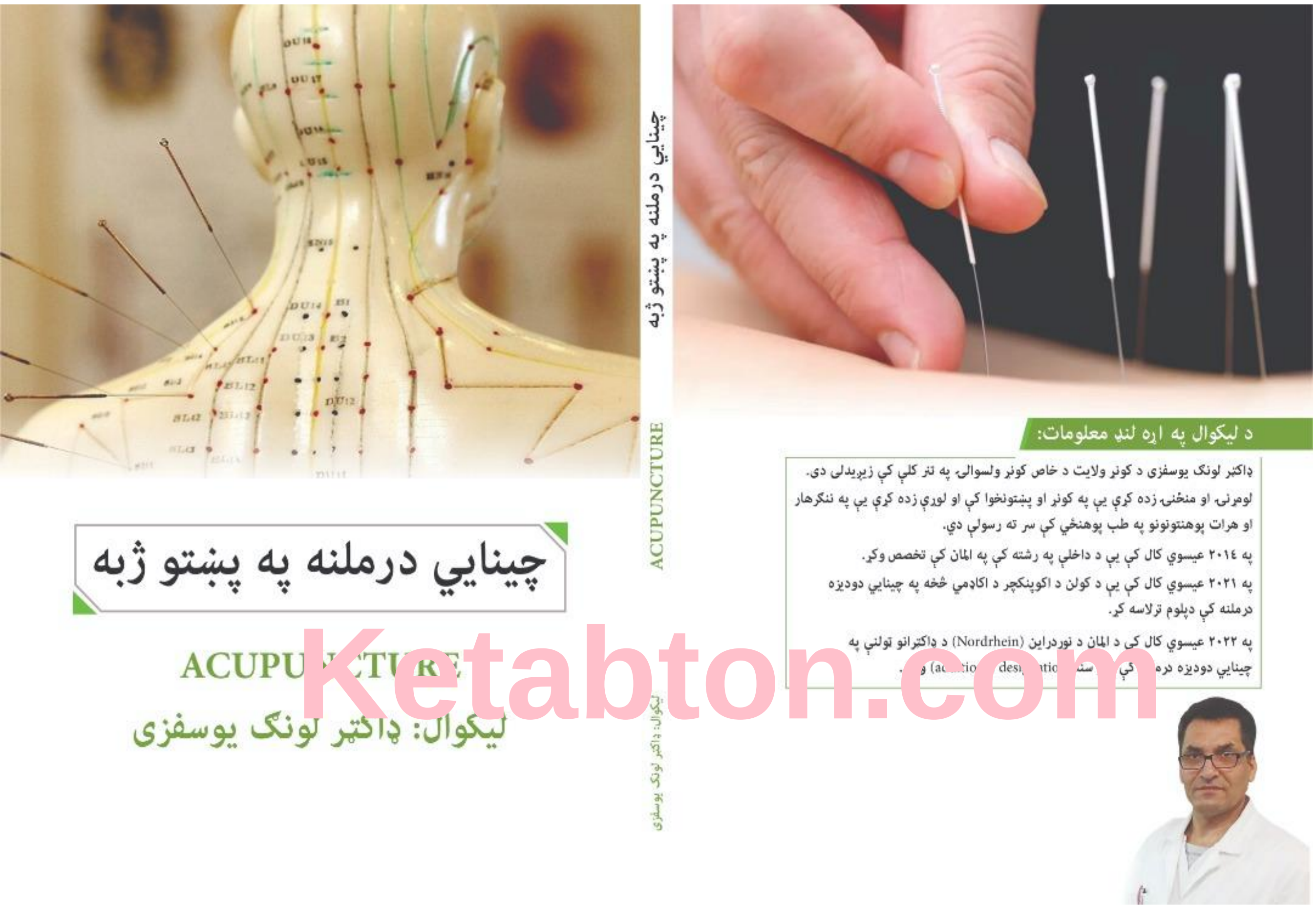
بسم الله الرحمن الرحيم




Ketabton.com

(c) ketabton.com: The Digital Library

# سرليکونه


د اکوپنکچر په اړه لنډ مالومات ........................................ ۶
د يانګ او ين په اړه مالومات ........................................ ۶
شي يا کي ( Qi) د بدن انرژي ........................................ ۶
د بدن د غړو نومونه ........................................ ۸
د بدن د غړو د درملني نقطې يا ټکي ( ځايونه) ........................................ ۸
کانالونه يا ويالې يا دوران، جريان (Meridians) ........................................ ۹
د ستنو د منډلو نقطې ........................................ ۱۰
د بدلون مرحلې ........................................ ۱۰
د بد ن د غړو د ناروغۍ وخت ........................................ ۱۳
د ويالو يا جريانونو يا کانالونو(Meridians) پيل او پای ........................................ ۱۳
په بدن کې ځانګړې نقطې چې د بدن غړو ته انرژي ورکوي ........................................ ۱۴
د ناروغيو تاريخچه، معاينه او تشخيص ........................................ ۱۴
د ژبې معاينه (Tonge examination) ........................................ ۱۵
د زړه د ټکان معاينه (Pulse examination) ........................................ ۱۶
هغه فکتورونه چې ناروغي رامنځ ته کوي ........................................ ۱۶
کن (Cun) ........................................ ۱۶
د سږو وياله يا کانال ........................................ ۱۶
د غټو کولمو ويالە يا کانال ........................................ ۲۰
د ميدې ويالە يا کانال ........................................ ۲۸
د توري ويالە يا کانال ........................................ ۴۴
د زړه ويالە يا کانال ........................................ ۵۳
د وړو کولمو ويالە يا کانال ........................................ ۵۶
د متيازو کڅوړې ويالە يا کانال ........................................ ۶۴
د بښتورګو ويالە يا کانال ........................................ ۸۷
د زړه پردې ويالە يا کانال ........................................ ۹۵
د بدن ګرم غړو ويالە يا کانال ........................................ ۹۹
د تريخې يا صفراکڅوړې ويالە يا کانال ........................................ ۱۰۸
د اينې يا ځګر ويالە يا کانال ........................................ ۱۲۵
غيرې معمولې يا غيرې عادې ويالې يا کانالونه (Meridians) ........................................ ۱۳۱
دومای (Du Mai) يا چپ رګ يا ويالە ........................................ ۱۳۱
رين مای (Ren Mai) د حمل رګ يا ويالە ........................................ ۱۴۱
په بدن کې اضافي نقطې ........................................ ۱۵۰
د سر او غاړې اضافي نقطې ........................................ ۱۵۰
د سينې او خېټې اضافي نقطې ........................................ ۱۵۶
د ملا اضافي نقطې ........................................ ۱۵۶
د لاس، مټ اضافي نقطې ........................................ ۱۵۹
د پښې، پتون اضافي نقطې ........................................ ۱۶۴
د توافق نقطې (Approval points) په لنډ ډول ........................................ ۱۷۰
د خطر يا (Alarm points) نقطې په لنډ ډول ........................................ ۱۷۱
انتيک نقطې (Antique points) ........................................ ۱۷۲
د پيل (Source points) يا يووان (Yuan points) نقطې ........................................ ۱۷۳

(c) ketabton.com: The Digital Library


تېرېدونکي (Passage points) يا لوو(Luo points) نقطي................................ ۱۷۳
گروپي تېرېدونکي نقطي (Groups luo point)................................................ ۱۷۴
اغېزناکه نقطي (Master points).................................................................. ۱۷۵
د بدن د ښکتنی برخي اغېزناکي نقطي............................................................ ۱۷۵
ساحوي اغېز کوونکي نقطي (Region releted points)..................................... ۱۷۶
بېلوونکي يا ځي نقطي (Xi-points)............................................................... ۱۷۶
د ناروغيو درملنه.......................................................................................... ۱۷۷
د باد (wind) درملنه...................................................................................... ۱۷۷
د يخنی (Cold) درملنه.................................................................................. ۱۷۷
د گرمی (Heat) درملنه.................................................................................. ۱۷۷
د لوندوالي (Humidity) درملنه...................................................................... ۱۷۷
د وچوالي (Dryness) درملنه........................................................................... ۱۷۷
د درد دمنځه وړنکي نقطي (Analgesic points).............................................. ۱۷۷
سرويکل سنډروم (Cervical syndrome)........................................................ ۱۷۷
توراسيک سنډورم (Thoracic syndrome)..................................................... ۱۷۷
لومبار سنډروم (Lumbar syndrome)............................................................ ۱۷۷
د اوږو دردونه (Shoulder pain).................................................................... ۱۷۷
د څنگلي ناروغی (Epicodylopathy)............................................................. ۱۷۸
د لاس دبند ناروغی (Wrist joint arthritis)................................................. ۱۷۸
د حوصيلي د هډوکو ناروغی (Coxalgia)....................................................... ۱۷۸
دزنگون ناروغی (Gonalgia)........................................................................ ۱۷۸
د اکيليس ليگامټ ناروغي (Achilles tendonitis)........................................... ۱۷۸
ميتاتارسلگيا (Metatarsalgia)..................................................................... ۱۷۸
سردردي (Headache)................................................................................... ۱۷۹
تريگيمينال نيورلگيا (Trigeminal neuralgia).............................................. ۱۷۹
د جامي د بندونو ناروغی (Temporomandibular joint disorder)................... ۱۷۹
ريزش يا ذوکام (Grippal infect).................................................................. ۱۷۹
حساسيت (Allergic conjunctivitis او Allergic rhinitis)............................. ۱۷۹
استما (Bronchial asthma) او COPD........................................................ ۱۸۰
سينوسايټس (Sinusitis).............................................................................. ۱۸۰
دردناکه مياشتنی ناروغي (Dysmenorrhea)................................................. ۱۸۰
د Hyperemesis gravidarum ناروغی.......................................................... ۱۸۰
د کوچني د زيږېدني په وخت کي دردونه...................................................... ۱۸۰
د Lactation disorder ناروغی.................................................................... ۱۸۰
د Placental abruption ناروغي.................................................................. ۱۸۱
زور خفگان يا خواشيني (Depression)........................................................ ۱۸۱
د سوزک (Cystitis) ناروغی.......................................................................... ۱۸۱
ينکونتينينس (Incontinence)...................................................................... ۱۸۱
د پروستات ناروغی (Prostatitis).................................................................. ۱۸۱
دسترگي گلوکوما (Glaucoma).................................................................... ۱۸۱
د ليد يا ديد کمزوري (Poor eyesight)......................................................... ۱۸۱
سرگرځېدنه يا سر چرخي (Dizziness)......................................................... ۱۸۲

(c) ketabton.com: The Digital Library


په غوږونو کې اوازونه (Tinnitus)........................................................................ ۱۸۲
د معدې ناروغۍ (Gastritis)........................................................................ ۱۸۲
زړه بدوالی (Nausea)........................................................................ ۱۸۲
اسهال (Diarrhea)........................................................................ ۱۸۲
قبضیت (Constipation)........................................................................ ۱۸۲
د کولمو تخریشي ناروغۍ (Irritable colon)........................................................................ ۱۸۲
د کولمو مضمیني التهابي ناروغۍ (Morbus crohn او Colitis ulcerosa )........... ۱۸۲
د زړه ټکان احساسول (Palpitation)........................................................................ ۱۸۳
لوړ فشار (Hypertension)........................................................................ ۱۸۳
ټیټ فشار (Hypotension)........................................................................ ۱۸۳
د بندښ د وجې د وینې په بهیر کې ستونزه (Circulatory disorder)........................ ۱۸۳
بې خوبي (Sleep disturbance)........................................................................ ۱۸۳
ځوانکي (Acne)........................................................................ ۱۸۳
یګزیما (Eczema)........................................................................ ۱۸۳
هرپیس ځوستر (Herpes zoster)........................................................................ ۱۸۳
د پوستکي ناروغۍ (Neurodermatitis)........................................................................ ۱۸۳
د چاقوالي (Obesity) ناروغۍ........................................................................ ۱۸۴
سګرټي (Nicotine dependence)........................................................................ ۱۸۴
شرابي (Alcohol addiction)........................................................................ ۱۸۴
د نارینه جنسي کمزوري (Erectile dysfunction)........................................................................ ۱۸۴
د وینې کموالی (Anemia)........................................................................ ۱۸۴
بواسیر (Hemorrhoids)........................................................................ ۱۸۴
زېړی (Hepatitis)........................................................................ ۱۸۴
د تریخي ناروغۍ........................................................................ ۱۸۴
تبه (Fever)........................................................................ ۱۸۴
د پوزې وینې کېدل (Nosebleed)........................................................................ ۱۸۴
د لېنګو دردونه (Leg cramp)........................................................................ ۱۸۴
خارښت (Itching)........................................................................ ۱۸۵
اټکي (Hiccup)........................................................................ ۱۸۵
غاښونو دردونه (a toothache)........................................................................ ۱۸۵
د کتاب سرچیني یا اخذونه........................................................................ ۱۸۶

(c) ketabton.com: The Digital Library

# یادونه

ما به تل فکر کاوه، چې یو کتاب باید بشپړ وي، او هیڅ نیمګړتیاوې باید ونلري، خو کله چې څوک علمي مطالعه کوي، نو یو کتاب هم بشپړ نه وي. د ځان د ښه پوهوولو د پاره باید د ډېرو سرچینو یو څه راټول کړې. ما هم د دې کتاب په لیکلو کې د ډېرو سرچینو ګټه پورته کړې ده، چې وروسته به یې د سرچینو یا اخځونو یادونه وکړم.
ما چې کله وروسته د تخصص څخه خپل ځانګړی کتنځی (کلینیک) پرانیست ، نو هر یو ناروغ به پوښتنه کوله:« چینایي درملنه کولای شئ؟» نو ځکه مې د چینایي درملنې اکاډمې کې ځان داخیل کړ، او له دوه کاله وروسته مې په چینایي درملنه کې دیپلوم او عالي سند تر لاسه کړ. بیا مې په خپل کتنځي کې چینایي درملنه پیل کړه، چې ښې پایلې یې درلودې.
دانسانیت چوپړ په ټوله نړۍ کې لومړیتوب لري، زه دلته هم د یو ډاکټر په توګه په جرمني کې هم د انسانیت په چوپړ کې یم، او دا ماته خوښي رابخښي. د جرمني هېواد او جرمنیانو ما او زما په څېر ډېرو کډوالو ته د خپلو خلکو په څېر حقوق ورکړې دي، هیڅ ډول توپیري چلند یې له مونږ سره کړي نه دی. او زه یې د ډېرو مرستو چې زما سره یې کړي دي، منندوی یم.
خو زه تل د ځان سره د ګرانو هېوادوالو او ګران هېواد په وړاندې د ملامتیا احساس کووم، همدغه احساس ماته دا فکر راکړ، چې زه د درملنې په برخه کې په خپله مورنۍ ژبه پښتو کې یو څه ولیکم، او خپلو هېوادوالو ته یې ډالۍ کړم، کېدای شي چې زمونږ هېوادوال ترې یو څه ګټه پورته کړي.
د دې کتاب په لیکلو کې خپلوانو او دوستانو ډېر هڅولا ی یم، خو سپین غر بیدار ستوري چې په کمپیټر ساینس کې یې ماستري کړې ده، او پوهیال ستوري چې په کمپیوټر ساینس کې یې لیسانس کړی دی، او د ګوګل د پښتو څانګې مشر دی، د دې کتاب د لیکلو د هڅوونې تر څنګ د کتاب ټولې کمپیټرې چارې او ډیزاین کې ډېر زیار ویستلای دی. له دواړو زړه ته رانیږدې ورېرونو د زړه له تله مننه کوم.

که څوک د دې درملنې په پار نورې پوښتنې لري، نو کولای شي چا زما سره په لاندې بریښنالیک اړیکه وکړي.
lawangyousafzai@gmail.com

(c) ketabton.com: The Digital Library

## اکوپنکچر (Acupuncture)

د اکوپنکچر اصطلاح (ویی) د دوه برخوڅخه جوړه شوې ده، اکو ستنې ته وایي، او پنکچر منډلو یا ننیستلو ته وایي. دا یوه چینایي دودیزه (رواجي) درملنه ده.
چینایان وایي: په بدن کې د انرژۍ ویالي یا کانالونه (Meridians) موجود دي، چې په دې کې د بدن انرژي چې د کي یا شي (Qi یا She) په نامه یادیږي بهیږي، کومه چې د بدن په دندو اغېز لري. کله چې په دې بهېدنه کې ستونزه پیدا شي، ناروغي رامنځ ته کیږي، چې درملنه یې د ستنو په ذریه کیږي .
په دوهمه پېړۍ کې په چین کې د ناروغیو درملنه د ستنو په مرسته پیل شوه. د چین تاریخپوه سیما کیان (Sima Qian) دوه پېړۍ مخکې د میلاد څخه په خپله رسامۍ کې د تیرو د ستنو یادونه وکړه.
وروسته دهغې یو بل چینایي عالم د امپراتور په نامه کتاب کې د ډول ډول د اوسپنې د ستنو یادونه وکړه، او په بدن کې د ستنو د منډلو د پاره یې ۳۴۹ ځایونه په نښه کړل، په ځینې کتابونو کې۳۶۱ نقطو یا ځایونو یادونه شوې ده. په دې طبابت کې له دوه اصطلاحاتو ډېره ګټه پورته کیږې، چې یو د یانګ (Yang) او بل د ین (Yin) په نامه یادیږي.
**د اکوپنکچر د درملنې اغېز:**
دردونه کموي، تشنج کموي، د روحي ستونزو درملنه، عصبي درملنه، د بدن مقاومت لوړوي، او د پړسوب د ښه والي سبب ګرځي.
**د درملنې په مهال باید د ډېرې پاملرنې کار واخستل شي:**
په ځینو حالاتو کې د پاملرنې کار واخستل شي لکه چې ښځه حامیله یا بارداره وي، د خوریږۍ یا وینې کېدنې خطرموجود وي، یانې هغه ناروغان چې د وینې د نرۍ کېدو درمل خوري، لکه (Coumarin , NOVAX) او داسې نور، ناروغ ډېر کمزوری وي. په ځینو حالاتو کې باید دا درملنه ترسره نه شي لکه په مکروبي پوستکې کې او همدرنګه د پوستکې په هغه برخه کې چې د Herpes zoster په ناروغۍ اخته وي.
**د درملنې جانبي عوارض:**
خونریزي یا وینه کېدنه، Pneumothorax، دسترګو توریدل (Collapse)، د پوستکې سوزېدنه، او Urticaria.
**یانګ (Yang):** چینایان وایي یانګ پیاوړی یا قوي وي، او مختلفې ماناوې لري، لکه بهرنۍ برخه، پورته، ختل، ګرمي، دنده، سرې، د سرو اصول، اور، لمر، تش.
**ین (Yin):** چینایان وایي ین کمزوری وی، او مختلفې ماناوې لري، لکه: کورنۍ یا داخلي برخه، ښکته، راښکته کېدل، یېښ، ماده، ښځه، د ښځو اصول، اوبه، ځمکه، سپوږمۍ، او ډک.

## شي یا کي ( Qi) د بدن انرژي

چینایان وایي : د ژوند ټولې چارې په کي یا شي چلیږي، دا د بدن انرژي ده، کله چې په دې انرژي کې ستونزه رامنځ ته کیږي، نو د ناروغۍ سبب کیږي.
چینایانو شي یا کي د وریجو د بخار سره پر تله کړې ده، دوی وایي شي د هغه وریجو بخار ته وایي چې پخې نه وي. شي د وینې، د بدن اوبه، د بدن جوهر، او روح څخه پیل یا منشا اخلي، او ریښې یې د بډوډو یا ښتورګو په یانګ اړخ کې دي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

**د شي دولونه :**

**۱- یووان شي (Yuan Qi) یا ابتدایي شي:** دې ته چینایان د ژوند بیټري یا مسالې وایي، او دا په دوه ډوله ده:

- میراثي شي: کومه چې د مور او پلار څخه اولادونو ته لیږدول کیږي.

- کسبي شي: هغه شي چې وروسته د زیږون څخه د کوچني په بدن کې پخپله تولیدیږي، چې د نیږدې شي په نامه هم یادیږي. چینیان وایي یووان شي ټول بدن ته د مختلفو کانالونو او ویالو په ذریه لیږدول کیږي، د ټولو غړو د فعالیدو سبب کیږي، او د بدن د ودې او پرمختګ سره مرسته کوي.

**۲- ګوو شي (Gu-Qi):**

ګوو شي ته د تغذیه شي هم وایي، کومه چې د معدې او تورې په ذریه د غذایي موادو څخه جوړیږي.

**۳- څونګ شي (Zong Qi):**

دې ته د تنفس شي یا راټولوني شي هم وایي، کومه چې د سږو په ذریه د هوا څخه راټولیږي یا جوړیږي.

**۴- ژین یا زین شي (Zhen Qi):**

دې ته د بدن دساتني شي وایي، کومه چې د څونګ شي څخه په لاس راځي، او په دوه ډوله ده، وای شي (Wei Qi)، او ینګ شي (Ying Qi).

**وای شي (Wei Qi):** وای شي د بدن په بهرنۍ برخه یانې د پوستکې او عضلاتو په منځ کې ځای لري، او دوه دندې لري.

۱- بدن د بهرني افتونو یانې له مکروبونو څخه ساتي. ۲- د بدن بهرنۍ برخه یانې پوستکی او عضلات ګرم یا تاوده ساتي.

**ینګ شي (Ying Qi):** ینګ شي د بدن په ویالو او رګونو کې بهیږی، بدن تغذیه کوي، او که ناروغ کم خوني یانې د وینې کموالی ولري، په وینه بدلیږي.

**د شي دندې یا وظیفې:**

۱ـ د بدن ټول مایعات، تشې میتیازې، او ډکې متیازې کنټرولوي.

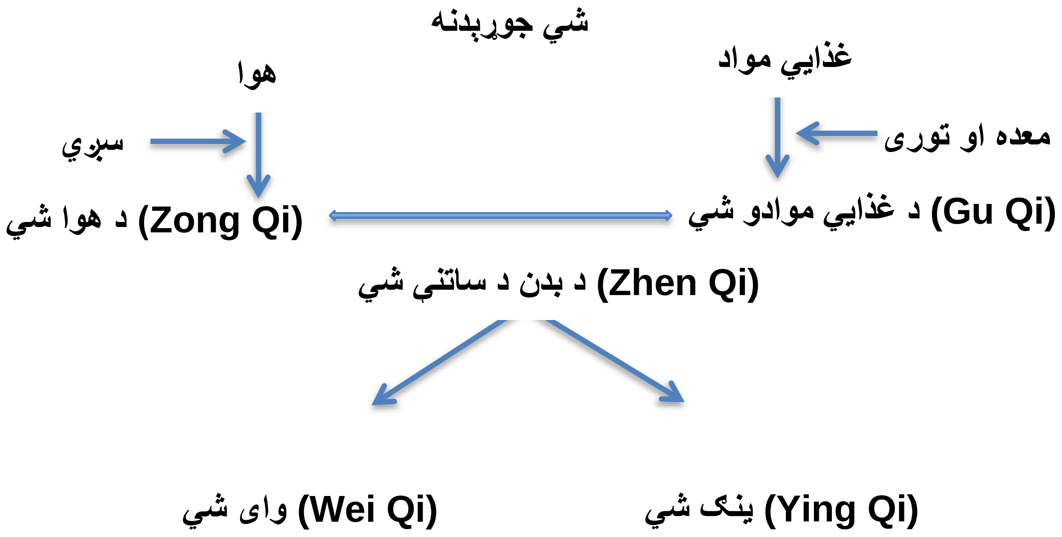
۲ـ شي په وینه بدلیدای شي.

۳ـ شي د بدن ساتنه کوي.

۴- بدن ګرموي د یخ څخه یې ساتي.

۵- ټول بدن تغذیه کوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library




**د بدن د غړو نومونه**

چینایانو د بدن د انرژی ویالي یا کانالونه د خپلو پخوانیو تجروبو په اساس نومولي دي، چې په هره ویاله کې چې د درملنې کومې نقطې موجودې دي، یو نوم ورکړی دی، چې یوه ځانګړې مانا لري. لویدیځوالو یا غربیانو د بدن ویالي د بدن د غړو د اناتومي په اساس نومولي دي، د درملنې نقطې د بدن د غړو په لومړی توري او یوې شمېرې سره نومولې دي. په دې کتاب کې د لویدیځوالو د نومونې ګټه پورته شوې ده.
د دې په ځای چې د چینایي طبابت زده کړه اسانه کړو، د بدن د غړو لومړی تکي چې یوه برخه ولري، او چې دوه برخې ولري، د دواړو لومړي تکو څخه تل ګټه پورته کوو، د یو خوا په لنډ ډول وي، او لړ ځای نیسي، او د بل خوا یې زده کړه اسانه وي.

| | | |
|---|---|---|
| سږي = س | زړه = ز | زړه پرده = زپ |
| غټې کولمې = غ ک | وړې کولمې = وک | ګرم غړي = ک غ |
| میده یا معده = م | متیازو کڅوړه = م ک | تریخی = ت ر |
| توری = ت | بېنتورګي یا بډوډي= ب | ځیګر= ځ |

**د بدن د غړو د درملنې نقطې یا ټکي ( ځایونه)**

کله چې یو ناروغ شکایتونه (اعراض) او نښې (علایم) ولري، نو د بدن په کومو نقطو کې ستنې منډل کېږي؟ هر غړی د درملنې په پار ډول ډول نقطې یا ځایونه لري.
سږي ۱۱ د ستنو د منډلو ټکي (ځایونه) یا نقطې لري، غټې کولمې۲۰ټکي یا ځایونه، میده ۴۵ځایونه، توری۲۱ ځایونه، زړه ۹ ځایونه، وړې کولمې ۱۹ ځایونه، د میتازو کڅوړه ۶۷ ځایونه لري، بډودي یا

(c) ketabton.com: The Digital Library

بنتورگي۲۷ ځایونه لري، د زړه پرده ۹ ځایونه لري، د بدن گرم غړي۲۳ ځایونه لري، تریخی۴۴ ځایونه لري، اینه یا ځیگر۱۴ ځایونه لري. همداسي په بدن کي نور ځایونه یا اضافي ټکي هم شته چي وروسته به یې یادونه وشي.

| | | |
|---|---|---|
| زپ = ۹ ټکي | ز = ۹ ټکي | س = ۱۱ ټکي |
| ک غ = ۲۳ټکي | و ک = ۱۹ ټکي | غ ک = ۲۰ ټکي |
| ت ر = ۴۴ټکي | م ک = ۶۷ ټکي | م = ۴۵ ټکي |
| ځ = ۱۴ټکي | ب = ۲۷ ټکي | ت = ۲۱ ټکي |

**کانالونه یا ویالي (Meridians)**

چنیایان وایي: په بدن کي ډول ډول کانالونه یا ویالي موجود دي، چي پدې کانالونو کي د بدن د ژوند انرژي یا پیاوړتیا چي چنیایان ورته کي یا شي (Qi )وایي، بهیږي، او پدې باندې انسان ژوند کوي. کله چي د بدن په هره برخه کي د انرژۍ (شي) په بهېدنه کي ستونزه پیدا شي، بیا د بدن د هماغي برخي ناروغۍ رامنځ ته کیږي، دا ویالي یا کانالونه په لاندې ډول دي.

**منظم کانالونه :** منظم کانالونه ټول ۱۲ دي، څلور د بدن په مخکنۍ یا قدامي برخه، څلورد بدن په شاتنۍ یا خلفي برخه او څلور په بهرنۍ یا وخشي برخه کي ځای لري.

۱- د بدن د قدامي (مخکنۍ) برخي کانالونه یا ویالي

۲- د بدن د خلفي (وروستنۍ) برخي کانالونه یا ویالي

۳- د بدن د وحشي (بهرنۍ) برخي کانالونه یا ویالي

| بهرنۍ ویالي ( Lateral (Meridians | وروستنۍ ویالي (Dorsal Meridians) | مخکنۍ ویالي( Ventral (Meridians |
|---|---|---|
| زپ ۹ | ز ۹ | س ۱۱ |
| ک غ ۲۳ | وک ۱۹ | غ ک ۲۰ |
| ت ر ۴۴ | م ک ۶۷ | م ۴۵ |
| ځ۱۴ | ب ۲۷ | ت ۲۱ |

**غیرې منظم کانالونه:** دا ۸ کانالونه دي، او په لاندې ډول دي:

۱- دومای (Du Mai): کنټرولونکی رگ یا ویاله، مانا چي ټولي منظمي ویالي کنټرولوي.

۲- رین مای (Ren Mai): طرحه جوړونکی رگ یا ویاله.

۳- چونگ مای (Chong Mai): داخیلېدونکی رگ یا ویاله.

۴- دای مای (Dai Mai): د کمربند رگ یا ویاله، د بدن څخه د کمربند په څېر چاپېره شوې ده.

(c) ketabton.com: The Digital Library

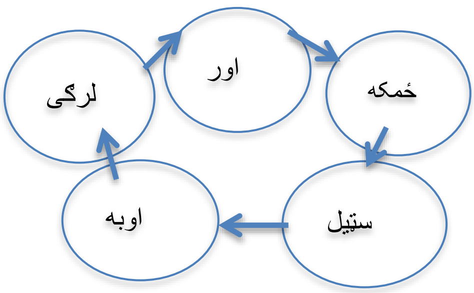
۵ - ین کیومای (Yin Qiao Mai): د پوندي ین رګ یا ویاله.
۶- یانګ کیو مای (Yang Qiao Mai): د پوندي یانګ رګ یا ویاله.
۷- ین وای مای (Yin Wei Mai): د ین د اتصال یا یو ځای کېدو رګ یا ویاله.
۸- یانګ وای مای (Yan Wei Mai): د یانګ د اتصال یا یو ځای کېدو رګ یا ویاله.
په دې کانالونو یا ویالو کې دومای او رین مای ډېر مهم دي، چې وروسته به یې په پوره توګه یادونه وشي.
**اضافي کانالونه :** همدارنګه په بدن کې نورې اضافي ویالې هم شته، چې په لاندې ډول دي.
۱- د سر او غاړې اضافي ویاله یا کانال.
۲- د سینې او خېټې اضافي ویاله یا کانال.
۳- د ملا اضافي ویاله یا کانال.
۴- د مټ او لاس اضافي ویاله یا کانال.
۵- د پتون او پښې اضافي ویاله یا کانال

**د ستنو د منډلو نقطې**

۱- کلاسیک یا د باور وړنقطې: کومې چې د ۱۲ ویالو په اوږدوالي کې ځای لري.
۲- اضافي نقطې: کومې چې د بدن د اضافي ویالو په اوږدوالي کې ځای لري.
۳- اشي (Ashi) نقطې: کومې چې د بدن په دردناکه برخو کې ځای لري، چې دې نقطو ته جرمنیان داووس (Dawos) نقطې وایي، چې مانا یې (Da wo schmerzen) هغه نقطې چېرته چې درد وي، یاني چې دغه نقطو ته زور ورکړې، ناروغ د درد احساس کوي.

**د بدلون مرحلې**

چینایان د ستنو د درملنې په پار د دریمې عیسوي پېړۍ د یوې طرحې څخه کار اخلي، چې په اوسني وخت کې په هغې پوهېدل هم ستونزمن دي.
په دغه طرحه کې په کال کې د طبعت یا چاپیریال بدلونونه، چې د انسان د ژوند او روغتیا سره اړیکه لري، او په پنځو عنصرو یې ویشلي دي. دوی وایي چې دا پنځه بدلونونه په انسان کې شته دي، چې د ناروغۍ او عمر سره بدلون کوي. دا پنځه عنصره لکه لرګی، اور، خاوره، ستیل یا اوسپنه، اوبه دي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

چینایان وایي: دغه عناصر یو بل سره مرسته کوي، او د یو دوران په څېردي، او همدارنګه یو بل کنټرولوي.

**د مرستې دوران:**

دا عنصرونه یوبل سره مرسته کوي: د دوی یو بل سره مرسته د مور او زوی د قانون په څېر ده، مانا دا چې مور د زوی سره مرسته کوي.

۱- لرګي د اور لومړی توکي دي، یانې بې له لرګیو اور نه بلېږي.

۲- د اور په پایله کې ایره یا خاوره تولېدېږي.

۳- د خاورې څخه ستیل یا اوسپنه جوړېږي.

۴- اوسپنه اوبه تراکم یا جمع کوي.

۵- اوبه د ونې چې لرګي ترې جوړېږي، د ودې د پاره اړین عنصر دی.

**د کنټرول دوران:**

۱- اوبه اور کنټرولوي، یانې د اوبو په ذریه اور وژل کېږي.

۲- لرګي (نباتات) ځمکه یا خاوره کنټرلوي، د تودوخې درجه لوړېږي، او ځمکه وچېږي.

۳- اور ستیل یا اوسپنه کنټرولوي، یانې اوسپنه ویلې کوي، او شکل ورکوي.

۴- ځمکه اوبه کنټرولوي، لکه د دریاب غاړه.

۵- ستیل یا اوسپنه لرګي کنټرولوي، یانې لرګي غوڅوي.

**د غلبې یا بریالیتوب دوران:**

لرګي په اوسپنه (تبرګي) باندې بریالي کېږي، یانې ځینې سخت لرګي تبرګي نه شي چولای، تبرګي پڅوي. کله اور په اوبو بریا مومي، یانې اوبه جوشوي، او بهار کېږي. کله ځمکه په نباتاتو بریا مومي او وچېږي، د خرابې ځمکې له وجې نباتات وچېږي. کله اوسپنه به اور بریا مومي، یانې د اوسپنې د الې په ذریه اور مړ کېږي.

**د لرګي د بدلون مرحله (یانګ مرحله):**

صفت : انرژي او قوت دی، یانې لرګي د انرژۍ او پیاوړتیا برابرونکي دي. یانې په دې مرحله کې انسان انرژي لرونکي وي.

پتالوژي: په قهرېدل، نه راضیتوب، سردردي Migräne، عضلي دردونه، د تخیض څخه مخکې شکایتونه او داسې نور.

**د اورد بدلون مرحله (یانګ مرحله):**

صفت: خوښي، دوستان زر پیدا کول. یانې په دې مرحله کې انسان خوښ وي، او ژر دوستان پیدا کوي.

پتالوژي: زر قهرېدونکی، ژبه ترټرې کېدل، د زړه ناروغی او شکایتونه، بې خوبي، او ازموینې څخه وېره لرل.

**دځکمې یا خاورې د بدلون مرحله (خنثا مرحله):**

دا د مساوات مرحله ده، همدارنګه د پخېدو مرحله ده، لکه د مېوې د زړې په منځ کې ځای لري، یانې منځنی مرحله ده.

(c) ketabton.com: The Digital Library

صفت: ښه ژوند، ښه خوراک او پوښاک.
پتالوژي: ډېر اندېښني کوونکي خلک، هغه خلک چې ځان ناروغ ګڼي (Hypochondria) او داسې نور.

**دستیل یا اوسپني د بدلون مرحله ( ین مرحله ):**

صفت: ارام ، حساس یاني دا خلک ارام او حساس وي.
پتالوژي: ارام لکه ژور خفګان (Depression) ناروغي، او حساس لکه د پوستکي ناروغۍ (Neurodermatitis)، سالندي (Asthma bronchial).

**د اوبو د بدلون مرحله ( ین مرحله ):**

د اوبو مرحله د جوړېدني او ارامه مرحله ده، نمو او وده د دې مرحلې څخه منشا اخلي.
صفت : دیقت، حساس، منظم، داسې خلک په ژوند کې ډېر دقیق او حساس وي.
پتالوژي: وېره ، روحی ناروغۍ او داسې نور.

| | د بدلون مرحلې په لنډ ډول | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| بدلون | لرګی | اور | خاوره یا ځمکه | ستیل یا اوسپنه | اوبه |
| وده | نطفه | نمو | تبدیلېدل | پخوالی | زېرمه |
| موسمونه | پسرلی | اوړی | د اوړي پای | خزان یا منی | ژمی |
| اقلیم | باد | ګرمي | نمجن | وچوالی | یخني |
| خوند | تریو | بد | خوږ | تریخ | مالګین |
| ذخیره کوونکې غړي | ځیګر | زړه | توری | سږي | بډوډي |
| لېږدوونکې غړي | صفرا کڅوړه | وړې کولمې | معده | غټې کولمې | د متیازو کڅوړه |
| حسي غړي | سترګې | ژبه | خوله | پوزه | غوږونه |
| انساج | لیګامیتونه نوکان | دویني رګونه | عضلات شحمیات کونیکتیو انساج | پوستکي د بدن ویښتان | هډوکي غابنونه سر ویښتان |
| احساسات | قهر | خوښي | اندېښني | خواشیني | وېره |
| رنګونه | شین | سور | زېړ | سپین | توراو ابي |
| اړخ یا طرف | ختیځ | جنوب | منځ برخه | لوېدیځ | شمال |
| اواز | چغې | خندا | سندرې | ژړا | زګېروي |

(c) ketabton.com: The Digital Library

**د بدن د غړو د ناروغۍ وخت**

چینایان په دې باور دي، چې د بدن غړي په ځانګړو وختونو کې په ناروغۍ اخته کېږي. لکه د سږو په کانال کې د سهارد ۳- ۵ بجو کې ستونزه یا ناروغي رامنځ ته کېږي. د غټو کولمو په ویاله کې د سهارد ۵-۷ بجو په وخت کې ستونزه یا ناروغي رامنځ ته کېږي. د میدې په ویاله کې د سهارد ۷-۹ بجو په وخت کې ستونزه رامنځ ته کېږي. د توري په ویاله کې د ۹-۱۱بجو په وخت کې ستونزه یا ناروغي رامنځ ته کېږي. دزړه په ویاله کې د غرمې د ۱۱-۱۳بجو په وخت کې ستونزه یا ناروغي رامنځ ته کېږي. د وړو کولمو په ویاله کې د ماسپښین د ۱۵-۱۷ بجو په وخت کې ستونزه یا ناروغي رامنځ ته کېږي. د بډوډو په ویاله کې د ۱۷-۱۹ بجو په وخت کې ستونزه یا ناروغي رامنځ ته کېږي. د زړه د پردې په ویاله کې د ۱۹-۲۱ بجو په وخت کې ستونزه یا ناروغي رامنځ ته کېږي. د ګرم غړو په ویاله کې د۲۱-۲۳ بجو په وخت کې ستونزه یا ناروغي رامنځ ته کېږي. د تریخي په ویاله کې د ۲۳-۱ بجو په وخت کې ستونزه یا ناروغي رامنځ ته کېږي. او د اینې یا ځګر په ویاله کې د ۱-۳ بجو په وخت کې ستونزه یا ناروغي رامنځ ته کېږي.

| | | |
|---|---|---|
| زړه پرده ۱۹-۲۱بجې | زړه ۱۱-۱۳بجې | سږي ۳-۵ بجې |
| ګرم غړي ۲۱-۲۳ بجې | وړې کولمې ۱۳-۱۵بجې | غټې کولمې ۵-۷ بجې |
| تریخی ۲۳-۱ بجې | متیازړکڅوړه ۱۵-۱۷بجې | معده ۷-۹ بجې |
| ځګر ۱-۳ بجې | بډوډي ۱۷-۱۹ بجې | توری ۹-۱۱ بجې |

**د ویالو یا جریانونو یا کانالونو (Meridians) پیل او پای**

چینایان په دې باور لري، چې په ویالو یا کانالونو کې د انسان د بدن پیاوړتیا یا قوت(شي) دوران لری، کله چې ناروغي رامنځ ته کېږي، نو دا پیاوړتیا سم جریان کولای نه شي، نو کله چې په دغه نقطو کې ستنې ومنډل شي، نو د پیاوړتیا مخه ازادېږي، او په پایله کې پیاوړتیا (قوت) یا د انرژۍ بهیر نورمال کېږي، کله چې دا بهیر نورمال شو، نو ناروغي هم له منځه ځي.

هغه ویالې چې د سینې پیل او په لاسونو پای مومي، لکه: سږې، زړه، او د زړه پرده. ۲- هغه ویالې چې د لاسونو پیل او په سر پای مومي، لکه وړې کولمې، غټې کولمې او ګرم یا تاوده غړي. ۳- هغه ویالې چې د سر څخه پیل او په پښو پای مومي، لکه معده، د متیازو کڅوړه او تریخی. ۴- هغه ویالې چې د پښو پیل او په سینه پای مومي لکه توری، بډوډي، او اینه یا ځګر.

| | | | |
|---|---|---|---|
| زپ۹ | ز۹ | س۱۱ | د سینې څخه پیل او په لاسونه پای مومي |
| ګ غ۲۳ | وک۱۹ | غ ک۲۰ | د لاسونوڅخه پیل او په سر پای مومي |
| ت ر۴۵ | م ک ۶۷ | م ۴۵ | د سر څخه پیل او په پښو پای مومي |
| ځ۱۴ | ب۲۷ | ت۲۱ | د پښو پیل او په سینه پای مومي |

**د بدن زېرمه کوونکي یا ډک غړي (Zang):** لکه سږي، زړه، د زړه پرده، توری، بډوډي او ځګر.

(c) ketabton.com: The Digital Library

**د بدن لېږدونکي يا تش غړي (Fu):** لکه غټې کولمې، ورې کولمې، ګرم يا تاوده غړي، معده، د متيازو کڅوړه، تريخی.

**په بدن کې ځانګړې نقطې چې د بدن غړو ته انرژي ورکوي**

**۱- د توافق يا همغږۍ نقطه ( Approval Point):** دې نقطو ته چينايان شو نقطې (Shu ponits) هم وايي. هره وياله يا کانال يوه د همغږۍ يا توافق نقطه لري، توافق نقطې ټولې د تشو متيازو د کڅوړې د ويالې په اوږدو کې ځای لري. کله چې د يو اورګان د ناروغتيا په وخت د هماغه اورګان درملنه د ستنو په ذريه کوو، د دغه اورګان د نقطو سره يو ځای د همدغه اورګان د توافق نقطه کې هم ستنه ننباسو، د دې په ذريه د درملنې اغېز زياتېږي.

**۲- د خطريا راټولېدو نقطه (Alarm points):** دې نقطې ته چينايان د مو نقطه (Mu- points) راټوالېدنې نقطه هم وايي، دا نقطې د بدن به مخکنۍ برخه يانې سينه (Thorax) او خېټې (Abdomen) کې ځای لري، دا نقطې د بدن انرژي فعالوي، او په دې توګه درملنه نوره هم اغېزناکه کوي، په ين اورګان ډېر اغېز لري. که دې نقطې ته فشار ورکړې دردناکه وي، نو ځکه ورته الارم نوم ورکړل شوی دی.

**۳- تنبې نقطې (Toning points):** هره وياله يا هر کانال د تنبې يوه نقطه لری، چې د دې نقطې په ذريه د دغه ويالې مربوط اورګان يا غړی تنبې کېږي.

**۴- ارامولو نقطې (Sedation points):** هره وياله يوه د ارامولو نقطه لري، چې د هغې په ذريه، د دغه ويالې غړی ارامېږي.

**۵- بسټيزه يا اساسی نقطې** (**Cardinal points**): دې ته د انرژۍ د ازادېدو نقطه هم وايي، دا نقطې هغه انرژي چې په غېرې منظم کانالونو کې زېرمه شوي دي، هغه ازادوي يا راخلاصوي، او بدن ترې ګټه پورته کوي.

**۶- ابتدايي يا د پيل نقطې (Source points):** د يووان (You points) نقطې هم ورته وايي. دا نقطې د يانګ او ين ترمنځ توازون رامنځ ته کوي. دا نقطې په چينايي درملنه کې د راټولولو په مانا هم دي، يانې انرژي راټولوي، او بيا بدن ته لکه د ويالې وربهوي، او په دې شکل بدن، احساس او روح ته پياوړتيا وربخښي.

**۷- ماستر نقطې يا ډېرې اغېزناکه نقطې (Master points) :** دا نقطې ډېرې اغېزناکه نقطې دي، چې انرژي د دې نقطو په درملنې سره په ښه شان سره يو ځای کېږي، او ځانګړې انساجو او د بدن ځانګړو برخو ته يې ورکوي، يانې څو يانګ او يا څو ين اورګانانو ته يې په يو وخت کې انرژي ورکوی.

**۸- تېرېدونکي نقطې** (**Passage points):** چينايان ورته د لوو نقطې (Luo points) هم وايي. دا نقطې په کوم ځای کې چې يانګ او ين ويالې يو بل قطع کوي. مانا دا چې د ين لوو نقطې يانګ اورګان ته انرژی ورکوي، او د يانګ لوو نقطې د د رملنې په ذريه ين اورګان ته انرژي ورکوی.

**تاريخچه او تشخيص**

د ناروغ تاريخچه اخستل، چې ناروغي يې د څومره وخت راهيسې ده، د نورو ناروغيو د لرلو تاريخچه، همدارنګه درملو د خوړلو مخينه يا سابقه، چې کوم ډول درمل د څه د پاره خوري، او داسې نور. په چينايي درملنه کې درې اصطلاحات چې د بياوو (Biao) ، بن (Ben) او بګنګ (Ba Gang) په نومونو چې د ناروغيو په تشخيص او درملنه کې مرسته کوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

**بیاوو (Biao):** د بیاوو لغوي مانا ځانګه ده، چې په عصري طبابت کې ورته علایم وايي، چینایان وایی هغه نښې(بیاوو) چې په څرګند ډول په بدن کې ښکاري، لکه د ریزش یا زوکام په ناروغۍ کې چې ښکاري لکه تبه، او داسې نور

**بن (Ben):** ستې ته وايي، په عصري طبابت کې ورته علت وايي، چې په داخیل د غړي کې موجود وي. مانا دا چې د ناروغۍ علایم د ونې د ځانګې اوعلت یې د ونې د ستې په څېر دي، درملنه ددواړو اړینه ده.

**بګنګ (Ba Gang)**: دې ته چینایان د تشخیص نښې وايي، په چینایي درملنه کې د یوې ناروغۍ د تشخیص دپاره ۸ نښې موجودې دي: کورنۍ، بهرنۍ، یخنې، ګرمې، تش، ډک، ین او یانګ.

**۱- بهرنۍ ناروغي (Autside syndrome):** په دې ناروغۍ کې د بدن د بهرنۍ طبقې په دنده یا وظیفه کې ستونزه رامنځ ته کېږي.

چینایان وايي: د بدن په پوستکی او عضلاتو کې ستونزه د وای انرژي (Wei Qi) د وجې رامنځ ته کېږي.

**۲- داخلي یا کورنۍ ناروغي (Inside syndrome):** په دې ناروغۍ کې د بدن د داخلي طبقې په دنده یا وظیفه کې ستونزه رامنځ ته کېږي، لکه د بدن داخلي غړي (ین او یانګ غړي)، انرژي (شي)، وینه، جوهر یا روح.

**۳- د یخ وهلو ناروغي (Cold syndrome)**: په دې ناروغۍ کې بدن یخ وهلی وي، ناروغ ته ګرمې اوبه یا چای ډېر خوند ورکوي، پښې او لاسونه یې یخ وي، ژبه د ناروغ سپینه او سپینه طبقه پرې موجوده وي، د زړه ټکان (Pulse) ډېر په قلاره وي.

**۴- د ګرمۍ وهلو ناروغي (Heat syndrome)**: په دې ناروغۍ کې بدن ګرمۍ وهلی وي، د ناروغ یخو اوبو څښلو ته زړه کېږي، خوله یې وچه وي، مخ یې سور وي، ژبه یې سره او زېړه طبقه پرې ښکاري، د زړه ټکان یې زیات وي، او تشې متیازې یې خېره وي یاني رنې نه وي.

**۵- د ډکې ناروغۍ کلینکي انځور (Fill clinical picture):** په دې کې د بدن غبرګون یا عکس العمل ډېر قوي وي، لکه شدید یا قوي درد، شدید یا قوي ټوخی، شدید سرچرخی سرګرځېدنه. د ناروغۍ په دې انځور کې باید د بدن د اراموونکو نقطو (Sedation points) درملنه وشي.

**۶- د تشې ناروغۍ کلینکي انځور (Empty clinical picture):** په دې ناروغۍ کې د بدن غبرګون یا عکس العمل کمزوری یا ضعیف وي، لکه بدن دوامداره یا مضمنې ناروغۍ (Chronic illness) اخته وي. د ناروغۍ په دې انځور کې باید د بدن د تنبې کوونکو نقطو (Toning points) درملنه وشي.

### د ژبې معاینه (Tong examination)

۱- د ژبې رنګ: په تشې یا د یخ وهلو ناروغیو په انځور کې د ژبې رنګ الوتی یا سپین وي. که ناروغ ګرمۍ وهلی وي، د ژبې رنګ سور وي.

۲- د ژبې بدن: کله چې ستونزه په توري یا بډوډو کې وي ژبه پړسېدلې یا غټه وي، د وینې د کموالي په صورت کې ژبه نرۍ وي، د تشې ناروغۍ او همدارنګه که ناروغ ګرمۍ وهلی وي، ژبه ډېره غټه وي.

۳- د ژبې حرکت: د ګرمۍ وهلو په کلینکي انځور کې د ناروغ ژبه شخه وي، د وینې او شي (She) د کموالي په پایله یا نتیجه کې رپېدونکې وي.

۴- بارداره ژبه: که سپینه نرۍ طبقه په ژبه پرته وي، نو ناروغ یخ وهلی دی، او یا په تشې ناروغۍ اخته دی. او که په ژبه سپینه ډبله طبقه پرته وي، نو ناروغ یخ وهلی دی، او یا په ډکې ناروغۍ اخته دی. او که ژېړه طبقه په ژبه پرته وی، ناروغ په ډکې ناروغۍ اخته یا ګرمۍ وهلی دي.

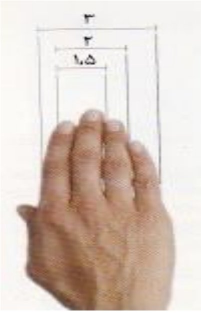
(c) ketabton.com: The Digital Library

**د زړه د ټکان (Pulse examintation) معاینه**

که د ناروغۍ کلنیکي انځور بهرنی وي، نو دزړه ټکان سطحي وي. او که د ناروغۍ کلینکي انځور داخلي وي، نو د زړه ټکان ژور وي. د ګرمۍ وهلو په پایله یا نتیجه کې د زړه ټکان تېز وي. د یخنۍ وهلو په پایله کې د زړه ټکان په قراره وي. د ډکې ناروغۍ په پایله کې د زړه ټکان قوي وي. او د تشې ناروغۍ په پایله کې د زړه ټکان کمزوری وي.

**هغه فکتورنه چې ناروغي رامنځ ته کوي**

چینایان وایي: دوه دوله فکتورونه دي، چې په بدن کې ناروغي رامنځ ته کوي.
خارجي فکتورنه: لګه باد ، یخني، لیوندوالی ، ګرمي ، وچوالی.
داخلي فکتورونه: خفګان، اندېښنې، روحي فشار، وېره، قهر.
**کن Cun:** کن پدې درملنه کې د اندازې واحد دی. دلاس څلور ګوتې د درې کن سره برابرې دي، درې ګوتې د ۲ کن او دوه ګوتې د یونیم کن سره برابرې دي.




**د سږو ویاله یا کانال**

دا ویاله د سینې څخه د لاس اړخ ته بهېږی یا جریان لري. او د دې ویالې په اوږدوالې کې یولس (۱۱) نقطې د ستنو د درملنې د پاره ځای لري. چې د ډول ډول ناروغیو د درملنې په صورت کې په دې نقطو کې ستنې منډل کېږي. سږی د ین (Yin) غړی یا اورګان دی. د سټیل یا اوسپنې عنصر دی. انرژي په دې ویاله کې (Centrifugal) یانې د مرکز څخه اطرافو ته بهېږي. د انرژۍ اغېز یې زیات په تنفسي سیستم، مخاط، پوستکی، او ویښتانو دی. د دې ویالې د همغږۍ نقطه (Approval point) م ک۱۳ ده.
دوه ډوله درملنې چې سره له دې د دې درملنې سره تړاو نلري، خو ځینې وخت کې چې د ستنو په ذریه درملنه شونتیا ونلري، نو له دغو درملنو کار اخستل کېږي. ۱- Moxibution: په دې درملنه کې هغه دردناکه ځای په مختلفو لارو ګرمېږي او درد یې ښه کېږي. ۲- Microaderlass: په دې درملنه کې د بدن څخه په مختلفو لارو وینه ویستل کېږي، او په دې ډول د هغه غړي یا اورګان درملنه کېږي.

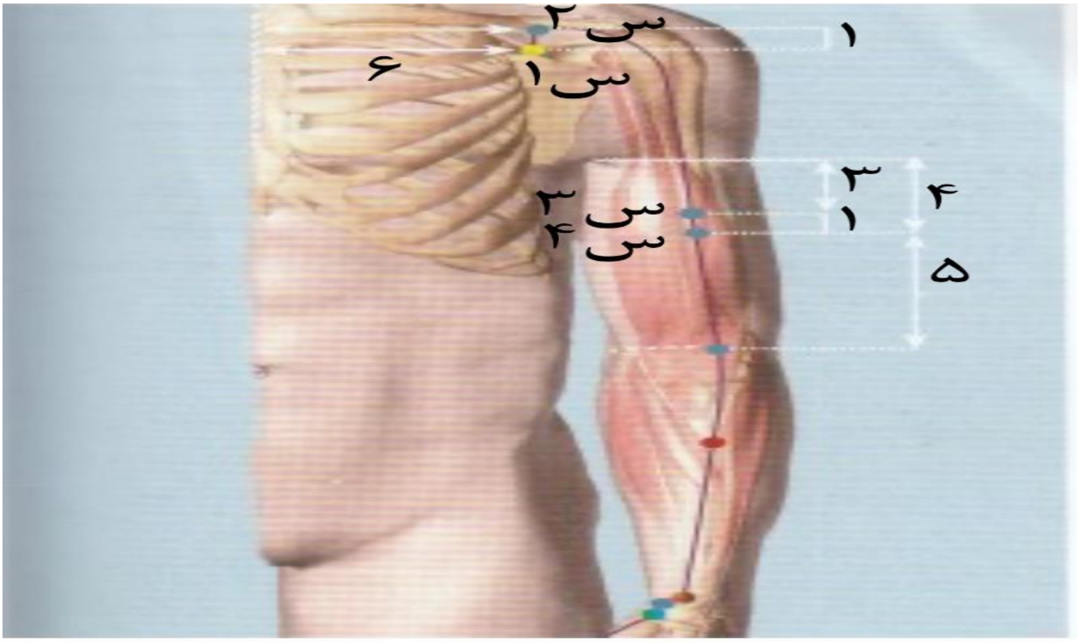
(c) ketabton.com: The Digital Library

س ۱ :
دا نقطه د سږو په وياله کې دانرژئ د يو ځای کېدو (Alarm Point) نقطه ده. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د سږو ناروغي او سالنډي ولري.
دا نقطه د لومړئ پوښتئ په اوږدوالي (امتداد) کې د بدن د منځني خط څخه ۶کن بهرني اړخ ته او د Fossa infra clavicularis ښکتنئ (Caudal) برخه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵کن په اندازه ۴۵درجې کږه منډل کېږي.

س ۲ :
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د سږو ناروغئ او سالنډي ولري. دا نقطه د لومړئ پوښتئ په اوږدوالي کې د بدن د منځني خط څخه ۶کن بهرني اړخ ته په Fossa clavicularis infra کې د Processus coracoideus په پورتنئ (Cranial) برخه کې ځای لري. په دې نقطه کې ستنه ۴۵ درجې کږه د ۰،۵کن په اندازه منډل کېږي .

س۳:
کله چې ناروغ ټوخی، د پوزې وينې کېدل، د سږو څخه وينه راتلل (خونرېزي) او همدارنګه په سږو پورې تړلي شکايتونه ولري، نو په دې ټکي يا نقطه کې د درملنې په پارستنه منډل کېږي. دا نقطه د پورتني مټ په اوږدوالي کې د تخرګ د پوستکي د قات څخه ۳کن لېرې (Distal) د M.biceps brachii راډيال څنډې ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

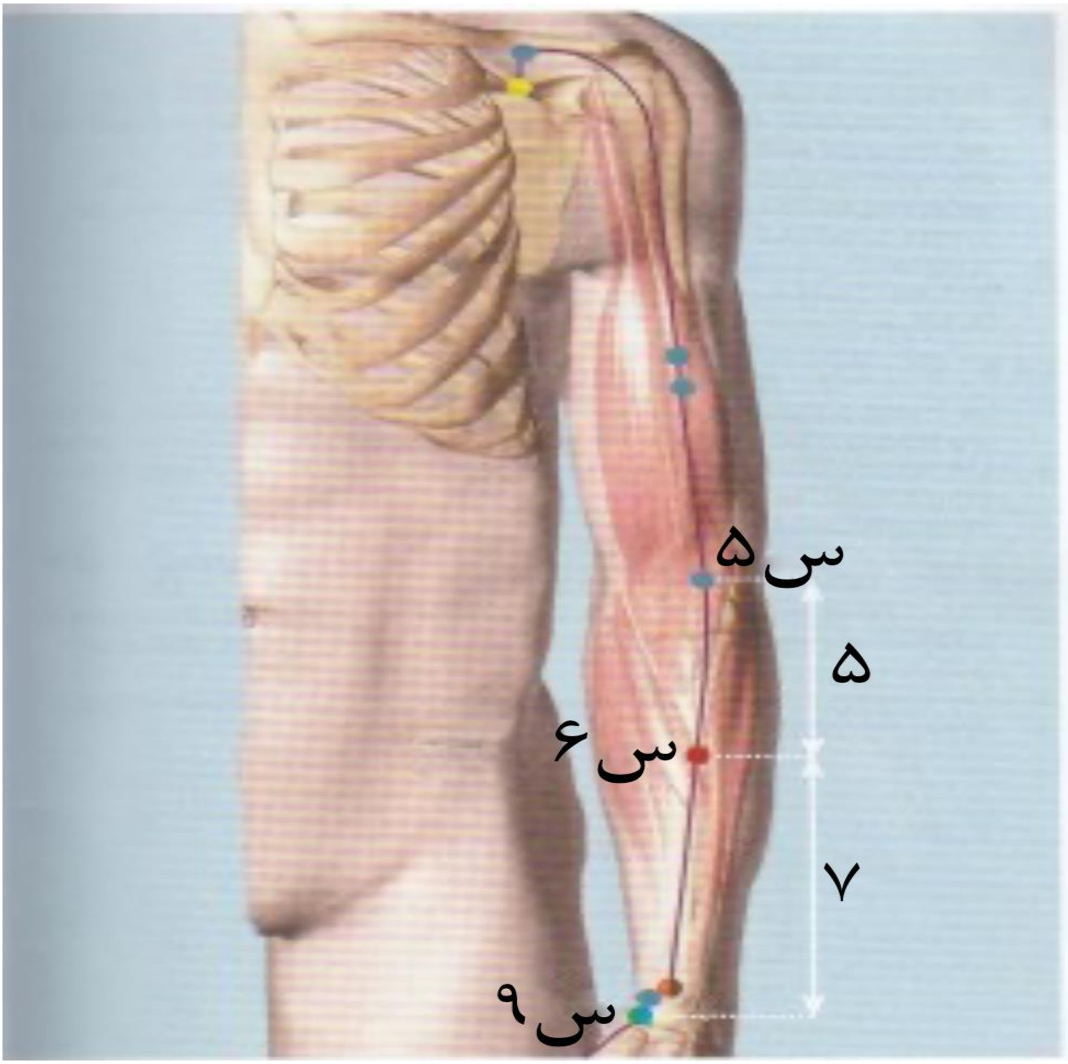
س ۴:
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ ټوخی، او د سږو پورې تړلي شکايتونه او همدارنګه د سينې درد ولری. دا نقطه د پورتني مټ په اوږدوالي کې د تخرګ د پوستکي د قات څخه ۴کن لېرې (Distal) د M.biceps brachii راډيال څنډې ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

س۵:
دا نقطه یوه اراموونکې (Sedation points) نقطه ده. کله چې ناروغ سالندي او د سرو اړوند شکایتونه ولري، اوهمدارنګه په فلج ناروغۍ اخته وي، نو په دې نقطه کې د درملنې په پار ستنه منډل کېږي. کله چې د څنګلې بند د قات په خالت کې وي، نو دا نقطه د څنګلې د بند د پوستکې په قات کې د M. Biceps brachia لیګامنټ بهرني (Lateral) او راډیال اړخ ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې په عمودي ډول د ۵،۰- ۸،۰کن په اندازه منډل کېږي.

س۶:
کله چې ناروغ د تنفسی سیستم اړوند شکایتونه ولري، او یا د سږو څخه وینه راځي ( خونرېزي)، نو د درملنې په پار په دې نقطه کې ستنه منډل کېږي. دا نقطه د لاس د بند د پوستکي د لبرې (Distal) قات څخه ۷کن نیږدې (Proximal) د ښکتني مټ کورنۍ (Medial) برخې د راډیوس هډوکې اړخ ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۵،۰-۸،۰کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

س ۷:

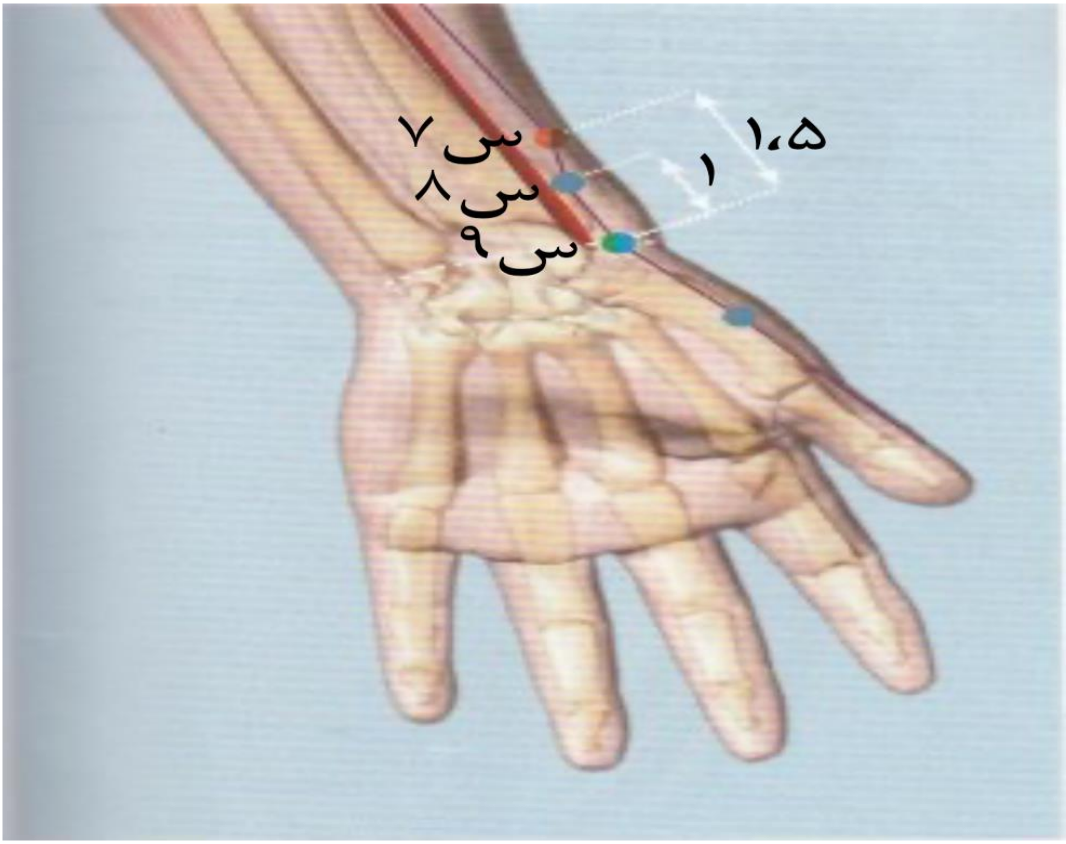
دا نقطه یوه اساسي (Cardinal) او اغېزناکه (Master) نقطه ده. کله چې ناروغ د لاس د بندونو دردونه ولري، او همدارنګه د تنفس، او تشو متیازو په کولو کې ستونزه ولري، نو د درملنې په پار په دې نقطه کې ستنه منډل کېږي. دا نقطه د لاس د بند د لېرې (Distal) قات څخه ۱،۵کن نیږدې (Proximal) د Processus styloideus radii په نیږدې (Proximal) ژوره برخه کې، چې د M. brachioradialis او M.abductor pollicis longus لیګامینټونو تر منځ ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په سطحي ډول منډل کېږي.

س۸:

کله چې ناروغ تنفسي ستونزې ولري، نو بیا په دې نقطه کې د درملنې په پارستنه منډل کېږي. دا نقطه د لاس د بند د لېرې یا اخیري (Distal) قات څخه ۱کن نیږدې (Proximal) د Processusi styloideus radi او د راډیال شریان (A. radialis) تر منځ ځای لري. ستنه په دې کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

س۹:

دا یوه تنبې کوونکې (Toning point) نقطه ده. کله چې ناروغ تنفسي ستونزې ولري، نو بیا په دې نقطه کې د درملنې په پار ستنه منډل کېږي. دا نقطه د لاس د بند د لېرې (Distal) قات، په کوم کې چې راډیوس هډوکی پای مومي، د M.abductor pollicis longus لیګامنټ او راډیال شریان ترمنځ ځای لري. ستنه په دې کې د ۰،۲ - ۰،۳کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.



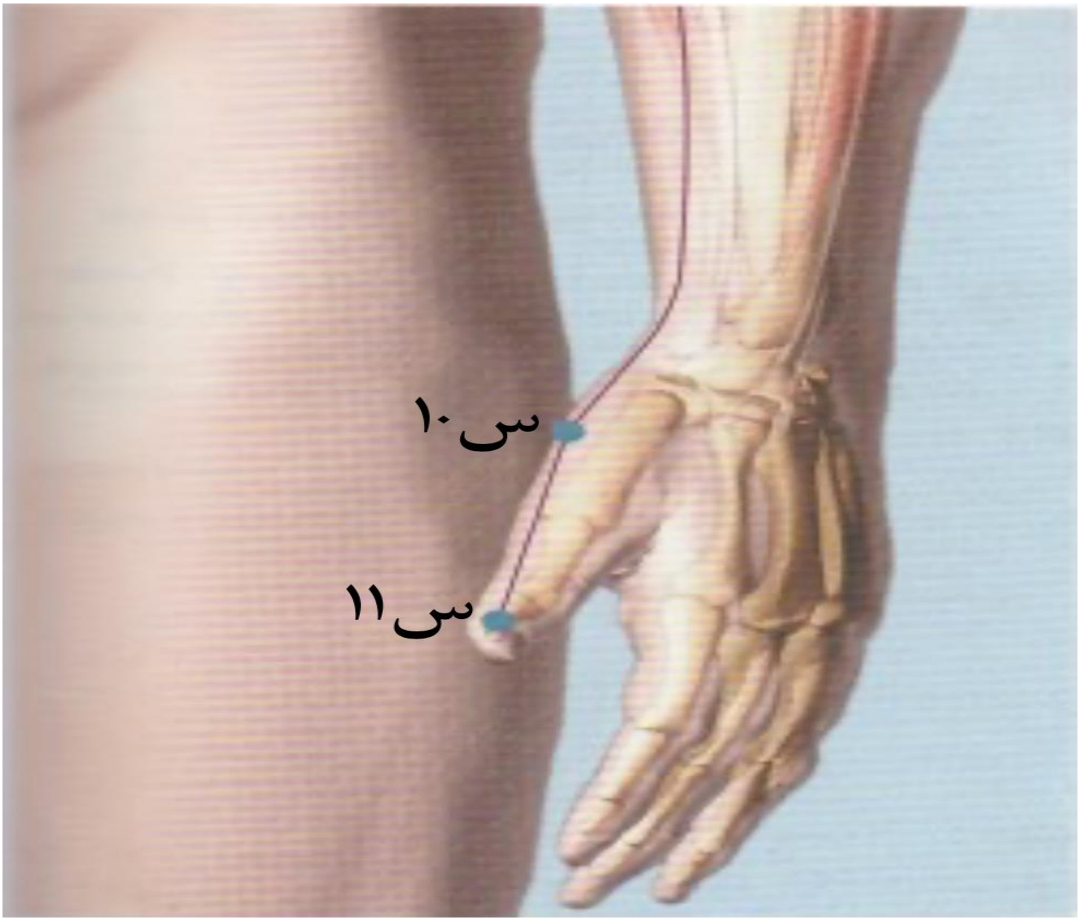
(c) ketabton.com: The Digital Library

س۱۰:

د تنفسي سیستم پورې اړوند ناروغی، د مرۍ پړسوب او د ستوني د درد په وخت کې پدې نقطه کې ستنه د درملنې په پار منډل کیږي. دا نقطه د لومړني Metacarpal هډوکي په منځنۍ برخې کې د سرې او سپینې غوښې تر منځ ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ - ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کیږي.

س۱۱:

کله چې ناروغ تنفسي ستونزې، د ستوني درد او پړسوب ولري، اویا بې هوشه شي، نوبیا د درملنې په صورت کې په دې نقطه کې ستنه منډل کیږي. دا نقطه د سږو د کانال یا ویالې د پای نقطه ده، او د غټې کوتې د نوک او غوښې تر منځ  نږدې بهرنۍ (Lateral) زاویه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کیږي.




**د غټو کولمو ویاله یا کانال**

غټې کولمو ته چینایان یانګ اورګان او د ستیل یا اوسپنې عنصر سره یې اړیکوي یا ارتباط ورکوي. ستونزه په دې اورګان کې د ۵- ۷ بجو په منځ کې رامنځ ته کیږي. دا ویاله د لاس څخه پیل او په سر پای مومي، د انرژۍ دوران پکې Centripetal دی، یانې د اطرافو څخه مرکز ته انرژي بهیږي. د دې ویالې اغېز

(c) ketabton.com: The Digital Library

په هضمي سیستم، مخاط، پوستکی، او په ساینسونو (Sinus frontalis ،Sinus maxillaris) دی. د دې ویالې په اوږدو کې ۲۰نقطې د درملنې په پار موجودې دي. د ډول ډول ناروغیو د درملنې په صورت کې په دې نقطو کې ستنې منډل کېږي. د همغږۍ نقطه (Approval point) په دې ویاله کې م ک ۲۵، او د یوځای کېدو یا خطر نقطه (Alarm point) م۲۵ ده.

غ ک ۱:

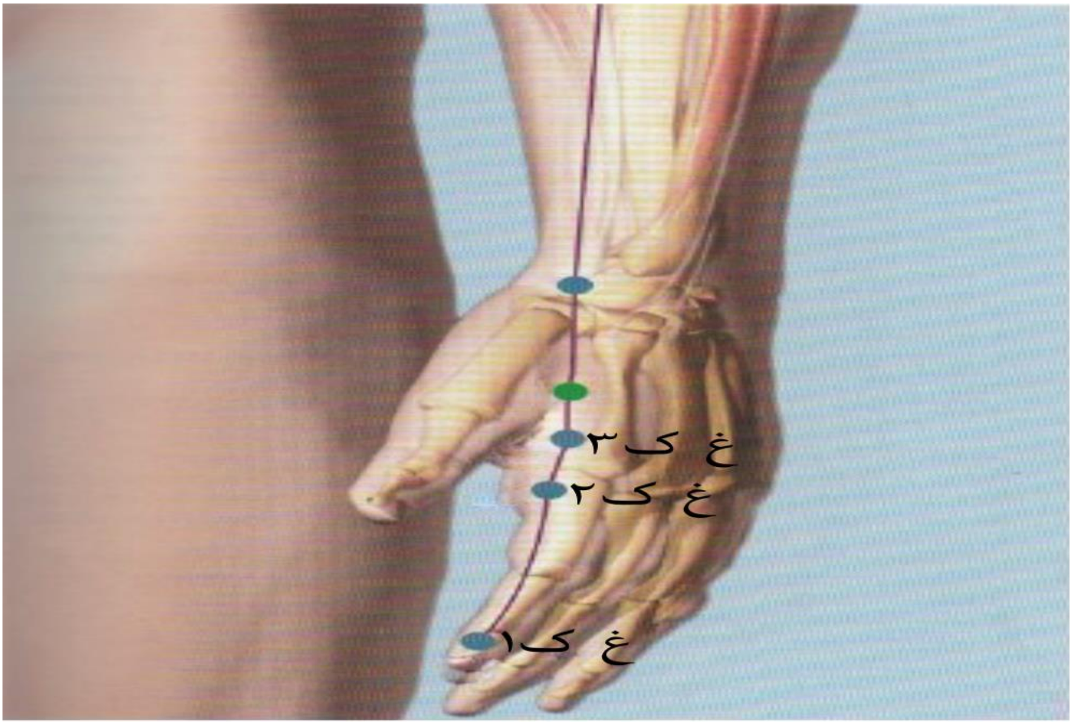
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د مخ ، خولې او ستونې التهاب یا مکروب ولري، او همدارنګه د بې هوشۍ په صورت کې هم په دی نقطه کې درملنه کېږي. دا نقطه د غوښې او نوک تر منځ نیږدې بهرنۍ زاویه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۱کن په اندازه به عمودي ډول منډل کېږي.

غ ک ۲:

ارامونکې (Sedation point) نقطه ده، په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د سر، مخ، خولې، سترګو، او غوږونو، پوزې ستونې برخه کې التهاب ولري.
دا نقطه د Metacarpophalangeal joint په لېرې (Distal) ژوره برخه کې راډیال اړخ ته پرته ده. ستنه په دې نقطه کې د ۲،۰-۳،۰کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي

غ ک ۳:

په دې په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د سر، مخ، خولې، سترګو، غوږونو، پوزې، او ستونې برخه کې التهاب ولري، او همدارنګه د لاس، او د لاس د بند دردونه ولري. دا نقطه د Metacarpophalangeal joint په نیږدې (Proximal) ژوره برخه کې راډیال اړخ ته پرته ده. ستنه په دې نقطه کې د ۳،۰- ۵،۰کن په اندازه به عمودي ډول منډل کېږي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

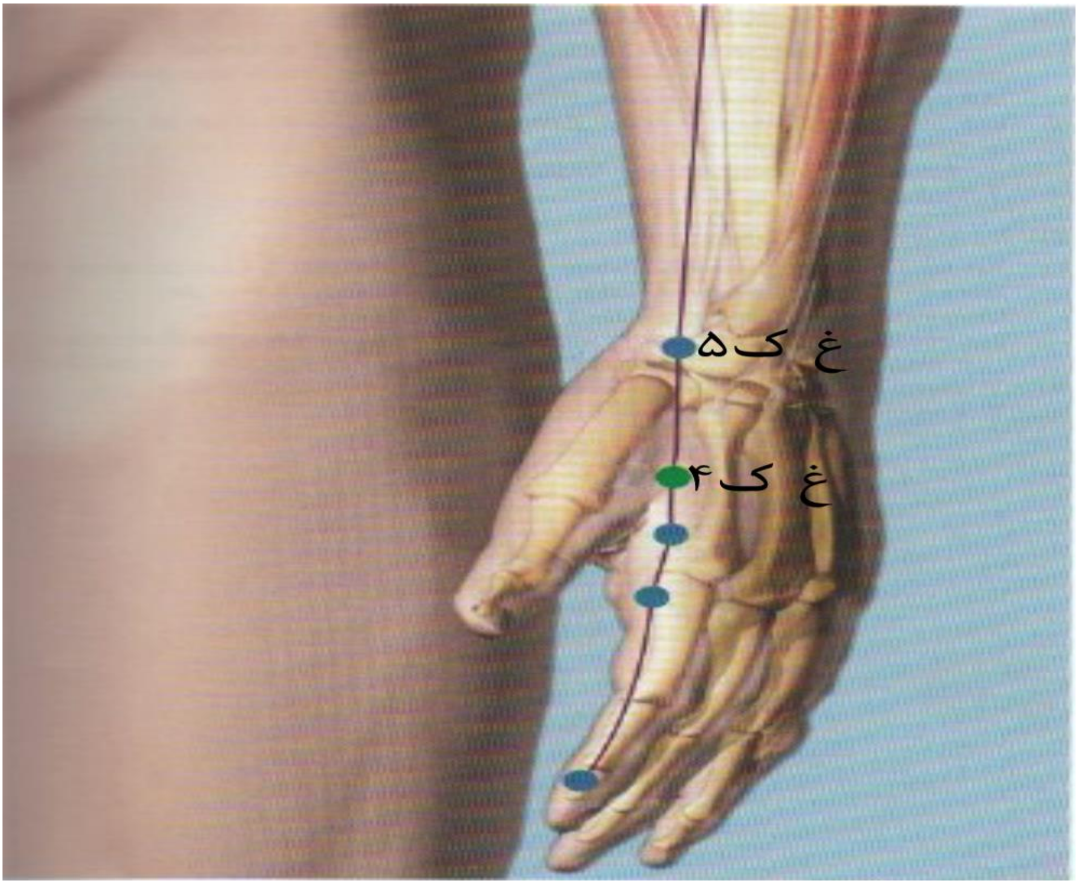
غ ک ۴:

دا د پیل یا ابتدایي (Source point) نقطه ده، په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کیږي، چې کله ناروغ تبه، د ستوني درد او پرسوب، زوکام، سردردي، او یا د ستوني او سر په برخه کې التهاب یا مکروب ولري. همدارنګه ډېر خوله کېدل، او ځینې ناروغان هیڅ نه خوله کیږي، د لاسونو او د کوتو د بندونو دردونه یا یې په حرکت کې ستونزه وي. دا نقطه د لاس په شا برخه کې په M.abductor pollicis غضلې کې، کوم چې د دوهم Metacarpal هډوکي په منځنی برخه کې ځای لري.

پاملرنه ! د مور د حمل په وخت کې باید په دې نقطه کې د ستنې د منډلو ډډه وشي، په دې نقطه کې د ستنې منډل د رحم د عضلاتو د تقلص سبب کیږي، چې پایله یې د حمل د منځه تلل (Abortion) دي. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ـ ۰،۸کن په اندازه به عمودي ډول منډل کیږي.

غ ک ۵:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کیږي، چې کله ناروغ د سر، مخ، خولې، سترګو، غوږونو، پوزې، او ستوني برخه کې التهاب ولري، او همدارنګه د لاس او د لاس د ګوتو د بندونو دردونه ولري. دا نقطه د لاس د شاتنی ژورې برخې، په کوم کې چې د راډیوس هدوکی پا ی مومي، د دوه لیګامنټونو تر منځ M.extensor pollicis langus او M.extensor carpi radialis brevis ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ـ ۰،۵کن په اندازه به عمودي ډول منډل کیږي.



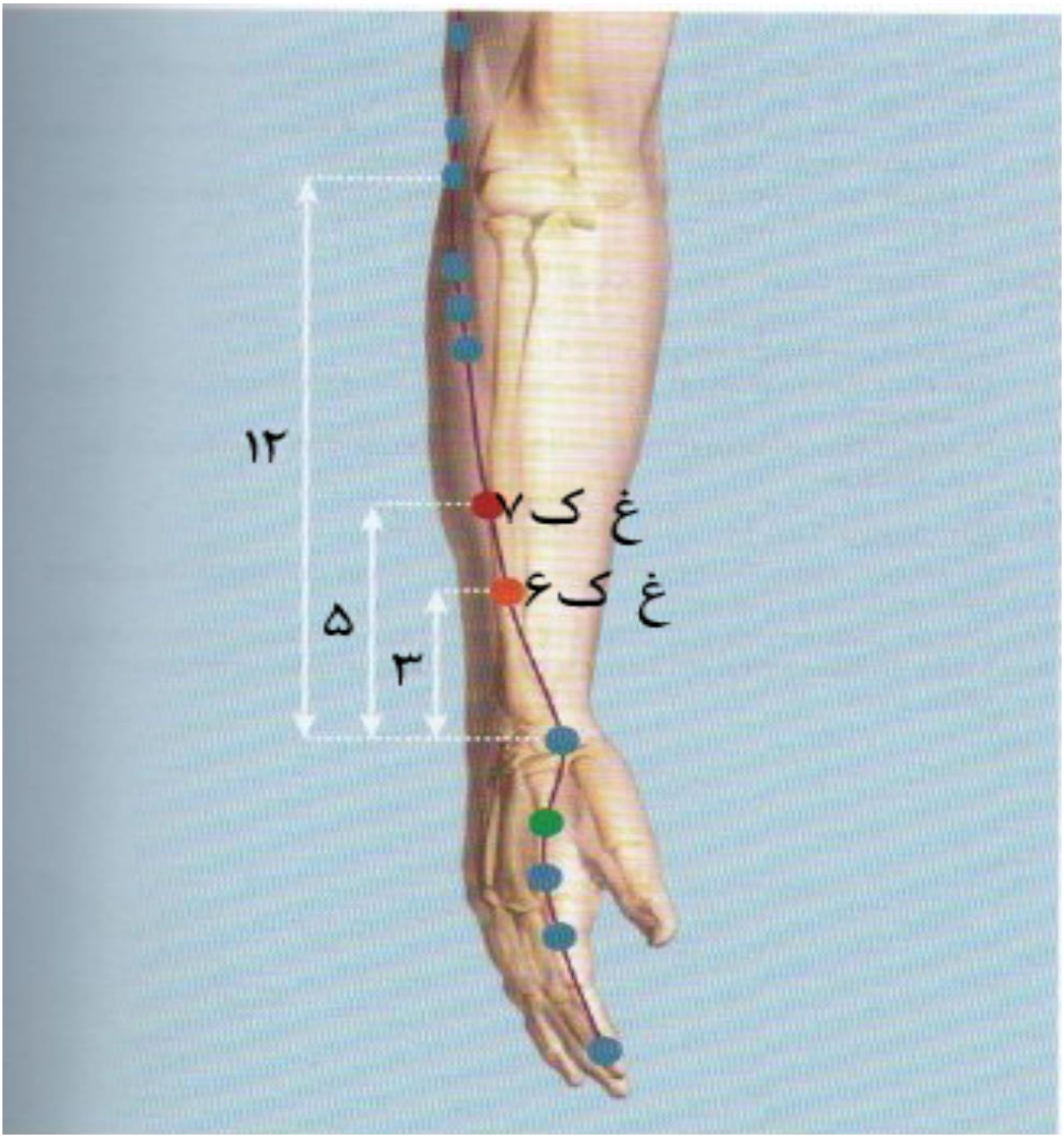
(c) ketabton.com: The Digital Library

غ ک۶:

دا تېرېدونکي نقطه (Passage point) ده. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د غوږونو ناروغی، د سترګو مکروب یا التهاب، او یا د مخ فلج ولري. دا نقطه د لاس د بند د شاتني قات شوې برخې څخه ۳ کن نیږدې (Proximal) د ښکتني متې په داخلي یا کورنۍ برخې کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۳،۰- ۷،۰ کن په اندازه به عمودي ډول منډل کېږي.

غ ک ۷:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د غوږونو، پوزې، ستوني، خولې، د سترګو مکروب یا التهاب، او همدارنګه د پوزې وینې کېدل (خونرېزي) ولري. دا نقطه د لاس د بند د شاتني قات شوې برخې څخه ۵کن نیږدې (Proximal) د ښکتني متې په داخلي یا کورنۍ برخې کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۵،۰- ۸،۰کن په اندازه به عمودي ډول منډل کېږي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

غ ک ۸:

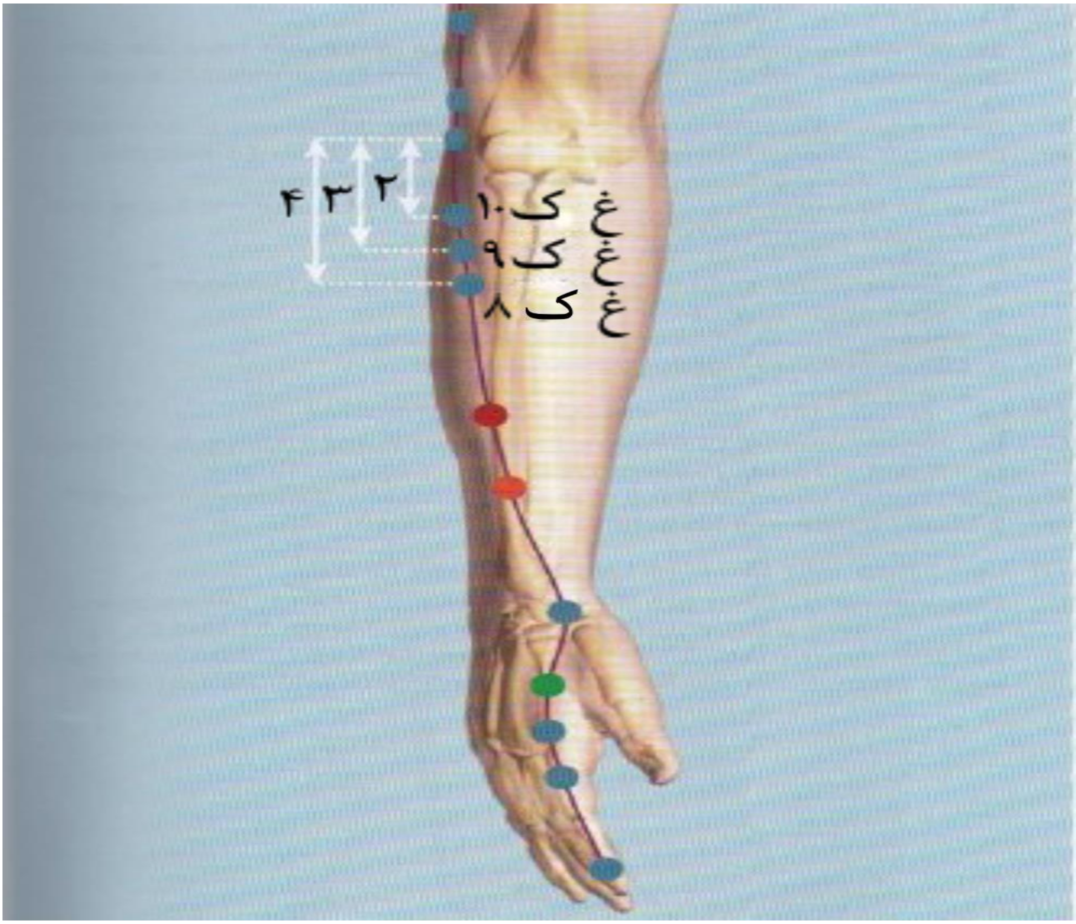
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ سردردي، سرگرځېدل، او خوبوړی وي، او همدارنگه ځايي دردونه لکه د څنگلي او ښکتني مټ دردونه ولري. دا نقطه د غ ک ۱۱ نقطې څخه ۴کن لېرې (Distal) د ښکتني مټ په داخلي يا کورنۍ برخه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه به عمودي ډول منډل کېږي.

غ ک ۹:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ سردردي، او همدارنگه ځايي دردونه لکه د څنگلي او ښکتني مټ دردونه ولري. دا نقطه د غ ک ۱۱ نقطې څخه ۳ کن لېرې (Distal) د ښکتني مټ په داخلي يا کورنۍ برخه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

غ ک ۱۰:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ ځايي دردونه ولري لکه د څنگلي او ښکتني مټ درودنه. دا نقطه د غ ک ۱۱ نقطې څخه ۲ کن لېرې (Distal) د ښکتني مټ په داخلي يا کورنۍ برخه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه به عمودي ډول منډل کېږي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

غ ک ۱۱:

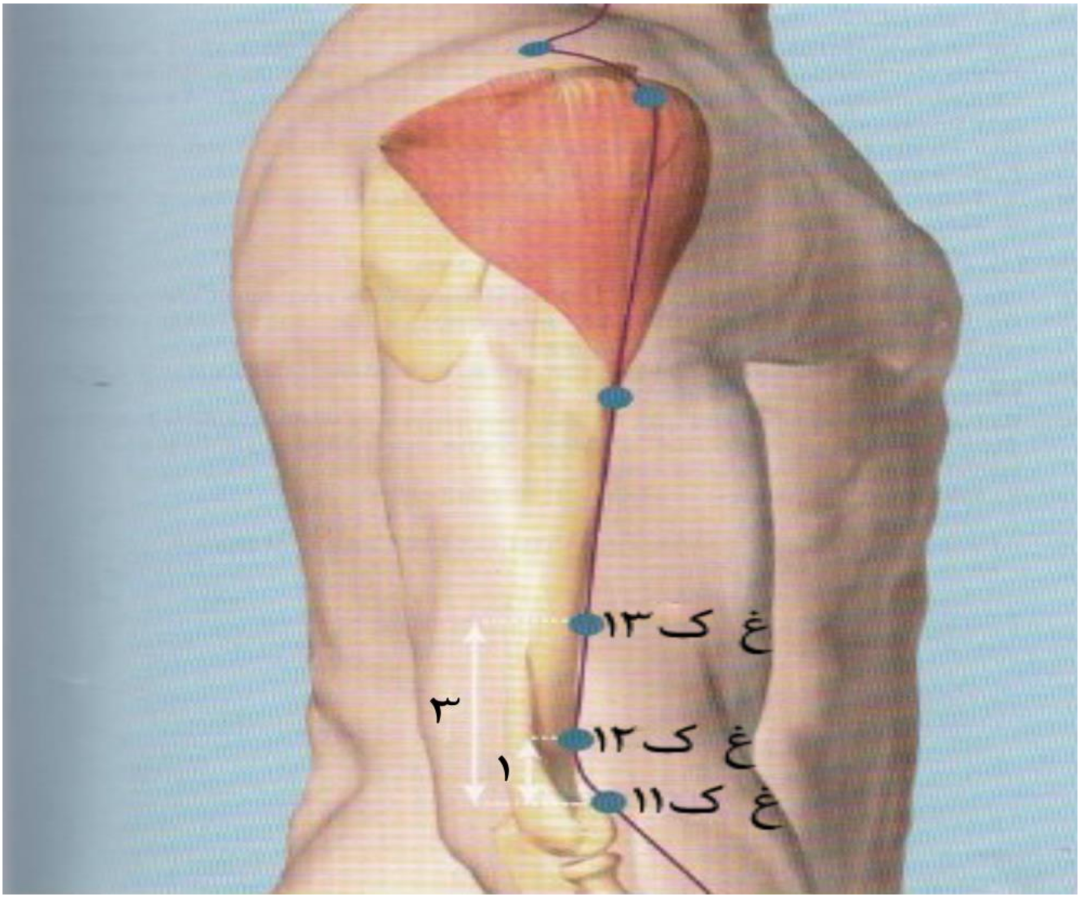
دا تنبي کوونکي نقطه (Toning point) ده، په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ تبه، د ستونې درد او پړسوب، زوکام، سردردي، د پوستکي ناروغي (Urticaria)، د څنګلي او ښکتني مټ دردونه، د وينې لوړ فشار، او روحي ناروغۍ ولري. دا نقطه د ۹۰ درجې قات شوې څنګلي د وحشي يا بهرني قات شوې برخې او Epicondylus humeri radialis تر منځ ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱،۲کن په اندازه به عمودي ډول منډل کېږي.

