

SPIS TREŚCI

SPIS SKRÓTÓW	1
WSTĘP	3
POMIARY CUNÓW NA CZŁOWIEKU H. Dyczek	5
GLEBOKOŚĆ NAKŁUCIA H. Dyczek	11
PRZYŻEGANIE H. Dyczek	11
LOKALIZACJA PUNKTÓW AKUPUNKTURY H. Dyczek	15
OPIS PUNKTÓW AKUPUNKTURY: WŁAŚCIWOŚCI I LOKALIZACJA H..Dyczek M. Grzonkowska	17
MERIDIAN PŁUC (LU 1 – LU 9) SHOU TAI YIN FEI JING.....	17
Lu 1 ZHONG FU.....	18
Lu 2 YUN MEN.....	20
Lu 3 TIAN FU.....	22
Lu 4 XIA BAI.....	24
Lu 5 CHI ZE.....	26
Lu 6 KONG ZUI.....	28
Lu 7 LIE QUE.....	30
Lu 8 JING QU.....	32
Lu 9 TAI YUAN.....	34
Lu 10 YU JI.....	36
Lu 11 SHAO SHANG.....	38
MERIDIAN JELITA GRUBEGO (LI 1 – LI 20) SHOU YANG MING DA CHANG JING.....	41
LI 1 SHANG YANG.....	42
LI 2 ER JIAN.....	44
LI 3 SAN JIAN.....	46
LI 4 HE GU.....	48
LI 5 YANG XI.....	50
LI 6 PIAN LI.....	52
LI 7 WEN LIU.....	54
LI 8 XIA LIAN.....	56
LI 9 SHANG LIAN.....	58
LI 10 SHOU SAN LI.....	60
LI 11 QU CHI.....	62
LI 12 ZHOU LIAO.....	64
LI 13 SHOU WU LI.....	66
LI 14 BI NAO.....	68
LI 15 JIAN YU.....	70
LI 16 JU GU.....	72
LI 17 TIAN DING.....	74
LI 18 FU TU.....	76
LI 19 HE LIAO KOU HE LIAO.....	78
LI 20 YING XIANG.....	80
MERIDIAN ŻOŁĄDKA (ST 1 – ST 45) ZU YANG MING WEI JING	83
St 1 CHENG QI.....	84
St 2 SI BAI.....	86
St 3 JU LIAO.....	88
St 4 DI CANG.....	90
St 5 DA YING.....	92
St 6 JIA CHE.....	94
St 7 XIA GUAN.....	96
St 8 TOU WEI.....	98
St 9 REN YING.....	100

St 10	SHUI TU.....	102
St 11	QI SHE.....	104
St 12	QUE PEN.....	106
St 13	QI HU.....	108
St 14	KU FANG.....	110
St 15	WU YI.....	112
St 16	YING CHUANG.....	114
St 17	RU ZHONG.....	116
St 18	RU GEN.....	118
St 19	BU RONG.....	120
St 20	CHENG MAN.....	122
St 21	LIANG MEN.....	124
St 22	GUAN MEN.....	126
St 23	TAI YI.....	128
St 24	HUA ROU MEN.....	130
St 25	TIAN SHU.....	132
St 26	WAI LING.....	134
St 27	DA JU.....	136
St 28	SHUI DAO.....	138
St 29	GUI LAI.....	140
St 30	QI CHONG.....	142
St 31	BI GUAN.....	144
St 32	FU TU.....	146
St 33	YIN SHI.....	148
St 34	LIANG QIU.....	150
St 35	DU BI.....	152
St 36	ZU SAN LI.....	154
	(St 36, 5) M-LE-13 LAN WEI XUE - punkt dodatkowy.....	156
St 37	SHANG JU XU.....	158
St 38	TIAO KOU.....	160
St 39	XIA JU XU.....	162
St 40	FENG LONG.....	164
St 41	JIE XI.....	166
St 42	CHONG YANG.....	168
St 43	XIANG GU.....	170
St 44	NEI TING.....	172
St 45	LI DUJ.....	174
	MERIDIAN ŚLEDZIONY (Sp 1 – Sp 21) ZU TAI YIN PI JING.....	177
Sp 1	YIN BAI.....	178
Sp 2	DA DU.....	180
Sp 3	TAI BAI.....	182
Sp 4	GONG SUN.....	184
Sp 5	SHANG QIU.....	186
Sp 6	SAN YIN JIAO.....	188
Sp 7	LOU GU.....	190
Sp 8	DI JI.....	192
Sp 9	YIN LING QUAN.....	194
Sp 10	XUE HAI.....	196
Sp 11	JI MEN.....	198
Sp 12	CHONG MEN.....	200
Sp 13	FU SHE.....	202
Sp 14	FU JIE.....	204
Sp 15	DA HENG.....	206
Sp 16	FU AI.....	208
Sp 17	SHI DOU.....	210
Sp 18	TIAN XI.....	212
Sp 19	XIONG XIANG.....	214

