

# Belső szervek a Kínai medicinában

## ZangFu-k

A Belső szerveket a kínai orvostudomány Zang és Fu Szervekre osztja.

**Zang Szervek:** Szív, Tüdő, Lép, Máj, Vese, Szívburk

**Fu Szervek:** Vékonybél, Vastagbél, Gyomor, Epehólyag, Húgyhólyag, Hármás Melegítő

Zang-ok Yin Szervek, melyek a test életfontosságú szubsztanciáinak raktározásáért és átalakításáért felelősek.

Fu-k Yang Szervek, főként a táplálék felvételét, továbbítását és kiürítését végzik.

A Zang szerveket némely fordítások tömör, a Fu-kat üreges szerveknek nevezi.

Kívül-belül fogalom a ZangFu párokat jelzi:

Vékonybél-Szív

Hármás Melegítő-Szívburk

Gyomor-Lép

Vastagbél-Tüdő

Húgyhólyag-Vese

Epehólyag-Máj

Yin és Yang Szervek között szoros a kapcsolat.

Ha a ZangFuk a kínai fiziológia és patológia alapja, úgy a Zang Szervek ennek az elméletnek a központja.

Miért? Mert a Zang-ok tárolják az értékes Szubsztanciákat. Tehát nagyobb figyelmet érdemelnek, mint a Yang Szervek. Ez nem jelenti a Yang-ok kevésbé fontos szerepét, sok Fu Szerv betegsége Yin Szerv megbetegedésének következménye lehet.

Bizonyos régi könyvek a Szívburkot a Szívhez sorolták, mint Szervet, ezért beszélnek 5 Zang és 6 Fu Szervről, vagy 11 Szervről, és 12 csatornáról.

Minden Zang Szerv kapcsolatos valamelyik Alapvető szubsztanciával, szövettel, ízzel, emócióval, érzékszervvel, stb. Kiemelendő, hogy ezek a funkcionális kapcsolatok csak a Yin szervekre vonatkoznak

## **Zang (Yin) Szervek**

### ***Bel szervek és Alapszubsztanciák***

A Bel szervek alapvető funkciója az Alapszubsztanciák termelése, tárolása, utántöltése, mozgatása. Mindegyik Bel szerv kapcsolatos valamelyik Alapvető Szubsztanciával.

Szív irányítja a Xue-t

Máj tárolja a Xue-t

Tüdő irányítja a Qi-t, hatással van a Test Folyadékokra,

Lép irányítja az étel Qi-t. Xue-t tárol, hatással van a Test Folyadékokra,

Vesék tárolják a Jing-et, hatással vannak a Test Folyadékokra

### ***Bel szervek és szövetek***

Mindegyik Bel szerv kapcsolatos valamilyen test szövettel. A szövet állapota tükrözheti a szerv állapotát.

Szív- vérérekkel,

Máj - ínakkal.

Tüdő - bőrrel,

Lép - izmokkal,

Vese - csontozattal kapcsolatos

Izom gyengeség, petyhüdség Lép gyengeség jele, inak merevsége Máj patológia jele, csonttritkulás Vese gyengeség jele. Az adott szerv kezelése, hatásos lehet a vele kapcsolatos szöveti patológia korrekcióra

### ***Bel szervek és érzékszervek***

Minden Bel szerv kapcsolatos egy érzékszervvel.

Szív-nyelvvel

Máj-szemmel

Tüdő-orr

Lép-szájjal,

Vese – füllel

Íz elvesztése Lép Hiányt feltételez, Máj Xue Hiány látás zavart okozhat

Az adott érzékszervhez tartozó szerv Shu pontjával, kezelhető az adott érzékszerv:

Hh13-al az orr

Hh15-nyelv és ízérzés

Hh18-szem

Hh20-szaj és íz,

Hh23-al - fül

## ***Bel szervek és emóciók***

A test és lélek egységét jelzi a kínai medicinában. A nyugati medicinában a szellemi tevékenység csúcsán az agy található, az alapoknál helyezkednek el a Bel szervek, a kínai medicinában fordított a helyzet, a Bel szervek találhatók a piramis csúcsában.

Máj-dühvel

Szív- örömmel,

Lép –sok gondolat, töprengéssel,

Tüdő-szorongással,

Vese- félelemmel kapcsolatos

## ***Bel szervek és lelki aspektusok***

Az 5 elemnek megfelelően 5 psyches aspektust ismer a kínai filozófia.

**Hun lélek** Yang-hoz tartozik, a Májjal kapcsolatos, kínai elképzelés szerint az apától öröklődik, a születés utáni harmadik nap kerül a gyermekbe, halál után nem semmisül meg, felszáll. A Máj Xue-ja és Yin-je tárolja a Hun lelket. Ha a Máj Xue-ja kevés, a Hun lélek nincs kellő képen rögzülve a Májban, ezért sok álmodást lát az ilyen páciens

**Shen** egy másik lelki aspektusforma, a psyches teljesítményért, gondolkodásért felelős, a Szív tárolja.

Következő lelki aspektus az **intellektus**, odafigyelésért, koncentrációért, logikus gondolkodásért, tanulási képességért felelős Lép a székhelye, ha sérül, töprengés, kényszergondolatok lehetnek előtérben

**Po lélek** a szomatikus állapotért, fizikai jó érzetért felelős. A Tüdőben székel, felelős az összes testben történő fiziológiás változásért. Yin természetű, a fogantatás pillanatában keletkezik, halál esetén, megsemmisül. **Akaraterő** az utolsó lelki aspektusforma, a Vese tárolja.

