

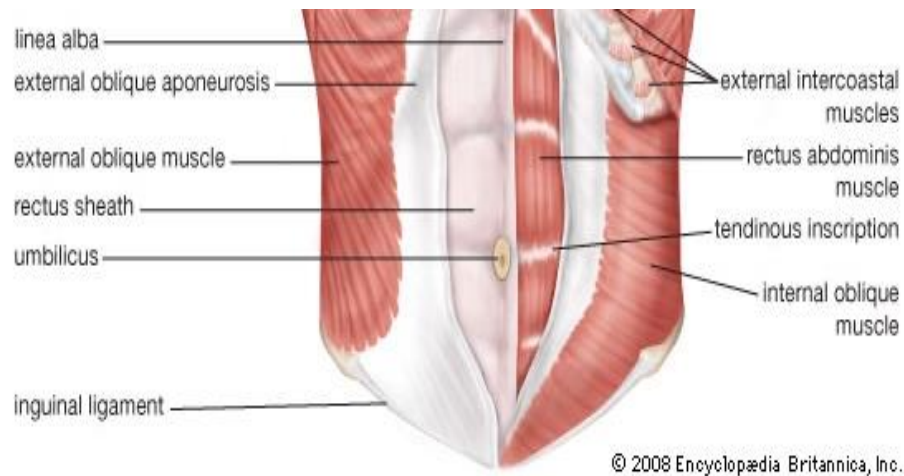
Temadag

Lyske, hofte, bækken og nedre lænd

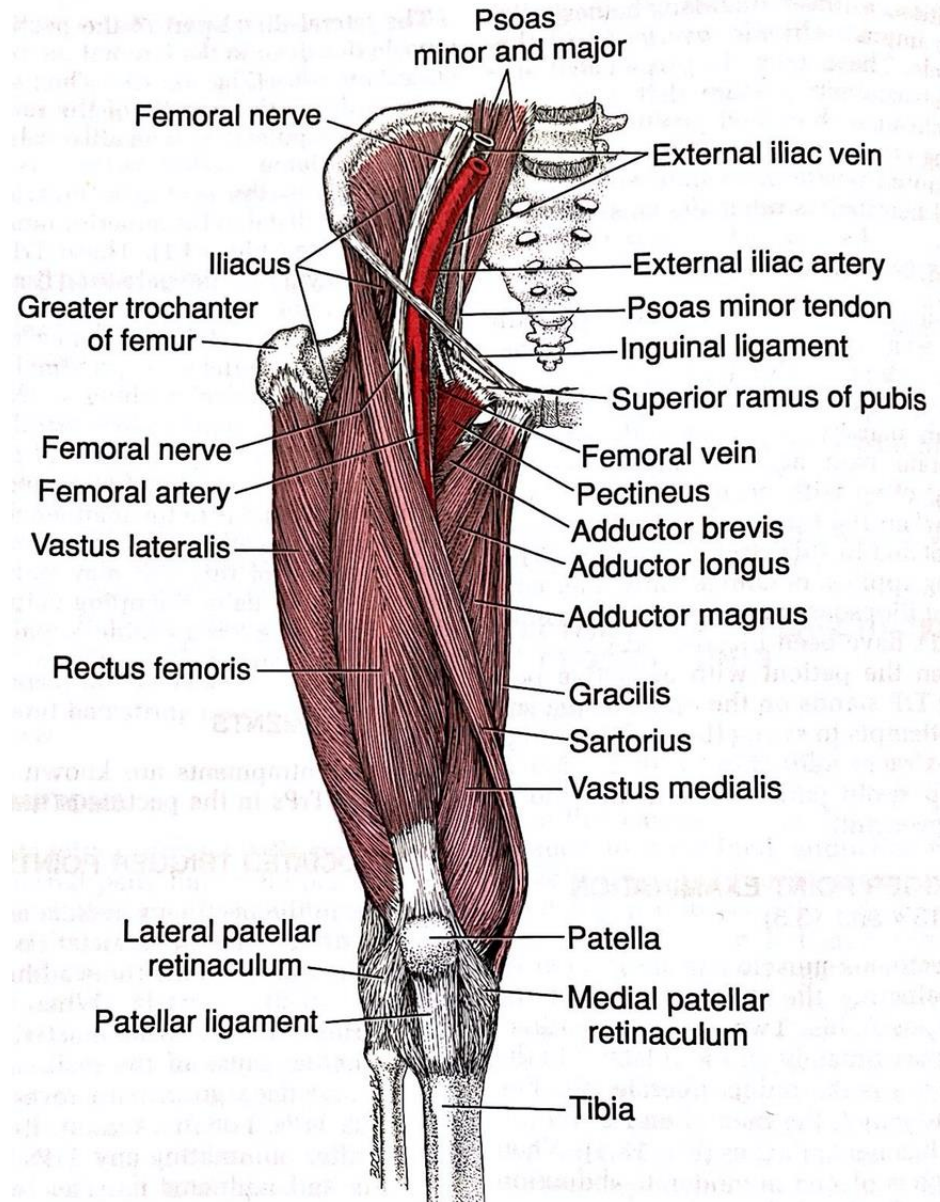
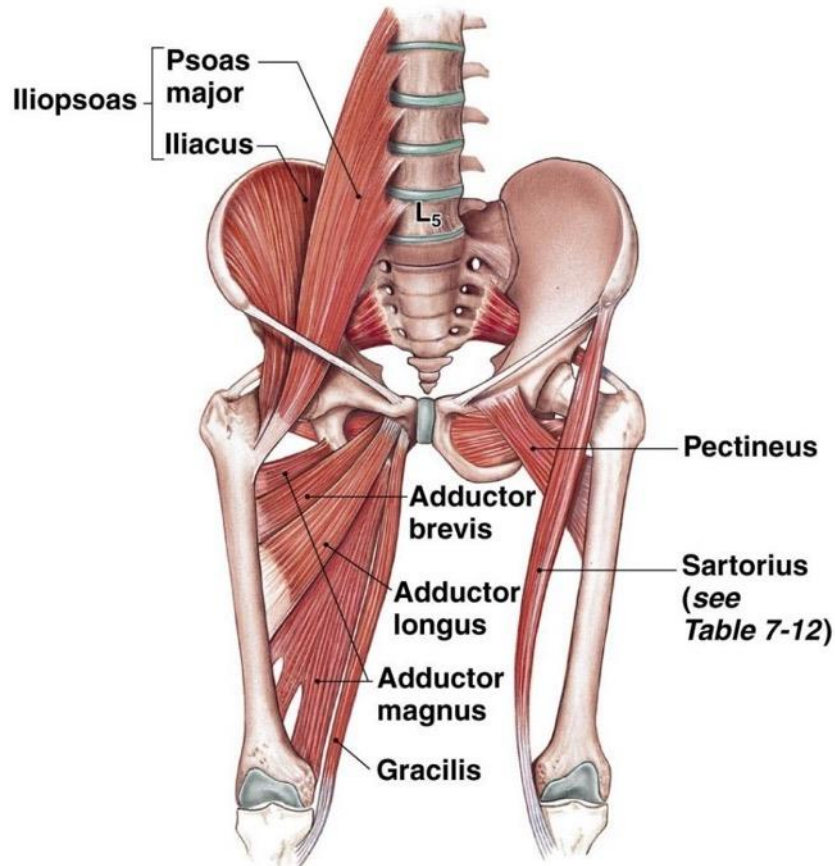


