

1.5 | AKUPUNKTURPUNKTER PÅ HJÄRTATS MERIDIAN

Inledning

Vid en allmän översikt av symtom och indikationer som är relaterade till hjärtats meridian, finner man symtom som hjärtsmärta, smärta i hypokondriet, torrhet i halsen, törst, gulaktig sklera, smärta utmed meridianen och hetta i handflatorna. Dessa besvär är främst lokaliserade utmed meridianens utbredningsområde. Däremot har de enskilda punkterna på hjärtats meridian betydligt bredare indikationsområden.

- Hjärtmeridianen och Pc-meridianen är unika bland meridianerna, eftersom de båda utgår direkt från hjärtat, men har aningen skilda funktioner. Hjärtmeridianen benämns handens *shao yin* och Pc-meridianen handens *jue yin*. Grovt sett har hjärtat två sidor som är relaterade till dessa två meridianer. Dels är hjärtat "kejsare" och härbärgerar *shen*, som är en förutsättning för livets uppkomst och fortgående. Detta hör mer till hjärtmeridianen, handens *shao yin*. Dels är hjärtat "mästare" eller *xin zhu* (direkt översatt "hjärtmästare"). Det betyder att hjärtat agerar som mästare och har därmed det största inflytandet och är den del av hjärtat som upprätthåller rörelsen av *qi* och blod i *mai* [脈], det vill säga alla blodkärl och meridianer. Det senare är mer relaterat till Pc-meridianen, handens *jue yin*.
- "Hjärtat dominerar blod och blodkärl."¹ Citatet betyder att hjärtat (och indirekt även *shen* 神) är den som utövar den högsta kontrollen av blodet och ger blodet dess vitalitet. Att hjärtat dominerar blodkärlen innebär att *hjärtat har en förmåga att övervaka all aktivitet i alla blodkärl*.
- Hjärtats relation och anslutning till övriga delar av kroppen beskrivs som *xin xi* [心系]. Det avser aorta och de stora blodkärlen som går mellan hjärta och lungor, samt blodkärlen som vitaliserar de övriga *zang*-organen. Med *xin xi* menas även den information som förmedlas via blodet och blodet som bärare av medvetandet – *shen* – till alla kroppens delar.
- Två vanliga symtom som drabbar hjärta och blodkärl är rytmrubbningar och smärta. Hjärtat styr den kraft som leder blodet och skapar dess rörelser. Flera akupunkturpunkter på meridianen är speciellt indikerade vid olika störningar av hjärtrytmen, bland annat TONGLI [Ht 5]. Notera att blodet inte kan förflytta sig på egen hand. Hjärtat har en nära förbindelse med lungorna och hjärtats funktioner är nära relaterade till bröstets *qi*, *zong qi* [宗氣]. Lungornas *qi* vitaliserar *zong qi* som i sin tur animerar hjärtat och blodets rörelser.
- Hjärtat är centrum i hela det vaskulära systemet som kallas *mai* [脈], den gemensamma termen för både blodkärl, meridianer och rörelsen av *qi* och blod, samt i en vidare omfattning – en funktion som upprätthåller all cirkulation. Akupunkturpunkter på lungans meridian och på Pc-meridianen, som ofta kan kombineras i detta sammanhang, är främst punkten TAIYUAN [LU 9], vilka kollektivt reglerar alla *mai*, samt punkten NEIGUAN [PC 6] som har ett stort inflytande på cirkulationen av *qi* och blod i hjärta och bröstorg.
- Ett annat besvär är smärta i hjärta och bröstorg. En vanlig patologi är stagnation av *qi* och blod som förhindrar den normala cirkulationen. Enligt kinesisk medicin leder det till smärta