***E lelki aspektusokra következő pontokkal hathatunk:***

Hh42- Po lélekre

Hh44-Shenre

Hh47-Hun lélekre

Hh49 az Intellektusra

Hh52 az akaraterőre

E pontok a Hh csatorna második vonalán találhatók.

## ***Bel szervek és a klimatikus faktorok***

Szívre a Forróság van hatással

Májra a Szél

Lépre a Nedvesség,

Tüdőre a Szárazság,

Vesére a Hideg

A fönti klimatikus faktorok túlzott, illetve elhúzódó megléte károsíthatja a hozzá tartozó szervet. Bizonyos szerv betegsége hajlamossá teheti az egyént arra, hogy könnyebben föllép a hozzá tartozó klimatikus faktor káros hatása. Pl Lép Hiány esetén a Nedvesség okozhat zavart.

### ***Bel szervek külső megnyilvánulásai***

Minden Bel szerv hatással van egy bizonyos test területre:

Szív az arcszínben nyilvánulhat meg

Máj a körmökben

Tüdő a testszőrzeten

Lép az ajkakon

Vese a hajon

Pl. ha a köröm töredezik a Máj Xue hiányos. Nem minden Bel szerv esetében kifejezett ez a kapcsolat, jellegzetes a Lép-ajak, Tüdő-orrgarat esetére. Az arcszínre viszont szinte minden Bel szerv hatással lehet.

### ***Bel szervek és Testfolyadékok***

Minden Bel szerv kapcsolatos bizonyos Testfolyadékkal, mégpedig:

Máj-könny

Szív - verejték

Lép - nyál

Tüdő - orr váladék

Vese - nyálka a garat hátsó falán, vizelet

A legkifejezettebb a kapcsolat a Máj és könnyezés között van. Ha a Máj Yin, vagy Xue hiányos a szem száraz, Máj Yang felszállás fokozott könny elválasztást okozhat. Máj Nedves Forrósága sűrűvé és ragacsossá teszi a könnyet.

A Szív a verejtékezéssel kapcsolatos, mely emocionális feszültségre fokozódik. Az izzadást a Tüdő is befolyásolja, hisz a bőr és izom közti területet, ahol található, a Tüdő uralja.

### ***Bel szervek és színek***

Máj-zöld,

Szív vörös,

Lép-sárga,

Tüdő-fehér

Vese-fekete

## ***Bel szervek és az ízek***

Máj- savanyú

Szív - keserű

Lép-édes

Tüdő- csípős

Vese-Sós

Keserű szájíz Szív betegség jele lehet. Édes szájíz Lép patológia jele (Szív, vagy Máj Tűz). A szájíz meghatározásnak nagy jelentősége van a gyógynövény kezelésben. A gyógynövényeket ízük szerint osztályozzák. Pl a savanyú gyógynövény a Máj csatornába tud behatolni. Valamelyik íz többletes használata károsíthatja a hozzá tartozó szervet, továbbá az általa gátlás alatt állót (Máj esetében a Lépet, izmokat). Minden íz jó hatással van arra a szervre, mely azt a szervet gátolja, melyhez az adott íz tartozik Például az édes íz, mely a Léphez tartozik, jó hatású a Májra, mely a Lépet gátolja.

Az ételeket is ízük szerint osztályozzák a Dietológiában.

## ***Bel szervek és hangok***

Minden Bel szervhez tartozik egy jellegzetes hang:

Máj - kiabálás

Szív - nevetés

Lép - éneklő hang

Tüdő - síró hang

Vese - nyögő hang

Ha valaki mindig kiabál, hangoskodik Máj patológia gyanítható. Beszéd közben az ok nélküli nevetgélés Szív patológia jele.

Zang Fu szervek fő funkciói				
Szív	Máj	Lép	Tüdő	Vese
«mit kormányoz?» (五脏所主)				
vért, véredényeket	inak	izom	bőr	csontok
« mit raktároz?» (五脏所藏)				
Shen	Hun lélek	gondolat	Po lélek	akaraterő
«Tárol...» (藏...)				
Shenk	vér	Tápláló Qi	Qi	Jing
« mire nyílik? (开窍于...)				
nyelv	szem	száj	orr	Fül, nemi szerv, anus
«virágzása ...» (其华在...)				
arc	köröm	ajak	bőr, test szőrzet	haj
«5 testválladék» (五液所出)				
verejték	könny	köpet	orr váladék	nyál
«5 emóció» (五志)				
öröm	düh	töprengés	szomorúság	félelem
«időjárás faktor, melyet nem szeret» (五脏所恶)				
forróság	szél	nedvesség	szárazság	hideg
«[Qi ellenkező (kóros) irányú mozgása az 5 szervben» (五脏气)				
sokbeszéd	bőfögés	nyáltöbblet	köhögés	ásítás
«5 típusa a fáradtságnak» (五劳所伤)				
Vért károsít a sok terhelés	Sok járás inakra káros	Sok ülés izmot károsít	Sok fekvés Qi-re káros	Sok állás csontokra káros

## ***Lép (PI)***

A kínaiaknál az emésztés elsődleges szerve.