KØBENHAVNS
AKUPUNKTURSKOLE

Lyskens anatomi



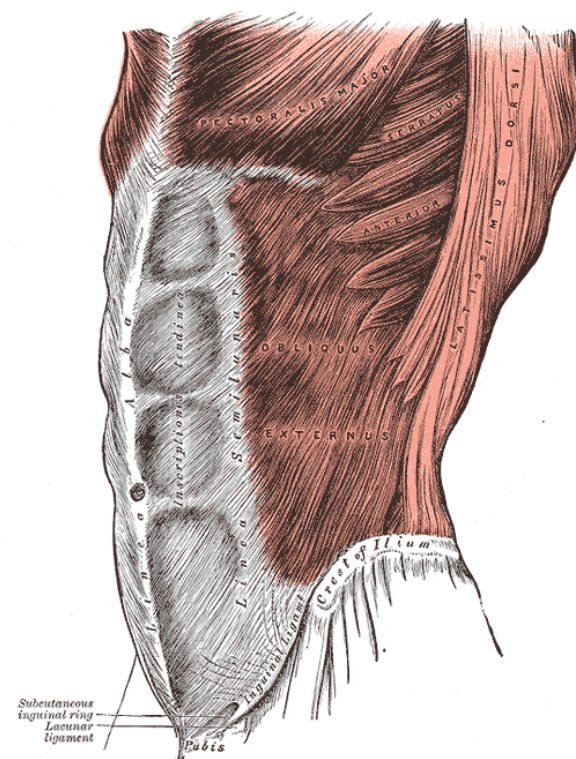
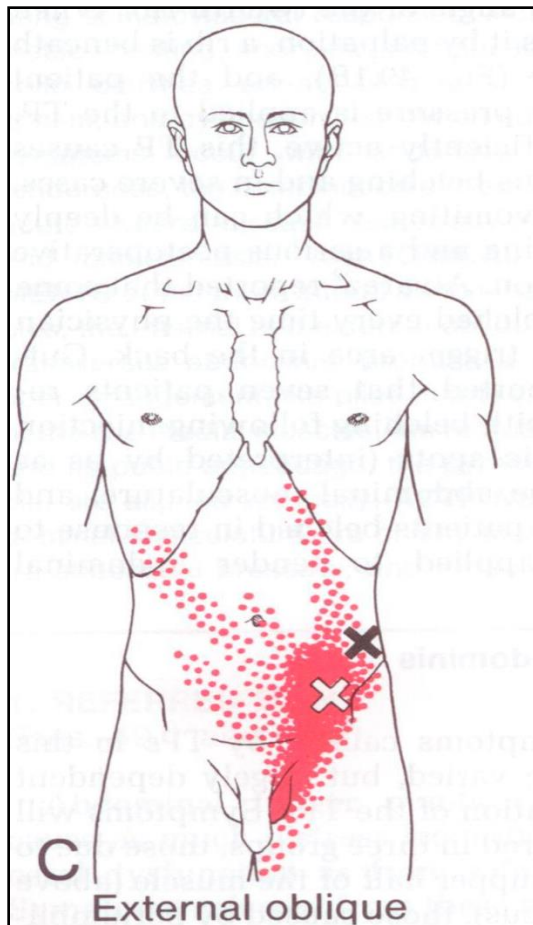
© 2008 Encyclopædia Britannica, Inc.



Obliquus externus

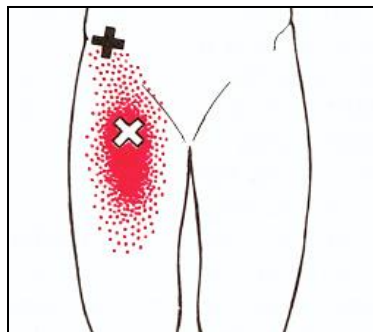
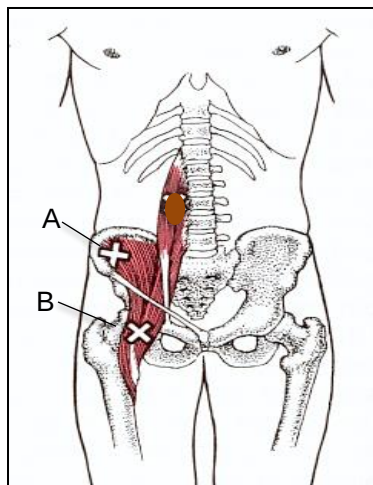
Innervati on	Th8 – Th12
Udspring	Savtakket fra costa 5 – 12., Interdigiterer med m. serratus ant.
Hæfte	Christa iliaca, lig. inguinale, gennem rectusskeden i linea alba
Funktion	Fleksion og lateralbøjning af columna Assisterer inspiration
Sympto mer	Smerter i lysken og nedre abdomen der trækker ud i hele epigastriet og giver kvalme og diarré
Eksamin ation	Flad palpation
Lokalisat ion	TPC: Palpér maven proximalt for Cristakanten og lig. Inguinale. Gå efter ømhed og evt. udstråling.
Indstik	Vinkelret. 25 mm eller ift anatomi

