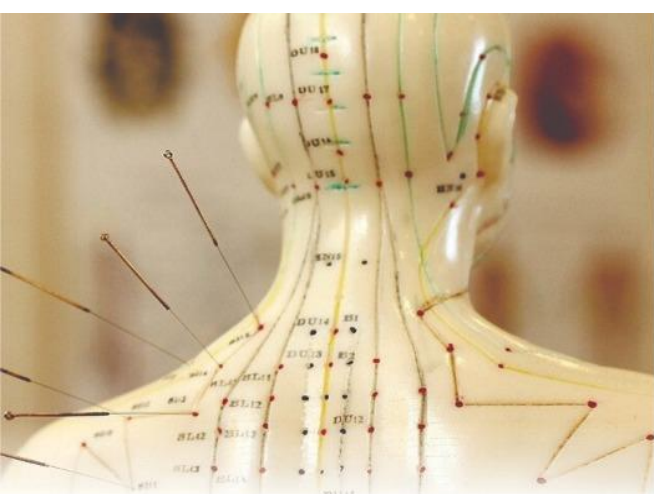
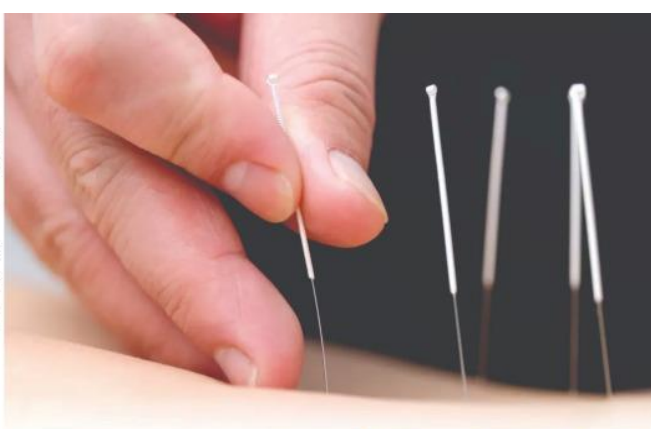


# د لیکوال په اړه لنډ معلومات:



چینایي درملنه په پښتو ژبه



ACUPUNCTURE

## چینایي درملنه په پښتو ژبه

ACUPUNCTURE

لیکوال: ډاکټر لونگ یوسفزی

لیکوال: ډاکټر یونگ یوسفزی

### د لیکوال په اړه لنډ معلومات:

ډاکټر لونگ یوسفزی د کونړ ولایت د خاص کونړ ولسوالۍ په نر کلي کې زېږیدلی دی. لومړنۍ او منځنۍ زده کړې یې په کونړ او پښتونخوا کې او لوړې زده کړې یې په ننگرهار او هرات پوهنتونونو په طب پوهنځي کې سر ته رسولي دي. په ۲۰۱۴ عیسوي کال کې یې د داخلي په رشته کې په المان کې تخصص وکړ. په ۲۰۲۱ عیسوي کال کې یې د کولن د اکوپنچر د اکاډمي څخه په چینایي دودیزه درملنه کې دپلوم ترلاسه کړ. په ۲۰۲۲ عیسوي کال کې د المان د نوردراین (Nordrhein) د ډاکټرانو ټولني په چینایي دودیزه درملنه کې سند (acupuncture) و.



Ketabton.com

## سرليکونه

۶	..... د اکوپنکچر په اړه لنډ مالومات
۶	..... د يانگ او ين په اړه مالومات
۶	..... شي يا کي ( Qi ) د بدن انرژي
۸	..... د بدن د غړو نومونه
۸	..... د بدن د غړو د درملني نقطې يا ټکي ( ځايونه)
۹	..... کانالونه يا ويالي يا دوران، جريان (Meridians)
۱۰	..... د سنتو د منډلو نقطې
۱۰	..... د بدلون مرحلې
۱۳	..... د بدن د غړو د ناروغۍ وخت
۱۳	..... د ويالو يا جريانونو يا کانالونو (Meridians) پيل او پای
۱۴	..... په بدن کي ځانگړي نقطې چې د بدن غړو ته انرژي ورکوي
۱۴	..... د ناروغيو تاريخچه، معاينه او تشخيص
۱۵	..... د ژبي معاينه (Tongue examination)
۱۶	..... د زړه د ټکان معاينه (Pulse examination)
۱۶	..... هغه فکتورونه چې ناروغي رامنځ ته کوي
۱۶	..... کن (Cun)
۱۶	..... د سپرو وياله يا کانال
۲۰	..... د غټو کولمو وياله يا کانال
۲۸	..... د ميدي وياله يا کانال
۴۴	..... د توري وياله يا کانال
۵۳	..... د زړه وياله يا کانال
۵۶	..... د وړو کولمو وياله يا کانال
۶۴	..... د متيازو کڅوړې وياله يا کانال
۸۷	..... د بښتورگو وياله يا کانال
۹۵	..... د زړه پردې وياله يا کانال
۹۹	..... د بدن گرم غړو وياله يا کانال
۱۰۸	..... د تريخي يا صفر اکڅوړې وياله يا کانال
۱۲۵	..... د اينې يا ځگر وياله يا کانال
۱۳۱	..... غيرې معمولي يا غيرې عادي ويالي يا کانالونه (Meridians)
۱۳۱	..... دوامای (Du Mai) يا چپ رگ يا وياله
۱۴۱	..... رين مای (Ren Mai) د حمل رگ يا وياله
۱۵۰	..... په بدن کي اضافي نقطې
۱۵۰	..... د سر او غاړې اضافي نقطې
۱۵۶	..... د سيني او خبټې اضافي نقطې
۱۵۶	..... د ملا اضافي نقطې
۱۵۹	..... د لاس، مټ اضافي نقطې
۱۶۴	..... د پښې، پټون اضافي نقطې
۱۷۰	..... د توافق نقطې (Approval points) په لنډ ډول
۱۷۱	..... د خطر يا (Alarm points) نقطې په لنډ ډول
۱۷۲	..... انتيک نقطې (Antique points)
۱۷۳	..... د پيل (Source points) يا يووان (Yuan points) نقطې