***Hol található?***

A Középső Melegítőben. Föld elemhez tartozik

## ***Lép alapvető funkciói***

### ***1, Irányítja az átalakítást, szállítást***

*Mit jelent az átalakítás?*

„A Lép vezéri az átalakítást és szállítást”

A Test növekedését biztosítja az a tény, hogy a Gyomorban, a Lép segítségével az elfogyasztott táplálékból értékes esszencia lesz, amiből lesz a Qi és Xue.

Ha a Lép átalakító és szállító működése harmonikus, a Qi és Xue bőséges, az emésztőerő jó.

A Folyadék átalakításban, transzportban is szerepet játszik a Lép.

*Ha a Lép átalakító, szállító képessége elégtelen mi történik?*

Az egész testben vagy egyes testrészekben Qi vagy Xue Hiány lesz. Ez mit eredményez?

A betegnek rossz lesz az étvágya, puffad a hasa, fáradt, fogy, hasmenése lehet, nehezek a végtagjai.

Nincs szállítás átalakítás a folyadék pang, így ödémák, Tan-Jin (híg és sűrű nyálka), hasmenés, lehet.

*Mit jelent a Tiszta felemelése szállítása?*

-a Lép emeli fel a Tüdőhöz a gyomorban átalakított tiszta esszenciát, amiből a Xue és Qi lesz.

-Mi uralja a felszállítást?-a Lép Qi-je.

Ha a Lép Qi elégtelen mi történik?

-szédül,

-krónikus hasmenése lesz,

-szem káprázik.

-süllyednek a beteg szervei: méhe, végbele, stb..

Gy36 és L6 pontokkal lehet tölteni a Lép Qi Hiányt.

*Miért nevezik a Lépet a születés utáni, azaz a postnatális létezés alapjának?*

Mivel a Lép biztosítja az elegendő Vért és Qi-t a testben születés után

Összefoglalva a Lép kormányozza az emésztést (feldolgozást, továbbítást), azaz a Lép az emésztő rendszer összefoglaló neve a HKO-ban.

## **2. A Lép a Vért megtartja a véredényekben**

Ha a Lép Qi gyenge vérzések lépnek föl (vérömlenyek, bő havivérzés, méhvérzés, bél vérzés. véres széklet, vérhányás, stb) "A Lép kormányozza a Vért". Nemcsak a Vér képzésben játszik szerepet, hanem a véredényekben belül áramoltatja. Ha a Lép gyenge a Vér megszökik a véredényekből „vakmerően mozog”. Sok krónikus vérzés kezelhető Lép pontokkal.

Az egész test vérképzéséért felelős a Lép, kivéve menstruációs vér, mely a Jingből képződik, így a Vesével kapcsolatos.

## **3. A Lép felelős az izomzatért, végtagokért**

A Lép felel az izomzatért (húsért). „A Lép uralkodik az izmok a hús és a négy végtag felett”, nem csak azért, mert a Lép a Qi és Xue eredete, hanem azért is, mert a Lép szállítja ezeket a szubsztanciákat az izmokhoz, Ha az izomzat rossz, a Lép működése nem megfelelő. Az izmok sorvadnak, nincs erejük, nincs tónusuk. Krónikus fáradékonyság gyakori tünet a klinikumban, melyért a Lép felelős.

Ekkor következő pontok kezelése jön szóba: Gy36, L6, Hh20, Hh21

## **4. "A Lép a szájba nyílik". „A Lép fénye az ajkakban mutatkozik meg”**

*Mit jelent a Lép „nyílása”? A száj szoros kapcsolatban van a Léppel.*

Ha a Lép rosszul működik a szájíz rendellenes, édes lehet, nem tudja megkülönböztetni az 5 ízt, mivel a Lép szabályozza és ellenőrzi az ízlelést-

Ha jól működik a Lép jó az étvágy, ha gyenge a Lép az étvágy rossz, édeskés szájíz jelenhet meg, a patogén Nedvesség megjelenése miatt

### ***A Lép külső megnyilvánulása az ajkak.***

Ha a Lép jól működik az ajkak élénk pirosok, nedvesek, fényesek.

Ha a Lép gyenge, a Qi és a Xue is gyenge, a száj és az ajkak is sápadtak, szárazok.

## **5. Lép és a többlet töprengés**

A Lép felelős az intellektusért a HkO szerint. Ha a Lép jól működik, a gondolkodás, emlékezet, koncentrációs készség rendben van. Ha a Lép gyenge a gondolkodás lassul, az emlékezet romlik, az egyén dekoncentráltá válik. Hosszas szellemi megterhelés is gyengíti a Lépet. Sok gondolat leköti a Qi-t a Középső Melegítőben, a szorongás inkább a Felső Melegítőben.

## **6. A Lép szabályozza, biztosítja azt, hogy a Szervek a helyükön maradjanak.**

### ***A Gyomorral áll külső/belső kapcsolatban***



## *A Lép a lábi TaiYin, fenti párja a kézi TaiYn Tüdő*

### ***Tüdő (Fei)***

#### ***Hol van a Tüdő?***

A Felső Melegítőben található, a Fém elemhez tartozik.