Lyskebehandling

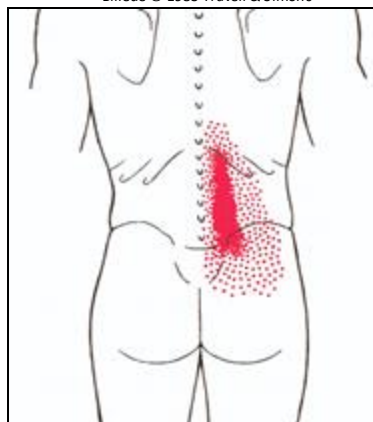


Iliopsoas

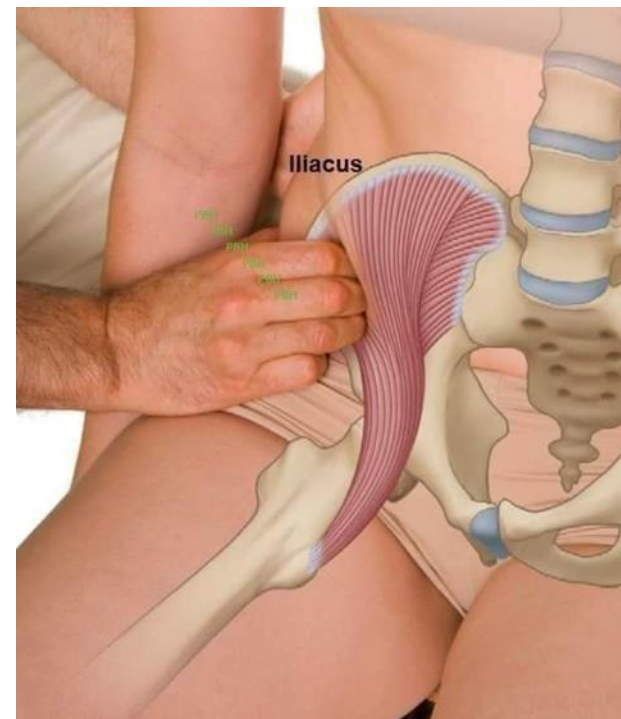
Inn.	Th12 – L4
Uds.	På hvirvler af T12 – L5, Fossa Iliaca
Hæft.	Trochanter minor
Funkt	Fleksion af columna og hofteled. En del af den posturale muskulatur.
Symp.	Lavlumbale smerter hen over lænden (med quadratus lumborum). Hofte / lår smerter ved udadroteret hofte. Tyngde- og træthedsfornemmelse (værst i stående stilling). Følelse af nedsat energiniveau og vitalitet.
Eks	Flad palpation
Test	Mavebøjning. Rejse sig fra siddende stilling
Org	Nyre
Lokal	TP A. Rygliggende med en pude under knæene. Lige medialt for SIAS og ned i musklen. TP B. På højde med overkant af symfyisen. Lateral for pulsation. Tæt på TP af Rectus femoris i øverste lag
Stik	A. Mod inderside af hofteskålen gennem abdominal muskulatur. 25-40 mm. nål B. Vinkelret. 25 mm. nål



Billede © 1983 Travell & Simons



Lyskebehandling

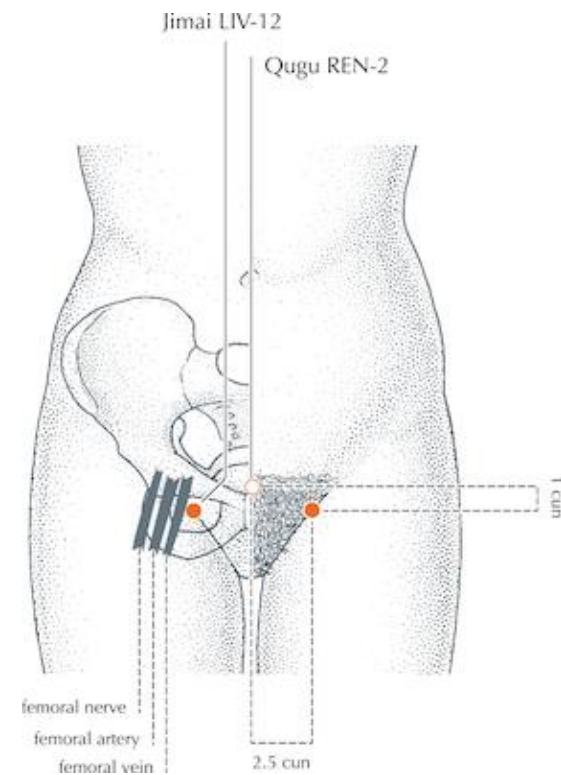
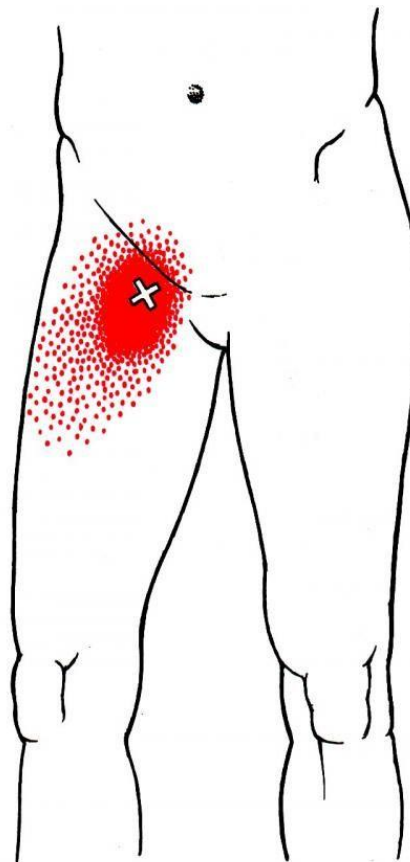


Pectineus

Inner	L2 – L3
Udspr.	Ramii af tuber ischiadicum (sædeknode)
Hæfte	Femur (linea aspera)
Funkt	Fleksion, adduktion af hoftelæddet, indad- og udadrotation samt stabilisering af pelvis
Symp.	Lyskesmerter
Eksam	Flad palpation, rygliggende med låret udadroteret
Test	Indskrænket abduktion og fleksion i hoften.
Org	Pericardium
Lokal.	Nåles medialt for pulsation af a. femoralis
Indst	Skråt proximalt indstik med 25 mm. nål

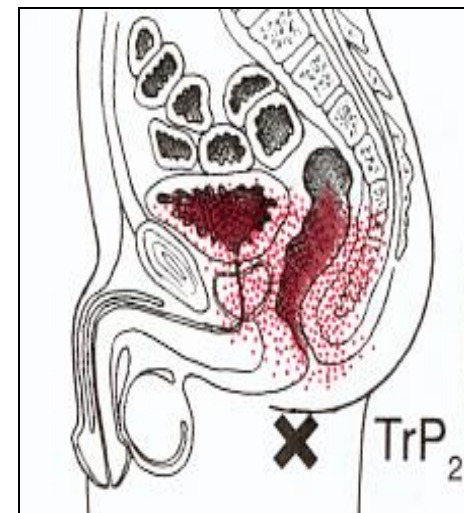
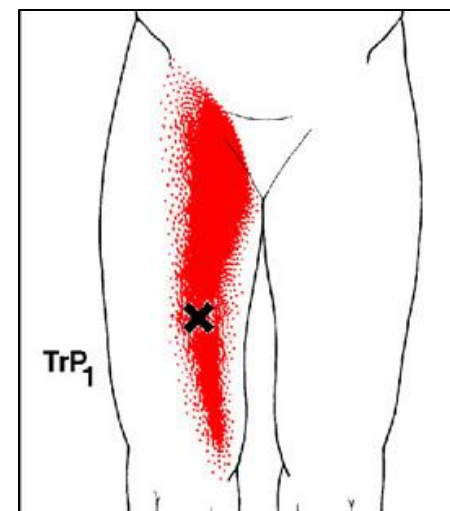
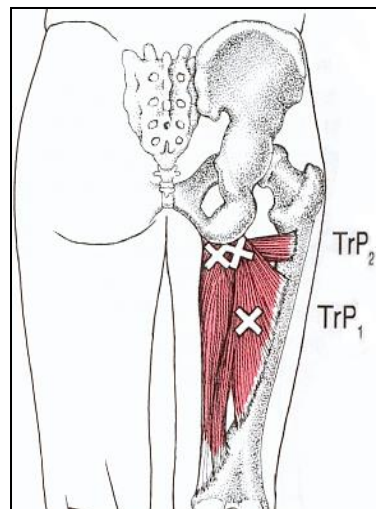


