



# Estomac

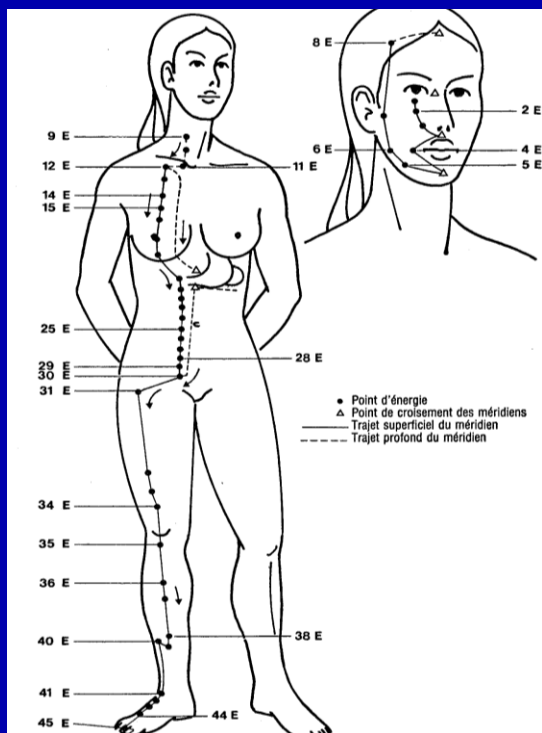
# Zu Yang Ming

**Méridien de l'estomac : 45 points - 20 utiles**  
 appelé Zu Yang Ming (tsou yang ming)  
 Grand méridien (Gros intestin – Estomac)

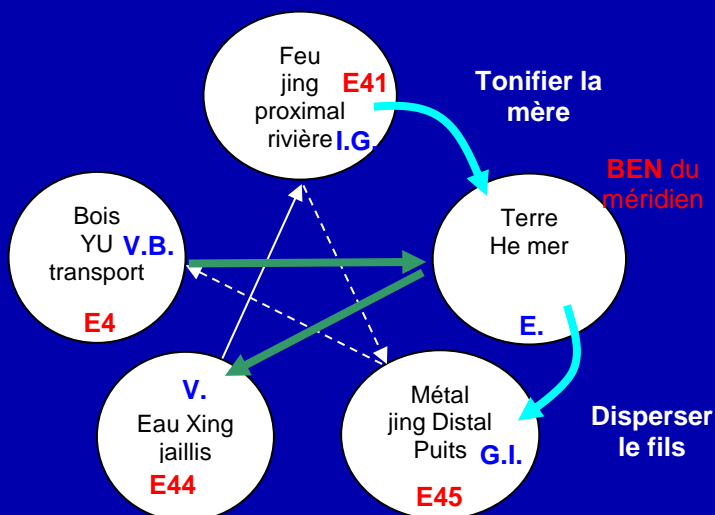
**Traduction :** Méridien du pied correspondant à la clarté du Yang.

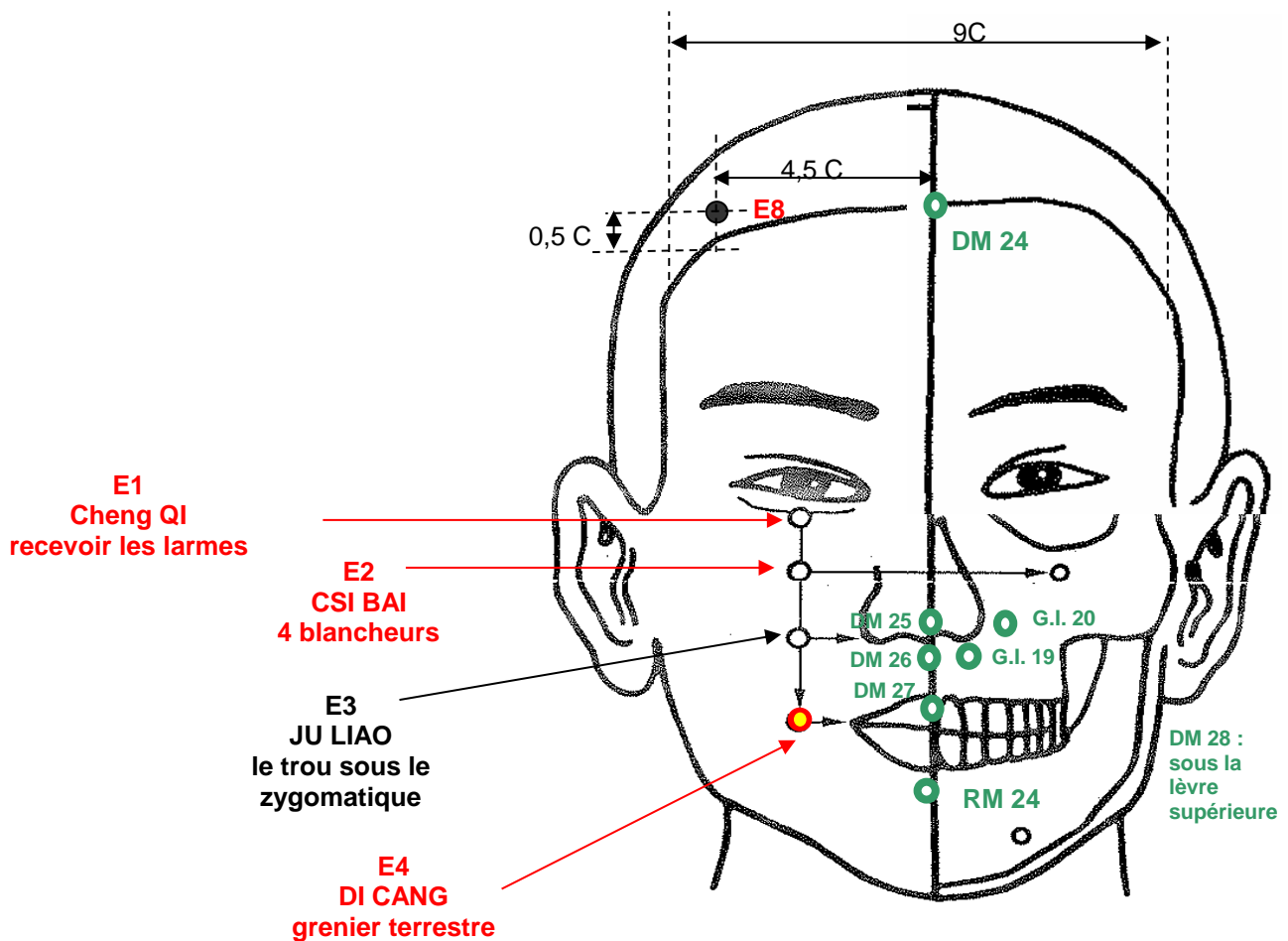
**Croisement :** méridien Rate/Pancréas  
**Activité maximale :** de 7 heures à 9 heures.

**Symptomatologie :** douleurs de l'estomac, vomissements, ballonnement abdominal, trouble de l'appétit, maladies fébriles, maladies psychiques.



- YUAN (source) : E 42
- LUO (connexion) : E 40
- XI (fente) : E 34
- C & Réu : -
- SHU du dos : V 21
- MU (concentration) : RM 12
- HE inf. Esto : E 36
- HE inf. G.I. : E 37
- HE inf. I.G. : E 39





**E1**  
**Cheng Qi**  
recevoir les larmes

- regardant droit devant, directement en dessous de la pupille,
  - entre le milieu du bord sous-orbitaire et le globe oculaire,
  - à la jonction du bord sous-orbitaire et de la paupière inférieure
- au dessus de l'os de l'orbite**

**E2**  
**CSI BAI**  
4 blancheurs

- sur le visage, yeux regardant droit devant, directement en dessous de la pupille et de E 1
- en dessous de la paupière inférieure, dans le creux au niveau du trou sous-orbitaire du maxillaire supérieur

**dessous paupière inférieure, Os du nez**  
**creux niveau trou s orbitaire maxil sup**

**E3**  
**JU LIAO**  
le trou sous le zygomatique

- sur le visage, yeux regardant droit devant,
- directement en dessous de la pupille et de E 2,
- à peu près au bord externe du sillon naso-labial,
- 0,8 CUN à l'extérieur de l'aile du nez, à l'intersection de la verticale passant par le centre de la pupille et de l'horizontale passant par le bord inférieur de l'aile du nez.