av fullhetsnatur. Fullhetssmärta kännetecknas av huggande smärta, tyngdkänsla och tryck över bröstet, vilket försämras vid vila och underlättas av måttlig rörelse. Ett berömt medicinskt citat säger ”*Avsaknad av fri passage skapar smärta, fri passage ingen smärta*”. Med detta menas att om något förhindrar passage eller cirkulation genom ett område, medför det smärta och om cirkulationen/passagen är fri finns det ingen smärta. Smärta behöver inte bara vara ett resultat av stagnerad *qi* och blod, utan kan även vara orsakad av tomhet *qi* och blod, så kallad tomhetssmärta. Den karakteriseras av dov, molande smärta som lindras av vila och värme. Alla punkter på hjärtmeridianen, förutom QINGLING [HT 2], är indikerade vid smärtor i hjärta och bröstorg, och främst bland dem är YINXI [HT 6]. Andra punkter som vanligtvis kombineras i detta sammanhang är XIMEN [PC 4], HEGU [LI 4] och JUEYINSHU [BL 14].

- ”*Hjärtat lagrar mai och mai förankrar shen.*”² Hjärtat är centrum för alla emotioner, vårt intellekt och vår andlighet. *Shen* tillhör hjärtat och *mai*, blodkärl och meridianer, förankrar *shen*. *Shen*, som är ett kollektivt uttryck för alla andekrafter/livsandar, ses ibland som fåglar. Om fågeln har en gren att sitta på kan funktionerna upprätthållas. Grenen är i detta sammanhang *mai* (och underförstått naturligtvis *qi* och blod i *mai*) där *shen* kan få ”fäste” eller förankras i. Det innebär att blodets vitalitet, både kvantitativt såväl som kvalitativt, är starkt relaterat till vårt emotionella grundtillstånd. När man är harmonisk återspeglar det sig även i blodets vitalitet, exempelvis genom ett stabilt psyke, en rosafärgad hy och rosafärgad tunga. Ett flertal punkter på hjärtats meridian används för att behandla blodet, hjärta och *shen*, och därigenom reglera psykiska besvär, inte minst punkten SHENMEN [HT 7].
- Hjärtat har en inre *luo*-förgrening som passerar genom diafragma och ansluter till dess *fu*, tunntarmen i nedre *jiao*. Punkter på hjärtats meridian används bland annat för att behandla blod i urinen. Detta uppträder när hjärtats eld flamar och attackerar tunntarmen och sprider elden vidare till urinblåsan och behandlas exempelvis med SHAOFU [HT 8]. Dock är punkter som DALING [PC 7] och LAOGONG [PC 8] potentare i detta sammanhang. I fysio-patologiska sammanhang i kinesisk medicin och även i tvärvetenskapliga samband, finner man intressanta relationer mellan punkter på tunntarmen, hjärtat och *shen*, se slutkommentar 3.
- Ytterligare en inre *luo*-förgrening utgår från hjärtat och stiger uppåt utmed esofagus och ansluter till tungroten och tungan.⁴ Besvär med talet och tungan omfattar svårigheter med att forma talet, inflammation, smärtor och stelhet i tungan. Talet är ett sätt att ge uttryck för sina tankar, något som utgör en kommunikation mellan hjärta/hjärna och tunga.
- Hjärtats *luo*-förgrening stiger vidare upp till ögonen och förenas med tunntarmens meridian i inre ögonvrån. Vid hetta och eld i hjärta och/eller tunntarm kan hettan och elden ledas vidare upp till ögonen och ge symptom som rodnad, ansvällning och smärtor i inre ögonvrån.
- Hjärtat ”*manifesterar sig i ansiktet*”, betyder dels att hjärtats *luo*-förgreningar och samtidigt en riklig vaskularisering, sprider sig i hela ansiktet, dels att ansiktet är unikt som kroppsdel, eftersom våra emotioner, tankar och attityder manifesterar sig vidare i våra ansiktsuttryck. Ansiktsuttrycket är en direkt följd av sambandet mellan hjärta och ansikte.

