV гуань-сунь	9VIII, 13IV, 15IV, 16IV, 14XII, 22XIV, 23XIV
	ЧМ VIII чжун-май (регулятор энергии, поднимающий меридиан, «море» двенадцати основных меридианов)	4IV гуань-сунь	6IX нэй-гуань	11VIII, 12VIII, 13VIII, 14VIII, 15VIII, 16VIII, 17VIII, 18VIII, 19VIII, 20VIII, 21VIII

## Показания к применению чудесных меридианов (по Д. М. Табеевой)

Пара чудесных меридианов	Чудесные меридианы, входящие в пару	Показания к применению чудесных меридианов
Первая пара	ЧMI, ЧMII	Остеохондроз позвоночника с болевым синдромом (шейно-плечевые синдромы, люмбаго, радикулиты, ишиас), головная боль сосудистого происхождения, невралгии, нарушение мозгового кровообращения, психическое перенапряжение (особенно с нарушением сна), судороги (эпилептические, эпилептиформные), параличи, парезы центрального происхождения, контрактуры, нервные тики
Вторая пара	ЧMIII, ЧMIV	Невралгический болевой синдром при локализации боли в области спины и затылка, артрит (ревматоидный, инфекционно-аллергический и др.), неврозы с вегетативно-сосудистыми нарушениями, астеноневротические симптомы, неврогенные дерматозы (себорея, экзема, кожный зуд и др.), патология половой функции у женщин, сопровождающаяся болями в животе и пояснице, нарушение менструальной функции, бесплодие, фригидность, импотенция у мужчин, кровотечения различного генеза
Третья пара	ЧMV, ЧMVI	Хроническое воспаление бронхов, легких, горла, органов полости рта, хроническое воспаление и дискинезия желчного пузыря и желчных путей, энтероколит, дисфункция кишечника, панкреатит, хронические заболевания половых и мочевыделительных органов, грыжа у мужчин, запоры у женщин, контрактуры, вялые параличи мышц плечевого пояса и нижних конечностей, расстройство терморегуляции, судороги у детей
Четвертая пара	ЧMVII, ЧMVIII	Боль в области сердца (стенокардия, боль функционального характера), аритмии, гипертоническая болезнь, синдром навязчивых состояний, фобии, истерия, заболевания печени, гастрит с повышенной и пониженной кислотностью, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, неврогенные заболевания кишечника (запоры), кожный зуд в области промежности, патология органов малого таза, особенно в климактерическом периоде, расстройство менструального цикла, недержание мочи, затрудненное мочеиспускание

Для усиления действия чудесных меридианов методом тонизации используют групповые ло: при первой паре ЧМ – 8X сань-ян-ло; при второй паре ЧМ – 5X цзянь-ши; при третьей паре ЧМ – 39XI сюань-чжун; при четвертой паре ЧМ – 6IV сань-инь-цзяо.

Методом тонизации рекомендуют воздействовать на точки соединения: при первой паре ЧМ – на точку 8III тоу-вэй; при второй паре ЧМ – на точку 22XI юань-е; при третьей паре ЧМ – на точку 2III сы-бай; при четвертой паре ЧМ – на точку 3XIV чжу-цзи.

Обезболивающее действие чудесных меридианов усиливают с помощью «точек-щелей». Применяют следующие точки: при первой паре ЧМ – 59VII фу-ян; при второй паре ЧМ – 35XI ян-цзяо; при третьей паре ЧМ – 8VIII цзяо-синь; при четвертой паре ЧМ – 9VIII чжу-бинь.

## Аурикулярная терапия

Аурикулотерапия (ухоиглотерапия, эр-чжэнь-ляо) – один из методов восточной рефлексотерапии, который заключается в раздражении точек ушной раковины.

Данный метод имеет большую историю. Предполагают, что он возник не позднее 200–300 годов до новой эры у народов Востока – персов или египтян. В дошедших до нас литературных источниках метод описывается под названием «маленькие иглы», «крошечные иглы», «чудесные иглы ушного дна». Известно, что врачи Корсики и Аравии использовали при лечении ишиалгии прижигание каленым железом ушной раковины у основания завитка и в области козелка. В XVII–XIX веках аурикулотерапия применялась для лечения ишиаса и зубной боли в Японии и Персии, при этом на определенные зоны уха прикладывали горячий железный инструмент.

Широкое распространение аурикулотерапия получила в 50-е годы XX века после исследований, проведенных французским врачом Р. F. Nogier. Отечественные врачи (В. Г. Вогралик, Д. М. Табеева, Л. М. Клименко и др.) положили начало использованию этого метода чуть позже – в начале 60-х годов.

Аурикулярная терапия в настоящее время применяется не только с лечебной, но и с диагностической целью. Метод диагностики основан на том, что при наличии заболевания в проекционных точках того или иного органа изменяется электропроводность, которую можно измерить с помощью специальных приборов. Широкому распространению метода способствует его высокая эффективность, большой круг показаний к применению, возможность использовать аурикулотерапию в качестве компонента комбинированного обезболивания при хирургических операциях. Воздействием на определенные проекционные зоны ушной раковины можно вызвать направленные рефлекторные реакции, оказывающие терапевтическое действие при заболеваниях внутренних органов, нервной системы, при нарушениях психоэмоциональной сферы.

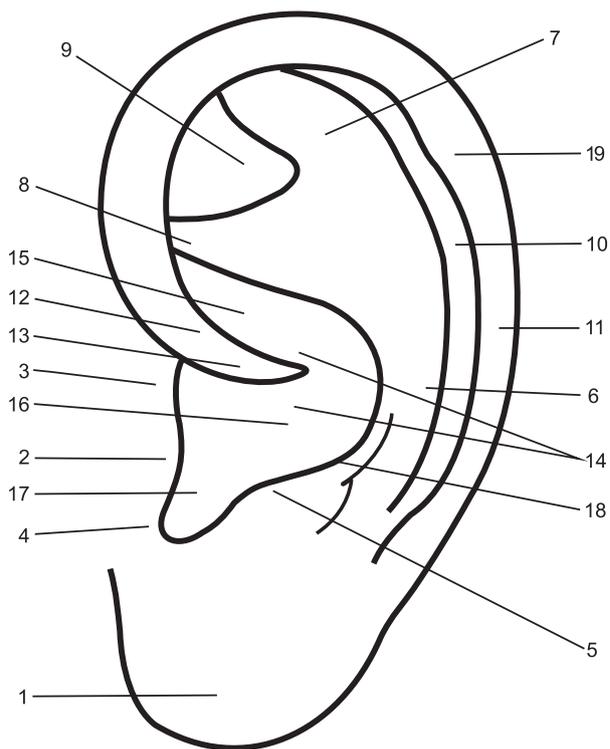
В настоящее время эффективность аурикулотерапии при лечении ряда болевых синдромов, функциональных расстройств нервной системы и эндокринных заболеваний достигает 80–90%. К достоинству метода можно отнести несложность определения точек воздействия на ушной раковине и проведения укола в точки уха.

По современным представлениям, диаметр аурикулярной точки составляет около двух миллиметров. Некоторые органы и части тела спроецированы на ушной раковине не в виде точки, имеющей небольшой диаметр, а в виде зоны. В виде зоны спроецированы многие жизненно важные органы – сердце, легкие, органы мочевыделительной системы, желудочно-кишечного тракта, железы внутренней секреции, органы движения и опоры. Зона занимает большую площадь, чем точка.

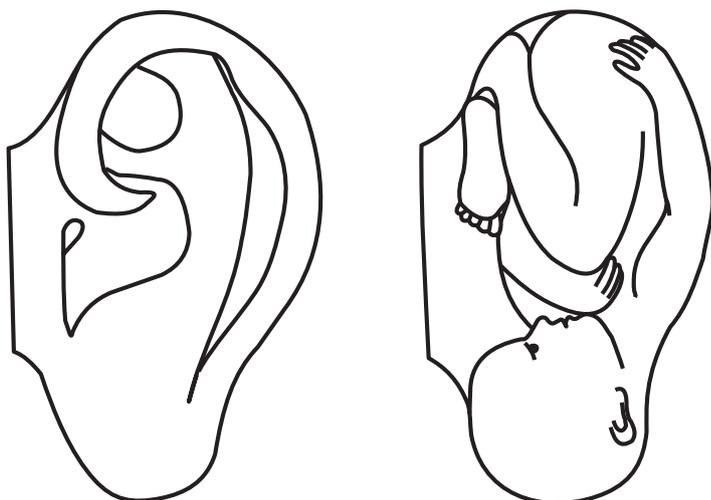
У здорового человека аурикулярные точки находятся в латентном состоянии и проявляются лишь при

наличии патологического процесса в организме. При острых заболеваниях точки, относящиеся к органу, в котором возникает патологический процесс, становятся болезненными при надавливании и, как правило, гиперемизированными. При хронических заболеваниях в области расположения точек возникает уплотнение, шелушение, покраснение кожи, другие изменения. Установлено, что кожа в области расположения аурикулярной точки имеет более низкое сопротивление электрическому току, чем в других участках кожи. Причем уровень данного показателя зависит от характера и выраженности патологического процесса.

Ушная раковина, или наружное ухо, у всех людей имеет одинаковое строение. В ней хорошо обозначены все анатомические образования (рис. 1), хотя их форма, размеры, возрастные изменения, а также различия между правым и левым ухом



**Рис. 1.** Рельеф передней поверхности ушной раковины: 1 – мочка уха, 2 – козелок, 3 – передняя ушная бороздка, 4 – межкозелковая вырезка, 5 – противокозелок, 6 – противозавиток, 7 – верхняя ножка противозавитка, 8 – нижняя ножка противозавитка, 9 – трехсторонняя выемка, 10 – ладьевидная ямка (желобок), 11 – завиток, 12 – восходящая часть завитка, 13 – ножка завитка, 14 – дно раковины, прилежащее к ножке завитка, 15 – верхняя часть полости раковины (чаша), 16 – нижняя часть полости раковины, 17 – наружный слуховой проход, 18 – задняя ушная бороздка, 19 – дарвинов бугорок



**Рис. 2.** Соответствие частей тела младенца, находящегося в утробе матери, анатомическим образованиям уха

могут существенно отличаться у разных людей. К черепу ушная раковина прикреплена тремя связками, которые проходят между сосцевидным отростком и височно-нижнечелюстным суставом.

Ушная раковина окружает отверстие наружного слухового прохода. У взрослого человека ушная раковина имеет следующие размеры: вертикальный размер – 6–6,6 см, горизонтальный размер – 3–3,5 см. Рельеф передней поверхности ушной раковины сложен. Самая углубленная центральная часть носит название дна полости раковины. Свободный край хряща наружного уха загнут в виде валика, называемого завитком. Началом завитка является ножка завитка, которая начинается на дне полости раковины несколько выше наружного слухового прохода. Ножка завитка делит полость раковины на две части – на верхнюю и нижнюю. Верхняя часть полости раковины носит название чаши. На верхненаружной части

**Таблица 1**

**Расположение классических точек на анатомических зонах ушных раковин по международной классификации\***

Номер зоны ушной раковины	Название зоны ушной раковины	Номер аурикулярных точек
1	Мочка уха	1–11
2	Козелок	12–19
3	Надкозелковая вырезка	20–21
4	Межкозелковая вырезка	22–24
5	Противокозелок	25–36
6	Противозавиток	37–45
7	Верхняя ножка противозавитка	46–50
8	Нижняя ножка противозавитка	51–54
9	Трехсторонняя ямка	55–61
10	Ладьевидная ямка	62–71
11	Завиток	72–78
12	Восходящая часть завитка	79–81
13	Ножка завитка	82, 83
14	Область полости уха, прилежащая к ножке завитка	84–91
15	Верхняя часть полости ушной раковины (чаша)	92–99
16	Нижняя часть полости ушной раковины	100–104
17	Наружный слуховой проход	109–110
18	Задняя сторона ушной раковины	105–108

\* Аурикулярные точки 111–170 названы Г. Лувсаном (1992) новыми аурикулярными точками, они находятся в разных зонах ушной раковины (см. рис. 4–18).

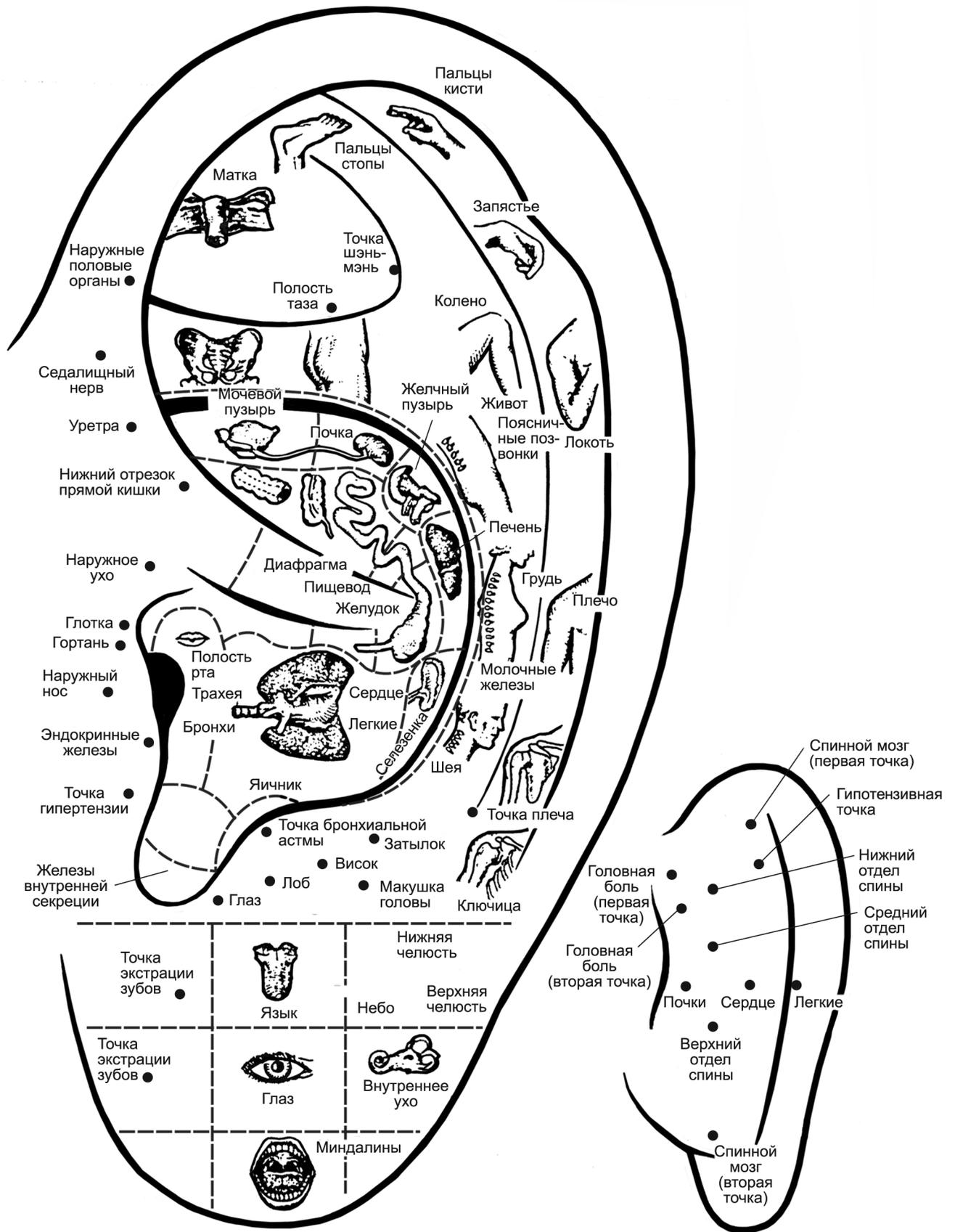
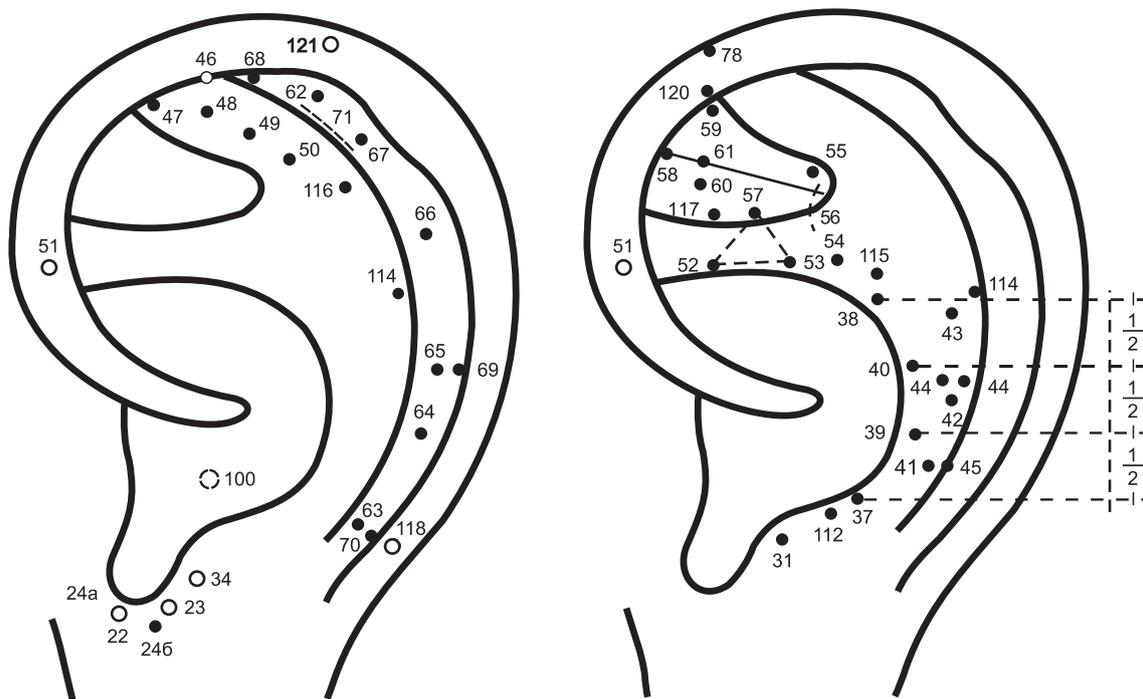


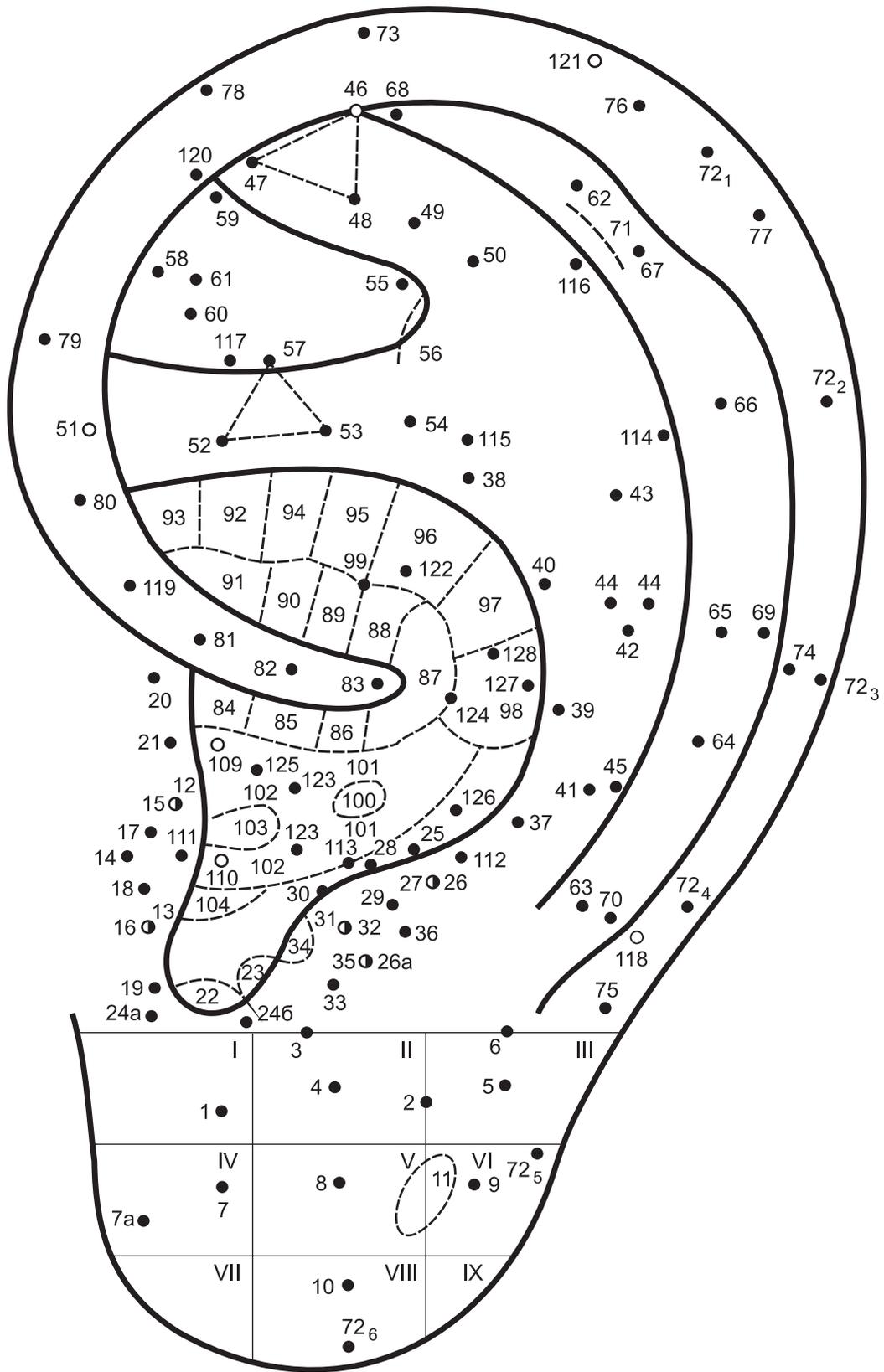
Рис. 3. Проекция расположения частей тела и внутренних органов на ушной раковине. На задней поверхности уха даны наиболее часто используемые точки



**Рис. 4.** Аурикулярные точки, расположенные на передней поверхности ушной раковины (стр. 106, 107).

Пустой кружок обозначает (здесь и далее), что точка не видна и находится на внутренней поверхности анатомического образования ушной раковины; полупустой кружок указывает на то, что точка находится на внутренней поверхности симметрично точке, расположенной на наружной поверхности:

1 – верхняя точка анальгезии при экстракции зубов, 2 – небо (точка верхней части ротовой полости), 3 – дно ротовой полости, 4 – язык, 5 – верхняя челюсть, 6 – нижняя челюсть, 7 – нижняя точка анальгезии при экстракции зубов, 8 – глаза (первая точка), 9 – внутреннее ухо, 10 – миндалина (четвертая точка), 11 – скула (щека), 12 – вершина козелка, 13 – надпочечник, 14 – наружный нос, 15 – горло и гортань, 16 – полость носа, 17 – точка жажды, 18 – точка голода, 19 – гипотензивная точка, 20 – наружное ухо, 21 – сердце (вторая точка), 22 – железы внутренней секреции, 23 – яичник, 24a – зрение (первая точка), 24б – зрение (вторая точка), 25 – ствол мозга, 26 – точка зубной боли, 27 – гортань и зубы (точка коренных зубов), 28 – гипофиз (точка головного мозга), 29 – затылок, 30 – околоушная слюнная железа, 31 – точка, регулирующая дыхание, 32 – яичко, 33 – лоб, 34 – кора головного мозга, 35 – точка тай-ян (висок), 36 – вершина черепа (макушка головы), 37 – шейный отдел позвоночника, 38 – крестцовый отдел позвоночника, 39 – грудной отдел позвоночника, 40 – поясничный отдел позвоночника, 41 – шея, 42 – грудь, 43 – живот, 44 – молочная железа, 45 – щитовидная железа, 46 – пальцы ног, 47 – пятка, 48 – голеностопный сустав, 49 – коленный сустав, 50 – тазобедренный сустав, 51 – симпатическая нервная система (симпатическая точка), 52 – седалищный нерв, 53 – ягодица, 54 – точка люмбагии (болевая точка поясницы), 55 – точка шэнь-мэнь (точка центральной нервной системы и точка наркоза при операциях), 56 – полость таза (матка), 57 – бедро, 58 – матка (сексуальная точка), 59 – гипотензивная точка (первая точка), 60 – точка бронхиальной астмы (бронхолитическая точка), 61 – точка гепатита (первая точка), 62 – пальцы рук, 63 – ключица, 64 – плечевой сустав, 65 – плечо, 66 – локоть, 67 – кисть руки, 68 – аппендикс (первая точка), 69 – аппендикс (вторая точка), 70 – аппендикс (третья точка), 71 – точка крапивницы, 72<sub>1</sub> – завиток (первая точка), 72<sub>2</sub> – завиток (вторая точка), 72<sub>3</sub> – завиток (третья точка), 72<sub>4</sub> – завиток (четвертая точка), 72<sub>5</sub> – завиток (пятая точка), 72<sub>6</sub> – завиток (шестая точка), 73 – миндалина (первая точка), 74 – миндалина (вторая точка), 75 – миндалина (третья точка), 76 – синдром ян печени (первая точка), 77 – синдром ян печени (вторая точка), 78 – верхушка уха, 79 – наружные половые органы, 80 – мочеиспускательный канал, 81 – прямая кишка, 82 – диафрагма (точка «зеро», нулевая точка по Р. F. Nogier), 83 – разветвление (точка солнечного сплетения по Р. F. Nogier), 84 – рот, 85 – пищевод, 86 – кардиальная точка, 87 – желудок, 88 – двенадцатиперстная кишка, 89 – тонкая кишка, 90 – аппендикс (четвертая точка), 91 – толстая кишка, 92 – мочевого пузыря, 93 – простата, 94 – мочеточник, 95 – почка, 96 – поджелудочная железа (слева) и желчный пузырь (справа), 97 – печень, 98 – селезенка, 99 – точка асцита, 100 – сердце (первая точка), 101 – легкое, 102 – бронхи, 103 – трахея, 104 – точка трех частей туловища, 105 – нижняя часть живота, 110 – верхняя часть живота, 111 – носоглазная точка, 112 – точка укачивания, 113 – точка эмоционального и двигательного возбуждения, 114 – внешний живот, 115 – точка тепла, 116 – колено, 117 – точка запора, 118 – точка нефрита, 119 – анальное отверстие, 120 – точка геморроя, 121 – малый затылочный нерв, 122 – точка панкреатита, 123 – точка бронхоэктазии, 124 – точка гепатита (вторая точка), 125 – глаза (вторая точка), 126 – точка туберкулеза, 127 – точка увеличенной печени, 128 – точка цирроза печени



завитка имеется постоянно существующее утолщение – дарвинов бугорок. В нижней части завиток переходит в округлое образование – мочку уха, или ушную дольку, которое свисает вниз между нижней частью завитка и нижней челюстью.

Параллельно завитку сверху вниз тянется валик, имеющий острый гребень, – противозавиток, а между завитком и противозавитком проходит углубление – ладьевидная ямка (желобок). В верхней части противозавитка имеется трехсторонняя выемка, или противозавитковая впадина, которая образуется ножками противозавитка (верхней и нижней). Впереди наружного слухового прохода располагается козелок в виде выступа. В нижней части противозавитка находится противокозелок, переходящий затем в мочку уха. Козелок отделен от ножки завитка надкозелковой вырезкой, а от противозавитка – межкозелковой вырезкой.

Древнекитайские авторы рисовали на ушной раковине младенца в положении, в котором он находится в утробе матери, т. е. головой вниз (рис. 2). Мочке уха соответствовала голова младенца, противозавитку – его позвоночник, нижней ножке противозавитка – крестец, верхней ножке – нога, углублению между завитком и противозавитком – рука и т. д.

Точки ушной раковины имеют строгую локализацию, и эффект лечения зависит от того, насколько четко врач определит месторасположение точки.

В данной работе использована систематизация ушных точек в соответствии с международной европейской классификацией. Согласно этой классификации, поверхность ушной раковины разделена на 18 зон, в которых расположены 110 активных точек. Кроме того, определено еще 60 точек, из которых 18 точек находятся на передней поверхности ушной раковины, а остальные – на задней поверхности. Нумерация точек сквозная. Точки и зоны ушной раковины представлена на рис. 3–18.

## Расположение аурикулярных точек (АР) и показания к их применению

### Зона мочки уха

Эта зона разделена двумя горизонтальными и двумя вертикальными линиями на девять квадратов (рис. 5).

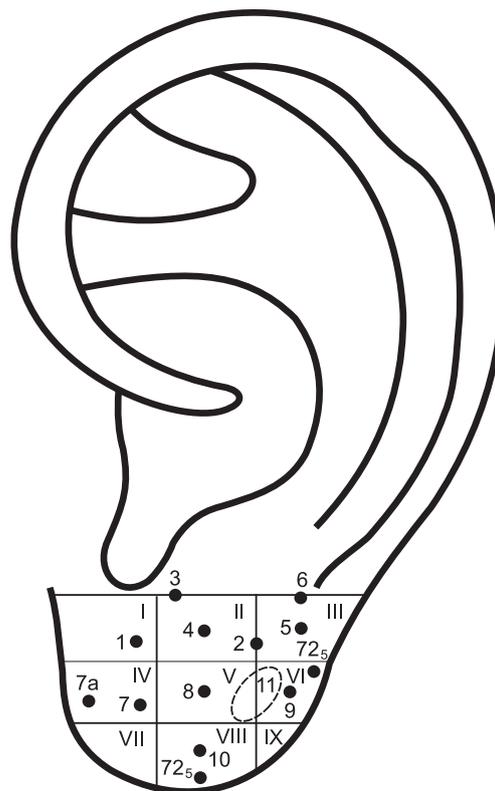
**АР1 верхняя точка анальгезии при экстракции зубов.** *Расположение:* квадрат первый. *Показания:* обезболивание при удалении зубов, боль в зубах верхней челюсти.

**АР2 точка нёба.** *Расположение:* квадрат второй. *Показания:* невралгия тройничного нерва, перелом челюсти, зубная боль, воспалительные процессы в полости рта.

**АР3 точка дна ротовой полости.** *Расположение:* квадрат второй. *Показания:* те же, что и для точки АР2.

**АР4 точка языка.** *Расположение:* в центре второго квадрата. *Показания:* зубная боль, хронический тонзиллит, ларингит, фарингит, стоматит.

**АР5 точка верхней челюсти.** *Расположение:* в центре третьего квадрата. *Показания:* те же показания,



**Рис. 5.** Аурикулярные точки, расположенные в зоне мочки уха:

1 – верхняя точка анальгезии при экстракции зубов, 2 – нёбо (точка верхней части ротовой полости), 3 – дно ротовой полости, 4 – язык, 5 – верхняя челюсть, 6 – нижняя челюсть, 7 – нижняя точка анальгезии при экстракции зубов, 7a – точка неврастения, 8 – глаза (первая точка), 9 – внутреннее ухо, 10 – миндалина (четвертая точка), 11 – скула (щека), 72<sub>s</sub> – завиток (пятая точка), 72<sub>e</sub> – завиток (шестая точка). Римскими цифрами I–IX обозначены зоны мочки уха

что и для точки АР4, а также невралгия тройничного нерва, кариес, пародонтоз.

**АР6 точка нижней челюсти.** *Расположение:* квадрат третий. *Показания:* зубная боль, стоматит, невралгия тройничного нерва.

**АР7 нижняя точка анальгезии при экстракции зубов.** *Расположение:* квадрат четвертый. *Показания:* обезболивание при удалении зубов, боль в зубах нижней челюсти.

**АР7a точка неврастения.** *Расположение:* квадрат четвертый, ниже и впереди от точки АР7. *Показания:* неврастения.

**АР8 точка глаз.** *Расположение:* квадрат пятый. *Показания:* воспалительные заболевания глаз (конъюнктивит, ячмень и др.), глаукома, близорукость, атрофия зрительного нерва.

**АР9 точка внутреннего уха.** *Расположение:* квадрат шестой. *Показания:* головокружение (особенно головокружение при синдроме Миньера), звон в ушах, тугоухость.

**АР10 точка миндалин.** *Расположение:* квадрат вось-

мой. *Показания:* все заболевания, при которых возникают изменения в миндалинах, в сочетании с другими точками АР10 применяется при тонзиллэктомии.

**АР11 точка скулы (щеки).** *Расположение:* между квадратами пятым и шестым. *Показания:* фурункул на щеке, парез лицевого нерва, невралгия тройничного нерва.

### Зона козелка

Эта зона представлена на рис. 6.

**АР12 точка вершины козелка.** *Расположение:* в центре верхнего ребра козелка, если имеются две вершины козелка, то на верхней вершине. *Показания:* точка применяется с целью обезболивающего и противовоспалительного действия.

**АР13 точка надпочечника.** *Расположение:* в середине нижнего ребра козелка. *Показания:* астения, шок, пониженное и повышенное артериальное давление, все острые и хронические воспалительные процессы, кожные заболевания, кровотечение, лихорадочное состояние и озноб, заболевания суставов, парезы, невралгии.

**АР14 точка носа.** *Расположение:* в середине основания козелка. *Показания:* воспалительные процессы в полости носа, ринофрома.

**АР15 точка горла и гортани.** *Расположение:* с внутренней стороны козелка на уровне АР12. *Пока-*

*зания:* ларингит, фарингит, синусит, хронический тонзиллит, отек язычка мягкого нёба.

**АР16 точка полости носа.** *Расположение:* с внутренней стороны козелка на уровне АР13. *Показания:* ринит, синусит, фурункул носа.

**АР17 точка жажды.** *Расположение:* в верхней части основания козелка, в середине линии, соединяющей точки АР12 и АР14. *Показания:* неврогенная жажда (по Д. М. Табеевой).

**АР18 точка голода.** *Расположение:* в нижней части основания козелка, в середине линии, соединяющей АР13 и АР14. *Показания:* острый и хронический гастрит, панкреатит (по Д. М. Табеевой).

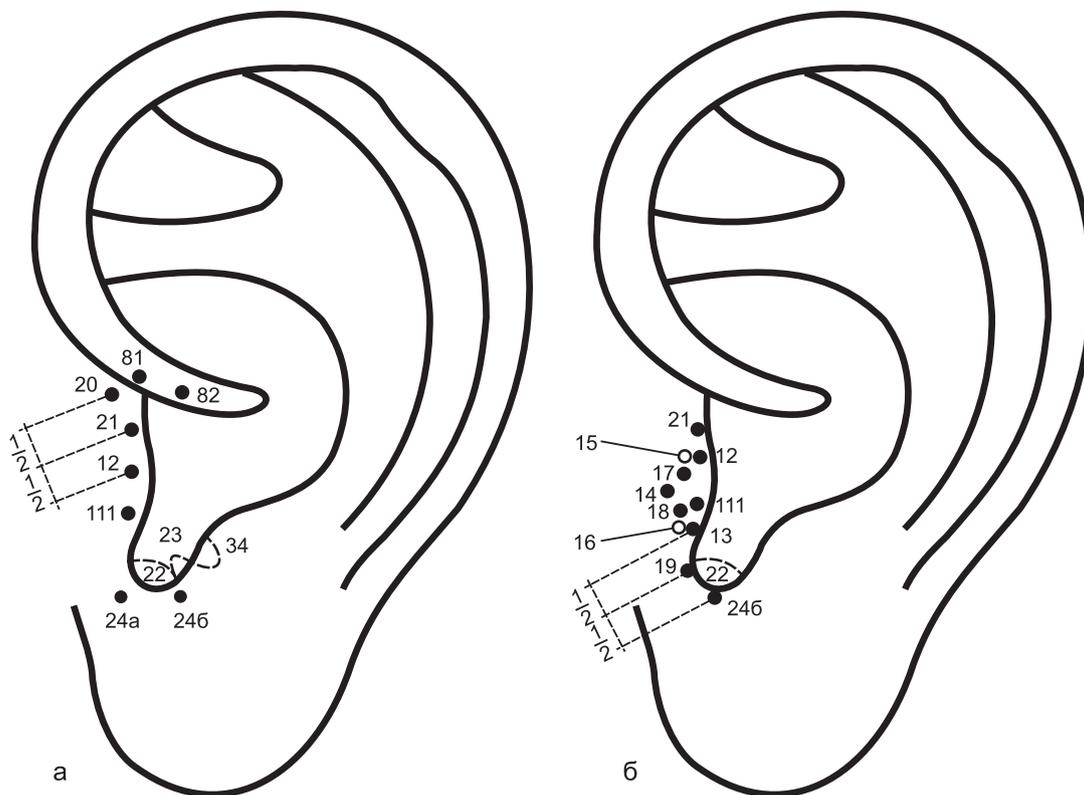
**АР19 точка гипертонии.** *Расположение:* в нижней части козелка, в месте перехода козелка в межкозелковую вырезку. *Показания:* все формы гипертонической болезни.

### Зона передней ушной бороздки

Эта зона представлена на рис. 6.

**АР20 точка наружного уха.** *Расположение:* между верхним уровнем козелка и восходящей частью завитка. *Показания:* воспаление наружного уха, головокружение, снижение слуха.

**АР21 точка сердца (точка сосудов).** *Расположение:* приблизительно в середине линии, соединяющей АР12 и АР20. *Показания:* все виды нарушения сердечного ритма.



**Рис. 6.** Аурикулярные точки, расположенные в зоне козелка:

а – точки, расположенные на наружной поверхности козелка, б – точки, расположенные на наружной и внутренней поверхностях козелка;

12 – вершина козелка, 13 – надпочечник, 14 – нос, 15 – горло и гортань, 16 – полость носа, 17 – точка жажды, 18 – точка голода, 19 – гипотензивная точка, 111 – носоглазная точка

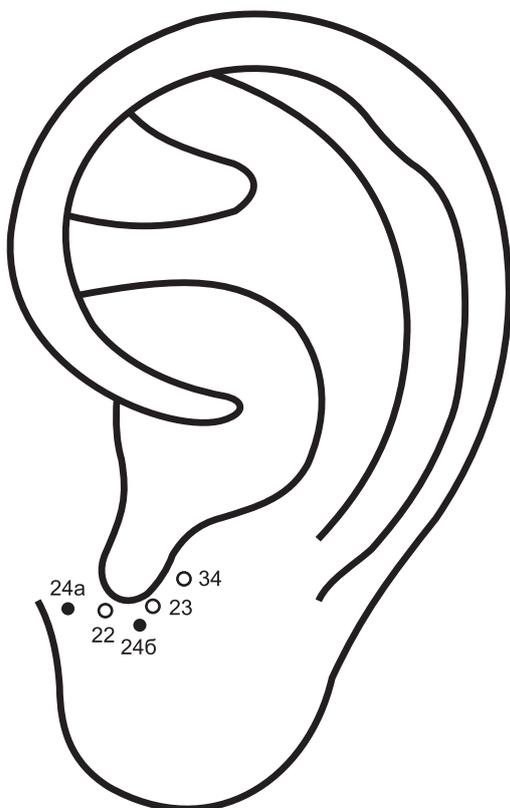
### Зона межкозелковой вырезки

Эта зона представлена на рис. 7.

**AP22 точка желез внутренней секреции.** По Р. Nogier, эта точка соответствует надпочечнику, щитовидной и паращитовидной железам. *Расположение:* у основания и на внутренней части межкозелковой вырезки. *Показания:* заболевания, связанные с нарушением функции желез внутренней секреции, гинекологические заболевания (особенно дисменорея, аменорея, боль и зуд вульвы, аднексит), кожные заболевания, заболевания сердечно-сосудистой и мочеполовой систем, суставов; данная точка оказывает противоаллергическое и противовоспалительное действие при заболеваниях органов дыхания, в том числе при бронхиальной астме; китайские врачи применяют эту точку при лечении последствий полимиелита и инсульта.

**AP23 точка яичника.** *Расположение:* в области межкозелковой вырезки, между точками AP22 и AP34. *Показания:* все нарушения половой функции у женщин.

**AP24a точка зрения (первая), AP24б точка зрения (вторая).** *Расположение:* обе точки лежат несколько ниже межкозелковой вырезки, в месте перехода ее в мочку уха; точка 24а расположена по одну сто-



**Рис. 7.** Аурикулярные точки, расположенные в зоне межкозелковой вырезки:

22 – железы внутренней секреции (эндокринная точка), 23 – яичник, 24а – первая точка зрения, 24б – вторая точка зрения, 34 – точка коры головного мозга. Пустыми кружками обозначены точки, находящиеся на внутренней поверхности указанных зон

рону от линии, проведенной через середину межкозелковой вырезки, точка 24б – по другую сторону от этой линии. *Показания:* воспалительные заболевания глаз, астигматизм, миопия, атрофия зрительного нерва; точки AP24а и AP24б применяют в одном сеансе с точкой AP97 (точка печени).

### Зона задней ушной бороздки и зона противокзелка

Эти зоны представлены на рис. 8.

**AP25 точка ствола мозга.** *Расположение:* в середине задней ушной бороздки, в месте перехода противокзелка в противозавиток. *Показания:* менингеальные нарушения, неврологические заболевания, психические расстройства, сотрясение головного мозга; китайские врачи применяют эту точку для лечения шизофрении, бокового амиотрофического склероза, церебральной атаксии.

**AP26 точка зубной боли.** *Расположение:* на внутренней поверхности противозавитка, в нижней трети его заднего ребра. *Показания:* все виды зубной боли.

**AP26а точка придатка мозга.** Точка соответствует точке таламуса. *Расположение:* в середине основания противокзелка, на его внутренней поверхности, точка соответствует наружно расположенной точке AP35. *Показания:* точка применяется с целью анальгезии, иглу вводят сзади наперед подкожно.

**AP27 точка гортани и зубов (точка коренных зубов).** *Расположение:* на наружной поверхности противокзелка, точка соответствует точке AP26, расположенной с внутренней стороны. *Показания:* те же, что и для точки AP26.

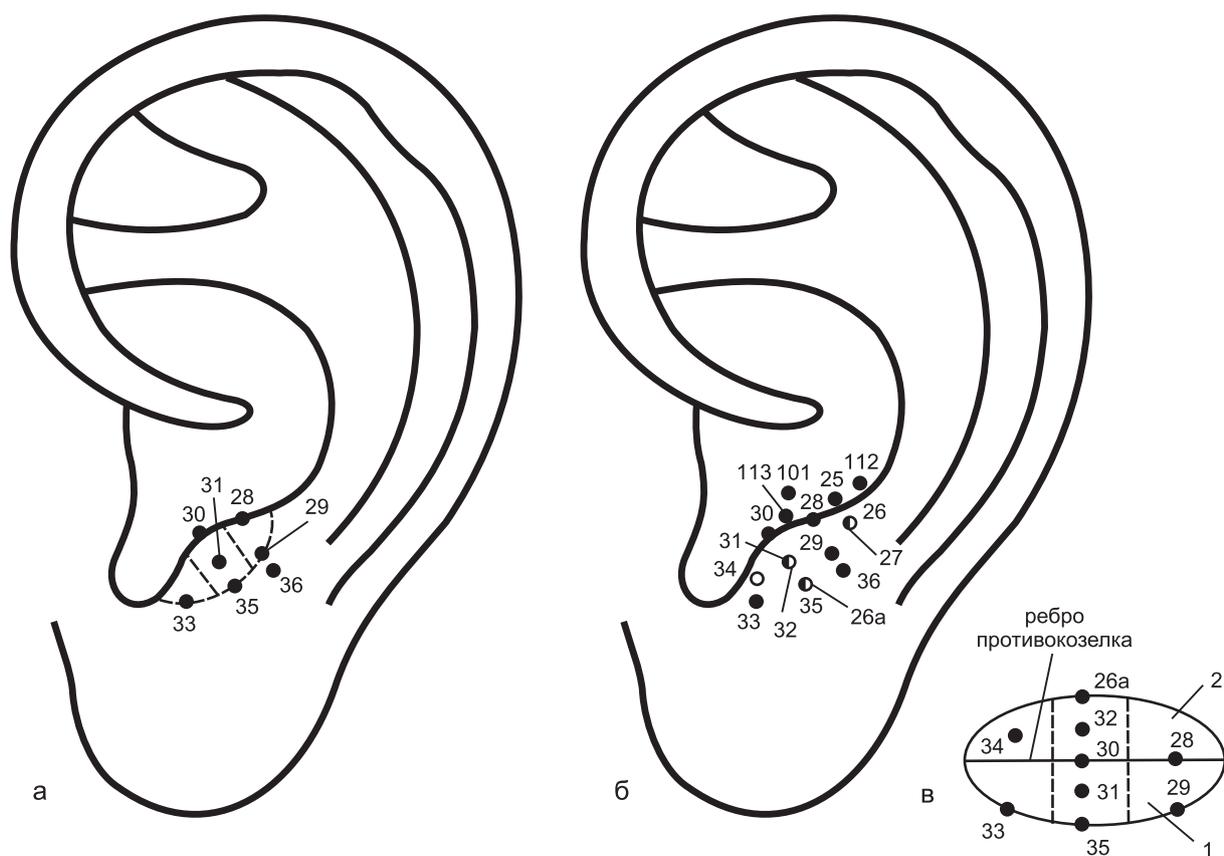
**AP28 точка гипофиза (точка головного мозга).** *Расположение:* в середине заднего ребра противокзелка, в месте перехода противокзелка в противозавиток. *Показания:* нарушение функции гипофиза и желез внутренней секреции, дисфункциональные маточные кровотечения, расстройства мочеиспускания; точка оказывает бронхолитическое действие.

