

טרשת העורקים (atherosclerosis) כפי שהיא מתבטאת בסינדרומים של תקיעות דם בלב (Heart Xue stagnation)



תוכן העניינים:

2	טרשת עורקים (Atherosclerosis) על פי הרפואה המערבית
2	אטיולוגיה
2	סימנים וסממנים כלליים
3	בדיקות ואיתור מוקדם
4	שיטות טיפול
4	כאב חסימתי בלב/חזה על פי הרפואה הסינית
4	אטיולוגיה
5	סימפטומים
6	עיקרון טיפולי
6	נקודות דיקור
10	ביבליוגרפיה:

טרשת עורקים (Atherosclerosis) על פי הרפואה המערבית

אטיולוגיה

טרשת העורקים על פי הרפואה המערבית היא תהליך ממושך שבו לאורך זמן מצטברים רבדים שומניים על הדפנות הפנימיות של העורק ובהדרגה גורמים לחסימה של זרימת הדם. הגורם לכך הוא שקיעה של חבילות חלבוניות (ליפו-פרוטאינים) מסוג LDL שתפקידן להוביל כולסטרול מהכבד אל הרקמות. תהליך זה מתרחש באופן טבעי, כאשר יש מספר גורמים שלא ניתנים לשינוי כגון גברים בגיל מעל 50 והיסטוריה משפחתית (גנטיקה). יחד עם גורמי סגנון חיים שניתן לשנות - עישון, עודף משקל, חוסר בפעילות גופנית ומצבים רפואיים כמו סוכרת ויתר לחץ דם.

מבחינת המבנה האנטומי שלו, העורק מורכב ממספר שכבות:

- אינטימה (Intima) - הפנימית ביותר, עשויה מתאי אפיתל שטוחים הנקראים אנדותל וממטט תאי שריר חלק.
- מדיה (Media) - האמצעית והעבה מכולן. עשויה משכבות של תאי שריר חלק, המחוזקים בסיבי קולגן ואלסטין.
- אדונטיציה (Adventitia) - החיצונית ביותר. עשויה מרקמת חיבור ובתוכה עוברים עצבים.

את תהליך היווצרות החסימה ניתן לתאר באופן הבא: נזקים באנדותל של העורק גורמים לכך שהליפו-פרוטאינים שזורמים בדם ישקעו בתוך האינטימה ויגרמו להופעת רצועות שומניות בשם Fatty Streaks. ככל שיש יותר נזקים באנדותל ויותר ליפופרוטאינים בדם, כך הסיכוי לשקיעה גדול יותר. משקעי השומן גורמים לאנדותל לבלוט פנימה אל תוך חלל העורק.

מאחר ובאופן רגיל הזרימה בכלי הדם היא בדרך כלל זרימה ישרה (לינארית), עקב ההיצרות של החלל מתחילה להיווצר זרימת מערבולת ליד אזורי שקיעת השומן. שקיעה זו, יחד עם הנזקים באנדותל מובילים לגיוס של תאי דם לבנים (מונוציטים) בכדי לטפל בנזק שנגרם.

שני אירועים אלו מובילים ליצירת מולקולות אחיזה עבור תאי הדם הלבנים על גבי האנדותל. המונוציטים מנסים למעשה "לנקות" את האינטימה ואם אין הרבה שומן הם אכן יצליחו – אך אם הכמות ששקעה גדולה הם פשוט "יתקעו" בפנים. בעוד שתהליך זה יכול להיעצר כאן, לגורמי הסיכון שהוזכרו קודם לכן יש השפעה רבה על המשך התהליך, מה שמתבטא בהתרבות של תאי שריר חלק ולנדידה שלהם מהמדיה לאינטימה והיווצרות של פלאק טרשת.