Nei Jing szerint a Tüdők a Yin szervek védői. mivel a mellüreg felső részét fedő alakjában lezárják. Két irányban mozgatnak "lefelé nedvesítve",+ szétoszlatva", azaz keringést előre mozdítva

### ***A Tüdő alapvető funkciói***

#### ***1. Irányítja az össz - Qi, légzést. Tüdő kormányozza a Qi-t"***

Belégzi a Égi Qi-t, ami keveredik a táplálék Qi-vel, amit a Lép által biztosított finom eszencia ad. Ez a keverék adja a Zong Qi, azaz a Tüdő Qi, mely a mellkasban székel, és biztosítja a belégzést, az oxigénnel telített táplálék egész szervezetbe jutását.

*Mi van akkor, ha a Tüdő Qi elégtelen?*

Gyenge a légzés. Ez visszahat a Zhong Qi-re.

A légzés erőtlen,

hang halk (a „Tüdő hangban nyilvánul meg”),

gyengeség.

spontán verejtékezés lép fel.

#### ***2. A Tüdő szétterjeszt, leszállít (Qi-t és Folyadékokat)***

A Tüdő szabályozza a belégzett levegő lejutását a Veséig. Ha ez a leszállás rossz a Tüdő Qi felszáll.

Mit okoz, ha a Tüdő Qi felszáll?

Szopora légzést, mellkasi szorítást, köhögést.

A Tüdő biztosítja a vízpályák átjárhatóságát, a Folyadékok akadálytalan áramlását, ha akadály lép fel, a vizelet kevés, ödémák, köpetes köhögés alakul ki

A Tüdő Qi-nek köszönhető a szervezetben a Qi és a Xue szétosztás. A bőrt is a Tüdő látja el (kormányozza a bőrfelszint és szőrzetet).

Tehát egy külső patogén a bőrön áthatolva a Tüdőt is támadja, mert a bőr és izmok közti területet, ahol a Wei Qi található, a Tüdő látja el. E támadás tünetei: a beteg lázas lesz, rázza a hideg, orra eldugul, irtózik a hidegtől, köhög. Ha a Tüdő gyenge nem tudja szétterjeszteni a Wei (Védő) Qi-t és Folyadékokat gyakori lesz a megfázás, s mivel gyengül a test felszín a beteg spontán izzad.

### ***3. A Tüdők az orrba nyílnak***

Az orr (hisz a levegő beszívása ott történik).

Mivel a légzés az orron keresztül történik a Tüdő betegsége okozhat orr és torok problémát.

Sok orr és torok megbetegedés kezelése a Tüdő pontok segítségével történik.

### ***4.A Tüdő külső megnyilvánulása a bőr***

Tüdők szabályozzák a verejték elválasztást, a bőr nedvesítést, az ellenállást a Külső Ártalmas hatással szemben.

### ***5. A Tüdők fénye a test szőrzetben nyilvánul meg***

A testszőrzet minőségéből a a Tüdő Qi állapotára lehet következtetni.

### ***6. Depresszióra hajlamosít***

Az állandó szomorúság a Tü Qi-t szétszórja

***A vastagbéllel áll belső/külső kapcsolatban***

***A Tüdő a kézi TaiYin, a lenti párja a Lábi TaiYin Lép***

## ***A Vese (Shen)***

### ***Hol van a Vese?***

Az Alsó Melegítőben. Víz elemhez tartozik.

## ***A Vese alapvető funkciói:***

### ***1. Raktározza a Jing-et (azaz a Yang-ért és a Yin-ért felelős)***

Azt az esszenciát raktározza, amit öröklünk. Ennek az Esszenciának a megőrzője. *Vese tárolja a Jing-et.* Így, tőle függ a növekedés és a szaporodás.

A szervezetünk Jing-jének mi az alapja? Az örökölt és a szerzett Jing. A szerzett Jing a Gyomor és Lép átalakításának terméke. Születés után az örökölt Jing-et a szerzett táplálja.

A Jing a szervezet alapja.

*A Vese Jing-ből lesz a Vese Qi.* Ha ez jó a szervezet jól fejlődik, a szellemi és fizikai épsége megfelelő, jó a szaporító képessége.

*A Vese Jing-ből lesz a Yang és a Yin.* A Vese Yin az elsődleges a test folyadékjainak az alapja. Táplálja és nedvesíti a szöveteket

A Vese a Yang-nak is az alapja. Melegíti a szöveteket. Egyensúlyban kell legyen a vese Yang és Yin.

*Ha a Vese Yin gyenge, a Yang-ot nem képes szabályozni, így a következő tünetek jelennek meg:*

forró tenyér, talp és szívtájék,  
esti láz, verejtékezés, magömlés.

*Ha a Vese Yang csökken a tünetek:*

szellemi gyengeség,  
fájdalmas és hideg ágyék és térd, hideg test és végtagok,  
a nőknél meddőség,  
férfiaknál impotencia és korai magömlés.

### ***2. A Vese uralja a Vízet „Vesék kormányozzák a Vízet”***

A Tüdők mozgatják és beállítják a Víz csatornákat, A Lép „felemeli „ a tisztát, beleértve a tiszta Folyadékokat, a Vesék képezik az alapját a Víz mozgás és átalakítás teljes folyamatának

*Vese kormányozza a Víz anyagcserét.*

A víz bekerül a gyomorba, a Lép átalakítja, a Tüdő elosztja, áthalad a Három Melegítőn. A Folyadék tiszta része eljut a ZangFuk-hoz. A zavaros vizeletté és verejtékké alakul, kiürül a testből. Ha a Vese Qi tevékenység rendben, akkor ez

szabályosan történik, ha a Vese tevékenysége rendellenes, akkor nem távozik megfelelően a vizelet, verejték, nehéz vizelés, oedema alakulhat ki.