**bord externe siloon naso-labial**  
**0,8c ext aile du nez**

**E4**  
**DI CANG**  
grenier terrestre

- sur le visage, yeux regardant droit devant,
- directement en dessous de la pupille et de E 3
- 0,4 CUN à l'extérieur et à l'horizontale (de la commissure labiale, à l'intersection de la verticale passant par le centre de la pupille et l'horizontale passant par le coin de la bouche.

**Horizon commissure labiale**

**E1**  
**Cheng Qi**  
recevoir les larmes

↓  
0,3-0,7 cun

**JIAO HUI XUE : ZU YANG MING Estomac YANG QIAO REN MAI**

**A :**  
- Vent, Chaleur : disperse le vent et clarifie la chaleur  
- YEUX : éclaire les yeux et arrête le larmoiement  
- active les LUO

**I :**  
YEUX :  
- myopie,  
- rougeur, douleur et gonflement des yeux, conjonctivite,  
larmoiement (provoqué par le vent),

**E2**  
**CSI BAI**  
4 blancheurs

↓ → →  
0,2 perpen.  
0,5 - 0,8 - 2 cun horizon & oblique

**JIAO HUI XUE : SHOU YANG MING G.I YANG QIAO MAI**

**A :**  
YEUX :  
- disperse le vent et éclaire les yeux  
- clarifie la tête  
- relâche les tendons et active les LUO

**I :**  
'- TETE - YEUX  
- céphalée et vertiges,  
- déviation de la bouche et des yeux,

**E3**  
**JU LIAO**  
le trou sous le zygomatique

↓  
0,3-0,5 CUN

**ZU YANG MING Estomac et YANG QIAO MAI,**

**A :**  
- éteint le vent et éclaire les yeux  
- relâche les tendons et active les LUO  
- point d'analgésie pour les interventions sur la thyroïde

'- névralgie du trijumeau, douleur du visage,  
**I :**  
- gonflement et douleur des lèvres et de la joue,  
- paralysie faciale, déviation de la bouche et des yeux,  
- spasme des muscles du visage, blépharospasme,  
- néphélion,

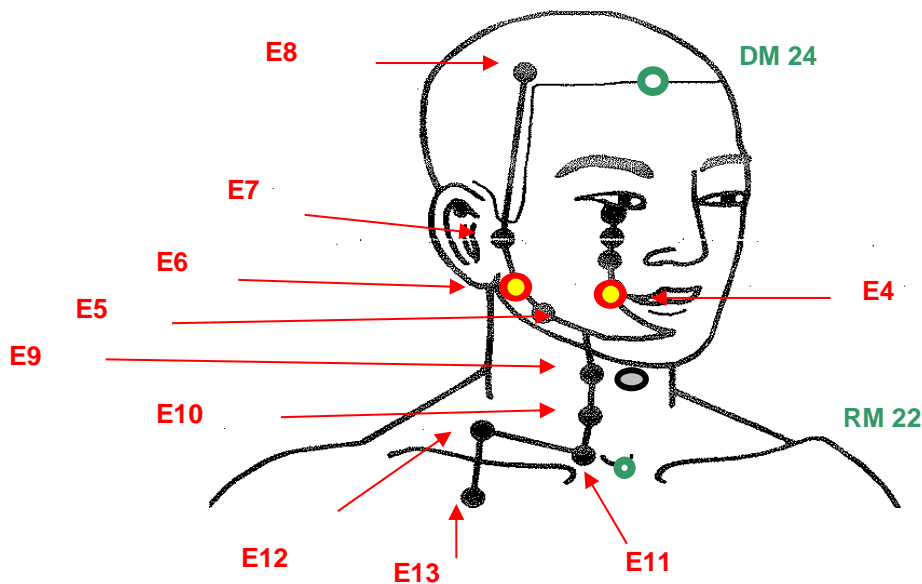
**E4**  
**DI CANG**  
grenier terrestre

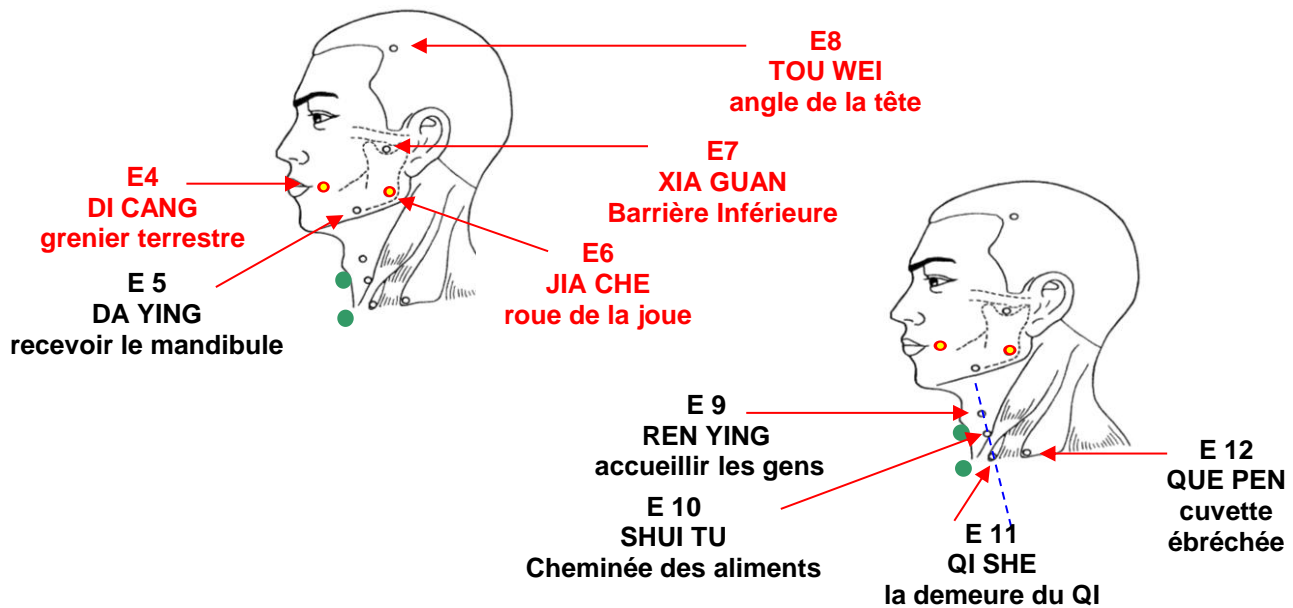
↓ → →  
0,2 perpen.  
0,5 - 0,8 - 2 cun horizon & oblique

**JIAO HUI XUE : SHOU YANG MING G.I YANG QIAO MAI**

**A :**  
'- disperse le vent et arrête la douleur  
- relâche les tendons, désobstrue les méridiens et active LUO

**I :**  
'- VISAGE  
paralysie faciale, déviation de la bouche et des yeux,





**E 5  
DA YING**  
recevoir le mandibule

- sur le visage, - 1,3 CUN en avant et en bas de l'angle du maxillaire inférieur, au bord antéro inférieur du masséter, là où l'artère faciale peut être palpée,
- dans le sillon apparaissant au bord du maxillaire inférieur en fermant la bouche et en gonflant la joue - **en avant du masseter**

**E6  
JIA CHE**  
roue de la joue

- '- sur le visage, sur la joue, - dans le creux à environ un travers de doigt (0,5 C)
- en avant et en haut de l'angle inférieur du maxillaire inférieur,
- dans le creux qui peut être palpé sur la proéminence du masséter quand les dents sont serrées
- **sur le masseter, partie la plus enflée + grosse**

**E7  
XIA GUAN**  
Barrière Inférieure

- sur le visage, en avant de l'oreille, - dans le creux au bord inférieur de l'arcade zygomatique, en avant du condyle du maxillaire inférieur, entre l'arcade zygomatique et l'échancrure sigmoïde de la branche mandibulaire,
- 1 travers de doigt en avant du tragus.
- **échancrure branche mandibulaire**

**E8  
TOU WEI**  
angle de la tête

- '- sur la face latérale de la tête, - 0,5 CUN directement au-dessus de la ligne, antérieure des cheveux à l'angle frontal,
- **0,5 cun au dessus ligne antérieur des cheveux**
- **4,5 cun de DM 24 :  $9C/2 = 4C + 0,5$**

