



A HKO alapjai
Az Ayurvéda és a kínai gyógyászat
kapcsolódási pontjai

Dr. Eőry Ajándok

Az előadás vázlata

- A Hagyományos Kínai Orvoslás (HKO) és azon belül az akupunktúra áttekintése
- A HKO történeti áttekintése
- A HKO alapfogalmai

A Hagyományos Kínai Orvoslás (HKO):

- ✓ Egy diagnosztikai és terápiás rendszer
- ✓ Összetett elméleti alapjai vannak, úgy mint:
 - Yin-Yang elmélet
 - 5 fázis elmélet
- ✓ Egy gyűjtő-fogalom, amibe beletartozik:
 - az akupunktúra, a kínai fitoterápia, a kínai masszáz, az égetés (moxa), a köpölyözés, a tai-chi, a gyógytáplálkozás (diéta), stb.

Az alapgondolata:

Az Egészséget a
Yin és a Yang egyensúlya és

- Az életenergia (a Qi; ejtsd: Csi) akadálytalan és elegendően erős áramlása a meridiánokban tartja fent.

A Betegséget

- A Yin és a Yang egyensúlyának megbomlása
- Illetve a Qi elégtelensége vagy áramlásának akadályozottsága okozza.

Az akupunktúra:

Definíciója:

Egy vagy több tű
beszúrása a bőrbe és a
bőralatti szövetekbe az
akupunktúrás pontok-
ban gyógyító és/vagy
megelőző céllal.



Az élettani háttér-magyarázat:



- ✓ Az életerő (Qi)
 - ✓ a Yin és a Yang egyensúlyának helyreállítása.
- A Qi folyamatosan áramlik a 12 meridiánban.

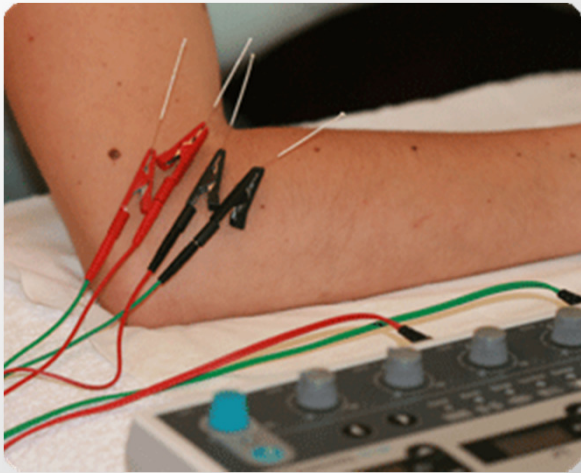
Ezt az életenergia-áramlást lehet befolyásolni a meridiánok akupunktúrás pontjaiban.

Az akupunktúra kezelés során:

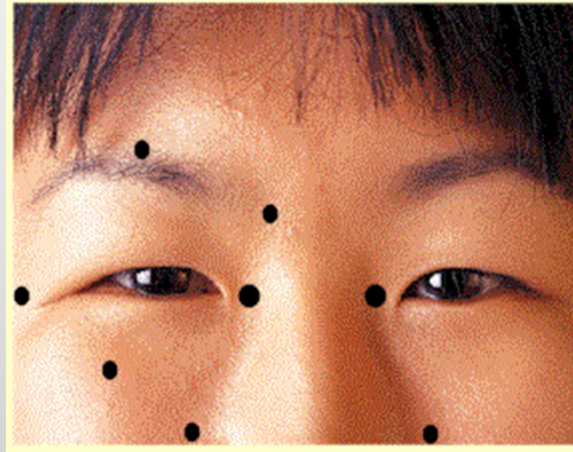
Az akupunktőr orvos

- Felállít egy diagnózist a HKO elvei szerint
- Megkezeli (megszúrja) a beteget egyéni pontkombinációt választva,
- És mindezt azzal a meggyőződéssel, hogy a legtöbb funkcionális megbetegedés kezelhető akupunktúrával.

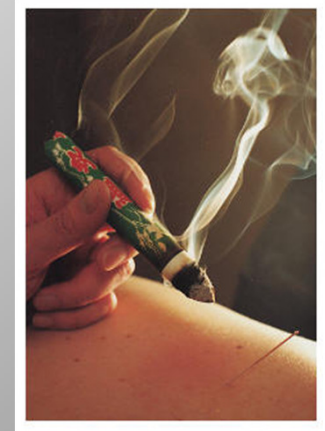
Az akupunktúrával rokon eljárások:



Elektroakupunktúra –
elektromos árammal
stimulálunk az
akupunktúrák pontokban



Akupressúra –massázs
az akupontokban



Moxa-terápia
– égetés
(melegítés) az
akupontokon



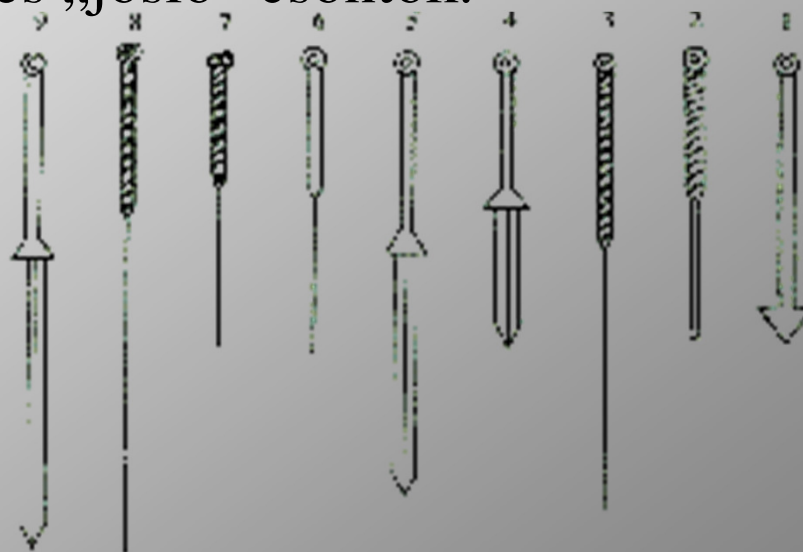
Lézer akupunktúra – lézerfény
az akupontokban, stb. pl. köpölyözés

A HKO történeti áttekintése

A késői *Shang* korszakban (kb. 1000 Kr.e.): akupunktúrástűkről írt szövegek maradtak fent, csontokra írva és orvosi problémákat tárgyalva. Ezek a híres „jósló” csontok.

Eredetileg csontból, bambuszból készült és élesített kőtűket használtak

Később bronz, vas és még később ezüst és arany tűk jöttek divatba.



Mindegyiknek külön-külön hatásuk volt, míg napjainkban a vékony fonálszerűrozsdamentes acéltűk használatosak.

A legrégebbi írásos alapmű:

Először a Han korszakból (206 B.C.-220A.D.)

*A Sárga Császár
„Belső” Könyve -
Párbeszédes
formában íródott a
Sárga Császár és
udvari minisztere Qi
Bo közötti
beszélgetés az orvosi
ismeretekről.*



- Első rész –
Egyszerű kérdések, -
általános
összefüggésekről,
- Második- *Szellemi*
tengely – az
akupunktúra
gyógyításról
részletesen.

