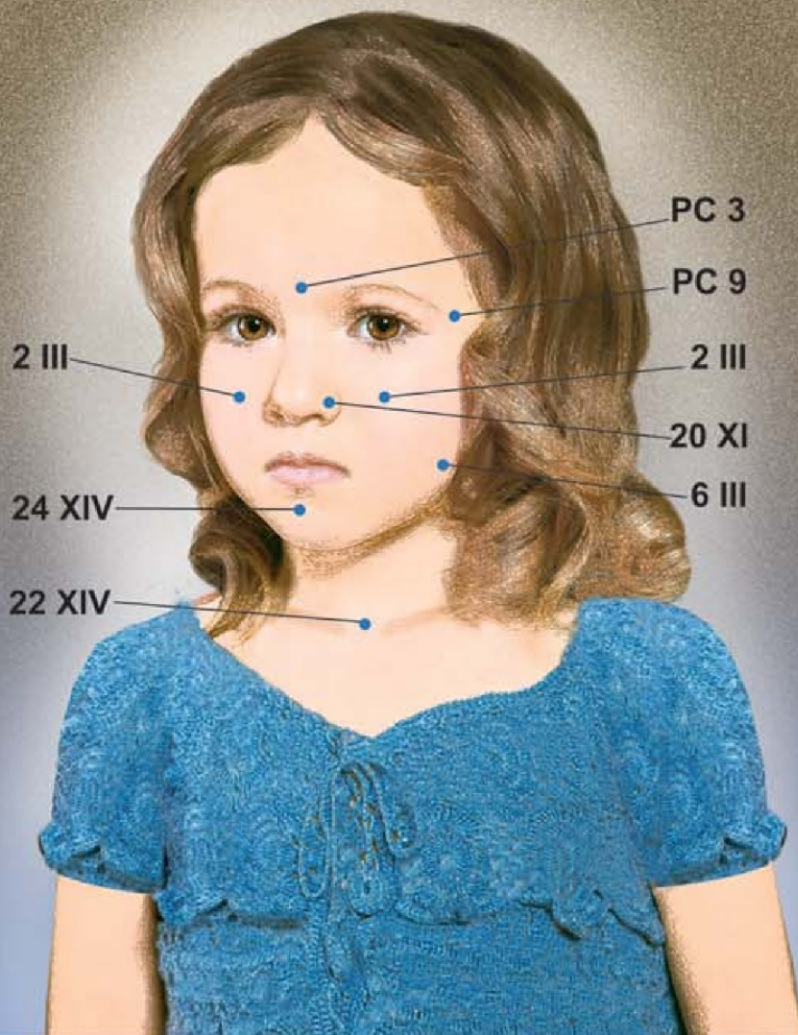
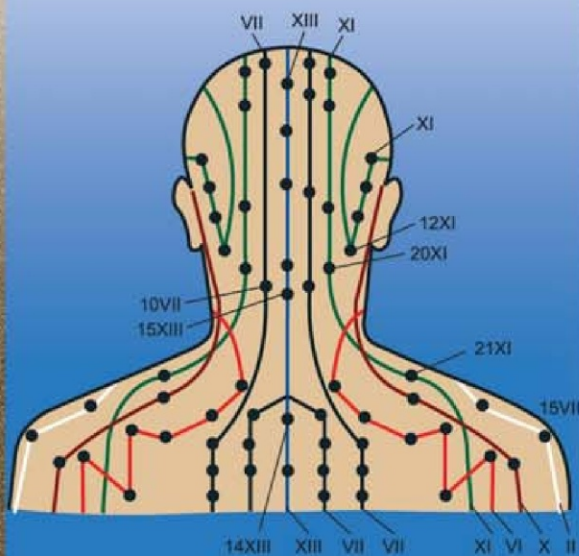
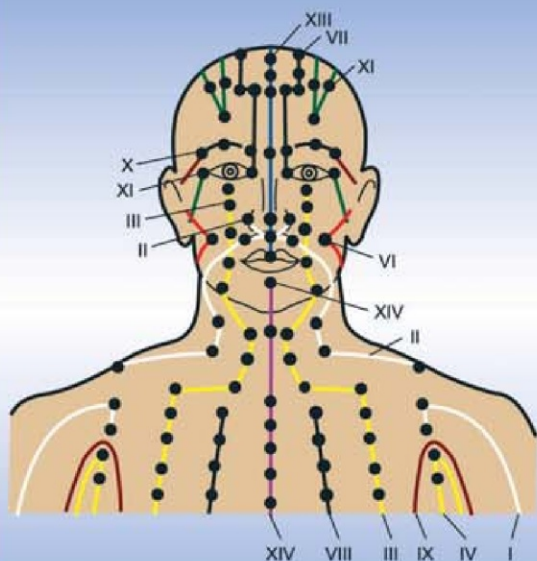
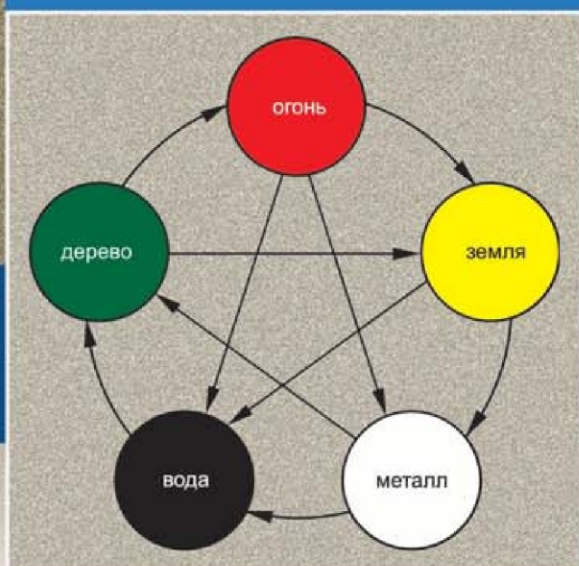


Н.А. Усакова

# АТЛАС ПО РЕФЛЕКСОТЕРАПИИ

## Лечение взрослых и детей

### МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ



Издательство «СПОРТ»

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ФЕДЕРАЛЬНЫЙ НАУЧНЫЙ ЦЕНТР ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»  
МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

***Н.А. Усакова***

---

# **АТЛАС**

## **ПО РЕФЛЕКСОТЕРАПИИ**

---

---

### **Лечение взрослых и детей**

**МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ**

МОСКВА  
ИЗДАТЕЛЬСТВО «СПОРТ»  
2019

УДК 615.8  
ББК 53.5  
У74

У74 **Усакова Н.А.**  
**Атлас по рефлексотерапии.** Лечение взрослых и детей. Методическое пособие.  
М: Спорт, 2019 – 48 с.

ISBN 978-5-9500184-9-7

В атласе представлены общие сведения о методе рефлексотерапии, тонизирующем и успокаивающем точечном массаже, на рисунках показан ход янских и иньских меридианов, а на 6 больших рисунках дано соотношение меридианов на человеке, изображенном в полный рост. Интерес представляет раздел, посвященный акупунктурным рецептам при наиболее часто встречающихся заболеваниях. Кроме того, представлены рецепты для детей, составленные врачом Герминой Тенк (Австрия). Даны общеукрепляющие точки, точки «от 100 болезней» хэ-гу и цзу-сань-ли, «точки скорой помощи», точки, рекомендуемые при стенокардии, головной боли, боли в животе, гипертонии, острых респираторных заболеваниях и др.

Книга рекомендуется для врачей, массажистов и для всех, кто хочет знать о нетрадиционных методах лечения и оздоровления.

УДК 615.8  
ББК 53.5

---

Подписано в печать 20.03.2019 г. Формат 60×90<sup>1/8</sup>

Печать офсетная. Бумага офсетная.

Усл.печ.л. 6,0. Тираж 500 экз.

Изд. № 252. Заказ №

ООО Издательство «Спорт».

117312, г. Москва, ул. Ферсмана, д. 5а.

Тел./факс: (495) 662-64-31, 662-64-30

Сайт: [www.olimppress.ru](http://www.olimppress.ru)

E-mail: [olimppress@mail.ru](mailto:olimppress@mail.ru),

[chelovek.2007@mail.ru](mailto:chelovek.2007@mail.ru)

Отпечатано в полном соответствии  
с качеством предоставленного оригинал-макета  
в типографии ООО «Красногорский полиграфический комбинат».  
115093 г. Москва, Партийный переулок д. 1, корп. 58, стр. 1

---

ISBN 978-5-9500184-9-7

© Усакова Н.А., 2019

© Седов С.Н., рисунки, 2019

© Ильин Е.А., оформление обложки, 2019

© Адаменко В.В., компьютерная верстка, 2019

## 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, палочек 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 предусмотренными. Это те ощущения, которые ожидает получить врач при воздействии на точку. Пациент отмечает появление в области точки ощущения ломоты, тяжести, распирания, болезненности, онемения, укола, о чем он и сообщает врачу. В зависимости от клинической картины заболевания врач ставит задачу добиться сильных, слабых предусмотренных 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», цзусань-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 и XIV). Эти меридианы следующие: I (P\*) – легких; II (GI) – толстой кишки; III (E) – желудка; IV (RP) – селезенки и поджелудочной железы; V(C) – сердца; VI (IG) – тонкой кишки; VII (V) – мочевого пузыря;*

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

VIII (R) – почек; IX (VC) – перикарда; X (TR) – трех 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 передненаружной 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 кровом 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:**

<b>ручные меридианы –</b>	<b>ножные меридианы –</b>
меридиан легких,	меридиан желудка,
меридиан толстой кишки,	меридиан селезенки – поджелудочной железы,
меридиан сердца,	меридиан мочевого пузыря,
меридиан тонкой кишки,	меридиан почек,
меридиан перикарда,	меридиан желчного пузыря,
меридиан трех обогревателей.	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	

**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 торможения.

**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 (янский и иньские 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 заболевания 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 поперечными и продольными. 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-цюе – 4II хэ-гу	III (E), желудка	40III фэн-лун – 3IV тай-бай
II (GI), толстой кишки	6II пянь-ли – 9I тай-юань	IV (RP), 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-сюй

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.

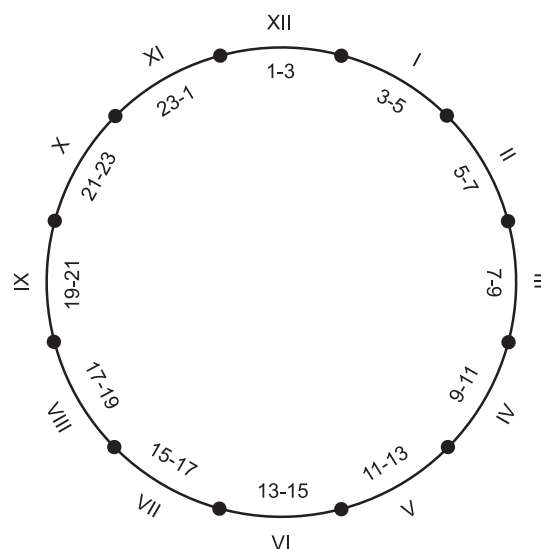


Рис. 1. Большой круг циркуляции энергии, почасовая активность меридианов. Римскими цифрами обозначены меридианы. Внутри круга дано время активности меридианов



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.

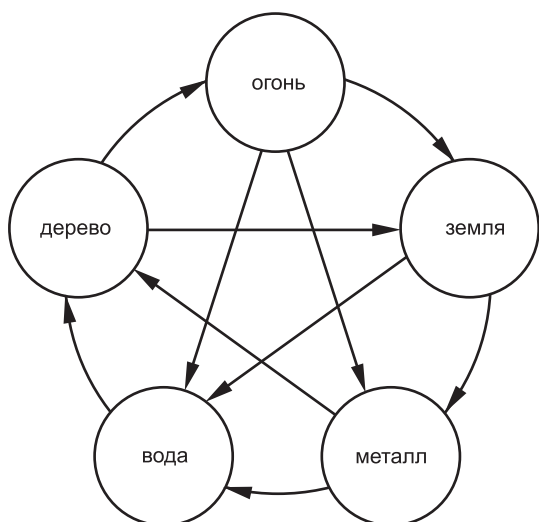


Рис. 2. Взаимосвязь первоэлементов в цикле у–син

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».

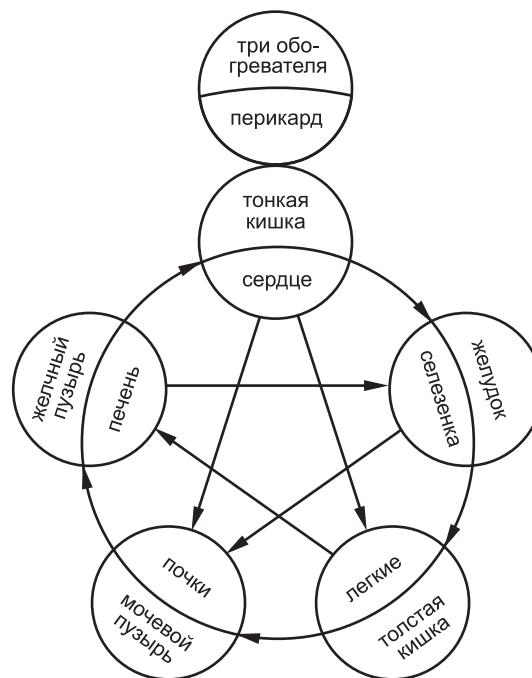


Рис. 3. Взаимосвязь меридианов в цикле у–син

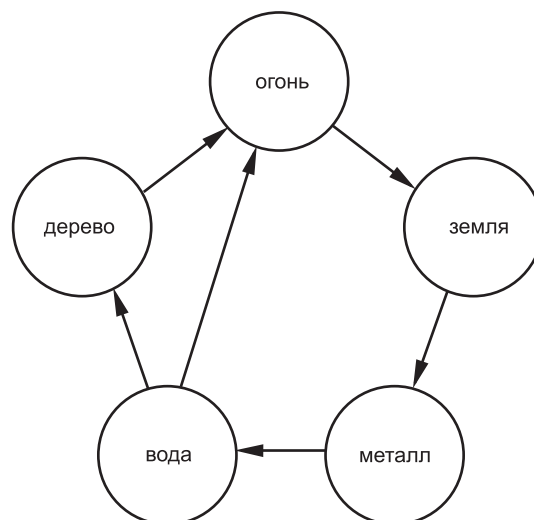
Например, вода – стимулирующий элемент для дерева (вода – «мать» для дерева), огонь – стимулируемый элемент по отношению к дереву (огонь – «сын» дерева).

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 – от 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 парабиотических 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 3**

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

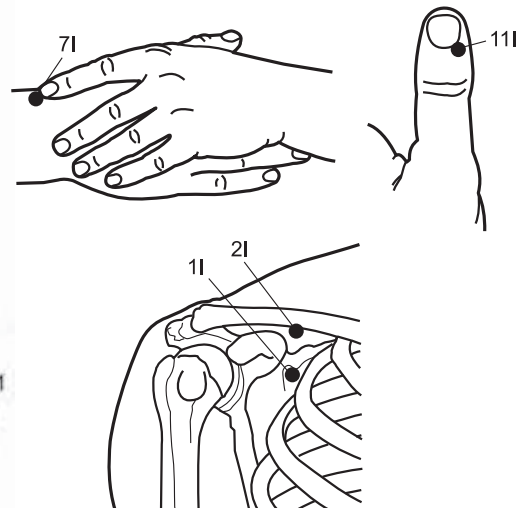
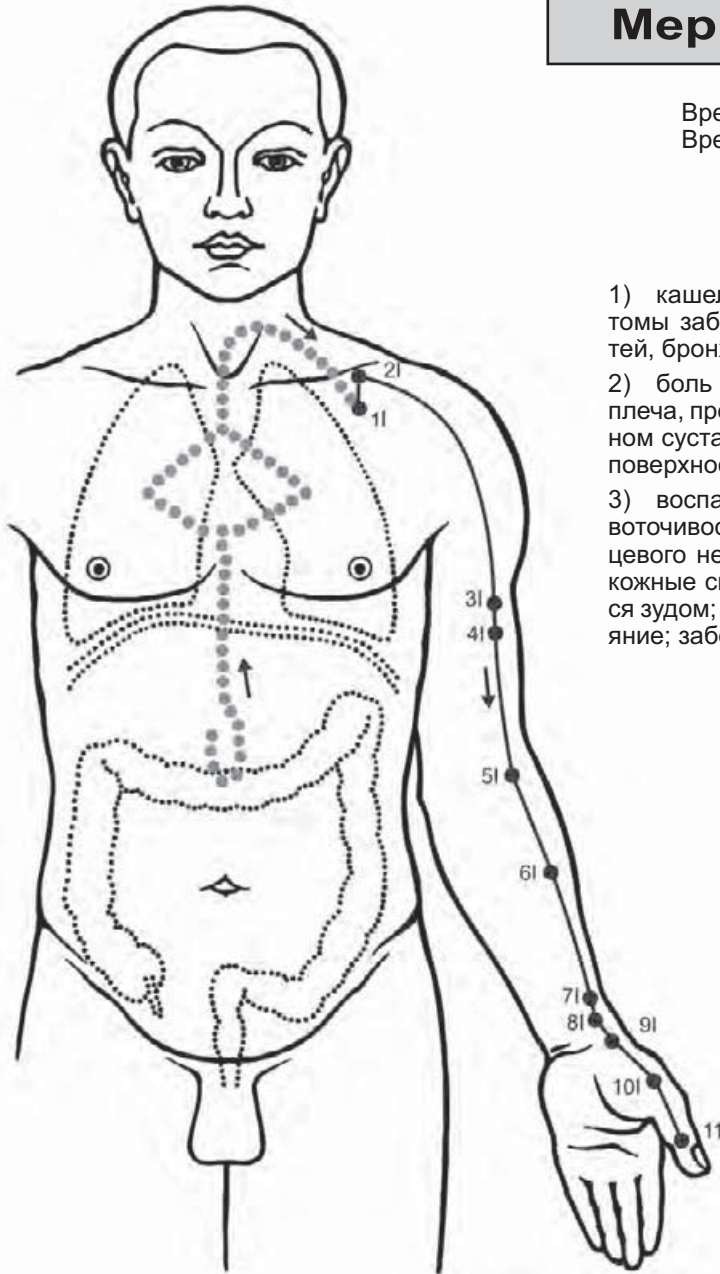
Метод раздражения точки акупунктуры	Клинический синдром	Метод введения иглы	Метод вращения иглы	Метод извлечения иглы
Метод бу (метод прибавления)	Инь-синдром	Иглу вводят без усилия, медленно, неглубоко, на выдохе; кончик иглы направляют по ходу меридиана	Вращение иглы осуществляют до 9 раз по ходу часовой стрелки у мужчин, против хода – у женщин	Иглу извлекают быстро, на вдохе; 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

## Меридиан легких (I, Р)

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.