**E 9  
REN YING**  
accueillir les gens

- sur le cou, 1,5 CUN à l'extérieur et à l'horizontale de la pointe de la pomme d'Adam (protubérance laryngée),
- au bord antérieur du sterno-cléido-mastoïdien, - juste sur le trajet de l'artère carotide primitive, là où on la sent battre.
- tourner la tête, extérieur pomme d'adam et horizontale, juste le long de l'artère, entre artère et pomme d'adam à 1,5c**

**E 10  
SHUI TU**  
Cheminée des aliments

- '- sur le cou, entre E 9 et E 11,
- au milieu de la ligne reliant E 9 et E 11,
- au bord antérieur (du sterno-cléido-mastoïdien.)
- **remettre la tête droite, point entre E9 et E11**

**E 11  
QI SHE**  
la demeure du QI

- '- sur le bord supérieur de l'extrémité sternale (interne) (de la clavicule, dans le creux, entre le faisceau sternal et le faisceau claviculaire du sterno-cléido-mastoïdien, directement en dessous de E 9, au niveau de RM 22.
- **bord supérieur extrémité de la fourchette sternale**

**E 12  
QUE PEN**  
cuvette ébréchée

- au centre du creux sus-claviculaire,
- 4 CUN à l'extérieur de la ligne médiane antérieure et de RM 2,
- sur la verticale passant par le mamelon chez les hommes.
- **centre creux sus claviculaire, à côté de RM22**

**E 5**  
**DA YING**  
**recevoir le mandibule**

↓  
0,2-0,3 CUN

**I:**  
- dentalgie, - parotidite, - paralysie faciale, déviation de la bouche, - spasme de la lèvre,  
- gonflement de la joue, gonflement de la face, - douleur du visage, - spasme du masséter, trismus, - scrofule.

**A:**  
- éteint le vent et arrête la douleur  
- réduit le gonflement et active les LUO

**E6 JIA CHE**

↓ → →

0,3-0,5 cun perpen.  
0,5 0,7 cun horizon & oblique

**A:**  
- éteint le vent et clarifie la chaleur  
- Yeux favorise le mouvement articulaire  
- désobstrue les LUO  
- active les LUO et arrête la douleur

**I:**  
- névralgie du trijumeau (3e branche),  
- dentalgie, douleur aux dents inférieures,

**E7 XIA GUAN**  
**Barrière Inférieure**

↓ → →  
0,2 -0,5 cun perpen.  
1 - 1,5 horizon. - 0,6 - 1,5 oblique

**A:**  
- disperse le vent et carifle la chaleur  
- favorise la mobilité articulaire  
- réduit le gonflement et la Tête la douleur  
- affine les oreilles et désobstrue les LUO

**ZU YANG MING, ZU SHAO YANG**

**I:**  
- dentalgie, douleur aux dents supérieures  
- névralgie du trijumeau (2e branche),  
- douleur de la face, gonflement du visage,  
- douleur de l'articulation maxillaire,  
- arthrite temporomaxillaire  
- douleur au talon (point empirique)

**E8 TOU WEI**  
**angle de la tête**

→  
0,5- 1 Cun

**ZU YANG MING Estomac**  
**ZU SHAO YANG V.B YANG WEI MAI**

**A:**  
- clarifie la tête et éclaircit les yeux  
- éteint le vent et calme les convulsions - expulse le vent et arrête la douleur

**I:**  
- céphalée, migraine,

**E 9 REN YING**

↓  
0,2- 0,4 Cun

**ZU YANG MING et méridien ZU SHAO YANG,**

**I:**  
- régularise la circulation de l'énergie  
- désobstrue les vaisseaux - résout la stase de sang  
- élargit le thorax (relâche l'oppression thoracique) et apaise la dyspnée - disperse la nouure et clarifie la chaleur  
- augmente les fonctions pulmonaires, surtout la capacité respiratoire, - action double sur 1'E.E.G., excitatrice ou inhibitrice selon l'état du patient.

**A:**  
- HTA,  
- maladie de Raynaud (troubles circulatoires paroxystiques, souvent déclenchés par le froid, au niveau des extrémités), - vertiges, - céphalée, céphalée vasculaire, migraine, - teint rouge, - gonflement et douleur de l.a gorge,  
- dysarthrie (= difficulté de la parole par paralysie ou spasme des organes de la phonation), dysphonie (= difficulté de la phonation), voix rauque, dysphagie (= difficulté pour manger ou pour avaler), - hoquet, - goitre, scrofule, - oppression et plénitude thoraciques, - asthme, dyspnée, hémoptysie, hémoptysie dans les tuberculoses, - absence de pouls radial, - hystérie (en urgence).

**E 10 SHUI TU**  
**Cheminée des aliments**

↓  
0,3-0,4 CUN

**I:**  
- reflux vers le haut de l'énergie, toux, dyspnée, asthme, difficulté à rester allongé,  
- hoquet, - gonflement et douleur de la gorge, amygdalite,  
- goitre, hyperthyroïdie, - scrofule, - gonflement de l'épaule.

**A:**  
- favorise les fonctions d'élimination et de descente l'énergie du Poumon  
- régularise la circulation de l'énergie et résout le TAN  
- augmente la capacité respiratoire.

**E 11 QI SHE**  
**la demeure du QI**

↓  
0,3-0,5 CUN

**I:**  
- gonflement et douleur de la gorge, - asthme, dyspnée, - hoquet, - goitre, - scrofule,  
- douleur et rigidité du cou et de la nuque, gonflement de l'épaule.

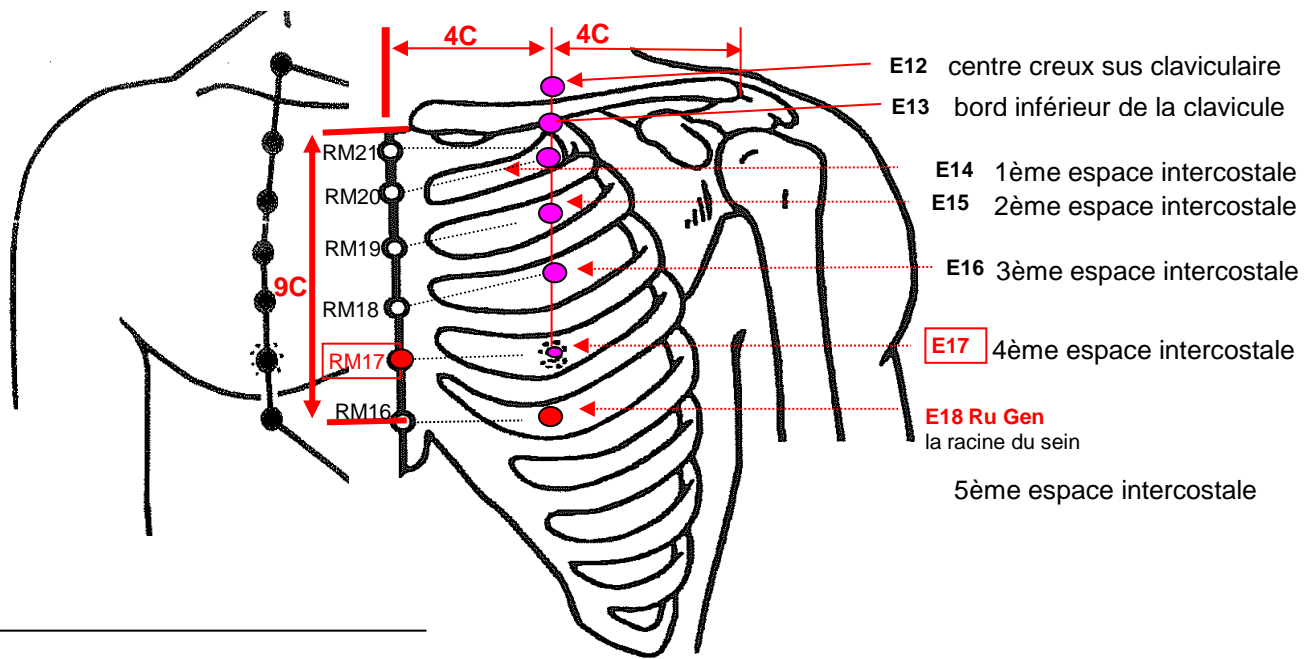
**A:**  
- favorise le gorge et réduit le gonflement  
- apaise la dyspnée et faire descendre le reflux

**E 12 QUE PEN**

↓  
0,2-0,4 CUN

**I:**  
- toux, bronchite, pleurésie, dyspnée, asthme,  
- gonflement et douleur de la gorge, - douleur au creux sus-claviculaire, - névralgie intercostale, - scrofule.