Sp 20	ZHOU RONG.....	216
Sp 21	DA BAO	218
MERIDIAN SERCA (HT 1 – HT 9) SHOU SHAO YIN XIN JING		221
Ht 1	JI QUAN.....	222
Ht 2	QING LING.....	224
Ht 3	SHAO HAI	226
Ht 4	LING DAO	228
Ht 5	TONG LI.....	230
Ht 6	YIN XI	232
Ht 7	SHEN MEN	234
Ht 8	SHAO FU.....	236
Ht 9	SHAO CHONG.....	238
MERIDIAN JELITA CIENKIEGO (SI 1 – SI 19) SHOU TAI YANG XIAO CHANG JING		241
SI 1	SHAO ZE	242
SI 2	QIAN GU	244
SI 3	HOU XI	246
SI 4	WANG GU	248
SI 5	YANG GU	250
SI 6	YANG LAO.....	252
SI 7	ZHI ZHENG	254
SI 8	XIAO HAI	256
SI 9	JIAN ZHEN.....	258
SI 10	NAO SHU.....	260
SI 11	TIAN ZHONG	263
SI 12	BING FENG.....	264
SI 13	QU YUAN.....	266
SI 14	JIAN WAI SHU.....	268
SI 15	JIAN ZHONG SHU	270
SI 16	TIAN CHUANG	272
SI 17	TIAN RONG	274
SI 18	QUAN LIAO.....	276
SI 19	TING GONG.....	278
MERIDIAN PEČERZA MOCZOWEGO (BL 1 – BL 67) ZU TAI YANG PANG GUANG JING		281
BL 1	JING MING	282
BL 2	ZAN ZHU	284
BL 3	MEI CHONG	286
BL 4	QU CHAI	288
BL 5	WU CHU.....	290
BL 6	CHENG GUANG	292
BL 7	TONG TIAN.....	294
BL 8	LUO QUE	296
BL 9	YU ZHEN.....	298
BL 10	TIAN ZHU	300
BL 11	DA ZHU	302
BL 12	FANG MEN	304
BL 13	FEI SHU	306
BL 14	JUE YIN SHU	308
BL 15	XIN SHU.....	310
BL 16	DU SHU	312
BL 17	GE SHU.....	314
BL 18	GAN SHU.....	316
BL 19	DAN SHU.....	318
BL 20	PI SHU	320
BL 21	WEI SHU.....	322
BL 22	SAN JIAO SHU.....	324
BL 23	SHEN SHU	326
BL 24	QI HAI SHU.....	328

BL 25	DA CHANG SHU	330
BL 26	GUAN YUAN SHU	332
BL 27	XIAO CHANG SHU	334
BL 28	PANG GUANG SHU	336
BL 29	ZHONG LU SHU	338
BL 30	BAI HUAN SHU	340
BL 31	SHANG LIAO	342
BL 32	CI LIAO	344
BL 33	ZHONG LIAO	346
BL 34	XIA LIAO	348
BL 35	HUI YANG	350
BL 36 (50)	CHENG FU	352
BL 37 (51)	YIN MEN	354
BL 38 (52)	FU XI	356
BL 39 (53)	WEI YANG	358
BL 40 (54)	WEI ZHONG	360
BL 41 (36)	FU FEN	362
BL 42 (37)	PO HU	364
BL 43 (38)	GAO HUANG	366
BL 44 (39)	SHEN TANG	368
BL 45 (40)	YI XI	370
BL 46 (41)	GE GUAN	372
BL 47 (42)	HUN MEN	374
BL 48 (43)	YANG GANG	376
BL 49 (44)	YI SHE	378
BL 50 (45)	WEI CANG	380
BL 51 (46)	HUANG MEN	382
BL 52 (47)	ZHI SHI	384
BL 53 (48)	BAO HUANG	386
BL 54 (49)	ZHI BIAN	388
BL 55	HE YANG	390
BL 56	CHENG JIN	392
BL 57	CHENG SHAN	394
BL 58	FEI YANG	396
BL 59	FU YANG	398
BL 60	KUN LUN	400
BL 61	PU SHEN PU CAN	402
BL 62	SHEN MAI	404
BL 63	JIN MEN	406
BL 64	JING GU	408
BL 65	SHU GU	410
BL 66	ZU TONG GU	412
BL 67	ZHI YIN	414
MERIDIAN NEREK (KID 1 – KID 27) ZU SHAO YIN SHEN JING		417
Kid 1	YONG QUAN	418
Kid 2	RANG GU	420
Kid 3	TAI XI	422
Kid 4	DA ZHONG	424
Kid 5	SHUI QUAN	426
Kid 6	ZHAO HAI	428
Kid 7	FU LIU	430
Kid 8	JIAO XIN	432
Kid 9	ZHU BIN	434
Kid 10	YIN GU	436
Kid 11	HENG GU	438
Kid 12	DA HE	440
Kid 13	QI XUE	442