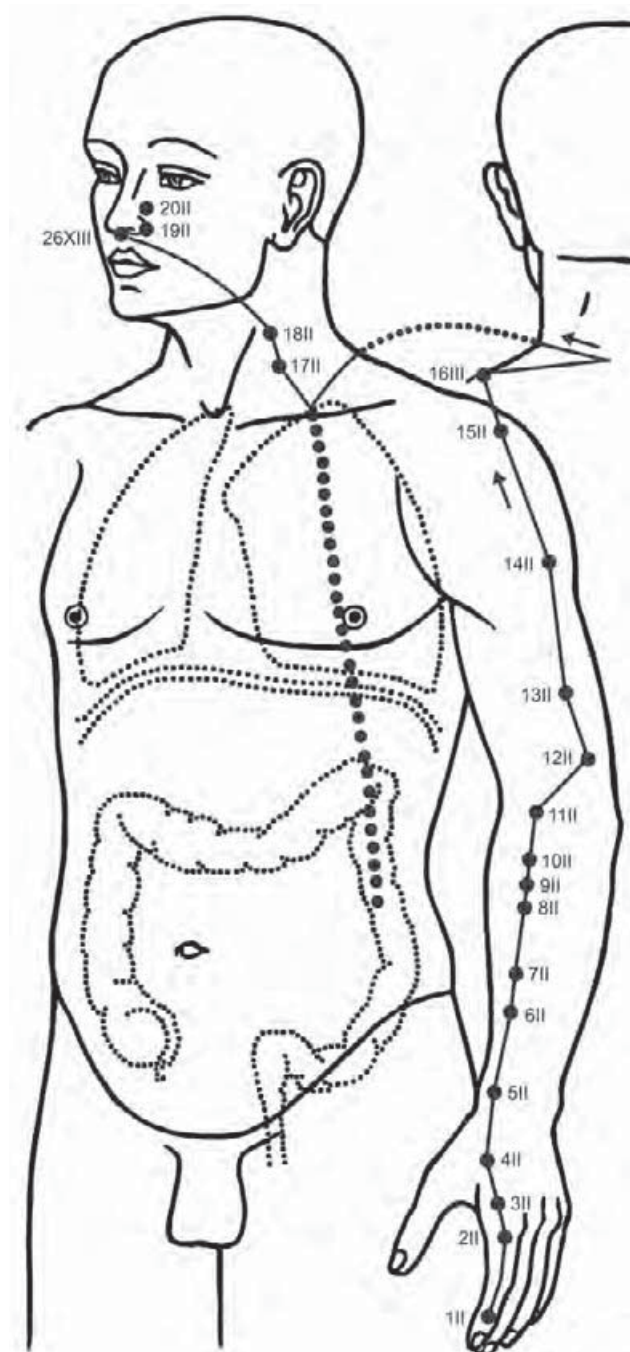
\* По местному времени.

\*\* 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



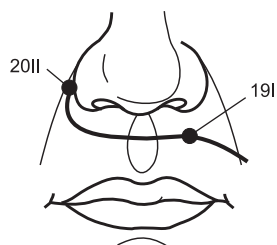
Стандартные точки меридиана толстой кишки:  
тонизирующая – 11II цюй-чи,  
седативная – 2II эр-цзянь,  
пособник – 4II хэ-гу,  
сочувственная – 25VII да-чан-шу,  
сигнальная – 25III тянь-шу,  
противоболевая – 7II вэнь-лю,  
стабилизирующий ло-пункт к меридиану легких – 6II пянь-ли.

Показания к применению  
меридиана толстой кишки:

- 1) функциональные заболевания толстой кишки, нарушение проходимости через толстую кишку, запор, понос, пищевые токсикоинфекционные 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».

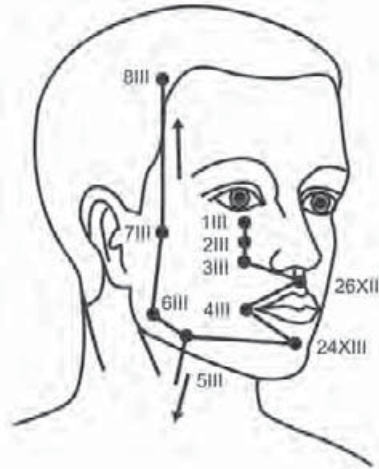
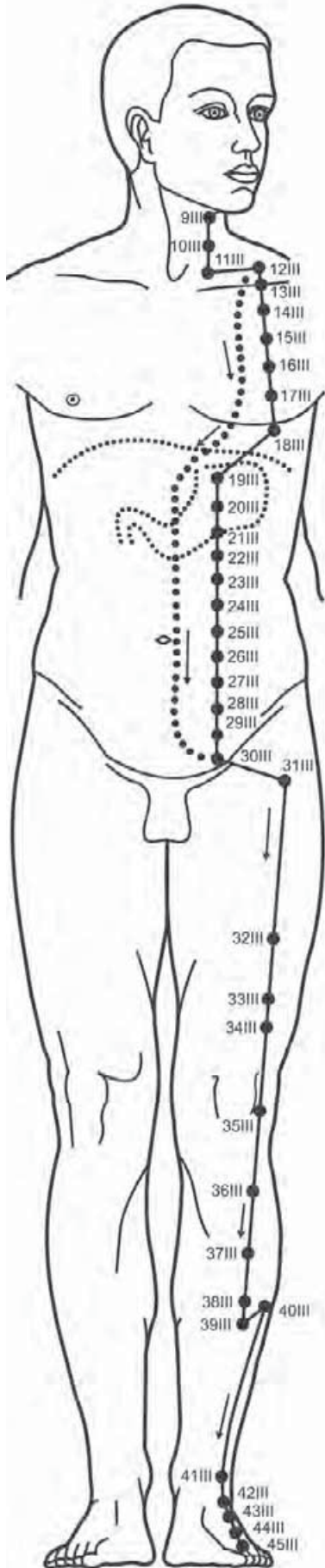
Меридиан II заканчивается точкой 20II у крыла носа с противоположной стороны.



- |                   |
|-------------------|
| 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, E)

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 36 III – «точка от ста болезней».

Точка 37 III регулирует функцию толстой кишки.

Точка 39 III регулирует функцию тонкой кишки.

Стандартные точки меридиана желудка:

тонизирующая – 41 III цзе-си,

седативная – 45 III ли-дуй,

пособник – 42 III чун-ян,

сочувственная – 21 VII вэй-шу,

сигнальная – 12 XIV чжун-вань,

противоболевая – 34 III лян-цю,

стабилизирующий ло-пункт к меридиану

селезенки – поджелудочной железы – 40 III фэн-лун.

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

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

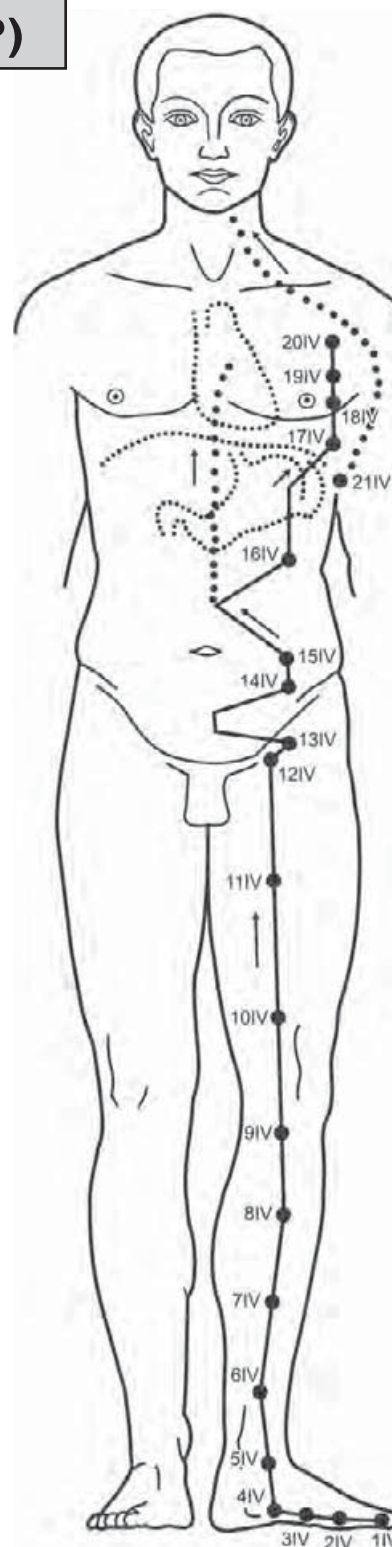
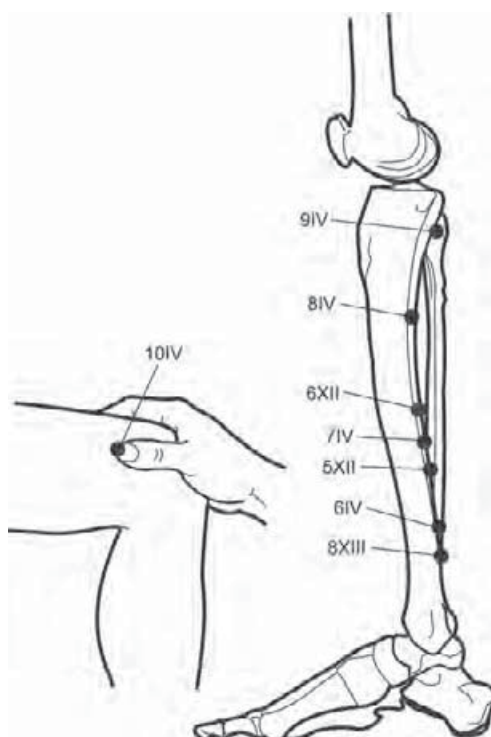
Время максимальной активности с 9 до 11 часов  
Время пассивности с 11 до 13 часов

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:

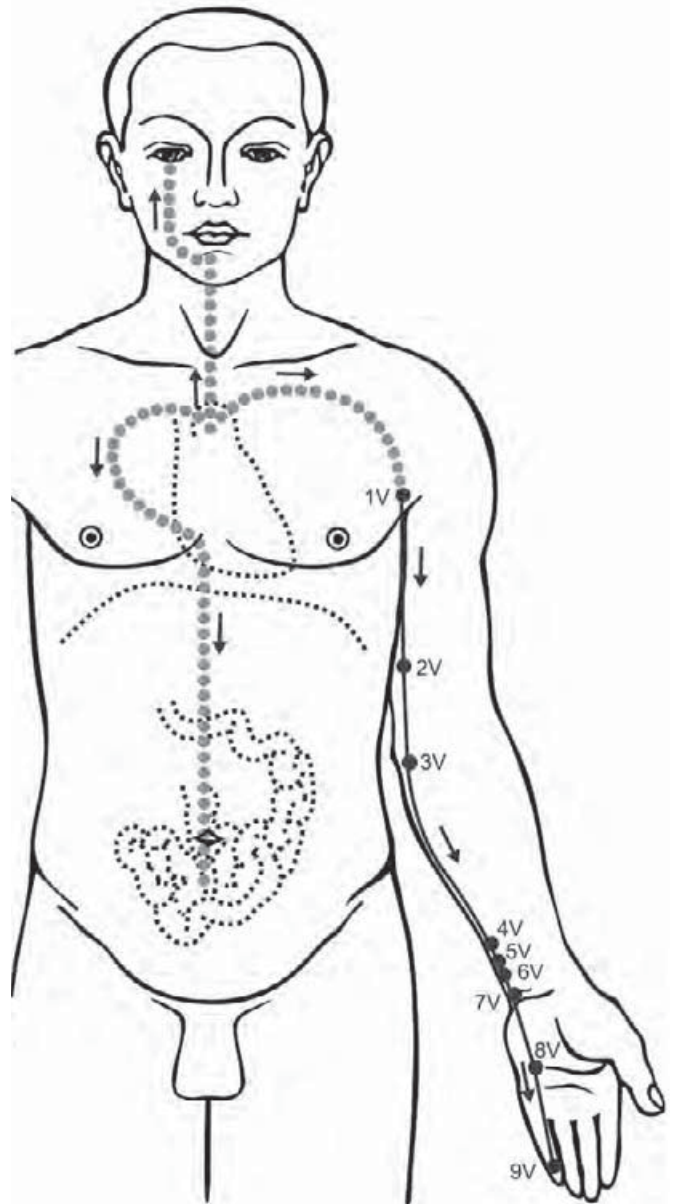
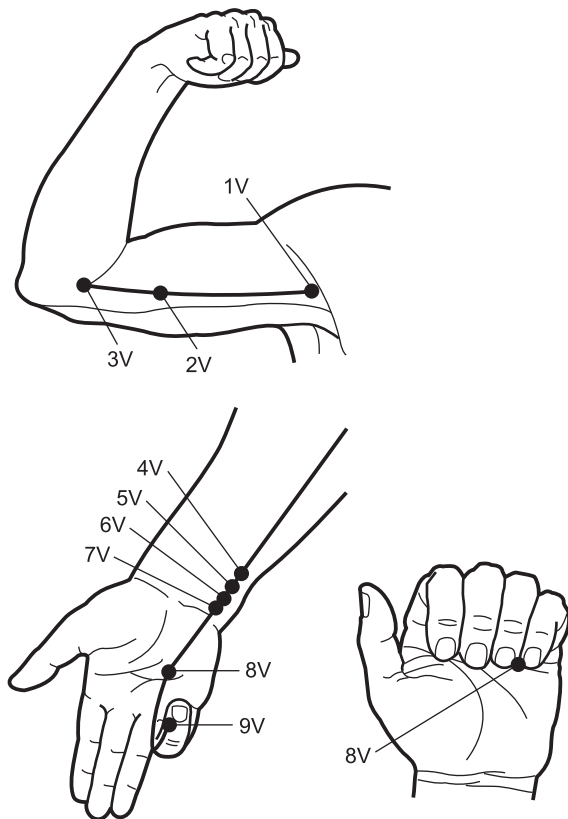
тонизирующая – 2IV да-ду,  
седативная – 5IV шан-цю,  
пособник – 3IV тай-бай,  
сочувственная – 20VII пи-шу,  
сигнальная – 13XII чжан-мэнь,  
противоболевая – 8IV ди-цзи,  
стабилизирующий ло-пункт к меридиану желудка – 4IV гунь-сунь.

## 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



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.

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.

## Меридиан тонкой кишки (VI, GI)

Время максимальной активности с 13 до 15 часов  
 Время пассивности с 15 до 17 часов

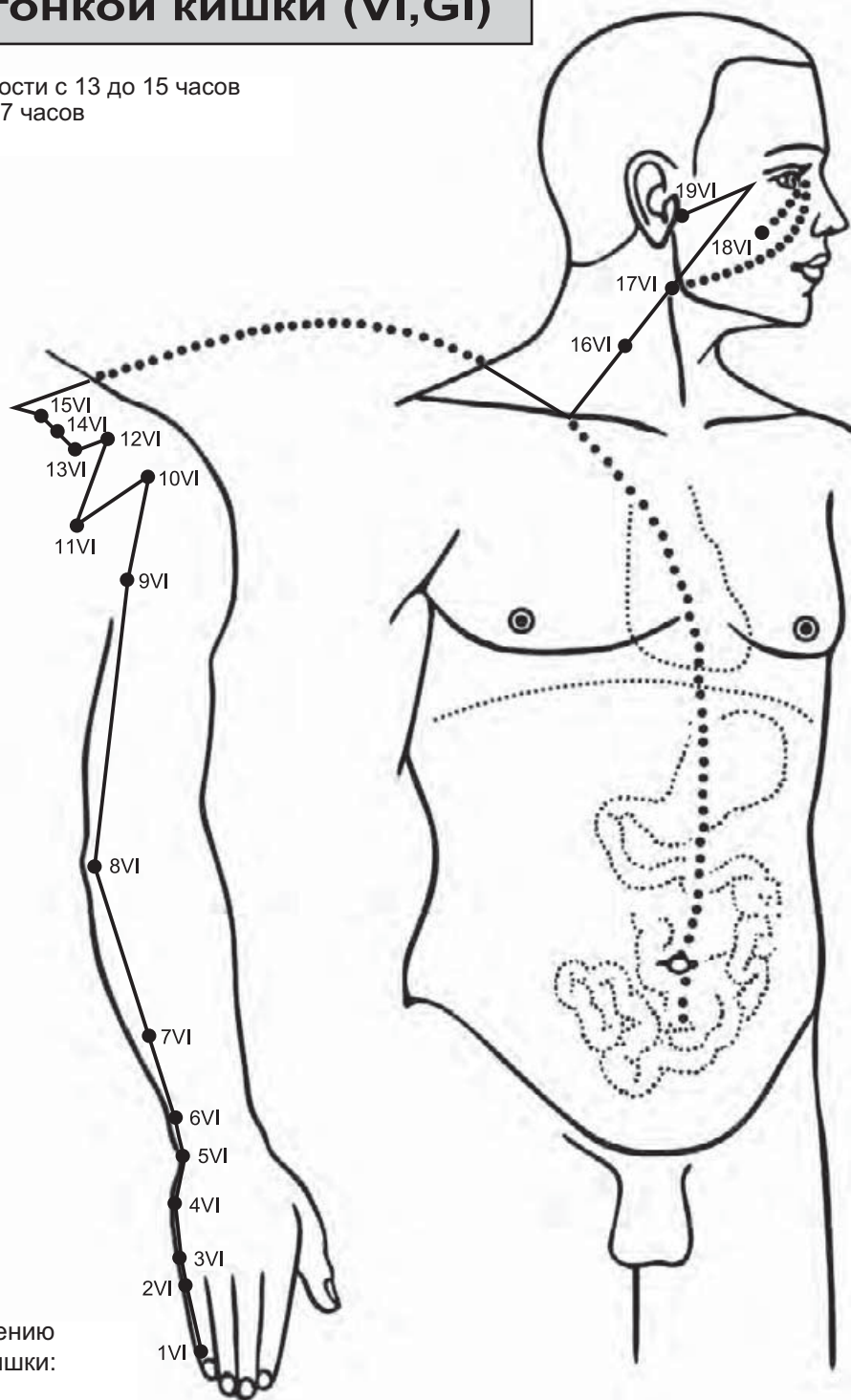
Точка 3VI – точка-ключ чудесного меридиана I.

