



# 東洋医学公益講座

## 第82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

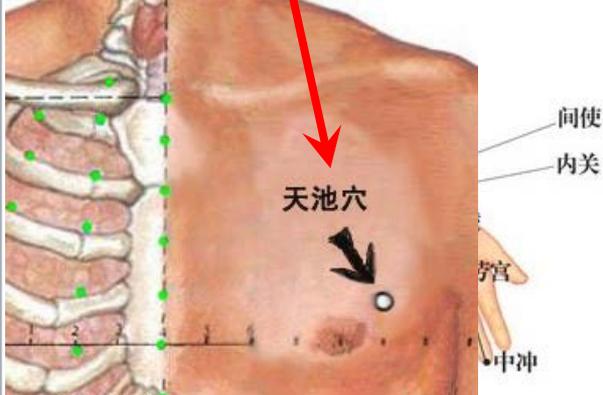
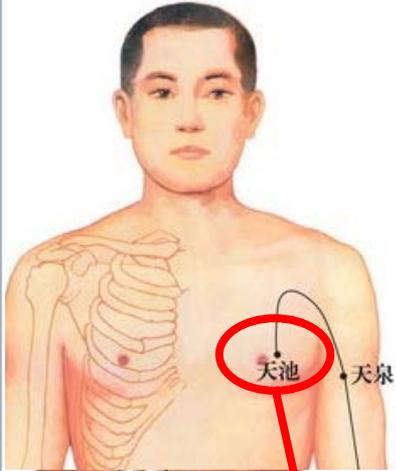
十二正経 心包経\_天池~中衝

# 心包経の経穴 最初の穴 天池

乳中の外1寸、第4肋間  
(臆中の外方5寸)