غ ک ۱۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د څنګلي دردونه ولري. دا نقطه د ۹۰ درجې قات شوې څنګل په صورت کې د غ ک ۱۱ څخه ۱ کن نیږدې ( Proximal) د Humerus هډوکي په مخکنۍ څنډه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه به عمودي ډول منډل کېږي.

غ ک ۱۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د څنګلي او د مټ دردونه ولري. دا نقطه د ۹۰ درجې قات شوې څنګل په صورت کې د غ ک ۱۱ څخه ۳کن نیږدې (Proximal) د هوميروس (Humerus) هډوکي به مخکنۍ څنډه کې ځای لري .ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.



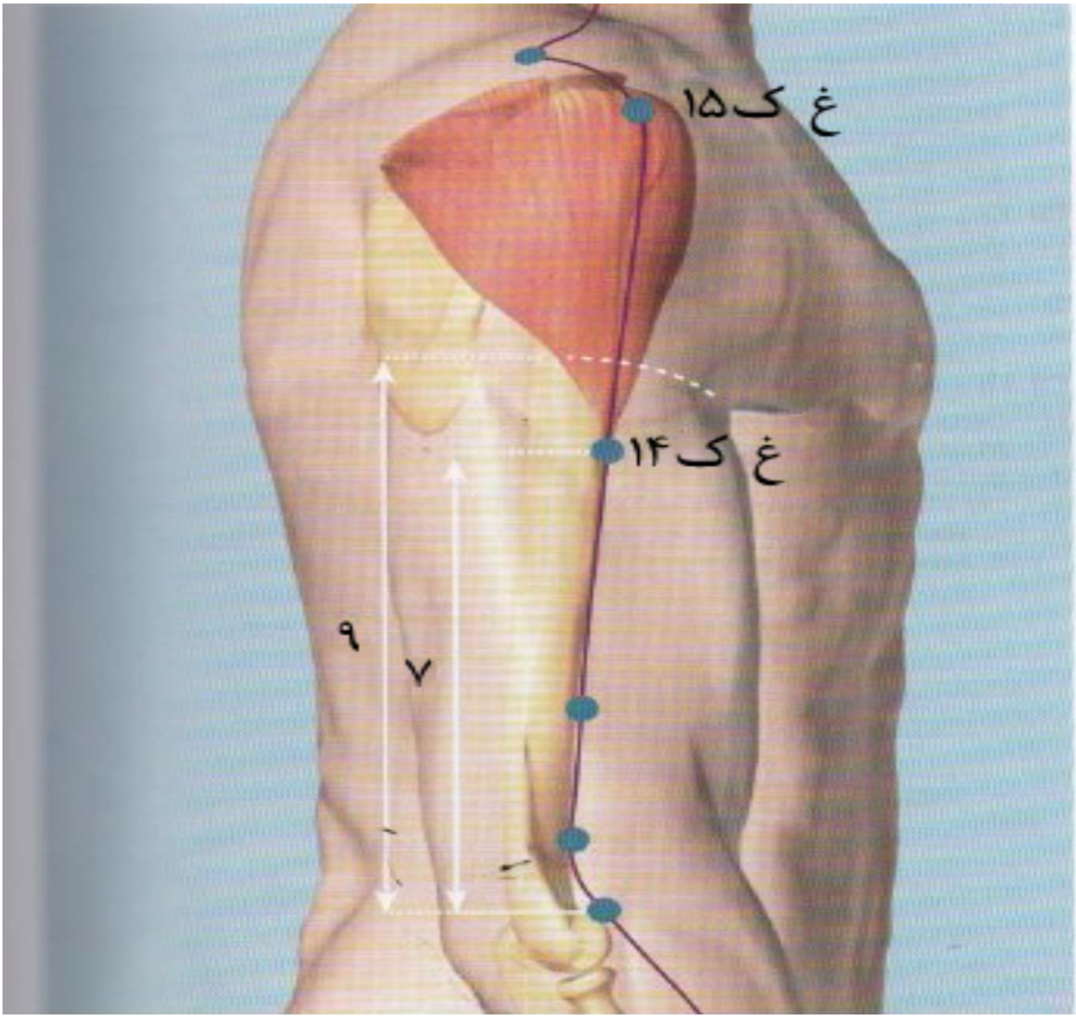
(c) ketabton.com: The Digital Library

غ ک ۱۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د سترګو ناروغۍ او د مټ دردونه ولري يانې د M.Deltoideus او M. Biceps brachii عضلاتو دردونه ولري. دا نقطه غ ک۱۱ څخه ۷ کن نيږدې (Proximal) او د تخرګ د مخکني قات د جګوالی څخه ۲کن لېرې (Distal) د مټ په بهرنۍ برخه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

غ ک ۱۵:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي چې کله ناروغ د اوږې (ولي) دردونه، د پوستکې ناروغۍ (Urticaria)، او د پوستکې د حساسيت ناروغۍ ولري. کله چې مټ به افقي ډول د بدن څخه لېرې شي يانې مټ د اوږې د کچې سره برابر شي، نو پدې حالت کې دا نقطه د Deltoideus د مخکنۍ او منځۍ عضلې تر منځ د Akromion د ژورې برخې په مخکنۍ (Ventral) او ښکتنۍ (Caudal) برخه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د۰،۵- ۱،۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

غ ک ۱۶:

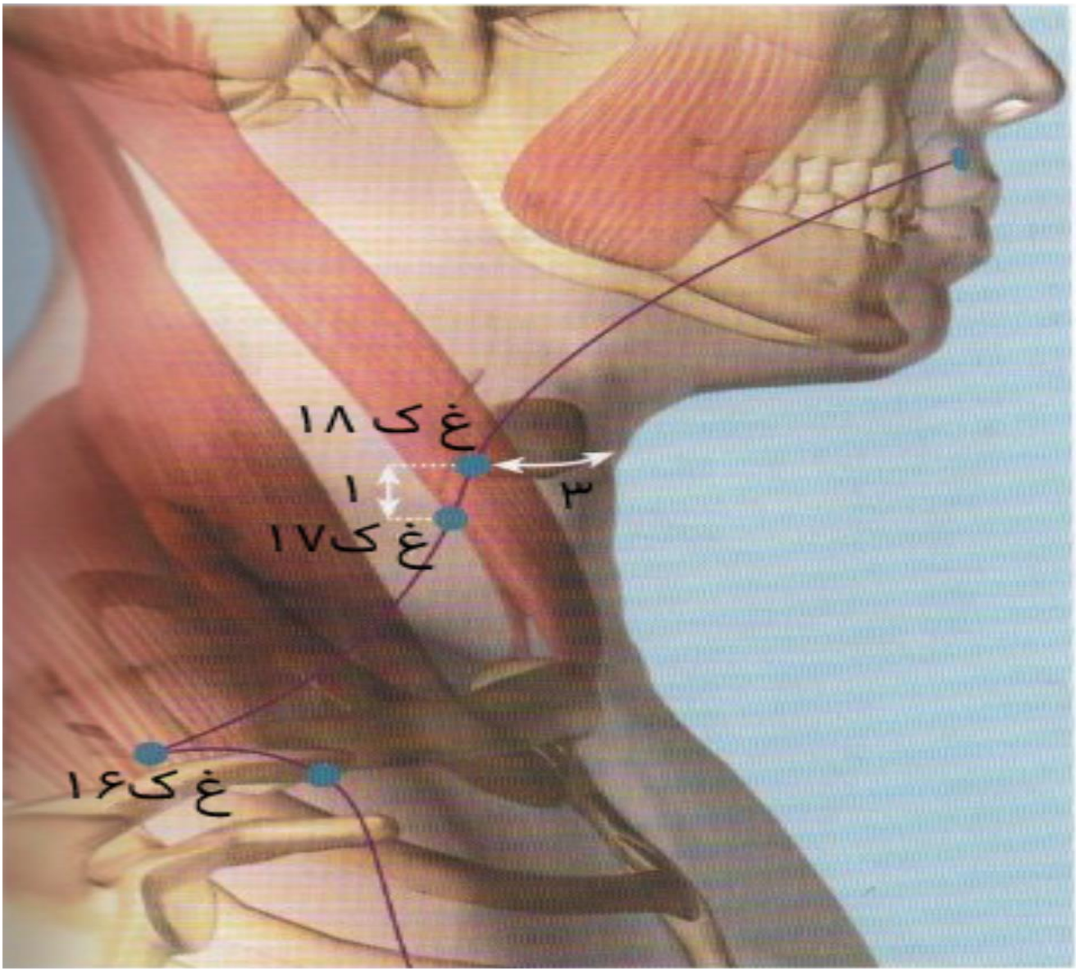
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د اوږې ( ولي) دردونه، ملا دردونه او د بدن د پورتنۍ برخې دردونه ولري. دا نقطه د اوږې یا ولي په ژوره برخه کې، په کوم کې چې د Clavicula او Spina Scapulae بهرنۍ برخې پا ی مومي. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۴-۰،۶کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

غ ک ۱۷:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د ستوني او مرئ التهاب ولري. دا نقطه د M.Sternocleidomastoideus په شاتنۍ څنډه کې ۱کن د غ ک ۱۸ښکته (Caudal) ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

غ ک ۱۸:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د ستوني او مرئ التهاب، او همدرانګه تنفسی ناروغۍ ولري. دا نقطه ۳کن د حنجرې بهر (Lateral) ته او ۱کن د غ ک ۱۷ پورته (Cranial) په M.Sternocleidomastoideus کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵-۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.



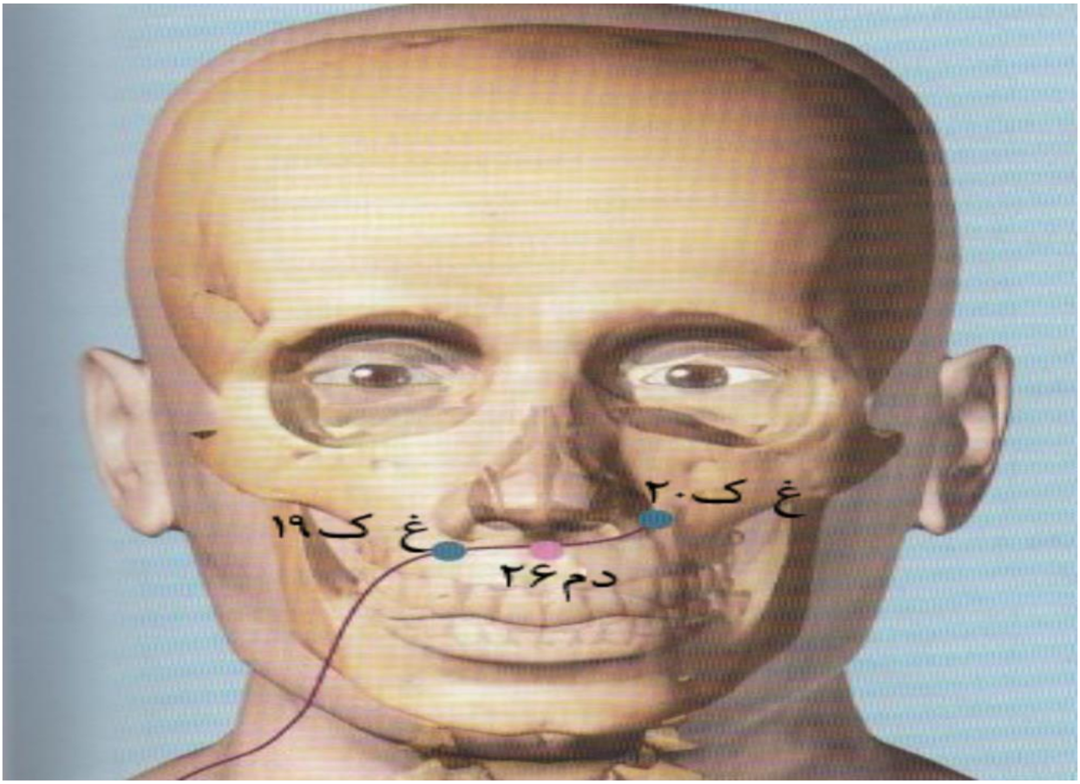
(c) ketabton.com: The Digital Library

غ ک ۱۹ :

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي, چې کله ناروغ د پوزې ناروغۍ ولري، او یا يې مخ فلج یا ګوزن وهلی وي. دا نقطه د پورتنۍ شونډې په پورتنۍ (Cranial) برخه کې د پوزې د سوري د بهرنۍ (Lateral) څنډې لاندې یا ښکته (Caudal) ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

غ ک ۲۰:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د پوزې ناروغۍ ولري، او یا يې مخ فلج یا ګوزن وهلی وي. دا نقطه د پوزې د بهرنۍ څنډې او شونډې د قات به منځنۍ برخه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۲-۰،۴کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.




**د معدې(میدې) ویاله یا کانال**

میدې ته چینایان یانګ اورګان او د ځمکې عنصرسره يې اړیکوي یا ارتباط ورکوي. ستونزه په دې اورګان کې د ۷-۹ بجو په منځ کې رامنځ ته کېږي. د انرژۍ دوران په کې (Centrifugal) یاني د مرکز څخه اطرافو ته دی. د دې ویالې اغېز په هضمي سیستم، عضلاتو، د وینې دوران، او مخاط دی. دا ویاله د سرڅخه د پښو په طرف بهېږي. او د دې ویالې په اوږدوالې کې پنځه څلوېښت (۴۵) نقطې د ستنو د منډلو د پاره وجود لري. چې په ډول ډول ناروغیو کې د درملنې په صورت کې په دې نقطو کې ستنې منډل

(c) ketabton.com: The Digital Library

کېږي. د دې ویالي د همغږۍ نقطه (Approval point) م ک۲۱ او د یوځای کېدو یا خطر نقطه ( Alarm point) یې دم۱۲ ده.

م۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د سترګو ناروغۍ، او د مخ د عضلو شخوالی ولري. دا نقطه د ناروغ به مخامخ کتو د کسي (Pupil) څخه نېغه یا مستقیم ښکته (Caudal) د Fossa orbitalis ښکتنی څنډې او د سترګې د ګاټې تر منځ ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

م۲:

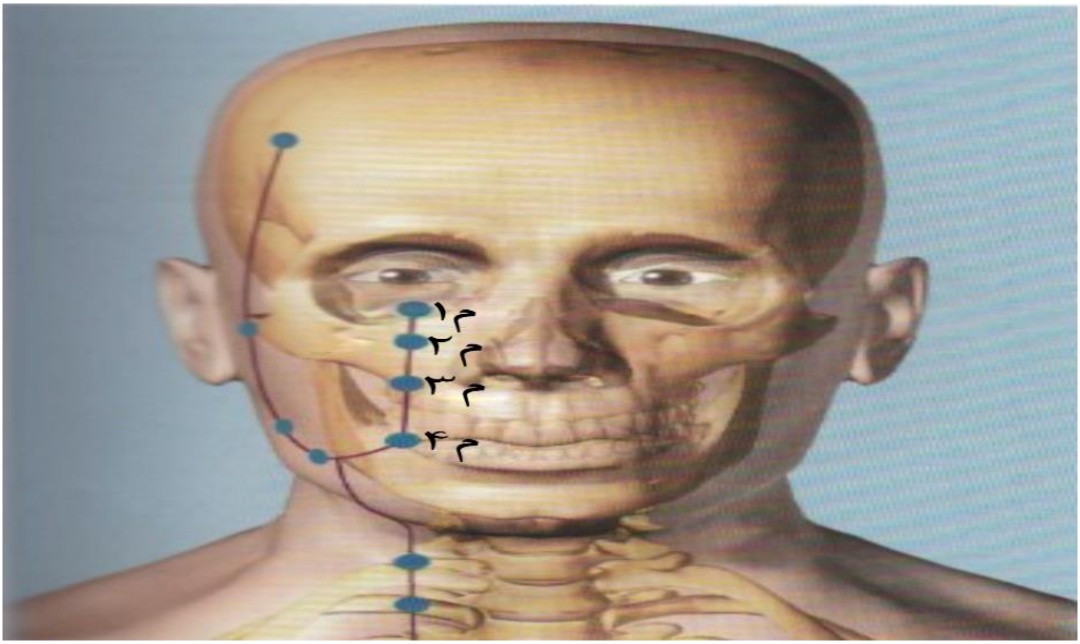
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي, چې کله ناروغ د سترګې ناروغۍ ولري. دا نقطه د ناروغ به مخامخ کتو د کسي (Pupil) څخه نېغه یا مستقیم ښکته (Caudal) د Foramen infraorbitalis په ژوره برخه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۲-۰،۳کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

م۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د سترګې ناروغۍ، او همدارنګه د مخ د فلج یا ګوزن ناروغي ولري. دا نقطه د ناروغ به مخامخ کتو د کسي (Pupil) څخه نېغه ښکته (Caudal) د پوزې د بهرني وزر (د پوزې د سوري د بهرني دیوال) د جګوالي په اندازه ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۶کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

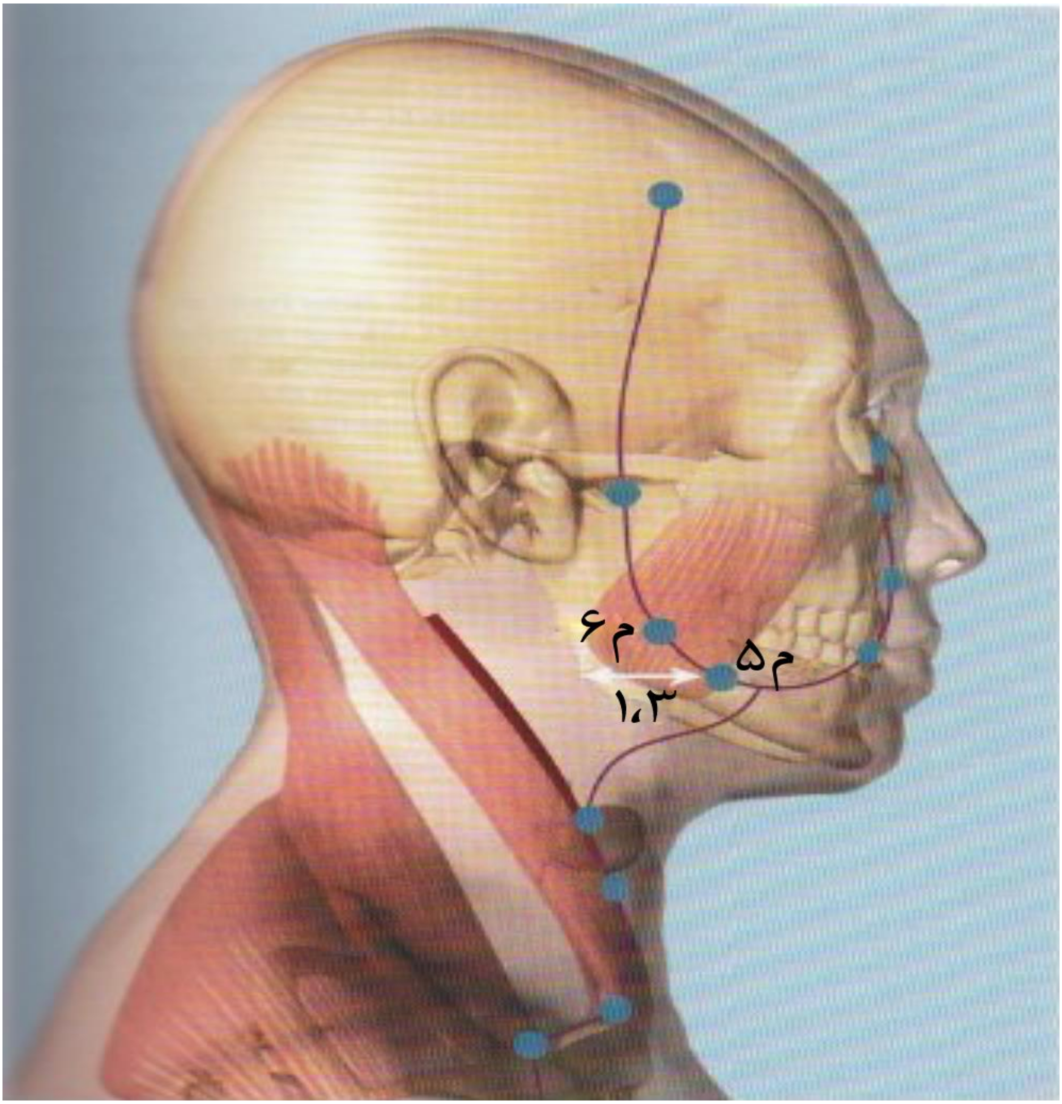
م۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د سترګې ناروغۍ، او همدرانګه په مخ فلج یا ګوزن وهلی وي. دا نقطه د ناروغ به مخامخ کتو د کسي (Pupil) څخه نېغه یا مستقیم ښکته (Caudal) د خولې د زاویې څخه ۰،۴کن بهر اړخ ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۲ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

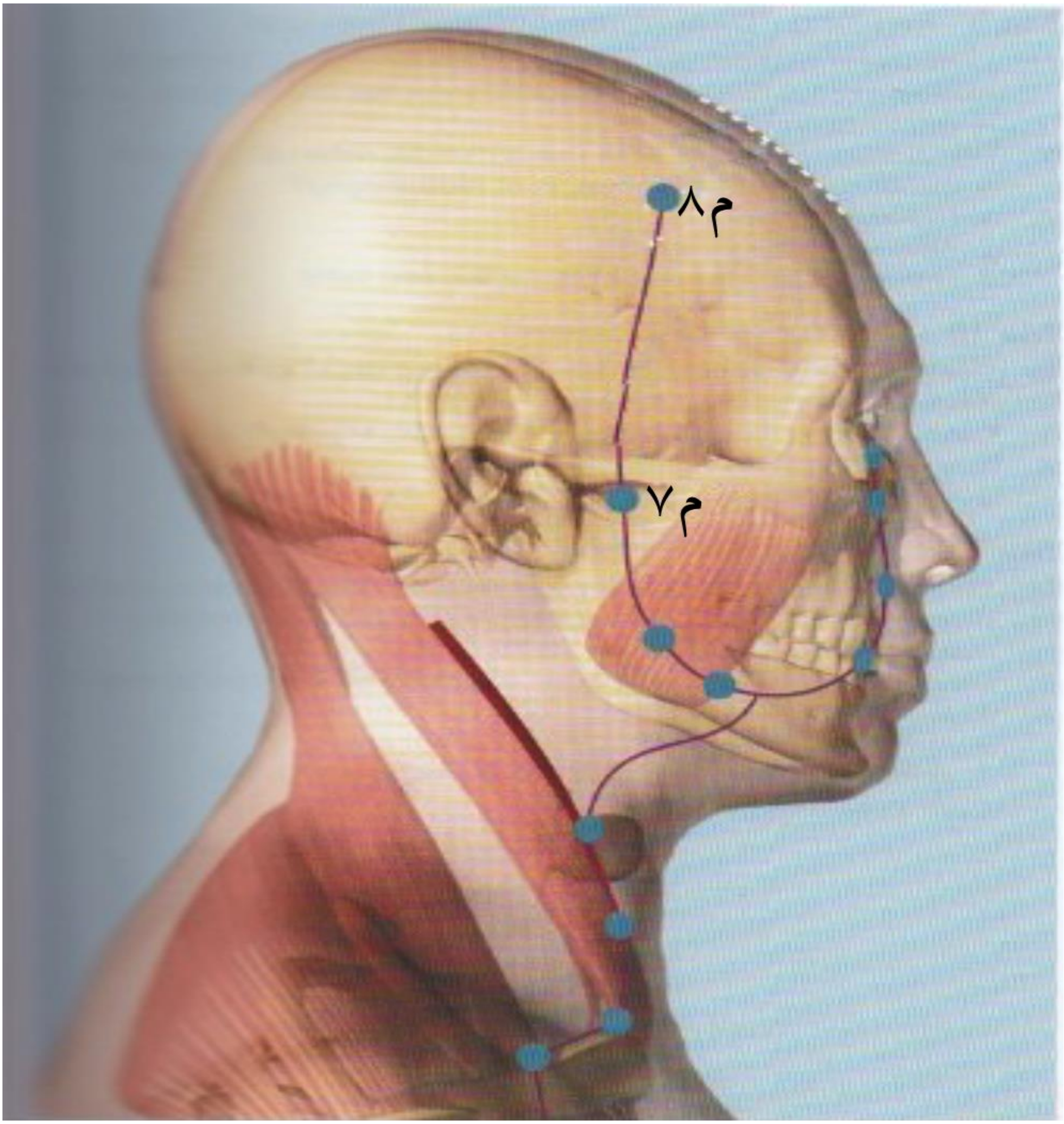
م ۵:
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د مخ فلج، د ښاغونو او لاندينۍ جامې درد، او د مرۍ التهاب ولري. دا نقطه د M.maseter عضلې په مخکنۍ څنډه کې چې ۱،۳کن د لاندينۍ جامې د زاويې څخه مخکې (Ventral) او ښکته (Caudal) ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۲ـ ۰،۳کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.
م ۶:
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د مخ فلج، د خولې او مرۍ التهاب ولري. دا نقطه د لاندينۍ جامې د زاويې څخه ديوې ګوتې د پلنوالي په اندازه مخکې (Ventral) او پورته (Cranial) په M.maseter عضلې کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ـ ۰،۴کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

م ۷:
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د غاښونو او جامې دردونه، د غوږونو ناروغۍ، او همدارنګه Trigeminal neuralgia ولري. کله چې ناروغ خوله بنده کړي، دا نقطه د zygomaticus Arcus او Incisura mandibulae تر منځ په ژوره برخه کې ځای لري.
ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ـ ۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

م ۸:
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي چې کله ناروغ د سر درد او د سترګو ناروغۍ ولري. دا نقطه د سر د منځني خط څخه ۴،۵کن بهر (Lateral) او ۰،۵کن د ویښتانو د مخکنۍ پولې یا سرحد څخه Occipital اړخ ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ـ ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

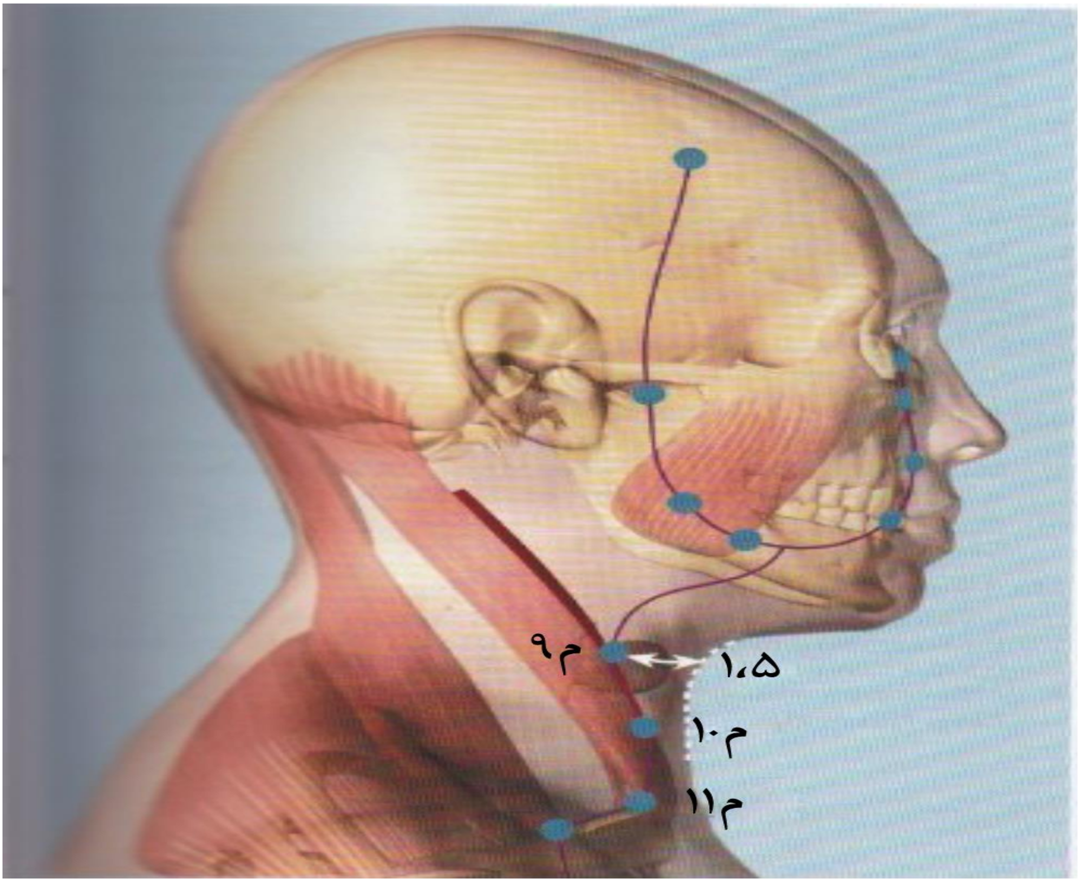


(c) ketabton.com: The Digital Library

م ۹:
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د وینې لوړ فشار، تنفسي ناروغۍ، د ستوني او مرۍ التهاب ولري. دا نقطه د M.sternocleidomastoideus په مخکنۍ څنډه او د حنجرې بهرني (Lateral) اړخ ته د A.carotis communis سره خوا کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ـ ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

م ۱۰:
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ تنفسي ناروغۍ، او د ستوني التهاب ولري. دا نقطه د M.sternocleidomastoideus په مخکنۍ څنډه کې د م ۹ او م۱۱ ترمنځ ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ـ ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

م ۱۱:
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ تنفسي ناروغۍ، د ستوني او مرۍ التهاب ولري، او همدارنګه د تنفسي سیستم عدم کفایه (په دنده کې ستونزه پیدل کېدل، او دنده سرته نه رسوي). دا نقطه په M.Sternocleidomastoideus عضله کې چې د Clavicula هډوکي داخلي اخيري برخې پورتنۍ څنډې او د Sternum هډوکي تر منځ نيغ يا مستقيم د م۱۰ ښکته برخه کې ځا ی لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ـ۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.
پاملرنه! دلته ستنه په ډېره پاملرنې ننباسئ، د Pneumothorax مخه ونيسئ.



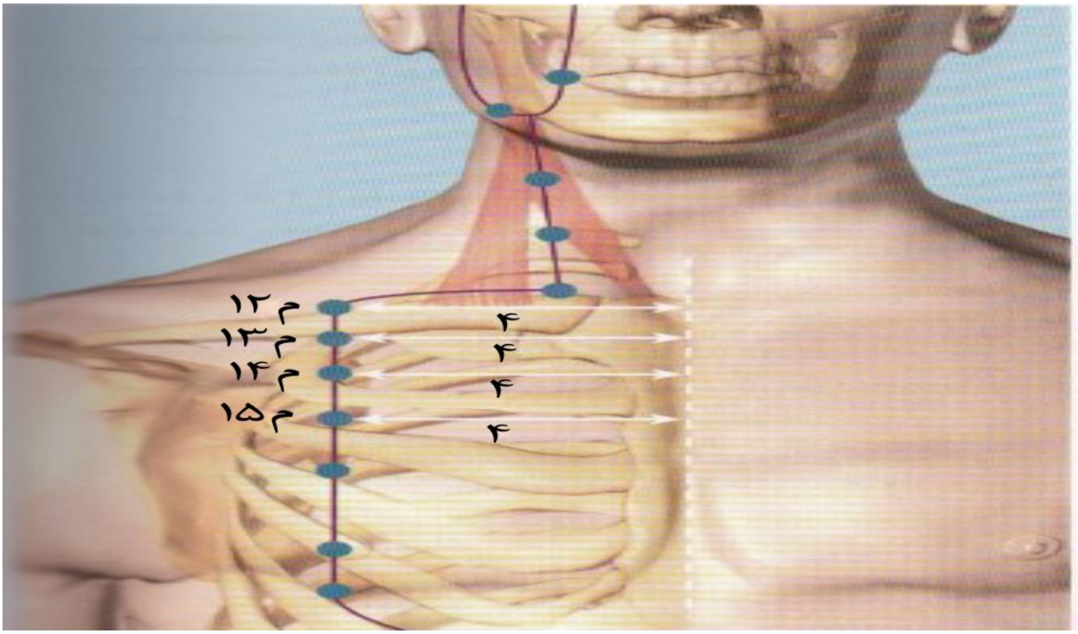
(c) ketabton.com: The Digital Library

م ۱۲:
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ تنفسي ناروغۍ، د ولې يا اوږې او همدارنګه د ستونې دردونه ولري. دا نقطه د بدن د منځنې خط څخه ۴کن بهر (Lateral) اړخ ته د Fossa supraclavicularis په منځنی برخه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۲- ۰،۴کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. په دې نقطه کې درملنه د Pneumothorax سبب هم کېږي.

م۱۳:
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ تنفسي ناروغۍ او د سينې دردونه ولري. دا نقطه د بدن د منځنې خط څخه ۴کن بهر (Lateral) اړخ ته د کلاويکولا (Clavicula) هډوکي په منځنی ښکته څنده کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. په دې نقطه کې ستنه منډل د Pneumothorax سبب هم کېږي، نو د ډېرې پاملرنې بايد کار واخيستل شي.

م ۱۴:
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ تنفسي ناروغۍ ولري. دا نقطه د بدن د منځنې خط څخه ۴ کن بهر (Lateral) اړخ ته په لومړۍ پوښتۍ کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. په دې نقطه کې ستنه منډل د Pneumothorax سبب کېږي، نو د ډېرې پاملرنې بايد کار واخيستل شي.

م ۱۵:
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ تنفسي ناروغۍ ولري. دا نقطه د بدن د منځنې خط څخه ۴ کن بهر (Lateral) اړخ ته په دوهمه پوښتۍ کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ - ۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. په دې نقطه کې ستنه منډل د Pneumothorax سبب هم کېږي، نو د ډېرې پاملرنې بايد کار واخيستل شي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

م ۱۶:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ تنفسي ناروغۍ او یا د سینې (تیونو) التهاب ولري. دا نقطه د بدن د منځني خط څخه ۴کن بهر یا وحشي (Lateral) اړخ ته په دریمه پوښتۍ کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ـ ۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

پاملرنه ! په دې نقطه کې ستنه منډل د Pneumothorax سبب هم کېږي، نو د ډېرې پاملرنې باید کار واخیستل شي.

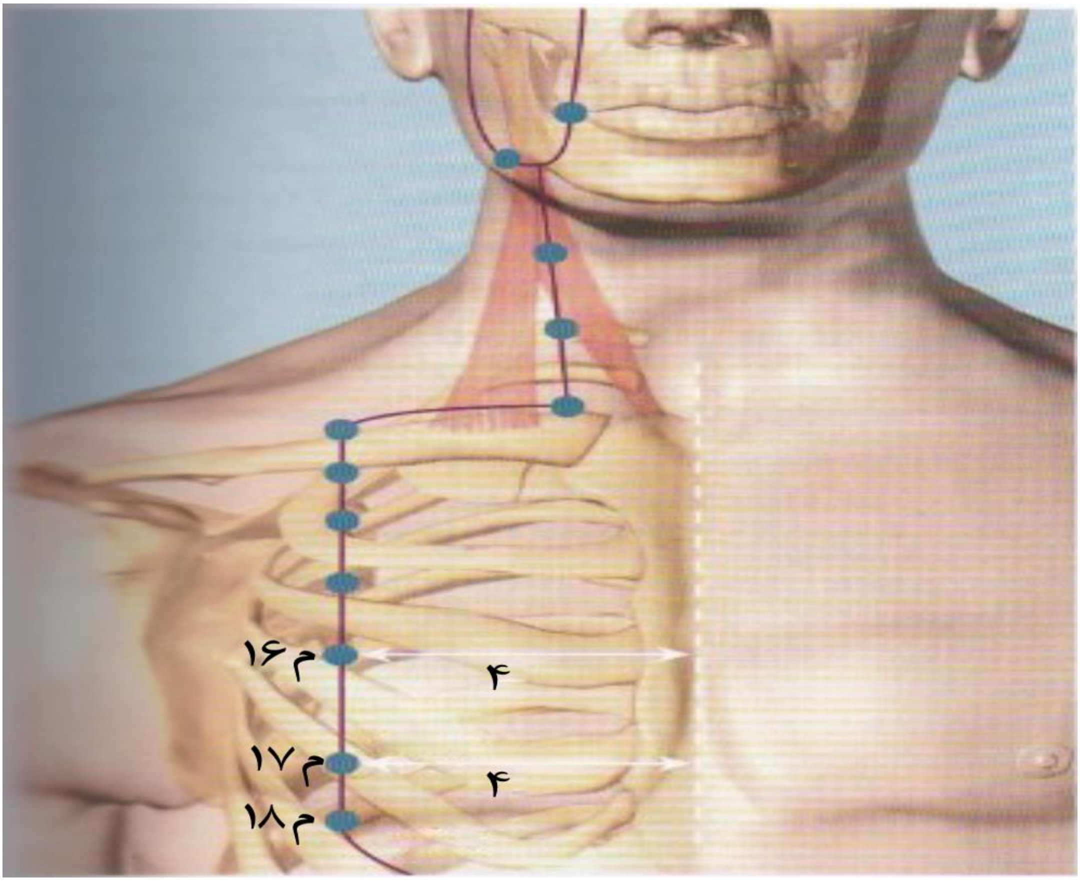
م ۱۷:

دا نقطه د بدن د منځني خط څخه ۴کن بهر یا وحشي (Lateral) اړخ ته په څلورمه پوښتۍ کې د تي په مرکز کې ځای لري. په دې نقطه کې ستنه نه منډل کېږي.

م۱۸:

پدې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ تنفسي ناروغۍ او یا د سینې (تیونو) التهاب ولري، همدارنګه وروسته د زېږون څخه د شیدو کموالی، او د تیونو نورې ناروغۍ ولري. دا نقطه د بدن د منځني خط څخه ۴کن بهر (Lateral) اړخ ته په پنځمه پوښتۍ کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ـ ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

پاملرنه ! په دې نقطه کې ستنه منډل د Pneumothorax سبب هم کېږي، نو د ډېرې پاملرنې باید کار واخیستل شي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

م ۱۹:

پدې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغ د معدې شکايتونه ولري. دا نقطه ۶کن د نوم څخه پورته (Cranial) او۲ کن بهر (Lateral) ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي.

م ۲۰:

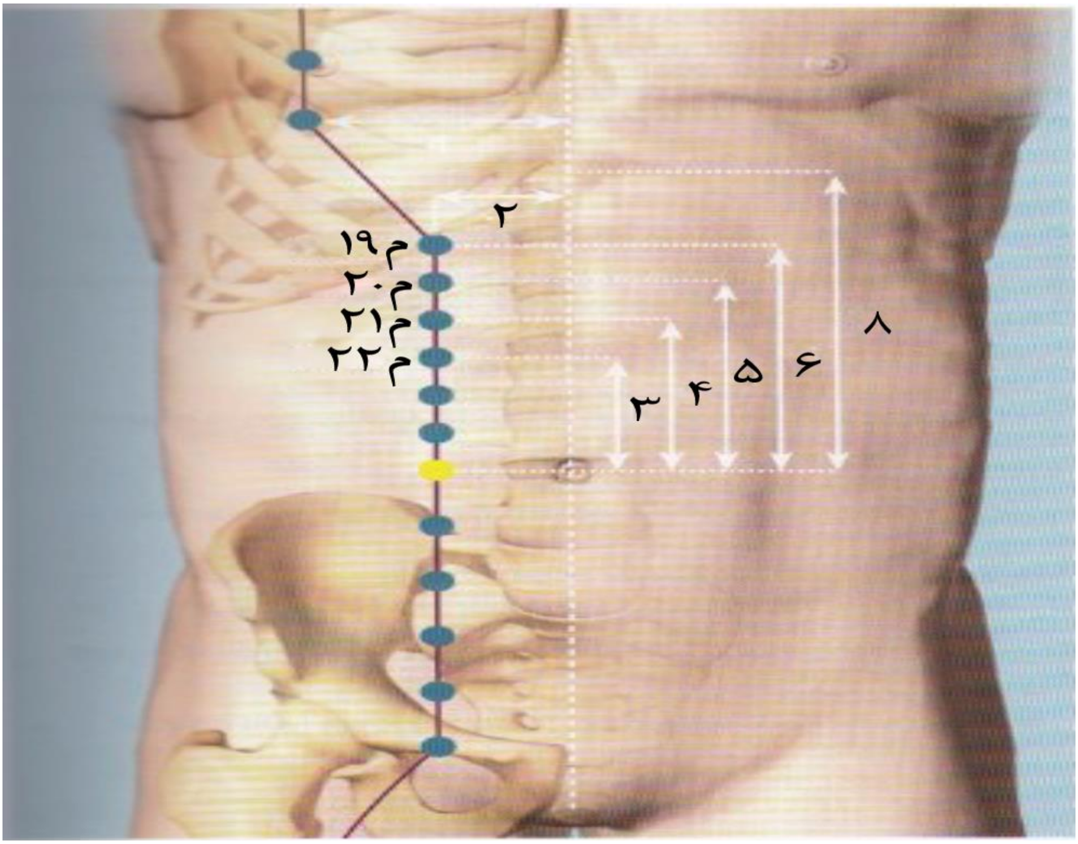
پدې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغ د معدې شکايتونه، د خېټې پړسوب او باد ولري. دا نقطه ۵کن د نوم څخه پورته (Cranial) او ۲کن بهر (Lateral) ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۸- ۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي.

م ۲۱:

پدې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغ د معدې او کولمو شکايتونه ولري. دا نقطه ۴کن د نوم څخه پورته (Cranial) او ۲کن بهر (Lateral) ځای لري، ستنه په دې نقطه کې د ۰،۸ - ۱،۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي.

م۲۲ :

پدې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغ د معدې او کولمو شکايتونه ولري، او همدارنګه کله چې په پښو کې اوبه راټولې (Edema) شوې وي. دا نقطه ۳کن د نوم څخه پورته (Cranial)، او ۲کن د بدن د مخکنې منځنې خط څخه بهر (Lateral) اړخ کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۸- ۱،۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي.



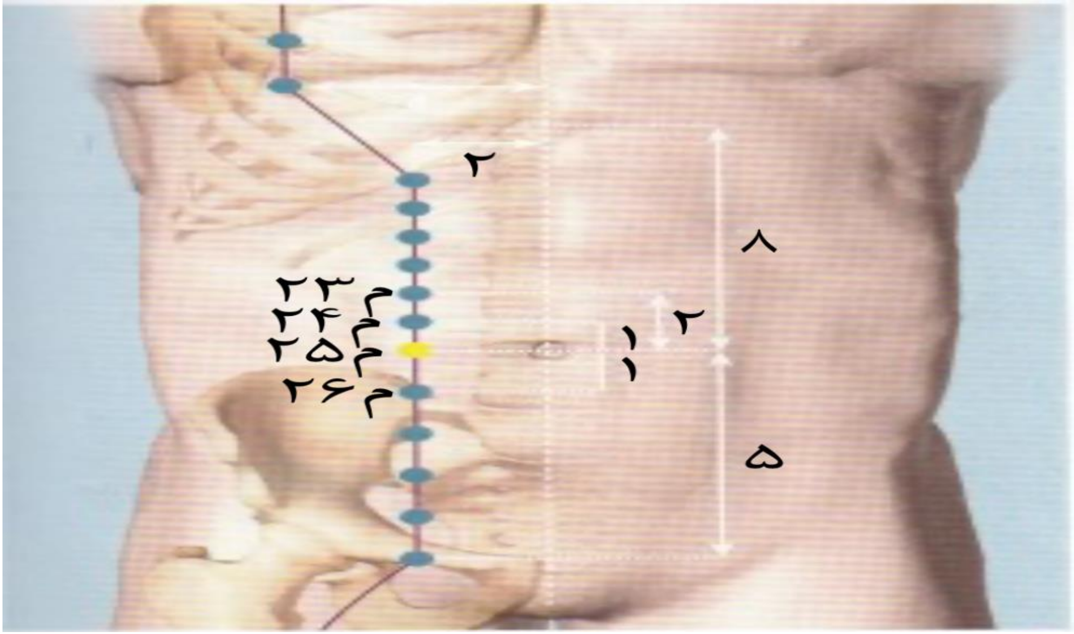
(c) ketabton.com: The Digital Library

م ۲۳:
پدې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د میدې شکایتونه ولري، او همدارنګه رواني ناروغۍ ولري. دا نقطه ۲کن د نوم څخه پورته (Cranial) او ۲کن د بدن د مخکني منځني خط څخه بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۸- ۱،۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

م ۲۴:
پدې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د معدې شکایتونه ولري، او همدارنګه رواني ناروغۍ ولري. دا نقطه ۱کن د نوم څخه پورته (Cranial) او ۲کن د بدن د مخکني منځني خط څخه بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۸- ۱،۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

م ۲۵:
پدې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د کولمو ستونزې او همدارنګه د میاشتنۍ ناروغۍ ستونزې ولري. دا نقطه د نوم څخه ۲کن د بدن د مخکني منځني خط څخه بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ ـ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.
پاملرنه! د حمل په وخت کې باید پدې نقطه کې د ستنې د منډلو ډډه وشي، د حمل د منځه تلو سبب کېدای شي.

م ۲۶:
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د خېټې دردونه او همدارنګه دردناکه میاشتنۍ ناروغي (حیض) ولري. دا نقطه د نوم څخه ۱کن ښکته (Caudal) او ۲کن د بدن د مخکني منځني خط څخه بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ ـ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. د حمل په وخت کې باید پدې نقطه کې د ستنې د ننیستلو ډډه وشي، د حمل د منځه تلو سبب کېدای شي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

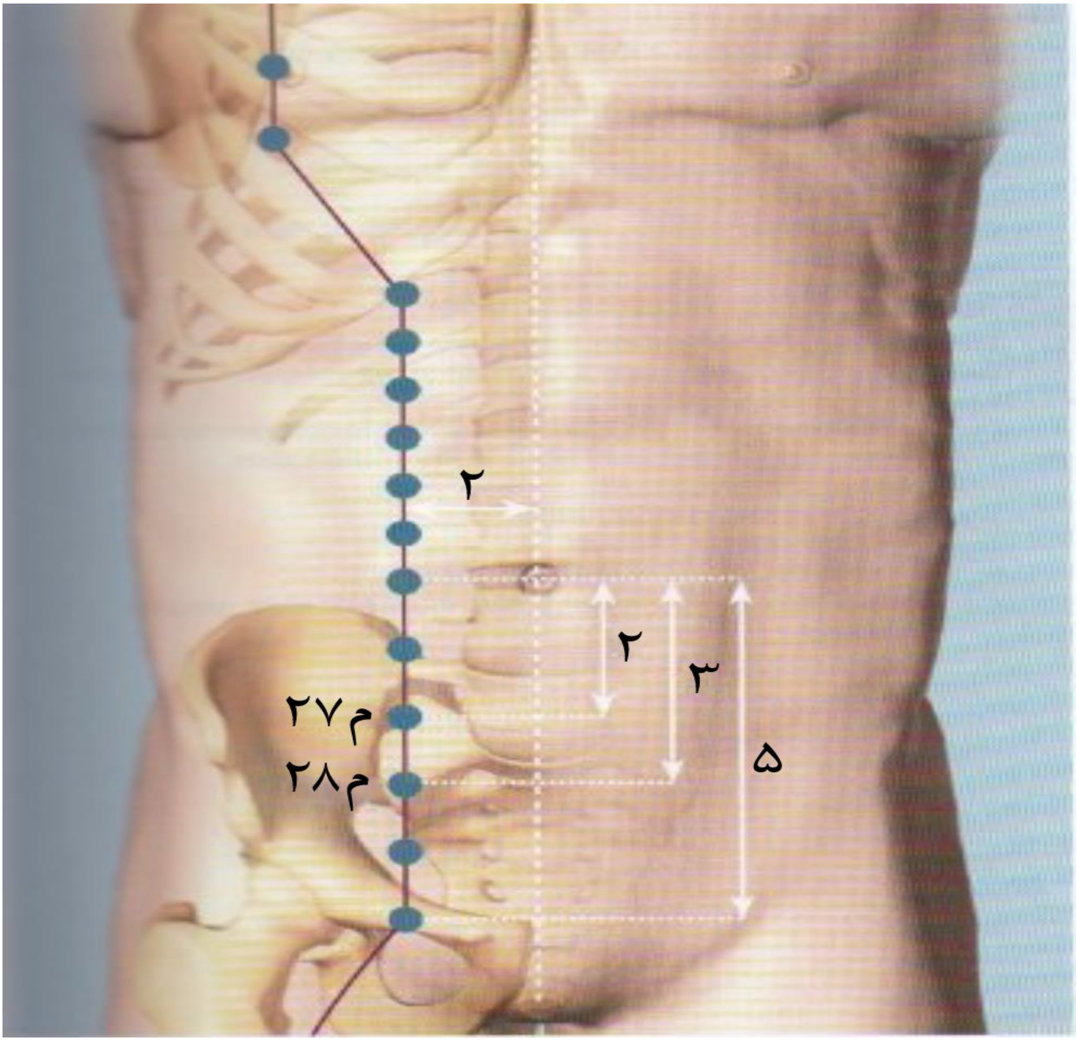
م۲۷:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پارستنه منډل کېږی، چې کله ناروغ  په تشو متیازو کولو کې ستونزه ولري، او یا د خېټې د دیوال چوره (Abdominal hernia) ولري. دا نقطه د نوم څخه ۲کن ښکته (Caudal) او ۲کن د بدن د مخکني منځني خط څخه بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ ـ۵،۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. د حمل په وخت کې باید پدې نقطه کې د ستنې د ننیستلو ډډه وشي، د حمل د منځه تلو سبب کېدای شي.

م۲۸:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پارستنه منډل کېږی، چې کله ناروغ په تشو متیازو کولو کې ستونزه ولري، او همدارنګه قبضیت، دردناکه میاشتنی ناروغي، او یا هغه ناروغانې چې نه حامله کېږي. دا نقطه د نوم څخه ۳کن ښکته (Caudal) او ۲کن د بدن د مخکني منځني خط څخه بهر یا Lateral اړخ ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ ـ۵،۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

د حمل په وخت کې باید پدې نقطه کې د ستنې د ننیستلو ډډه وشي، د حمل د منځه تلو سبب کېدای شي.



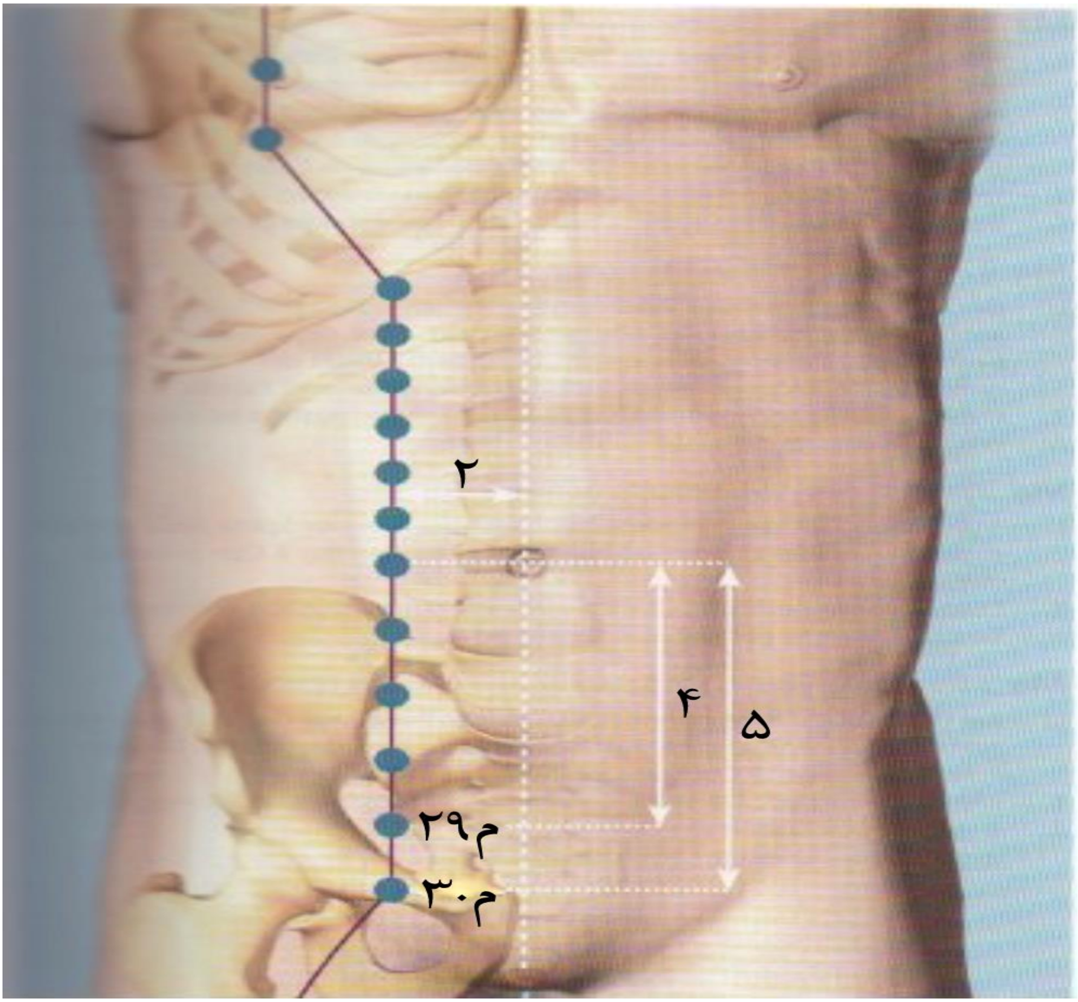
(c) ketabton.com: The Digital Library

م۲۹:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږی، چې کله ناروغ د خېټې چوره (Abdominal hernia)، د میاشتنی ناروغی نه شتون، یا رحم ښکته راغلی وي (Uterus Prolapse). دا نقطه د نوم څخه ۴کن ښکته (Caudal) او ۲کن د بدن د مخکني منځني خط څخه بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د۱ ـ۵،۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. د حمل په وخت کې باید پدې نقطه کې د ستنې د ننیستلو ډډه وشي، د حمل د منځه تلو سبب کېدای شي.

م۳۰:

کله چې د یوې ناروغې میاشتنی ناروغي په منظم ډول نه وي، نه حامیله کېږی، او Vulvitis، د زېږون په وخت کې ستونزې، او د خېټې چوره ولري، او یا نارینه جنسي ستونزې ولري. په دې نقطه کې د درملنې په پارستنه منډل کېږی. دا نقطه د نوم څخه ۵کن ښکته (Caudal) تر Symphysis pubis د پورتنۍ څنډې پورې، اوبیا ۲کن د بدن د مخکني منځني خط څخه بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ ـ۵،۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. د حمل په وخت کې باید پدې نقطه کې د ستنې د ننیستلو ډډه وشي، د حمل د منځه تلو لامل کېدای شي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

م ۳۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږی، چې کله ناروغ د بدن د ښکتنی برخې دردونه یا ستونزې په ځانګړې ډول د ورون دردونه ولري. دا نقطه د Spina iliaca anterior superior او د پټیلا Patella د پورتنی بهرنی څنډې د خطونو د یو ځای کېدو په نقطه کې د Glutial عضلې د قات د جګوالي په اندازه په مخکنی (Ventral) برخه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د۱ ـ ۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

م۳۲ :

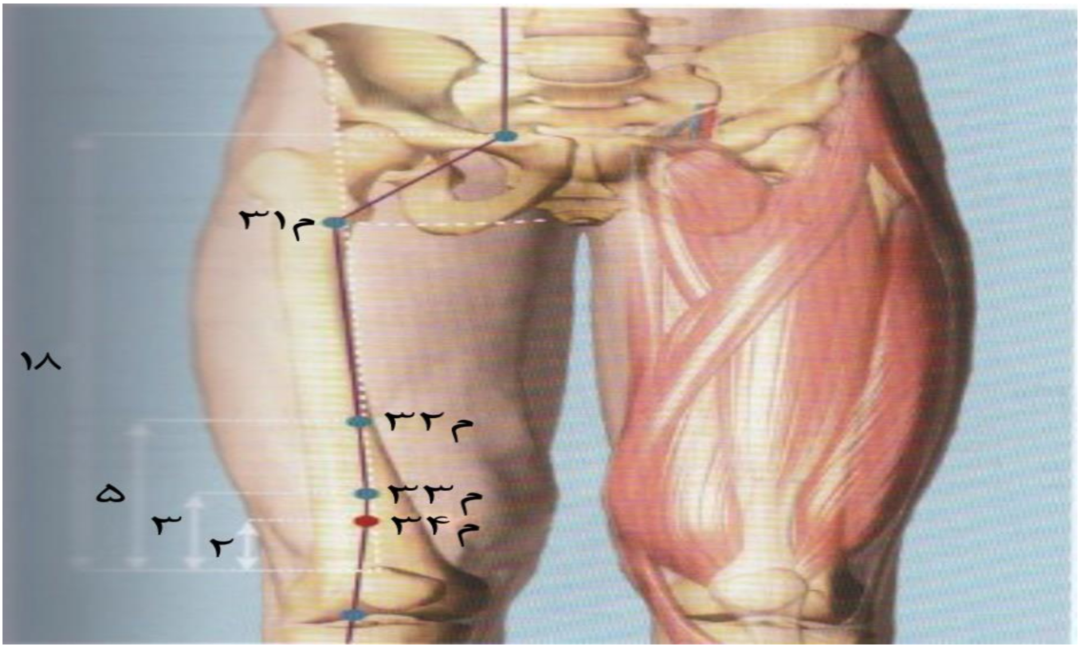
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږی، چې کله ناروغ د بدن د ښکتنی برخې دردونه یا ستونزې په ځانګړې ډول د ورون دردونه ولري. دا نقطه د Spina iliaca anterior superior او د پټیلا Patella د پورتنی بهرنی څنډې د خطونو د یو ځای کېدو په نقطه کې، کوم چې ۶کن د پټیلا د بهرنی څنډې څخه نیږدې (Proximal) ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ـ ۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

م۳۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږی، چې کله ناروغ د بدن د ښکتنی برخې دردونه یا ستونزې ولري. دا نقطه د Spina iliaca anterior superior او د پټیلا Patella د پورتنی بهرنی څنډې د خطونو د یو ځای کېدو په نقطه کې کوم چې ۳ کن د پټیلا د بهرنی څنډې څخه نیږدې (Proximal) ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ ـ ۲ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

م۳۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږی، چې کله ناروغ د ځنګون (Knee joint) دردونه او د میدې دردونه ولري. دا نقطه د Spina iliaca anterior superior او د پټیلا Patella د پورتنی بهرنی څنډې د خطونو د یو ځای کېدو په نقطه کې کوم چې۲کن د پټیلا د بهرنی څنډې څخه نیږدې (Proximal) ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ـ ۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

م ۳۵:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږی، چې کله ناروغ د ځنګون (Knee joint) دردونه ولري. کله چې ځنګون قات شي، نو دا نقطه د پټيلا د هډوکې په ښکتنۍ څنډې، او د پټيلا ليګامنټ په بهر (Lateral) ژوره برخه کې ځای لري، چې د ځنګون سترګې ورته هم وايي. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ ـ ۱،۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

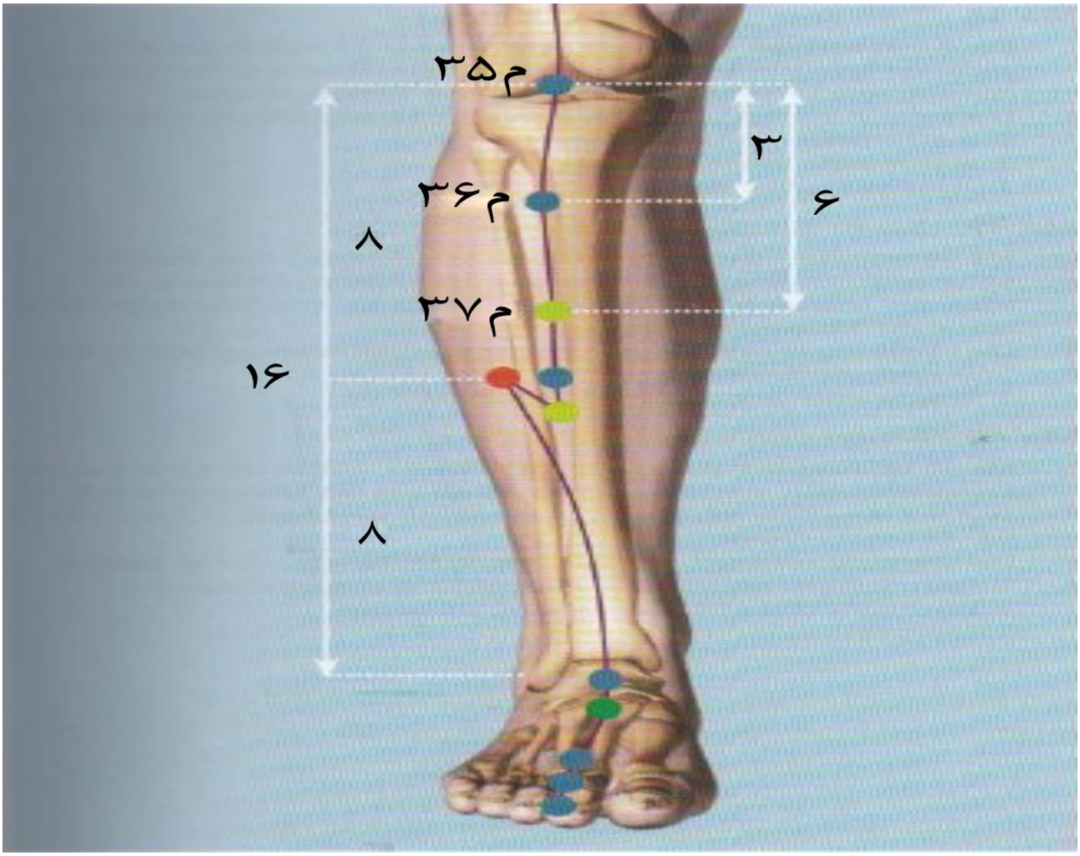
پاملرنه! د ځنګون د مکروبي کېدو مخنيوی بايد وشي.

م۳۶:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د ځنګون (Knee joint) دردونه، او يا ناروغ د هضم ستونزه، او همدارنګه د بدن د ښکتني غړو دردونه (لېنګو، او پښو دردونه) ولري. په دې نقطه کې درملنه د بدن پياوړتيا رامنځ ته کوي، د بدن دفاعي سيستم قوي يا پياوړی کوي. دا نقطه د م۳۵ څخه ۳کن لېرې (Distal)، او د يوې ګوتې د پلنوالي په اندازه د ټيبيا (Tibia) هډوکې د مخکنۍ څنډې څخه بهر (Lateral) ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ـ۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

م ۳۷:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږی، چې کله ناروغ د کولمو ناروغۍ ولري. دا نقطه د م ۳۵ څخه د ټيبيا هډوکې په اوږدوالي کې ۶کن لېرې Distal ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ـ ۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

م ۳۸:

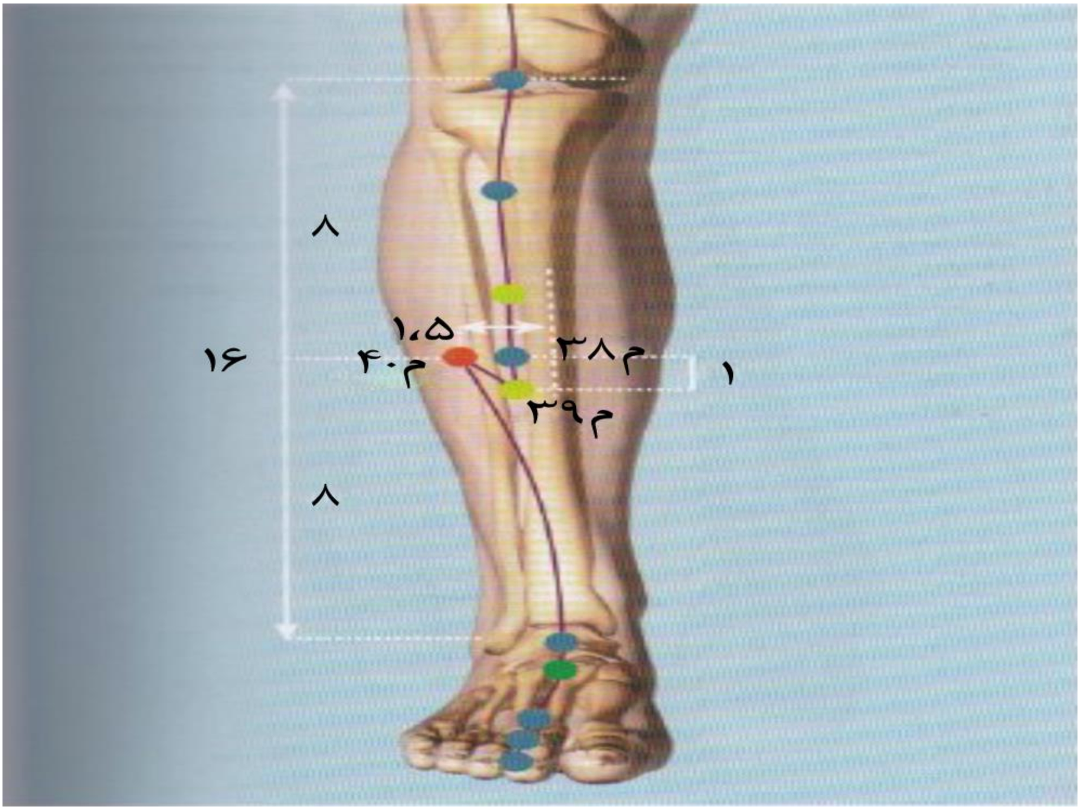
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه مندل کېږي، چې کله ناروغ د خېټې، د لېنګو، او اوږې یا ولې دردونه ولري. دا نقطه د م ۳۵ څخه د ټیبیا هډوکي په اوږدوالي کې ۸کن لېرې (Distal) ځای لري، کوم چې د ځنګون (Knee joint) او د پښې د بهرني ښنګري (Lateral Malleolus) د جګې نقطې تر منځ ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ـ ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول مندل کېږي.

م ۳۹:

کله چې ناروغ د بدن د ښکتنی برخې شکایتونه او یا د کولمو ناروغی ولري، په دې نقطه کې د درملنې په پار ستنه مندل کېږي. دا نقطه د م ۳۵ څخه د ټیبیا هډوکي په اوږدوالي کې ۹کن لېرې (Distal) ځای لري، کوم چې د ځنګون (Knee joint) او د پښې د بهرني ښنګري (Lateral Malleolus) د جګې نقطې تر منځ ځای لري، یا ۱ کن لېرې (Distal) د م ۳۸ څخه ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ـ ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول مندل کېږي.

م ۴۰:

دې نقطې ته چینایان تېرېدونکې (Passage point) یا لوو (Luo point) نقطه وایي. کله چې ناروغ داسې ناروغي ولري، چې په هغې کې بلغم ډېر تولیدېږي، رواني یا روحي ناروغي، او یا میرګي (Epilepsy) ولري. په دې نقطه کې د درملنې په پار ستنه مندل کېږي. دا نقطه هم د ځنګون ( Knee joint) او د پښې د بهرني ښنګري (Lateral Malleulus) د جګې نقطې تر منځ پرته ده. د م۳۵ څخه د ټیبیا هډوکي په اوږدوالي کې ۸ کن لېرې (Lateral)، کوم چې د م۳۸ څخه ۱،۵کن بهر (Lateral) خواته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ـ ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول مندل کېږي.



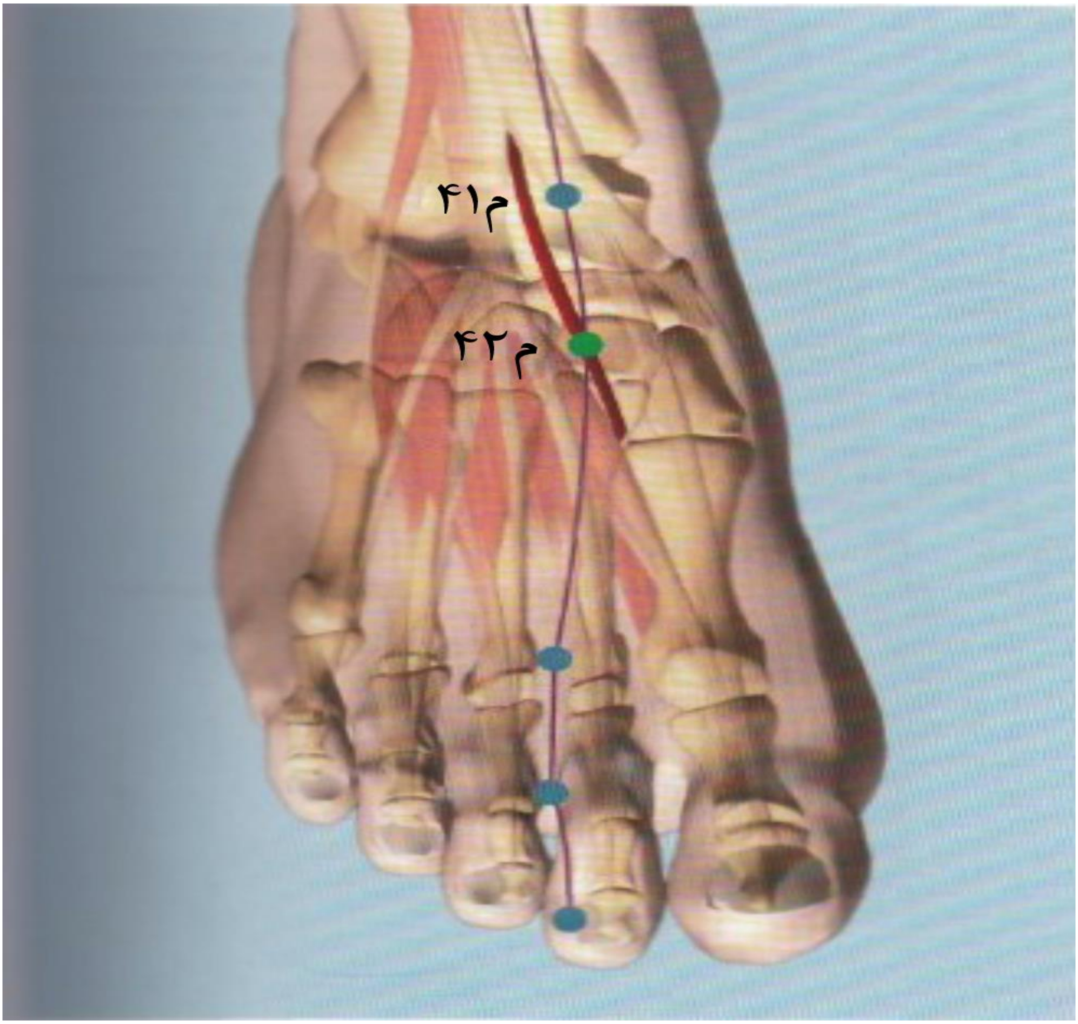
(c) ketabton.com: The Digital Library

م ۴۱:

دې نقطې ته چینایان تنبې کوونکې نقطه (Toning point) وايي. کله چې ناروغ سردردي، سرګرځېدل او قبضیت ولري، او خوبوړی وي. په دې نقطه کې د درملنې په پار ستنه منډل کیږي. دا نقطه د پښې د بند په مخکنۍ (Ventral) افقي قات په منځنۍ ژوره برخه کې، کوم چې د M.extensor hallucis longus او M. extensor digitorum longus لیګامینټونو تر منځ ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ـ ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کیږي.

م۴۲:

دې نقطې ته چینایان ابتدایي یا د پیل (Source point) یا یووان (Yuan point) نقطه هم وايي. په دې نقطه کې د درملنې په پار هغه وخت ستنه منډل کیږي، چې کله ناروغ د خېټې او پښو دردونه ولري، او همدارنګه یې مخ فلج شوی وي. دا نقطه د پښې په شاتنۍ برخه کې، کوم چې د M.extensor hallucis longus او M.extensor digitorum longus ترمنځ، کوم ځای کې چې A.dorsalis pedis هم د ګوتو په ذریه احساسیږي، ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۲ـ ۰،۳کن په اندازه په عمودي ډول منډل کیږي.

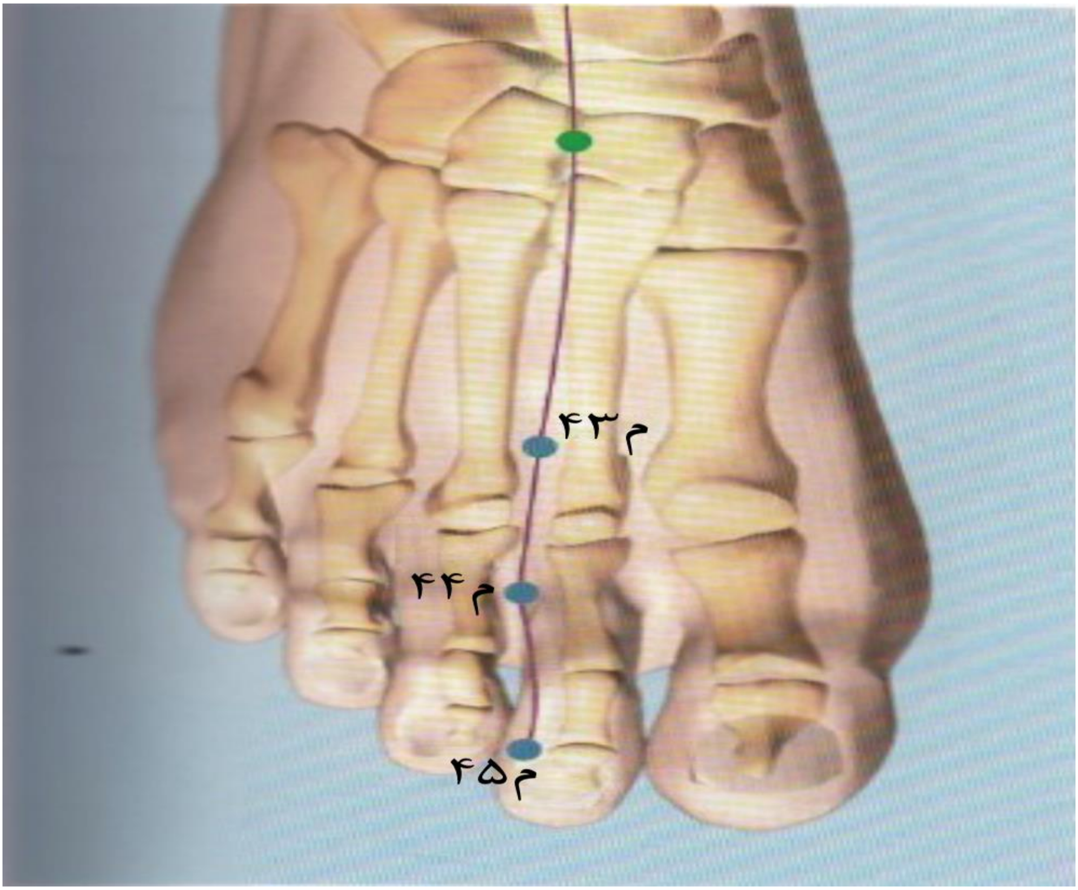


(c) ketabton.com: The Digital Library

م ۴۳:
په دې نقطه کې د درملنې په پارهغه وخت ستنه منډل کيږي، چې ناروغ د خېټې شکايتونه او پښو دردونه ولري. دا نقطه د ميتا تارسوفلنجيال بند (Metatarsophalangeal joint) په نيږدې زاويه کې، کوم چې د دوهم او دريم Metatarsal هډوکو په منځ کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ـ ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي.

م۴۴:
کله چې ناروغ د غوږ، پوزې، ستوني ستونزې، او د کولمو مکروبي ناروغۍ ولري، د مخ فلج او سر درددي، او همدارنګه په پنځو حيسونو کې ستونزه ولري. بيا په دې نقطه کې ستنه د درملنې په پار منډل کيږي. دا نقطه د پښې د دوهمې او دريمې ګوتې د سپينې او سرې غوښې تر منځ ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ـ ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي.

م ۴۵
دې نقطې ته چينايان اراموونکې (Sedation point) نقطه وايي. دا نقطه د پښې د دوهمې ګوتې غوښې او نوک ترمنځ نيږدې (Proximal) زاويې بهر (Lateral) اړخ کې ځای لري. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغ د غوږ، پوزې، ستوني، او همدارنګه په پنځو حيسونو کې ستونزې ولري، او يا رواني ناروغي ولری. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

**د توري ويالـه يا کانال**

توری د ین (Yin) اورګان په نوم يادېږی، چينايان دې اورګان ته ځمکې سره اړيکه ورکوی. د انرژۍ دوران په دې ويالـه کې (Centripetal)، يانې د اطرافو څخه مرکز ته انرژي بهېږي. اِغېز يې د بدن په منځنۍ برخه ډېر دی، لکه هضمي سيستم، تناسلي سيستم، او بولـي سيستم. دا ويالـه د پښو څخه د سينې اړخ ته بهېږي. په دې ويالـه کې ۲۱نقطې د ستنې د منډلو د پاره موجودې دي. د دې ويالې د همغږۍ نقطه (Approval point) يې د متيازو کڅوړه ۲۰ (م ک ۲۰)، او د يوځای کېدو نقطه (Alarm point) يې ځګر ۱۳(ځ۱۳) ده.

<u>ت ۱</u> :

په دی نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د سينې او يا خېټې دردونه ولري، او يا وينې کېدنه ( خونرېزي ) ولري. دا نقطه د پښې د غټې ګوتې د غوښې او نوک ترمنځ د نيږدې زاويې کورنۍ يا داخلي برخه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ت۲:

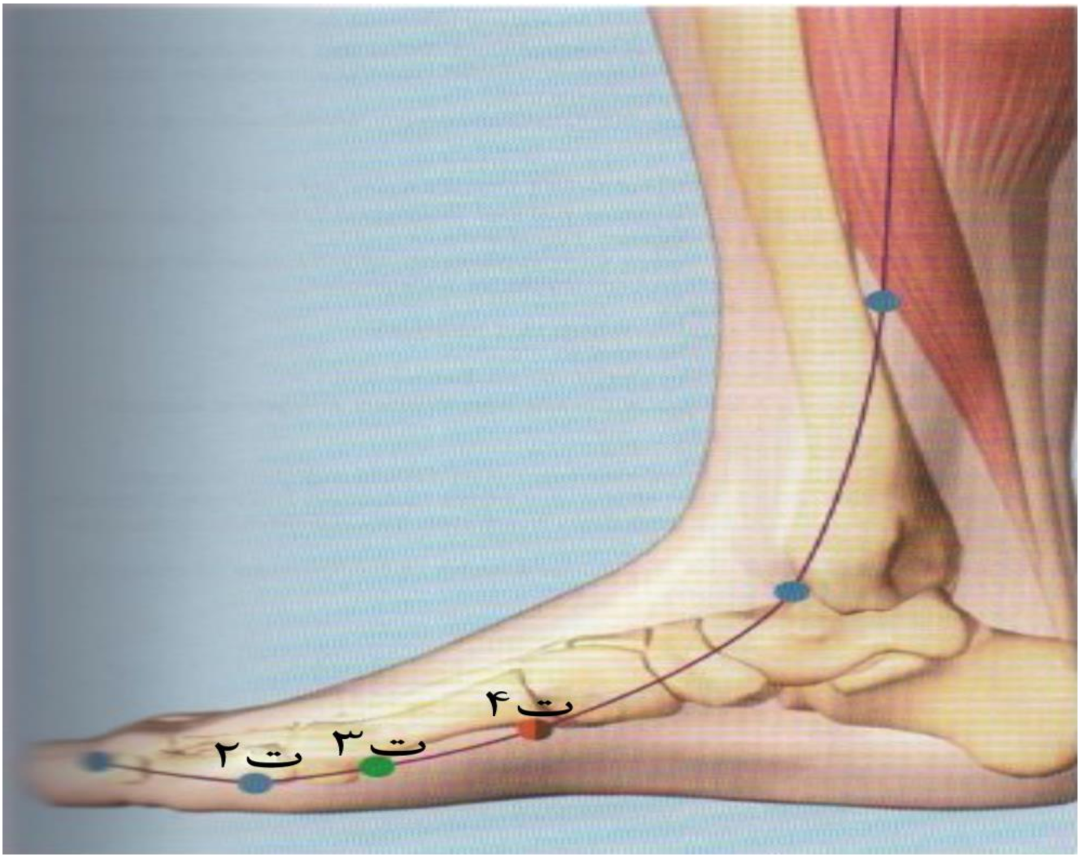
دې نقطې ته چينيان د تنبې (Toning point) نقطه وايي. په دی نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغ د هضم ستونزه ولري. دا نقطه د پښې په تلې کې، کوم چې دلومړي (Metatarsophalangeal joint) په لېرې (Distal) برخه کې د سرې او سپينې غوښې په منځ کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي.

ت ۳:

دې نقطې ته چينايان د پيل (Source point) يا يووان (Yuan point) نقطه وايي. په دی نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغ د هضم ستونزه ولري. دا نقطه د پښې په تلې کې، کوم چې د لومړي (Metatarsophalangeal joint) په نيږدی (Proximal) برخه کې د سرې او سپينې غوښې په منځ کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي.

ت۴:

دې نقطې ته چينايان اساسي نقطه (Cardinal point) او همدارنګه تېرېدونکې (Passage point) نقطه هم وايي. په دی نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغ د هضم ستونزه ولري. دا نقطه د پښې په تلې کې د لومړي Metatarsal هډوکي په لومړنۍ برخه کې د سرې او سپينې غوښې ترمنځ ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۶- ۱،۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

ت۵ :

دې نقطې ته چینایان اراموونکي (Sedation point) نقطه وايي. په دی نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د هضم ستونزه ولري. دا نقطه د پښې د داخلي ښنګري (Medial Malleolus) لېرې (Distal) او مخکنۍ (Ventral) ژوره برخه کې، کوم چې د Tuberositas osis navicularis او د پښې د داخلي ښنګري (Medial Malleolus) ترمنځ ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

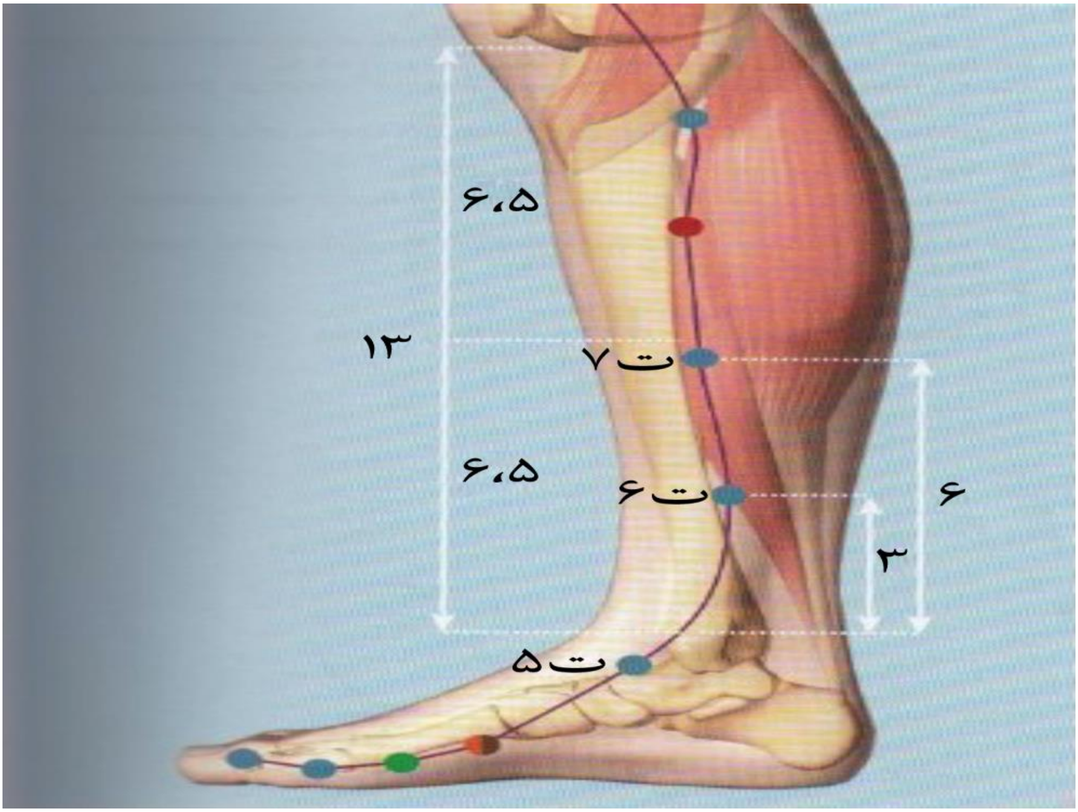
ت۶:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغه ښځینه ناروغۍ، او همدرانګه په زېږون کې ستونزه ولری، او یا ناروغ جنسي ستونزه ولري، همدارنګه د هضم او تشو میتیازو ستونزې، او یا د پښو دردونه ولري. دا نقطه ۳کن نیږدې (Proximal) د پښې د داخلي ښنګري ( Medial Malleolus) د جګې یا لوړې نقطې څخه د تیبیا (Tibia) د هډوکې شاتنۍ او داخلي څنډه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

پاملرنه! په حمل کې باید ډېر پام وشي، چې د حمل د دردونو د رامنځ ته کېدو سبب کېږي.

ت۷:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د هضم او یا د تشو متیازو په کولو کې ستونزې ولري. دا نقطه ۶ کن نیږدې (Proximal) د پښې د داخلي ښنګري (Medial Malleolus) د جګې یا لوړې نقطې څخه د تیبیا (Tibia) د هډوکې په شاتنۍ او داخلي څنډه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د۱- ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.