A Vese uralja a vizelet kiürülést a Hólyagon keresztül. Egy Vese Yang elégtelenség gyakori vizelést, vizelet visszamaradást okoz.

A széklet ürítése is Vese tevékenységhez tartozik. Ha a Vese Yin elégtelen, a széklet ritka, kemény és száraz. Ha a Vese Qi nem erőteljes, krónikus hasmenés jelentkezik.

### ***3. A Vesék kormányozzák a Qi megragadást. Mit jelent az, hogy a Vese befogadja a Qit?***

A levegő beszívást a Tüdő irányítja. A beszívott levegőnek le kell jutni a Veséig. A Vese befogadja és megtartja a beszívott levegőt. Ha a Vese működése jó a levegő befogadása rendben, a légzés szabályos. Ha a Vese működése károsodott, a Vese nem képes a levegőt befogadni. Ilyenkor a legkisebb erő kifejtés is légzési nehézséget és asztmás rohamot okoz.

*„A Tüdő uralja a Qi belégzést, a Vese uralja a Qi befogadást”. Fogadja a Tüdőből jövő Qi-t.*

### ***4. Vesék kormányozzák a csontokat***

Ha a Vese jól működik jó a csontozat.

Hatással van a fogakra, mivel a fogakat a csontokból származtatják.

Ha a fogazattal baj van a kínai elégtelen Jing-et tételez fel.

### ***5. Vesék külső megnyilvánulása***

A hajban van. A haj növekedése, hullása a Vese Jing állapotától függ. Ha bőséges a Jing a haj dús, ha a Jing a kórral csökken, a haj őszül és hullik.

### ***6. A Vese nyílása a fül***

A fülben van. Ha a Vese Qi elégtelen fülzúgás és hallásgyengülés jelentkezik. Idős korban a süketség oka a Vese Jing eltűnés.

A másik két nyílás, mely a Vesétől függ, ez a végbél és húgy csőnyílás.

### ***7. Vese táplálja a Máj Yin-jét***

***A Húgyhólyaggal áll belső-külső kapcsolatban***

***A lábi ShaoYin Vese a kézi ShaoYin Szívvel áll lent-fent kapcsolatban***

## ***A Máj (Gan)***

### ***Hol találjuk?***

A jobb bordaív alatt, Fa elemhez tartozik

## ***A Máj alapvető funkciói***

### ***1. Tárolja a Xuet***

Raktározza a Vért. A különböző élettani állapotoknak megfelelően szabályozza a kiáramlását a Vérnek a Májból.

A kínaiak úgy képzelték el, hogy az embernek nappal jól kering a Xue-ja, éjjel viszont a Xue elraktározódik a Májban. Alvás közben az ember vérszükséglete csökken, ilyenkor sok vért tárol a Máj. Ha ez nem történik meg, akkor alvási nehézségek lépnek föl. Ilyenkor van az, hogy nem tudja valaki átaludni az éjjelt, mert a Máj nem tudja raktározni a Xuet. Ha a Máj nem raktároz átalvási zavar van. (Ha valaki elaludni nem tud, ez Szív vagy Lép zavarra utal.)

Fizikai tevékenység során , ha valakinek több Vérre van szüksége a Máj biztosítja a több vér kifelé áramlását. Ha a test pihen a Xue visszatér tárolási helyére, a Májba.” A Xuet a Gan őrzi, a Szív keringeti, mikor az ember tevékeny ,a Vér az edényekbe kerül, majd pihenéskor visszatér a Májba”.

Mivel a Máj felelős az egyenletes Vér ellátásért, a Máj minden szervvel szoros kapcsolatban van.

Ha a Máj Vére elégtelen a beteg szemszárazságot panaszol, pislog, homályos a látása, azaz nincs elegendő vér a szemek táplálására. (Ilyenkor kezeljük a TaiChongot –Máj 3-és a GuangMing-Epehólyag37-pontokat)

Hogy találjuk meg az Eh37 pontot?

Először lokalizáljuk az Eh34-t, majd megkeressük a külboka közepét. E két pont összekötő vonal felétől 2 haránt ujjnyira, azaz 1,5 cun-nyira lefelé van az Eh37 pont. Vagy a külbokától 5 cun-nyira fölfelé haladunk. A fibula elülső éle előtt van a pont. Eh cs. Luo pontja.

A Máj Xue elégtelenség mellett szól az is, hogy a beteg ín, izomgörcsöket panaszol, ízületei merevek, menses kimarad, vagy gyenge.

Ha stressz hat a betegre ez megsértheti a Májat, Qije felszáll, ezt a Xue követi a beteg arca kivörösödik, stroke-hoz is vezethet.

## **2. Máj biztosítja a folyamatosságot**

A Máj biztosítja, hogy a szubsztanciák folyamatosan és zavartalanul áramoljanak. Ha a Máj funkció károsodott lökészerűen megy minden. Az, hogy a Qi és a Xue eljut mindenhol a szervezetben, a Májnak köszönhető.