חלק מתאי הקצף מתים ושופכים את תכולתם השומנית לתוך הפלאק. כך נוצרת הליבה הנמקית האופיינית, שמכילה בעיקר כולסטרול שעבר התגבשות. לאחר תהליך ההתארגנות והסתיידות נוצרים נימים חדשים אל תוך הפלאק כדי לספק דם לסיבי השריר החלק המתרבים. סידן שוקע על סיבי הקולגן ונוצרת ממש "אבן" בתוך הפלאק. בשלב זה ההפרעה לזרימת הדם כבר יכולה להיות מאוד משמעותית ובין התופעות שהיא גורמת להן ניתן למצוא למשל תעוקת חזה, אוטם בשריר הלב, אירוע מוחי ונמק. סיבוכים אלו נגרמים עקב קריעה של הפלאק, זרימה של קולגן לדם ויצירה של קריש. במידה ומדובר בקריש קטן יכול להיווצר מעליו מכסה פיברוטי כך שהוא נטמע בחזרה בפלאק. קריש גדול יכול לגרום לחסימה מלאה של העורק, אם כי במידה והוא מתפשט לאורך הדופן של העורק עדיין מתאפשרת זרימה חלקית של דם.

סימנים וסימנים כלליים

כל עוד אין היצרות מהותית של העורק לא יהיה ניתן להבחין בתסמינים מיוחדים. כאשר ההיצרות תגרום לחסימה חלקית או מלאה של דם לרקמות אזי התסמינים יהיו בהתאם למיקום של החסימה - מחלת עורקים היקפית, אנגינה (מחלת לב), מפרצת עורקים, התקף לב, שבץ, פגיעה בכליות ויתר לחץ דם.

מבין "התוצרים" של החסימה (מלאה או חלקית) שצוינו, נתמקד בשניים שהסימפטומים שלהם מייצגים היטב את הסינדרום של תקיעות דם בלב: תעוקת חזה (אנגינה פקטוריס) והתקף לב.

- **תעוקת חזה (אנגינה):** אנגינה היא מחלה הדומה במהותה למחלת העורקים ההיקפיים במובן שהיא נגרמת על ידי אספקה מופחתת של דם לשריר הלב. אולם בעוד שבראשונה הסימפטומים יתבטאו בעיקר באזור הרגליים, הסימפטום הנפוץ ביותר של אנגינה הוא תחושת כאב או אי נוחות בחזה. הכאב יכול להיות חד או עמום ויכול לחלוף בתוך מספר דקות. כאב הנגרם בשל אנגינה יתפשט במקרים רבים מהחזה לכתף השמאלית, לצוואר, ללסתות ולגב. הוא מופיע בעקבות פעילות גופנית (אפילו מתונה) או לחץ נפשי. במקרים מסוימים הכאב יתפתח במהלך שהייה במזג אוויר קר או לאחר ארוחה. אנשים הלוקים באנגינה עלולים לחוות גם את הסימפטומים הבאים: קוצר נשימה, בחילות, חולשה, סחרחורות, גיהוקים, עצבנות וחוסר מנוחה.
- **התקף לב:** מצב זה מתבטא כאשר הרובד הטרשתי המעובה בעורקים הכליליים המזינים את שריר הלב עצמו נסדק או מתבקע. אז נוצר סביב אזור ההתבקעות קריש דם והדבר עלול לגרום לחסימה של העורק ולהביא בכך לאי אספקת דם נושא חמצן לשריר הלב. מצב זה מכונה התקף לב. בין הסימפטומים נמצא: תחושה של כאב, לחץ, 'שריפה' או כובד במרכז החזה. כאב המוקרן במקרים רבים מהחזה לזרוע השמאלית. הכאב יכול להיות מוקרן גם לשתי הזרועות, לצוואר, ללסתות, לגב ולבטן (אזור הקיבה). בנוסף יהיו: תחושת חרדה, קושי בנשימה, בחילה, סחרחורת, זעה קרה, הקאות, עייפות רבה ושיעול.