- Hjärtats meridian framträder på kroppsytan i armhålan och löper på insidan av armen ner till lillfingret. Det är inte ovanligt att man vid smärtor i hjärta och bröstorg drabbas av en utstrålade smärta i meridianen, ända ut i lillfingret.
- *Den Gule kejsaren frågar: 'Varför har inte handens shao yin några fem shu-punkter?' Qi Bo svarar: 'Shao yin när hjärtats meridian och hjärtat är mästare över alla zang och fu, och är hemvist för jingshen. Hjärtat härbärgerar [essenser och shen] till den grad att inga patogener [utöver dem] kan härbärgas i hjärtat. Om hjärtat däremot skulle bli attackerat av patogener kommer shen att lämna hjärtat och man dör. Därför kommer patogener som är riktade mot hjärtat att i första hand attackera xin bao lu. Xin bao är kontrollerad av handens jue yin [xin zhu] och därför har hjärtat inga fem shu-punkter.' Vidare lyder texten: Den Gule kejsaren frågar: 'Eftersom handens shao yin inte har några fem shu-punkter kan meridianen då inte bli drabbad av sjukdom?' Qi Bo svarar: 'Hjärtats meridian kan drabbas av sjukdom, men inte hjärtat självt, och då kan man behandla punkten Shenmen som lokaliseras vid det vassa benet [os pisiforme] vid handleden. I likhet med de övriga meridianernas början, slut och [flödes] hastighet är handens shao yin och handens jue yin i huvudsak detsamma som dem. Därför kan punkten Shenmen användas som den primära akupunkturpunkten som behandlar störningar i meridianen. När man finner tomhet ska man tonisera för att stärka zheng qi, och när man finner fullhet ska man dispergera xie qi.'*⁵
- Fem *shu*-punkter är punkter som är direkt relaterade med de fem elementen och till dem tillhörande patogen *qi*, såsom elementet vatten och kyla, elementet trä och vind, elementet eld och hetta, elementet jord och fukt samt elementet metall och torka. I synnerhet gäller det externa patogener som penetrerar in i meridianerna, bland annat från meridianernas distala områden. De transporteras vidare in i proximal riktning via de fem *shu*-punkterna för att slutligen nå *zang* och *fu*. Anledningen till att man i Nei jing anser att hjärtmeridianen inte har fem *shu*-punkter, var förmodligen för att det inte kan finnas eller att man inte behöver ta hänsyn till dem, eftersom hjärtat i alla fall inte kan bli attackerat av patogener. Det är via Pc-meridianen, handens *jue yin*, som man i första hand behandlar de patogener som skadar hjärtat. Vidare nämner texten att meridianen kan drabbas av både fullhet och tomhet, men att det inte leder till någon sjukdom i själva hjärtat och att tomhet respektive fullhet i meridianen behandlas från punkten SHENMEN [HT 7]. Observera att en rad psykiska indikationer på punkterna på hjärtats meridian har lagts till senare.
- Det var först i boken Zhen jiu jia yi jing, Systematisk klassiker i akupunktur och moxibustion, av Dr. Huang Fu Mi, år 282 som man angav fem *shu*-punkter på hjärtmeridianen.

Hjärtats meridian, handens shao yin

Hjärtats meridian utgår direkt från hjärtat (1). En inre gren passerar nedåt genom diafragma och kommunicerar genom en *luo*-förbindelse med tunntarmen (2). En annan inre gren börjar i hjärtat och går uppåt utmed esofagus, tar kontakt med tungan och ögonen och fortsätter in i hjärnan (3). En tredje inre gren förenar sig med lungan (4), löper vidare till armhålan och ansluter till punkten JIQUAN [HT 1] (5). Den yttre grenen går nedåt posterioriort på insidan bakom Pc-meridianen, ned till armvecket. Den fortsätter ner medialt posterioriort på underarmen till handleden (6). Från handleden går den till handflatan och ut i lillfingeret. Den slutar vid punkten SHAOCHONG [HT 9] vid nagelns radiale mediale hörn. Där kontaktar den även tunntarmens meridian (7). Hjärtats meridian har nio akupunkturpunkter.