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 задне-наружной 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.





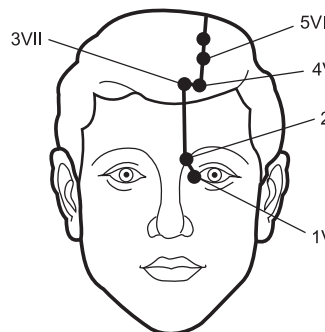
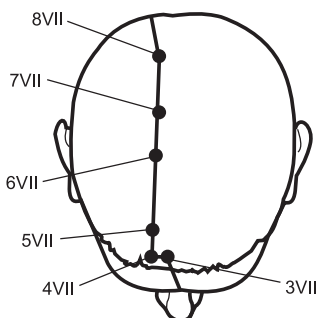
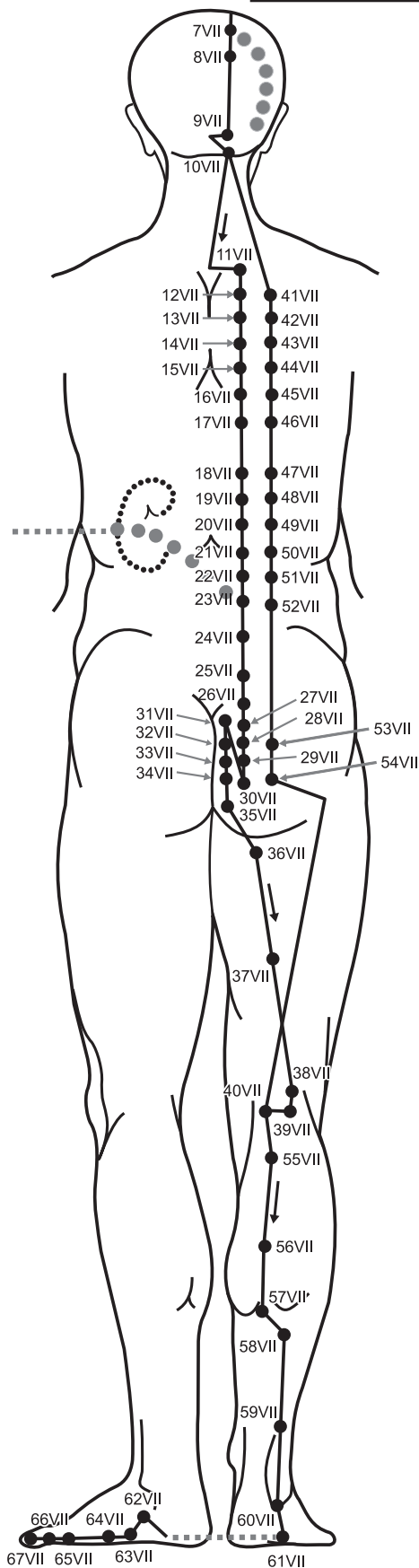
## Меридиан мочевого пузыря (VII,V)

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

Показания к применению меридиана мочевого пузыря:

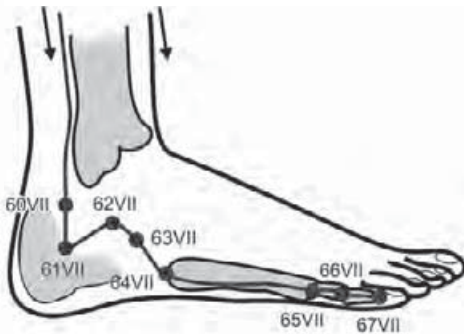
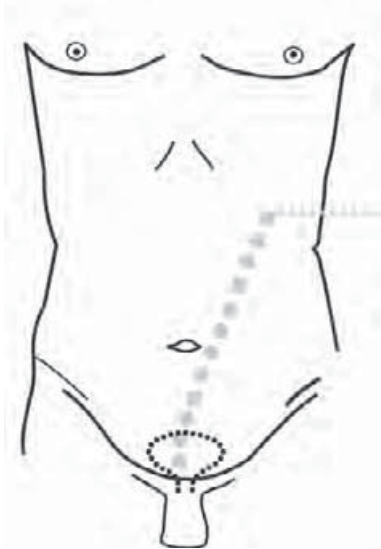
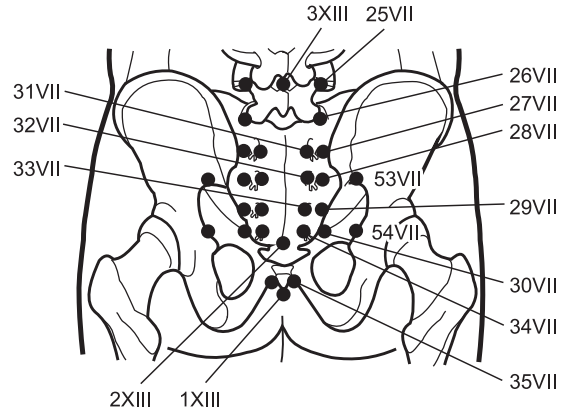
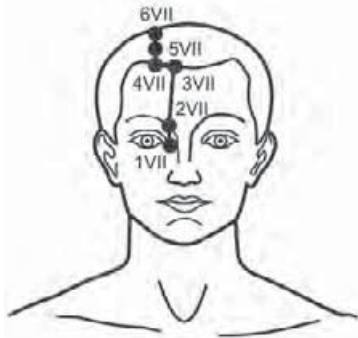
- 1) недержание или задержка мочи, анурия, олигурия; цистит, нефрит, пиелонефрит; боль и отек в наружных половых органах;
- 2) боль в области затылка, грудного отдела позвоночника, поясничной области, напряжение мышц этих областей, люмбаго, ишиас; боль в суставах нижней конечности, стопе, пятке, мизинце; 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.

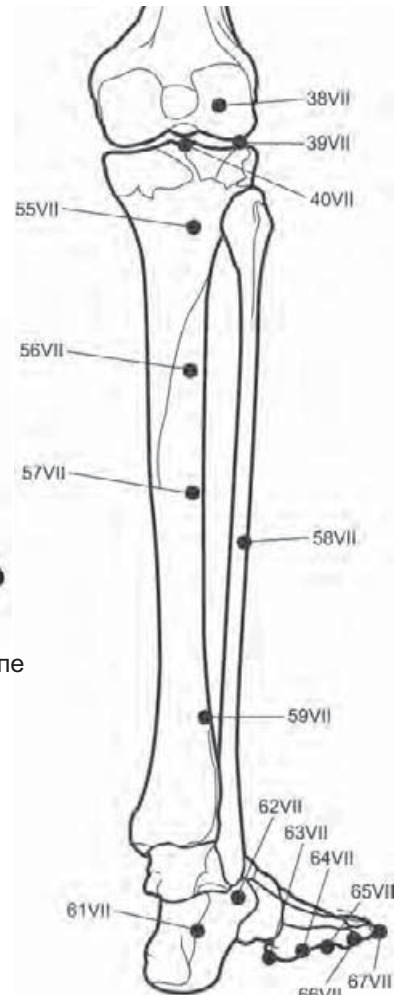


- 1VII цин-мин;
- 2VII цуань-чжу;
- 3VII мэй-чун;
- 4VII цюй-ча;
- 5VII у-чу;
- 6VII чэн-гуан;
- 7VII тун-тянь;
- 8VII ло-цюе;
- 9VII юй-чжэнь;
- 10VII тянь-чжу;
- 11VII да-чжу;
- 12VII фэн-мэнь;
- 13VII фэй-шу;
- 14VII цзюе-инь-шу;
- 15VII синь-шу;
- 16VII ду-шу;
- 17VII гэ-шу;
- 18VII гань-шу;
- 19VII 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-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)

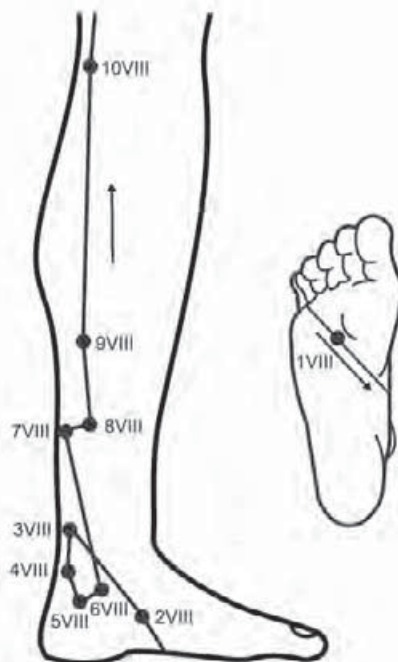
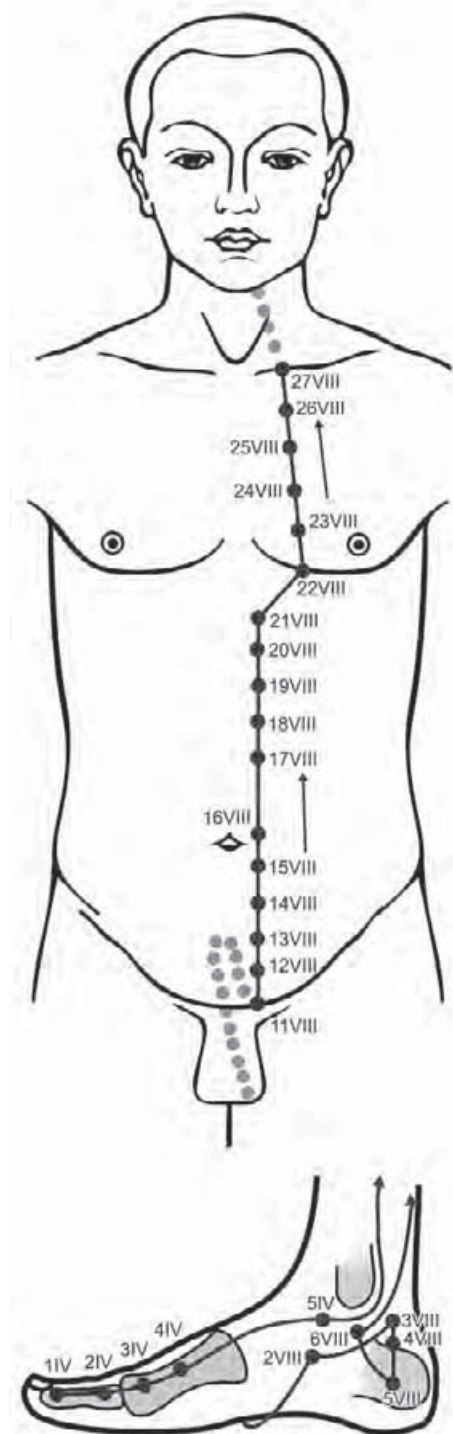
Время максимальной активности с 17 до 19 часов  
Время пассивности с 19 до 21 часа

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-цюй;  
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,

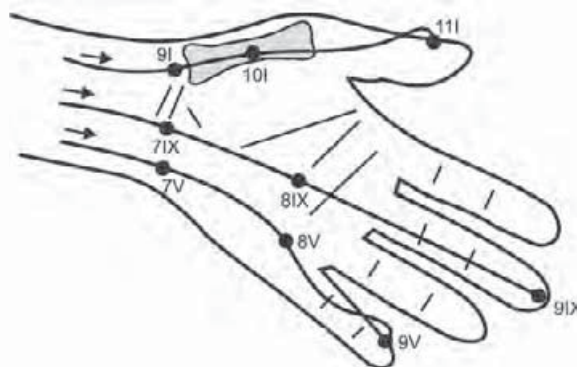
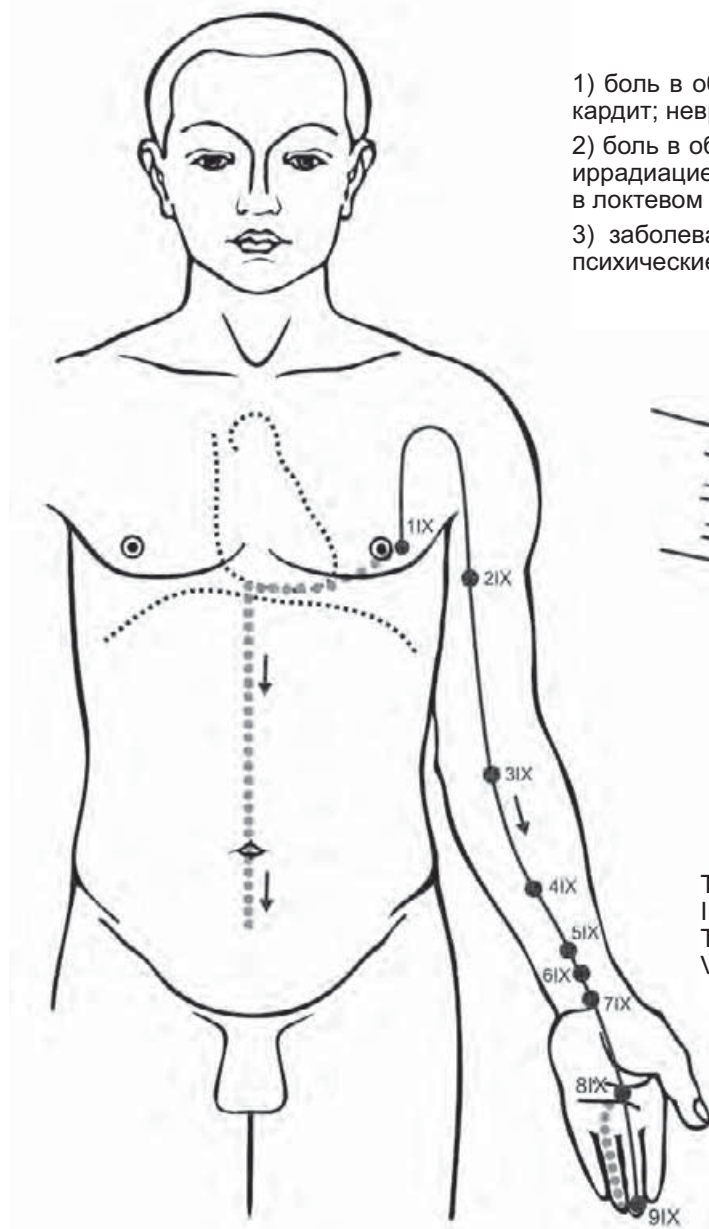
стабилизирующий ло-пункт к меридиану мочевого пузыря – 4VIII да-чжун.

## 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,  
 противоположная – 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.

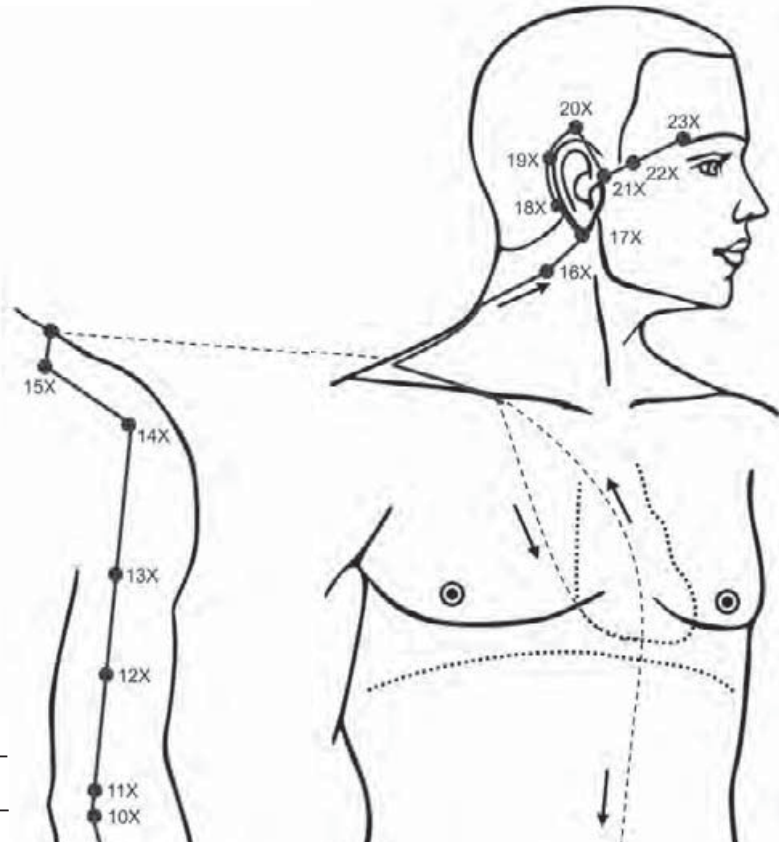
Точка 5X – точка-ключ чудесного меридиана III.  
Точка 8X – групповое ло-ян-меридианов руки II, VI, X.

Основные точки:

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



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.

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.

