

L'essentiel des Points d'acupuncture

仰人周身總穴圖



Table des matières

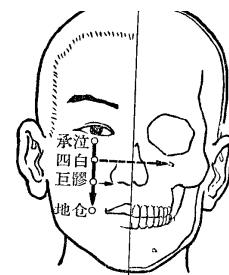
Shou Tai Yin – Poumon 手太阴肺经.....	1
Shou Yang Ming - Gros intestin 手阳明大肠经.....	2
Zu Yang Ming – Estomac 足阳明胃经.....	4
Zu Tai Yin – Rate 足太阴脾经.....	8
Shou Shao Yin – Cœur 手少阴心经.....	10
Shou Tai Yang – Intestin grêle 手太阳小肠经.....	11
Zu Tai Yang – Vessie 足太阳膀胱经.....	14
Zu Shao Yin – Rein 足少阴肾经.....	19
Shou Jue Yin - Maître du Cœur 手厥阴心包经.....	20
Shou Shao Yang - Triple Réchauffeur 手少阳三焦经.....	22
Zu Shao Yang - Vésicule biliaire 足少阳胆经.....	24
Zu Jue Yin – Foie 足厥阴肝经.....	29
Du Mai 督脉 (Vaisseau Gouverneur).....	31
Ren Mai 任脉 (Vaisseau de conception).....	34
Qi Xue 奇穴 (Points curieux).....	36
Rappel des techniques de mesures proportionnelles : cun 寸.....	41
Les techniques de manipulation de l'aiguille pour la Tonification et la Dispersion.....	43

Zu Yang Ming – Estomac 足阳明胃经

2 E (Si Bai 四白)

Localisation : dans une dépression située au niveau de l'orifice infra-orbitaire, à 0,3 distance au-dessous de 1 E, au milieu de la ligne verticale passant par la pupille et 3 E (Ju Liao).

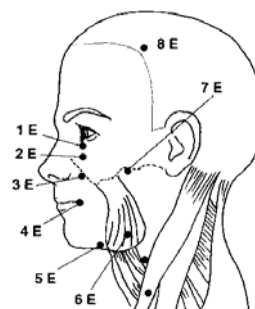
Technique opératoire : puncture droite 0,2 à 0,3 distance. Puncture horizontale vers le haut ou vers le bas 0,3 à 0,5 cun.



3 E (Ju Liao 巨髎)

Localisation : à l'intersection de la verticale passant par la pupille et de la ligne horizontale passant par le bord inférieur de l'aile du nez. En ligne droite au-dessous de 2 E, au niveau du bord inférieur de l'aile du nez, à l'extrémité du sillon naso-labial.

Technique opératoire : puncture droite 0,3 à 0,6 distance. Moxa possible.



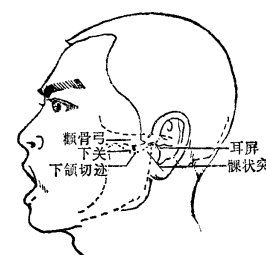
6 E (Jia Che 颊车)

Localisation : un travers de doigt en avant de l'angle de la mandibule, sur le masséter. Dents serrées, il se trouve au niveau de la proéminence du masséter.

Technique opératoire : Puncture droite à 0,3 à 0,4 distance, ou oblique vers 4 E (Di Cang) à 0,7 à 0,9 distance, moxa possible.

7 E (Xia Guan 下关)

Localisation : bouche fermée, ce point est situé dans la dépression qui se forme sous l'arcade zygomatique, en avant de l'articulation temporo-mandibulaire. Cette dépression devient la masse la plus haute quand la bouche est ouverte.



Technique opératoire : puncture droite ou oblique 1 à 1,5 cun, bouche fermée. En cas de douleur résistant au traitement habituel et selon l'expérience du Professeur Xuewu LI, puncture profonde 1,5 à 2 cun (pratiquement au contact de la 2^{ème} branche du trijumeau). Il faut toujours garder la bouche fermée pour éviter de plier l'aiguille.

8 E (Tou Wei 头维)

Localisation : 0,5 cun au-dessus de l'angle du cuir chevelu au niveau de la région temporale ou à 4,5 cun en dehors du point 24 VG (Shen Ting). La distance entre les 2 Tou Wei (8 E) étant équivalente à celle entre les éminences des mastoïdes, elle est divisée en 9 cun.

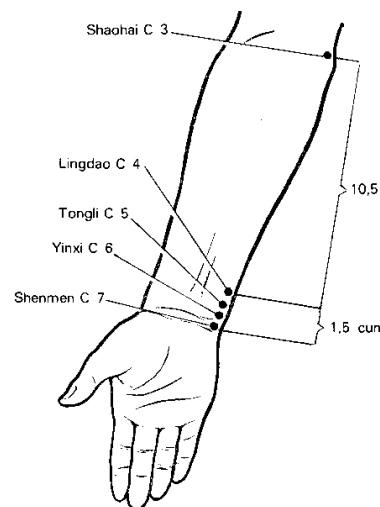
Technique opératoire : puncture vers le bas ou l'arrière le long de la peau à 0,5 à 0,8 distance, pas de moxa.