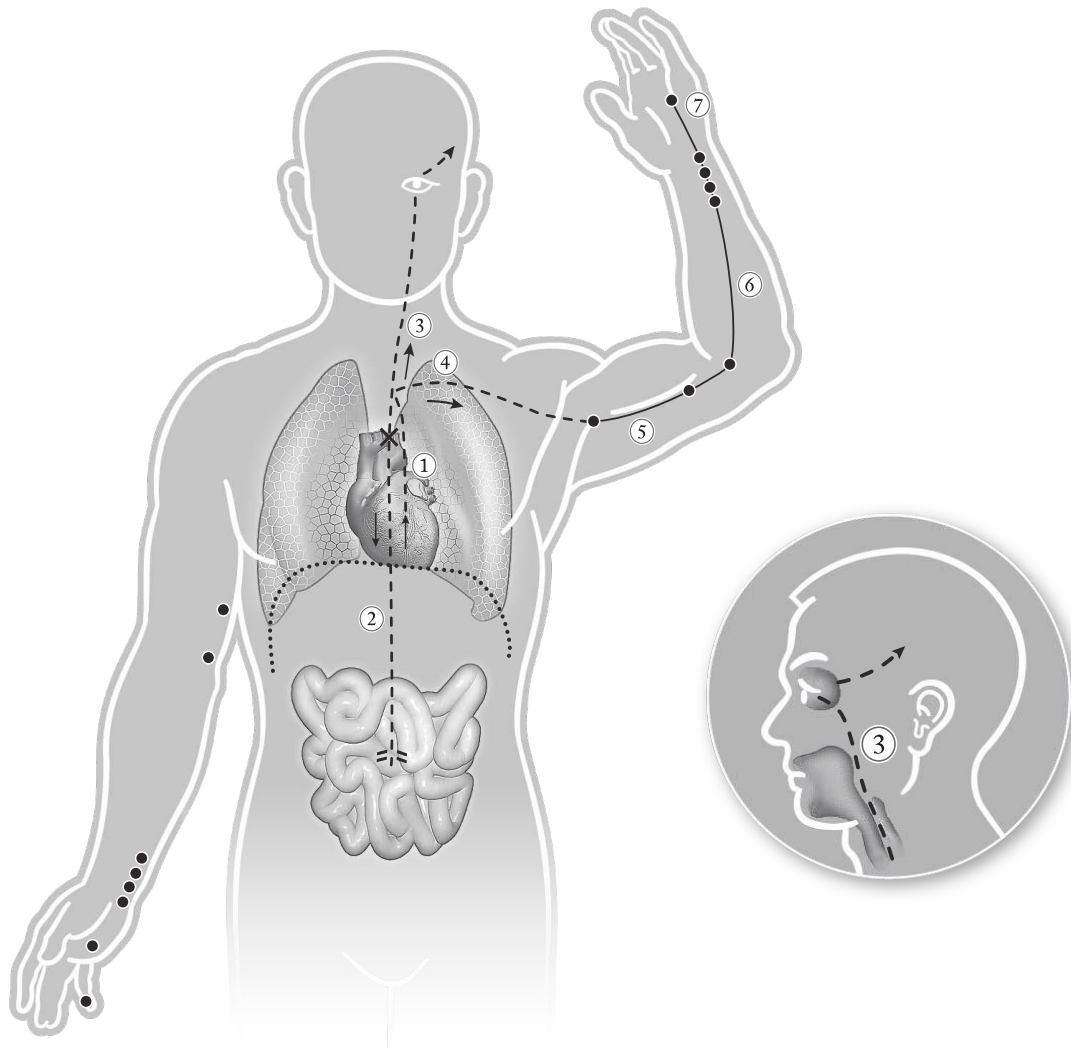


Fig. 38. Hjärtats meridian.

Till Hjärtmeridianen hör också dess *jing bie*, tendinomuskulär och *luo mai*. Indikationer uppträder på tendinomuskulären och *luo mai* men däremot inte på *jing bie*.

- Symtom som är relaterade till hjärtmeridianens tendinomuskulär: smärtor och kramper utmed meridianens förlopp. I svåra fall organiska förändringar med blodiga kräkningar och purulent sputum (detta indikerar att externa patogener har penetrerat djupt – dålig prognos). Meridianen utgår från SHAOCHONG [HT 9].
- Symtom som är relaterade till hjärtmeridianens *luo mai* är vid fullhet: ”håll” i bröstkorgen och känsla av tryck nedifrån och upp i bröstkorgen. Vid tomhet: afasi. Meridianen utgår från TONGLI [HT 5].

