



東洋医学公益講座

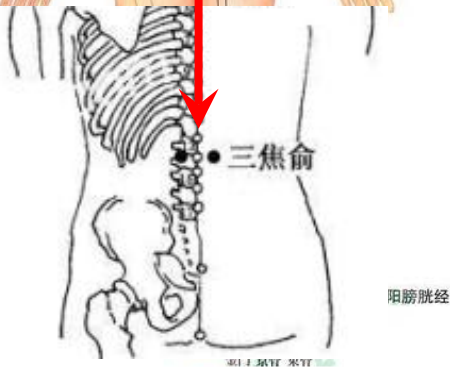
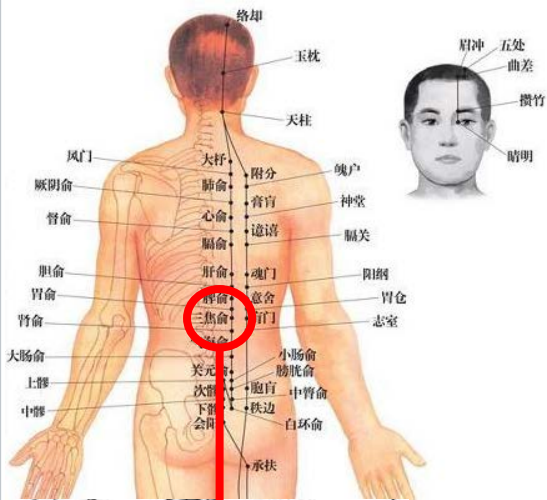
第76回