お灸用

乳がん、乳腺炎の近取穴

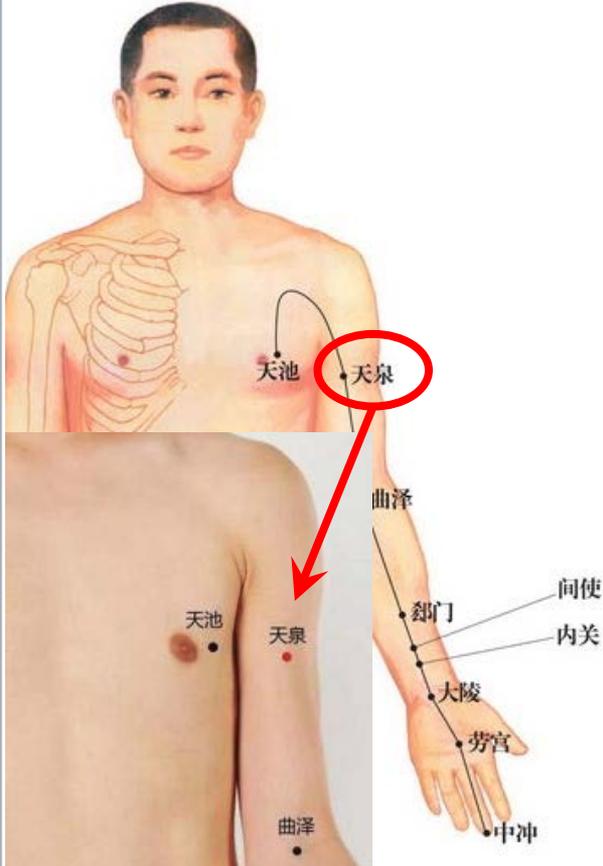


# 心包経の経穴 2番目の穴 天泉

腋窩横紋の前端から  
曲沢に向かい下2寸

いらいらしやすい人は  
要チェック

腋下リンパの病気の近取穴



# いろいろなチェックポイント



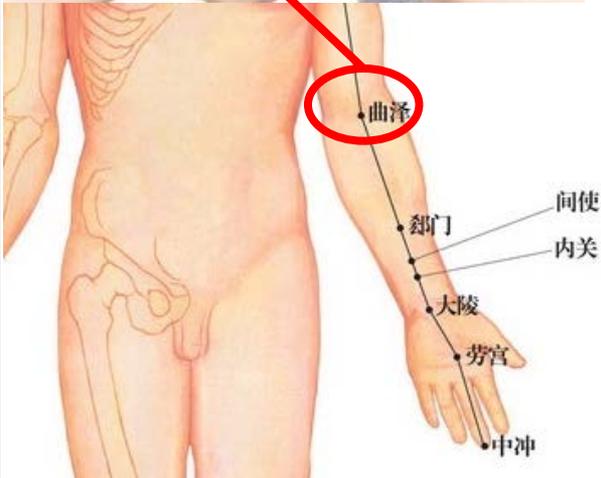
いろいろしやすい人の特徴は

ここを押すと痛い！

# 心包経の経穴 3番目の穴 曲沢



曲沢穴



肘裏の中央  
合穴、五行の属性は水

水剋火 ⇒ 抑制する働き

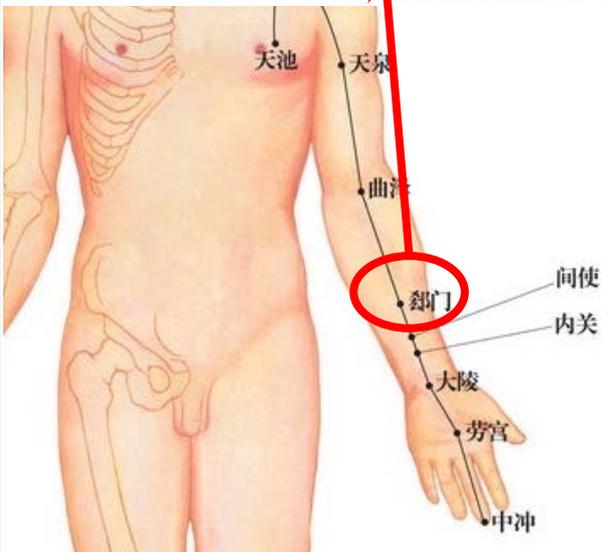
膝裏の痛みを取るには有効

# 心包経の経穴 4番目の穴 郄門



手首から5寸

心包経の郄穴



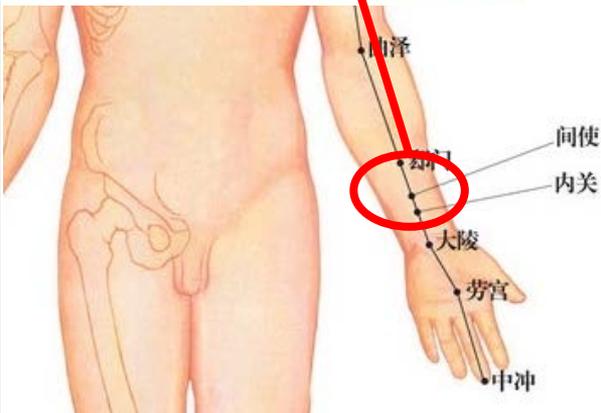
心臓の急症、血の病に使う

# 心包経の経穴 5番目の穴 間使



手首から3寸  
経穴、五行の属性は金

心臓病、精神疾患に使う  
手の痺れにも効く



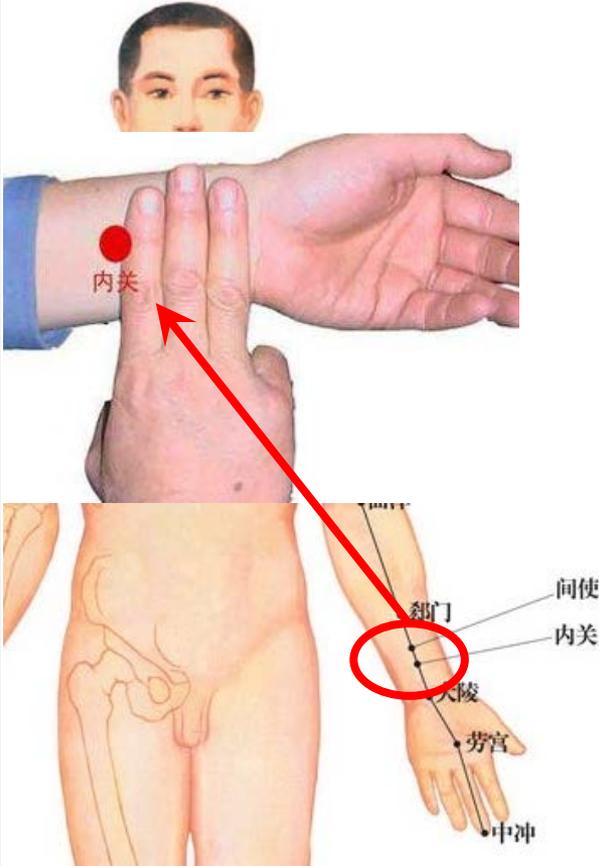
# 心包経の経穴 6番目の穴 内関

手首から2寸

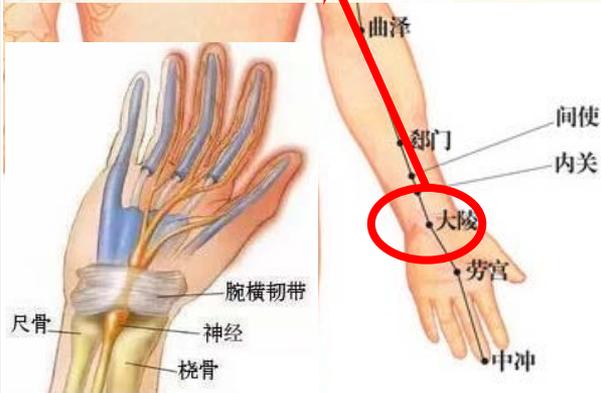