## Меридиан желчного пузыря (XI, VB)

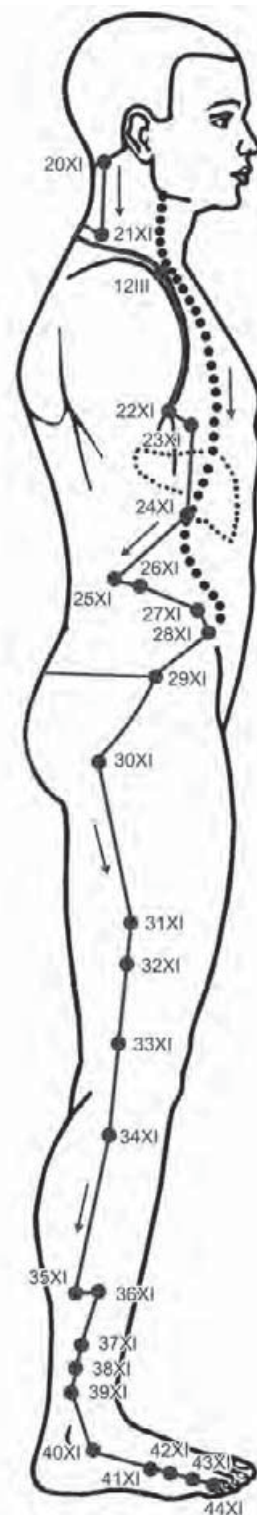
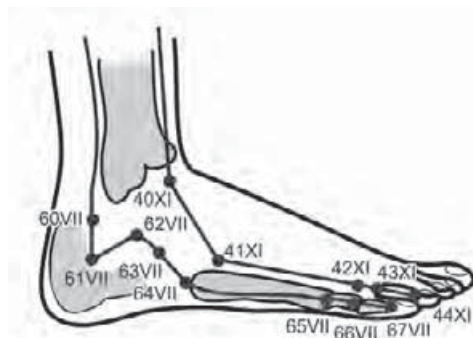
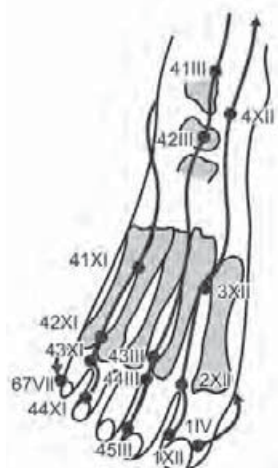
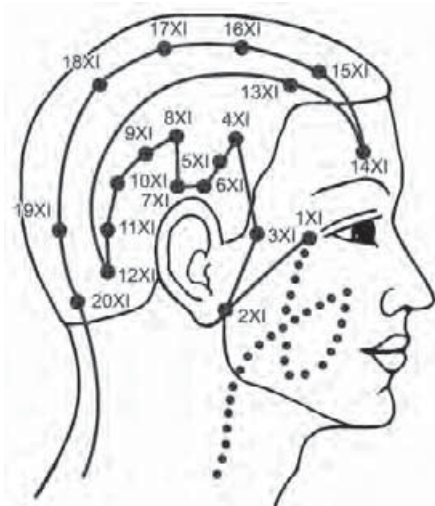
Время максимальной активности с 23 до 1 часа  
 Время пассивности с 1 до 3 часов

Показания к применению меридиана желчного пузыря:

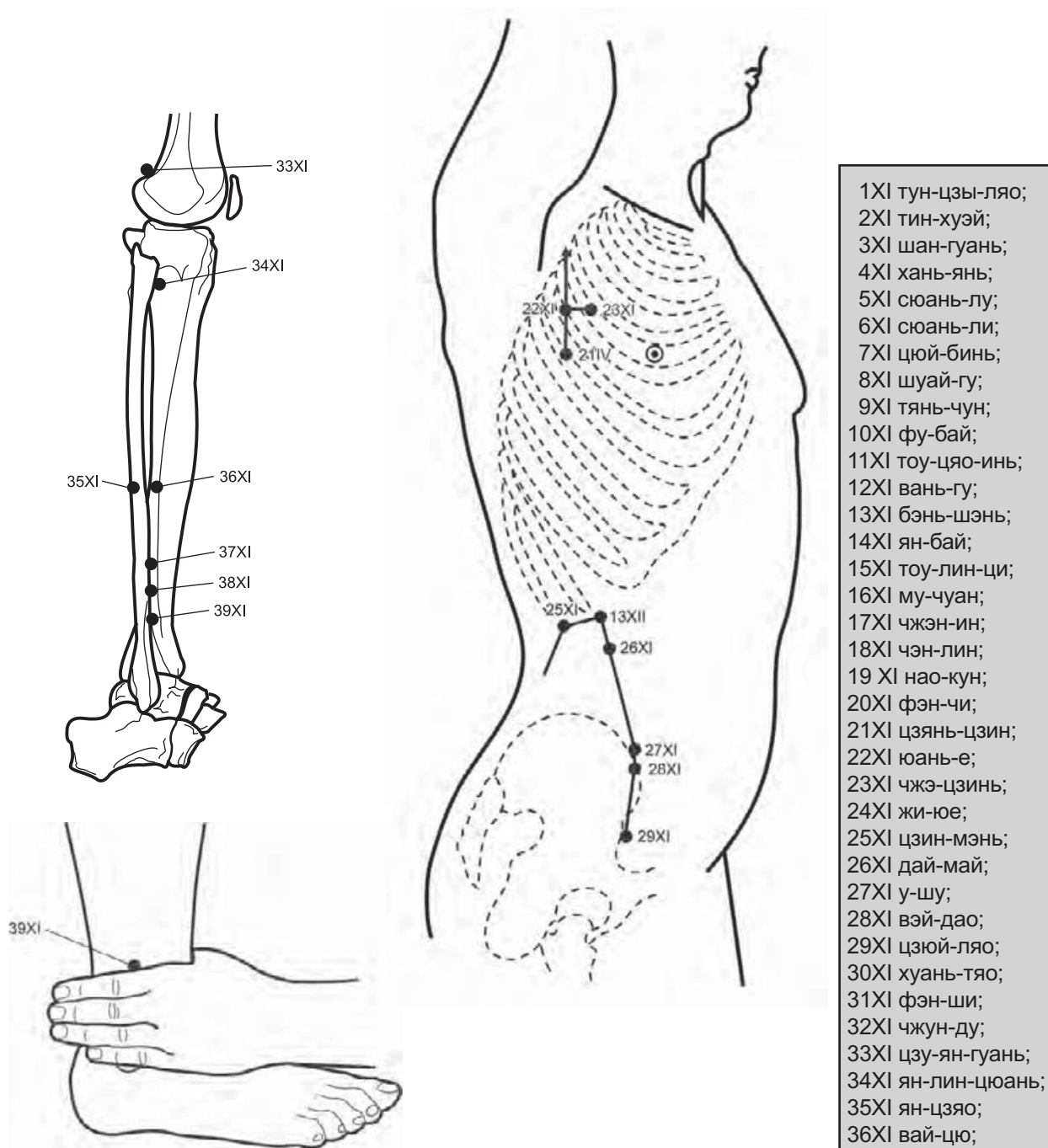
- 1) дискинезия желчного пузыря, тошнота, рвота желчью, горечь во рту, боль в области желчного пузыря, холецистит, расстройства желудочно-кишечного тракта;
- 2) боль по ходу меридиана; головная боль в височной области и в области затылка; заболевания глаз; носовое кровотечение; зубная боль; снижение 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)



Стандартные точки меридиана желчного пузыря:

тонизирующая – 43XI ся-си,  
 седативная – 38XI ян-фу,  
 пособник – 40XI цю-суй,  
 сочувственная – 19VII дань-шу,  
 сигнальная – 24XI жи-юе,  
 противоболевая – 36XI вай-цю,  
 стабилизирующий ло-пункт к меридиану печени – 37XI гуан-мин.

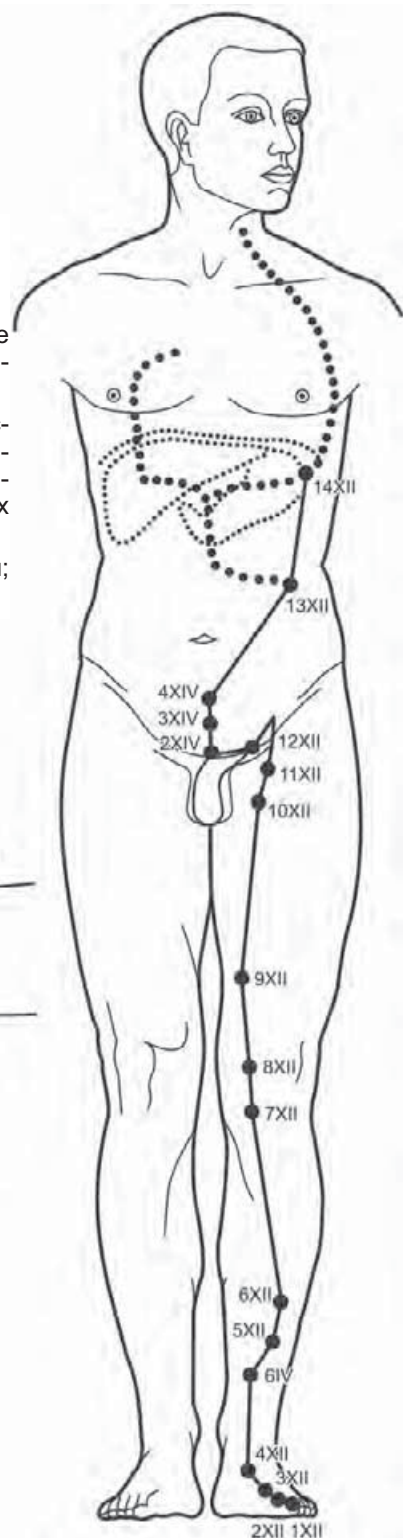
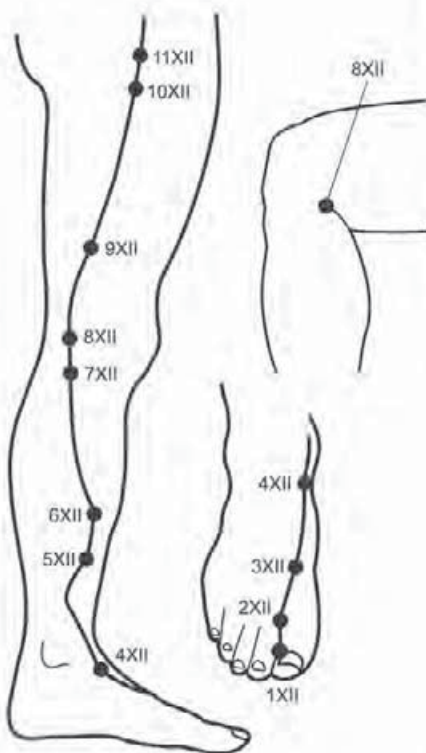
- 1XI тун-цзы-ляо;
- 2XI тин-хуэй;
- 3XI шан-гуань;
- 4XI хань-янь;
- 5XI сюань-лу;
- 6XI сюань-ли;
- 7XI цюй-бинь;
- 8XI шуай-гу;
- 9XI тянь-чун;
- 10XI фу-бай;
- 11XI тоу-цяо-инь;
- 12XI вань-гу;
- 13XI бэнь-шэнь;
- 14XI ян-бай;
- 15XI тоу-лин-ци;
- 16XI му-чуань;
- 17XI чжэн-ин;
- 18XI чэн-лин;
- 19 XI нао-кун;
- 20XI фэн-чи;
- 21XI цзянь-цзин;
- 22XI юань-е;
- 23XI чжэ-цзинь;
- 24XI жи-юе;
- 25XI цзин-мэнь;
- 26XI дай-май;
- 27XI у-шу;
- 28XI вэй-дао;
- 29XI цзюй-ляо;
- 30XI хуань-тяо;
- 31XI фэн-ши;
- 32XI чжун-ду;
- 33XI цзу-ян-гуань;
- 34XI ян-лин-цюань;
- 35XI ян-цзяо;
- 36XI вай-цю;
- 37XI гуан-мин;
- 38XI ян-фу;
- 39XI сюань-чжун;
- 40XI цю-суй;
- 41XI цзу-лин-ци;
- 42XI ди-у-хуэй;
- 43XI ся-си;
- 44XI цзу-цяо-инь.

## 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.

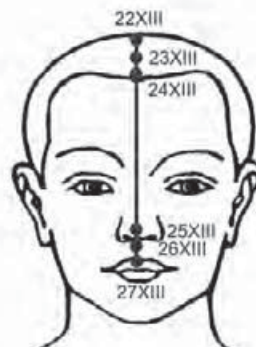
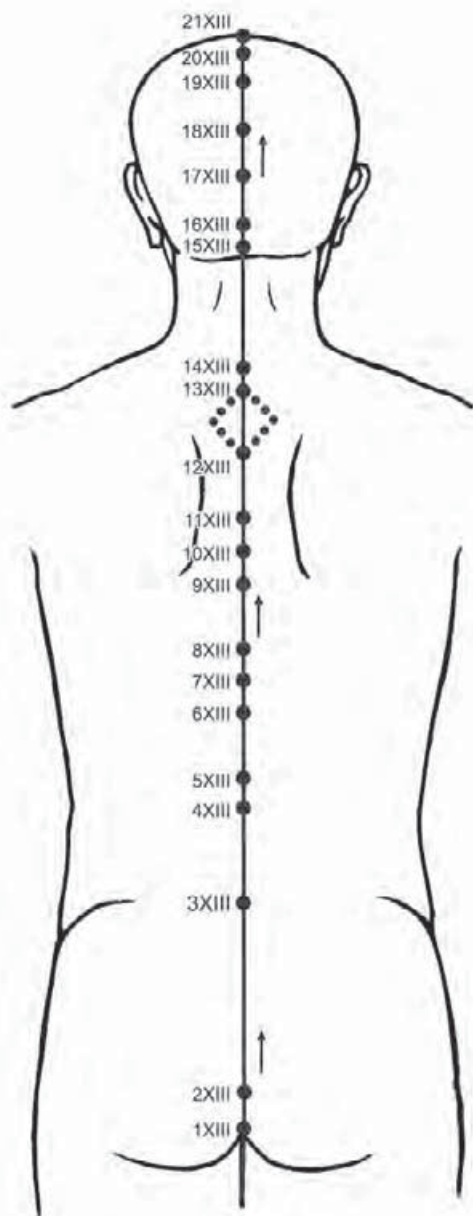
Стандартные точки меридиана печени:

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

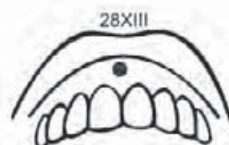


Внутренний ход меридиана начинается между затылочной костью и первым шейным позвонком в точке 16XIII, входит в мозг и затем повторяет наружный ход меридиана.

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, моче-выделительной 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 цян-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)

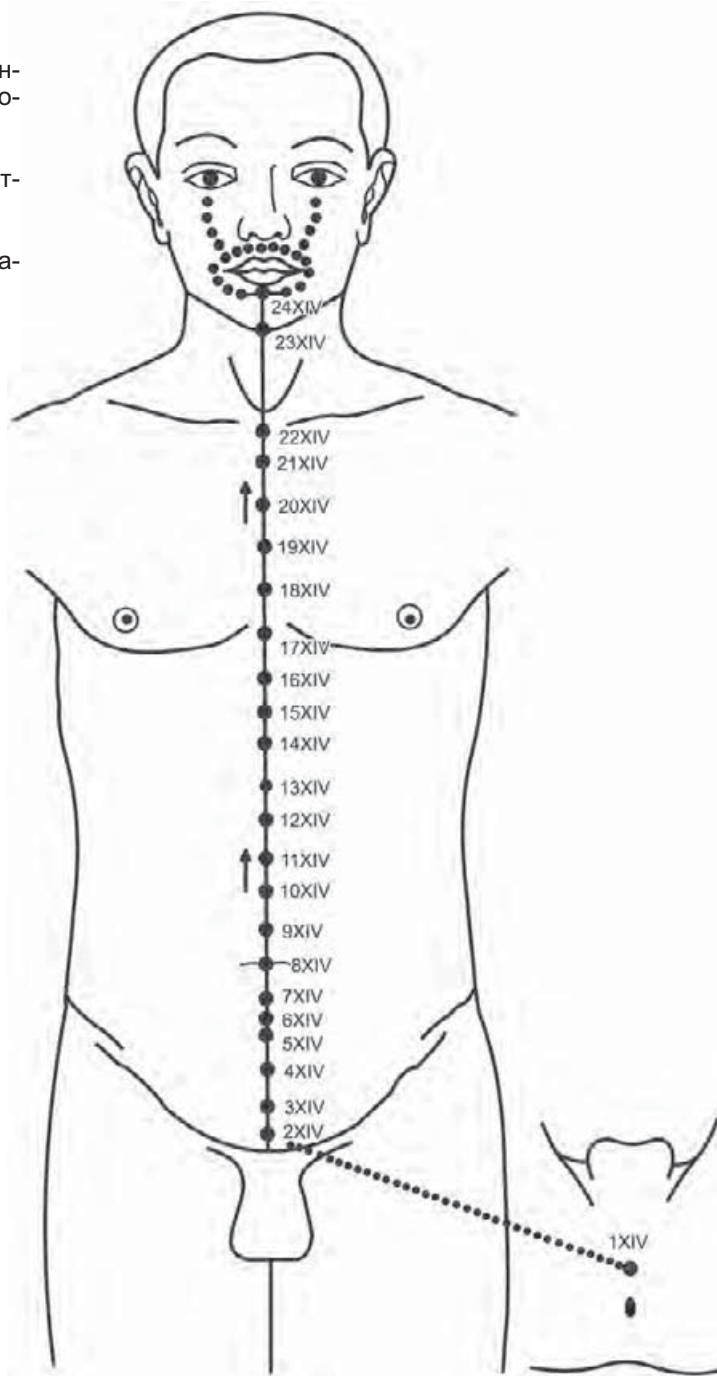
Меридиан не имеет почасовой активности

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).