בדיקות ואיתור מוקדם

מאחר ולטרשת העורקים אין תסמינים מיוחדים כל עוד לא התפתחה מחלת לב, הרי שאנשים שנמצאים בקבוצת הסיכון (לפי הגורמים שצוינו קודם לכן) צריכים לעבור בדיקות תקופתיות על מנת לעבור אבחון מוקדם ככל האפשר. בין הבדיקות נכלל למצוא:

- בדיקות דם לרמות כולסטרול ובנוסף בדיקת רמות סוכר בדם לאנשים שחולים בסוכרת (גם גבולית). בבדיקות אלו מודדים את רמות ה-LDL וה-HDL, הטריגליצרידים והסוכר.
 - בדיקת לחץ דם.
 - השוואת לחץ הדם בין הקרסול והזרוע על מנת לשלול מחלקת עורקים היקפית.
 - מדידת משקל והיקף מותניים שכן שומן בטני מהווה גורם סיכון משמעותי לטרשת.
- במצבים של סיכון גבוה או כאשר יש סימפטומים שמעלים חשד להתפתחות אחת מהמחלות הרשומות לעיל הרי שנעזר בנוסף בבדיקות הבאות:
- אלקטרוקרדיוגרם (E.K.G) – רישום של פעילות הלב בזמן מאמץ על מנת לאתר מצבים של מצוקה בלב.
 - אולטראסאונד דופלר – בדיקה זו אינה פולשנית ובודקת במקביל את כלי הדם ומהירות זרימת הדם.
 - צנתור – החדרה של צינורית דקה לתוך כלי הדם עד לעורק והזרקת חומר ניגוד לדם שבעזרת נטגן מאפשר הדגמה של אזורים חסומים.
 - סריקת טומוגרפיה ממוחשבת (CT) – יצירת תמונה תלת ממדית של הלב על מנת לאתר אזורי היצרות.

שיטות טיפול

הטיפול מתחלק למספר קטגוריות: מניעה, טיפול תרופתי לא פולשני וניתוחים פולשניים:

• מניעה

- מניעה היא צורת הטיפול המועדפת הן לפני הופעת התסמינים והן לאחריהם. בין השיטות למניעה ניתן למצוא:
 - ❖ תזונה מאוזנת – הפחתה בכמות השומן הרווי והגדלת צריכת השומן הבלתי רווי, ירקות, דגים ופירות. הפחתה בצריכת סוכרים פשוטים (ממתקים) ומלח נתרני.
 - ❖ פעילות גופנית – בעיקר פעילות אירובית סדירה מספר פעמים בשבוע.
 - ❖ הפחתת משקל - לבעלי עודף משקל.
 - ❖ הפסקת עישון.
 - ❖ איזון סוכרת ולחץ דם גבוה.

• טיפול תרופתי

- הטיפול התרופתי עצמו מתחלק גם הוא בהתאם למשפחת התרופות שמשתמשים בה, בפני עצמן או בשילוב עם תרופות נוספות:
 - ❖ תרופות להפחתת שומנים בדם – תפקידן להפחית את רמות ה-LDL בדם ולהעלות את רמת ה-HDL.
 - ❖ תרופות נוגדות קרישה – תפקידן למנוע את הקשירה של טסיות הדם לפלאק הטרשתית.
 - ❖ תרופות להורדת לחץ דם – תפקידן להוריד את הלחץ על דפנות העורקים ובכך למנוע מצב של מפרצת.

• טיפול ניתוחי

- הטיפול הניתוחי מתבצע כאשר יש היצרות של עורק מרכזי, בעיקר עורקים כליליים שמוביל דם אל הלב או עורקים תרדמניים שמובילים דם אל הראש והצוואר:
 - ❖ צנתור עם בלון ותומכן – בניתוח זה מוחדר בלון שמפוצץ את הרובד הטרשתית וקריש הדם ודוחס אותו לדפנות העורק. בשלב השני, לאחר הוצאת הבלון נשאר התומכן (סטנט) שהוא גליל רשת מתכתי שמונע היווצרות מחודשת של פלאק והיצרות של העורק.
 - ❖ ניתוח מעקפים – נוטלים ורידים מהרגליים או בית החזה ומשתילים אותם מסביב לאזורי ההיצרות בעורקים.
 - ❖ ניקוי פנים העורק – בתהליך זה, שמבוצע בדרך כלל בעורקים התרדמניים או בעורקי הרגליים מסירים את החלק הפנימי של העורק על מנת להחזיר את זרימת הדם לתקנה.