**AP29 точка затылка.** *Расположение:* на наружной поверхности противокзелка, ниже противокзелковой складки, под точкой AP28. *Показания:* кожные заболевания, бронхиальная астма, воспалительные заболевания органов дыхания, гипотония, коллапс; точка имеет широкий спектр действия, оказывает противоболевое действие, используется для лечения и профилактики головокружения и тошноты любого генеза.

**AP30 точка околоушной слюнной железы.** *Расположение:* на верхушке противокзелка. *Показания:* воспалительные заболевания слюнных желез.

**AP31 точка, регулирующая дыхание (точка бронхиальной астмы).** *Расположение:* непосредственно под точкой AP30. *Показания:* бронхиальная астма, заболевания, сопровождающиеся кашлем, кожный зуд; точка оказывает противоаллергическое действие.

**AP32 точка яичка.** *Расположение:* на внутренней стороне противокзелка, симметрично точке AP31. *Показания:* орхит, импотенция.



**Рис. 8.** Аурикулярные точки, расположенные в зоне противоконzelка:  
 а – точки наружной поверхности противоконzelка, б – точки наружной и внутренней поверхностей противоконzelка, в – противоконzelок оттянут кнаружи, вид сверху (1 – наружная поверхность, 2 – внутренняя поверхность);  
 25 – ствол головного мозга, 26 – точка зубной боли, 26а – придаток головного мозга, 27 – гортань и зубы, 28 – гипофиз (точка головного мозга), 29 – затылок, 30 – околоушная слюнная железа, 31 – точка, регулирующая дыхание (точка бронхиальной астмы), 32 – яичко, 33 – лоб, 34 – кора головного мозга (точка серого вещества головного мозга), 35 – точка тай-ян (висок), 36 – вершина черепа (макушка головы), 112 – точка укачивания, 113 – точка эмоционального и двигательного возбуждения

**АР33 точка лба.** *Расположение:* в нижней трети наружной поверхности противоконzelка, несколько выше места перехода его в межконzelковую вырезку. *Показания:* головная боль в области лба, фронтит, ринит, головокружение.

**АР34 точка коры головного мозга (точка серого вещества головного мозга).** *Расположение:* зона этой точки находится в средней трети переднего ребра противоконzelка, на внутренней поверхности. *Показания:* заболевания сердечно-сосудистой системы, неврологические заболевания; китайские врачи применяют эту точку как противоболевую, седативную, противовоспалительную.

**АР35 точка виска.** *Расположение:* в середине основания противоконzelка. *Показания:* все формы головной боли, особенно мигрень, заболевания глаз, головокружение, нарушение сна.

**АР36 точка вершины черепа (точка макушки головы).** *Расположение:* на 1,5 мм ниже точки АР29. *Показания:* все виды головной боли в области темени.

### Зона противозавитка

Эта зона представлена на рис. 9 и 10.

**АР37 точка шейного отдела позвоночника.** *Расположение:* в нижней части противозавитка, выше задней ушной бороздки, которая находится между противоконzelком и нижним краем противозавитка. *Показания:* боль и заболевания в этом отделе позвоночника.

**АР38 точка крестцового отдела позвоночника.** *Расположение:* на уровне соединения ножек противозавитка. *Показания:* боль и заболевания в области крестца.

**АР39 точка грудного отдела позвоночника.** *Расположение:* на одну треть расстояния от точки АР37 до точки АР38. *Показания:* боль и заболевания в этом отделе позвоночника.

**АР40 точка поясничного отдела позвоночника.** *Расположение:* на две трети расстояния от точки АР37 до точки АР38. *Показания:* заболевания поясничного отдела позвоночника.

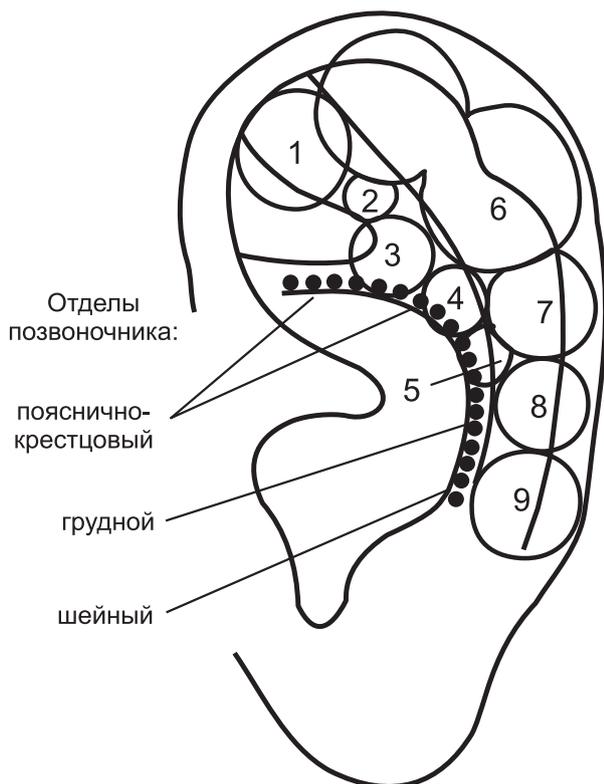
**AP41 точка шеи.** *Расположение:* выше проекции шейного отдела позвоночника, у наружного края противозавитка. *Показания:* заболевания в области шеи.

**AP42 точка груди.** *Расположение:* на середине расстояния между точками AP39 и AP40. *Показания:* боль в области грудной клетки, туберкулез легких.

**AP43 точка живота.** *Расположение:* на середине расстояния между точками AP38 и AP40. *Показания:* гастродуоденит, метеоризм, боль в области живота спастического характера.

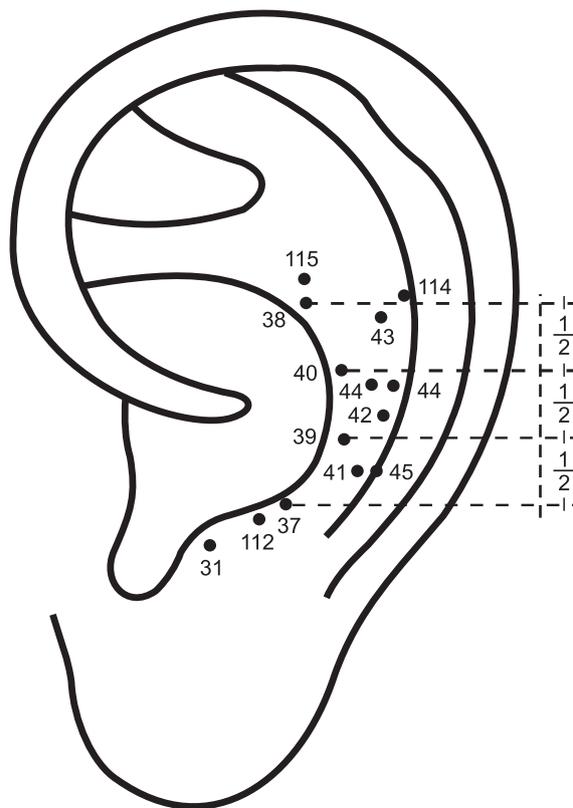
**AP44 точка молочной железы.** *Расположение:* две точки лежат выше точки AP42, образуя с ней равносторонний треугольник. *Показания:* мастит, гипогалактия.

**AP45 точка щитовидной железы.** *Расположение:* на склоне противозавитка к ладьевидной ямке, симметрично точке AP41. *Показания:* заболевания щитовидной железы (гипертиреоз, гипотиреоз).



**Рис. 9.** Схематичное обозначение на ушной раковине зон органов опоры и движения:

1 – стопа, голеностопный сустав, 2 – голень, коленный сустав, 3 – бедро, тазобедренный сустав, ягодично-лобковая область, 4 – пояснично-крестцовая область, 5 – верхняя область спины, 6 – кисть, лучезапястный сустав, 7 – предплечье, локтевой сустав, плечо, 8 – плечевой сустав, область грудной клетки (грудь, спина, лопаточная область, ключичная область), 9 – шея, затылок



**Рис. 10.** Аурикулярные точки, расположенные в зоне противозавитка:

37 – шейный отдел позвоночника, 38 – крестцовый отдел позвоночника, 39 – грудной отдел позвоночника, 40 – поясничный отдел позвоночника, 41 – шея, 42 – грудь, 43 – живот, 44 – молочная железа, 45 – щитовидная железа, 114 – внешний живот (передняя поверхность живота), 115 – точка тепла

### Зона верхней ножки противозавитка

Эта зона представлена на рис. 9 и 11.

**AP46 точка пальцев ног.** *Расположение:* на верхнезадней части начала верхней ножки противозавитка. *Показания:* травмы, обморожения пальцев ног, тендовагинит, боль в области стопы.

**AP47 точка пятки.** *Расположение:* на верхнепередней части начала верхней ножки противозавитка. *Показания:* травмы, обморожения, пяточные шпоры, боль в области голеностопного сустава.

**AP48 точка голеностопного сустава (точка лодыжки).** *Расположение:* ниже точек AP46 и AP47, образуя с ними равносторонний треугольник. *Показания:* растяжение связок, ушибы, боль в области голеностопного сустава, воспалительный процесс в суставе.

**AP49 точка коленного сустава.** *Расположение:* в середине верхней ножки противозавитка. *Показания:* травмы и воспалительные заболевания коленного сустава.

**AP50 точка тазобедренного сустава.** *Расположение:* латеральнее и ниже точки AP49, ближе к месту соединения обеих ножек противозавитка. *Показа-*

ния: заболевания тазобедренного сустава, боль в области сустава.

### Зона нижней ножки противозавитка

Эта зона представлена на рис. 9 и 11.

**AP51 точка симпатической нервной системы (вегетативная точка).** *Расположение:* в конце нижней ножки противозавитка, в месте ее пересечения с внутренней стороной завитка. *Показания:* чрезвычайно важная точка, воздействие на эту точку дает общеукрепляющий эффект, особенно эффективна точка при заболеваниях органов пищеварения, применяется также при бронхиальной астме, повышенном и пониженном артериальном давлении, коллапсе, нарушениях сердечного ритма, при воспалительных процессах в мочевыводящих путях, почечнокаменной болезни, дисменорее, аменорее.

**AP52 точка седалищного нерва.** *Расположение:* внутри от середины нижней ножки противозавитка. *Показания:* заболевания седалищного нерва.

**AP53 точка ягодицы.** *Расположение:* латеральнее точки AP52, ближе к месту соединения обеих но-

жек противозавитка. *Показания:* боль в области ягодицы, которую пациент не может точно локализовать.

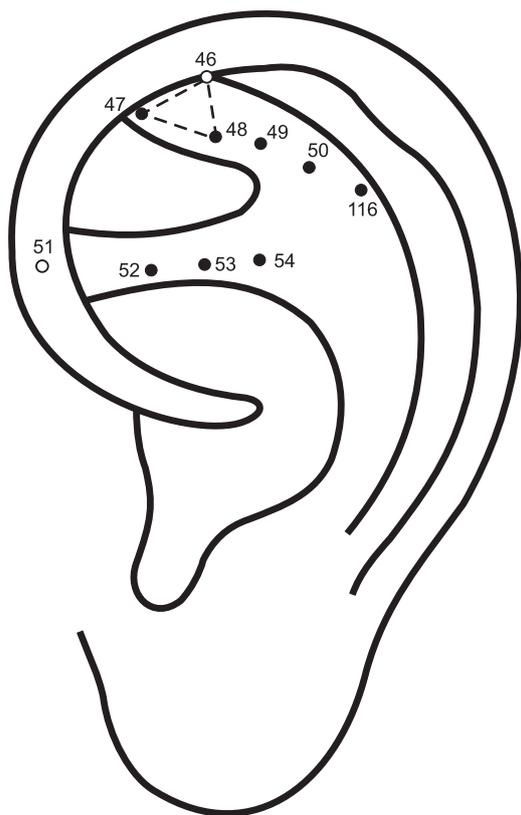
**AP54 точка люмбалгии.** *Расположение:* в наиболее выступающей части противозавитка, у места соединения обеих ножек противозавитка, рядом с точкой AP38. *Показания:* боль в области поясницы.

### Зона трехсторонней выемки

Эта зона представлена на рис. 12.

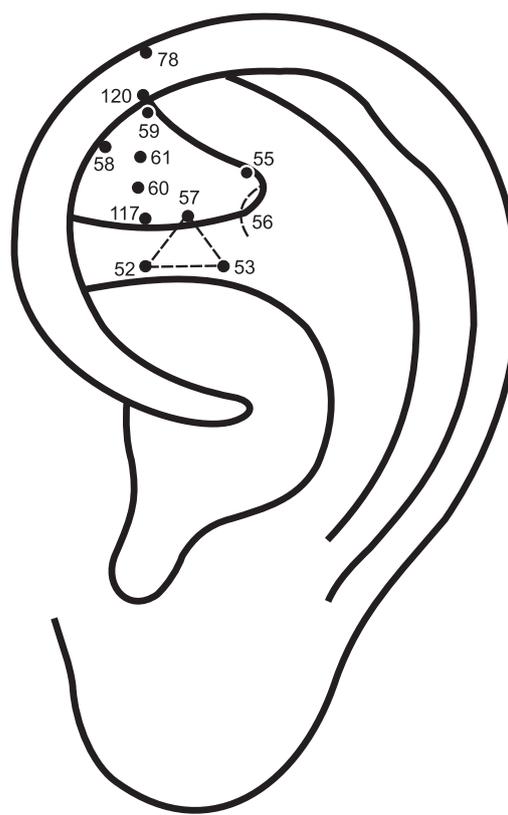
**AP55 точка шэнь-мэнь.** *Расположение:* чуть впереди от угла, где соединяются ножки противозавитка, ближе к верхней ножке противозавитка. *Показания:* является очень важной и наиболее часто используемой точкой уха; оказывает противоболевое, противовоспалительное и седативное действие; китайские врачи применяют эту точку с целью обезболивания независимо от причины и локализации боли.

**AP56 точка шейки матки (сексуальная точка).** *Расположение:* в углу, образованном соединением ножек противозавитка, кзади от точки AP55. *Показания:* болевые синдромы в области малого таза.



**Рис. 11.** Аурикулярные точки, расположенные в зоне верхней ножки противозавитка и в зоне нижней ножки противозавитка:

46 – пальцы ног, 47 – пятка, 48 – голеностопный сустав (лодыжка), 49 – коленный сустав, 50 – тазобедренный сустав, 51 – точка симпатической нервной системы (вегетативная точка), 52 – седалищный нерв, 53 – ягодица, 54 – точка люмбалгии, 116 – коленный сустав



**Рис. 12.** Аурикулярные точки, расположенные в зоне трехсторонней выемки:

55 – точка шэнь-мэнь, 56 – шейка матки (полость таза), 57 – бедро, 58 – матка, 59 – гипотензивная точка (первая точка), 60 – точка бронхиальной астмы (бронхолитическая точка), 61 – точка гепатита (первая точка), 117 – точка запора, 120 – точка геморроя

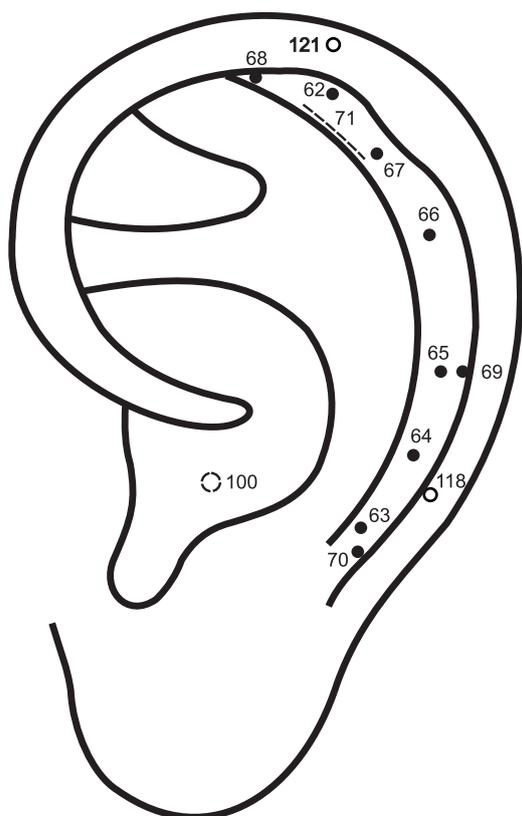
**AP57 точка бедра.** *Расположение:* на уровне середины нижней ножки противозавитка и чуть выше этой ножки. Точка AP57 образует равносторонний треугольник с точками AP52 и AP53. *Показания:* боль в области бедра.

**AP58 точка матки (сексуальная точка).** *Расположение:* точка расположена в трехсторонней выемке, немного отступая от завитка, на середине расстояния между ножками противозавитка. *Показания:* гинекологические заболевания; у мужчин показаниями являются импотенция, преждевременная эякуляция.

**AP59 гипотензивная точка (первая).** *Расположение:* в месте пересечения завитка и верхней ножки противозавитка, в трехсторонней выемке. *Показания:* артериальная гипертензия.

**AP60 точка бронхиальной астмы (бронхолитическая точка).** *Расположение:* латеральнее точки AP58 и на 1,5–2 мм ниже этой точки, в трехсторонней ямке. *Показания:* одышка, бронхиальная астма, другие заболевания легких.

**AP61 точка гепатита (первая).** *Расположение:* на одной горизонтальной линии с точкой AP58 и на 1,5–2 мм латеральнее от этой точки. *Показания:* острый и хронический гепатит.



**Рис. 13.** Аурикулярные точки, расположенные в зоне ладьевидной ямки:

62 – пальцы кисти, 63 – ключица, 64 – плечевой сустав, 65 – плечо, 66 – локтевой сустав, 67 – кисть руки, 68 – аппендикс (первая точка), 69 – аппендикс (вторая точка), 70 – аппендикс (третья точка), 71 – точка крапивницы, 118 – точка нефрита, 121 – малый затылочный нерв

### Зона ладьевидной ямки

Эта зона представлена на рис. 9 и 13.

**AP62 точка пальцев рук.** *Расположение:* в верхней части ладьевидной ямки, между завитком и верхней ножкой противозавитка. *Показания:* боль и воспалительные изменения в пальцах рук.

**AP63 точка ключицы.** *Расположение:* в нижней части ладьевидной ямки, на уровне точки AP100. *Показания:* боль в области плеча, перелом ключицы.

Для определения расположения точек AP64–AP67 проводят прямую линию от точки AP62 до точки AP63, т. е. от верхней части ладьевидной ямки до ее нижней части. Уровень расположения указанных точек определяют по отношению к проведенной линии. Точки располагаются на линии, проведенной по центру ладьевидной ямки (центральная линия ладьевидной ямки). Линия идет параллельно завитку.

**AP64 точка плечевого сустава.** *Расположение:* на центральной линии ладьевидной ямки, на уровне первой четверти расстояния от точки AP63. *Показания:* травмы и воспалительные заболевания плечевого сустава, боль в области плеча и лопатки.

**AP65 точка плеча.** *Расположение:* на центральной линии ладьевидной ямки, на уровне середины второй четверти расстояния от точки AP63. *Показания:* травмы, боль, воспалительные процессы в области плеча и плечевого сустава.

**AP66 точка локтя.** *Расположение:* на центральной линии ладьевидной ямки, на уровне середины третьей четверти расстояния от точки AP63. *Показания:* те же, что и у точки AP67.

**AP67 точка кисти.** *Расположение:* на центральной линии ладьевидной ямки, на уровне середины четвертой четверти расстояния от точки AP63, против дарвинова бугорка. *Показания:* точки AP66 и AP67 показаны при всех патологических процессах в области от пальцев рук до плеча; по Р. Nogier, точка AP67 применяется при всех формах нарушения сна.

**AP68 точка аппендикса (первая).** *Расположение:* в углу между завитком и концом верхней ножки противозавитка. *Показания:* хронический аппендицит вне обострения.

**AP69 точка аппендикса (вторая).** *Расположение:* на уровне точки AP65, ближе к противозавитку. *Показания:* те же, что и у точки AP68.

**AP70 точка аппендикса (третья).** *Расположение:* внизу ладьевидной ямки. *Показания:* те же, что и у точки AP68; точки AP68, AP69, AP70 применяют также с целью анальгезии при оперативных вмешательствах на органах брюшной полости.

**AP71 зона крапивницы.** *Расположение:* зона располагается на всем протяжении от точки AP62 до точки AP67. *Показания:* аллергическая сыпь, крапивница.

### Зона завитка

Эта зона представлена на рис. 14.

**AP72<sub>1</sub>–72<sub>6</sub> точки завитка.** *Расположение:* шесть точек AP72<sub>1</sub>–72<sub>6</sub> лежат на равном расстоянии друг от друга между дарвиновым бугорком и нижним

краем мочки уха (наиболее выступающей вниз частью мочки уха). *Показания:* по данным китайских авторов, эти точки служат в качестве ориентира при определении других точек уха; Д. М. Табеева относит их к точкам противовоспалительного и жаропонижающего действия.

**AP73 точка миндаины (первая).** *Расположение:* на самом высоком месте завитка, над наружным краем верхней ножки противозавитка. *Показания:* хронический тонзиллит, ларингит, фарингит.