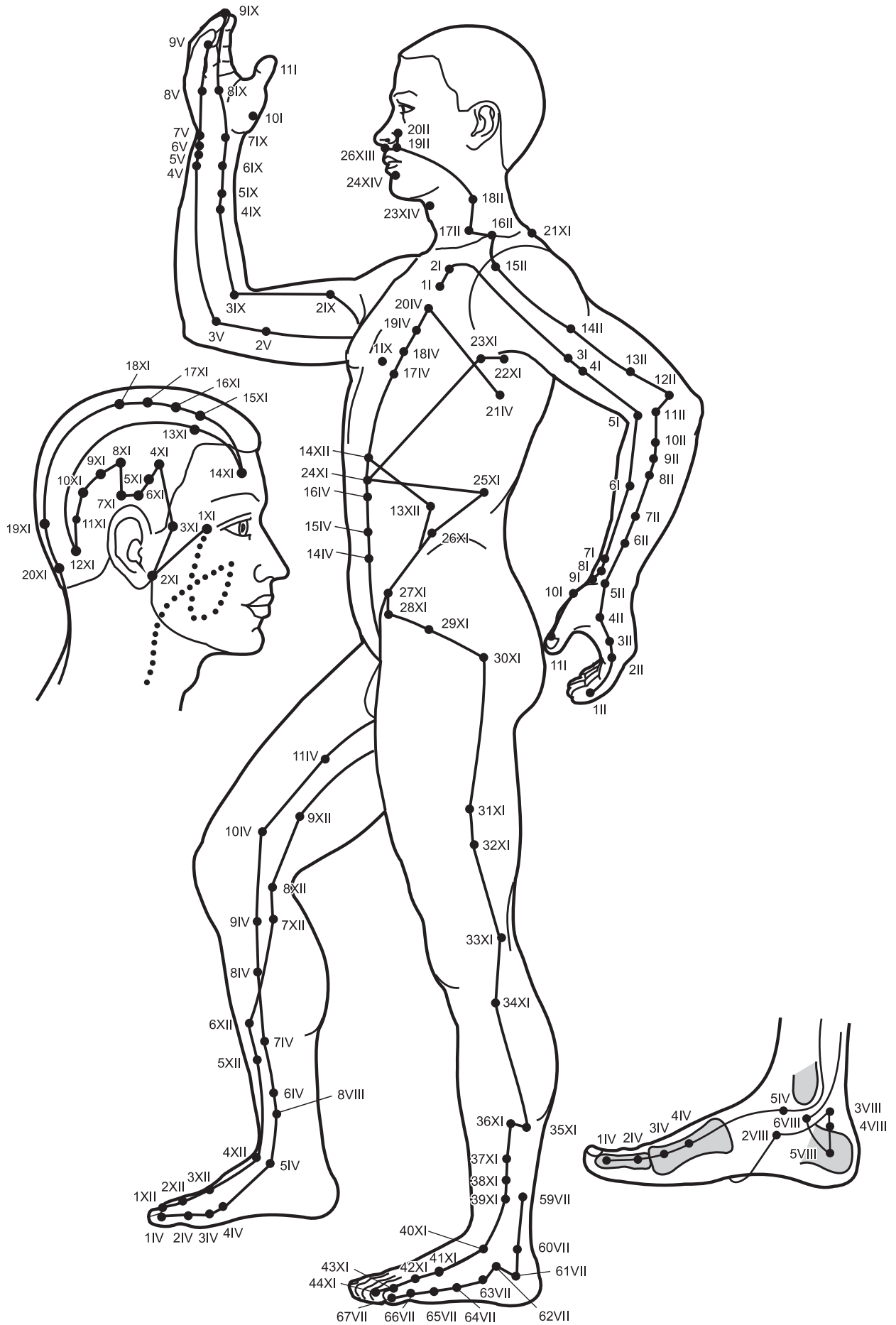
Внутренний ход меридиана идет в брюшную полость, затем вдоль горла и гортани, повторяя наружный ход меридиана. Внутренний ход имеет анастомозы, связывающие следующие точки: 17XIV и 12XIV, 12XIV и 9XIV, 17XIV и 11.

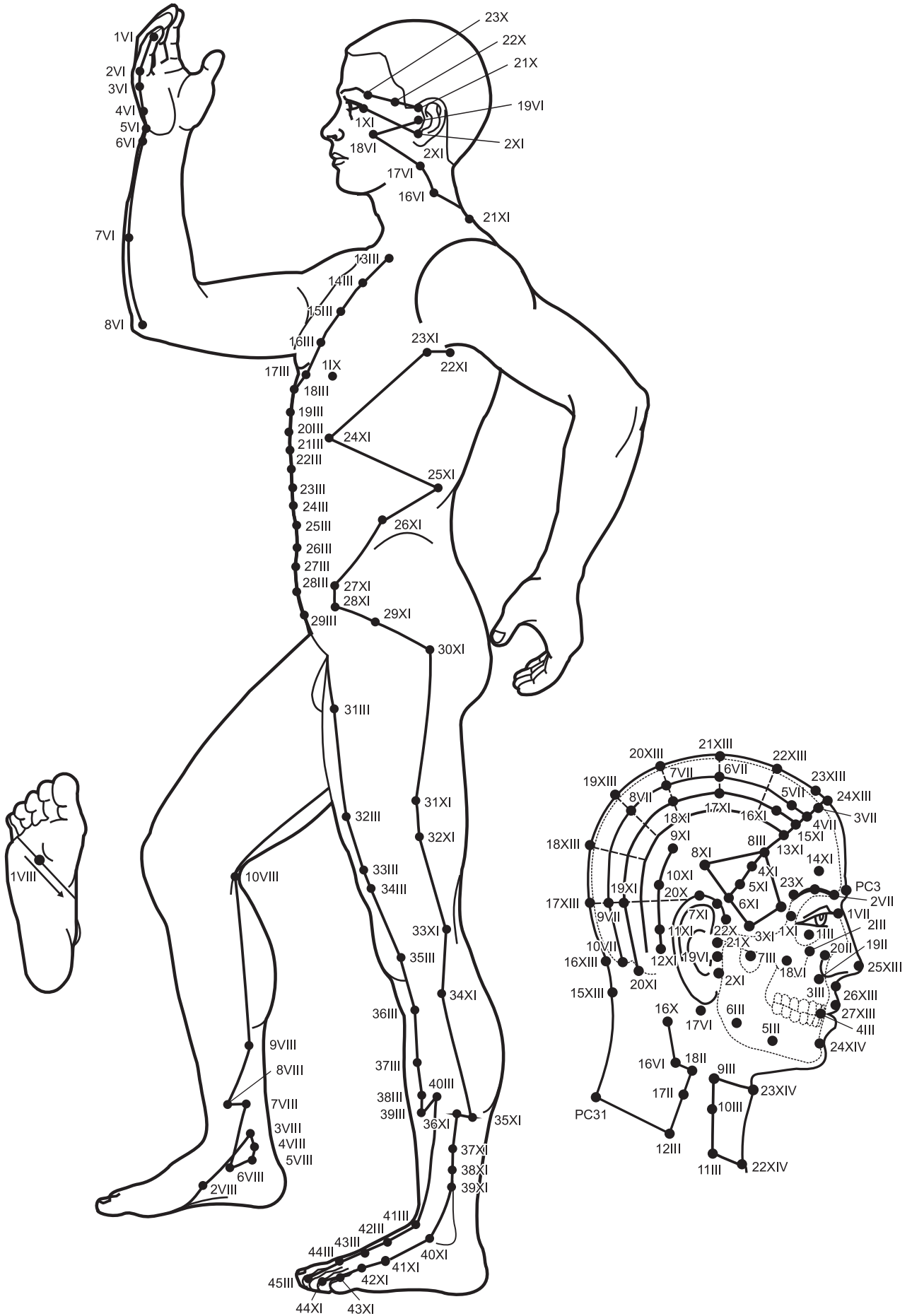


- 1XIV хуэй-инь;
- 2XIV цюй-гу;
- 3XIV чжун-цзи;
- 4XIV гуань-юань;
- 5XIV ши-мэнь;
- 6XIV ци-хай;
- 7XIV инь-цзяо;
- 8XIV шэнь-цюе;
- 9XIV шуй-фэнь;
- 10XIV ся-вань;
- 11XIV цзянь-ли;
- 12XIV чжун-вань;
- 13XIV шан-вань;
- 14XIV цзюй-цюе;
- 15XIV цзю-вэй;
- 16XIV чжун-тин;
- 17XIV тань-чжун;
- 18XIV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

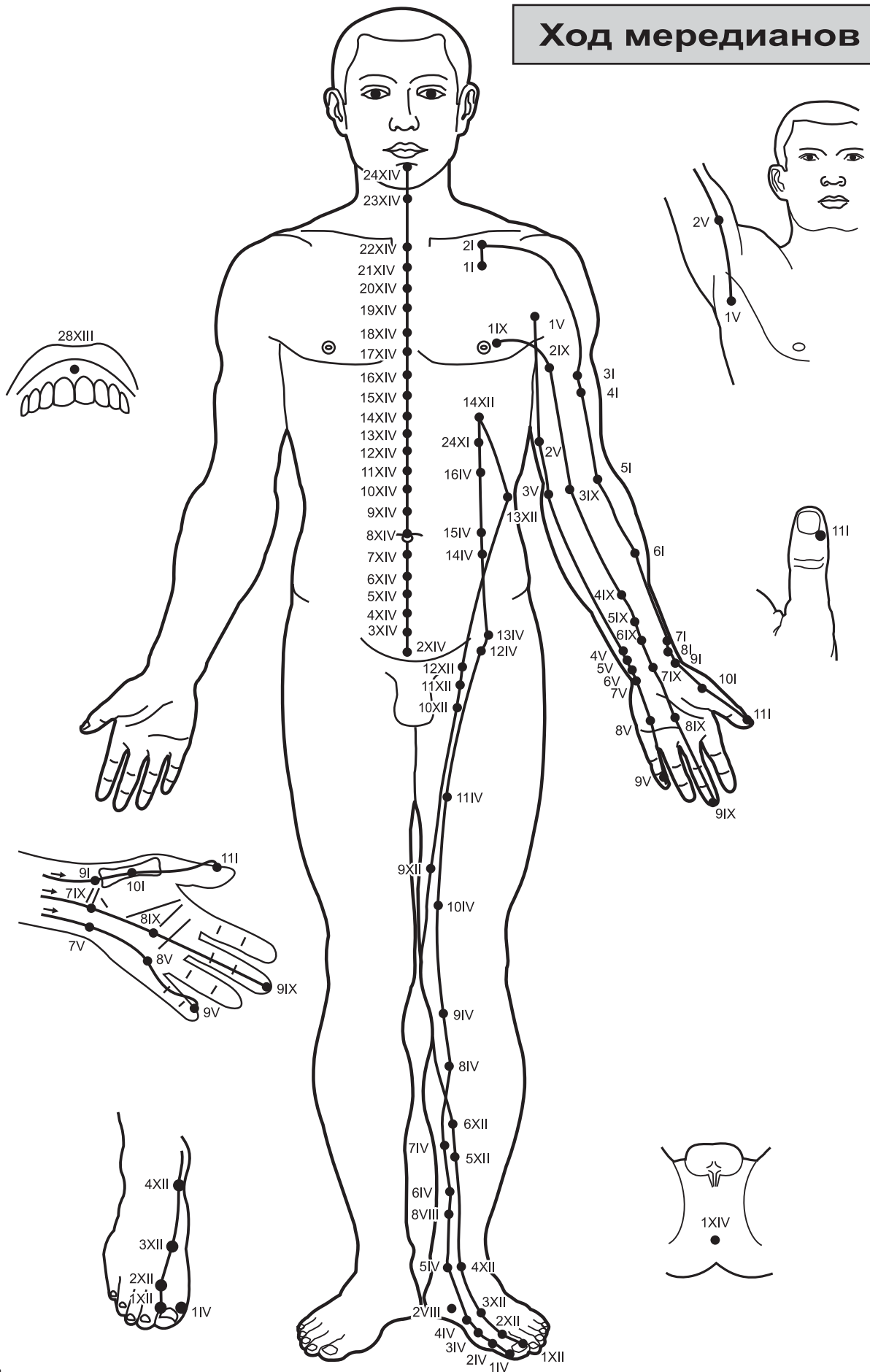
Показания к применению переднесрединного меридиана:

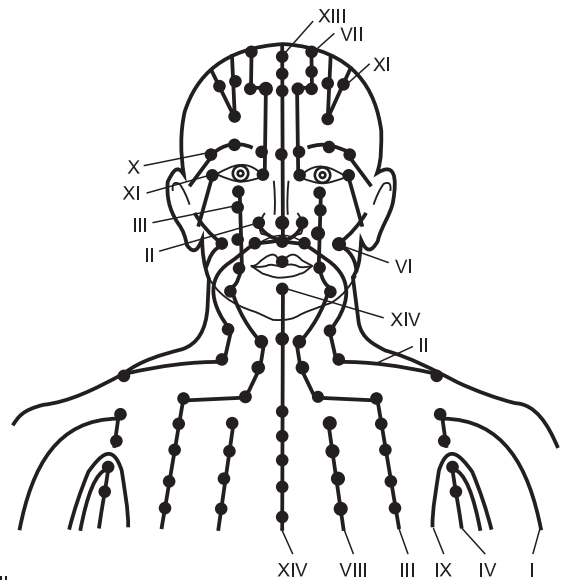
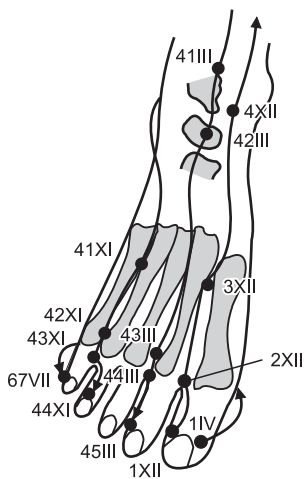
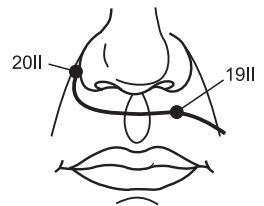
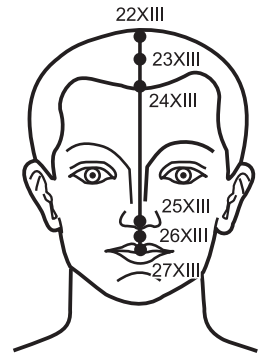
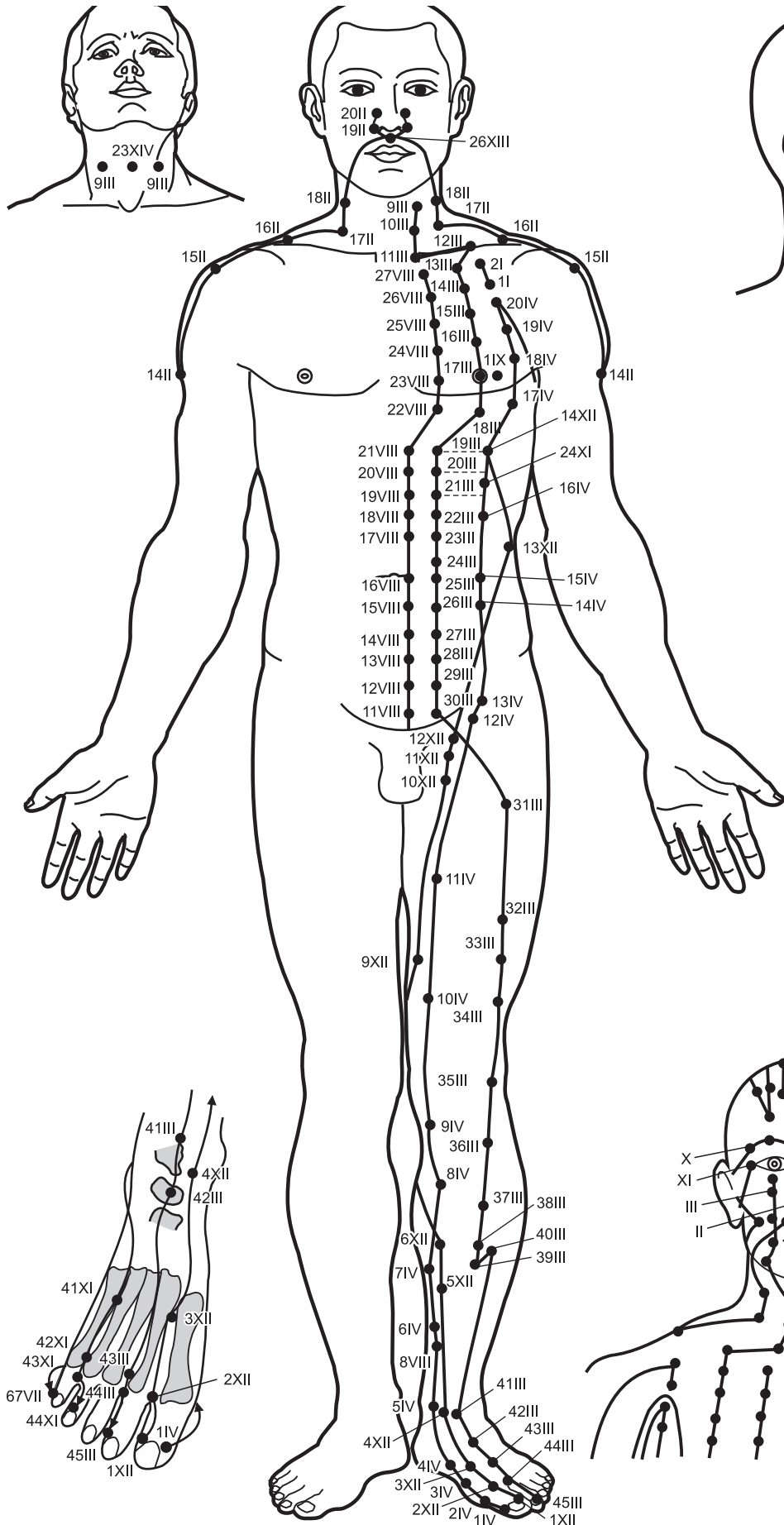
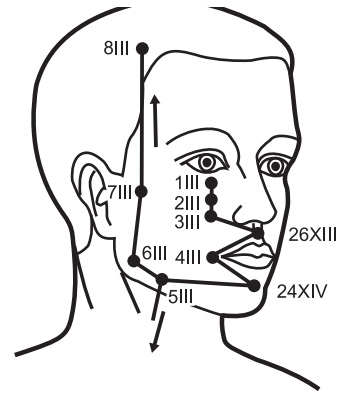
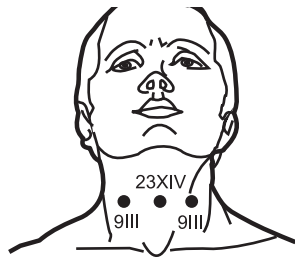
точки до пупка – заболевания мочеполовой сферы и кишечника;  
 точки выше пупка – заболевания желудочно-кишечного тракта;  
 точки области груди – заболевания легких и сердца;  
 точки области шеи – заболевания языка, горла, гортани;  
 точка 24 XIV – заболевания полости рта и зубов.