3 dologban nyilvánul meg ez a folyamatos Qi és Xue ellátottság:

### **a.) érzelmi funkciókban**

A **Máj felelős** az érzelmi harmóniáért. Biztosítja a kiegyensúlyozott kedélyállapotot. A kedélyállapotért elsősorban a Szív felelős, a Shen egyik megnyilvánulása. A Szív viszont szoros kapcsolatban áll a Májjal. Ha a Máj nem biztosít folyamatosságot, a Qit és Xuet illetően, rendellenes lelki és érzelmi állapotok jelentkeznek. Az egyén vagy izgatott, vagy depressziós.

A düh Máj diszharmóniát okoz, ill. a düh a Máj diszharmónia kifejezője lehet.

### **b.) emésztés**

Ha a Máj jól működik a gyomor Qi le tud szállni, a Lép Qi felszállni, azaz jó az emésztés.

Ha nem biztosítja a Máj a folyamatosságot, a Gyomor Qi nem tud leszállni, a beteg böfög, émelygést érez, hányás jelentkezhet.

A Lép Qi, mivel nem tud felszállni, felpuffadt, feszes hasat eredményez, de lehet hasmenése is a betegnek.

### **c.) Qi és Xue**

A Xue cirkuláció a Qi-től függ. Igaz a Xue cirkuláció fő irányítói a Szív és Tüdő, de a pangás legfontosabb kivédője a Máj, mivel biztosítja a szabad áramlást. Ha e funkció rossz Xue és Qi pangás alakul ki, melynek tünete mellkasi nyomásérzet, jobb bordaív menti feszülés, algomennorhoea,

## **3. Máj uralja az inakat**

A Máj uralja az inakat. mert vérrel látja el őket.

Ha elégtelen a Máj vére, a beteg kezei, lábai remegnek. A végtagok zsibbadnak, merevek. Az ízületek nyújtása vagy hajlítása akadályokba ütközhet. Itt mozgásterápia, plusz Máj és Lép pontok kezelése javasolt

## **4. A Máj szemre nyílik**

A Máj nyílása a szem. A szem besárgul Máj probléma esetén.

Sok szem probléma a látási rendellenesség Májjal hozható összefüggésbe. Ha a Máj harmonikus a szemek meg tudják különböztetni az öt színt. Ha a Máj elég Vért kap, a szemek jól látnak.

## **5. A Máj külső megnyilvánulása**

Körömökön. Körömtöredezés, színtelen köröm, vájatok a körömökön ezek mind a Májjal kapcsolatos diszharmóniák. „Ha a Máj Vére bőséges, az inak ruganyosak, körömök csillogók, rózsaszínűek”.

*Az Epehólyaggal áll belső-külső kapcsolatban*

*A lábi JueYinMáj a kézi YueYinYin Szívburokkal áll lent-fent kapcsolatban*

## ***Szív (Xin)***

***Hol van a Szív?***

A Felső melegítőben, Tűz elemhez tartozik. „A Szív a Vér és a Véredények ura”. A Xue és Vérerek kormányzója.

## ***Szív alapvető funkciói***

### ***1. A Szív a Vér és Erek ura, ragyogása az arcon nyilvánul meg.***

Mit jelent ez?

A Szív felelős a Xue továbbításért, ellátottságért. A Szív szabályozza a Vér áramlást, így ha jól működik, a Vér akadálytalanul áramlik. A Szív, a Vér és Vérerek működésileg összetartoznak.

A Szív adja meg azt a lökést a Vérnek, hogy az edényekben keringhessen. A Szív Qi-je biztosítja a keringést. A Szív a test összes szövetének biztosítja vér ellátását. Ha a vérellátás elégtelen a kezek hidegek. Gyenge Szívre, emocionális problémákat nehezen elfogadó egyénre utalhat a nyelv közepén levő nem mély repedés.

Egyébként a vérre hatással van a Szív, mely vezényli, a Máj, mely tárolja, a Lép és a Vese melyek előállítják.

### ***Milyen pontokkal lehet tölteni a Szív Vérét?***

Bef 15, Sz7, Hh15 moxával

A kínaiak 5 energetikai réteget különítenek el, a vérerek is egy energetikai réteget képeznek:

- első réteg: bőr (Tüdő)
- második réteg: izomzat (Lép)
- 3. réteg: inak (Máj)
- 4. réteg: véreerek (Szív)
- 5. réteg: csontok (Vese)

*Hol van a Szív külső megnyilvánulása?*

Mivel a keringés az edényekben történik, s mivel ez utóiból sok van az arcon, a Szív ereje vagy gyengesége az arcszínben és pulzus változásban nyilvánulhat meg. Ha a Szív Qi, Szív Vér normális, azaz bőséges, az erek telítettek, a pulzus egyenletes, szabályos, az arc színe rózsaszín és fényes. Ha a Szív Vére elégtelen, az arc sápadt, vértelen, fénytelen. Ha a Szív Vére stagnál, az arc bíbor színű. „A Szív ragyogása az arcon nyilvánul meg”.