Shou Shao Yin – Cœur 手少阴心经

5 C (*Tong Li* 通里)

Localisation : sur le côté cubital du poignet, sur le bord radial du tendon du cubital antérieur, à une distance au-dessus de 7 C (Shen Men) ou pli de flexion du poignet. Ce point est situé dans le croisement des lignes qui passent par le milieu de la tête du cubitus et celle qui passe par 7 C (Shen Men).

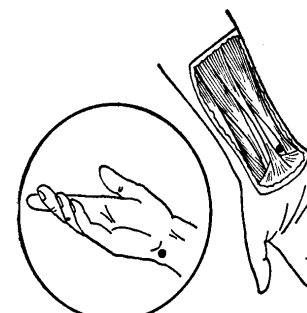
Technique opératoire : puncture perpendiculaire 0,5 à 1 cun.



7 C (*Shen Men* 神门)

Localisation : au niveau de l'articulation entre l'os pisiforme et le cubitus, sur le pli de flexion du poignet, dans une dépression au bord radial du tendon du cubital antérieur.

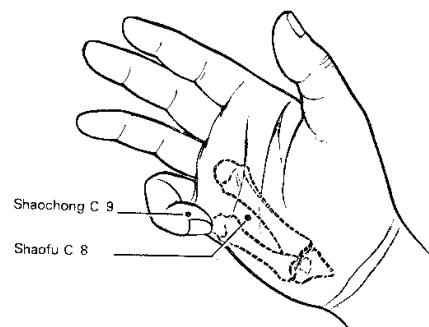
Technique opératoire : puncture perpendiculaire 0,3 à 0,5 distance. Sensation d'engourdissement local ou de courant électrique vers les extrémités des doigts.



9 C (*Shao Chong* 少冲)

Localisation : au bord radial de l'auriculaire, à 0,1 cun en arrière de l'angle unguéal.

Technique opératoire : puncture perpendiculaire 0,1 distance. On peut le faire saigner.



Rappel des techniques de mesures proportionnelles : cun 寸

Localisations	Repères anatomiques : début et fin	Cun
Tête	N°1 : entre les deux mastoïdes ou entre les deux 8 E (Tou Wei 头维).	9
	N°2 : de Yin Tang 印堂 à l'implantation frontale des cheveux.	3
	N°3 : de l'implantation frontale des cheveux, à leur limite d'implantation postérieure, sur la nuque.	12
	N°4 : de la ligne occipitale des cheveux à 14 VG (Da Zhui 大椎).	3
	<ul style="list-style-type: none"> De l'implantation frontale des cheveux à 14 VG (Da Zhui 大椎). 	15
	<ul style="list-style-type: none"> De Yin Tang à 14 VG (Da Zhui 大椎) : utilisé en cas d'absence des lignes d'implantation des cheveux (alopécie, par exemple). De Yin Tang 印堂 à la ligne occipitale des cheveux (en cas d'absence de de la ligne d'implantation postérieure des cheveux, prendre 16 VG ou Feng Fu 风府 directement sous la protubérance occipitale externe qui est 1 cun au-dessus de cette ligne). 	18 15
Thorax et Abdomen	N°5 : entre les deux mamelons.	8
	N°6 : du sternum à l'ombilic.	8
	N°7 : de l'ombilic au bord supérieur de la symphyse pubienne.	5
	N°8 : de l'extrémité du pli axillaire aux fausses côtes.	12
	N°9 : des fausses côtes au grand trochanter.	9
Dos	N°10 : entre les bords internes des deux omoplates.	6
	N°11 : entre les épines iliaques postéro-supérieures.	3
Membres Supérieurs	N°12 : de l'extrémité antérieure du pli axillaire au pli du coude.	9
	N°13 : du pli de flexion du coude à celui du poignet.	12
Membres Inférieurs	N°14 : du grand trochanter à la rotule.	19
	N°15 : de la rotule à la pointe de la malléole externe.	16
	N°16 : du pubis au bord supérieur du condyle fémoral interne.	18
	N°17 : du col du tibia à la pointe de la malléole interne.	13
	<ul style="list-style-type: none"> Depuis 36 V (Cheng Fu 承扶) situé au pli transversal de la fesse jusqu'au pli transversal du creux poplité qui correspond à 40 V (Wei Zhong 委中). 	14
	<ul style="list-style-type: none"> Du sommet de la malléole externe à la face plantaire du pied verticalement. 	3