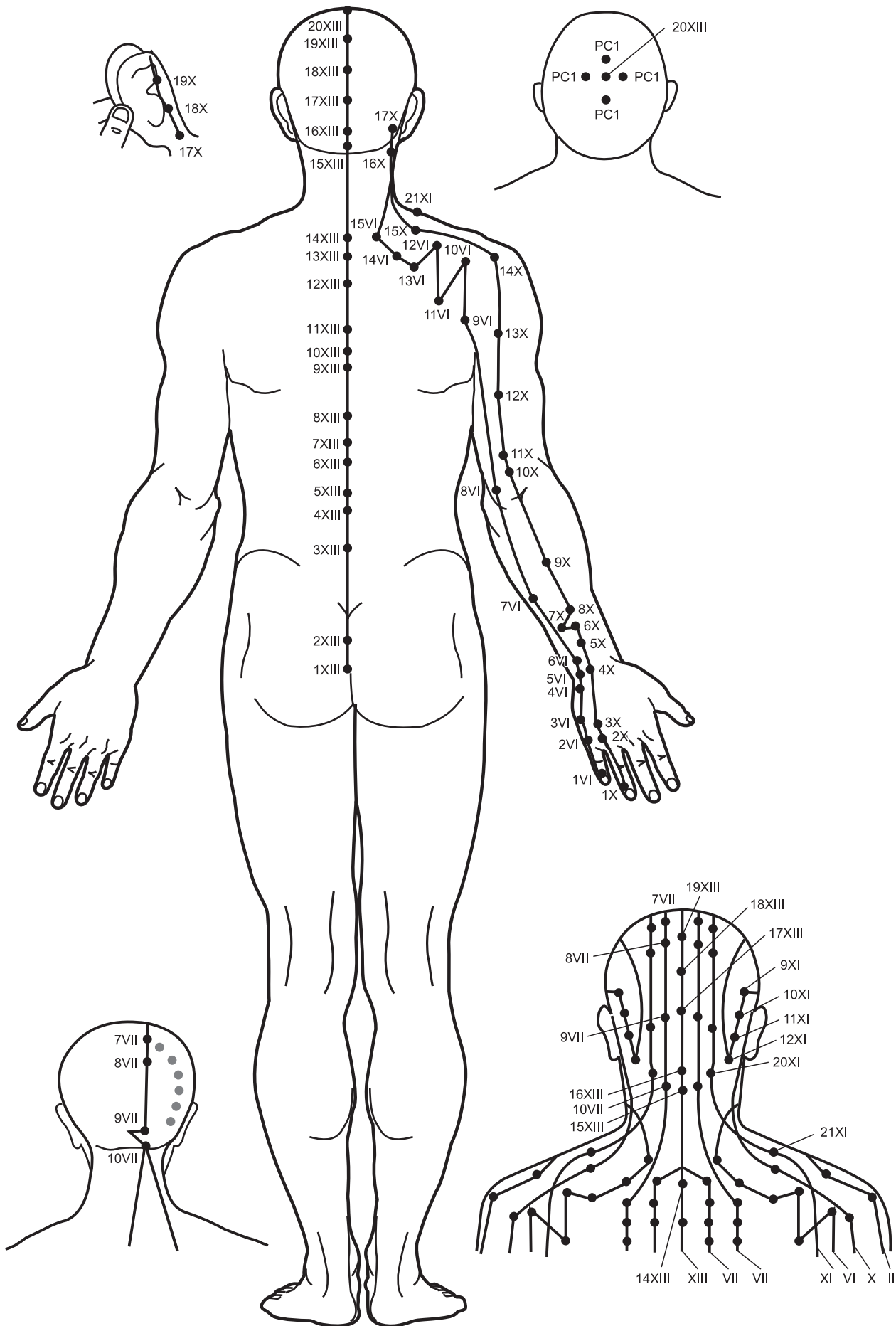


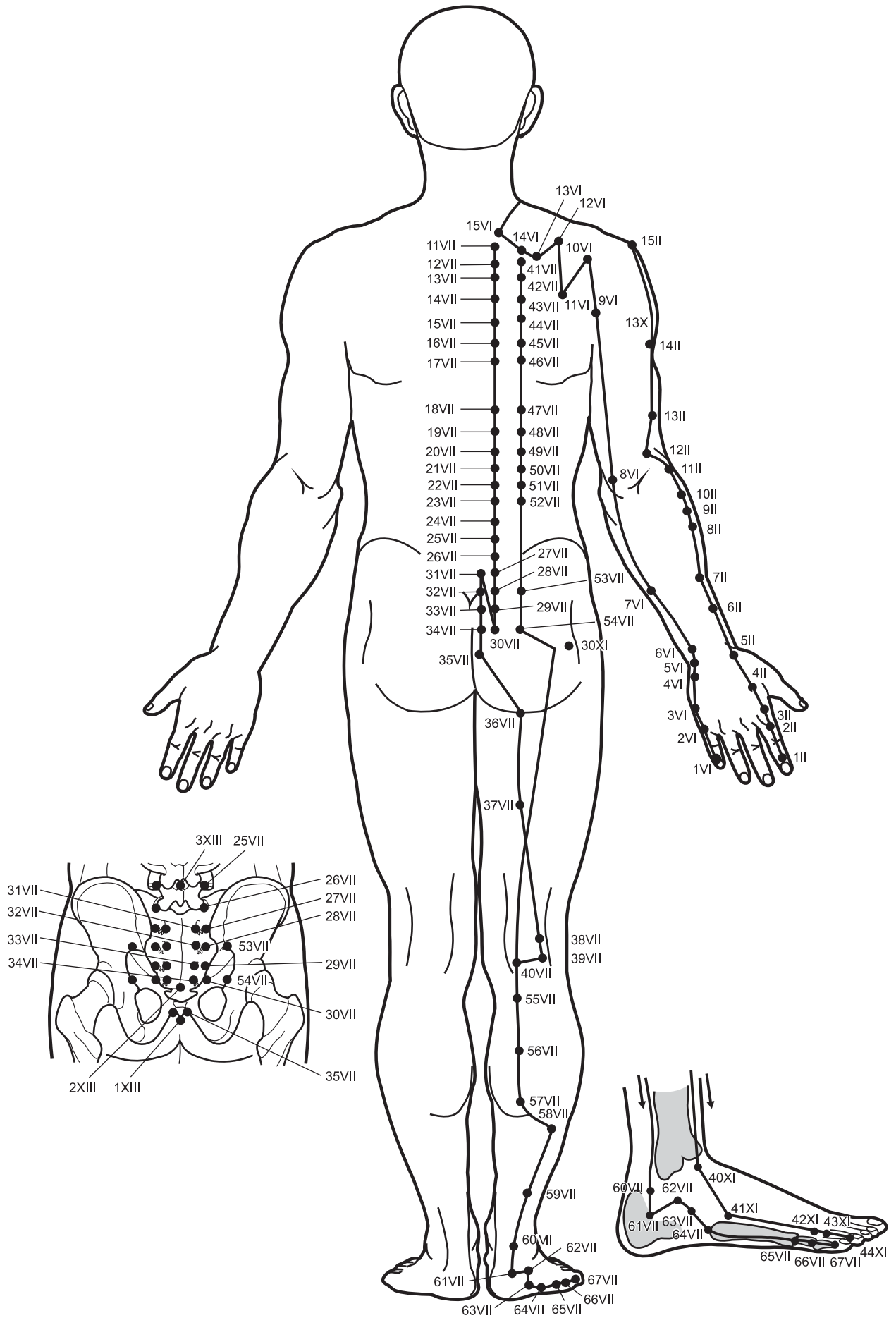


# Ход меридианов











## 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 невралгии, мастита и мастопатии у женщин; точки, ло-

кализованные 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.

Большим с хроническими заболеваниями, в том числе большим 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 риодаруку.

## 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 немеридианные 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 сягуань 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.

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-цюе, при болях в области лица и рта – 4II хэ-гу (Табеева Д. М., 2001).

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

## 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-цин** – 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-линь-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 «сосу-

дистого треугольника») – головная боль, вегето-сосудистая 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-сюй – 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

\* Рецепты даны по Джу Лянь (Д. М. Табеева, 2014).

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, 7V 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, «экзаксименационный 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. Shmidt 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-цзюе, 1VIII юн-цюань (седатировать). Дополнительно в рецепт включают точки 11II 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

глубину 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 гипертензии 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-цзэ 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-цзэ. 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 гун-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-цин.

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-ци, 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-ци.

**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 акупунктурных 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 тьянь-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 тьянь-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 тьянь-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 спазме 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, 27VII

шу-фу, 31VII шан-ляо; *второй вариант* – 7I ле-цзюе, 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). Иглокальвание 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 тьянь-цин, 40XI цю-сюй. 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 тьянь-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 первом 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 предосторожных 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 снаружи 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-цзин, 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-цзин (седатировать).

#### Точки скорой помощи

**Обморок** – 9I, 11I, 11II, 9V, 26XIII, 6XIV, 8XIV, 6X (обморок после родов).

**Потеря сознания** – 16XI, 20XIII.

**Кома** – 11I, 11II, 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-чжу, 62VII шэнь-май, 21XI цзянь-цзин, 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-крестцовый 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-чжу, 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 одновременно внутрикожно вводят тонкие иглы в точки на стороне поражения

с последующим легким прогреванием. В первую очередь тонизируют 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 шоу-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-цэ, 10II шоу-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 чуан-чжу, 10VII тянь-чжу, 22XIII син-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-цюе, 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-цюе, 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-цин (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-суй, 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).

## Лечение детей методами рефлексотерапии

### Лечение грудных детей и детей младшего возраста методом точечного массажа\*

Детям грудного возраста применяют массаж без сильного нажима. Как правило, в области массируемой точки появляется покраснение, иногда образуется волдырь. При выраженной реакции кожи на точечный массаж время воздействия на точку уменьшают. Лечение детей младшего возраста проводят, используя массаж средней силы. При лечении грудных детей время массажа составляет 10 с, при лечении детей младшего возраста – 15–20 с.

**Острый ринит** – 4II хэ-гу, 20II ин-сян, 2VII чуань-чжу, 10VII тянь-чжу, 22XIV син-хуэй. На точки воздействуют массажем в течение 10–20 с. Грудным детям делают слабый массаж, детям младшего возраста – массаж средней силы.

**Ангина** – 4II хэ-гу, 44III нэй-тин. Для достижения седативного действия применяют несколько более сильное воздействие на точки по сравнению с тем воздействием, которое обычно рекомендуют при лечении детей младшего возраста. Время воздействия – 20 с. При повышении температуры и при наличии налета и гнойных пробок на миндалинах применяется медикаментозное лечение.

**Заболевание носоглотки и органов дыхания, сопровождающееся повышением температуры** – 14XIII да-чжуй, 4II хэ-гу, 11II цюй-чи. Точка 11II цюй-чи обладает специфическим противолихорадочным действием. Этот рецепт рекомендуется маленьким детям, у которых после острого респираторного заболевания на протяжении долгого времени сохраняется повышенная температура, несмотря на проводимое им лечение традиционными или нетрадиционными методами. Время воздействия – 20 с. Интенсивность воздействия – достаточно сильная. Сначала массируют точку на спине 14XIII да-чжуй, затем – симметричные точки на руках. Количество сеансов – 2–3.

**Острый бронхит, сопровождающийся повышением температуры тела** – 4II хэ-гу, 44III нэй-тин, 5I чи-цзе, 9I тай-юань, 6IV сань-инь-цзяо. На первом сеансе применяют точку 5I чи-цзе, на втором и третьем сеансах – точку 9I тай-юань. Время воздействия – 20 с. Сила воздействия средняя.

**Острый бронхит, сопровождающийся насморком и обильной мокротой** – 14XIII да-чжуй, 4II хэ-гу, 7I ле-цюе, 40III фэн-лун, РСЗ инь-тан. Сочетание точек 14XIII да-чжуй и РСЗ инь-тан особенно эффективно при рецидивирующих и аллергических ринитах. Данный рецепт показан грудным детям и детям младшего возраста, которые болеют частыми простудными заболеваниями.

\* Акупунктурные рецепты в данном методическом пособии составлены с учетом рекомендаций Гермины Тенк (Австрия).

Время воздействия – 20–30 с. На точку 40III фэн-лун оказывают сильное воздействие, на остальные точки – воздействие средней силы. Начинают сеанс с воздействия на точку 14XIII да-чжуй, затем массируют точки в направлении сверху вниз. Два сеанса проводят подряд, третий сеанс – после перерыва в 2–4 дня.

**Астмоидный бронхит** – 14XIII да-чжуй, новая точка PN45 (с двух сторон), 4II хэ-гу, 11II цюй-чи, 36III цзу-сань-ли, 9I тай-юань, 7V шэнь-мэнь. Лечение начинают с воздействия на точки, которые снимают спазм бронхов. Наиболее быстрый эффект получают от применения точки 14XIII да-чжуй в сочетании с обеими новыми точками PN45 дин-чуань\*\*. На указанные точки воздействуют на всех сеансах. Применяют сочетание точек 4II хэ-гу или 11II цюй-чи с точками 36III цзу-сань-ли или 40III фэн-лун. Для седативного действия используют точку 7V шэнь-мэнь, чередуя воздействие на эту точку с воздействием на точку 6IX нэй-гуань. На точку 9I тай-юань не воздействуют до тех пор, пока не уйдет спазм бронхов. Эту точку рекомендуют на 1–2 последних сеансах. На точки 7V шэнь-мэнь и 6IX нэй-гуань оказывают сильную компрессию, на остальные точки – компрессию средней силы. Время воздействия – 20–30 с. Первые 2–3 сеанса проводят ежедневно, затем – через 1–2 дня или 2 раза в неделю. Общее количество сеансов – 4–6. Лечение методами рефлексотерапии проводится на фоне противоаллергической терапии. Если возникает обострение хронического бронхита, проводят антибактериальное лечение.

**Бронхиальная астма** – 36III цзу-сань-ли, 9I тай-юань, РСЗ инь-тан, 13VII фэй-шу (тонизировать), 5I чи-цзе, 4II хэ-гу, 11II цюй-чи, 40III фэн-лун, 43III сягуань (седатировать). Дополнительные точки: 14XIII да-чжуй, 43VII гао-хуан. Точку 14XIII да-чжуй применяют в одном сеансе с двумя точками PN45 дин-чуань. Воздействие на точку 43VII гао-хуан показано при обильном выделении мокроты. Точку 9I тай-юань применяют на заключительном сеансе. Точки седатируют, оказывая сильное давление в течение 20 с. Если необходимо оказать тонизирующее действие, на точки осуществляют давление средней силы в течение 10–15 с.

**Псевдокруп (ложный круп)**. Воздействуют на точки, используемые при астмоидном бронхите: 14XIII да-чжуй, новая точка PN45 (с двух сторон), 4II хэ-гу, 11II цюй-чи, 36III цзу-сань-ли, 9I тай-юань, 7V шэнь-мэнь. С целью лечения ларингита и трахеита дополнительно воздействуют на точки 4II хэ-гу и 44III нэй-тин. В качестве локальной точки применяют точку 22XIV тянь-ту. Противоаллергическое воздействие осуществляют, сочетая точки 4II хэ-гу (или 11II цюй-чи) и 36III цзу-сань-ли. Для повышения общей резистентности организма применяют точку 3VIII тай-си.

\*\* Точка PN45 дин-чуань расположена по обе стороны от точки 14XIII да-чжуй на расстоянии 0,5 цуней.

Эту точку рекомендуют при частых простудных заболеваниях. При возникновении первых симптомов заболевания мать ребенка может массировать точку 22XIV тянь-ту до приезда врача. В домашних условиях применяют также цуботерапию, воздействуя на 1–3 точки. Время воздействия – 20–30 с. Сила воздействия – умеренная. Первый и второй сеансы проводят подряд, последующие – через 1–2 дня. Курс лечения состоит из 3–5 сеансов. В холодное время года рекомендуют провести профилактический курс лечения, состоящий из 2–3 сеансов, которые проводят 2 раза в неделю.

**Коклюш** – 21XIV сюань-ци, 22XIV тянь-ту. На точки воздействуют методом сильного давления. Время воздействия – 20 с. При обильной мокроте рекомендуют массаж точки 40III фэн-лун в течение 20 с и точки 5I чи-цзе в течение 10 с. На точку 40III фэн-лун оказывают сильное воздействие, на точку 5I чи-цзе – воздействие средней силы.

**Рвота у грудных детей** – 6IX нэй-гуань, 36III цзу-сань-ли, 6IV сань-инь-цзяо. Причиной возникновения этого заболевания часто является заглатывание ребенком воздуха во время кормления. На точки воздействуют легкими вибрирующими движениями, не меняя места в течение 10–20 с. Проводят 1–2 сеанса.

**Энурез** – 4XIV гуань-юань, 6IV сань-инь-цзяо. Проводят точечный массаж со средней силой воздействия в течение 30 с. Сеансы проводят 2 раза в неделю, на курс лечения – 5–10 сеансов. Эффективно лечение по методу су джок, при котором воздействуют на точку, расположенную на середине складки пястно-фалангового сустава мизинца с ладонной стороны. Это – проекция мочевого пузыря «по системе соответствия насекомому». На ногу воздействуют на складку мизинца со стороны подошвы. Осуществляют сильное давление в течение 30 с. Курс лечения составляют 10 ежедневных процедур. Всего проводят 3 курса, промежуток между курсами – одна неделя.

**Метеоризм у грудных детей** – 6IV сань-инь-цзяо. Время воздействия – 10–20 с. На точку оказывают легкое надавливание. Проводят 1–2 сеанса. Второй сеанс проводят после однодневного перерыва. Воздействуют сначала на точку левой ноги, затем на точку правой ноги или производят массаж обеих точек одновременно.

**Гастроэнтерит** – 11III цюй-чи, 25III тянь-шу, 36III цзу-сань-ли, 6IV сань-инь-цзяо. При возникновении болей спазматического характера и при поносе дополнительно рекомендуют точки 8XIV шэнь-цзюе, 5XIV ши-мэнь, 10XIV ся-вань. Время воздействия – 20 с. На точки 11III цюй-чи и 36III цзу-сань-ли воздействуют сильным повторным давлением, при воздействии на остальные точки силу давления уменьшают. Проводят два сеанса подряд, затем – еще один сеанс через 1–2 дня. Если причиной гастроэнтерита являлось попадание инфекции с пищей, иногда требуется проведение фармакологической терапии.

**Энтероколит** – 4II хэ-гу, 25III тянь-шу, 36III цзу-сань-ли, 37III шан-цзюй-суй, 4IV гунь-сунь, 6IV сань-инь-цзяо, 6XIV ци-хай. *Первый сеанс* – 4II хэ-гу, 36III цзу-сань-ли, 6IV сань-инь-цзяо. *Второй сеанс* – 25III тянь-шу, 37III шан-цзюй-суй. Дополнительно воздействуют на точку 4IV гунь-сунь при поносе или на точку 6IV сань-инь-цзяо, если понос чередуется с запорами.

