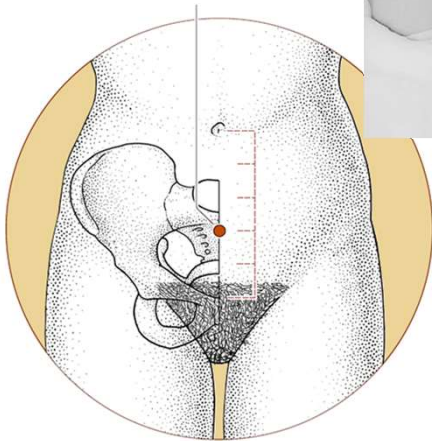
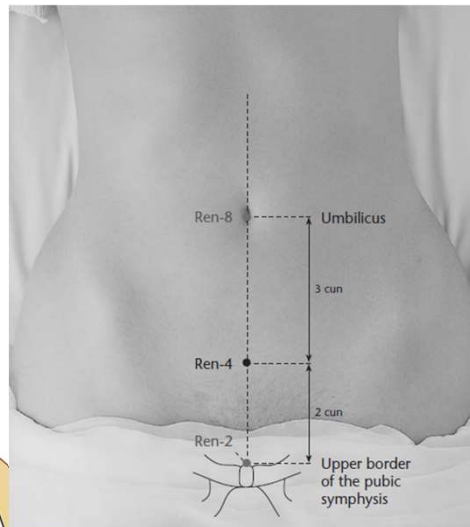


# Seznam bodů

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120



# Přední střední 4 - CV4 (*guanyuan*)



## Lokalizace:

v podbřišku, na přední střední čáře, 2 cuny nad horním okrajem symfýzy, 3 cuny pod pupkem

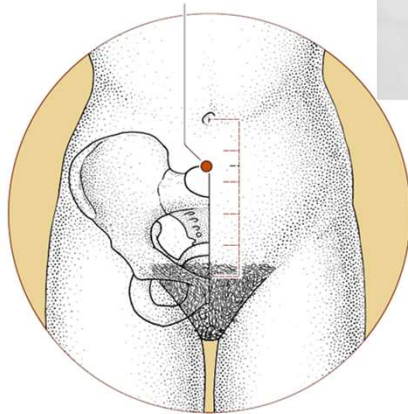
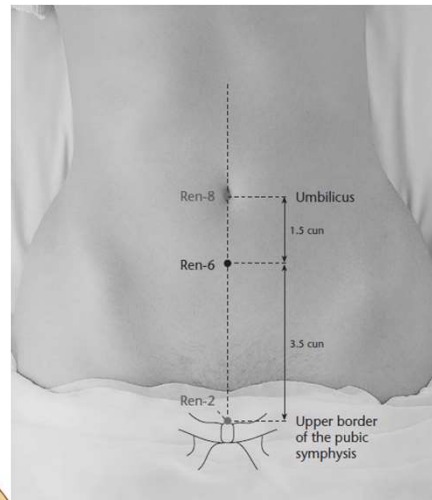
## Použití

- **posiluje původní čchi a prospívá esenci**
- **tonizuje a vyživuje ledviny**
- **prohřívá a posiluje slezinu**

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120



# Přední střední 6 - CV6 (*qihai*)



## Lokalizace:

v podbřišku, na přední střední čáře, 1.5 cun pod pupkem, 3.5 cun nad horním okrajem symfýzy

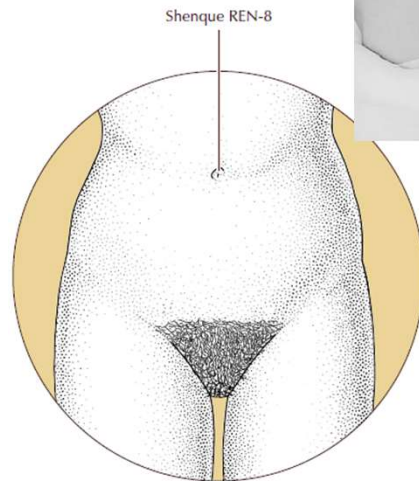
## Použití

- **doplnění jangové/zahřívající energie** ledvin
- **podporuje původní čchi**

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120



## Přední střední 8 - CV8 (shenque)



### **Lokalizace:**

v podbříšku, na přední střední čáře, v centru pupíku

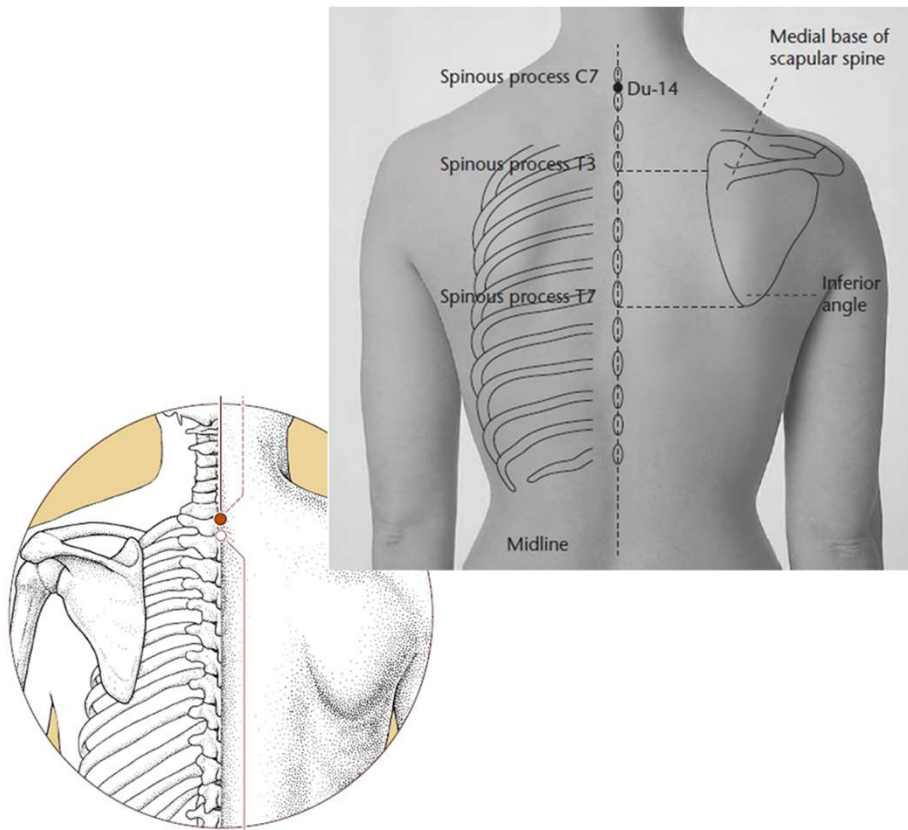
### **Použití**

- **stres a pocity prázdnoty**  
jakoby ztráta sama sebe
- moxovat nejlépe přes něco (sůl, zázvor, česnek)

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120



# Zadní střední 14 - GV14 (*dazhui*)



## Lokalizace:

na zádech, v oblasti krku, na zadní střední čáře, na bazi krku, v jamce pod processus spinosus 7. krčního obratle (mezi C7 a Th1)