絡穴、陰維脈の会穴

心臓病予防の効果大

胸の中の気の乱れに効く  
車酔い、吐き気の名穴



# 心包経の経穴 7番目の穴 大陵



兪穴、五行の属性は土  
陵 = 君主のお墓

火生土 ⇒ 子穴 & 原穴

心臓の新病、手の痺れ、  
踵の痛みに効く

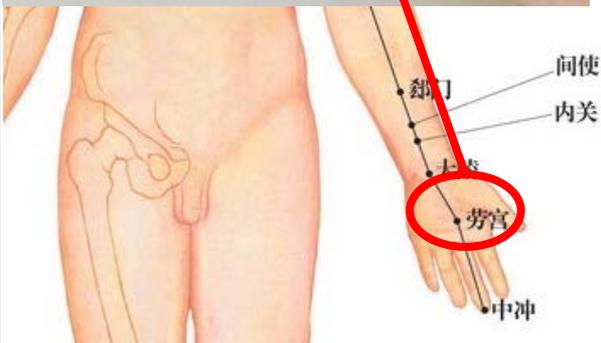
# 心包経の経穴 8番目の穴 労宮



榮穴、五行の属性は火  
宮 = 君主の邸宅

心包経は火 ⇒ 本穴

補瀉の両方に使う  
口内炎にも効く



# 心包経の経穴 最後の穴 中衝

井穴、五行の属性は木

木生火 ⇒ 母穴

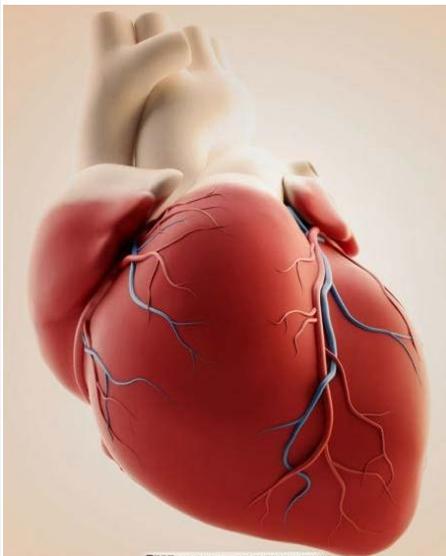
心包経の虚証、旧い病気  
心包の気を補う時に効く  
救急の時に刺血用



# 心臓病や精神疾患には心包経

心包は心を守る存在、  
心の代わりに邪気を受ける

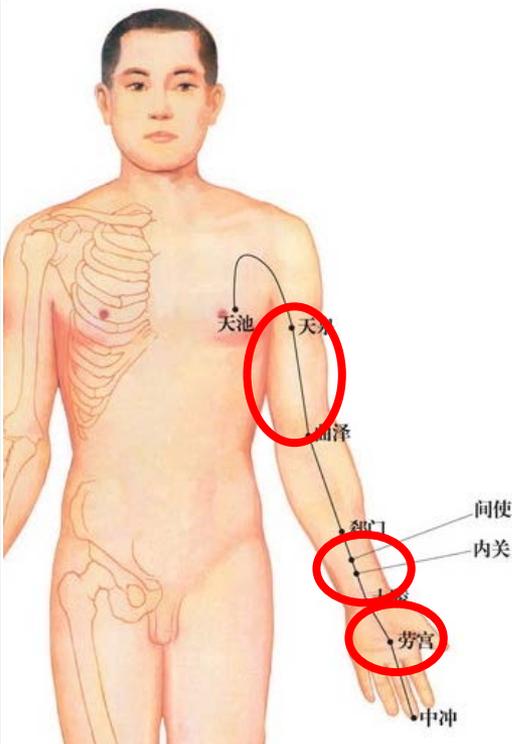
心脳血管病気の場合、  
心包経の経穴は多用する



# 心包経をケアしましょう

- ✓ 二の腕の痛みをほぐす
- ✓ 内関をよく刺激する
- ✓ 労宮をよく刺激する

未病予防の効果は絶大





# いらいらの バロメータ