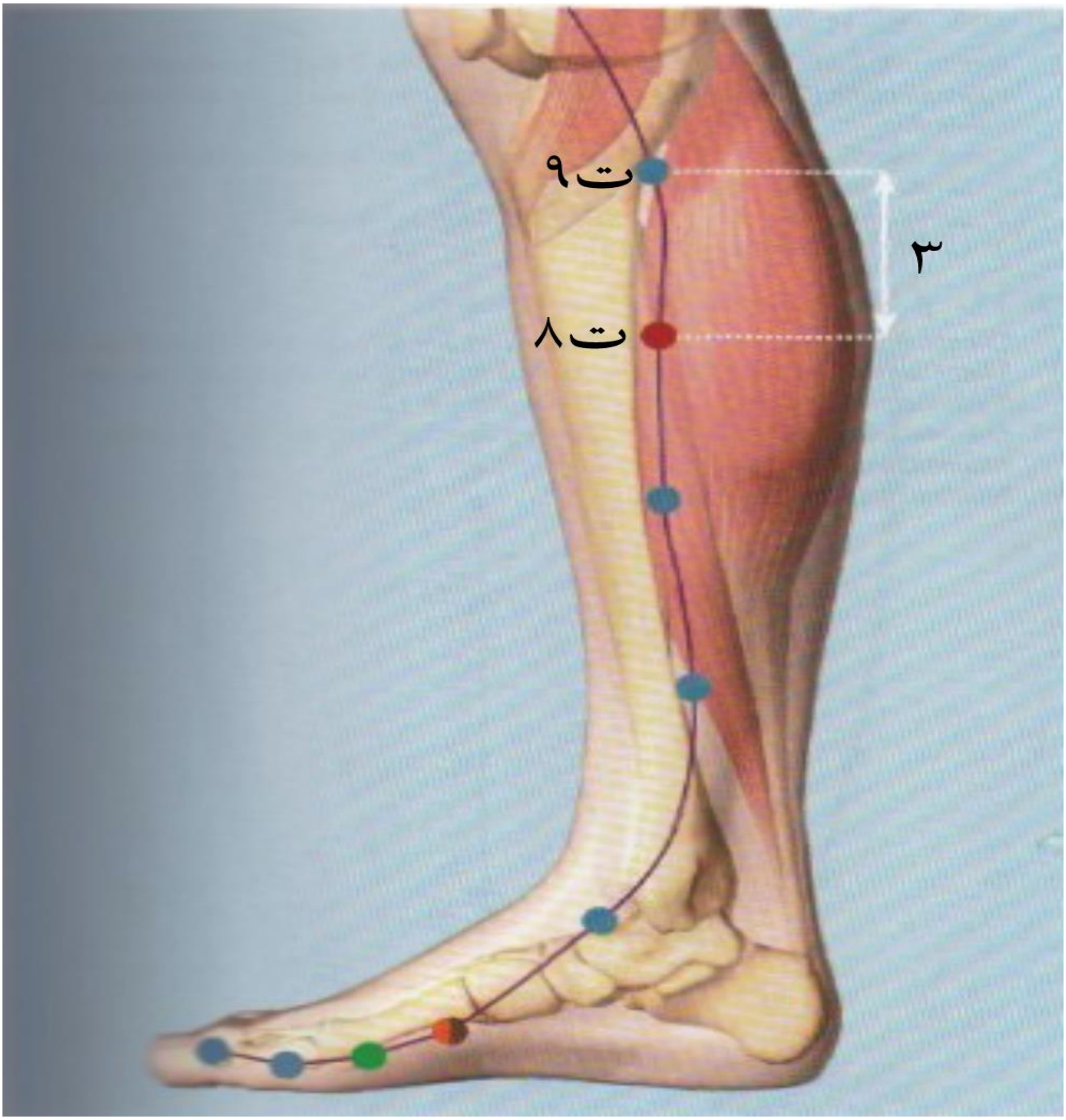
(c) ketabton.com: The Digital Library

ت ۸:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ یا ناروغه د هضم او یا ښځینه ناروغۍ، او د رحم ناروغۍ ولري. دا نقطه ۳کن لېرې (Distal) د ت۹ څخه په هغه خط کې ځای لري، کوم چې د پښې د داخلي ښنګري (Medial Malleolus) د جګې یا لوړې نقطې او ت ۹ ترمنځ ځای لري. ستنه په دې نقطه کې ۱- ۱،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

ت۹:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ یا ناروغه د هضم ستونزې، د متیازو د کڅوړې ستونزې، پړسوب Edema، او د څنګون دردونه ولري. دا نقطه د Tibia condylus په شاتنۍ او داخلي یا کورنۍ ژوره برخه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۲ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.



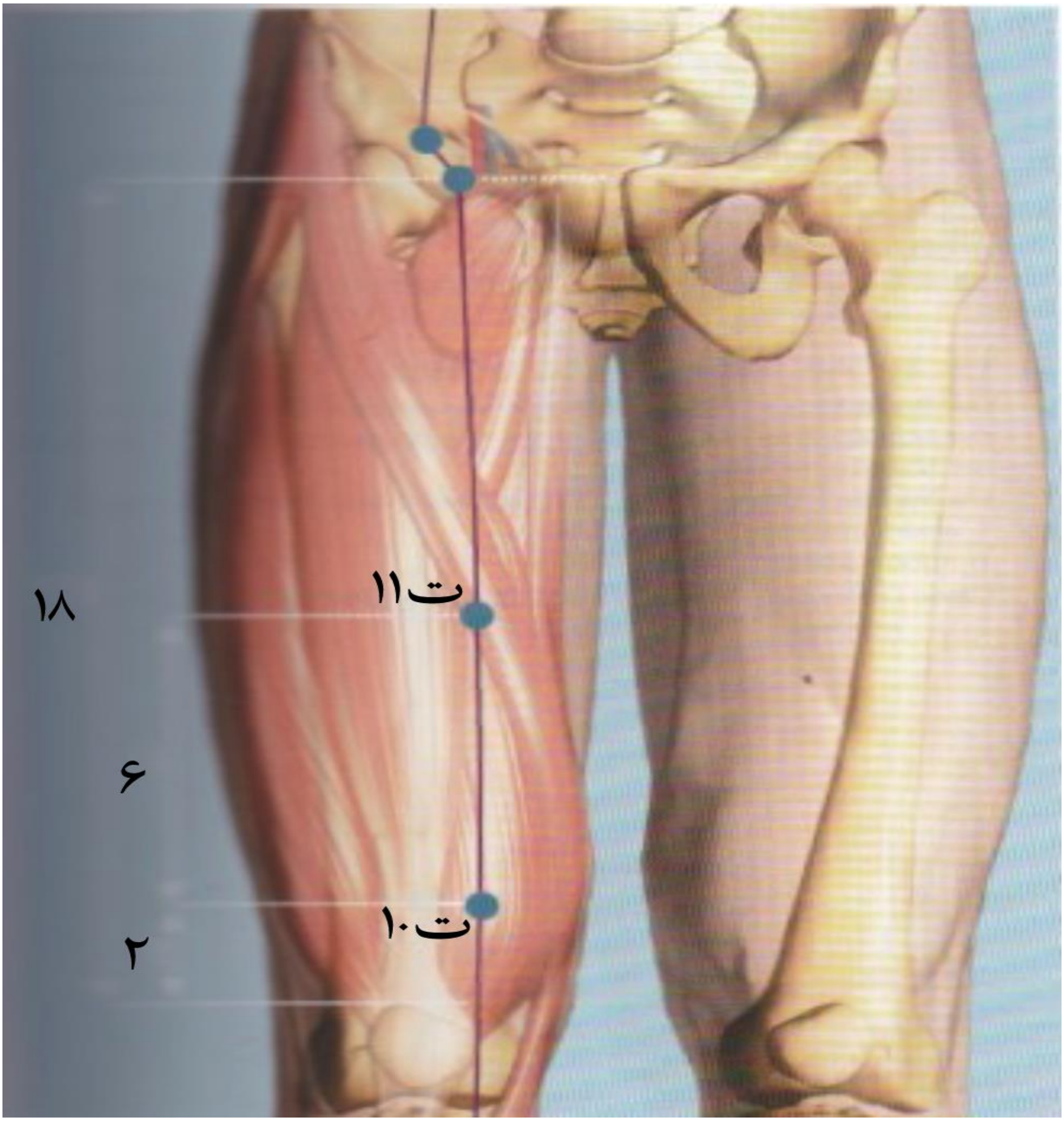
(c) ketabton.com: The Digital Library

ت۱۰:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغ يا ناروغه په مياشتنۍ ناروغۍ کې ستونزې ولري، د ورون دردونه، او همدرانګه د پوستکي ناروغۍ (Eczema ،Urticaria) ولري.
کله چې ځنګون د قات په حالت کې وي، دا نقطه د پټيلا (Patella) د هډوکی د داخلي څندې څخه ۲ کن نيږدې (Proximal) ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي.

ت۱۱:

په دی نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغ يا ناروغه دمثانې (ميتيازو کڅوړې) ستونزه ولري. دا نقطه د ت۱۰ څخه ۶کن نيږدې (Proximal) ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

ت۱۲:

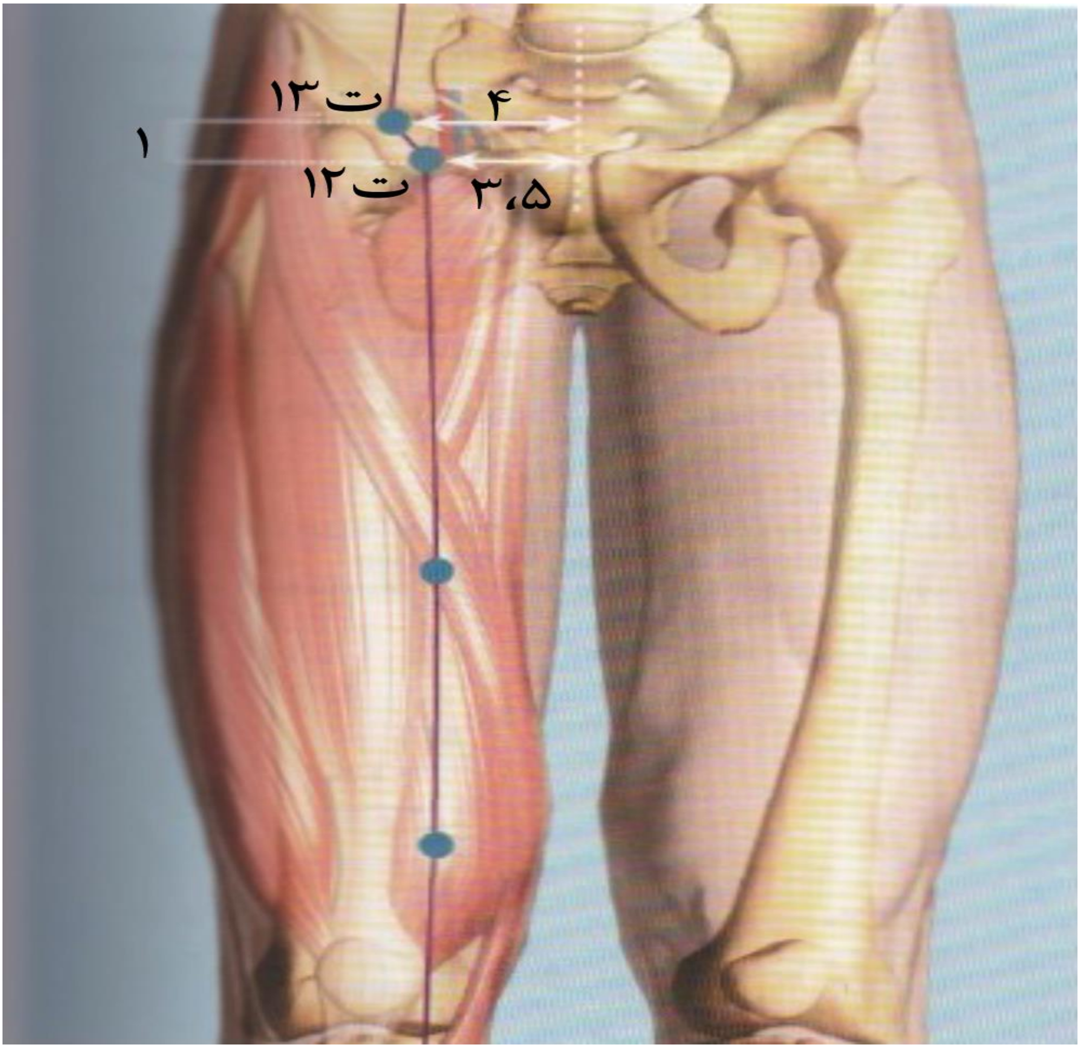
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ یا ناروغه د مثانې (میتیازو کڅوړې) ستونزه، او یا چوره (Hernia) ولري. دا نقطه د بدن د منځني خط یانې د Symphysis pubis څخه ۳،۵کن بهر (Lateral) د سپوغزې د پوستکې د قات په اخرنۍ برخه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

پاملرنه! د حمل په وخت کې د اکوپنګچر څخه پدې نقطه کې باید ډډه وشي.

ت۱۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ یا ناروغه د خېټې دردونه ولري، او یا چوره (Hernia) وي. دا نقطه د Symphysis pubis د پورتنۍ څنډې څخه ۱کن پورته، او د بدن د مخکنې منځني خط څخه ۴کن بهر (Lateral) ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

پاملرنه! د حمل په وخت کې د اکوپنګچر څخه پدې نقطه کې باید ډډه وشي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

ت۱۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د هضم ستونزه ولري. دا نقطه د ت۱۵ څخه ۱،۳کن ښکته او د بدن د مخکني منځني خط څخه ۴کن بهر (Lateral) ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. د حمل په وخت کې د اکوپنګچر څخه پدې نقطه کې باید ډډه وشي.

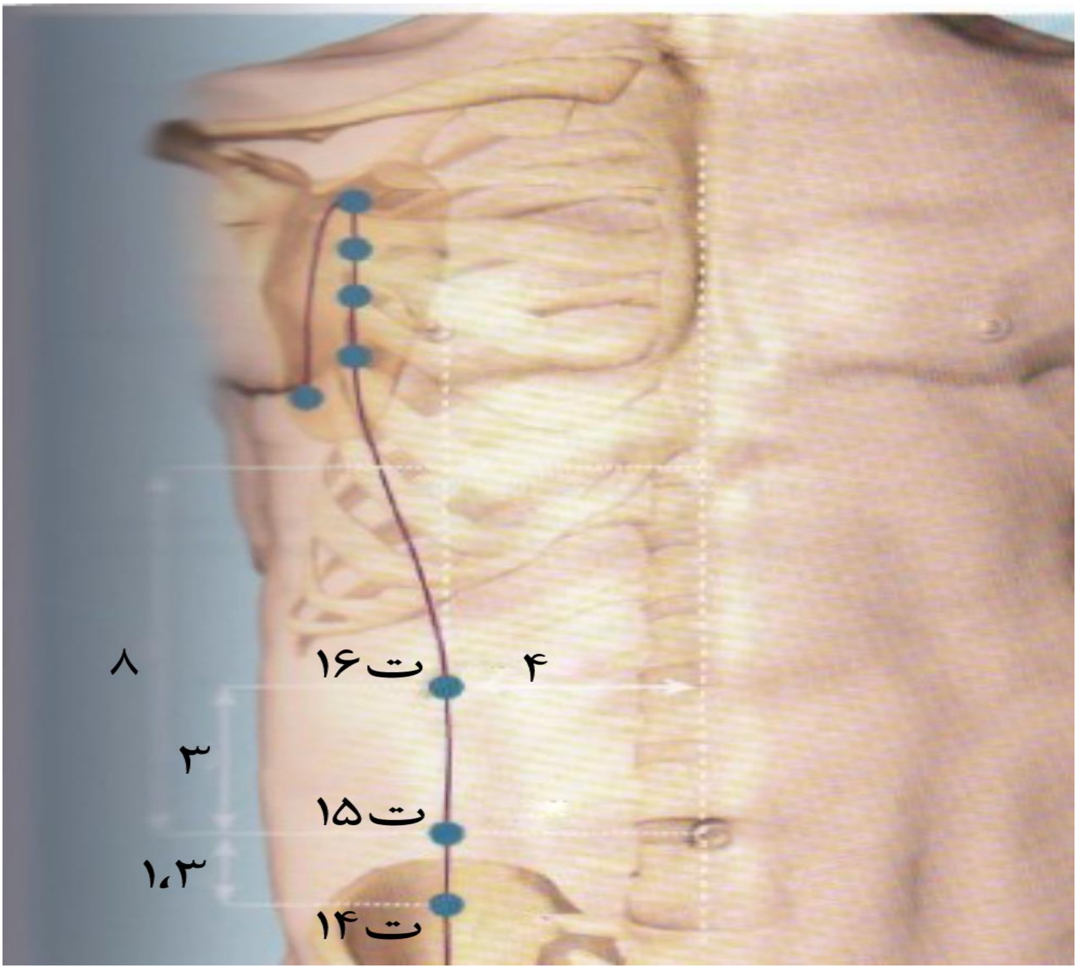
ت ۱۵:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د خېټې شکایتونه ولري. دا نقطه د نوم څخه ۴کن بهر (Lateral) ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. د حمل په وخت کې د اکوپنکچر څخه پدې نقطه کې باید ډډه وشي.

ت۱۶:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د خېټې شکایتونه ولري. دا نقطه د نوم څخه ۳ کن پورته او د بدن د مخکني منځني خط څخه ۴کن بهر (Lateral) ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

پاملرنه! د Pneumothorax مخه باید ونیول شي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

ت۱۷:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د مرۍ ستونزې ولري، او یا د پوښتیو دردونه (Intercostal neuralgia) ولري. دا نقطه د بدن د مخکني منځني خط څخه ۶کن بهر (Lateral) د پنځمې پوښتۍ په خالیګا (Intercostal space) کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

پاملرنه! د Pneumothorax مخه باید ونیول شي.

ت۱۸:

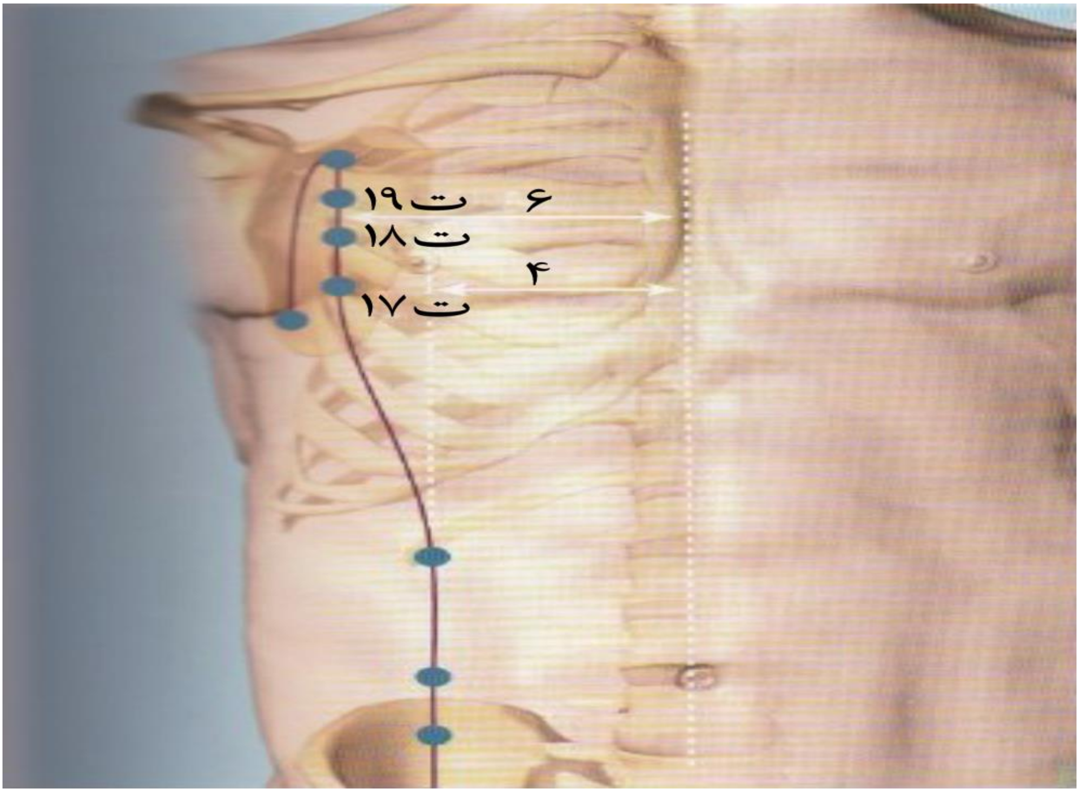
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د تیونو ناروغۍ او یا د سینې (Thorax) دردونه ولري. دا نقطه د بدن د مخکني منځني خط څخه ۶کن بهر (Lateral) د څلورمې پوښتۍ په خالیګا (Intercostel space) کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

پاملرنه! د Pneumothorax مخه باید ونیول شي.

ت۱۹:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د سینې (Thorax) دردونه ولري. دا نقطه د بدن د مخکني منځني خط څخه ۶کن بهر (Lateral) د دریمې پوښتۍ په خالیګا (Intercostal space) کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

پاملرنه! د Pneumothorax مخه باید ونیول شي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

ت۲۰:

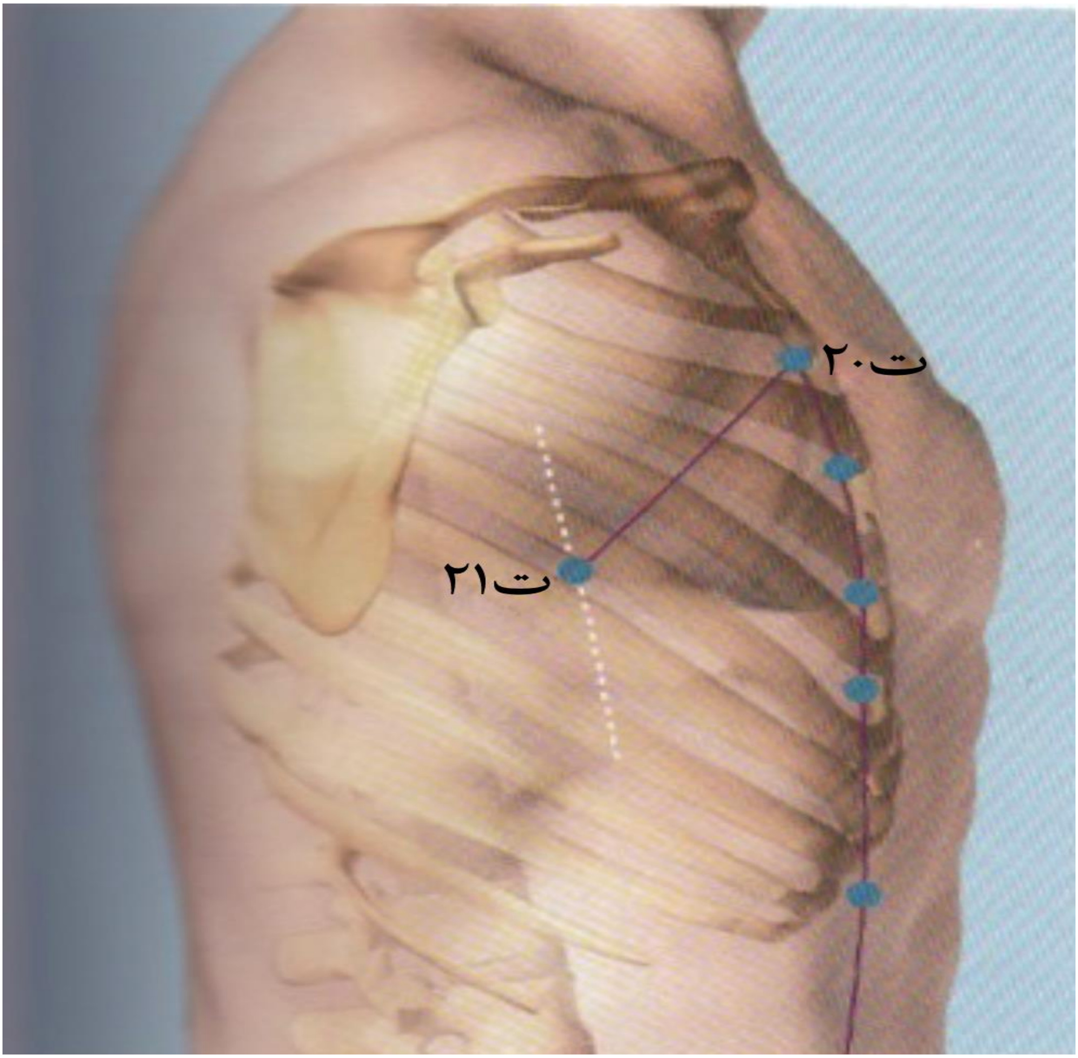
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د سينې (Thorax) دردونه ولري. دا نقطه د بدن د مخکنې منځنې خط څخه ۶کن بهر (Lateral) د دويمې پوښتۍ په خاليگا (Intercostal space) کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

پاملرنه! د Pneumothorax مخه بايد ونيول شي.

ت۲۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د سينې (Thorax) دردونه او بندونو دردونه ولري. دا نقطه د تخرگ په منځنې خط (Linea axillaris) د شپږمې پوښتۍ په خاليگا (Intercostal space) کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

پاملرنه! د Pneumothorax مخه بايد ونيول شي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

### د زړه ویاله یا کانال

زړه ین (Yin) غړي یا اورگان دی، چینایان یې د اور سره اړیکه یا ارتباط ورکوي. چینایان وایي په دې غړي کې د ۱۱-۱۳ بجو په وخت کې ناروغي رامنځ ته کېږي. د زړه ویاله د سر څخه د لاسونو په لور بهېږي، په دې ویاله کې د درملنې په پار په ۹ مختلفو ځایونو کې ستنې منډل کېږي. د انرژۍ دوران په دې ویاله کې د مرکز څخه اطرافو (Centrifugal) ته دي. په رگونو، وینه، عقل، احساس او روح اغېز کوي. د دې ویالې د همغږۍ نقطه متیازو کڅوړه ۱۵( م ک ۱۵)، او د یو ځای کېدو یا خطر نقطه دومای ۱۴ ( دم ۱۴) ده.

ز۱:

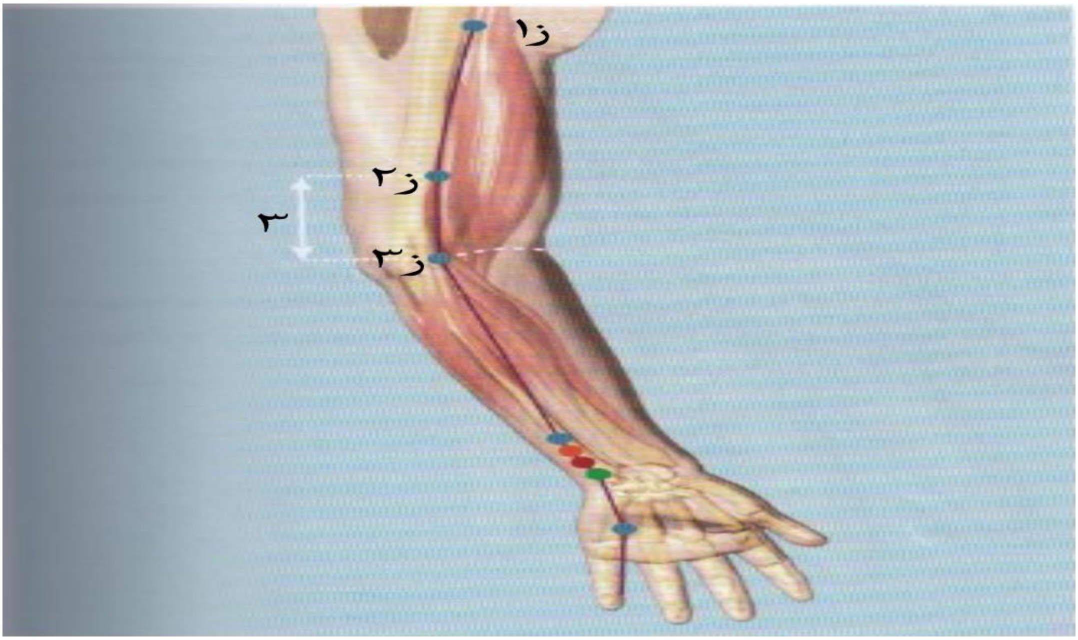
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د سینې درد، د سینې په ساحه کې ناراحتي احساس کړي، او یا د بدن د پورتنۍ برخې فلج او یا د رگونو بندېښ رامنځ ته شي. دا نقطه د تخرگ په څوکه کې په کوم ځای کې چې Arteria Axillaris احساسېږي، ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

ز۲:

په دې نقطه کې هغه وخت ستنه د درملنې په پارمنډل کېږي، چې کله ناروغ د پورتني مټ دردونه ولري. دا نقطه د څنگلې د پوستکي د قات څخه ۳ کن نیږدې (Proximal) د پورتني مټ په کورنۍ برخه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵-۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

ز۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ رواني او ذهني ستونزې ولري. او همدارنگه د سینې دردونه او نارحتي ولري. دا نقطه د څنگلې د پوستکي د قات د اخري برخې او Epicondylus humeri ulnaris ترمنځ ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵-۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

زـ۴:

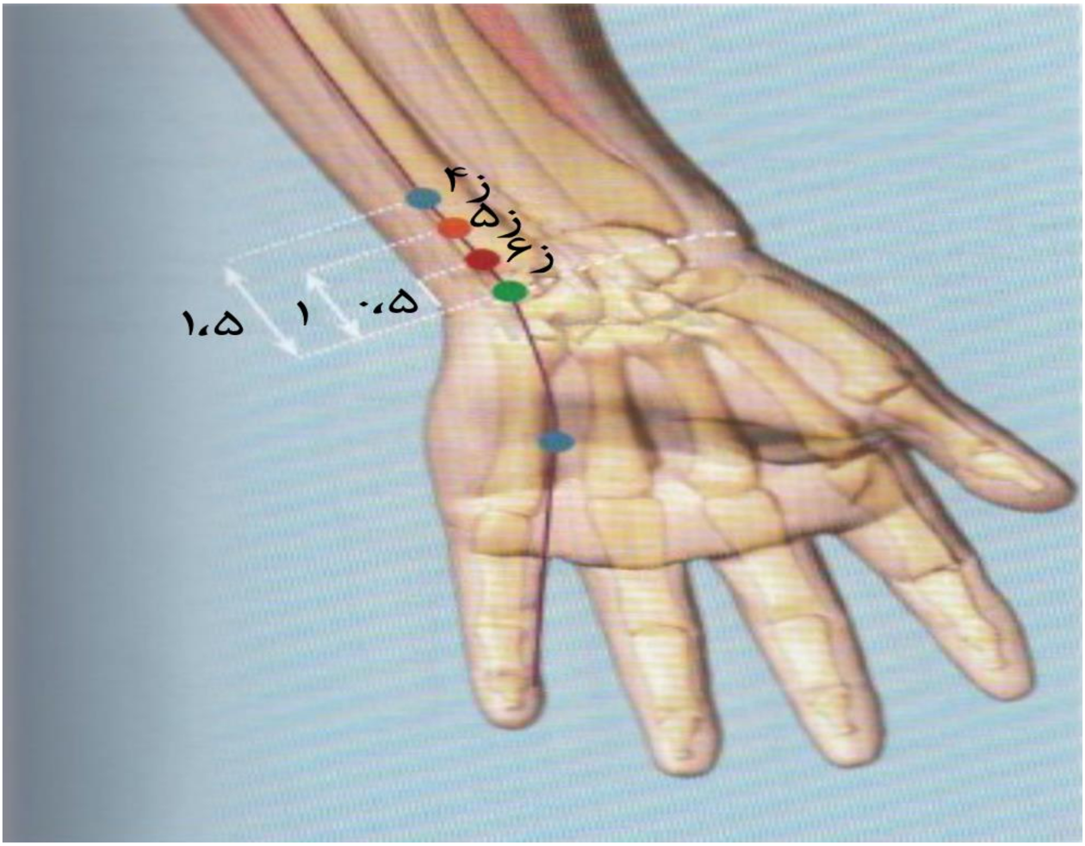
په دې نقطه کې هغه وخت ستنه د درملنې په پارمنډل کېږي، چې کله ناروغ د سينې دردونه، ناراحتي، او همدارنګه وارخطايي او رواني ستونزې ولري. دا نقطه د لاس د بند د پوستکي د اخيري يا لېرې (Distal) قات څخه ۱،۵ کن نيږدې (Proximal) د M flexor carpi ulnaris ليګامنټ راډيال اړخ ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

زـ۵:

دې نقطې ته چينايان تېرېدونکې (Passage point ) يا لوو (Luo point) نقطه وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د سينې دردونه، او ناراحتي ولري، او همدارنګه وارخطايي او رواني ستونزې ولري، او يا په ناڅاپي ډول ګونګی (Aphonie) شي. دا نقطه د لاس د بند د اخيري يا لېرې (Distal) قات څخه ۱ کن نيږدې (Proximal) د M flexor carpi ulnaris ليګامنټ راډيال اړخ ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

زـ۶:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ دسينې دردونه (Angina pectoris)، همدارنګه د خولې او پوزې خونرېزي ولري. دا نقطه د لاس د بند د پوستکي د اخيري يا لېرې (Distal) قات څخه ۰،۵کن نيږدې (Proximal) د M flexor carpi ulnaris ليګامنټ راډيال اړخ ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.



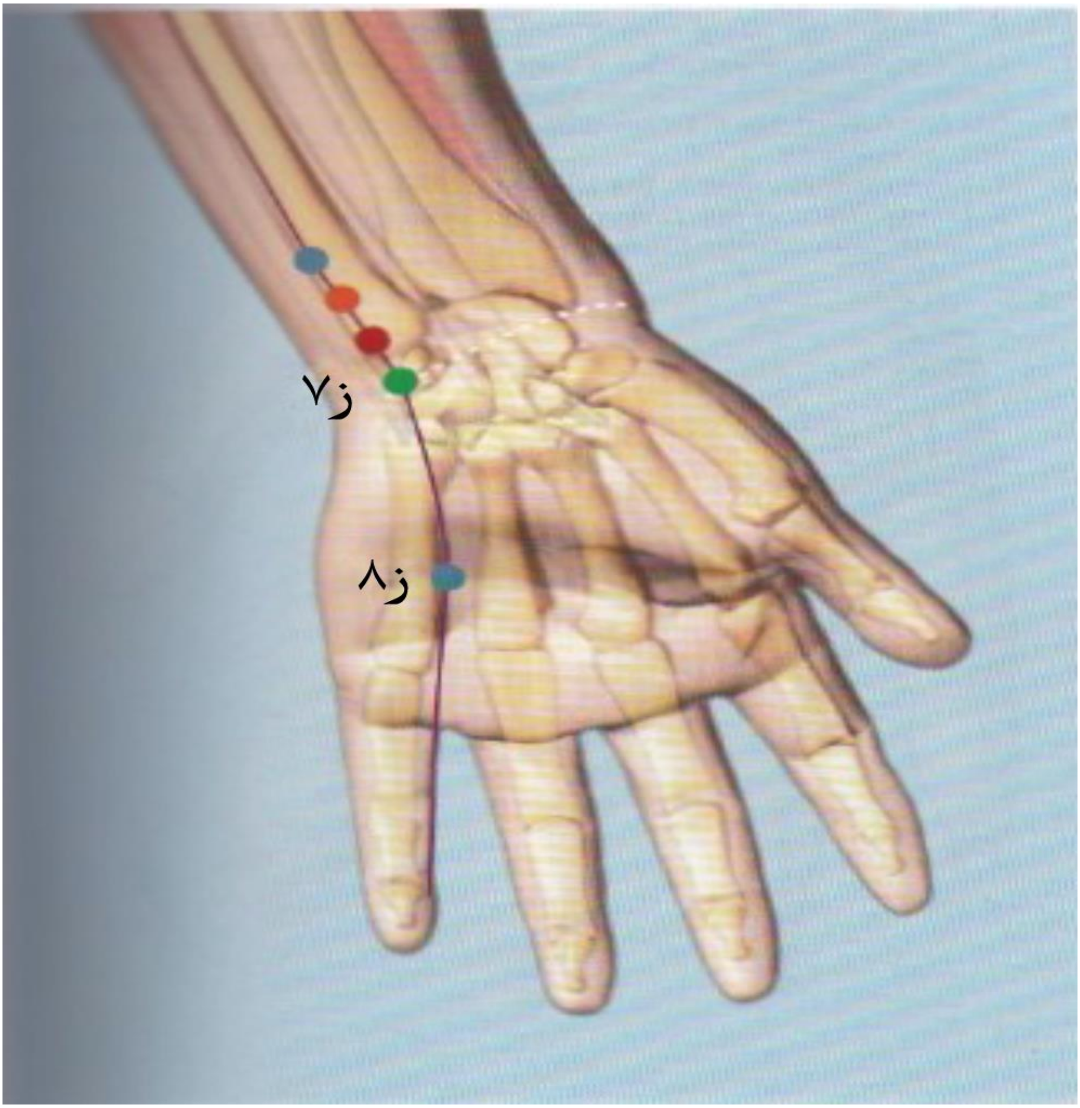
(c) ketabton.com: The Digital Library

ز۷:

دې نقطې ته چينيان اراموونكي (Sedation point) او د پيل يا ابتدايي (Source point) نقطه هم وايي. په دې نقطه كې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل كېږي، چې كله ناروغ د سينې دردونه يا ناراحتي ولري، او همدارنګه رواني ستونزې ولري، او يا د ازمويني څخه ويرېږي. دا نقطه د لاس د بند د پوستكي د اخيري يا لېرې (Distal) قات كې د M flexor carpi ulnaris ليګامنټ راډيال اړخ ته په ژوره برخه كې ځاى لري. ستنه په دې نقطه كې د ۰،۳-۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل كېږي.

ز۸:

په دې نقطه كې هغه وخت ستنه د درملنې په پار منډل كېږي، چې ناروغ د سينې دردونه، رواني ستونزې ولري، او يا د ښځينه ناروغانو په جنسي غړو كې (Uterus يا Vulva) ستونزې رامنځ ته شي. دا نقطه د لاس په ورغوي كې دځلورم او پنځم ميتاكارپال (Metacarpal) په منځ كې ځاى لري. كه لاس موټى كړو، د منځنۍ ګوتې په ذريه لمس كېږي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

<u>ز ۹:</u>

دې نقطې ته چينايان تنبې کوونکې (Toning point ) نقطه وايي. دا نقطه د زړه د ويالې د پای نقطه ده. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پارستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د زړه دردونه، رواني ستونزې، او يا په ناڅاپي ډول بې هوشه شي. دا نقطه ۰،۱ کن د وړې ګوتې د نوک او د نوک د ورې تر منځ نيږدې زاويې بهرني او راډيال (Radial) اړخ ته ځای لري.

**د وړو کولمو وياله يا کانال**

وړې کولمې يانګ (Yang) غړی يا اورګان دی، چينايان يې د اور سره اړيکه ورکوي، يا ارتباط ورکوي. چينايان وايي په دې غړي کې د ۱۳-۱۵بجو په وخت کې ناروغي رامنځ ته کېږي. د وړو کولمو وياله د لاسونو د ګوتو څخه پيل د سر په لور بهېږي، په دې وياله کې د درملنې په پار۱۹ نقطې دی، چې ستنې پکې منډل کېږي. د انرژۍ دوران په دې وياله کې د اطرافو څخه مرکز (Centripetal) ته دي. په رګونو، او مخاط تقلسي (spasmolytic) اغېز کوي. د دې ويالې د همغږۍ نقطه متيازو کڅوړه ۲۷ ( م ک ۲۷)، او د يو ځای کېدو يا خطر نقطه يې دومای ۴( دم ۴) ده.

(c) ketabton.com: The Digital Library

<u>وک۱:</u>

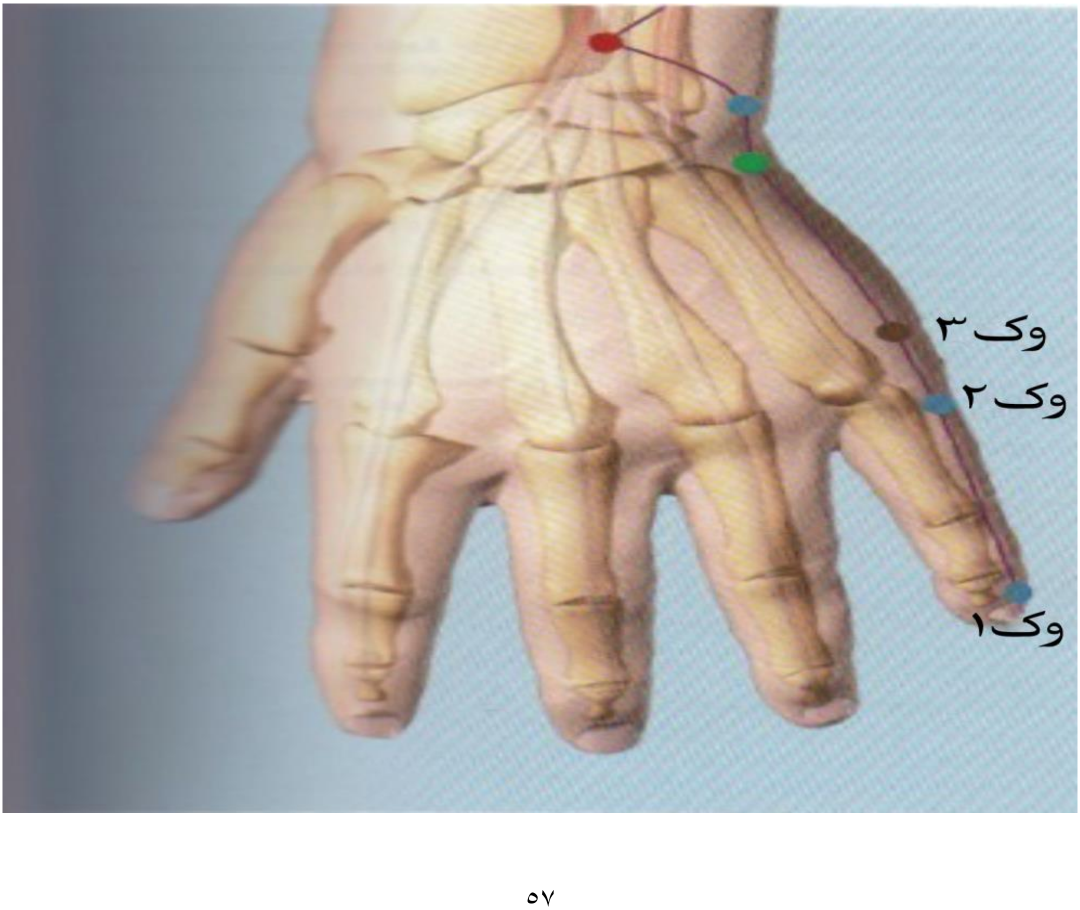
په دې نقطه کې د درملنې په پار هغه وخت ستنه منډل کېږي، چې کله يوه ناروغه يا ناروغ د تيونو يا سينو (Mamma) ناروغی، د ذوکام يا ريزش ناروغی، او يا په ناڅاپي ډول بې هوشه شي. دا نقطه د ۰،۱کن د کوچنی ګوتې د نوک او د نوک د ورئ ترمنځ نيږدې (Proximal) زاويې بهرني (Lateral) اړخ ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

<u>وک۲:</u>

په دې نقطه کې هغه وخت ستنه د درملنې په پار منډل کېږي، چې کله ناروغ يا ناروغه روحي رواني ناروغی، ميرګي (Epilepsy)، د پنځو حسي غړو ستونزې، او همدارنګه د کوچنی ګوتې ځايي ستونزې ياني دردونه ولري. ستنه په دی نقطه کې د ۰،۳-۰،۴کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پنځم ميتاکارپوفلنجيال بند (Metacarpophalangeal joint) د لېرې قات شوې پوستکې په اخيري برخه کې د سپينې او سرې غوښې تر منځ ځای لري.

<u>وک۳:</u>

چينايان دې نقطې ته تنبې کوونکې (Toning point) او همدارنګه اساسي (Cardinal point) نقطه وايې. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ يا ناروغه د سترګو ناروغی، ميرګي (Epilepsy)، عصبي او رواني ناروغی، او همدارنګه د مړوند ځايي يا موضوعي ستونزې، د لاس د بند او د ګوتو دردونه، د ملا او څټ دردونه ولري. دا نقطه د پنځم د ميتاکارپوفلنجيال بند (Metacarpophalangial joint) د پوستکې د نيږدې قات په اخيرې برخه کې د سپينې او سرې غوښې تر منځ ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

<u>وک۴:</u>

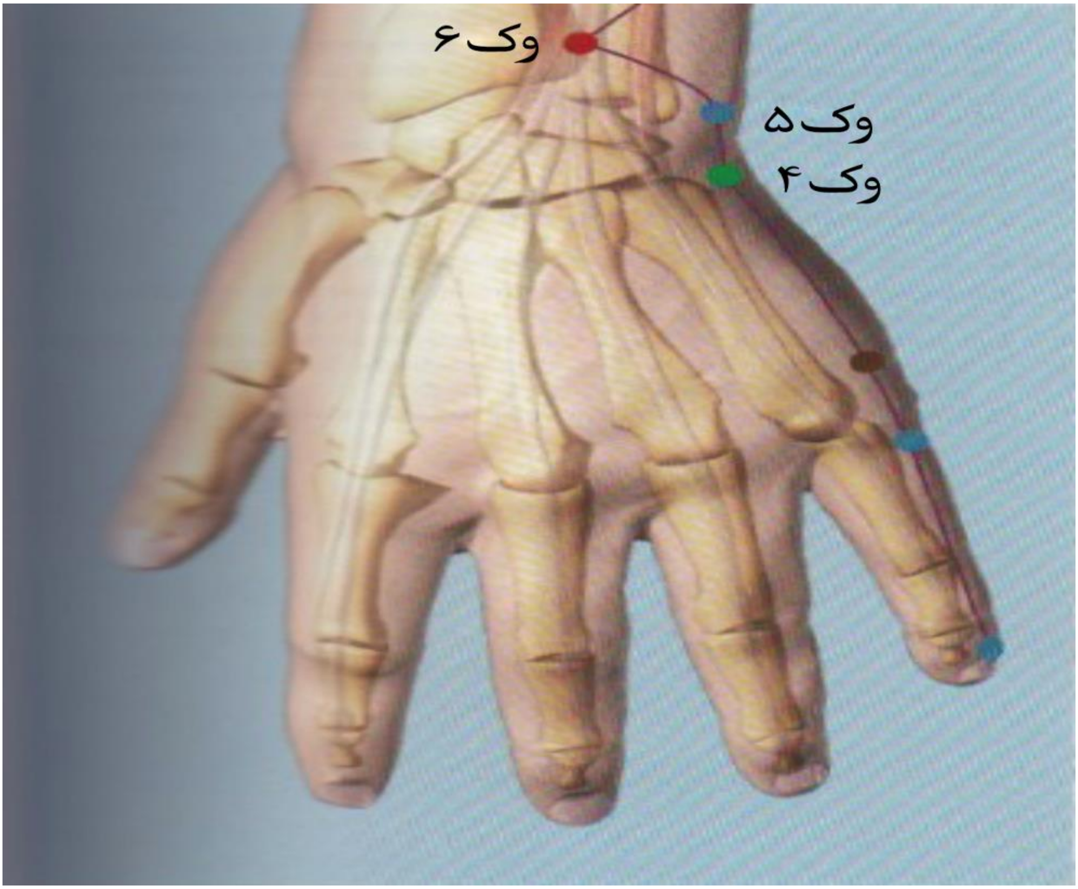
دې نقطې ته چینایان د پیل یا ابتدایي (Source point) نقطه او همدارنګه یووان (Yuan point) نقطه هم وایي. په دې نقطه کې د درملنې په پار هغه وخت ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ ځایي دردونه لکه د لاس د بندونو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۴- ۰،۵کن په اندازه منډل کېږي. دا نقطه د پنځم میتاکارپال (Metacarpal) هډوکي او تریکویتړم (Triquetrum) تر منځ ځای لري.

<u>وک۵:</u>

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د زوکام یا ریزش ناروغي ولري، او همدارنګه ځایي یا موضوعي دردونه لکه د لاسونو د بندونو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵کن په اندازه منډل کېږي. دا نقطه د ولنا د هډوکي (Processus styloideus ulnae) په اخیري برخه کې، د لاس د بند د لیرې (Distal) قات شوې پوستکي د سپیني او سرې غوښې تر منځ ځای لرى.

<u>وک۶:</u>

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د پورتنۍ برخې دردونه ولري، لکه لاسونه، اوږې، او همدارنګه د ملا دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه منډل کېږي. دا نقطه د لاس په ښکتنۍ او شاتنۍ برخه کې، کوم ته چې Palma manus وایي، او د Processus styloideus ulnae نیږدې (Proximal) او راډیال برخې کې ځای لري.



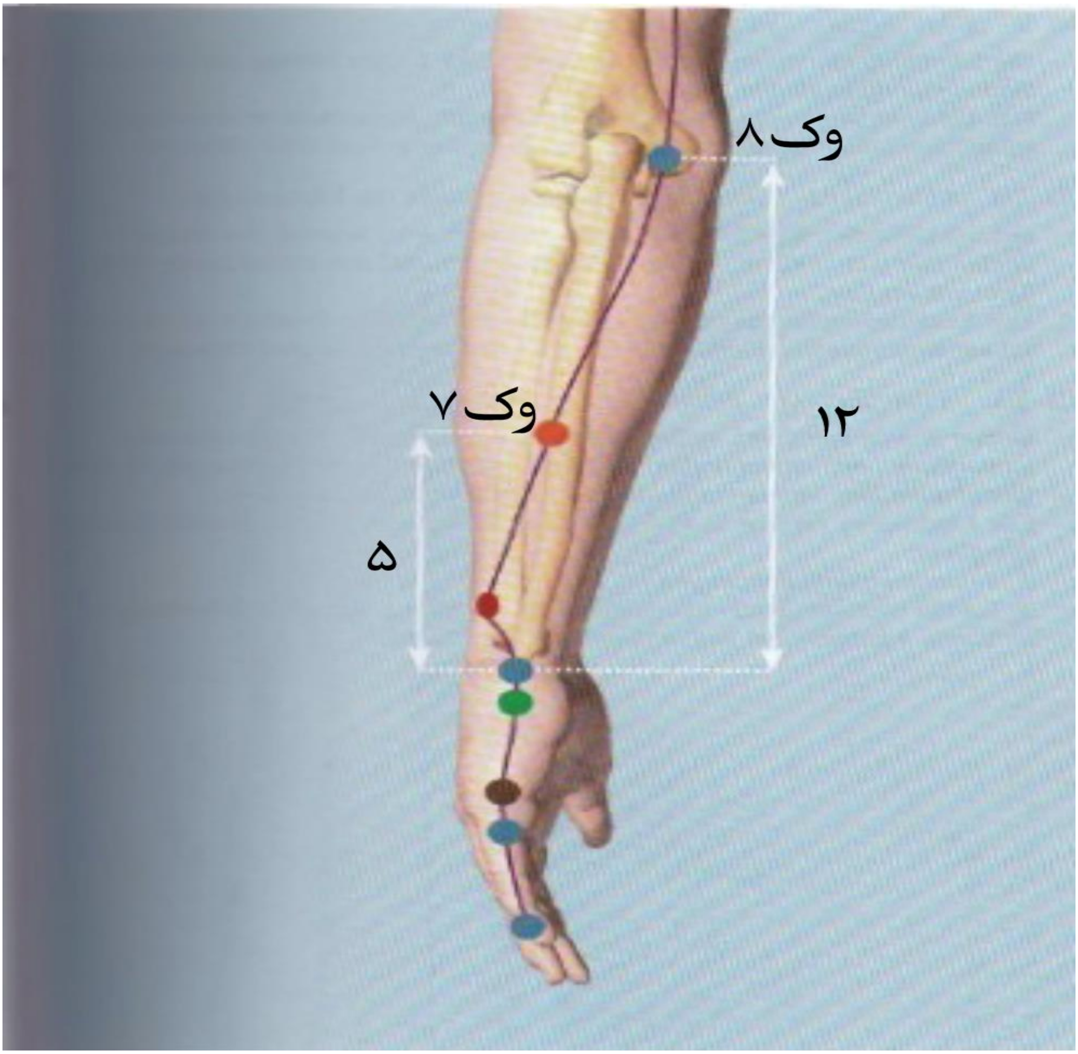
(c) ketabton.com: The Digital Library

وک۷:

دې نقطې ته چینایان تېرېدونکې (Passage point) نقطه وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ روحي او عصبي ناروغی، او همدارنګه ځایي یا موضوعي دردونه لکه د مړوند دردونه ولري. په دې نقطه کې ستنه د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د مړوند په شاتنۍ برخه کې د لاس د بند د پوستکي د شاتني قات څخه ۵کن واټن یا فاصله لري.

وک۸:

دې نقطې ته چینایان ارامونکې (Sedation point) نقطه وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله څوک میرګي (Epilepsy)، رواني او عصبي ناروغی، اوهمدارنګه ځایي دردونه لکه د څنګلي دردونه ولرى. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ولیکرانون (Olecranon) او Epicondylus humeri ulnaris تر منځ ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

وک۹:

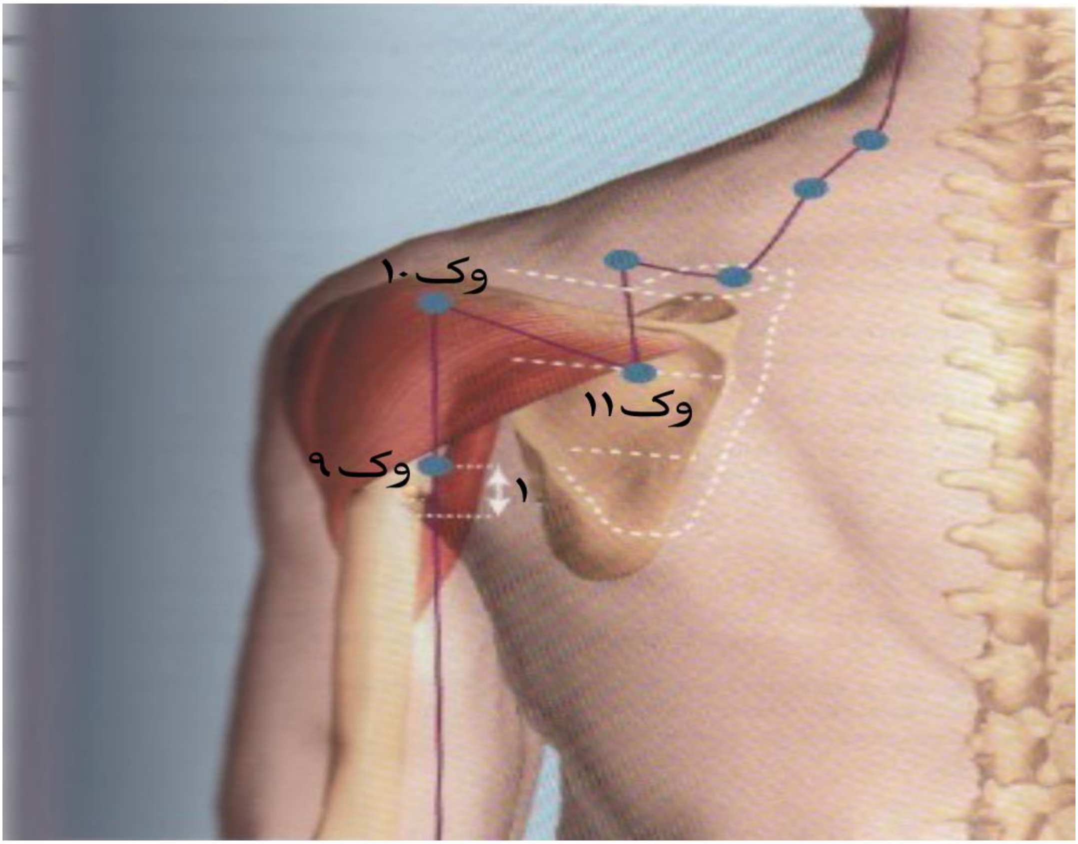
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ ځايي يا موضوعي دردونه ولري لکه د اوږې يا مټ دردونه. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د تخرګ د شاتنۍ برخې د پوستکي د قات څخه ۱ کن پورته (Cranial) اړخ ته ځای لري.

وک۱۰:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ ځايي دردونه ولري لکه د اوږې يا مټ دردونه. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د تخرګ د شاتنۍ برخې د پوستکي د قات څخه پورته د Spina scapulae په لاندينۍ څنډه کې ځای لري.

وک۱۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ځوک ځايي يا موضوعي دردونه ولري لکه د څټ، اوږې، او څنګلو دردونه، د مټ د شاتنۍ او بهرنۍ برخې دردونه، اوهمدارنګه تنفسي ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه Fossa infraspinata په منځنۍ برخه کې ځای لري، کومه چې د Scapulae د پورتنۍ زاويې او Spina Scapulae د ښکتنۍ څنډې د يوځای کېدو (اتصال خط) خط په دريمه منځنۍ برخه کې ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

وک۱۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ ځايي دردونه ولري لکه د څټ، اوګې، او مټو دردونه. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د وک۱۱ په پورتنۍ برخه او د Fossa supraspinatus په منځنۍ برخه کې ځای لري.

وک۱۳:

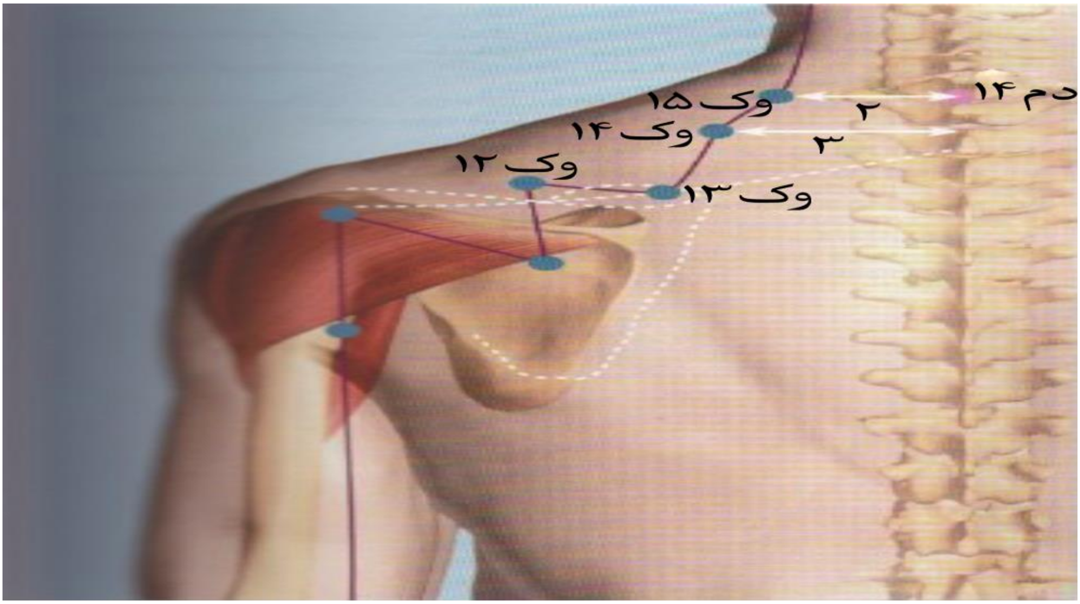
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ ځايي دردونه ولري لکه د څټ او وګې دردونه. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د Fossa Supraspinatus د کورنۍ (Medial) برخې په پای کې ځای لري. يانې د هغه خط په منځنۍ برخه کې ځای لري، کوم چې وک۱۰ او د سينې د دوهمې فقرې Processus spinosus يو ځای کوي. دلته درملنه د Pneumothorax سبب کېدای شي، نو بايد د درملنې په مهال ښه پاملرنه وشي.

وک۱۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ ځايي دردونه ولري لکه د وګې او ملا دردونه. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵-۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سينې د لومړۍ فقرې د Processus spinosus د لاندنۍ څنډې د جګوالي سره برابر ۳کن بهر (Lateral) او د Scapulae داخلي (Medial) څنډې د پاسه په عمودي شکل ځای لري. دلته درملنه د Pneumothorax سبب کېدای شي، نو بايد د درملنې په مهال ښه پاملرنه وشي.

وک۱۵:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې څوک تنفسي ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵-۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د غاړې د لومړۍ فقرې د Processus spinosus د لاندنۍ څنډې د جګوالي سره برابر ۲کن د بدن د شاتنې منځنۍ خط څخه بهر (Lateral) ځای لري. دلته درملنه د Pneumothorax سبب کېدای شي، نو بايد د درملنې په مهال ښه پاملرنه وشي.



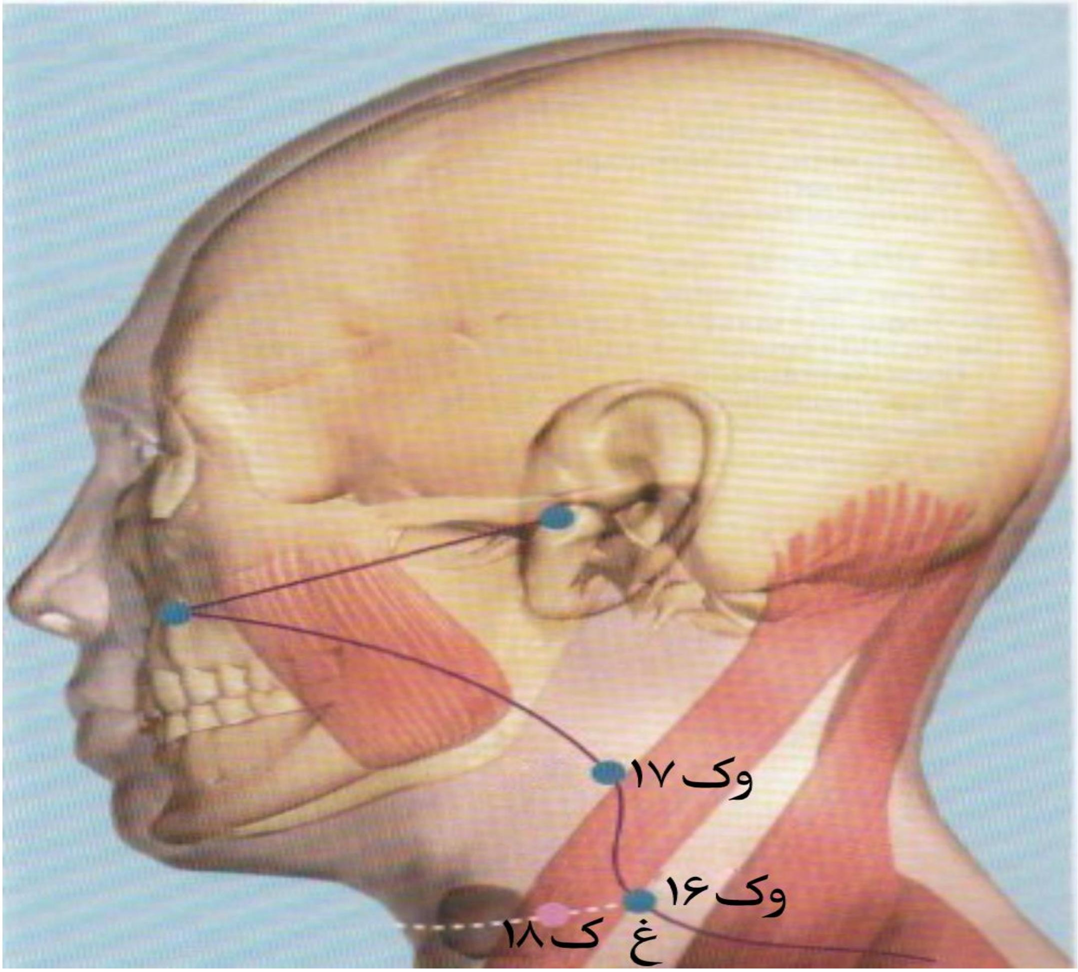
(c) ketabton.com: The Digital Library

وک۱۶:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د غوږونو ناروغۍ، او یا په ستونې کې درد یا پړسوب ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سټرنوکلايډومستويډيوس (M.sternocleidomastoideus) عضلې په شاتنۍ (Dorsal) څنډه کې د خنجرې بهر (Lateral) او د غ ک ۱۸ شاته (Dorsal) ځای لري. دلته درملنه د کروټيس شريان (A. carotis communis) د سورې کېدو امکان یا شونتیا شته، باید د درملنې په مهال ښه پاملرنه وشي.

وک ۱۷:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د غوږونو ناروغۍ، او یا د ستونې التهاب، درد یا پړسوب ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ژامې د هډوکې (د منديبولا هډکې) شاته (Dorsal) او د سټرنوکلايډومستويډيوس (M.sternocleidomastoideus) عضلې په مخکنۍ (Ventral) څنډه کې ځای لري. دلته درملنه د کروټيس شريان (A. carotis communis) او همدارنګه د جيګولار وريد ( V.jugularis interna) د سورې کېدو شونتیا شته، نو باید د درملنې په مهال ښه پاملرنه وشي.



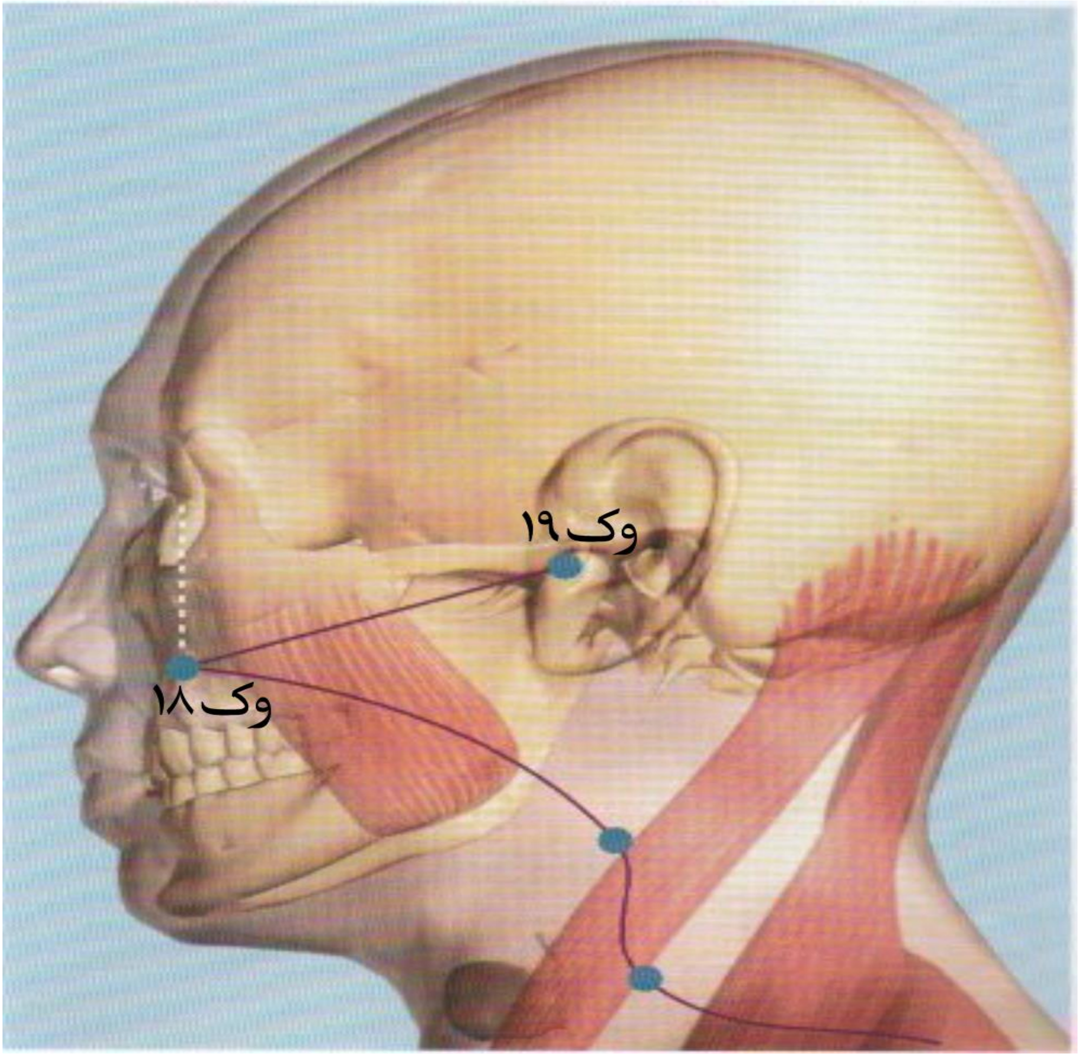
(c) ketabton.com: The Digital Library

وک۱۸:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د مخ ګوزن (فلج)، د مخ درد، Trigeminal neuralgia او همدارنګه Tic disorder ولري. ستنه په دې نقطه کې ۰،۳- ۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سترګې د بهرنی (Lateral) زاويې څخه ښکته په عمودي ډول دOs zygomaticum په ژوره برخه کې ځای لري.

وک۱۹:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د غوږونو ناروغی،Trigeminal neuralgia او همدارنګه د ژامې د هډوکي په بندونه کې ستونزه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ټارګوس (Targus) په مخکنۍ (Ventral) او د کپوټ منډيبولا (Caput mandibulae) په شاتنۍ (Dorsal) برخه کې ځای لري. د ژامې د بندونو التهاب د ستنې د منډلو په مهال رامنځ ته کېدای شي، نو د درملنې په وخت کې باید پاکۍ (Desinfection) ته سمه پاملرنه وشي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

**د متيازو کڅوړې وياله يا کانال**

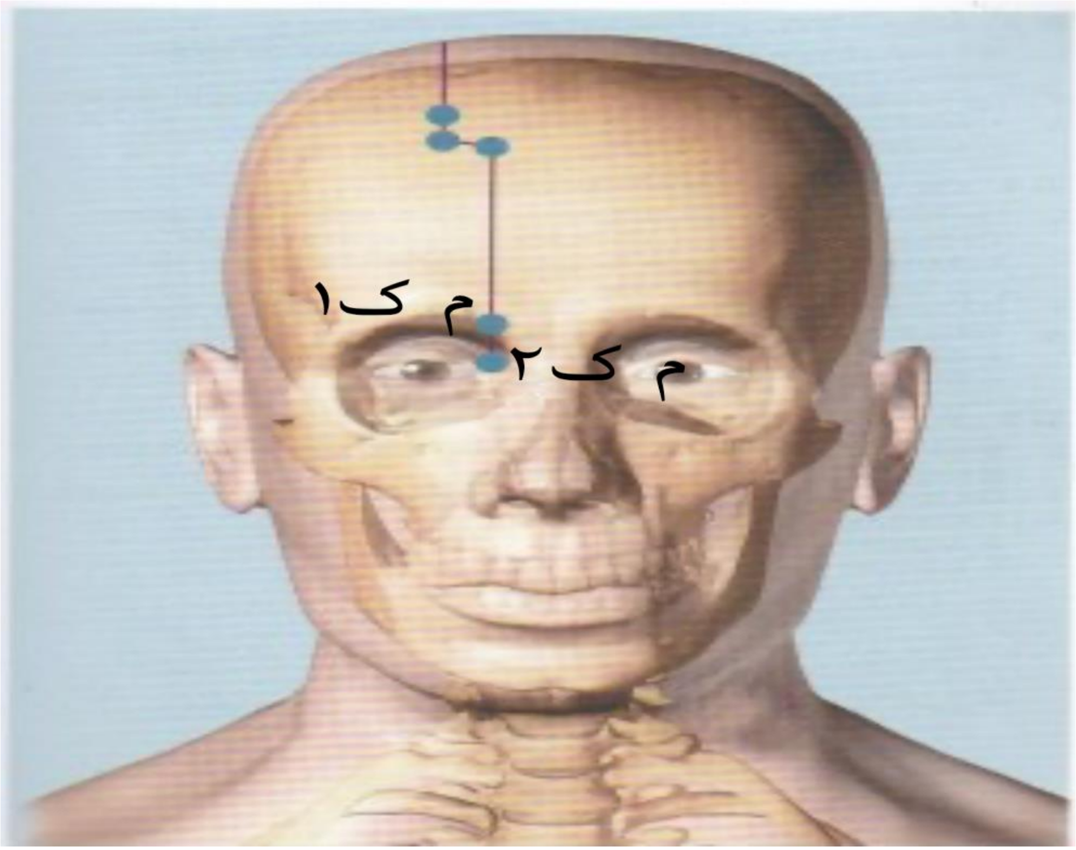
د متيازو کڅوړه يانګ (Yang) غړي يا اورګان دی. چينايان يې د اوبوعنصرسره اړيکوي، يا ارتباط ورکوي. په دې غړي کې ناروغۍ د ۱۵-۱۷ بجو په منځ کې رامنځ ته کيږي. دا ويالا يا کانال د سر څخه د پښو اړخ ته بهيږي. د دې ويالې په اوږدوالي کې ۶۷ نقطې د درملنې په پار ځای لري. د انرژۍ دوران په دې وياله کې (Centrifugal) ياني د مرکز څخه اطرافو ته دی. د دې ويالې د همغږۍ نقطه (Approval point) متيازو کڅوړه ۲۸ (م ک ۲۸) او د يوځای کېدو (Alarm point) نقطه يې دومای ۳ (دم ۳) ده.

م ک ۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې ناروغ د سترګو ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د سترګې د داخلي (Medial) زاويې په داخلي (Medial) او پورتنۍ (Cranial) برخه کې ځای لري.

م ک ۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پارستنه منډل کيږي، چې ناروغ د سترګو ناروغۍ، د تندي درد، او يا Sinusitis frontalis ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د سترګو د وريځو په داخلي (Medial) برخې په پای کې په Incesura frontalis کې ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

م ک ۳

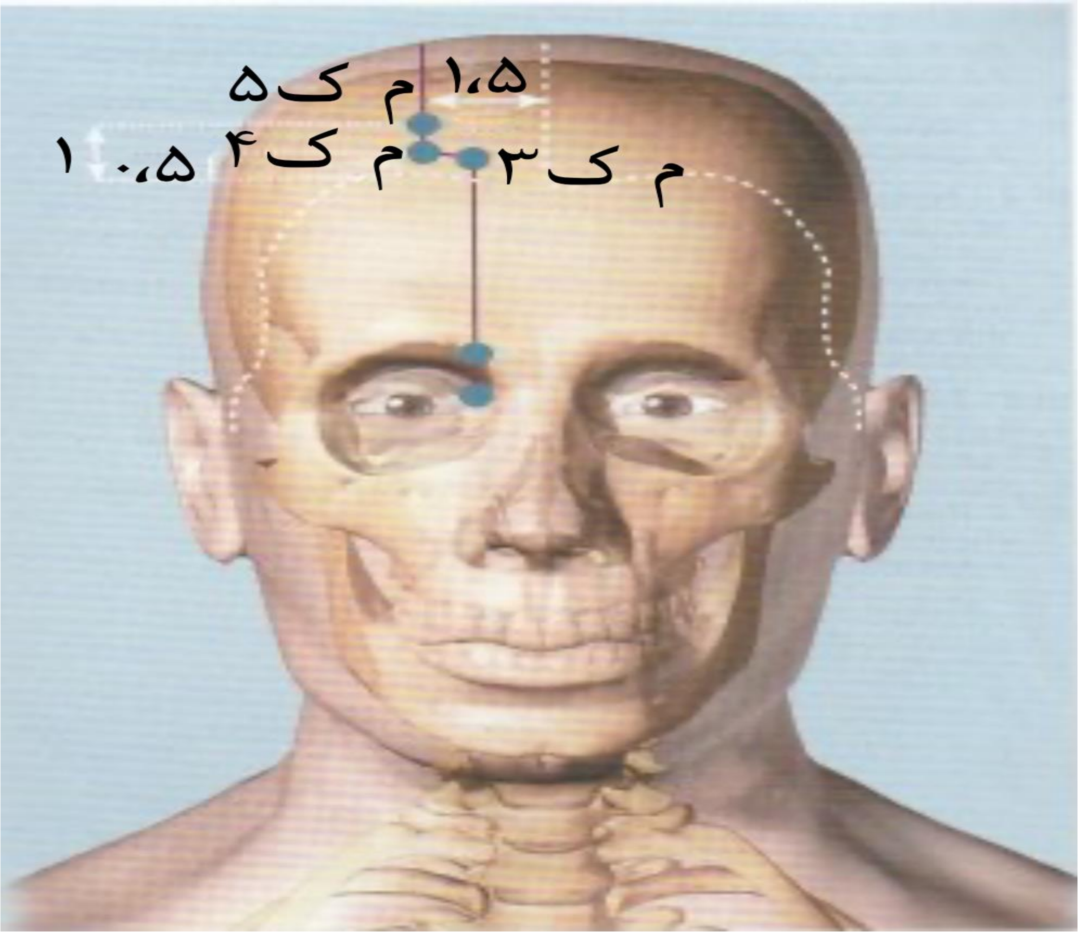
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د سر درد، او یا میرګي (Epilepsy) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د م ک۲ څخه په عمودي ډول د ویښتانو د پولې یا سرحد څخه ۰،۵کن پورته (Cranial) ځای لري.

م ک ۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د سردرد، او همدارنګه د سترګو او پوزې ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سر د ویښتانو د مخکنۍ پولې یا سرحد څخه ۰،۵کن شاته Occipital او د بدن د منځنې خط څخه ۱،۵کن بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري.

م ک ۵:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د سر درد، سترګو درد او میرګي (Epilepsy) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سر د ویښتانو د مخکنۍ پولې یا سرحد څخه ۱ کن شاته (Occipital) او د بدن د منئځني خط څخه ۱،۵کن بهر (Lateral) اړخ ته ځا ی لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

م ک ۶:

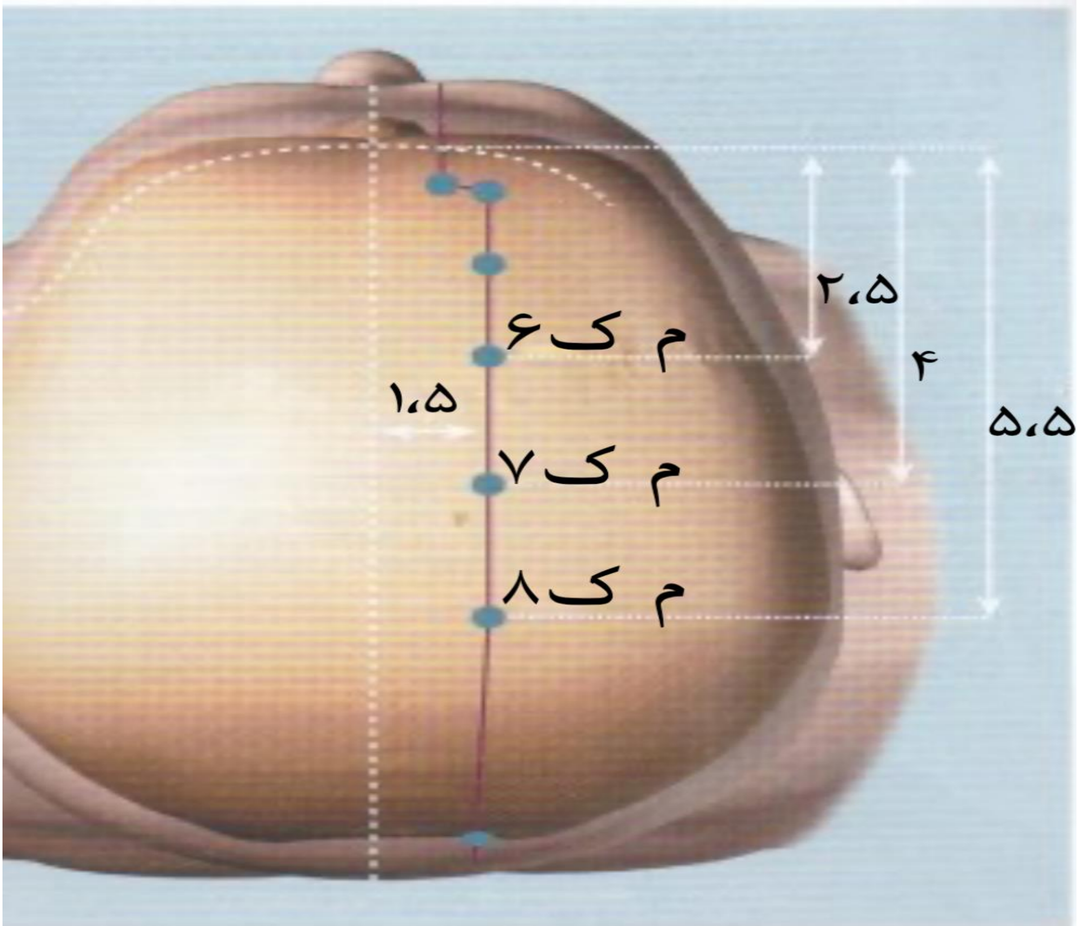
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پارستنه منډل کېږي، چې ناروغ د سردرد، اود سترګو ناروغۍ (Glaucum) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سرد ویښتانو د مخکنۍ پولې یا سرحد څخه ۲،۵ کن شاته (Occipital) او د بدن د منځني خط څخه ۱،۵ کن بهر (Lateral) اړخ ته ځا ی لري.

م ک ۷:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پارستنه منډل کېږي، چې ناروغ د سر درد، د پوزې ناروغی او د لوړ فشار ناروغي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سرد ویښتانو د مخکنۍ پولې یا سرحد څخه ۴ کن شاته (Occipital) او د بدن د منځني خط څخه ۱،۵کن بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري.

م ک ۸:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې څوک عصبي او رواني ناروغی، میرګي (Epilepsy) او د لوړ فشار ناروغي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سر د ویښتانو د مخکنۍ پولې یا سرحد څخه ۵،۵ کن شاته (Occipital) او د بدن دمنځني خط څخه ۱،۵ کن بهر (Lateral) اړخ ته ځا ی لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

م ک ۹:

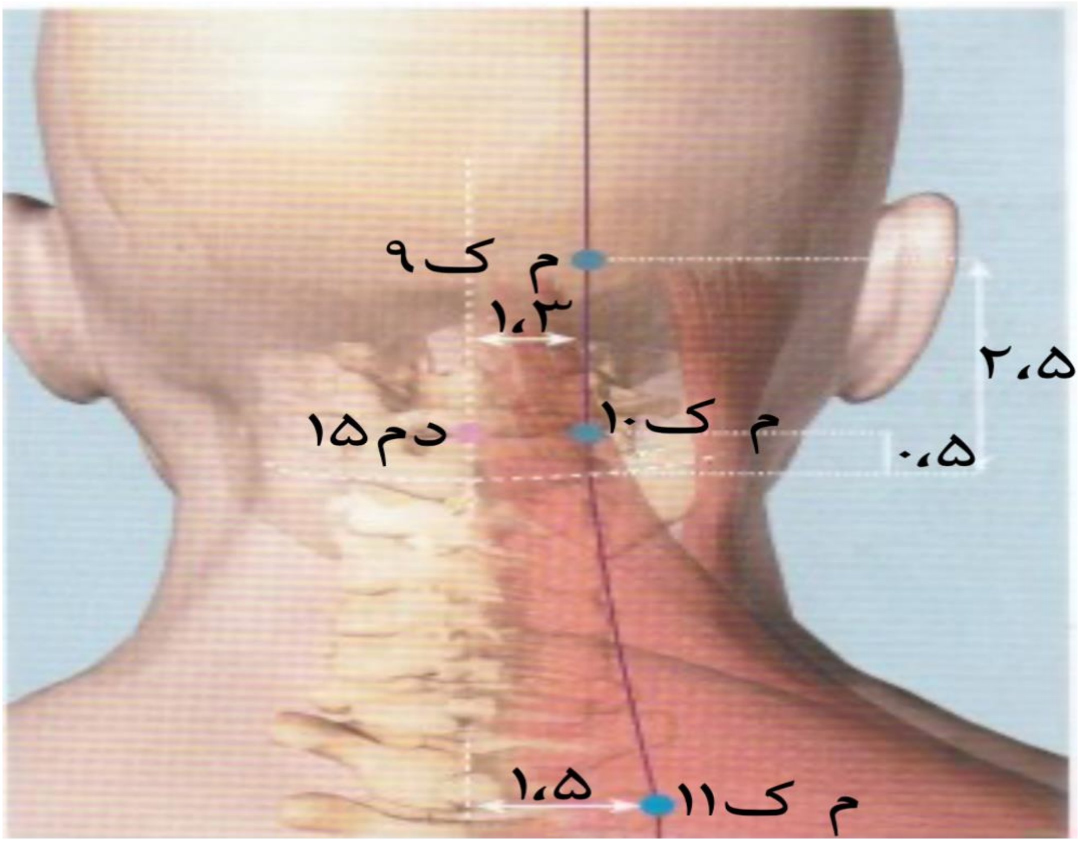
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پارستنه منډل کيږي، چې څوک د سر درد، او د سترګو ناروغي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د سر د ويښتانو د شاتنۍ پولې يا سرحد څخه ۲،۵ کن مخې ته (Frontal) او ۱،۳کن د بدن د منځني شاتني خط څخه بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري.

م ک ۱۰:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې د ناروغ د سر درد، د څټ درد او د څټ د فقرو ستونزه ولري، او همدارنګه د غاړې د رګونو ستونزې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د سر د ويښتانو د شاتنۍ پولې يا سرحد څخه ۰،۵ کن مخې (Frontal ) ته او ۱،۳ کن د بدن د منځني شاتني خط څخه بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري.

م ک ۱۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پارستنه منډل کيږي، چې ناروغ تنفسي ناروغۍ ولري. د څټ درد او د څټ د فقرو ستونزې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د سينې د لومړۍ فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د ښکتنۍ (Caudal) برخې د جګوالي سره برابر ۱،۵کن د بدن د شاتني منځني خط څخه بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. دلته د ستنې په ذريه درملنه د Pneumothorax سبب کيږي، بايد د سمې پاملرنې کار واخيستل شي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

م ک ۱۲:

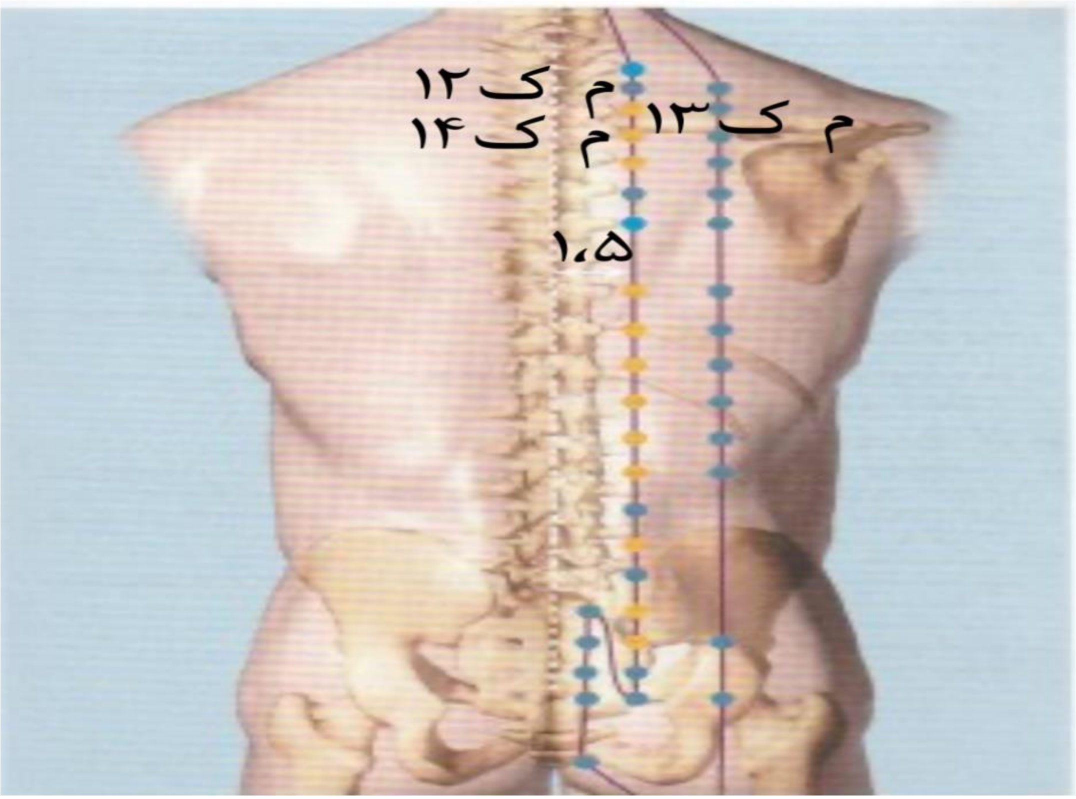
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ تنفسي ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سینې د دوهمې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د ښکتنۍ (Caudal) برخې د جګوالي سره برابر او ۱،۵ کن د بدن د شاتني منځني خط څخه بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. دلته د ستنې په ذریه درملنه د Pneumothorax سبب کېږي، باید د سمې پاملرنې کار واخیستل شي.

م ک ۱۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پارستنه منډل کېږي، چې ځوک تنفسي ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سینې د دریمې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د ښکتنۍ (Caudal) برخې د جګوالي سره برابر ۱،۵کن د بدن د شاتني منځني خط څخه بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. دلته د ستنې په ذریه درملنه د Pneumothorax سبب کېږي، باید د سمې پاملرنې کار واخیستل شي.

م ک ۱۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پارستنه منډل کېږي، چې ځوک تنفسي ناروغۍ، د زړه ناروغۍ او ټوخی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سینې د څلورمې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د ښکتنۍ (Caudal) برخې د جګوالي سره برابر ۱،۵ کن د بدن د شاتني منځني خط څخه بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. دلته د ستنې په ذریه درملنه د Pneumothorax سبب کېږي، باید د سمې پاملرنې کار واخیستل شي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

<u>م ک ۱۵:</u>

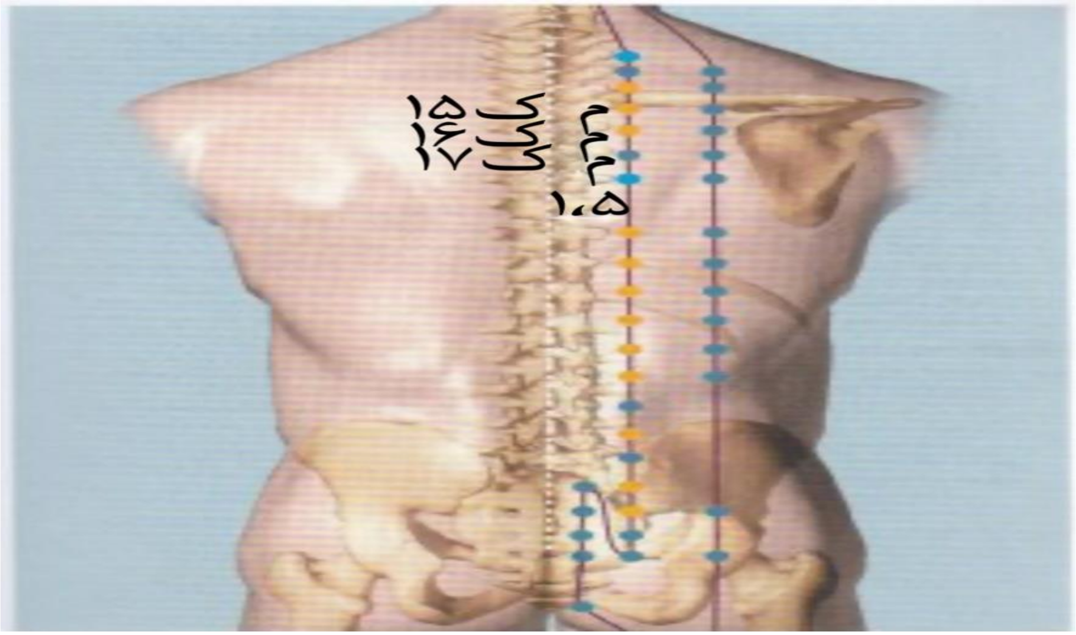
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پارستنه منډل کېږي، چې څوک د زړه ناروغۍ، عصبي او رواني ناروغۍ، او همدارنګه میرګي (Epilepsy) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سینې د پنځمې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د ښکتنۍ (Caudal) برخې د جګوالي سره برابر ۱،۵ کن د بدن د شاتني منځني خط څخه بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. دلته د ستنې په ذریه درملنه د Pneumothorax سبب کېږي، باید د سمې پاملرنې کار واخیستل شي.