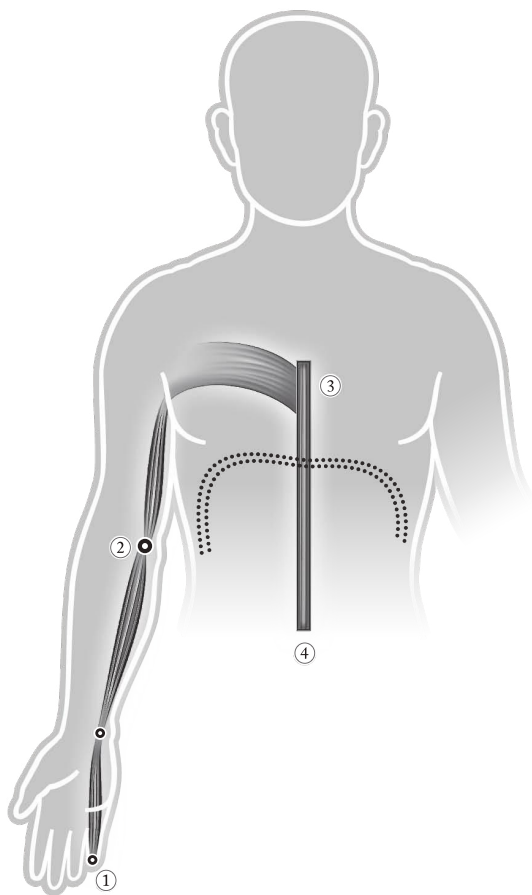


Fig. 39. Hjärtmeridianens tendinomuskulär.
Utgår från Shaochong Ht 9.

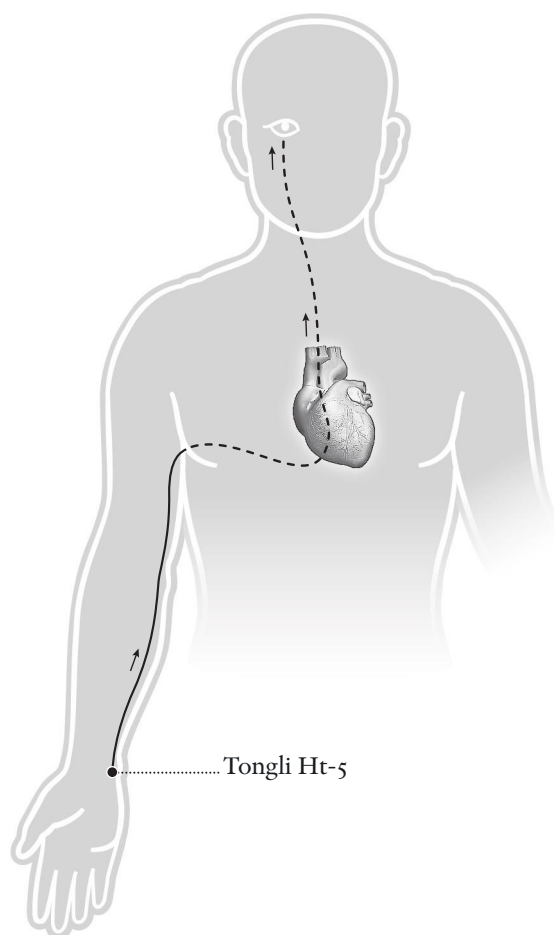


Fig. 40. Hjärtmeridianens *luo mai*.
Utgår från Tongli Ht 5.