**A:**  
- disperse les pervers externes  
- arrête la toux et apai.se la dyspnée



**E 13**  
**QI HU**  
la porte de l'énergie

'- au milieu du bord inférieur de la clavicule,  
- 4 CUN à l'extérieur de la ligne médiane antérieure et de RM 21, sur la verticale passant par le mamelon chez les hommes.

**E 14**  
**KU FANG**  
descente du QI  
par la porte

'- dans le 1er espace intercostal,  
- 4 CUN à l'extérieur (le la ligne médiane antérieure et de RM 20, sur la verticale passant par le mamelon chez les hommes et par le milieu de la clavicule.

**E 15**  
**WU YI**  
l'aile de la maison

- dans le 2e espace intercostal,  
- 4 CUN à l'extérieur de la ligne médiane antérieure et de RM 19 sur la verticale passant par le mamelon chez les hommes et par le milieu de la clavicule.

**E 16**  
**VING CHUANG**  
fenêtre de la poitrine  
des 2 seins

- dans le 3e espace intercostal,  
- 4 CUN à l'extérieur de la ligne médiane antérieure et de RM 18 sur la verticale passant par le mamelon chez les hommes et par le milieu de la clavicule.

**E 17**  
**RU ZHONG**  
le centre du sein

- dans le 4e espace intercostal,  
- juste au centre du mamelon,  
- 4 CUN à l'extérieur de la ligne médiane antérieure et de RM 17 sur la verticale passant par le milieu de la clavicule.

**E18**  
**RU GEN**  
la racine du sein

- dans le 5e espace intercostal,  
'- sur le thorax, dans le sillon sous-mammaire,  
- 4 CUN à l'extérieur de la ligne médiane antérieure et de RM 16  
- sur la verticale passant par le mamelon chez les hommes et par le milieu de la clavicule

distance entre les deux mamelons = 8 CUN.

**E 13 QI HU**  
**la porte de l'énergie**



0,2-0,4 CUN

**I:**

- toux, bronchite, dyspnée, asthme, hémoptysie,
- distension et plénitude au thorax et aux hypocondres, douleur au thorax, aux hypocondres et au dos, plénitude et douleur au thorax, névralgie intercostale,
- hoquet.

**A:**

- favorise les fonctions d'élimination et de descente de l'énergie du Poumon
- élargit le thorax (relâche l'oppression thoracique) et arrête la douleur

**E 14**  
**KU FANG**  
**descente du QI**  
**par la porte**



oblique vers l'intérieur  
0,3-0,5 CUN

**A:**

- arrête la toux et apaise la dyspnée
- élargit le thorax (relâche l'oppression thoracique) et draine le pus

**I:**

- toux, bronchite, dyspnée, asthme, hémoptysie avec pus,
- plénitude et distension aux hypocondres, distension et douleur au thorax et aux hypocondres.

**E 15**  
**WU YI**  
**l'aile de la maison**



0,2-0,3 CUN

**I:**

- toux, bronchite, hémoptysie avec du pus, dyspnée, asthme,
- plénitude, distension et douleur au thorax et aux hypocondres,
- abcès du sein, mastite, - douleur cutanée, - œdème du corps

**A:**

- arrête la toux et résout le TAN
- désobstrue et régularise la voie de l'eau

**E 16**  
**VING CHUANG**  
**fenêtre de la poitrine**  
**des 2 seins**



0,2-0,4 CUN

**I:**

- '-toux, dyspnée, asthme,
- distension et douleur au thorax et aux hypocondres, névralgie intercostale,
- abcès du sein, mastite.

**A:**

- arrête la toux et calme la dyspnée
- réduit le gonflement et clarifie la chaleur

**E 17**  
**RU ZHONG**  
**le centre du sein**

puncture : néant

**A:**

- néant

**I:**

**E18**  
**RU GEN**  
**la racine du sein**



0,5-0,8 Cun -1 cun

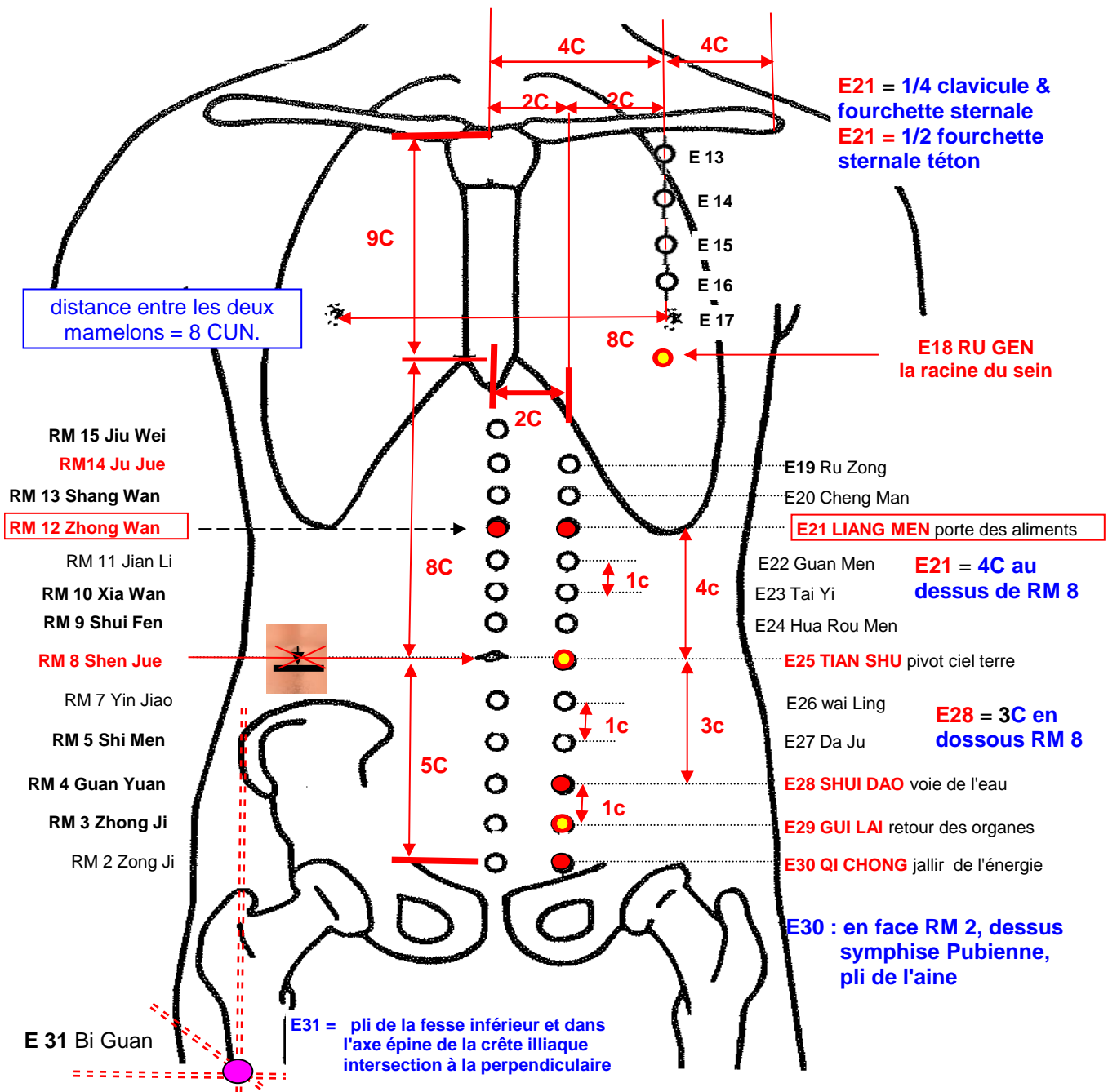
**A:**

- '- favorise la fonction de dispersion du Poumon
- et régularise la circulation de l'énergie
- élargit le thorax (relâche l'oppression thoracique)
- arrête la toux et apaise la dyspnée
- favorise la lactation