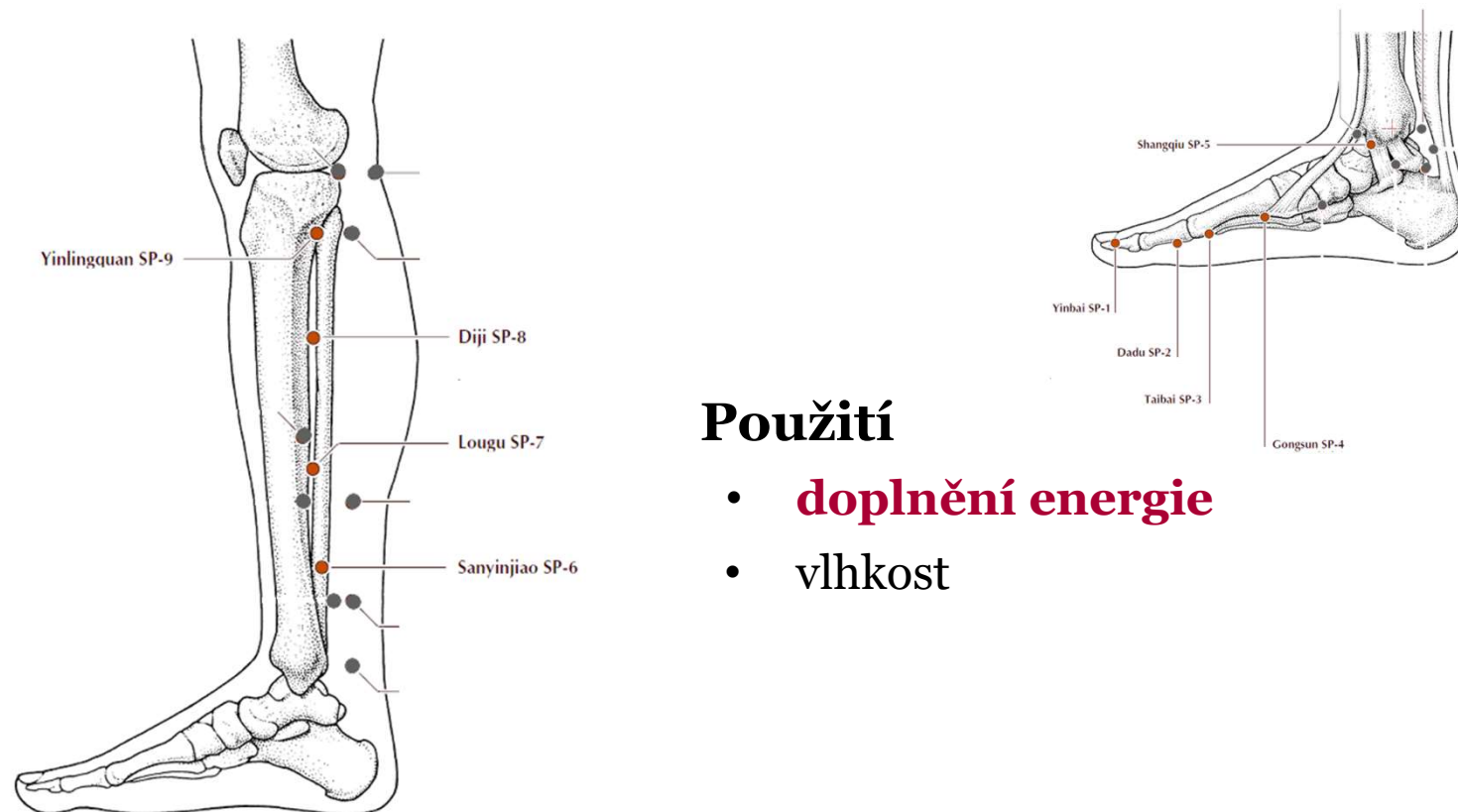
## Použití

- zahřívá všech 6 jang orgánů, **zvyšuje hladinu protilátek v krvi**

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120



# Průběh dráhy Sleziny - SP (SP1- SP9)



## Použití

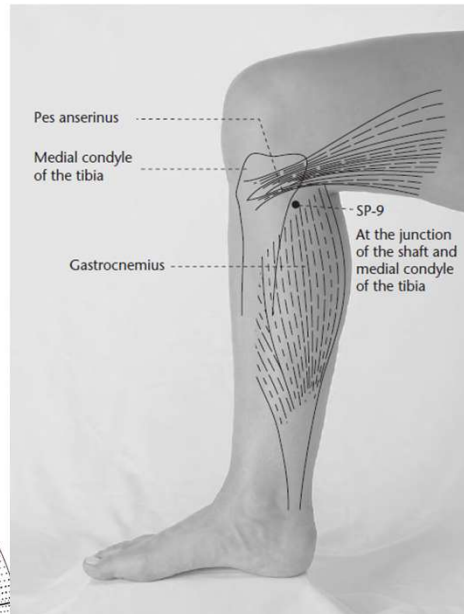
- **doplnění energie**
- **vlhkost**

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120





# Slezina 9 – SP9 (*yinlingquan*)

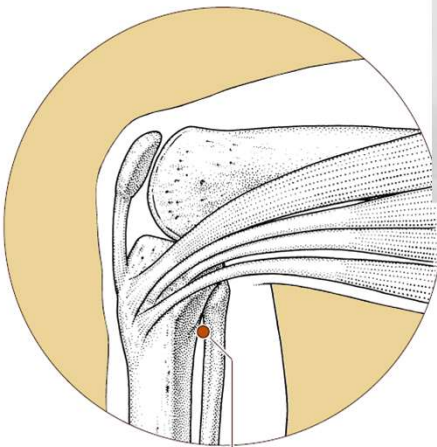


## Lokalizace:

na bérce, na vnitřní straně, v prohlubenině v úhlu tvořeném vnitřním kondylem tibie a zadní hranou tibie

## Použití

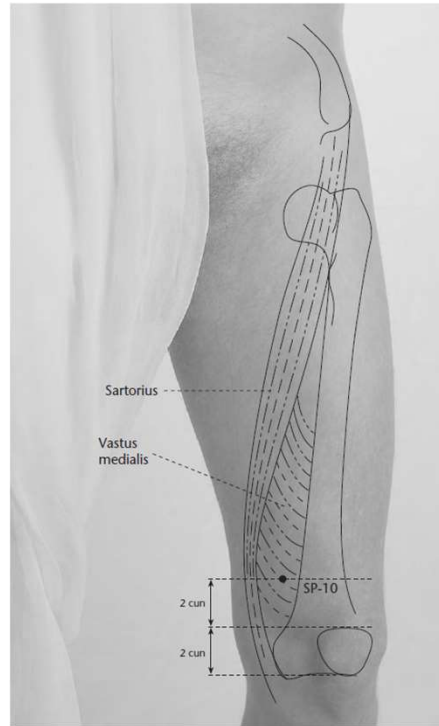
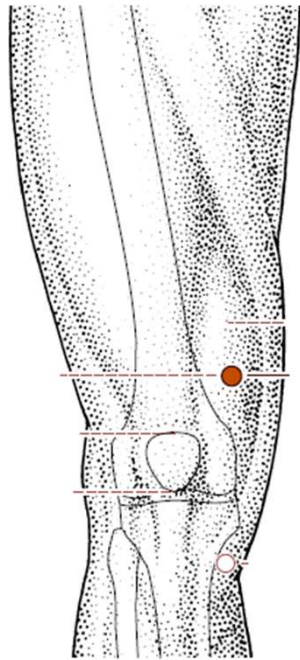
- **ochrana sliznic**
- výborný bod pokud je přítomno i vlhko - těžkost, únava



Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120



# Slezina 10 – SP10 (*xuehai*)



## Lokalizace:

na stehně, na vnitřní straně, při ohnutém koleni 2 cun proximálně od horního okraje patelly, v jamce na vyboulení m. vastus medialis

## Použití

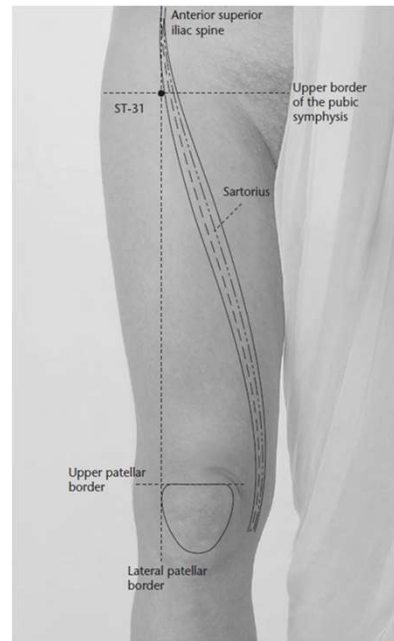
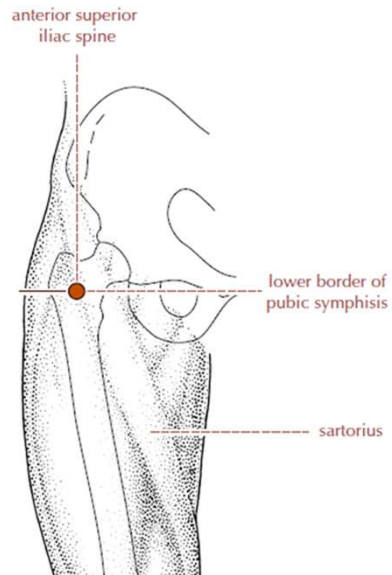
- **oživuje krev a rozrušuje stáze**
- **harmonizuje menstruaci**

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120





# Žaludek 31 - ST31 (*biguan*)



## Lokalizace:

na stehně, na horní přední straně, na průsečíku horizontální linie spodního okraje symfýzy a vertikální linie spina iliaca anterior superior, v jamce zevně od m. sartorius

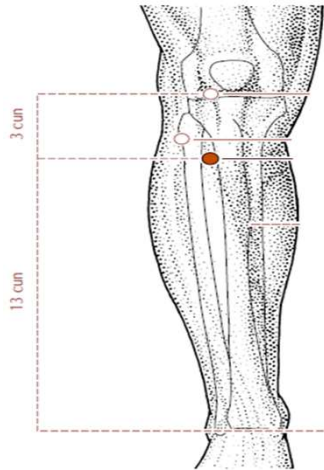
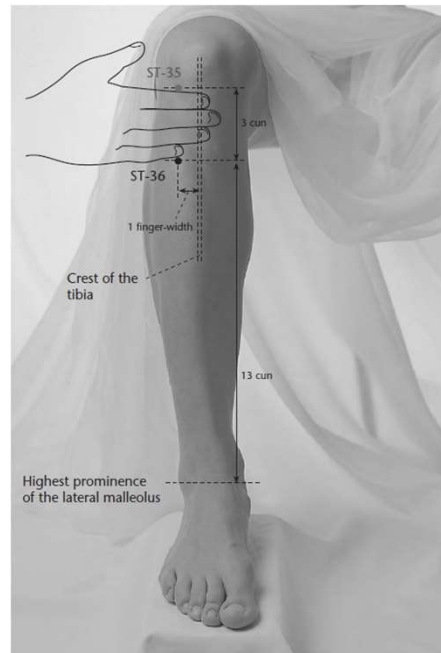
## Použití

- **atrofická porucha a bolestivá obstrukce dolních končetin, necitlivost nohou, bolest kyčelního kloubu, ischias, kontrakce stehenních svalů, bolestivá obstrukce kolen, neschopnost ohnout koleno, bolesti beder**

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120



# Žaludek 36 - ST36 (*zusanli*)



## Lokalizace:

na bérce, na přední straně, 3 cuny pod bodem ST35 (dubi), 0.7 cun laterálně od přední hrany tibie