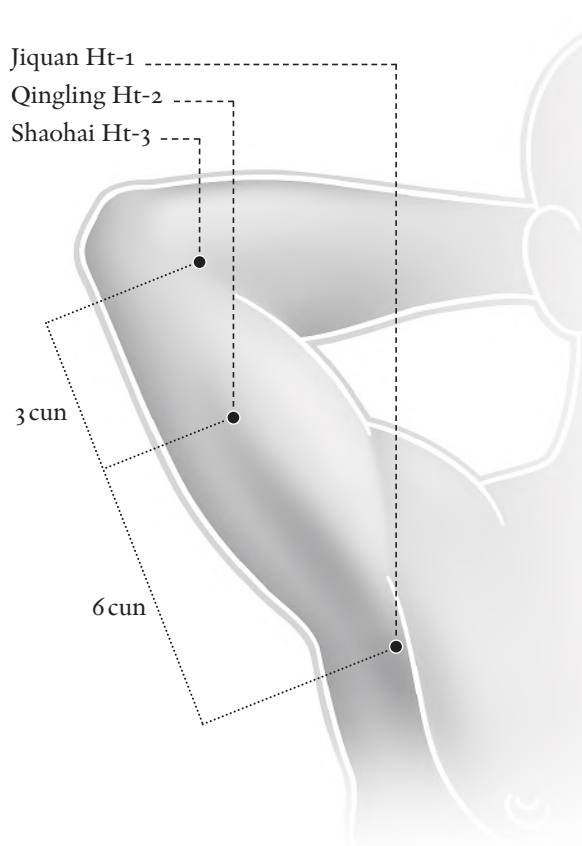


Fig. 41. Jiquan Ht 1- Shaohai Ht 3.

HT 1, Jíquán 極泉 ”Högsta källan”

Lokalisation, nålplacering och moxa

Punkten befinner sig mitt i armhålans djupaste del. Nålriktning är mot JIANJING [Gb 21]. Vinkelrätt instick och 0,5 - 1,0 *cun* djupt. Undvik den lokala artären. Nålriktning mot bröstkorgen riskerar att punktera lungsäcken. Fig. 41.

Indikationer

- Smärtor och fullhetskänsla i laterala revbensområdet, smärtor i bröstkorgen med andnings- svårigheter, hjärtsmärter, hjärtsmärter med kräkningsförsök, hjärtklappning, myokardit, perikardit, gulaktiga ögonvitor, muntorrhet, törst.
- Svårighet med att lyfta armen, smärtor i axillen, stelhet och smärtor i övre extremiteterna, kyla och värk i armarna, kraflöshet och kyla i alla extremiteter.
- Stor nedstämdhet och avsaknad av glädje, lymfadenopati.

Egenskaper och funktioner

- Frigör bröstkorgen.
- Aktiverar meridianen och understödjer armen.

Kommentar

Ji [極] betyder pol och centrum och även extremt, något som har nått sitt yttersta eller är av yttersta betydelse. *Quan* [泉] beskriver ett källflöde eller källa som flödar fram ur jordens djup. Namnet kan dels ha en mer bokstavlig betydelse och avse den vätska, i form av svett, som bubblar upp likt vatten ur en källa, i mitten av armhålan. Dels kan namnet ha en bildlik betydelse och uttrycka den högsta källan. Högsta skildrar då källan av största betydelse, som är det högsta och mest värderade i oss själva. I likhet med YONGQUAN [KI 1] under foten bryter vattnet och livskraften fram i JIQUAN ur det fördolda.

JIQUAN lokaliserar i övergången mellan arm och bröstkorg och har indikationer som omfattar dessa två områden. Punkten frigör bröstkorgen vid symtom som smärtor och fullhetskänsla i laterala revbensområdet, smärtor i bröstkorgen med andningssvårigheter, hjärtsmärta, hjärtsmärta med kränkingsförsök, hjärtklappning, myokardit, perikardit, gulaktiga ögonvitor, muntorrhet samt törst. Dessa symtom vittnar om fullhet och hetta i bröstkorgen och i hjärtat. Fullheten och hettan sprider sig i bröstkorgen och vidare till munnen och ögonen.

Punkten är även indikerad vid smärtor i bröstkorgen orsakade av tomhet *qi* och tomhet *yang*, vilket resulterar i att *qi* och blod stagnerar. När *qi* och *yang* inte förmår cirkulera *qi* och blod, leder det till lokal stagnation. I detta fall är det ett tomhetstillstånd som ger upphov till en sekundär utveckling av ett fullhetstillstånd.