۱۷۳	..... تېرېدونکي (Passage points) يا لولو (Luo points) نقطې
۱۷۴	..... گروپي تېرېدونکي نقطې (Groups luo point)
۱۷۵	..... اغېزناکه نقطې (Master points)
۱۷۵	..... د بدن د بنسکتني برخي اغېزناکي نقطې
۱۷۶	..... ساحوي اغېز کونکي نقطې (Region related points)
۱۷۶	..... بېلونکي يا ځي نقطې (Xi-points)
۱۷۷	..... د ناروغيو درملنه
۱۷۷	..... د باد (wind) درملنه
۱۷۷	..... د يخني (Cold) درملنه
۱۷۷	..... د گرمي (Heat) درملنه
۱۷۷	..... د لوندوالي (Humidity) درملنه
۱۷۷	..... د وچوالي (Dryness) درملنه
۱۷۷	..... د درد دمنځه وړنکي نقطې (Analgesic points)
۱۷۷	..... سرویکل سندروم (Cervical syndrome)
۱۷۷	..... توراسيک سندروم (Thoracic syndrome)
۱۷۷	..... لومبار سندروم (Lumbar syndrome)
۱۷۷	..... د اوږو دردونه (Shoulder pain)
۱۷۸	..... د ځنگلي ناروغي (Epicodylopathy)
۱۷۸	..... د لاس د بند ناروغي (Wrist joint arthritis)
۱۷۸	..... د حوصيلي د هډوکو ناروغي (Coxalgia)
۱۷۸	..... د زنگون ناروغي (Gonalgia)
۱۷۸	..... د اکيليس ليگامنت ناروغي (Achilles tendonitis)
۱۷۸	..... ميتاتارسالگيا (Metatarsalgia)
۱۷۹	..... سردرد (Headache)
۱۷۹	..... تريجمينال نيورلگيا (Trigeminal neuralgia)
۱۷۹	..... د جامي د بندونو ناروغي (Temporomandibular joint disorder)
۱۷۹	..... ريزش يا ډوکام (Grippal infect)
۱۷۹	..... حساسيت (Allergic conjunctivitis او Allergic rhinitis)
۱۸۰	..... استما (Bronchial asthma) او COPD
۱۸۰	..... سينوسايټس (Sinusitis)
۱۸۰	..... دردناکه مياشتني ناروغي (Dysmenorrhea)
۱۸۰	..... د کوچني د زيږدني په وخت کي دردونه Hyperemesis gravidarum ناروغي
۱۸۰	..... د لاکټيشن ناروغي Lactation disorder
۱۸۱	..... د پلاسنټل ابروټيون ناروغي Placental abruption
۱۸۱	..... زور خفگان يا خواشيني (Depression)
۱۸۱	..... د سوزک (Cystitis) ناروغي
۱۸۱	..... ينکونټيننس (Incontinence)
۱۸۱	..... د پروستات ناروغي (Prostatitis)
۱۸۱	..... دسترگي گلوکوما (Glaucoma)
۱۸۱	..... د ليد يا ديد کمزوري (Poor eyesight)
۱۸۲	..... سرگرځېدنه يا سر چرخي (Dizziness)

۱۸۲	په غوړونو کې اوازونه (Tinnitus).....
۱۸۲	د معدې ناروغۍ (Gastritis).....
۱۸۲	زړه بدوالی (Nausea).....
۱۸۲	اسهال (Diarrhea).....
۱۸۲	قبضیت (Constipation).....
۱۸۲	د کولمو تخریښي ناروغۍ (Irritable colon).....
۱۸۲	د کولمو مضمیني التهابي ناروغۍ (Morbus crohn او Colitis ulcerosa).....
۱۸۳	د زړه ټکان احساسول (Palpitation).....
۱۸۳	لوړ فشار (Hypertension).....
۱۸۳	ټیټ فشار (Hypotension).....
۱۸۳	د بندښن د وجي د ویني په بهیر کې ستونزه (Circulatory disorder).....
۱۸۳	بی خوبي (Sleep disturbance).....
۱۸۳	خوانکې (Acne).....
۱۸۳	یگزېما (Eczema).....
۱۸۳	هرپیس خوستر (Herpes zoster).....
۱۸۳	د پوستکي ناروغۍ (Neurodermatitis).....
۱۸۴	د چاقوالي (Obesity) ناروغۍ.....
۱۸۴	سگریټي (Nicotine dependence).....
۱۸۴	شرابي (Alcohol addiction).....
۱۸۴	د نارینه جنسي کمزوري (Erectile dysfunction).....
۱۸۴	د ویني کموالی (Anemia).....
۱۸۴	بواسیر (Hemorrhoids).....
۱۸۴	زېړی (Hepatitis).....
۱۸۴	د تریخي ناروغۍ.....
۱۸۴	تبه (Fever).....
۱۸۴	د پوزې ویني کېدل (Nosebleed).....
۱۸۴	د لېنگو دردونه (Leg cramp).....
۱۸۵	خارښت (Itching).....
۱۸۵	اتکي (Hiccup).....
۱۸۵	غابښونو دردونه (a toothache).....
۱۸۶	د کتاب سرچیني یا اخځونه.....



## يادونه

ما به تل فکر کاوه، چې يو کتاب بايد بشپړ وي، او هيڅ نيمگړتياوي بايد ونلري، خو کله چې څوک علمي مطالعه کوي، نو يو کتاب هم بشپړ نه وي. د ځان د بنه پوهولو د پاره بايد د ډېرو سرچينو يو څه راټول کړي. ما هم د دې کتاب په ليکلو کې د ډېرو سرچينو گټه پورته کړې ده، چې وروسته به يې د سرچينو يا اخځونو يادونه وکړم.

ما چې کله وروسته د تخصص څخه خپل ځانگړی کتنځی (کلينیک) پرانيست، نو هر يو ناروغ به پوښتنه کوله: «چينايي درملنه کولای شئ؟» نو ځکه مې د چينايي درملني اکاډمي کې ځان داخبل کړ، او له دوه کاله وروسته مې په چينايي درملنه کې ډيپلوم او عالي سند تر لاسه کړ. بيا مې په خپل کتنځي کې چينايي درملنه پيل کړه، چې ښې پايلې يې درلودې.

دانسانيت چوپړ په ټوله نړۍ کې لومړيتوب لري، زه دلته هم د يو ډاکټر په توگه په جرمني کې هم د انسانيت په چوپړ کې يم، او دا ماته خوښي رابخښي. د جرمني هېواد او جرمنيانو ما او زما په څېر ډېرو کډوالو ته د خپلو خلکو په څېر حقوق ورکړي دي، هيڅ ډول توپيري چلند يې له مونږ سره کړي نه دی. او زه يې د ډېرو مرستو چې زما سره يې کړي دي، منندوی يم.