**AP74 точка миндаины (вторая).** *Расположение:* ближе к переднему краю завитка, на уровне середины линии, соединяющей точки AP73 и AP10 (точка AP10 находится чуть выше точки AP72<sub>6</sub>). *Показания* те же, что и у точки AP73.

**AP75 точка миндаины (третья).** *Расположение:* в месте перехода завитка в мочку уха. *Показания* те же, что и у точки AP73.

**AP76 точка синдрома ян печени.** *Расположение:* над дарвиновым бугорком. *Показания:* все заболевания печени.

**AP77 точка синдрома ян печени (вторая).** *Расположение:* под дарвиновым бугорком. *Показания:* все заболевания печени.

**AP78 точка верхушки уха.** *Расположение:* чтобы определить расположение точки, ухо нужно от-

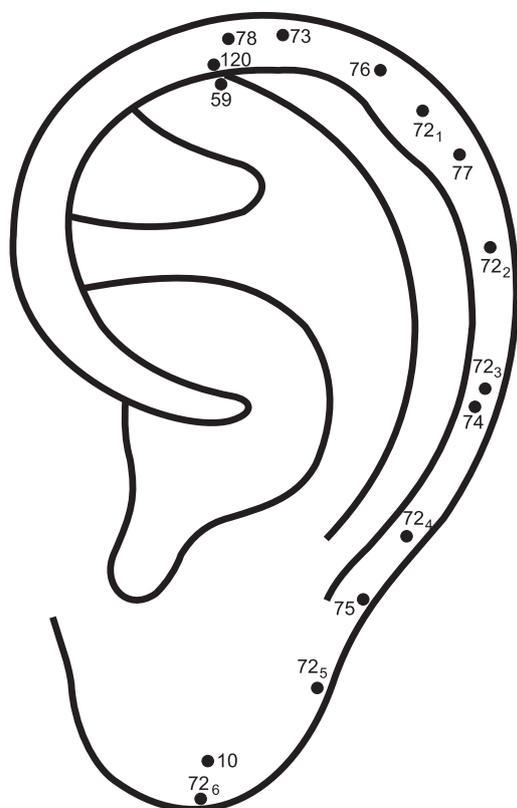
тянуть кпереди, точка будет находиться на завитке, на вершине складки ушной раковины. *Показания:* точка оказывает сильное противоболевое и седативное действие; китайские врачи применяют эту точку при ячмене, немецкие авторы и Р. Nogier рекомендуют ее при всех аллергических заболеваниях.

### Зона восходящей части завитка

Эта зона представлена на рис. 15.

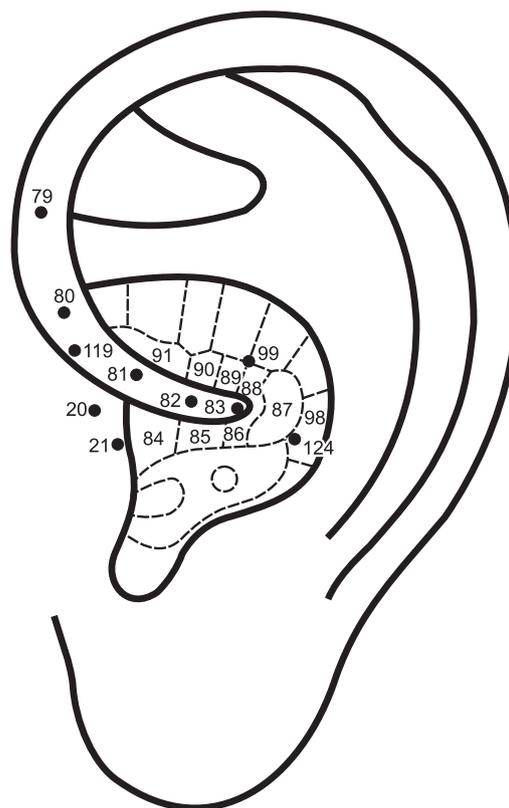
**AP79 точка наружных половых органов.** *Расположение:* на восходящей части завитка, в месте пересечения завитка и верхнего края нижней ножки противозавитка. *Показания:* вагинит, зуд наружных половых органов, импотенция, орхит, дизурия, мигрень, боль в области поясницы и крестца.

**AP80 точка мочеиспускательного канала.** *Расположение:* в месте пересечения завитка с нижним краем нижней ножки противозавитка, ниже точки AP79. *Показания:* воспалительные заболевания мочевыводящих путей, недержание мочи.



**Рис. 14.** Аурикулярные точки, расположенные в зоне завитка:

72<sub>1</sub>–72<sub>6</sub> – точки завитка, 73 – миндалина (первая точка), 74 – миндалина (вторая точка), 75 – миндалина (третья точка), 76 – точка синдрома ян печени (первая точка), 77 – точка синдрома ян печени (вторая точка), 78 – верхушка уха, 120 – точка геморроя



**Рис. 15.** Аурикулярные точки, расположенные в зоне восходящей части завитка, в зоне ножки завитка и в зоне дна полости ушной раковины, прилежащей к ножке завитка:

79 – наружные половые органы, 80 – мочеиспускательный канал, 81 – прямая кишка, 82 – диафрагма, 83 – солнечное сплетение, 84 – рот, 85 – пищевод, 86 – кардиальная точка, 87 – желудок, 88 – двенадцатиперстная кишка, 89 – тонкая кишка, 90 – аппендикс (четвертая точка), 91 – толстая кишка, 119 – анальное отверстие, 124 – точка гепатита (вторая точка)

**AP81 точка прямой кишки.** *Расположение:* выше изади от точки AP20. *Показания:* трещины заднего прохода, выпадение прямой кишки, геморрой, запоры.

### Зона ножки завитка

Эта зона представлена на рис. 15.

**AP82 точка диафрагмы (по Р. Nogier, «нулевая точка»).** *Расположение:* на переходе ножки завитка в восходящую часть завитка. *Показания:* китайские врачи применяют эту точку при заболеваниях диафрагмы, крови, при внутренних кровотечениях, кровохарканьи, метрорагии (при метрорагии эту точку сочетают с точками AP22, AP34, AP58).

**AP83 точка разветвления (точка солнечного сплетения).** *Расположение:* в начале ножки завитка. *Показания:* заболевания сердечно-сосудистой системы, одышка, расстройство пищеварения (нарушение процесса всасывания пищи), метеоризм, перитонит, межреберная невралгия, заболевания крови, внутренние кровотечения, отеки невыясненной этиологии.

### Зона дна полости ушной раковины, прилежащая к ножке завитка

Эта зона представлена на рис. 15.

**AP84 точка рта.** *Расположение:* над входом в наружный слуховой проход, под ножкой завитка. *Показания:* стоматит, гингивит, глоссит, невралгия тройничного нерва.

**AP85 точка пищевода.** *Расположение:* под ножкой завитка, на уровне середины ножки завитка. *Показания:* спазм пищевода, неврогенная рвота у детей, тошнота, язвенная болезнь желудка.

**AP86 кардиальная точка.** *Расположение:* под началом ножки завитка, латеральнее точки AP85. *Показания:* заболевания пищевода, спазм кардиальной части желудка.

**AP87 точка желудка.** *Расположение:* в месте перехода ножки завитка в дно полости ушной раковины. *Показания:* язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, гастродуоденит, тошнота, рвота, желудочно-кишечные дискинезии; китайские врачи применяют эту точку при истерии, истерической афазии, нервных и психических заболеваниях, неврастении, нарушении сна.

**AP88 точка двенадцатиперстной кишки.** *Расположение:* выше начала ножки завитка, напротив точки AP86. *Показания:* энтероколит, гастродуоденит, холецистит, желудочно-кишечные дискинезии.

**AP89 точка тонкой кишки.** *Расположение:* выше ножки завитка, чуть латеральнее ее середины. *Показания:* те же, что и у точки AP88; по Д. М. Табеевой, точка эффективна при гипогалактии.

**AP90 точка аппендикса (четвертая).** *Расположение:* выше ножки завитка, на уровне ее середины. *Показания:* хронический аппендицит вне его обострения.

**AP91 точка толстой кишки.** *Расположение:* выше ножки завитка и восходящей части завитка, напротив точки AP84; область этой точки вытянута в сторо-

ну восходящей части завитка. *Показания:* энтероколит, колит, диспепсия, метеоризм, запор, понос, желудочно-кишечные дискинезии, паралитическая непроходимость кишечника (особенно послеоперационная); китайские врачи применяют эту точку при экземе, болезнях органов дыхания.

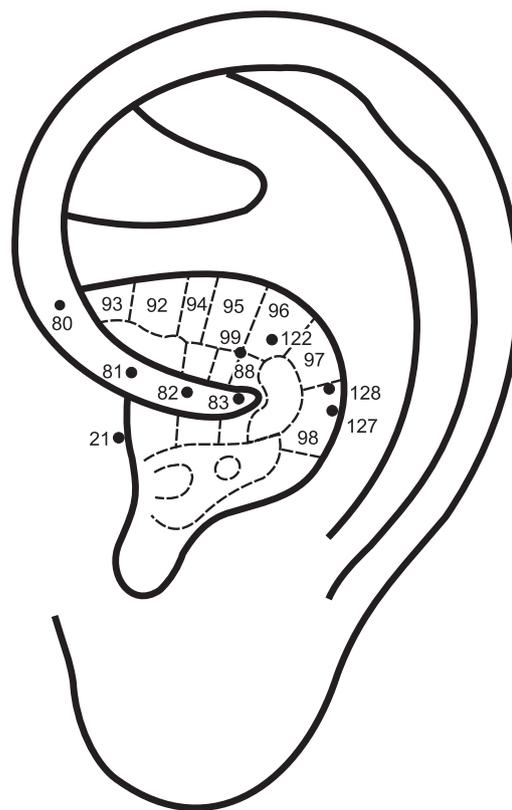
### Зона верхней части полости ушной раковины

Эта зона представлена на рис. 16.

**AP92 точка мочевого пузыря.** *Расположение:* под нижней ножкой противозавитка, над областью точки AP91, латеральнее точки AP93. *Показания:* цистит, гломерулонефрит, простатит, недержание мочи и задержка мочи любого генеза, несердечные отеки, сахарный диабет, неврастения, нарушение сна.

**AP93 точка предстательной железы.** *Расположение:* в углу, образованном восходящей ножкой завитка и нижней ножкой противозавитка, медиальнее точки AP92. *Показания:* простатит.

**AP94 точка мочеточника.** *Расположение:* под нижней ножкой противозавитка, латеральнее



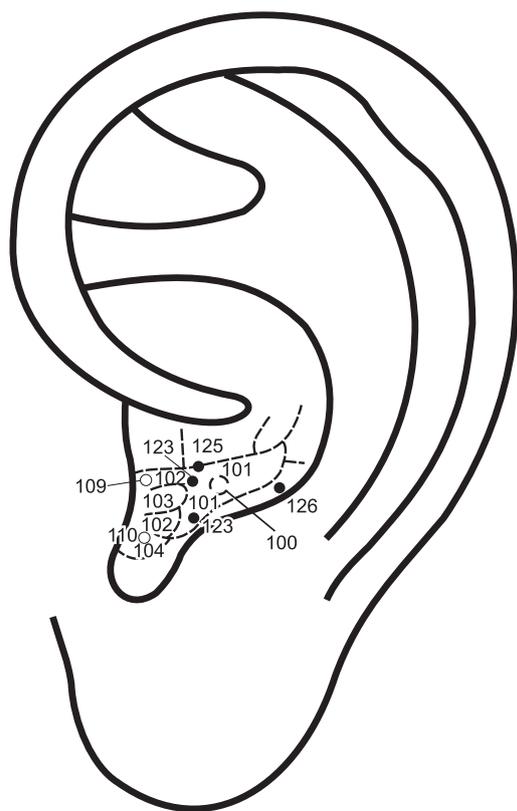
**Рис. 16.** Аурикулярные точки, расположенные в зоне верхней части полости ушной раковины:

92 – мочевого пузыря, 93 – предстательная железа, 94 – мочеточник, 95 – почка, 96 – поджелудочная железа (на левой ушной раковине) и желчный пузырь (на правой ушной раковине), 97 – печень, 98 – селезенка, 99 – точка асцита, 122 – точка панкреатита, 127 – точка увеличения печени, 128 – точка цирроза печени

точки АР92. *Показания:* камни мочеточника (по Д. М. Табеевой).

**АР95 точка почки.** *Расположение:* в середине верхней части полости ушной раковины, под нижней ножкой противозавитка, над точкой АР89. *Показания:* исключительно важная точка, применяется при заболеваниях мочеполовой системы, при шоке, коллапсе, заболеваниях крови, нарушениях функции желез внутренней секреции; точка применяется также при неврастении, мигрени, всех формах нарушения сна, нарушениях менструальной функции; эта точка дает хороший эффект при заболеваниях суставов (наподобие гидрокортизона); китайские врачи применяют эту точку при тугоухости, отитах, звоне в ушах, а также при переломах костей с целью обезболивания. По древнекитайским воззрениям, ухо связано с почкой и надпочечником. Наличие этой связи, очевидно, является одним из объяснений широкого спектра применения этой точки.

**АР96 точка поджелудочной железы (слева) и желчного пузыря (справа).** *Расположение:* под нижней ножкой противозавитка, латеральнее точки АР95. *Показания:* заболевания поджелу-



**Рис. 17.** Аурикулярные точки, расположенные в зоне нижней части полости ушной раковины и в зоне наружного слухового прохода:

100 – сердце (первая точка), 101 – легкое, 102 – бронхи, 103 – трахея, 104 – точка трех частей туловища, 109 – нижняя часть живота, 110 – верхняя часть живота, 123 – точка бронхоэктазии, 125 – глаза (вторая точка), 126 – точка туберкулеза легких

дочной железы (воздействуют на эту точку слева) и желчного пузыря (воздействуют на эту точку справа).

**АР97 точка печени.** *Расположение:* в глубине верхней части полости ушной раковины, рядом с противозавитком. *Показания:* заболевания печени, желчного пузыря, метеоризм, диспепсия, заболевания крови, геморрагии, судороги, головокружение, постинсультная гемиплегия; воздействие на эту точку дает хороший эффект при некоторых глазных заболеваниях (ячмень, конъюнктивит, миопия, глаукома вне обострения).

**АР98 точка селезенки.** *Расположение:* нижняя часть зоны точки АР97 (точка находится только на левом ухе). *Показания:* желудочно-кишечные расстройства, заболевания желудка, выпадение прямой кишки, кровотечения, некоторые заболевания крови, анемия.

**АР99 точка асцита.** *Расположение:* между точками АР88, АР89, АР95 и АР96. *Показания:* асцит и (по Д. М. Табеевой) метеоризм.

### Зона нижней части полости ушной раковины

Эта зона представлена на рис. 17.

**АР100 точка сердца (первая).** *Расположение:* в центре нижней части полости ушной раковины, в самом вогнутом участке дна раковины. *Показания:* миокардит, нарушение ритма сердца; точка оказывает регулирующее действие на систему кровообращения при гипертензии и гипотонии, при шоке, коллапсе, а также на нервную систему при нарушениях сна, лабильной психике, неврастении, неврозах.

**АР101 точка легких.** *Расположение:* область двух точек АР101 окружает область точки АР100 сверху и снизу. *Показания:* заболевания органов дыхания, кожные заболевания; точка используется для анальгезии при разрезах кожи.

**АР102 точка бронхов.** *Расположение:* область двух точек АР102 прилегает к нижней части задней стенки наружного слухового прохода. *Показания:* бронхит, коклюш, бронхопневмония.

**АР103 точка трахеи.** *Расположение:* выше области точки АР102 с задней стороны наружного слухового прохода. *Показания:* трахеит, бронхит.

**АР104 точка трех частей туловища.** *Расположение:* ниже области точки АР102. *Показания:* точку АР104 относят к числу часто используемых; применяют при стенокардии, межреберной невралгии, одышке, анемии, гепатите, перитоните, нарушении функции кишечника, в частности при запоре.

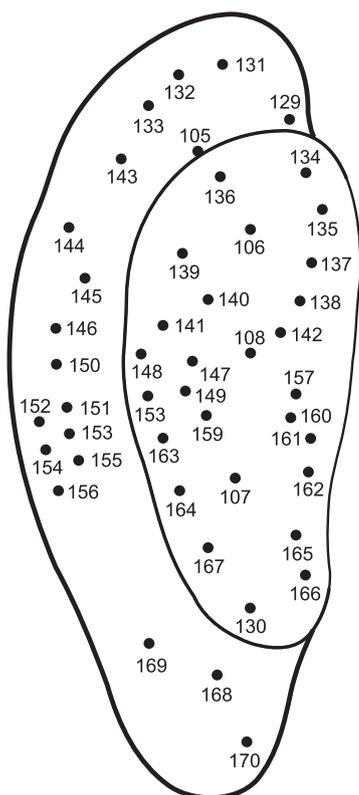
### Зона задней стороны ушной раковины

Эта зона представлена на рис. 18.

**АР105 гипотензивная точка (вторая).** *Расположение:* в верхней трети вертикальной борозды, находящейся на задней поверхности ушной раковины. *Показания:* гипертоническая болезнь;

китайские врачи делают кровопускание трехгранной иглой.

**AP106 точка нижнего отдела спины.** *Расположение:* у верхнего края выпуклой части задней поверхности ушной раковины. *Показания:* боль в спине, зуд кожи и кожные заболевания в области спины.



**Рис. 18.** Аурикулярные точки, расположенные на задней поверхности уха:

105 – гипотензивная точка (первая точка), 106 – нижний отдел спины, 107 – верхний отдел спины, 108 – средний отдел спины, 129 – спинной мозг (первая точка), 130 – спинной мозг (вторая точка), 131 – верхняя часть головного мозга, 132 – противохолерадная точка, 133 – точка тин-инь, 134 – точка головной боли (первая), 135 – точка головной боли (вторая), 136 – точка головной боли (третья), 137 – шея, 138 – точка покоя, 139 – точка энергии головного мозга, 140 – бороздка (первая точка), 141 – бороздка (вторая точка), 142 – эпигастральная область, 143 – центральный нерв, 144 – позвоночник, 145 – точка боли в спине (первая), 146 – точка боли в спине (вторая), 147 – ротглотка, 148 – бороздка (третья точка), 149 – точка язвы, 150 – спина 151 – легкие, 152 – точка люмбаго, 153 – мезогастральная область, 154 – точка кашля и бронхиальной астмы, 155 – гипогастральная область, 156 – ягодицы, 157 – желудочно-кишечный тракт, 158 – эпигастральная область, 159 – сердце (третья точка), 160 – точка почечной колики, 161 – точка пайлин, 162 – точка ян-хэ, 163 – аппендикс (пятая точка), 164 – точка пан-лин, 165 – нижние конечности, 166 – ухо, 167 – брюшина (первая точка), 168 – точка и-шан, 169 – брюшина (вторая точка), 170 – точка и-лен

**AP107 точка верхнего отдела спины.** *Расположение:* у нижнего края середины выпуклой части задней поверхности ушной раковины. *Показания:* те же, что и для точки AP106.

**AP108 точка среднего отдела спины.** *Расположение:* в средней части выпуклой части задней поверхности ушной раковины, на одной вертикали с точками AP106 и AP107. *Показания* те же, что и для точки AP106.

### Зона наружного слухового прохода

Эта зона представлена на рис. 17.

**AP109 точка нижней части живота.** *Расположение:* на верхней стенке наружного слухового прохода. *Показания:* резкие боли в животе при заболеваниях желчного пузыря и кишечника, боль по ходу мочеочечника.

**AP110 точка верхней части живота.** *Расположение:* на нижней стенке наружного слухового прохода. *Показания* те же, что и для точки AP109.

### Новые аурикулярные точки

**AP111 носоглазная точка.** *Расположение:* между вершиной козелка и точкой AP13 (см. рис. 6). *Показания:* конъюнктивит, ринит.

**AP112 точка укачивания.** *Расположение:* на противозавитке, на 1/3 расстояния от точки AP41 до точки AP31 (см. рис. 8). *Показания:* симптомокомплекс укачивания (ухудшение общего состояния, тошнота, рвота); воздействие на эту точку проводят как с лечебной, так и с профилактической целью.

**AP113 точка возбуждения.** *Расположение:* на середине расстояния между точками AP32 и AP101 (см. рис. 8). *Показания:* патологическая сонливость, ночное недержание мочи.

**AP114 точка внешнего живота.** *Расположение:* на склоне противозавитка и ладьевидной ямки, точка образует равносторонний треугольник с точками AP38 и AP40 (см. рис. 10). *Показания:* боль в мышцах живота, травмы в области живота, болевой синдром при почечнокаменной и желчекаменной болезнях.

**AP115 точка тепла.** *Расположение:* на 2 мм выше точки AP38 (см. рис. 10). *Показания:* травмы в области поясницы; воздействие на точку дает седативный и сосудорасширяющий эффект.

**AP116 точка колена.** *Расположение:* на наружном крае верхней ножки противозавитка, над точкой AP38 (см. рис. 11). *Показания:* травмы и заболевания коленного сустава.

**AP117 точка запора.** *Расположение:* в трехсторонней ямке, непосредственно над точкой AP52 (см. рис. 12). *Показания:* привычные запоры.

**AP118 точка нефрита.** *Расположение:* в ладьевидной ямке кнаружи от точки AP63; точка закрыта завитком (см. рис. 13). *Показания:* острый и хронический гломерулонефрит, острый и хронический пиелонефрит.

**AP119 точка анального отверстия.** *Расположение:* на восходящей части завитка, между точками AP80 и AP81 (см. рис. 15). *Показания:* трещина заднего прохода.

**AP120 точка геморроя.** *Расположение:* на завитке, ниже точки AP78, на уровне точки AP59 (см. рис. 12 и 14). *Показания:* геморрой.

**AP121 точка малого затылочного нерва.** *Расположение:* с внутренней стороны завитка, на 2 мм выше верхней границы дарвинового бугорка (см. рис. 13). *Показания:* расстройства функции желудочно-кишечного тракта, головная боль, головокружение, мигрень, невралгия тройничного нерва, последствия менингита и сотрясения мозга, эпилепсия, шизофрения, истерическая гемиплегия, тик и контрактура мимических мышц, тепловой удар, симптомокомплекс укачивания, остеохондроз шейного отдела позвоночника (вегето-трофический синдром); воздействие на точку дает седативный и болеутоляющий эффект.

**AP122 точка панкреатита.** *Расположение:* на дне полости раковины, на середине расстояния между точками AP88 и AP96 (см. рис. 16). *Показания:* хронический панкреатит.