Tomhet *qi* och *yang* kan sekundärt även medföra symtom i arm och axel, som svårighet med att lyfta armen, smärtor i axillen, stelhet och värk i övre extremiteterna. Kyla och smärtor i armarna kan uppträda på grund av *jue* [厥], det vill säga oförmåga att cirkulera *qi* och blod ut i extremiteterna. Vid allvarliga tillstånd kan detta drabba alla extremiteter, med kraftlöshet och kyla som resultat.

Punkten behandlar även lymfadenopati, främst lokal och vidare stor nedstämdhet och avsaknad av glädje, det senare som ett resultat av tomhet i hjärtat.

Sammanfattning och kombinationer

JIQUAN appliceras i första hand vid störningar i bröstkorgen, hjärtat och armarna. Punktens lokalisering mitt emellan dessa områden gör den speciellt lämpad för besvär som samtidigt uppträder i dessa regioner. Det berör symtom som pekar på fullhet och smärtor på grund av hetta, exempelvis smärtor i bröstkorgen orsakade av tomhet *qi* och *yang*, vilket leder till att den perifera cirkulationen av *qi* och blod försämras, med symtom som kyla och kraftlöshet i armarna. Andra indikationer som är orsakade av tomhet i hjärtat är stor nedstämdhet och avsaknad av glädje.

- Smärtor i hjärtat med kränkingsförsök, agitation och fullhetskänsla i bröstkorgen: JIQUAN [HT 1] och XIMEN [PC 4].
- Våldsam hjärtklappning: JIQUAN [HT 1], LINGXU [KI 24], LIEQUE [LU 7], NEIGUAN [PC 6] och XINSHU [BL 15].
- Oförmåga att använda de fyra extremiteterna: JIQUAN [HT 1], RIYUE [GB 24] och PISHU [BL 20].

HT 2, Qīnglíng 青靈 ”Vital andlighet”

Lokalisation, nålplacering och moxa

Böj armbågen i 90° vinkel. Utgå från det mediala armbågsvecket där punkten befinner sig 3,0 *cun* proximalt om mediala armbågsvecket, i logen mellan humerus och m. biceps brachii. I tidiga klassiska texter är punkten kontraindicerad för akupunktur, förmodligen beror det på närheten till brachiialisartären. Undvik artären! Fig. 41.

Indikationer

- Svårighet med att lyfta armen, smärtor i axillen, ansvällning av lymfkörtlarna i armhålan, gula ögonvitor, värk i laterala revbensområdet, huvudvärk och frossa.

Egenskaper och funktioner

- Aktiverar meridianen och underlättar smärta.

Kommentar

Qing [青] betyder främst växtlighetens och himlens blågröna färg, vilket är det sätt som vitaliteten i naturen och himlen uttrycker sig på. Tecknet *ling* [靈] illustrerar en shaman i sitt utövande, som dansar och ropar till himlen och ber om regn. *Ling* avser dels en shaman eller ett medium, som har kontakt med utomjordiska andar, dels andeväsen som (på gott eller ont) påverkar andra individer. *Ling* har en lång rad betydelser: gudomlig, andlig, övernaturlig, genial, intelligent och associeras ofta med *shen*. Namnet skulle även kunna syfta på den vitalitet och näring som uttrycks i den blågröna färgen, som i sin tur tillhör träelementet och våren. Trä är moder till eldelementet, det vill säga hjärtat där *shen* härbärgeras. Näringen kommer *shen* till del för att individen ska växa andligen.

QINGLING är en punkt som tillkom relativt sent och den är först beskriven under Songdynastin (960 - 1279), närmare bestämt år 1027 då läkaren Wang Wei-i tillförde ett bidrag till den kinesiska medicinen genom att konstruera en bronsfigur (bronsmannen) i naturlig storlek, med små hål där varje akupunkturpunkt var lokaliserad. Bronsfiguren täcktes med vax och fylldes med vatten, och när den studerande träffade rätt med nålen i punkten rann vattnet ut.