خو زه تل د ځان سره د گرانو هېوادوالو او گران هېواد په وړاندې د ملامتيا احساس کووم، همدغه احساس ماته دا فکر راکړ، چې زه د درملني په برخه کې په خپله مورنۍ ژبه پښتو کې يو څه وليکم، او خپلو هېوادوالو ته يې ډالۍ کړم، کېدای شي چې زمونږ هېوادوال ترې يو څه گټه پورته کړي.

د دې کتاب په ليکلو کې خپلوانو او دوستانو ډېر هڅولا ي يم، خو سپين غر بيدار ستوري چې په کمپيوټر ساينس کې يې ماسټري کړې ده، او پوهيال ستوري چې په کمپيوټر ساينس کې يې ليسانس کړی دی، او د گوگل د پښتو څانگې مشر دی، د دې کتاب د ليکلو د هڅونې تر څنگ د کتاب ټولې کمپيوټري چارې او ډيزاين کې ډېر زيار ويستلای دی. له دواړو زره ته راننږدې ورېرونو د زره له تله مننه کوم.

که څوک د دې درملني په پار نورې پوښتنې لري، نو کولای شي چا زما سره په لاندې بريښنالیک اړيکه وکړي.

lawangyousafzai@gmail.com

## اکوپنچر (Acupuncture)

د اکوپنچر اصطلاح (وی) د دوه برخوڅخه جوړه شوی ده، اکو سنتي ته وایي، او پنچر منډلو یا ننیستلو ته وایي. دا یوه چینایي دودیزه (رواجي) درملنه ده. چینایان وایي: په بدن کې د انرژي ویاړي یا کانالونه (Meridians) موجود دي، چې په دې کې د بدن انرژي چې د کي یا شي (Qi یا She) په نامه یادېږي بهېږي، کومه چې د بدن په دندو اغېز لري. کله چې په دې بهېدنه کې ستونزه پيدا شي، ناروغي رامنځ ته کېږي، چې درملنه یې د سنتو په ذریعې کېږي. په دوهمه پېړۍ کې په چین کې د ناروغيو درملنه د سنتو په مرسته پیل شوه. د چین تاریخپوه سیمایان (Sima Qian) دوه پېړۍ مخکې د میلاد څخه په خپله رسامی کې د تیرو د سنتو یادونه وکړه. وروسته دهغې یو بل چینایي عالم د امپراتور په نامه کتاب کې د ډول ډول د اوسپني د سنتو یادونه وکړه، او په بدن کې د سنتو د منډلو د پاره یې ۳۴۹ ځایونه په نښه کړل، په ځینې کتابونو کې ۳۶۱ نقطو یا ځایونو یادونه شوي ده. په دې طبابت کې له دوه اصطلاحاتو ډېره گټه پورته کېږي، چې یو د یانگ (Yang) او بل د یین (Yin) په نامه یادېږي.

### د اکوپنچر د درملني اغېز:

دردونه کموي، تشنج کموي، د روحي ستونزو درملنه، عصبي درملنه، د بدن مقاومت لوړوي، او د پیرسوب د ښه والي سبب ګرځي.

### د درملني په مهال باید د ډېرې پاملرنې کار واخستل شي:

په ځینو حالاتو کې د پاملرنې کار واخستل شي لکه چې ښځه حامله یا بارداره وي، د خوږبزی یا ویني کېدنې خطر موجود وي، یانې هغه ناروغان چې د ویني د نری 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 پوستکي کې او همدرنگه د پوستکي په هغه برخه کې چې د Herpes zoster په ناروغي اخته وي.

### د درملني جانبي عوارض:

خوږبزی یا وینه کېدنه، Pneumothorax، دسترگو تورېدل (Collapse)، د پوستکي سوزېدنه، او Urticaria.

**یانگ (Yang):** چینایان وایي یانگ پیاوړی یا قوي وي، او مختلفې ماناوې لري، لکه بهرنی برخه، پورته، ختل، گرمي، دنده، سړی، د سړو اصول، اور، لمر، تش.

**یین (Yin):** چینایان وایي یین کمزوری وی، او مختلفې ماناوې لري، لکه: کورنی یا داخلي برخه، ښکته، رابښکته کېدل، یین، ماده، ښځه، د ښځو اصول، اوبه، ځمکه، سپوږمۍ، او ډک.

### شي يا کي (Qi) د بدن انرژي

چینایان وایي: د ژوند ټولې چارې په کي یا شي چلېږي، دا د بدن انرژي ده، کله چې په دې انرژي کې ستونزه رامنځ ته کېږي، نو د ناروغي سبب کېږي.

چینایانو شي یا کي د وریجو د بخار سره پر تله کړي ده، دوی وایي شي د هغه وریجو بخار ته وایي چې پخې نه وي. شي د ویني، د بدن اوبه، د بدن جوهر، او روح څخه پیل یا منشا اخلي، او ریښي یې د ښوډو یا بښتورگو په یانگ اړخ کې دي.

## د شي ډولونه :

۱- **يووان شي (Yuan Qi) يا ابتدايي شي:** دې ته چينايان د ژوند بيټري يا مسالي وايي، او دا په دوه ډوله ده:

- ميراثي شي: کومه چې د مور او پلار څخه اولادونو ته لېږدول کېږي.  
- کسبي شي: هغه شي چې وروسته د زېږون څخه د کوچني په بدن کې پخپله تولېدېږي، چې د نيردې شي په نامه هم يادېږي. چينايان وايي يووان شي ټول بدن ته د مختلفو کانالونو او ويالو په ذريه لېږدول کېږي، د ټولو غړو د فعالېدو سبب کېږي، او د بدن د ودې او پرمختگ سره مرسته کوي.

### ۲- **گوو شي (Gu-Qi):**

گوو شي ته د تغذيه شي هم وايي، کومه چې د معدې او تورې په ذريه د غذايي موادو څخه جوړېږي.

### ۳- **څونگ شي (Zong Qi):**

دې ته د تنفس شي يا راټولونې شي هم وايي، کومه چې د سږو په ذريه د هوا څخه راټولېږي يا جوړېږي.

### ۴- **ژين يا زين شي (Zhen Qi):**

دې ته د بدن دساتنې شي وايي، کومه چې د څونگ شي څخه په لاس راځي، او په دوه ډوله ده، وای شي (Wei Qi)، او ينگ شي (Ying Qi).

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

۱- بدن د بهرني افتونو يانې له مگروبونو څخه ساتي. ۲- د بدن بهرنۍ برخه يانې پوستکي او عضلات گرم يا تاوده ساتي.