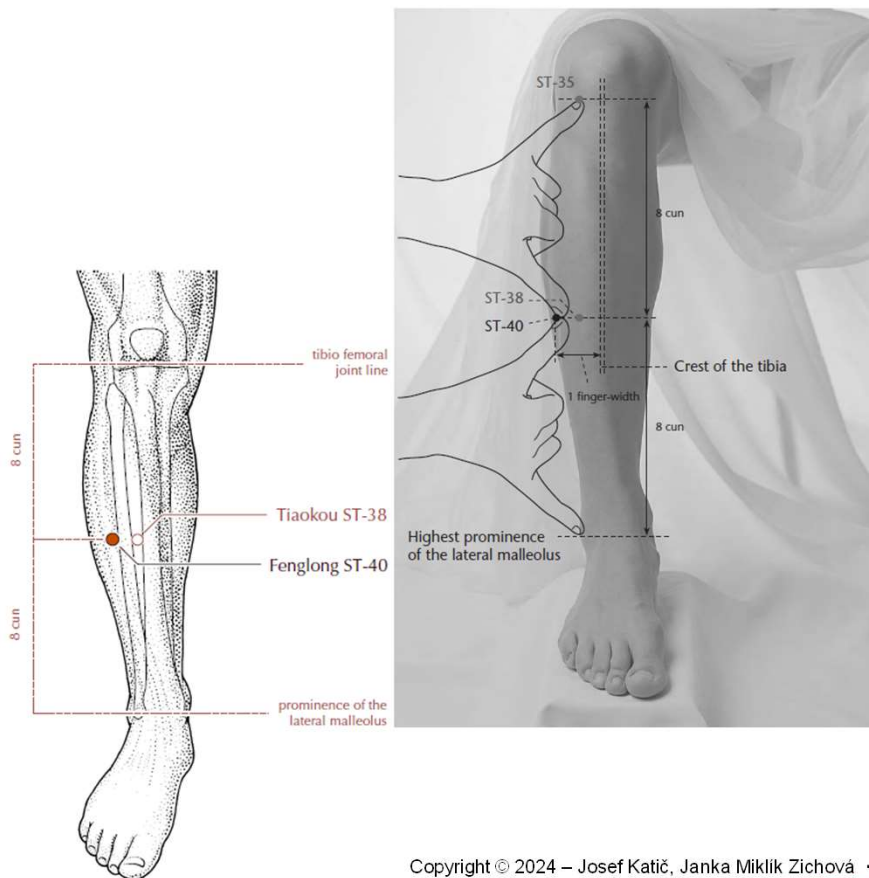
## Použití

- **základní bod pro prevenci a celkovou harmonizaci/tonizaci těla**
- harmonizační bod pro posílení organismu před příchodem letního období

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120



# Žaludek 40 – ST40 (fenglong)



## Lokalizace:

na bérce, ve středu vzdálenosti mezi tibio-femorálním skloubením (úroveň rýhy zákolenní) a vrcholem zevního kotníku, dva prsty laterálně od přední hrany tibie

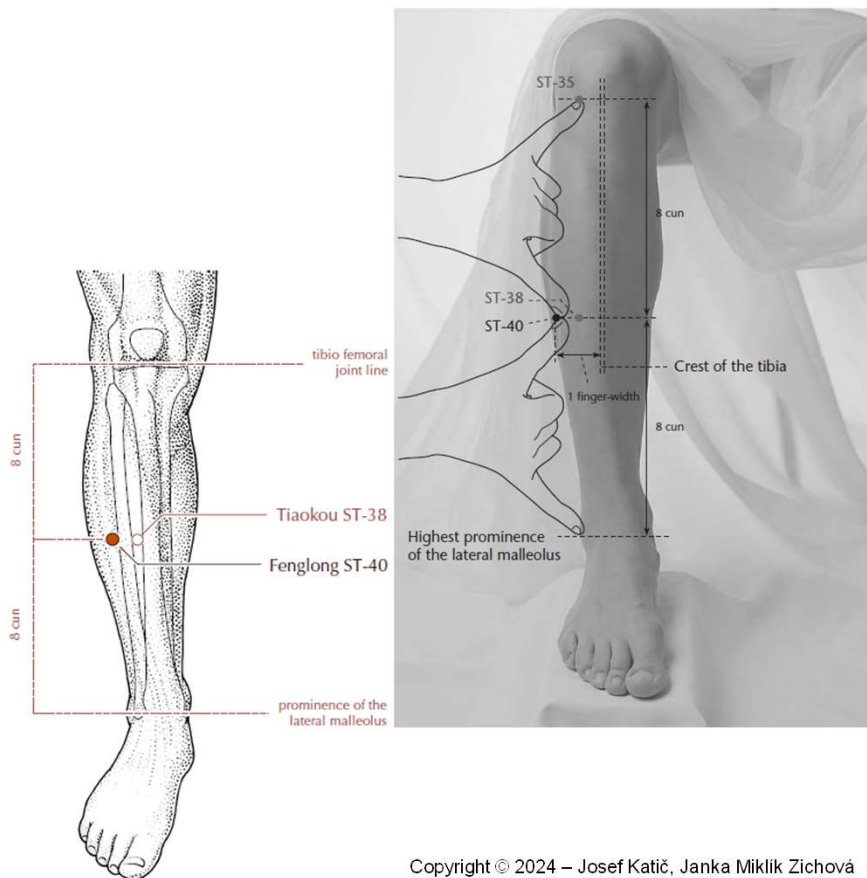
## Použití

- **u hleny a vlhkosti**

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120



# Žaludek 41 – ST41 (jiexi)



## Lokalizace:

na noze, na přední straně kotníku, na úrovni vrcholu zevního kotníku, v jamce mezi šlachami m. extensor hallucis longus m. extensor digitorum longus

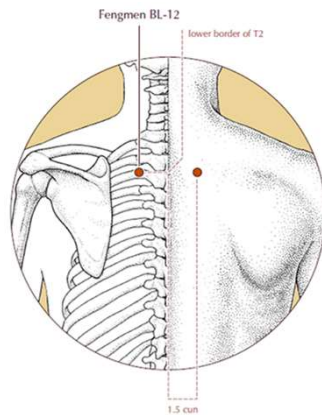
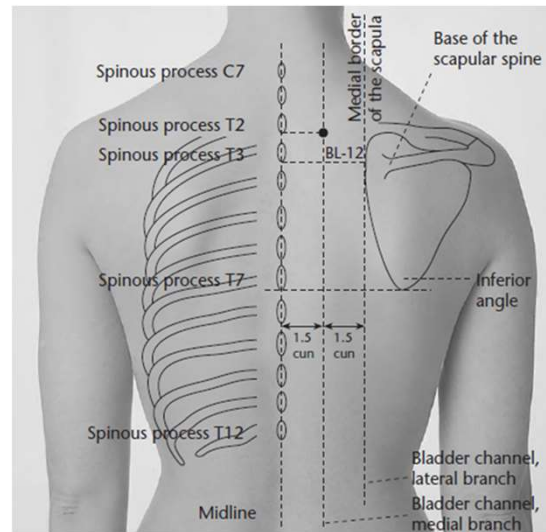
## Použití

- **otok a bolest kotníku, syndrom atrofie dolní končetiny, tíha v koleni a stehně, ischias, poranění palce na noze**

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120



# Močový měchýř 11 – BL11 (*dazui*)



## Lokalizace:

na zádech, v úrovni dolního okraje trnového výběžku 2. hrudního obratle, 1.5 cun stranou od GV

## Použití

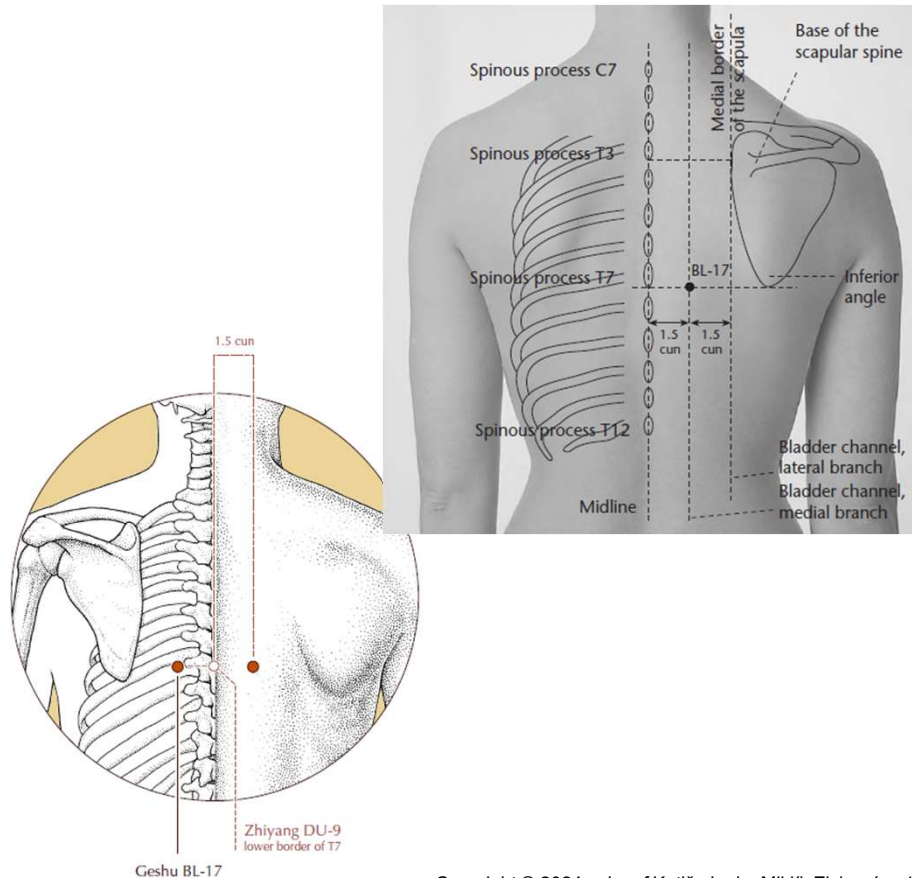
- **vyhání vítr a uvolňuje povrch**
- **posiluje obrannou čchi a zpevňuje povrch**
- **prospívá nosu**

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120





# Močový měchýř 17 – BL17 (*geshu*)



## Lokalizace:

na zádech, v úrovni dolního okraje trnového výběžku 7. hrudního obratle, 1,5 cun stranou od GV

