

Puntgroepen

Overzicht van de punten uit puntgroepen per meridiaan

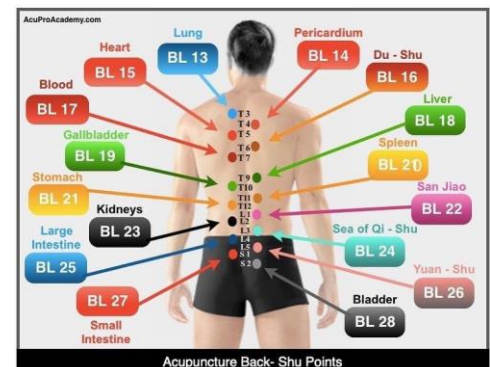
	LU	LI	ST	SP	HE	SI	BL	KID	P	SJ	GB	LIV	RM	DM
Yuan-Source	9	4	42	3	7	4	64	3	7	4	40	3		
Luo-Connecting	7	6	40	4	5	7	58	4	6	5	37	5		
Xi-Cleft	6	7	34	8	6	6	63	5	4	7	36	6		
Commando	7	4	36				40		6					26
Meesterpunten	7	3		4			62	6	6	5	41			
Hui-Meeting	9						11, 17				34, 39	13	12, 17	
Jing-Well	11	1	45	1	9	1	67	1	9	1	44	1		
Ying-Spring	10	2	44	2	8	2	66	2	8	2	43	2		
Shu-Stream	9	3	43	3	7	3	65	3	7	3	41	3		
Jing-River	8	5	41	5	4	5	60	7	5	6	38	4		
He-Sea	5	11	36	9	3	8	40	10	3	10	34	8		

Back-Shu Punten

Liggen op de eerste Blaaslijn en transporteren Qi en Xue naar de Zang en de Fu. Shu = Transporteren/Verbinding/Openning

Acties:

- Behandeling interne organen en corresponderende weefsel, zintuig en opening
- Diagnostisch: palpatie geeft een indruk van de energetische toestand van het orgaan



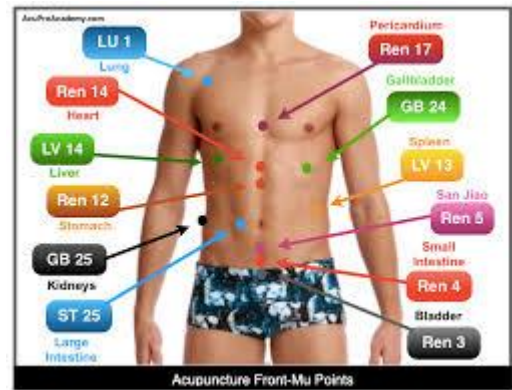
Orgaan	Back-Shu
Long	BL-13
Pericardium	BL-14
Hart	BL-15
Lever	BL-18
Galblaas	BL-19
Milt	BL-20
Maag	BL-21
Driewarmer	BL-22
Nier	BL-23
Dikke Darm	BL-25
Dunne Darm	BL-27
Blaas	BL-28

Front-Mu Punten

Liggen op de borst en buik. Qi en Xue van een orgaan verzamelt zich op het Front-Mu punt. Mu = Verzamelen

Acties:

- Behandeling van de organen
- In combinatie met Back-Shu punten kunnen ze het effect van een behandeling versterken
- Diagnostisch: palpatie geeft een indruk van de energetische toestand van het orgaan



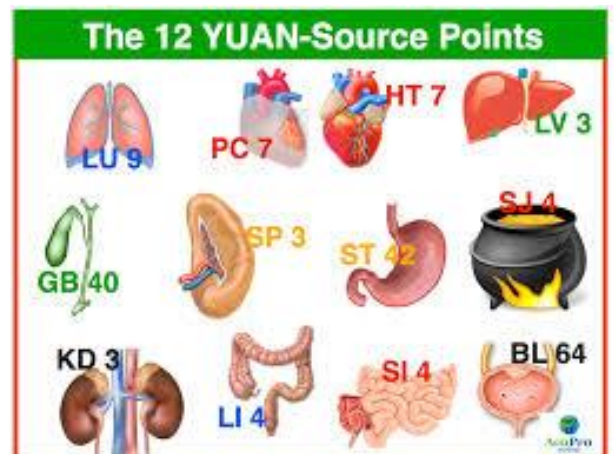
Orgaan	Front-Mu
Long	LU-1
Pericardium	REN-17
Hart	REN-14
Lever	LIV-14
Galblaas	GB-24
Milt	LIV-13
Maag	REN-12
Driewarmer	REN-5
Nier	GB-25
Dikke Darm	ST-25
Dunne Darm	REN-4
Blaas	REN-3

Yuan-Source punten

Bronpunten die verantwoordelijk zijn voor het vervoer van Yuan Qi. Op de Yinne meridianen zijn Yuan Source punten het 3^e punt (Shu-Stream punt), op de Yange meridianen het 4^e punt (met uitzondering van de Galblaasmeridiaan, daar is het Yuan-Source punt het 5^e punt).

