



東洋医学公益講座

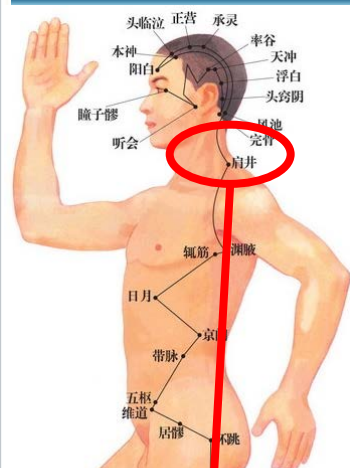
第87回

- ✓ 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 胆経_肩井~外丘

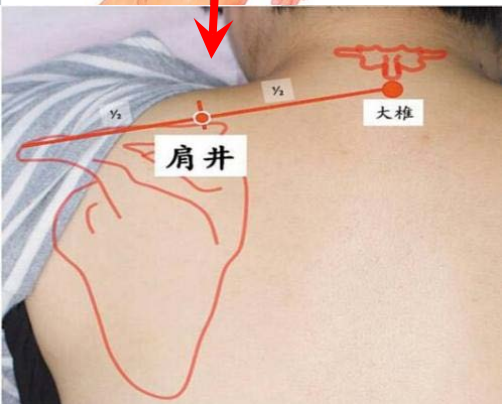
胆経の経穴 21番目の穴 肩井



肩・背中・頸の治療の
重要ポイント

胸の中に詰まった気を通す

妊婦への刺激は厳禁

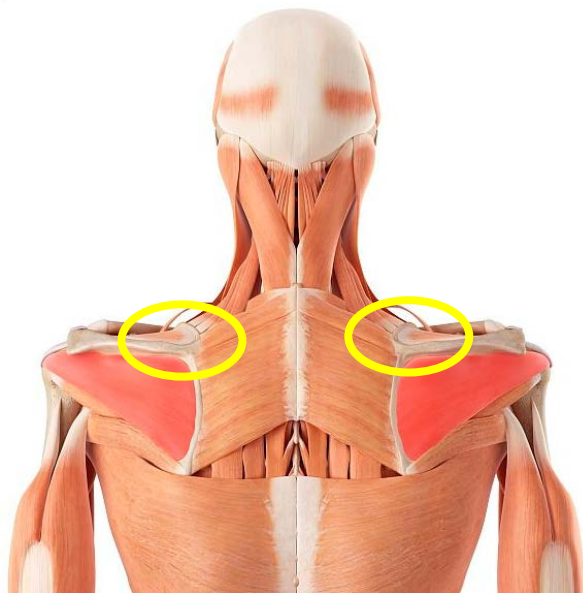


肩井が痛みやすい理由

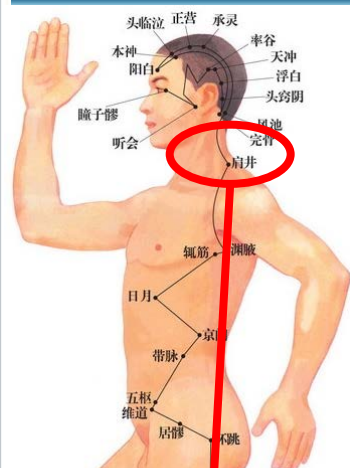