## Použití

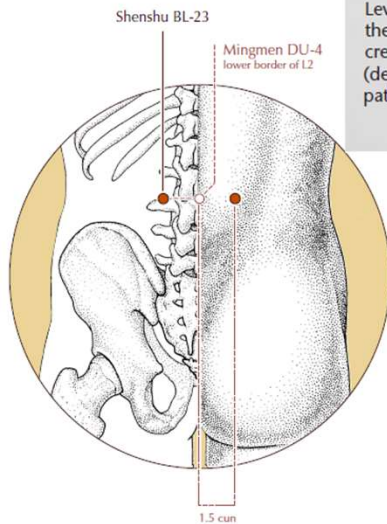
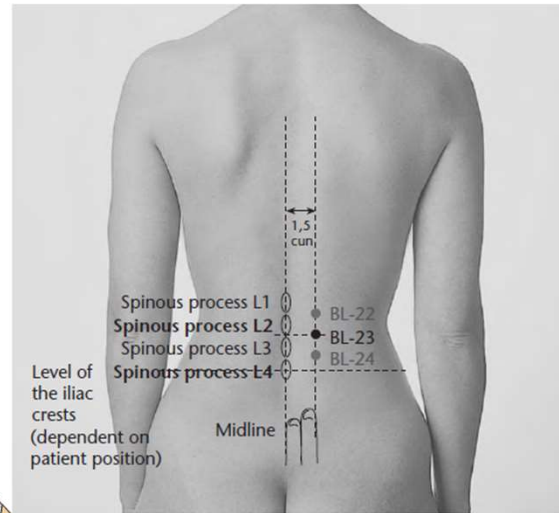
- **rozhybává krev a rozptyluje stáze**
- **ochlazuje horkost krve a zastavuje krvácení**
- **vyživuje a harmonizuje krev**

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120





# Močový měchýř 23 - BL23 (*shenshu*)



## Lokalizace:

na zádech, v úrovni dolního okraje trnového výběžku 2. bederního obratle, 1.5 cun stranou od GV

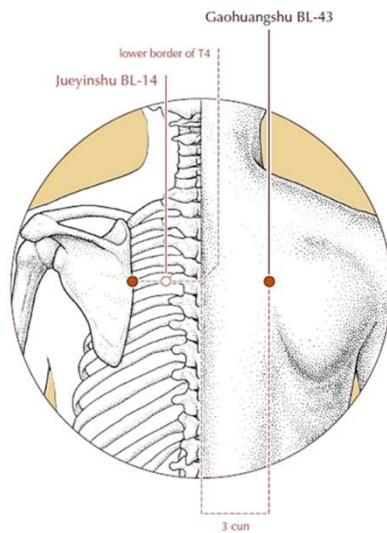
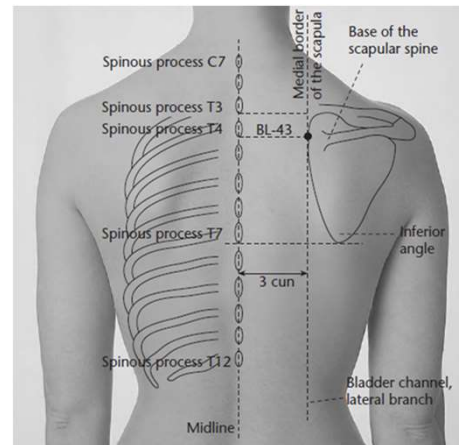
## Použití

- **doplnění energie, bolest beder**

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120



# Močový měchýř 43 – BL43 (*gaohuangshu*)



## Lokalizace:

na zádech, v úrovni dolního okraje trnového výběžku 5. hrudního obratle, 3 cun stranou od GV

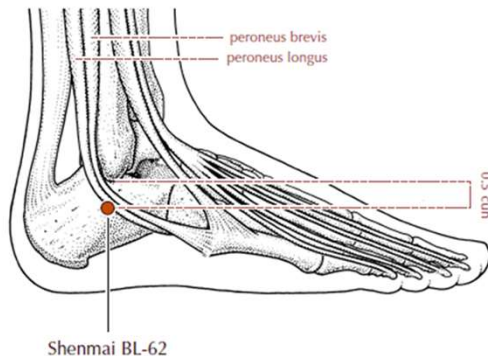
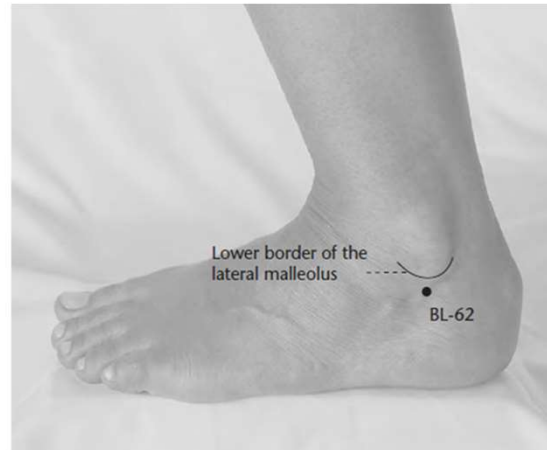
## Použití

- **tonizuje a vyživuje plíce, srdce, ledviny, slezinu a žaludek**
- **vyživuje jin a čistí horko**
- **uklidňuje ducha**
- **podporuje původní čchi**

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120



# Močový měchýř 62 – BL62 (*shenmai*)



## Lokalizace:

na noze, na vnější straně, 1 cun distálně pod vrcholem, vnějšího kotníku, za šlachami m. peroneus longus a brevis

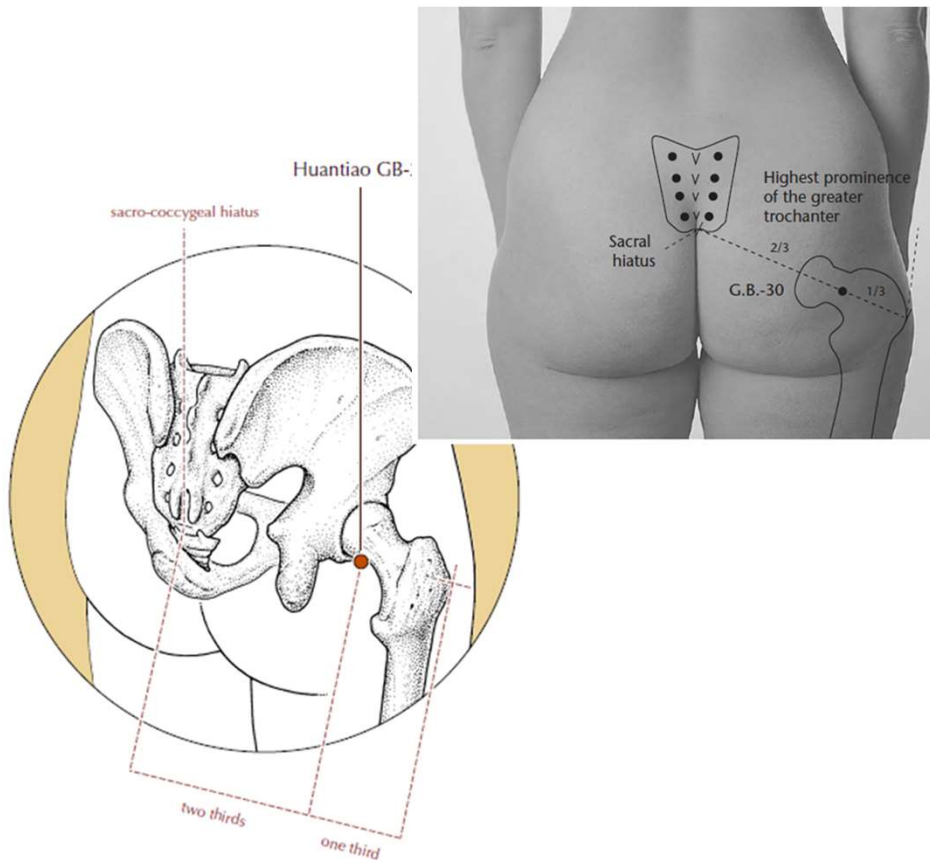
## Použití

- **zklidňuje vnitřní vítr a vyhání vnější vítr**
- **proti infekční působení jako ATB**

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120



# Žlučník 30 – GB30 (*huantiao*)



## Lokalizace:

v oblasti pánve, na zadně-zevní straně kyčle, v přední třetině vzdálenosti mezi trochanter maior a hiatus sacro-coccygealis

## Použití

- **aktivuje dráhu a ulevuje od bolesti**
- **prospívá kyčelním kloubům a dolním končetinám**
- **rozptyluje větrnou vlhkost**

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120



# Žlučník 31 – GB31 (*fengshi*)



## Lokalizace:

na stehně, na zevní straně, přímo pod velkým trochanterem, 7 cun proximálně od zákolenní rýhy

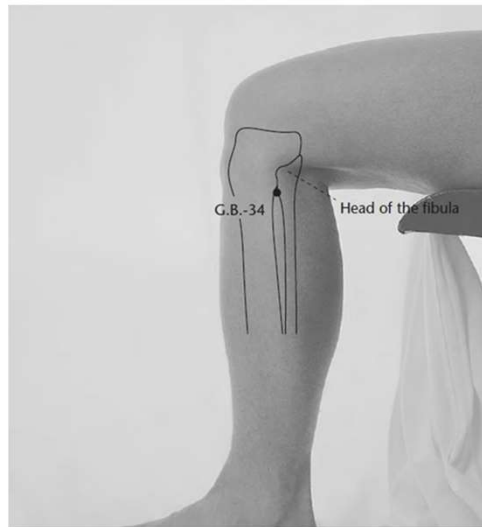
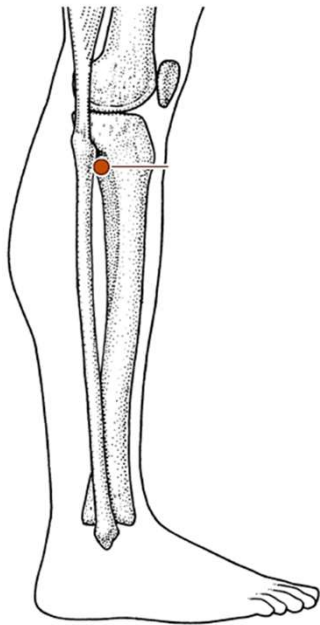
## Použití

- **vylučuje vítr**
- **ulevuje svědění**
- **aktivuje dráhu a ulevuje od bolesti**

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120



# Žlučník 34 – GB34 (*yanglingquan*)



## Lokalizace:

na bérce, na zevní straně, v citlivé prohlubenině 1 cun před a pod hlavičkou kosti lýtkové