Korának összes elméleti és gyakorlati orvosi ismerete
valószínűleg régebbről.

A HKO története Kínán kívüli országokban

Korea és
Japán Kr.e.
600

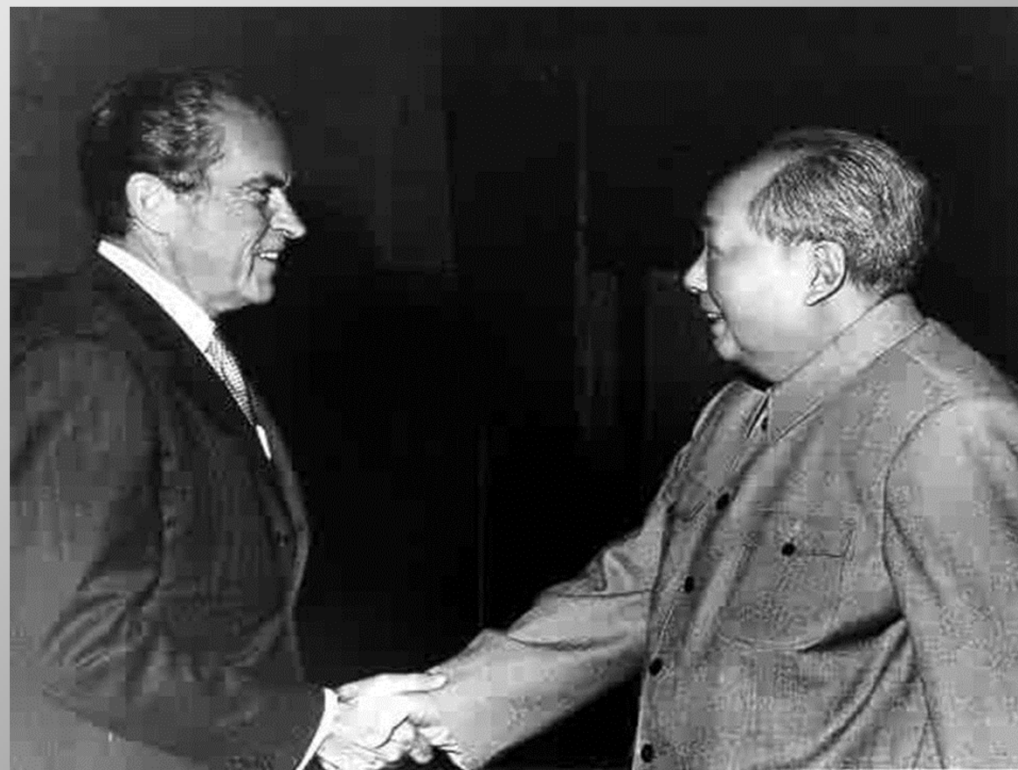
Nyugat Európa –
XVII. század



Japan

A HKO ujabbkori története

- A XIX. sz. első felében Európa számos országában, így Magyarországon is.
- 1823-ban az akupunktúráról már írnak a Lancet folyóirat első kötetében.
- Az 1970-es évek elején Nixon elnök először látogat Kínába.
- Ettől kezdve a kutatások megindulnak a nyugati világban e tárgykörben is.



A Yin és a Yang



Összefüggéseik:

0. Minden Yin és Yang továbbosztható yin és yang részre
1. Kölcsönösen létrehozzák egymást.
2. A Yin és a Yang korlátozzák egymást.
3. Egymásba átalakulnak.

Természeti (makrokomikus) megfeleltetések

Yin

- ❖ Föld
- ❖ Nőiség
- ❖ Éjszaka
- ❖ Hold
- ❖ Alul
- ❖ Elnehezülés
- ❖ Leszálló
- ❖ Befelé mozgás
- ❖ Relatív stázis

Yang

- ✓ Ég
- ✓ Férfiasság
- ✓ Nappal
- ✓ Nap
- ✓ Magasan
- ✓ Könnyebbedés
- ✓ Felszálló
- ✓ Kifelé mozgás
- ✓ Tiszta tevékeny

A Yin és a Yang egyensúlyzavara

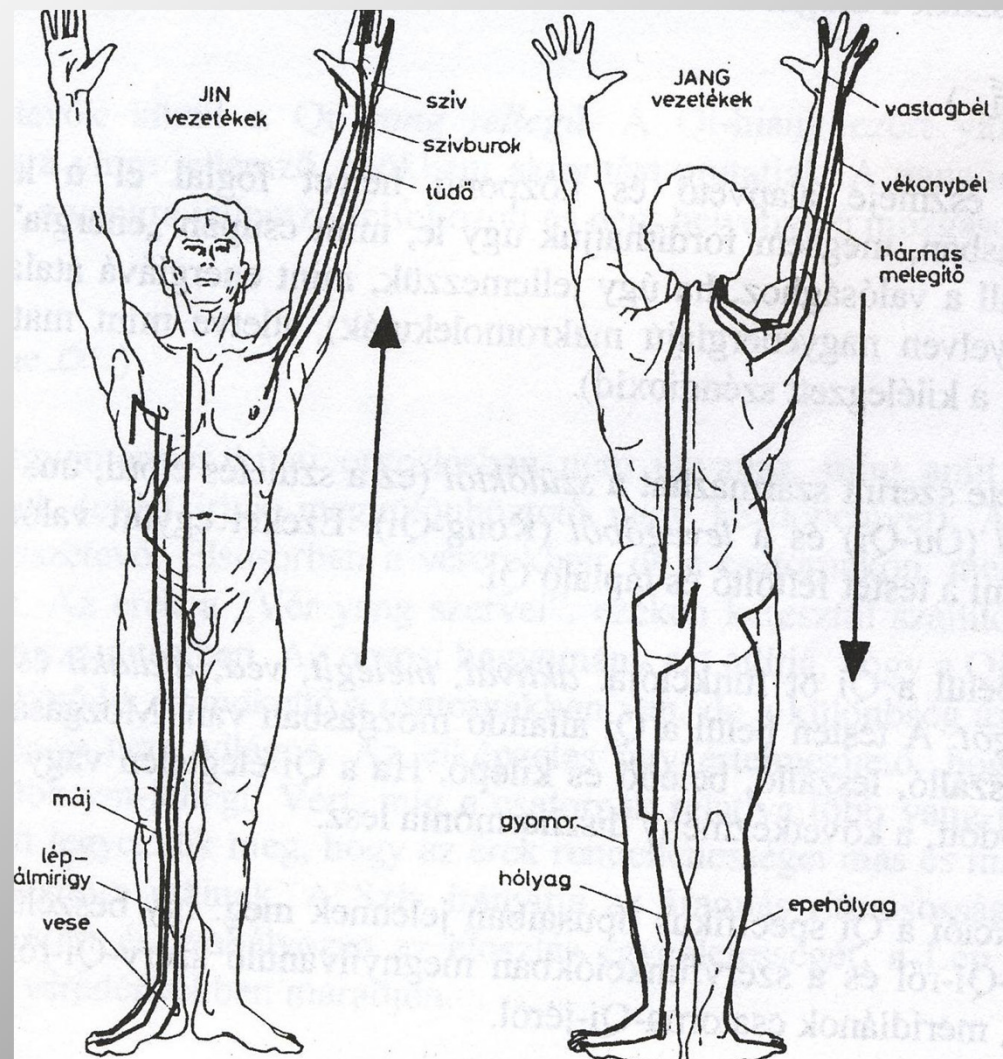
Yang többlet jelei	
Általános Yang többlet	
Viselkedés	Magabiztosság
Érzelem	Agresszív, hirtelen haragú, ingerlékeny
Izomtónus	Jó izomtónus, erős szövetek
Arcszín	Pirosposztság
Bőr	Meleg
Arckifejezés	Élénk
Szemek	Ragyogó, élénk
Beszéd	Gyors beszéd, erős hang
Gesztikulálás, taglejtések	Gyors mozdulatok, élénk gesztikulálás
Állóképesség	Jó fizikai és szellemi állóképesség
Keringés	Normál vagy fokozott
Anyagcsere	Gyors
Alvás	Nyugtalan, izgatott, álmatlanság
Betegségekre való hajlam	Hirtelen fellépő akut betegségek, magas láz, görcsök
Pulzus	A jobb pulzus általában erősebb, mint a bal, a felszínes erősebb, mint a mély, a perifériás pulzus általában erősebb, mint a centrális
Felsőtest Yang többlet	
Elsődleges jelek	Melegség vagy melegség érzet a fejben vagy az arcon, miközben a lábak hidegek
Pulzus	A felső végtag három Yang csatorna pulzusa (Vab, HM, Véb) erősebb, mint az alsó végtag három Yang pulzusa (Gy, Eh, H)
Alsótest Yang többlet	
Elsődleges jelek	Meleg lábak, hűvös arc
Pulzus	Az alsó végtag három Yang csatorna pulzusa (Vab, HM, Véb) erősebb, mint a felső végtag három Yang csatornájáé (Gy, Eh, H)

