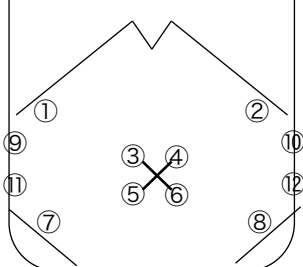


(1) 養生の一本鍼の刺鍼手順

(1) あお向け

1) 診察



主に腹の古いツボから
左右どちらが悪いか決定
(へソの上下で別も可)

2) 刺鍼

・ (上衝あれば手甲)

1. 手

- 1.陰経：上曲沢, 上尺沢
- 2.陽経：肘ちかく

2. 腹

- 1.横腹：⑨,⑩,⑪,⑫
- 2.小腹：⑤,⑥,⑦,⑧, 関元
- 3.大腹：①,②,③,④, 鳩尾
中脘

3. 足：腹のツボと相関

- 1.陰経
- 2.陽経

(2) うつ伏せ

1. 背中、尻

- 1.胸椎：華佗経
- 2.腰椎：痞根、腰徹腹
華佗経
- 3.仙骨：環跳、臀中央
八髎穴、仙腸関節
☆腹のツボの横輪切り
(+背中側の古いツボ)

2. 足裏

- 1.大腿：足徹腹、風市
- 2.下腿：脹ら脛の3ライン

(3) 座位

・ (あれば動作鍼：腰,膝)

1. 肩～首

1. (熱ければ散鍼)
- 2.出ているツボに刺鍼
(3.あれば動作鍼：肩腕)

・ (首前～胸上部：必要なら)

- 1.熱ければ散鍼
- 2.ツボ出れば刺鍼

2. 頭

- 1.熱い所に散鍼
(2.ツボ出れば刺鍼)

3. 手甲

- 1.引き鍼

・ 運動器系：必要に応じて、運動鍼、動作鍼、対角刺・上下刺・巨刺
指なら灸

・ 内科系：腹のツボや症状との関係で、手足背のツボを選ぶ

・ 古いツボ：灸や灸頭鍼