**ينگ شي (Ying Qi):** ينگ شي د بدن په ويالو او رگونو کې بهېږي، بدن تغذيه کوي، او که ناروغ کم خوني يانې د وينې کموالی ولري، په وينه بدلېږي.

### د شي دندې يا وظيفې:

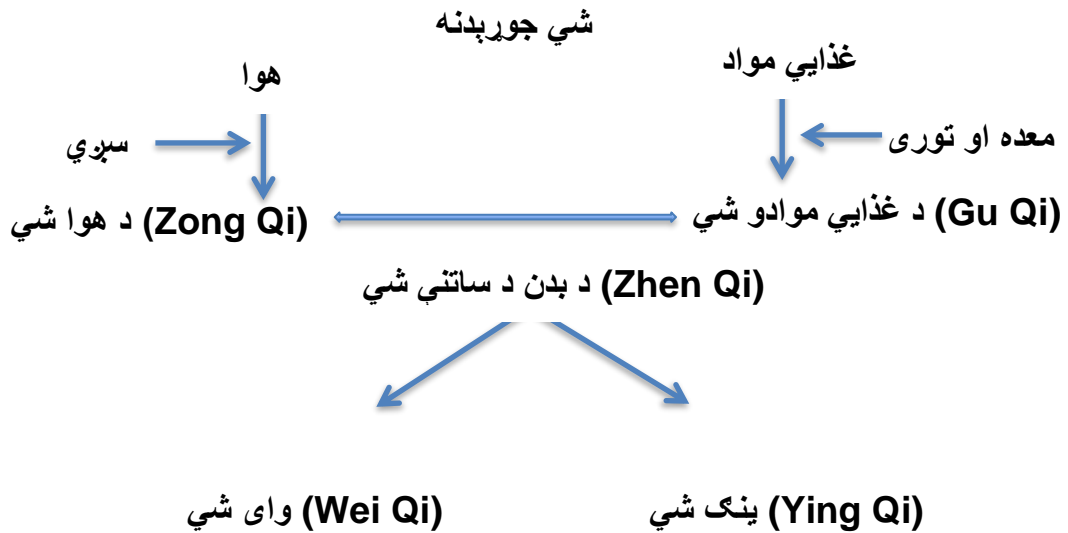
۱- د بدن ټول مايعات، نشي ميتيازې، او ډکې متيازې کنټرولوي.

۲- شي په وينه بدلېدای شي.

۳- شي د بدن ساتنه کوي.

۴- بدن گرموي د يخ څخه يې ساتي.

۵- ټول بدن تغذيه کوي.



### د بدن د غړو نومونه

چينايانو د بدن د انرژۍ ويالې يا کانالونه د خپلو پخوانيو تجربو په اساس نومولې دي، چې په هره وياله کې چې د درملنې کومې نقطې موجودې دي، يو نوم ورکړی دی، چې يوه ځانگړې مانا لري. لويديځوالو يا غربيانو د بدن ويالې د بدن د غړو د اناتومي په اساس نومولې دي، د درملنې نقطې د بدن د غړو په لومړۍ توري او يوې شمېرې سره نومولې دي. په دې کتاب کې د لويديځوالو د نومونې گټه پورته شوي ده. د دې په ځای چې د چينايي طبابت زده کړه اسانه کړو، د بدن د غړو لومړۍ ټکې چې يوه برخه ولري، او چې دوه برخې ولري، د دواړو لومړي ټکو څخه تل گټه پورته کوو، د يو خوا په لنډ ډول وي، او لږ ځای نيسي، او د بل خوا يې زده کړه اسانه وي.

سږي = س	زړه = ز	زړه پرده = زپ
غټې کولمې = غ ک	وړې کولمې = وک	گرم غړي = گ غ
مېده يا معده = م	ميتيازو کڅوړه = م ک	تريخی = ت ر
توري = ت	بښتورگي يا بډوډي = ب	ځيکر = خ

### د بدن د غړو د درملنې نقطې يا ټکې ( ځايونه )

کله چې يو ناروغ شکايتونه (اعراض) او نښې (علامې) ولري، نو د بدن په کومو نقطو کې سنتي منډل کېږي؟ هر غړی د درملنې په پار ډول ډول نقطې يا ځايونه لري. سږي ۱۱ د سنتو د منډلو ټکې (ځايونه) يا نقطې لري، غټې کولمې ۲۰ ټکې يا ځايونه، مېده ۴۵ ځايونه، توري ۲۱ ځايونه، زړه ۹ ځايونه، وړې کولمې ۱۹ ځايونه، د ميتيازو کڅوړه ۶۷ ځايونه لري، بډوډي يا

بښتورگي ۲۷ ځايونه لري، د زړه پرده ۹ ځايونه لري، د بدن گرم غري ۲۳ ځايونه لري، تريخي ۴۴ ځايونه لري، اينه يا ځيگر ۱۴ ځايونه لري. همداسي په بدن کې نور ځايونه يا اضافي ټکي هم شته چې وروسته به يې يادونه وشي.

زپ = ۹ ټکي	ز = ۹ ټکي	س = ۱۱ ټکي
گ غ = ۲۳ ټکي	وک = ۱۹ ټکي	غ ک = ۲۰ ټکي
ت ر = ۴۴ ټکي	م ک = ۶۷ ټکي	م = ۴۵ ټکي
خ = ۱۴ ټکي	ب = ۲۷ ټکي	ت = ۲۱ ټکي

### کانالونه يا ويالي (Meridians)

چنيايان وايي: په بدن کې ډول ډول کانالونه يا ويالي موجود دي، چې پدې کانالونو کې د بدن د ژوند انرژي يا پياوړتيا چې چنيايان ورته کي يا شي (Qi) وايي، بهيري، او پدې باندې انسان ژوند کوي. کله چې د بدن په هره برخه کې د انرژي (شي) په بهېدنه کې ستونزه پيدا شي، بيا د بدن د هماغې برخې ناروغي رامنځ ته کېږي، دا ويالي يا کانالونه په لاندې ډول دي.

**منظم کانالونه:** منظم کانالونه ټول ۱۲ دي، څلور د بدن په مخکني يا قدامي برخه، څلور د بدن په شاتني يا خلفي برخه او څلور په بهرنۍ يا وحشي برخه کې ځای لري.