<i>Kid 14</i>	<i>SI MAN</i>	444
<i>Kid 15</i>	<i>ZHONG ZHU</i>	446
<i>Kid 16</i>	<i>HUANG SHU</i>	448
<i>Kid 17</i>	<i>SHANG QU</i>	450
<i>Kid 18</i>	<i>SHI GUAN</i>	452
<i>Kid 19</i>	<i>YIN DU</i>	454
<i>Kid 20</i>	<i>FU TONG GU</i>	456
<i>Kid 21</i>	<i>YOU MEN</i>	458
<i>Kid 22</i>	<i>BU LANG</i>	460
<i>Kid 23</i>	<i>SHEN FENG</i>	462
<i>Kid 24</i>	<i>LING SHU LING XU</i>	464
<i>Kid 25</i>	<i>SHEN CANG</i>	466
<i>Kid 26</i>	<i>YU ZHONG</i>	468
<i>Kid 27</i>	<i>SHU FU</i>	470
MERIDIAN OSIERDZIA (PC 1 – PC 9) SHOU JUE YIN XIN BAO JING.....		473
<i>Pc 1</i>	<i>TIAN CHI</i>	474
<i>Pc 2</i>	<i>TIAN QUAN</i>	476
<i>Pc 3</i>	<i>QU ZE</i>	478
<i>Pc 4</i>	<i>XI MEN</i>	480
<i>Pc 5</i>	<i>JIAN SHI</i>	482
<i>Pc 6</i>	<i>NEI GUAN</i>	484
<i>Pc 7</i>	<i>DA LING</i>	486
<i>Pc 8</i>	<i>LAO GONG</i>	488
<i>Pc 9</i>	<i>ZHONG CHONG</i>	490
MERIDIAN POTRÓJNEGO OGRZEWACZA (TH 1 – TH 23) SHOU SHAO YANG SAN JIAO JING ..		493
<i>TH 1</i>	<i>GUAN CHONG</i>	494
<i>TH 2</i>	<i>YE MEN</i>	496
<i>TH 3</i>	<i>ZHONG ZHU</i>	498
<i>TH 4</i>	<i>YANG CHI</i>	500
<i>TH 5</i>	<i>WAI GUAN</i>	502
<i>TH 6</i>	<i>ZHI GOU</i>	504
<i>TH 7</i>	<i>HUI ZONG</i>	506
<i>TH 8</i>	<i>SAN YANG LUO</i>	508
<i>TH 9</i>	<i>SI DU</i>	510
<i>TH 10</i>	<i>TIAN JING</i>	512
<i>TH 11</i>	<i>QING LENG YUAN</i>	514
<i>TH 12</i>	<i>XIAO LUO</i>	516
<i>TH 13</i>	<i>NAO HUI</i>	518
<i>TH 14</i>	<i>JIAN LIAO</i>	520
<i>TH 15</i>	<i>TIAN LIAO</i>	522
<i>TH 16</i>	<i>TIAN YOU</i>	524
<i>TH 17</i>	<i>YI FENG</i>	526
<i>TH 18</i>	<i>QI MAI</i>	528
<i>TH 19</i>	<i>LU XI</i>	530
<i>TH 20</i>	<i>JIAO SUN</i>	532
<i>TH 21</i>	<i>ER MEN</i>	534
<i>TH 22</i>	<i>HE LIAO ER HE LIAO</i>	536
<i>TH 23</i>	<i>SI ZHU KONG</i>	538
MERIDIAN PEČHERZYKA ŹÓLCIOWEGO (GB 1 – GB 44) ZU SHAO YANG DAN JING		541
<i>GB 1</i>	<i>TONG ZI LIAO</i>	542
<i>GB 2</i>	<i>TING HUI</i>	544
<i>GB 3</i>	<i>SHANG GUAN</i>	546
<i>GB 4</i>	<i>HAN YAN</i>	548
<i>GB 5</i>	<i>XUAN LU</i>	550
<i>GB 6</i>	<i>XUAN LI</i>	552
<i>GB 7</i>	<i>QU BIN</i>	554
<i>GB 8</i>	<i>SHUAI GU</i>	556