Acties:

- Pathologie van het gekoppelde orgaan
- Yinne punten: bij Zang-problemen, versterken het Qi en verwarmen het Yang
- Yange punten: deblokkeren Qi en behandelen problemen in het verloop van de meridiaan
- Diagnostisch: palpatie en observatie geeft informatie over het gerelateerde orgaan



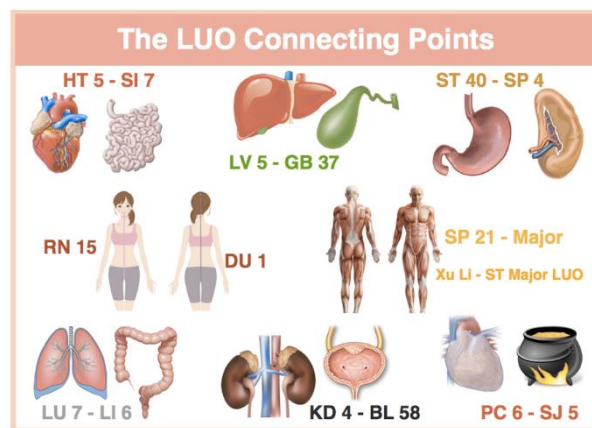
Orgaan	Yuan-Source
Long	LU-9
Dikke Darm	LI-4
Maag	ST-42
Milt	SP-3
Hart	HE-7
Dunne Darm	SI-4
Blaas	BL-64
Nier	KID-3
Pericardium	P-7
Driewarmer	SJ-4
Galblaas	GB-40
Lever	LIV-3

Luo-Connecting punten

Punt waar een Luo-vat ontspringt. Het Luo-vat maakt contact met de intern-extern gerelateerde hoofdmeridiaan.

Acties:

- Behandeling klachten eigen meridiaan en orgaan en voor de intern-extern gekoppelde meridiaan/orgaan
- Klachten verloop luo-meridiaan
- Psycho-emotionele aandoeningen



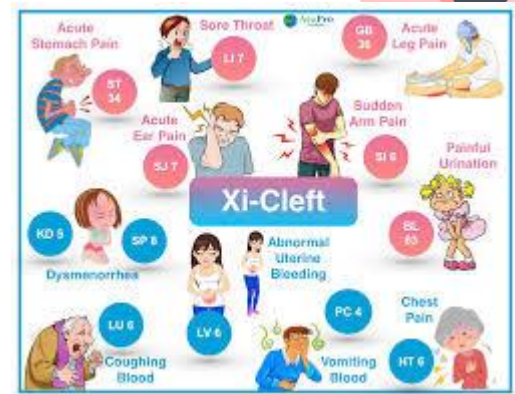
Orgaan	Luo-Connecting
Long	LU-7
Dikke Darm	LI-6
Maag	ST-40
Milt	SP-4
Hart	HE-5
Dunne Darm	SI-7
Blaas	BL-58
Nier	KID-4
Pericardium	P-6
Driewarmer	SJ-5
Galblaas	GB-37
Lever	LIV-5

Xi-Cleft Punten

Xi = nauwe doorgang of opening. Xi-Cleft, ofwel EHBO-punten, zijn vergelijkbaar met sluisdeuren die de stroming van de meridianen reguleren.

Acties:

- Yin: Aandoeningen Xue en Yin
- Yang: Acute meridiaan-aandoeningen en qi-stagnatie (pijn)



Orgaan	Xi-Cleft
Long	LU-6
Dikke Darm	LI-7
Maag	ST-34
Milt	SP-8
Hart	HE-6
Dunne Darm	SI-6
Blaas	BL-63
Nier	KID-5
Pericardium	P-4
Driewarmer	SJ-7
Galblaas	GB-36
Lever	LIV-6

Commandopunten

Openen lichaamsregio's.

Regio	Commandopunt
Abdomen	ST-36
Rug	BL-40
Hoofd en nek	LU-7
Aangezicht en mond	LI-4
Thorax	P-6
Herstelt het bewustzijn	DU-26

Meesterpunten Qi Jing Ba Mai

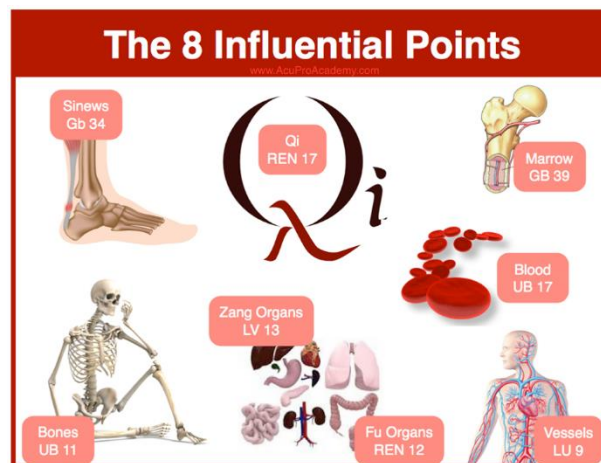
Activeren en openen de extra meridianen, qi jing ba mai. De extra meridianen vormen een soort reservoir voor de hoofdmeridiaan.