**I:**

- '- douleur thoracique, oppression thoracique
- toux, dyspnée, asthme,





<b>E 19 BU RONG</b>	sur l'abdomen supérieur. - sous l'arcade formée par les côtes 6 CUN au-dessus de l'ombilic et 2 CUN à l'extérieur de la ligne médiane antérieure de l'abdomen et de RM 14,
<b>E 20 CHENG MAN</b>	- 5 CUN au-dessus de l'ombilic et 2 CUN à l'extérieur de la ligne médiane antérieure de l'abdomen et de RM 13
<b>E21 LIANG MEN</b>	- sur l'abdomen supérieur, - 4 CUN au-dessus de l'ombilic et 2 CUN à l'extérieur de la ligne médiane antérieure de l'abdomen et RM 12
<b>E 22 GUAN MEN</b>	- 3 CUN au-dessus de l'ombilic et 2 CUN à l'extérieur de la ligne médiane antérieure de l'abdomen et RM 11
<b>E 23 TAI YI</b>	- 2 CUN au dessus de l'ombilic Et 2 CUN a l'extérieur de la ligne médiane antérieure de l'abdomen et RM 10
<b>E 24 HUA ROU MEN</b>	- 1 CUN au-dessus de l'ombilic et 2 CUN à l'extérieur de la ligne médiane antérieure de l'abdomen et RM 9
<b>E25 TIAN SHU</b>	- milieu de abdomen - 2 CUN à l'extérieur centre de l'ombilic
<b>E 26 WAI LING</b>	- 1 CUN en dessous de l'ombilic et 2 CUN à l'extérieur de la ligne médiane antérieure de l'abdomen et de RM 7
<b>E 27 DA JU</b>	- 2 CUN en dessous de l'ombilic et 2 CUN à l'extérieur de la ligne médiane antérieure de l'abdomen et RM 5
<b>E28 SHUI DAO</b>	- 3 CUN en dessous de l'ombilic et 2 CUN à l'extérieur de la ligne médiane antérieure de l'abdomen et RM 4
<b>E29 GUI LAI</b>	- sur l'abdomen inférieur, - 4 CUN en dessous de l'ombilic et de E 25 - 2 CUN à l'extérieur de la ligne médiane antérieure l'abdomen et RM 3
<b>E30 QI CHONG</b>	- 5 CUN en dessous de l'ombilic 2 CUN à l'extérieur de la ligne médiane antérieure de l'abdomen et du RM 2 - au-dessus et à l'extérieur de l'épine du pubis, au-dessus du pli de l'aîne, au bord interne de l'artère.

**E 19 BU RONG**  
ne pas recevoir les aliments

↓  
0,5-0,8 CUN

- A :**
- régularise la circulation de l'énergie
  - régularise le Centre et harmonise l'Estomac arrête les vomissements et fait descendre le reflux - apaise la dyspnée - enlève le spasme du sphincter d'Oddi, améliore les contractions du cholédoque.

- I :**
- anorexie, gastralgie, gastrite,
  - vomissements, vomissements de sang,
  - douleur, plénitude et distension de l'abdomen et de l'épigastre, distension abdominale,
  - douleur au thorax, au dos et aux hypocondres, névralgie intercostale,
  - hépatomégalie, spiénomégalie - toux, dyspnée, - tachycardie.

**E 20 CHENG MAN**  
admettre la plénitude

↓  
0,5-0,8 CUN

- A :**
- régularise la circulation de l'énergie et harmonise l'Estomac
  - fait descendre le reflux et arrête les vomissements

- I :**
- anorexie, gastralgie, gastrite aiguë et chronique, indigestion,
  - vomissements, vomissements de sang,
  - distension abdominale, borborygmes, - spasme du muscle grand droit de l'abdomen, - dyspnée, asthme.

**E21 LIANG MEN**

**A :** porte des aliments (vers estomac)

↓  
0,2-0,3 Cun

- I :**
- réduit l'accumulation alimentaire et résout la stagnation
  - fortifie la Rate et l'Estomac - harmonise l'Estomac et fait descendre le reflux
  - accélère les fonctions de l'estomac et des intestins

- I :**
- troubles digestifs

**E 22 GUAN MEN**  
Porte à bouble battant

↓  
0,8-1,2 CUN

- A :**
- fortifie la Rate et harmonise l'Estomac
  - favorise l'élimination de l'eau et réduit le gonflement

- I :**
- douleur abdominale, distension abdominale, - anorexie, indigestion, gastrite aiguë et chronique,
  - borborygmes, diarrhée, colite aiguë et chronique,
  - œdème, - énurésie.

**E 23 TAI YI**  
le grand centre

↓  
0,8-1,2 CUN

- A :**
- clarifie le Cœur et apaise le SHEN
  - résout le TAN et harmonise l'Estomac

- I :**
- affections de la Rate et de l'Estomac,
  - gastralgie, indigestion, gastrite aiguë et chronique,
  - douleur abdominale, colite aiguë et chronique,
  - DIAN KUANG, dysphorie / agitation anxieuse

**E 24 HUA ROU MEN**  
chair de la langue flexible

↓  
0,8-1,2 CUN

- A :**
- résout le TAN et calme le SHEN
  - harmonise l'Estomac et arrête les vomissements

- I :**
- troubles de la langue, raideur de la langue, - troubles digestifs de l'Estomac et des Intestins,
  - gastralgie, gastrite aiguë et chronique, - colite aiguë et chronique,
  - vomissements, - DIAN KUANG.

**A : E25 TIAN SHU pivot ciel terre**

↓  
0,8-1,2 CUN

- I :**
- régularise l'Estomac et l'Intestin
  - régularise la stagnation de l'énergie
  - fait circuler l'énergie et active le sang

- I :**
- toutes les affections du G.I. et de l'Estomac

**E 26 WAI LING**  
la colline du muscle

↓  
0,8-1,2 CUN

- A :**
- régularise la circulation de l'énergie et arrête la douleur
  - harmonise et régularise les règles

- I :**
- douleur abdominale, douleur péri-ombilicale,
  - appendicite, - hernie, - dysménorrhée, - agitation, - obésité.

**E 27 DA JU**

**A :** grande proéminence abdominale

↓  
0,8-1,2 CUN

- I :**
- régularise la circulation de l'énergie et réduit la distension
  - désobstrue l'intestin et favorise l'élimination de l'eau

- I :**
- douleur abdominale, plénitude et distension de l'abdomen inférieur, - dysenterie, - dysurie, énurésie, cystite,
  - spermatorrhée, jaculation précoce, émissions nocturnes,
  - hernie, - obésité, - insomnie, palpitations

**A : E28 SHUI DAO voie de l'eau**

↓  
0,8-1,2 CUN

- I :**
- désobstrue et régularise la voie de l'eau
  - régularise les règles

- I :**
- affections urogénitales
  - plénitude et distension de l'abdomen inférieur

**A : E29 GUI LAI retour des organes**

↓  
0,8-1,2 CUN

- I :**
- tiédit les méridiens et disperse le froid
  - tonifie l'énergie et traite le syndrome
  - fait circuler l'énergie et disperse le Foie
  - harmonise les règles et arrête les leucorrhées

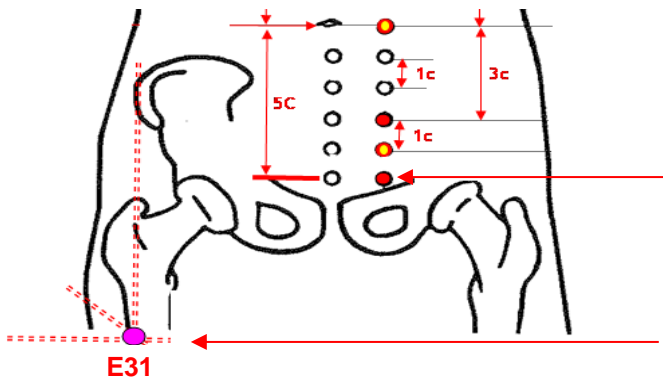
- I :**
- maladies de l'appareil génital masculin ou féminin, maladies obstétriques - règles irrégulières, - douleur abdominale, plénitude et distension de l'abdomen, borborygmes, - hernie

**A : E30 QI CHONG jallir de l'énergie**

↓  
0,5 - 1,2cun

- I :**
- relâcher le Foie et enrichir les Reins
  - harmoniser les règles
  - faire circuler l'énergie et activer le sang

- I :** **point de départ de CHONG MAI**
- maladies de l'appareil génital masculin ou féminin, maladies obstétriques
  - règles irrégulières, - douleur abdominale, plénitude et distension de l'abdomen, borborygmes, - hernie

