

# Köhögés

---

A kínai medicina szerint a köhögés jelenti a Tüdő funkció károsodásának alapját. A köhögést okozhatják Külső patogén faktorok, valamint Belső károsodások. „A 6 Qi-hideg, nyári hőség, szárazság, nedvesség, szél, tűz-mind okozhat köhögést”. „Annak ellenére, hogy a köhögés a Tüdő betegsége, kiválthatja a köhögést mind az 5 Zang szerv, illetve mind a 6 Fu szerv károsodása”. Függetlenül attól, hogy a köhögést külső, vagy belső ok okozza, megjelenése a Tüdő leszálló funkciójának károsodásával kapcsolatos. Mint ismeretes, a Tüdő a legfelső Zang szerv, leszállással kapcsolatos. A Tüdő Qi-nek le kell szállni normális esetben, a Qi-vel együtt a Folyadékok leszállásáért is felelős. Ha ez a funkció sérül, megjelenik a köhögés.

## 1. Külső Szél-Hideg hatás, vagy Hideg-Szél sérti a Tüdőt, vagy Szeles-Hideg köhögés

### Etiológia Patogenesis.

Külső Szél-Hideg hatás leggyakrabban ősszel és télen jelentkezik, különösen a Yang hiányos egyéneknél. A Tüdő kapcsolatban van külsőleg a bőrrel, orra nyílik, a Tüdő „kapuja” a torok. A Külső patogén Szél behatolása a szervezetbe a bőrrel, orral, torokkal kapcsolatos, éppen ezért e szerv károsodik elsősorban hatásakor..

Normális esetben a Tü Qi le kell szálljon, Qi-vel együtt a szervezet Folyadékjait is leszállásra kényszerülnek. Ha e funkció sérül, Tüdő Qi felszállás keletkezik, aminek alap tünete a köhögés

### Tünetek.

Köhögés világos, híg köpettel, torokban kaparó érzet, rekedtség, eldugult orr, vagy csöpögő orr, nátha az orr váladék átlátszó, tüszögés, **erős hidegrázás, borzongás**, jelentéktelen láz, **izzadás hiánya**, testi fájdalmak, ízületi fájdalom, tarkótáji fejfájás, nyaki izmok rigiditása, nem szomjas, ha szomjas forró italt kíván, nyelv világos, rajta **vékony, fehér lepedék, pulzus felszínes**, feszes.

### Tünetek elemzése.

A Külső patogén Szél-Hideg hatására elsősorban a Tüdő sérül, károsodik leszállító funkciója, ezért köhögés, orredugulás, tüszögés jelentkezik. Károsodik a Tüdő Qi-t és Folyadékokat szétosztó funkciója, ami náthát, váladékos köhögést okoz. Tüdő a torokkal kapcsolatos. A Tüdőben zajló patológias változások gyakran okoznak torok fájdalmat, rekedtséget. Tüdő a bőrrel is kapcsolatos. A Szél-Hideg hatására bezárulnak a bőr pórusai, a Védő Qi pangani kezd, hidegrázás, izzadás nélküli (mivel a pórusokat elzárja a Hideg) láz, egész test, valamint ízületi fájdalom jelentkezik. A legfelső pozícióban levő fej, a leginkább kitett a patogén Külső Szél hatásnak A Patogén Szél-Hideg leginkább a lábi Tai-Yang Hh csatornára terjed, e csatorna áthalad a háton és az occipitalis region. Ez utóbbi magyarázatot ad arra, miért okoz a Szél-Hideg tarkótáji fájdalmat, rigiditást a nyaki izmokban. A Tüdők az orra nyílnak. A patogén Hideg behatolása a Tüdőbe orr eldugulást, átlátszó váladékkal kísért náthát, tüszögést okoz. Szomjúság hiánya, vagy ha iszik csak meleg folyadékot kíván, a világos nyelv, mely vékony, fehér lepedéssel bevont, a felszínes, feszes pulzus, mind a Szél-Hideg Külső patogén hatás jelei.