<u>م ک ۱۶:</u>

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پارستنه منډل کېږي، چې څوک د زړه ناروغۍ، Angina pectoris، د معدې اوخېټې دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سینې د شپږمې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د ښکتنۍ (Caudal) برخې د جګوالي سره برابر۱،۵کن د بدن د شاتني منځني خط څخه بهر (Leteral) اړخ ته ځای لري. دلته د ستنې په ذریه درملنه د Pneumothorax سبب کېږي، باید د سمې پاملرنې کار واخیستل شي.

<u>م ک ۱۷:</u>

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې څوک د وینې کموالي یا کم خوني، د خولې او پوزې څخه وینې راتلل یا خونریزي، تنفسي ناروغۍ ولري، او همدرانګه هغه ناروغان چې اټکي ( Singultus) کوي. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سینې د اوومې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د ښکتنۍ (Caudal) برخې د جګوالي سره برابر ۱،۵کن د بدن د شاتني منځني خط څخه بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. دلته د ستنې په ذریه درملنه د Pneumothorax سبب کېږي، باید د سمې پاملرنې کار واخیستل شي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

م ک ۱۸:

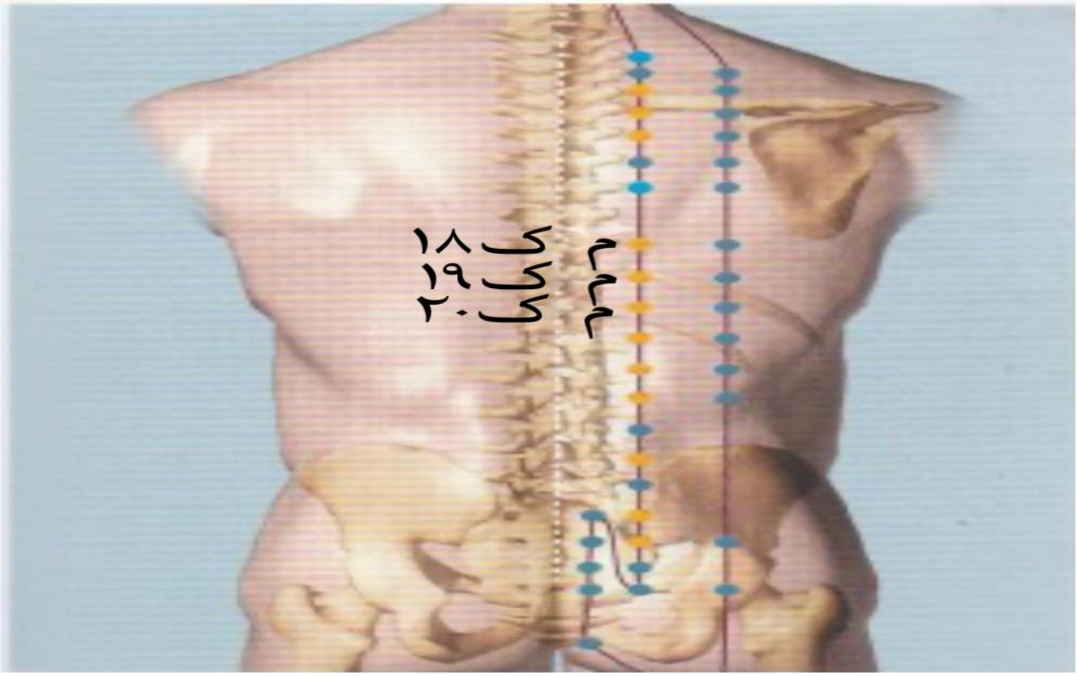
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې څوک د سترګو ناروغۍ، د ځيګر او صفرا د کڅوړې ناروغۍ، عصبي او رواني ناروغۍ، او همدارنګه ميرګي (Epelipsy) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سينې د نهمې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د ښکتنۍ (Caudal) برخې د جګوالي سره برابر ۱،۵ کن د بدن د شاتني منځني خط څخه بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. دلته د ستنې په ذريه درملنه د Pneumothorax سبب کېږي، بايد د سمې پاملرنې کار واخيستل شي.

م ک ۱۹:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې څوک د سترګو ناروغۍ، او د صفرا د کڅوړې ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سينې د لسمې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د ښکتنۍ (Caudal) برخې د جګوالي سره برابر ۱،۵کن د بدن د شاتني منځني خط څخه بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. دلته د ستنې په ذريه درملنه د Pneumothorax سبب کېږي، بايد د سمې پاملرنې کار واخيستل شي.

م ک ۲۰:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې څوک د هضم ستونزه ولري، او يا د پښو پړسوب (Edema) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سينې د يوولسمې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د ښکتنۍ (Caudal) برخې د جګوالي سره برابر ۱،۵ کن د بدن د شاتني منځني خط څخه بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. دلته د ستنې په ذريه درملنه د Pneumothorax سبب کېږي، بايد د سمې پاملرنې کار واخيستل شي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

م ک ۲۱:

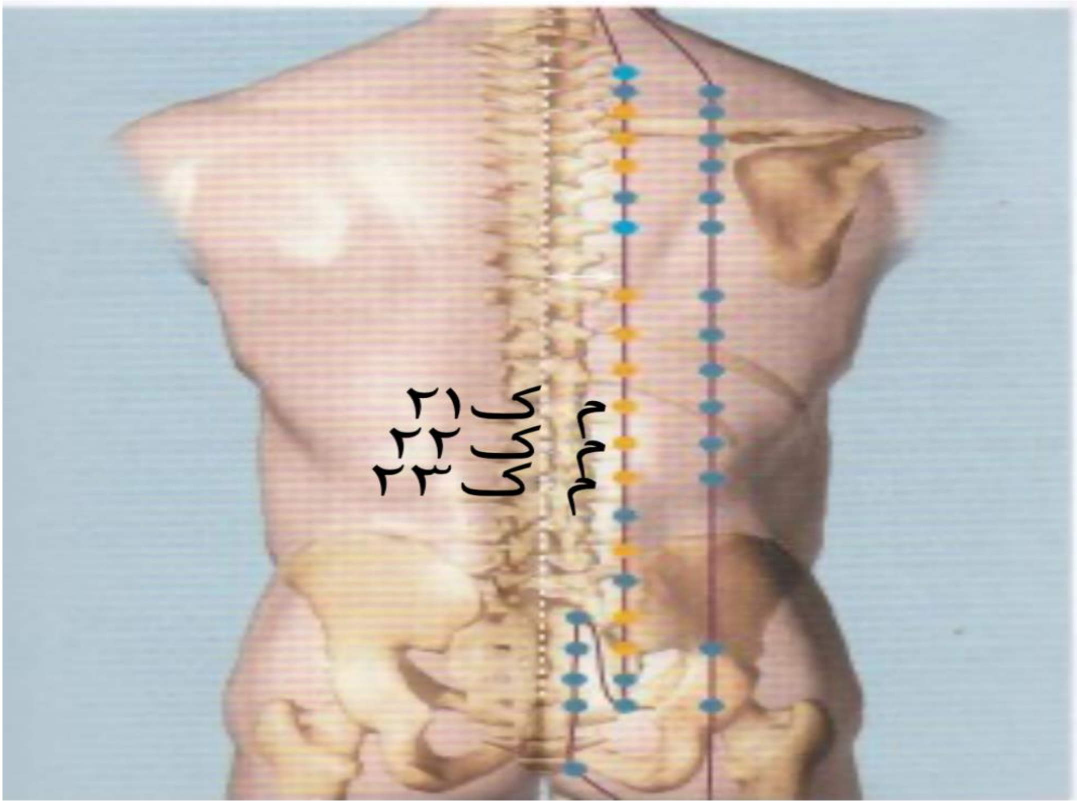
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د معدې ستونزه یا تکلیف ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سینې د دولسمې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د ښکتنی (Caudal) برخې د جګوالي سره برابر۱،۵کن د بدن د شاتني منځني خط څخه بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. دلته د ستنې په ذریه درملنه د Pneumothorax سبب کېږي، باید د کلکې پاملرنې کار واخیستل شي.

م ک ۲۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د هضم ستونزه ولري، او یا د پښو پړسوب (Edema) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ملا د لومړۍ فقرې (Lumbar vertebrae) د Processus spinosus د ښکتنۍ (Caudal) برخې د جګوالي سره برابر ۱،۵کن د بدن د شاتني منځني خط څخه ډېر یا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري.

م ک ۲۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د جنسي اړیکو ستونزه ولری. لکه د نارینوو جنسي ستونزې، د ښځو ناروغۍ، د تشو میتیازو ستونزه، اوهمدارنګه د ملا درد ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ملا د دوهمې فقرې (Lumbar vertebrae) د Processus spinosus د ښکتنۍ (Caudal) برخې د جګوالي سره برابر ۱،۵ کن د بدن د شاتني منځني خط څخه ډېر یا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

<u>م ک ۲۴:</u>

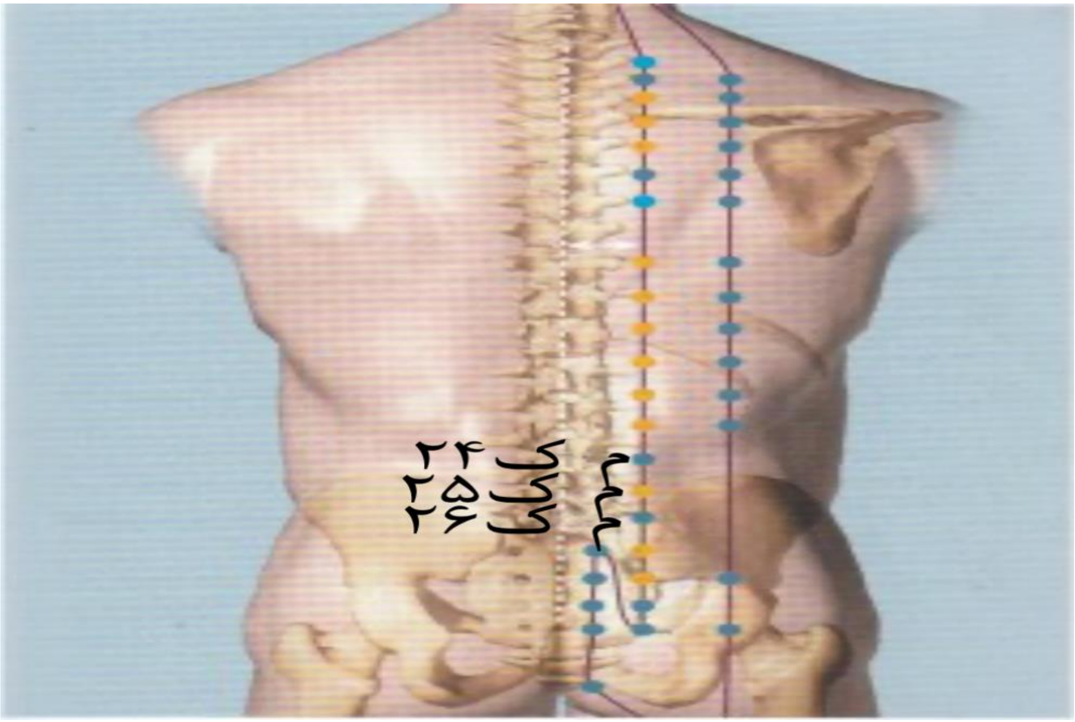
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغه د مياشتني ناروغۍ په وخت کې درد (Dysmenorrhea)، او هغه ناروغان چې د ملا دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ملا د دريمې فقرې (Lumbar vertebrae) د Processus spinosus د ښکتنۍ (Caudal) برخې د جګوالي سره برابر ۱،۵کن د بدن د شاتني منځني خط څخه بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. د حاميلګۍ په وخت کې په دې نقطه کې درملنه سمه نده، کېدای شي د حمل د منځه تلو لامل شي.

<u>م ک ۲۵:</u>

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پارستنه منډل کېږي، چې څوک د ملا درد ولري او پښو ته خپرېږي، او يا د کولمو ستونزې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۸- ۱،۲ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ملا د څلورمې فقرې (Lumbar vertebrae) د Processus spinusus د ښکتنۍ (Caudal) برخې د جګوالي سره برابر ۱،۵کن د بدن د شاتني منځني خط څخه ډډې يا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. د حاميلګۍ په وخت کې په دې نقطه کې درملنه د حمل د منځه تلو لامل کېدای شي.

<u>م ک ۲۶:</u>

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د ملا درد، او يا د کولمو او د ميتازو د کڅوړې ستونزې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۸- ۱،۲ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ملا د پنځمې فقرې (Lumbar vertebrae) د Processus spinusus د ښکتنۍ (Caudal) برخې د جګوالي سره برابر ۱،۵کن د بدن د شاتني منځني خط څخه ډډې يا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. د حاميلګۍ په وخت کې په دې نقطه کې درملنه د حمل د منځه تلو لامل کېدای شي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

م ک ۲۷:

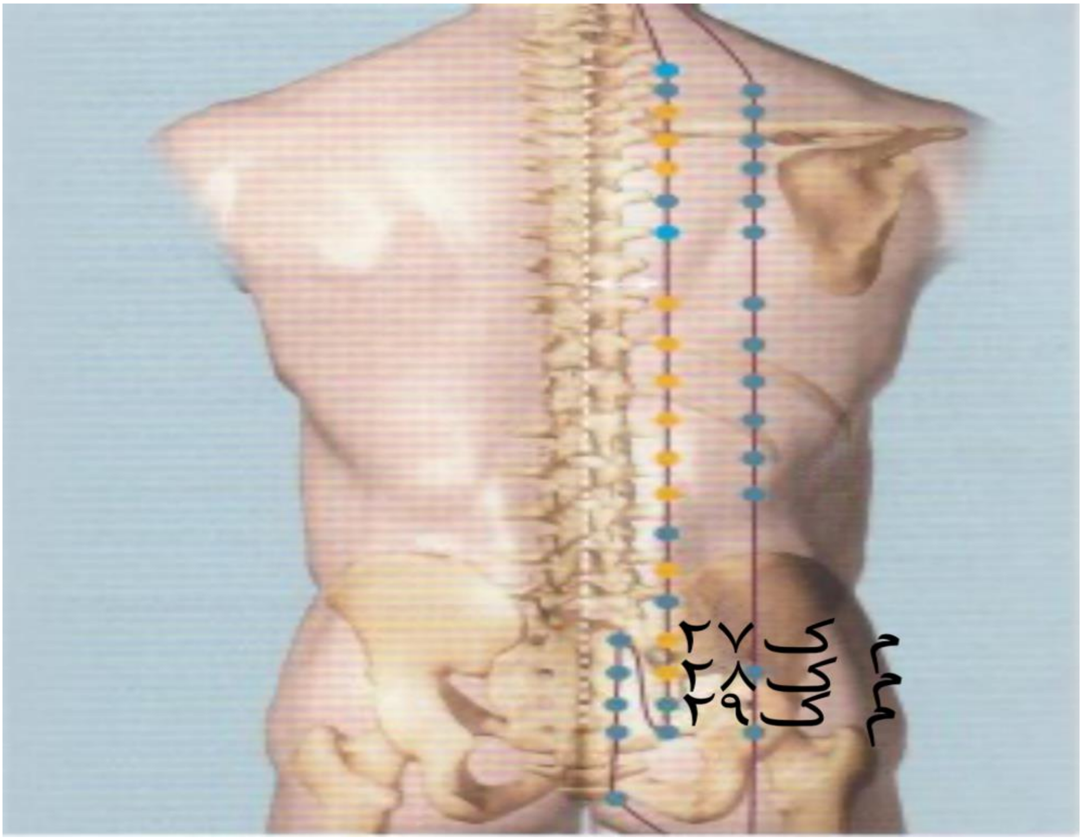
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د ملا درد، د کولمو ناروغی، او یا د مساني التهاب ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۸- ۱،۲ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د لومړي Foramen sacrale د جګوالي برابر ۱،۵کن د بدن د شاتني منځني خط څخه بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري.

م ک ۲۸:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې څوک Lumboscrale برخه کې د ملا درد ولري، د مساني التهاب ، همدارنګه په ښځینه جنسي غړو کې ناروغي (Vulvitis او Colpitis) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۸- ۱،۲ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د دوهم Foramin scrale د جګوالي برابر ۱،۵ کن د بدن د شاتني منځني خط څخه ډډې یا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. د حاملګی په وخت کې په دې نقطه کې درملنه د حمل د منځه تلو لامل کېدای شي.

م ک ۲۹:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې څوک ملادردي په Lumbosacral برخه کې ولري، او یا د کولمو ناروغی لکه د هضم ستونزه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ ـ ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د دریم Foramen sacrale د جګوالي برابر ۱،۵ کن د بدن د شاتني منځني خط څخه ډډې یا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. د حاملګی په وخت کې په دې نقطه کې درملنه د حمل د منځه تلو لامل کېدای شي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

م ک ۳۰:

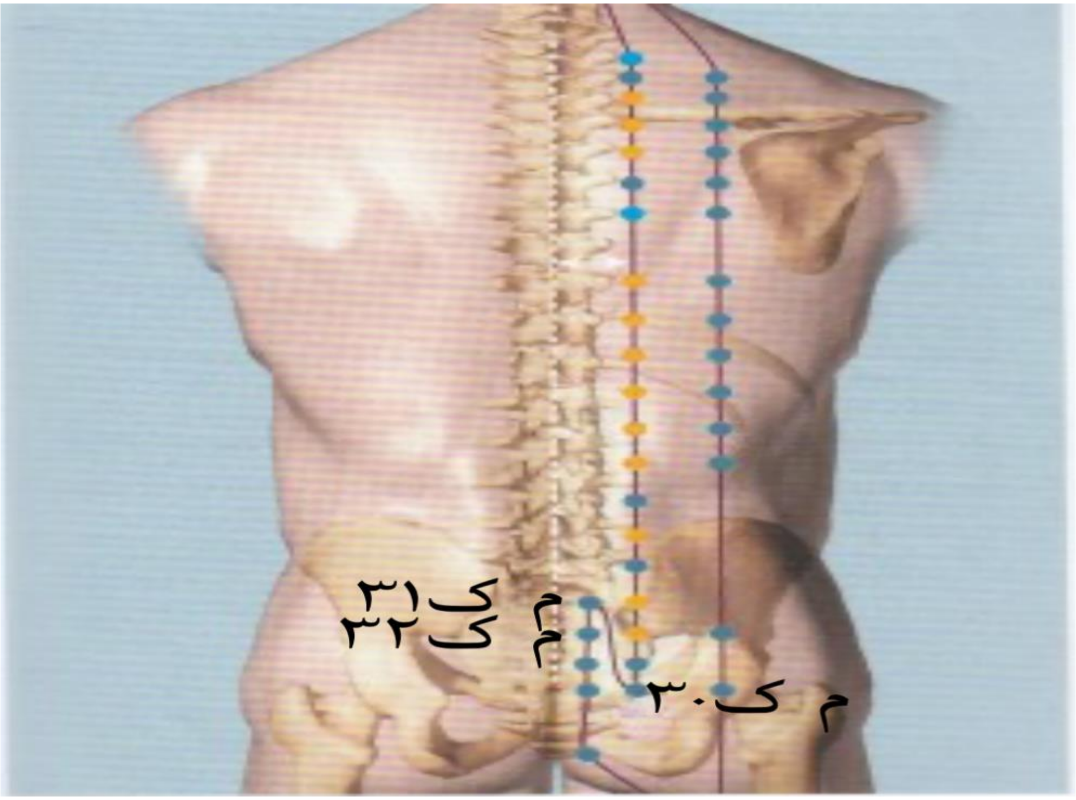
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې څوک ملادردي په Lumboscral برخه کې ولري، او همدارنګه ښځینه ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ـ ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د څلورم Foramen sacrale د جګوالي برابر ۱،۵کن د بدن د شاتني منځني خط څخه ډېږي یا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. د حاميلګی په وخت کې په دې نقطه کې درملنه د حمل د منځه تلو لامل کېدای شي.

م ک ۳۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ په جنسي اړیکو کې ستونزه ولري، اوهمدارنګه ناروغانې چې ښځینه ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ ـ ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه په لومړي Foramen sacrale کې ځاي لري، کوم چې د بدن د شاتني منځني خط اوSpina iliaca posterior superior په منځ کې ځای لري. د حاميلګی په وخت کې په دې نقطه کې درملنه د حمل د منځه تلو لامل کېدای شي.

م ک ۳۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې څوک د بدن په ښکتني غړو کې بې هیسي (Paresthesia) ولري، اوهمدارنګه ښځې چې ښځینه ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ ـ ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه په دوهم Foramen sacrale کې ځاي لري، کوم چې د Spina iliaca posterior superior داخلي (Medial) او ښکتنی (Caudal) برخه کې ځای لري. د حاميلګی په وخت کې په دې نقطه کې درملنه د حمل د منځه تلو لامل کېدای شي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

م ک ۳۳:

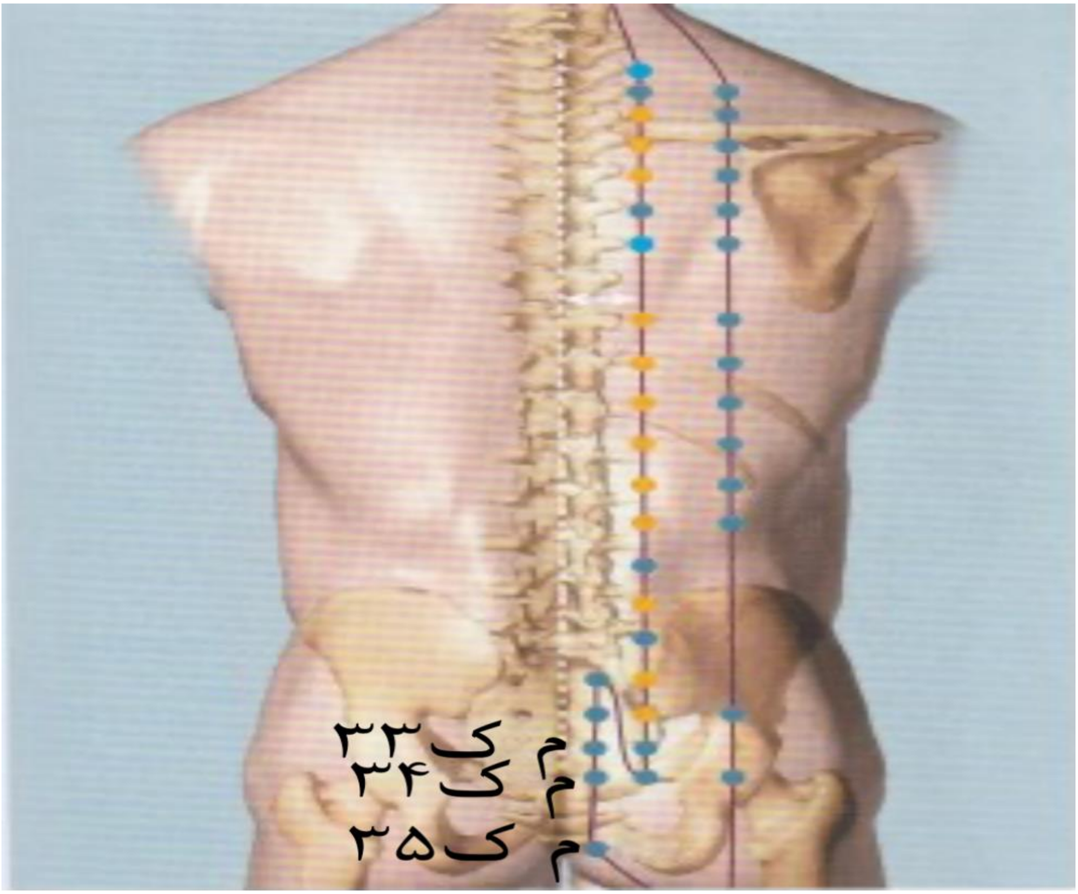
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ ملادردي په Lumbosacral برخه کې ولري، او همدارنګه ښځې چې ښځينه ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ ـ ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه م ک ۳۲ په ښکتنۍ (Caudal) برخه کې په دريم Foramen sacrale کې ځاي لري. د حاميلګۍ په وخت کې په دې نقطه کې درملنه د حمل د منځه تلو لامل کېدای شي.

م ک ۳۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پارستنه منډل کېږي، چې ځوک د هضم او تشو متيازو کولو کې ستونزه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ ـ ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د م ک ۳۳ په ښکتنۍ (Caudal) برخه کې په څلورم Foramen sacrale کې ځاي لري. د حاميلګۍ په وخت کې په دې نقطه کې درملنه د حمل د منځه تلو لامل کېدای شي.

م ک ۳۵:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پارستنه منډل کېږي، چې ناروغ بواسير (Hemorrhoid) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ ـ ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه ۰،۵کن د Os coccygis هډوکي د څوکې بهر (Lateral) ځای لري. د حاميلګۍ په وخت کې په دې نقطه کې درملنه د حمل د منځه تلو لامل کېدای شي.



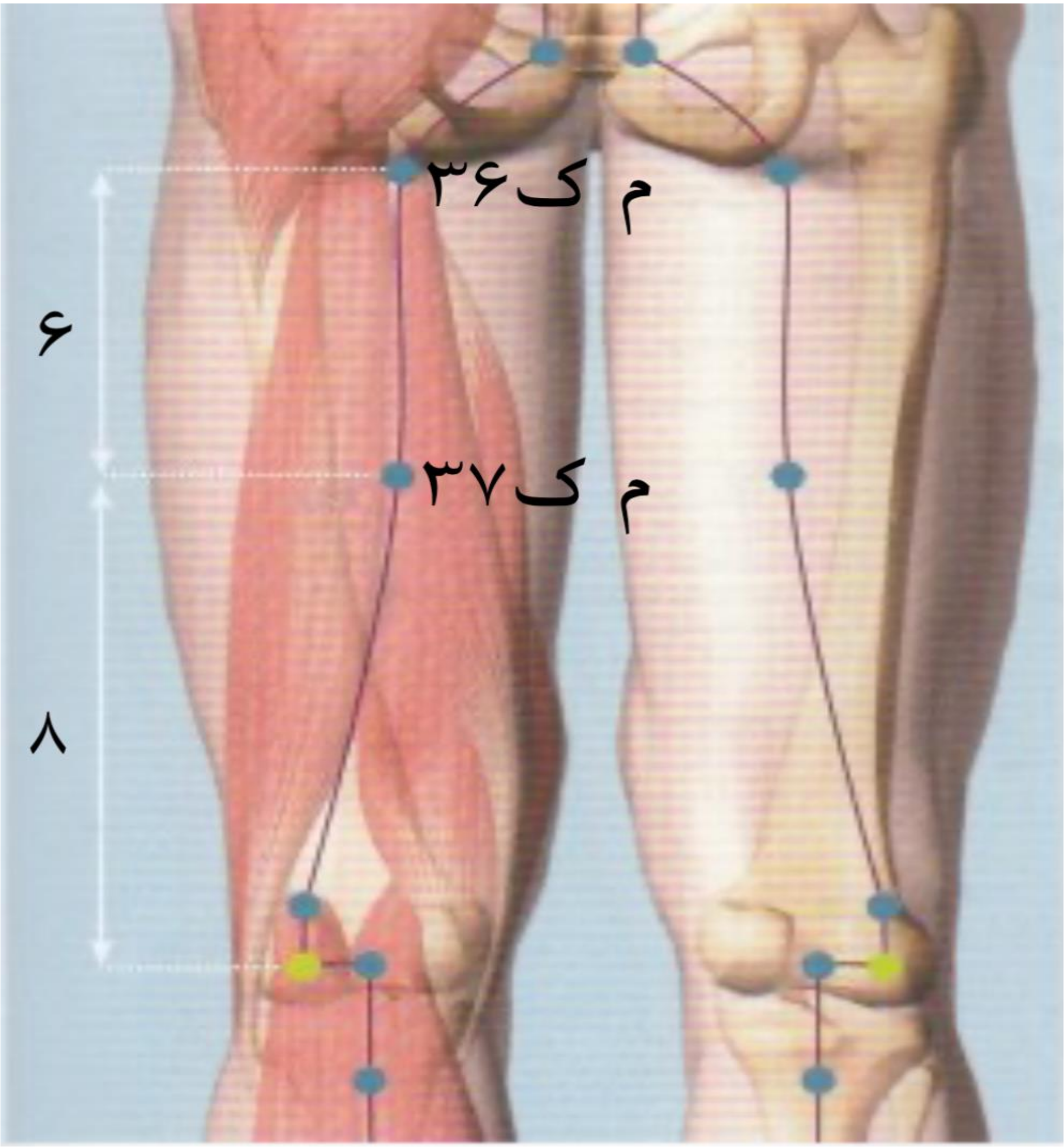
(c) ketabton.com: The Digital Library

م ک ۳۶:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د کوناټو، ورونونو او ملا دردونه ولري، اوهمدارنګه بواسیر ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ ـ ۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د کوناټي د عضلې (Glutealis) د قات شوې برخې په منځ کې ځای لري .

م ک ۳۷:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د کوناټو، ورونونو، او یا ملا دردونه ولري، او همدارنګه چې درد د ملا څخه پښو ته خپرېږي (Ischialgy). ستنه په دې نقطه کې د ۱ ـ ۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د کوناټي د عضلې (Glutealis) د قات شوې برخې یاني م ک ۳۶ څخه ۶ کن لیرې (Distal) ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

م ک ۳۸:

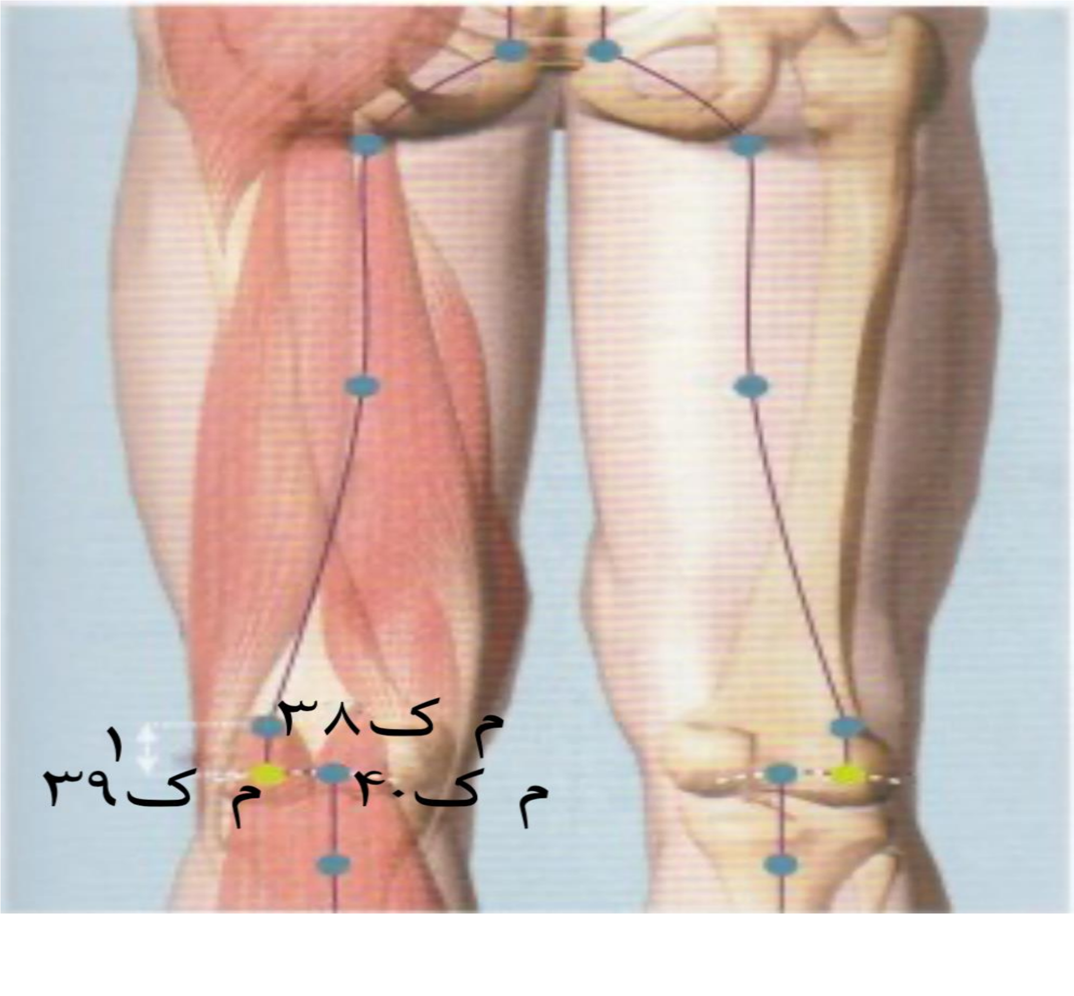
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پارستنه منډل کېږي، چې ناروغ ځايي دردونه ولري لکه د ځنګون درد. ستنه په دې نقطه کې د ۱ ـ ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه ۱کن د م ک ۳۹ نيږدې (Proximal) او د بايسيپ فيموريس عضلې د پلې (M.biceps femoris tendon) داخيل (Medial) اړخ ته ځای لري.

م ک ۳۹:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ په تشو متيازو کولو کې ستونزه ولري، خېټې دردونه، او همدارنګه د پښو پړسوب (Edema) ولرى. ستنه په دې نقطه کې د ۱ ـ۵،۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ځنګون د پوستکي د قات په اخيرنۍ بهرنۍ برخه کې د بايسيپ فيموريس عضلې د پلې (M.biceps femoris tendon) داخيل (Medial) اړخ ته ځای لري.

م ک ۴۰:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پارستنه منډل کېږي، چې ناروغ په ناڅاپي ډول بې هوښه شي، فلج (Apoplexia)، د ښکتني اندامونو دردونه، د ملا درد، او هضم يې خراب وي. ستنه په دې نقطه کې د ۱ ـ ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ځنګون د قات په منځنۍ برخه کې ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

م ک ۴۱:

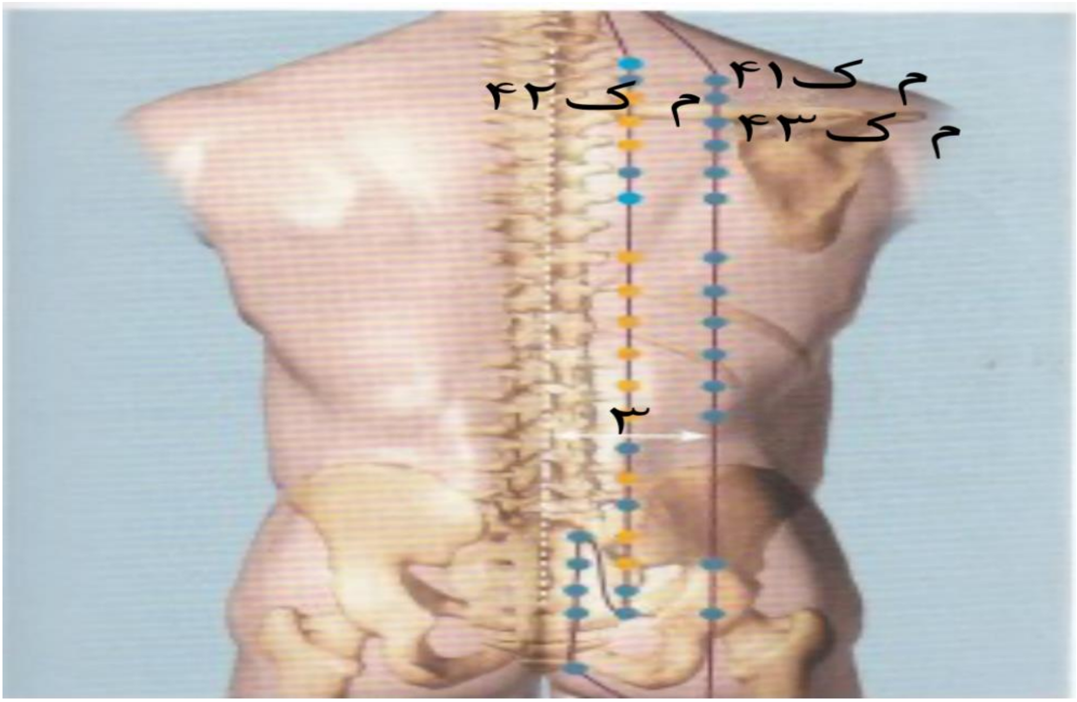
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ دملا او اوږو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سینې د دوهمې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د ښکتنی (Caudal) برخې د جګوالي سره برابر۳ کن د بدن د شاتني منځني خط څخه ډډې یا بهر(Lateral) اړخ ته ځای لري. دلته د ستنې په ذریه درملنه د Pneumothorax سبب کېږي، باید د سمې پاملرنې کار واخیستل شي.

م ک ۴۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې څوک د ښت، ملا او اوږو دردونه ولري، همدارنګه تنفسي ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سینې د دریمې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د ښکتنی (Caudal) برخې د جګوالي سره برابر ۳کن د بدن د شاتني منځني خط څخه ډډې یا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. دلته د ستنې په ذریه درملنه د Pneumothorax سبب کېږي، باید د سمې پاملرنې کار واخیستل شي.

م ک ۴۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې څوک د ښت، ملا او اوږو دردونه ولري، همدارنګه تنفسي ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سینې د څلورمې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د ښکتنی (Caudal) برخې د جګوالي سره برابر۳ کن د بدن د شاتني منځني خط څخه ډډې یا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. دلته د ستنې په ذریه درملنه د Pneumothorax سبب کېږي، باید د سمې پاملرنې کار واخیستل شي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

م ک ۴۴:

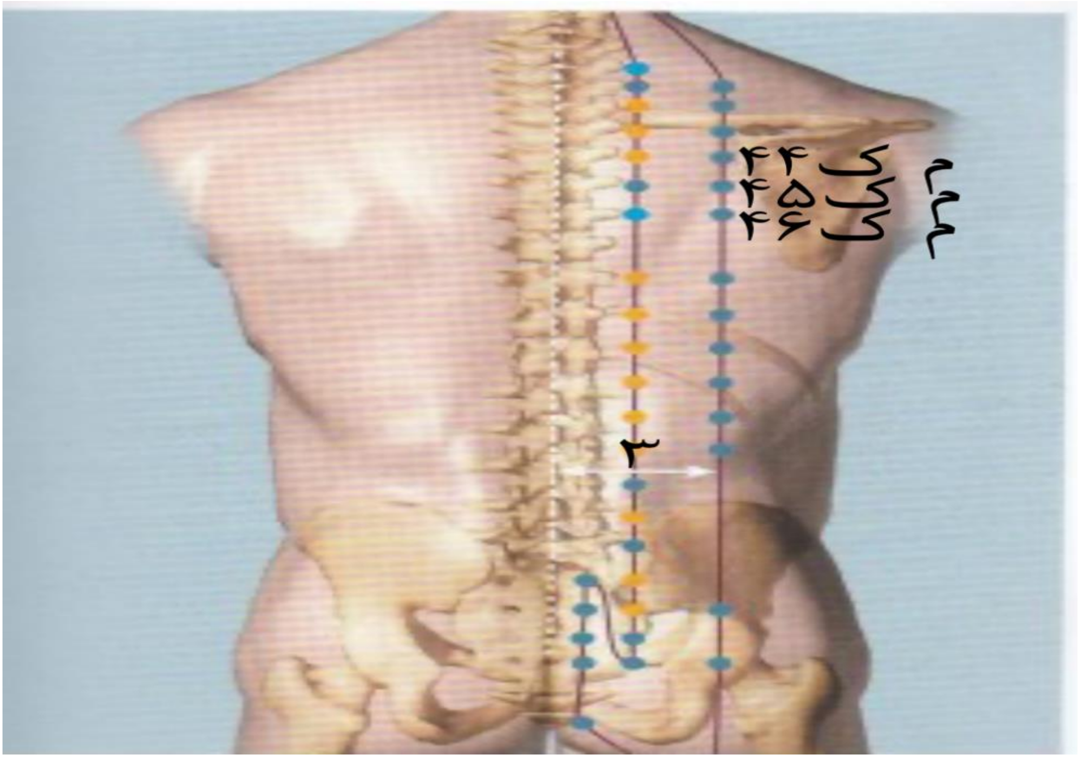
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ تنفسي ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سینې د پنځمې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د ښکتنی (Caudal) برخې د جګوالي سره برابر۳کن د بدن د شاتني منځني خط څخه ډډې یا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. دلته د ستنې په ذریه درملنه د Pneumothorax سبب کېږي، باید د سمې پاملرنې کار واخیستل شي.

م ک ۴۵:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د څټ، ملا او اوږو دردونه ولري، همدارنګه تنفسي ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سینې د شپږمې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د ښکتنی (Caudal) برخې د جګوالي سره برابر ۳ کن د بدن د شاتني منځني خط څخه ډډې یا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. دلته د ستنې په ذریه درملنه د Pneumothorax سبب کېږي، باید د سمې پاملرنې کار واخیستل شي.

م ک ۴۶:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ځوک د مرئ او معدې ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سینې د اوومې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د ښکتنی (Caudal) برخې د جګوالي سره برابر۳ کن د بدن د شاتني منځني خط څخه ډډې یا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. دلته د ستنې په ذریه درملنه د Pneumothorax سبب کېږي، باید د سمې پاملرنې کار واخیستل شي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

م ک ۴۷:

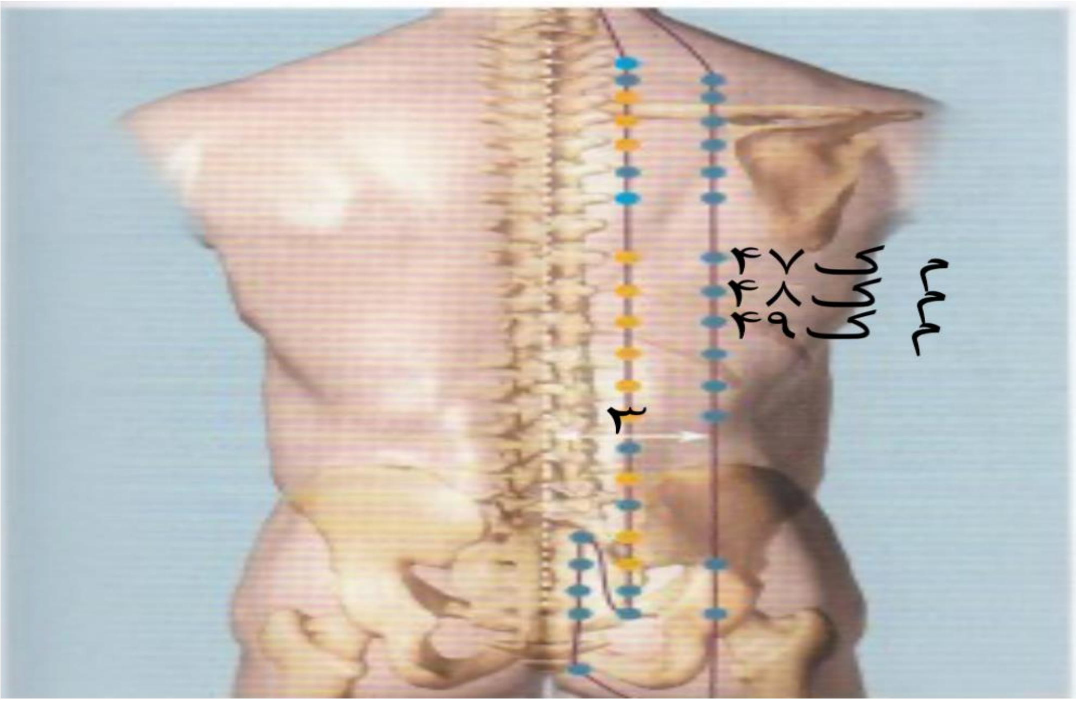
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د هضم ستونزه ولرې، او همدارنګه د ځګر ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سینې د نهمې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د ښکتنۍ (Caudal) برخې د جګوالي سره برابر ۳کن د بدن د شاتنې منځنۍ خط څخه ډډې يا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. دلته د ستنې په ذریه درملنه د Pneumothorax سبب کېږي، باید د سمې پاملرنې کار واخیستل شي.

م ک ۴۸:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د هضم او د صفرا د کڅوړې ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سینې د لسمې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د ښکتنۍ (Caudal) برخې د جګوالي سره برابر۳کن د بدن د شاتنې منځنې خط څخه ډډې يا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. دلته د ستنې په ذریه درملنه دPneumothorax سبب کېږي، باید د سمې پاملرنې کار واخیستل شي.

م ک ۴۹:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د هضم ستونزه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سینې د ۱۱فقرې ( Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د ښکتنۍ (Caudal) برخې د جګوالي سره برابر۳کن د بدن د شاتنې منځنې خط څخه ډډې يا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. دلته د ستنې په ذریه درملنه د Pneumothorax سبب کېږي، باید د سمې پاملرنې کار واخیستل شي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

م ک ۵۰:

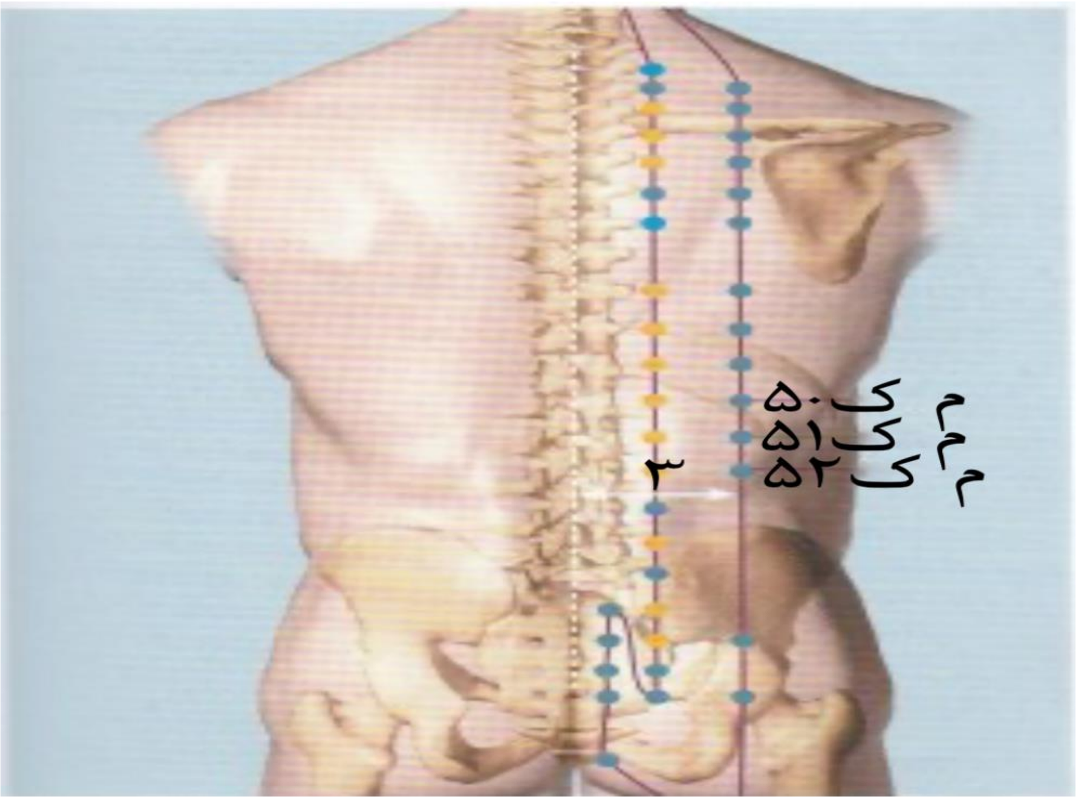
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د هضم ستونزه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سینې د ۱۲فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د ښکتنۍ (Caudal) برخې د جګوالي سره برابر ۳کن د بدن د شاتني منځني خط څخه ډډې یا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. دلته د ستنې په ذریه درملنه د Pneumothorax سبب کېږي، باید د سمې پاملرنې کار واخیستل شي.

م ک ۵۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ قبضیت، د ځګر او توري ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ملا د لومړۍ فقرې (Lumbar vertebrae) د Processus spinosus د ښکتنۍ (Caudal) برخې د جګوالي سره برابر۳کن د بدن د شاتني منځني خط څخه ډډې یا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري.

م ک ۵۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې نارینه د جنسي اړیکو ستونزه ولري، د ملا درد او همدارنګه د تشو متیازو په کولو کې ستونزه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه دملا د دوهمې فقرې (Lumbar vertebrae) د Processus spinosus د ښکتنۍ (Caudal) برخې د جګوالي سره برابر ۳کن د بدن د شاتني منځني خط څخه ډډې یا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري.



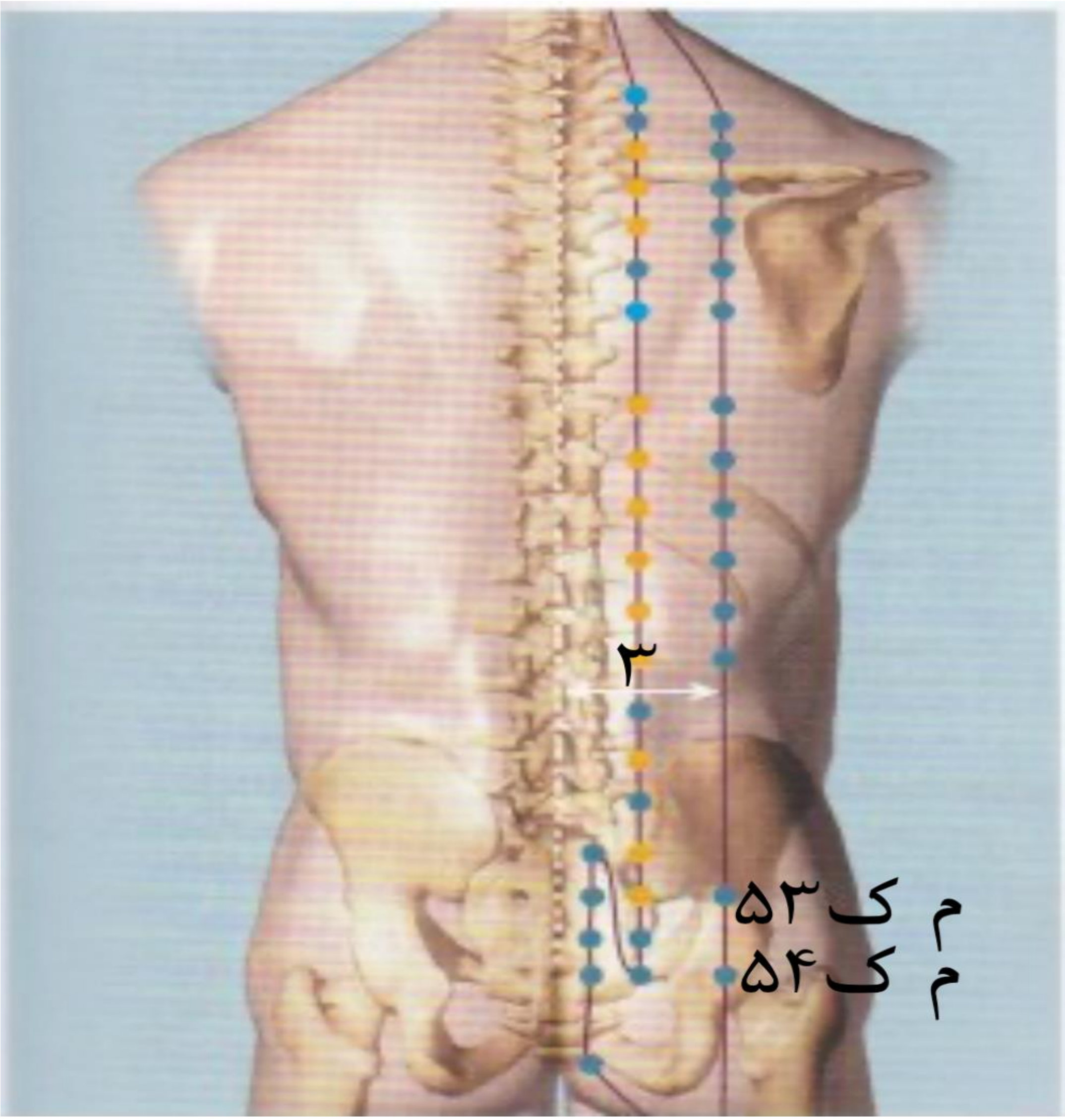
(c) ketabton.com: The Digital Library

م ک ۵۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د تشو متيازو په کولو کې ستونزه، قيضيت، او د ملا درد ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ ـ ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د دوهم Foramen sacrale posterior د جګوالي سره برابر ۳کن د بدن د شاتني منځني خط څخه ډډې يا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري.

م ک ۵۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د پروستات ناروغی، د بواسير ناروغی، او همدارنګه د ملا درد چې پښو ته خپرېږي. ستنه په دې نقطه کې د ۱،۵- ۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د څلورم Foramen sacrale posterior د جګوالي سره برابر ۳کن د بدن د شاتني منځني خط څخه ډډې يا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

م ک ۵۵:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله یو ناروغ د خېټې چوره (Hermia)، د ښځینه جنسي غړي څخه وینه راتلل، اوهمدارنګه د ملا دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د م ک۴۰ څخه ۲کن لېرې (Distal) ځای لري.

م ک ۵۶:

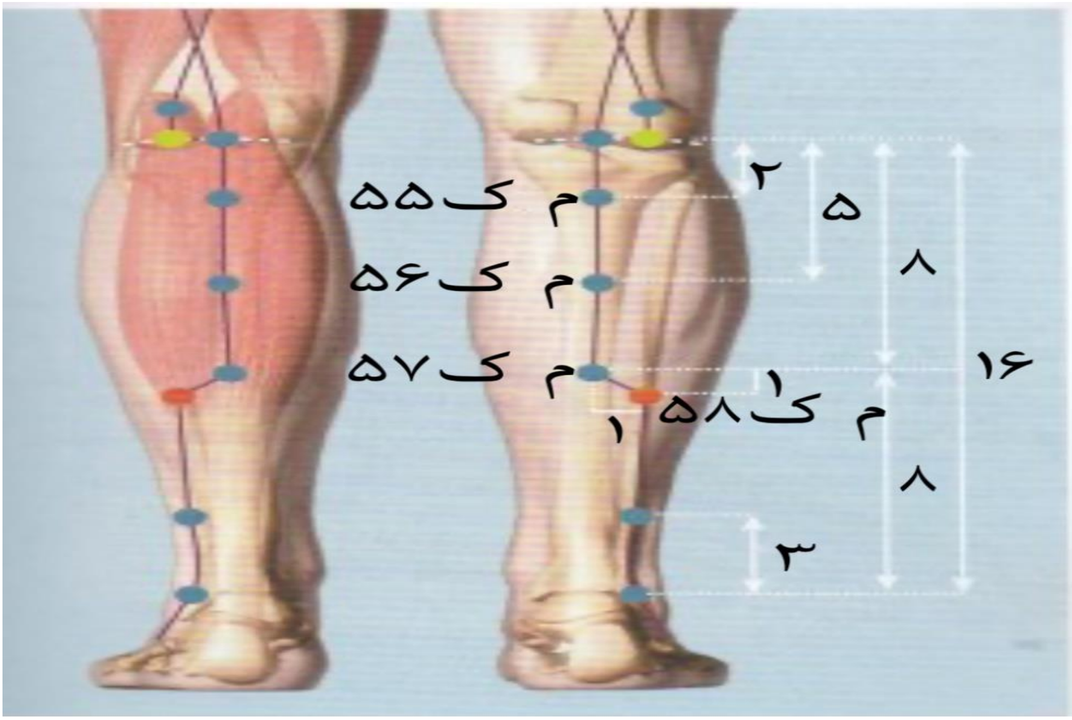
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله یو ناروغ د بواسېر ناروغی، او د لېنګو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د م ک۴۰ څخه ۵کن لېرې (Distal) د M. gastrocnemius د دواړو عضلو په منځ کې ځای لري.

م ک ۵۷:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله یو ناروغ د بواسېر ناروغی، قبضیت او یا د لېنګو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د م ک۴۰ څخه ۸کن لېرې (Distal) د M. gastrocnemius د دواړو عضلود اخیري برخو په منځ کې ځای لري.

م ک ۵۸:

دې نقطې ته چینایان تېرېدونکې (Passage point) نقطه وایي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د بواسېرناروغی، د څټ او سر دردونه، اوهمدارنګه د پوزې وینې کېدل (خونرېزي) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۱،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د م ک۶۰ څخه ۷کن نیږدې (Proximal) او د م ک۵۷ څخه ۱کن لېرې (Distal) او ۱کن بهر(Lateral)، د M. gastrocnemius او M.soleus عضلو په منځ کې ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

م ک ۵۹:

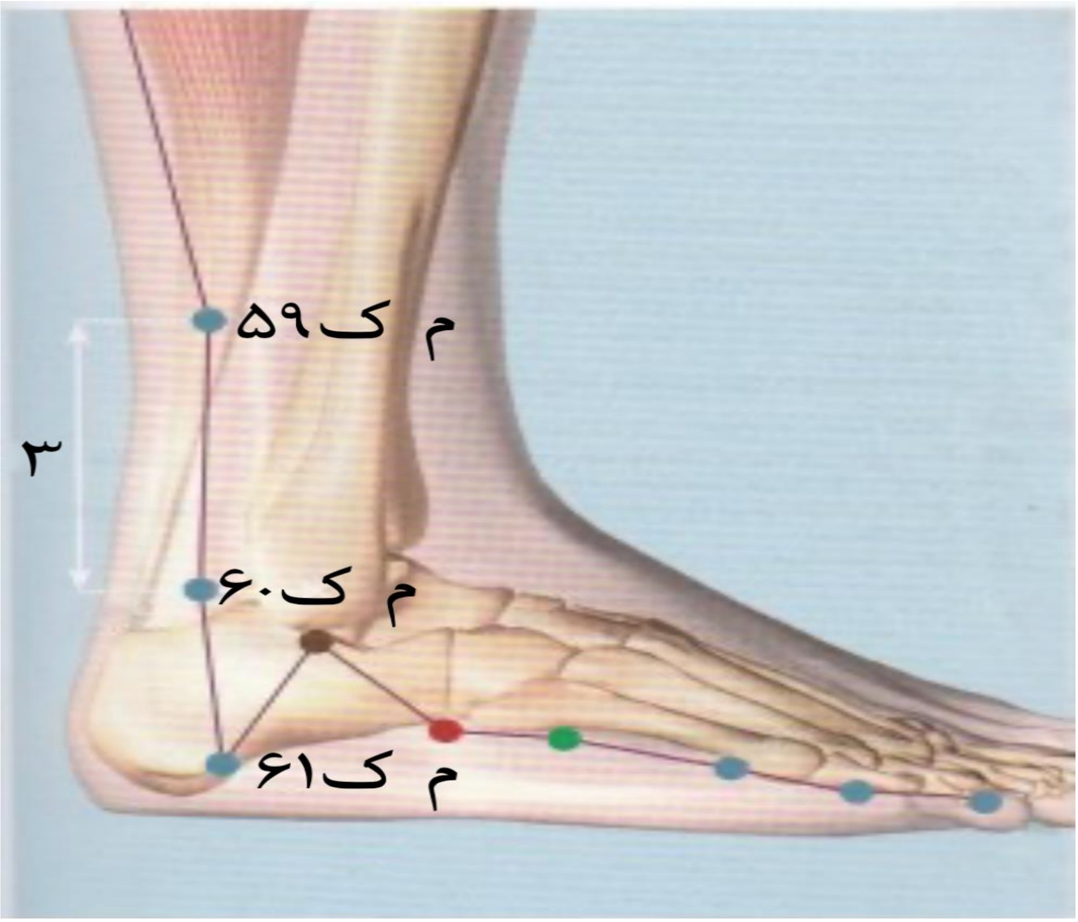
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله يو ناروغ  سردردي اويا د لېنګو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۸- ۱،۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د م ک۶۰ څخه ۳کن نيږدې (Proximal) ځای لري.

م ک ۶۰:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله يو ناروغ  سردردي، د څټ درد، د ملا درد، د پوندې درد ولري، او همدارنګه  زيږون اسانوي. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د پښو د بهرني خنګرو (Malleolus) او د لېنګې او د پوندې د يوځای کېدو پلې (Achilles tendon) ترمنځ ځای لري. د حاميلګۍ په وخت کې په دې نقطه کې درملنه د حمل د منځه تلو لامل کيږي، نو د خاملګۍ په وخت کې د درملنې مخنيوې وکړئ.

م ک ۶۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله يو ناروغ د لېنګواو پوندو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د پښو د بهرني خنګرو (Malleolus lateralis) شاته او لېرې (Distal) د Calcaneus په ډډه کې ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

م ک ۶۲:

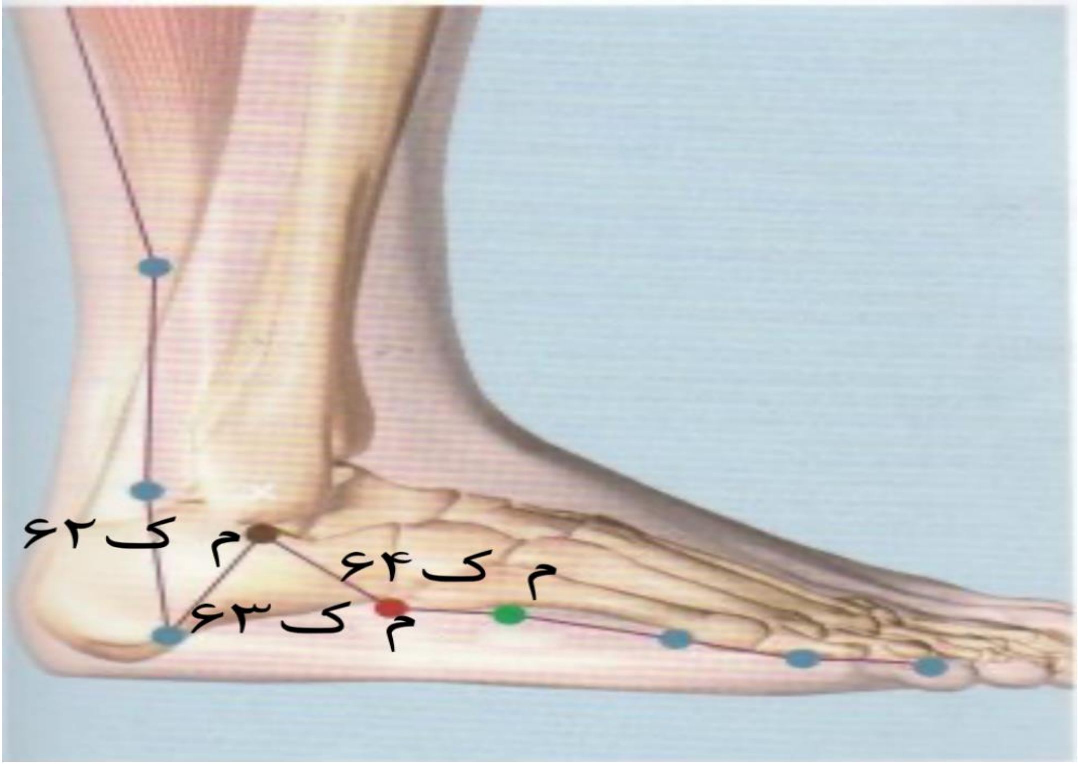
دي نقطي ته چينايان اساسي (Cardinal point) نقطه وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله يو ناروغ د پوندو درد، سردردي، سرچرخي، بې خوبي، عصبي او رواني ناروغۍ، او همدرانګه ميرګي ولري. دا هم ارامونکي نقطه ده، خو په ځينې ناروغانو کې د جټکو د رامنځ ته کېدو سبب کېږي. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښو د بهرني خنګرو (Malleolus lateralis) په لېږې (Distal) د سرې او سپينې غوښې تر منځ ځای لري.

م ک ۶۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله يو ناروغ د ملا درد چې پښو ته خپرېږي، د خنګرو دردونه، او ميرګي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښو د بهرني خنګرو (Malleolus lateralis) د مخکنۍ څنډې په لېږې (Distal) د Os cuboideum لاندې برخه ياني د پښو تلي کې د سرې او سپينې غوښې تر منځ ځای لري.

م ک ۶۴:

دي نقطي ته چينايان د پيل يا ابتداي نقطه (Source point) اوهمدارنګه يووان (Youn point) نقطه هم وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله يو ناروغ د ملا درد او ميرګي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پنځم Ossis metatarsalis هډوکي د Tuberositas په لاندنۍ برخه کې د سپينې او سرې غوښې تر منځ ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

م ک ۶۵:

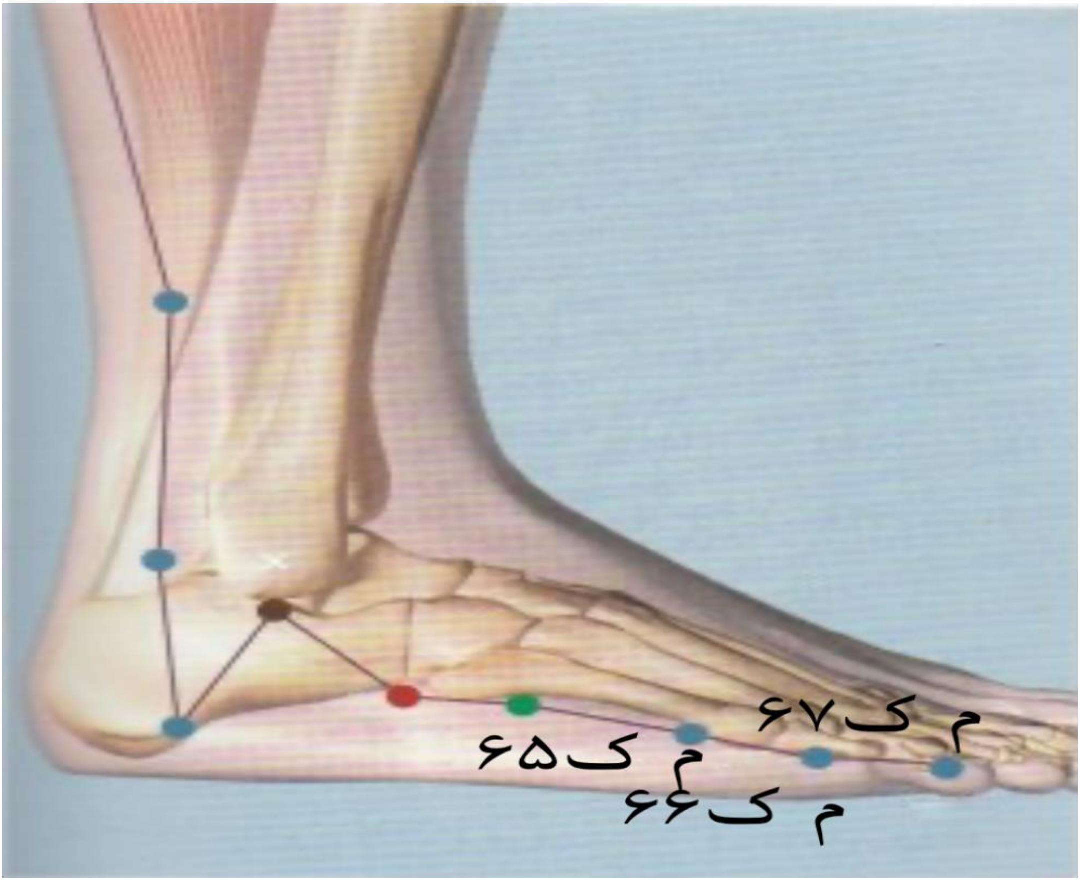
دې نقطې ته چینایان اراموونکې (Sedation point) نقطه وایي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله یو ناروغ سردردي، د ښځ درد، لېنګو او پوندو دردونه، او همدارنګه عصبي او رواني ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پنځم Metatarsophalangeal joint په نیږدې (Proximal) برخه کې د سپینې او سرې غوښې په منځ کې ځای لري.

م ک ۶۶:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله یو ناروغ سردردي، د ښځ درد، او همدارنګه عصبي او رواني ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۲- ۰،۳کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پنځم Metatarsophalangeal joint په لېرې (Disatal) برخه کې د سپینې او سرې غوښې په منځ کې ځای لري.

م ک ۶۷:

دې نقطې ته چینایان تنبې کوونکې (Toning point) نقطه وایي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله یو ناروغ سردردي، د پوزې وینې کېدل یا خونرېزي ولري، او همدارنګه په زېږون کې مرسته کوي. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښې د کوچنۍ ګوتې د نوک او غوښې د نیږدې زاویې په بهرنۍ برخه کې ځای لري.



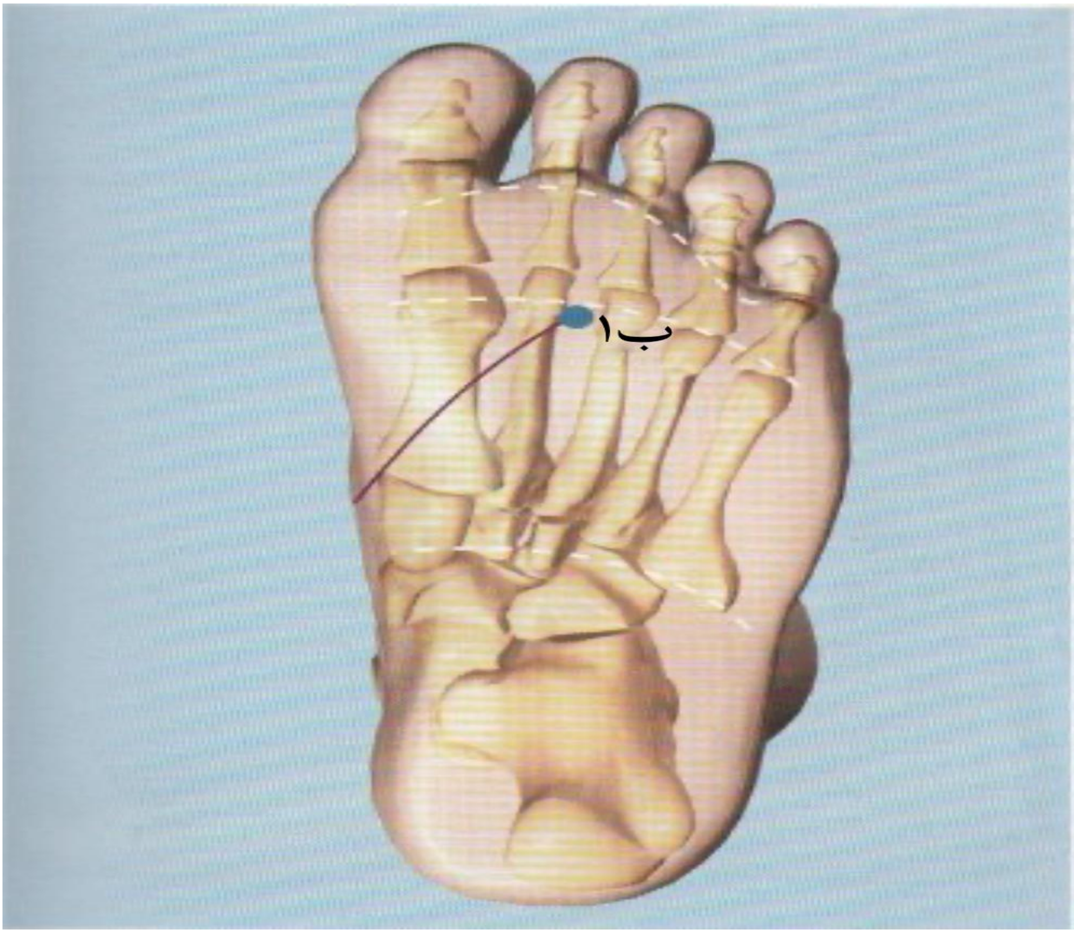
(c) ketabton.com: The Digital Library

**د ښښتورګو ویاله یا کانال**

ښښتورګي یا بډوډي ین (Yin) اورګان یا غړی دی. چینایان د دې اورګان ارتباط د اوبو سره ورکوي. دنده یې تولید دی. ناروغي په دې غړي کي د ۱۷-۱۹ بجو په منځ کې رامنځ ته کېږي. دا ویاله د پښو څخه د سر اړخ ته بهېږي. په دې ویاله کې د درملنې په پار ۲۷ نقطې ځای لري. په دې ویاله کې د انرژۍ دوران د اطرافو څخه مرکز ته دی. په ادرینال غدو (Adrenal gland)، هډوکو، اوغوږونو ښه اغېز لري. د دې ویالې د همغږۍ نقطه د متیازو کڅوړه ۲۳( م ک ۲۳) او د یوځای کېدو یا خطر نقطه (Alarm point) یې تریخی ۲۵(ت ر ۲۵) ده.

ب ۱:

دې نقطې ته چینایان ارامونکې (Sedation point) نقطه وایي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله یو ناروغ سردردي، سرچرخي، د تشو میتیازو په کولو کې ستونزه ولري، د رواني ناروغۍ په پایله کې ګونګې شوی وي، او همدارنګه دایمي Laryngitis، او یا Pharyngitis ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه چې کله پښه د تلې لورې ته قات شي (Plantar Flexion) نو د پښې په مخکنۍ ژوره برخه کې ځای لري.



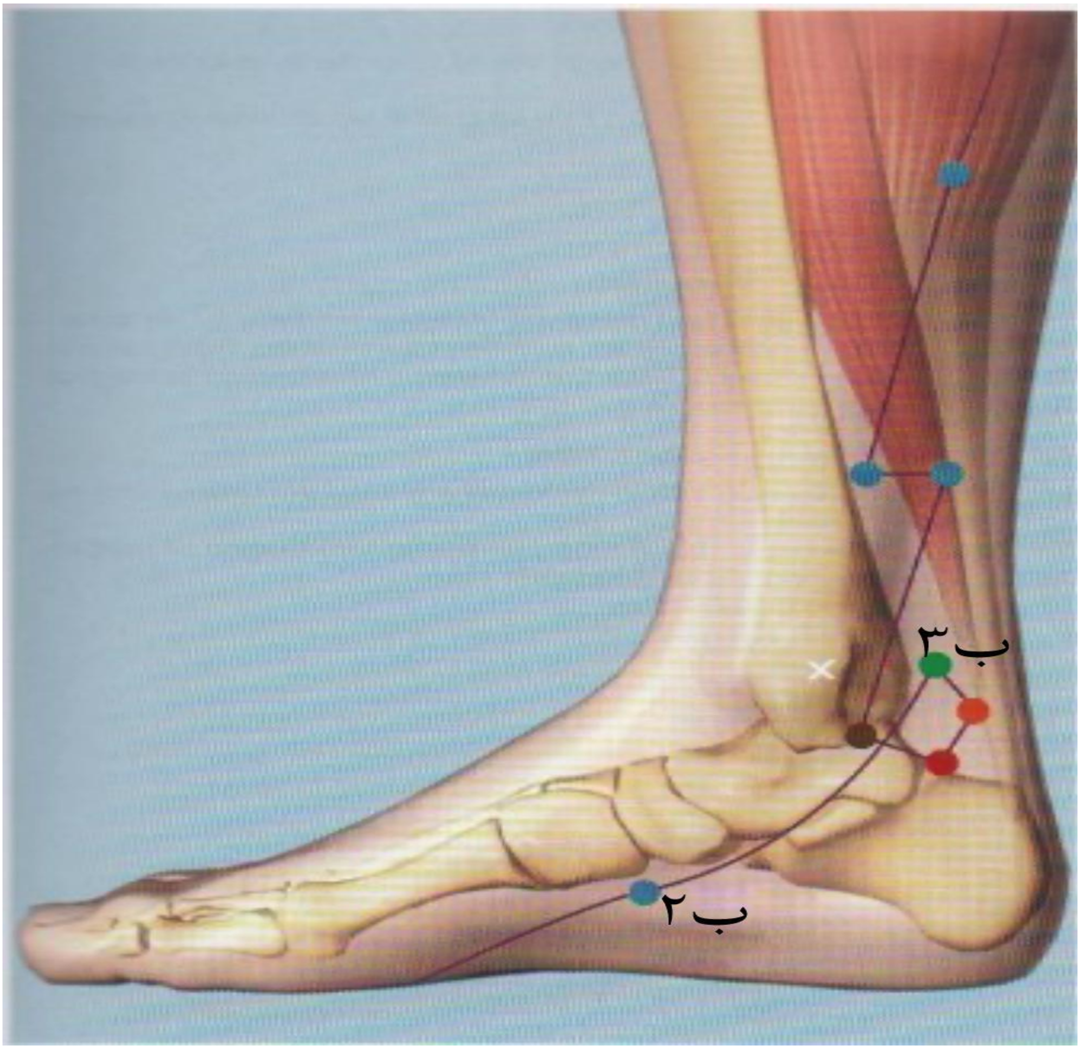
(c) ketabton.com: The Digital Library

ب ۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله یو ناروغ د جنسي اړیکو ستونزه ولري، ناروغه ښځینه ناروغی، او همدارنګه د پښو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې ۰،۵- ۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښې د داخلي برخې د Tuberositas ossis navicularis تلې اړخ ته د سرې او سپینې غوښې ترمنځ ځای لري.

ب ۳:

دې نقطې ته د پیل یا ابتدایی (Source point) نقطه او همدارنګه یووان (Yuan point) نقطه هم وایي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله یو ناروغ د وینې لوړ فشار، سر ګرځېدل، کمزورتیا، او دایمي Laryngitis، او یا Pharyngitis د غوړونو ناروغی، د نارینه د جنسي اړیکو کمزورتیا، او ځایي دردونه لکه د پښو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښې د داخلي خنګري (Malleolus medialis) اود پښې د پلې (Achilles tendon) په منځ کې ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

ب ۴:

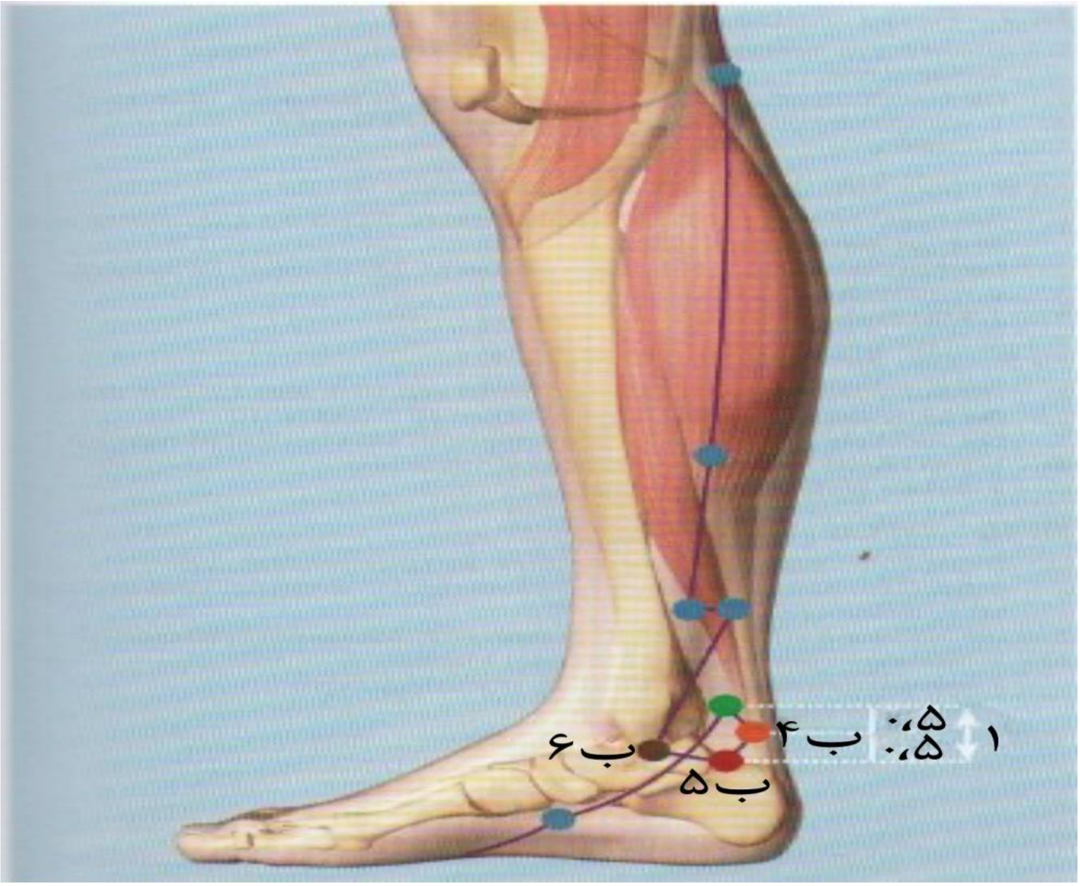
دې نقطې ته چینایان تېرېدونکې (Passage point) نقطه او همدارنګه لوو (Luo point) نقطه هم وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله یو ناروغ تنفسي ناروغۍ، قبضیت، د تشو متیازو په کولو کې ستونزه، او همدارنګه د پوندو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ـ ۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ب۳ څخه ۰،۵ کن لېرې (Distal) او شاته (Dorsal) د پښې د پلي (Achilles tendon) په داخلي څنډه کې ځای لري.

ب ۵:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله یو ناروغه ښځینه ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ـ ۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښې د داخلي ځنګري (Malleolus medialis) لېرې (Distal) او شاته (Dorsal) او ۱ کن د ب۳ څخه لېرې (Distal) د Tuber calcanei هډوکي په پورتنۍ څنډه کې ځای لری.

ب ۶:

دې نقطې ته چینایان اساسي (Cardinal point) نقطه وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله یو ناروغه او یا ناروغ ښځینه ناروغۍ، کمزورتیا، او ستړیا، او همدارنګه دایمي Pharyngitis ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ـ ۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښې د داخلي ښنګري (Malleolus medialis) په ښکتنۍ څنډه کې ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

ب ۷:

دې نقطې ته چينايان د تنبې (Toning point) نقطه وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله يو ناروغ ډېر خوله کيږي او يا هيڅ نه خوله کيږي، او همدارنګه پړسوب (Edema) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ـ ۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د ب۳ څخه ۲کن نيږدې (Proximal) د پښې د پلې (Achilles tendon) په مخکنۍ (Ventral) برخه کې ځای لرې.

ب ۸:

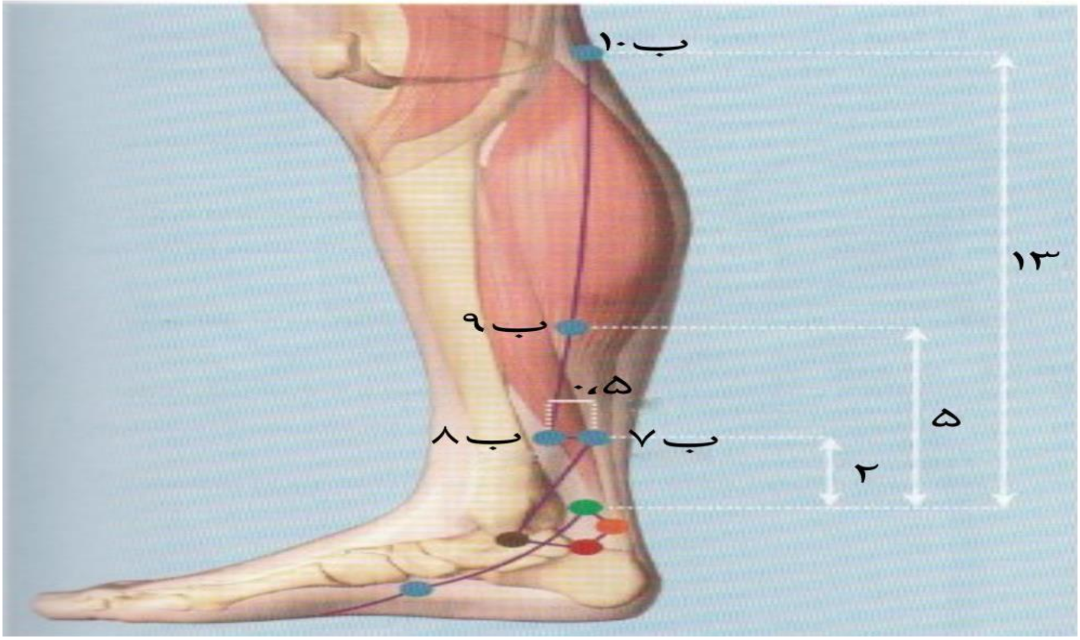
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله يو ناروغ د تشو متيازو ستونزه ولري، او همدارنګه ښځينه ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ـ ۱،۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د ب۳ څخه ۲ کن نيږدې (Proximal) او ۰،۵کن د ب۷ مخې ته او د Tibia هډوکې په شاتنۍ څنډه کې ځای لري.

ب ۹:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پارستنه منډل کيږي، چې کله يو ناروغ رواني او عصبي ناروغۍ ولري، او همدارنګه د خيټې چوره (Hernia) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ـ ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د ب۳ څخه ۵ کن نيږدې (Proximal) د لېنګي به داخلي برخه کې ځای لري.

ب ۱۰

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پارستنه منډل کيږي، چې کله يو ناروغ د جنسي اړيکو ستونزه ولري، د ښځينه د جنسي غړي څخه وينه راتلل، او همدارنګه د ځنګون دردونه. ستنه په دې نقطه کې د ۱ـ ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د Fossa poplitea په داخلي (Medial) برخه کې د دواړه عضلو د پلو (M.semitendinosus tendon او M.semimembranosus tendon) په منځ کې ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

ب ۱۱:

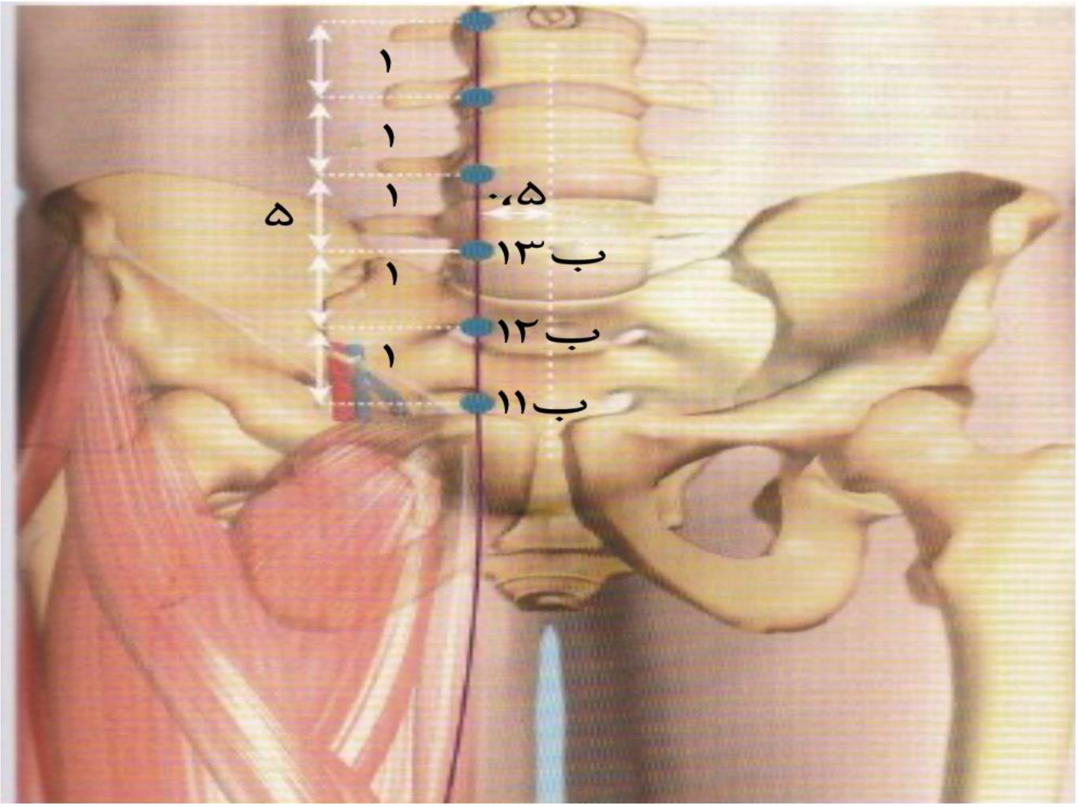
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله یو ناروغ د جنسي اړیکو ستونزه ولري، پروستات ناروغی، او د تشو متیازو په کولو کې ستونزې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ـ ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه ۵ کن د خېټې د نوم څخه ښکته (Caudal) او د بدن د مخکني منځني خط څخه ۰،۵ کن بهر (Lateral) ځای لري. د حمل په وخت کې د درملنې ډډه وکړئ، کېدای شي د حمل د منځه تلو لامل شي.