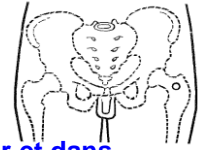


**E30 : en face RM 2, dessus symphise Pubienne, pli de l'aine**

**E30  
QI CHONG**  
jallir de l'énergie

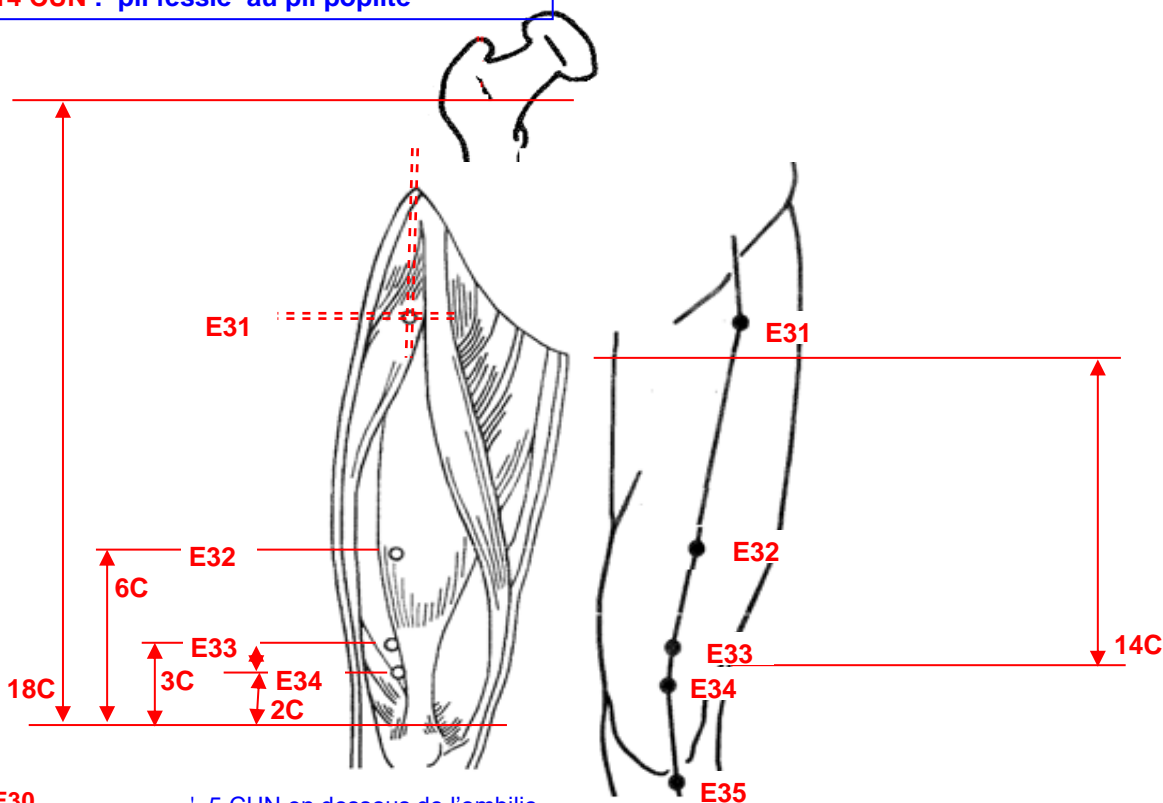
**E 31  
BI GUAN**  
barrière cuisse ventre

**E31 = pli de la fesse inférieur et dans l'axe épine de la crête illiaque intersection à la perpendiculaire**



**18 CUN : dessus rotule, axe du grand trochanter**

**14 CUN : pli fessié au pli poplité**



**E30  
QI CHONG**  
jallir de l'énergie

- 5 CUN en dessous de l'ombilic
- 2 CUN à l'extérieur de la ligne médiane antérieure de l'abdomen et du RM 2
- au-dessus et à l'extérieur de l'épine du pubis, au-dessus du pli de l'aine, au bord interne de l'artère.

**E 31  
BI GUAN**  
barrière cuisse ventre

- sur la face antérieure (le la cuisse, sur la ligne reliant l'épine iliaque antéro-supérieure et le bord (supéro-)externe de la rotule,
- directement sous l'épine iliaque antéro-supérieure, au niveau du bord inférieur du pubis, au point d'intersection de la verticale passant par l'épine iliaque antérosupérieure et de l'horizontale passant par le bord inférieur de la symphyse pubienne,
- dans le creux au bord externe du muscle sartorius (= couturier), à l'opposé de V 36

**E32  
FU TU**  
lapin prosterné

- sur la face antérieure de la cuisse,
- sur la ligne reliant l'épine iliaque antéro-supérieure et le bord supéro-externe de la rotule
- 6 CUN juste au-dessus du bord supéro-externe de la rotule

**E 33  
YIN SHI**  
traiter yin froid

- sur la face antérieure de la cuisse, sur la ligne reliant l'épine iliaque antéro-supérieure et le bord (supéro-) externe (le la rotule, 3 CUN juste au-dessus du bord supéro-externe de la rotule, dans le creux, entre le muscle droit antérieur et le muscle vaste externe.

**E34  
LIANG QIU**  
arrête dans la colline

- sur la face antérieure de la cuisse,
- sur la ligne reliant l'épine iliaque antéro-supérieure et le bord supéro-externe de la rotule,
- 2 CUN juste au-dessus du bord supéro-externe de la rotule,
- directement au-dessus de E 35
- entre le muscle droit antérieur et le muscle vaste externe de la cuisse.

**E 31**  
**BI GUAN**

↓  
0,6-1,2 CUN

**A :** **barrière cuisse ventre**

- renforce les lombes et les genoux
- disperse et désobstrue les JING LUO
- relâche les tendons et active les LUO

**I :**

- douleur aux lombes et aux genoux, froid aux genoux et douleur aux lombes, douleur aux lombes et
- aux jambes, - engourdissement, atrophie musculaire, atteinte motrice, paralysie et douleur du membre inférieur, - atrophie musculaire, douleur et engourdissement de la hanche et de la cuisse, impossibilité d'extension et de flexion, - atrophie du genou, - spasme de la jambe, - engourdissement du pied, - douleur abdominale, - hémiplegie.

**E32**  
**FU TU**

↓  
0,6 - 1,2cun

**A :**

- renforce les lombes et les
- disperse le froid et résout l'humidité
- disperse et désobstrue les JING LUO

**I :**

- douleur dans la région lombaire et iliaque,
- douleur aux lombes et à la hanche, douleur aux lombes et au genou,
- arthrite du genou, froid au genou, froid et engourdissement à la jambe et au genou,
- paralysie, atteinte motrice et douleur du membre inférieur,

**E 33**  
**YIN SHI**  
**traiter yin froid**

↓  
0,5-1 CUN

**A :**

- renforce les lombes et les genoux
- d'isperse les méridiens et favorise les articulations
- clarifie la chaleur et élimine l'humidité
- tiédit les méridiens et disperse le froid

**I :**

- douleur, engourdissement, atteinte motrice et paralysie du membre inférieur,
- difficulté d'extension et de flexion,
- manque de force, engourdissement, douleur et atteinte motrice de la jambe et du genou,
- paralysie et douleur du genou et de la cuisse,
- douleur et raideur du genou, arthrite du genou,
- froid et douleur dans la région lombaire,
- sensation comme si les lombes et les jambes étaient dans de l'eau froide, - hernie (due au froid), - distension abdominale, douleur abdominale.

**E34**  
**LIANG QIU**  
**arrête dans la colline**

↓  
0,5 - 0,8cun

**point XI (fente)**

**A :**

- du méridien ZU YANG MING Estomac
- désobstrue les méridiens et active les LUO
- régularise (la circulation de) l'énergie et harmonise l'Estomac

**I :**

- gastralgie, gastrite, diarrhée,
- arthrite du genou,
- paralysie et atteinte motrice du membre inférieur.

**E35**  
**DU BI**

↓  
oblique vers l'intérieur et l'arrière , 0,5-1,2 CUN

- sur le genou, au bord inférieur de la rotule, (dans le creux sur le côté externe de la rotule et du ligament rotulien (œil externe du genou)).