Lyskebehandling



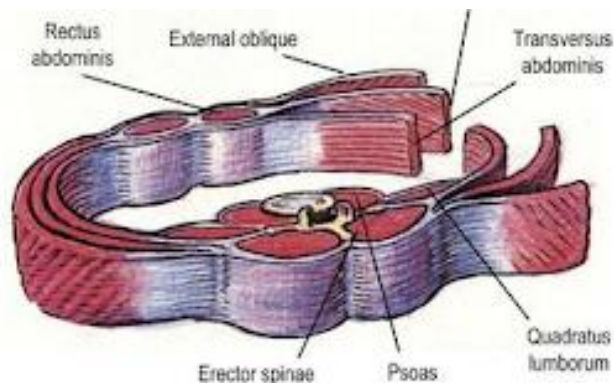
Lyskebehandling og det lille bækken

Adduktor Magnus	
Inner	L2 – L3
Udspr.	Ramii af tuber ischiadicum (sædeknode)
Hæfte	Medialt og dorsalt langs hele femur (linea aspera)
Funkt	Adduktion af hoftelæddet
Symp.	Smerter fra lysken til medialsiden af knæ. Intrapelvinsmerter, smerter i skridt og endetarm, smerter i skede ved samleje.
Eksam	Flad palpation, rygliggende med låret udadroteret
Test	Indskrænket abduktion og fleksion i hoften.
Org	Pericardium
Lokal.	Musklen kan palperes fra indersiden ml. Gracilis og hasemusklér, men TP stikkes bagfra. TP 1 Dybt ml. hasemusklér halvvejs fra ballefold til knæhase. Svarer til Minghuang (bright yellow) Master tung punkt
Indst	TP1: Vinkelret. 40-50 mm. nål stikkes fra inderlåret ind bag femur mod musklen

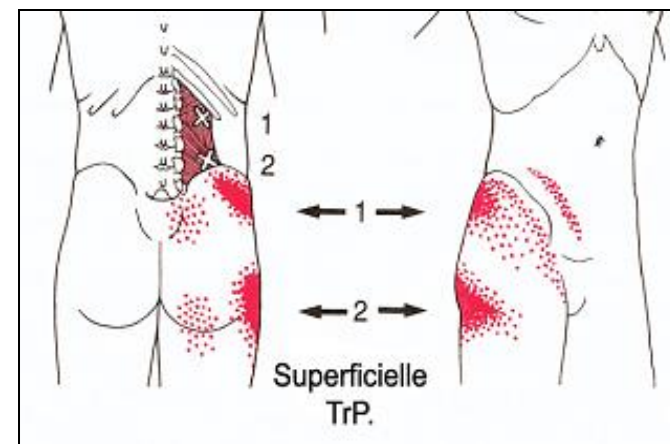
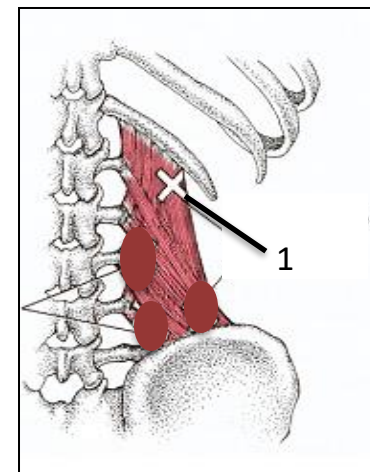


Quadratus Lumborum

Innerva.	Th12 – L4
Udspring	Processus transversi L1 – L4, Crista iliaca, lig. ileolumbale
Hæfte	12. ribben
Funktion	Sidefleksion af ryg, stabilisering af columna. Virker sammen med diafragma ved kraftig expiration.
Symptomer	Kroniske, dybe borende lænde- hofte- balle og lyskesmerter sammen med Iliopsoas mavesmerter, forstoppelse. Smerter i skridtet med deraf følgende nedsat sexlyst. Træthedsfølelse.
Eksam.	Sideliggende, flad palpation
Organ	Colon
Lokal.	Sideliggende / rygliggende. Lige under kanten af Erector Spinae
Indstik	Ind på kanten af musklen. 1. Øverste: 45 grader skråt ind mod columna langs 12. ribben. 40 mm. nål



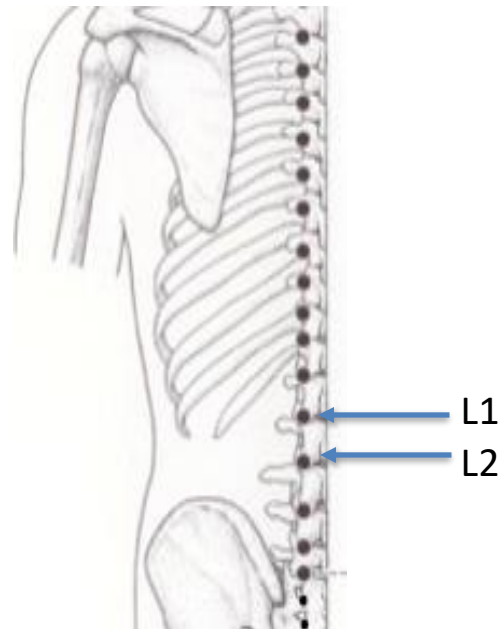
Lyske- og hoftebehandling



Nervestimulation n. Femoralis



Central stimulation L1-L2

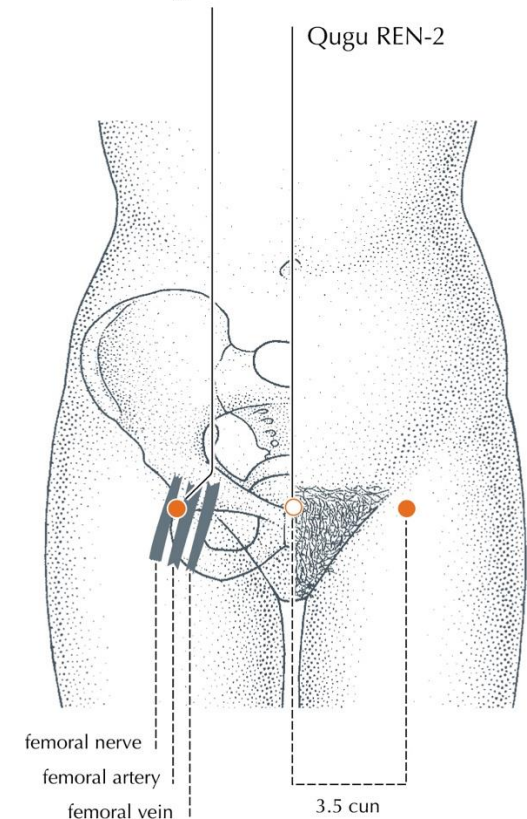


Se næste side

Perifer stimulation Milt/Pancreas 12

Chongmen SP-12

Qugu REN-2



Stikkes forsigtigt indtil blod
elektrisk de qi opleves

Slidgigt i hoften

Smerter og angreb i led, muskler og sener karakteriseres som Zheng bi (bi syndrom)

Qi og blod stase i meridianer omkring hoften:

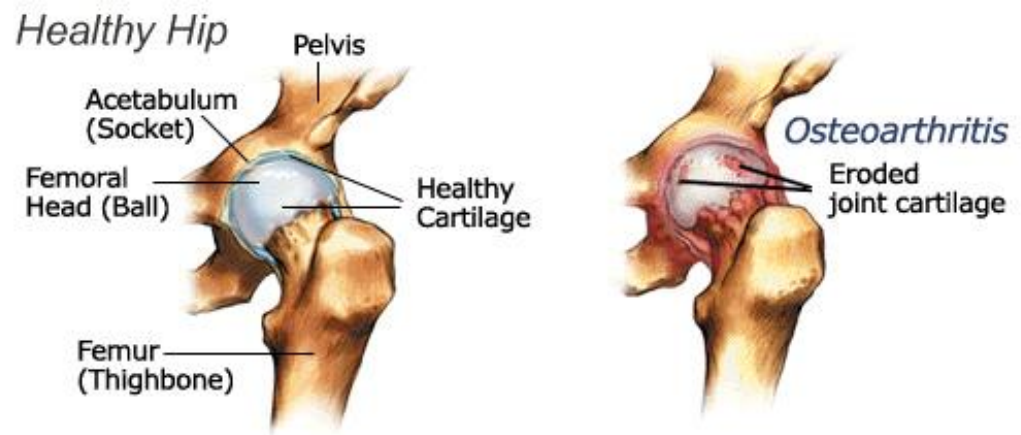
- Fra siden: Gb (hyppigst)
- Bagfra: Blære
- Fortil: Lever, Mave, Milt

Indre tilstande: Nyre xu (Jing og Qi) og Lever (LQS, xue xu og yin xu)

Træfasen: ydre indre konflikt i Gb-Le, overvejelse, klarsyn og beslutsomhed og handling. Kan rødderne i træet klare de udfordringer der kræves af det synlige træ og de vinde der blæser over jordoverfladen?

Behandling TCM:

1. Jian kua
2. Triggerpunkter i Gluteus medius, Tensor fascie lata og Piriformis
3. Bløddele påvirkes gennem Gb44: blødning (8-10 dråber)
4. Shu-stream kombination (Gb41 (42) i den skadede side og Sj3 modsat. Denne kombination virker bedst med: Lokale punkter som f.eks. Gb29, Gb30, Bl-54, GB30, M31, MP12
5. Distale punkter som GB40 - Yuan-source, GB37 - Luo, GB34 - Hui-influential, GB31 – uddriver vind (feng) fra underekstremiteter, Dai mai: GB41 og SJ5
6. Styrk qi og blod og zang-fu
7. 5-fase: Styrk yin træ (yin i yang = GB, yin i yin = Le)
8. Psyko emotionelt: Bl44, Bl47 - Bl19, B52 eller N4, Le14, Ren14 – Ren17 - N23



Hofte - bursit

Behandling

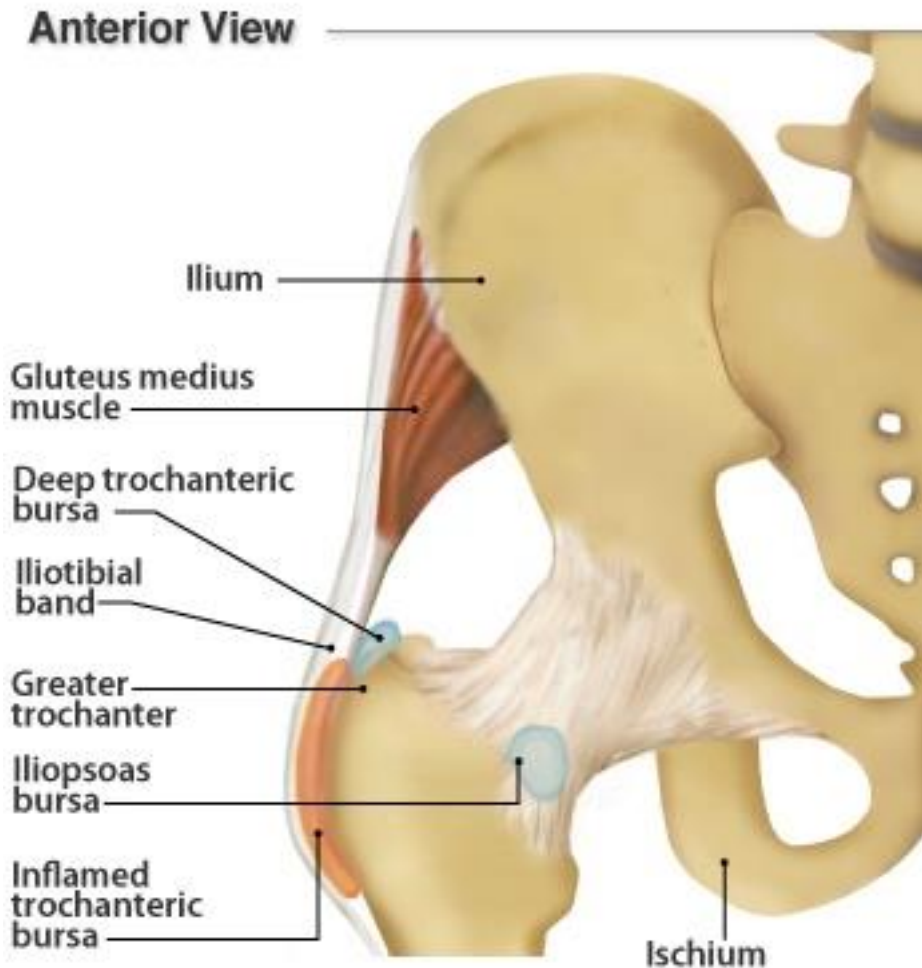
Inflammation langs GB meridian
GB-40, GB38, GB31

Omring dragen (trochanter major)

Cross channel

Spejling

NB: alle inflammationstilstande bor i
Ild og afspejler emotionelle tilstande
der påvirker Shen. Galdeblære ild er
emotionelt stress relateret irritation.



Øvrige bursae i regionen:

- Iliopsoas bursa ml. bækken og Iliopsoas
- Ischia gluteal bursa ml. sædeknode og glut max

Behandling af hofte og bækken

Muskler og triggerpunkter:

- Gluteus medius
- Tensor fascie lata
- Piriformis
- Soleus
- Iliocostalis lumborum
- Longissimus thoracis

TCM:

GB-29 - midt mellem trochantor major og sias. Dæmper smerter og styrker hoften

Jian Kua - midt mellem trochantor major og øverste kant af ilium. Dyb nåleteknik sammen med GB-29

GB-30 - Aktiverer meridianen, styrker hoften og fjerner smerte.

GB-34 - Styrker hoften, sener og muskler med blod og qi.

GB40 - Yuan-Source, Uddriver GB fugt-hede og dæmper inflammation i hofteleddet

GB41 - Træ-punkt. Åbner Dai Mai. Uddriver vind lang meridianen behandler smerte i hoften ved gang og aktivitet.

Beslutningen om bevægelse og aktivitet. Hjælper på beslutningen især ifm. at tage de første skridt i en retning. Ved emotionel stagnation kombiner med Sj-5.