## Použití

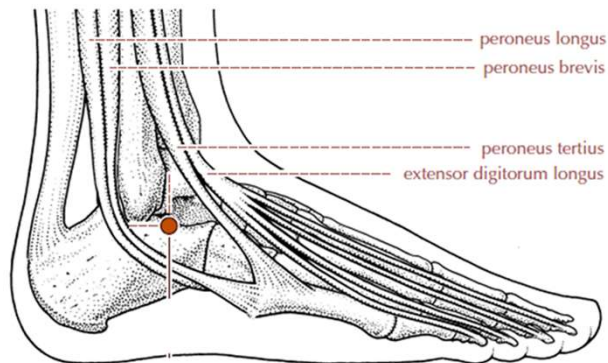
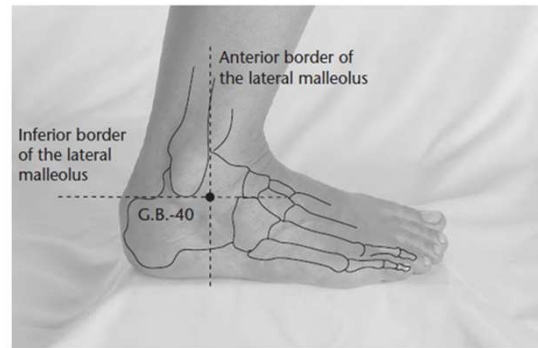
- **prospívá šlachám a kloubům**
- **aktivuje dráhu a ulevuje od bolesti**

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120





# Žlučník 40 – GB40 (*qiuxu*)



## Lokalizace:

na noze, před a pod zevním kotníkem, v prohlubenině v průsečíku linií jdoucích předním a spodním okrajem zevního kotníku

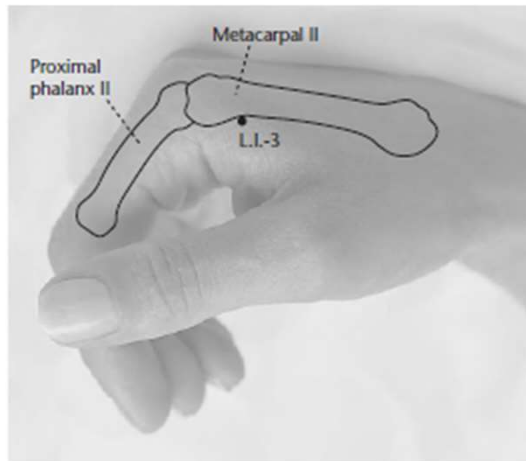
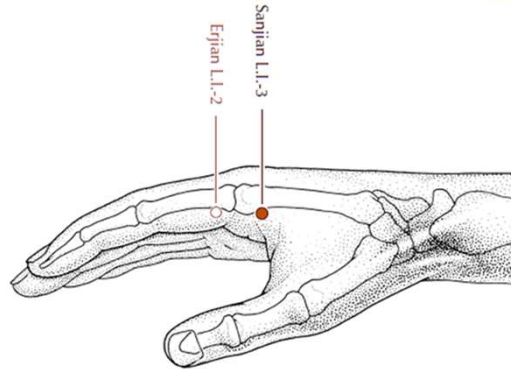
## Použití

- **ochablost nebo otok nebo bolest kotníku, bolest zápěstí**
- **aktivuje dráhu a ulevuje od bolesti**

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120



# Tlusté střevo 3 - LI3 (*hegu*)



## Lokalizace:

na ruce, na radiální straně ukazováčku, v jamce, proximálně od metakarpofalangeálního skloubení 2. prstu

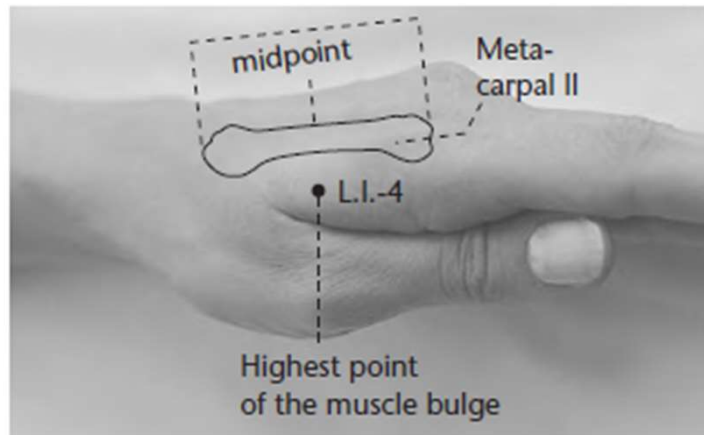
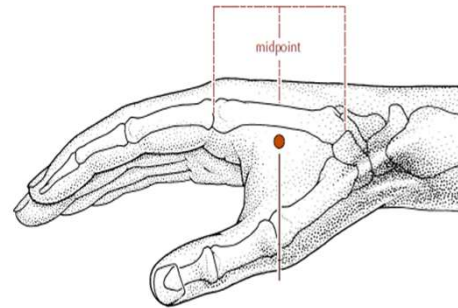
## Použití

- vylučuje vítr
- pročišťuje horkost
- rozptyluje plnost a léčí průjem

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová · 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. · [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) · [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) · +420 723 555 313 · +420 602 317 120



# Trusté střevo 4 - LI4 (*hegu*)



## Lokalizace:

na ruce, na hřbetu, mezi 1. a 2. metakarpální kosti, v polovině délky 2. metakarpální kosti, blíže k radiálnímu okraji 2. metakarpální kosti

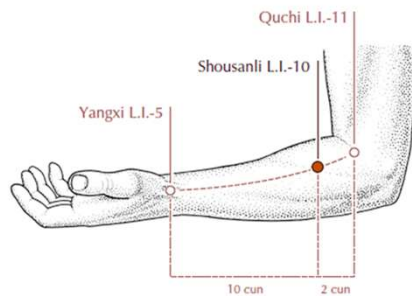
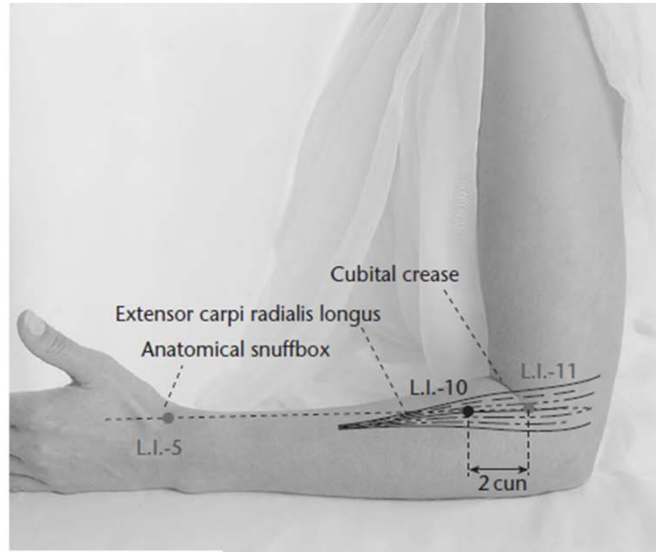
## Použití

- + LR3 = **uvolnění stagnací**- ale bez příznaků horkosti

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120



# Trusté střevo 10 - LI10 (*shousanli*)



## Lokalizace:

na předloktí, na radiální straně, 10 cun proximálně od bodu LI5 (yangxi), na spojnici bodů LI5 (yangxi) a LI11 (quchi)

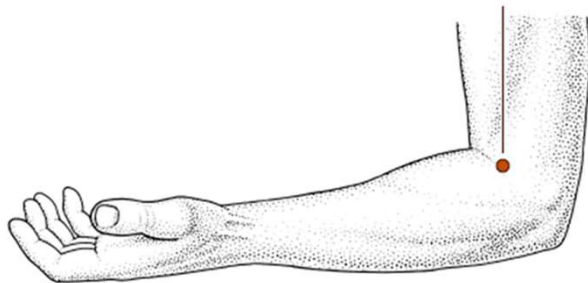
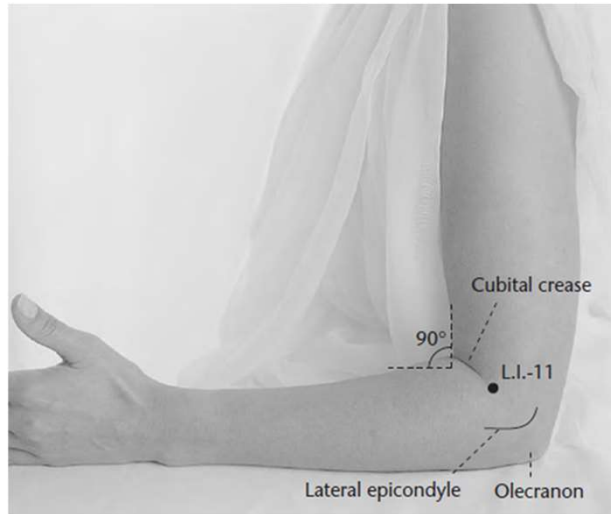
## Použití

- + LI4 + LI11 = **podpora obranné qi** - výrazně zvyšuje tvorbu bílých krvinek
- lokálně loket

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120



# Trusté střevo 11 - LI11 (*quchi*)



## Lokalizace:

na lokti, uprostřed vzdálenosti mezi bodem LU5 (chize) a laterálním epikondylem kosti pažní na konci loketní rýhy při ohnutém lokti

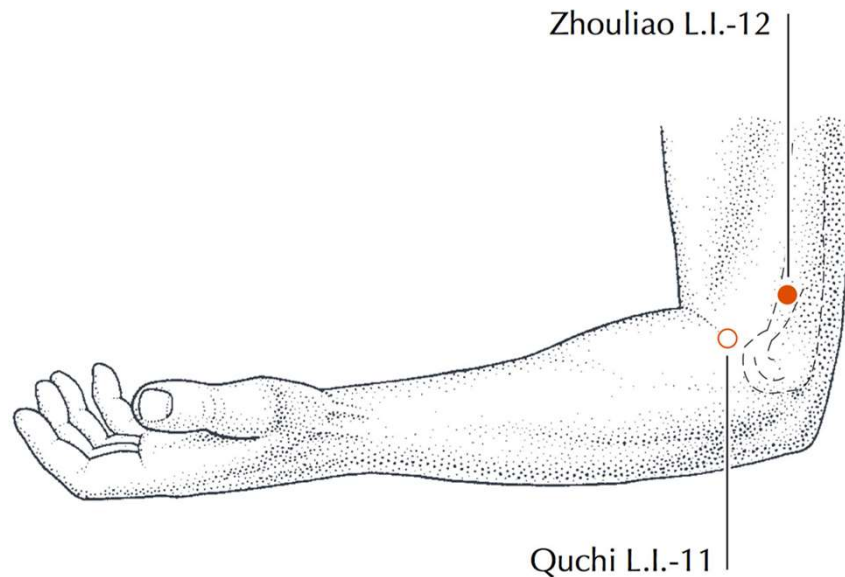
## Použití

- + LI4 + LI10 = **podpora obranné qi** - výrazně zvyšuje tvorbu bílých krvinek
- mírná teplota

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120



# Trusté střevo 12 - LI12 (zhouliao)



## Lokalizace:

při ohnutém lokti se tento bod nachází v prohlubni 1 cun proximálně a 1 cun laterálně od LI11.