**A :**

- désobstrue les méridiens et active les LUO
- fait disparaître le gonflement et arrête la douleur
- désobstrue et favorise les articulations
- disperse le vent et le froid
- régularise la circulation de l'énergie et harmonise l'Estomac

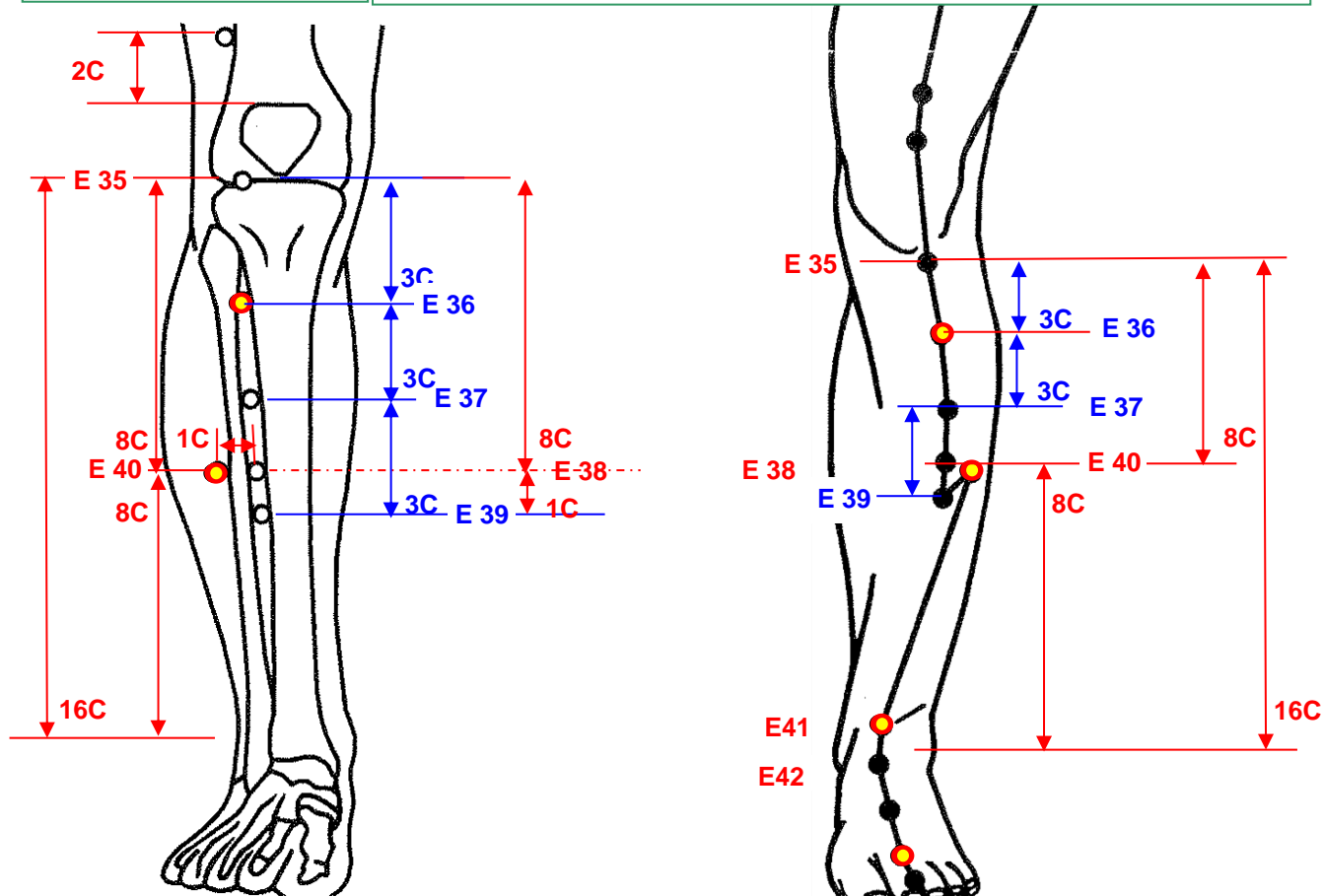
**I :**

- affections de l'articulation du genou et des tissus mous périarticulaires, douleur, engourdissement et atteinte motrice du genou, arthrite du genou, difficulté de flexion et d'extension,
- bérubéri,
- distension abdominale après opération abdominale

16 CUN : pointe (sommets, dessus) maléole externe, dessous du genou, œil du genou

E35 à E39 = 8c + 1c = 9Cun

(9cun : 2 mains, 1 pouce et 1 index de chaque main faire 3 intervalles de 3C)



**E36**  
**ZU SAN LI** - 3 CUN en dessous du genou et de E 35 - sur le bord antéro-externe de la jambe,  
- 3 CUN directement en dessous du creux à l'extérieur du ligament rotulien œil externe du genou et de E35  
- 1 travers de doigt (médius) [0,5 CUN] à l'extérieur de la crête antérieure du tibia

**E37**  
**SHANG JU XI** - 3 CUN directement en dessous de E 36 - sur le bord antéro-externe de la jambe,  
- 6 CUN directement en dessous du creux à l'extérieur du ligament rotulien œil externe du genou  
- 1 travers de doigt à l'extérieur de la crête antérieure du tibia, à mi-chemin de E 36 et de E 39

**E 38**  
**TIAO KOU** au milieu de la face antéro-externe de la jambe, à mi-chemin de E 35 et de E 41 et de la pointe de la malléole externe,  
3 CUN au-dessus de la malléole externe.  
- 8 CUN en dessous du genou et de E 35, - 5 CUN en dessous de E 36  
- 2 CUN en dessous de E 37 - 1 travers de doigt en dehors de la crête antérieure du tibia, entre le tibia et le péroné.

**E39**  
**XIA JU XU** - sur le bord antéro-externe de la jambe, sur la ligne reliant E 36 et E 41  
- 1 CUN directement en dessous de E 38 - et du centre de la face antéro-externe de la jambe,  
- 3 CUN en dessous de E 37  
- 6 CUN directement en dessous de E 36 - 9 CUN en dessous de E 35  
- 1 travers de doigt 0,5 CUN à l'extérieur de la crête antérieure du tibia, entre le tibia et le péroné.

**E40**  
**FENG LONG** - sur le bord antéro-externe de la jambe,  
- 1 CUN à l'extérieur de E 38,  
- 8 CUN en dessous du genou, - 8 CUN au-dessus de la pointe de la malléole externe

**E41**  
**JIE XI** - sur la face dorsale du cou-de-pied,  
- dans le creux au milieu du pli transverse de l'articulation de la cheville,  
- à mi-distance les deux malléoles, en avant de l'articulation tihio-tarsienne,  
- entre le tendon de l'extenseur commun des orteils et le tendon de l'extenseur propre du gros orteil, directement au-dessus du 2e orteil.

**E36**  
**ZU SAN LI**  
trois longueurs de pied

↓  
0,5 - 1,5cun

**point HE (mer, rassemblement) inférieur (XIA HE) de l'Estomac et ZU YANG MING**

**A :**

- disperse et désobstrue les JING LUO
- désobstrue les Entrailles et résout le TAN
- régularise l'énergie et le sang
- fortifie la Rate et l'Estomac
- harmonise l'Estomac
- action tonifiante pour l'ensemble de l'organisme, élimine la fatigue,

**I :**

- affections du tube digestif, gastralgie, gastrite aiguë et chronique, ulcère, indigestion, pancréatite aiguë,
- vomissements, hoquet,
- distension abdominale, douleur abdominale, borborygmes,

**E37**  
**SHANG JU XU**  
grand creux

↓  
0,5 - 1,5cun

**point HE (mer, rassemblement) inférieur (XIA HE) du G.I**

**A :**

- clarifie la chaleur et élimine l'humidité
- désobstrue et fait descendre l'Intestin Entraille
- régularise la circulation de l'énergie et harmonise l'Estomac

**I :**

- abcès intestinal, appendicite aiguë
- douleur abdominale, distension abdominale,
- borborygmes, - diarrhée, constipation, colite aiguë,

**E 38**  
**TIAO KOU**  
passage tibia péroné

↓  
0,5-0,9 CUN

**I :**

**A :**

- régularise la circulation de l'énergie
- expulse l'humidité et tiédit les méridiens
- relâche les tendons et active les LUO
- régularise les extrasystoles ventriculaires.

- paralysie, atrophie, froid et douleur du membre inférieur,
- engourdissement et douleur du genou, arthrite du genou,
- froid, engourdissement, atteinte motrice, paralysie et douleur de la jambe, - spasme musculaire du mollet, - gonflement du dos du pied, paralysie, faiblesse et atteinte motrice du pied,
- douleur dans la région de l'épigastre et dans l'abdomen,
- douleur et atteinte motrice de l'épaule, douleur de l'épaule et du dos, périarthrite de l'épaule.