## Kezelési elv

Szél kiűzés, Hideg oszlatás, a testfelszín felszabadítása a patogén Qi hatástól, a Tüdő Qi és Folyadékokat szétterjesztő funkciójának aktiválása, a Tü nedvesítése és a köhögés enyhítése

## Kezelési variánsok

- FeiShu **Hh13**, LieQue **Tü7** (Szelet elűz, különösen a Külső Szelet, stimulálja a Tü Qi leszállást), HeGu Vab.4, FengQi Eph.20.
- FeiShu **Hh13**, LieQue **Tü7**, HeGu **Vab.4**, WaiGuan **Hm5**. Fejfájás esetén FengQi **Eh20** és ShanXing **Kor23**, végtag fájdalom esetén KunLun **Hh60** és WenLiu **Vab7**.
- FeiShu **Hh13**, LieQue **Tü7**, HeGu **Vab.4**, FengQi **Eph.20**, FengMen **Hh12**( felszabadítja a Külsőt,Szelet elűz, fejfájásnál kiemelten hatásos).
- FeiShu Hh13, LieQue Tü7, HeGu Vab.4, tüszúrás után a FeiShu ponokra célszerű köpöly felhelyezése..

## Módszer.

Könnyed manipuláció, inkább harmonizálás, moxa.

## 2. Külső Szél-Forróság hatás, vagy a Forróság eltömíti a Tüdőt, vagy Szeles-Forróság köhögés

### Etiológia. Patogenesis.

Külső patogén Szél-Forróság hatás leggyakrabban tavasszal és nyáron jelentkezik, szabályszerűen inkább Yin hiányos páciensekre jellemzően. A patogén Szél miután behatol a szervezetbe, elsősorban a Tüdőt sérti, károsítja, leszállító funkcióját, kóros Qi felszállást eredményez, melynek tünete a köhögés.

### Tünetek.

Gyakori erős, mélyről jövő, **fojtó köhögés**, nehezen felköhöghető sárga, sűrű, ragadós köpettel, durva légzés, torok szárazság, szomjúság, hideg folyadékot kíván, torok nyálkahártya duzzanat, fájdalmas, **láz verejtékkal**, borzongás nélkül enyhe hidegrázás és szél-iszony, homlok, halántéktáji fejfájás, nyelven vékony, sárga lepedék, felszínes szapora pulzus.

### Tünetek elemzése

A Külső patogén Szél-Forróság hatására elsősorban a Tüdő sérül, károsodik leszállító funkciója, ezért köhögés a jellemző tünet. A Forróság a szervezet Folyadékjait csökkenti ezért a köhögést sűrű, nehezen felköhöghető, sárga köpet jellemezi, mely torok szárazsággal, szomjúsággal jár. A Tüdő a torokkal kapcsolatos, ezért ha Szél-Forróság behatol a Tüdőbe, a torok nyálkahártya megduzzad, fájdalmassá válik A patogén és éltető Qi harca alakul ki, láz, verejtékezés kíséretével, szél averzióval. A fej, mint a legmagasabban levő testrész, leginkább ki van téve a patogén Szél okozta káros hatásnak. A patogén Szél-Forróság terjedési csatornája a szervezetben a Yang-Ming és Shao-Yang, ezért jelentkezik a fejfájás homlok és halánték tájon. A vékony, enyhén sárgás lepedék a nyelven, valamint a felszínes és szapora pulzus – Szél-Forróság támadás jelei.

## Kezelési elv

Szél elűzése, éáz-forróság hűtése, Tüdő funkció helyreállítása.

## Kezelési variánsok

- HeGu **Vab4**, **Vab11** (felszabadítják a Külsőt, Forróságot hűtik), LieQue **Tü7** (Tü Qi leszállást biztosítja), ShaoShang **Tü11** (torok fájdalom esetén pontszerű vérlebecsátás)
- ChiZe **Tü5**, FeiShu **Hh13**, QuChi **Vab11**, DaZhui **Kor14**. Torok nyálkahártya duzzanat és fájdalom esetén szűrés és véreztetés a ShaoShang Tü11 pontokból. Ha a verejtékezés elmarad szűrjük a HeGu Vab 4 pontokat.
- DaZhui **Kor14** (hűti a Forróságot), FeiShu **Hh13**, LieQue **Tü7**, HeGu **Vab 4**, YuJi **Tü10**.
- FeiShu **Hh13**, LieQue **Tü7**, HeGu **Vab 4**, QuChi **Vab11**, DaZhui **Kor14**
- **Hh12**, **Kor16**, **Eh20** (Külső Szél elűzők)
- **Hm5** (Szél-Forróság elűző, Külső felszabadító)

## Módszer

Tűszűrésnél levezetés, moxa tilos.