- ۱- د بدن د قدامي (مخکني) برخې کانالونه يا ويالي
- ۲- د بدن د خلفي (وروستني) برخې کانالونه يا ويالي
- ۳- د بدن د وحشي (بهرني) برخې کانالونه يا ويالي

ويالي (Ventral)	مخکني (Meridians)	وروستني ويالي (Dorsal Meridians)	بهرني ويالي (Lateral Meridians)
س ۱۱		ز ۹	زپ ۹
غ ک ۲۰		وک ۱۹	گ غ ۲۳
م ۴۵		م ک ۶۷	ت ر ۴۴
ت ۲۱		ب ۲۷	خ ۱۴

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

- ۱- دوماي (Du Mai): کنټرولونکی رگ يا وياله، مانا چې ټولي منظمي ويالي کنټرولوي.
- ۲- رين ماي (Ren Mai): طرحه جوړونکی رگ يا وياله.
- ۳- چونگ ماي (Chong Mai): داخليدونکی رگ يا وياله.
- ۴- دای ماي (Dai Mai): د کمربند رگ يا وياله، د بدن څخه د کمربند په څېر چاپېره شوي ده.

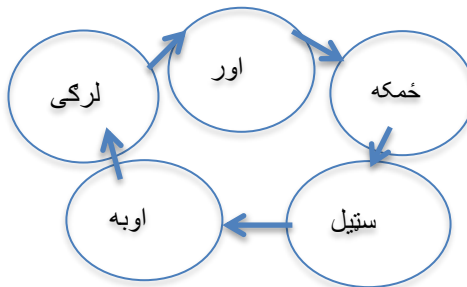
- ۵ - ين کيوماى (Yin Qiao Mai): د پوندي ين رگ يا وياله.
  - ۶- يانگ کيو ماى (Yang Qiao Mai): د پوندي يانگ رگ يا وياله.
  - ۷- ين واى ماى (Yin Wei Mai): د ين د اتصال يا يو خاى کپدو رگ يا وياله.
  - ۸- يانگ واى ماى (Yan Wei Mai): د يانگ د اتصال يا يو خاى کپدو رگ يا وياله.
- په دې کانالونو يا ويالو کې دوماى او رين ماى ډېر مهم دي، چې وروسته به يې په پوره توگه يادونه وشي.
- اضافي کانالونه :** همدارنگه په بدن کې نورې اضافي ويالې هم شته، چې په لاندې ډول دي.
- ۱- د سر او غاړې اضافي وياله يا کانال.
  - ۲- د سينې او خټې اضافي وياله يا کانال.
  - ۳- د ملا اضافي وياله يا کانال.
  - ۴- د مټ او لاس اضافي وياله يا کانال.
  - ۵- د پتون او پښې اضافي وياله يا کانال
- د سنتو د منډلو نقطې**

- ۱- کلاسيک يا د باور ورنقطې: کومې چې د ۱۲ ويالو په اوږدوالي کې خاى لري.
- ۲- اضافي نقطې: کومې چې د بدن د اضافي ويالو په اوږدوالي کې خاى لري.
- ۳- اشې (Ashi) نقطې: کومې چې د بدن په دردناکه برخو کې خاى لري، چې دې نقطو ته جرمنيان داووس (Dawos) نقطې وايي، چې مانا يې (Da wo schmerzen) هغه نقطې چېرته چې درد وي، يانې چې دغه نقطو ته زور ورکړي، ناروغ د درد احساس کوي.

### د بدلون مرحلې

چينايان د سنتو د درملنې په پار د دريمې عيسوي پېړۍ د يوې طرحې څخه کار اخلي، چې په اوسني وخت کې په هغې پوهېدل هم ستونزمن دي.

په دغه طرحه کې په کال کې د طبعیت يا چاپيريال بدلونونه، چې د انسان د ژوند او روغتيا سره اړيکه لري، او په پنځو عناصرو يې ويشلې دي. دوى وايي چې دا پنځه بدلونونه په انسان کې شته دي، چې د ناروغۍ او عمر سره بدلون کوي. دا پنځه عنصره لکه لرگى، اور، خاوره، سټيل يا اوسپنه، اوبه دي.



چينايان وايي: دغه عناصر يو بل سره مرسته کوي، او د يو دوران په څېردي، او همدارنگه يو بل کنترولوي.

#### د مرستې دوران:

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

۱- لرگي د اور لومړۍ توکي دي، يانې بي له لرگيو اور نه بلېږي.

۲- د اور په پايله کې ايره يا خاوره تولدېږي.

۳- د خاورې څخه سټيل يا اوسپنه جوړېږي.

۴- اوسپنه اوبه تراکم يا جمع کوي.

۵- اوبه د ونې چې لرگي ترې جوړېږي، د ودې د پاره اړين عنصر دی.

#### د کنترول دوران:

۱- اوبه اور کنترولوي، يانې د اوبو په ذريه اور وژل کېږي.

۲- لرگي (نباتات) ځمکه يا خاوره کنترولوي، د تودوخې درجه لوړېږي، او ځمکه وچېږي.

۳- اور سټيل يا اوسپنه کنترولوي، يانې اوسپنه ويلې کوي، او شکل ورکوي.

۴- ځمکه اوبه کنترولوي، لکه د درياب غاړه.

۵- سټيل يا اوسپنه لرگي کنترولوي، يانې لرگي غوڅوي.

#### د غلبي يا برياليتوب دوران:

لرگي په اوسپنه (تبرگي) باندې بريالي کېږي، يانې ځينې سخت لرگي تبرگي نه شي چولای، تبرگي پڅوي. کله اور په اوبو برياً مومي، يانې اوبه جوشي، او بهار کېږي. کله ځمکه په نباتاتو برياً مومي او وچېږي، د خرابې ځمگې له وجې نباتات وچېږي. کله اوسپنه به اور برياً مومي، يانې د اوسپنې د الې په ذريه اور مړ کېږي.

#### د لرگي د بدلون مرحله (يانگ مرحله):

صفت: انرژي او قوت دی، يانې لرگي د انرژي او پياوړتيا برابرونکي دي. يانې په دې مرحله کې انسان انرژي لرونکي وي.

پنالوژي: په قهرېدل، نه راضيټوب، سردردې Migräne، عضلي دردونه، د تخييض څخه مخکې شکايتونه او داسې نور.

#### د اور بدلون مرحله (يانگ مرحله):

صفت: خوبني، دوستان زر پيدا کول. يانې په دې مرحله کې انسان خوبش وي، او ژر دوستان پيدا کوي. پنالوژي: زر قهرېدونکي، ژبه تړتري کېدل، د زړه ناروغی او شکايتونه، بي خوبې، او ازمويني څخه وپره لرل.