GB 9	TIAN CHONG	558
GB 10	FU BAI	560
GB 11	TOU QIAO YIN	562
GB 12	WAN GU	564
GB 13	BEN SHEN	566
GB 14	YANG BAI	568
GB 15	TOU LIN QI	570
GB 16	MU CHUANG	572
GB 17	ZHENG YING	574
GB 18	CHENG LING	576
GB 19	NAO KONG	578
GB 20	FENG CHI	580
GB 21	JIAN JING	582
GB 22	YUAN YE	584
GB 23	ZHE JIN	586
GB 24	RI YUE	588
GB 25	JING MEN	590
GB 26	DAI MAI	592
GB 27	WU SHU	594
GB 28	WEI DAO	596
GB 29	JU LIAO	598
GB 30	HUAN TIAO	600
GB 31	FENG SHI	602
GB 32	ZHONG DU	604
GB 33	XI YANG GUAN	606
GB 34	YANG LING QUAN	608
GB 35	YANG JIAO	610
GB 36	WAI QIU	612
GB 37	GUANG MING	614
GB 38	YANG FU	616
GB 39	XUAN ZHONG	618
GB 40	QIU XU	620
GB 41	ZU LIN QI	622
GB 42	DI WU HUI	624
GB 43	XIA XI	626
GB 44	ZU QIAO YIN	628
MERIDIAN WĄTROBY (Liv 1 – Liv 14) ZU JUE YIN GAN JING		631
Liv 1	DA DUN	632
Liv 2	XING JIAN	634
Liv 3	TAI CHONG	636
Liv 4	ZHONG FENG	638
Liv 5	LI GOU	640
Liv 6	ZHONG DU	642
Liv 7	XI GUAN	644
Liv 8	QU QUAN	646
Liv 9	YIN BAO	648
Liv 10	ZU WU LI	650
Liv 11	YIN LIAN	652
Liv 12	JI MAI	654
Liv 13	ZHANG MEN	656
Liv 14	QI MEN	658
KANAŁY NADZWYCZAJNE H. Dyczek M. Grzonkowska		661
KANAŁ ZARZĄDZAJĄCY (Du 1 – Du 28) DU MAI		661
Du 1	CHANG QIANG	662
Du 2	YAO SHU	664
Du 3	YAO YANG GUAN	666

Du 4	MING MEN	668
Du 5	XUAN SHU	670
Du 6	JI ZHONG	672
Du 7	ZHONG SHU	674
Du 8	JIN SUO	676
Du 9	ZHI YANG	678
Du 10	LING TAI	680
Du 11	SHEN DAO	682
Du 12	SHEN ZHU	684
Du 13	TAO DAO	686
Du 14	DA ZHUI	688
Du 15	YA MEN	690
Du 16	FENG FU	692
Du 17	NAO HU	694
Du 18	QIANG JIAN	696
Du 19	HOU DING	698
Du 20	BAI HUI	700
Du 21	QIAN DING	702
Du 22	XIN HUI	704
Du 23	SHANG XING	706
Du 24	SHEN TING	708
Du 25	SU LIAO	710
Du 26	REN ZHONG	712
Du 27	DUI DUAN	714
Du 28	YIN JIAO	716
KANAŁ POCZĘCIA (REN 1 – REN 24) REN MAI		719
Ren 1	HUI YIN	720
Ren 2	QU GU	722
Ren 3	ZHONG JI	724
Ren 4	GUAN YUAN	726
Ren 5	SHI MEN	728
Ren 6	QI HAI	730
Ren 7	YIN JIAO	732
Ren 8	QI ZHONG, SHEN QUE	734
Ren 9	SHUI FEN	736
Ren 10	XIA WAN	738
Ren 11	JIAN LI	740
Ren 12	ZHONG WAN	742
Ren 13	SHANG WAN	744
Ren 14	JU QUE	746
Punkt dodatkowy ponizej REN 15		748
Ren 15	JIU WEI	750
Ren 16	ZHONG TING	752
Ren 17	SHAN ZHONG	754
Ren 18	YU TANG	756
Ren 19	ZI GONG	758
Ren 20	HUA GAI	760
Ren 21	XUAN JI	762
Ren 22	TIAN TU	764
Ren 23	LIAN QUAN	766
Ren 24	CHENG JIANG	768
PUNKTY DODATKOWE (GŁOWA I SZYJA) M. Grzonkowska H. Dyczek		771
AN MIAN		772
BI TONG		772
DANG YANG		774
ER JIAN		774