### ***2. A Szív tárolja a Shent, a „Shen székhelye”.***

Azt is mondják a Szív kormányozza a Shent. Ha a Szív Vére és Qi-je bőséges, a gondolkodás élénk, az elme tiszta. Ha a Szív Vére csökken, álmatlanság, gyakori álmok, emlékezet vesztés, izgatottság, irracionális viselkedés jelentkezik. Súlyosabb tünet lehet a hisztéria, elmezavar, irracionális viselkedés. Ha valaki álmatlanságban szenved, a Szív nem tárolja megfelelően a Shent-véleményezhetjük.

Terápia: ShenMen (Szív csatorna 7 pontja). E ponttal erősítjük a Szívet, hogy jobban tárolja a Shent. Hasonló hatású még a Bef 15 pont, mely szintén táplálja a Szív Vérét, ha az hiányos.

### ***3. A Szív a nyelvre nyílik***

A Szív diszharmóniák a nyelven vehetők észre. Ha a Szív Vére bőséges, az arc rózsaszínű, nedves és fényes. Ha a Szívben Vér hiány van, a nyelv sápadt, halvány, ugyanekkor az arc is sápadt fénytelen. Ha a Szívben a vér pang, a nyelv bíbor színű (cianotikus). Az arc is bíbor színű lehet ilyenkor.

Ha a nyelven gyulladás észlelhető, a nyelv fájdalmas. A kezelést a szív működést befolyásoló pontokon végezzük. A beszéd is a Szívvel, Szívbu-rokkal kapcsolatos, mivel a Shen kontrolja alatt áll. Ha például a patogén Forróság vagy egyéb károsító tényező támadja a Szívet, károsul a beszéd.

***A Vékonybéllel áll belső-külső kapcsolatban***

***A kézi Shao Yin Szív a lábi Shao Yin Vesével áll lent-fent kapcsolatban***

## ***Szívbu-rok (XinBao)***

A Szív külső védőrétege. Ez a hatodik Yin szerv.

### ***Szívbu-rok alapvető funkciói***

Az általános elmélet szerint a Szívburkot csak annyiból különböztetik meg a Szívtől, hogy ez az első védelmi vonal a Szívet támadó Külső Ártalmas hatásokkal szemben. Külön csatorna képviseli.

***A Hármás Melegítővel áll belső-külső kapcsolatban***

***A kézi Yue Yin Szívbu-rok a lábi Yue Yin Máj-jal áll lent-fent kapcsolatban***

## **Fu Szervek**

Yang Szervek fő funkciója az étel befogadása, a használható részek felvétele és a salakanyagok szállítása és kiválasztása. A Yang Szervek kapcsolata az alapvető Szubsztanciákkal nem annyira közvetlen, mint a Yin Szerveké. A Yang



Szervek inkább kívül helyezkednek el, míg a Yinnek belül. Minden egyes Yang szervnek van egy Yin párja, amellyel külső-belső viszonyban van.

## **Epehólyag (dan)**

Az Epehólyag egyetlen Yang Szerv, mely nem alakít át tisztátalan szubsztanciákat

Az Epehólyag tárolja és kibocsátja az epét, melyet a Máj fölös Qi-je termel folyamatosan. Az Epehólyag az epét lefelé továbbítja, ahol az beleömlik a Belekbe és az emésztés folyamatát segíti. A Máj és az Epehólyag kölcsönösen szoros függésben vannak egymással. A Máj áramoltató és elosztó funkciójának bármely zavar kihat az Epehólyag epe-kibocsátására. Megfordítva, az Epehólyag diszharmóniája visszahat a Májra, mely a következő tünetekben nyilvánulhat meg: keserű folyadék hányása, sárgaság.

A Nei Jing azt mondja, hogy az Epehólyag a döntések ura. Ez más szóval azt jelenti, hogy a düh, harag és az elhamarkodott döntések az Epehólyag Qi Többlet következményei lehetnek. A döntésképtelenség és a félnkség pedig az Epehólyag diszharmóniája és gyengesége miatt léphet fel.

*Az Epehólyag kívül-belül párja a Máj*

*A lábi ShaoYang Epehólya a kézi ShaoYang HáromMelegítővel áll lent-fent kapcsolatban*

## **Gyomor (Wei)**

Az elfogyasztott ételt tiszta és zavaros részre választja, a tisztát felküldi a Léphez, ahol Qi és Xue-vé alakul, a zavarost lejuttatja a Vékonybélhez. Normális működés mellett a Qi-t lefelé irányítja, míg a Lép fölfelé. A Léppel együtt a postnatalis Qi gyökere. Ha a Gyomor befogadó és leszálló funkcióval probléma van, émelygés, gyomorfájás, haspuffadás, böfögés, hányinger jelentkezhethet.

*A Gyomor kívül-belül párja a Lép*

*A lábi YangMing Gyomor a kézi YangMing Vastagbél csatornával áll lent-fent kapcsolatban*

## **Vékonybél (xiao-chang)**

*Melyek a Véb funkciói?*

A vékonybél szerepe a „tisztá” és a „zavaros” elválasztása. Azt kapja meg, amit a Gyomor nem tudott teljesen feldolgozni és folytatja a lebontás és a felszívás

folyamatát. A „tisztá” részt a Vékonybél kiválasztja és elküldi a Léphez, a „zavaros” pedig tovább halad lefelé a Vastagbélbe. A bejuttatott ital egy része közvetlenül a Vesékhez és a Húgyhólyaghoz kerül.