- ✓ 講師：羅 予澤
- ✓ 提供：未病予防協会
- ✓ 協賛：(株)ベンチャーバンク

先人の智慧、後世の階段

十二正経 膀胱経_三焦俞~委中

膀胱経の経穴 22番目の穴 三焦俞



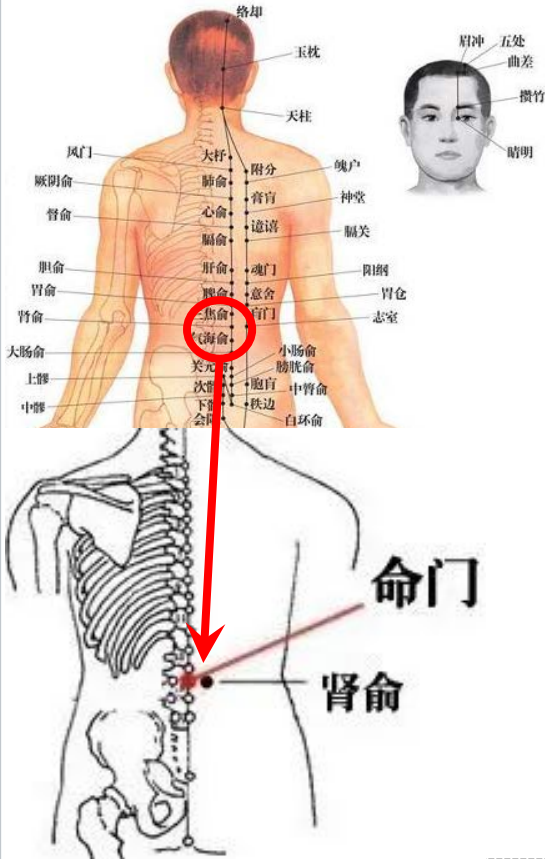
膀胱经

懸枢の外方1.5寸
第1腰椎横突の下

三焦や腎の気が集まるところ

腰痛の治療に使う

膀胱経の経穴 23番目の穴 腎俞



命門の外方1.5寸
第2腰椎横突の下

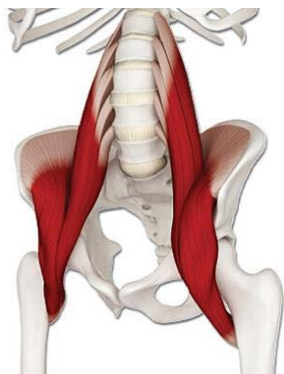
腎の気が集まるところ

腎の病、腰痛の治療に使う

大腰筋と腰痛



1, 2, 3番腰椎の横突は大腰筋の始点

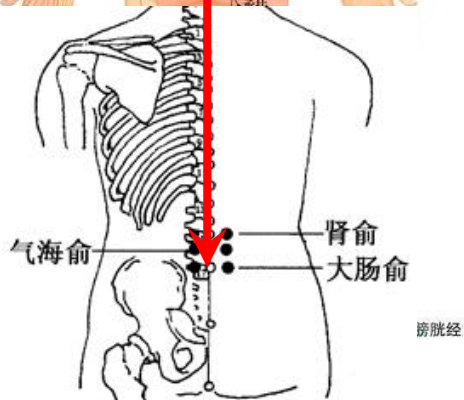
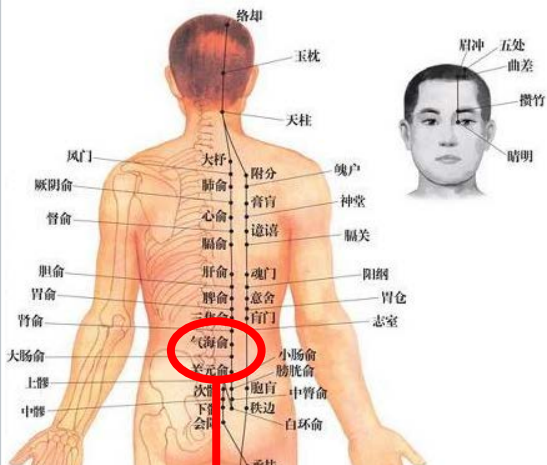


大腰筋が損傷すると
三焦俞・腎俞あたりが痛い

大腰筋の損傷による腰痛が起こる



膀胱経の経穴 25番目の穴 大腸俞

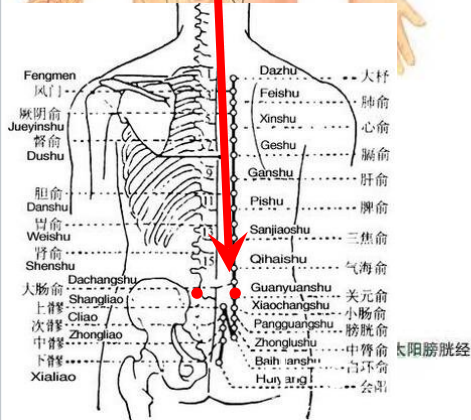
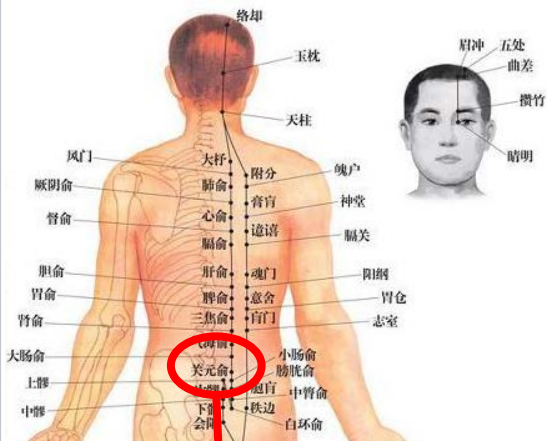