BL-40 - Jord pkt. Giver ro og Komfort og fjerner smerter i bækkenområdet. Dybt indstik vil påvirke Iskias nerven og hele plexus lumbo-sakralis.

LIV-3 - Regulerer nedre jiao og styrker blod og yin.

Stærke kombinationer

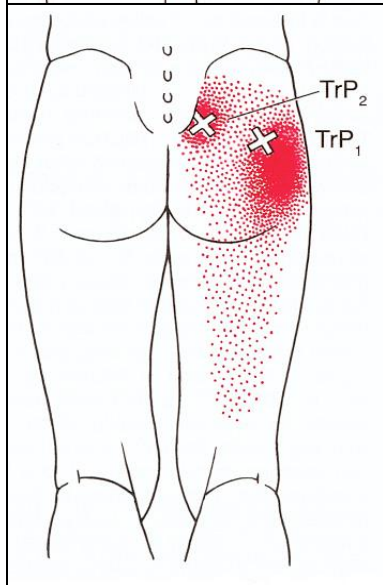
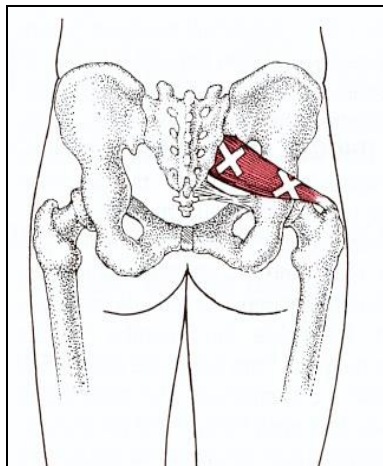
BL-64 (Yuan), Ny-2 (ild) & Iliopsoas triggerpunkter: Styrker qi og blod cirkulation i ekstremiteterne og dæmper inflammation.

BL-65 (Træ), KID-8 (Xi) & GB-30: Hoftesmerter

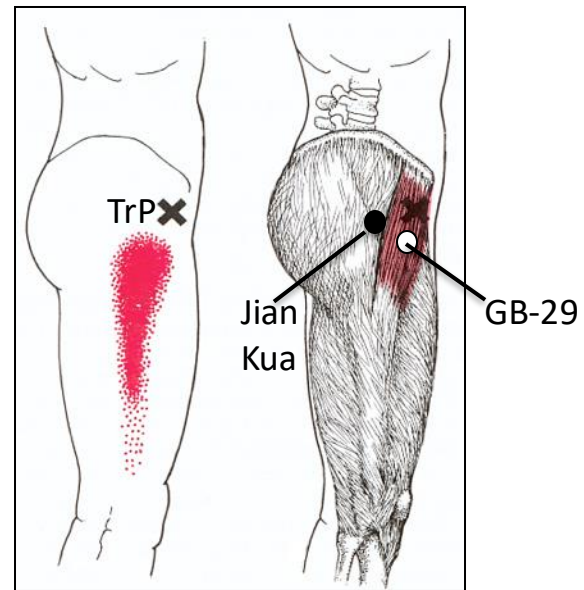
BL-31-34 & Piriformis triggerpunkter: Styrker Nyre Yang og styrker bækken og hofteregion, påvirker nerveudspring i de sakrale foramina og åbner op til underekstremiteter.

