

Cuprins

1	Generalități	9
1.1	Definiție	9
1.2	Istoria acupuncturii	9
1.3	Mecanisme de bază ale acțiunii acupuncturii	10
1.4	Indicații	11
1.5	Contraindicații și complicații	12
1.6	Yin și Yang	13
1.7	Substanța fundamentală Qi (Chi)	13
1.8	Faze de transformare	14
1.9	Meridiane	16
1.10	Axe energetice, cuplaj de meridiane	17
1.11	Definiția durerii în MTC	18
1.12	Sistemul de măsurare Cun	20
1.13	Tonifiere și sedare	21
1.14	Moxibustie și ventuze	21
1.15	Orarul Meridianului	22
1.16	Diagnosticul prin puls	23
2	Cele douăsprezece meridiane principale	24
2.1	Circuitul meridianelor anterioare	24
2.1.1	Meridianul plămânului (P)	24
2.1.2	Meridianul intestinului gros (IG)	26
2.1.3	Meridianul stomacului (S)	28
2.1.4	Meridianul splină-pancreas (SP)	30
2.2	Circuitul meridianelor posterioare	32
2.2.1	Meridianul inimii (C)	32
2.2.2	Meridianul intestinului subțire (IS)	34
2.2.3	Meridianul vezicii urinare (VU)	36
2.2.4	Meridianul rinichiului (R)	40
2.3	Circuitul meridianelor din mijloc	42
2.3.1	Meridianul pericardului (VS)	42

2.3.2	Meridianul trei focare (TF)	44
2.3.3	Meridianul vezică biliară (VB)	46
2.3.4	Meridianul ficatului (F)	48

3 Meridianele și punctele extraordinare 50

3.1	Meridianele extraordinare	50
3.2	Meridianul vas concepție (VC) și Meridianul vas guvernor (VG)	52
3.2.1	Meridianul vas concepție (VC)	52
3.2.2	Meridianul vas guvernor (VG)	54
3.3	Meridianele tendino-musculare (MTM)	56
3.4	Puncte extrameridian	57

4 Puncte importante de acupunctură 58

4.1	Punctele clasice	58
4.2	Puncte de tonifiere și de sedare	59
4.3	Punctele Yuan	61
4.4	Punctele fisură Xi	62
4.5	Punctele Luo și punctele de grup	63
4.6	Punctele He	64
4.7	Punctele maestru	65
4.8	Punctele Shu și Mu	66
4.9	Punctul Jing	68
4.10	Legătură segmentală	69
4.11	Puncte de reuniune	69

5 Noțiuni generale de tratament 70

6 Noțiuni de tratament pentru condiții medicale date 72

6.1	Tulburări interne/neurologice	72
6.1.1	Tulburări cardio-respiratorii	72
6.1.2	Tulburări gastroenterologice	72
6.1.3	Cefalee	73

6.2	Tulburări ortopedice	74
6.2.1	Sindromul coloanei cervicale	74
6.2.2	Lombalgia	75
6.2.3	Lombosciatica	76
6.2.4	Durerile genunchiului	77
6.2.5	Durerile umărului	78
6.2.6	Durerile cotului	79
6.2.7	Dureri la nivelul șoldului	80
6.2.8	Dureri la nivelul tendonului lui Achile	81
6.2.9	Durerile gleznei	82
6.2.10	Durerile carpiene	83
6.2.11	Sindromul de tunel carpian	84
6.3	Tulburări ale urechii, nasului și gâtului	85
6.3.1	Alergia	85
6.3.2	Rinita	85
6.3.3	Conjunctivita	86
6.4	Boli ale pielii	87
6.4.1	Boli generale ale pielii	87
6.4.2	Herpes Zoster	87
6.5	Boli ginecologice	87
6.5.1	Sindrom premenstrual	87
6.5.2	Dismenoree	88
6.5.3	Disgravidie emetizantă	89
6.5.4	Pregătire pentru naștere, prezentație pelviană	89
6.6	Tulburări urologice	89
6.6.1	Sterilitate, disfuncția erectilă	89
6.6.2	Enuresis	89
6.6.3	Cistită cronică	89
6.7	Puncte de acupunctură simptomatice	90

7	Acupunctura auriculară	91
----------	-------------------------------	-----------

7.1	Istoria acupuncturii auriculare	91
7.2	Structura urechii	91
7.2.1	Anatomia urechii	91
7.2.2	Inervație	92
7.2.3	Somatotopie	93

7.3	Indicații	94
7.4	Contraindicații și complicații	94
7.5	Noțiuni de terapie generală	94
7.5.1	Punct activ, control de puncte	94
7.5.2	Ghid general pentru selectarea punctelor	95
7.6	Puncte importante în acupunctura auriculară	96
7.6.1	Puncte de organe	96
7.6.2	Punctele capului și sistemul senzorial	97
7.6.3	Punctele sistemului locomotor	98
7.6.4	Puncte analgezice, antiinflamatoare și antialergice	100
7.6.5	Puncte endocrine	102
7.6.6	Puncte psihotrope	103
7.7	Noțiuni de tratament pentru tulburări tipice	105
7.7.1	Alergia	105
7.7.2	Acufene	106
7.7.3	Controlul greutății	107
7.7.4	Tratament pentru încetarea fumatului	108
7.7.5	Sindromul coloanei cervicale	109