כאב חסימתי בלב/חזה על פי הרפואה הסינית

אטיולוגיה

ההתייחסות אל הלב ברפואה הסינית היא כזו של כבוד, שכן הלב הוא הקיסר. על פי ספר השאלות הפשוטות הלב הוא שליט כל האיברים ומייצג את המודעות של ההוויה האנושית. הלב שולט בדם ועושה זאת הן ע"י מתן חותמת ה-Shen לדם שזורם דרכו והן מתוקף אחריותו לאספקת הדם לגוף – כל הדם ונוזלי הגוף נשלטים על ידי הלב.

ה-Shen היא למעשה קומפלקס של רגשות ותחושות, ונמצאת כאמור בלב. כתוצאה מכך ללב מיוחסת פעילות מנטלית שכוללת רגשות, תודעה/הכרה, זיכרון ארוך טווח, חשיבה/אינטלקט ושינה. גם התפיסה העצמית שלנו את עצמנו ומול העולם מיוחסת ל-Shen. ללב יש יחסים שמבוססים על הדם עם איברים אחרים כמו הכבד והטחול ולאור זאת פתולוגיות רבות של הלב מיוחסות בין היתר לכאלו שנובעות מבעיות רגשיות כמו לחץ נפשי ממושך, כעסים (למשל כאלו שנובעים מתקיעות

בכבד שבעקבות זאת פולש ללב) ולחלופין לפתולוגיות של הלב יהיו סימנים רבים שקשורים ברגש כגון - צחוק בלתי נשלט, תופעות של מאניה-דיפרסיה, ודיכאון. אם כן, כפי שנכתב בשאלות הפשוטות, ההחלטה הסופית על כל פעולה נמצאת בידי הקיסר ואם הנפש בהירה כל תפקודי שאר האיברים יהיו תקינים. אם הנפש מופרעת הדבר יגרום להפרעה ואף חסימה בזרימת הצ'י ושאר האיברים ייפגעו. מקורו של כאב חסימתי בלב, אם כן, יכול לנבוע ממספר גורמים, כאשר ניתן בגדול לבצע הפרדה בין גורמים חיצוניים, שיהיו בדרך כלל יותר אקוטיים וגורמים פנימיים שיהיו בדרך כלל יותר כרוניים.

בין הגורמים החיצוניים ניתן למצוא חדירה של קור חיצוני כאשר כאן, עקב הקשר של הלב והריאות ביצירת הדם (על ידי מיזוג של צ'י הריאות עם צ'י המקור מהכליות), קיימת אפשרות שתהיה גם מעורבות של הריאות שדרכן חדר הקור. לעתים יכול להיות גם מצב רקע של חוסר יאנג בריאות או בלב שמאפשר את החדירה של הקור מלכתחילה.

תזונה יכולה גם היא להשפיע מאוד ולכן מזונות שמנים, מתוקים ונאים (Raw) פוגמים בקיבה ובטחול, אלו לא מצליחים לבצע את תפקיד ההתמרה של המזון לצ'י ונוצרת ליחה. ליחה זו נתקעת וחוסמת את כלי הדם ויוצרת תקיעות בזרימה של צ'י היאנג בחזה שגורמת לכאב.

אורח חיים שכולל עבודה פיזית קשה ללא מנוחה נאותה, שמעמיסה על הלב, לחץ נפשי לאורך זמן או אירוע דרמטי פתאומי כמו בהלה חזקה יכולים גם הם לגרום לתקיעות דם בלב וכאב בחזה.