## Použití

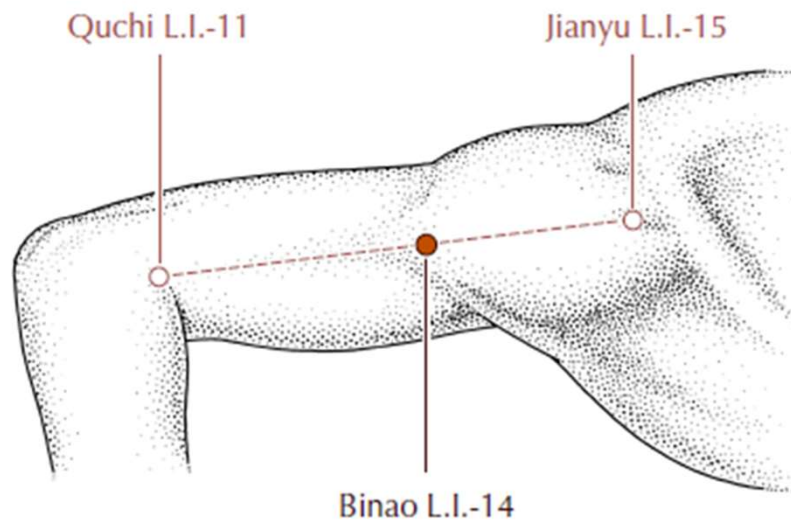
- aktivuje dráhu a zmírňuje bolest
- prospívá loketnímu kloubu

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120





# Trusté střevo 14 - LI14 (zhouliao)



## Lokalizace:

na paži, na zevní straně, při spodním úponu m. deltoideus, na spojnici LI11 (quchi) a LI15 (jianyu), ve 3/5 vzdálenosti od bodu LI11 (quchi)

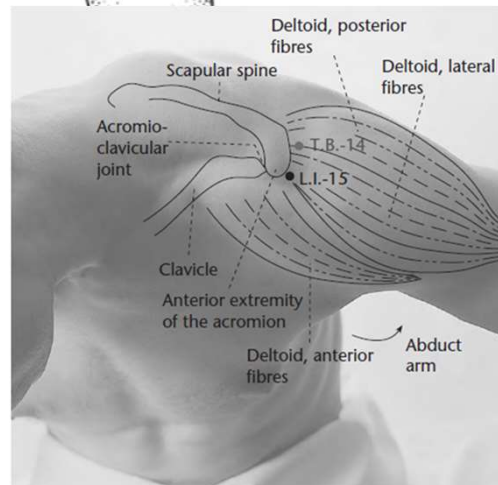
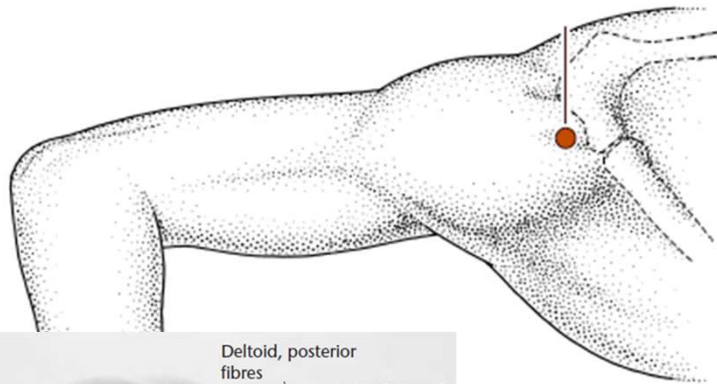
## Použití

- bolest, necitlivost a bolestivé obstrukce v horní části paže a ramene, slabost v horní části paže, neschopnost zvednout ruku, kontrakce a ztuhlost krku

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120



# Trusté střevo 15 - LI15 (*jianyu*)



## Lokalizace:

při rozpažené horní končetině se vytvoří dvě jamky, kde přední je LI15 (*jianyu*) a zadní je TE14 (*jianliao*)

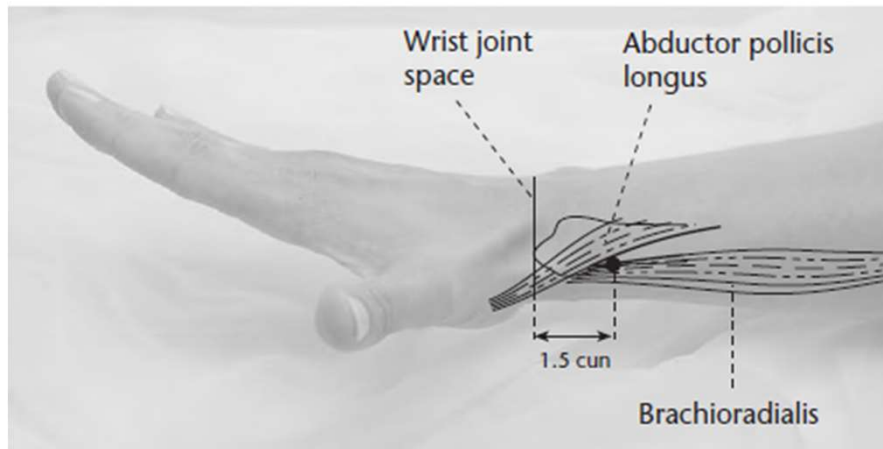
## Použití

- bolest, necitlivost a bolestivé obstrukce v horní části paže a ramene, slabost v horní části paže, neschopnost zvednout ruku, kontrakce a ztuhlost krku

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120



# Plíce 7 - LU7 (*lieque*)

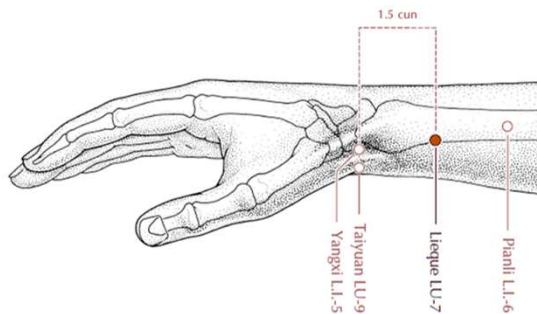


## Lokalizace:

na předloktí, na radiální straně, 1.5 cunu proximálně od zápěstní rýhy, ve štěrbině mezi šlachami m. brachioradialis a m. abductor pollicis longus

## Použití

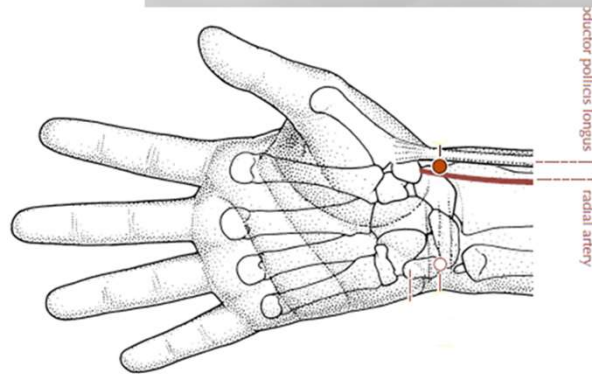
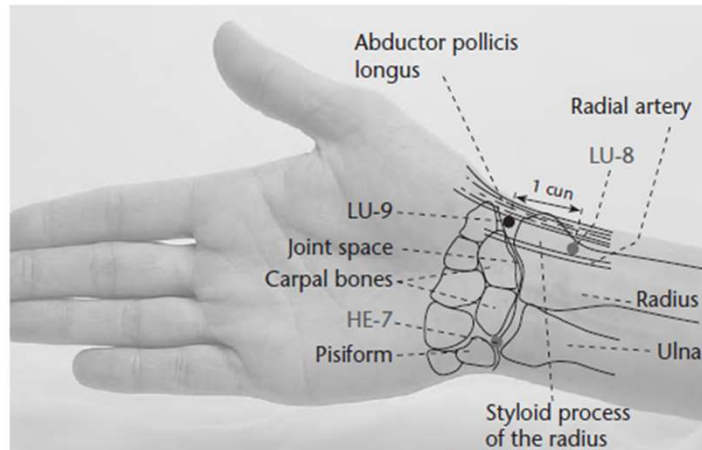
- + LU9 posiluje obrannou qi, zpevňuje povrch a pokožku



Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120



## Plíce 9 - LU9 (*taiyuan*)



### Lokalizace:

na zápěstí, na volární straně zápěstí, na radiálním konci zápěstní rýhy, mezi a. radialis a šlachou m. abductor pollicis longus, v jamce distálně od spojení