頸椎から肩甲骨に向かう
胆経の経筋が肩井を通る

筋肉が損傷し
気血が滞りやすくなる

優しく撫でて緩めて解消



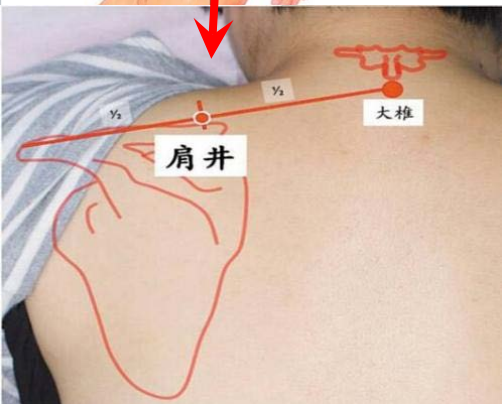
胆経の経穴 21番目の穴 肩井



肩・背中・頸の治療の
重要ポイント

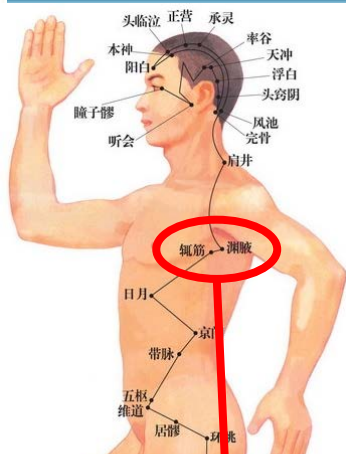
胸の中に詰まった気を通す

妊婦への刺激は厳禁



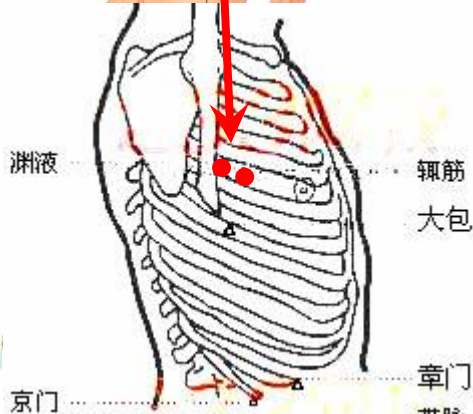
22～23番目の穴

22～23番目の穴

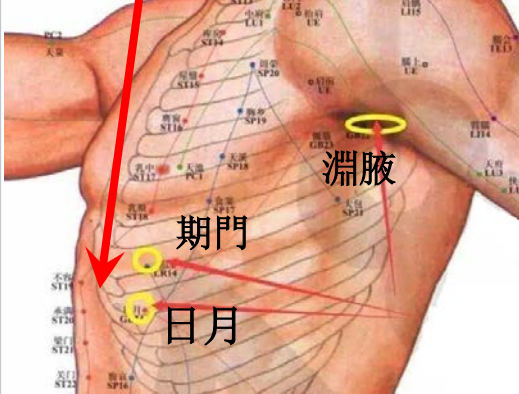


淵腋(えんえき)
輒筋(ちゅうきん)