בעיות רגשיות הן גורם נוסף לכאב חסימתי בחזה. רגשות כגון דאגה, הרהורים וחשיבת יתר מחלישים את הטחול והריאות, ולאורך זמן מחלישים את הצ'י שלהם וללא זרימה נאותה נוצרת תקיעות. תהליך זה יגרום לבסוף להיווצרות של ליחה. גורמים אלו תורמים להיווצרות של הכאב החסימתי בחזה. רגשות כמו תסכול, כעס, דיכאון וטינה פוגעים בכבד וגורמים לתקיעות של הצ'י שלו. כאמור, תקיעות של צ'י יכולה ליצור ליחה ובמקרה של הכבד אש שמכלה את הנוזלים ויוצרת עוד תקיעות. כאמור, גם שני אלו גורמים לכאב בחזה.

אטיולוגיה נוספת היא החמרה של חולשת יאנג או צ'י הלב כאשר במצבים אלו ללב אין את הכוח או האנרגיה הדרושה להניע את הדם וחלק ממנו נשאר בלב.

לפי השאלות הפשוטות הלב נשלט על ידי הכליות. מאחר ובגיל מבוגר נצפה לראות ירידה ביאנג הכליות אשר אמור לחמם את האיברים הפנימיים, ויגרום לירידה ביאנג הלב. בנוסף, תהיה ירידה בין הכליות ותהליך זה גורם לירידה בין הלב, דבר שלא מאפשר לתנועה של יאנג הלב ומכאן הדרך קצרה לתקיעות בצ'י ודם הלב וכאב בחזה.

סימפטומים

על פי ספר השאלות הקשות, בשאלה 16 שעוסקת במחלות הקשורות בחמשת האיברים המלאים, ניתן לומר שבאופן כללי, מאחר והלב מתבטא בחזות הפנים, בפה ובדיבור, הרי שבעת מחלה שקשורה בלב נצפה לראות פנים אדומים, פה יבש, חוסר טעם, דיכאון מנטלי, בלבול וחרדה, צמא חוסר שקט, נדודי שינה וכמובן כאבים בחזה שיכולים להקרין למקומות אחרים בהתאם לפתולוגיה. לחלופין נראה מצבים של חולשה, עייפות, חיוורון, פלפיטציות, בעיות זיכרון ועוד. כאב דוקר וקבוע שממוקד במקום אחד יצביע על תקיעות של דם הלב.

בפרק 24 נכתב שכאב לב שנגרם מעליית אנרגיה יינית של חמשת האיברים המלאים יתבטא בכאב בלב שמקרין לגב וגורם לתחושה של גיבנת מלפנים ומאחור ונגרם מעלייה של אנרגיה מהכליות. לעומת זאת, כאב לב שנגרם מעליית צ'י יתבטא במתיחות בטנית, תקיעות בחזה וכאב פתאומי בלב נגרם מעליית אנרגיית הקיבה. כאב שמרגיש כמו דקירה פתאומית או מכת פטיש ייגרם מעליית אנרגיית הטחול. גוון פנים חיוור עם קושי בנשיפת אוויר נגרם עקב עליית אנרגיה מהכבד. לחלופין, כאב שמוקל במנוחה ומוחרף בתנועה נגרם עקב עליית אנרגיית הריאות.

הסימפטומים שיאפיינו תקיעות דם בלב יהיו אם כן בראש ובראשונה כאב חד וחודרני בחזה, בדרך כלל עם הקרנה לצד שמאל – כתף, סקאפולה (ומאחר ומרידיאן הלב עובר שם), אפילו עד לזרת. בנוסף המטופל יתלונן על מועקה בחזה, קושי נשימתי עם תחושת חנק ונראה גם כיחלון בקצוות ובשפתיים.

בנוסף על הסימפטומים שהוזכרו, מאחר וכפי שציינתי האטיולוגיה יכולה לכלול החמרה של חולשת יאנג הלב או חולשת צ'י הלב, הרי שבמקרים אלו נוכל לצפות לראות לפחות חלק מהסימפטומים שקשורים בפתולוגיות אלו. חולשת יאנג הלב תתבטא גם בתחושת קור בגפיים (כמו בכל המקרים של חולשת יאנג) ואילו חולשת צ'י הלב תתבטא גם בפלפיטציות, שינויים בקצב הלב, קוצר נשימה במאמץ, עייפות פיזית ומנטלית, תשישות קבועה וחולשה.