Yin többlet jelei	
Általános Yin többlet	
Viselkedés	Passzív, apatikus, kedvetlen, közömbös
Érzelem	Szomorúság, bátortalanság
Izomtónus	Gyenge izomtónus, petyhüdt szövetek
Arcszín	Sápadt
Bőr	Hideg
Arckifejezés	Kifejeztelen arc
Szemek	Fényvesztett tekintet
Beszéd	Lassú beszéd, gyenge hang
Gesztikulálás, taglejtések	Kevés
Állóképesség	Mind szellemileg, mind fizikailag gyors kifáradás
Keringés	Renyhe
Anyagcsere	Lassult
Alvás	Aluszékonyság
Betegségekre való hajlam	Idült állapotok, lassú lefolyású betegségek
Pulzus	A bal oldalon a pulzus erősebb, mint a jobb oldalon, a mély pulzus erősebb, mint a felszínes, a centrális erősebb, mint a perifériás
Felsőtest Yin többlet	
Elsődleges jelek	Sápadtság, a kéz hidegebb, mint a láb
Pulzus	A három felső végtagi Yin csatorna pulzusa (T, Szb, Sz) erősebb, mint a három alsó végtagi Yin csatornáé (Lép, Máj, Vesc)
Alsótest Yin többlet	
Elsődleges jelek	Meleg arc és kéz mellett feltűnően hideg láb
Pulzus	A három alsó végtagi Yin csatorna pulzusa (L, V, M) erősebb, mint a három felső végtagi (T, Szb, Sz)

A Yin és a Yang szerinti anatómiai és élettani viszonyok

Yin-Yang anatómia és élettan		
	Yang	Yin
<i>A test részei</i>	Külső, hátsó, Felső testfél	Belső, hasi oldal Alsó testfél
<i>Szövetek és szervek</i>	Bőrfelszín Testszövet ~~Zang~~ -szervek <i>Fu</i>	Csontok Izmok, inak, bőnyék ~~Fu~~ -szervek <i>Zang</i>
<i>Aktivitás és működés</i>	Qi és védelem Nyugtalanság Erő	Vér és szerkezet Nyugalom Gyengeség

A Yin és a Yang szerinti energia- áramlás a meridiánokban



A négy fő testössszetevő és a Lélek

1. A Qi

Eredete szerint: szülőktől, táplálékból, levegőből.

Feladatai: aktivál, melegít, véd, átalakít és megőrzi az állandóságot.

Diszharmóniái: hiány, összeomlott, rendellenes irányba áramló.

A csí szógyök a magyar nyelvben

példák: csíra, csikó, csízió,
csibész, csiga, csinos,
csillog, csillag, csillám,
csinál, csihol, csitul, csalán
(csihány), csikorog

Na de bánjunk „csín”-ján a

nyelvészkedéssel

A négy fő testössszetevő és a Lélek

2. A Vér

Eredete szerint: a táplálék átalakításából származik.

Feladata: az egész test táplálása. Alapja a szellemi-lelki tevékenységnek is.

Diszharmóniái: hiány, pangás, forró vér.

A négy fő testössszetevő és a Lélek

3. Folyadékok

Eredete szerint: könnyebb és sűrűbb. A megemésztett táplálékból.

Feladatai: nedvesítenek és táplálnak.

Diszharmóniái: hiány, folyadékvesztés.

A négy fő testössszetevő és a Lélek

4. Esszencia

Eredete szerint: születés előtti és utáni,
szaporító (a Vese tárolja).

Feladatai: mindeb szerves élet alapját adja.

Diszharmóniái: fejlődési rendellenességek

A négy fő testössszetevő és a Lélek

A Lélek

Székhelye a Szív.

Jellemzői: a szemek csillogása, a
gondolkodás, a jellem, a helyes választás
és megkülönböztetés képessége.

Yang jellegű

Az 5. fázis (Wu Xing)