### ***Melyek a diszharmóniái?***

A Vékonybél működésének zavarai hasi fájdalmakban, bélkorgásban, hasmenésben vagy székrekedésben nyilvánulhatnak meg.

***A Vékonybél kívül-belül párja a Szív***

***A kézi TaiYang Vékonybél a lábi TaiYang Húgyhólyaggal áll lent-fent kapcsolatban***

## **Vastagbél (da-chang)**

### ***Melyek a Vastagbél funkciói?***

A Vastagbélben az étel- és az ital zavaros részei tovább haladnak lefelé, míg a víztartalmuk jó része visszaszívódik. Ez a folyamat, ami a széklet kialakulásával és kiürítésével végződik, a Vastagbél ellenőrzése alatt áll.

### ***Melyek a diszharmóniái?***

Ha a Vastagbél működése nem harmonikus, hasi fájdalom, bélkorgás, hasmenés vagy székrekedés lehet az eredmény.

***A Vastagbél kívül-belül párja a Tüdő***

***A kézi YangMing Vastagbél a lábi YangMing Gyomor csatornával áll lent-fent kapcsolatban***

## **Húgyhólyag (pang-guang)**

### ***Melyek a Húgyhólyag funkciója?***

A Húgyhólyag funkciója a vizelet befogadása és kiürítése. A vizeletet a Tüdők, a Vékonybél és a Vastagbél által közvetített zavaros folyadék végső állomásaként a Vesék állítják elő.

A Hólyag és a Vesék páros kapcsolódásának klinikai jelentősége, hogy egymás működését kölcsönösen kiegészítik. A Hólyag diszharmóniája vizelet visszatartási vagy ürítési problémákat, vizelés közben égő érzést okozhat.

***A Húgyhólyag kívül-belül párja a Vese***

A Hólyag és a Vesék páros kapcsolódásának klinikai jelentősége, hogy egymás működését kölcsönösen kiegészítik.

*A lábi TaiYang Húgyhólyag a kézi TaiYang Vékonybéllel áll lent-fent kapcsolatban*

## **Hármas Melegítő (san-jiao)**

### ***Mit jelent a Hármas Melegítő?***

Szokás még Három Melegítőnek vagy latinul Calor Triplex-nek nevezni. Szó szerint annyit jelent, hogy a „három, ami melegít” vagy „a három, ami megperzsel”.

A Hármas Melegítő a hatodik Yang Szerv, bár határozott Szerv jellege, a klasszikus szövegekből nem derül ki pontosan. Ez a Szerv félreértések és viták forrása. A kínai orvosok többsége megegyezik abban, hogy a Hármas Melegítőnek van neve, de nincs formája.

### ***Mi a Hármas Melegítő funkciója?***

Legjobban úgy érthetjük meg, mint a víz-szabályozásában résztvevő különböző Szervek közötti funkcionális kapcsolatot. Főleg a Tüdő, a Lép és a Vese jön számításba, de ide kell értenünk a Vékonybelet és a Húgyhólyagot is. A Hármas Melegítő nem úgy létezik, mint egy ezektől a Szervektől független egység, inkább, mint egy hálózat, amely egységes rendszerbe fogja őket.

A kínai orvosi gondolkodás szerint a Tűz szükséges a Víz kontrolljához. a Hármas Melegítő elnevezésben szükségszerűen benne van a Tűz és a Nei Jing hangsúlyozza, hogy a Hármas Melegítő ellenőrzi a test Vizét. Úgyis szerepel benne, mint „az a Felelős, aki Szétrepeszti a Víz Gátat” vagy másként ott van „ahol a Víz Csatornája ered”. A Nei Jinghez hasonlóan a hagyomány is azt tartja, hogy a Lép, a Vese, a Gyomor, a Vastagbél, a Vékonybél és a Húgyhólyag Víz-mozgató funkciói a Hármas Melegítő szabályozása alatt állnak.

A Nei Jing arról is beszél, hogy „a Felső Melegítő ködöt képez”. A köd áthatoló képességével hagyományosa megfeleltethető a vízpárának a Tüdőkben, ami később testszerte szétoszlik.

„A Középső Melegítő habot képez.” Ezt a hagyomány a Gyomor és a Lép emésztésben szerepet játszó, habosra keverő tevékenységével hozza kapcsolatba.

„Az Alsó Melegítő mocsarakat képez.” Ez utalás a tisztátalan kiválasztására, elsődlegesen a Vesék, a Vastag- és a Vékonybél valamint a Húgyhólyag funkciójára.

Az alábbiakban még egy másik, általánosan elfogadott nézetről szólunk a Hármás Melegítővel kapcsolatban. Eszerint a Hármás Melegítő a testet három területre különíti el.

A Felső Melegítőé a fej és a mellkas, beleértve a Szívet és a Tüdőt.

A Középső Melegítőé a mellkas alatti, de a köldök feletti terület, a Léppel és a Gyomorral.

Az Alsó Melegítőhöz a köldök alatti, hasüregi terület tartozik, ide értve a Májat és a Vesét. (A Máj helyzete nem tényleges elhelyezkedésének, hanem akupunktúrás vezetéke lefutásának felel meg.)

***A Három Melegítő kívül-belül párja a Szívburok***

***A kézi ShaoYang Három Melegítő a lábi ShaoYang Epehólyaggal áll lent-fent kapcsolatban.***