אבחנה לפי הלשון

במצב אקוטי לא נראה סימנים מיוחדים על הלשון אולם אם המצב נמשך כמה ימים אזי נוכל לראות הופעה של נקודות סגולות שמאפיינות מצב של תקיעות. נקודות אלו יופיעו בעיקר באזור הטיפ (הקצה) של הלשון שמאפיין את הלב אולם גם בצדדים.

אבחנה לפי הדופק

מאחר ומדובר על תקיעות חמורה הרי שהדופק ירגיש מאוד מתוח, קשה וחד. הוא יכול להיות גם מקוטע, כלומר לא אחיד. על פי האטיולוגיה נוכל להרגיש סימנים נוספים כמו דופק מתגלגל במקרה של נוכחות של לחות.

עיקרון טיפולי

מאחר ומכל הסינדרומים של הלב זה של תקיעות דם נחשב למסוכן ביותר, הרי שבמצב האקוטי יופנה המטופל באופן מידי עצמאית לבית חולים או שיפונה ע"י מד"א. לאחר הטיפול הרפואי ניתן לטפל ע"י פתיחה של הסטגנציה, הנעת הדם וחיזוק צ'י הלב. מאחר ויהיה כאן בדרך כלל גורם ראשוני, אזי בהתאם לאטיולוגיה נטפל גם בו. בחלק של נקודות הדיקור אציין מספר נקודות שיכולות להישקל בעת ההמתנה לפינוי כטיפול חירום.

נקודות דיקור

בחלק זה אדון בנקודות הדיקור האפשריות לטיפול בתקיעות דם הלב. חשוב לציין כי לכל נקודה ישנם מספר תפקודים, כאשר אלו לעתים באים כחלק משיתוף עם נקודות נוספות. בפירוט שלהלן אציין רק את התפקודים הרלבנטיים לסינדרום זה. כמו כן, עקב קוצר היריעה אציין רק חלק מהנקודות האפשריות לטיפול במצב זה.

טיפול חירום

בין הנקודות שטובות בזמן ההמתנה למד"א ניתן להשתמש בנקודות הבאות:

Ht-9

- שם סיני: Shao Chong
- פירוש השם: פריצה קטנה.
- מיקום: בצד הרדיאלי של ציפורן הזרת.
- תיאור: נקודת באר, נקודת עץ ולכן גם נקודת חיזוק עקב היות המרידיאן באלמנט האש.
- תפקודים רלבנטיים:
- ❖ מחזירה להכרה – כמו רוב נקודות הבאר עקב פוטנציאל ההנעה הגבוה שלה.
- ❖ מסדירה את צ'י הלב ומרגיעה נפש – כאב בלב, כאב בחזה ובהיפוכונדריום.

Pc-9

- שם סיני: Zhong Chong
- פירוש השם: התפרצות אמצעית.
- מיקום: במרכז קצה האמה.
- תיאור: נקודת באר, נקודת עץ ולכן גם נקודת חיזוק עקב היות המרידיאן באלמנט האש.
- תפקודים רלבנטיים:
- ❖ מחזירה להכרה – כמו רוב נקודות הבאר עקב פוטנציאל ההנעה הגבוה שלה.
- ❖ מטהרת את הלב - כאב בלב, סערת נפש, תחושת לחץ בלב ללא הזעה

GV-26

- שם סיני: Ren Zhong
- פירוש השם: מרכז האדם.
- מיקום: על קו האמצע בפילטרום, שלישי המרחק מקצה האף לקצה השפה העליונה.
- תיאור: נקודת מפגש עם המרידיאנים St ו-LI.
- תפקודים רלבנטיים:
- ❖ מחזירה להכרה – נקודה מניעה מאוד, ידועה כיעילה בהחזרה להכרה כאשר משולבת ביחד עם Ht-9.