Normális egymásrahatás

 **SHENG ciklus**
táplálás, létrehozás

 **KE ciklus**
kontrollálás, fékezés

Kóros egymásrahatás

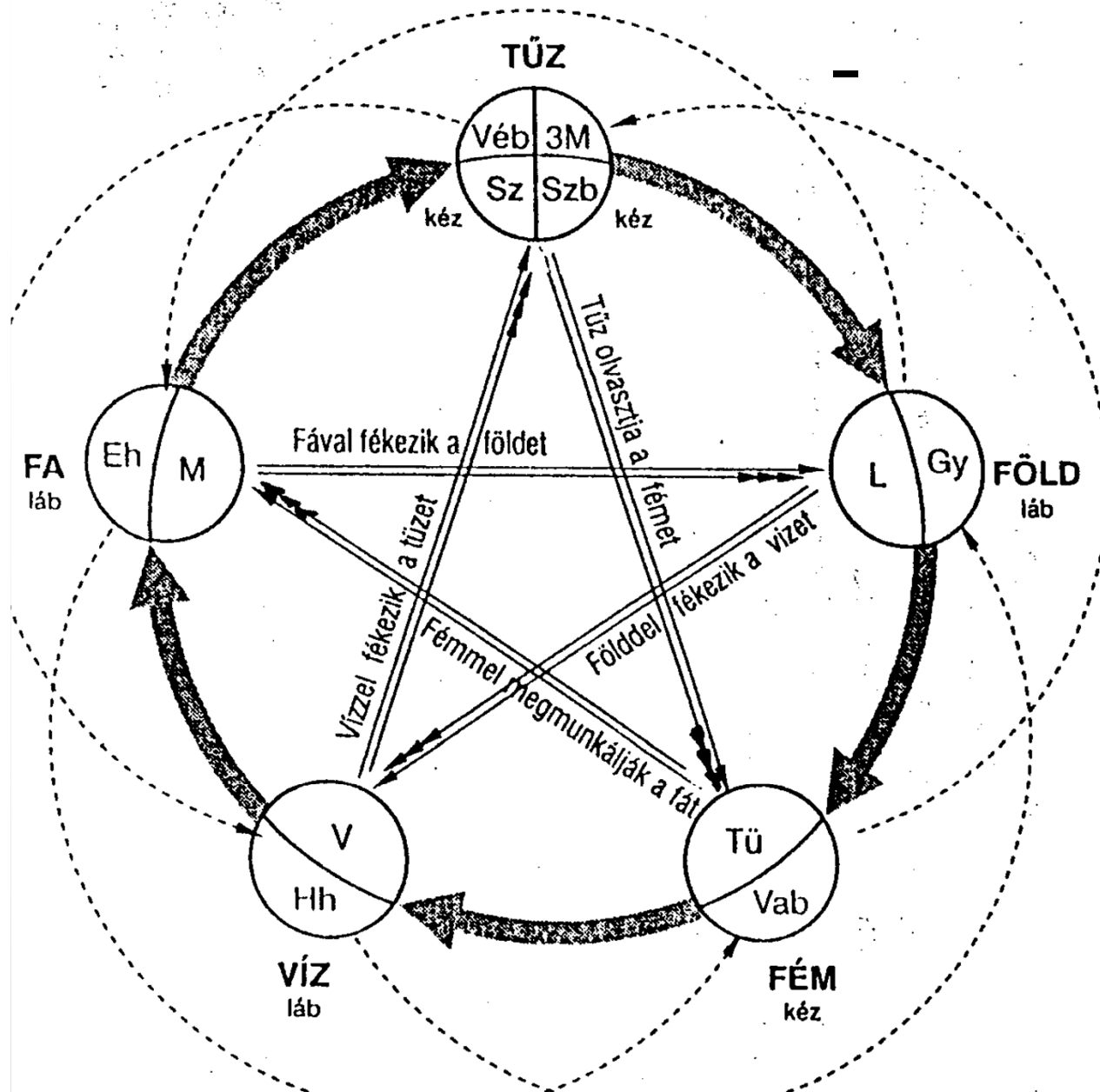
 **CHENG ciklus**
(túl erős a KE ciklus)
túlfékezés, megtámadás

 **Wu-ciklus**
(KE-vel szemben ható erő)
ellenuralom, kigúnyolás*

 **Fu: Yang funkciós kör**
üreges, továbbító szervek

Zang: Yin funkciós kör
tömör, raktározó szervek

* Aminek kontrollálnia kellene,
az túl gyenge, így amit kontrollálnia kellene,
az veszi át a kontrollálást.



Összefüggések

- Fa Tűz Föld Fém Víz
- **Máj Szív, Szívb. Lép** **Tüdő** **Vese**
- **Eh. Véb. HM. Gy.** **Vab.** **Hh.**
- Tavasz Nyár Nyárutó Ősz Tél
- Szél Forróság Nedvesség Szárazság Hideg
- Zöld Piros Sárga Fehér Fekete
- Savanyú Keserű Édes Csípős Sós
- Látás Beszéd Ízézés Szaglás Hallás
- Szem Nyelv Száj Orr Fül
- Ínak Ereik Izomzat Bőr Csontok-Velő
- Düh Vidámság Töprengés Szomorú Félelem

Az öt fázis a születési idők szerint

Fém	Víz	Fa	Tűz	Föld
01.02.19 -	02.02.08 -	04.02.16 -	06.01.25 -	08.02.02 -
10.02.10 -	12.02.18 -	14.01.26 -	16.02.03 -	18.02.11 -
20.02.20 -	22.01.28 -	24.02.05 -	26.02.13 -	28.01.23 -
30.01.30 -	32.02.06 -	34.02.14 -	36.01.24 -	38.01.31 -
40.02.08 -	42.02.15 -	44.01.25 -	46.02.02 -	48.02.10 -
50.02.17 -	52.01.27 -	54.02.03 -	56.02.12 -	58.02.18 -
60.01.28 -	62.02.05 -	64.02.13 -	66.01.21 -	68.01.30 -
70.02.06 -	72.02.15 -	74.01.23 -	76.01.31 -	78.02.07 -
80.02.16 -	82.01.25 -	84.02.02 -	86.02.09 -	88.02.17 -
90.01.27 -	92.02.04 -	94.02.10 -	96.02.19 -	98.01.28 -
00.02.04 -				

A Yin és Yang Szervekről

1. Eltérnek a funkciók a nyugati anatómiai szerv-funkcióktól
2. A Yin-szervek fontosabbak
3. A működésbeli kölcsönhatások is eltérőek a nyugati felfogástól
4. A kínai szervóra jellemzői