気海俞の下
第4腰椎横突の下

大腸の気が集まるどころ

大腸の病、便秘
ぎっくり腰に効く

膀胱経の経穴 26番目の穴 関元俞

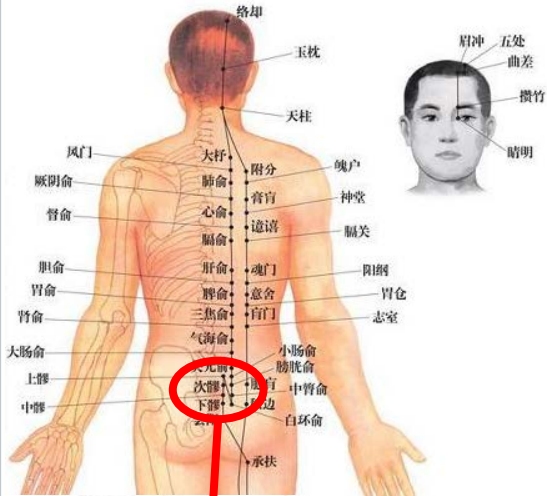


大腸俞の下
第5腰椎横突の下

任脈の気が集まるところ

ぎっくり腰、不妊症、
生理不順に効く

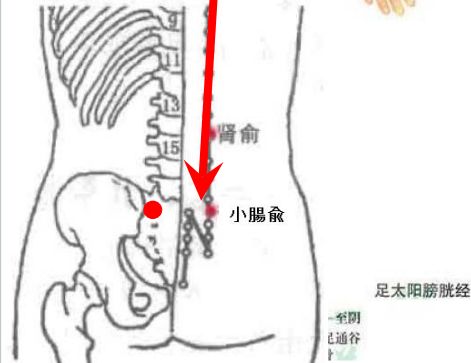
膀胱経の経穴 27番目の穴 小腸俞



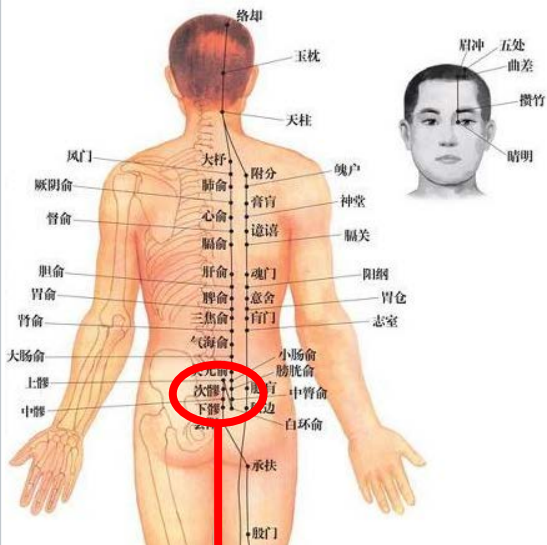
正中仙骨稜第1仙椎棘突起部
の下外方1寸5分

小腸の気が集まるところ

ぎっくり腰、便秘、遺精、
不妊症、生理不順に効く



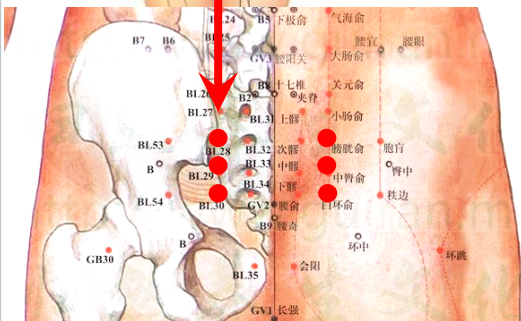
膀胱経の経穴 28～30番目の穴



膀胱俞, 中膂俞, 白环俞

仙腸関節に位置する

骨盤の歪みの
チェックポイント



骨盤の歪みと足組み

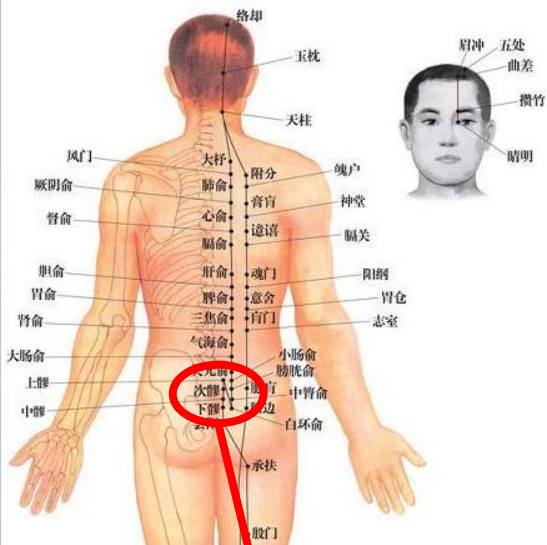
片方のお尻に体重をかけ続けると
骨盤の歪みを起さる



骨盤の歪みは
ぎっくり腰、坐骨神経痛を招く



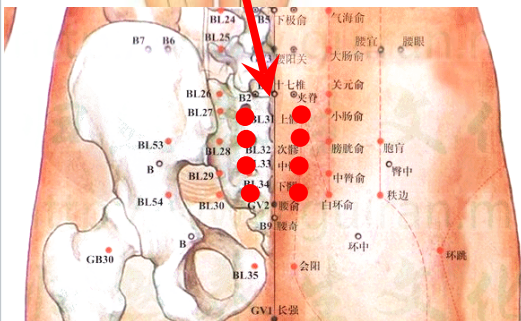
膀胱經の経穴 31～34番目の穴



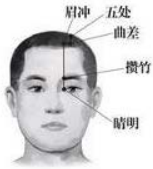
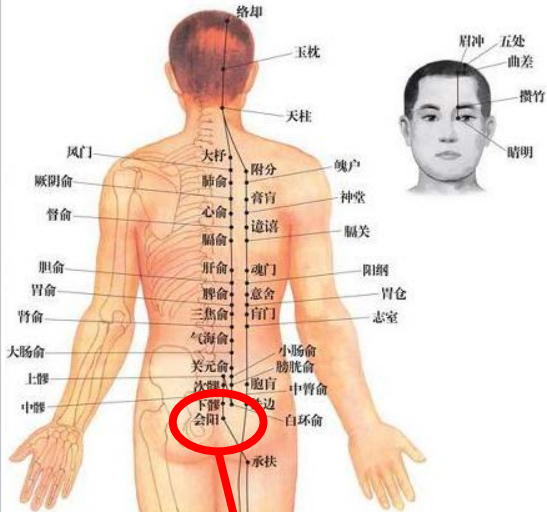
上髎、次髎、中髎、下髎