Pc-6

- שם סיני: Nei Guan
- פירוש השם: מעבר פנימי.
- מיקום: בצידה הפלקסורי של האמה, 2 צון פרוקסימאלית למפרק כף היד, על הקו המחבר את PC3 ו-PC7, בין הגידים Palmaris Longus ו-Flexor Carpi Radialis.
- תיאור: נקודת חיבור, נקודת פתיחה של מרידיאן ה-Yin Wei.
- תפקודים רלבנטיים:
- ❖ פותחת את החזה ומסדירה צ'י - כאב בהיפוכונדריום ואצל נשים גם בלב.
- ❖ מסדירה את הלב ומרגיעה נפש - כאב בלב, כאב פתאומי בלב, תחושת מלאות בחזה עם סערת נפש, פלפיטציות עם חרדה, הפרעות קצב.
- ❖ נקודה זו תהיה טובה גם כחלק מהטיפול המשקם.

נקודות דיקור לטיפול משקם על רקע של חולשה בצ'י הלב

BI-15

- שם סיני: Xin Shu
- פירוש השם: השפעה על הלב.
- מיקום: בין החוליות T5 ו-T6, 1.5 צון לטרלית לקו האמצע.
- תיאור: נקודת Back Shu של הלב.
- תפקודים רלבנטיים:
- ❖ מסדירה את צ'י הלב – פלפיטציות, חרדה, דופק לא סדיר.
- ❖ פותחת את החזה ומפזרת דם תקוע – כאב בחזה (גם כזה שמקרין לגב), לחץ בחזה (עם קושי בנשימה).

St-36

- שם סיני: Zu San Li
- פירוש השם: שלושת המייל של הרגל.

- מיקום: מתחת לברך, 3 צון מתחת ל- St-35, אצבע אחת לטרלית לשקע האנטריורי של הטיביה.
- תיאור: נקודת ים, נקודת אדמה, נקודת ים המים והדגנים.
- תפקודים רלבנטיים:
 - ❖ תומכת ומזינה צ'י.
 - ❖ מהרמנת צ'י ומזינה דם ו- Yin.

CV-4

- שם סיני: Guan Yuan.
- פירוש השם: שער המקור.
- מיקום: בקו האמצע של הבטן התחתונה, 3 צון מתחת לטבור.
- תיאור: נקודת התראה של המעי הדק, נקודת מפגש עם המרידיאנים: LIV, SP, KID.
- תפקודים רלבנטיים:
 - ❖ מחזקת את הצ'י המקורי ומיטיבה עם הג'ינג.
 - ❖ מחזירה מקריסה.

CV-6

- שם סיני: Qi Hai.
- פירוש השם: ים הצ'י.
- מיקום: בקו האמצע של הבטן התחתונה, 1.5 צון מתחת לטבור.
- תיאור: נקודה מיוחדת לחיזוק הצ'י.
- תפקודים רלבנטיים:
 - ❖ מיטיבה עם הצ'י המקורי – חולשת איברי היין עם התשת צ'י, חולשת הצ'י המקורי.
 - ❖ מחזקת צ'י – לכל סוגי חולשת צ'י אשר לא מגיבים לטיפול.
 - ❖ מצילה מקריסה של יאנג.

CV-14

- שם סיני: Ju Que.
- פירוש השם: מעבר גדול.
- מיקום: בקו אמצע הבטן, 6 צון מעל הטבור.
- תיאור: נקודת התראה של הלב.
- תפקודים רלבנטיים:
 - ❖ מסדירה את הלב ומשככת כאב – כאב בלב, כאב פתאומי בלב, כאב בחזה המקרין לגב או להיפוכונדריום.
 - ❖ חוסר התמצאות, איבוד הכרה, פלפיטציות עם חרדה, זיכרון ירוד, עצבנות עם חום.