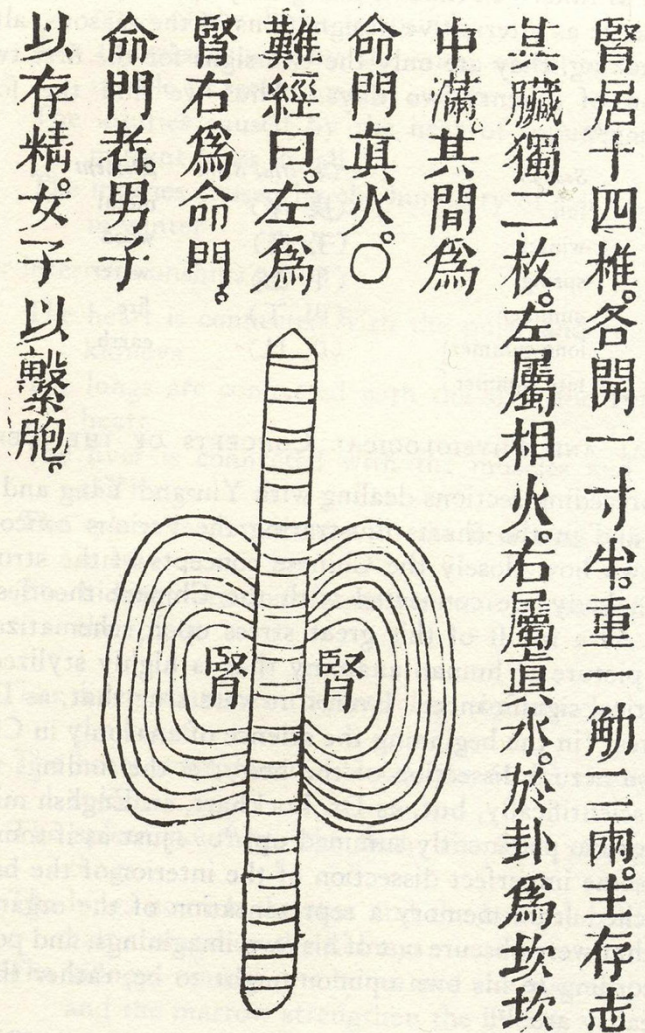


FIG. 1. THE KIDNEYS

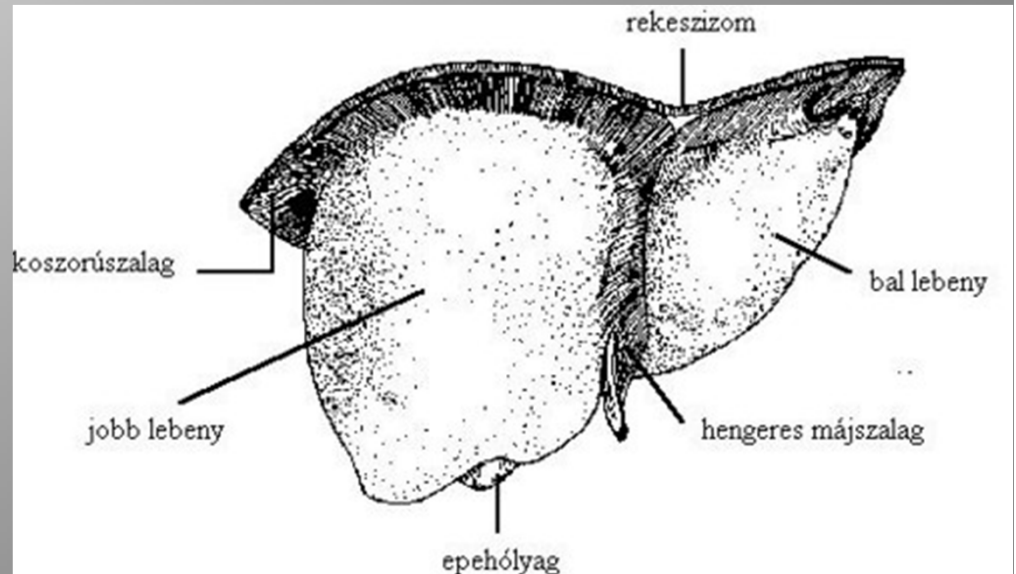
From *Ling Shu Su Wen Chieh Yao Ch'ien Chu*, compiled by Ch'ên Hsiu-yüan (also known as Ch'ên Nien-si) of the Ch'ing dynasty

Főbb Vese funkciók

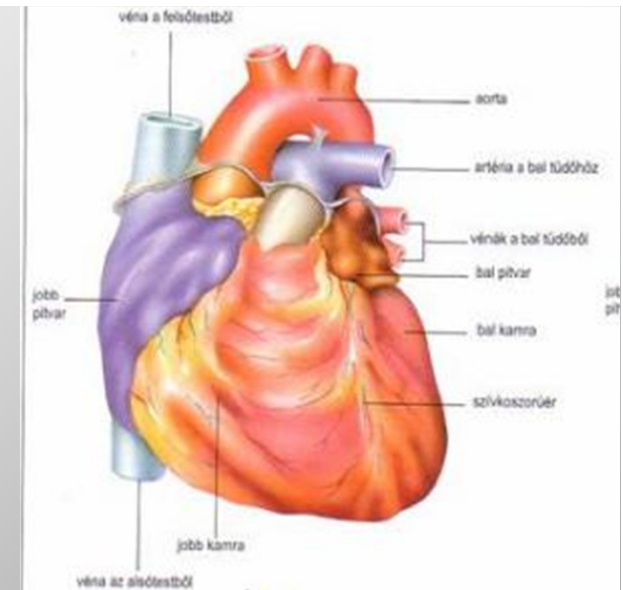
- Tárolja az Esszenciát
- A Yin és a Yang alapja
- A vízforgalmat irányítja
- A Qi megragadását irányítja
- A fülre nyílik és a hajban mutatkozik meg

A Máj funkciói

- A Qi szabad áramlásának és elosztásának az ura
- Harmonizálja az érzelmeket.
- Raktározza a Vért
- Ellenőrzi az ínakat és a körmökben nyilvánul meg
- A szemre nyílik

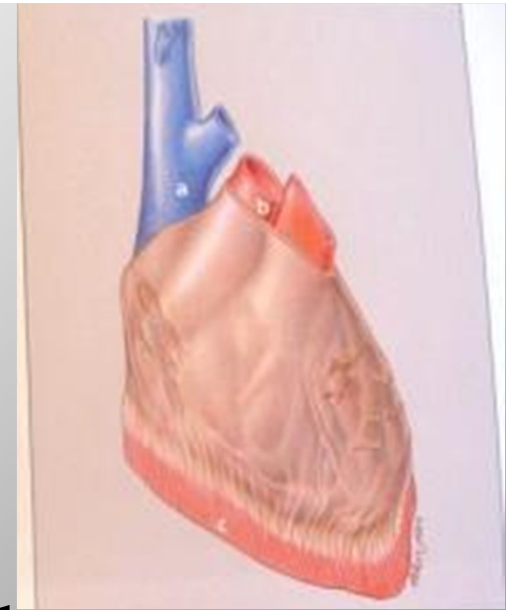


A Szív funkciói

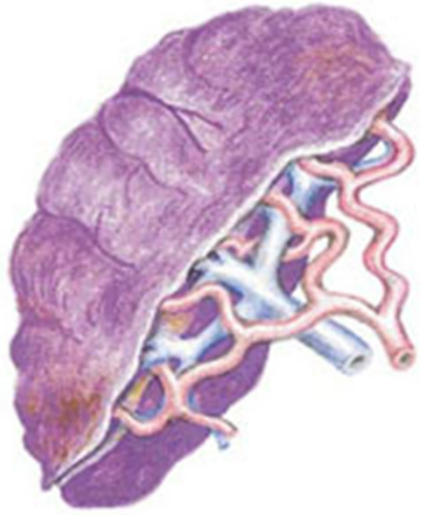


- A „legfőbb ellenőr”
- Kormányozza a Vért és a véredényeket
- Raktározza a Lelket
- A nyelvre nyílik
- Az arcszínben nyilvánul meg.
- A Vékonybéllel áll külső-belső kapcsolatban.