Muskler og punkter

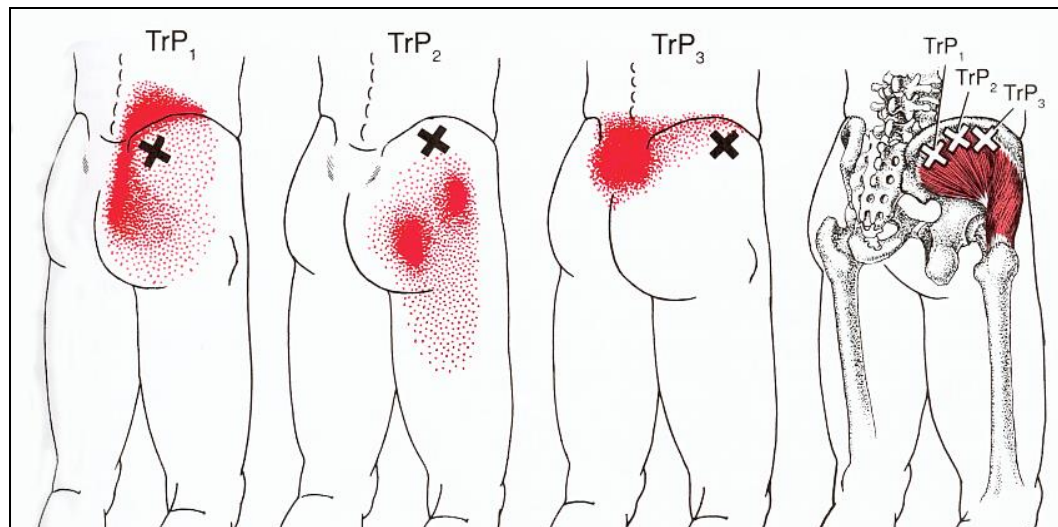
Piriformis



Tensor fascie lata, GB-29, Jian Kua



Gluteus medius



SI-led og bækkensmerter

Indhold

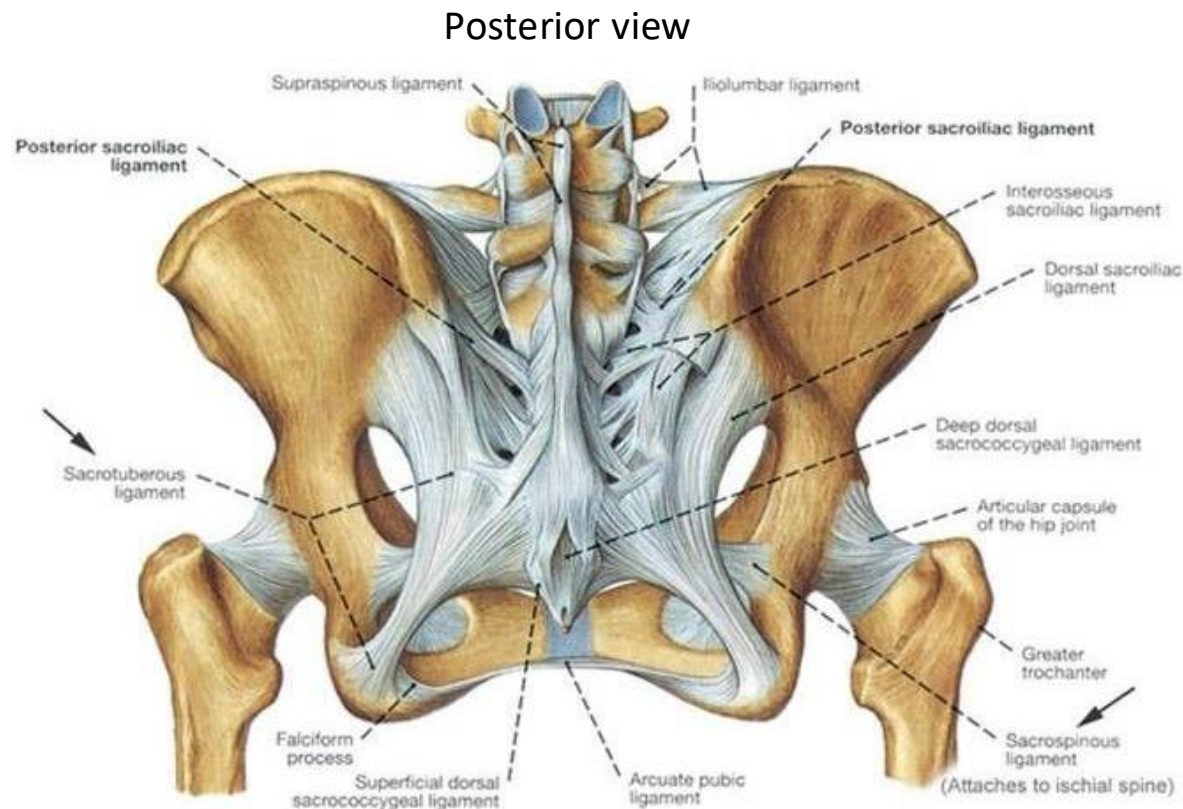
Muskler

- Piriformis
- Gluteus maximus
- Iliocostalis lumborum
- Longissimus thoracis

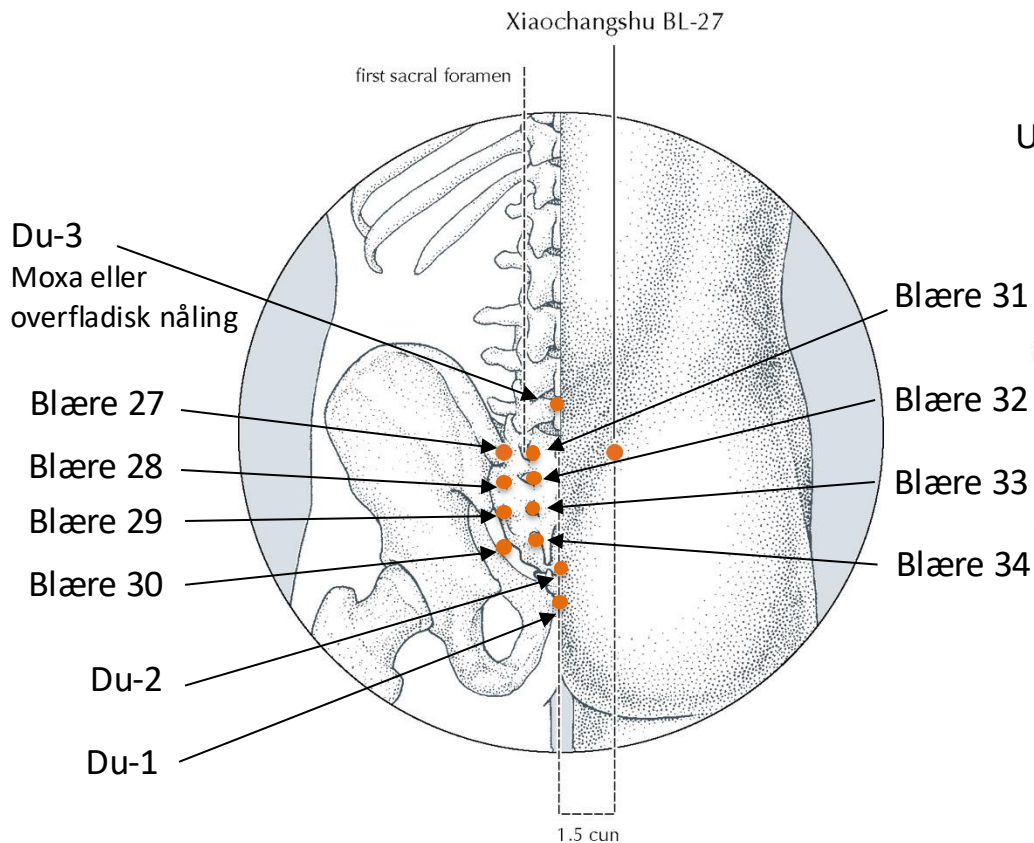
Lokal SI led behandling
Tapping på Cristakant og
muskeludspring