### 3. Nyálka és Nedvesség felgyülemzése a Tüdőben, vagy Nedves Nyálka gátolja a Tüdőt

#### Etiológia. Patogenesis

A kínai medicina úgy véli: «*a Lép — a Nedvesség képződés forrása, a Tüdő — a Nedvesség tároló helye*». Ha hosszas betegség, túlhajszoltság, helytelen táplálkozás hatására a Lép, vagy Vese Qi legyengül, hiányossá válik, károsul a Lép átalakító, szállító funkciója, a Belsőben Nedvesség halmozódik fel. Idővel a Nedvesség Nyálkává transzformálódik, majd fölemelkedik, a Tüdőben összegyűlik, sérti a Tüdő leszállító funkcióját, így köhögés alakul ki, nagy mennyiségű köpet kíséretével. Hasonló köhögést okoz a nem teljesen kikezelt Külső patogén Szél okozta köhögés is, itt a Folyadékok elosztó funkciója sérül a Tüdőnek. A Folyadékok a Tüdőben rekednek és sok váladékkal kísért köhögést okoznak. Ez a minta általában hosszabb ideig lappang, mint az előző kettő

#### Tünetek

Sok ragacsos, világos váladékkal kísért mélyről jövő, rohamszerű köhögés, a váladék könnyen felköhöghető. A köhögés reggelente a leggyakoribb, tompa hangú, fulladás, mellkasi teltségérzet kísérheti. Fekve légzési nehézség, mivel fekve a Tüdő Qi még nehezebben száll le Csökkent étvágy, fáradékonyság. Vastag, nyúlós lepedékkel borított nyelv, mely fehér, ha a gátló Nyálka Hideg, sárga, ha Forró, a pulzus csúszós (ez a Nedves Nyálka legfontosabb ismertető jele).

#### Tünetek elemzése

Ha a Tüdő Nedvesség átalakító és transzportáló funkciója sérül, a Belsőben Nedvesség halmozódik fel. A Nedvesség felemelkedik összegyűlik a Tüdőben, sérti leszállító funkcióját, emiatt köhögés alakul ki, sok slejmmel, mellkasi telítettség érzettel, fulladással. Ha a Lépnek sérül az átalakító, szállító funkciója, csökken az étvágy, fáradékonyság alakul ki. A fehér zsíros lepedék a nyelven, a csúszós pulzus a Nyálka–Nedvesség felgyülemlésének jelei a Belsőben.

#### Kezelési elv

Lép erősítése, Tüdő funkció helyreállítása, Nedvesség kiűzése, Nyálka oldása.

## Kezelési variánsok

- FeiShu **Hh13** (Tü Qi leszállást segíti), TaiYuan **Tü9**, TaiBai **L3**, FengLong **Gy40**. Tü7 (TüQi leszállást segíti, így csökken a köhögés), Tú1Nyálka csökkentő, Tú Qi leszállást segíti
- FeiShu **Hh13**, PiShu **Hh20**, TaiYuan **Tü9**, TaiBai **L3**, FengLong **Gy40** (Nyálkát eltávolít), HeGu **Vab.4**. Fulladás esetén asztma pont:DingChuan.
- DaZhui **Kor14**, PiShu **Hh20**, LieQue **Tü7**, FengLong **Gy40**, DaZhui Kor14 -be a tüszúráa után köpöly,
- FeiShu **Hh13**, ZhongWan **Bef 12**, ChiZe **Tü5** (Tü-ből Nyálka eltávolító), ZuSanLI **Gy 36**, FengLong **Gy40**, TaiYuan **Tü9**, ZhongWan **Bef 12**
- TianTu **Bef 22** (torokban csökkenti a Nyálkát), FeiShu **Hh13**, TaiYuan **Tü9**, ShenZhu **Kor12**, TanZhong **Bef 17** (Tü Qi leszállást segíti), PiShu **Hh20**, ZuSanLI **Gy 36**, **Hh23** (erősíti a Vese Yang-ot)
- **Szb6** (mellkasból Nyálka eltávolító)
- **Bef12 és Hh20** (Lép töltők, hogy a Nyálka csökkenjen)
- **Bef9** (stimulálja a Lépet, hogy tudja a Nyálkát átalakítani, szállítani)

### Módszer:

Töltés és levezetés (**Hh20, Bef12, Hh23**) tüszúrásnál, moxa.