Для оказания тонизирующего действия применяют точку 6XIV ци-хай. *Третий сеанс* – 25III тянь-шу, 36III цзу-сань-ли, 6IV сань-инь-цзяо. Перерыв между сеансами составляет 2 дня. Время воздействия – 20 с. Массаж осуществляют легким воздействием на точки.

**Запор у детей грудного возраста** – 6IV сань-инь-цзяо. Время воздействия – 10–20 с. Воздействие осуществляют через два дня или 2 раза в неделю. Количество сеансов 1–3.

**Нарушение сна** – 7V шэнь-мэнь, 3XII тай-чун. Если ребенок здоров, но часто просыпается ночью, плачет и не дает спать домашним, нормализовать сон можно проведением одного сеанса, во время которого оказывают сильное давление на точку 3XII тай-чун в течение 20 с. Иногда требуется провести 2–3 сеанса. При расстройстве засыпания, вызванного состоянием перевозбуждения ребенка, рекомендуют воздействовать на точку 7V шэнь-мэнь методом сильного давления в течение 10–20 с. Если ребенок по времени мало спит и вследствие этого бывает капризным, применяют сочетание точек 7V шэнь-мэнь и 3XII тай-чун. Положительный эффект при воздействии на точку 3XII тай-чун обусловлен усилением образования серотонина, который оказывает седативное действие на центральную нервную систему. Осуществляют сильное давление на точки в течение 20 с. Часто эффект наступает после одного сеанса.

Сочетание указанных точек используют также при лечении детей с повышенной возбудимостью и детей, подверженных ночным страхам.

**Повышенная возбудимость, ночные страхи** – 7V шэнь-мэнь в сочетании с точкой 3XII тай-чун. Точечный массаж делают в течение 30 с, сила воздействия умеренная.

**Нервный тик мышц в области рта у новорожденных** – 6III цзя-чэ. Тик мышц в этой области обусловлен нарушением в проходящем на лице меридиане желудка, осуществляют легкий массаж точки 6III цзя-чэ, расположенной в углу нижней челюсти. Время воздействия – 30 с. Часто эффект наступает после двух сеансов.

**Синдром лабильности (слабости) нервной системы** – точка 6IX нэй-гуань с двух сторон или сочетание этой точки с точкой 7V шэнь-мэнь. Вариантом выбора является воздействие на точку 3XII тай-чун, особенно в том случае, когда у ребенка нарушен сон или он по какой-то причине долго не может заснуть. При состоянии перевозбуждения хороший эффект получают от точечного массажа двух точек 15VII синь-шу. Детям младшего возраста можно проводить поверхностное иглокальвание многоигльчатым молоточком. Воздействуют на область между лопатками, область надплечий и внутренней поверхности предплечий и голеней. Сила воздействия слабая или средняя.

**Заикание** – 23XIV лянь-цюань, 24XIV чэн-цзянь (локальные точки), 4II хэ-гу, 36III цзу-сань-ли, 3XII тай-чун, 20XI фэн-чи, 11XIII шэнь-дао, 14XIII да-чжуй, 15XIII я-мэнь (отдаленные точки). Время воздействия – 30 с, используют умеренную силу воздействия. Лечение проводят 2 раза в неделю. Количество сеансов – 10. Проводят 3 курса лечения с перерывом в 10–14 дней. После третьего курса делают длительный перерыв. Лечение рассчитано на полтора-два года.

## Лечение методами точечного массажа и иглоукалывания детей среднего и старшего возраста

**Острый ринит** – 4II хэ-гу, 20II ин-сян, 2VII чуань-чжу, 10VII тянь-чжу, 22XIV син-хуэй (седатировать иглой или точечным массажем), 12VII фэн-мэнь (прижигать). При хроническом рините к перечисленным точкам добавляют точки 7I ле-цюе, 3VIII тай-си, которые тонизируют.

**Аллергический насморк** – 4II хэ-гу (или 11II цюй-чи), 36III цзу-сань-ли, 20II ин-сян, 14XIII да-чжуй, 5I чи-цзе. На точки 14XIII да-чжуй и 5I чи-цзе рекомендуют воздействовать в одном сеансе. Точку 5I чи-цзе чередуют с точкой 11II цюй-чи. Лечение проводят 2 раза в неделю. Курс лечения составляет 3–4 сеанса. Если одновременно возникают симптомы конъюнктивита, воздействуют на точку 3XII тай-чун. Через год перед началом цветения трав лечение повторяют.

**Бронхиальная астма** – 36III цзу-сань-ли, 9I тай-юань, РСЗ инь-тан, 13VII фэй-шу (тонизировать), 5I чи-цзе, 4II хэ-гу, 11II цюй-чи, 40III фэн-лун, 43III ся-гуань (седатировать). Для оказания противоаллергического действия применяют точку 14XIII да-чжуй в одном сеансе с двумя точками PN45 дин-чуань. Если бронхиальная астма протекает на фоне хронического бронхита, дополнительно воздействуют методом точечного массажа на точку 43VII гао-хуан. Воздействие на эту точку показано при обильном выделении мокроты. Детям с лабильной нервной системой в некоторых случаях требуется назначение точек 7V шэнь-мэнь и 6IX нэй-гуань. На заключительном сеансе применяют тонизирующую точку меридиана легких 9I тай-юань.

Во время обострения заболевания сеансы проводят ежедневно, используя следующую схему: *первый сеанс* – 14XIII да-чжуй, PN45 дин-чуань, 36III цзу-сань-ли; *второй сеанс* – 14XIII да-чжуй, PN45 дин-чуань, 40III фэн-лун; *третий сеанс* – 14XIII да-чжуй, PN45 дин-чуань, 40III фэн-лун, 13VII фэй-шу; *четвертый сеанс* – 14XIII да-чжуй, PN45 дин-чуань, 40III фэн-лун, 9I тай-юань. После четырех сеансов делают перерыв в один-два дня, затем сеансы повторяют в той же последовательности. Через год перед началом цветения трав и деревьев проводят повторное лечение (рекомендация Н. Тенк).

Для купирования астматического приступа Г. Лувсан рекомендует следующие точки: 1II шан-ян и 11I шао-шан (до капля крови); 9III жэнь-ин (иглу вводят на 30 с); 12XIV чжун-вань, 14XIV цзюй-цюе, 22XIV тянь-ту (иглы вводят на 5 мин); 10VII тянь-чжу, 20XI фэн-чи, 21XI цзянь-цзин (седатировать). Эффективно поверхностное иглоукалывание пучковой иглой боковых поверхностей шеи, области плеч и верхней части спины до появления гиперемии кожи.

**Гастроэнтерит** – 11II цюй-чи, 25III тянь-шу, 36III цзу-сань-ли, 6IV сань-инь-цзяо, 8XIV шэнь-цюе, 5XIV ши-мэнь, 10XIV ся-вань. Время воздействия на первом сеансе – 10 мин. Через 5 мин оказывают повторное мягкое раздражение точек. Время воздействия на втором и третьем сеансах – 15 мин. Третий сеанс проводят через 2 дня, воздействуют на точки 25III тянь-шу, 36III цзу-сань-ли, 6IV сань-инь-цзяо.

**Энтерит.** Применяют те же точки, что и при гастроэнтерите. Дополнительно воздействуют на точки 14XIII да-чжуй, 4II хэ-гу, 6IX нэй-гуань, 7V шэнь-мэнь, 4XIV гуань-юань. Если при приведенном сочетании точек восстановление функции желудочно-кишечного тракта является неполным, воздействуют на точки 37III шан-цзюй-суй и 6IV сань-инь-цзяо.

Примерная схема лечения при энтероколите, при котором у ребенка наблюдаются высокая температура и рвота: *первый сеанс* – 6IX нэй-гуань, 25III тянь-ши, 11II цюй-чи, 36III цзу-сань-ли; *второй сеанс* – 6IV нэй-гуань, 25III тянь-ши, 36III цзу-сань-ли; *третий сеанс* – 25III тянь-ши, 36III цзу-сань-ли, 6IV сань-инь-цзяо. Время воздействия на первом сеансе – 10 мин, на втором сеансе – 15 мин, на третьем сеансе – 20 мин. Во время сеанса осуществляют повторное умеренное раздражение точки (рекомендация Н. Тенк).

**Частая рвота** – 36III цзу-сань-ли, 6IV нэй-гуань, 6IV сань-инь-цзяо. На первом сеансе применяют все три точки, затем – только точки 6IX нэй-гуань и 36III цзу-сань-ли. Время воздействия на первом сеансе – 10 мин, на втором – 15 мин, на третьем – 20 мин. Во время сеанса проводят дополнительное небольшое вращение иглы с целью достижения тонизирующего эффекта. У детей младшего возраста терапевтический эффект возникает при массаже указанных точек в течение 30 с.

**Хронический колит** – 6IV нэй-гуань, 11II цюй-чи, 36III цзу-сань-ли, 25III тянь-ши, 37III шан-цзюй-суй, 6IV сань-инь-цзяо, 6XIV ци-хай. При необходимости воздействовать на центральную нервную систему применяют точку 7V шэнь-мэнь. Лечение проводят как в остром периоде, так и во время ремиссии с целью предотвращения обострений. Время воздействия – 10–15 мин. Во время одного сеанса применяют 3–5 точек. При симптомах, характерных для инь-заболевания, на точки осуществляют повторное слабое воздействие с небольшим радиусом вращения иглы, при ян-заболевании повторное раздражение точки должно быть сильным, угол вращения иглы – большой. При инь-заболевании рекомендуют сочетание точек 6XIV ци-хай и 36III цзу-сань-ли. Это сочетание точек используют также с целью предотвращения обострения заболевания. На курс лечения – 3–5 сеансов. После промежутка в 2–3 недели лечение повторяют.

**Запор** – 4II хэ-гу, 36III цзу-сань-ли, 6IV сань-инь-цзяо. Время воздействия – 10 мин. Иногда для лечения запора достаточно провести один сеанс. При хроническом запоре проводят 3–4 сеанса, время воздействия увеличивают до 15–20 мин. Иглы вводят вертикально с двух сторон. Если при введении игл возникают сильные предусмотренные ощущения, дополнительное манипулирование иглами не производят. Если это лечение не принесло успеха, применяют следующее сочетание точек: 6X чжи-гоу, 15IV да-хэн, 6IV сань-инь-цзяо. Время воздействия – 15–20 мин. Количество сеансов – 2–3. Во время сеанса проводят дополнительное слабое раздражение точек. При остром запоре часто помогает легкий массаж точки 6IV сань-инь-цзяо в течение 20–30 с.

**Анорексия** – 7V шэнь-мэнь, 6IX нэй-гуань, 6IV сань-инь-цзяо, 3XII тай-чун, 6XIV ци-хай (тонизировать). На точки 7V шэнь-мэнь и 6IX нэй-гуань воздействуют в одном сеансе. Применяют перекрестную

методику, например, на точку 7V шэнь-мэнь воздействуют справа, на точку 6IX нэй-гуань – слева, на следующем сеансе месторасположение точек меняют. Выбор точек обусловлен тем, что причиной заболевания наиболее часто является недостаток энергии в меридиане желудка или в меридиане селезенки – поджелудочной железы. Отсутствие аппетита чаще наблюдается у детей старше 3 лет.

Воздействие на точку 3XII тай-чун осуществляют на втором – третьем сеансе вместо точки 6IV сань-инь-цзяо. Точка 3XII тай-чун влияет как на состояние центральной нервной системы, так и на функцию органов пищеварения.

Дополнительно осуществляют тонизирующий линейный массаж, который осуществляют следующим образом. Большим и указательным пальцами захватывают складки кожи с двух сторон от позвоночника, последовательно перемещают их в направлении сверху вниз вдоль первой боковой линии спины, которая находится на середине расстояния между позвоночником и внутренним краем лопатки. Такой линейный массаж оказывает общетонизирующее действие не только на желудочно-кишечный тракт, но и на сердечно-легочную систему. Курс составляет 4–5 сеансов.

**Энурез** – 4XIV гуань-юань, 36III цзу-сань-ли, 3XII тай-чун. Указанный рецепт показан детям с лабильной нервной системой и симптомами инь-заболевания. Седативный эффект достигается применением точки 3XII тай-чун. Для лечения детей среднего возраста, как правило, используют иглоукалывание. Этот метод лечения является для них более эффективным, чем точечный массаж. В начале лечения рекомендуют выше перечисленные точки, если они не дают эффекта точки акупунктуры меняют. Время воздействия на первом сеансе – 10 мин, на последующих сеансах – 20 мин. Лечение проводят 2–3 раза в неделю. Количество сеансов – 4–5. Н. Тенк считает, нецелесообразным применять более частые сеансы, чем 2–3 раза в неделю, или использовать большее число точек.

При выборе точек акупунктуры учитывают время, когда у ребенка возникает непроизвольное мочеиспускание.

Если ребенок мочится около полуночи, это может быть связано с беспокойным сном или со сном, сопровождающимся обильными сновидениями. В этом случае рекомендуют точки 7V шэнь-мэнь, 3XII тай-чун, 4XIV гуань-юань, 3VIII тай-си. Сочетание точек 7V шэнь-мэнь и 3XII тай-чун дает хороший седативный эффект, точка 3VIII тай-си улучшает функцию почек.

Если ребенок спит глубоким сном, и до него нельзя пробудиться, применяют сочетание точек 7V шэнь-мэнь и 6IX нэй-гуань. При таком сочетании точек ребенок легче просыпается, встает, чтобы помочиться, и затем быстро засыпает.

Курс лечения – 10–12 процедур. Через 1–2 недели лечение повторяют, повторный курс лечения составляет также 10–12 процедур. При необходимости проводят третий курс, после которого делают длительный перерыв.

Если ребенок мочится во сне после полуночи или незадолго до пробуждения, проводят лечение, используя следующие точки: 9I тай-юань (оказывает тонизирующее действие), 4XIV гуань-юань, 6IV сань-инь-цзяо, 36III цзу-сань-ли. Воздействие на точку 36III

цзу-сань-ли можно чередовать с воздействием на точку 9IV инь-лин-цюань, которая усиливает действие точки 6IV сань-инь-цзяо.

При отсутствии эффекта от проводимого лечения применяют точки 23VII шэнь-шу и 28VII пан-гуань-шу. В одном сеансе воздействуют сначала на эти точки, затем на точки 3XIV чжун-ци и 25XI цзин-мэнь. Время воздействия на каждую пару точек составляет 10 мин. Используют также акупунктурный рецепт, в который входят точки 3XIV чжун-ци и 3VIII тай-си.

Китайские врачи дополнительно используют точку меридиана мочевого пузыря 1VII цин-мин и точку заднесрединного меридиана 20XIII бай-хуэй. В точку 1VII цин-мин иглоукалывание осуществляют осторожно на глубину 0,2–0,5 см. Чтобы не вызвать кровотечения при удалении иглы, оказывают сильное давление на мягкие ткани около глаза.

Иногда после перерыва в несколько месяцев или годового перерыва у ребенка снова возникает ночное недержание мочи. Чаще причиной является нарушение психики в виде депрессии или появления чувства страха. Оказывают седативное действие, назначая сочетание точек 7V шэнь-мэнь и 6IX нэй-гуань. Как правило, применяют перекрестную локализацию точек: на одну точку воздействуют с одной, на вторую – с другой стороны. На следующем сеансе точки меняют местами. Дополнительными точками являются точки 36III цзу-сань-ли, 3XII тай-чун, 4XIV гуань-юань.

Одной из причин появления прежних симптомов может быть страх перед посещением школы, если есть трудности с учебой. Часто в этом случае помогает воздействие на точку 36III цзу-сань-ли. Время воздействия – 10–20 мин, количество процедур – 2–3. Такое лечение устраняет страх, улучшает сон, благоприятно действует на общее состояние ребенка.

**Поллакиурия.** Для лечения применяют точки, которые рекомендуют при недержании мочи. Точки седатируют. Частые позывы на мочеиспускание у детей, как правило, связаны с циститом или уретритом.

**Фобии** – 36III цзу-сань-ли. Данная точка применяется при лечении разных форм фобии (ребенок боится темноты, открытого или, наоборот, замкнутого пространства, боится оставаться дома один и др.). Время воздействия – 15–20 мин. Обычно улучшение возникает после 2–3 сеансов.

Если этот метод лечения не помогает, используют следующие точки: 7V шэнь-мэнь, 6IX нэй-гуань, 36III цзу-сань-ли, 3XII тай-чун, 6IV сань-инь-цзяо. Для получения эффекта от лечения обычно достаточно провести 3–4 сеанса. При обострении заболевания помогает однократный сеанс, во время которого воздействуют на точку 36III цзу-сань-ли.

Робким, застенчивым детям, у которых есть проблемы при общении со своими сверстниками и преобладают симптомы инь, рекомендуют сочетание точек 4II хэ-гу, 36III цзу-сань-ли, 6IV сань-инь-цзяо. Время воздействия – 10–20 мин.

Одним из распространенных видов фобии является состояние волнения и страха перед экзаменом. Рекомендуют точечный массаж точки 7V шэнь-мэнь в течение 30 с.

**Писчий спазм** – 4II хэ-гу, 36III цзу-сань-ли, 6IV сань-инь-цзяо, 3XII тай-чун. Сочетание этих точек оказывает общетонизирующее действие на организм

и способствует уравниванию тока энергии в меридианах. Использование данного акупунктурного рецепта является более эффективным по сравнению воздействием на локальные точки.

Древневосточная медицина определяет писчий спазм как синдром пустоты меридиана легких и синдром полноты меридиана толстой кишки. Поэтому для лечения рекомендуют тонизировать меридиан легких и седатировать меридиан толстой кишки. Воздействуют на сочувственную точку меридиана легких 13VII фэй-шу и на точки меридиана толстой кишки, болезненные при пальпации.