**AP123 точка бронхоэктазии.** *Расположение:* две точки AP123 расположены в нижней части полости раковины, между точками AP101 и AP102 (см. рис. 17). *Показания:* эмфизема легких, бронхоэктатическая болезнь.

**AP124 точка гепатита (вторая).** *Расположение:* на дне полости ушной раковины, чуть ниже линии, соединяющей точки AP98 и AP87 (см. рис. 15). *Показания:* острый и хронический гепатит.

**AP125 точка глаз (вторая).** *Расположение:* в нижней части дна полости раковины, над точкой 102 (см. рис. 17). *Показания:* глазные заболевания, сопровождающиеся понижением остроты зрения.

**AP126 точка туберкулеза.** *Расположение:* чуть ниже уровня точки AP100 (см. рис. 17). *Показания:* туберкулез.

**AP127 точка увеличения печени.** *Расположение:* у внутреннего края противозавитка, между точками AP98 и AP128 (см. рис. 16). *Показания:* цирроз печени.

**AP128 точка цирроза печени** (см. рис. 16). *Расположение:* у наружного края полости раковины, около противозавитка, поблизости от кончика ножки завитка (см. рис. 16). *Показания:* цирроз печени.

**AP129 точка спинного мозга (первая).** *Расположение:* в самой верхней части места прикрепления ушной раковины со стороны задней поверхности ушной раковины (см. рис. 18). *Показания:* гемиплегия, мышечная атрофия в любой части тела.

**AP130 точка спинного мозга (вторая).** *Расположение:* на одной вертикальной линии с точками AP106, AP107, AP108 (см. рис. 18). *Показания* те же, что и для точки AP129.

## Другие новые точки (AP131–AP170)

Эти точки находятся на задней поверхности ушной раковины. Описать их расположение не представляется возможным из-за отсутствия ориентиров. Для воздействия на эти точки предлагается пользоваться рисунком, на котором нанесены эти точки (рис. 18). Показания к этим точкам соответствуют названиям внутренних органов, частей тела и патологических процессов, возникающих в организме человека. Эти точки следующие: AP131 точка верхней части головного мозга, AP132 противохорадовая точка, AP133 точка тин-инь, AP134 точка головной боли (первая точка), AP135 точка головной боли (вторая точка), AP136 точка головной боли (третья точка), AP137 точка шеи, AP138 точка покоя, AP139 точка энергии головного мозга, AP140 бороздка (первая точка), AP141 бороздка (вторая точка), AP142 точка эпигастральной области, AP143 точка центрального нерва, AP144 точка позвоночника, AP145 точка боли в спине (первая точка), AP146 точка боли в спине (вторая точка), AP147 точка ротоглотки, AP148 бороздка (третья точка), AP149 точка язвы, AP150 точка спины, AP151 точка легких, AP152 точка люмбаго, AP153 точка мезогастральной области, AP154 противокашлевая точка, точка бронхиальной астмы, AP155 точка гипогастральной области, AP156 точка ягодицы, AP157 точка желудочно-кишечного тракта, AP158 точка эпигастральной области, AP159 точка сердца, AP160 точка почечной колики, AP161 точка пай-лин, AP162 точка ян-хэ, AP163 точка аппендикса, AP164 точка пай-лин, AP165 точка нижних конечностей, AP166 точка уха, AP167 точка брюшины (первая точка), AP168 точка и-шан, AP169 точка брюшины (вторая точка), AP170 точка и-лен.

## Акупунктурные рецепты при табакокурении и ожирении\*

### Воздействие на акупунктурные точки уха при табакокурении

#### Вариант 1

При проведении первого сеанса используют специальные точки уха, месторасположения которых представлено на рис. 19. У правой стороны действуют на точки правого уха, у левой – на точки левого уха.

У правой стороны для воздействия на точки 1, 2 и 10 применяют серебряные иглы, для воздействия на точку 3 – стальную иглу, для воздействия на точки 4, 5, 6 и 7 – золотые или молибденовые иглы.

У левой стороны для воздействия на точки 1, 2 и 10 применяют золотые или молибденовые иглы, для воздействия на точку 3 – стальную иглу, для воздействия на точки 4, 5, 6 и 7 – серебряные иглы.

Иглы вводят на глубину 1,5–2 мм, кончик иглы направляют под углом вверх, ушной хрящ не прокалывают. Вызывают предусмотренные ощущения в виде тепла. В месте введения иглы возникает гиперемия. Время воздействия составляет 15–40 мин.

При отсутствии клинического эффекта через 2–3 дня проводят второй сеанс. Воздействуют на точки противоположного уха, т.е. у правой стороны – на точки левого уха, у левой – на точки правого уха. Дополнительно к перечисленным точкам применяют точки 8 и 9.

#### Вариант 2

Этот вариант лечения используется в том случае, когда возникает необходимость в проведении второго курса лечения. Применяют следующие точки:

**первый сеанс** – точки AP13, AP87, AP101;

**второй сеанс** – точки AP13, AP51, AP100;

**третий сеанс** – точки AP55, AP82, AP101;

**четвертый сеанс** – точки AP13, AP87, AP100;

**пятый сеанс** – точки AP51, AP56, AP101.

При проведении первого и пятого сеанса воздействуют на точки правого уха у правой стороны и на точки левого уха у левой стороны, при проведении второго, третьего и четвертого сеанса воздействуют на точки правого и левого уха одновременно. Продолжительность процедуры 30–40 мин. Курс терапии включает 4–5 сеансов, которые проводят ежедневно.

При недостаточном эффекте применяют микроиглы (кнопки). Воздействуют на точки AP13, AP7, AP101. Длительность воздействия на точки – 4–5 дней. Точки периодически стимулируют.

#### Вариант 3

Применяют следующие точки:

**Первый сеанс** – игла вводится от точки AP54 до AP51

(направление иглы горизонтальное). Дополнительно воздействуют на «американскую точку» (расположена на середине расстояния между точками 7I ле-цзюе и 5II ян-си).

**Второй сеанс** – точки AP55, AP101. Дополнительно воздействуют на точки 1XI тун-цзы-ляо, 7XI цюй-бинь, 8XI шуай-гу.

**Третий сеанс** – AP13, AP34, AP51. Дополнительно воздействуют на точки 4II хэ-гу, 19II хэ-ляо, 20II ин-сян.

**Четвертый сеанс** – точки AP55, AP101. Дополнительно воздействуют на точки на 4II хэ-гу, 19II хэ-ляо, 20II ин-сян.

**Пятый сеанс** – AP34, AP55, AP101.

При проведении первого, третьего и пятого сеанса воздействуют на точки правого уха у правой стороны и на точки левого уха у левой стороны, при проведении второго и четвертого сеанса воздействуют на точки левого уха у правой стороны и правого уха у левой стороны. Продолжительность процедуры 30–40 мин. Курс лечения состоит из 3–5 сеансов, которые проводят с интервалом в 3 дня.

Варианты 1 и 2 используют при психической зависимости от табакокурения, вариант 3 – при психической и физической (при тяжелой физической работе) зависимости и при повторных рецидивах табакокурения.

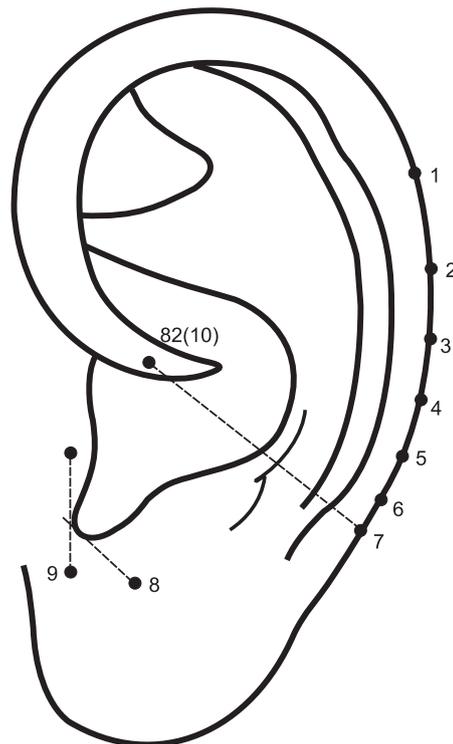


Рис. 19. Специальные точки ушной раковины, используемые при табакокурении

\* Акупунктурные рецепты составлены с учетом рекомендаций В. Г. Вогралика, М. В. Вогралика, Р. А. Якупова, Р. Р. Хусаинова, К. Burldiol.

## Месторасположение специальных точек

**Точка 1** – ниже дарвинова бугорка, в бороздке.

**Точки 2, 3, 4, 5, 6** – вдоль края завитка ушной раковины между точками 1 и 7, расстояние между точками постепенно увеличивается от точки 1 до точки 7.

**Точка 7** – пересечение края ушной раковины с линией, проведенной через точку AP82 и заднюю ушную бороздку.

**Точка 8** – пересечение линии, проведенной через переднюю часть межкозелковой вырезки и горизонтальной линии, проходящей через верхнюю часть мочки уха.

**Точка 9** – пересечение касательной линии, проведенной через нижнюю часть впадины ушной раковины, и вертикальной линии, проведенной через центр козелка.

**Точка 10** соответствует точке AP82.

## Воздействие на аурикулярные и корпоральные точки при ожирении

При алиментарном ожирении для уменьшения аппетита воздействуют седативным методом на следующие точки уха: AP17, AP18, AP26а, AP84, AP87, AP96. Дополнительно тем же методом воздействуют на точки 45III ли-дуй и 4IV гунь-сунь.

При булимии применяют микроиглы (кнопки) для воздействия на аурикулярные точки, которые оставляют на 5–7 дней.

При нарушении углеводного обмена воздействуют на аурикулярные точки AP19, AP26а и корпоральные точки 36III цзу-сань-ли и 6IX нэй-гуань.

Для снижения повышенного уровня инсулина рекомендуют точки AP22, AP26а, AP96. В акупунктурный рецепт включают также точки 4IV гунь-сунь, 6IX нэй-гуань, 20VII пи-шу, 21VII вэй-шу, 22VII сань-цзяо-шу, 7VIII чжао-хай, 6I кун-цзуй.

При алиментарно-конституциональном ожирении проводят 10 сеансов. Аурикулярные точки применяют в сочетании с корпоральными точками. Воздействуют на симметричные точки справа и слева.

**Первый сеанс** – AP17, AP18.

**Второй сеанс** – AP17, AP18, AP26а.

**Третий сеанс** – AP17, AP18, AP26а, 45III ли-дуй.

**Четвертый сеанс** – AP84, AP87, 45III ли-дуй, 4IV гунь-сунь.

**Пятый сеанс** – AP84, AP87, 45III ли-дуй, 4IV гунь-сунь, 25III тянь-шу, 5X вай-гуань.

**Шестой сеанс** – AP84, AP87, 45III ли-дуй, 4IV гунь-сунь, 25III тянь-шу, 5X вай-гуань.

**Седьмой сеанс** – AP26а, 36III цзу-сань-ли, 19III бу-жун, 6IX нэй-гуань.

**Восьмой сеанс** – AP26а, 36III цзу-сань-ли, 19III бу-жун, 6IX нэй-гуань, 21XIV сюань-цзи.

**Девятый сеанс** – те же точки, что и на восьмом сеансе.

**Десятый сеанс** – те же точки, что и на восьмом сеансе.

Время воздействия на первых двух сеансах – 20 мин, на остальных сеансах – 30 мин.

При гипоталамо-гипофизарном ожирении так же, как при алиментарно-конституциональном ожирении, проводят 10 сеансов, сочетая аурикулярные и корпоральные точки. Воздействие осуществляют на симметричные точки.

**Первый сеанс** – AP26а, 4II хэ-гу.

**Второй сеанс** – AP17, AP26а, 4II хэ-гу.

**Третий сеанс** – AP17, AP26а, 4II хэ-гу, 6IV сань-инь-цзяо, 25III тянь-шу.

**Четвертый сеанс** – AP22, AP87, 5X вай-гуань, 4IV гунь-сунь, 25III тянь-шу, 9XIV шуй-фэнь.

**Пятый сеанс** – AP22, AP87, 5X вай-гуань, 4IV гунь-сунь, 25III тянь-шу, 9XIV шуй-фэнь.

**Шестой сеанс** – AP84, AP45, AP96, 21XIV сюань-цзи, 9XIV шуй-фэнь, 6IX нэй-гуань, 36III цзу-сань-ли.

**Седьмой сеанс** – те же точки, что и на шестом сеансе.

**Восьмой сеанс** – те же точки, что и на шестом сеансе.

**Девятый сеанс** – AP22, AP17, 5X вай-гуань, 41XI цзу-линь-ци, 13IV фу-шэ, 14IV фу-цзе.

**Десятый сеанс** – AP22, AP17, 5X вай-гуань, 41XI цзу-линь-ци, 13IV фу-шэ, 14IV фу-цзе.

Время воздействия на первом сеансе – 20 мин, на остальных сеансах – 30 мин.

При ожирении после родов применяют симметричные точки.

**Первый сеанс** – AP22, AP58.

**Второй сеанс** – AP22, AP58, PC6 юй-яо.

**Третий сеанс** – AP22, AP58, 6IX нэй-гуань, 6IV сань-инь-цзяо.

**Четвертый сеанс** – AP26а, 6IX нэй-гуань, 6IV сань-инь-цзяо, 4XIV гуань-юань, 5XIV ши-мэнь, 6XIV ци-хай.

**Пятый сеанс** – AP26а, 31–34VII ба-ляо, 6IX нэй-гуань, 5X вай-гуань, 60VII кунь-лунь.

**Шестой сеанс** – AP26а, 4XIV гуань-юань, 5XIV ши-мэнь, 6XIV ци-хай, 5X вай-гуань, 41XI цзу-линь-ци.

**Седьмой сеанс** – AP22, AP95, 31–34VII ба-ляо, 11II цюй-чи, 60VII кунь-лунь.

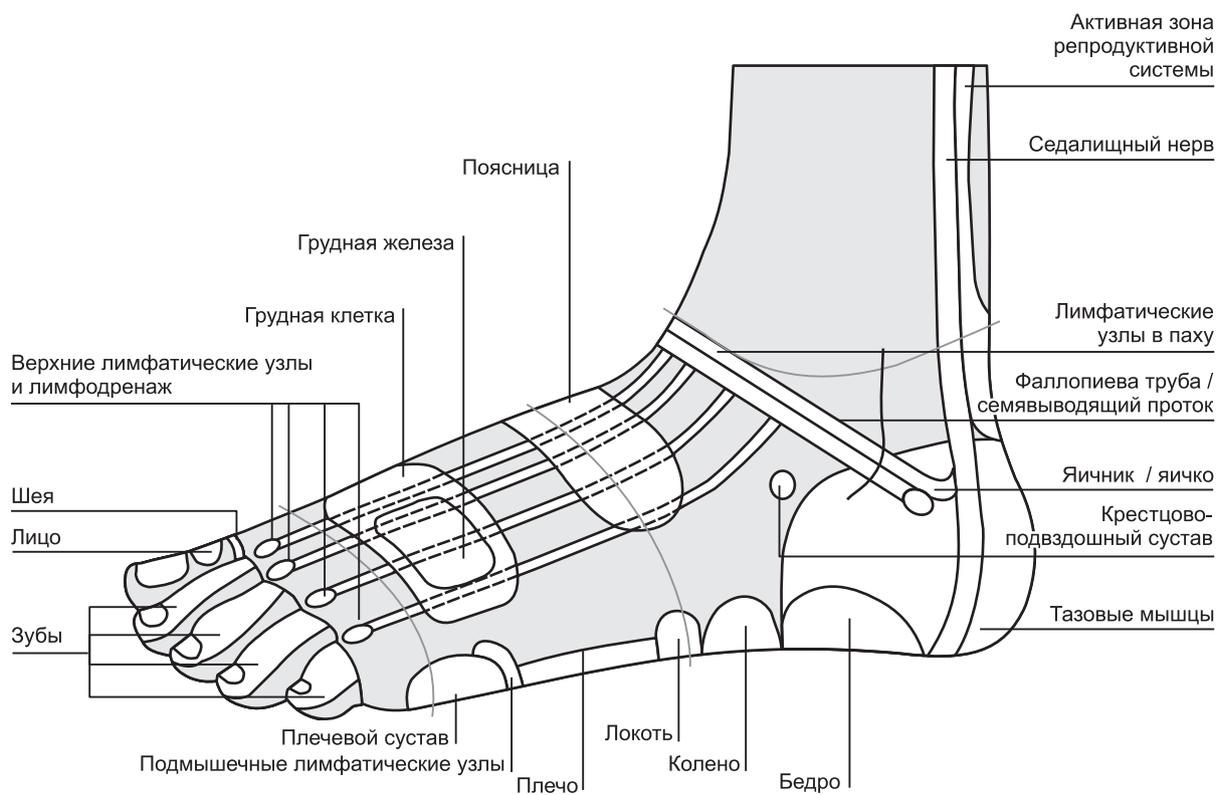
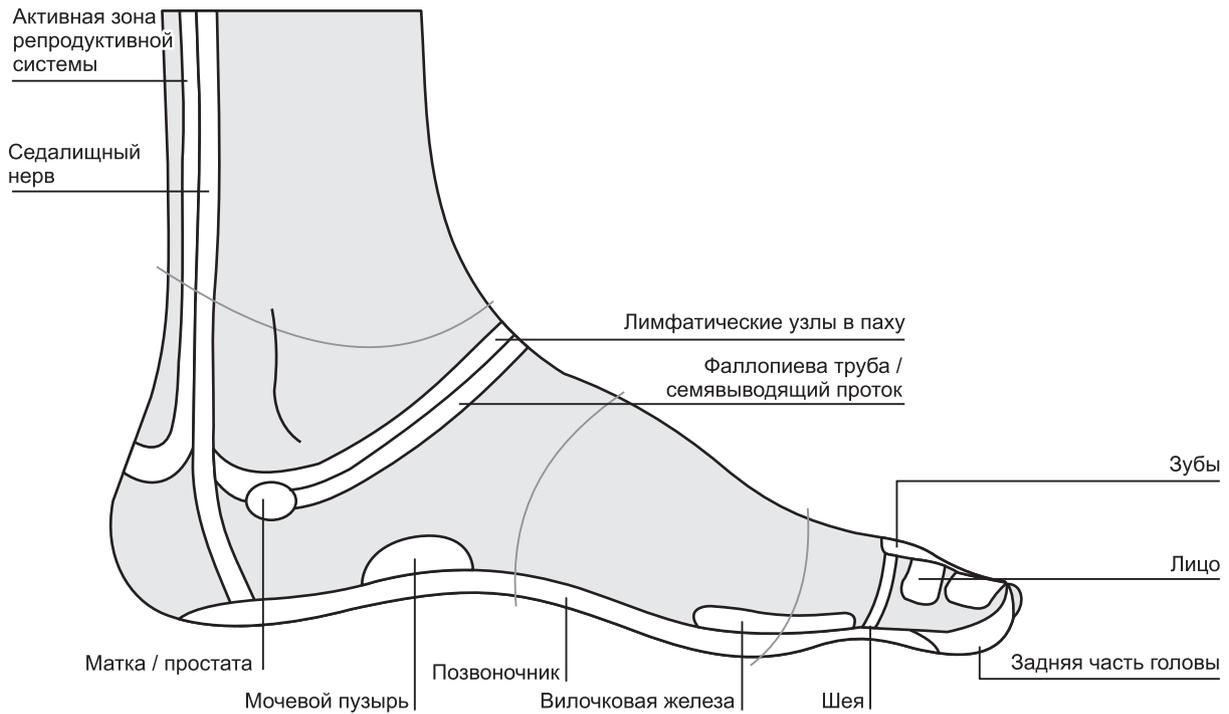
**Восьмой сеанс** – AP58, AP17, 9XIV шуй-фэнь, 6IX нэй-гуань, 6IV сань-инь-цзяо.

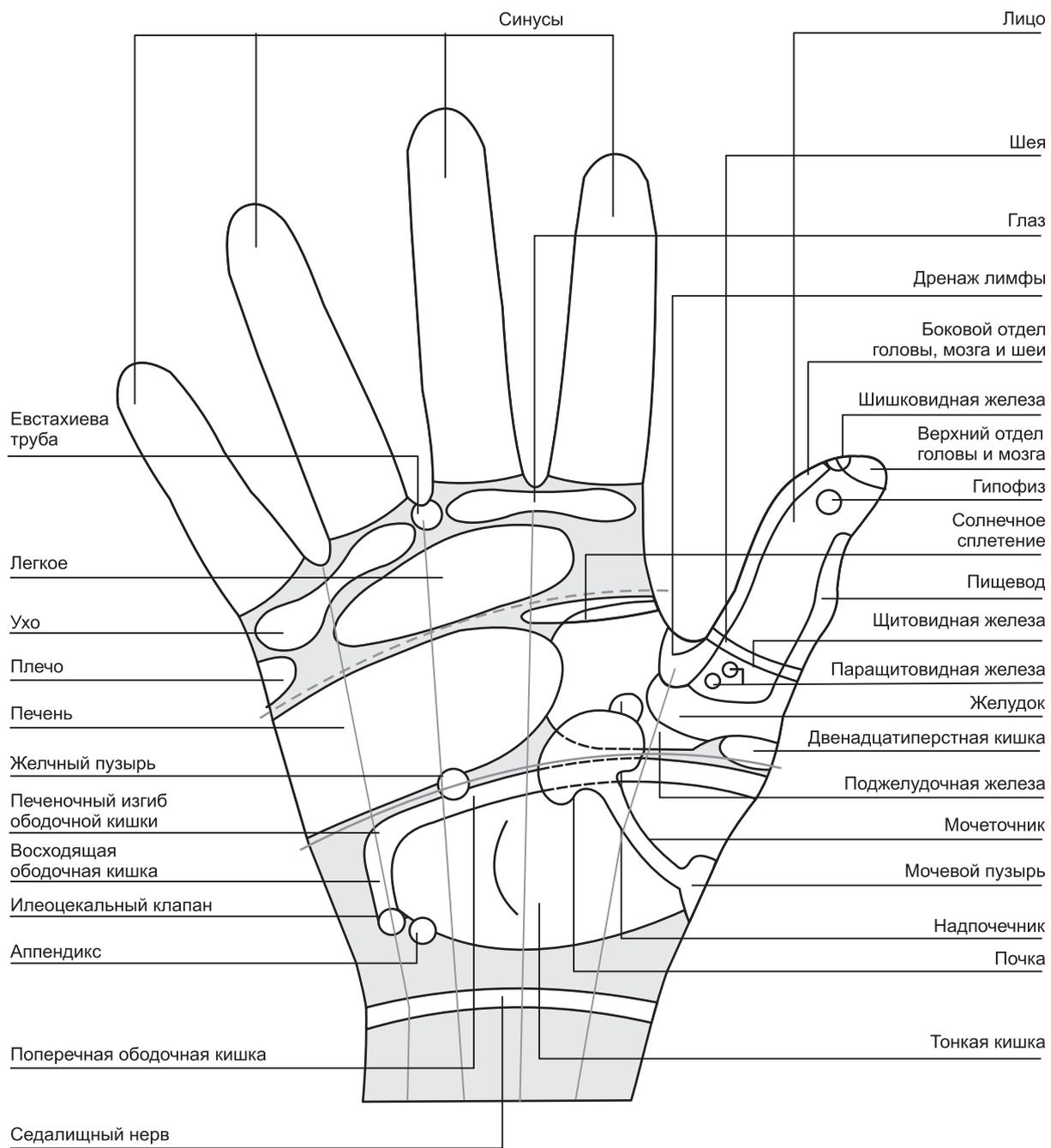
**Девятый сеанс** – AP58, 14XIV цзюй-цюе, 31–34VII ба-ляо, 60VII кунь-лунь.