#### د ځمکې يا خاورې د بدلون مرحله (ختنا مرحله):

دا د مساوات مرحله ده، همدارنگه د پخېدو مرحله ده، لکه د مېوې د زړې په منځ کې ځای لري، يانې منځنۍ مرحله ده.



صفت: بڼه ژوند، بڼه خوراک او پوښاک.  
پتالوژي: ډېر اندېښنې کونکې خلک، هغه خلک چې ځان ناروغ گڼي (Hypochondria) او داسې نور.  
دستپيل يا اوسپنې د بدلون مرحله (ين مرحله):

صفت: آرام، حساس يانې دا خلک آرام او حساس وي.  
پتالوژي: آرام لکه ژور خفگان (Depression) ناروغی، او حساس لکه د پوستکي ناروغی (Neurodermatitis)، سالنډي (Asthma bronchial).  
د اوبو د بدلون مرحله (ين مرحله):

د اوبو مرحله د جوړېدنې او ارامه مرحله ده، نمو او وده د دې مرحلې څخه منشا اخلي.  
صفت: ديقته، حساس، منظم، داسې خلک په ژوند کې ډېر دقيق او حساس وي.  
پتالوژي: وېره، روحی ناروغی او داسې نور.

د بدلون مرحلې په لنډ ډول					
اوبه	ستپيل يا اوسپنه	خاوره يا ځمکه	اور	لرگی	بدلون
زېرمه	پخوالی	تبدیلېدل	نمو	نطفه	وده
ژمی	خزان يا منی	د اوړي پای	اوړی	پسرلی	موسمونه
يخني	وچوالی	نمجن	گرمي	باد	اقلیم
مالگين	تريخ	خور	بد	تريو	خوند
بدوډي	سبزي	توری	زړه	ځيکر	ذخيره کونکې غړي
د متيازو کڅوړه	غټي کولمې	معهه	ورې کولمې	صفرا کڅوړه	لېږدوونکې غړي
غورونه	پوزه	خوله	ژبه	سترگی	حسي غړي
هډوکې	پوستکې	عضلات	دوينې رگونه	ليگاميتونه	انساج
غابڼونه	د بدن وينتان	شحميات		نوکان	
سر وينتان		کونيکټيوانساج			
وېره	خواشيني	اندېښنې	خوښي	قهر	احساسات
توراو ابې	سپين	زېر	سور	شين	رنگونه
شمال	لوېديځ	منځ برخه	جنوب	ختيځ	اړخ يا طرف
زړېروي	ژړا	سندري	خندا	چغې	اواز

## د بدن د غړو د ناروغی وخت

چینایان په دې باور دي، چې د بدن غړي په ځانگړو وختونو کې په ناروغی اخته کېږي. لکه د سږو په کانال کې د سهار د ۳-۵ بجو کې ستونزه یا ناروغي رامنځ ته کېږي. د غټو کولمو په وپاله کې د سهار د ۵-۷ بجو په وخت کې ستونزه رامنځ ته کېږي. د توري په وپاله کې د ۹-۱۱ بجو په وخت کې ستونزه یا ناروغي رامنځ ته کېږي. د زره په وپاله کې د ۱۱-۱۳ بجو په وخت کې ستونزه یا ناروغي رامنځ ته کېږي. د ورو کولمو په وپاله کې د ماسپینن د ۱۵-۱۷ بجو په وخت کې ستونزه یا ناروغي رامنځ ته کېږي. د بودو په وپاله کې د ۱۷-۱۹ بجو په وخت کې ستونزه یا ناروغي رامنځ ته کېږي. د زره د پردې په وپاله کې د ۱۹-۲۱ بجو په وخت کې ستونزه یا ناروغي رامنځ ته کېږي. د گرم غړو په وپاله کې د ۲۱-۲۳ بجو په وخت کې ستونزه یا ناروغي رامنځ ته کېږي. د تريخي په وپاله کې د ۲۳-۱ بجو په وخت کې ستونزه یا ناروغي رامنځ ته کېږي. او د اینې یا ځگر په وپاله کې د ۱-۳ بجو په وخت کې ستونزه یا ناروغي رامنځ ته کېږي.

زړه پرده ۱۹-۲۱ بجي	زړه ۱۱-۱۳ بجي	سږي ۳-۵ بجي
گرم غړي ۲۱-۲۳ بجي	وړې کولمي ۱۳-۱۵ بجي	غټي کولمي ۵-۷ بجي
تريخي ۱-۲۳ بجي	متياز رکڅوره ۱۵-۱۷ بجي	معهه ۷-۹ بجي
ځگر ۱-۳ بجي	بودي ۱۷-۱۹ بجي	توري ۹-۱۱ بجي

## د وپالو یا جريانونو یا کانالونو (Meridians) پیل او پای

چینایان په دې باور لري، چې په وپالو یا کانالونو کې د انسان د بدن پیاوړتیا یا قوت (شي) دوران لري، کله چې ناروغي رامنځ ته کېږي، نو دا پیاوړتیا سم جریان کولای نه شي، نو کله چې په دغه نقطو کې ستنې و مندل 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 وپالې چې د سینې پیل او په لاسونو پای مومي، لکه: سږي، زره، او د زره پرده. ۲- هغه وپالې چې د لاسونو پیل او په سر پای مومي، لکه وړې کولمي، غټي کولمي او گرم یا تاوده غړي. ۳- هغه وپالې چې د سر څخه پیل او په پښو پای مومي، لکه معده، د متيازو کڅوره او تريخي. ۴- هغه وپالې چې د پښو پیل او په سینه پای مومي لکه توري، بودي، او اینه یا ځگر.

زپ ۹	ز ۹	س ۱۱	د سینې څخه پیل او په لاسونه پای مومي
ک غ ۲۳	وک ۱۹	غ ک ۲۰	د لاسونو څخه پیل او په سر پای مومي
ت ر ۴۵	م ک ۶۷	م ۴۵	د سر څخه پیل او په پښو پای مومي
ځ ۱۴	ب ۲۷	ت ۲۱	د پښو پیل او په سینه پای مومي

د بدن زېرمه کوونکي یا ډک غړي (Zang): لکه سږي، زره، د زره پرده، توري، بودي او ځگر.

د بدن لېږدونکي يا تش غري (Fu): لکه غټي کولمې، وړې کولمې، گرم يا تاوده غري، معده، د متيازو کڅوړه، تريخی.