髎 = 骨の孔

生殖器疾患、
婦人科疾患に効く



膀胱経の経穴 35番目の穴 会陽



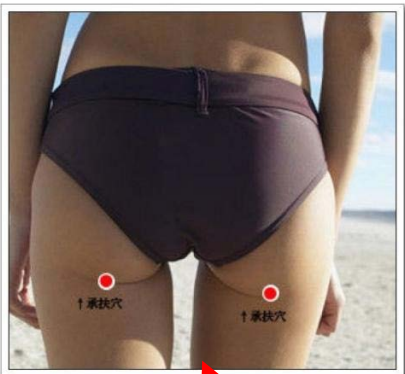
尾骨下端のすぐ横

尾骨が歪むとここが痛い

痔、下り物、EDに効く

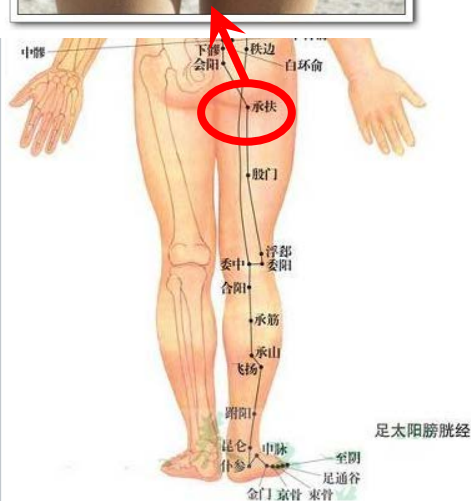


膀胱経の経穴 36番目の穴 承扶

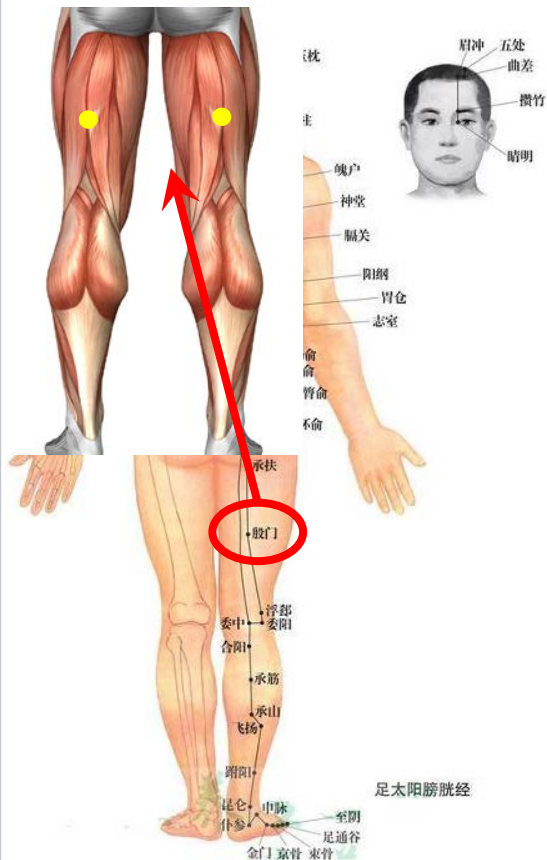


お尻の下

子供抱っこの時に
支えるところ



膀胱経の経穴 37番目の穴 殷門