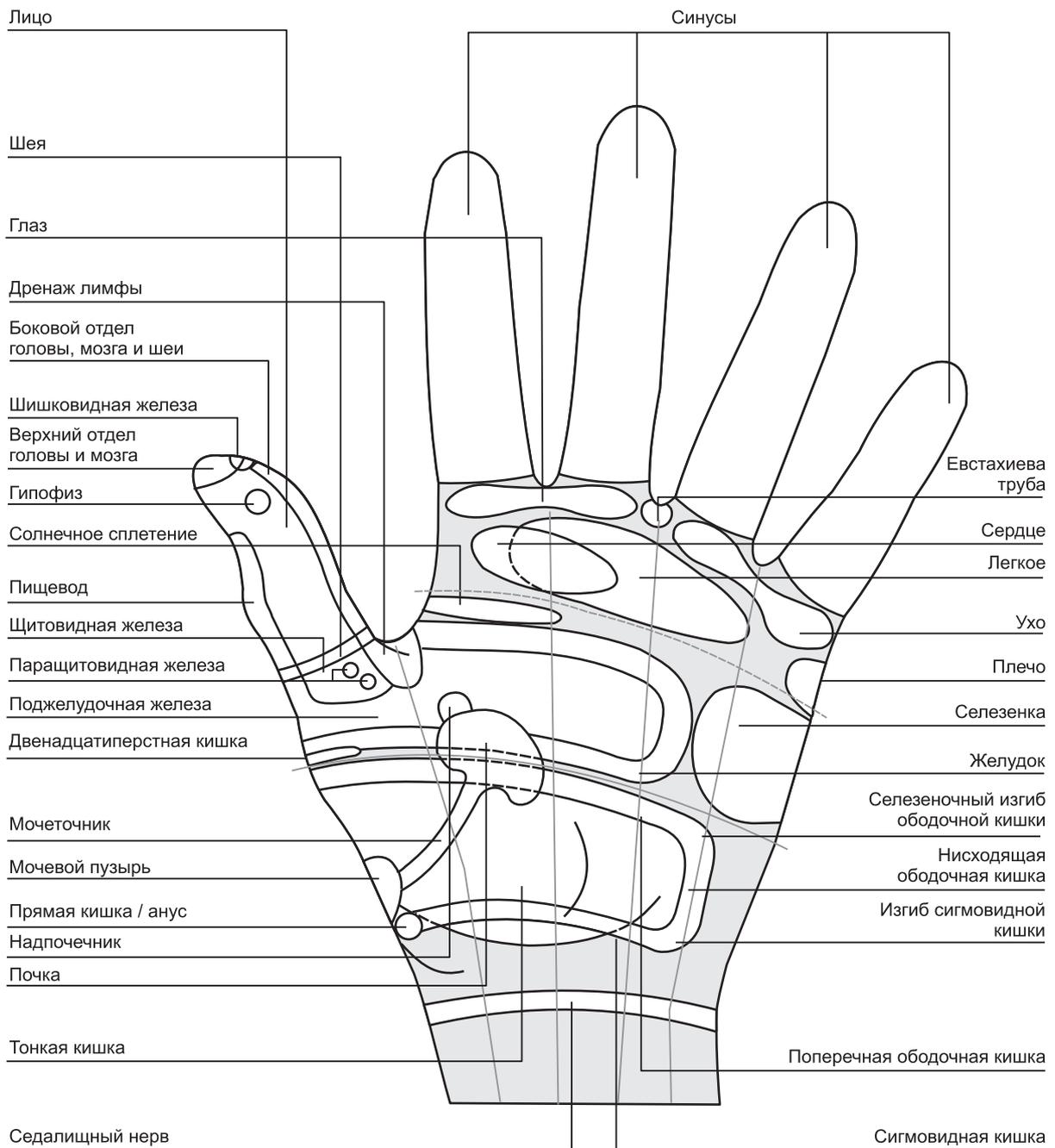
**Десятый сеанс** – AP22, AP26а, 9XIV шуй-фэнь, 17XIV тань-чжун, 25III тянь-фу, 6IX нэй-гуань, 4IV гунь-сунь.

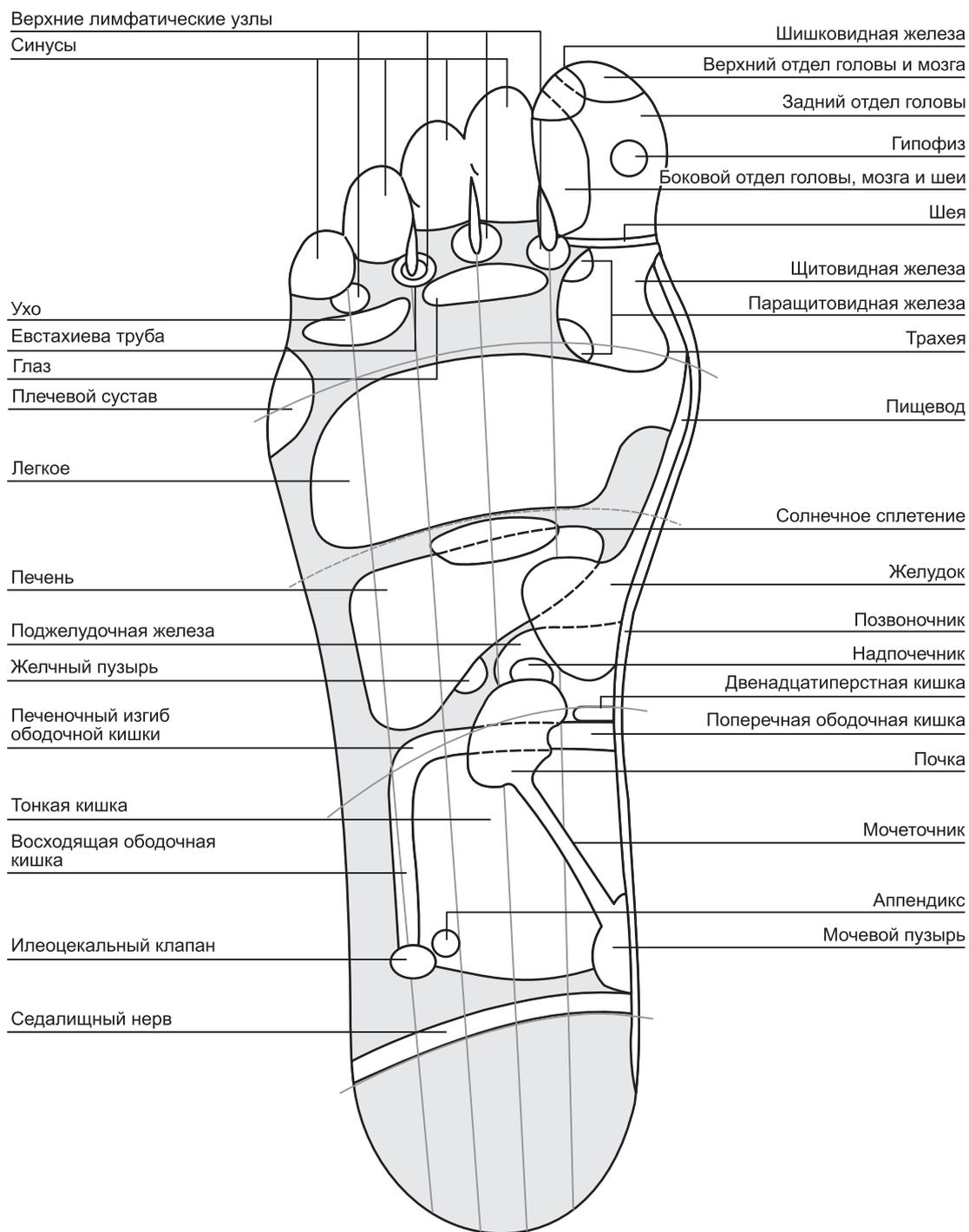
Время воздействия на первых двух сеансах – 25 мин, на остальных сеансах – 30 мин.

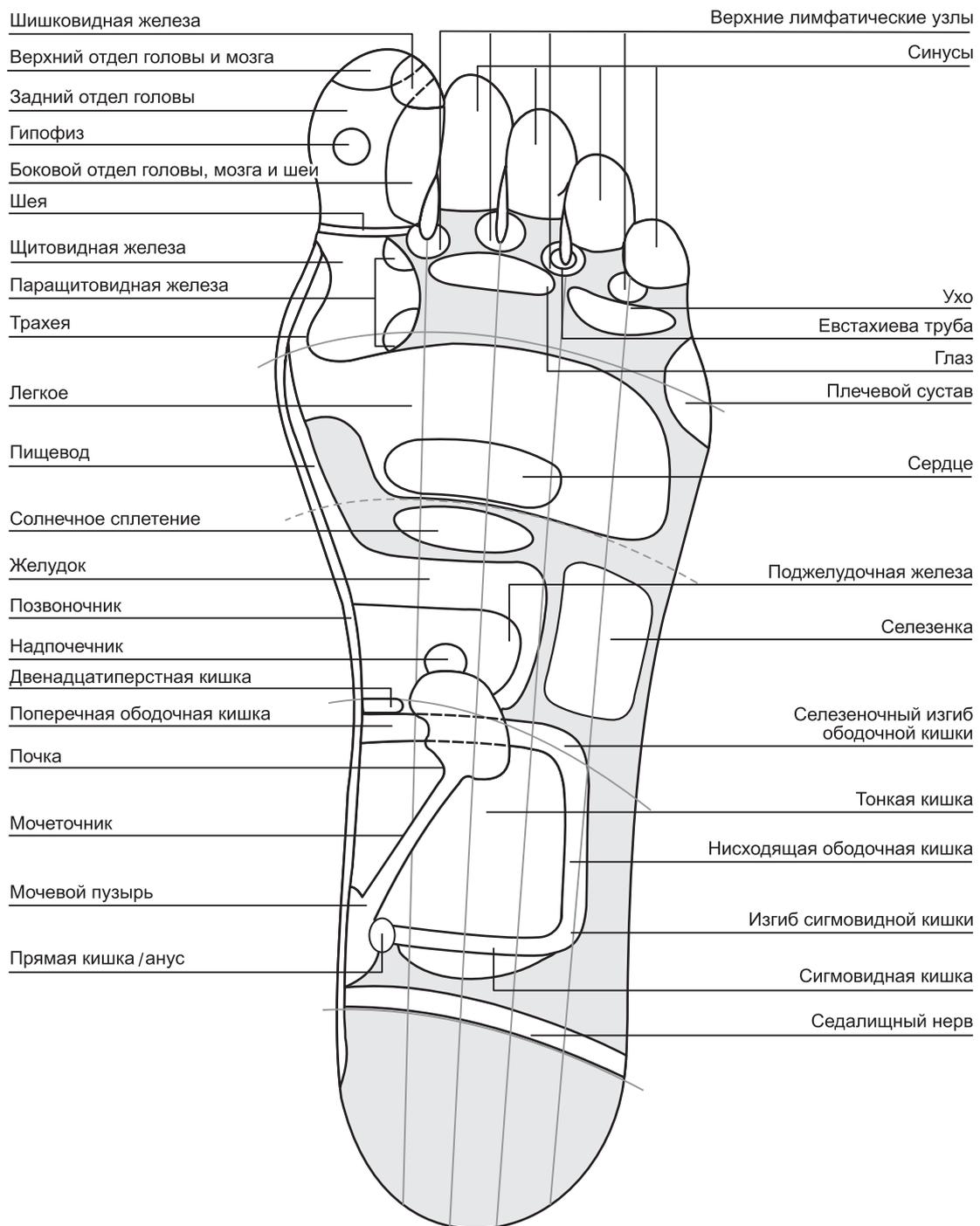
# Рефлексогенные зоны кистей рук и стоп

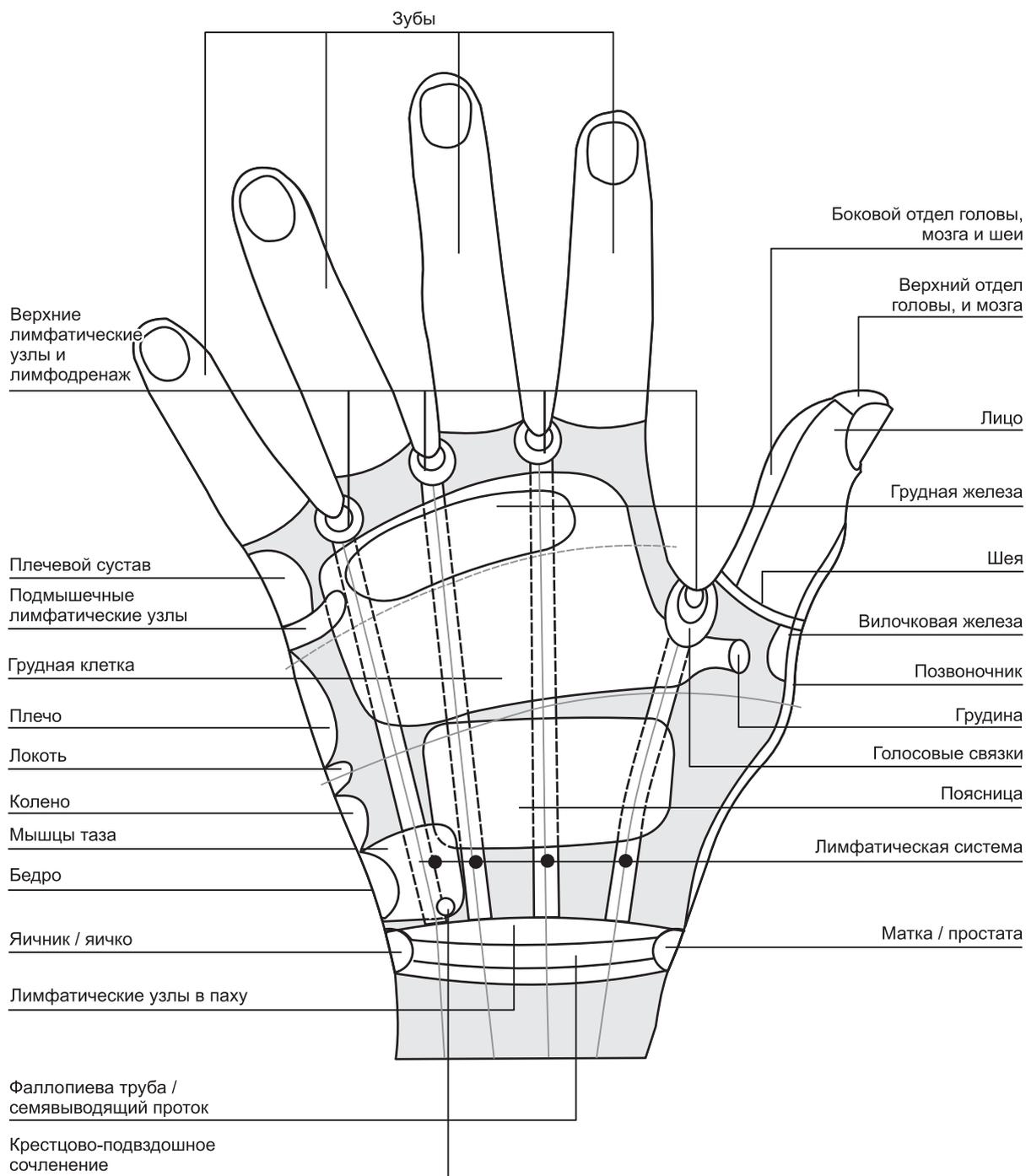


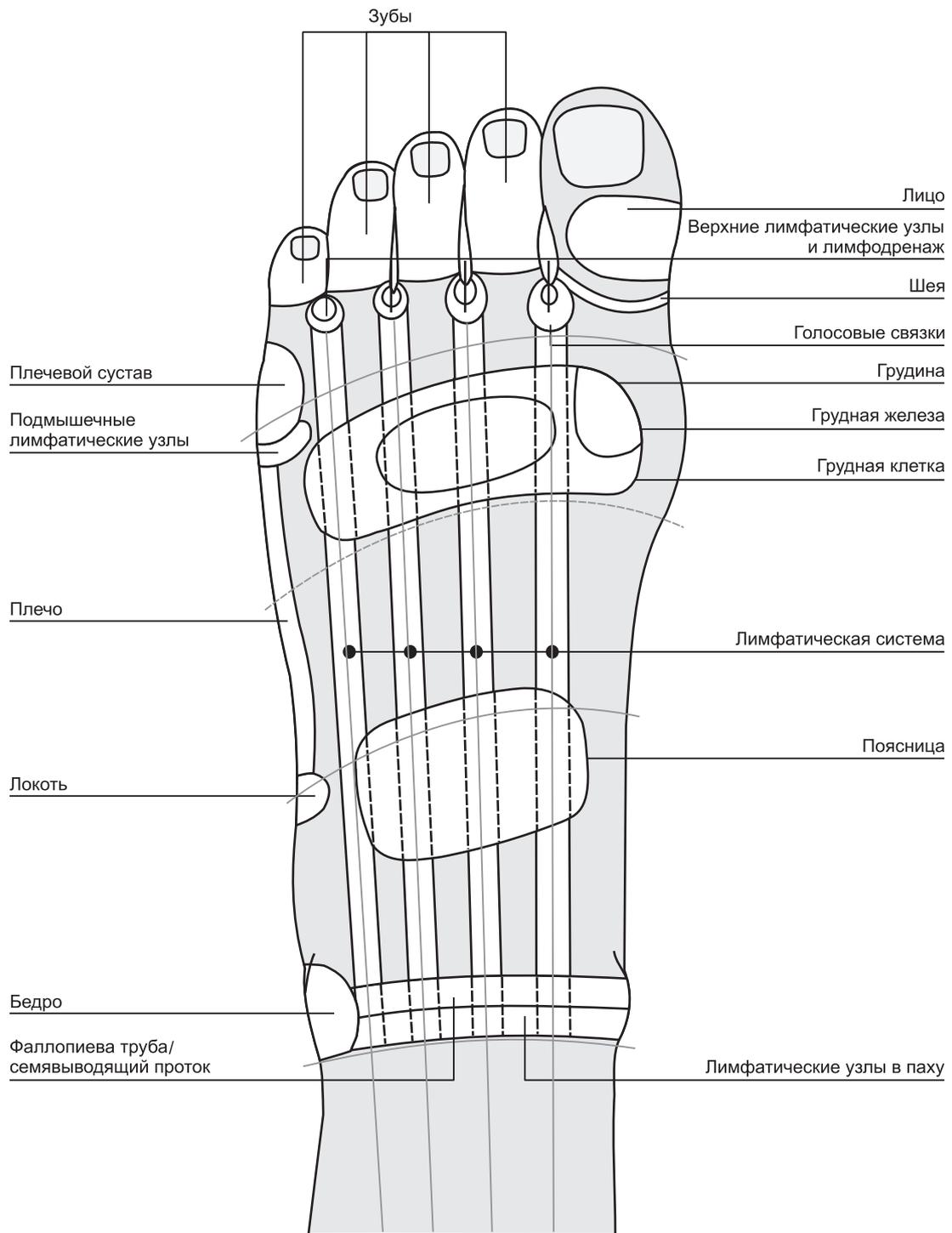












# Приложение

Таблица 1

## Месторасположение стандартных точек меридианов

Стандартная точка меридиана	Цифро-цифровое обозначение и название точки	Месторасположение точки
<b>Меридиан легких</b>		
Тонизирующая	9I тай-юань	У лучевого края конца проксимальной лучезапястной складки, чуть ниже шиловидного отростка лучевой кости; здесь пальпируется углубление и пульсация лучевой артерии
Седативная	5I чи-цзе	В центре складки локтевого сгиба, у лучевого края сухожилия двуглавой мышцы плеча
Пособник	9I тай-юань	См. выше (точка 9I тай-юань)
Ло-пункт к меридиану II	7I ле-цюе	На лучевой стороне предплечья, чуть выше шиловидного отростка, где пальпируется углубление, выше лучезапястной складки на 1,5 цуня
Сигнальная	1I чжун-фу	В первом межреберье в сторону от средней линии груди на 6 цуней, кнаружи от сосковой линии на 2 цуня
Сочувственная	13VII фэй-шу	На уровне промежутка между остистыми отростками третьего и четвертого грудного позвонка, в сторону от средней линии на 1,5 цуня
<b>Меридиан толстой кишки</b>		
Тонизирующая	11III цюй-чи	На середине расстояния между наружным надмышелком плечевой кости и лучевым концом складки локтевого сгиба (руку согнуть в локте, точка находится кнаружи от конца указанной складки)
Седативная	2II эр-цзянь	Во впадине кпереди от пястно-фалангового сустава указательного пальца с лучевой стороны, в месте перехода тыльной поверхности в ладонную
Пособник	4II хэ-гу	Между первой и второй пястной костью, ближе к середине второй пястной кости, в ямке
Ло-пункт к меридиану I	6II пянь-ли	На тыльной поверхности предплечья с лучевой стороны, выше точки 5II на 3 цуня, где пальпируется небольшое углубление (точка 5II находится на уровне складки лучезапястного сустава с лучевой стороны, в анатомической табакерке, образованной сухожилиями находящихся здесь мышц)
Сигнальная	25III тянь-шу	На уровне центра пупка, в сторону на 2 цуня
Сочувственная	25VII да-чан-шу	На уровне промежутка между остистыми отростками двенадцатого грудного и первого поясничного позвонка, в сторону на 1,5 цуня
<b>Меридиан желудка</b>		
Тонизирующая	41III цзе-си	На тыльном сгибе стопы, на одной линии со вторым пальцем, где пальпируется углубление
Седативная	45III ли-дуй	На 0,3 см кнаружи от корня ногтя второго пальца ноги
Пособник	42III чун-ян	На самом возвышенном участке тыла стопы, где пальпируется пульсация артерии, выше межпальцевого промежутка между первым и вторым пальцем ноги на 5 цуней
Ло-пункт к меридиану IV	40III фэн-лун	На наружной поверхности голени, на 8 цуней выше центра наружной лодыжки и на один цунь кзади
Сигнальная	12XIV чжун-вань	На средней линии живота, посередине между пупком и мечевидным отростком грудины
Сочувственная	21 VII вэй-шу	На уровне промежутка между остистыми отростками двенадцатого грудного и первого поясничного позвонка, в сторону на 1,5 цуня
<b>Меридиан селезенки и поджелудочной железы</b>		
Тонизирующая	2IV да-ду	Кпереди от плюснефалангового сустава большого пальца ноги, в месте перехода тыльной поверхности в подошвенную, где пальпируется углубление