په بدن کې خانگري نقطې چې د بدن غرو ته انرژي ورکوي

۱- د توافق يا همغري نقطه (Approval Point): دې نقطو ته چينايان شو نقطې (Shu ponits) هم وايي. هره وياله يا کانال يوه د همغري يا توافق نقطه لري، توافق نقطې ټولې د تشو متيازو د کڅوړې د ويالي په اوږدو کې خای لري. کله چې د يو اورگان د ناروغتيا په وخت د هماغه اورگان درملنه د سنتو په ذريه کوو، د دغه اورگان د نقطو سره يو خای د همدغه اورگان د توافق نقطه کې هم ستنه ننباسو، د دې په ذريه د درملني اغېز زياتېږي.

۲- د خطريا راټولېدو نقطه (Alarm points): دې نقطې ته چينايان د مو نقطه (Mu- points) راټولېدني نقطه هم وايي، دا نقطې د بدن په مخکني برخه يانې سينه (Thorax) او خېټې (Abdomen) کې خای لري، دا نقطې د بدن انرژي فعالوي، او په دې توگه درملنه نوره هم اغېزناکه کوي، په ين اورگان ډېر اغېز لري. که دې نقطې ته فشار ورکړي دردناکه وي، نو ځکه ورته الارم نوم ورکړل شوی دی.

۳- تنبي نقطې (Toning points): هره وياله يا هر کانال د تنبي يوه نقطه لري، چې د دې نقطې په ذريه د دغه ويالي مربوط اورگان يا غري تنبي کېږي.

۴- آرامولو نقطې (Sedation points): هره وياله يوه د آرامولو نقطه لري، چې د هغې په ذريه، د دغه ويالي غري آرامېږي.

۵- بسټيزه يا اساسي نقطې (Cardinal points): دې ته د انرژي د ازادېدو نقطه هم وايي، دا نقطې هغه انرژي چې په غبري منظم کانالونو کې زېرمه شوي دي، هغه ازادوي يا اخلاصوي، او بدن ترې گټه پورته کوي.

۶- ابتدايي يا د پيل نقطې (Source points): د يووان (You points) نقطې هم ورته وايي. دا نقطې د يانگ 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 ويالي وربهوي، او په دې شکل بدن، احساس او روح ته پياوړتيا وربخښي.

۷- ماسټر نقطې يا ډېرې اغېزناکه نقطې (Master points): دا نقطې ډېرې اغېزناکه نقطې دي، چې انرژي د دې نقطو په درملني سره په ښه شان سره يو خای کېږي، او ځانگړي انساجو او د بدن ځانگړو برخو ته يې ورکوي، يانې څو يانگ او يا څو ين اورگانانو ته يې په يو وخت کې انرژي ورکوي.

۸- تېرېدونکي نقطې (Passage points): چينايان ورته د لوو نقطې (Luo points) هم وايي. دا نقطې په کوم خای کې چې يانگ او ين ويالي يو بل قطع کوي. مانا دا چې د ين لوو نقطې يانگ اورگان ته انرژي ورکوي، او د يانگ لوو نقطې د درملني په ذريه ين اورگان ته انرژي ورکوي.

### تاريخچه او تشخيص

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

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

**بن (Ben):** سټي ته وايي، په عصري طبابت کې ورته علت وايي، چې په داخلې د غړي کې موجود وي. مانا دا چې د ناروغی علایم د ونې د ځانگې او علت یې د ونې د سټي په څېر دي، درملنه ددواړو اړینه ده. **بگنگ (Ba Gang):** دې ته چینایان د تشخیص نښې وايي، په چینایي درملنه کې د یوې ناروغی د تشخیص دپاره ۸ نښې موجودې دي: کورنۍ، بهرنۍ، یخني، گرمي، تش، ډک، ین او یانگ.

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

چینایان وايي: د بدن په پوستکي او عضلاتو کې ستونزه د وای انرژي (Wei Qi) د وجې رامنځ ته کېږي. ۲- **داخلي یا کورنی ناروغي (Inside syndrome):** په دې ناروغی کې د بدن د داخلي طبقې په دنده یا وظیفه کې ستونزه رامنځ ته کېږي، لکه د بدن داخلي غړي (ین او یانگ غړي)، انرژي (شي)، وینه، جوهر یا روح.

۳- **د یخ وهلو ناروغي (Cold syndrome):** په دې ناروغی کې بدن یخ وهلی وي، ناروغ ته گرمي 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 قلاړه وي.

۴- **د گرمی وهلو ناروغي (Heat syndrome):** په دې ناروغی کې بدن گرمی وهلی وي، د ناروغ یخو اوبو څښلو ته زړه کېږي، خوله یې وچه وي، مخ یې سور وي، ژبه یې سره او زېره طبقه پرې ښکاري، د زړه ټکان یې زیات وي، او تشي متیازي یې خبره وي یانې رني نه وي.

۵- **د ډکې ناروغی کلینیکي انځور (Fill clinical picture):** په دې کې د بدن غبرگون یا عکس العمل ډېر قوي وي، لکه شدید یا قوي درد، شدید یا قوي توحی، شدید سرچرخي سرگرځېدنه. د ناروغی په دې انځور کې باید د بدن د آراموونکو نقطو (Sedation points) درملنه وشي.

۶- **د تشي ناروغی کلینیکي انځور (Empty clinical picture):** په دې ناروغی کې د بدن غبرگون یا عکس العمل کمزوری یا ضعیف وي، لکه بدن دوامداره یا مضموني ناروغی (Chronic illness) اخته وي. د ناروغی په دې انځور کې باید د بدن د تنبي کوونکو نقطو (Toning points) درملنه وشي.

### د ژبي معاینه (Tong examination)

۱- د ژبي رنگ: په تشي یا د یخ وهلو ناروغیو په انځور کې د ژبي رنگ الوتی یا سپین وي. که ناروغ گرمی وهلی وي، د ژبي رنگ سور وي.

۲- د ژبي بدن: کله چې ستونزه په توري یا بډوډو کې وي ژبه پرسېدلې یا غټه وي، د وینې د کموالي په صورت کې ژبه نری وي، د تشي ناروغی او همدارنگه که ناروغ گرمی وهلی وي، ژبه ډېره غټه وي.

۳- د ژبي حرکت: د گرمی وهلو په کلینیکي انځور کې د ناروغ ژبه شخه وي، د وینې او شي (She) د کموالي په پایله یا نتیجه کې رپېدونکي وي.