Megjegyzés:Klinikai gyakorlat azt mutatja, hogy a Szb5 és Bef 22 a leghatásosabb a Nyálka oldására a Felső Melegítőben. A Gy 40 és a L3 a Középső Melegítőben képződött Nyálka oldására jó (pl Lép Yang Hiány Nyálka)

## 4. Yin hiány okozta Tüdő Szárazság, vagy Hiányos Yin a Tüdőben

### Etiológia. Patogenesis.

Különböző etológiájú krónikus köhögés esetén, károsodhat a Tüdő Yin. Ezt az állapotot okozhatja Külső patogén Szárazság, Forróság, túlhajszoltság Általában akkor is előfordul, ha a Vér hiányos, A Tüdő Yin csökkenése Belső viszonylagos Forróságot okoz, ez károsítja a Tüdő leszállító funkcióit, kóros Qi felszállás alakul ki, melynek jele a száraz köhögés.

### Tünetek.

**Száraz köhögés**, köpet nincs, vagy kis mennyiségű sűrű köpet, melyben kis vér is előfordulhat, száj és torok szárazság, hőemelkedés, láz a nap második felében, piros orcák, Talp és tenyér égés, **éjjeli izzadás**. Nyelv vörös, rajta vékony lepedék, pulzus gyenge, szapora.

### Tünetek elemzése

Ha a Tüdő Yin csökken, a Tüdő leszállító funkciója sérül, a Qi kóros felszállás alakul ki, ami száraz köhögést, száraz szájat, torkot eredményez Ha Yin csökken a Yang (Forróság) aktiválódik ez eredményezi a lázat, piros orcát , a talpak és tenyér forróságát, éjjeli izzadást A vörös nyelv, a szapora, de gyenge pulzus — Yin Hiány jelei, Forróság aktivációval.

### Kezelési elv

Yin töltés, a Tüdő leszálló funkciójának erősítése,légzési funkciók szabályozása, Forróság hűtése, vérköpés megállítása

## Kezelési variánsok

- FeiShu **Hh13** (Tü Qi és Yin töltő), TaiYuan **Tü9** (Tü csatorna Yuan pontja, tölti a Tü Yin-t), TaiXi **V3, V6** (Vese Yin töltők, különösen száraz torok, rekedt hang esetén, jó ilyenkor kombinálni a Tü7 ponttal-így megnyitjuk a Ren Mai Különleges csatornát, mely segítségével a Tü Qi leszállást fokozzuk, töltjük a Vese Qi-t és Yin-t).
- FeiShu **Hh13**, TaiXi **V3**, SanYin,Jiao **L6** (tölti a Yint), LieQue **Tü7**.
- FeiShu **Hh13**, ZhongFu **Tü1**, LieQue **Tü7**. ZhaoHai **V6**. Véres köpet esetén KongZui **Tü6**, GeShu **Hh17**.
- FeiShu **Hh13**, ChiZe **Tü5**, LieQue **Tü7**, TianTu **Bef 22**,
- FeiShu **Hh13**, TaiYuan **Tü9**, ShenZhu **Kor12** (Tü Qi és Yin töltő), TanZhong **Bef 17** (Tüdő Qi és Yin töltő), ShenShu **Hh23**, GaoHuang **Hh43** (különösen krónikus esetben hatásos).
- **Bef4** ha a Vese Yin is hiányos, csökkenti a szárazságot a torokban, csökkenti a rekedtséget. E pont leszállítja a Tüdő Üres Forróságát, amit a Yin Hiány okoz.
- **Tü10** csökkenti a Tüdő Üres Forróságát, ha levezetjük
- **Bef12** és **Gy36** Gy-t tölt, a Folyadékot táplálja

**Módszer** Tűszúrásnál stimuláció.

## 5. Máj Tüze égeti a Tüdőt

### Etiológia. Patogenesis.

Ha a Máj Qi pang, aminek legtöbbször emocionális faktor az oka, de lehet túlzott alkohol, vagy zsíros, húsos étel fogyasztás is, melyek következtében a Máj Tüze fellángol. A Tüz tulajdonsága a felszállás, a lábi YueYin Máj csatornán keresztül történik e felszállás, e felszálló Máj Tüz a Tüdőt égeti. sérti leszállító funkcióját, melynek eredménye a köhögés. Ezt a folyamatot a kínai úgy hívja «a Fa Tüze bünteti a Fémet.

### Tünetek.

Rohamszerű köhögés, kevés ragadós köpettel, néha vér is látható a köpetben, torok szárazság, kaparó érzés torokban, bordaív menti nyomásérzet, fájdalom, dührohamok, ingerlékenység, feszítő jellegű fejfájás, szédülés, szemvörösség, keserű szájíz, nyelv vörös, rajta vékony sárga lepedék, pulzus szapora, húrszerű.