脇胸の痛み、胸やけ、
息苦しさなどに使う



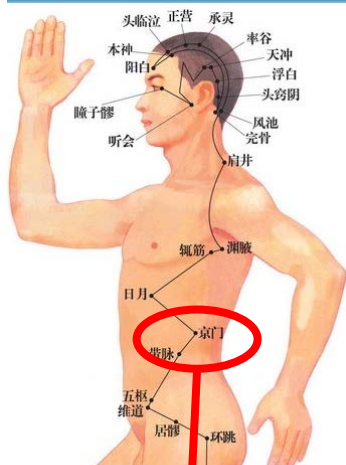
胆経の経穴



胆の経気が集まるところ

胆嚢炎・胆の結石などの
治療によく使う

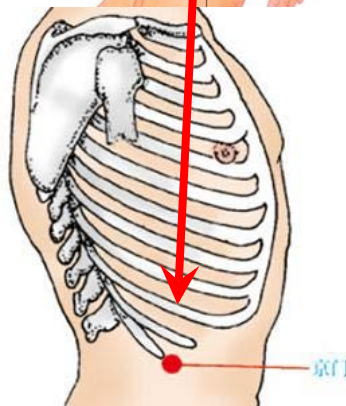
胆経の経穴 25番目の穴 京門



腎の募穴

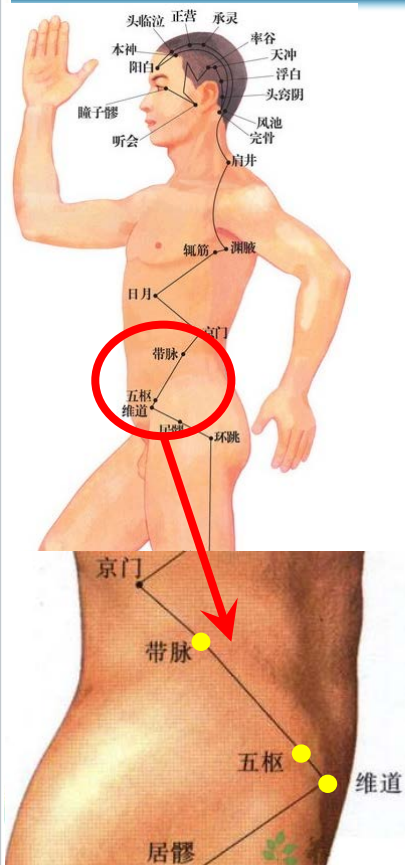
腎の気が集まるところ

腎の病（腎結石・腎炎など）
や腰痛の治療に使うツボ



胆経のツボ

26～28番目の穴



帯脈・五枢・維道

胆経と帯脈が共有する穴

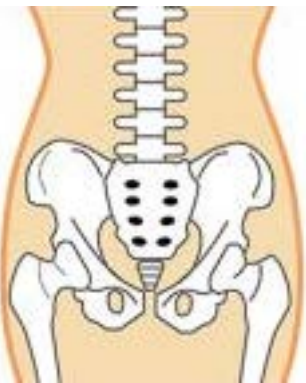
腰周りの痛み・子宮下垂など
帯脈に関わる病には使う

五枢・維道と骨盤矯正

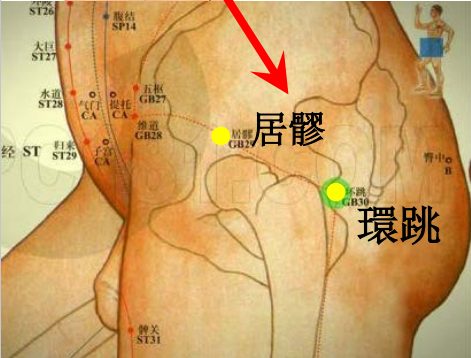
鼠蹊部の痛みはほとんどの場合
骨盤の歪みを意味する

五枢・維道は要チェック

骨盤矯正にも効果的



環跳



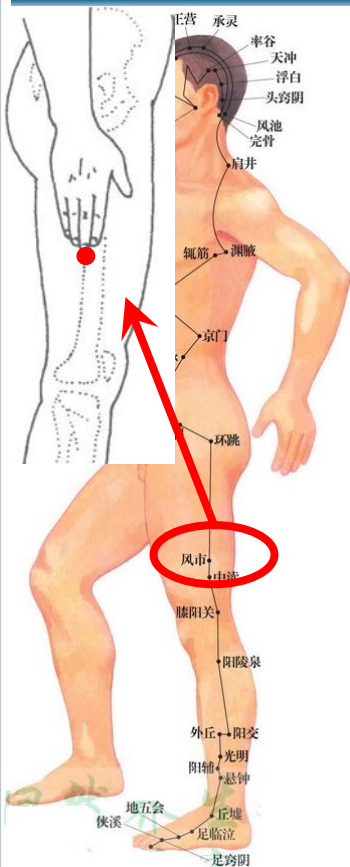
