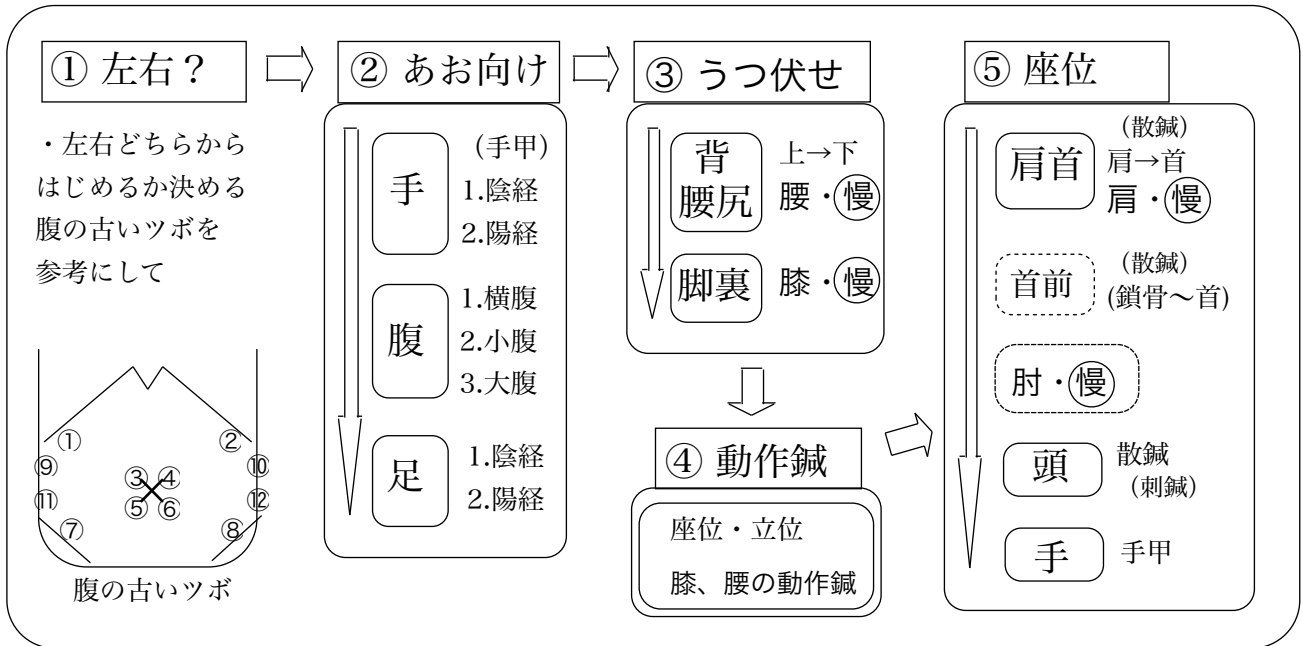


[11] 運動器系慢性期のまとめ

(1) 全体の流れ



(2) 症状別のツボが出やすい所

| | 1.腰痛 | 2.肩痛 | 3.膝痛 | 4.肘痛 |
|------|---------------------------------------|--|--------------------------------|---|
| 基本刺鍼 | 腰～尻 膝裏～脹ら脛 ～踵 | 首～肩 肩甲骨まわり 脇の下まわり | 膝裏～脹ら脛 | 肘手平側 |
| 動作鍼 | 捻転制限 (腰椎3横輪切) 前屈制限 (足太陽) | 拳上制限 (脇の下～陰経) (水掻き:腕胸,腕背) (肩甲骨まわり) 捻転制限 (肩峰～胸,背中) | 正座不可 (膝裏～足首,尻) (膝皿～足首,腹) | 屈曲制限 伸展制限 (手陽経) (手陰経) 捻転制限 (前腕太い所) |
| | | | | 腿付着部痛の鍼 |

※1.手首足首から先なら巨刺,上下刺,対角刺も

※2.指や手平、足裏は糸状灸

※3.古いツボ：少し曲がるだけ→関節の近く、たくさん曲がる→関節から遠く

※4.肩の拳上制限では、脇の下の前後の水掻き内にもツボ（腕と胸の間、腕と背の間）

※5.肩の拳上制限で、肩より上に手や肘が上がってからの制限の時は、肩甲骨まわりにツボ

※6.正座で曲がるけど体重が掛けられない場合は、大腿裏側と臀部の間（承扶など）にツボ