ب۱۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله یو ناروغ د جنسي اړیکو ستونزه ولري، پروستات ناروغی، همدارنګه که یوه ناروغه ښځینه ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ـ ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه ۴کن د خېټې د نوم څخه ښکته (Caudal) او د بدن د مخکني منځني خط څخه ۰،۵ کن بهر (Lateral) ځای لري. د حمل په وخت کې د درملنې ډډه وکړئ، کېدای شي د حمل د منځه تلو لامل شي.

ب ۱۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله یوه ناروغه ښځینه ناروغی، او د تشو متیازو په کولو کې ستونزې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ـ ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه ۳کن د خېټې د نوم څخه ښکته (Caudal) او د بدن د مخکني منځني خط څخه ۰،۵ کن بهر (Lateral) ځای لري. د حمل په وخت کې د درملنې ډډه وکړئ، کېدای شي د حمل د منځه تلو لامل شي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

ب ۱۴:

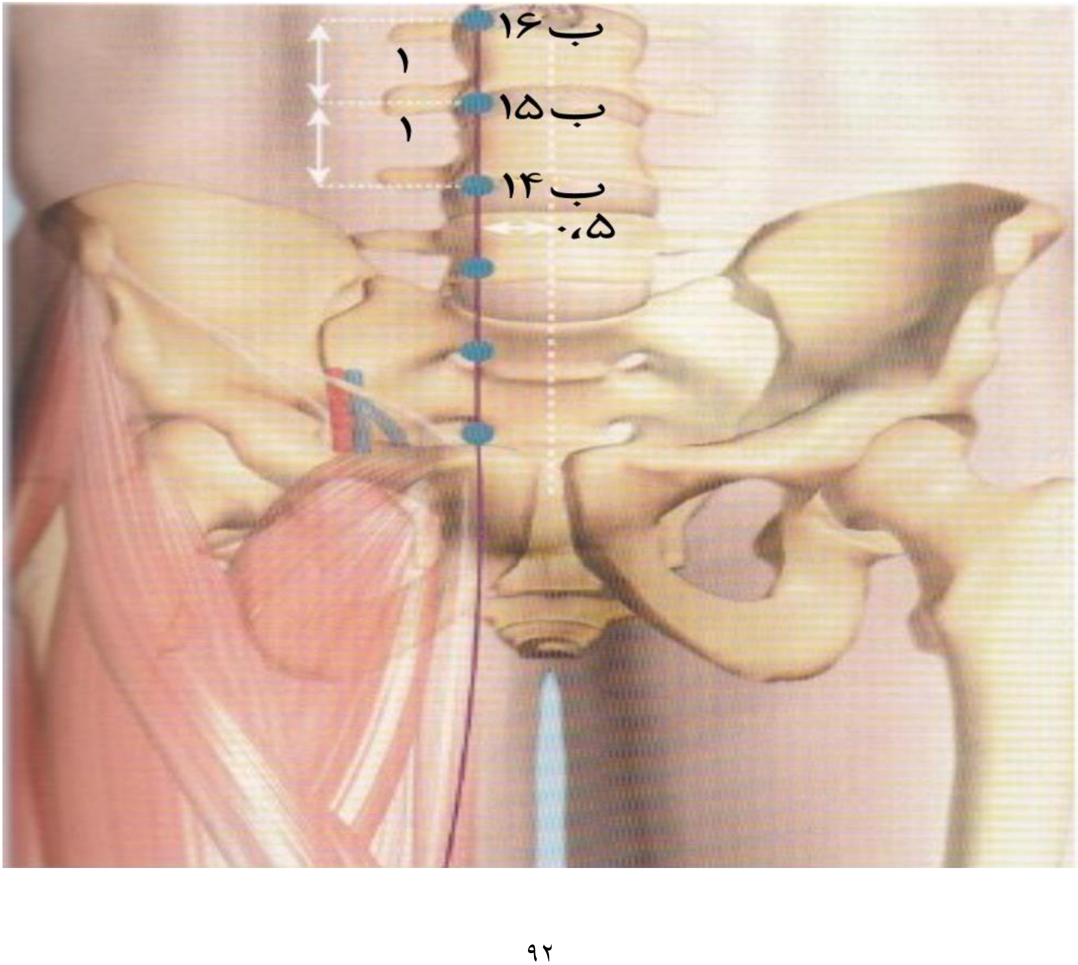
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله يوه ناروغه ښځينه ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ـ ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه ۲کن د خېټې د نوم څخه ښکته (Caudal) او د بدن د مخکني منځني خط څخه ۰،۵ کن بهر (Lateral) ځای لري. د حمل په وخت کې د درملنې ډېره وکړئ، کېدای شي د حمل د منځه تلو لامل شي.

ب ۱۵:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان ښځينه ناروغۍ لکه په مياشتني ناروغۍ کې ستونزه ولري، او همدارنګه قبضيت ولري. دا نقطه ۱ کن د خېټې د نوم څخه ښکته (Caudal) او د مخکني منځني خط څخه ۰،۵کن بهر (Lateral) ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ـ ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. د حمل په وخت کې د درملنې ډېره وکړئ، کېدای شي د حمل د منځه تلو لامل شي.

ب ۱۶:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د خېټې ستونزې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ـ ۱،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د خېټې د نوم څخه ۰،۵کن بهر (Lateral) ځای لري. د حمل په وخت کې د درملنې ډېره وکړئ، کېدای شي د حمل د منځه تلولامل شي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

ب ۱۷:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د هضم ستونزه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ـ ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه ۲کن د خېټې د نوم څخه پورته (Cranial) او د بدن د مخکني منځني خط څخه ۰،۵ کن بهر (Lateral) ځای لري.

ب ۱۸:

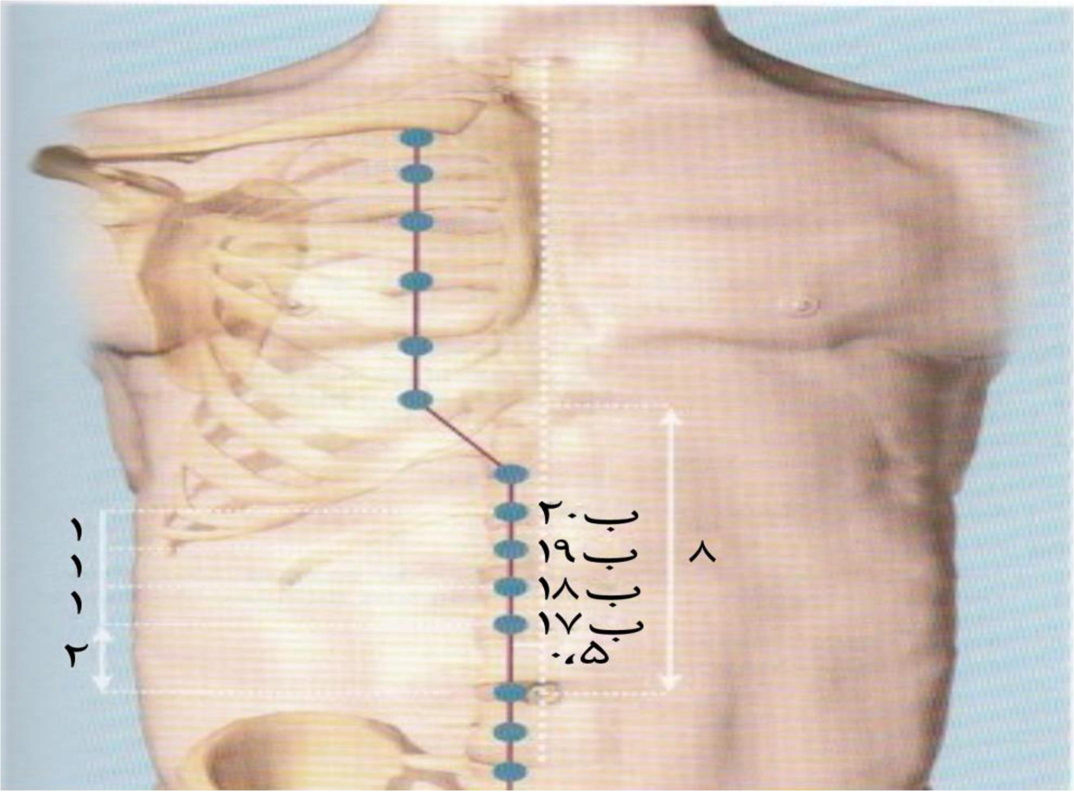
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د خېټې د پورتنۍ برخې ستونزې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ـ ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه ۳کن د خېټې د نوم څخه پورته (Cranial) او د بدن د مخکني منځني خط څخه ۰،۵ کن بهر (Lateral) ځای لري.

ب ۱۹:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د خېټې د پورتنۍ برخې ستونزې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ـ ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه ۴کن د خېټې د نوم څخه پورته (Cranial) او د بدن د مخکني منځني خط څخه ۰،۵ کن بهر (Lateral) ځای لري.

ب ۲۰:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د معدې ستونزې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ـ ۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه ۵ کن د خېټې د نوم څخه پورته (Cranial) او د بدن د مخکني منځني خط څخه ۰،۵ کن بهر (Lateral) ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

ب ۲۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د معدې او مرۍ ستونزې ولري، او همدارنګه چې اټکي (Singultus) کوي. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه ۶کن د خېټې د نوم څخه پورته (Cranial) او د بدن د مخکني منځني خط څخه ۰،۵ کن بهر (Lateral) ځای لري.

ب ۲۲:

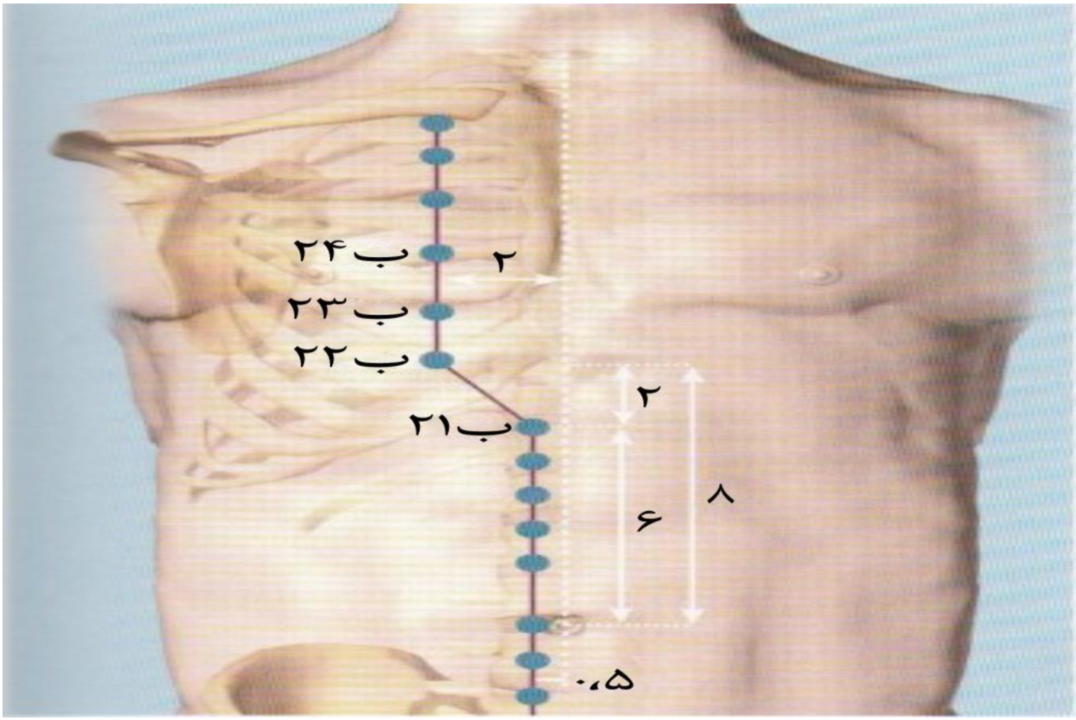
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان تنفسي او د زړه ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه د پوستکي لاندې په کاږه ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن د مخکني منځني خط څخه ۲کن بهر (Lateral) د پنځمې پوښتۍ د پاسه ځای لري. د Pneumothorax مخنیوی وکړئ.

ب ۲۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان تنفسي او د زړه ناروغۍ ولري، او همدارنګه د تیونو التهاب ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه د پوستکي لاندې په کاږه ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن د مخکني منځني خط څخه ۲کن بهر (Lateral) د څلورمې پوښتۍ د پاسه ځای لري. د Pneumothorax مخنیوی وکړئ.

ب ۲۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان تنفسي ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه د پوستکي لاندې په کاږه ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن د مخکني منځني خط څخه ۲کن بهر (Lateral) د دریمې پوښتۍ د پاسه ځای لري. د Pneumothorax مخنیوی وکړئ.



(c) ketabton.com: The Digital Library

ب ۲۵:

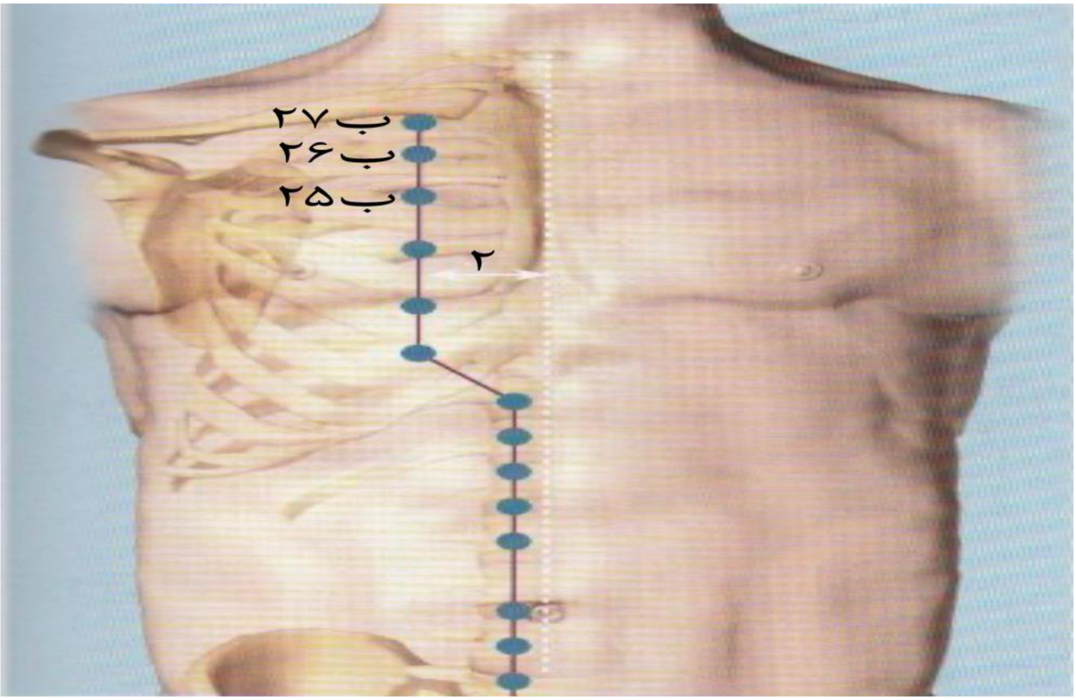
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغان تنفسي او د زړه ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ـ ۰،۸کن په اندازه د پوستکي لاندې په کاږه ډول منډل کيږي. دا نقطه د بدن د مخکني منځني خط څخه ۲کن بهر (Lateral) د دوهمې پوښتۍ د پاسه ځای لري. د Pneumothorax مخنيوی وکړئ.

ب ۲۶:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغان تنفسي ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ـ ۰،۸کن په اندازه د پوستکي لاندې په کاږه ډول منډل کيږي. دا نقطه د بدن د مخکني منځني خط څخه ۲کن بهر (Lateral) د لومړۍ پوښتۍ د پاسه ځای لري. د Pneumothorax مخنيوی وکړئ.

ب ۲۷:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغان تنفسي او د زړه ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ـ ۰،۸کن په اندازه د پوستکي لاندې په کاږه ډول منډل کيږي. دا نقطه د بدن د مخکني منځني خط څخه ۲کن بهر (Lateral) د Clavicula هډوکي په ښکتنۍ څنډه کې ځای لري. د Pneumothorax مخنيوی وکړئ.




**د زړه د پردې ( زپ ) وياله يا کانال**

د زړه پرده يا (Pericard) ين (Yin) اورګان دی، چينايان د اور عنصر سره ارتباط ورکوي، د دې داورګان ناروغۍ د ۱۹-۲۱ بجو ترمنځ رامنځ ته کيږي. دا ويالله د سينې څخه د لاسونو په لور بهيږي، په

(c) ketabton.com: The Digital Library

دې ویاله یا کانال کې د درملنې په پار ۹ نقطې ځای لرې. انرژي په دې ویاله کې د مرکز څخه اطرافو ته بهېږي (Centrifugal). د وینې په دوران، زړه، او جنسي قوه اغېز لري. د دې ویالې د همغږۍ نقطه د متیازو کڅوړه ۱۴ (م ک ۱۴)، او د یو ځای کېدو یا خطر نقطې یې دومای ۱۷( دم ۱۷)، د زړه پرده ۱ ( زپ ۱)، بېوډي ۱۱(ب ۱۱) دي.

زپ ۱:

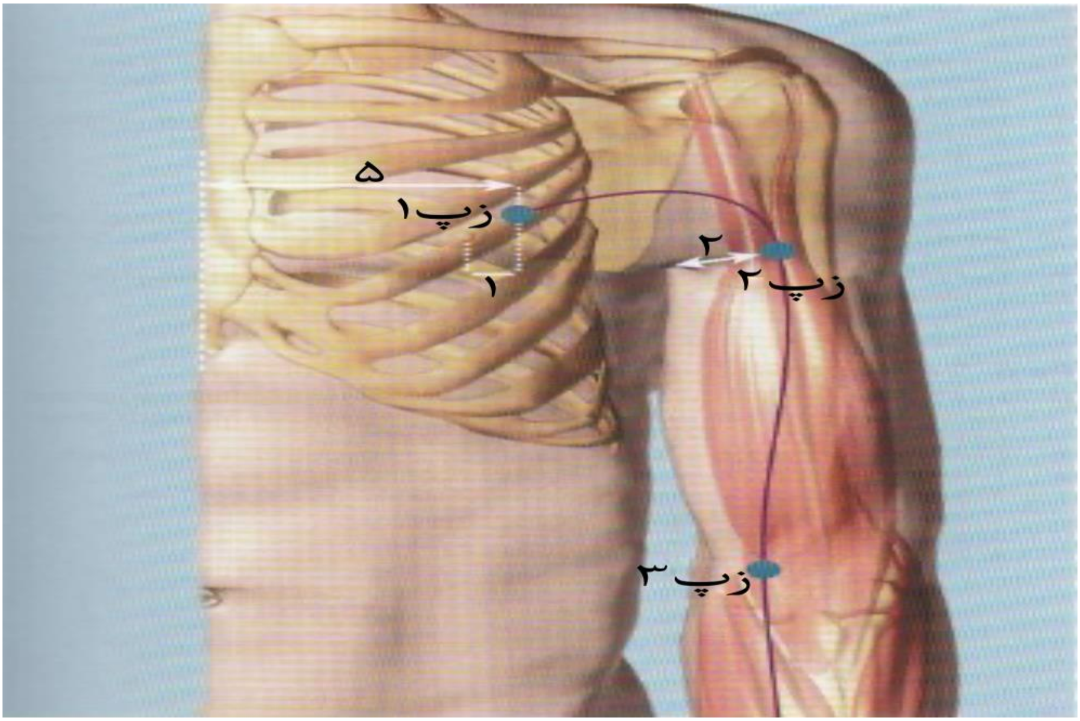
دې نقطې ته د یو ځای کېدو یا خطر نقطه (Alarm point) وایي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان تنفسي او د زړه ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۵کن په اندازه د پوستکي لاندې په کاږه ډول منډل کېږي. دا نقطه د تي څخه ۱کن بهر (Lateral) او یا ۵ کن د بدن د مخکني منځني خط څخه بهر (Lateral) ځای لري. د Pneumothorax مخنیوی وکړئ.

زپ ۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان تنفسي او د زړه ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ ـ ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د تخرګ دمخکنۍ برخې د پوستکي د قات د اخیري برخې څخه ۲کن د مټ په کورنۍ یا داخلي (Medial) برخه کې ځای لري.

زپ ۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان تنفسي او د معدې ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ ـ ۱،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د څنګلې په منځنۍ برخه کې د بایسیپ براخي عضلې د پلې (M.biceps brachii tendon) په ولنار اړخ کې ځای لري.

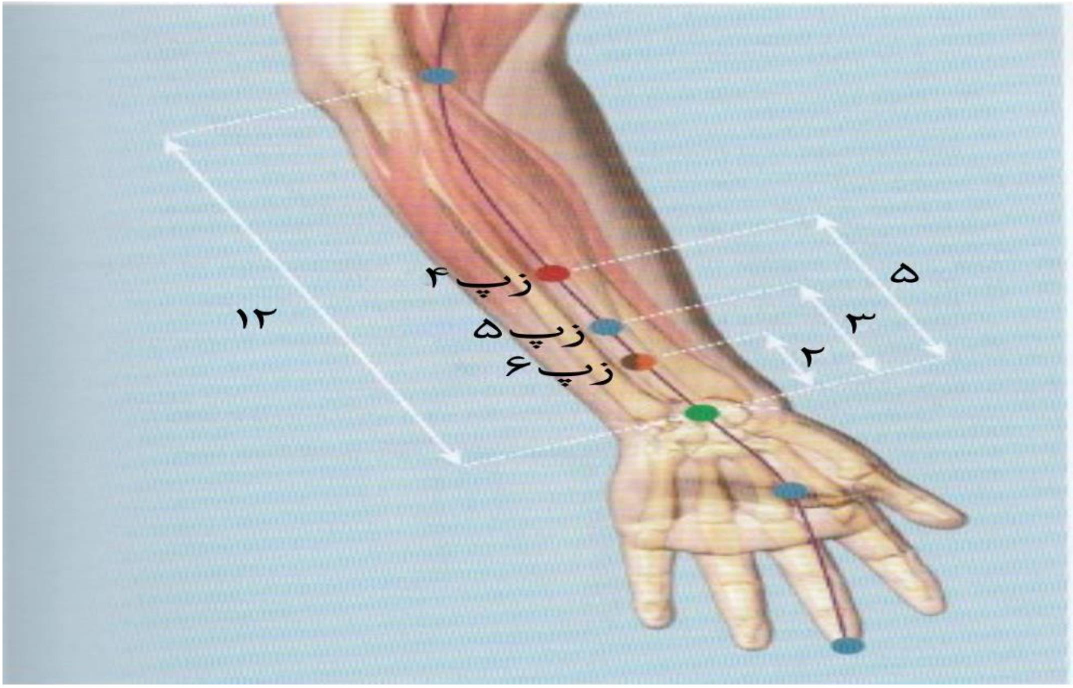


(c) ketabton.com: The Digital Library

زپ ۴:
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغان د زړه ناروغۍ، خونرېزي (پوزې، معدې او سږو خونرېزي ) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۸ ـ ۱،۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د لاس په داخلي يا کورنۍ برخه کې د لاس د بند د پوستکي د لېږې (Distal) قات څخه ۵کن نيږدی د دوو عضلو د پلو (M.palmaris longus tendon او M.flexor carpi radialis tendon) تر منځ ځای لري.

زپ ۵:
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغان د زړه ناروغۍ، عصبي او رواني ناروغۍ ولري، او همدرانګه ميرګي ولري. په دې نقطه که ستنه اراموونکی (Sedation) اغېز لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ ـ ۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د لاس په داخلي يا کورنۍ برخه کې د لاس د بند د پوستکي د لېږې (Distal) قات څخه ۳کن نيږدی د دوو عضلو د پلو (M.Palmaris longus tendon او M.flexor carpi radialis tendon ) تر منځ ځای لري.

زپ ۶:
دې نقطې ته اساسي نقطه (Cardinal Point) او همدارنګه تېرېدونکې ( Passage point) نقطه هم وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغان د زړه ناروغۍ لکه Angina pectoris، د زړه د ټکان زياتوالی، همدارنګه بې هوشي، د ګوزن ناروغي، د معدې او مړوند دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ ـ ۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د لاس په داخلي يا کورنۍ برخه کې دلاس د بند د پوستکي د لېږې ( Distal) قات څخه ۲کن نيږدی د دوو عضلو د پلو (M.Palmaris longus tendom اوM.flexor carpi radialis tendon) ترمنځ ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

زپ ۷:

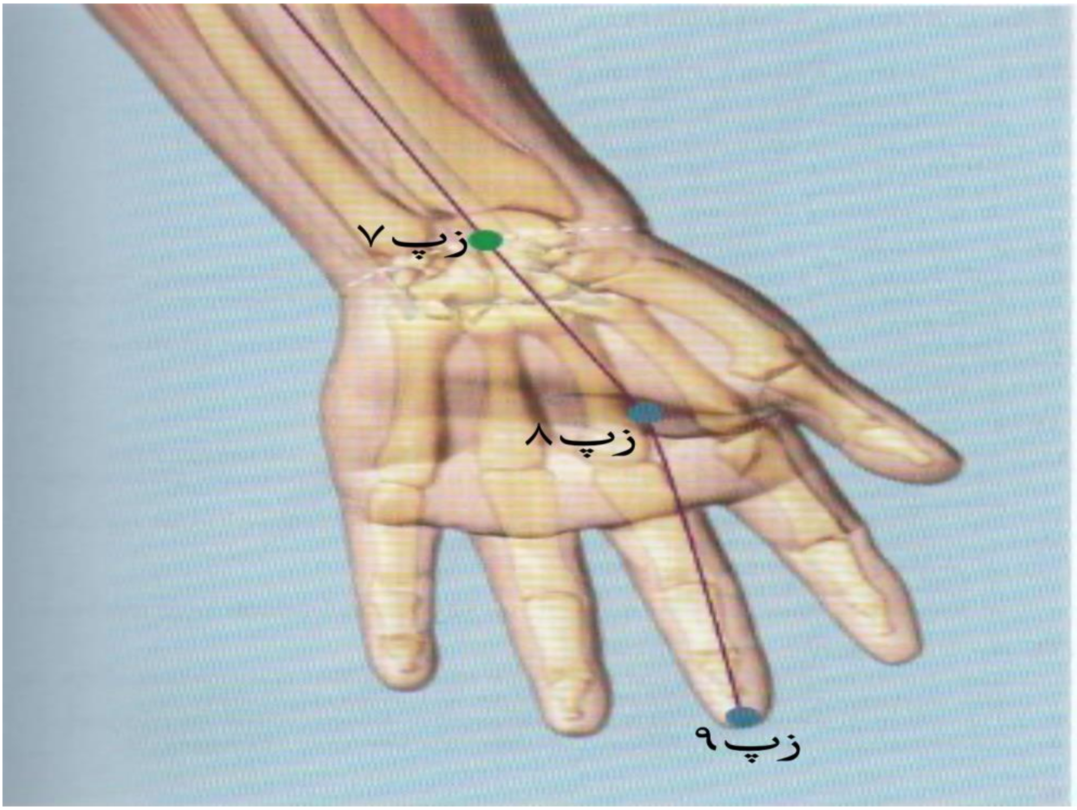
دې نقطې ته چينايان اراموونکې (Sedation point) نقطه وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغان د زړه ناروغۍ لکه Angina pectoris، عصبي او رواني ناروغۍ، او همدارنګه ميرګي ولري. په دې نقطه که ستنه اراموونکې (Sedation) اغېز لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ ـ ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د لاس د بند د پوستکي لېږې (Distal) قات په منځنۍ برخه کې د دوو عضلو د پلو ( M.palmaris longus tendon او M.flexor carpi radialis tendon) تر منځ ځای لري.

زپ ۸:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغان د زړه ناروغۍ لکه Angina pectoris ، عصبي، رواني ناروغۍ، ميرګي او همدارنګه د معدې، پوزې او سږو خونرېزي، او د خولې التهابي يا مکروبي ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې ۰،۳ـ ۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. په دې نقطه که ستنه اراموونکې (Sedation) اغېز لري. دا نقطه د لاس د ورغوي د دوهم Metacarpal او دريم Metacarpal هډوکو تر منځ ځای لري. که لاس موټی کړو د منځنۍ ګوتې د څوکې په ذريه دا نقطه لمس کيږي.

زپ ۹:

دې نقطې ته چينايان تنبې کوونکې (Toning point) نقطه وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغ بې هوشه شي. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د لاس د منځنۍ ګوتې په څوکه کې ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

**د بدن ګرم غړو ( ګ غ) ویاله یا کانال**

سینه، خېټه او جنسی غړو ته د بدن ګرم یا تاوده غړي وایي. د بدن ګرم غړي په چینایی درملنه کې یانګ (Yang) اورګان دی. چینایان د دې اړیکه د اور د عنصر سره ورکوي. په دې اورګان کې ناروغي د ۲۱-۲۳بجو په منځ کې منځ ته راځي. په دې ویاله یا کانال کې د درملنې په پار ۲۳ تقطې ځای لري. دا ویاله د لاسونو څخه د سر په لور بهېږي. انرژي په دې ویاله کې (Centripetal) د اطرافو څخه مرکز ته بهېږي. دا ویاله په سترګو، غوږونو او هډوکو باندې اغېز لري. د دې ویالې د همغږۍ نقطه (Approval point) د متیازو کڅوړه ۲۲ ( م ک ۲۲)، او د یو ځای کېدو یا خطر نقطې ( Alarm points) یې دومای ۵ ( دم ۵ )، په سینه کې دم۱۷، په خېټه کې دم ۱۲، او په حوصیله (Becken) کې دم۷ دي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ک غ ۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د ستونې او غوږونو ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د غوښې او نوک د نیږدې زاویې بهر(Lateral) او ولنار اړخ ته ځای لري.

ک غ ۲:

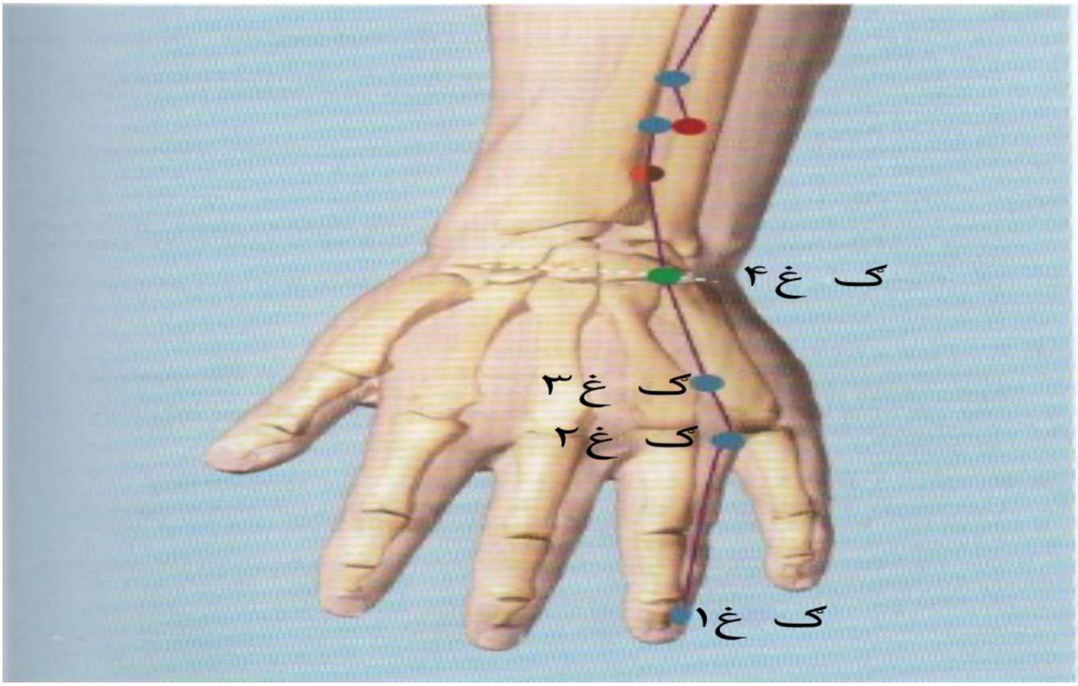
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د نیم سر درد او غوږونو ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د څلورم میتاکارپوفلنجیال بند (Metacarpophalangeal joint) په لیرې (Distal) برخې د سپینې او سرې غوښې په منځ کې ځای لري.

ک غ ۳:

دې نقطې ته د تنبې (Toninig point) نقطه وایي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د نیم سر درد، د غوږونو او سترګو ناروغۍ، او همدارنګه د لاسونو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د څلورم میتاکارپوفلنجیال بند (Metacarpophalangeal joint) په نیږدې (Proximal) برخه کې د سپینې او سرې غوښې په منځ کې ځای لري.

ک غ ۴:

دې نقطې ته د پیل نقطه (Source point) او همدارنګه د یووان نقطه (Yuan point) هم وایي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د اوږو، ملا او د لاسونو د بندونو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د لاس د بند د شاتنۍ برخې د پوستکي د قات په منځنۍ برخه کې د M.extensor digitorum tendon د ولنا هډوکې اړخ ته ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

ک غ ۵:

دې نقطې ته اساسي نقطه (Cardinal point ) وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان تبه، سردردي، ريزش يا زوکام، د غوړونواو سترګو ناروغۍ، د ملا اوږو او لاسونو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه ۲ کن د لاس د بند د پوستکي د قات څخه نيږدې (Proximal ) د راديوس (Radius) او ولنا (Ulna) هډوکي ترمنځ ځای لري.

ک غ ۶:

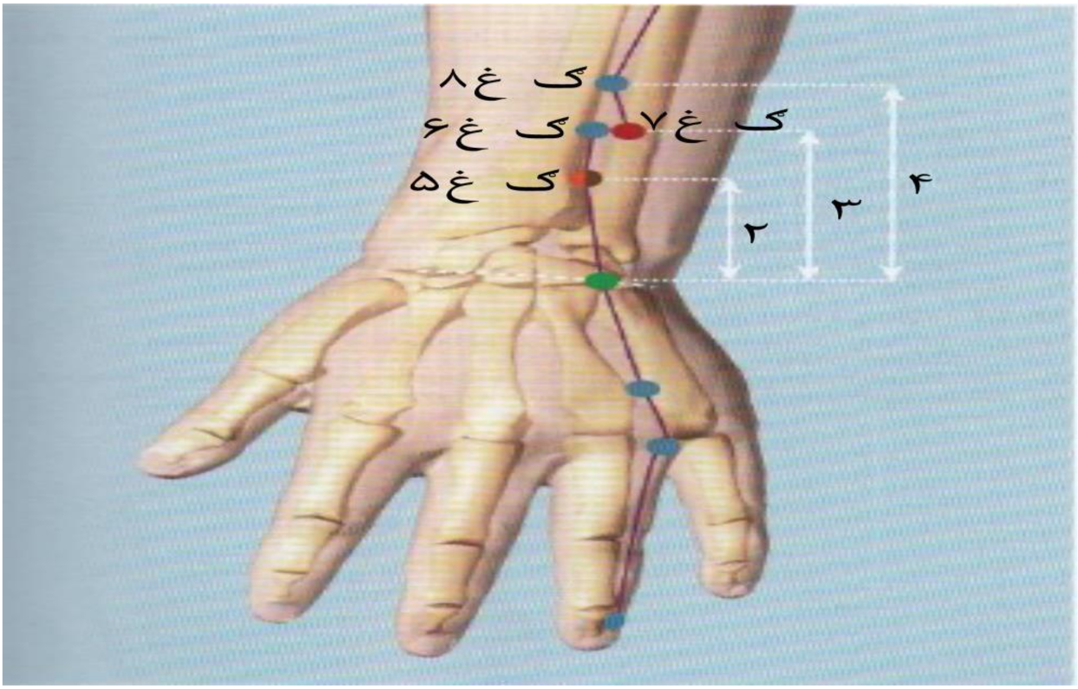
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د غوړونو ناروغۍ او د پوښتيو دردونه (Intercostal neuralgia) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۸- ۱،۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه ۳ کن د لاس د بند د پوستکي د قات څخه نيږدې (Proximal) د راديوس (Radius) او ولنا (Ulna) هډوکي تر منځ ځای لري.

ک غ ۷:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د غوړونو ناروغۍ او همدارنګه ميرګي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۸- ۱،۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه ۳ کن د لاس د بند دپوستکي د قات څخه نيږدې (Proximal) د راديوس (Radius) او ولنا (Ulna) هډوکي تر منځ ولنار اړخ ته ځای لري.

ک غ ۸:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د غوړونو ناروغۍ او د مړوندونو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۸- ۱،۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه ۴ کن د لاس د بند دپوستکي د قات څخه نيږدې (Proximal) د راديوس (Radius) او ولنا (Ulna) هډوکي تر منځ ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

ک غ ۹:

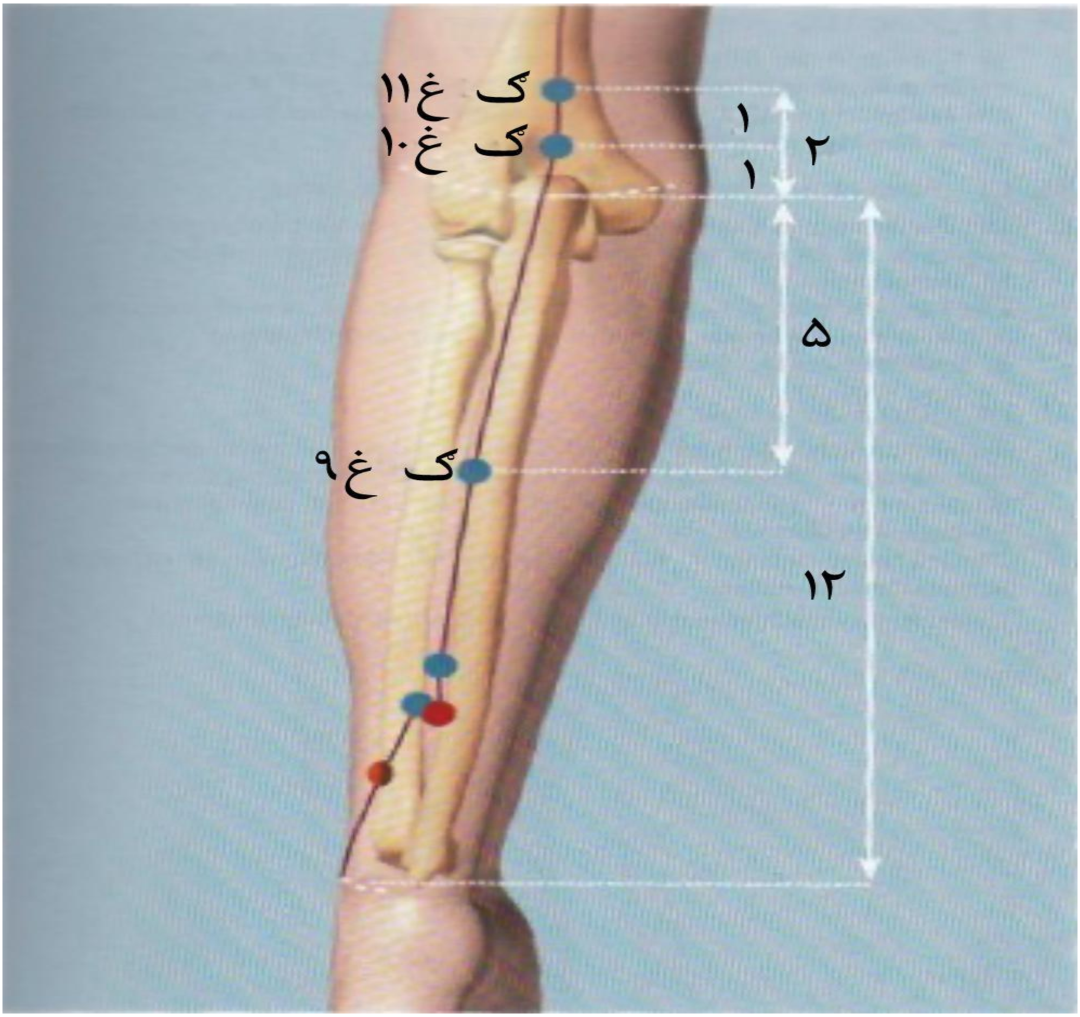
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د غوږونو ناروغۍ او د مړوندونو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه ۵کن د Olecranon څخه ليرې (Distal) د مړوند په اوږدوالي کې ځای لري.

ک غ ۱۰:

دې نقطې ته اراموونکې نقطه (Sedation) وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د اوږو، مټ، او څنګلو دردونه، او همدارنګه ميرګي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د څنګلې په ژوره نقطه کې کوم چې د Olecranon څخه ۱کن نيږدې (Proximal) ځای لري.

ک غ ۱۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د اوږو، او مټ دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۸- ۱،۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د Olecranon څخه ۲کن نيږدې (Proximal) ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

ګ غ ۱۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کیږي، چې کله ناروغان د مټ دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کیږي. دا نقطه د ګ غ ۱۱ او ګ غ ۱۳ ترمنځ ځای لري.

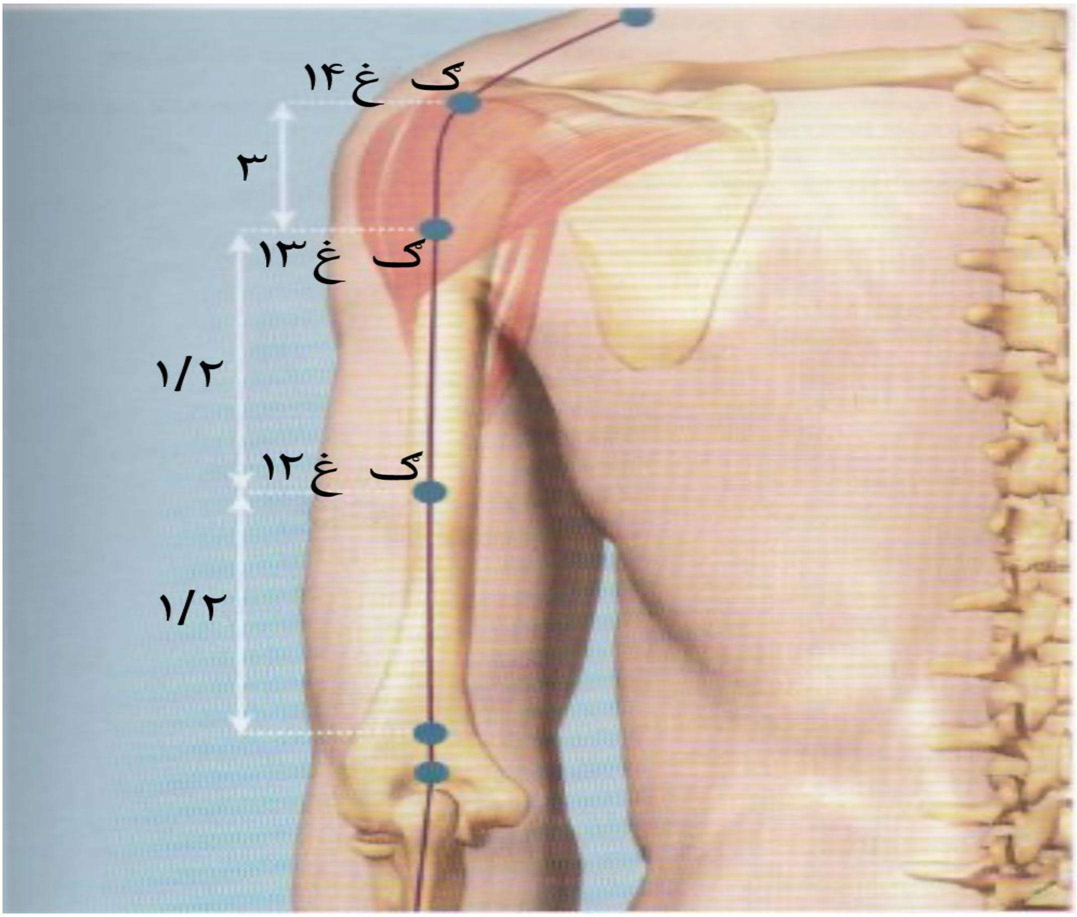
ګ غ ۱۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کیږي، چې کله ناروغان د څټ، اوږو او مټ دردونه اوهمدارنګه د تایراید Thyroid ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کیږي. دا نقطه د ګ غ ۱۴ څخه ۳ کن لیرې د M.deltoideus په شاتنۍ څنډه کې ځای لري.

ګ غ ۱۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کیږي، چې کله ناروغان د څټ، اوږو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کیږي. دا نقطه د M.deltoideus په شاتنۍ او منځنۍ او د Acromiom په شاتنۍ او لیرې برخه کې ځای لري.

پاملرنه: دلته د ستنې په ذریه درملنه د اوږې د بند د مګروبې کېدو سبب کیږي، په درملنه کې باید د سمې پاملرنې کار واخیستل شي.

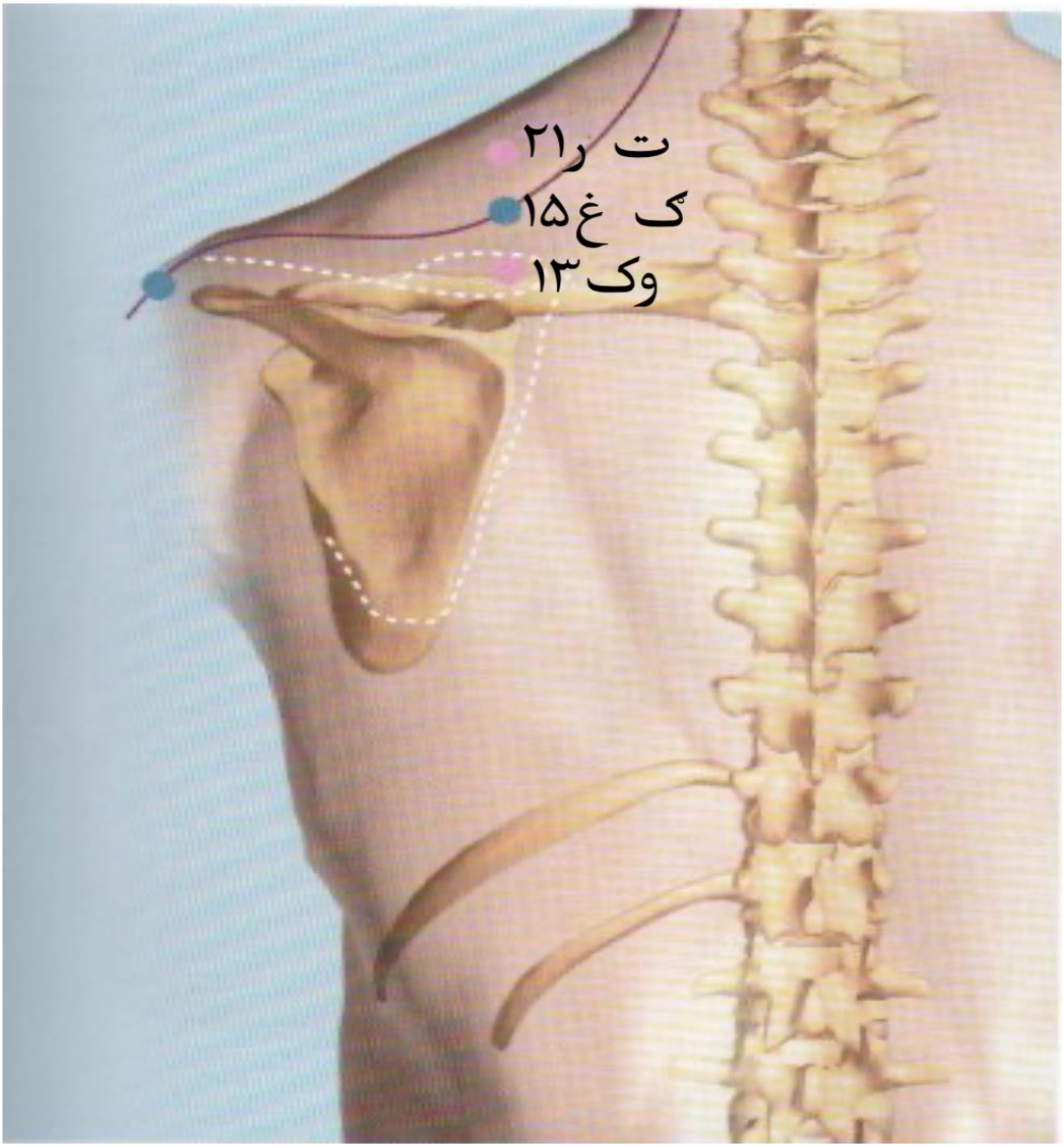


(c) ketabton.com: The Digital Library

ګ غ ۱۵:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د څټ، اوږو او ملا دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ت۲۱ او و ک۱۳ ترمنځ د Scapula هډوکي د داخلي زاويې په پورته اړخ کې ځای لري.

پاملرنه: د Pneumothorax مخنيوی وکړئ.



(c) ketabton.com: The Digital Library

ګ غ ۱۶:

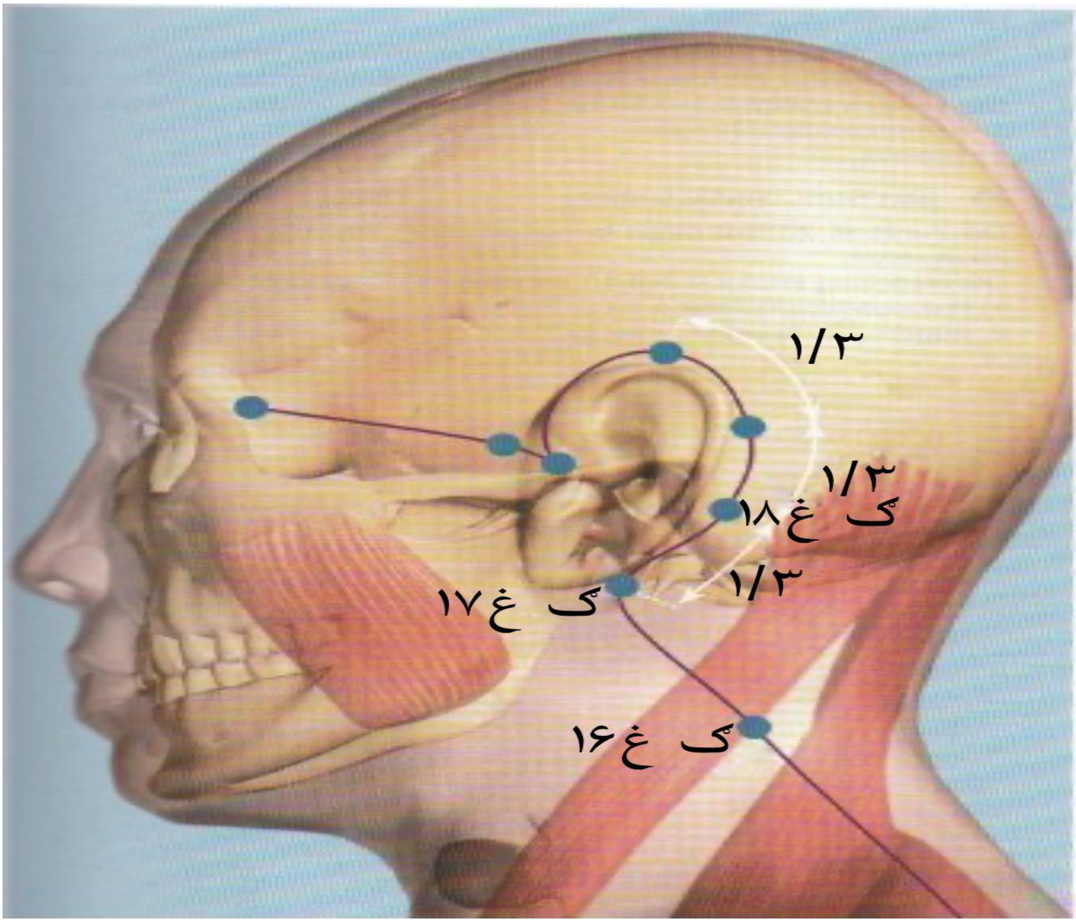
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د ښت، او د غوږونو ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د M.sternocleidomastoideus عضلې په شاتنۍ څنډه او د Processus mastoideus په لاندینۍ څنډه کې د ژامې د هډوکي د زاويې د جګوالي برابر ځای لري.

ګ غ ۱۷:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د غوږونو ناروغۍ او په مخ ګوزن ناروغۍ وهلی وي. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۸- ۱،۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د غوږونو د پوڅقيو (Earlobe) لاندې د Processus mastoideus په لاندینۍ څنډه کې د ژامې د هډوکي ترمنځ ځای لري.

ګ غ ۱۸:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د غوږونو ناروغۍ او نيم سېرۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د Processus mastoideus په منځنۍ برخه کې او د ګ غ۱۷ او ګ غ۲۰ د اتصال يا يو ځای کېدو خط په منځنۍ دريمه برخه کې ځای لري.



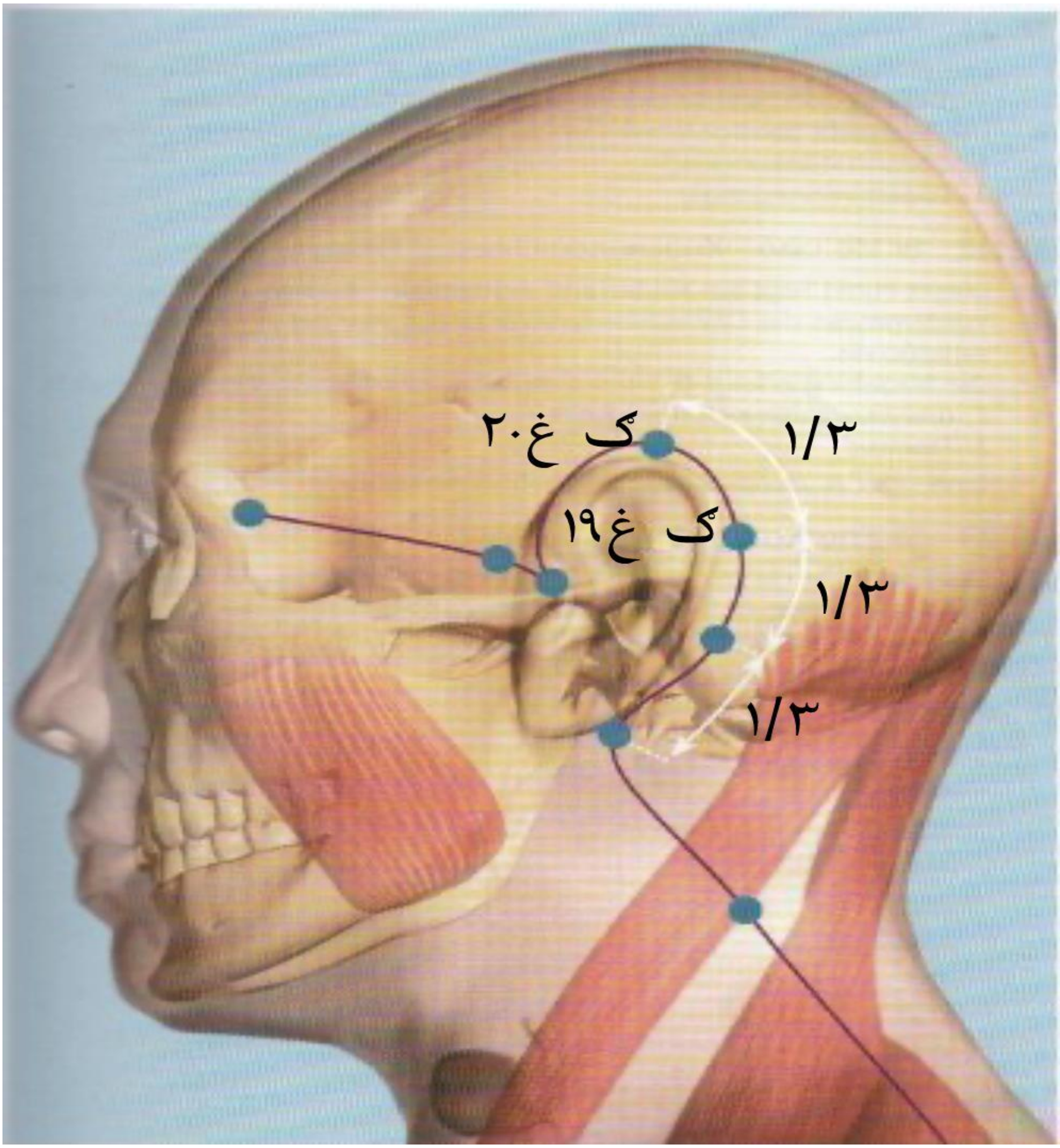
(c) ketabton.com: The Digital Library

ګ غ ۱۹:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د غوږونو ناروغۍ لکه Tinnitus او همدارنګه نیم سېږی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ګ غ۱۷ او ګ غ۲۰ د اتصال یا یو ځای کېدو خط په پورتنۍ دریمه برخه کې د غوږ د کرپندوکي (Helixkrmpe) په اوږدوالي کې ځای لري.

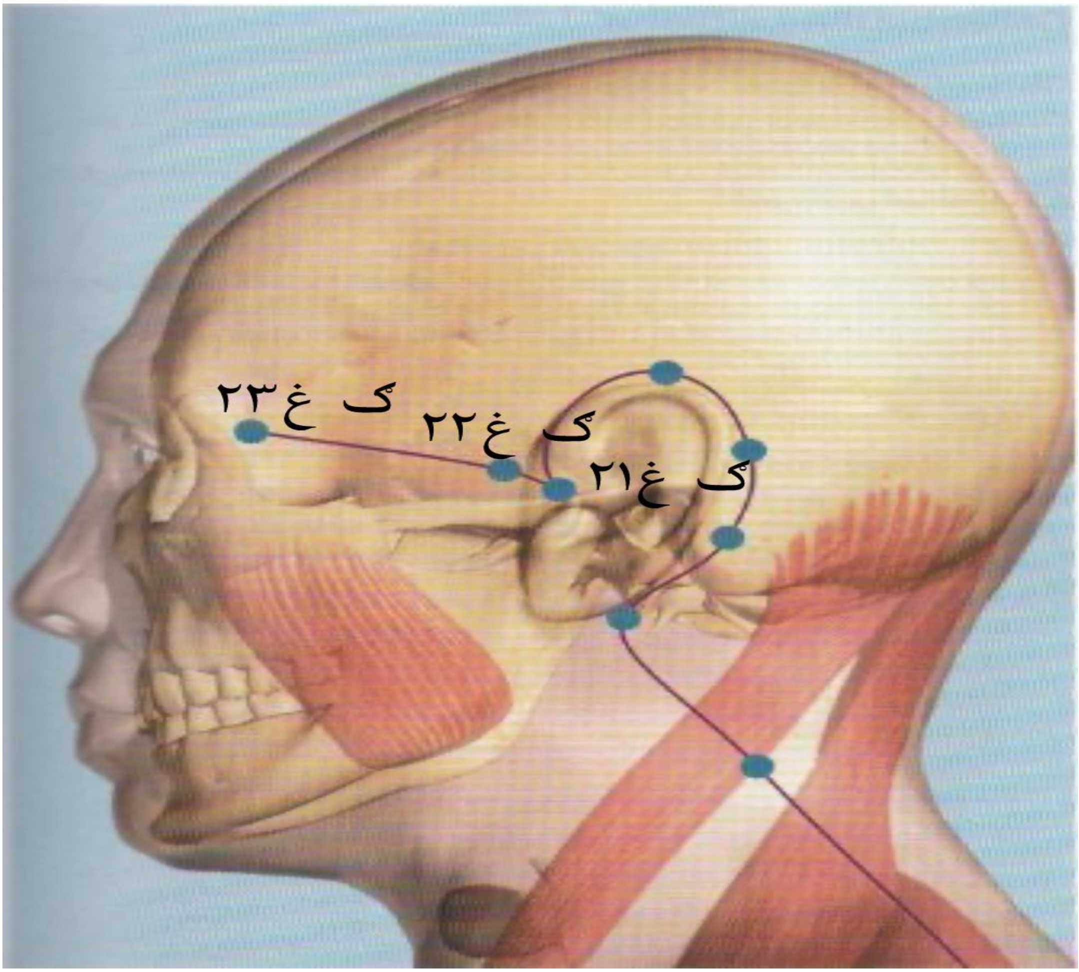
ګ غ ۲۰:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان نیم سېږی، او سترګو ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د غوږونو په Apex auriculae په پورتنۍ برخه کې د سر د وېښتانو دپولې سره ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

ک غ ۲۱:
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ دغوږونو ناروغۍ او Trigeminal neuralgia ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د incisura supratragica په مخکنۍ او د Processus condylaris mandibulae په شاتنۍ او منځنۍ برخه کې ځای لري.
ک غ ۲۲:
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د ژامې ستونزه او یا Tinnitus ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵کن په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ویښتانو د پولې او د غوږ ترمنځ پرته ده.
پاملرنه: دلته ټیمپورال شریان موجود دی، د کلکې پاملرنې باید کار واخیستل شي.
ک غ ۲۳:
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان نیم سېری او د سترګو ناروغي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۲- ۰،۳کن په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سترګو د وریځو د بهرنۍ پای په ژوروالي کې ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

**د تریخي ( ت ر) یا صفرا کڅوړې ویاله یا کانال**

تریخي ته په چینایي طبابت کې یانګ (Yang) اورګان یا غړی وایي. او د لرګي د عنصر سره اړیکه ورکوي. دا ویاله د سر څخه د پښو په لور بهېږي. په دې ویاله کې د درملني په پار ۴۴ نقطي ځای لري. په دې ویاله کې انرژي (Centrifugal) د مرکز څخه اطرافو ته بهېږي. دنده يې تقلص ورکول دي. دا ویاله په لګامنټونو او سترګو ښه اغېز لري. د دې ویالي د همغږی نقطه د متیازو کڅوړه ۱۹(م ک ۱۹)، او د یوځای کېدو یا د خطر نقطې يې تریخی ۲۳(ت ر ۲۳) او تریخی ۲۴( ت ر۲۴) دي.

ت ر۱:

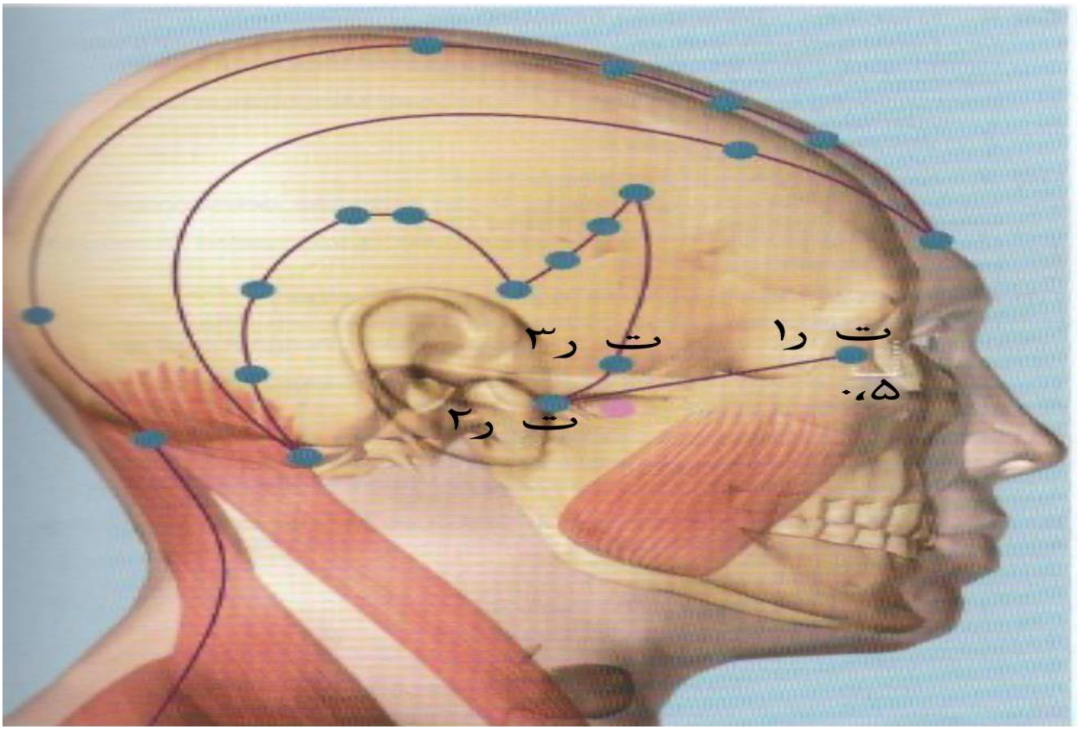
په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د سترګو ناروغي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه ۰،۵کن د سترګې په بهرنۍ زاويې د Fossa orbitalis په بهرنۍ څنډه کې ځای لري.

ت ر۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د غوږونو ناروغي او Trigeminal neuralgia ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه دIncisura intertragica او Processus condylaris mandibulae شاته ځای لري. دلته د ستنې په ذريه درملنه د ژامې د مکروبي کېدو سبب کېږي.

ت ر۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د غوږونو ناروغي او غاښونو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د Arcus zyomaticus په پورتنۍ څنډه کې ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

ت ر۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان لوړ فشار او نيم سېرى ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د م۸ او ت ر۷ د يو ځاى کېدو د خط په څلورمه پورتنى برخه کې ځاى لري.

ت ر۵:

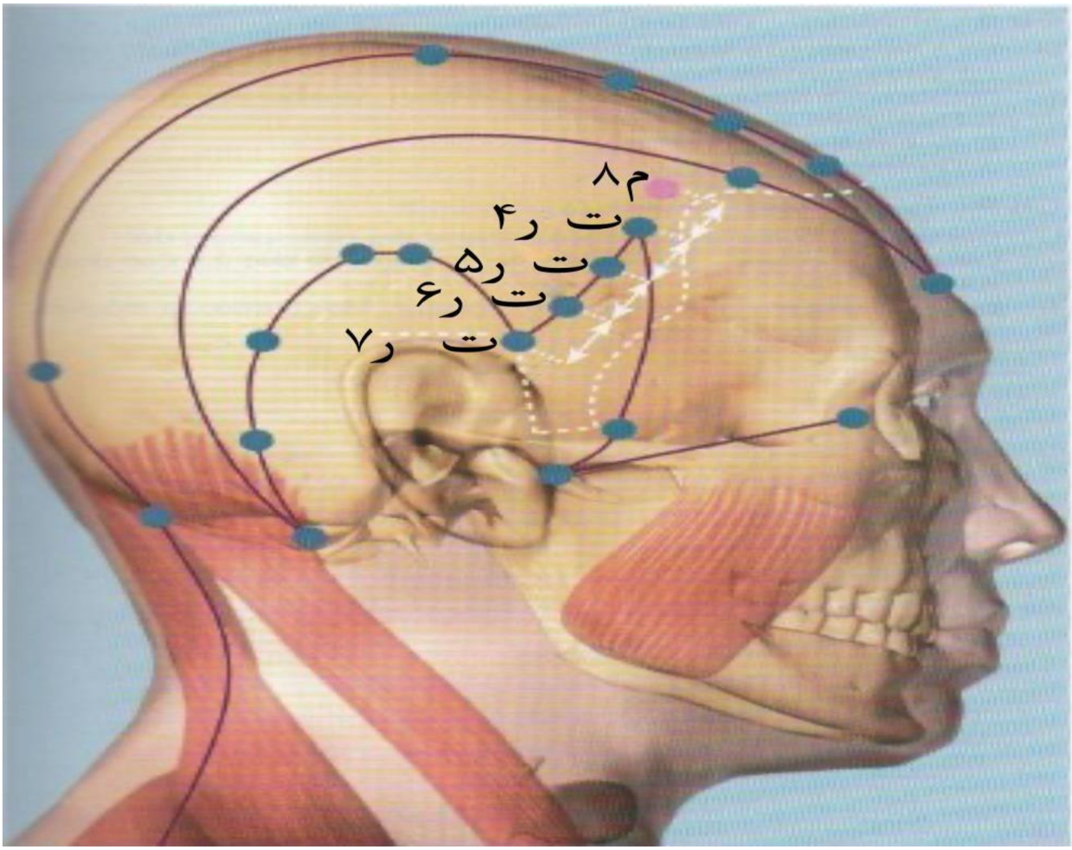
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان نيم سېرى ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د م۸ او ت ر۷ د يو ځاى کېدو د خط په منځنى برخه کې ځاى لري.

ت ر۶:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پارستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان نيم سېرى ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د م۸ او ت ر۷ د يو ځاى کېدو د خط په څلورمه ښکتنۍ برخه کې ځاى لري.

ت ر ۷:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان نيم سېرى او د مرۍ ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندزه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د دوه خطونو، کوم چې د Apex auriculae څخه په افقي او بل د سرد وينتانود پولې يا سرحد څخه، کوم چې د غوږونو مخې ته ځاى لري، په عمودي ډول د يو بل د قطع کولو (تقاطع) په نقطه کې ځاى لري.



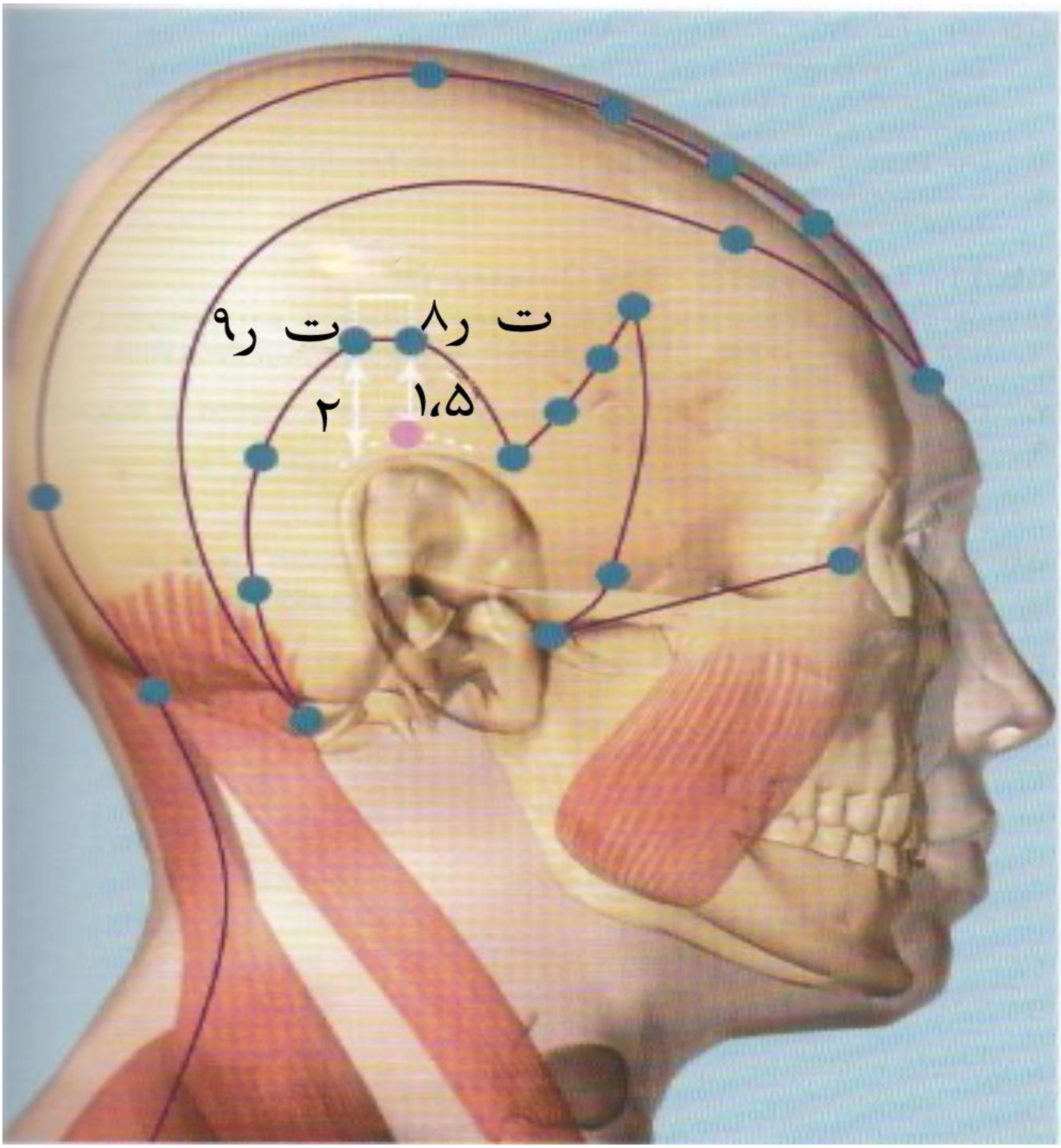
(c) ketabton.com: The Digital Library

<u>ت ر۸:</u>

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان نيم سږی، لوړ فشار او د غوږونو ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه دApex auriculae څخه په عمودي (Vertical) توګه پورته (Cranial) د سر د ويښتانو د پولې څخه ۱،۵کن پورته ځای لري.

<u>ت ر۹:</u>

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان نيم سږی، او د ميرګو ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ت ر۸ څخه ۰،۵کن شاته (Dorsal) او د غوږ څخه ۲ کن پورته ځا ی لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

ت ر۱۰:

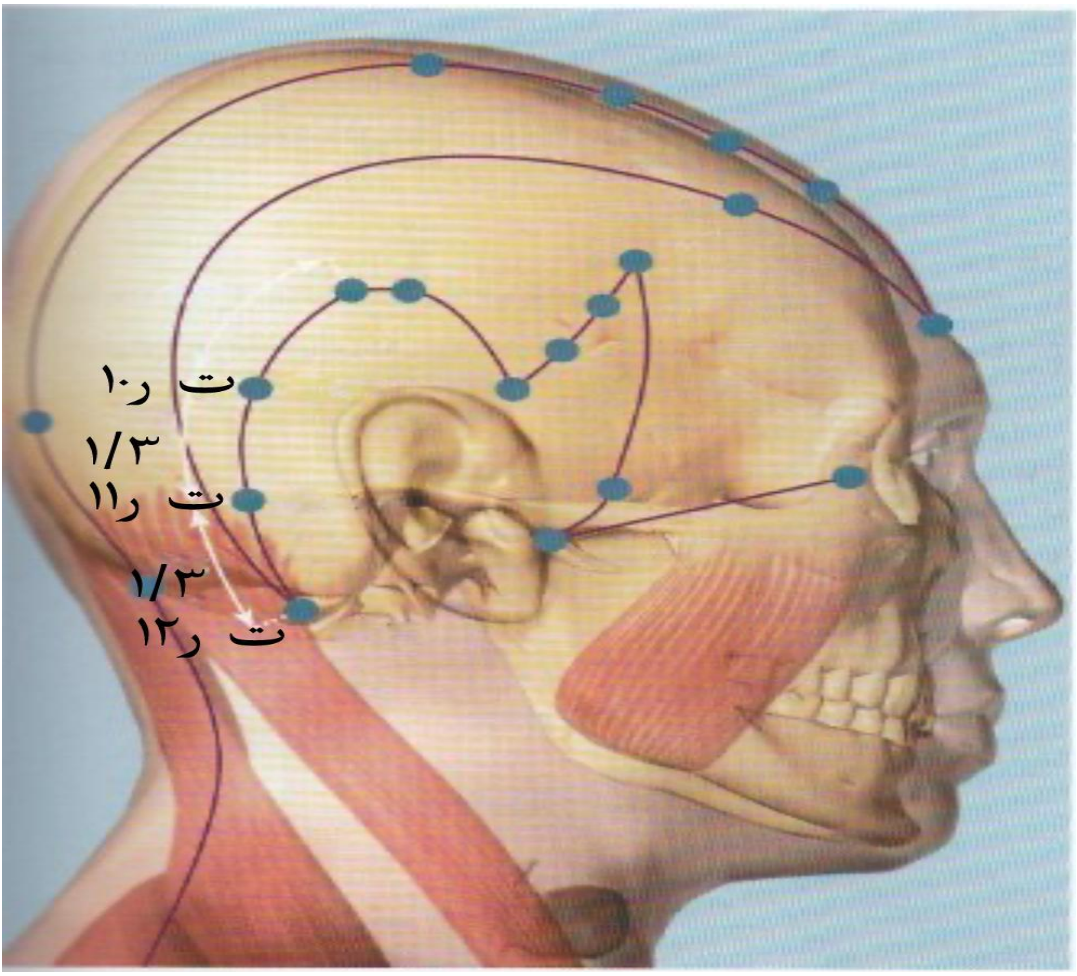
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان نیم سېری، او د غوږونو ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د Processus mastoideus شاته او پورتنۍ برخه کې د ت ر۹ او ت ر۱۲ ترمنځ د ګوږ خط په پورتنۍ دریمه برخه کې ځای لري.

ت ر۱۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان لوړ فشار د څټ دردونه، او د غوږونو ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د Processus mastoideus شاته او پورتنۍ برخه کې د ت ر۹ او ت ر۱۲ ترمنځ د ګوږ خط په ښکتنۍ دریمه برخه کې ځای لري.

ت ر۱۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان نیم سېری، د څټ دردونه ،او د غاړې د رګونو ناروغي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د Processus mastoideus شاته او ښکتنۍ برخه کې ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

ت ر۱۳ :

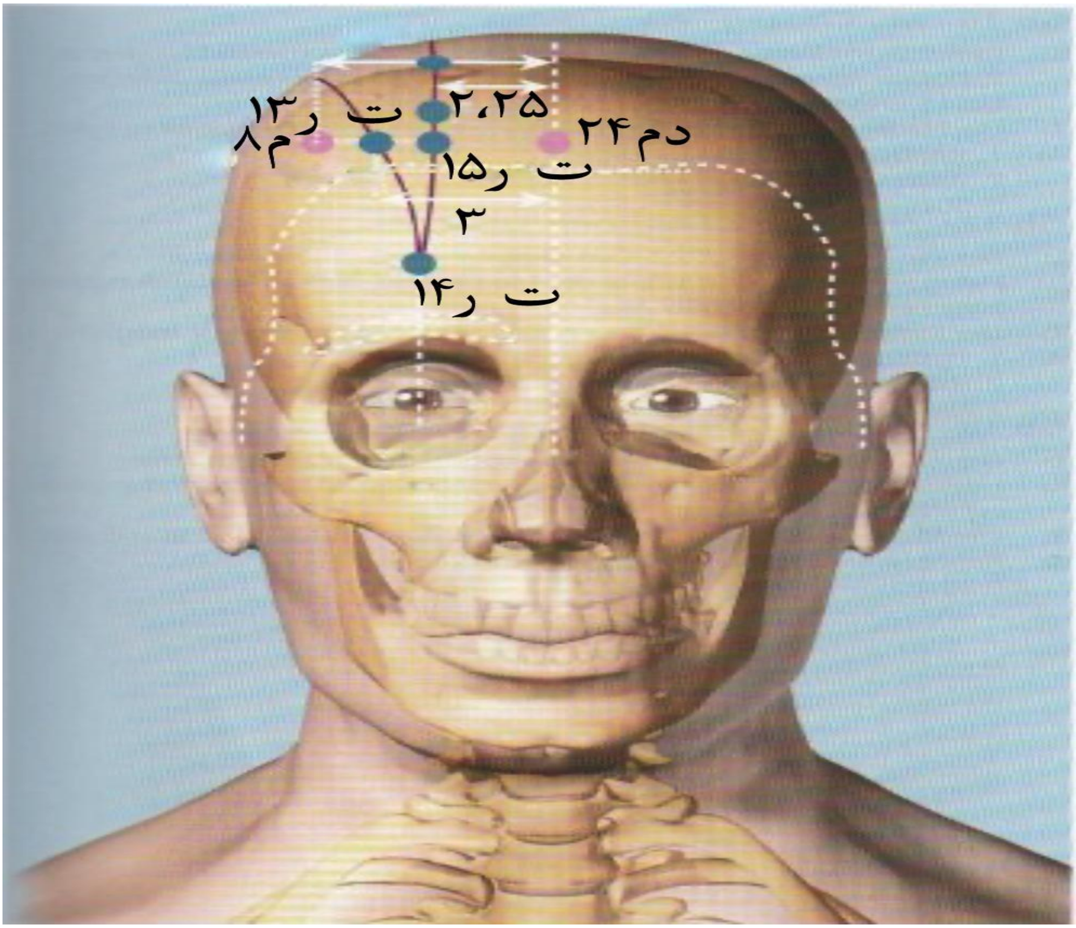
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان سردردي، سرچرخي، میرگي، لړزه او تبه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سر د مخکنۍ برخې د ویښتانو د پولې څخه ۰،۵ کن شاته (Occipital) د بدن د منځني خط څخه ۳ کن بهر (Lateral) ځای لري.

ت ر۱۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان سردردي، د سترگو ناروغۍ او په مخ گوزن (Facial paralysis) وهلی وي. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه په عمودي ډول د سترگې د کسې څخه د ۱کن په اندازه د سترگو د وریځو څخه پورته ځای لري.

ت ر۱۵:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان سردردي، د سترگو ناروغۍ او Rhinitis ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه په عمودي ډول د سترگې د کسې څخه نېغ پورته د سر د مخکنۍ برخې ویښتانو د پولې څخه ۰،۵ کن شاته (Occipital) ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

ت ر ۱۶:

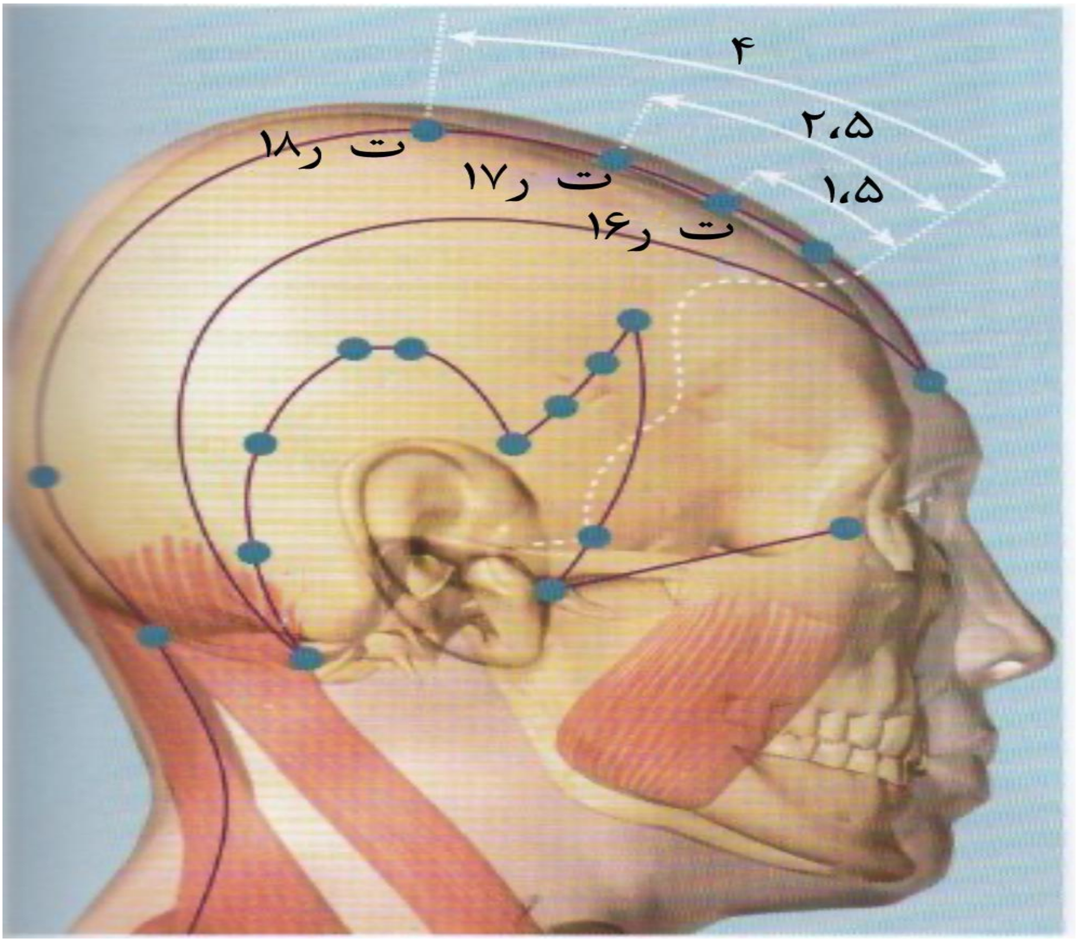
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان سردردي، او د سترګو ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سر د مخکنۍ برخې د ویښتانو د پولې څخه ۱،۵کن شاته (Occipital) او د بدن د منځني خط څخه ۲،۲۵ کن بهر (Lateral) ځای لري.

ت ر ۱۷:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د وینې لوړ فشار، او غاښونو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سر د مخکنۍ برخې د ویښتانو د پولې څخه ۲،۵ کن شاته (Occipital) او د بدن د منځني خط څخه ۲،۲۵ کن بهر (Lateral) ځای لري.

ت ر ۱۸:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان سردردي او سرګرځېدنه او کمزورتیا ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سر د مخکنۍ برخې د ویښتانو د پولې څخه ۴کن شاته (Occipital) او د بدن د منځني خط څخه ۲،۲۵ کن بهر (Lateral) ځای لري.



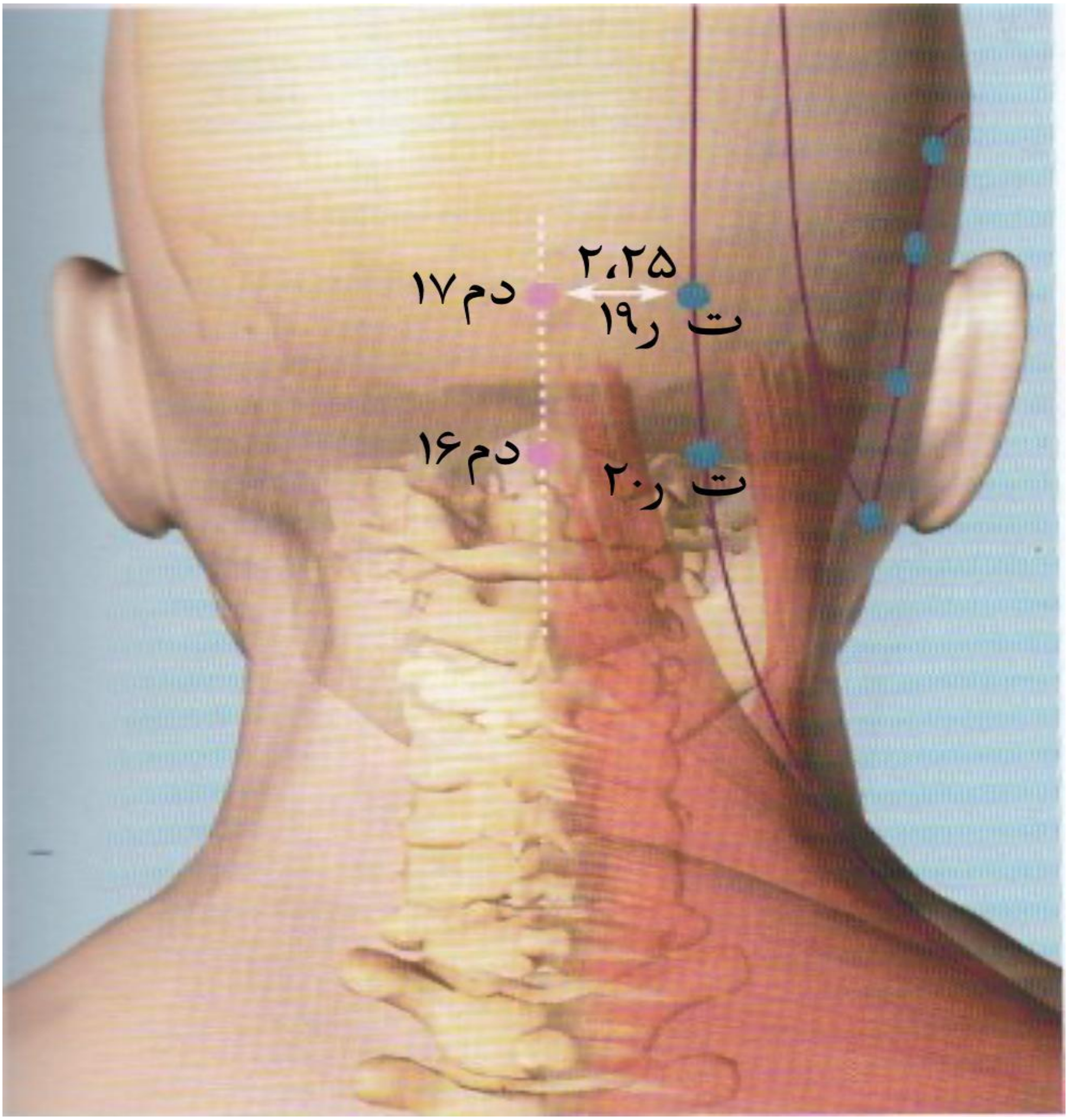
(c) ketabton.com: The Digital Library

ت ر۱۹:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغان د شټ دردونه او سترګو ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د Protuberantia occipitalis externa په پورتنۍ څنډه کې او د بدن د منځني خط څخه ۲،۲۵ کن بهر (Lateral) ځای لري.