Meridiaan	Punten	Effectregio's
Chong Mai	SP-4	Hart, Maag en Borst
Yin Wei Mai	P-6	Hart, Maag en Borst
Dai Mai	GB-41	Buitenste ooghoek, regio achter het oor, schouders en nek
Yang Wei Mai	SJ-5	Buitenste ooghoek, regio achter het oor, schouders en nek
Ren Mai	LU-7	Diafragma, keel en longen
Yin Qiao Mai	KID-6	Diafragma, keel en longen
Du Mai	SI-3	Binnenste ooghoek, nek, oor, schouders, dunne darm en blaas
Yang Qiao Mai	BL-62	Binnenste ooghoek, nek, oor, schouders, dunne darm en blaas

Hui-Meeting punten


Hebben een sterk effect op een bepaald weefsel of bepaalde structuur.



Weefsel	Punten
Zang	LIV-13
Fu	REN-12
Qi	REN-17
Xue	BL-17
Pezen	GB-34
Merg	GB-39
Botten (reuma)	BL-11
Bloedvaten	LU-9

The 5 Acupuncture Transporting Points					
	Wood Jing-Well	Fire Ying-Spring	Earth Shu-Stream	Metal Jing-River	Water He-Sea
Lung	Lu 11	Lu 10	Lu 9	LU 8	Lu 5
Pericardium	Pc 9	Pc 8	Pc 7	Pc 5	Pc 3
Heart	Ht 9	Ht 8	Ht 7	Ht 4	Ht 3
Spleen	Sp 1	Sp 2	Sp 3	Sp 5	Sp 9
Liver	Lv 1	Lv 2	Lv 3	Lv 4	Lv 8
Kidney	Kd 1	Kd 2	Kd 3	Kd 7	Kd 10

	Metal Jing-Well	Water Ying-Spring	Wood Shu-Stream	Fire Jing-River	Earth He-Sea
Large Intestine	Li 1	Li 2	Li 3	Li 5	Li 11
San Jiao	Sj 1	Sj 2	Sj 3	Sj 6	Sj 10
Small Intestine	Si 1	Si 2	Si 3	Si 5	Si 8
Stomach	St 45	St 44	St 43	St 41	St 36
Gallbladder	Gb 44	Gb 43	Gb 41	Gb 38	Gb 34
Urinary Bladder	Ub 67	Ub 66	Ub 65	Ub 60	Ub 40



In het gebied tussen de vingers/tenen en de ellebogen/knieën bevinden zich de shu-transporting punten. Bij het Jing-Well punt stromt relatief weinig qi en bloed. Deze stroom wordt steeds groter en is het grootst bij de He-Sea punten.

Shu-Transporting Punt	Acties
Jing-Well	<ul style="list-style-type: none"> • Voert exces af • Lost stagnatie op • Behandelt voltes onder het hart • Elimineert (volle) hitte door te laten bloeden • Kalmeert de shen
Ying-Spring	<ul style="list-style-type: none"> • Elimineert (lege) hitte, yin-leegte • Tonifieert Yin en Xue • Behandelt ziektes van de Yange meridianen en van de Zang
Shu-Stream	<ul style="list-style-type: none"> • Versterkt Qi en verwarmt het Yang • Transformeert damp • Yin: behandelt Zang • Yang: behandelt yange meridianen
Jing-River	<ul style="list-style-type: none"> • Versterkt de qi-circulatie in de meridianen • Behandelt astma en hoesten, koorts en rillingen • Behandelt problemen met de stem • Behandelt pezen en gewrichten
He-Sea	<ul style="list-style-type: none"> • Behandelt qi-counterflow en diarree • Reguleert orgaan-qi transformatie • Ziektes van de Fu • Huidziektes



De shu-transporting punten kunnen gebruikt worden om te behandelen volgens de Wu Xing theorie.

- Leegte: voedt de moeder van het zwakste element op zowel de moeder als kind meridiaan
- Volte: sedeer het kind van het zwakste element op zowel de kind als moeder meridiaan

De dikke darm, dunne darm en driewarmer hebben naast hun He-Sea punt op de arm ook een extra Lower He-Sea punt op de benen, omdat deze krachtiger zijn:

- Dikke Darm ST-37
- Driewarmer BL-39
- Dunne Darm ST-39