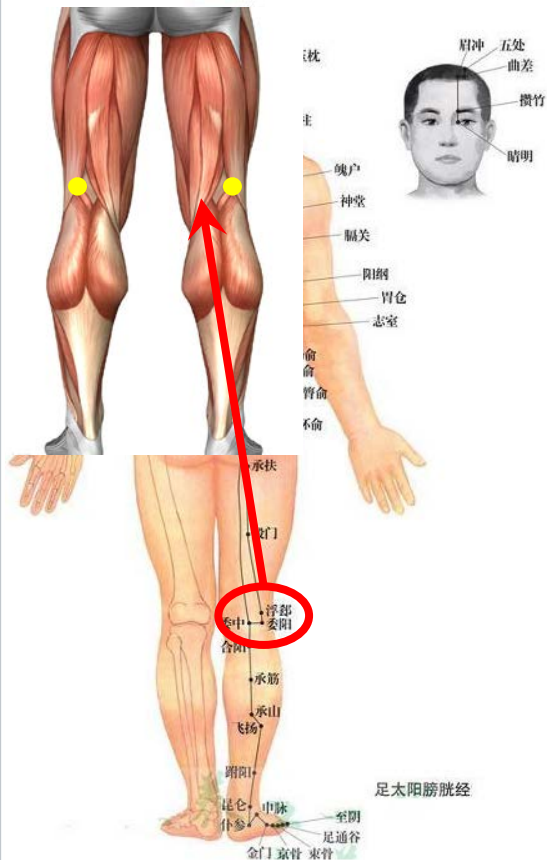


後大腿部の中央より
やや外側

登山家の重宝
足の疲れを取る名穴

下半身の痺れ、腰痛
坐骨神経痛に効く

膀胱経の経穴 39番目の穴 委陽

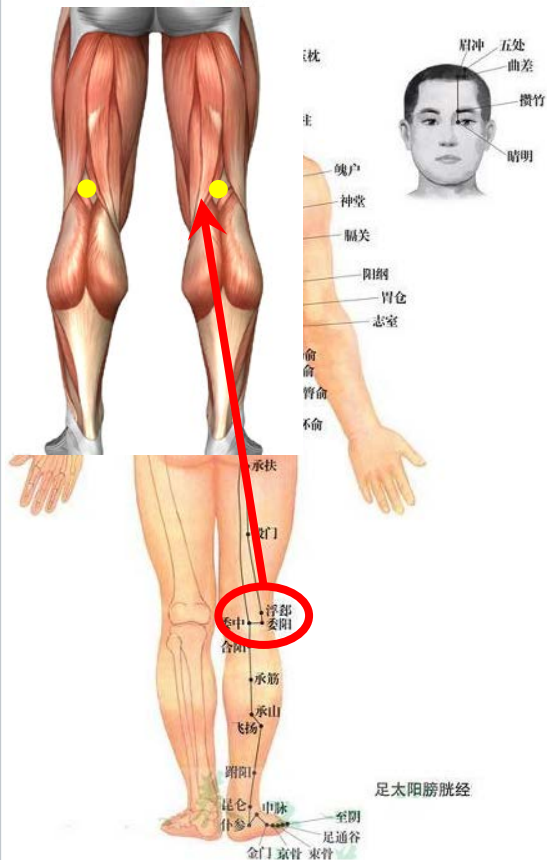


膝窩の外端

三焦経の下合穴

下半身の痺れ、腰痛
坐骨神経痛に効く

膀胱経の経穴 39番目の穴 委中



合穴、五行の属性は土

土剋水 ⇒ 水を抑制する

腰痛の名穴

膝裏は腰痛の バロメータ！