A Szívburok funkciói



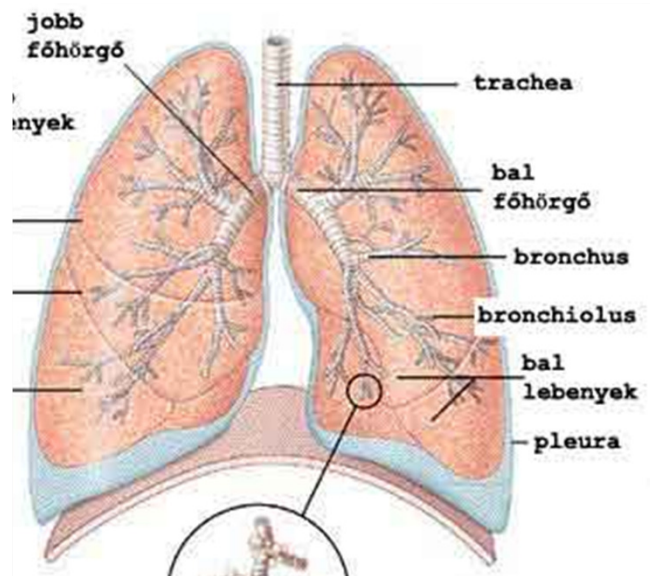
- Védi a Szívet a káros külső hatások ellen. Az első védelmi vonal.
- Aktiválja a Yin-csatornákat, azaz minden Yin-csatornának az „anyja”, azaz „az Élet kapuja”.
- A „lazítás minisztere”, a vidámság, öröm, az élvezetek érzését adja.



A Lép funkciói

Kormányozza az emésztést,
szabályozza a Gyomorban a nedv
mozgását.

- Vezérli a Vért.
- Kormányozza az izmokat, az inakat és a végtagokat.
- A szájra nyílik.
- A belső szerveket a helyükön tartja.



Tüdő funkciói

- Kormányozza a Qi-t, szabályozza a légzést.
- A „Qi alapja”, a Qi-t leszállásra készíti.
- Biztosítja a vízpályák átjárhatóságát.
- Az orron nyílik.
- A hangban nyilvánul meg.
- A bőrrel és a testszörzettel van kapcsolatban
- Segít a Szívnek a vérkeringés fenntartásában

A Yang-Szervek funkciói

- Ezen szervek fő funkciói az étel befogadása, a használható részek felvétele és a salakanyagok kiválasztása (kivéve a „Hármas Melegítő”-t)

Az Epehólyag

- Tárolja és kibocsátja az Epét, amit a Máj Qi-je folyamatosan termel.
- Az Epét lefelé továbbítja, ahol az a belekbe ömlik.
- „A döntések ura”. Ez azt jelenti, hogy az elhamarkodott döntések, vagy a döntésképtelenség hátterében az Epehólyag Qi zavara állhat (pld. epekő esetén).

A Gyomor

- „A víz és a gabona tengere”. „Üreges raktár”
- „A táplálék befogadásának és érlelésének a helye”. Fő funkciója a lefelé továbbítás. E tekintetben a Gyomor és a Lép funkciói szorosan kapcsolódnak egymáshoz. A Gyomorból lebontott táplálék „tisztá” része lejut a Léphez.
- „Az ember életének gyökere a táplálék. Az öt yin-szerv Qi-jének is szüksége van táplálékra.”
- A Gyomor és a patkóbél a kínai orvoslásban funkcionális egységet alkot.

A Vékonybél

- Tovább végzi az emésztést, a „tisztá” és „zavaros” táplálékból a „tisztá” rész kivonását.
- A „tisztá” részt elküldi a Lépnek, a „zavaros” pedig tovább halad a Vastagbélbe.

A Vastagbél

- „Vezérli a foyadékokat”, azaz visszaszívja a felesleges vizet.
- Ez a folyamat a széklet kialakulásával és kiürítésével végződik.
- Működésének zavarai hasi fájdalmakban, bélkorgásban, meteorizmusban, hasmenésben vagy székrekedésben nyilvánulnak meg.

A Hármas Melegítő

- Szó szerint annyit jelent: „a három, ami melegít”. A „*Felső Melegítő*” a fej és a mellkas, beleértve a Szívet és a Tüdőt.
- A „*középső Melegítő*” a mellkas alatti, de a köldök feletti terület a Léppel és a Gyomorral.
- Az „*alsó Melegítő*” a köldök alatti terület, ideértve a Májat és a Veséket.

A Hármas Melegítő (folyt.)

- Ellenőrzi a test Vízét, mint „segítő Tűz”.
- A Sárga Császár Belső könyve szerint: „A Felső Melegítő ködöt képez”, am később testszerte szétoszlik. „A középső Melegítő habot képez”. „Az alsó Melegítő mocsarat képez”.
- Az összes Yang csatorna atyjának tartják.

A Húgyhólyag

- „Ellenőrzi a vizelet befogadását, raktározását és kiürítését.” A vizeletet a Tüdők, a Vékonybél és a Vastagbél által közvetített zavaros folyadékból a Vesék állítják elő.
- Diszharmóniája vizelet visszatartási vagy ürítési problémákat, vizelet közbeni égő érzést okozhat.

A négy vizsgáló eljárás

- Megtekintés
- Hallgatózás és Szaglás
- Kikérdezés
- Tapintás

Megj.: a taoista gondolkodás a fentieket négy fokozatnak tekinti.

I. Megtekintés

- **Általános megjelenés** – küllem (kövérség, soványság, végtagok bénulása, rámgógörcs, stb.), a Shen megfigyelése
- **Arcszín** – vörös, sápadt, sárga, kékeslilas, hamuszürke, fényes-matt
- **Nyelv** – a nyelvtest, -bevonat, -alak, mozgás
- **Test-váladékok** – orrváladék, köpet, vizelet, hüvelyi folyás

Megj.: Fontosságuk szerinti sorrend: nyelv, arcszín, váladékok, megjelenés

A nyelvdiagnózis

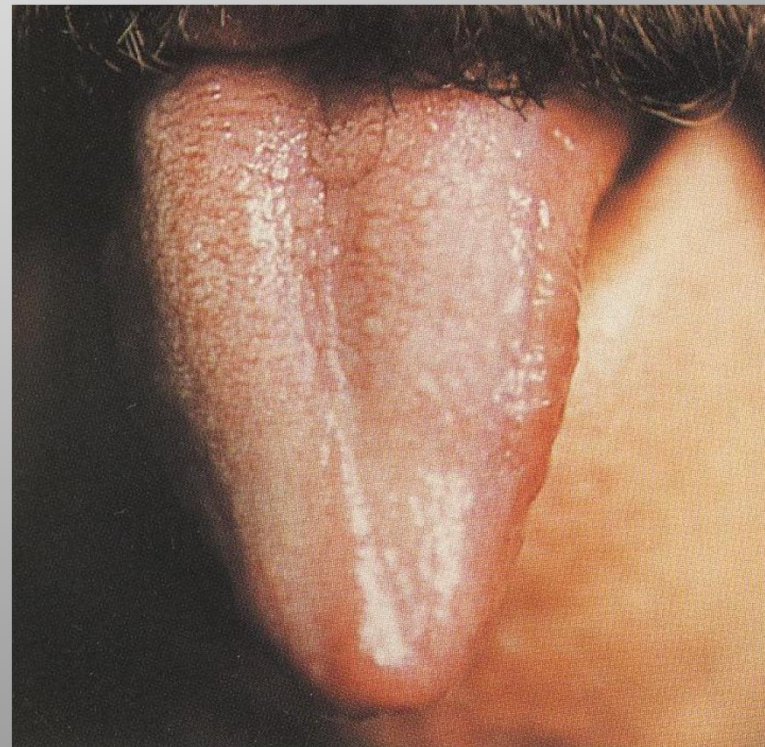
1. a nyelvtest

Színe: normálisan kissé nedves, hússzínű.