Bibliografie	110
---------------------	------------

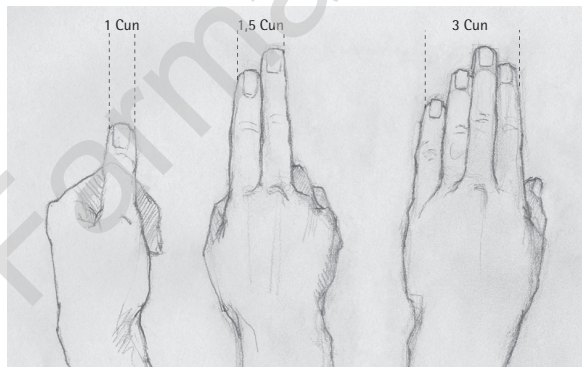
Index	111
--------------	------------

1.12 Sistemul de măsurare Cun

Chinezii folosesc unitatea de măsură *Cun* pentru a descrie distanța dintre punctele de acupunctură.

Unitatea de măsură <i>cun</i> absolută	
1 <i>cun</i>	Lățimea degetului mare (al pacientului)
1,5 <i>cun</i>	Lățimea indexului și a degetului mijlociu
2 <i>cun</i>	Lățimea indexului, degetului mijlociu și jumătate din lățimea degetului inelar
3 <i>cun</i>	Degetele II-V

Unitatea de măsură <i>cun</i> proporțională/ <i>cun</i> corporal relativ	
8 <i>cun</i>	Ombilic-xifoid
5 <i>cun</i>	Ombilic-simfiză
9 <i>cun</i>	Braț
12 <i>cun</i>	Antebraț
19 <i>cun</i>	Coapsă
16 <i>cun</i>	Picior



1.13 Tonifiere și sedare

Se disting diverse tehnici și metode de manipulare a acului. În funcție de tipul acului, energia este furnizată spre/sau extrasă de la pacient.

Tehnici de tonifiere	Tehnici de sedare
Ac subțire	Ac gros
Acul înțepă repede, produce o stimulare delicată în direcția canalului	Acul înțepă încet, produce stimul puternic contrar direcției canalului
Durată lungă a înțepării (> 20 minute)	Durată scurtă a înțepării
Moxibustie, ventuze uscate	Stimulare dată de ac, microflebotomie
Indicații: simptome de slăbiciune	Indicații: simptome excesive

1.14 Moxibustie și ventuze

Moxibustie

- Include folosirea pelinului uscat pentru a încălzi punctele de acupunctură.
- Indicații: stare de slăbiciune și epuizare, durere cu caracter Yin, boli cronice.
- Moxibustie directă (rar practică în zilele noastre): conul de moxa aplicat și ars direct pe piele.
- Moxibustie indirectă: include un suport subțire plasat între moxa și piele
- Moxe alternative: moxa țigară, moxa cutie, cilindri de moxa.

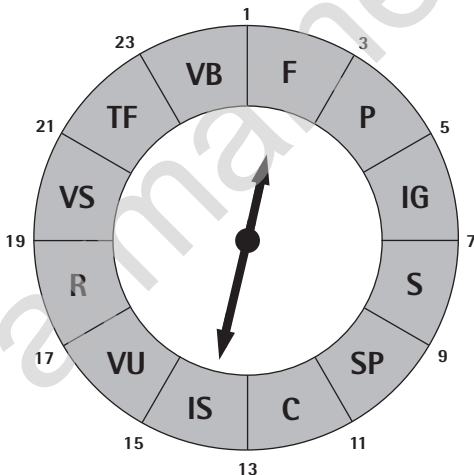
Ventuze

- Aspirația suprafeței pielii într-o ventuză cauzează hiperemie care are efect analgetic și miorelexant.
- Ventuza uscată are efect tonifiant, iar ventuza hemoragică are efect sedativ.

1.15 Orarul Meridianului

Fiecărui meridian sau sistem de meridiane și organelor asociate li se atribuie un interval orar în care le este furnizat o cantitate maximă de energie. De asemenea, există un interval de energie minimă localizată în partea opusă a orarului meridianului. De exemplu, în timp ce intervalul de energie maximă a ficatului este între orele 01.00 și 03.00, intervalul de energie minimă a ficatului este între orele 13.00 și 15.00 (care corespunde maximului meridianului IS).

Sistemul de meridiane opuse reprezintă un cuplu antagonist, fiecare pereche fiind aproximativ echivalentă energetic. De exemplu, intestinul subțire este antagonistul ficatului.



1.16 Diagnosticul prin puls

Examinarea pulsului în medicina chineză este utilizată pentru a afla starea generală de sănătate a pacientului. Punctele 7, 8 și 9 ale meridianului pământ la ambele mâini sunt alese pentru palparea punctelor de puls (palpare efectuată cu degetul arătător, mijlociu și inelar). Un puls superficial este definit ca puls Yang iar un puls adânc ca puls Yin. Conform medicinei chineze, calitatea pulsului se evaluează în felul următor:

Calitatea pulsului	Starea generală de sănătate a pacientului
Puternic	Exces
Slab	Deficiență
Rapid	Căldură
Încetinit	Rece

Conform așa numitei "legi soț-soție", punctele de palparea a pulsului la mâna stângă și mâna dreaptă ar trebui să fie echivalente din punct de vedere energetic.