ت ر۲۰:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغان لوړ فشار، د سردردونه، د پورتني تنفسي سيستم ناروغۍ، د مغز د رګونو او غاړې د رګونو ناروغۍ، او د شټ دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د Os occipitale په ښکتنۍ برخه د M.sternocleidomastoideus اوM.trapezius عضلو په منځ کې ځای لري.

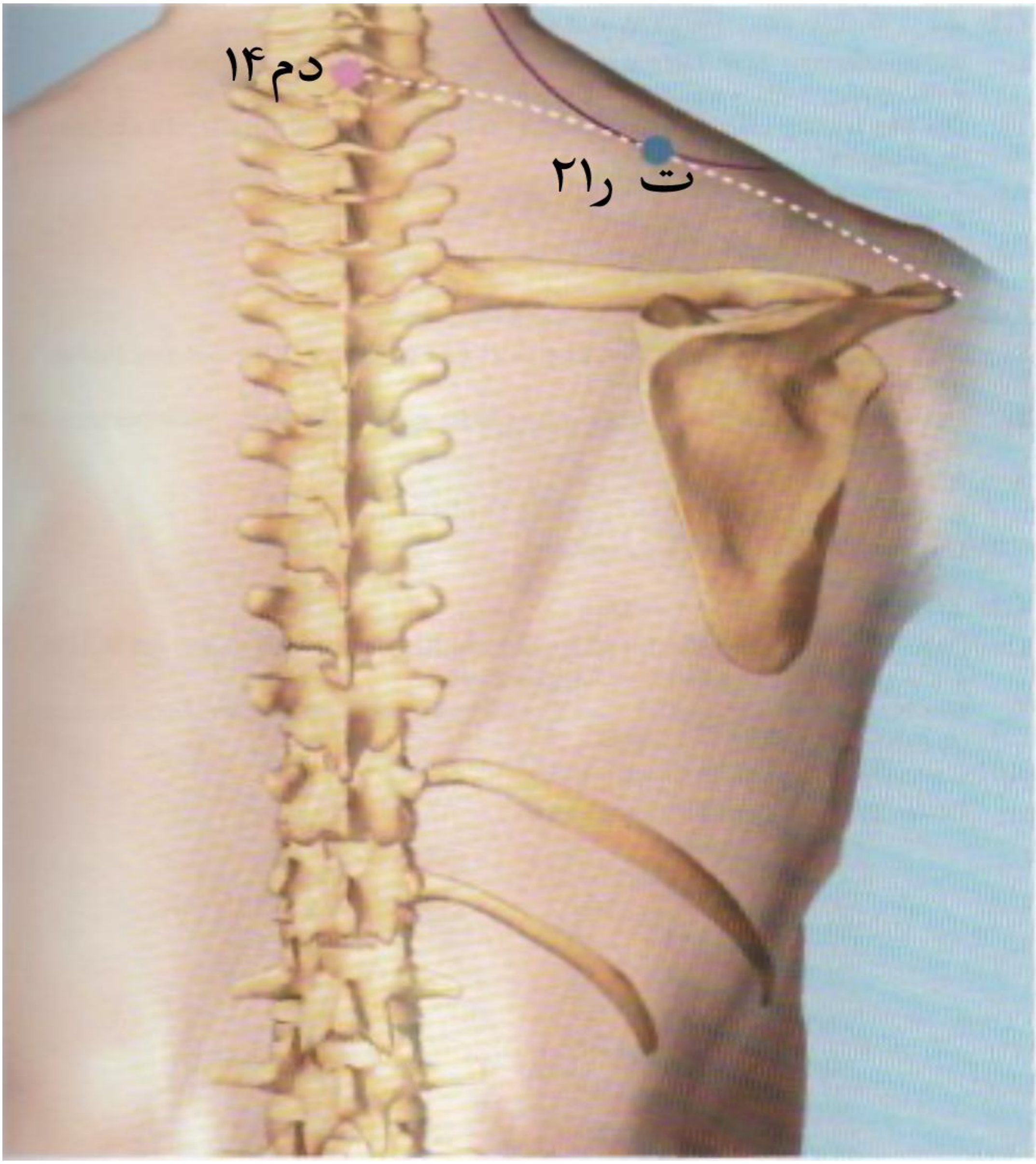


(c) ketabton.com: The Digital Library

ت ر ۲۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د اوږو او ملا دردونه، د تیونو التهاب (Mastitis) ولري، همدارنګه په دې نقطه کې د ستنې په ذریه درملنه زېږون اسانوي. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندزه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د غاړې د اوومې فقرې (Cervical vertebrae) د Processus spinosus ښکتنۍ برخې او Acromion د یو ځاې کېدو د خط په منځنۍ برخه کې ځای لري.

پاملرنه: د حاملیګی په وخت کې په دې نقطه کې د ستنې په ذریه درملنې څخه مخنوی وګړئ، اوهمدارنګه د دې نقطې درملنه د Pneumothorax سبب هم کېدای شي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

ت ر۲۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د پوښتیو دردونه (Intercostal neuralgia) او ځايي دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د تخرګ په منځني خط د تخرګ څخه ۳کن ښکته په څلورمه پوښتۍ کې ځای لري. د Pneumothorax مخنیوی وګړئ.

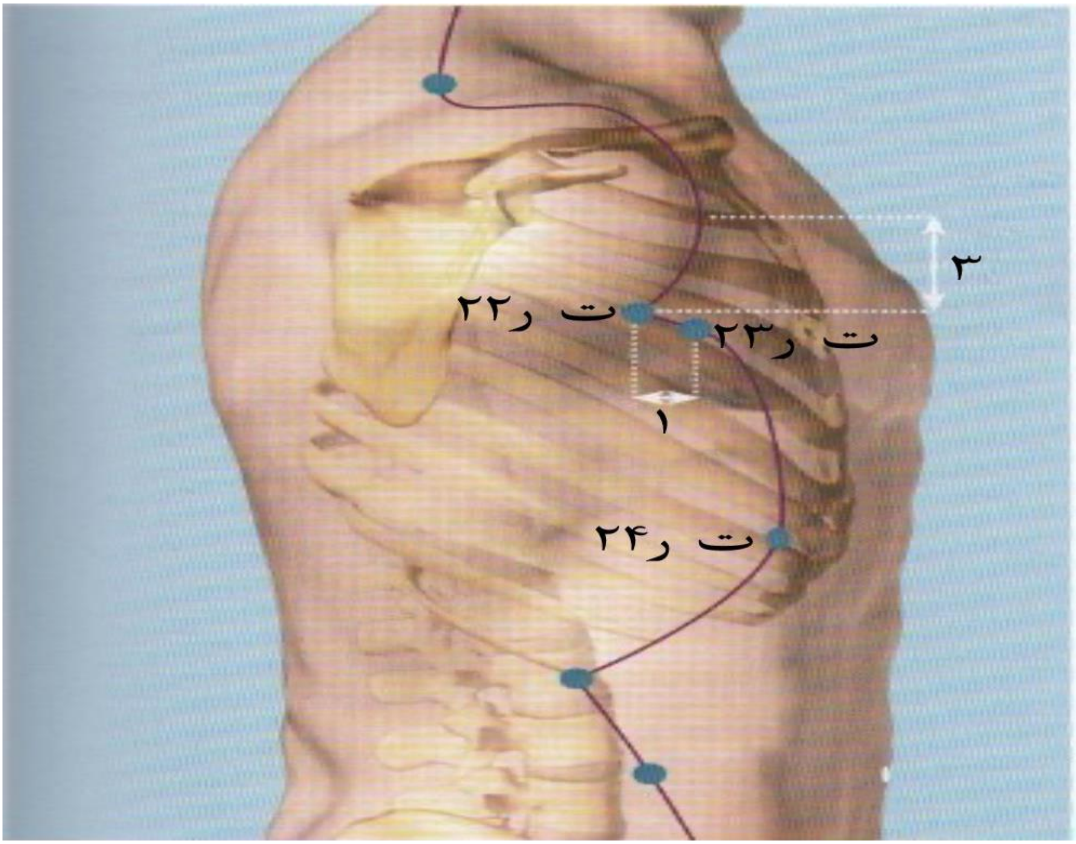
ت ر۲۳:

دې نقطې ته د یو ځای کېډو یا خطر (Alarm point) نقطه وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د پوښتیو دردونه (Intercostal neuralgia) او ځايي دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي، دا نقطه د ت ر۲۲ څخه ۱کن مخکې د څلورمې پوښتۍ د پاسه د تي د جګوالي په برابر ځای لري. د Pneumothorax مخنیوی وګړئ

ت ر۲۴:

دې نقطې ته هم د یو ځای کېډو یا خطر (Alarm point) نقطه وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د تریخي ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د تي څخه لاندې په عمودي ډول ښکته په اوومه پوښتۍ کې او د بدن د منځني خط څخه ۴ کن بهر ځای لري .

پاملرنه:د Pneumothorax مخنیوی وګړئ.



(c) ketabton.com: The Digital Library

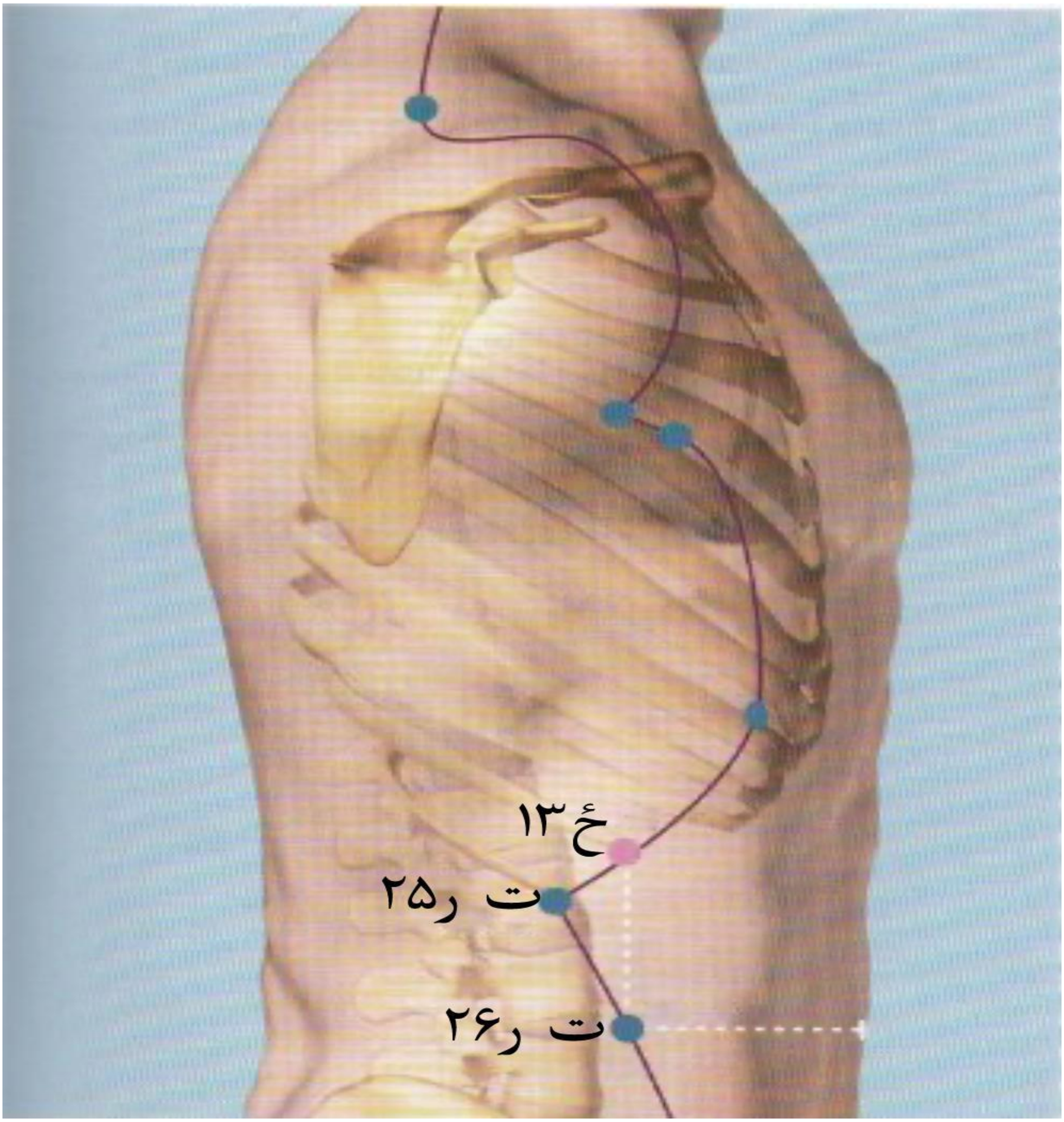
ت ر۲۵:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د ملا او پښتيو دردونه ولري، او همدارنګه د هضم ستونزه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د دولسمې پوښتۍ د پای ښکتنۍ څنډه کې ځای لري.

ت ر۲۶:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان ښځينه ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ - ۱،۵کن په عمودي ډول منډل کېږي، دا نقطه د يوولسمې پوښتۍ څخه په عمودي ډول ښکته او بل خط د نوم د منځنۍ برخې څخه په افقي ډول د دواړو د تقاطع (د يوځای کېدو) په نقطه کې ځای لري.

پاملرنه : د حاميلګۍ په وخت کې د درملنې مخنيوی وکړئ، کېدای شي د حمل د منځه تلو لامل شي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

ت ر ۲۷:

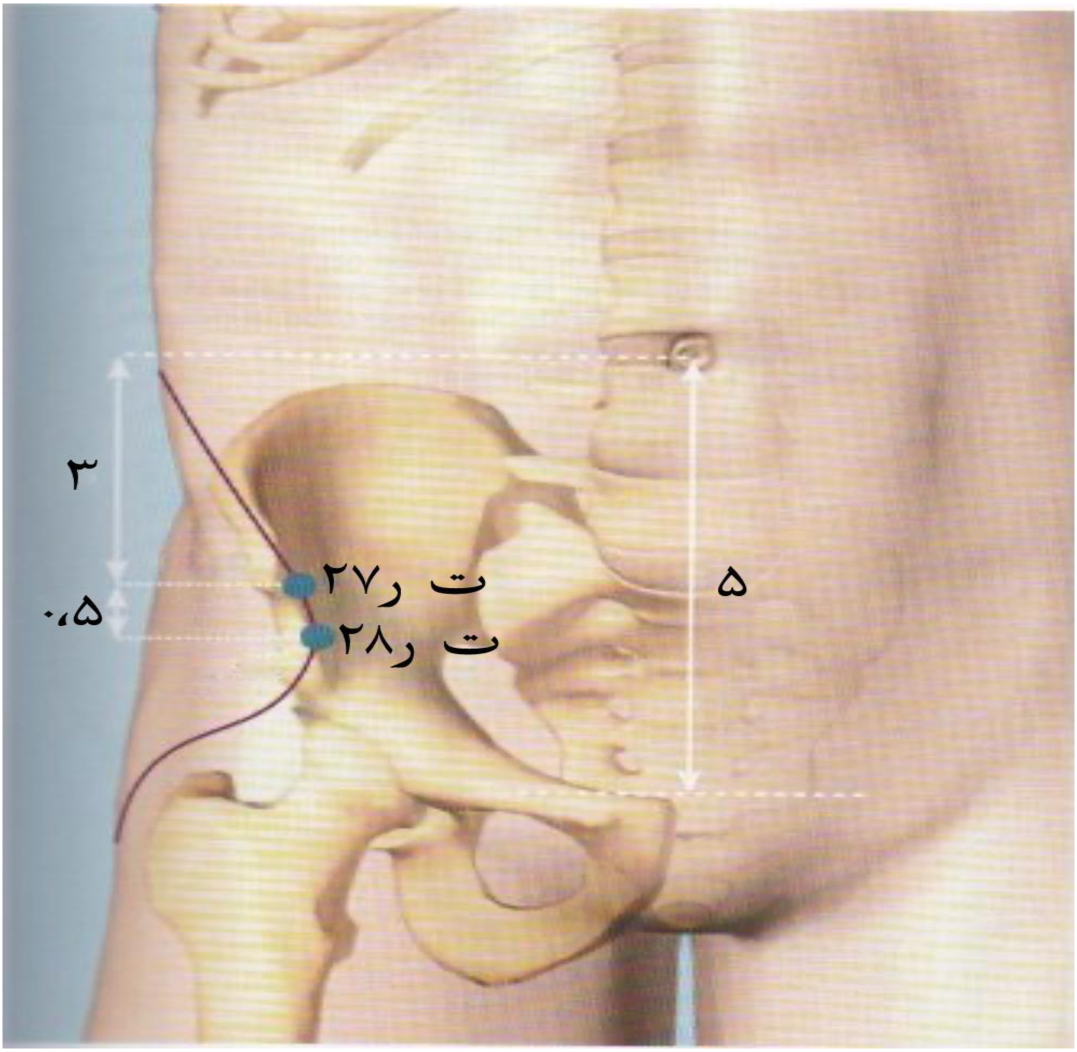
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کیږي، چې کله ناروغان ښځینه ناروغی، او د خېټې چوره (Hernia) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ - ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کیږي. دا نقطه د خېټې د نوم څخه ۳ کن ښکته او ۰،۵ کن د Spina iliaca anterior superior منځنۍ برخه کې ځای لري.

پاملرنه : د حامیلګۍ په وخت کې د درملنې مخنیوی وکړئ، کېدای شي د حمل د منځه تلو لامل شي.

ت ر ۲۸:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کیږي، چې کله ناروغان ښځینه ناروغی، او د خېټې چوره (Hernia) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ - ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کیږي. دا نقطه ۰،۵کن د ت ر ۲۷ څخه ښکته په Spina iliaca anterior superior کې ځای لري.

پاملرنه : د حامیلګۍ په وخت کې د درملنې مخنیوی وکړئ، کېدای شي د حمل د منځه تلو لامل شي.



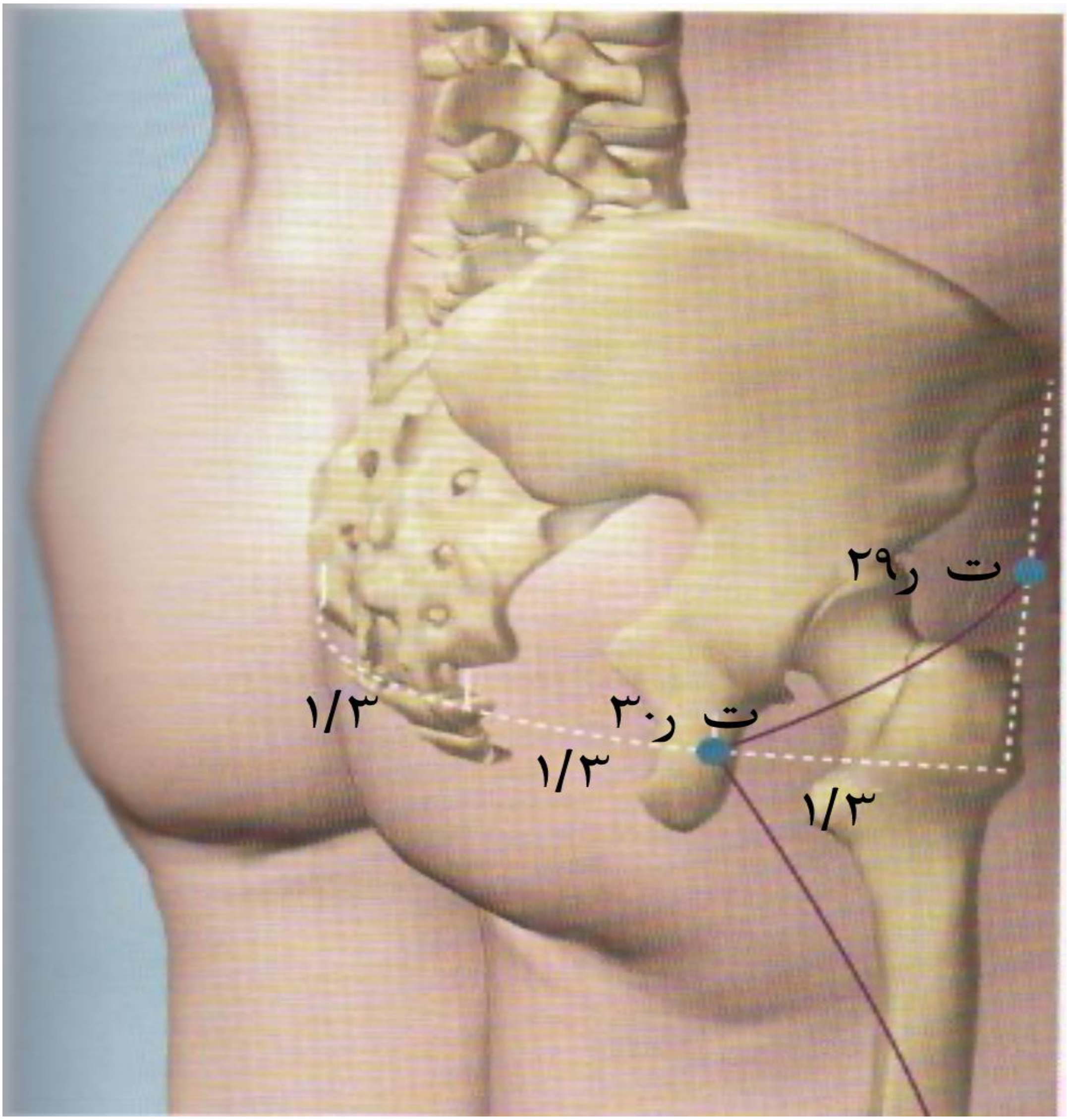
(c) ketabton.com: The Digital Library

ت ر۲۹:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د ملا او اورون یا پتون دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ - ۱،۵کن په اندزه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د Spina iliaca anterior superior او Trochanter major femoris په منځنۍ برخه کې ځای لري.

ت ر۳۰:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د ملا، او اورونونو دردونه او د بدن د ښکتنۍ برخې دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۲ - ۳ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د Trochanter major femoris او Hiatus sacralis د یوځای کېدو د خط په دریمه بهرنۍ برخه کې ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

ت ر ۳۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان يو طرفه ګوزن فلج ناروغۍ وهلی وي، او د ښکتنی برخې دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ځنګون د پوستکې د قات څخه ۷کن نيږدې (Proximal) او د اورون بهر (Lateral) ځای لري.

ت ر ۳۲:

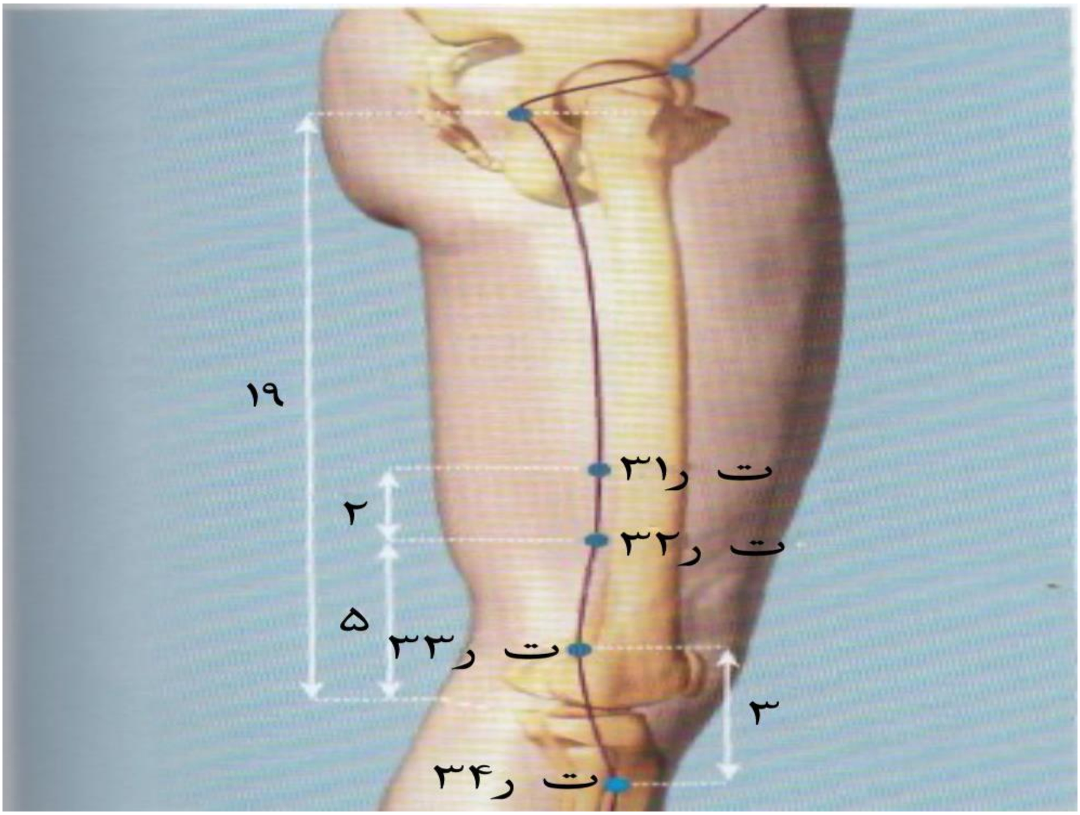
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان يو طرفه ګوزن فلج ناروغۍ وهلی وي، او د ښکتنی برخې دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ځنګون د پوستکې د قات څخه ۵کن نيږدې (Proximal) د M.vastus lateralis او M.biceps femoris ترمنځ ځای لري.

ت ر ۳۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د ځنګون او لېنکو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د Epicondylus femoris په نيږدې او بهرنی برخه کې ځای لري.

ت ر ۳۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د ځنګون دردونه، د تريخې ناروغۍ او يو طرفه فلج يا ګوزن ناروغي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ - ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د فيبولا هدوکې د سر په مخکنۍ او لېږې برخه کې ځای لري.



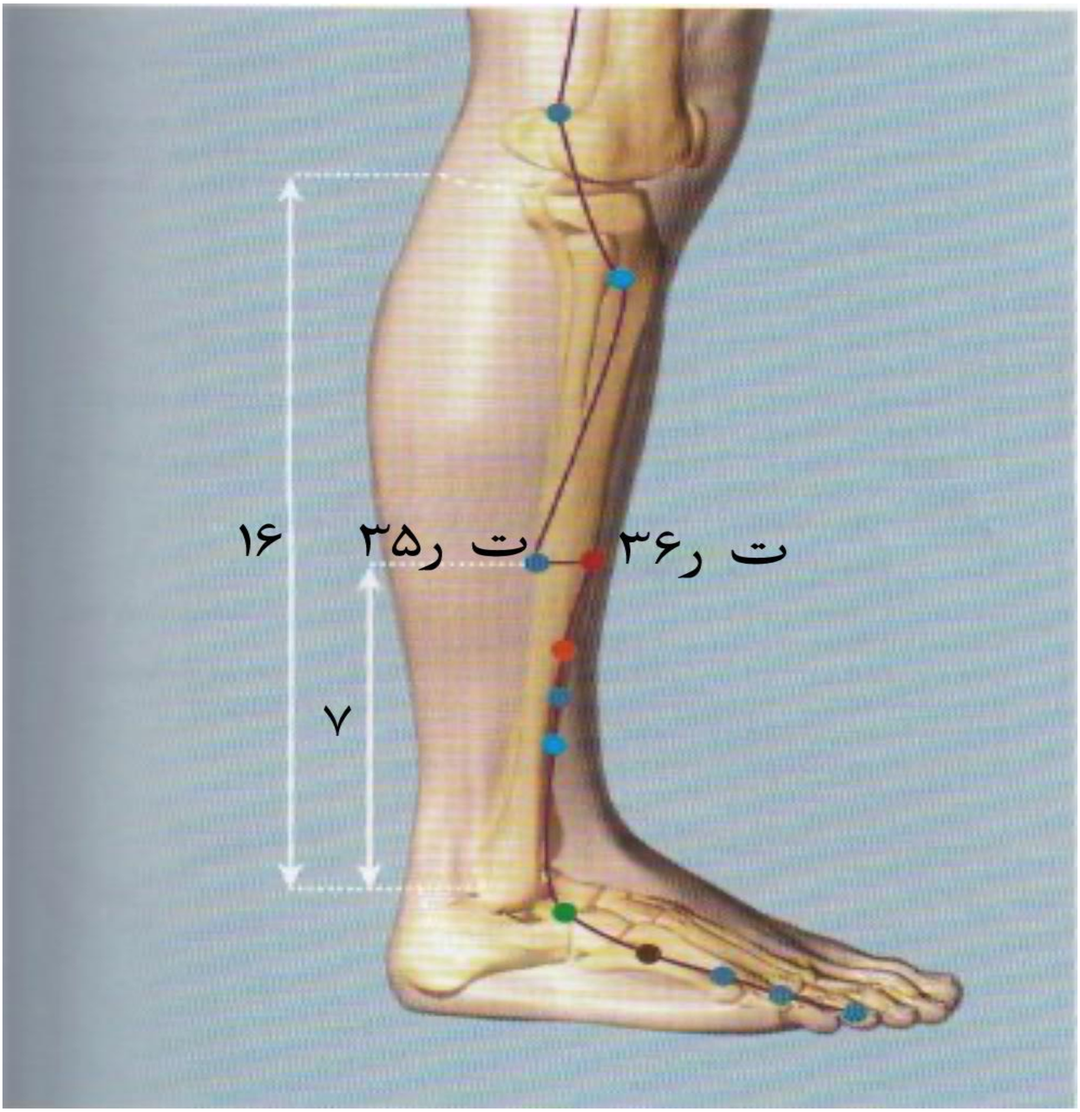
(c) ketabton.com: The Digital Library

ت ر۳۵:

دا یوه اراموونکې نقطه ده. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان عصبي او رواني ناروغۍ ولري، د تریخې ناروغۍ او د لېنګو د بهرنۍ برخو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه ۱- ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښې د بهرنۍ ښنګري (Malleolus lateralis) څخه ۷ کن نیږدې د فیبولا هډوکي په شاتنۍ څنډه کې ځای لري.

ت ر۳۶:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان عصبي او رواني ناروغۍ (Depression)، او د پوښتیو دردونه (Intercostal neuralgia) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښې د بهرني ښنګري (Malleolus lateralis) څخه ۷کن نیږدې د فیبولا هډوکي په مخکنۍ څنډه کې ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

ت ر۳۷:

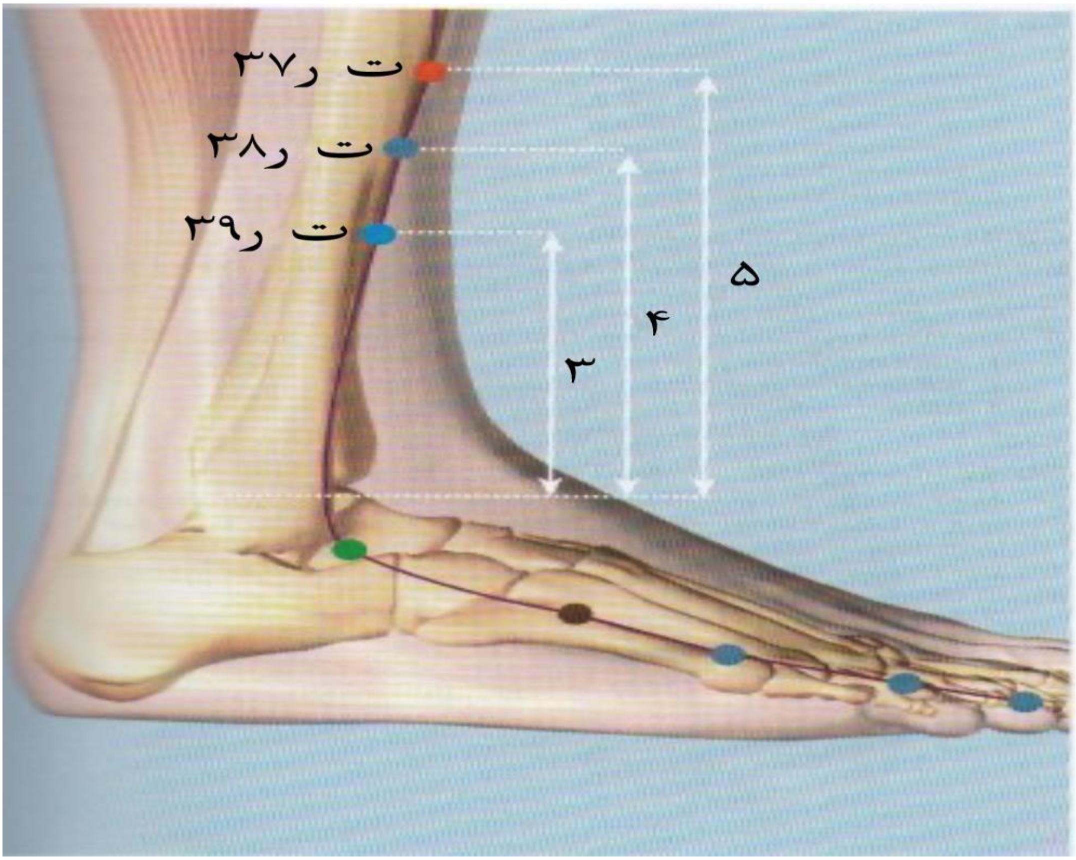
دې نقطې ته تېرېدونکې (Passage point) او همدارنګه لوو نقطه (Luo point) هم وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د سترګو ناروغۍ، د تيونو التهاب (Mastitis) او د لېنګو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښې د بهرني بښنګري (Malleolus lateralis) څخه ۵کن نيږدې د فيبولا هډوکي په مخکنۍ څنډه کې ځای لري.

ت ر۳۸:

دې نقطې ته اراموونکې (Sedation) نقطه وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان نيم سرۍ، د سينې او ښنتورګو دردونه، د بدن د ښکتنۍ برخې دردونه، او همدارنګه يو طرفه فلج وي. ستنه په دې نقطه ۱- ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښې د بهرني ښنګري (Malleolus lateralis) څخه ۴ کن نيږدې د فيبولا هډوکي په مخکنۍ څنډه کې ځای لري.

ت ر۳۹:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د څټ دردونه، دبدن د ښکتنۍ برخې دردونه، او همدارنګه يو طرفه فلج وي. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښې د بهرني ښنګري (Malleolus lateralis) څخه ۳کن نيږدې د فيبولا هډوکي په مخکنۍ څنډه کې ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

ت ر۴۰:

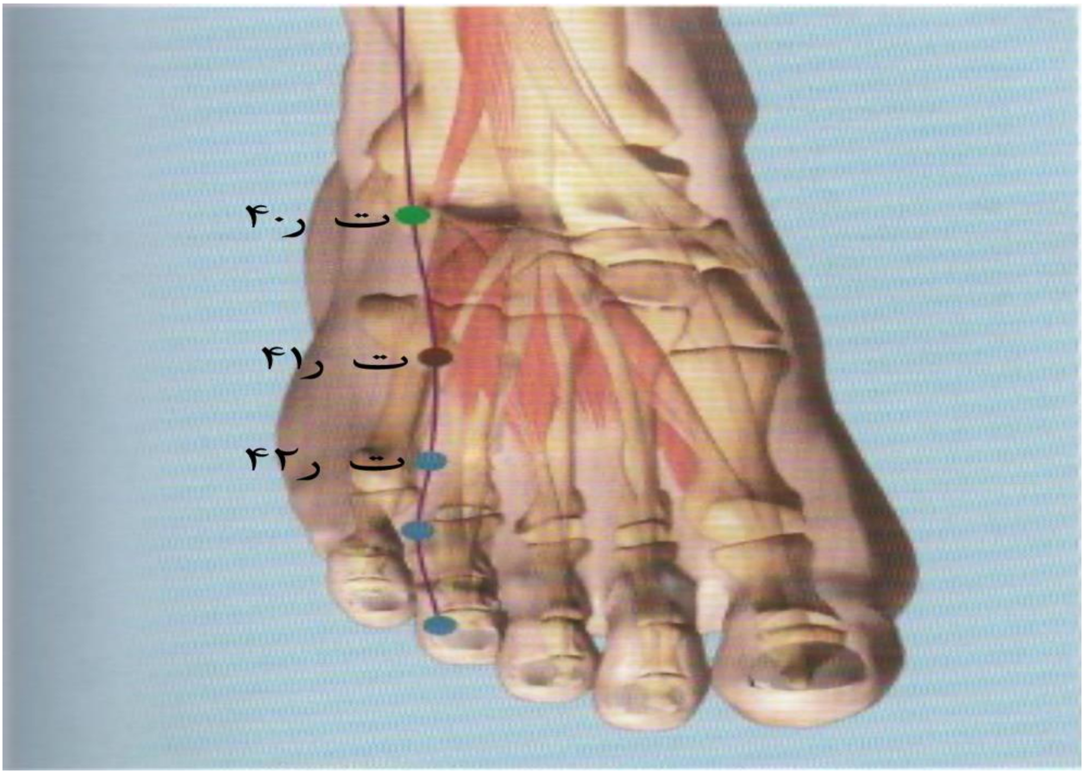
دې نقطې ته د پيل نقطه (Source point) او همدارنګه يووان نقطه (Youn point) هم وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغان د سترګو ناروغۍ، د تريخې ناروغۍ او د پښو د ښنګرو ستونزې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ - ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د پښې د بهرني ښنګري (Malleolus lateralis) په مخکنۍ او لېرې برخه، او د M.extensor digitorum longus tendon په بهرنۍ برخه کې ځای لري. دلته درملنه د پښې د بند د التهابي کېدو سبب کيږي، د کلکې پاملرنې کار واخلئ.

ت ر۴۱:

دې نقطې ته اساسي نقطه (Cardinal) وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغان نيم سيرى، يو طرفه فلج، د ملا او پښو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵-۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د پښې په شاتنۍ برخه د څلورم او پنځم Metatarsalia هډوکو د نيږدې زاويه په منځ او د M.extensor digitorum langus tendon په بهرنۍ برخه کې ځای لري.

ت ر۴۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغان د سترګو او غوږونو ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د پښې په شاتنۍ برخه د څلورم او پنځم Metatarsalia هډوکو په منځ کې د څلورم Metatarsophalangeal joint په نيږدې برخه او د M.extensor digiti minimi longus tendon په داخلي يا کورنۍ برخه کې ځای لري.



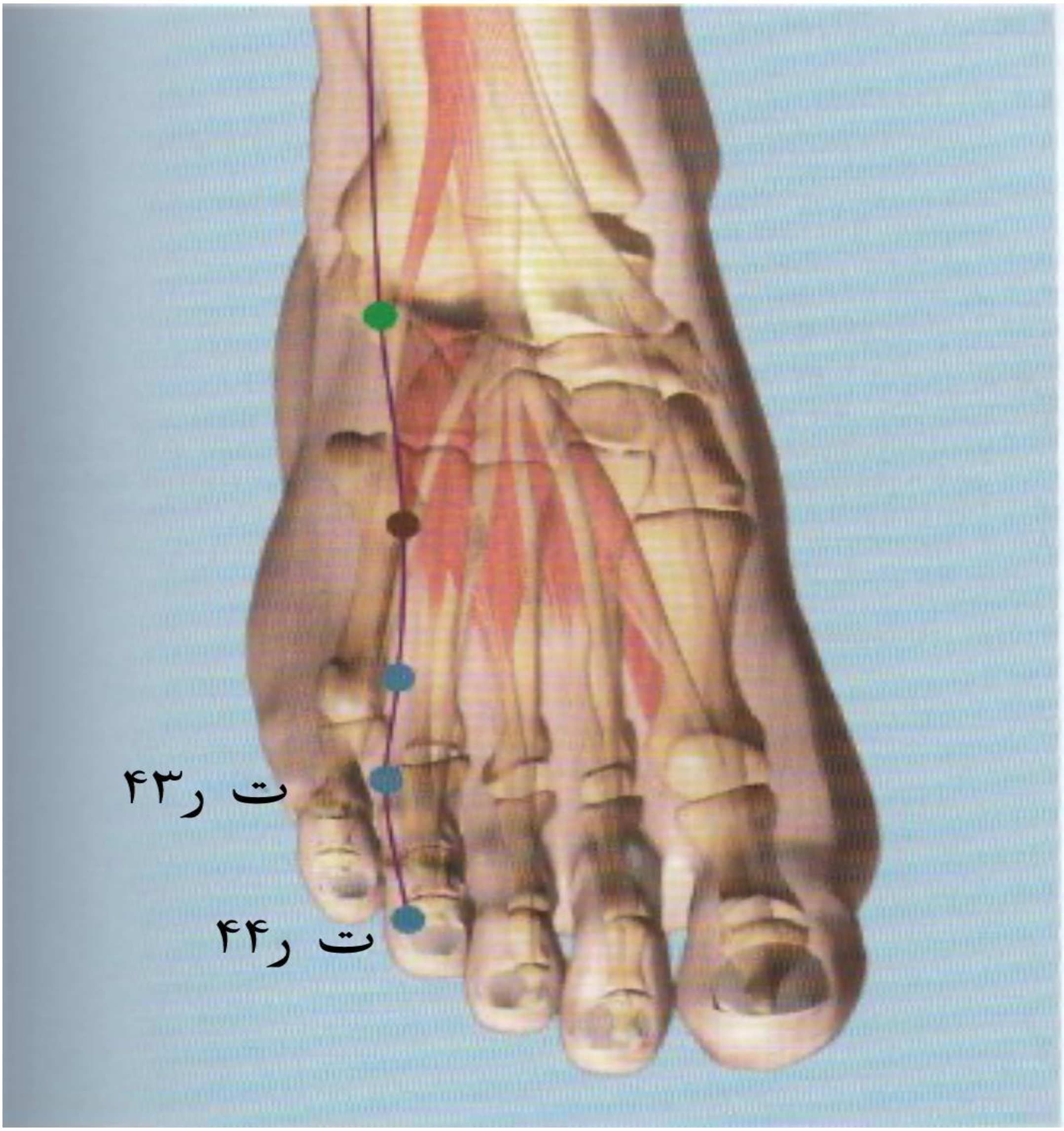
(c) ketabton.com: The Digital Library

<u>ت ر۴۳:</u>

دي نقطې ته تنبې کوونکي (Toning point) نقطه وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان لوړ فشار د غوږونو او تريخې ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۶کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښو د څلورمې او پنځمې کوتې تر منځ د سپيني او سرې غوښې تر منځ ځای لري

<u>ت ر۴۴:</u>

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان نيم سرې د غوږونو او سترګو ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښې د څلورمې ګوتې د غوښې او نوک د نيږدې زاويې بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

**د اینې یا ځګر ویاله یا کانال**

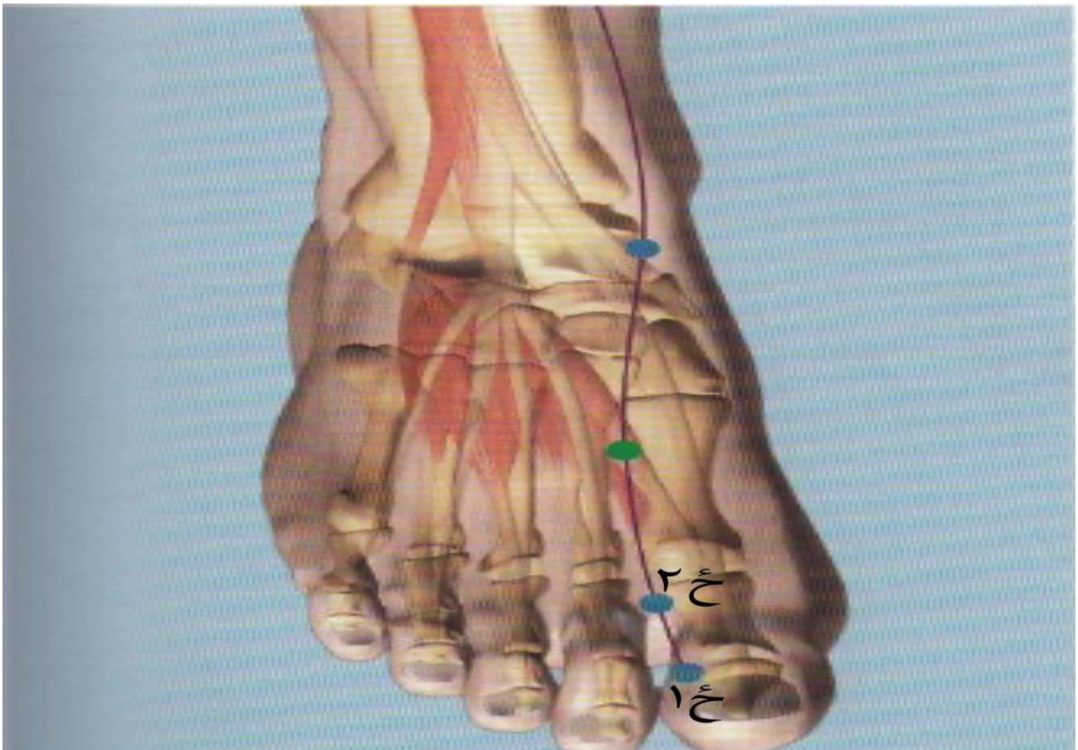
ځګر د ین (Yin) اورګان یا غړی دی، ارتباط یې د لرګي سره دی. دا ویاله د پښو څخه پیل او په سینه پای مومي. په دې ویالې کې د درملنې په پار ۱۴نقطې ځای لري. انرژي په دی ویاله کې د اطرافو څخه مرکز (Centripetal) ته بهیږي. په سترګو او لیګامینټونو اغېز لري. د دې ویالې د همغږی نقطه (Approval point) یې د متیازوه کڅوړه ۱۸( م ک ۱۸ ) او د یوځای کېدو یا خطر نقطه یې (Alarm point) ځګر ۱۳(ځ ۱۳) ده.

ځ ۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کیږي، چې کله ناروغان د خېټې چوره (Hernia) ولري، د ښځینه جنسي غړي څخه وینه راتلل، او یا ناروغان د تشو متیازو په کولو کې ستونزې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۱- ۰،۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کیږي. دا نقطه د پښې د غټې ګوتې د نوک او غوښې ترمنځ نیږدې (Proximal ) زاویه کې بهر (Lateral) ځای لري.

ځ۲:

دې نقطې ته اراموونکې (Sedation point) نقطه وایي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کیږي، چې کله ناروغان لوړ فشار، ښځینه ناروغی، Apoplexia اود تشو متیازو ستونزې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کیږي. دا نقطه د پښې د لومړۍ او دوهمې ګوتې د Metatarsophalangeal Joint د سپینې او سرې غوښې تر منځ ځای لري.



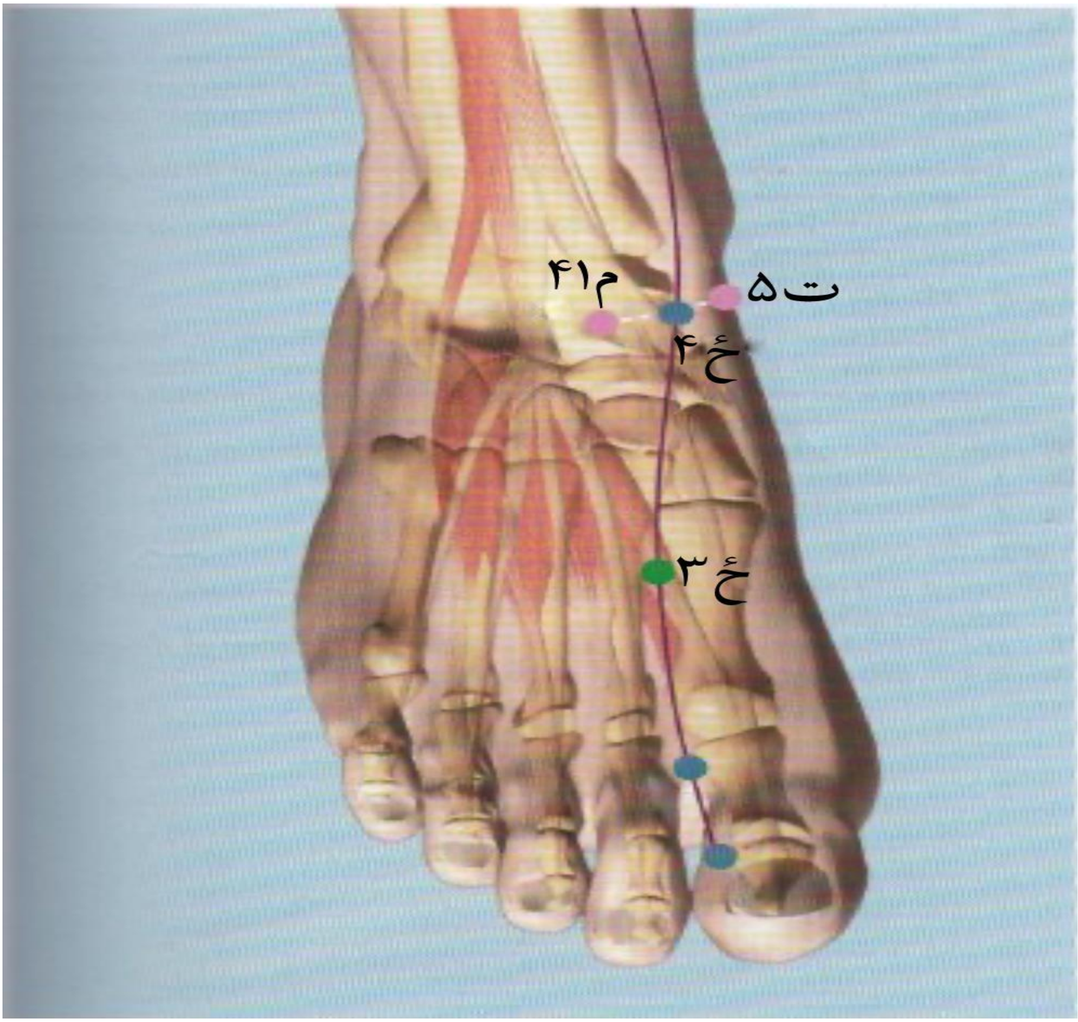
(c) ketabton.com: The Digital Library

ځ ۳:

دې نقطې ته د پیل نقطه (Source point) او همدارنګه یووان نقطه (Yuan point) هم وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان لوړ فشار، د ښځو په میاشتنۍ ناروغۍ کې ستونزې، د تشو متیازو په کولو کې ستونزې، عصبي او رواني ناروغۍ، میرګي او همدارنګه د بدن د ښکتنۍ برخې دردونه لکه د پښو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ـ ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د لومړۍ او دوهم میتاتارسال (Metatarsal) هدوکو په نیږدې زاویه کې ځای لري.

ځ۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د خېټې چوره (Hernia)، د تشو متیازو په کولو کې ستونزې، او همدارنګه د بدن د ښکتنۍ برخې دردونه لکه د پښو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ـ ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښې د داخلي ښنګري (Malleolus medialis) مخې ته د M.Tibialis anterior داخیل اړخ کې ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

ځ۵:

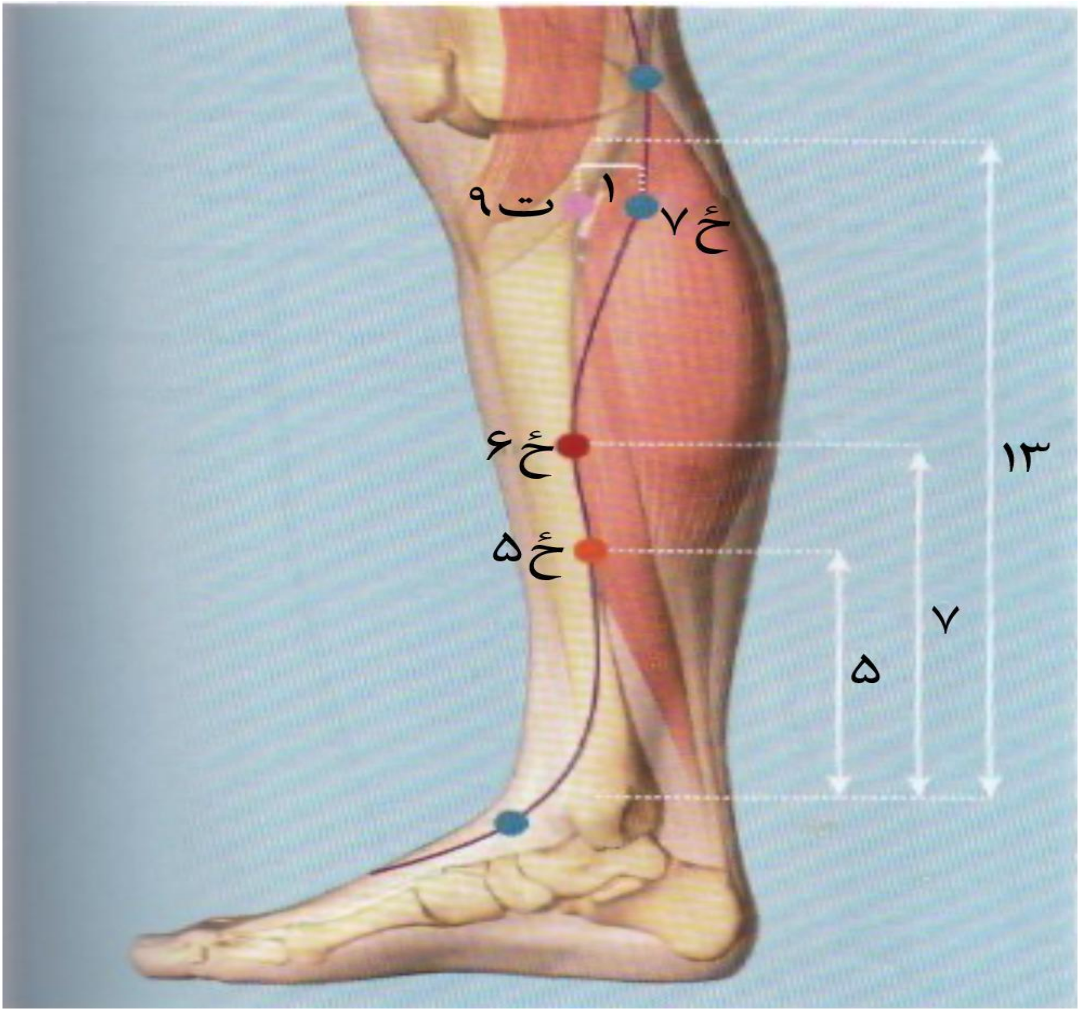
دې نقطې ته تېرېدونکې نقطه (Passage point) او همدارنګه لوو نقطه (Luo point) هم وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان ښځينه ناروغۍ ولري، د نارينه د جنسي کمزورتيا ناروغۍ، او د لېنګو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ـ ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښې د داخلي ښنګري (Malleolus medialis) څخه ۵ کن نيږدې د تيبيا (Tibia) د هډوکي په داخيلي منځنۍ برخه کې ځای لري.

ځ۶:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان ښځينه ناروغۍ ولري، لکه د ښځينه جنسي غړي څخه وينه راتلل، اود خېټې چوره (Hernia). ستنه په دې نقطه کې ۰،۵ـ ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښې د داخلي ښنګري (Malleolus medialis) څخه ۷ کن نيږدې د تيبيا (Tibia) د هډوکي په داخيلي منځنۍ برخه کې ځای لري.

ځ۷:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د ځنګون دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ـ ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د Condylus tibia medialis شاته او د ت۹ څخه ۱کن شاته (Dorsal) ځای لري.



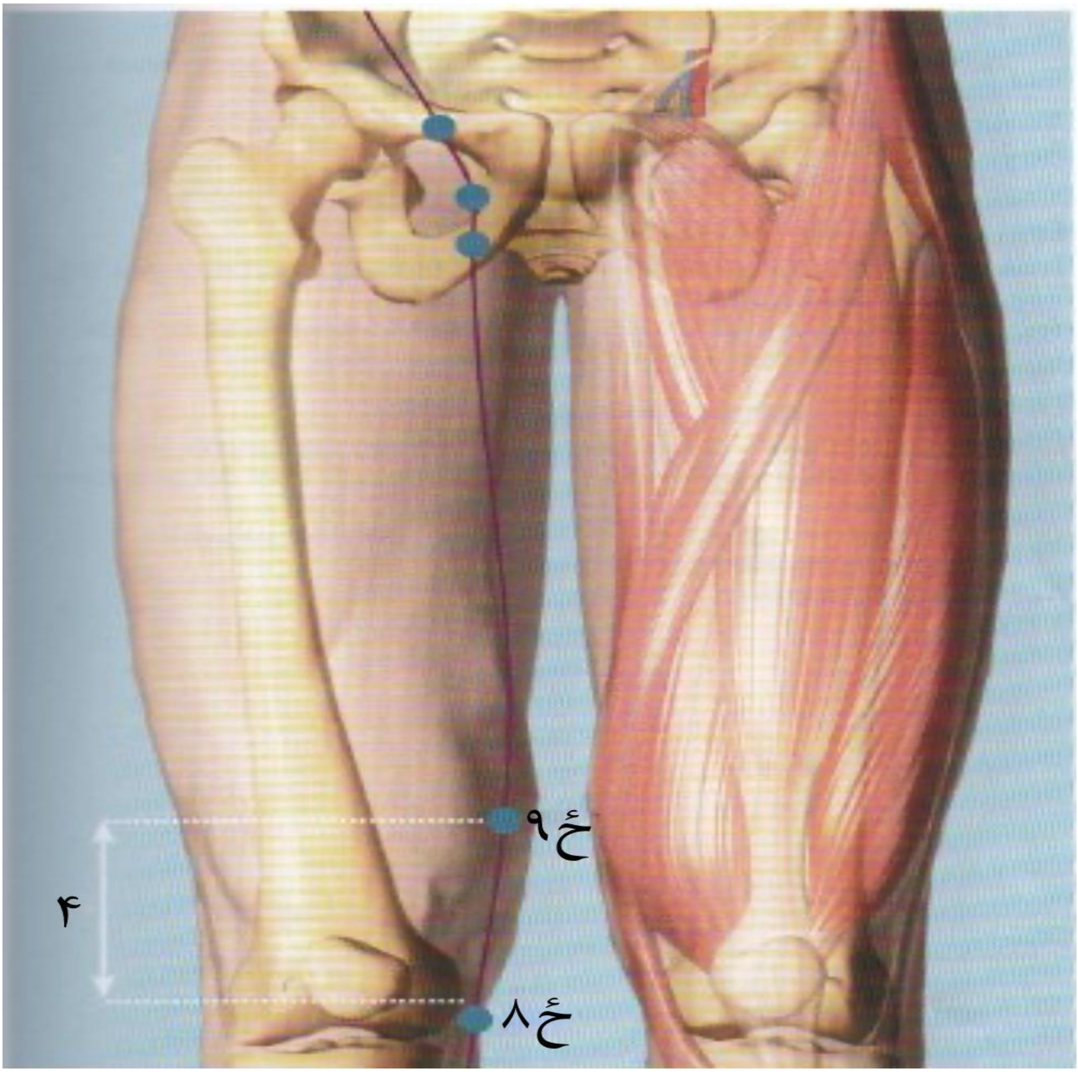
(c) ketabton.com: The Digital Library

ځ۸:

دې نقطې ته د تنبی نقطه (Toning point) وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغان ښځينه ناروغی، نارينه د جنسي کمزورتيا، او د ځنګون دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ـ ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د ځنګون د پوستکي د داخلي قات په پای او د Epicondylus femoris medialis شاته د M.semimembranosus او M.Semitendinosus عضلو په منځ کې ځای لري.

ځ۹:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله د ناروغانو مياشتنی ناروغي په منظم ډول نه وي، او همدارنګه د تشو متيازو په کولو کې ستونزې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ـ ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د Epicondylus femoris medialis څخه ۴کن نيږدی او د M.Vastus medialis او M.Sartorius په منځ کې ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

ځ۱۰:

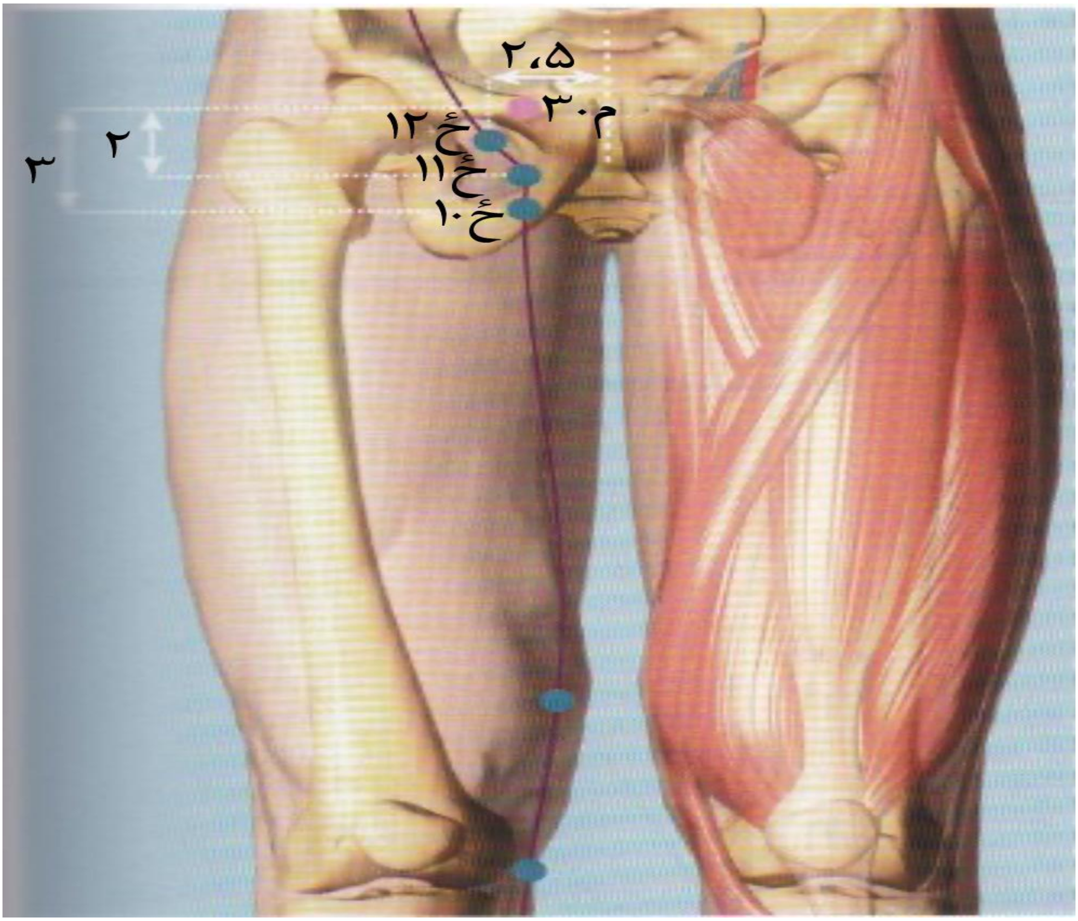
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغان د پروستات ناروغۍ او د تشو متيازو ستونزې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۲ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د Symphysis pubica د پورتنۍ څنډې څخه ۳کن لېرې په M.adductor longus په داخلي څنډه کې ځای لري.

ځ۱۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغان القاع کېدو (د بچي زيږون) کې ستونزه ولري، او يا د ناروغې مياشتنۍ ناروغي په منظم ډول نه وي. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د Symphysis pubica د پورتنۍ څنډې څخه ۲کن لېرې يا ښکته په M.adductor longus په داخلي څنډه کې ځای لري.

ځ۱۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله نارينه ناروغان د جنسي غړي درد (د هګيو دردونه) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د بدن د مخکني منځني خط څخه ۲،۵ کن بهر د سپوغزو په طرف په کوم ځای کې چې د فيمور شريان موجود دی.



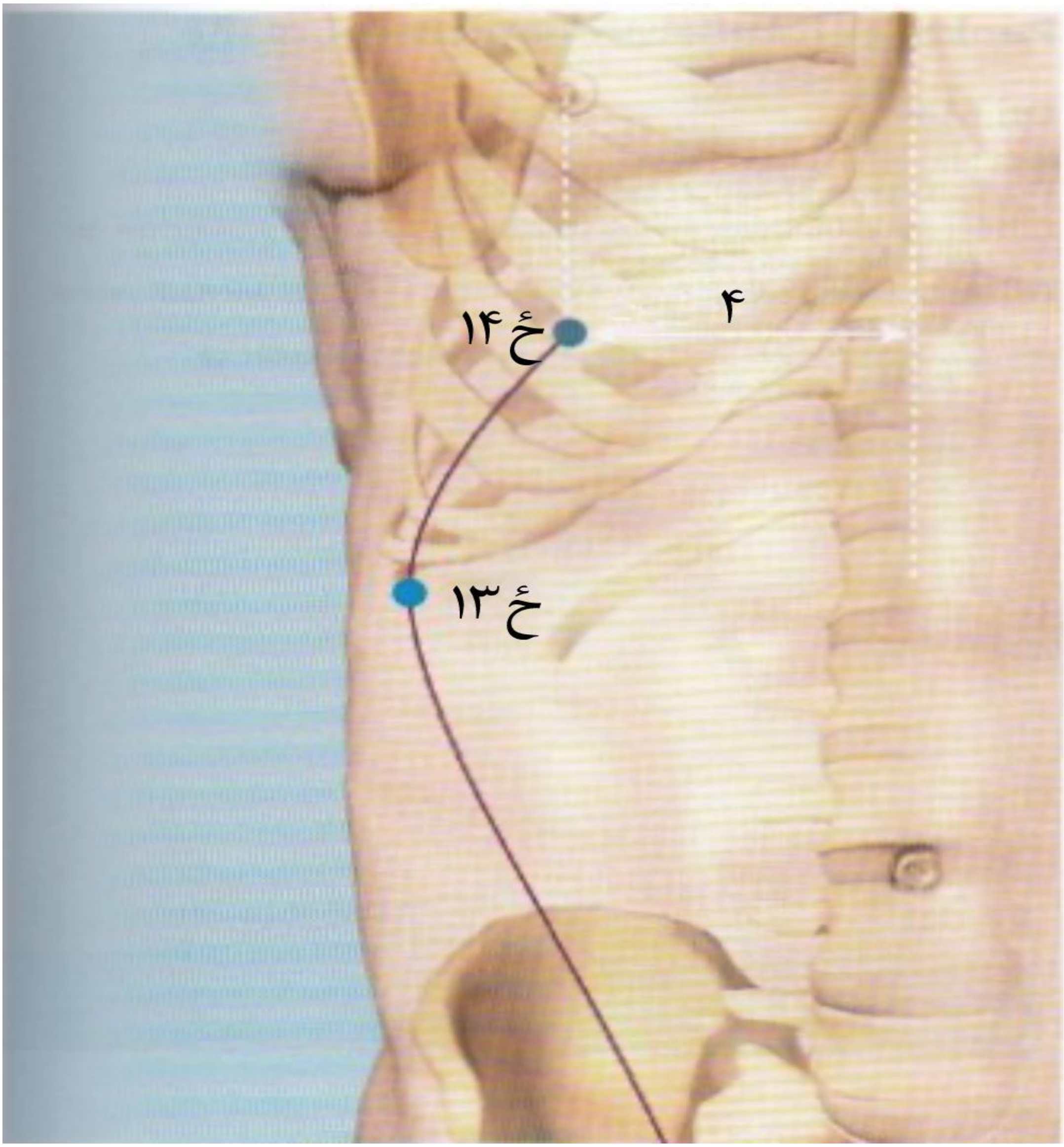
(c) ketabton.com: The Digital Library

ځ۱۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د معدې، کولمو، تورې، اینې یا ځیګراو تریخې ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۸- ۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د یوولسمې پوښتۍ د څوکې په لاندینۍ څنډه کې ځای لري.

ځ۱۴:

دې نقطې ته د یو ځای کېدو یا خطر (Alarm point) نقطه وایي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د تورې، اینې یا ځیګر ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵-۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د تي (Mamma) لاندې د شپږمې پوښتۍ د جګوالي برابر د بدن د مخکني منځني خط څخه ۴کن بهر ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

**غیرې معمولي یا غیرې عادي ویالي یا کانالونه ( Meridian)**

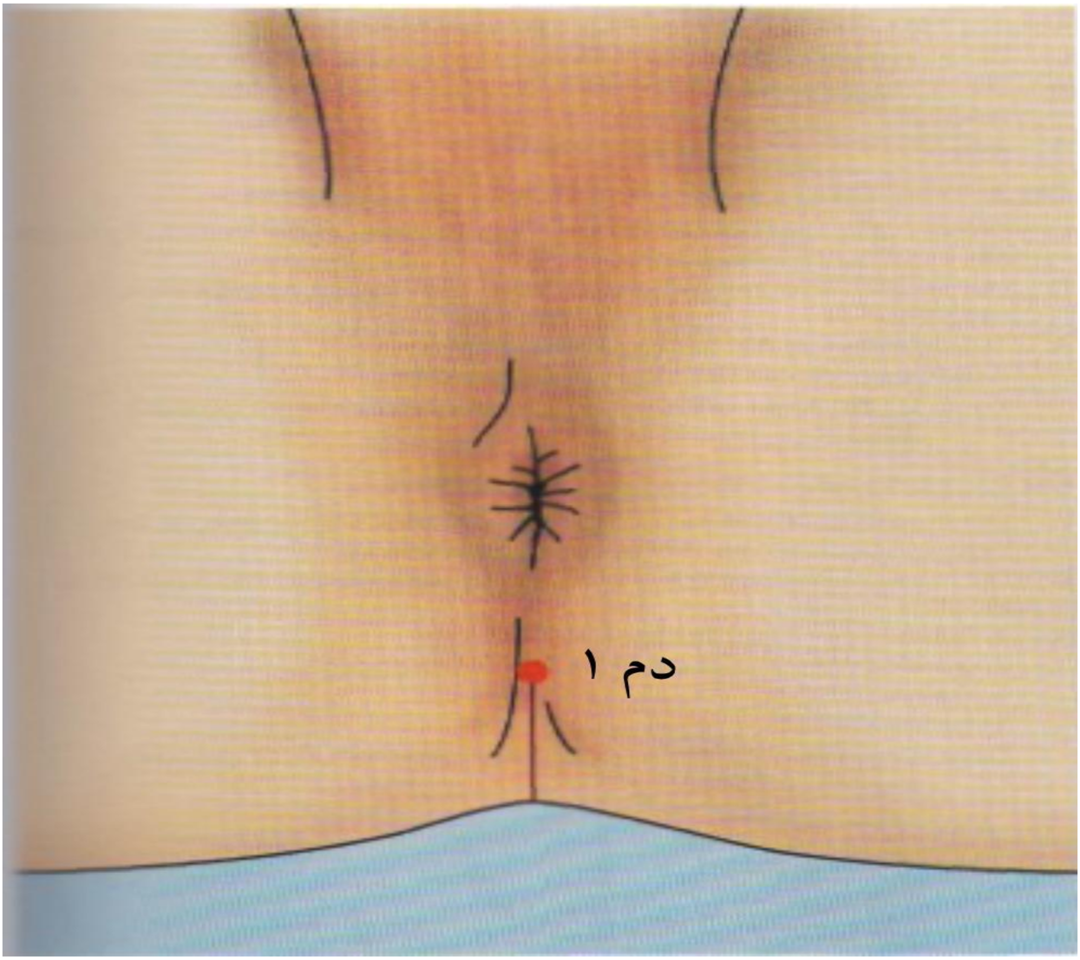
عبارت دي لکه دومای (Du Mai)، رین مای (Ren Mai) او اضافي کانالونه څخه دي.

**دومای ( Du Mai)**

مانا يې چپ رگ دی. دا یو غیرې عادي یا ډېر ښه کانال دی، چې د بدن د ښکتنۍ برخې څخه پیل او په سر پای مومي، دا ویاله چینایان د ټولو یانگ ویالو د کوچني بهر په نوم هم یادوي، اوهمدارنگه په بدن کې ټولې یانگ ویالې د خپل اغېز لاندې لري یا کنټرولوي. دا ویاله د وړو کولمو ۳(وک۳) په ذریه تنبې کېږي. په دې ویاله کې د درملنې په پار۲۸ نقطې یا ټکي ځای لري.

دم ۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان عصبي او رواني ناروغی، میرگي، بواسیر او همدارنگه قبضیت ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن په منځني خط د مقعد او Os coccygis هډوکي د څوکي ترمنځ ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

دم ۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله نارینه ناروغان د ملا دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه په شاتنې منځني خط باندې په Hiatus sacralis کې ځای لري.

دم ۳:

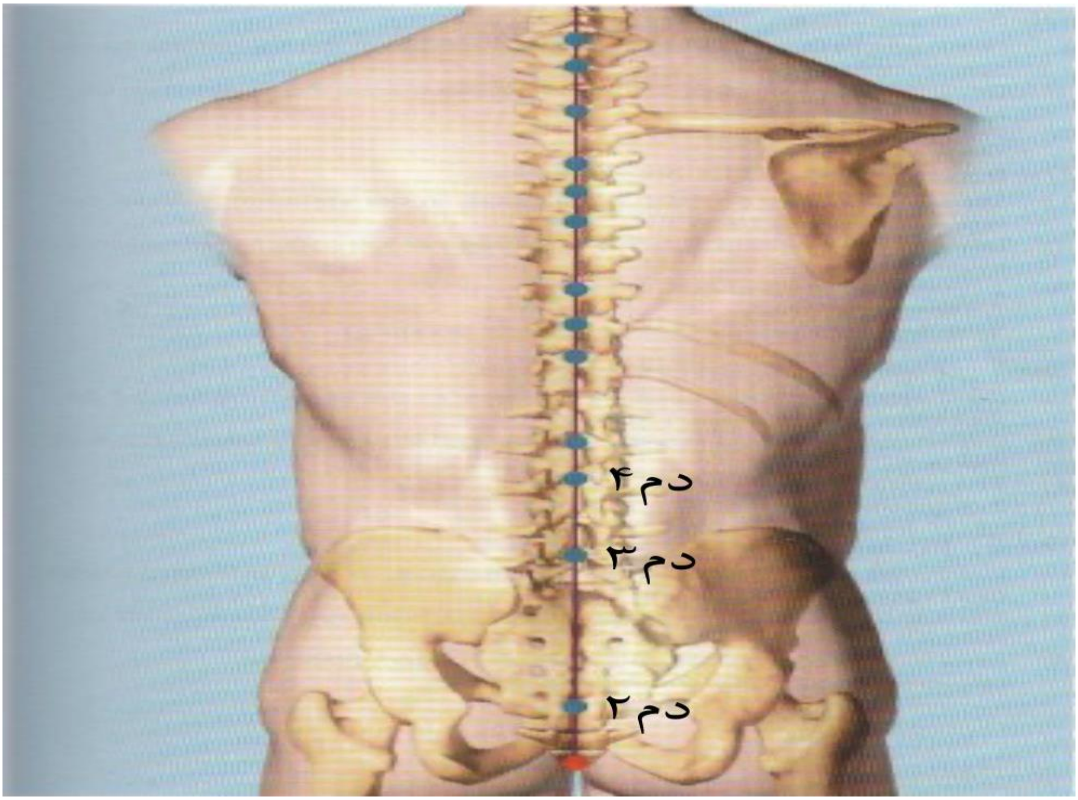
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د ملا دردونه، او د بدن د ښکتنی برخې دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه په شاتني منځني خط د ملا د څلورمې فقرې د Processus spinosus په ژوره نقطه کې ځای لري.

پاملرنه: د حاميلګۍ په وخت کې په دې نقطه کې درملنه د حمل د منځه تلو لامل کېدای شي، نو د ډېرې پاملرنې باید کار واخيستل شي.

دم ۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د ملا دردونه، د نارينه د جنسي اړيکو کمزوري، ښځينه ناروغۍ، او د ميرګي ناروغۍ ولري، او همدارنګه په زېږون کې مرسته کوي. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱کن په اندازه کږه پورته (Cranial) خواته منډل کېږي. دا نقطه په شاتني منځني خط د ملا د دوهمې فقرې د Processus spinosus په ژوره نقطه کې ځای لري.

پاملرنه: د حاميلګۍ په وخت کې په دې نقطه کې درملنه د حمل د منځه تلو لامل کېدای شي، نو د ډېرې پاملرنې باید کار واخيستل شي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

<u>دم ۵:</u>

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د هضم ستونزه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱کن په اندازه کږه پورته (Cranial) اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه په شاتني منځني خط د ملا د لومړۍ فقرې د Processus spinosus په ژوره نقطه کې ځای لري.

<u>دم ۶:</u>

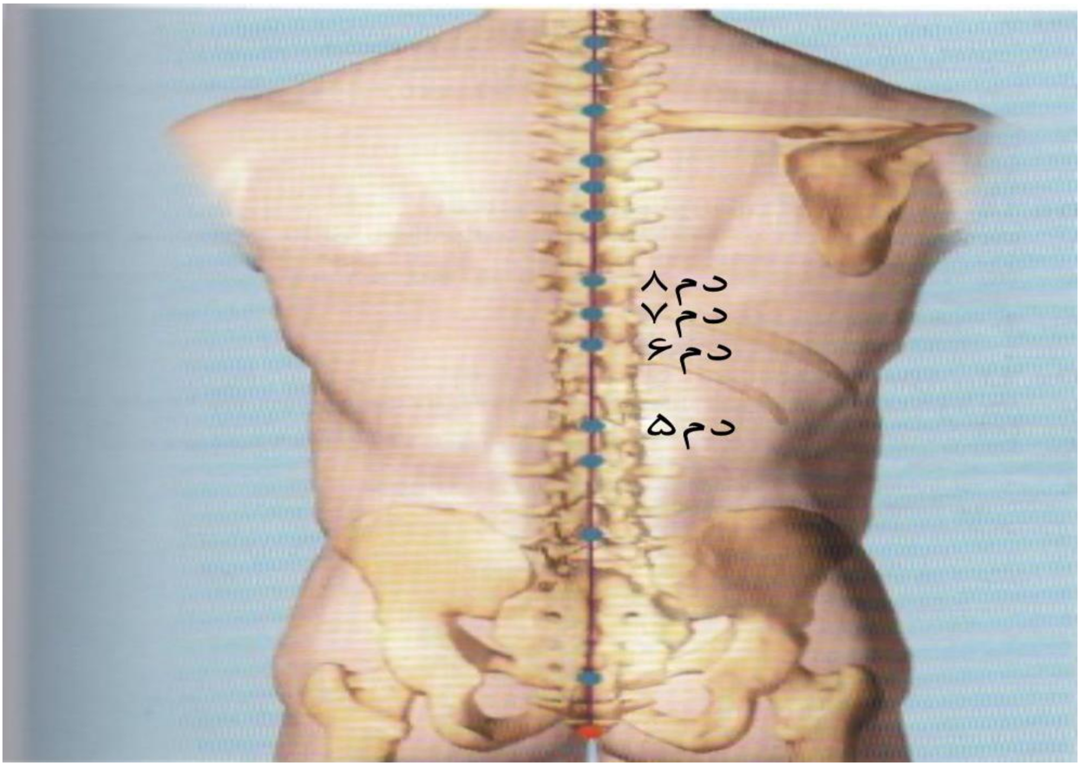
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د هضم ستونزه ولري، بواسیر او یا د میرګو ناروغۍ ولرئ. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱کن په اندازه کږه پورته (Cranial) اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه په شاتني منځني خط د سینې د یوولسمې فقرې د Processus spinosus د ژورې نقطې په ښکتنۍ برخه کې ځای لري.

<u>دم ۷:</u>

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان اشتها نلري، او یا د ملا درد ولرئ. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱کن په اندازه کږه پورته (Cranial) اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه په شاتني منځني خط د سینې د لسمې فقرې د Processus spinosus د ژورې نقطې په ښکتنۍ برخه کې ځای لري.

<u>دم ۸:</u>

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان عصبي او رواني ناروغۍ اویا میرګي ولري، دا ارامونکې نقطه ده. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱ کن په اندازه کږه پورته خواته (Cranial) منډل کېږي. دا نقطه په شاتني منځني خط د سینې د نهمې فقرې د Processus spinosus د ژورې نقطې په ښکتنۍ برخه کې ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

دم ۹:

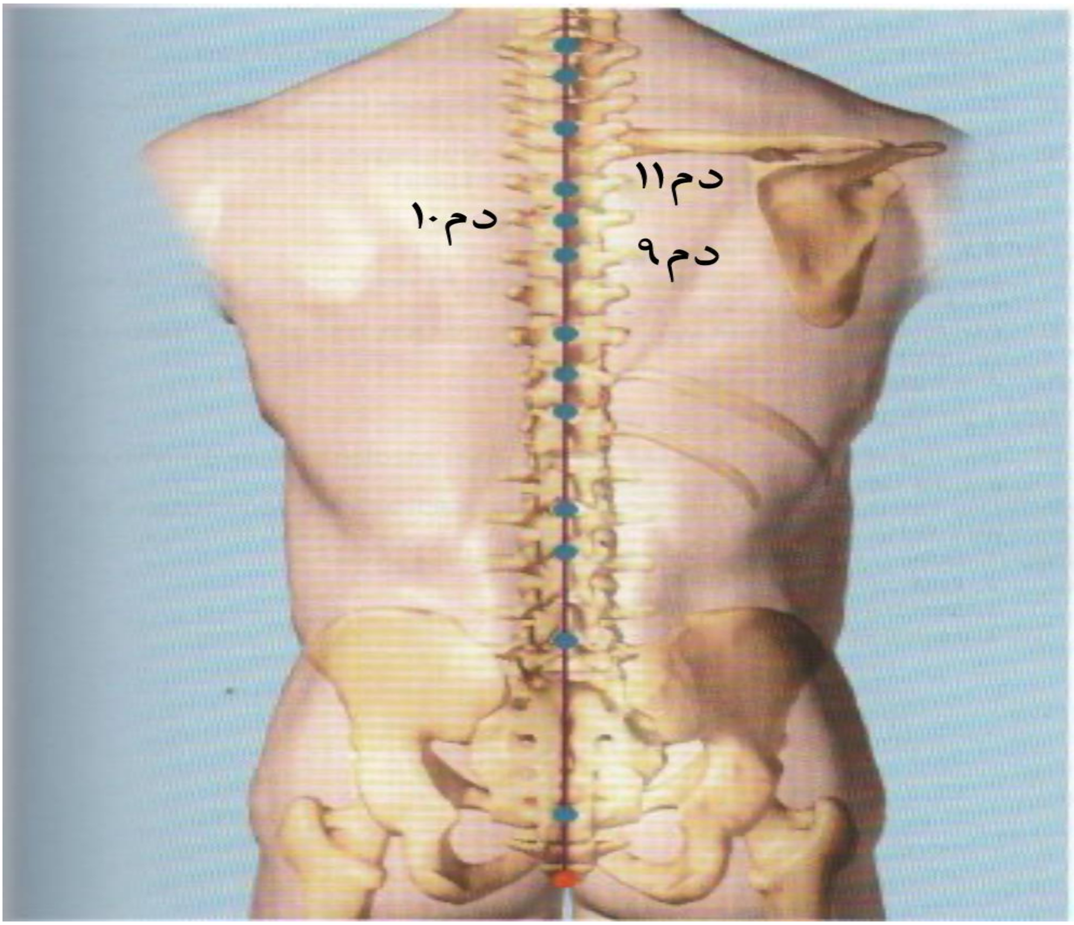
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د ځګر، تريخې ناروغۍ، د سينې دردونه او د تيونو التهاب ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱کن په اندازه کږه پورته (Cranial) اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه په شاتني منځني خط د سينې د اوومې فقرې د Processus spinosus د ژورې نقطې په ښکتنۍ برخه کې ځای لري.

دم ۱۰:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان تنفسي ناروغۍ او يا د ملا د تير دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱کن په اندازه کږه پورته (Cranial) اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه په شاتني منځني خط د سينې د شپږمې فقرې د Processus spinosus د ژورې نقطې په ښکتنۍ برخه کې ځای لري.

دم ۱۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان تنفسي ناروغۍ او يا عصبي او رواني ناروغۍ ولري. په دې نقطه کې درملنه بدن ته پياوړتيا وربخښي. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱کن په اندازه کږه پورته (Cranial) اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه په شاتني منځني خط د سينې د پنځمې فقرې د Processus spinosus د ژورې نقطې په ښکتنۍ برخه کې ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

دم ۱۲:

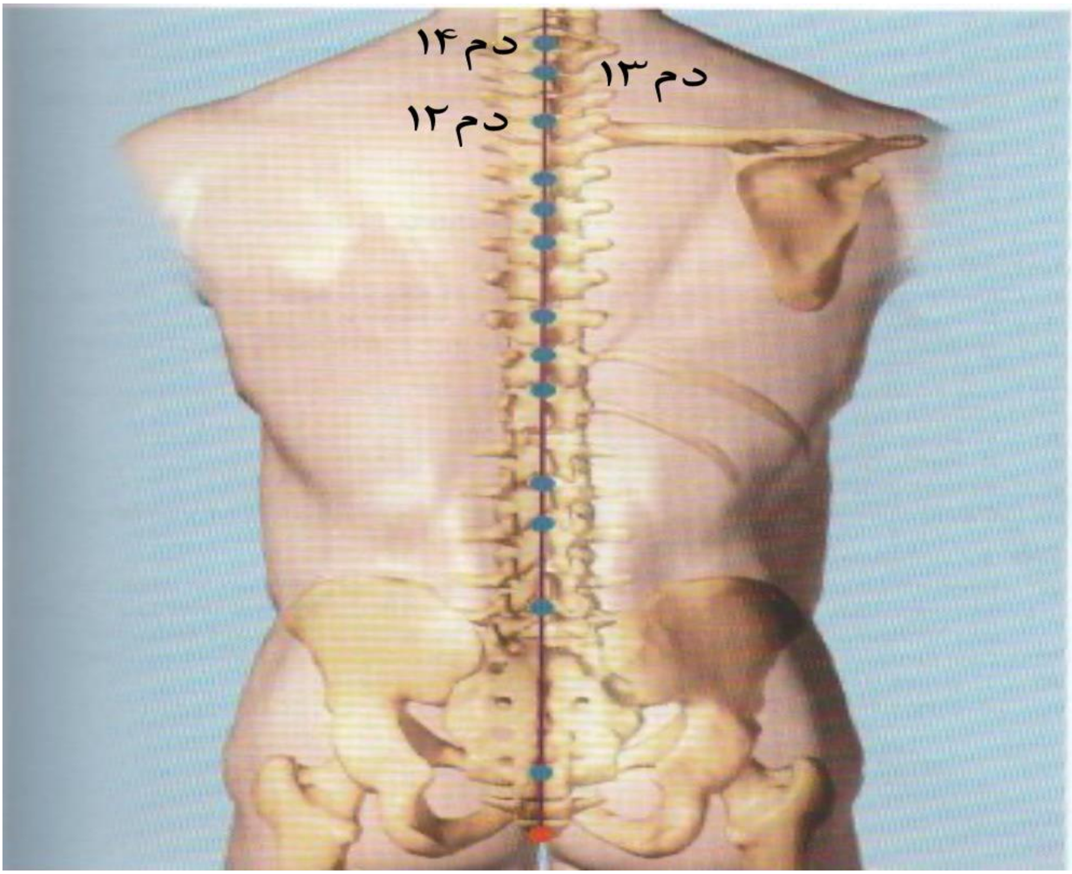
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان تنفسي ناروغۍ، عصبي رواني ناروغۍ او ميرګي ولري. دا نقطه ارامونکې (Sedation) ده، خو ځينې وخت په دې نقطه کې درملنه په ناروغ کې جټکې هم پيدا کوي. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱کن په اندازه کږه پورته (Cranial) اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه د بدن په شاتني منځني خط د سينې د دريمې فقرې د Processus spinosus د ژورې نقطې په ښکتنۍ برخه کې ځای لري.

دم ۱۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پارستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان تنفسي ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱کن کږه پورته (Cranial) اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه د بدن په شاتني منځني خط د سينې د لومړۍ فقرې د Processus spinosus د ژورې نقطې په ښکتنۍ برخه کې ځای لري.