Седативная	5IV шан-цю	Книзу и немного кпереди от внутренней лодыжки, во впадине
Пособник	3IV тай-бай	Во впадине на внутренней поверхности стопы, книзу и кзади от головки первой плюсневой кости
Ло-пункт к меридиану III	4IV гунь-сунь	На внутренней поверхности стопы, в углублении на первой плюсневой кости, кзади от плюснефалангового сустава на 1 цунь
Сигнальная	13XII чжан-мэнь	У нижнего края свободного конца одиннадцатого ребра
Сочувственная	20VII пи-шу	На уровне промежутка между остистыми отростками одиннадцатого и двенадцатого грудного позвонка, в сторону на 1,5 цуня
<b>Меридиан сердца</b>		
Тонизирующая	9V шао-чун	На 0,3 см от корня ногтя пятого пальца руки в лучевую сторону
Седативная	7V шэнь-мэнь	У локтевого края проксимальной лучезапястной складки, около сухожилия локтевого сгибателя кисти, в глубокой ямке
Пособник	7V шэнь-мэнь	См. выше (точка 7V шэнь-мэнь)
Ло-пункт к меридиану VI	5V тун-ли	На 1 цунь выше локтевого края проксимальной лучезапястной складки, в углублении между сухожилиями находящихся здесь мышц
Сигнальная	14 XIV цзюй-цюе	На средней линии живота, на 1,5 цуня ниже мечевидного отростка грудины
Сочувственная	15VII синь-шу	На уровне промежутка между остистыми отростками пятого и шестого грудного позвонка, в сторону на 1,5 цуня
<b>Меридиан тонкой кишки</b>		
Тонизирующая	3VI хоу-си	В углублении кзади от пястно-фалангового сустава пятого пальца руки с локтевой стороны
Седативная	8VI сяо-хай	В локтевой бороздке между внутренним надмыщелком плечевой кости и отростком локтевой кости (здесь проходит локтевой нерв)
Пособник	4VI вань-гу	Во впадине по локтевому краю кисти, между основанием пятой пястной кости и трехгранной костью
Ло-пункт к меридиану V	7VI чжи-чжэн	На линии, соединяющей точку 5VI и внутренний конец локтевой складки, выше точки 5VI на 5 цуней (точка 5VI расположена на локтевой стороне лучезапястного сустава, локализация ее совпадает с концом складки лучезапястного сустава)
Сигнальная	4XIV гуань-юань	На средней линии живота, на 2 цуня выше верхнего края лобковой кости, на 3 цуня ниже пупка
Сочувственная	27VII сяо-чан-шу	На уровне промежутка между остистыми отростками первого и второго крестцового позвонка, в сторону на 1,5 цуня
<b>Меридиан мочевого пузыря</b>		
Тонизирующая	67VII чжи-инь	На 0,3 см кнаружи от корня ногтя пятого пальца ноги
Седативная	65VII шу-гу	Кзади и кнаружи от головки пятой плюсневой кости, во впадине на месте перехода тыльной поверхности стопы в подошвенную
Пособник	64VII цзин-гу	Кзади и книзу от основания пятой плюсневой кости, в месте перехода тыльной поверхности стопы в подошвенную
Ло-пункт к меридиану VIII	58VII фэй-ян	На вертикальной линии, проходящей от точки 60VII (находится между наружной лодыжкой и ахилловым сухожилием), на 7 цуней выше центра лодыжки
Сигнальная	3XIV чжун-ци	На средней линии живота, на 1 цунь выше верхнего края лобковой кости, на 4 цуня ниже пупка
Сочувственная	28VII пан-гуань-шу	На уровне промежутка между остистыми отростками второго и третьего крестцового позвонка, в сторону на 1,5 цуня
<b>Меридиан почек</b>		
Тонизирующая	7VIII фу-лю	Выше центра внутренней лодыжки на 2 цуня и немного кзади, в месте перехода икроножной мышцы в ахиллово сухожилие
Седативная	1VIII юн-цюань	В центре подошвы, в ямке между второй и третьей плюсневой костью, на $\frac{2}{5}$ расстояния от кончика второго пальца до пятки
Пособник	3VIII тай-си	Во впадине между внутренней лодыжкой и ахилловым сухожилием

Ло-пункт к меридиану VII	4VIII да-чжун	Ниже точки 3VIII на 1,5 см, кпереди от места прикрепления ахиллова сухожилия к пяточной кости
Сигнальная	25XI цзин-мэнь	У свободного края двенадцатого ребра
Сочувственная	23VII шэнь-шу	На уровне промежутка между остистыми отростками второго и третьего поясничного позвонка, в сторону на 1,5 цуня
<b>Меридиана перикарда</b>		
Тонизирующая	9IX чжун-чун	В центре кончика среднего пальца руки, отступив от ногтя на 0,3 см
Седативная	7IX да-лин	На ладонной поверхности руки, в середине дистальной лучезапястной складки, в углублении между сухожилиями
Пособник	7IX да-лин	См. выше (точка 7IX да-лин)
Ло-пункт к меридиану X	6IX нэй-гуань	На ладонной поверхности руки, на 2 цуня выше проксимальной лучезапястной складки, на одной вертикальной линии с точкой 7IX
Сигнальная	17XIV тань-чжун	На средней линии груди, на уровне четвертого межреберья
Сочувственная	14VII цзюе-инь-шу	На уровне промежутка между остистыми отростками четвертого и пятого грудного позвонка, в сторону от средней линии на 1,5 цуня
<b>Меридиан трех обогревателей</b>		
Тонизирующая	3X чжун-чжу	На тыльной поверхности кисти, во впадине между четвертой и пятой пястными костями, кзади от четвертого пястно-фалангового сустава
Седативная	10X тянь-цзин	На задней поверхности плеча, выше локтевого отростка на 1 цунь
Пособник	4X ян-чи	На тыльной поверхности лучезапястного сустава, ближе к локтевой стороне, на линии, проведенной вверх от локтевого края четвертого пальца
Ло-пункт к меридиану IX	5X вай-гуань	На тыльной поверхности предплечья, выше середины проксимальной лучезапястной складки на 2 цуня
Сигнальная	5XIV ши-мэнь	На средней линии живота, на 2 цуня ниже пупка, на 3 цуня выше верхнего края лобковой кости
Сочувственная	22VII сань-цзюа-шу	На уровне промежутка между остистыми отростками первого и второго поясничного позвонка, в сторону на 1,5 цуня
<b>Меридиан желчного пузыря</b>		
Тонизирующая	43XI ся-си	На тыльной поверхности стопы, в межпальцевой складке четвертого и пятого пальца
Седативная	38XI ян-фу	На наружной поверхности голени, на 4 цуня выше центра наружной лодыжки
Пособник	40XI цю-суй	На тыльной поверхности стопы, чуть кпереди от нижнего края наружной лодыжки
Ло-пункт к меридиану XII	37XI гуан-мин	На наружной поверхности голени, на 1 цунь выше точки 38XI (расположение см. выше), на 5 цуней выше центра наружной лодыжки
Сигнальная	24XI жи-юе	На передней поверхности груди, в седьмом межреберье, на линии, проходящей через сосок
Сочувственная	19VII дань-шу	На уровне промежутка между остистыми отростками десятого и одиннадцатого грудного позвонка, в сторону на 1,5 цуня
<b>Меридиан печени</b>		
Тонизирующая	8XII цюй-цюань	На внутренней поверхности коленного сустава, у конца подколенной складки
Седативная	2XII син-цзянь	Во впадине между первым и вторым плюснефаланговым суставом
Пособник	3XII тай-чун	На тыльной поверхности стопы, в углублении между первой и второй плюсневой костью, выше точки 2XII (расположение см. выше) на 0,5 цуней
Ло-пункт к меридиану XI	5XII ли-гоу	На передневнутренней поверхности голени, вертикально выше центра внутренней лодыжки на 5 цуней
Сигнальная	14XII ци-мэнь	На передней поверхности груди, в шестом межреберье, на линии, проходящей через сосок
Сочувственная	18VII гань-шу	На уровне промежутка между остистыми отростками девятого и десятого грудного позвонка, в сторону на 1,5 цуня

Таблица 2

## Месторасположение групповых ло постоянных классических меридианов

Групповое ло	Какие меридианы объединяет групповое ло	Месторасположение группового ло
8X сань-ян-ло	Ручные янские II, VI, X	На тыльной поверхности предплечья, на 4 цуня выше середины проксимальной лучезапястной складки
5IX цзянь-ши	Ручные иньские I, V, IX	На ладонной поверхности предплечья, на 3 цуня выше середины проксимальной лучезапястной складки
39XI сюань-чжун	Ножные янские III, VII, XI	Перпендикулярно выше центра наружной лодыжки на 3 цуня
6IV сань-инь-цзяо	Ножные иньские IV, VIII, XII	Перпендикулярно выше центра внутренней лодыжки на 3 цуня, кзади от большеберцовой кости

Таблица 3

## Месторасположение точек соединения постоянных классических меридианов

Точка соединения	Какие меридианы объединяет точка соединения	На каком уровне происходит соединение меридианов	Месторасположение точки соединения
8III тоу-вэй	Ручные янские II, VI, X между собой и с меридианом III	На уровне головы	В области волосистой части головы на 1,5 см от угла лба в сторону височной впадины или кнаружи от точки 24XIII (расположена на средней линии головы, выше передней границы волос на 0,5 цуня) на 4,5 цуня, в этом месте на кости черепа нащупывается ямка
22 XI юань-е	Ручные иньские I, V, IX	На уровне боковой поверхности груди	В четвертом межреберье, на средней подмышечной линии, на одном уровне с соском
2III сы-бай	Ножные янские III, VII, XI	На уровне головы (лица)	На вертикальной линии, проходящей через зрачок, ниже нижнего края орбиты (точка 1III) на 1 см
3XIV чжун-ци	Ножные иньские IV, VIII, XII	На уровне живота	На средней линии живота ниже пупка на 4 цуня, выше верхнего края лобковой кости на 1 цунь

Таблица 4

## Месторасположение точек, используемых для лечения болей по ходу меридиана

Меридиан	Противоболевая точка	Месторасположение противоболевой точки
Легких	6I кун-цзуй	На ладонной стороне предплечья, на линии, соединяющей лучевой конец лучезапястной складки и точку 5I (находится в центре складки локтевого сгиба, у лучевого края сухожилия двуглавой мышцы), на 7 цуней выше лучезапястной складки и на 5 цуней ниже точки 5I
Толстой кишки	7II вэнь-лю	На тыльной стороне предплечья, на середине линии, соединяющей лучевые концы складок лучезапястного и локтевого суставов
Желудка	34III лян-цю	На передненаружной поверхности бедра, выше верхнего края коленной чашечки на 2 цуня, где пальпируется небольшое углубление
Селезенки – поджелудочной железы	8IV ди-ци	На передневнутренней поверхности голени, ниже нижнего края внутреннего мыщелка большеберцовой кости на 5 цуней
Сердца	6V инь-си	На ладонной поверхности предплечья, выше локтевого конца лучезапястной складки на 0,5 цуня, в углублении между сухожилиями мышц
Тонкой кишки	6VI ян-лао	Над головкой локтевой кости, выше локтевого конца складки лучезапястного сустава на 1 цунь

Мочевого пузыря	63VII цзин-мэнь	Ниже и кпереди от наружной лодыжки, в углублении у края кубовидной кости, на границе тыльной и подошвенной поверхностей стопы, кпереди и немного ниже точки 62VII (чтобы найти точку 62VII, надо от переднего края наружной лодыжки провести вертикальную линию вниз и нащупать впадину)
Почек	5VIII шуй-цюань	Кпереди и кверху от бугра пяточной кости, где пальпируется впадина, ниже точки 3VIII на 1 цунь (точка 3VIII находится между внутренней лодыжкой и ахилловым сухожилием)
Перикарда	4IX си-мэнь	На ладонной поверхности предплечья, выше середины проксимальной складки на 5 цуней
Трех обогревателей	7X хуэй-цзун	На тыльной поверхности предплечья, на уровне точки 6X и в локтевую сторону от нее на 1 см (точка 6X находится на 3 цуня выше середины лучезапястной складки)
Желчного пузыря	36XI вай-цю	На наружной поверхности голени, на одном уровне и на 0,5 цуней кпереди от точки 35XI (точка 35XI находится вертикально выше центра наружной лодыжки на 7 цуней)
Печени	9XII инь-бао	На внутренней поверхности бедра, выше верхнего края надмышечка бедренной кости на 4 цуня, в межмышечной бороздке

Таблица 5

## Месторасположение точек-ключей чудесных меридианов

Чудесный меридиан	Точка-ключ	Месторасположение точки-ключа
ЧМИ	3VI хоу-си	В углублении кзади от пястно-фалангового сустава мизинца с локтевой стороны, в ямке
ЧМII	62VII шэнь-май	Под наружной лодыжкой, у нижнего края блокового выступа пяточной кости, во впадине, на границе тыльной и подошвенной поверхностей, от переднего края лодыжки провести вертикальную линию вниз, нащупать выемку
ЧМIII	5X вай-гуань	На тыльной поверхности предплечья, выше середины проксимальной лучезапястной складки на 2 цуня
ЧМIV	41XI цзу-линь-ци	На тыльной стороне стопы, в задней части щели между четвертой и пятой плюсневой костью
ЧMV	7I ле-цюе	У лучевого края предплечья, выше лучезапястного сустава на 1,5 цуня, чуть выше шиловидного отростка лучевой кости, где пальпируется углубление
ЧМVI	6VIII чжао-хай	Под внутренней лодыжкой, кзади от бугорка ладьевидной кости, от переднего края лодыжки провести вертикальную линию вниз, нащупать впадину
ЧМVII	6IX нэй-гуань	На ладонной поверхности предплечья, выше середины проксимальной лучезапястной складки на 2 цуня
ЧМVIII	4IV гунь-сунь	На внутренней поверхности стопы, в углублении первой плюсневой кости, кзади от плюснефалангового сустава на 1 цунь

Таблица 6

## Месторасположение «точек-щелей»

Пара чудесных меридианов	«Точка-щель»	Месторасположение «точки-щели»
Первая пара (ЧМИ, ЧМII)	59VII фу-ян	У наружного края ахиллова сухожилия, выше уровня центра наружной лодыжки на 3 цуня
Вторая пара (ЧМIII, ЧМIV)	35XI ян-цзяо	На переднебоковой поверхности голени, выше центра наружной лодыжки на 7 цуней
Третья пара (ЧMV, ЧМVI)	8VIII цзяо-синь	На внутренней поверхности коленного сустава, у конца подколенной складки
Четвертая пара (ЧМVII, ЧМVIII)	9VIII чжу-бинь	Выше центра внутренней лодыжки на 5 цуней

**Алфавитный указатель точек акупунктуры 14 меридианов,  
их цифро-цифровое и буквенно-цифровое обозначение**

Название точки	Цифровое обозначение	Французское обозначение	Немецкое обозначение	Английское обозначение
бай-хуань-шу	30VII	30V	30B	30Bl
бай-хуэй	20XIII	20VG	20GG	20GV
бао-хуан	53VII	53V	53B	53Bl
би-гуань	31III	31E	31M	31St
би-нао	14II	14GI	14Di	14LI
бин-фэн	12VI	12IG	12Dü	12SI
бу-жун	19III	19E	19M	19St
бу-лан	22VIII	22R	22N	22K
бэнь-шэнь	13XI	13VB	13G	13GB
вай-гуань	5X	5TR	53E	5TH
вай-лин	26III	26E	26M	26St
вай-цю	36XI	36VB	36G	36GB
вань-гу	4VI	4IG	4Dü	4SI
вань-гу	12XI	12VB	12G	12GB
вэй-дао	28XI	28VB	28G	28GB
вэй-цан	50VII	50V	50B	50Bl
вэй-чжун	40VII	40V	40B	40Bl
вэй-шу	21VII	21V	21B	21Bl
вэй-ян	39VII	39V	39B	39Bl
вэнь-лю	7II	7GI	7Di	7LI
гань-шу	18VII	18V	18B	18Bl
гао-хуан	43VII	43V	43B	43Bl
гуан-мин	37XI	37VB	37G	37GB
гуань-мэнь	22III	22E	22M	22St
гуань-чун	1X	1TR	13E	1TH
гуань-юань	4XIV	4VC	4Kg	4CV
гуань-юань-шу	26VII	26V	26B	26Bl
гуй-лай	29III	29E	29M	29St
гунь-сунь	4IV	4RP	4MP	4Sp
гэ-гуань	46VII	46V	46B	46Bl
гэ-шу	17VII	17V	17B	17Bl
да-бао	21IV	21RP	21MP	21Sp
да-ду	2IV	2RP	2MP	2Sp
да-дунь	1XII	1F	1Le	1Liv
да-ин	5III	5E	5M	5St
да-лин	7IX	7MC	7KS	7HC
да-хэ	12VIII	12R	12N	12K
да-хэн	15IV	15RP	15MP	15Sp
да-цзюй	27III	27E	27M	27St
да-чан-шу	25VII	25V	25B	25Bl
да-чжу	11VII	11V	11B	11Bl
да-чжуй	14XIII	14VG	14GG	14GV
да-чжун	4VIII	4R	4N	4K
дай-май	26XI	26VB	26G	26GB

Продолжение таблицы 7

Название точки	Цифровое обозначение	Французское обозначение	Немецкое обозначение	Английское обозначение
дань-шу	19VII	17V	19B	19Bl
ди-у-хуэй	42XI	42VB	42G	42GB
ди-цан	4III	4E	4M	4St
ди-цзи	8IV	8RP	8MP	8Sp
ду-би	35III	35E	35M	35St
ду-шу	16VII	16V	16B	16Bl
дуй-дуань	27XIII	27VG	27GG	27GV
е-мэнь	2X	2TR	23E	2TH
жань-гу	2VIII	2R	2N	2K
жи-юе	24XI	24VB	24G	24GB
жу-гэнь	18III	18E	18M	18St
жу-чжун	17III	17E	17M	17St
жэнь-ин	9III	9E	9M	9St
жэнь-чжун	26XIII	26VG	26GG	26GV
и-си	45VII	45V	45B	45Bl
и-фэн	17X	17TR	173E	17TH
и-шэ	49VII	49V	49B	49Bl
ин-сян	20II	20GI	20Di	20LI
ин-чуан	16III	16E	16M	16St
инь-бай	1IV	1RP	1MP	1Sp
инь-бао	9XII	9F	9Le	9Liv
инь-гу	10VIII	10R	10N	10K
инь-ду	19VIII	19R	19N	19K
инь-лин-цюань	9IV	9RP	9MP	9Sp
инь-лянь	11XII	11F	11Le	11Liv
инь-мэнь	37VII	37V	37B	37Vl
инь-си	6V	6C	6H	6Ht
инь-цзяо	7XIV	7VC	7Kg	7CV
инь-цзяо	28XIII	28VG	28GG	28GV
инь-ши	33III	33E	33M	33St
ку-фан	14III	14E	14M	14St
кун-цзуй	6I	6P	6Lu	6Lu
кунь-лунь	60VII	60V	60B	60Bl
лао-гун	8IX	8MC	8KS	8HC
лоу-гу	9IV	7RP	7MP	7Sp
ле-цюе	7I	7P	7Lu	7Lu
ли-гоу	5XII	5F	5Le	5Liv
ли-дуй	45III	45E	45M	45St
лин-дао	4V	4C	4H	4HT
лин-суй	24VIII	24R	24N	24K
лин-тай	10XIII	10VG	10GG	10GV
ло-цюе	8VII	8V	8B	8B1
лу-си	19X	19TR	193E	19TH
лян-мэнь	21III	21E	21M	21ST
лян-цю	34III	34E	34M	34St
лянь-цюань	23XIV	23VC	23Kg	23CV