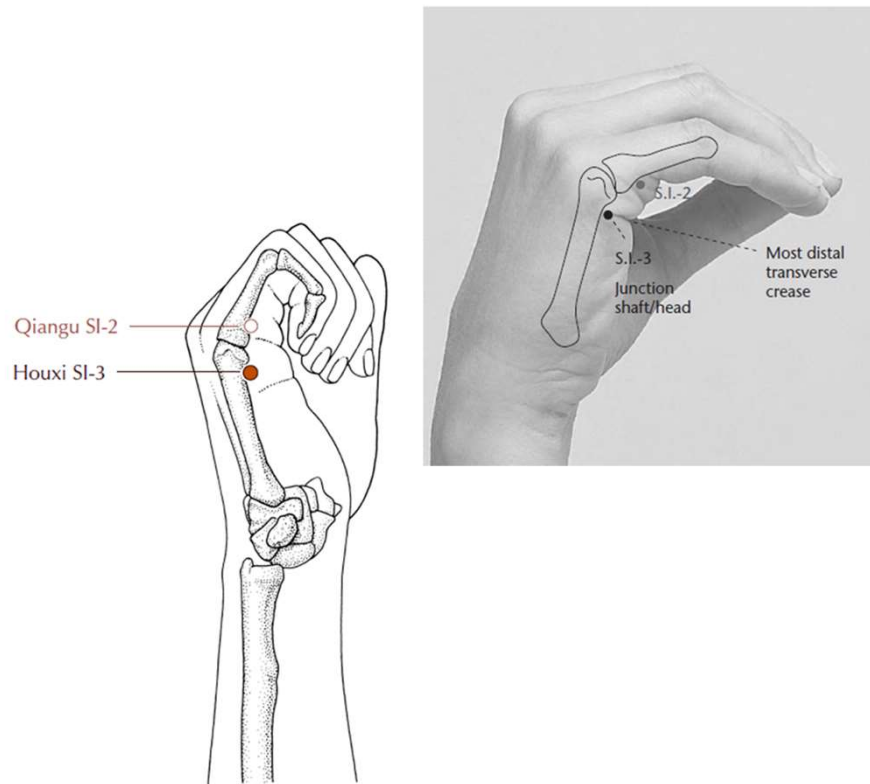
### Použití

- + LU7 posiluje obrannou qi, zpevňuje povrch a pokožku

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120



# Tenké střevo 3 - SI3 (*houxi*)



## Lokalizace:

na ruce, na ulnární straně, ve významné prohlubenině proximálně od hlavičky 5. metakarpální kosti

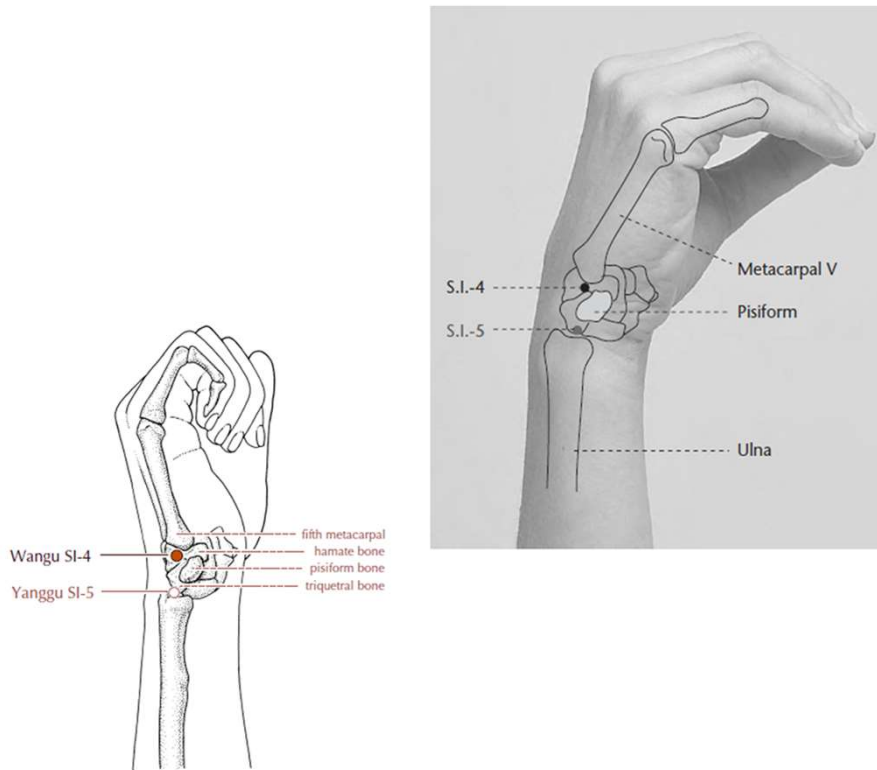
## Použití

- ztuhlost a bolest krku, potíže s otočením krku, jednostranná bolest hlavy, bilaterální bolest hlavy, bolest zad a ramen, bolest ramene, loktů a paží

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120



# Tenké střevo 4 - SI4 (*wangu*)



## Lokalizace:

na ruce, na ulnární straně zápěstí, v prohlubni mezi základem páté metakarpální kosti a triquetrální kosti

## Použití

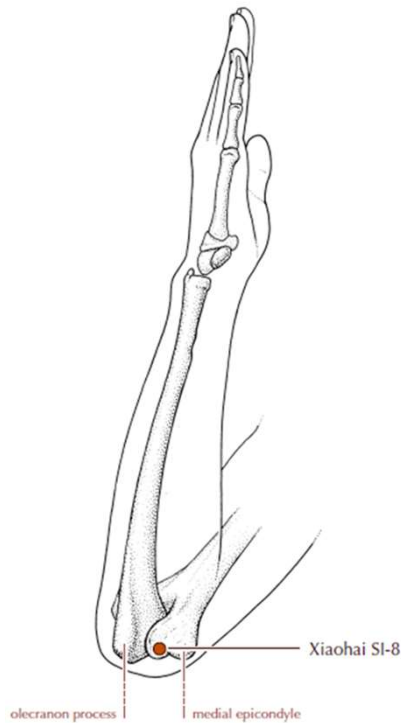
- kontrakce pěti prstů s obtížemi při ohýbání a natahování, slabost a bolest zápěstí, kontrakce paže a loktu s obtížemi při ohýbání a natahování
- bolest ramene, chlad a bolest rameno a záda

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120





# Tenké střevo 8 - SI8 (*xiaohai*)



## Lokalizace:

na lokti, v prohlubenině mezi olecranon ulnae a vnitřním epikondylem kosti pažní

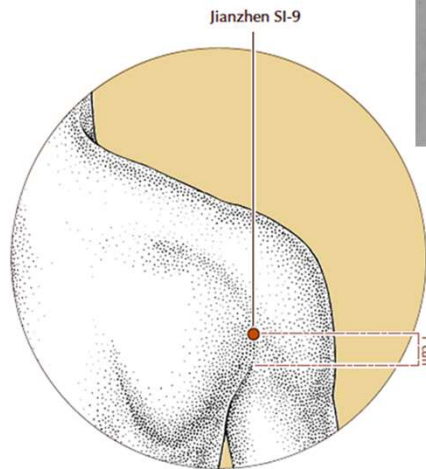
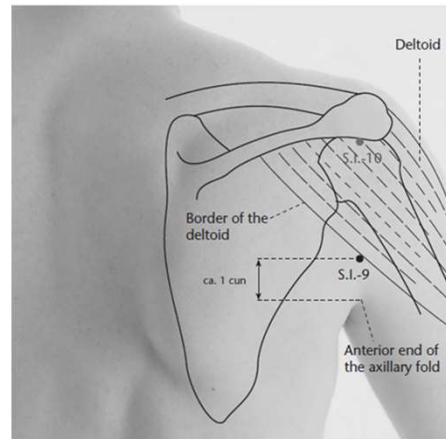
## Použití

- bolest šíje, bolest šíje vyzařující do lokte, bolest lopatky, bolest posterolaterální strany ramene, bolest nadloktí a lokte, neschopnost zvednout čtyři končetiny

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120



# Tenké střevo 9 - SI9 (*jinazhen*)



## Lokalizace:

na zadní ploše ramene, 1 cun nad zadním koncem axiálního záhybu připažené paže

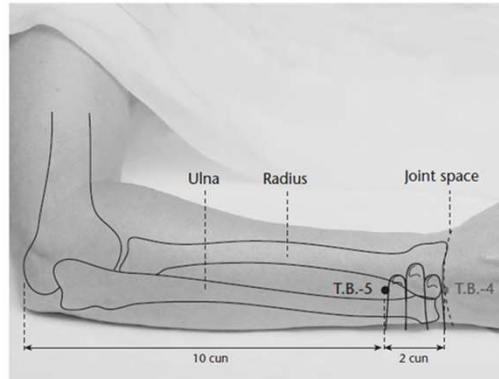
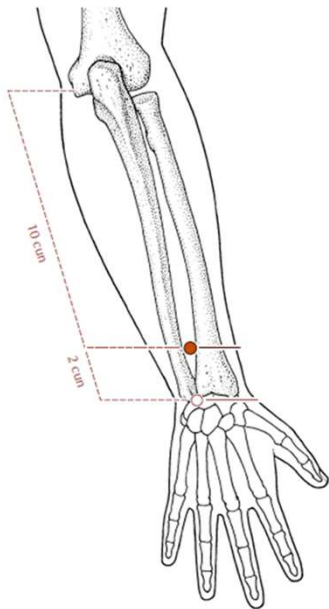
## Použití

- bolest ramene a nadloktí, neschopnost zvednout paži, bolest lopatky, pocit tepla a bolest nadklíčkové jamky, větrná bolestivá obstrukce, necitlivost s neschopností zvednout ruku a nohu.