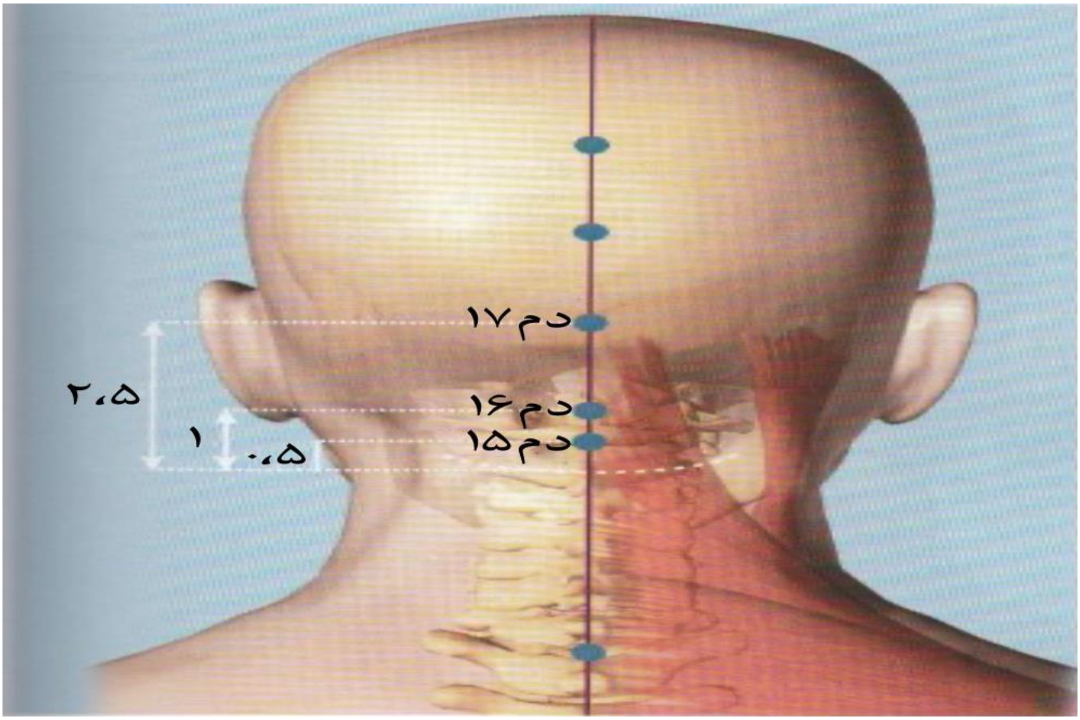
دم ۱۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان تبه، ريزش، د څټ دردونه، او ميرګي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱کن په اندازه کږه پورته (Cranial) اړخ ته منډل کېږي. دا د بدن په شاتني منځني خط د غاړې د اوومې فقرې د Processus spinosus د ژورې نقطې په ښکتنۍ برخه کې ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

دم ۱۵:
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ په ناڅاپي ډول ګونګی شي، فلج ناروغي، او میرګي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۲- ۰،۵کن په اندازه کږه ښکته (Caudal) اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه د بدن په شاتني منځني خط د سر د ویښتانو د شاتنی پولې د منځنی برخې څخه ۰،۵ کن پورته (Cranial) د غاړې د لومړی فقرې د Processus spinosus د ژورې نقطې په ښکتنی برخه کې ځای لري.
پاملرنه ! ستنه باید پدې نقطه کې ډېره داخیل نه شي، او باید پورته یا Cranial اړخ ته کږه نه شي.
دم ۱۶:
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان فلج ناروغی او یا د څټ دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱کن په اندازه ګږه ښکته (Caudal) اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه د بدن په شاتني منځني خط د سر د ویښتانو د شاتنی پولې د منځنی برخې څخه ۱ کن پورته (Cranial) او دProtuberantia occipitalis په ښکتنی برخه د ښې او چپې ترپیزیوس عضلې (M.Trapezius) په منځ کې ځای. ستنه باید پدې نقطه کې ډېره داخیل نه شي، او باید پورته یا Cranial اړخ ته کږه نه شي.
دم ۱۷:
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان عصبي او رواني ناروغی، او یا د وینې لوړفشار ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن په شاتني منځني خط د سر د ویښتانو د شاتنی پولې د منځنی برخې څخه ۲،۵کن پورته (Cranial) او د Protuberantia occipitalis externa په پورتنی څنډه کې د دم۱۶ څخه ۱،۵کن مخې ته ځای لري.



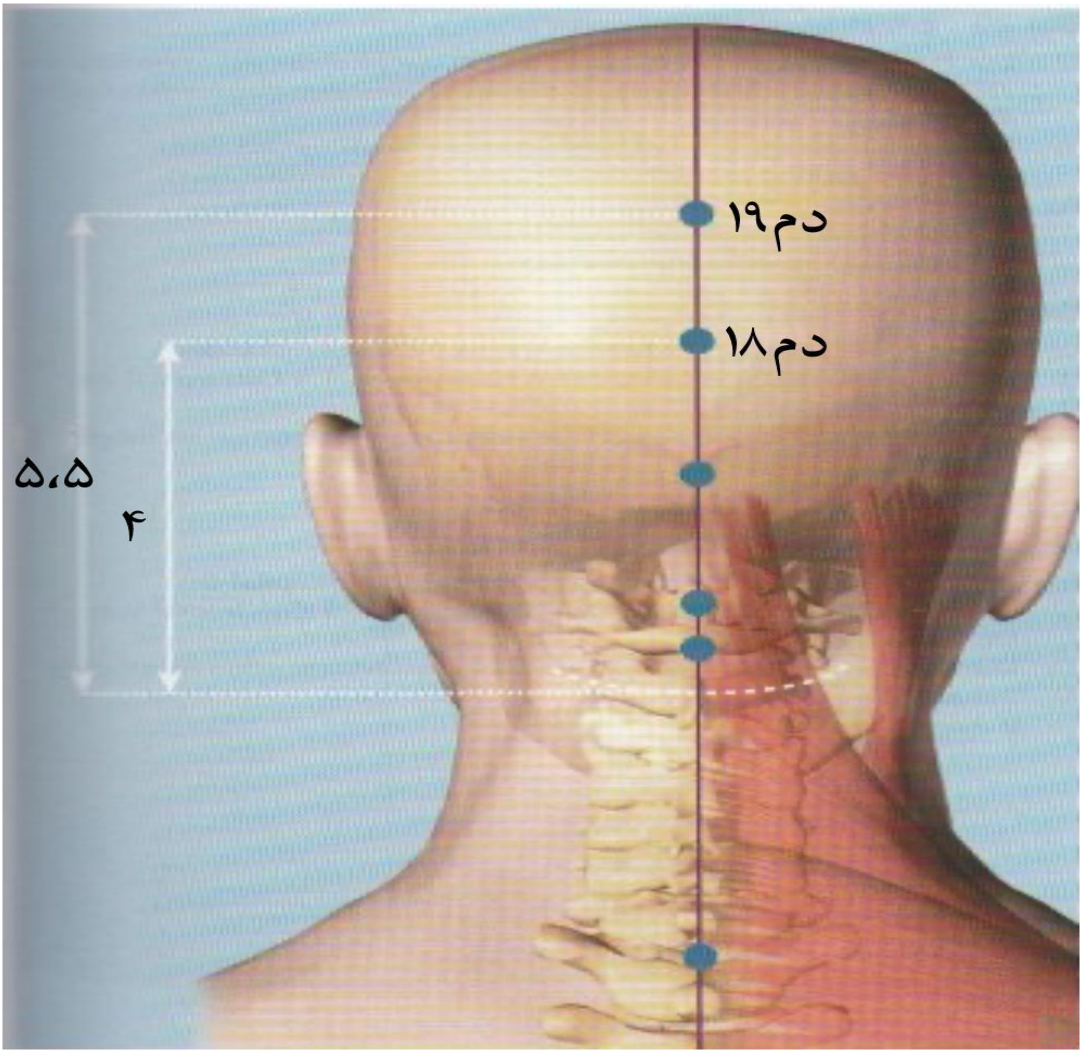
(c) ketabton.com: The Digital Library

<u>دم ۱۸:</u>

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان عصبي او رواني ناروغۍ، او یا د وینې لوړفشاراو همدارنګه Morbus parkinson ناروغي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵-۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن په شاتني منځني خط د سر د ویښتانو د شاتنۍ پولې دمنځنۍ برخې څخه ۴ کن پورته (Cranial) او د دم۱۷ څخه ۱،۵کن مخې (Frontal) ته ځای لري.

<u>دم ۱۹:</u>

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان عصبي او رواني ناروغۍ، او یا د وینې لوړ فشار ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن په شاتني منځني خط د سر د ویښتانو د شاتنۍ پولې د منځنۍ برخې څخه ۵،۵ کن پورته (Cranial) او د دم۱۷ څخه ۳کن مخې (Frontal) ته ځای لري. دا نقطه اراموونکې او همدارنګه جتکې ورکونکې نقطه ده.



(c) ketabton.com: The Digital Library

دم ۲۰:

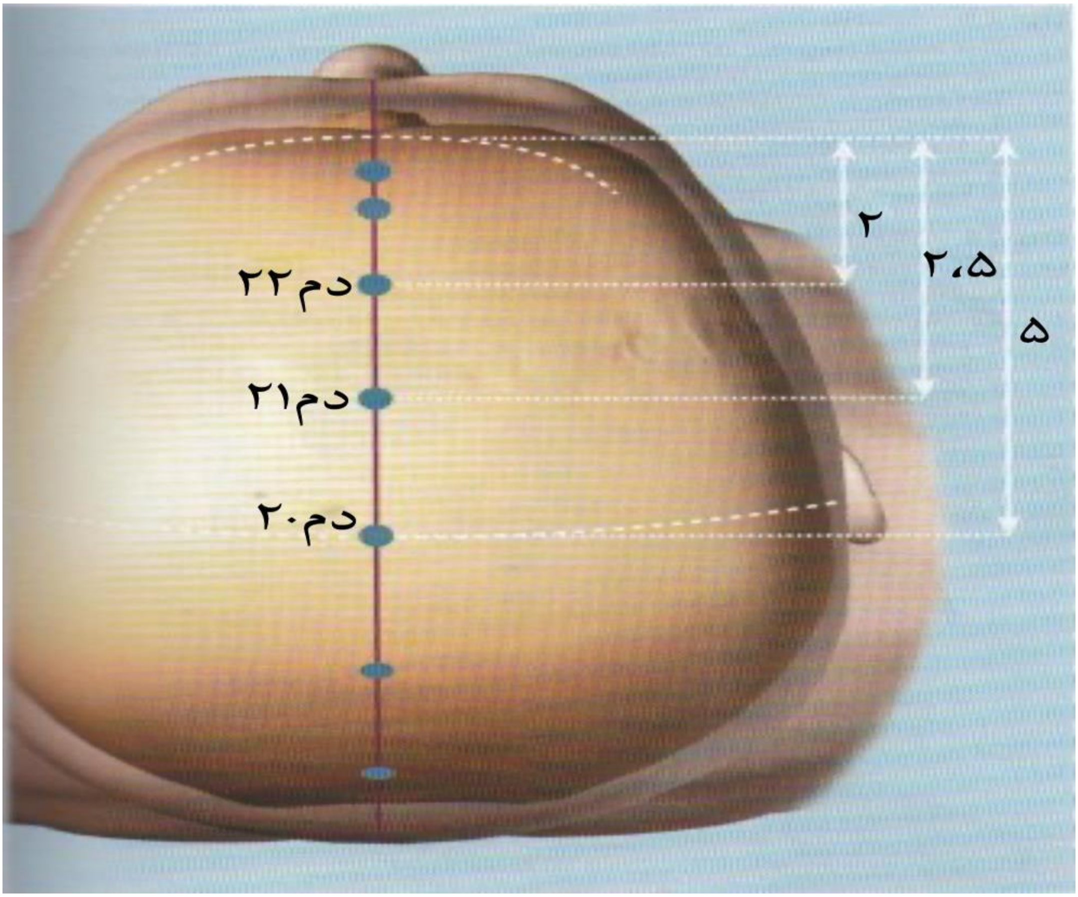
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان سردردي، سرګرځېدنه، Apoplexia، او همدارنګه Anal-Rectal او یا Uterus Prolapse ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي توګه منډل کېږي. دا نقطه د بدن په منځني خط د سر د ویښتانو د مخکني پولې د منځنۍ برخې څخه ۵ کن شاته (occipital) او د دواړو غوږونو د Apex auriculae په منځ کې ځای لري.

دم ۲۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان ژور خفګان (Depression)، لوړ فشار او میرګي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي توګه منډل کېږي. دا نقطه د بدن په منځني خط د سر د ویښتانو د مخکنۍ پولې د منځنۍ برخې څخه ۳،۵کن شاته او ۱،۵کن د دم۲۰ مخې ته ځای لري.

دم ۲۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان میرګي او یا سردردي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي توګه منډل کېږي. دا نقطه د بدن په منځني خط د سرد ویښتانو د مخکنۍ پولې د منځنۍ برخې څخه ۲کن شاته او ۳کن د دم۲۰ مخې ته ځای لري.



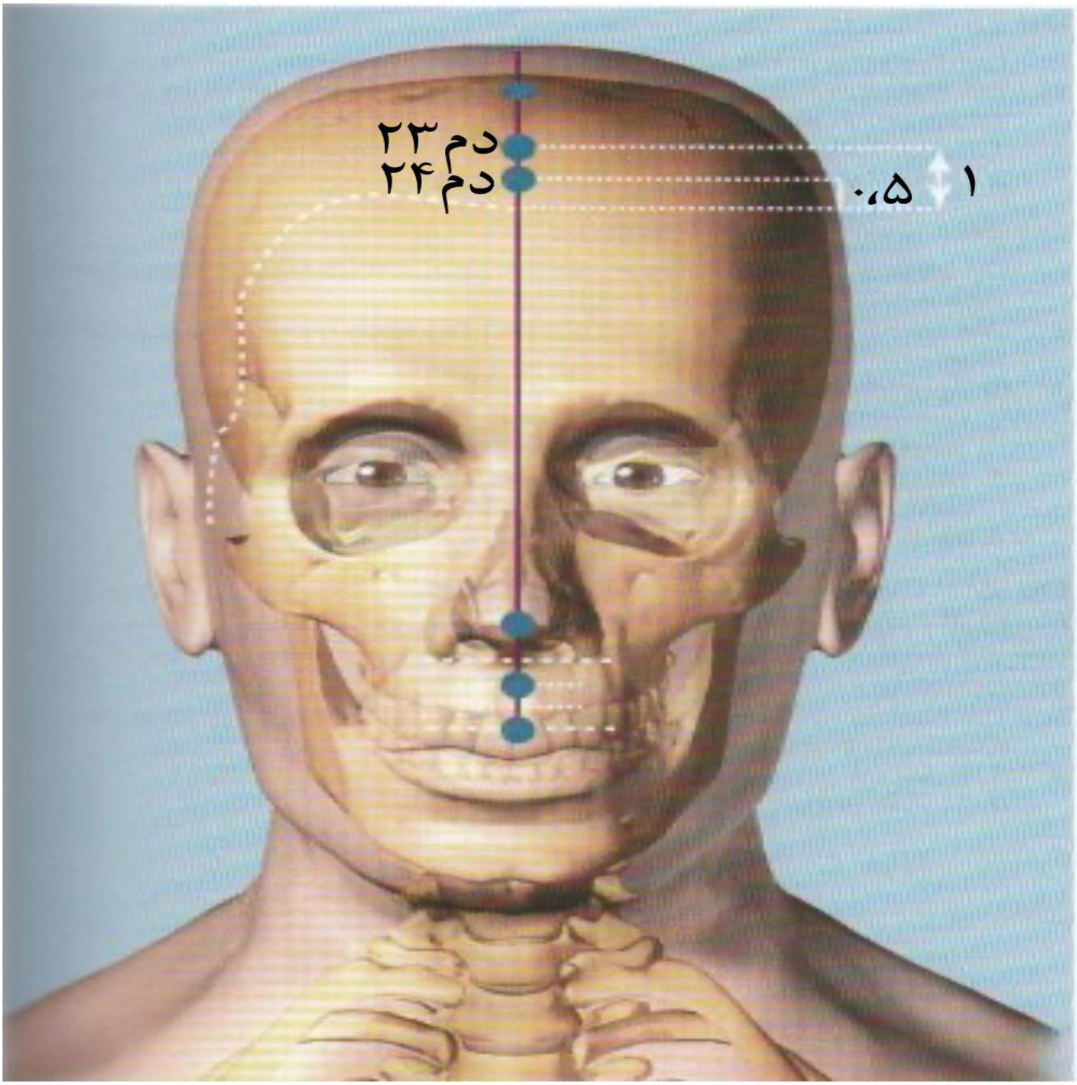
(c) ketabton.com: The Digital Library

دم ۲۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان سردردي، فلج، عصبي رواني ناروغۍ، او د پوزې ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن په منځني خط د سرد وېښتانو د مخکنۍ پولې د منځنۍ برخې څخه ۱کن شاته ځای لري.

دم ۲۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان سردردي، فلج، عصبي او رواني ناروغۍ ولري. دا نقطه ارامونکې نقطه ده. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه په منځني خط د سرد وېښتانو د مخکنۍ پولې د منځنۍ برخې څخه ۰،۵کن شاته ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

دم ۲۵:

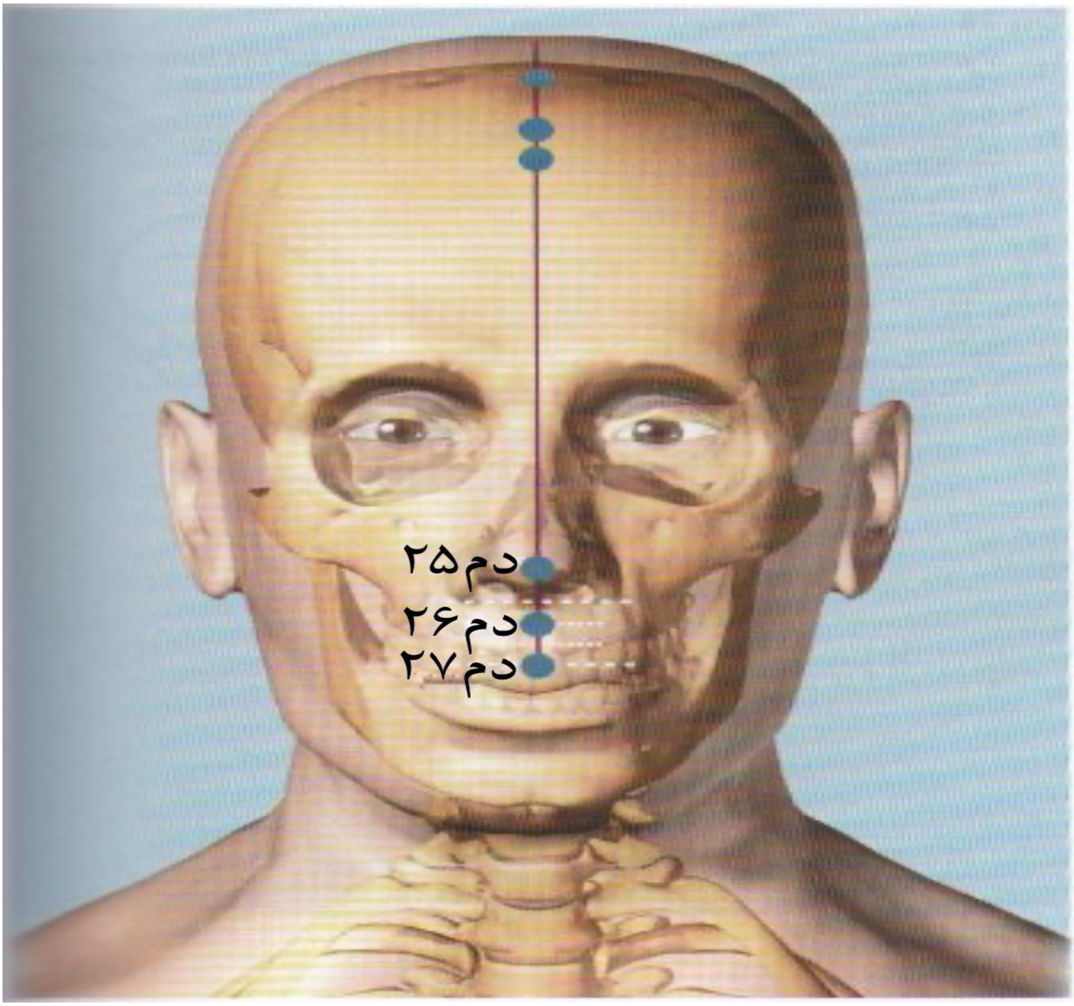
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د وينې لوړ فشار او د پوزې ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵کن په اندازه کږه پورته (Cranial) اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه د پوزې د څوکې په منځنۍ برخه کې ځای لري.

دم ۲۶:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان فلج، بې هوشي، عصبي او رواني ناروغي ولري، او همدارنګه د ملا دردونه چې په ناڅاپي توګه پيدا شي. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵کن په اندازه کږه پورته (Cranial) اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه د Philtrum په پورتنۍ منځنۍ برخه کې ځای لري.

دم ۲۷:

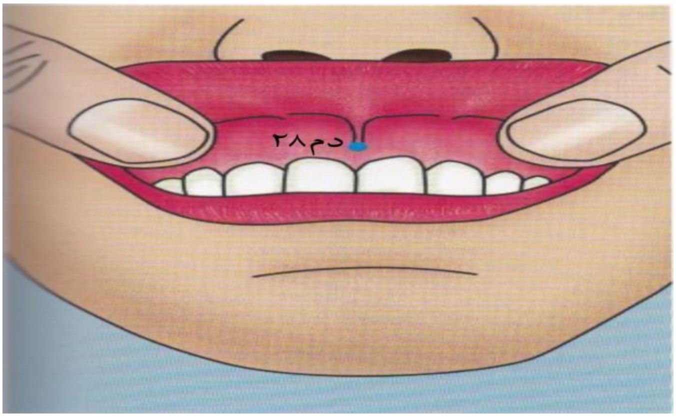
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان ميرګي او يا Tic disorder ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵کن په اندازه کږه پورته (Cranial) اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه د پورتنۍ شونډې د سرې غوښې او Philtrum تر منځ ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

دم ۲۸:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د خولې التهابي ناروغۍ، او د پوزې ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د۰،۲- ۰،۳کن په اندازه کږه پورته (Carnial) اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه د بدن په منځني خط د خولې په داخيل کې د پورتنۍ شونډې لاندې د Frenulum labii superior او د غاښونو د وريو په يو ځای کېدو کې ځای لري.

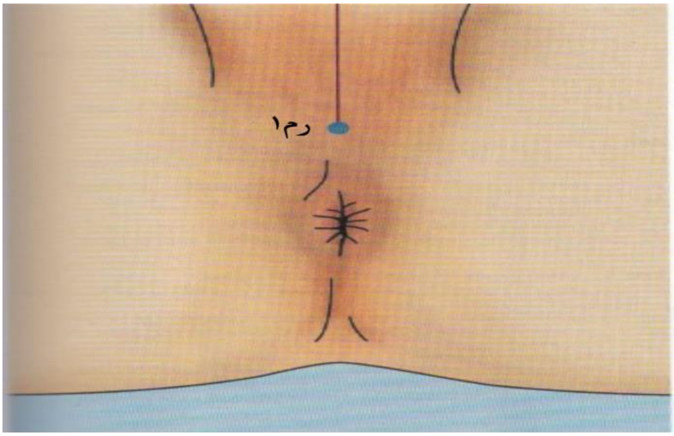



**رين مای (Ren Mai)**

رين حمل او مای رګ ته وايي. په انګلېسي کې ورته Conception vessel وايي. چينايان وايي د دې رګ يا ويالې پيل د رحم څخه وی، او په حمل يا بارداری کې برخه لري، نو ځکه يې دا نوم ورکړی دی. دا وياله يا کانال د مخکني کانالونو د جملې څخه دی، د بدن د ښکتنی برخې څخه پيل او په سر پای مومي. په دې وياله کې د درملنې په پار۲۴ نقطې ځای لري، دا وياله د سرې۷ (س۷) په ذريه تنبې کېږي.

رم ۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان عصبي او رواني ناروغۍ ولري او يا بې هوشه شي. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵-۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن د منځني خط د Scrotum شاتنۍ څنډې اود مقعد تر منځ ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

رم ۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان ښځينه ناروغۍ، نارينه د جنسي اړيکو کمزورتيا، او همدارنګه ناروغان په تشو متيازو کولو کې ستونزه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن د مخکني منځني خط د Symphysis pubis د پورتنۍ څنډې په منځنۍ برخه کې ځای لري.

پاملرنه ! په حاميلګۍ کې د درملنې مخنيوی وکړئ، کېدای شي د حمل د منځه تلو لامل شي.

رم۳:

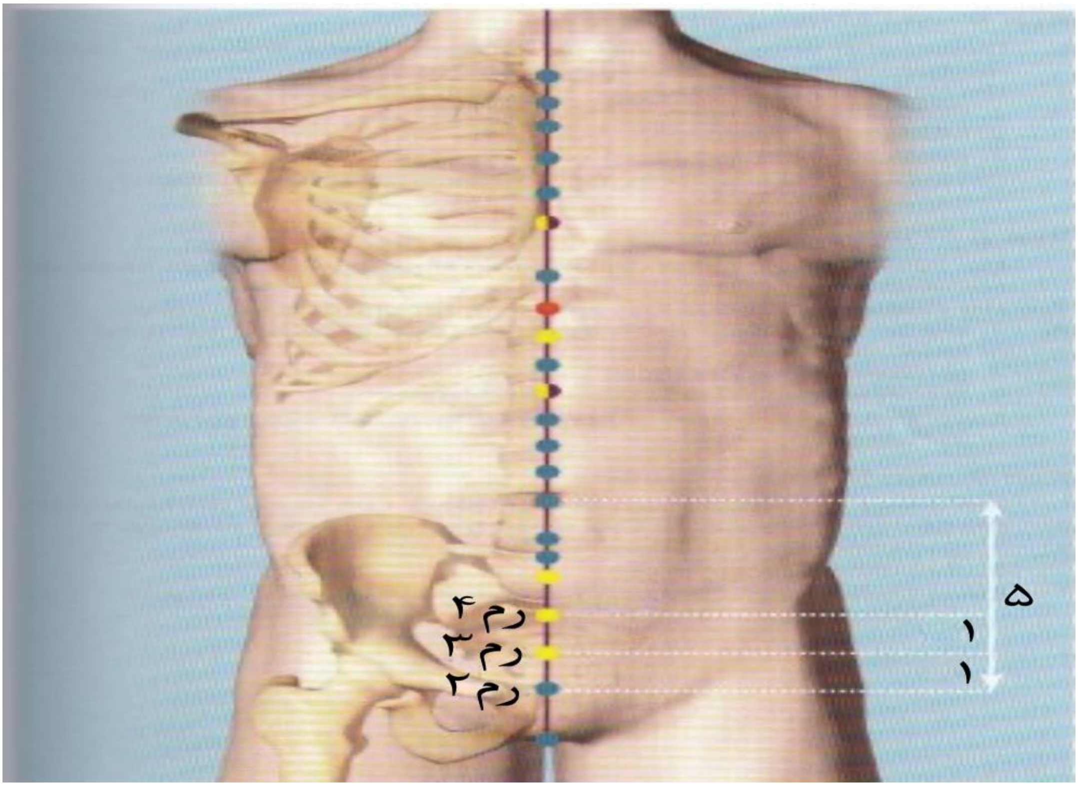
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان ښځينه ناروغۍ، نارينه د جنسي اړيکو کمزورتيا، او همدارنګه په تشو متيازو کولو کې ستونزې ولري، په زېږون کې هم مرسته کوي. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن په مخکني منځني خط کې ۴ کن د نوم څخه ښکته او ۱کن پورته د رم ۲ څخه ځای لري.

پاملرنه ! په حاميلګۍ کې د درملنې مخنيوی وکړئ، کېدای شي د حمل د منځه تلو لامل شي.

رم ۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان ښځينه ناروغۍ، نارينه د جنسي اړيکو کمزورتيا، او همدارنګه د تشو متيازو ستونزې ولري، په زېږون کې هم مرسته کوي. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن په مخکني منځني خط کې ۳کن د نوم څخه ښکته او د رم۲ څخه ۲کن پورته ځای لري.

پاملرنه ! په حاميلګۍ کې د درملنې مخنيوی وکړئ، کېدای شي د حمل د منځه تلو لامل شي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

رم ۵:

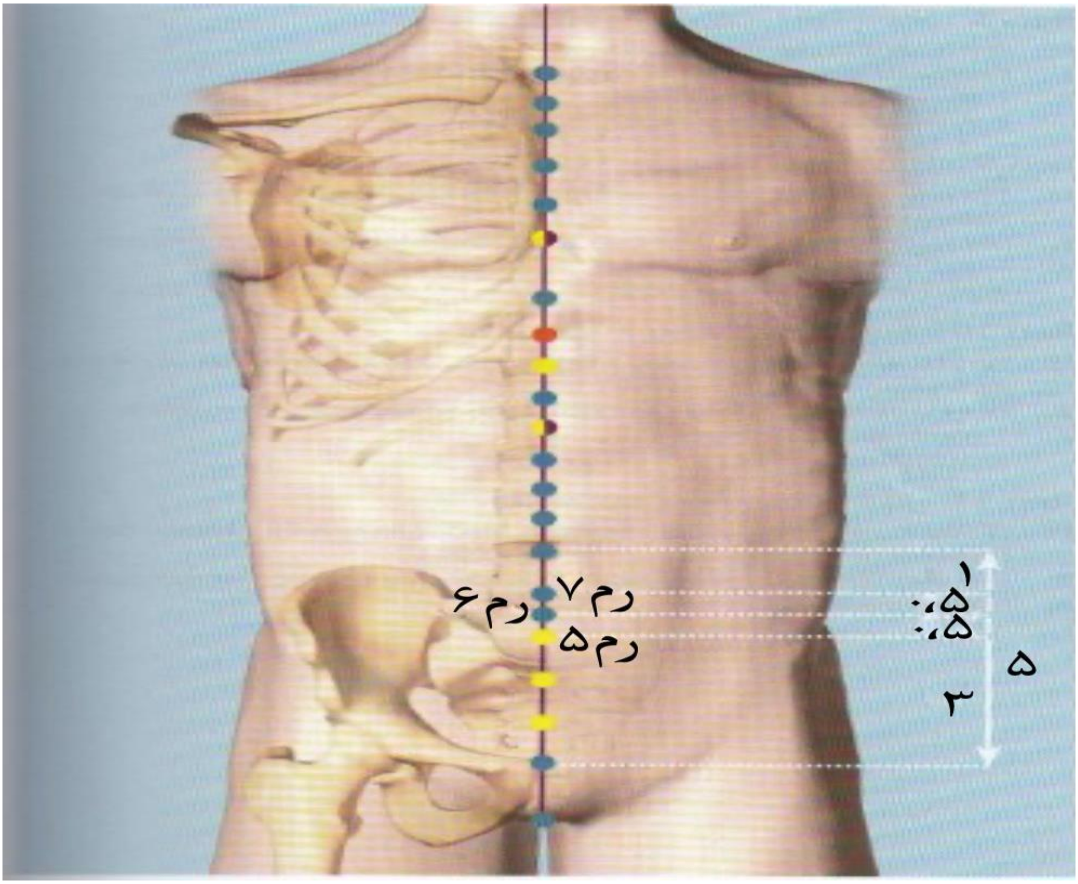
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان ښځينه ناروغۍ، او همدارنګه په تشو متيازو کولو کې ستونزې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن په مخکني منځني خط کې ۲کن د نوم څخه ښکته او د رم۲ څخه ۳کن پورته ځای لري. په حاميلګۍ کې د درملنې مخنيوی وکړئ. کېدای شي د حمل د منځه تلو لامل شي.

رم ۶:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغانې ښځينه ناروغۍ، نارينه جنسي کمزورتيا، عمومي کمزورتيا ولري. په دې نقطه کې درملنه Orgasmus پياوړی کوي، او همدارنګه د بدن دفاعي سيستم پياوړی کوي. ستنه په دې نقطه کې د۱- ۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن په مخکني منځني خط کې د ۱،۵کن د نوم څخه ښکته ځای لري. په حاميلګۍ کې د درملنې مخنيوی وکړئ، کېدای شي د حمل د منځه تلو لامل شي.

رم ۷:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان ښځينه ناروغۍ، او د خېټې دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د۱- ۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن په مخکني منځني خط کې ۱کن د نوم څخه ښکته ځای لري. په حاميلګۍ کې د درملنې مخنيوی وکړئ، کېدای شي د حمل د منځه تلو لامل شي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

رم ۸:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان ښځینه ناروغۍ، د خېټې دردونه او یا Rectum-Anal prolaps ولري. ستنه په دې نقطه کې خطر لري فقط Moxibution ښه درملنه ده. دا نقطه د نوم په منځ کې ځای لري.

رم ۹:

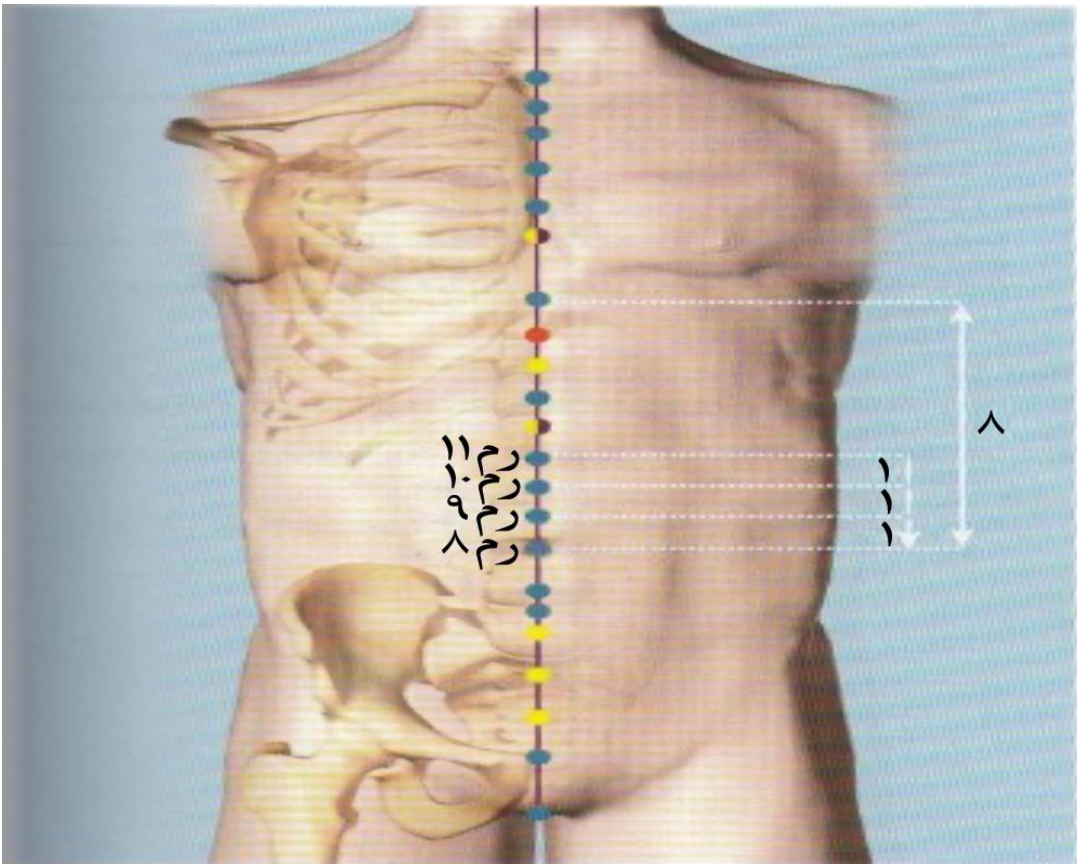
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د خېټې دردونه، Ascitis او Edema ولري. ستنه په دې نقطه کې د۱- ۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن په مخکني منځني خط کې ۱کن د نوم څخه پورته ځای لري.

رم ۱۰:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د هضم ستونزه او یا Singultus ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن په مخکني منځني خط کې ۲کن د نوم څخه پورته ځای لري.

رم ۱۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د معدې ستونزې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۲ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن په مخکني منځني خط کې ۳کن د نوم څخه پورته ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

رم ۱۲:

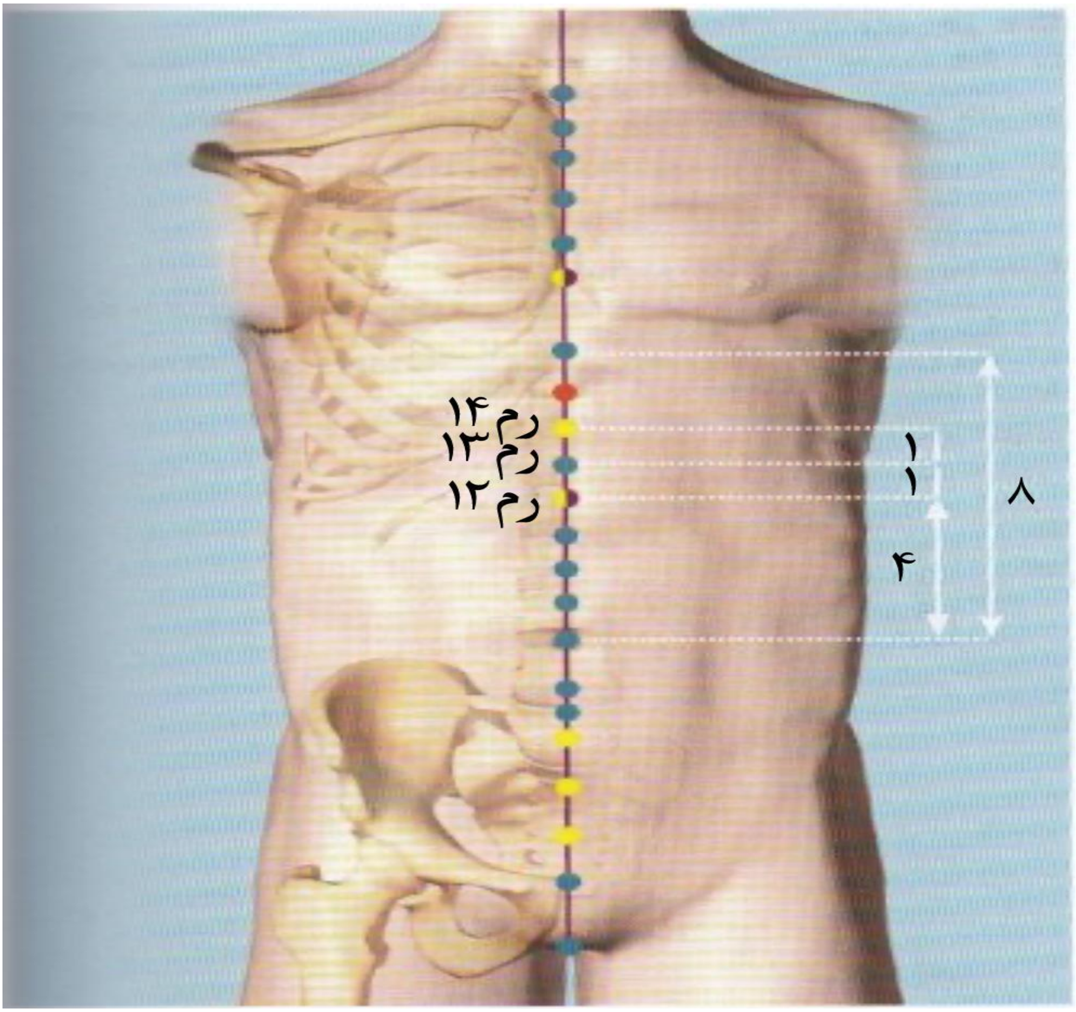
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغان د معدې ستونزې، د تريخې ناروغۍ، او Singultus ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د بدن په مخکني منځني خط کې ۴کن د نوم څخه پورته ځای لري.

رم ۱۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغان د معدې ستونزې، او Singultus ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د بدن په مخکني منځني خط کې ۵ کن د نوم څخه پورته ځای لري.

رم ۱۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغان د زړه دردونه، عصبي، او رواني ناروغۍ او همدارنګه ميرګي ولري. دا نقطه ارامونکي او جټکې ورکونکې نقطه ده. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د بدن په مخکني منځني خط ۶کن د نوم څخه پورته ځای لري.



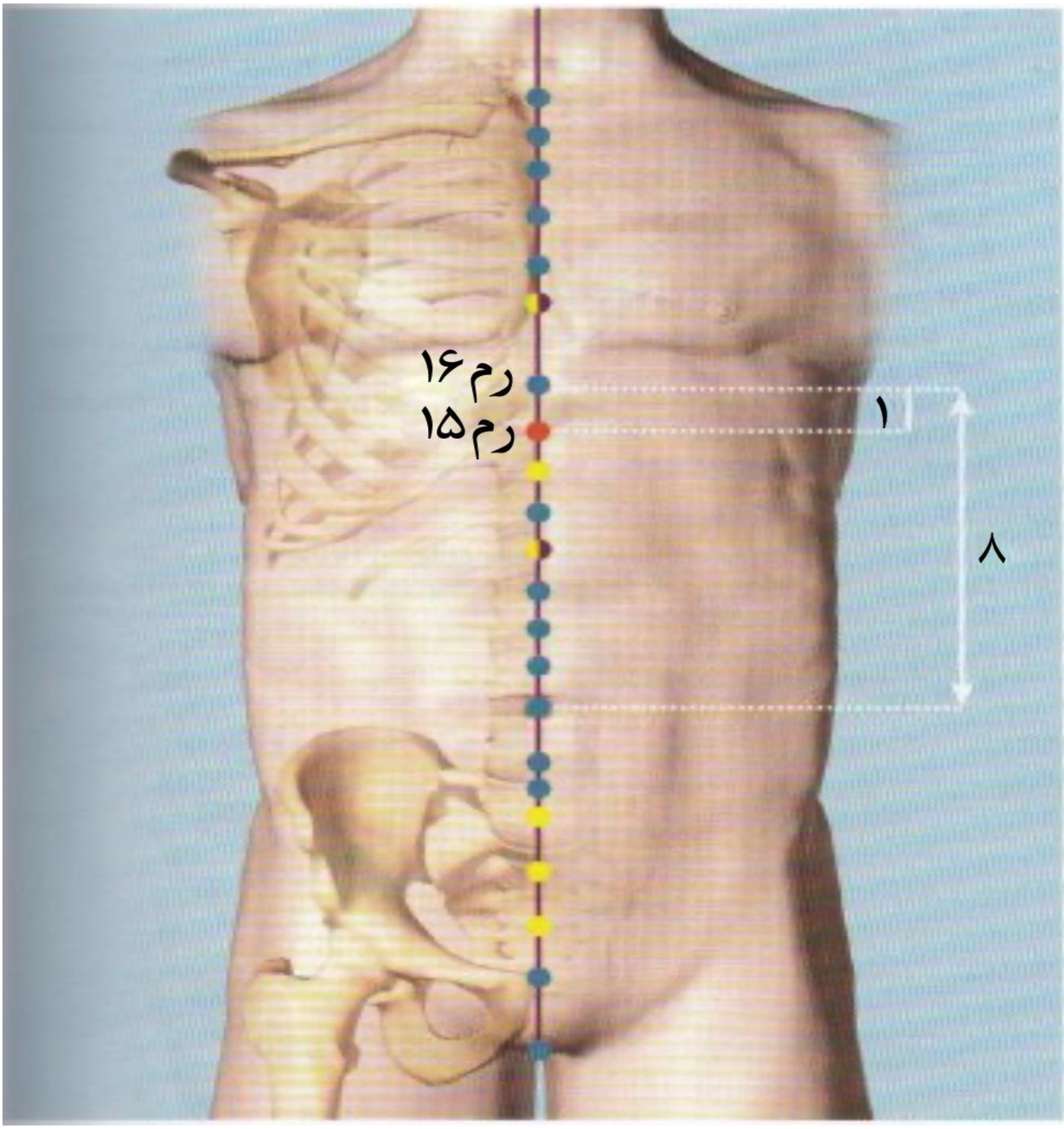
(c) ketabton.com: The Digital Library

رم ۱۵:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغان عصبي او رواني ناروغی، د خېټې دردونه، خاربښت او همدارنګه ميرګي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۴-۰،۶کن په اندازه کږه ښکته (Caudal) منډل کيږي. دا نقطه د بدن په مخکني منځني خط کې ۷کن د نوم څخه پورته او ۱ کن د Synchondrosis xiphosternalis ښکته (Caudal) ځای لري.

رم ۱۶:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغان د زړه دردونه، د معدې او مرئ دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵کن په اندازه د پوستکي لاندې (Subcutan) منډل کيږي. دا نقطه د بدن په مخکني منځني خط د Synchondrosis xiphosternalis په منځ کې ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

رم ۱۷:

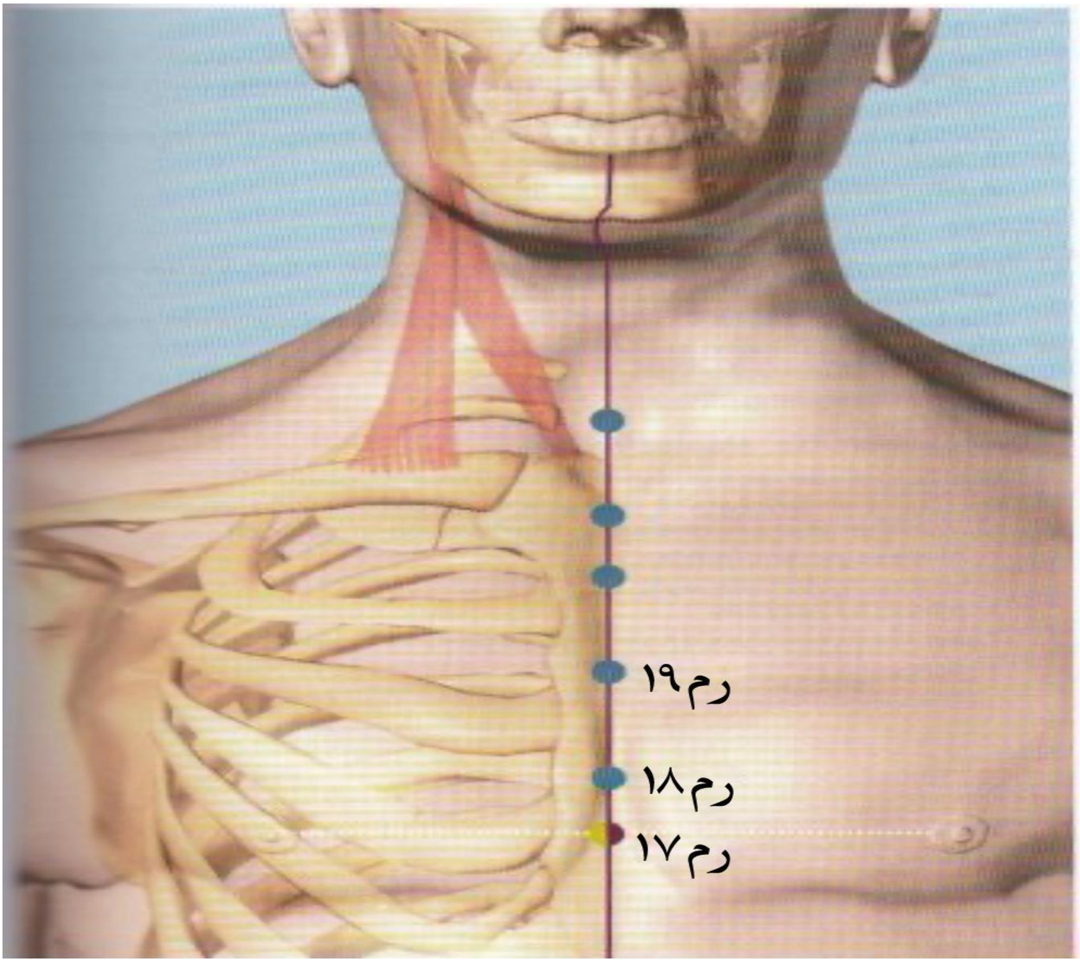
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د زړه دردونه، تنفسي ناروغۍ، او همدارنګه که ناروغه په تیونو کې کمې شیدې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵کن په اندازه د پوستکي لاندې (Subcutan) کږه ښکته (Caudal) منډل کېږي. دا نقطه د بدن په مخکني منځني خط  د دواړه تیونو تر منځ ځای لري.

رم ۱۸:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د زړه دردونه، او تنفسي ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵کن په اندازه د پوستکي لاندې (Subcutan) منډل کېږي. دا نقطه د بدن په مخکنی منځني خط  کې د دریمې پوښتۍ د جګوالي برابر ځای لري.

رم ۱۹:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان تنفسي ناروغۍ، د ستونې التهاب، او د مرۍ ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵کن په اندازه د پوستکي لاندې (Subcutan) منډل کېږي. دا نقطه د بدن په مخکني منځني خط کې د دوهمې پوښتۍ د جګوالي برابر ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

رم ۲۰:

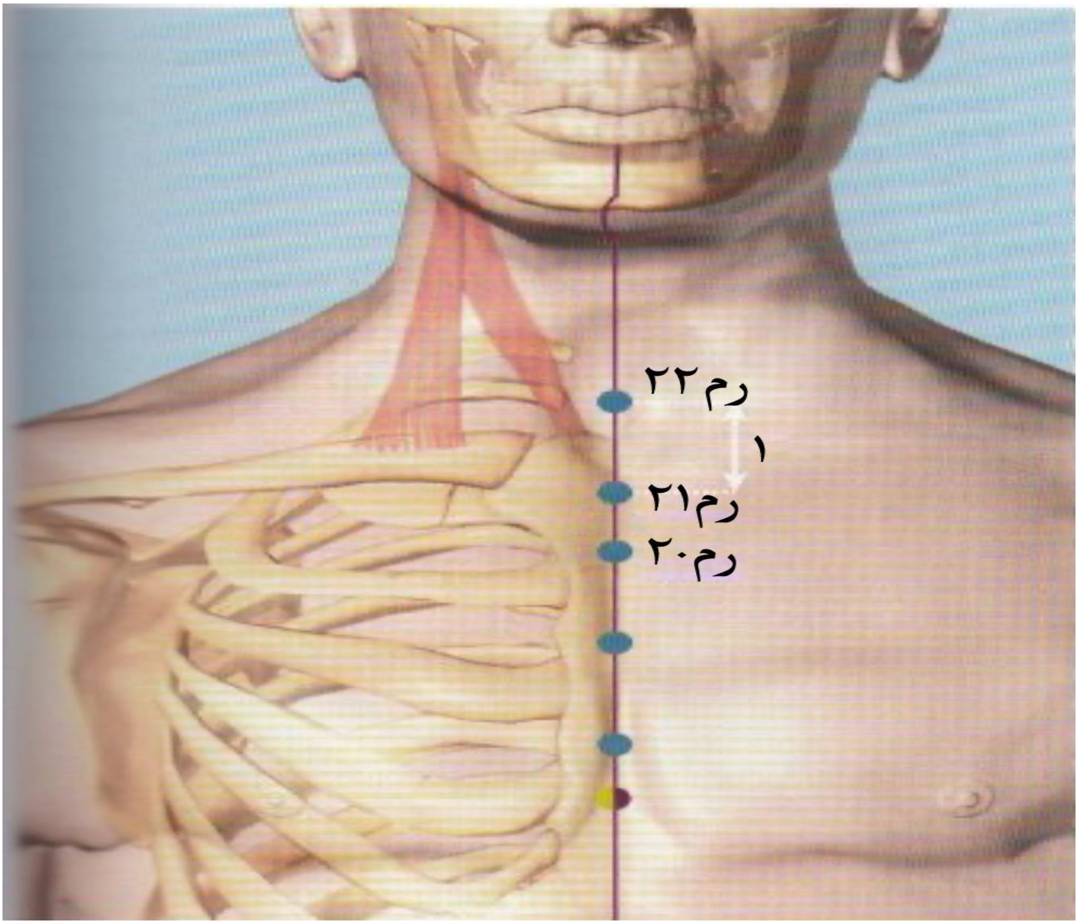
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغان تنفسي ناروغۍ، او د زړه دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵کن په اندازه د پوستکي لاندې (Subcutan) منډل کيږي. دا نقطه د بدن په مخکني منځني خط کې د لومړۍ پوښتۍ د جګوالي برابر د Synchondrosis manubriosternalis په منځ کې ځای لري.

رم ۲۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغان تنفسي ناروغۍ، دزړه دردونه او د ستوني التهاب ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵کن په اندازه د پوستکي لاندې (Subcutan) منډل کيږي. دا نقطه د بدن په مخکني منځني خط کې د رم۲۲ څخه ۱کن ښکته (Caudal) د Manubrium sterni په منځ کې ځای لري.

رم ۲۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغان تنفسي ناروغۍ، هستريک ناروغۍ، او يا ناروغ په ناڅاپي توګه ګونګې شي. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۲کن په اندازه په عمودي ډول او بيا ۱،۵ کن د Manubrium sterni شاته او ښکته اړخ ته منډل کيږي. دا نقطه د Fossa jugularis په منځ کې ځای لري.



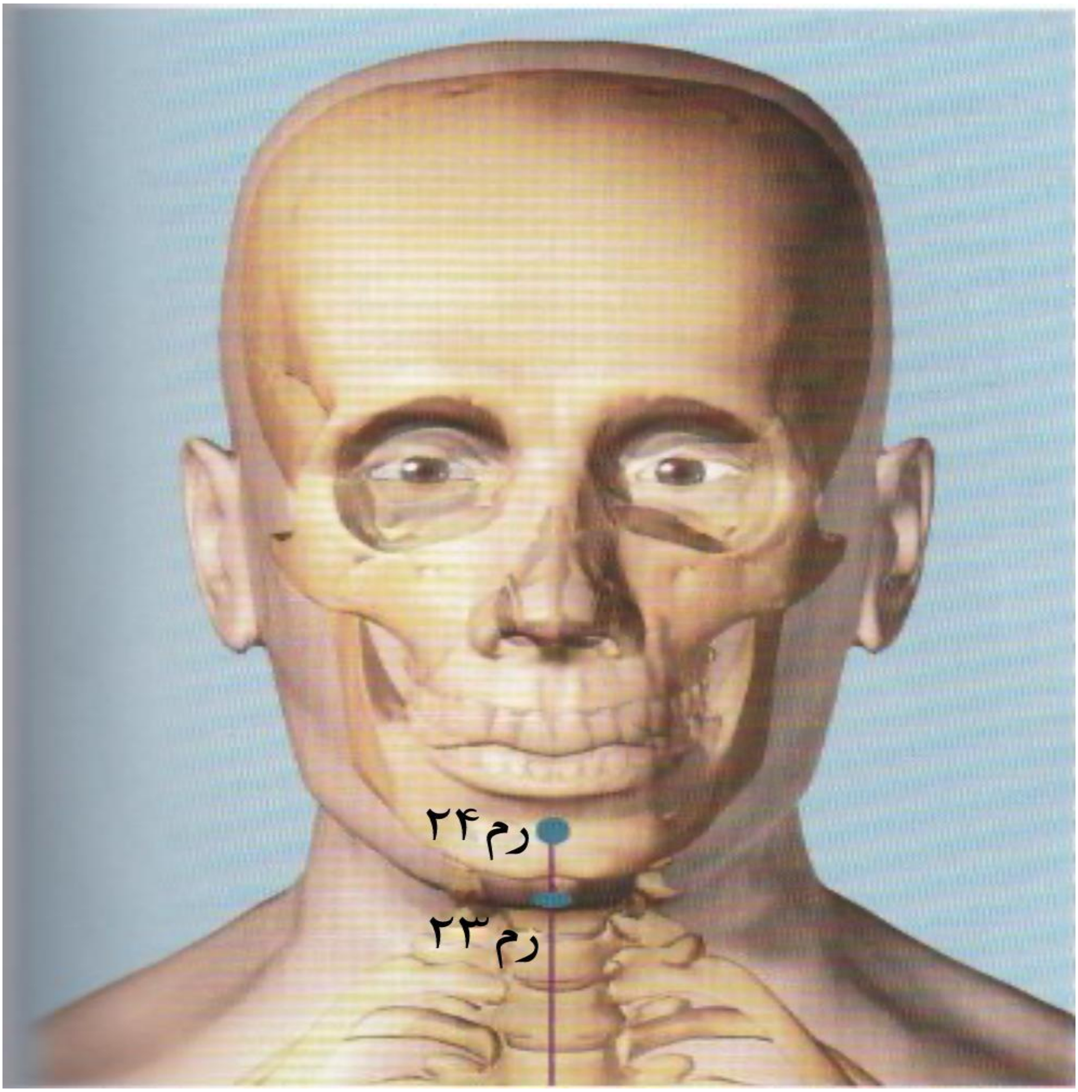
(c) ketabton.com: The Digital Library

رم ۲۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د ګوزن (Apoplexia) په ناروغۍ اخته وي، او خبرې سمې نه شي کولای، او همدارنګه د خولې او ژبې التهاب (مکروبي کېدنه) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ـ ۰،۸کن په اندازه په کاږه دول د ژبې اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه د بدن په منځني خط په زنې کې د Os hyoideum په ژوره برخه کې ځای لري.

رم ۲۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د مخ فلج، د غاښونو درد، د مخ پړسوب، او د کانګو ریفلیکس نقطه ( چې کله د یو سړي زړه راپورته کېږي یا کانګې ورځې نو په دې نقطه کې درملنه د ستنه په ذریه او یا د نوک په ذریه زور ورکول کېږي ، بیا کانګې ودرېږي). ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ـ ۰،۵کن په اندازه په کاږه یا عمودي دول منډل کېږي. دا نقطه د بدن په منځني خط د Sulcus mentolabialis په منځ کې ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

**په بدن کې اضافي نقطې**

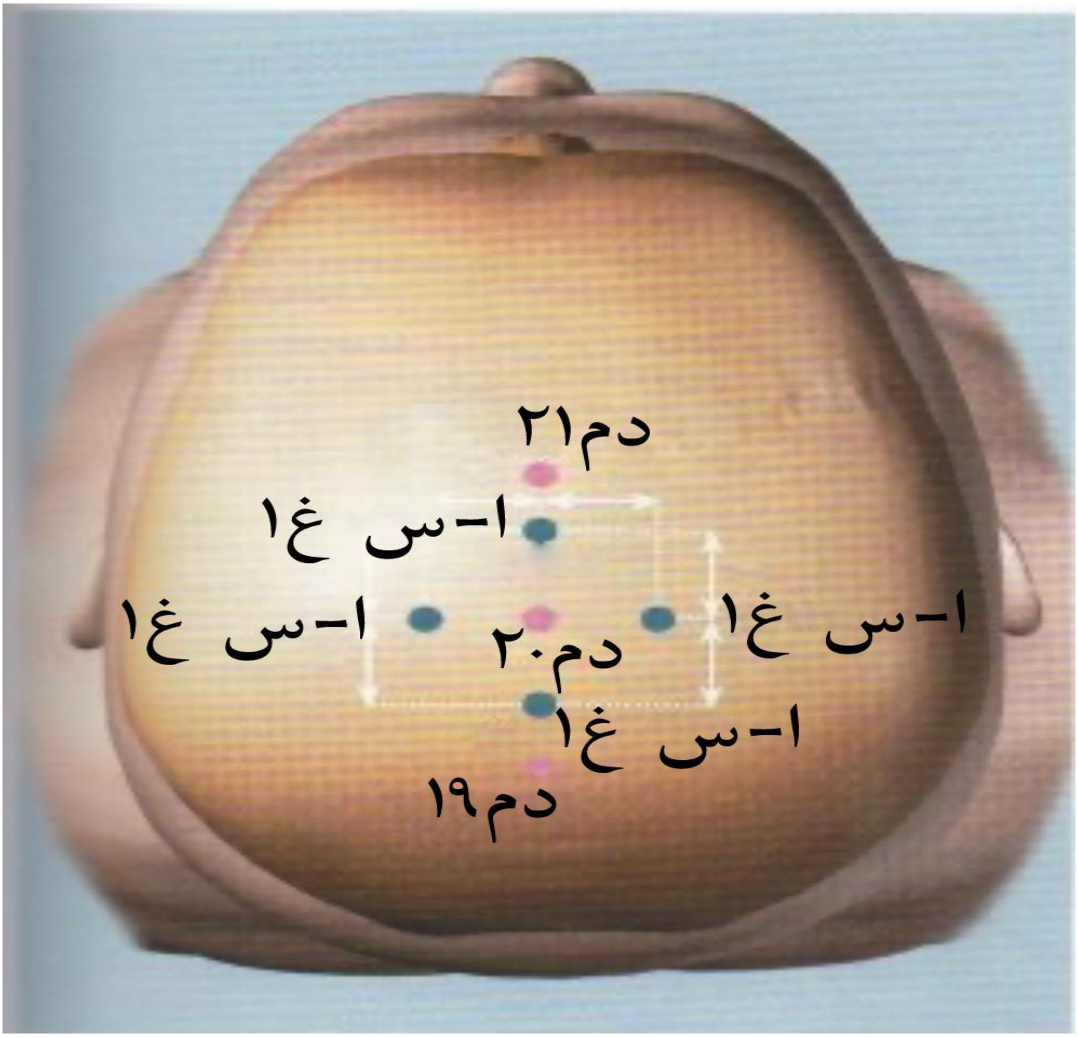
په بدن کې د منظمو او غېرې منظمو ویالو تر څنګ د انرژۍ د لېږد اضافي ویالې هم شته، چې په لاندې ډول دي.

**۱- د سر او غاړې اضافي نقطې:**

دا ټولې ۱۵ نقطې دي، چې په سر او غاړه کې ځای لري.

<u>اضافي س غ ۱:</u>

په دې نقطو کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان سردردي، سرګرځېدنه، عصبي او رواني ناروغۍ ولري، بې خوبي، او یا ناروغ ګوزن یا فلج شوی وي. دا نقطې ارامونکې نقطې دي. ستنې په دې نقطو کې د ۰،۵-۰،۸کن په اندازه د پوستکي لاندې منډل کېږي. دا څلور نقطې د سر د پاسه ځای لري، چې هره یوه یې ۱کن د دم۲۰ مخې، شا، او بهر خوا ته ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

اضافي س غ ۲:

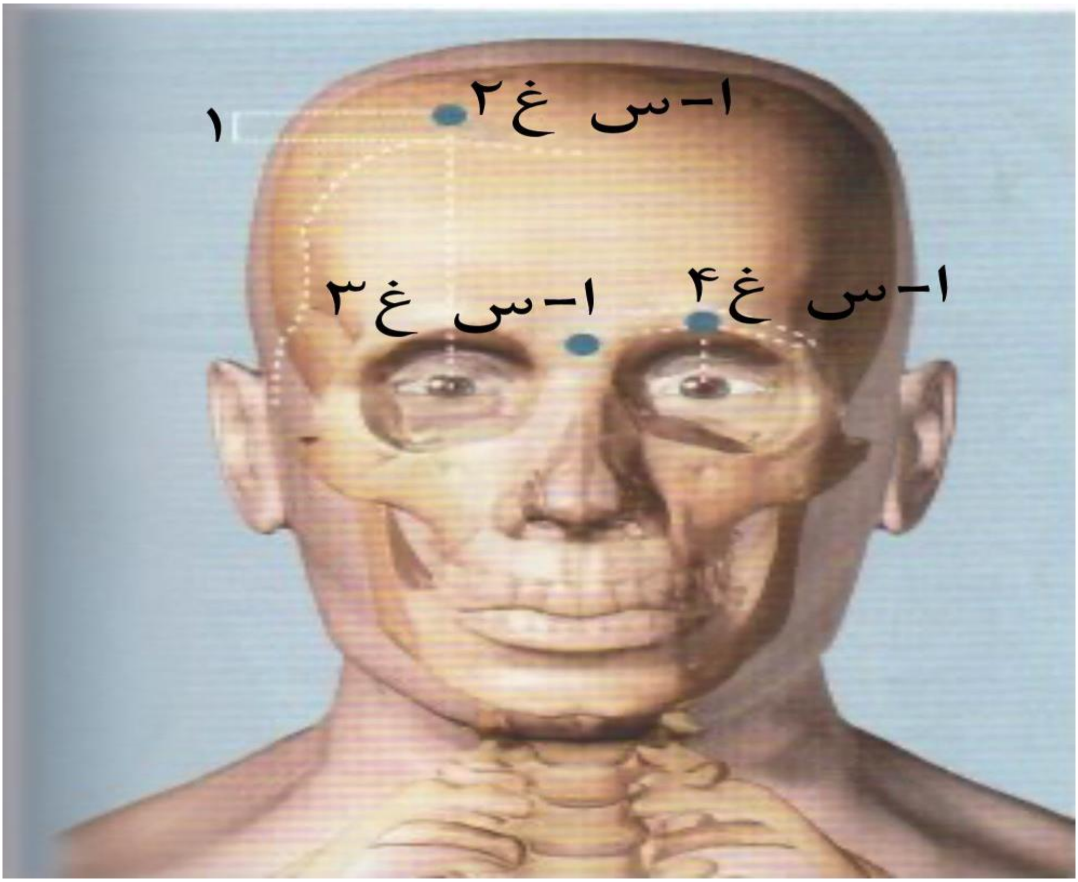
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان ریزش یا زوکام ولري، او د سترګو ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ـ ۰،۸کن په اندازه د پوستکي لاندې منډل کېږي. دا نقطه په مخامخ کتلو سره د سترګې د کسي په عمودي ډول پورته د سر د مخکنۍ برخې د ویښتانود مخکنۍ پولې څخه ۱ کن شاته (Occipital) ځای لري.

اضافي س غ ۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان سردردي، سرګرځېدنه، د سترګو ناروغۍ او پوزې ناروغي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ـ ۰،۵کن په اندازه د پوستکي لاندې منډل کېږي. دا نقطه د بدن په منځني خط د دواړو وریځو په منځ د Ossis fronatalia او Ossis nasalis په منځ کې ځای لري.

اضافي س غ ۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان دسترګو ناروغۍ او Tic disorder( دا یوه ناروغی ده چې په دې کې د بدن د یوې برخې یوه یا ډېرې عضلې په منظم یا غیرې منظم ډول په خپل سرحرکتونه کوي) ولري. ستنه په دې نقطه کې د۰،۳ـ ۰،۵کن د پوستکي لاندې منډل کېږي. دا نقطه په مخامخ کتلو د سترګې د کسي څخه په عمودي ډول پورته د سترګې په وریځو کې په Foramen supraorbital کې ځای لري.



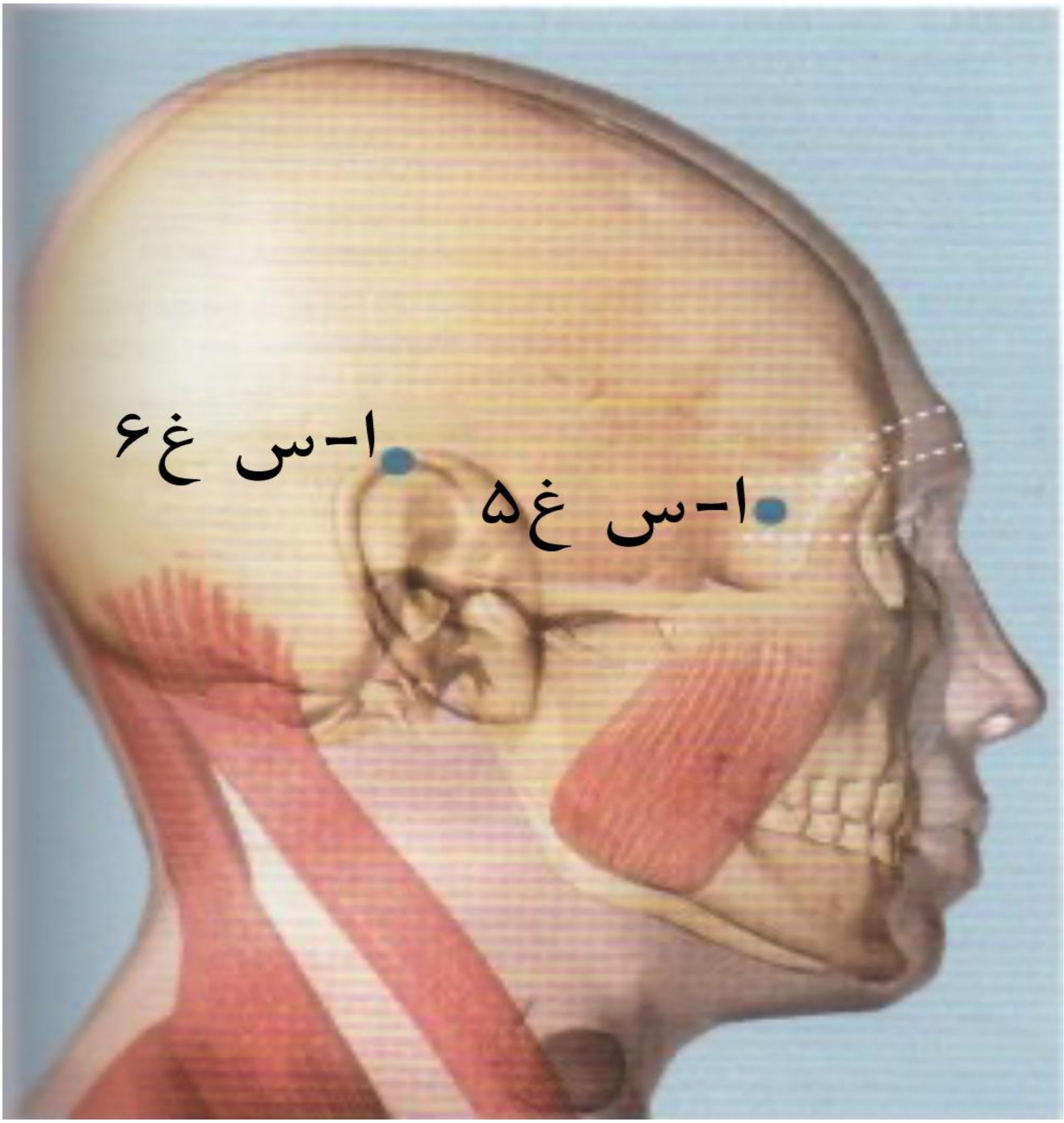
(c) ketabton.com: The Digital Library

اضافي س غ ۵:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان سردردي، د سترګو ناروغۍ، د مخ فلج، او Trigeminal neuralgia ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۳،۰ـ ۵،۰کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سترګې د وريځې او د سترګې د بهرنۍ زاويې په منځ کې د يوې ګوتې پلنوالي په اندازه شاته ځای لري.

اضافي س غ ۶:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان سردردي، د سترګو ناروغۍ، او د پانګرياس ناروغۍ ولري. دلته د ستنې په ذريه درملنه سمه نه ده، Moxibution يا Micoraderlass ښه پايله لري. دا نقطه د غوږ په Apex auriculae په قات شوې برخه کې ځای لري، چې د الرجي يا حساسيت د نقطې په نوم هم يادېږي.



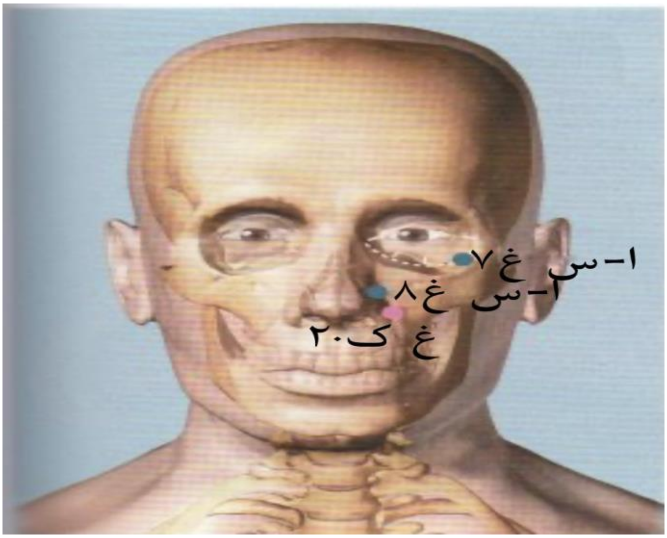
(c) ketabton.com: The Digital Library

<u>اضافي س غ ۷:</u>

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د سترګو ناروغۍ ولري. اول د سترګې ګاټې په قرار پورته کېږي، او بیا ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ـ ۱کن په اندازه په عمودي ډول د Fossa orbitalis د ښکتنۍ څنډې په اړخ منډل کېږي. دا نقطه د Fossa orbitalis د ښکتنۍ څنډې په څلورمه بهرنۍ برخه کې ځای لري. دلته د ستنې په ذریه درملنه د سترګې د مکروبې کېدو یا التهاب سبب کېږي.

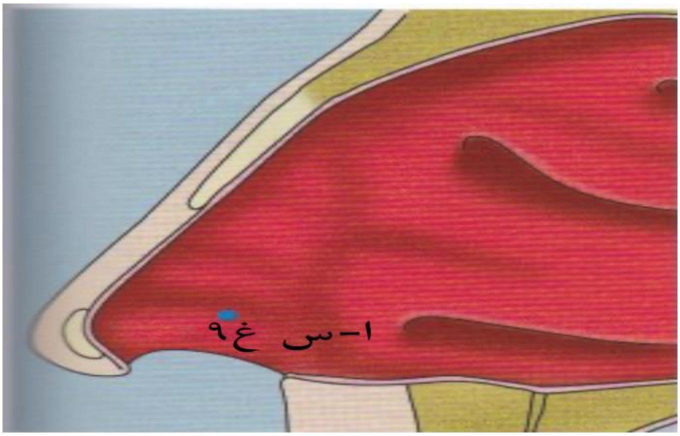
<u>اضافي س غ ۸:</u>

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د سترګو او پوزې ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د۰،۳ـ ۰،۵کن په اندازه د پوستکي لاندې پورته او داخیل خوا ته منډل کېږي. دا نقطه د پوزې او شونډې د قات په پورتنۍ برخه کې ځای لري.




<u>اضافي س غ ۹:</u>

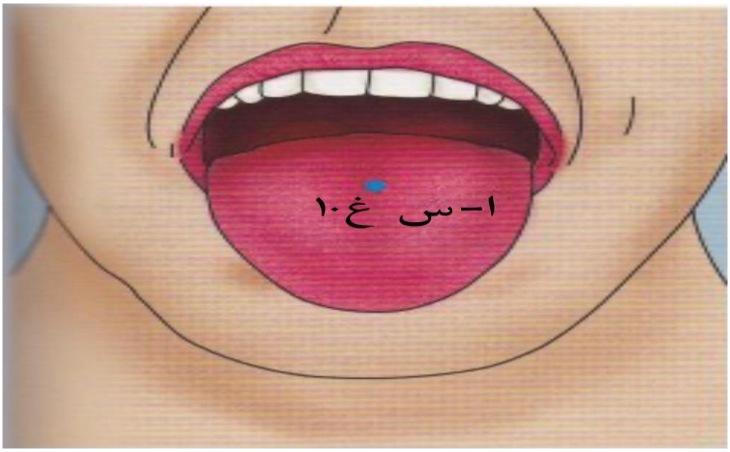
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان بې هوشه شي او یا سردردي ولري. په دې نقطه کې Microaderlass شونتیا یا امکان لري. دا نقطه د پوزې په داخلي برخه کې د پوزې د کرپندوکي او غوښې تر منځ ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

اضافي س غ ۱۰:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله د ناروغانو ژبه فلج یا کوزن وهلی وي، او تنفسي ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۱ـ ۰،۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ژبې د شاتنۍ برخې د منځني خط په منځ کې ځای لري.




اضافي س غ ۱۱:

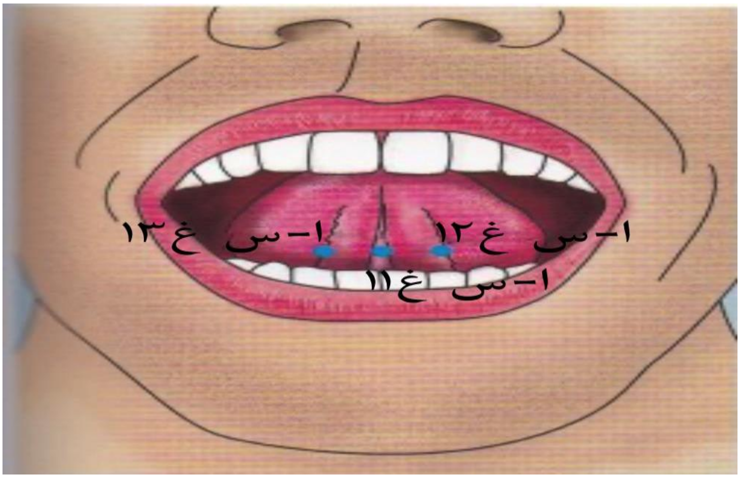
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د خولې مکروب یا التهاب ولري. د Microaderlass شونتیا شته. دا نقطه د ژبې د Frenulum په منځنی برخه کې ځای لري.

اضافي س غ ۱۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د خولې مکروب یا التهاب، د ستونې مکروب یا التهاب، او یا خبرې نه شي کولای (Aphasia). د Microaderlass شونتیا هم شته. دا نقطه د ژبې د لاندینی برخې چپ اړخ ته د رگ د پاسه ځای لري.

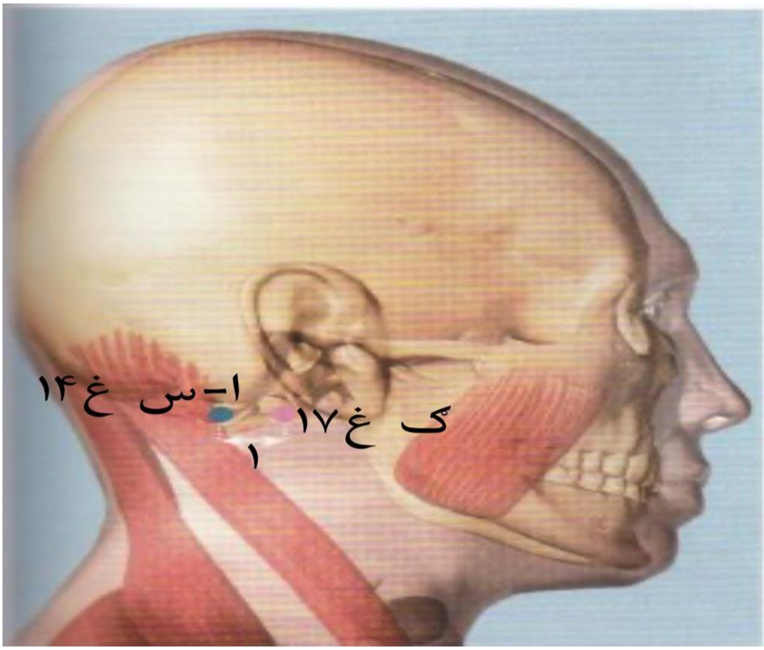
اضافي س غ ۱۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د خولې مکروب یا التهاب، د ستونې مکروب یا التهاب، او یا خبرې نه شي کولای (Aphasia). د Microaderlass شونتیا شته. دا د ژبې د لاندینی برخې ښي اړخ ته د رگ د پاسه ځای لري.

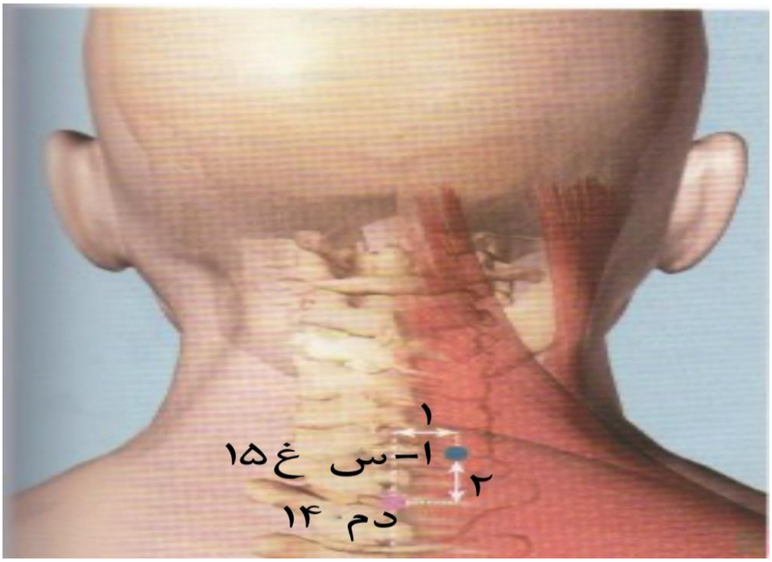


(c) ketabton.com: The Digital Library

<u>اضافي س غ ۱۴:</u>
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د سترګو ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ـ ۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د غوږ شاته د ګ غ۱۷ (ګرم غړي۱۷) څخه ۱کن شاته ځای لري.




<u>اضافي س غ ۱۵:</u>
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان تنفسي ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د۰،۴ـ ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه په څټ کې ۱کن بهر او ۲ کن پورته د دم۱۴(دومای ۱۴) څخه ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

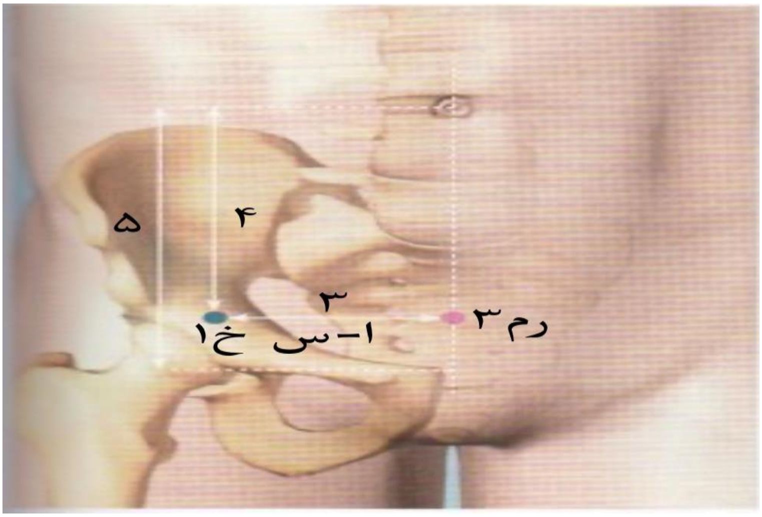
**د سيني او خېټې اضافي نقطه**

د يوه نقطه ده

اضافي س خ ۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان ښځينه ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۸- ۱،۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د نوم څخه ۴کن ښکته او د رم۳ څخه ۳کن بهر يا Lateral ځای لري.

پاملرنه! د حاميلګی په وخت کې د لته د ستنې په ذريه درملنه سمه نه ده، د حمل د منځه تلو لامل کېدای شي.




**د ملا اضافي نقطې**

اضافي ملا ۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان تنفسي ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن د شاتنې منځنې خط د غاړې د اوومې فقرې د Processus spinosus (دم ۱۴) څخه ۰،۵کن بهر يا Lateral ځای لري.

(c) ketabton.com: The Digital Library

اضافي ملا ۲:

دا ټولې ۱۷ نقطې دي، د سيني د اولې فقرې نيولي د ملا د پنځمې فقرې پورې ځای لري. دا نقطې د بدن د شاتني منځني خط د ملا د تير د فقرو د Processus spinosus د ښکتنۍ ژورې برخې څخه ۰،۵کن بهر ځای لري. د سيني د ۱-۴ فقرې (د تنفسي ناروغۍ او د بدن د پورتني اندامونو دردنه)، د سيني د ۴-۷ فقرې پورې (زړه ناروغۍ)، د سيني د ۷-۱۰ فقرې (اينه يا ځګر او تريخي ناروغۍ)، د سيني د ۱۰-۱۲ (معدې او توري ناروغۍ)، د ملا د ۱-۲ فقرې (بښتورګو ناروغۍ)، د ملا د ۳-۵ فقرې (د تشو متيازو کڅوړه، وړې کولمې، غټې کولمې، او ښکتني اندامونو ناروغۍ) د درملنې په پار په دغه نقطو کې ستنې منډل کيږي. ستنې په دې نقطو کې د ۰،۵-۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. په دې نقطو کې د ستنو په ذريه درملنه د حمل د منځه تلو، او همدرنګه د Pneumothorax لامل کېدای شي.

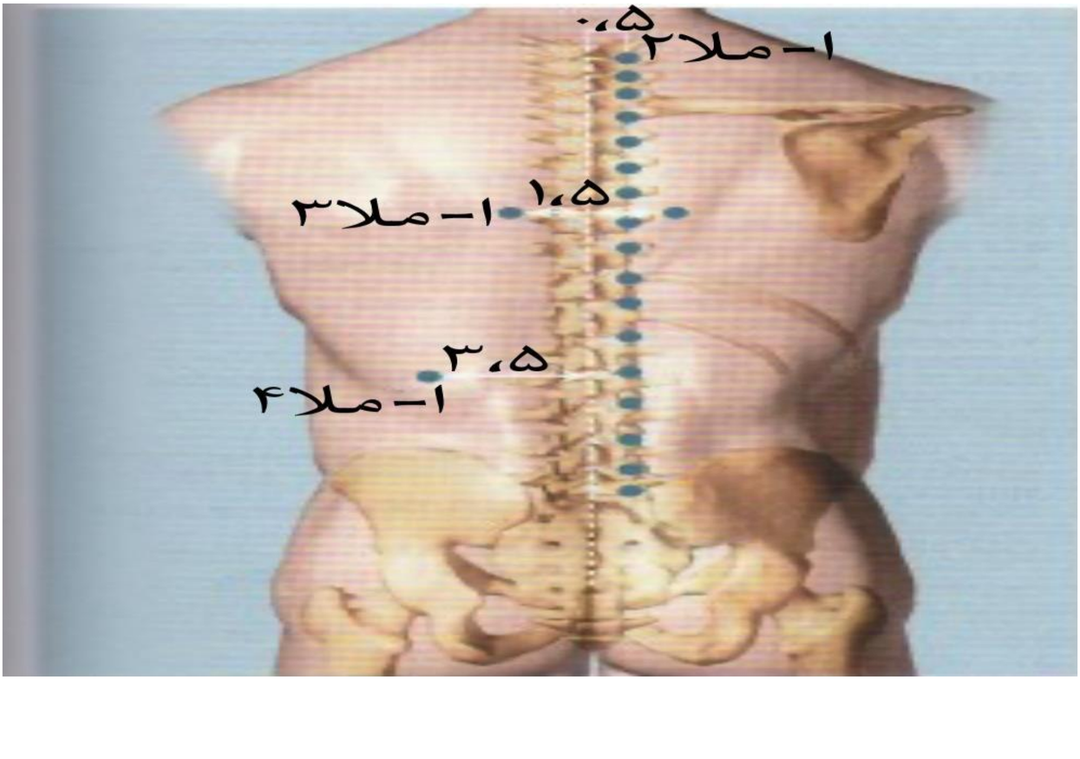
اضافي ملا ۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د ستنې په ذريه درملنه کيږي، چې کله ناروغان د شکر يا بورې ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۵کن په اندازه په عمودي يا کاږه ډول منډل کيږي. دا نقطه د بدن د منځني شاتني خط د سيني د اتمې فقرې د Processus spinosus د ښکتنۍ برخې د جګوالي برابر ۱،۵کن بهر ځای لري. په دې نقطه کې درملنه د Pneumothorax سبب کېدای شي.

اضافي ملا ۴:

په دې نقطه کې هغه وخت ستنه د درملنې په پار منډل کيږي، چې کله ناروغان د خېټې سليم سرطان ناروغۍ ولري، او همدرانګه ځګر او توری غټ يا پړسېدلی وي. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۸-۲،۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د بدن د منځني شاتني خط د ملا د لومړۍ فقرې د Processus spinosus د ښکتنۍ برخې د جګوالي برابر ۳،۵کن بهر ځای لري.