FA JI XUE	776
HAI QUAN	776
JIA CHENG JIANG	778
JIA LI	778
JIN JIN	780
JING BAI LAO	782
JING BI	784
JU QUAN	784
NEI YING XIANG	786
NIE RU	786
QIAN ZHENG	788
QIU HOU	788
SAN XIAO	790
SHANG LIAN QUAN	790
SHANG YING XIANG	792
SI SHEN CONG	794
TAI YANG	796
TING LING	796
TING XUE	798
XUAN MING	798
YI MING	800
YIN TANG	802
YU YAO	804
YU YE	804
PUNKTY DODATKOWE (KLATKA PIERSIOWA I BRZUCH) M. Grzonkowska H. Dyczek	807
CHONG JIAN	808
LI NIAO	810
QI ZHONG SI DIAN/BIAN	812
SAN JIAO JIU	814
SHUI SHANG	816
SHU XI	818
TI TUO (XUE)	820
WEI SHANG	822
ZI GONG	824
PUNKTY DODATKOWE (GRZBIET) M. Grzonkowska H. Dyczek	827
1AN MIAN 3	828
DING CHUAN	830
HUA TUO JIA JI	832
JIA JI	834
JIE JI	836
JING GONG	838
JU QUE SHU	840
PI GEN	842
SHI QI ZHUI	844
WAI DING CHUAN	844
WEI WAN XIA SHU	846
WU MING	846
XIA JI SHU	848
XIN SHE	848
XUE YA DIAN	850
YAO QI	852
YAO YAN	854
YAO YI	856
PUNKTY DODATKOWE (KOŃCZYNA GÓRNA) M. Grzonkowska H. Dyczek	859

BA XIE	860
DA GU KONG	860
ER BAI	862
JIAN QIAN	864
LUO ZHEN	866
SHI XUAN	866
SI FENG	868
WAI LAO GONG	870
XIAO GU KONG	870
YAO TONG DIAN	872
ZHONG KUI	872
ZHONG QUAN	874
ZHOU JIAN	874
PUNKTY DODATKOWE (KOŃCZYNA DOLNA) M. Grzonkowska H. Dyczek	877
BA FENG	878
BAI CHONG WO	880
DAN NANG XUE	882
DU YIN	884
HE DING	884
KUANG GU	886
LAN WEI XUE	888
LI NEI TING	890
NAO QUING	890
NEI XI YAN	892
NEI HUAI JIAN	894
QI DUAN	894
TUN ZHONG	894
WAI HUAI JIAN	896
XI YAN	896
PUNKTY PAZNOKCIOWE H. Dyczek	898
GŁÓWNE PUNKTY AKUPUNKTURY OKREŚLONYCH CZĘŚCI CIAŁA CZŁOWIEKA H. Dyczek	899
Główne punkty głowy w płaszczyźnie strzałkowej	899
Główne punkty głowy w płaszczyźnie poprzecznej	901
Główne punkty głowy w płaszczyźnie czołowej	902
Główne punkty tułowia	903
Główne punkty barku	907
Główne punkty ramienia	908
Główne punkty przedramienia	909
Główne punkty dłoni	911
Główne punkty uda	913
Główne punkty podudzia	814
Główne punkty stopy	817
BIBLIOGRAFIA	919
ANEKSY	921
1. NAZWY MERIDIANÓW I KANAŁÓW W JĘZYKU POLSKIM, CHIŃSKIM I ANGIELSKIM	921
2. NAZWY WŁAŚCIWOŚCI PUNKTÓW W JĘZYKU POLSKIM, CHIŃSKIM I ANGIELSKIM	924