### Tünetek elemzése

Ha a Máj Tüze sérti a Tüdőt, károsul annak leszállító funkciója, köhögés jelentkezik. Torok — «a Tüdő kapuja», ezért lép fel torok szárazság, kaparó érzés. A Tüdő ereit is sérti a Forróság, ezért lehet vér is a köpetben. A Májra jellemző emocionális faktor a düh, ingerlékenység, itt mindkettő jelen lehet. A Máj Tüze felfelé száll ezért alakul ki a feszítő fejfájás, szédülés, vörös szem, keserű szájíz. A vörös nyelv, rajta a sárga vékony lepedék, a húrszerű, szapora pulzus — Máj Tüz fellángolás jelei.

### Kezelési elv

Le kell hűteni a Máj és Tüdő Tüzét

### Kezelési variánsok

- FeiShu Hh13, GanShu Hh18, JingQu Tü8, TaiChong M.3. Torok szárazság, kaparás ZhaoHai V6, köpet nélküli köhögésnél, vagy véres köpet esetén — KongZui Tü6.

- TaiChong M3, YangLingQuan Eh.34, ChiZe Tü5.

### Módszer.

Levezetés tűkezelésnél.

### Receptek ősi forrásokból:

- Köhögés: PoHu **Hh42**, QiShe **Gy11**, YiXi **Hh45**
- Köhögés és fulladás: JingQu **Tü8**, TianFu **Tü3**
- Köpet nélküli köhögés, fulladás: TianTu **Bef 22**, HuaGai **Bef20**
- Köpet nélküli köhögés, ingerlékenység: ZiGong **Bef 19**, YuTang **Bef 18**, Taixi **V3**
- Köpet nélküli köhögés, mellkasi telítettség érzete, háti fájdalom, fulladás: moxa a **Kor 14** DaZhui pontban és a **M 14** QiMen -ben.
- Köhögés, fulladás: ShaoShang **Tü11**, DaLing **Szb7**
- Köhögés, tenyér forróság: JingQu **Tü8**, XingJian **M2**
- Köhögés, fulladás, véres-gennyes köpet: KuFang **Gy14**, ZhongFu **Tü1**, ZhouRong **L20**, ChiZe **Tü5**
- Köhögés: moxa FeiShu **Hh.13**, FengMen **Hh.12**
- Köhögés: moxa TianTu **Bef 22**, FeiShu **Hh.13**, JianJing **Eh21**, ShaoShang **Tü11**, RanGu**V2**, GanShu **Hh18**, QiMen **M14**, XingJian **M2**, LianQuan Bef 23, FuTu **Vab18**, tűszúrás: QuZe **Szb3**, QianGu **Véb2**.
- Krónikus köhögés: FeiShu **Hh.13**, ZuSanLi **Gy36**, TanZhong **Bef 17**, RuGen **Gy18**, FengMen **Hh12**, QuePen **Gy12**
- Fulladás és köhögés nagy mennyiségű köpettel: ShuFu **V27**, RuGen **Gy18**
- Köhögés Nyálka –Szél jellegű: LieQue **Tü7**, TaiYuan **Tü9**
- Köhögés Hideg-Nyálka jellegű: : LieQue **Tü7**, TaiYuan **Tü9** (A Tü7-ből a TaiYuan felé vezessük a tűt)
- Éles, krónikus köhögés: FeiShu **Hh13**, TianTu **Bef 22**
- Köpetes köhögés: FengLong **Gy40**, FeiShu **Hh13**

### Egyéb irodalmi lehetőségek köhögés esetén

Recept választáshoz javasolt pontok: Bef12, Bef14, Bef17, Bef22, M14, Tü1, Tü5, Eh21, Hh12, Hh13, Hh43, Kor11

Légúti infekciót kísérő erős köhögés Tü1, Tü7, Bef14, Bef 17- e pontokat 5 percig tölteni, Hh12, Hh13, Tü5 pontokat levezetni.

Krónikus köhögés esetén következő pontok moxa kezelése: Hh13, Hh23, Hh43, Gy36.

Száraz, torok kaparó érzésével járó köhögés esetén akupunktúra: Bef22 (a tűt retrosternálisan vezetjük be, a kiváltott érzés a trachea felé kell sugározzon), Bef 14 a tűt a sternum felé irányítjuk, M14(lentről fölfele a kiváltott érzés a mell felé sugározzon), Hh13 levezetés, Szb4 levezetés, moxa

Éjjel fokozódó köhögés esetén: moxa L6, Hh13, Hh43