CV-17

- שם סיני: Shan Zhong.
- פירוש השם: מרכז החזה.
- מיקום: בקו אמצע הסטרנום, בגובה המרב"צ הרביעי.
- תיאור: נקודת התראה של מעטפת הלב, נקודת מפגש של הצ'י, נקודת ים הצ'י, נקודת מפגש עם המרידיאנים: SP, KID, SI, TW.
- תפקודים רלבנטיים:
 - ❖ מסדירה את הצ'י ופותחת את החזה – מלאות ולחץ בחזה ובסרעפת, כאב בחזה ובלב.

נקודות דיקור לטיפול משקם על רקע של חולשה ביאנג הלב

GV-4

- שם סיני: Ming Men.
- פירוש השם: שער החיים.
- מיקום: על קו אמצע הגב, בין חוליה T2 ו-T3.
- תיאור: על הקו של הכליות, יחד עם BI-23.
- תפקודים רלבנטיים:
- ❖ מניעה את צ'י המקור של הכליות ומביאה יאנג לגוף.

GV-14

- שם סיני: Da Zhui.
- פירוש השם: חוליה גדולה.
- מיקום: על קו האמצע בבסיס הצוואר בין חוליה C7 ל-T1.
- תיאור: נקודת מפגש של כל המרידיאנים היאנגים, ים הצ'י.
- תפקודים רלבנטיים:
- ❖ מחזקת חוסר.
- ❖ מניעה צ'י.
- ❖ מציינים אותה לטיפול בכאב חסימתי שמכלה צ'י ודם.

BI-23

- שם סיני: Shen Shu.
- פירוש השם: השפעה על הכליות.
- מיקום: בין החוליות L2 ו-L3, 1.5 צון לטרלית לקו האמצע.
- תיאור: נקודת Back Shu של הכליות.
- תפקודים רלבנטיים:
- ❖ מחזקת את הכליות ואת היאנג
- ❖ מיטיבה עם הג'ינג
- ❖ עובדת טוב בשילוב עם GV-4

Kid-3

- שם סיני: Tai Xi.
- פירוש השם: נקיק עליון.
- מיקום: בשקע בין המלאולוס המדיאלי לבין גיד אכילס, בגובה בליטת המלאולוס.
- תיאור: נקודת פלג, נקודת אדמה, נקודת מקור.
- תפקודים רלבנטיים:
- ❖ מזינה את יין הכליות – כאב דוקר בלב
- ❖ מחזקת את יאנג הכליות

בנוסף לדיקור של נקודות אלו, מאחר ונרצה להכניס חום למרידאנים ע"מ לחזק את היאנג נבצע גם מוקסה על הנקודות הבאות:

- CV-4, CV-6, CV-17, St-36, BI-15, GV-4

לסיכום, חשוב גם לציין שבדומה לרפואה המערבית, גם כאן ללא שינוי באורח חיים ותזונה נכונה יהיה מאוד קשה לטפל בסינדרום זה ולפתור את בעיית המקור שלו ככל שתהיה.

1. Huang Di Nei Jing Su Wen : An Annotated Translation of Huang Di's Inner Classic - Basic Questions, 2 Volumes, Volumes of the Huang Di Nei Jing Su Wen Project by Tessenow, Hermann, Unschuld, Paul U. (2011).
2. Fundamentals of Traditional Chinese Medicine by Wu, Hong-Zhou, Cheng, Panji, Fang, Zhaoqin (2013).
3. Diagnosis in Chinese Medicine : A Comprehensive Guide by Giovanni Maciocia (2004)
4. The Practice of Chinese Medicine: A Comprehensive Text for Acupuncturists and Herbalists 2nd edition by Giovanni Maciocia (2008).
5. Synopsis of Prescriptions of the Golden Chamber by Zhang Zhongjing
6. A Manual of Acupuncture 2nd ed. Edition by Peter Deadman (Author), Mazin Al-Khafaji (Author), Kevin Baker (Author) (2007).
7. http://www.maccabi4u.co.il/5897-he/Maccabi.aspx?TabId=5899_5900_5906