Lehet: sápadt, vörös, bíborvörös, sötétlila (vagy lila foltos), nagy (petyhüdt, fogbenyomatos), vörös (de petyhüdt), repedezett, merev (remegő), aszimmetrikus

Nyelvdiagnózis: példa

- A nyelv színe piros, különösen a szélein. Alakja hosszú, kissé vastagodott. Vékony, nedves bevonat van a Tüdő területen.
- DIAGNÓZIS: Ez a beteg magasvérnyomásban szenved 2 éve. Forróság van a Májában és Nedvesség a Tüdőben.

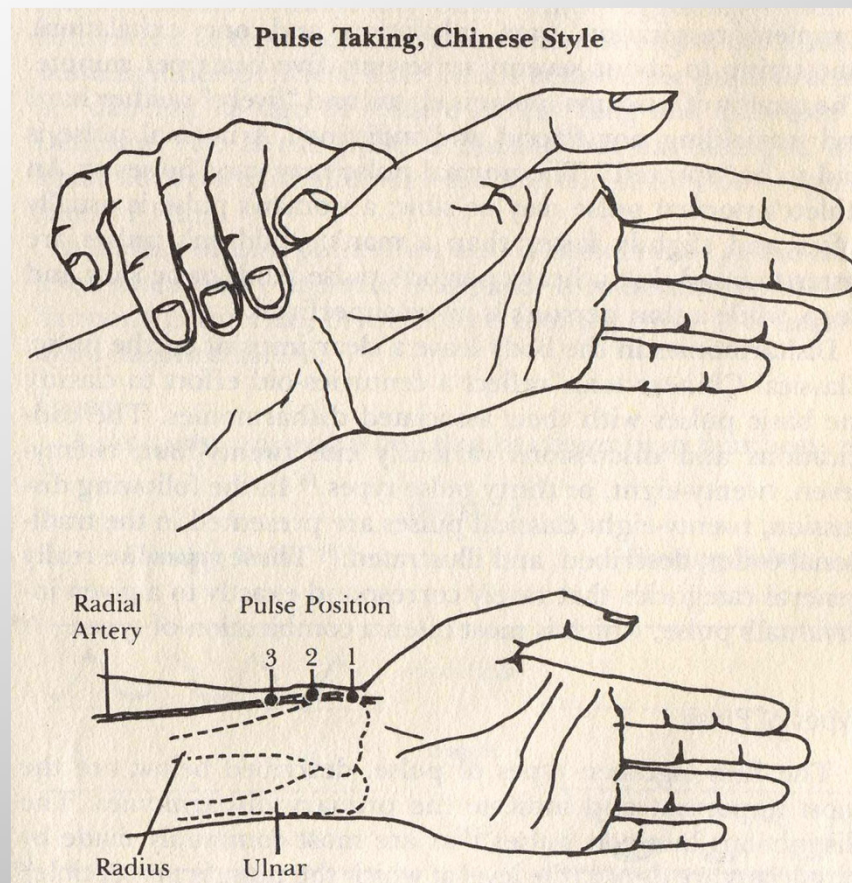


A pulzusdiagnózis

Általános jellemzők

A pulzus vizsgálata alapvető a HKO-ban. „Megyek, megmutatom a pulzusom az orvosomnak.” Ideális esetben erre negyedévenként került sor az un. *átmeneti évszak*ban.

A pulzushelyek tapintása



Az orvos középső ujját az orsócsont eminentia radialis-ára helyezi. A mutatóujj a csukló fölé, a gyűrűsujj az ellenkező, proximalis oldalra kerül.

A pulzushelyek jelentése



	Bal	Jobb
1.	Szív	Tüdő
	Vékony-	Vastagbél
2.	Máj	Lép
	Epehólyag	Gyomor
3.	Vese	Szívburok
	Húgyh.	HármasMel.