**Заикание** – 23XIV лян-цюань, 24XIV чэн-цзянь (локальные точки), 4II хэ-гу, 36III цзу-сань-ли, 3XII тай-чун, 20XI фэн-чи, 11XIII шэнь-дао, 14XIII да-чжуй, 15XIII я-мэнь (отдаленные точки). Время воздействия – 10–15 мин, используют умеренную силу воздействия. Лечение проводят 2 раза в неделю. Количество сеансов – 10. Проводят 3 курса лечения с перерывом в 10–14 дней. После третьего курса делают длительный перерыв. Лечение рассчитано на полтора–два года.

**Снижение слуха** – 17X и-фэн, 21X эр-мэнь, 2XI тин-хуэй, 19VI тин-гун (локальные точки), 3X чжун-чжу (чередуют с точкой 5X вай-гуань), 41XI цзу-линь-ци (чередуют с точкой 43XI ся-си), 3XII тай-си (отдаленные точки). Иглокальвание осуществляют также в зону головы с обеих сторон. Зона находится на расстоянии 1,5 см вверх от верхушки уха, расположение иглы горизонтальное.

Во время сеанса воздействуют на 1–2 локальные точки и пару отдаленных точек. Применяют следующее сочетание отдаленных точек: 3X чжун-чжу и 43XI ся-си или 5X вай-гуань и 41XI цзу-линь-ци. Время воздействия – 10–15 мин. Сеансы проводят через день или 2 раза в неделю. На курс – 10 процедур. Через 2–3 недели лечение повторяют. После третьего курса делают длительный перерыв. Всего на лечение может потребоваться 3–6 курсов.

**Острый конъюнктивит** – 3XII тай-чун, 1XI тун-цзы-ляо, 2VII цуань-чжу, РС9 тай-ян. При воспалении слизистой оболочки любой этиологии сначала седатируют отдаленную точку меридиана печени 3XII тай-чун. Затем на точки, расположенные около глаза (1XI тун-цзы-ляо, 2VII цуань-чжу, РС9 тай-ян), воздействуют иглами в течение 10–15 мин, на точку 1VII цин-мин – методом легкой вибрации в течение 10–20 с. Для усиления действия точек, расположенных на лице, применяют точку 4II хэ-гу. При хроническом конъюнктивите тонизируют отдаленные точки меридиана печени 2XII син-цзянь и 8XII цюй-цюань.

**Близорукость** – локальные точки 1XI ту-цзы-ляо, 1III чэн-ци, 1VII цин-мин, 23X сы-чжу-кун (тонизировать), отдаленные точки 3VIII тай-си, 4VIII да-чжун, 3XII тай-чун. Г. Лувсан рекомендует также седатировать иглами точки 45III ли-дуй, 44XI цзу-сяо-инь, 67VII чжи-инь, которые являются последними точками меридианов, начинающихся в области глаз. Эффективен акупунктурный рецепт: 6VII чэн-гуань, 20XI фэн-чи, 6IX нэй-гуань, 14XIII да-чжуй. На указанные точки можно воздействовать электростимуляцией. Применением точечного массажа, который после предварительного инструктажа, проведенного врачом, может проводить мама, есть возможность улучшить зрение ребёнка.

**Косоглазие** – 4II хэ-гу, РС3 инь-тан, РС9 тай-ян, 1VII цин-мин, 2III сы-бай, 20XI фэн-чи, 14XI ян-бай. Точку 1VII цин-мин массируют методом легкой вибрации. На точку 4II хэ-гу рекомендуют воздействовать иглой. Остальные точки массируют легкими круговыми движениями в течение 20–30 с или воздействуют иглами в течение 10 мин. Методика воздействия на точки – тонизирующая.

**Головная боль.** Лечение проводят на фоне медикаментозной терапии с учетом причины, вызывающей головную боль. Иглокальвание осуществляют как в локальные, так и в дистальные точки меридианов, проходящих через область, где локализуется боль.

**Головная боль в области лба** – РС3 инь-тан и две точки РС9 тай-ян. Точку РС3 инь-тан можно применять в сочетании с точкой 4II хэ-гу.

**Головная боль в височной области** – две точки 14XI ян-бай (или две точки 8XI шуай-гу) и две точки РС9 тай-ян сочетают с отдаленной точкой меридиана желчного пузыря 41XI цзу-линь-ци. Используют также сочетание точек 8III тоу-вэй и 41III цзе-си.

**Головная боль в области темени** – точку РС9 тай-ян применяют в сочетании с точками 5X вай-гуань и 41XI цзу-линь-ци.

**Головная боль в области макушки** – точку 20XIII бай-хуэй (локальная точка), сочетают с точкой 3XII тай-чун (отдаленная точка). Использование последней точки объясняется тем, что внутренний ход меридиана печени имеет ответвление, которое заканчивается в точке 20VIII бай-хуэй.

**Головная боль в области затылка** – 10VII тянь-чжу, 20XI фэн-чи, 60VII кунь-лунь. Дополнительно можно воздействовать на отдаленную точку на руке 3VI хоу-си.

**Головная боль, возникшая на фоне простудного заболевания,** – 7I ле-цюе.

**При головной боли у пациентов с лабильной нервной системой** дополнительно воздействуют на точку 6IX нэй-гуань с двух сторон.

Время воздействия на первом сеансе составляет 10 мин, на последующих сеансах – 15 мин. Лечение проводят 2 раза в неделю. Для получения лечебного эффекта обычно достаточно провести 2–3 сеанса. Лечение проводят на фоне медикаментозной терапии с учетом причины, вызывающей головную боль.

Для лечения головной боли можно проводить точечный массаж, используя те же точки.

**Зубная боль** – 7III ся-гуань, 44III нэй-тин, 3VIII тай-си (зубы верхней челюсти), 4II хэ-гу, 6III цзя-чэ, 3VIII тай-си (зубы нижней челюсти). При зубной боли, вызванной кариесом зубов, иглокальвание применяют с целью снятия боли с последующим лечением кариеса. При хирургическом вмешательстве (удаление молочного зуба, вскрытие абсцесса) иглокальвание или точечный массаж может заменить анестезию фармакологическими препаратами. Точки седатируют, иглы оставляют в тканях на 20 мин, оказывая сильную стимуляцию в течение первых 5 мин. Хороший эффект дает массаж с сильным давлением на точку 4II хэ-гу.

**Аллергический дерматит (крапивница)** – 11II цюй-чи, 10IV сюе-хай, 36III цзу-сань-ли. Перечисленные точки применяют с целью уменьшения кожного зуда. Время воздействия – 20 мин. Для усиления седа-

тивного эффекта осуществляют дополнительное раздражение точек иглой. Как правило, данный акупунктурный рецепт дает быстрый эффект. При сильном зуде добавляют воздействие на точку 20XI фэн-чи. Вместо иглоукалывания можно применить точечный массаж перечисленных точек. Одним из вариантов лечения является массаж точек 6IV сань-инь-цзяо и 9IV инь-лин-цюань до появления достаточно выраженной гиперемии.

При возникновении отека кожи после укуса насекомыми применяют локальные точки. Например, для снятия отека кожи в области ступни проводят иглоукалывание или массаж точек 6IV сань-инь-цзяо и 9IV инь-лин-цюань.

**Нейродермит.** Рекомендуют воздействие многоигольчатым молоточком в области зуда (до появления капель крови). Используют также лазеротерапию.

Вариантом выбора является методика, разработанная Н. Н. Шинаевым. Лечение проводят в два этапа. На первом этапе проводят общеукрепляющее воздействие с целью снятия невротического компонента заболевания. На втором этапе применяют локальные точки в сочетании с точками, оказывающими общее действие на организм. Время воздействия иглами – 15–20 мин, процедуры проводят ежедневно или через день, на курс – до 8–10 процедур. Весной и осенью проводят профилактические курсы.

**Экзема** – 4II хэ-гу, 11II цюй-чи, 5I чи-цзе, 36III цзу-сань-ли (экзема в области верхних конечностей), 4II хэ-гу, 36III цзу-сань-ли, 6IV сань-инь-цзяо, 31XI фэн-ши (экзема в области нижних конечностей). Применяют седативный метод воздействия. Можно использовать также рекомендации Н. Н. Шинаева, которые даны выше.

**Неврит лицевого нерва.** Используют локальные точки, выбор которых определяется областью пареза лицевых мышц, и отдаленные точки. На локальные точки воздействуют со стороны поражения. Из отдаленных точек применяют точки 4II хэ-гу и 36III цзу-сань-ли или точки 4II хэ-гу и 44III нэй-тин. На отдаленные точки воздействуют со здоровой стороны или с обеих сторон.

Заболевание лечат методом иглоукалывания или иглоукалывание сочетают с традиционными методами лечения. Учитывают давность заболевания, при этом чем раньше было начато лечение, тем быстрее возникает лечебный эффект и требуется меньшее количество сеансов.

*Парез мышц в области лба и глаз* – РС3 инь-тан, РС9 тай-ян, 2VII цуань-чжу, 14XI ян-бай, 18VI цюань-ляо, 2III сы-бай.

*Парез мышц в области носогубной складки и верхней губы* – 26XIII жэнь-чжун, 20II ин-сян, 7III сягуань.

*Парез мышц в области нижней губы* – 24XIV чэн-цзянь, 4III ди-цан, 6III цзя-чэ, 17X и-фэн.

Время воздействия на первых двух сеансах составляет 10 мин, затем время воздействия увеличивают до 20 мин. Процедуры проводят через день или 2 раза в неделю. На курс – до 10 процедур. Во время сеанса осуществляют повторное слабое и непродолжительное раздражение точек.

**Нервный тик мышц лица.** Применяют те же локальные и отдаленные точки, которые рекомендуют

при парезе мышц лица. Воздействуют методом точечного массажа или иглоукалыванием, точки седатируют.

**Невралгия тройничного нерва.** Чаще это заболевание встречается у подростков, оно характеризуется появлением сильных приступообразных болей, локализация которых зависит от того, какая ветвь тройничного нерва поражена. Для лечения используют местные и отдаленные точки. Из отдаленных точек рекомендуют одну из пар точек следующих меридианов: или 4II хэ-гу и 44III нэй-тин, или 5X вай-гуань и 41XI цзу-лин-ци. Указанные пары точек применяют поочередно. В качестве локальных точек используют точки, рекомендуемые при лицевых парезах. Время воздействия первых двух сеансов – 10 мин, затем время увеличивают до 20 мин. Повторного раздражения точек во время сеанса не производят. Если боль локализуется в одной точке, проводят иглоукалывание в симметричную точку на противоположной стороне. На отдаленные точки воздействуют на здоровой стороне или с двух сторон.

**Нейроциркуляторная дистония** – 4II хэ-гу, 36III цзу-сань-ли. Сочетание этих точек, как правило, дает хороший эффект. Процедуры проводят через день или 2 раза в неделю. Всего 5–6 процедур. Дополнительно можно добавить точку 14XIII да-чжуй как точку, соединяющую 6 янских меридианов, и точку 20XIII бай-хуэй. При головных болях применяют РС9 тай-ян или РС3 инь-тан в сочетании с обеими точками 4II хэ-гу, при необходимости воздействовать на центральную нервную систему – точки 7V шэнь-мэнь и 6IX нэй-гуань. При плохом аппетите используют точки, рекомендованные при анорексии.

## Лечение детей с задержкой в развитии

Частой патологией у детей являются **спастические параличи (гемиплегия и тетраплегия)**. При повышении тонуса мышц как рук, так и ног применяют точку 3XII тай-чун. Точка 3XII тай-чун является основной при лечении спастических параличей. Эта точка снижает содержание серотонина, содержание которого повышается при спастических параличах.

И при иглоукалывании, и при массаже воздействие на точки осуществляют в направлении сверху вниз.

Ослабленным детям в начале курса рекомендуют акупунктурный рецепт, в который входят точки 20XIII бай-хуэй, 6XIV ци-хай, 36III цзу-сань-ли, 35III ду-би. В последующем в зависимости от симптомов заболевания используют точки на руках и (или) на ногах, которые даны ниже, воздействуют на них с одной стороны (гемиплегия) или с двух сторон (тетраплегия). Локальные точки применяют в сочетании с точками общего действия. Грудным и маленьким детям делают массаж точек в течение 30 с. При лечении детей среднего и старшего возраста проводят иглоукалывание. Время воздействия – от 10 до 20 мин. Как правило, осуществляют дополнительное слабое или средней силы раздражение точек. При длительности сеанса 15–20 мин дополнительное раздражение проводят через каждые 5 мин.

**Спастический двусторонний паралич рук** – 4II хэ-гу, 11II цюй-чи, 3XII тай-чун, 14XIII да-чжуй. Если



ребенок плохо держит голову и у него есть ограничения при движениях в плечевых суставах, сначала воздействуют иглой на точку 14XIII да-чжуй, затем вводят иглы в точки рук.

**Спастический двусторонний паралич ног** – 36III цзу-сань-ли, 3XII тай-чун. Сочетание этих точек применяют на первых двух–трех сеансах, воздействуя на точки с двух сторон. Затем воздействие на эти две точки чередуют с воздействием на три точки (36III цзу-сань-ли, 3XII тай-чун, 34XI ян-лин-цюань). После удаления игл рекомендуют оставить иглу в точке 3XII тай-чун на несколько минут, это усилит спазмолитический эффект от сеанса. Воздействуют также на точки 31VII шан-ляо, 32VII чжун-ляо, 40VII вэй-чжун, 60VII кунь-лунь.

При параличах мышц передней поверхности ног используют точки 36III цзу-сань-ли, 6IV сан-инь-цзяо, 3XII тай-чун.

При параличах мышц задней поверхности ног применяют две пары точек, которые чередуют: 40VII вэй-чжун и 60VII кунь-лунь или 37VII инь-мэнь и 57VII фу-ян. На каждом сеансе к указанным парам точек добавляют точку 3XII тай-чун.

При параличах мышц боковой поверхности ног воздействуют на точки 30XI хуань-тяо (чередуют с точкой 31XI фэн-ши), 34XI ян-лин-цюань, 39XI сюань-чжун.

Для улучшения подвижности пальцев ног воздействие на точку 34XI ян-лин-цюань сочетают с воздействием на точки 39XI сюань-чжун и 36III цзу-сань-ли или на точки 41III цзе-си и 3XII тай-чун. При конской стопе применяют точки 36III цзу-сань-ли, 41III цзе-си, 3XII тай-чун.

**Гемиплегия.** На первых двух–трех сеансах применяют точки 4II хэ-гу, 36III цзу-сань-ли, 3XII тай-чун с двух сторон. Затем воздействуют на рекомендуемые выше точки руки и ноги, расположенные на пораженной стороне.

При всех врожденных заболеваниях китайские врачи рекомендуют воздействовать на точку почек на ухе. Эта точка является одной из наиболее используемых точек при лечении многих заболеваний. Согласно представлениям врачей древнего Китая, почки связаны с головным мозгом, костной системой, половыми органами, железами внутренней секреции. Этим объясняется широкий круг показаний к использованию этой точки. На точку почек воздействуют поочередно на правом и левом ухе.

**Схема лечения при спастических параличах.** Лечение проводят через день или 2 раза в неделю. Время воздействия на первых трех сеансах – 10 мин, затем – 20 мин. Через каждые 5 мин осуществляют дополнительное умеренное раздражение иглой. Количество сеансов – 10. Проводят 3 курса лечения с недельным перерывом, затем делают перерыв на один месяц. После длительного перерыва лечение

продолжают.

**Опиостотонус** – 20XIII бай-хуэй, 60VII кунь-лунь, 3VIII тай-си. Лечение проводят 2 раза в неделю, осуществляют легкий массаж в течение 20 с.

Применяют также точки 14XIII да-чжуй, 11XIII шэнь-дао, 8XIII цзинь-со. Воздействуют на точки массажем средней силы или проводят иглоукалывание. У детей старшего возраста длительность воздействия при иглоукалывании – 10–20 мин. Во время сеанса осуществляют дополнительное умеренное раздражение точек.

**Слюноотделение** – сочетание отдаленных точек 4II хэ-гу и 44III нэй-тин с локальными точками 23XIV лян-цюань, 24XIV чэн-цзянь, 4III ди-цан. Применяют массаж или иглоукалывание. Маленьким детям делают массаж через день. Дополнительно проводят скальпотерапию – иглоукалывание в область нижней 2/5 части моторной зоны.

**Расстройство речи** – 4V лин-дао (или 5V тун-лин), 6IX нэй-гуань. Эти точки рекомендуют использовать независимо от причины расстройства. На точку 4V лин-дао (5V тун-лин) воздействуют с одной стороны, на точку 6IX нэй-гуань – с другой стороны. Затем месторасположение точек меняют. Дополнительно применяют точки 4II хэ-гу и 36III цзу-сань-ли в сочетании с точками заднесрединного меридиана 15XIII я-мэнь, 14XIII да-чжуй, 11XIII шэнь-дао. Проводят 3 курса лечения с недельным перерывом, затем делают перерыв на один месяц. Лечение проводят в течение 1–2 лет.

**Хореоатетоз и гиперкинетическая форма детского церебрального паралича.** Эти заболевания лечат методом скальпотерапии (метод церебрального иглоукалывания). Опыт показал, что метод введения игл в область головы хорошо переносится детьми.

Процедуру проводят при положении ребенка сидя. Можно проводить групповые сеансы. Две иглы вводят внутрикожно с обеих сторон в область зоны хореи (зона Паркинсона). Иглы вводят вращательными движениями, не продвигая их вглубь кожи. Очень быстро у детей возникает ощущение тепла в кончиках пальцев. Иглы оставляют на 20 мин и стимулируют легким вращением через каждые 5 мин. Курс лечения составляет 10 сеансов, которые проводят 2 раза в неделю. Проводят три курса с перерывами в 3 месяца.

При гиперкинетической форме детского церебрального паралича уменьшается выраженность гиперкинезов. Отмечается положительная динамика со стороны других нарушений – улучшается двигательная функция, ребенок становится более спокойным, лучше спит, исчезают фобии, нормализуется стул, если у ребенка наблюдался запор.

При гиперкинезах используют точки широкого спектра действия и седативные точки, а также локальные точки в сочетании с отдаленными точками с целью лечения спастических параличей.



**Усакова Нина Андреевна** – кандидат медицинских наук, научный сотрудник ВНИИ физической культуры и спорта, специалист в области спортивной медицины, автор книг по рефлексотерапии, точечному массажу, су джок, физиотерапии, терапии детских церебральных параличей



[www.olimppress.ru](http://www.olimppress.ru)

ISBN 978-5-9500184-9-7



9 785950 018497