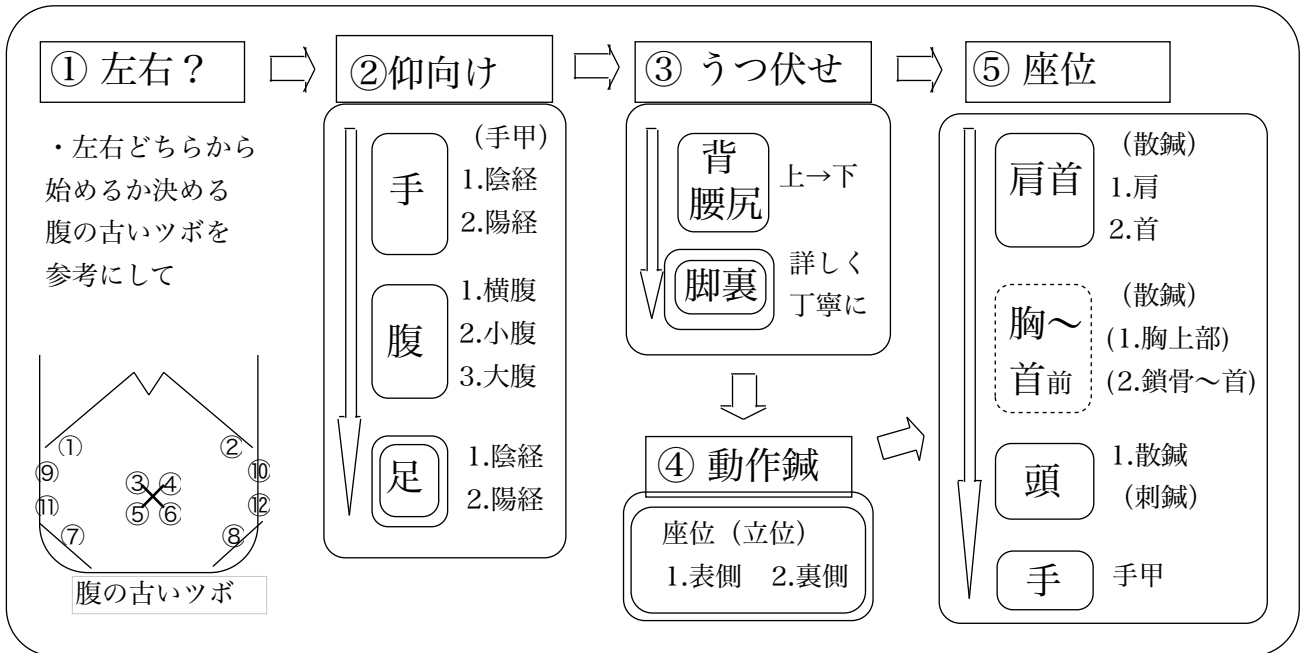


# [9] 膝の慢性期、慢性期の型と動作鍼

## (1) 全体の流れ



## (2) 膝の動作鍼

**動作制限確認**

座位で膝曲げ ⇨ 一度、膝を伸ばしてから ⇨ 制限か所刺鍼

痛む直前まで曲げたままで

・少ししか曲がらないなら、膝裏～脹ら脛  
・もう少しで正座可能なら、尻と大腿の境目(鼠径部)

**制限か所 (下腿方向と大腿方向の両方出る)**

①表側：膝の皿～陽経ライン上の凹み  
：膝の皿～陰経ライン上の凹み

②裏側：膝裏 ～陽経ライン上の凹み  
：膝裏 ～陰経ライン上の凹み

※一鍼ごとに膝関節から遠ざかる

表側：  
膝眼  
鶴頂  
足甲：  
1-2  
2-3  
3-4  
4-5

裏側：  
下委陽  
外丘  
～飛揚  
下陰谷  
築賓  
承筋  
承山

## (3) 膝：慢性期の型+灸・灸頭鍼

1. 慢性期の型 (+腰痛のツボ+動作鍼)  
2. 慢性期診察+手の陰陽

※.初めは1.、古いツボが特定したら2.  
☆古いツボ：特に、膝裏～脹ら脛

↓

灸・灸頭鍼  
うつ伏せ→横向き→仰向け→手指