Pulzus-típusok jellemzői

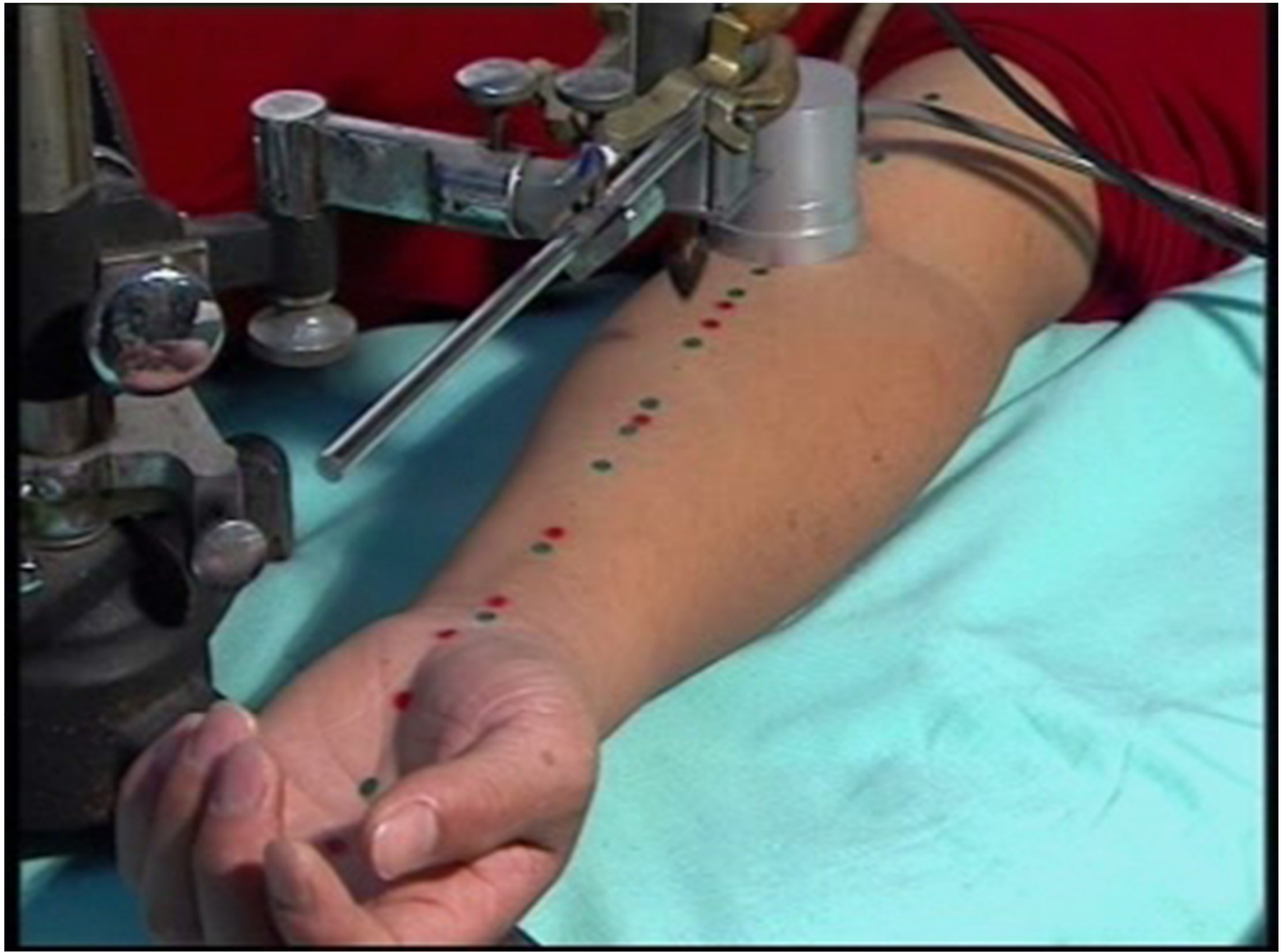
Az osztályozás szempontjai

1. Mélység
2. Sebesség
3. Szélesség
4. Erősség
5. Teljes alak és minőség
6. Ritmus
7. Hosszúság

Mi a meridián?

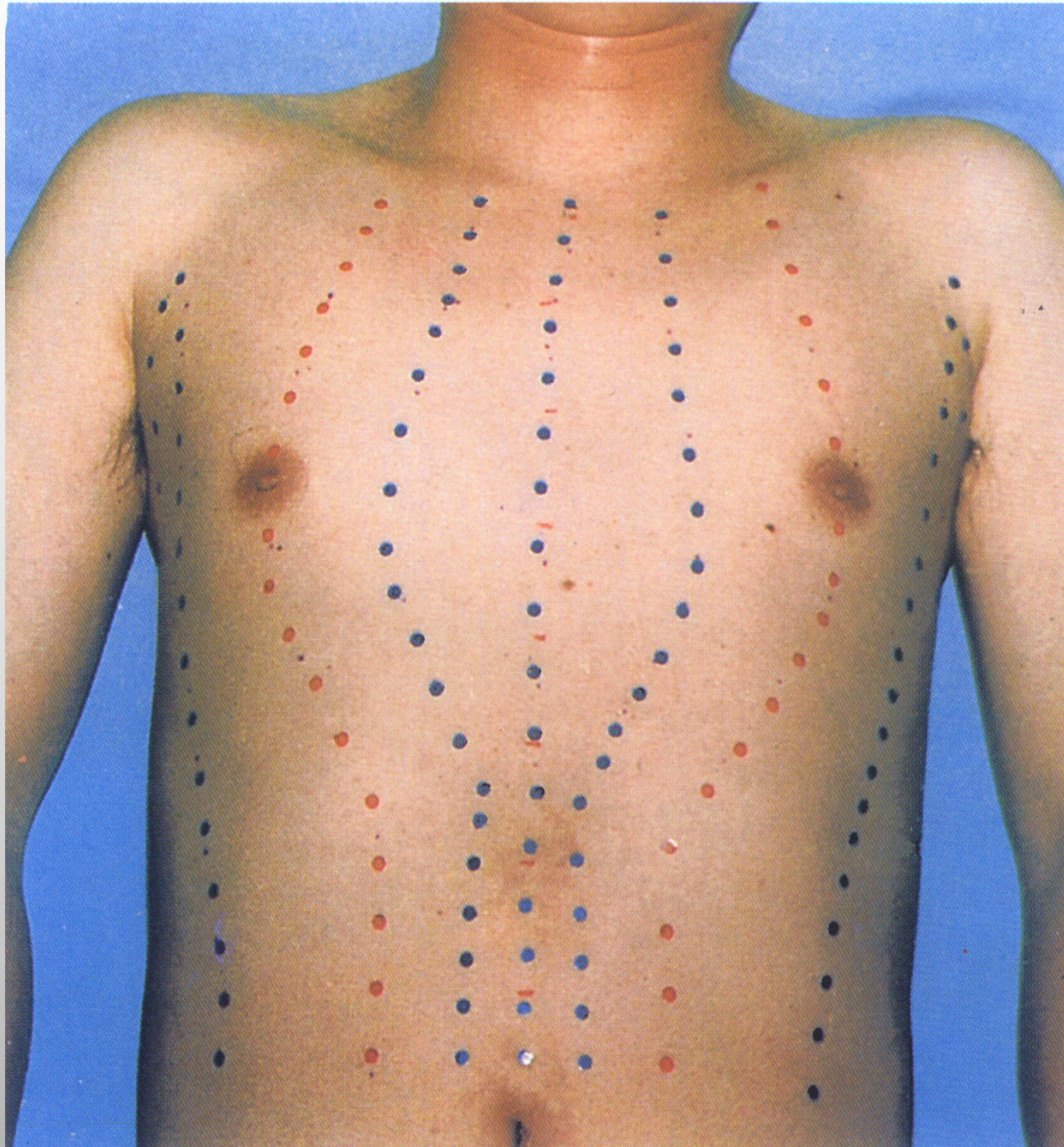
**A meridiánok az
életenergiát (csi)
vezető csatornák**

**Hogy lehet
bizonyítani a
meridiánok létét?**





A mellkas „kísérleti” meridiánjainak lefutása



铜人

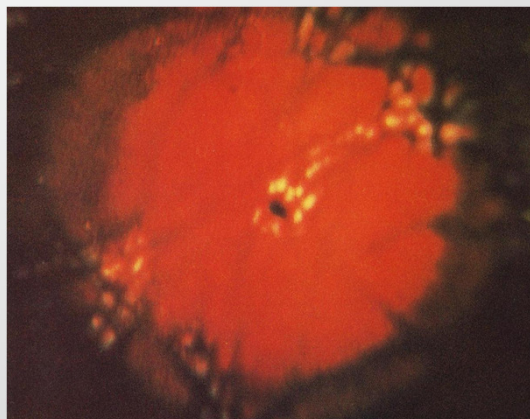


**A fő probléma:
a „nyugati” orvoslás
semmit sem tud a
meridiánokról és a
bennük áramló
energiáról**

经脉线形态学特征模式图



A pont Kirlián-képe



Az un. Kirlián-fényképezés rádiófrekvenciás nagyfeszültségű áramforrással történő fényképezés. Az így létrehozott elektromágneses térben láthatóvá tehetőek, sőt –kontakt módon- fényképen megjeleníthetőek az akupunktúrák pontok egy korona kisugárzás kíséretében.

A pontválasztás elvei

1. Pont(ok) a megbetegedett funkciókör meridiánján
2. Külső – Belső pontok kombinációja
3. Elülső – Hátsó pontok kombinációja
4. Távoli és helyi pontok kombinációja
5. Bal – Jobb oldali pontok kombinációja