**E39**  
**XIA JU XU**  
grand creux inférieur

↓  
1 - 1,5cun

**point HE (mer, rassemblement) inférieur (XIA HE) de l'I.G.,**

**A :**

- régularise la stagnation de l'énergie
- désobstrue et fait descendre l'énergie des Entrailles

**I :**

- douleur, paralysie, atteinte motrice et engourdissement du membre inférieur,
- douleur du dos et des lombes irradiant aux testicules,

**E40**  
**FENG LONG**  
grande abondance

↓  
0,5 - 0,9cun

**point LUO (connection) du méridien ZU YANG MING Estomac**

**A :**

- calme le Cœur et apaise le SHEN
- résout le TAN et apaise la dyspnée
- clarifie la chaleur et résout l'humidité,
- fait descendre le reflux et désobstrue les selles

**I :**

- maladies du TAN,
- toux, expectorations abondantes, dyspnée, asthme, douleur thoracique,
- douleur et gonflement de la gorge,
- vertiges, - céphalée, - épilepsie,
- vomissements, indigestion, constipation,

**E41**  
**JIE XI**  
diviser le torrent impétueux

↓  
0,3 - 0,5cun

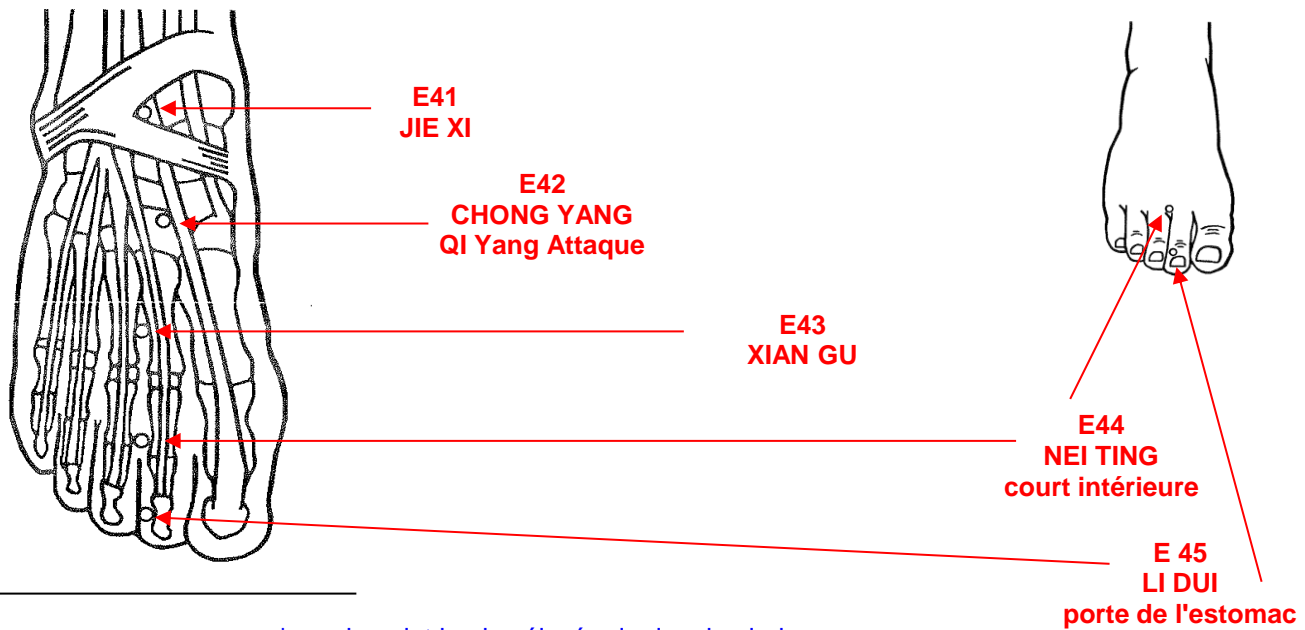
**point JING (proximal) (rivière/fleuve, passage) du méridien ZU YANG MING Estomac**

**A :**

- clarifie l'Estomac et fait descendre le reflux
- renforce la Rate et résout l'humidité
- calme les convulsions et apaise le SHEN

**I :**

- chaleur de l'Estomac,
- céphalée, - rougeur des yeux, rougeur du teint,
- vertiges, - oedème du visage, - distension abdominale,
- constipation,



**E42  
CHONG YANG  
Qi Yang Attaque**

- sur le point le plus élevée du dos du pied,
- 1,5 CUN en dessous et en avant de E 41
- 3 CUN au-dessus de E 43
- dans le creux entre les tendons de l'extenseur propre du gros orteil et de l'extenseur commun des orteils,
- entre les 2e et 3e métatarsiens (en avant) et le 3e cunéiforme (en arrière), là où l'artère pédieuse est palpable

**E43  
XIAN GU**

- sur le dos du pied, dans le creux en avant de l'union des 2e et 3e métatarsiens.
- 3 CUN en dessous de E 42


**E44  
NEI TING**

- en arrière de E 45
- sur le dos du pied, entre le 2e et le 3e orteils,
- dans le creux en avant et à l'extérieur de la 2e articulation métatarso-phalangienne,
- 0,5 Cun en arrière de la commissure, à la jonction de la peau rouge et de la peau blanche.

**E 45  
LI DUI  
porte de l'estomac**

- sur le bord externe du 2e orteil,
- 0,1 CUN en arrière et à l'extérieur de l'angle unguéal (du coin de l'ongle) externe,
- à l'intersection de la ligne passant par le bord externe de l'ongle et de la ligne passant par la base de l'ongle


**E42**  
**CHONG YANG**  
**Qi Yang Attaque**

  
0,2 - 0,3 Cun

**point YUAN (source) du méridien YANG MING Estomac,**

- A :**
- harmonise l'Estomac
  - fortifie la Rate et favorise l'élimination de l'eau
  - apaise le SHEN
  - disperse le vent et désobstrue les LUO
- I :**
- paralysie du membre inférieur,
  - du pied, douleur,
  - épilepsie, convulsions,
  - gastralgie, douleur et distension à l'épigastre, distension abdominale.


**E43**  
**XIAN GU**

  
0,3 - 0,5 Cun

**point SHU (transport) du méridien ZU YANG MING Estomac,**

- A :**
- harmonise l'Intestin et l'Estomac
  - fortifie la Rate et favorise l'élimination de l'eau
- I :**
- borborygmes, dysenterie, gastro-entérite,
  - douleur abdominale,
  - plénitude de la poitrine et des hypocondres,
  - oedème de la face, oedème généralisé,


**E44**  
**NEI TING**

  
0,3 - 0,5 Cun

**point YING (jaillissement) du méridien ZU YANG MING Estomac,**

- A :**
- clarifie l'humidité chaleur de l'Estomac et de l'Intestin
  - régularise la circulation de l'énergie et apaise la douleur
  - harmonise l'Estomac et fortifie la Rate
  - clarifie le Cœur et apaise le SHEN
  - améliore, régularise, renforce le péristaltisme de l'estomac et des intestins
- I :**
- syndromes de chaleur et de plénitude de l'Estomac,
  - maladies de la chaleur
  - névralgie du trijumeau, douleur faciale, paralysie faciale, déviation de la bouche,
  - céphalée, - dentalgie,
  - obstruction de la gorge, douleur et gonflement de la gorge, amygdalite,
  - épistaxis,
  - distension abdominale, douleur abdominale, douleur à l'épigastre,

**E 45**  
**LI DUI**  
**porte de l'estomac**

  
0,1 perpen -  
0,2-0,3 oblique Cun

**point JING (distal) (puits) du méridien ZU YANG MING Estomac,**

- A :**
- clarifie l'Estomac
  - harmonise l'Estomac et clarifie la Rate
  - clarifie le Cœur et apaise le SHEN
  - désobstrue et régularise l'énergie et le sang
  - améliore le métabolisme respiratoire et les fonctions physiologiques du Poumon.
- I :**
- anémie,
  - neurasthénie, hystérie, sommeil agité avec cauchemars, beaucoup de rêves,
  - distension abdominale, plénitude et distension à l'abdomen et au thorax,
  - maladies de la chaleur
  - douleur et gonflement de la gorge,
  - gonflement du visage,
  - céphalée frontale de YANG MING,
  - paralysie faciale, déviation de la bouche,
  - froid dans la jambe et dans le pied, douleur du pied.