Qing [青] förekommer endast i denna punkt, men *ling* återfinns i andra punkter, såsom LINGDAO [HT 4], LINGXU [KI 24], CHENGLING [GB 18] och LINGTAI [GV 10].

Trots punktens vackra namn och de associationer man kan dra, finner man inga motsvarande indikationer. QINGLINGS användningsområden omfattar främst lokala problem, som svårighet med att lyfta armen (därmed svårt att klä sig själv), smärtor i axillen och ansvällning av lymfkörtlarna i armhålan. Vidare gula ögonvitor, smärtor i laterala revbensområdet, huvudvärk och frossa, något som kan vittna om invasion av vind och hetta.

Kombinationer

- Smärtor i axel och överarm: QINGLING [HT 2], JIANYU [LI 15] och QUCHI [LI 11].

HT 3, Shàohǎi 少海 ”Litet hav”

Lokalisation, nålplacering och moxa

När armbågen böjs i 90° vinkel är punkten lokaliserad halvvägs mellan det mediala armbågsvecket och mediala epikondylen. Vinkelrätt instick och 0,5 – 1,5 *cun* djupt eller i distal, proximal riktning, beroende av den kliniska situationen. Ett annat alternativ är att penetrera mot QUCHI [LI 11]. I vissa klassiska texter är moxabehandling kontraindicerad. Fig. 41.

Indikationer

- Mani, man skrattar utan orsak, epilepsi, amnesi, plötslig förlust av rösten, nedstämdhet, kräkningar av skummande slem, fullhetskänsla i bröstkorgen, insomni.
- Inflammation och ansvällning av tandköttet, tandvärk och karies, feber och frossa, inflammerade röda ögon, ögonsmärter.
- Skakningar i arm och hand, oförmåga att lyfta armen, oförmåga att lyfta de fyra extremiteterna, smärter och ansvällning av armbågen, slapphet i armbågen, svårighet med att rotera huvudet åt varken höger eller vänster, värk och rörelseinskränkningar orsakade av invasion av extern patogen vind, atrofi, hemiplegi, lymfadenopati.

Egenskaper och funktioner

- *He*-havspunkt relaterad till vatten på hjärtats meridian.
- Lugnar *shen*.
- Transformerar slem och eliminerar hetta.
- Aktiverar meridianen och underlättar smärta.

Kommentar

Shao [少] betyder liten eller ett fåtal och *hai* [海] hav. Namnet kommer från punktens egenskap som *he*-havspunkt på handens *shao yin* tillhörande vatten. En *he*-havspunkt är en terminal punkt bland de fem *shu*-punkterna och illustreras med ett vattendrags förening med havet. *Shao* är här relaterad till *shao yin*, som betyder liten. I detta sammanhang är inte liten något negativt, utan liten avser barn eller ungdom. Dessa är de som besitter en dold vitalitet som ännu inte är helt manifesterad.

SHAOHAI har i huvudsak tre olika indikationsområden, vilka är att lugna *shen* vid psykiska sjukdomstillstånd, eliminera hetta och att reglera och aktivera meridianen.

Punkten lugnar således *shen*, i synnerhet när slem och eld attackerar hjärtats öppningar, *qiao xin* [竅心], som ungefär motsvarar våra sinnesorgan. Detta leder till mani, skratt utan orsak, epilepsi, amnesi, plötslig förlust av rösten, nedstämdhet, kräkningar av skummande slem, fullhetskänsla i bröstkorgen och insomni. SHAOHAI eliminerar hetta när hetta stiger utmed *luo*-förgreningen från hjärtat upp till munnen, ögonen och huvudet. Hettan yttrar sig som inflammation och ansvällning av tandköttet, tandvärk och karies, feber och frossa, inflammerade ögon och ögonsmärter. Punkten reglerar meridianen och är en viktig punkt för hela armen, bland annat för att den sammanfaller med den tredje muskulära knutpunkten. Indikationer är skakningar i arm och hand, oförmåga att lyfta armen