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120



# Trojítý ohříváč 5 - TE5 (*waiguan*)



## Lokalizace:

na předloktí, na dorzální straně, 2 cun proximálně od dorzální zápěstní rýhy, mezi kostí vřetení a loketní, na radiální straně šlachy m. extensor digitorum communis

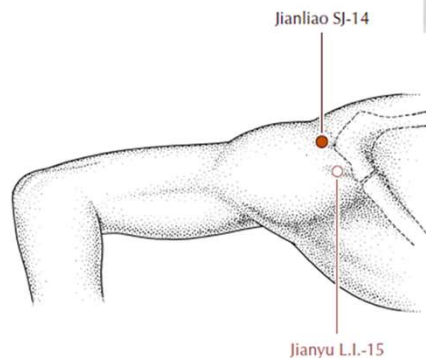
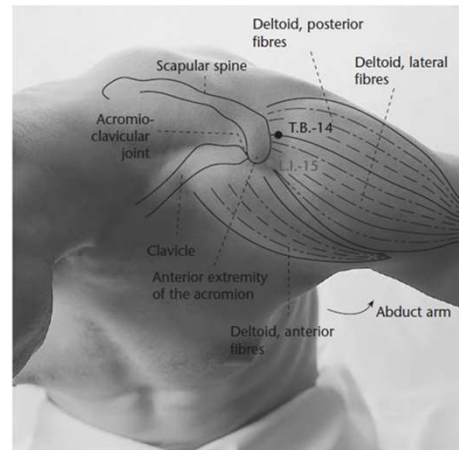
## Použití

- vypuzuje vítr a uvolňuje zevnějšek
- otevírá jangovou pojivovou dráhu - yangweimai
- pročišťuje horko
- aktivuje dráhu a zmírňuje bolest

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120



# Trojitý ohříváč 14 - TE14 (*jianliao*)



## Lokalizace:

na rameni, na začátku m. deltoideus, v jamce za a pod zevním okrajem acronium

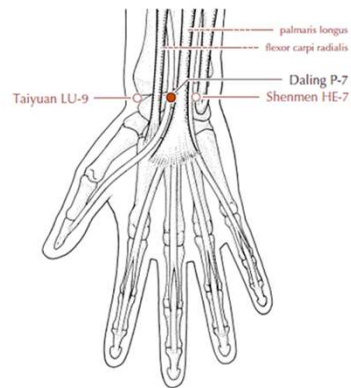
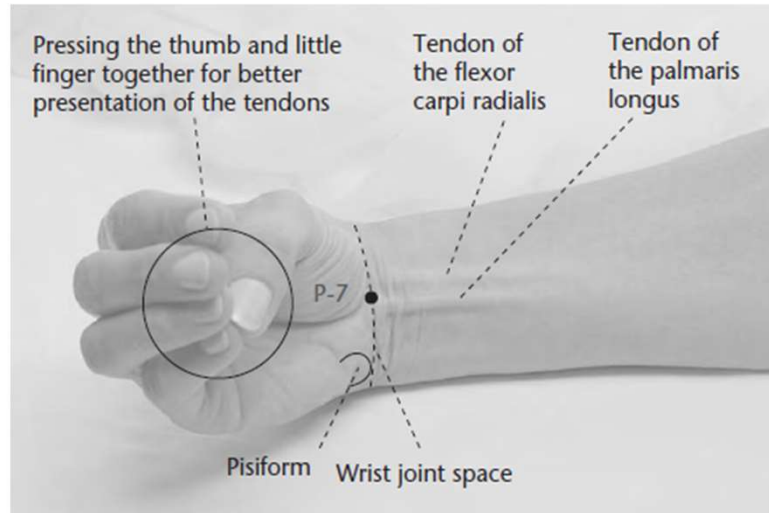
## Použití

- bolest ramene, tíha ramene s neschopností zvednout ruku, necitlivost, ochrnutí a bolest paže
- ztuhlost a bolest krku s neschopností otáčet hlavou, otok v oblasti nadklíčkové jamky

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120



# Perikard 7 - PC7 (*daling*)



## Lokalizace:

na zápěstí, na volární straně zápěstí, ve středu zápěstní rýhy, mezi šlachami m. palmaris longus a m. flexor carpi radialis, v úrovni HT7 (shenmen)

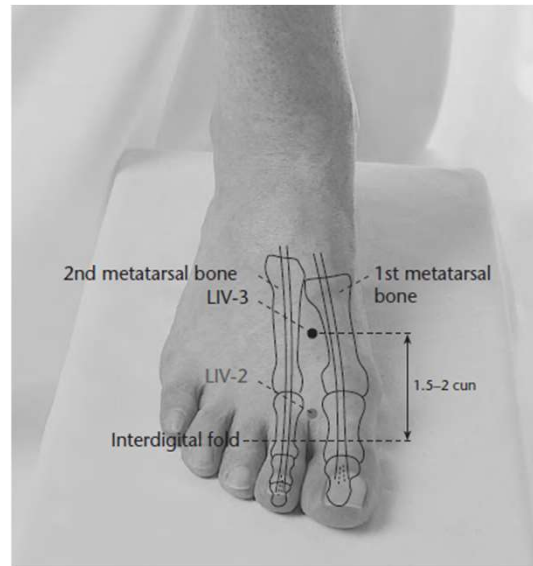
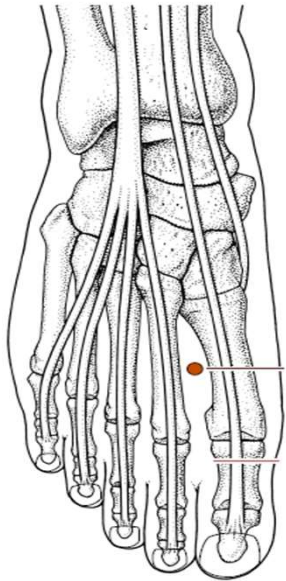
## Použití

- harmonizační bod pro posílení organismu před příchodem zimního období

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová · 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. · [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) · [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) · +420 723 555 313 · +420 602 317 120



# Játra 3 - LR3 (*taichong*)



## Lokalizace:

na noze, na nártu, v jamce distálně od spojení 1. a 2. metatarzální kosti

## Použití

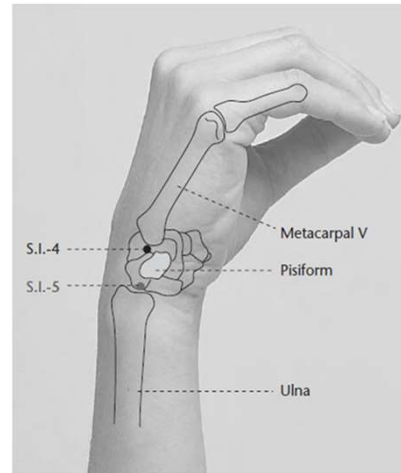
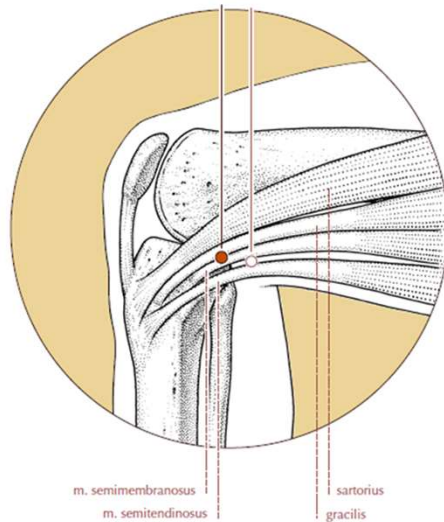
- harmonizační bod pro posílení organismu před příchodem jarního období

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120





# Játra 8 - LR8 (*ququan*)



## Lokalizace:

v oblasti kolene, na vnitřní straně kolene, nad vnitřním koncem zákolení rýhy při pokrčeném koleni, v prohlubenině před šlachami, 1 cun před bodem KI10 (yingu)

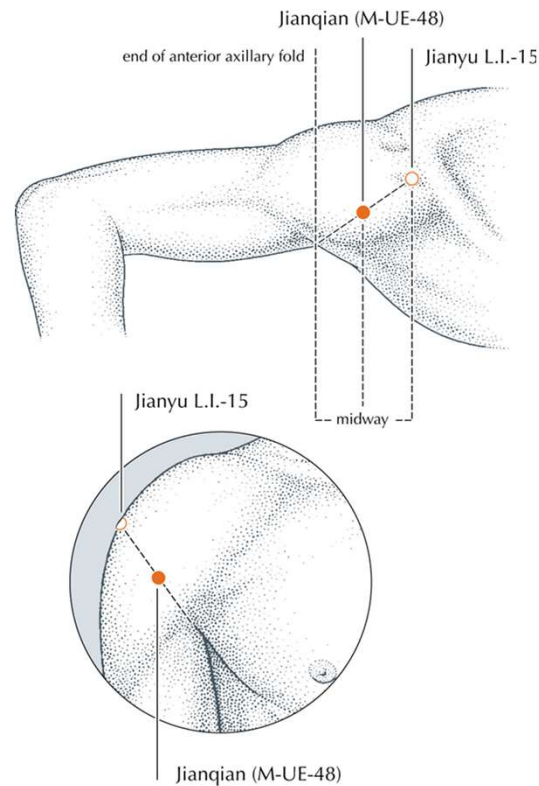
## Použití

- bolest kolene, otok a bolest čéšky, chlad a bolest kolena a bérce, bolest vnitřního stehna, extrémní bolest těla
- stagnace krve

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120



# Extra bod 48 – M-UE-48 (*jianqian*)



## Lokalizace:

na rameni, na přední straně, uprostřed vzdálenosti mezi axiliární řasou a bodem LI15 (*jianyu*)

## Použití

- **rameno, imobilita ramenního kloubu, tíha paže, znecitlivění, ochrnutí a nepohyblivost ramenního kloubu**

Copyright © 2024 – Josef Katič, Janka Miklík Zichová • 1. škola tradiční čínské medicíny – TČM – učíme TČM již od 1990  
Tradiční čínská medicína z. s. • [www.tcm.cz](http://www.tcm.cz) • [info@tcm.cz](mailto:info@tcm.cz) • +420 723 555 313 • +420 602 317 120