骨盤の歪みや坐骨神経痛、
中風による半身不随に効く

胆経の経穴 31番目の穴 風市

太腿外側面のほぼ中央

ここが痛い人は多い
胆経の滞りのバロメータ

下肢の痛み・麻痺、
肩こり、頭痛にも効く



太腿外側の痛みと不眠



23時～1時

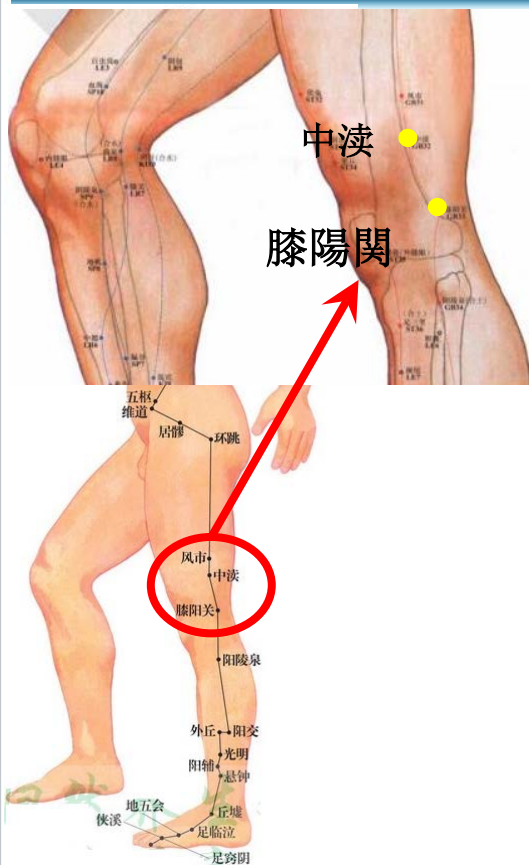
気が胆経に集中する時間

胆経の気の乱れがあると寝つきが悪い

太腿外側の痛みもひどいはず！



胆経の経穴 32～33番目の穴



中渚(ちゅうとく)は膝上
膝陽関は膝外側

膝の痛み、関節炎に使う

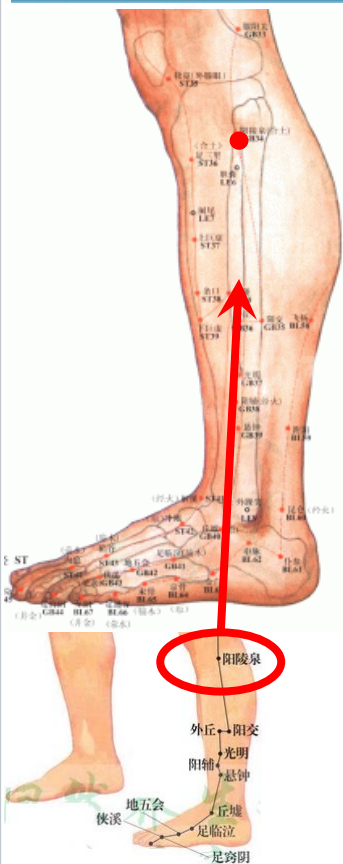
胆経の経穴 34番目の穴 陽陵泉

合穴、五行の属性は土

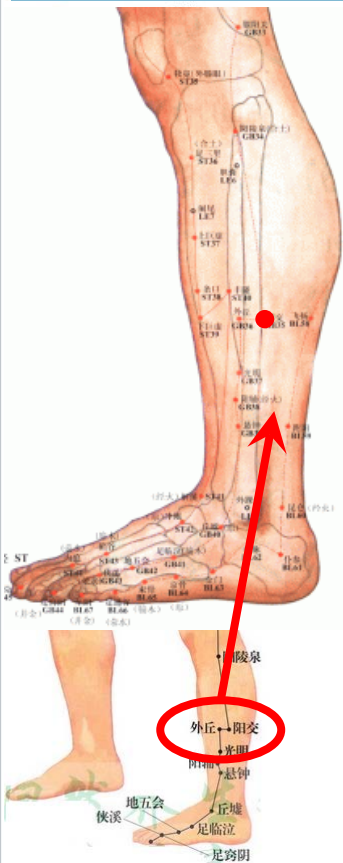
筋の会穴

全身の筋の情報が集まる

全身の筋の病気に使う
肝胆の病気にも効く



陽交



全ての陽の経脈を繋ぐ奇脈

例： てんかん、発狂

胆経の経穴 36番目の穴 外丘



胆経の郄穴

気の病や急症の時に使う

下肢の痛み・張りに効く



寝つきの悪い人は なぜ太腿外側が痛い？