Cross channel

Spejling

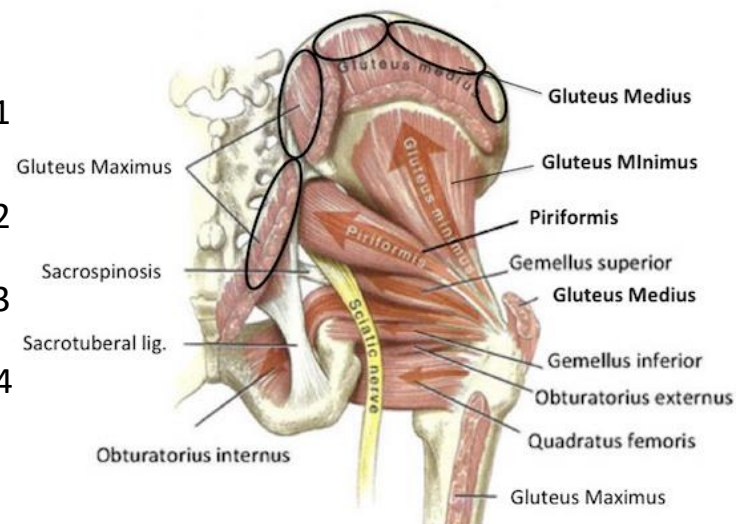


Lokal SI-led behandling



Tapping for SI led og bækkensmerter

Udspring af Gluteus Maximus and Gluteus Medius



Central nervestimulation

Hua Tuo's Jiaji punkter

Lumbal segment L1-L2

Nerveforsyning til nyrer, nedre abdomen og lyske

Placering

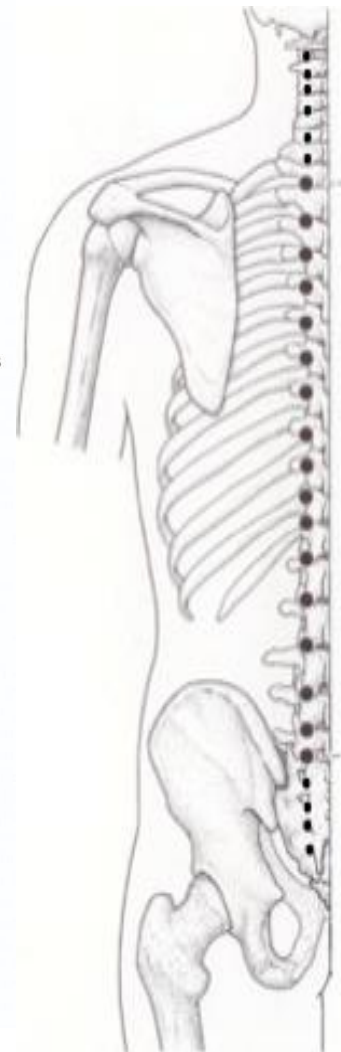
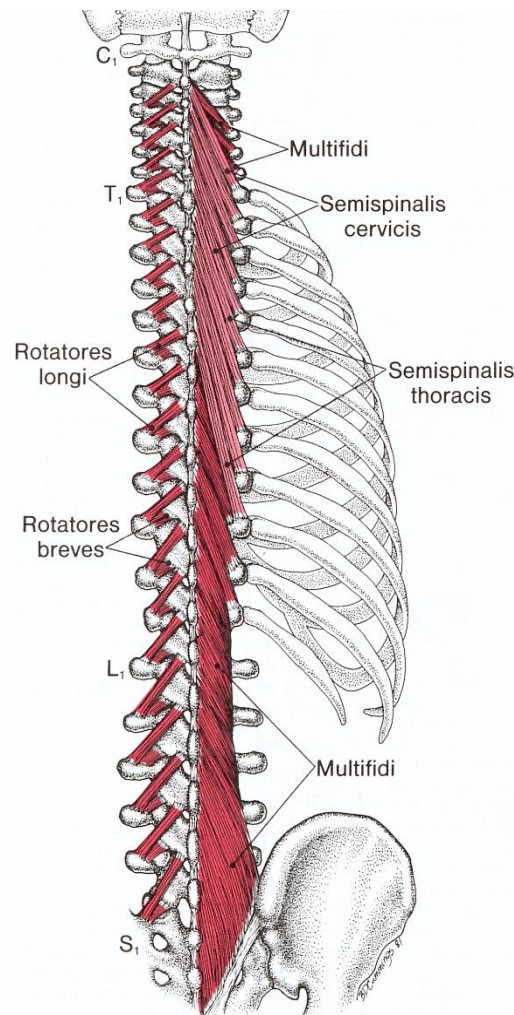
½ - 1 cun ud fra underkanten af processus spinosi

Nål

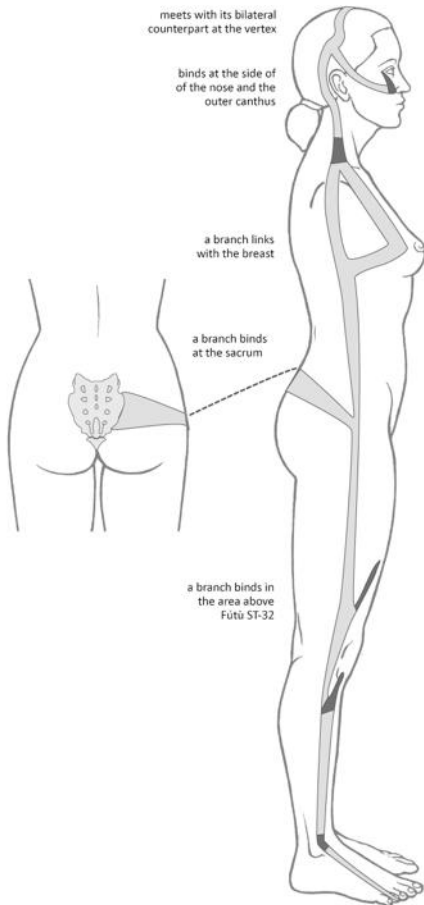
40-50 mm.

Nåleteknik

1. Stikretning: Ind mod midten af columna. Cirka 70 graders vinkel
2. Stik igennem de ydre muskel og fascie lag der dækker de dyb rotator muskler. Nål forsigtigt og sikkert igennem de dybe lag (hvis kroppen 'tillader' det indtil du møder knoglestop
3. Løft nålen lidt og bevæg den langsomt frem og tilbage med let rotation indtil de qi opleves
4. Kan gentage 2-3 gange med 5 minutters interval
5. Lad nålen sidde i alt max 10-15 minutter



Senemeridianer og klassiske punktkombinationer



Fascie/
Sene-meridian GB

Galdeblære

Senemeridian: GB37: Luo og lokalt piriformis og glut max.

Klassiske punktkombinationer:

Smerter og tyngde ned i benet:

GB21 – M36 – GB34

Smerter fra SI-led ned mod anus

GB21 – DU20 – DU1 – Co4 – BI25 – M30

Blære

Sene/fasciemeridian: BI58: Luo og muskulært læg- og hasemusler, adduktor magnus, nedre rygstrækkere

Klassiske kombinationer:

Smerter i bækkenet og ned i benene

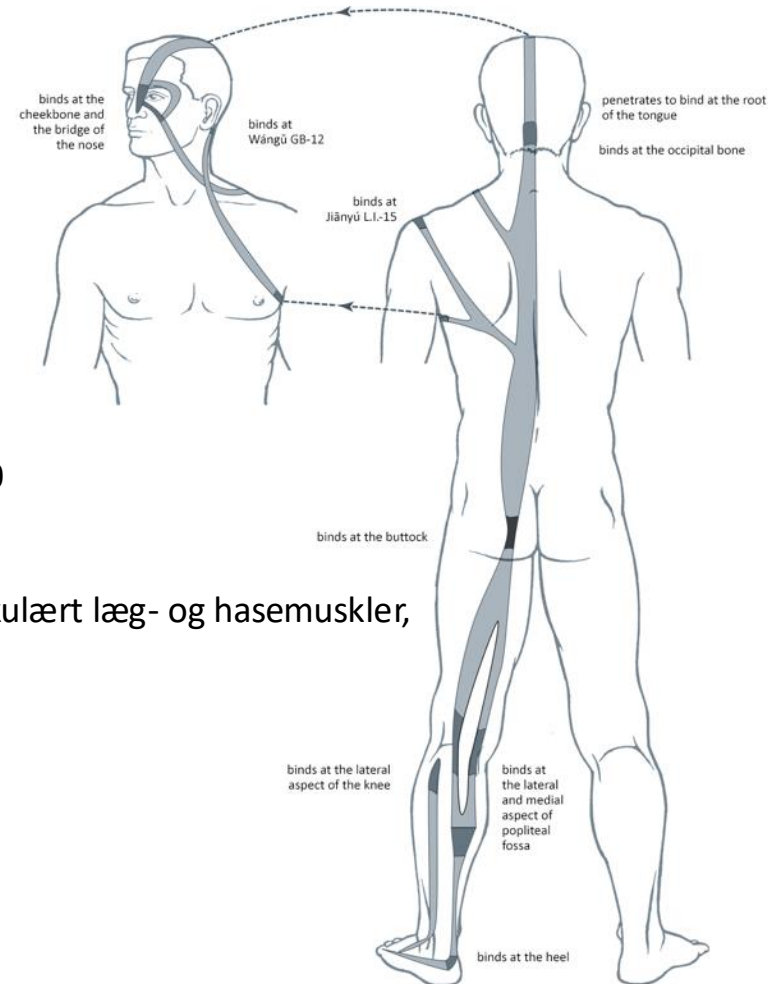
BI57 – BI60 – GB30 – BI62 – GB31

Smerter og stivhed

BI40 – DU2 – N1 – BI27 – BI28

Nyre Yang xu ømhed og smerter

BI23 – BI40 – N3 – BI30



Fascie /
Sene-meridian BI