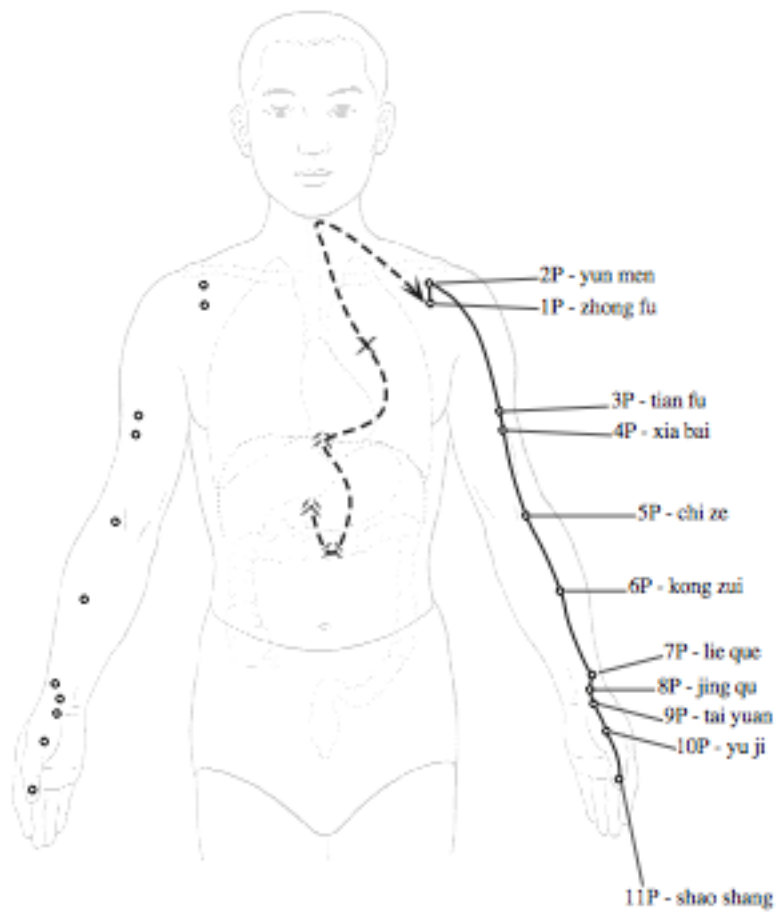


LE MÉRIDIEN DU POUMON - TAIYIN DE MAIN





LES POINTS DU MÉRIDIEN DU POUMON

TAIYIN DE MAIN (*SHOU TAI YIN* 手太陰)

ZHONG FU 中府 TRÉSORIER DU PALAIS CENTRAL

P.1 - Point situé à la poitrine sous la clavicule, à l'extrémité du 1^{er} espace intercostal à 6 distances du point Huagai 華蓋 (R.M. 20), lui-même situé à 2 distances au-dessous du creux sus-sternal. Comme R.M.20, Zhongfu est à hauteur de la réunion de l'extrémité supérieure et du corps du sternum. On le trouve en suivant le bord supérieur de la 2^e côte, mais il est en dehors de la côte dans un creux qui se forme quand on lève le bras et qu'on exécute un mouvement de poussée en avant. Le point se prend plus facilement quand on renverse la tête en arrière. À son niveau, on sent battre une artère, probablement une collatérale de l'artère axillaire (la mamelle externe).

Point recruteur (*mu* 募) du Poumon.

Autres noms : Yingzhong waishu 膺中外俞, Yingzhongshu 膺中俞, Fuzhongshu 府中俞, Yingshu 膺俞, Feimu 肺募.

On le puncture en oblique, vers l'extérieur, à une profondeur de 0,5 à 0,8 distance.

On y applique de 1 à 3 moxas; on le chauffe durant 5 à 10 minutes.

YUN MEN 雲門 (云门) PORTE DES NUÉES

P.2 - Point situé dans un creux entre la première côte et la clavicule, sous l'apophyse coracoïde où l'on peut sentir battre l'artère axillaire à sa naissance. Le point est à hauteur du point Xuanji 璇璣 (R.M.21) et à 1 distance au-dessus du point Zhongfu 中府 (P.1).

On le puncture en oblique, vers l'extérieur, à une profondeur de 0,5 à 0,8 distance.

On y applique de 1 à 3 moxas; on le chauffe durant 5 à 10 minutes.

TIAN FU 天府 GARDIEN DU TRÉSOR CÉLESTE

P.3 - Point situé au bras, à 3 distances de l'endroit le plus déclive du creux axillaire (sommet de la ligne axillaire antérieure), au niveau du bord externe de l'humérus, dont on sent le contact en appuyant sur ce point. Le point est situé à l'extrémité inférieure de la longue portion du biceps. Traditionnellement, on le repère en levant le bras devant le visage; le point se trouve là où le nez touche le biceps, au premier tiers supérieur du bras.

On le puncture perpendiculairement, à une profondeur de 0,5 à 1 distance.

On n'applique pas de moxa sur ce point.