پاملرنه ! په دې نقطه کې درملنه د Pneumothorax سبب کېدای شي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

<u>اضافي ملا ۵:</u>

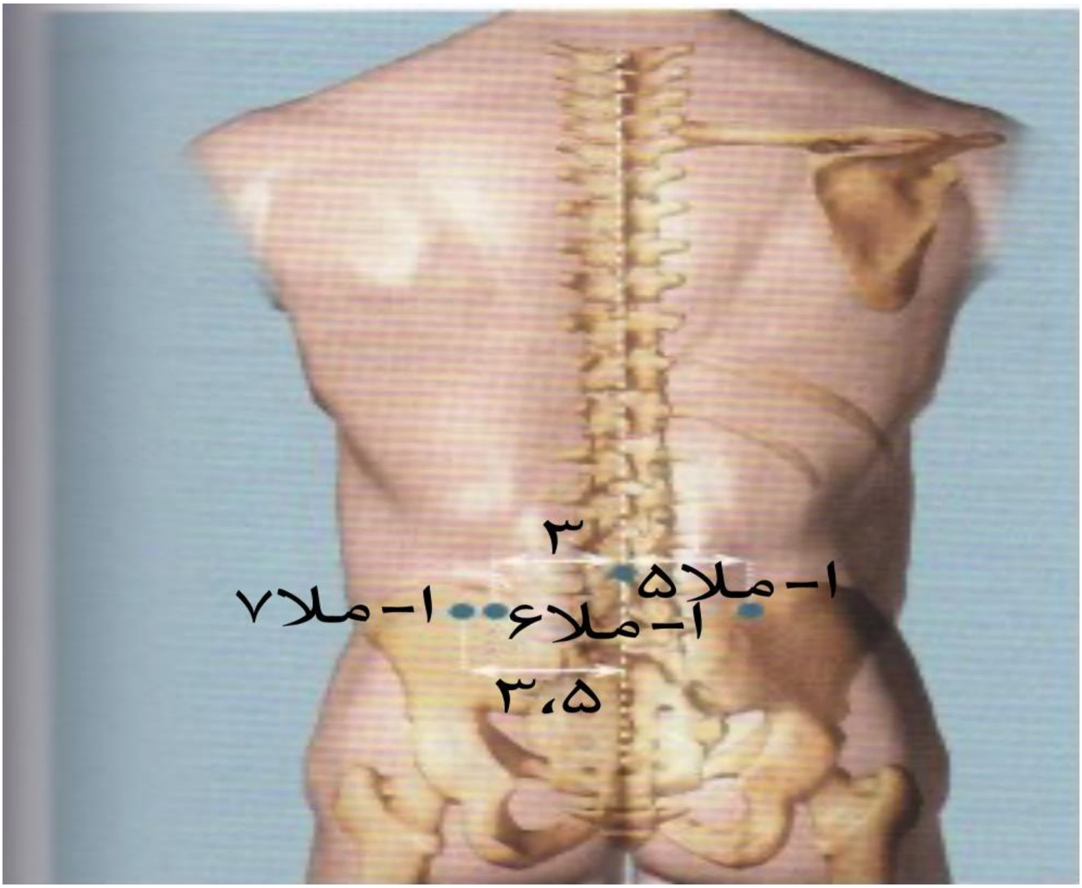
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغان د ملا، خېټې ستونزې، او همدرانګه د تشو متيازو په کولو کې ستونزه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱کن په اندازه په کاږه ډول پورته اړخ ته منډل کيږي. دا نقطه د بدن د منځني شاتني خط د ملا د دريمي فقرې د Processus spinosus په ښکتنۍ برخه کې ځای لري. په دې نقطه کې درملنه د حمل د منځه تلو لامل کېدای شي.

<u>اضافي ملا ۶:</u>

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغان د ملا دردونه، او يا د ښځينه جنسي غړي ځخه وينه راځي. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۶-۰،۹کن په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د بدن د منځني شاتني خط د ملا د څلورمي فقرې د Processus spinosus د ښکتنۍ برخې د جګوالي برابر ۳کن بهر ځای لري. په دواړو اړخو کې بايد درملنه وشي. په دې نقطه کې درملنه د حمل د منځه تلو لامل کېدای شي.

<u>اضافي ملا ۷:</u>

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کيږي، چې کله ناروغان د ملا دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د بدن د منځني شاتني خط د ملا د څلورمي فقرې د Processus spinosus د ښکتنۍ برخې د جګوالي برابر ۳،۵کن بهر ځای لري. په دې نقطه کې درملنه د حمل د منځه تلو لامل کېدای شي.



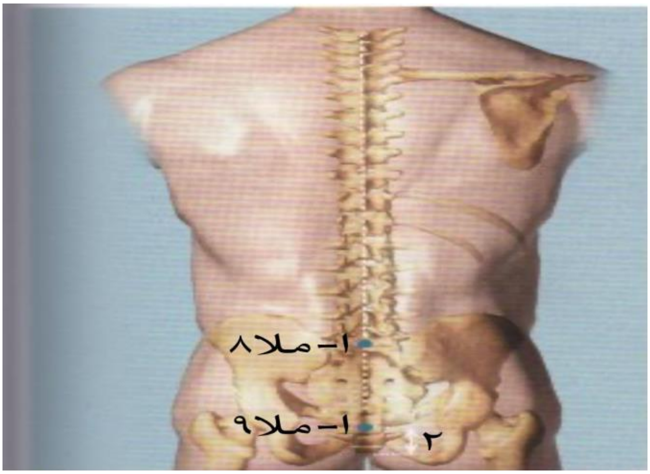
(c) ketabton.com: The Digital Library

<u>اضافي ملا ۸:</u>

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د ملا دردونه او د تشو متيازو په کولو کې ستونزه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۱،۵کن په اندازه په ګاږه ډول پورته اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه د بدن د منځني شاتني خط د ملا د پنځمې فقرې د Processus spinosus په ښکتني برخه کې ځای لري. په دې نقطه کې درملنه د حمل د منځه تلو لامل کېدای شي.

<u>اضافي ملا ۹:</u>

په دې نقطه کې هغه وخت د ستنې په ذريه درملنه کېږي، چې کله ناروغان ميرګي او سردردي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱،۵- ۲کن په اندازه په کاږه ډول پورته اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه د بدن په شاتني منځني خط د Os coccygis څخه ۲کن پورته د دواړو Cornua sacralia په ژوره برخه کې ځای لري.

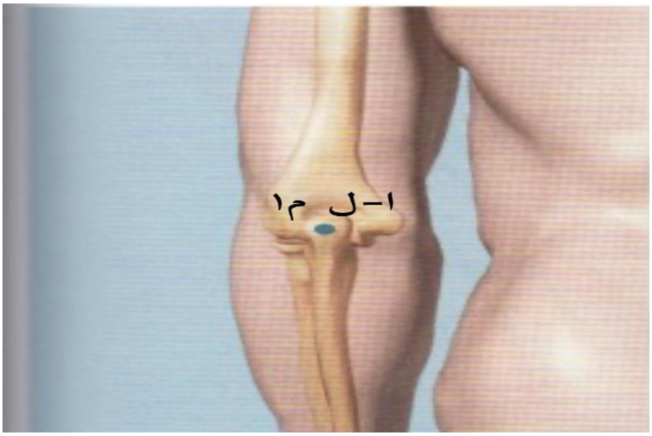



**د لاس او مټ اضافي نقطې**

په لاس او مټ يا مړوند کې د درملنې په پار ۱۱نقطې دي.

<u>اضافي ل م ۱:</u>

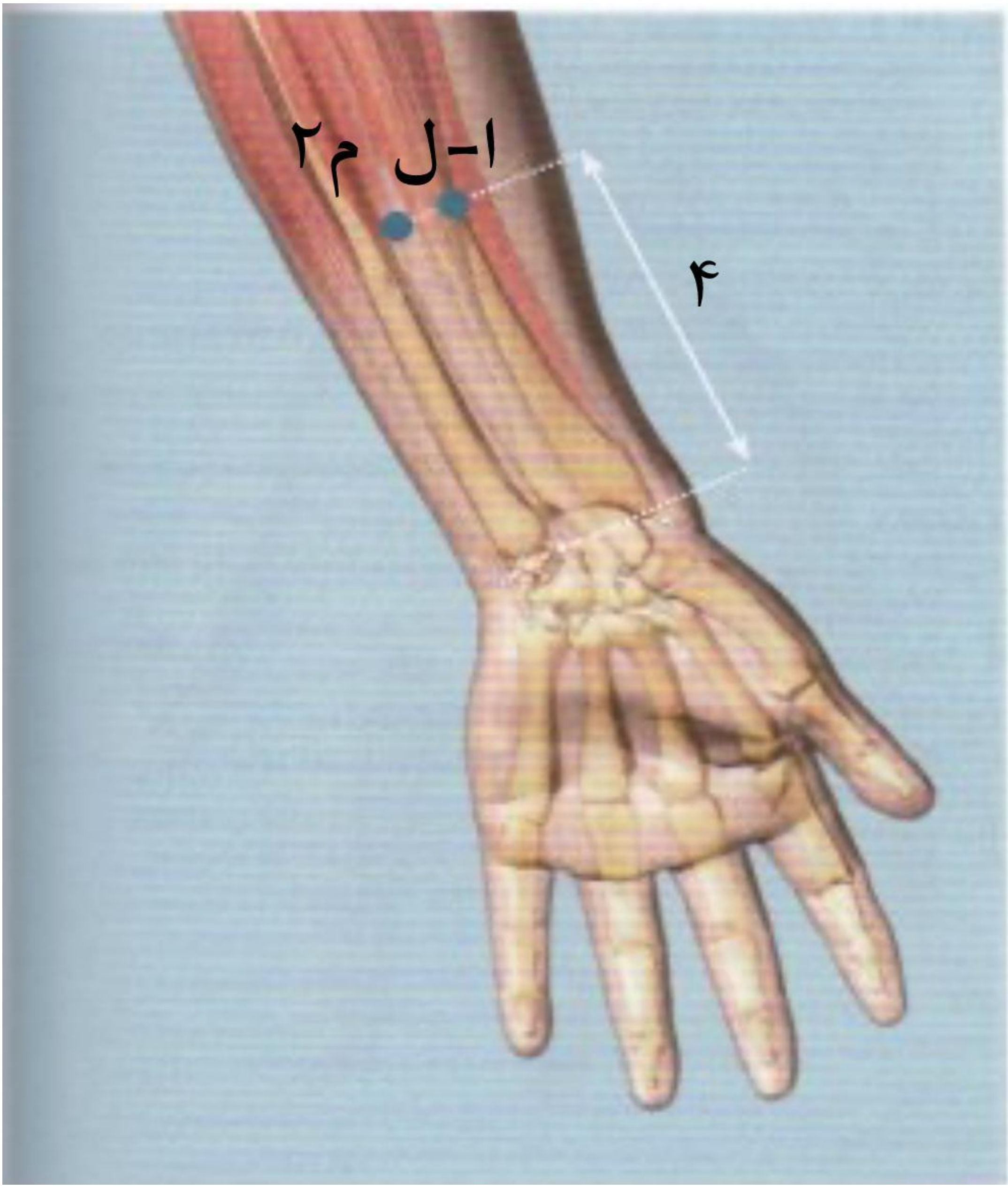
په دې نقطه کې هغه وخت د ستنې په ذريه درملنه کېږي، چې کله ناروغان د ځنګلو دردونه ولري او همدارنګه Appendicitis ناروغي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د Olecranon په سر يا څوکه کې ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

اضافي ل م ۲:

دا دوه نقطې دي. په دې نقطو کې هغه وخت د ستنې په ذریه درملنه کېږي، چې کله ناروغان بواسیر او Rectum-Anal prolaps ناروغی ولري. ستنې په دې نقطو کې د ۰،۵-۱کن په اندازه په کاږه ډول نیږدې (Proximal) اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه د لاس د بند د پوستکي د قات څخه ۴ کن نیږدې (Proximal) د کارپي راډیالیس عضلې د پلې (M.flexor carpi radialis tendon) دواړو اړخونو ته ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

اضافي ل م ۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د ستنې په ذریه درملنه کیږي، چې کله ناروغان د زړه او معدې دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د۲،۰-۳،۰کن په اندازه کږه نیږدې (Proximal) اړخ ته منډل کیږي. دا نقطه د لاس د بند د پوستکې د شاتنې قات کې د M.extensor digitorum tendon د راډیوس هدوکې اړخ ته ځای لري.

اضافي ل م ۴:

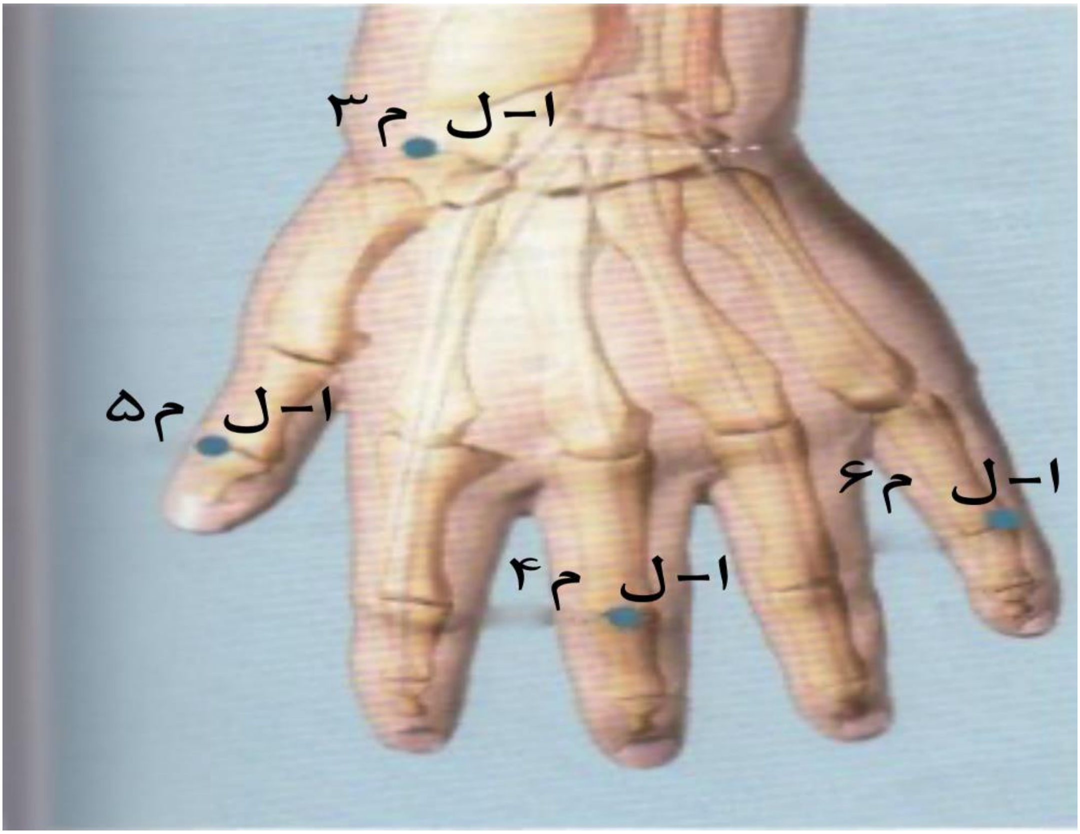
په دې نقطه کې هغه وخت د ستنې په ذریه درملنه کیږي، چې کله ناروغان د مرۍ او معدې دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د۲،۰-۳،۰کن په اندازه په عمودي ډول منډل کیږي. دا نقطه د لاس د منځنۍ ګوتې شاته یا غزېدلې اړخ د نیږدې Interphalangeal joint په منځ کې ځای لري.

اضافي ل م ۵:

په دې نقطه کې هغه وخت د ستنې په ذریه درملنه کیږي، چې کله ناروغان د سترګو ناروغۍ ولري. د Moxibustion شونتیا یا امکان دلته شته. دا نقطه د لاس د غټې ګوتې شاته یا غزېدلې اړخ د Interphalangeal joint په منځ کې ځای لري.

اضافي ل م ۶:

په دې نقطه کې هغه وخت د ستنې په ذریه درملنه کیږي، چې کله ناروغان د سترګو ناروغۍ ولري. د Moxbustion شونتیا یا امکان دلته شته. دا نقطه د لاس د کوچنۍ ګوتې شاته یا غزېدلې اړخ د Interphalangeal joint په منځ کې ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

<u>اضافي ل م ۷:</u>

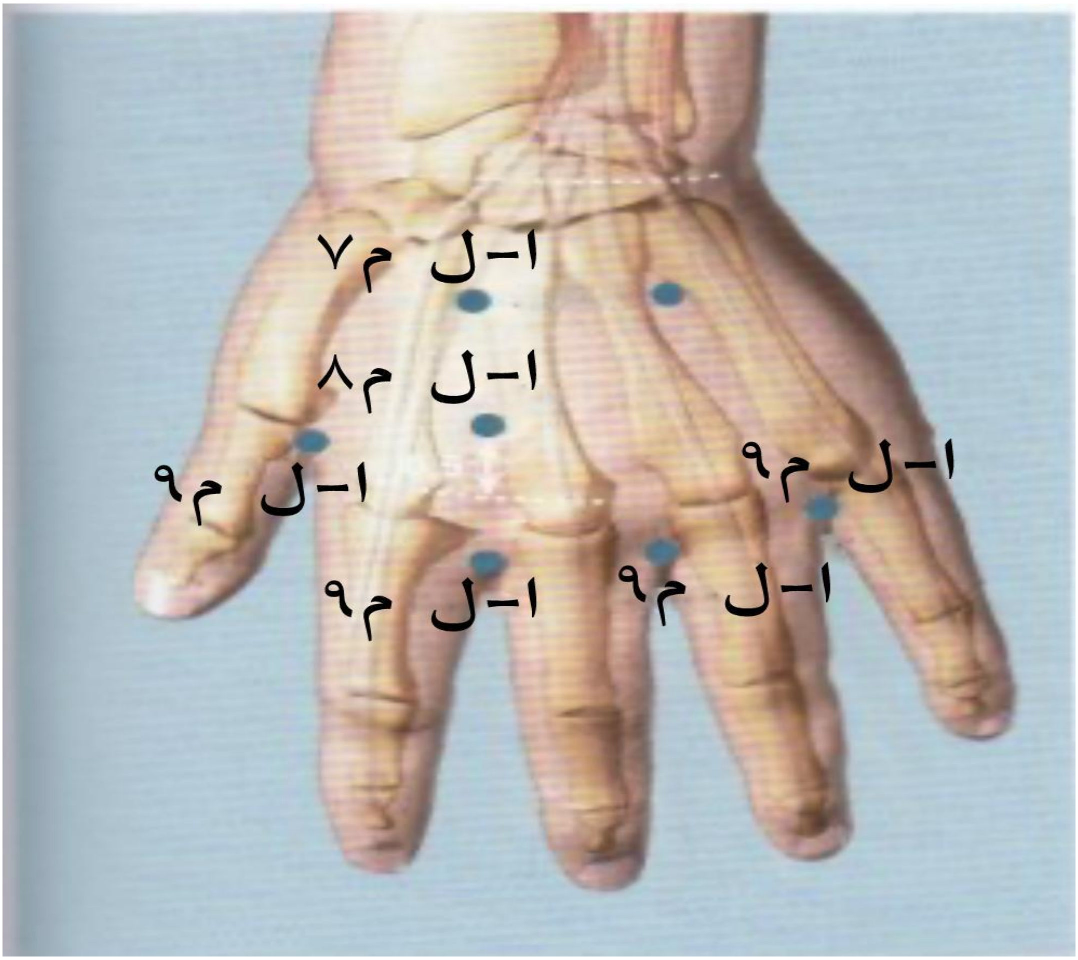
په دې نقطو کې هغه وخت د ستنې په ذريه درملنه کېږي، چې کله ناروغان د ملا دردونه ولري. ستنه په دې نقطو کې د ۰،۳ـ ۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دوه نقطې دي، کومې چې د لاس په شاتنی برخه کې د دوهم او دريم ميتاکارپال (Metacarpal) هډوکو او همدارنګه څلورم او پنځم ميتا کارپال (Metacarpal) هډوکو د نيږدې (Proximal) زاويه ګانو په منځ کې ځای لري.

<u>اضافي ل م ۸:</u>

په دې نقطه کې هغه وخت د ستنې په ذريه درملنه کېږي، چې کله ناروغان د څټ دردونه او شخوالي او همدارنګه د لاسونو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵-۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د لاس په شاتنی برخه کې د دوهم او دريم ميتاکارپال (Metacarpal) هډوکو په منځ او ۰،۵کن د Metacarpophalangeal joint نيږدې (Proximal) ځای لري.

<u>اضافي ل م ۹:</u>

دا څلور نقطې دي: په دې نقطو کې هغه وخت د ستنې په ذريه درملنه کېږي، چې کله ناروغان د لاسونو دردونه ولري. ستنې په دې نقطو کې د ۰،۵ـ ۰،۸کن په اندازه کړې د لاس اړخ ته منډل کېږي. دا نقطې د Metacarpophalangeal joint بندونو د سرې او سپينې غوښې په منځ کې ځای لري.



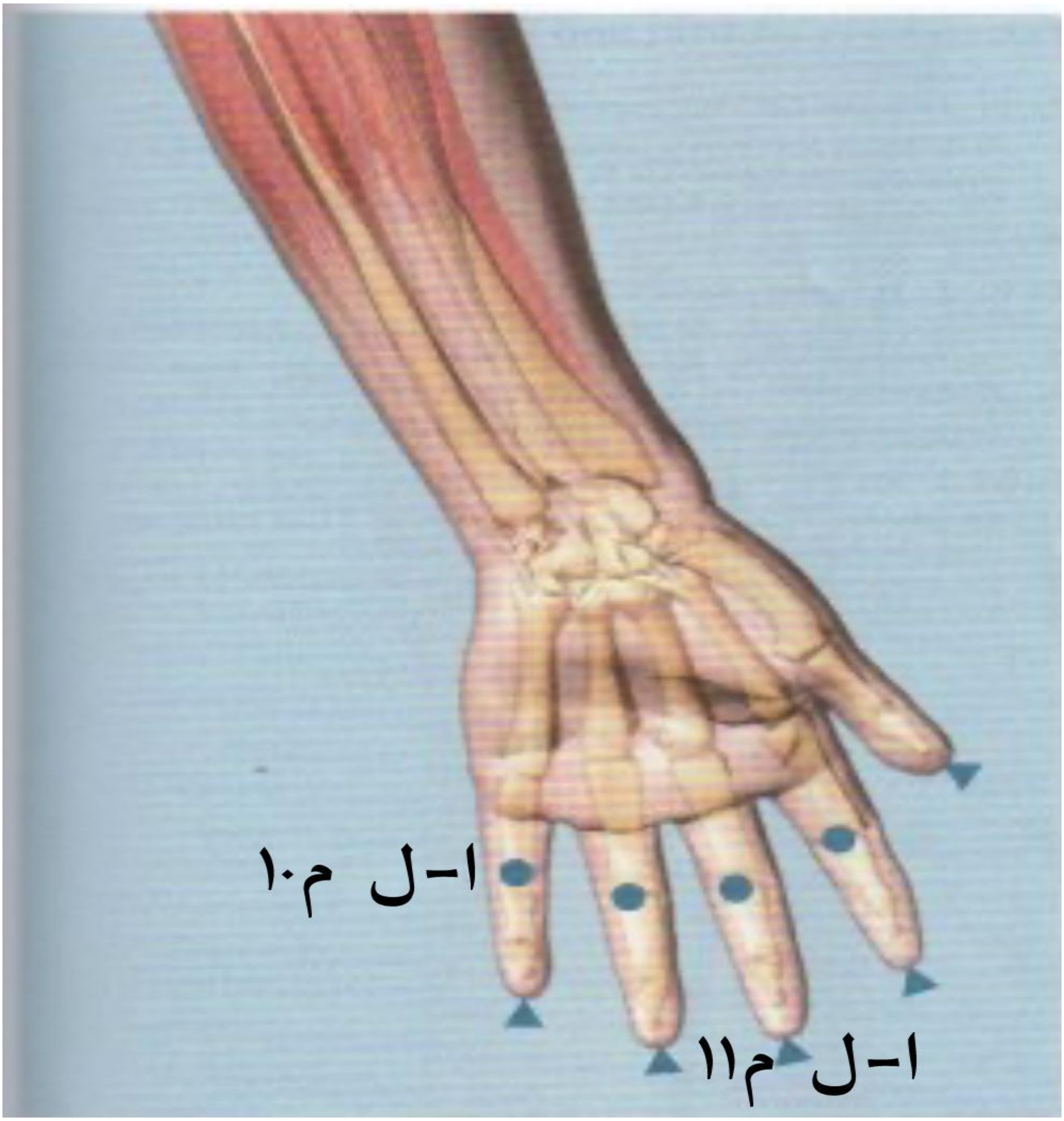
(c) ketabton.com: The Digital Library

<u>اضافي ل م ۱۰:</u>

دا څلور نقطې دي: په دې نقطو کې هغه وخت د ستنې په ذريه درملنه کېږي، چې کله ناروغان اشتها ونلري، د هضم ستونزه ولري، همدارنگه هغه کوچنيان، چې خوارځوکي (سوی تغذيه) ولري. ستنې په دې نقطو کې د۱،۰-۲،۰کن په اندازه د پوستکي لاندې منډل کېږي. دا نقطې د دوهمې څخه تر څلورمې گوتې نبږدي (Proximal) بندونو (Metacarpophalangeal joints) په منځنۍ برخو کې ځای لري.

<u>اضافي ل م ۱۱:</u>

دا پنځې نقطې دي: په دې نقطو کې هغه وخت د ستنو په ذريه درملنه کېږي، چې کله بې هوشي، تبه، او يا د گوتو ځوکې بډی (Paresthesia) وي. ستنې په دې نقطو کې۰،۱- ۰،۲کن په اندازه د پوستکي لاندې منډل کېږي. دا نقطې د گوتو په ځوکو ياني د نوک د ازادې څنډې څخه ۰،۵ کن لېرې ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

**د پښو او پتونونو اضافي نقطي**

دا ۱۲ نقطې دي چې اورون، ځنګون، لېنګو او پښو کې ځای لري، په لنډ ډول دا نقطې د اضافي پ پ په نامه نوموو.

<u>اضافي پ پ ۱:</u>

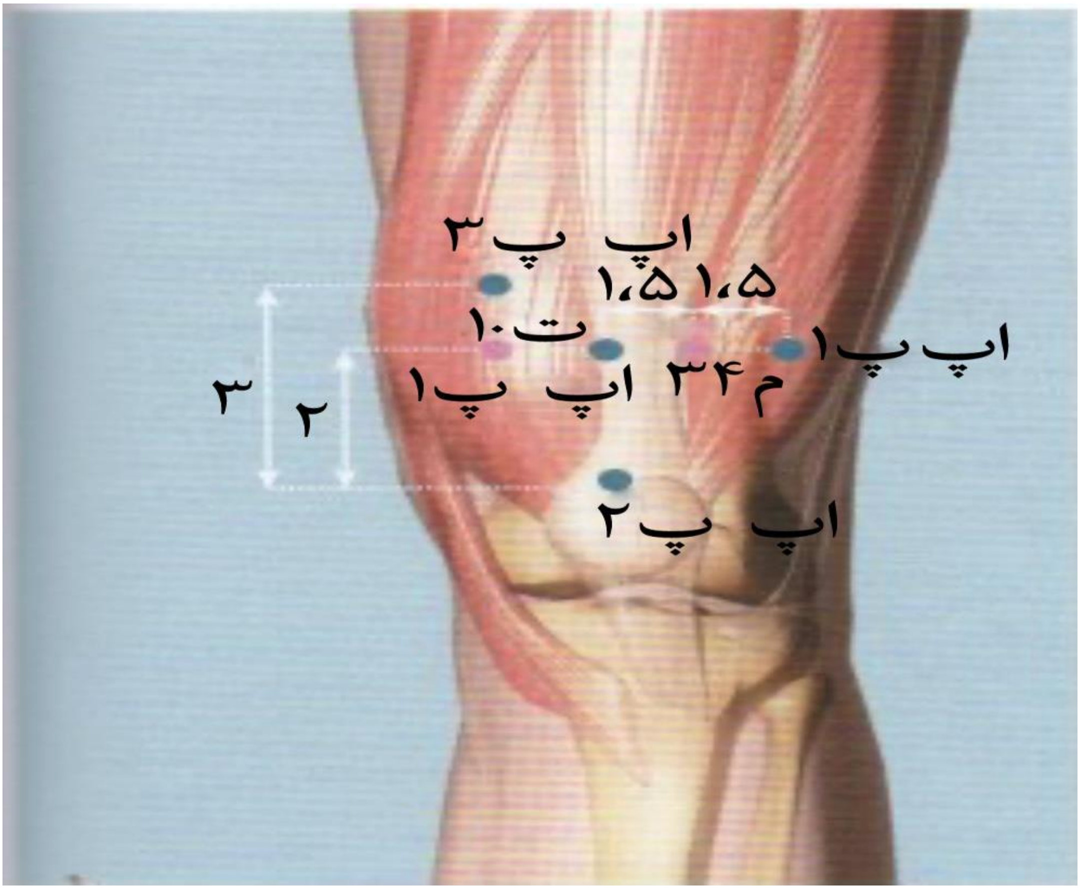
دا درې نقطې دي: په دې نقطو کې هغه وخت د ستنو په ذریه درملنه کېږي، چې کله ناروغان د اورون دردونه ولري. ستنې په دې نقطو کې د ۰،۵- ۰،۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطې د ځنګون پورته له یو بل څخه ۱،۵کن داخیل (Medial) او (Lateral) ځای لري.

<u>اضافي پ پ ۲:</u>

په دې نقطه کې هغه وخت د ستنو په ذریه درملنه کېږي، چې کله ناروغان د ځنګون دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵کن په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پټیلا هډوکي د پورتنۍ څنډې په منځنۍ برخه کې ځای لري.

<u>اضافي پ پ۳</u>

په دې نقطه کې هغه وخت د ستنو په ذریه درملنه کېږي، چې کله ناروغان د پوستکي ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱،۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. کله چې ځنګون د قات په حال کې وي، دا نقطه د پټیلا هډوکي د پورتنۍ داخلي څنډې څخه ۳کن پورته ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

اضافي پ پ ۴:

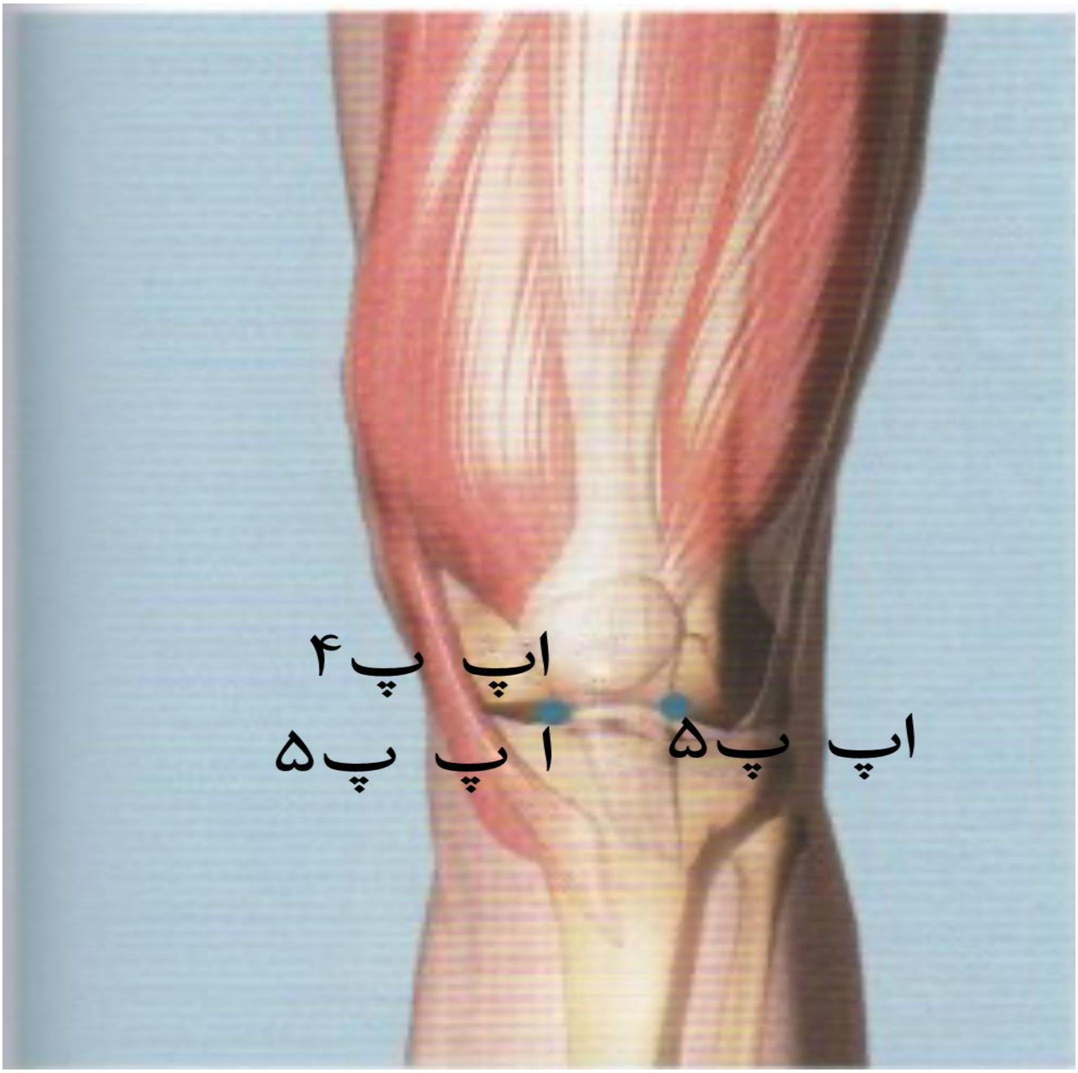
په دې نقطه کې هغه وخت د ستنو په ذريه درملنه کېږي، چې کله ناروغان د ځنګون دردونه  ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱ کن په اندازه په کاږه ډول د ځنګون منځني اړخ ته منډل کېږي. کله چې ځنګون د قات په حال کې وي، دا نقطه د Ligamentum patellae داخيل خوا او م۳۵ ته مخامخ ځای لري.

پاملرنه ! دلته د ستنو په ذريه درملنه د ځنګون د التهاب يا مکروبي کېدو سبب کېږي.

اضافي پ پ ۵

دا دوه نقطې دي، په دې نقطو کې هغه وخت د ستنو په ذريه درملنه کېږي، چې کله ناروغان د ځنګون دردونه  ولري. ستنې په دې نقطو کې د ۰،۵-۱کن په کاږه ډول د ځنګون منځني اړخ ته منډل کېږي. کله چې ځنګون د قات په حال کې وي، دا نقطې د Ligamentum patellae داخيل او بهر ځای لري.

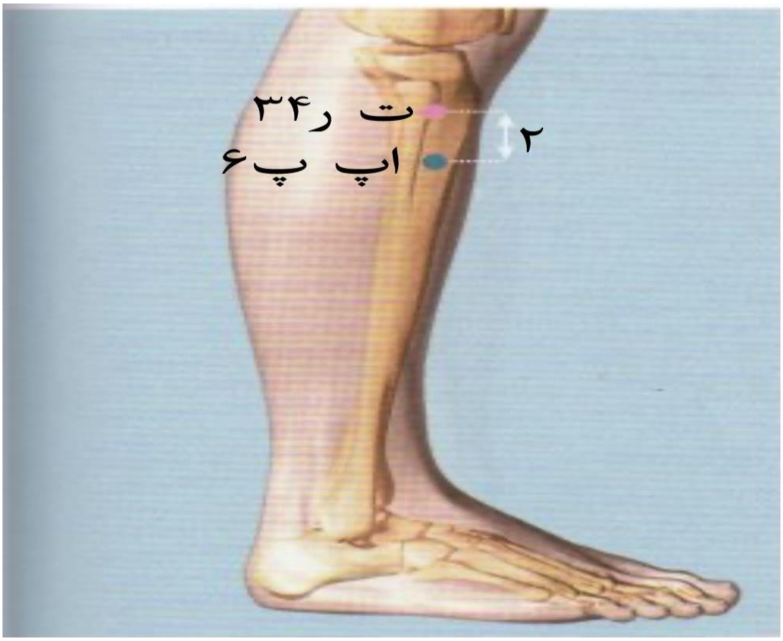
پاملرنه ! دلته د ستنو په ذريه درملنه د ځنګون د التهاب يا مکروبي کېدو سبب کېږي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

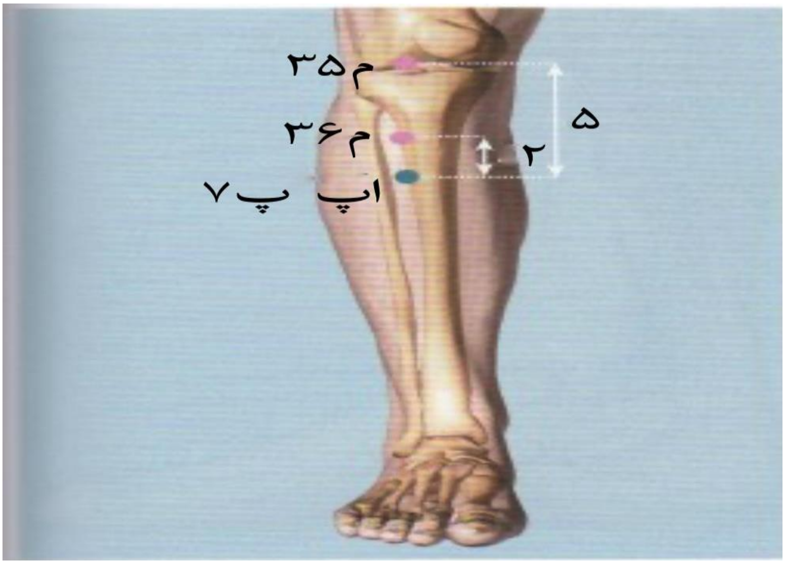
<u>اضافي پ پ ۶:</u>

په دې نقطه کې هغه وخت د ستنو په ذریه درملنه کیږي، چې کله ناروغان د تریخي ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۸- ۱،۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کیږي. دا نقطه د پښې د داخلي ښنګري (Malleolus medialis) په جګه نقطه کې ځای لري. ت ر۳۴ څخه ۲ کن لیرې Distal پرته ده.




<u>اضافي پپ ۷:</u>

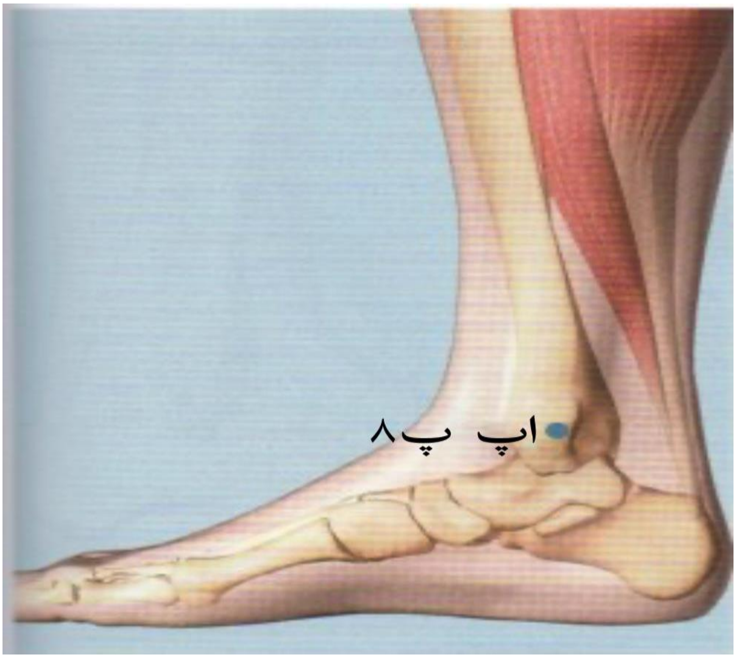
په دې نقطه کې هغه وخت د ستني په ذریه درملنه کیږي، چې کله ناروغان د Appendicitis ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- ۱،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کیږي. دا نقطه د م۳۶ څخه ۲کن لیرې Distal پرته ده.



(c) ketabton.com: The Digital Library

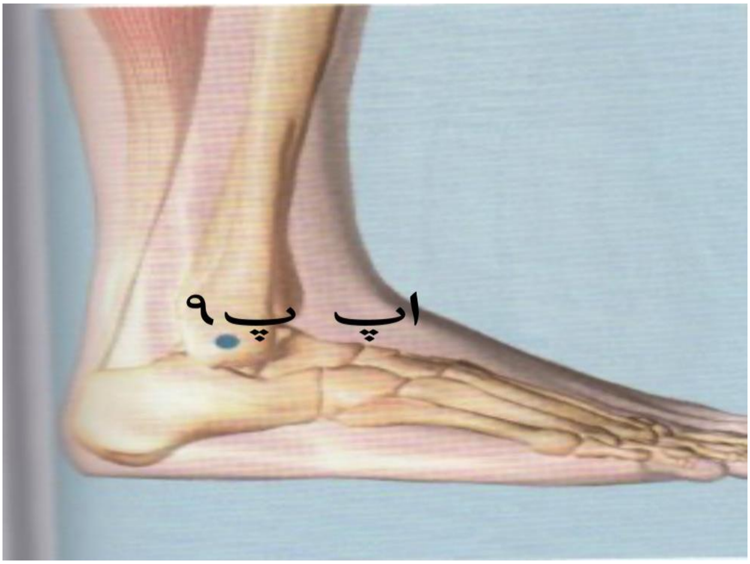
اضافي پ ۸:

په دې نقطه کې هغه وخت د ستنو په ذريه درملنه کيږي، چې کله ناروغان دلپنګو او غابنونو دردونه ولري. دلته د Moxibution او Microaderlass شونتيا او امکان هم شته. دا نقطه د پښې د داخلي بښنګري (Malleolus medialis) په جګه نقطه کې ځای لري.




اضافي پ ۹:

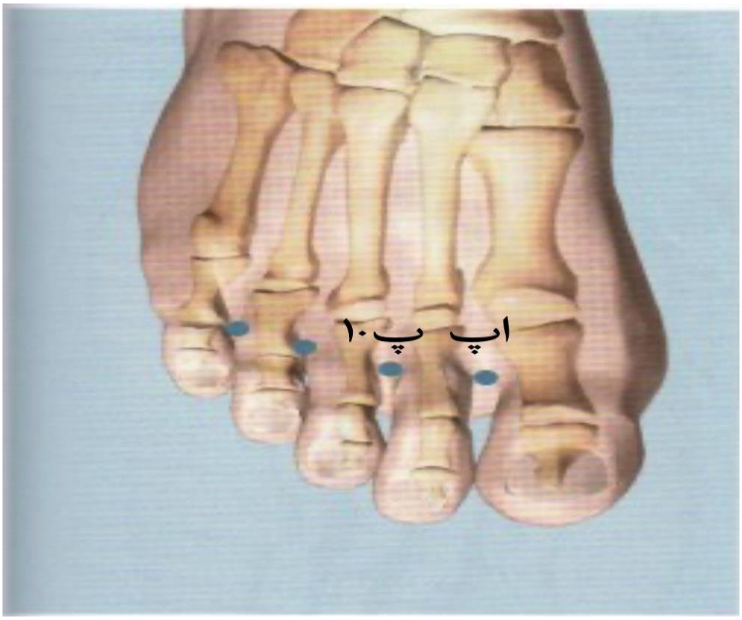
په دې نقطه کې هغه وخت د ستنې په ذريه درملنه کيږي، چې کله ناروغان د پښو او عضلې دردونه ولري. دلته د Moxibution او Microaderlass شونتيا او امکان شته. دا نقطه د پښې د بهرنې بښنګري Malleolus lateralis په جګه نقطه کې ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

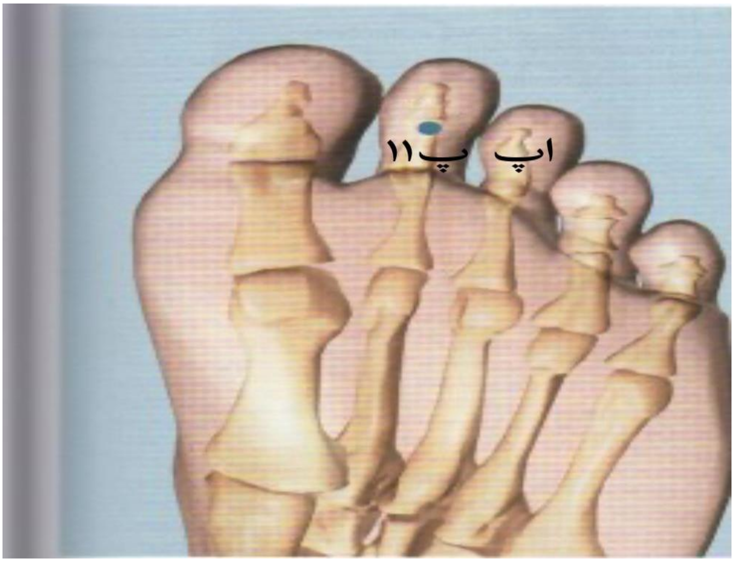
اضافي پ پ۱۰:

څلور نقطې دي په دې نقطو کې هغه وخت د ستنو په ذریه درملنه کېږي، چې کله ناروغان د پښو پړسوب، دردونه او سوروالی ولري. په دې نقطو کې ستنې د ۰،۵-۰،۸کن په اندازه د پښو داخلي اړخ ته منډل کېږي. دا نقطې د پښو د ګوتو د Metatarsophalangeal joint تر منځ ځایونه لري.




اضافي پ پ۱۱:

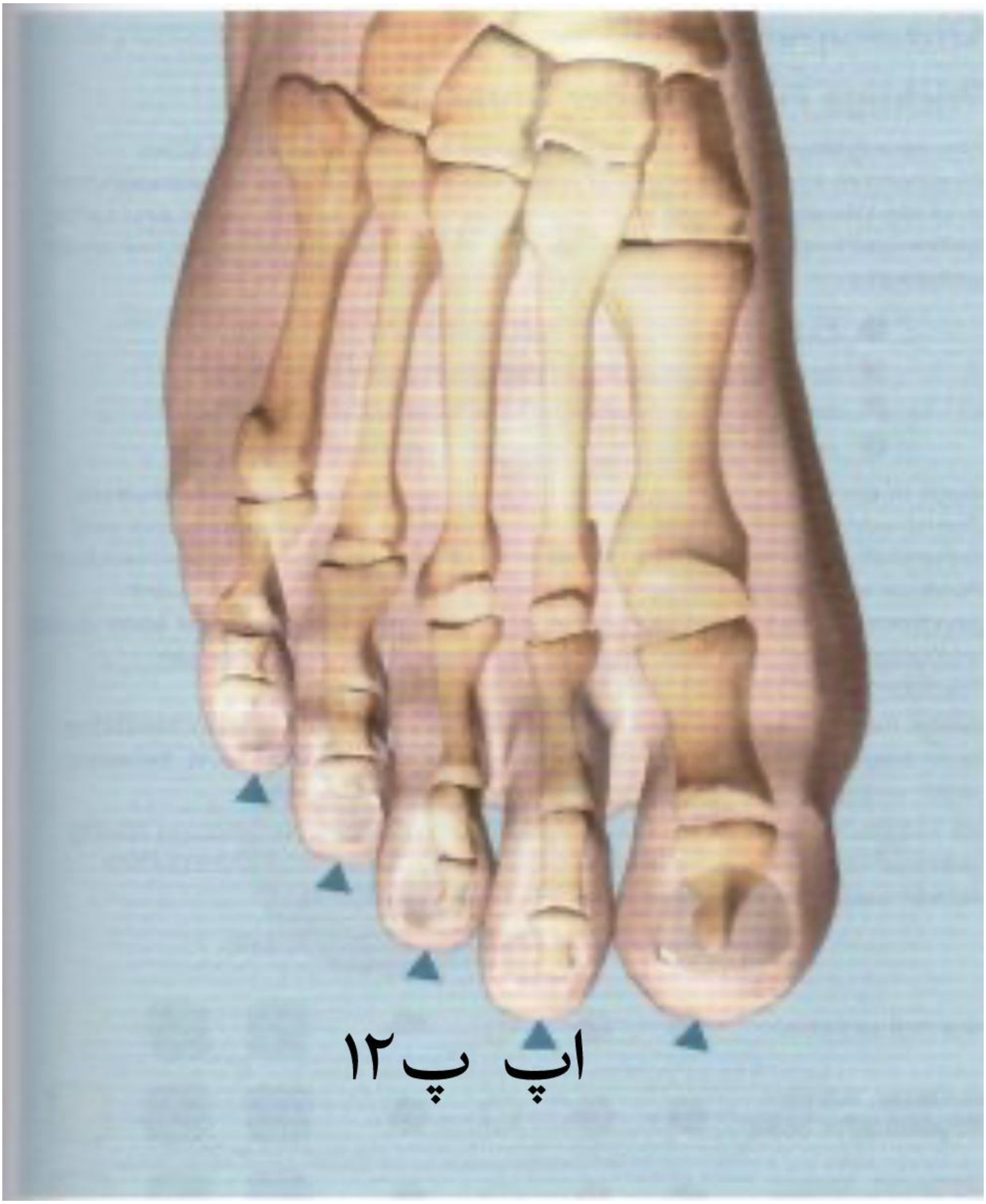
په دې نقطه کې هغه وخت د ستنو په ذریه درملنه کېږي، چې کله ناروغان ښځینه ناروغۍ ولري، همدارنګه دزېږون سره مرسته کوی. په دې نقطو کې ستنې د ۰،۱-۰،۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښو د دوهمې ګوتې د قات شوې اړخ د لېرې Metatarsophalangeal joint په منځنۍ برخه کې ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

اضافي پ پ۱۲:

دا پنځه نقطې دي، په دې نقطو کې هغه وخت د ستنو په ذریه درملنه کېږي، چې کله ناروغان د پښو دردونه ولري. په دې نقطو کې ستنې د ۰،۱-۰،۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطې د ګوتو په څوکو کې ځای لري، د نوکانو دازادو څنډو څخه ۰،۱کن لېرې ځای لري.



(c) ketabton.com: The Digital Library

**د همغږۍ نقطې (Approval points) په لنډ ډول**

کله چې د یو اورګان د ناروغتیا په وخت کې د هماغه اورګان درملنه د ستنو په ذریه کوو، د دغه اورګان د نقطو سره یو ځای د همدغه اورګان د توافق د نقطې درملنه هم کوو، د دې په ذریه د درملنې اغېز زیاتېږي. دلته په دې جدول کې د مختلفوغړو د توافق نقطې او ځایونه په لنډ ډول لیکل شوي دي. دمتیازو کځوړې لنډ نوم (م ک) ،او د فقرې Processus spinosus لنډ نوم Ps, د Foramen sacrale posterior لنډ نوم Fs لیکل شوی دی.

| ځای | غړی | د توافق نقطه |
|---|---|---|
| دسیني د دریمې فقرې دPs د ښکتنۍ برخې د جګوالي په اندازه، د شاتني منځني خط څخه ۱،۵کن بهر ته ځای لري. | سږی | م ک۱۳ |
| دسیني د څلورمې فقرې دPs د ښکتنۍ برخې د جګوالي په اندازه، د شاتني منځني خط څخه ۱،۵کن بهر ته ځای لري. | د زړه پرده | م ک۱۴ |
| دسیني د پنځمې فقرې دPs د ښکتنۍ برخې د جګوالي په اندازه، د شاتني منځني خط څخه ۱،۵کن بهر ته ځای لري. | زړه | م ک۱۵ |
| دسیني د اتمې فقرې دPs د ښکتنۍ برخې د جګوالي په اندازه، د شاتني منځني خط څخه ۱،۵کن بهر ته ځای لري. | ځګریا اینه | م ک۱۸ |
| دسیني د لسمې فقرې دPs د ښکتنۍ برخې د جګوالي په اندازه، د شاتني منځني خط څخه ۱،۵کن بهر ته ځای لري. | تریخی | م ک۱۹ |
| دسیني د یوولسمې فقرې دPs د ښکتنۍ برخې د جګوالي په اندازه، د شاتني منځني خط څخه ۱،۵کن بهر ته ځای لري. | توری | م ک۲۰ |
| دسیني د دولسمې فقرې دPs د ښکتنۍ برخې د جګوالي په اندازه، د شاتني منځني خط څخه ۱،۵کن بهر ته ځای لري. | معده | م ک۲۱ |
| د ملا د لومړۍ فقرې دPs د ښکتنۍ برخې د جګوالي په اندازه، د شاتني منځني خط څخه ۱،۵کن بهر ته ځای لري. | ګرم یا تاوده غړي | م ک۲۲ |
| دملا د دوهمې فقرې دPs د ښکتنۍ برخې د جګوالي په اندازه، د شاتني منځني خط څخه ۱،۵کن بهر ته ځای لري. | بډوډی یا بښتورګی | م ک۲۳ |
| دملا د پنځمې فقرې دPs د ښکتنۍ برخې د جګوالي په اندازه، د شاتني منځني خط څخه ۱،۵کن بهر ته ځای لري. | غټې کولکمې | م ک۲۵ |
| د لومړی Fs د جګوالي په اندازه، د شاتني منځني خط څخه ۱،۵کن بهر ته ځای لري. | وړې کولمې | م ک۲۷ |
| د دوهم Fs د جګوالي په اندازه، د شاتني منځني خط څخه ۱،۵کن بهر ته ځای لري. | متیازو کځوړه | م ک۲۸ |

(c) ketabton.com: The Digital Library

**د خطر یا یو ځای کېدو (Alarm points) نقطې په لنډ ډول:**

دې نقطو ته چینایان د موو نقطې (Mu- points) یا راټولېدنې نقطې هم وایي، دا نقطې د بدن په مخکنۍ برخه یانې سینې (Thorax) او خېټې ( Abdomen) کې ځای لري، دا نقطې د بدن انرژي یو ځای کوي، او فعالوي یانې په خوځښت یې راولي، په دې توګه درملنه نوره هم اغېزناکه کوي. په ین اورګان ډېر اغېز لري. که دې نقطې ته فشار ورکړې دردناکه وي، نو ځکه ورته د خطر نوم ورکړل شوی دی.
دلته په دې جدول کې د مختلفو غړو د یوځای کېدو نقطې او ځایونه یا موقعتونه یې په لنډ ډول لیکل شوي دي. په لنډ ډول نومونه : سږي (س )، دومای (دم )، تریخی ( ت ر)، ځګر (ځ )، Fossa infra clavicular په لنډ ډول په Fi نومول شوې دي.

| ځای یا موقعیت | غړي | د خطر نقطې |
|---|---|---|
| د لومړۍ پوښتۍ دلوړوالي په اندازه د مخکني منځني خط څخه ۶ کن بهر، د Fi په ښکتنۍ برخه کې ځای لري | سږي | س۱ |
| د خېټې د نوم څخه ۲ کن بهریا وخشي اړخ ته ځای لري | غټې کولمې | م۲۵ |
| د خېټې د نوم څخه ۴ کن پورته ځای لري | معده | دم۱۲ |
| د ۱۱مې ازادې پوښتنۍ د څوکې په ښکتنۍ برخه کې ځای لري | توری پانقراس | ځ۱۳ |
| د خېټې د نوم څخه ۶ کن پورته ځای لري | زړه | دم۱۴ |
| د خېټې د نوم څخه ۳ کن ښکته ځای لري | وړې کولمې | دم۴ |
| د خېټې د نوم څخه ۴ کن ښکته ځای لري | متیازو کڅوړه | دم۳ |
| د ۱۲مې ازادې پوښتنۍ د څوکې په ښکتنۍ برخه کې ځای لري | بډوډی | ت ر۲۵ |
| د دواړو تیونو تر منځ ځای لري | د زړه پرده | دم۱۷ |
| د خېټې د نوم څخه ۲ کن پورته ځای لري | ګرم غړي | دم۵ |
| د اوومې پوښتۍ د لوړوالي په اندازه د مخکني منځني خط څخه ۴ کن بهر ځای لري | تریخی | ت ر۲۴ |
| د شپږمې پوښتۍ د لوړوالي په اندازه د مخکني منځني خط څخه ۴ کن بهر ځای لري | ځګر | ځ۱۴ |

(c) ketabton.com: The Digital Library

## انتیک نقطې (Antique points)

انتیک د لرغوني یا پخواني په مانا ده، مانا داچې هر شی چې لرغونی وي، ارزښت یې زیات وي، نو په دې اساس په چینایي طبابت کې د بدن په هره ویاله کې پنځه غوره نقطو ته انتیک نقطې ویلې دي. د هرغړي په ویاله کې ۵ انتیک نقطې دي، دوی داسې وایي: په انتیک نقطوکې د ستنو د منډولو په ذریه انرژي تولېدېږي او په حرکت یې راولي.
د اولې نقطې درملنې په ذریه په چینه کې انرژي تولیدېږي، د دوهمې نقطې په درملنه انرژي په لښتي کې په خوځښت راولي، د دریمې نقطې په درملنه یې په ویاله کې په خوځښت راولي، د څلورمې نقطې په درملنه یې په سیند کې په خوځښت راولي، د پنځمې نقطې په درملنه یې د بدن دا انرژۍ د دریاب سره یو ځای کیږي، اوپه دې ډول د انرژۍ توازون په بدن کې برابروي.

د ین ویالو انتیک نقطې (Antique points):

| انتیک نقطې | ١ | ٢ | ٣ | ۴ | ۵ |
|---|---|---|---|---|---|
| سږي | س١١ | س١٠ | س٩ | س٨ | س۵ |
| زړه | ز٩ | ز٨ | ز٧ | ز۴ | ز٣ |
| د زړه پرده | زپ٩ | زپ٨ | زپ٧ | زپ۵ | زپ٣ |
| توری | ت١ | ت٢ | ت٣ | ت۵ | ت٩ |
| بډوډی | ب١ | ب٢ | ب٣ | ب٧ | ب١٠ |
| ځګر یا اینه | ځ١ | ځ٢ | ځ٣ | ځ۴ | ځ٨ |

د یانګ ویالو انتیک نقطې (Antique points):

| انتیک نقطې | ١ | ٢ | ٣ | ۴ | ۵ |
|---|---|---|---|---|---|
| غټې کولمې | غ ک١ | غ ک٢ | غ ک٣ | غ ک۵ | غ ک١١ |
| وړې کولمې | وک١ | وک٢ | وک٣ | وک۵ | وک٨ |
| ګرم غړي | ګ غ١ | ګ غ٢ | ګ غ٣ | ګ غ۶ | ګ غ١٠ |
| معده | م۴۵ | م۴۴ | م۴٣ | م۴١ | م٣۶ |
| متیازو کڅوړه | م ک۶٧ | م ک۶۶ | م ک۶۵ | م ک۶٠ | م ک۴٠ |
| تریخي | ت ر۴۴ | ت ر۴٣ | ت ر۴١ | ت ر٣٨ | ت ر٣۴ |

(c) ketabton.com: The Digital Library

## د پیل (Source points) یا یووان (Yuan points) نقطې

دا نقطې د یانګ او ین ترمنځ توازون رامنځ ته کوی. دا نقطې په چینایی درملنه کې د یوځای کېدو راټولولو په مانا هم دي، چې انرژي راټولوی، او بیا یې بدن ته لکه د ویالې وربهوي. بدن، روح او احساس ته پیاوړتیا وربخښي.
په ین (Yin) ویاله کې د اطرافو څخه پیل هره دریمه نقطه یوان نقطه ده، او په یانګ (Yang) ویالو کې د اطرافو څخه پیل هره څلورمه نقطه د یووان په نوم یادېږي، فقط د تریخې په ویاله کې استسنا موجوده ده، چې هلته پنځمه نقطه د یووان په نوم یادېږي.

| د پیل (Source points) یا یوان (Yuan) نقطې | جدول |
|---|---|
| س۹، زپ۷، ز۷، ت۳، ځ۳، ب۳ | ین(Yin) ویالې |
| غ ک۴، ګ غ۴، وک۴، م۴۲، ت ر۴۰، م ک۶۴ | یانګ(Yang) ویالې |

## تېرېدونکي (Passage points) یا لوو (Luo points) نقطې

دا نقطې په کوم ځای کې چې یانګ او ین ویالې یو بل قطع کوي، مانا دا چې د ین لوو نقطو د درملنې په ذریه یانګ اورګان ته انرژی ورکوي، او د یانګ لوو نقطې د د رملنې په ذریه ین اورګان ته انرژي ورکوی.

| غړي | لوو (Luo points) نقطې |
|---|---|
| غټې کولمې | س۷ |
| سږي | غ ک۶ |
| ګرم یا تاوده غړي | زپ۶ |
| د زړه پرده | ګ غ۵ |
| وړې کولمې | ز۵ |
| زړه | وک۷ |
| معده | ت۴ |
| توری | م۴۰ |
| تریخی | ځ۵ |
| ځګر | ت ر۳۷ |

(c) ketabton.com: The Digital Library

| | |
|---|---|
| د تشو متیازو کڅوړه   انرژي نه ورکوي | ب۴ |
| بډودي یا بښتورګي    انرژي نه ورکوي | م ک۵۸ |
| دوماي | رم۱۵ |
| رین ماي | دم۱ |

په لنډه توګه چې لوو نقطې مختلفو غړو ته انرژي ورکوي، فقط استسنا یکې بډودي او متیازو کڅوړه چې یو بل ته انرژي  نه ورکوي.

| غړي | یوان | لوو | غړي | یوان | لوو | غړي | یوان | لوو |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| سږي | ۹ | ۷ | زړه | ۷ | ۵ | زړه پرده | ۷ | ۶ |
| غټې کولمې | ۴ | ۶ | وړې کولمې | ۴ | ۷ | ګرم غړي | ۴ | ۵ |
| معده | ۴۲ | ۴۰ | متیازوکڅوره | ۶۴ | ۵۸ | تریخی | ۴۰ | ۳۷ |
| توری | ۳ | ۴ | بډودي | ۳ | ۴ | ځګر | ۳ | ۵ |

## ګروپي تېرپدونکي نقطې (Groups luo points)

د دې نقطو په درملنه د بدن څو ویالو ته انرژي ورکوي. دا ټولې څلور نقطې دي. نچوړ یې په لاندې جدول کې لیدلای شئ. د بېلګې په توګه که په زپ ۵ نقطه کې ستنه ومنډل شي،سږي، زړه او د زړه پردې ته انرژي ورکوي.

| ګروپي تېرپدونکي نقطې (Groups luo points) | جدول |
|---|---|
| سږي، زړه، زړه پرده | زپ ۵ |
| غټې کولمې، وړې کولمې، تاوده یا ګرم غړي | ک غ ۸ |
| توری، بډودي، ځګر | ت۶ |
| معده، متیازو کڅوړه، تریخی | ت ر ۳۹ |

(c) ketabton.com: The Digital Library

## اغېزناکه نقطې (Master points)

د ځینو غړو یا اورګانونو ماسټر نقطې په لاندې جدول کې لیدلای شئ.

| د اغېز لاندې غړي | ماسټر نقطې |
|---|---|
| ډک (Zang) یا ین (Yin) غړي | ځ۱۳ |
| تش (Fu) یا یانګ (Yang) غړي | رم ۱۲ |
| لیګامینټونه او عضلات | ت ر۳۴ |
| د وینې رګونه | س۹ |
| تنفسي سیستم | رم ۱۷ |
| هډوکي | م ک۱۱ |
| وینه | م ک۱۷ |
| د هډوکي مغز | ت ر۳۹ |

### د بدن د ښکتنی برخې اغېزناکې نقطې

د دې نقطو د تش یا خالي (Fu) غړو په تازه یا حادو ناروغیو کې درملنه ډېره اغېزناکه وي.

| تش (Fu) یا یانګ (Yang) غړي | ښکتنی اغېزناکه نقطې |
|---|---|
| معده | م۳۶ |
| غټې کولمې | م۳۷ |
| وړې کولمې | م۳۹ |
| تاوده یا ګرم غړي | م ک ۳۹ |
| متیازو کڅوړه | م ک ۴۰ |
| تریخی | ت ر۳۴ |

(c) ketabton.com: The Digital Library

### ساحوي اغېز کوونکي نقطې (Region releted points)

د دې نقطو د درملنې اغېز د بدن په يوه ساحه وی، يانې کله چې په دې نقطو کې ستنې ومنډل شي د بدن په يوه ساحه اغېز يا تاثير کوي، او د هغې ساحې درملنه کېږي.

| ساحه (Region) | ساحوي اغېز کوونکي نقطې( Region releted points) |
|---|---|
| خېټه | م۳۶ |
| اوږې يا ولې | م۳۸ |
| د مخ او خولې ساحه يا برخه | غ ک۴ |
| سر او د سر شاتنۍ ساحه يا برخه | س۷ |
| د ملا ساحه يا برخه | م ک۴۰ |
| د سينې ساحه يا برخه | زپ ۶ |
| د ښټ برخه | م ک۶۰ |

### بېلوونکي يا ځي نقطې (Xi- points)

کله چې د بدن د ښکتنۍ يا پورتنۍ برخې پورې تړلي غړو کې په عاجله يا سملاسي توګه ستونزه پيدا شي او خپله دنده يا وظيفه سمه ترسره کولای نه شي، نو د ځي نقطو (Xi-points) درملنه لازمي ده.

| د بدن د ښکتنۍ برخې ځي نقطې (Xi ) | د بدن د پورتنۍ برخې ځي نقطې(Xi) |
|---|---|
| ت۸ | س۶ |
| م۳۴ | غ ک ۷ |
| ځ۶ | زپ۴ |
| ت ر۳۶ | ک غ۳ |
| ب۵ | ز۶ |
| م ک۶۳ | وک۶ |

(c) ketabton.com: The Digital Library

## د ناروغیو درملنه په لنډ ډول

د ناروغیو درملنه په لنډ ډول یانې په مختلفو ناروغیو کې ددرملنې نقطې په نخښه کوو.

**د باد (wind) درملنه:** ت ر ۲۰، ت ر ۳۱، ت ر ۳۴، ځ۳، ګ غ ۵.
**د یخنۍ (Cold) درملنه** : غ ک۴، غ ک۱۱، ګ غ۵، دم۱۴، م ک ۴۰.
**د ګرمۍ (Heat) درملنه** : غ ک۴، غ ک۱۱، ګ غ۵، دم۱۴، م ک ۴۰.
**د لوندوالي (Humidity) درملنه** : ت۳، ت۹، م۴۰، م ک۲۰، ځ۱۳.
**د وچوالي (Dryness) درملنه** : س۵، س۷، ب۳، ب۶، ب۱۰، غ ک۱۱.
**د درد دمنځه وړنکې نقطې (Analgesic points)**: غ ک۴، وک۳، م ۴۴.

**سرویکل سنډروم (Cervical syndrome)**

دا ناروغي د څټ دردونه رامنځ ته کوي. دوه شکله (Types) لري.
لومړی یې بهرنی شکل (Lateral type) چې دردونه پکې د مټ او لاس اړخ ته خپرېږي یا انتشار کوی. دوهم یې شاتنی شکل (Dorsal type) چې دردونه پکې شاته سینې او ملا ته خپرېږي.
د درملنې نقطې: م ک ۱۰-۱۳، و ک۱۱-۱۴، ت ر ۲۰-۲۱، دم۱۴-۱۶، ا - س غ ۱۵.
لېرې محوری نقطې:
بهرنی شکل (Lateral type): وک ۳، م ک۶۰.
شاتنی شکل (Dorsal type): ګ غ۵، ت ر۳۹.

**توراسیک سنډورم (Thoracic syndrom)**

دا ناروغي د سینې د فقرو په برخه کې دردونه رامنځ ته کوی.
درملنې نقطې: م ک ۱۳-۱۸، م ک ۴۱-۴۷.
محوري لېرې نقطې : وک ۳، م ک ۶۰.

**لومبار سنډروم (Lumbar syndrom)**

دا ناروغي د ملا دردونه رامنځ ته کوي، په دې ناروغۍ کې دردونه کله اورونونو او پښو ته خپرېږی.
درملنې نقطې: م ک۲۳-۳۶، م ک ۵۱-۵۴، ت ر ۳۰-۳۱، ا- ملا ۲ ، ا- ملا ۸ ، ا-ل م۷.
محوري نقطې
شاتنی شکل (Lateral type): وک ۳، م ک ۴۰.
بهرنی شکل (Dorsal type) : ګ غ ۵، ت ر۳۴.

**د اوږو دردونه (Shoulder pain)**

د درملنې ځایي (Local)نقطې: س۱، س۲، غ ک ۱۴، غ ک ۱۵، ګ غ ۱۴، ګ غ۱۵، وک۹، وک۱۰، ت ر ۲۱.
مخوري لېرې نقطې:
مخکنۍ (Ventral) نقطې: غ ک۴، م۳۸.
شاتنۍ (Dorsal) نقطې: وک۳، م ک۶۰.

(c) ketabton.com: The Digital Library

بهرنۍ (Lateral) نقطې: ګ غ ۵، ت ر ۳۹.

**د څنګلي ناروغۍ (Epicondylopathy)**

په دې ناروغۍ کې د څنګلي دردونه رامنځ ته کېږي.

درملنې ځايي (Local) نقطې: ز ۳، زپ۳، غ ک۱۰، غ ک ۱۱، غ ک ۱۴، س۵، وک ۸، ګ غ ۱۰.

محوري لېرې نقطې:

بهرنۍ (Lateral) نقطې: غ ک۱۰، م۳۶.

داخلي (Medial) نقطې: ز ۵، ب۷.

**د لاس د بند ناروغۍ (Wirst joint arthritis)**

په دې ناروغۍ کې دلاس د بند هډوکي خوړل کېږي، په پايله يا نتيجه کې دردونه رامنځ ته کوي.

درملنې ځايي نقطې: زپ۶، زپ۷، س۷، ز ۷، س۹، س۱۰،غ ک۴، غ ک۵، ګ غ۴، ا-ل م۹.

**د حوصيلي د هډوکو ناروغۍ (Coxalgia)**

په دې ناروغۍ کې دردونه د کوناټې په برخه کې وي او اورن يا پټون ته خپرېږي، چې په ولسي ژبه کې ورته رګې نسا وايي.

د درملنې ځايي (Local) نقطې: ت ر ۳۰، ت ر ۳۱، م ک۳۶.

بهرنۍ (Lateral) نقطې: ګ غ۵، ت ر۳۴.

**د زنګون ناروغۍ (Gonalgie)**

په دې ناروغۍ کې د زنګون دردونه رامنځ ته کېږي.

د درملنې ځايي (Local) نقطې: ت۹، ت۱۰، م۳۴، م۳۵، م۳۶، ځ۸، ت ر ۳۳، ت ر ۳۴، م ک۴۰، اپ پ۲، اپ پ ۴، اپ پ ۵.

محوري لېرې نقطې:

بهرنۍ (Lateral) نقطې: غ ک۱۰، م۳۶.

داخلي (Medial) نقطې: ت۹، س۵.

**د اکيليس ليګامټ ناروغي (Achilles tendinitis)**

په دې ناروغۍ کې د پوندو او پښو د بندونو دردونه رامنځ ته کېږي.

د درملنې نقطې: ب۳، ب۴، ب۵، ب۷، م ک ۵۷، م ک ۵۸، م ک۶۰، م ک۶۲.

**ميتاتارسلګي (Metatarsalgia)**

په دې ناروغۍ کې د پښو دردونه رامنځ ته کېږي.

د درملنې نقطې: م ۴۱، م۴۳، م۴۴، ت ر ۴۱، ت ر۴۳، ځ۲، ځ۳، ب۱، ا پ پ۱۰.

(c) ketabton.com: The Digital Library

**سردردي (Headache)**
درې دوله سردردي موجودې دي، د سر د مخکنۍ برخې، د سر د شاتنۍ برخې، او د اړخونو سردردي.
۱- د سر د مخکنۍ برخې درد (Frontal headache):
د درملنې ځايي (Local) نقطې: م۲-۸، غ ک۲۰، وک ۱۸، اس غ۳، اس غ۵، دم۲۴، ت ر۱۴.
محوري لېرې نقطې: غ ک ۴، م۴۴.
۲- د سر د شاتنۍ برخې درد (Occipital headache):
د درملنې ځايي (Local) نقطې: م ک۱۰-۱۵، ت ر۲۰، دم ۱۴-۲۰.
محوري ځايي نقطې :وک ۳، م ک۶۲.
۳- د سر د بهرنۍ برخې دردونه (Lateral headache) يا نيم سرى:
د درملنې ځايي (Local) نقطې: ګ غ ۲۰-۲۳، ت ر۱-۲۰، م ۸، اس غ۵.
محوري ځايي نقطې : ګ غ۳، ت ر۴۱.

**تريګيمينال نيورلګيا (Trigeminal neuralgia)**
په دې ناروغۍ کې د مخ دردونه رامنځ ته کېږي، دغه عصب درې څانګې لرى.
۱- د تندي د عصبي څانګې د درملنې نقطې: غ ک۴، دم۲۰، ځ۳، ت ر۱۴، اس غ۵، م ک۲.
۲- د پورتنۍ جامې دعصبي څانګې د درملنې نقطې: غ ک۴، دم ۲۰، غ ک۲۰، م ۳، وک۱۸، ځ۳.
۳- د ښکتنۍ جامې د عصبي څانګې د درملنې نقطې: غ ک۴، دم ۲۰، ځ۳، م۴-۶، رم۲۲.
محوري لېرې نقطې: غ ک۴، م۴۴.

**د جامې د بندونو ناروغۍ (Temporomandibular Joint)**
په دې ناروغۍ کې د مخ د عضلاتو د شخوالي په ذريه دردونه رامنځ ته کېږى، د جامې دردونه، او همدارنګه د ټينيټوس (Tinitus) ناروغۍ هم رامنځ ته کوي.
د درملنې نقطې: م۷، وک۱۸-۱۹، ت ر۲، ت ر۲۰، ت ر۳۴، م ک۴۰، دم۱۶.
محوري لېرې نقطې:
بهرني (Leteral) نقطې: ګ غ ۲۱، ت ر۴۱.
مخکنۍ (Ventral) نقطې: غ ګ۴، م۴.

**ريزش يا ذوکام (Gripal infect)**
د درملنې ځايي (Local) نقطې : م ک۲، ت ر۱۴، اس غ۳، اس غ۵، غ ک۲۰، م۳، وک۱۷-۱۸.
عرضي نقطې: ( ضد د درد نقطې :غ ک۴، م۴۴) ،( ضد د باد نقطې: ت ر۲۰، م ک۴۰، دم۱۶)، (ضد د لوندوالي نقطې: ت ر۳۹، ت۹)، ( د پتالوژيک فکتورنو د منځه وړلو نقطې: ګ غ۵، س۱۰)، ( د سرو اغېزناکه يا ماستر نقطه : رم ۱۷)، ( د مخاط توليدونکې نقطه: م۴۰).

**حساسيت ( Allergic rhinitis يا Allergic Conjunctivitis )**
د هر غړي ځايي نقطې: د درملنې ځايي اوهمدارنګه عرضي نقطو کې ستنې منډل کېږي.
سترګې: اس غ۳، م ک۲، اس غ۵.
پوزه: غ ک ۲۰، اس غ ۳، م ک۲، م۳.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ورى: وک۱۷.
عرضي نقطې: غ ک۴، غ ک۱۱، س۵، ت۱۰، ت ر ۲۰، م۴۰.

**استما (Bronchial asthma) او COPD**

په دې ناروغیو کې سا لنډي، ټوخي او بلغم رامنځ ته کېږي.
د درملني نقطې د استما ناروغی:
رم ۱۷، س۱، س۵، س۹، س۱۰، زپ۶، ت۶، غ ک۱۱، م۳۶، م۴۰، ت ر ۲۱، م ک۱۳، دم۱۲.
د درملني نقطې د COPD د ناروغی:
س۱، س۵، س۷، غ ک۴، غ ک۱۱، ت۳، ت۶، رم ۱۷، دم۱۴، م۳۶، م۴۰.

**سینوسایټس (Sinusitis)**
دا ناروغي د دوامداره ریزش له وجې رامنځ ته کېږي، سردردي، تبه اود بدن درد څخه ناروغان شکایت کوي.
ددرملني نقطې:
ځایي نقطې : اـس غ۳، م ک۲، ت ر ۱۴، غ ک۲۰، م۳، وک ۱۸.
عرضي نقطې: غ ک۴، غ ک۱۱، ت۶، م۴۰.

**دردناکه میاشتنی ناروغي (Dysmenorrhea)**
په دې ناروغی کې ښځې ډېردردونه لري.
ځايي نقطې: رم ۳، رم۴، م۲۹.
عرضي نقطې: غ ک ۴، م۴۴، ت۱، ت۴، ځ۱۳.

د **Hyperemesis gravidarum** ناروِغی: د حمل په وخت کې چې ناروغ ډېرې کانګې کوي.
د درملني نقطې: دم ۲۰، ز۷، زپ۶، م۳۶، رم۱۲، رم۲۰.

**د کوچني د زیږېدني په وخت کې دردونه**
د درملني نقطې: دم ۲۰، اـس غ۳، غ ک۴، م۴۴، رم۴، م۲۹، م۳۶، ت۶، ځ۳.
د شاه د درملني نقطې: م ک۲۷-۳۰، دم۲.

**د Lactation disorder ناروغی**
په دې ناروغی کې د مور په تیونو کې د شیدو د تولید ستونزه موجوده وي.
کچېرته شیدې لږې یا هیڅ نه تولیدیږي، تیبونه دردناکه نه وي، ژبه سپینه وي، پلس (Pulse) کمزوي وي.
د درملني نقطې: م ک۲۰، رم۱۷، م۱۸، م ۲۵، م۳۶.
کچېرته شیدې په تیپونو کې جمع شوې وي، تیپونه دردناکه وي، ژبه سره وي او زېړه طبقه یې نیولې وي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د درملني نقطې: رم ۱۷، دم۲۰، زپ۶، ت۶، م ۱۸، ت ر۳۴، ت ر ۴۱.

**د Placental abruption ناروغي**

په دې ناروغۍ کې پلاسنټا په بشپړ دول نه راوځي، بنده پاتې کيږي .

د درملني نقطې: ت۱، ت۶، رم۴، غ ک۴، ځ۳، اپ پ ۱۱، ت ر ۲۱.

**زور خفګان يا خواشيني (Depression)**

د درملني نقطې: دم۲۰، رم۴، رم۶، رم ۱۷، ز۷، زپ ۶، ت۶، ت۱۰، ب۳، م۳۶، ځ۳.

**د سوزک (Cystitis) ناروغۍ**

په دې ناروغۍ کې ناروغ د تشو ميتيازو د کولو سره سوزک لري، ځينې ناروغان ورسره دردونه لري، او ژر ژر تشې متيازې کوي.

ځايي (Lucal) نقطې: رم۳، م۲۹، م ک۲۸، م ک۶۷، ب۳.

عرضي نقطې: په تبه کې ددې نقطو درملنه بايد وشي: غ ک۴، ګ غ۵، ت۶، ځ۲، م ک۲۲.

که په تشو متيازو کې وينه وي، بايد د ت۹ درملنه وشي.

**ينکونټينينس (Inconitnence)**

په دې ناروغۍ کې ناروغ خپلې تشې يا ډکې متيازې نه شي ټينګولای.

د درملني نقطې: م ک۲۳، م ک۲۸، رم۳، رم۴، رم۶، دم۴، دم۲۰، ب۳.

**د پروستات ناروغۍ (Prostatitis)**

په دې ناروغۍ کې ناروغ تبه، د خېټې درد، د تشې متيازو د کولو په وخت کې د سوزاک او درد څخه شکايت کوي، تشې متيازې يې رڼې نه وي.

د درملني ځايي نقطې: رم۳، م۲۹.

عرضي نقطې:

د تبې او خولې کېدلو د درملني نقطې: غ ک۴، ت۶، ت۹، ت۱۰، ب۶.

د بدوډو تنبې د درملني نقطې: س۷، ب۳، ب۶، رم۴، م۳۶، م ک۲۳. چينيان وايي چې په دې ناروغۍ کې بدوډي بايد قوي شي.

**دسترګي ګلوکوما (Glaucoma)**

ګلوکوما د سترګو يوه ناروغي ده، چې د سترګې په کسې کې يو سپين داغ پيدا کيږي، چې دا د ړوندوالي لامل يا سبب کېدای شي.

د درملني ځايي نقطې: م ک۲، م۲، م۳، ګ غ۲۳، ا-س غ۳، ا- س غ۵، ت ر۱۴.

عرضي نقطې: ز۷، زپ۶، ت ر ۲۰، ت ر۳۴، دم۱۴، غ ک۴، ځ۳، ځ۱۴، م۳۶.

**د ليد يا ديد کمزوري (Poor eysight)**

چيناپان وايي، د ليد د کموالي لامل يا سبب د ځګر د انرژۍ د کموالي د کبله وي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د درملني ځايي نقطې : ا- س غ ۳، ګ غ ۲۳.
عرضي نقطې: غ ک۴، دم۲۰، ت ر ۲۰، ت ر۴۳، م۳۶، ځ۳، م ک۱۸.

**د سرګرځېدنه يا سر چرخي (Dizziness)**
چينايان وايي چې کله ځګر بادي شي، سر ګرځېدنه رامنځ ته کوي.
د درملنې ځايي نقطې: ګ غ ۲۱، ت ر۲، ا- س غ۵.
عرضي نقطې: ت ر ۲۰، ت ر۴۳، دم ۱۶، دم۲۰، ځ۲، ځ۳، ګ غ۳، م۳۶، م۴۰، ت۶، م ک۲۰.

**په غوږونو کې اوازونه (Tinnitus)**
چينيان وايي، د غوږونو د برنګس يا اوازونوعلتونه يې يخ باد او يا روحي فشار ياني ډېرې انديښنې کول دي.
د درملنې ځايي نقطې: ت ر۲، ت ر ۲۰، ګ غ۳، ګ غ۲۱، وک ۱۹.
عرضي نقطې: دم ۲۰، غ ک۴، ځ۳، زپ۶، ب۶، رم۶، س۷، ت ر۴۳.

**د معدې ناروغی (Gastritis)**
په دې ناروغی کې ناروغ د خېټې د پورتنۍ منځنۍ برخې د درد يا سوزش څخه شکايت لري.
د درملنې نقطې: رم۱۲، م۲۱، م۳۶، غ ک۴، زپ۶، ت۶، ځ۱۳، م ک۲۰، م ک۲۱.

**زړه بدوالی(Nausea)**
د درملنې نقطې: رم۱۲، م۳۶، زپ۶.

**اسهال (Diarrhea)**
د درملنې نقطې: غ ک۱۱، ت۴، ت۹، م۲۵، م۳۶، م۳۷، م ک۲۵، رم۱۲.

**قبضيت (Constipation)**
درملنې نقطې: م۲۵، م ک۲۵، ځ۳، غ ک۴، ګ غ۶.

**د کولمو تخريشي ناروغی (Irritable colon)**
په دې ناروغی کې خېټه بادي وي، زړه بدوالی او کانکې، په ځينې وختونو کې اسهال وي، خو د کولمو په معاينه کې کولمې هيڅ التهاب نه لري.
د درملنې نقطې: م۲۵، م۳۶، م۳۷، ت۳، ت۹، ز۷، دم۲۰، م ک۲۰.

**د کولمو مضميني التهابي ناروغی (Morbus crohn او Colitis ulcerosa)**
په دې ناروغيو کې ناروغ د خېټې درد، اسهال او کله قبضيت لري.
د درملنې ځايي نقطې: رم۱۲، م۲۱، م۲۵، ت۱۵.
عرضي نقطې: م۳۷، م۴۰، م۴۴، ت۴، ت۱۰، ت ر۲۰، ت ر۳۱، غ ک۴.

(c) ketabton.com: The Digital Library

**د زړه ټکان احساسول (Palpetation)**
په دې ناروغۍ کې ناروغ د زړه ټکان احساسوي.
د درملنې نقطې ځایي اوعرضي: دم۲۰، دم ۱۷، دم ۱۴، ا- س غ۱، ز۷، ز۵، زپ۶، م ک۱۵، م ک۱۸، م۳۶، ت۶، رم۶.

**لوړ فشار (Hypertension)**
په دې ناروغۍ کې سردردي، سرګرځېدنه او زړه بدوالی او کانکې او هر شی دوه لیدل او داسې نور.
درملنې نقطې : ت ر ۲۰، ت ر۳۴، غ ک۴، ځ۲، ځ۳، دم۲۰، دم۱۷، دم۱۴، ز۷، س۷، زپ۶، ب۶، م ک۶۲، رم۳.

**ټیټ فشار (Hypotension)**
درملنې نقطې : ز۷، س۷، رم ۶، ب۶، ت۱۰، ت ر۳۹، ځ۸، م ک۱۵.

**د بندښ د وجې د وینې په بهیر کې ستونزه (Circulatory disorder)**
کله چې یو رګ بند او تنګ وي، وینه هغه غړي ته نه رسېږي، نو د وینې په دوران کې ستونزه رامنځ ته کېږي.
د درملنې نقطې: ا-ل م ۹، ا پ پ۱۰، س۹، دم۲۰، ځ۳، ت۳، م ک۲۰، م۳۶، غ ک۱۱.

**بې خوبي (Sleep disturbance)**
د درملنې نقطې: دم۲۰، ا- س غ۱، س۷، زپ۶، ب۳، م ک۱۵، م ک۲۳.

**ځوانکي(Acne)**
په ځوانۍ کې په مخ دانې راخېژي.
د درملنې نقطې: غ ک۴، غ ک۱۱، م ک۲۰، م ک۲۱، م ک ۴۰، ت۶، ت۱۰، س۳، دم۱۰، ت ر ۲۰، م۳۶، م۴۴.

**یګزیما (Eczema)**
دا هم د پوستکي ناروغي ده چې خارښت پکې وي.
د درملنې نقطې: غ ک۱۱، ت۶، ت۹، ت۱۰، م۳۶، دم۱۴، ځ۳، ب۶، م ک۲۰، م ک۲۱.

**هرپیس ځوستر (Herpes zoter)**
دا د پوستکي ویروسي ناروغۍ ده، په اخته شوي برخه کې دردونه رامنځ ته کوي.
د درملنې نقطې: غ ک۱۱، ت۱۰، م ک۴۰.
**د بوستکي ناروغۍ (Neurodermatitis)**
د درملنې نقطې: دم۱۴، دم۲۰، س۷، س ۹، ز۷، ت۶، ت۱۰، م ک۱۳، م ک ۴۰، غ ک ۱۱، م۳۶.

(c) ketabton.com: The Digital Library

**د چاقوالي (Obesity) ناروغۍ**
د درملني نقطې: دم ۲۰، ز۷، زپ۶، غ ک۴، ځ۳، م۳۶.

**د سګرټي (Nicotine dependent)**
هغه خلک چې په سګرټو روږدي وي.
د درملني نقطې: دم۲۰، اـس غ ۱، اـس غ۳، دم۱۴، س۷، ز۷، زپ۶، غ ک۴، ځ۳.

**شرابي (Alcohol addiction)**
شرابي درملنه په لاندې ډول کېږي.
د درملني نقطې: دم۲۰، دم۲۶، رم۱۲، رم ۲۴، ځ۳، ځ۱۳، ځ۱۴، غ ک۴، ز۷، زپ۶، س۵.
ت ر۳۴، م۳۶، م۴۰.

**د نارينه جنسي کمزوري (Erectile dyspfunction)**
هغه نارينه ناروغان چې تناسلي اله يې نه لکېږي.
د درملني نقطې: م ک۲۳، م ک۵۲، دم۴، رم۳، رم۴، رم۶، ځ۳، م۳۶.

**د ويني کموالی (Anemia)**
د لاندې نقطو د درملنې په پايله کې وينه په بدن کې جوړېږي، په حرکت يې راولي او وينه يخوي.
د درملني نقطې: م ک۱۷، م ک ۲۰، م ک۲۱، م ک۴۰، ت۶، ت۱۰، ځ۲، ځ۳، غ ک۱۱، رم۴، س۹، م۳۶.

**بواسير (Hemorrhoids)**
د درملني نقطې: ت۳، ت۶، م ک۱۷، م ک۲۰، دم۲۰.

**زېړي (Hepatitis)**
د درملني نقطې: غ ک۱۱، ت۹، م ک۱۸، ځ۳.

**د تريخي ناروغۍ**
د درملني نقطې: غ ک۱۱، ت۹، م ک۱۸، ت ر۲۴، ت ر۳۴، زپ۶، م۳۶.

**تبه (Fever)**
د درملني نقطې: غ ک۴، غ ک۱۱، دم۱۴.

**د پوزې ويني کېدل (Nosebleed)**
د درملني نقطې: غ ک۴، م۴۴، س۱۱، ځ۳، ب۳.

**د لېنګو دردونه (Leg cramp)**
ددرملني نقطې: م ک۴۰، ځ۳، ت ر۳۴.

(c) ketabton.com: The Digital Library

**خارښت (Itsching)**
د درملني نقطې: غ ک۱۱، ت۶، ت۱۰.

**اټکي (Hiccup)**
د درملني نقطې: م۳۶، زپ۶، م ک۱۷.

**غاښونو دردونه (a toothache)**
د درملني نقطې: غ ک۱، غ ک۴، م۶، م۷، م۴۴، ت ر۲۰.

(c) ketabton.com: The Digital Library

**سرچيني يا اخځونه**

۱- اکوپنکچر کامپکټ (Akupunktur kompakt) په جرمني ژبه.
د چينايي درملنې د کتاب ټول انځورونه د اکوپنکچر کامپکټ څخه په پښتو ژبه ژباړل شوي دي.
ليکوالان: (M.Hammes N. Kuschick K.H.Christoph)

۲- چيک لست اکوپنکچر (Checkliste Akupunktur) په جرمني ژبه
ليکوالان: ( Angelika Steveling Hans –Ulrich Hecker Peter Velling/Elmar T.Peuker).

۳- دي اکوپنکچر Die Akutpunktur Lehrbuch Bildatlas Repetitorium په جرمني ژبه.
ليکلواله: Susanne Bihlmaier

۴- د کولن د اکوپنکچر په اکاډمي کې د سوزانه شرايبر درسي مالومات ( Lehre von Frau Dr. Susanne Schreiber an der IAN Akademie Köln).

۵- انټرنيټ ويکيپيډيا

(c) ketabton.com: The Digital Library

**د کتاب نوم :** چینایي درملنه په پښتو ژبه
**د لیکوال نوم :** متخصیص رنځپوه ډاکټر لونګ یوسفزی
**چاپ ځای:** صدارت مطبعه کابل افغانستان
**چاپ کال:** ۲۰۲۳/۲
**چاپ شمېر:** ۱۰۰۰ ټوکه
**خپرندوی ټولنه :** په جرمني کې د کولن ښار مشینسش د افغانانو کلتوري ټولنه

Get more e-books from www.ketabton.com
Ketabton.com: The Digital Library