Название точки	Цифровое обозначение	Французское обозначение	Немецкое обозначение	Английское обозначение
мин-мэнь	4XIII	4VG	4GG	4GV
му-чуан	16XI	16VB	16G	16GB
мэй-чун	3VII	3V	3B	3B1
нао-кун	19XI	19VB	19G	19GB
нао-ху	17XIII	17VG	17GG	17GV
нао-хуэй	13X	13TR	133E	13TH
нао-шу	10VI	10IG	10Dü	10SI
нэй-гуань	6IX	6MC	6KS	6HC
нэй-тин	44III	44E	44M	44St
пан-гуань-шу	28VII	28V	28B	28B1
пи-шу	20VII	20V	20B	20B1
по-ху	42VII	42V	42B	42B1
пу-шэнь	61VII	61V	61B	61B1
пянь-ли	6II	6GI	6Di	6LI
сань-инь-цзяо	6IV	6RP	6MP	6Sp
сань-цзянь	3II	3GI	3Di	3LI
сань-цзяо-шу	22VII	22V	22B	22B1
сань-ян-ло	8X	8TR	83E	8TH
си-мэнь	4IX	4MC	4KS	4HC
синь-хуэй	22XIII	22VG	22GG	22GV
син-цзянь	2XII	2F	2Le	2Liv
синь-шу	15VII	15V	15B	15B1
су-ляо	25XIII	25VG	25GG	25GV
сы-бай	2III	2E	2M	2St
сы-ду	9X	9TR	93E	9TH
сы-мэнь	14VIII	14R	14N	14K
сы-чжу-кун	23X	23TR	233E	23TH
сюань-ли	6XI	6VB	6G	6GB
сюань-лу	5XI	5VB	5G	5GB
сюань-цзи	21XIV	21VC	21Kg	21CV
сюань-чжун	39XI	39VB	39G	39GB
сюань-шу	5XIII	5VG	5GG	5GV
сюе-хай	10IV	10RP	10MP	10Sp
сюн-сян	19IV	19RP	19MP	19Sp
ся-бай	4I	4P	4Lu	4Lu
ся-вань	10XIV	10VC	10Kg	10CV
ся-гуань	7III	7E	7M	7St
ся-лянь	8II	8GI	8Di	8LI
ся-ляо	34VII	34V	34B	34B1
ся-си	43XI	43VB	43G	43GB
ся-цзюй-сюй	39III	39E	39M	39St
сянь-гу	43III	43E	43M	43St
сяо-лэ	12X	12TR	123E	12TH
сяо-хай	8VI	8IG	8Dü	8SI
сяо-чан-шу	27VII	27V	27B	27B1

Продолжение таблицы 7

Название точки	Цифровое обозначение	Французское обозначение	Немецкое обозначение	Английское обозначение
тай-бай	3IV	3RP	3MP	3Sp
тай-и	23III	23E	23M	23St
тай-си	3VIII	3R	3N	3K
тай-чун	3XII	3F	3Le	3Liv
тай-юань	9I	9P	9Lu	9Lu
тань-чжун	17XIV	17VC	17Kg	17CV
тао-дао	13XIII	13VG	13GG	13GV
тин-гун	19VI	19IG	19Dü	19SI
тин-хуэй	2XI	2VB	2G	2GB
тоу-вэй	8III	8E	8M	8St
тоу-лин-ци	15XI	15VB	15G	15GB
тоу-цяо-инь	11XI	11VB	11G	11GB
тун-ли	5V	5C	5H	5Ht
тун-тянь	7VII	7V	7B	7B1
тун-цзы-ляо	1XI	1VB	1G	1GB
тянь-дин	17II	17GI	17Di	17LI
тянь-жун	17VI	17IG	17Dü	17SI
тянь-ляо	15X	15TR	153E	15TH
тянь-си	18IV	18RP	18MP	18Sp
тянь-ту	22XIV	22VC	22Kg	22CV
тянь-фу	3I	3P	3Lu	3Lu
тянь-цзин	10X	10TR	103E	10TH
тянь-цзун	11VI	11IG	11Dü	11SI
тянь-цюань	2IX	2MC	2KS	2HC
тянь-чжу	10VII	10V	10B	10B1
тянь-чи	1IX	1MC	1KS	1HC
тянь-чуан	16VI	16IG	16Dü	16SI
тянь-чун	9XI	9VB	9G	9GB
тянь-шу	25III	25E	25M	25St
тянь-ю	16X	16TR	163E	16TH
тяо-коу	38III	38E	38M	38St
у-и	15III	15E	15M	15St
у-чу	5VII	5V	5B	5B1
у-шу	27XI	27VB	27G	27GB
фу-ай	16IV	16RP	16MP	16Sp
фу-бай	10XI	10VB	10G	10GB
фу-лю	7VIII	7R	7N	7K
фу-си	38VII	38V	38B	38B1
фу-ту (шейная)	18II	18GI	18Di	18LI
фу-ту	32III	32E	32M	32St
фу-тун-гу	20VIII	20R	20N	20K
фу-фэнь	41VII	41V	41B	41B1
фу-цзе	14IV	14RP	14MP	14Sp
фу-шэ	13IV	13RP	13MP	13Sp
фу-ян	59VII	59V	59B	59B1

Название точки	Цифровое обозначение	Французское обозначение	Немецкое обозначение	Английское обозначение
фэй-шу	13VII	13V	13B	13B1
фэй-ян	58VII	58V	58B	58B1
фэн-лун	40III	40E	40M	40St
фэн-мэнь	12VII	12V	12B	12B1
фэн-фу	16XIII	16VG	16GG	16GV
фэн-чи	20XI	20VB	20G	20GB
фэн-ши	31XI	31VB	31G	31GB
хань-янь	4XI	4VB	4G	4GB
хоу-дин	19XIII	19VG	19GG	19GV
хоу-си	3VI	3IG	3Dü	3SI
хуа-гай	20XIV	20VC	20Kg	20CV
хуа-жоу-мэнь	24III	24E	24M	24St
хуань-мэнь	51VII	51V	51B	51B1
хуань-тяо	30XI	30VB	30G	30GB
хуан-шу	16VIII	16R	16N	16K
хунь-мэнь	47VII	47V	47B	47B1
хуэй-инь	1XIV	1VC	1Kg	1CV
хуэй-цзун	7X	7TR	73E	7TH
хуэй-ян	35VII	35V	35B	35B1
хэ-гу	4II	4GI	4Di	4LI
хэ-ляо (височная)	22X	22TR	223E	22TH
хэ-ляо	19II	19G1	19Di	19LI
хэ-ян	55VII	55V	55B	55B1
хэн-гу	11VIII	11R	11N	11K
цзе-си	41III	41E	41M	41St
цзи-май	12XII	12F	12Le	12Liv
цзи-мэнь	11IV	11RP	11MP	11Sp
цзи-цюань	1V	1C	1H	1Ht
цзи-чжун	6XIII	6VG	6GG	6GV
цзин-гу	64VII	64V	64B	64B1
цзин-цюй	8I	8P	8Lu	8Lu
цзинь-мэнь	63VII	63V	63B	63B1
цзин-мэнь	25XI	25VB	25G	25GB
цзинь-со	8XIII	8VG	8GG	8GV
цзу-линь-ци	41XI	41VB	41G	41GB
цзу-сань-ли	36III	36E	36M	36St
цзу-сяо-инь	44XI	44VB	44G	44GB
цзу-гун-гу	66VII	66V	66B	66B1
цзу-у-ли	10XII	10F	10Le	10Liv
цзу-ян-гуань	33XI	33VB	33G	33GB
цзю-вэй	15XIV	15VC	15Kg	15CV
цзюй-гу	16II	16GI	16Di	16LI
цзюе-инь-шу	14VII	14V	14B	14B1
цзюй-ляо	29XI	29 VB	29G	29GB
цзюй-ляо	3III	3E	3M	3St

Название точки	Цифровое обозначение	Французское обозначение	Немецкое обозначение	Английское обозначение
цзюй-цзюе	14XIV	14VC	14Kg	14CV
цзя-чэ	6III	6E	6M	6St
цзянь-вай-шу	14VI	14IG	14Dü	14SI
цзянь-ли	11XIV	11VC	11Kg	11CV
цзянь-ляо	14X	14TR	143E	14TH
цзянь-цзин	21XI	21VB	21G	21GB
цзянь-чжун-шу	15VI	15IG	15Dü	15SI
цзянь-чжэнь	9VI	9IG	9Dü	9SI
цзянь-ши	5IX	5MC	5KS	5HC
цзянь-юй	15II	15GI	15Di	15LI
цзяо-синь	8VIII	8R	8N	8K
цзяо-сунь	20X	20TR	203E	20TH
цзы-гун	19XIV	19VC	19Kg	19CV
ци-гуань	7XII	7F	7Le	7Liv
ци-май	18X	18TR	183E	18TH
ци-мэнь	14XII	14F	14Le	14Liv
ци-сюе	13VIII	13R	13N	13K
ци-хай	6XIV	6VC	6Kg	6CV
ци-хай-шу	24VII	24V	24B	24B1
ци-ху	13III	13E	13M	13St
ци-чун	30III	30E	30M	30St
ци-шэ	11III	11E	11M	11St
цин-лин	2V	2C	2H	2Ht
цин-лэн-юань	11X	11TR	113E	11TH
цин-мин	1VII	1V	1B	1B1
цуань-чжу	2VII	2V	2B	2B1
цы-ляо	32VII	32V	32B	32B1
цю-суй	40XI	40VB	40G	40GB
цюань-ляо	18VI	18IG	18Dü	18SI
цюэ-пэнь	12III	12E	12M	12St
цюй-бинь	7XI	7VB	7G	7GB
цюй-гу	2XIV	2VC	2Kg	2CV
цюй-цзе	3IX	3MC	3KS	3HC
цюй-цюань	8XII	8F	8Le	8Liv
цюй-ча	4VII	4V	4B	4B1
цюй-чи	11II	11GI	11Di	11LI
цюй-юань	13VI	13IG	13Dü	13SI
цянь-гу	2VI	2IG	2Dü	2SI
цянь-дин	21XIII	21VG	21GG	21GV
цян-цзянь	18XIII	18VG	18GG	18GV
чан-цян	1XIII	1VG	1GG	1GV
чжань-мэнь	13XII	13F	13Le	13Liv
чжао-хай	6VIII	6R	6N	6K
чжи-бянь	54VII	54V	53B	54B1
чжи-гоу	6X	6TR	63E	6TH

Продолжение таблицы 7

Название точки	Цифровое обозначение	Французское обозначение	Немецкое обозначение	Английское обозначение
чжи-инь	67VII	67V	67B	67B1
чжи-чжэн	7VI	7IG	7Dü	7SI
чжи-ши	52VII	52V	52B	52B1
чжи-ян	9XIII	9VG	9GG	9GV
чжоу-жун	20IV	20RP	20MP	20Sp
чжоу-ляо	12II	12GI	12Di	12LI
чжу-бинь	9VIII	9R	9N	9K
чжун-вань	12XIV	12VC	12Kg	12CV
чжун-ду	32XI	32VB	32G	32GB
чжун-ду	6XII	6F	6Le	6Liv
чжун-люй-шу	29VII	29V	29B	29B1
чжун-ляо	33VII	33V	33B	33B1
чжун-тин	16XIV	16VC	16Kg	16CV
чжун-фу	1I	1P	1Lu	1Lu
чжун-фэн	4XII	4F	4Le	4Liv
чжун-цзи	3XIV	3VC	3Kg	3CV
чжун-чжу	15VIII	15R	15N	15K
чжун-чжу	3X	3TR	33E	3TH
чжун-чун	9IX	9MC	9KS	9HC
чжун-шу	7XIII	7VG	7GG	7GV
чжэ-цзинь	23XI	23VB	23G	23GB
чжэн-ин	17XI	17VB	17G	17GB
чи-цзе	5I	5P	5Lu	5Lu
чун-мэнь	12IV	12RP	12MP	12Sp
чун-ян	42III	42E	42M	42St
чэн-гуан	6VII	6V	6B	6B1
чэн-лин	18XI	18VB	18G	18GB
чэн-мань	20III	20E	20M	20St
чэн-фу	36VII	36V	36B	36B1
чэн-цзинь	56VII	56V	56B	56B1
чэн-цзянь	24XIV	24VC	24Kg	24CV
чэн-ци	1III	1E	1M	1St
чэн-шань	57VII	57V	57B	57B1
шан-вань	13XIV	13VC	13Kg	13CV
шан-гуань	3XI	3VB	3G	3GB
шан-лянь	9II	9GI	9Di	9LI
шан-ляо	31VII	31V	31B	31B1
шан-син	23XIII	23VG	23GG	23GV
шан-цзюй-суй	37III	37E	37M	37St
шан-цю	5IV	5RP	5MP	5Sp
шан-цюй	17VIII	17R	17N	17K
шан-ян	1II	1GI	1Di	1LI
шао-фу	8V	8C	8H	8Ht
шао-хай	3V	3C	3H	3Ht
шао-цзэ	1VI	1IG	1Dü	1SI

Название точки	Цифровое обозначение	Французское обозначение	Немецкое обозначение	Английское обозначение
шао-чун	9V	9C	9H	9Ht
шао-шан	11I	11P	11Lu	11Lu
ши-гуань	18VIII	18R	18N	18K
ши-доу	17IV	17RP	17MP	17Sp
ши-мэнь	5XIV	5VC	5Kg	5CV
шоу-сань-ли	10II	10GI	10Di	10LI
шоу-у-ли	13II	13GI	13Di	13LI
шу-гу	65VII	65V	65B	65B1
шу-фу	27VIII	27R	27N	27K
шуай-гу	8XI	8VB	8G	8GB
шуй-дао	28III	28E	28M	28St
шуй-ту	10II	10E	10M	10St
шуй-фэнь	9XIV	9VC	9Kg	9CV
шуй-цюань	5VIII	5R	5N	5K
шэнь-дао	11XIII	11VG	11GG	11GV
шэнь-май	62VII	62V	62B	62B1
шэнь-мэнь	7V	7C	7H	7Ht
шэнь-тан	44VII	44V	44B	44B1
шэнь-тин	24XIII	24VG	24GG	24GV
шэнь-фэн	23VIII	23R	23N	23K
шэнь-цан	25VIII	25R	25N	25K
шэнь-цюе	8XIV	8VC	8Kg	8CV
шэнь-чжу	12XIII	12VG	12GG	12GV
шэнь-шу	23VII	23V	23B	23B1
эр-мэнь	21X	21TR	213E	21TH
эр-цзянь	2II	2GI	2Di	2LI
ю-мэнь	21VIII	21R	21N	21K
юань-е	22XI	22VB	22G	22GB
юй-тан	18XIV	18VC	18Kg	18CV
юй-цзи	10I	10P	10Lu	10Lu
юй-чжэнь	9VII	9V	9B	9B1
юй-чжун	26VIII	26R	26N	26K
юн-цюань	1VIII	1R	1N	1K
юнь-мэнь	2I	2P	2Lu	2Lu
я-мэнь	15XIII	15VG	15GG	15GV
ян-бай	14XI	14VB	14G	14GB
ян-ган	48VII	48V	48B	48B1
ян-гу	5VI	5IG	5Dü	5SI
ян-лао	6VI	6IG	6Dü	6SI
ян-лин-цюань	34XI	34VB	34G	34GB
ян-си	5II	5GI	5Di	5LI
ян-фу	38XI	38VB	38G	38GB
ян-цзяо	35XI	35VB	35G	35GB
ян-чи	4X	4TR	43E	4TH
яо-шу	2XIII	2VG	2GG	2GV
яо-ян-гуань	3XIII	3VG	3GG	3GV

## Список литературы

- Вельховер Е. С., Никифоров В. Г. Основы клинической рефлексотерапии. – М.: Медицина, 1984. – 220 с.
- Вогралик В. Г., Вогралик М. В. Пунктурная рефлексотерапия. – Горький: Волго-Вятское книжное издательство, 1988. – 335 с.
- Вогралик В. Г., Вогралик М. В. Акупунктура. Основы традиционной восточной рефлексодиагностики и пунктурной адаптационно-энергезирующей терапии: ци-гун. – М.: ГОУ ВУНМЦ МЗ РФ, 2001. – 336 с.
- Вогралик В. Г., Вяземский Э. С. Очерки китайской медицины. – М.: Медицина, 1961. – 192 с.
- Гапонюк П. Я., Клименко Л. М., Левин В. Н. Акупунктурная (рефлекторно-пунктурная) терапия. – Ярославль: Верхне-Волжское кн. изд-во, 1983. – 140 с.
- Гойденко В. С., Котенева В. М. Практическое руководство по рефлексотерапии. – М.: Медицина, 1982. – 190 с.
- Давыдов М. А. Пространство и время в китайской медицине. – Ростов-на-Дону: «Феникс», 2008. – 443 с.
- Иваничев Г. А. Сенсорное и рефлекторное взаимодействие в механизмах акупунктуры. – Казань, 1999. – 142 с.
- Дуриная Р. А. Атлас аурикулярной терапии. – М.: Медицина. – 64 с.
- Иглоукальвание /под общ. ред. Хоанг Бао Тяу, Ла Куанг Ниесп. – М.: Медицина, 1988. – 670 с.
- Игнатов Ю. Д., Качан А. Т., Васильев Ю. Н. Акупунктурная анальгезия: экспериментально-клинические аспекты. – Л.: Медицина, 1990. – 254 с.
- Каримова Г. М. Чудесные меридианы. Учебное пособие для врачей. – Казань, 2009. – 142 с.
- Киришбаум Б. Восемь экстраординарных сосудов в традиционной китайской медицине. – М.: Медицина, 2007. – 191 с.
- Лувсан Г. Традиционные и современные аспекты восточной рефлексотерапии. – М.: Наука, 1992. – 575 с.
- Мачерет Е. Л., Самосюк И. З. Руководство по рефлексотерапии. – Киев.: Вища шк., 1982. – 302 с.
- Молостов В. Д. Иглотерапия. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2000. – 480 с.
- Портнов Ф. Г. Электропунктурная рефлексотерапия. – Рига: Зинанте, 1987. – 352 с.
- Русецкий И. И. Китайский метод лечебного иглоукальвания. – Казань: Татар. кн. изд-во, 1959. – 90 с.
- Самосюк И. З., Лысенюк В. П., Акупунктура. Энциклопедия. – Киев–М.: АСТ-Пресс, 1994. – 541 с.
- Табеева Д. М. Руководство по рефлексотерапии. – М.: Медицина, 1980. – 560 с.
- Табеева Д. М. Иглотерапия. – М.: РАТСМОС, 1997. – 470 с.
- Табеева Д. М. Практическое руководство по рефлексотерапии. – М.: МЕДпресс, 2001. – С. 456.
- Тыкочинская Э. Д. Основы иглотерапии. – М.: Медицина, 1979. – 343 с.
- Усакова Н. А., Каримова Г. М. Атлас по рефлексотерапии. М.: Тигле, 2009. – 56 с.
- Чжу-Лянь. Руководство по современной чжэнь-цзю терапии. – М.: Медгиз, 1959. – 41 с.
- Усова М. К., Морохов С. А. Краткое руководство по иглоукальванию и прижиганию. – М.: Медицина, 1974. – 143 с.
- Цибуляк В. Н. Рефлексотерапия в клинической анестезиологии. – Ташкент, 1985. – 159 с.
- Якупов Р. Г., Якупов Р. А., Хусаинов Р. Р. Рефлексотерапия токсикоманий. Методическое пособие. – Казань, 1992, 20 с.
- Bischko I. Akupunktur fur Fortgeschrittne. Heidelberg Haug Veriag, 1978. – 140 s.
- Nakatani Y. // Autonomic Nerve. – 1956. – V. 6. – 52 p.
- Niboyet J. E. H. Le traitement des algies par l'acupuncture. Paris, 1973. – 433 h.
- Nogier P. F.M. Treatise of auriculothrapy. P. Maisouneuve, 1972. – 321 p.

# Содержание

Постоянные классические меридианы. Общие сведения об акупунктурных точках и меридианах ....	3
Методы определения локализации точек акупунктуры .....	14
Меридиан легких (I, P) .....	19
Меридиан толстой кишки (II, GI) .....	20
Меридиан желудка (III, E) .....	21
Меридиан селезенки – поджелудочной железы (IV, RP) .....	22
Меридиан сердца (V, C).....	23
Меридиан тонкой кишки (VI, GI) .....	24
Меридиан мочевого пузыря (VII, V) .....	25
Меридиан почек (VIII, R) .....	27
Меридиан перикарда (IX, MC) .....	28
Меридиан трех обогревателей (X, TR) .....	29
Меридиан желчного пузыря (XI, VB) .....	30
Меридиан печени (XII, F) .....	32
Заднесрединный меридиан (XIII, VG) .....	33
Переднесрединный меридиан (XIV, VC) .....	34
Точки акупунктуры на лице .....	35
Точки акупунктуры на передней поверхности туловища .....	36
Точки акупунктуры на спине .....	37
Ход меридианов .....	38
Месторасположение точек постоянных классических меридианов .....	44
Показания к применению биологически активных точек .....	59
Общие принципы сочетания биологически активных точек .....	74
Акупунктурные рецепты .....	86
Чудесные меридианы .....	94
Месторасположение акупунктурных точек, входящих в чудесные меридианы .....	95
Аурикулярная терапия .....	103
Акупунктурные рецепты при табакокурении и ожирении .....	120
Рефлексогенные зоны кистей рук и стоп .....	122
Приложение .....	129
Список литературы .....	142

### **КНИГИ ИЗ СЕРИИ «ЗДОРОВЬЕ»**

кандидатов медицинских наук Нины Андреевны Усаковой  
и Гузели Марсовны Каримовой

1. Н. А. Усакова, Г. М. Каримова «Атлас по рефлексотерапии. Акупунктурные рецепты».
2. Н. А. Усакова «Атлас акупунктурных точек и меридианов». Издание 5-е, дополненное.
3. Н. А. Усакова «Точечный массаж для начинающих».
4. Н. А. Усакова «Точечный самомассаж в спортивном зале».
5. «Физические факторы в лечении детских церебральных параличей» (под редакцией Н. А. Усаковой и Р. Г. Красильниковой).
6. Каримова Г. М. «Чудесные меридианы. Учебное пособие для врачей».
7. Н. А. Усакова, Г. М. Каримова «Чудесные меридианы. Аурикулярная терапия».

Кафедра неврологии и рефлексотерапии Казанской государственной академии проводит сертификационные циклы по неврологии (288 часов), рефлексотерапии (288 и 576 часов), тематическое усовершенствование по гирудотерапии (144 часа), декадник тематического усовершенствования «Актуальные вопросы гирудотерапии» (72 часа), цикл тематического усовершенствования «Основы классической и клинической гомеопатии» (216 часов).

Обращаться по адресу: г. Казань, ул. Муштари, 11, кафедра неврологии и рефлексотерапии.

Тел.: 8 (843) 236-10-23

[www.kazanmedacademy.ru](http://www.kazanmedacademy.ru)

По вопросу приобретения книг обращаться по тел. (499) 163-63-12, электронный адрес [usakova@yandex.ru](mailto:usakova@yandex.ru) (Усакова Нина Андреевна) и по тел. (843) 248-49-53, электронный адрес [altermed2004@mail.ru](mailto:altermed2004@mail.ru) (Каримова Гузель Марсовна).