۴- بارداره ژبه: که سپینه نری طبقه په ژبه پرته وي، نو ناروغ یخ وهلی دی، او یا په تشي ناروغی اخته دی. او که په ژبه سپینه ډبله طبقه پرته وي، نو ناروغ یخ وهلی دی، او یا په ډکې ناروغی اخته دی. او که ژبه طبقه په ژبه پرته وی، ناروغ په ډکې ناروغی اخته یا گرمی وهلی دي.

## د زړه د ټکان (Pulse examination) معاینه

که د ناروغی کلنیکي انځور بهرنی وي، نو د زړه ټکان سطحی وي. او که د ناروغی کلنیکي انځور داخلي وي، نو د زړه ټکان ژور وي. د گرمی وهلو په پایله یا نتیجه کې د زړه ټکان تېز وي. د یخنی وهلو په پایله کې د زړه ټکان په قراره وي. د ډکې ناروغی په پایله کې د زړه ټکان قوی وي. او د تشې ناروغی په پایله کې د زړه ټکان کمزوری وي.

### هغه فکتورونه چې ناروغي رامنځ ته کوي

چینایان وايي: دوه ډوله فکتورونه دي، چې په بدن کې ناروغي رامنځ ته کوي.

خارجي فکتورونه: لکه باد، یخني، لیوندوالی، گرمي، وچوالی.

داخلي فکتورونه: خفگان، اندېښني، روجي فشار، وېره، قهر.

**کن Cun:** کن پدې درملنه کې د اندازې واحد دی. د لاس څلور گوتې د درې کن سره برابري دي، درې گوتې د ۲ کن او دوه گوتې د یونیم کن سره برابري دي.



## د سږو ویاله یا کانال

دا ویاله د سږي څخه د لاس اړخ ته بهېږي یا جریان لري. او د دې ویالي په اوږدوالي کې یولس (۱۱) نقطې د ستنو د درملني د پاره ځای لري. چې د ډول ډول ناروغيو د درملني په صورت کې په دې نقطو کې ستنې منډل کېږي. سږی دین (Yin) غړی یا اورگان دی. د سټیل یا اوسپني عنصر دی. انرژي په دې ویاله کې (Centrifugal) یانې د مرکز څخه اطرافو ته بهېږي. د انرژي اغېز یې زیات په تنفسي سیستم، مخاط، پوستکي، او وینستانو دی. د دې ویالي د همغږۍ نقطه (Approval point) م ک ۱۳ ده.

دوه ډوله درملني چې سره له دې د دې درملني 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 گرمېږي 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 اورگان درملنه کېږي.

س ۱:

دا نقطه د سبرو په وپاله کې دانرژي د يو ځای کېدو (Alarm Point) نقطه ده. په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د سبرو ناروغي او سالنډي ولري. دا نقطه د لومړۍ پوښتۍ په اوږدوالي (امتداد) کې د بدن د منځني خط څخه ۶کن بهرني اړخ ته او د Fossa infra clavicularis بنسکتی (Caudal) برخه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰کن په اندازه ۴۵ درجي کره منډل کېږي.

س ۲:

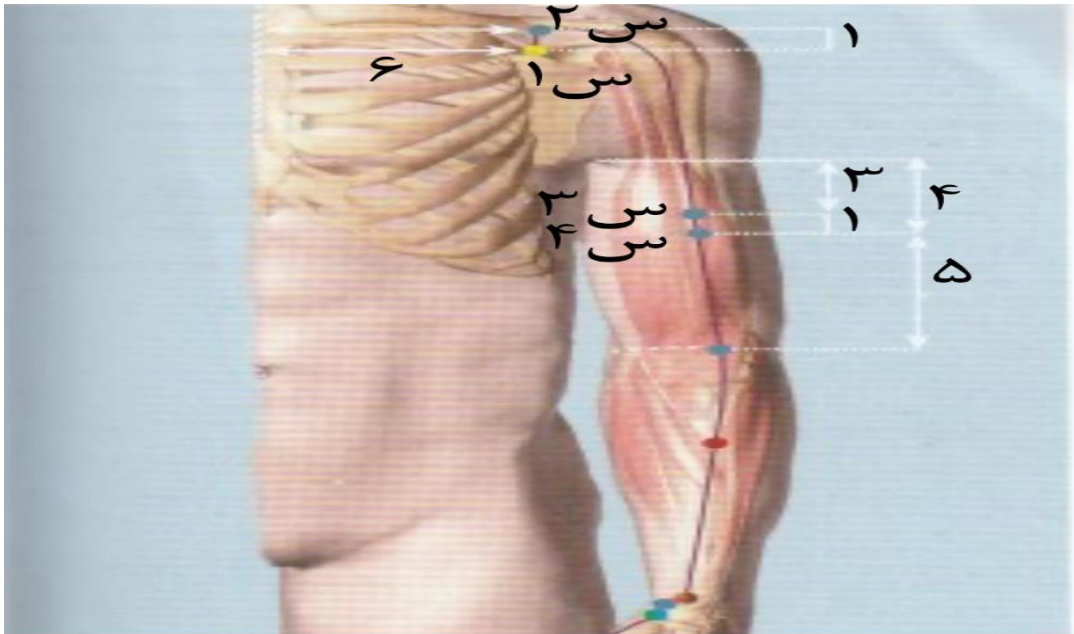
په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د سبرو ناروغۍ او سالنډي ولري. دا نقطه د لومړۍ پوښتۍ په اوږدوالي کې د بدن د منځني خط څخه ۶کن بهرني اړخ ته په Fossa clavicularis infra کې د Processus coracoideus په پورتنۍ (Cranial) برخه کې ځای لري. په دې نقطه کې ستنه ۴۵ درجي کره د ۵، ۰کن په اندازه منډل کېږي .

س ۳:

کله چې ناروغ ټوخی، د پوزي ويني کېدل، د سبرو څخه وینه راتلل (خونرېزي) او همدارنگه په سبرو پورې ترلي شکایتونه ولري، نو په دې ټکي يا نقطه کې د درملني په پار ستنه منډل کېږي. دا نقطه د پورتنني مټ په اوږدوالي کې د تخرگ د پوستکي د قات څخه ۳کن لېرې (Distal) د M.biceps brachii راډيال څنډې ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

س ۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ ټوخی، او د سبرو پورې ترلي شکایتونه او همدارنگه د سيني درد ولري. دا نقطه د پورتنني مټ په اوږدوالي کې د تخرگ د پوستکي د قات څخه ۴کن لېرې (Distal) د M.biceps brachii راډيال څنډې ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰، ۸، ۰کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

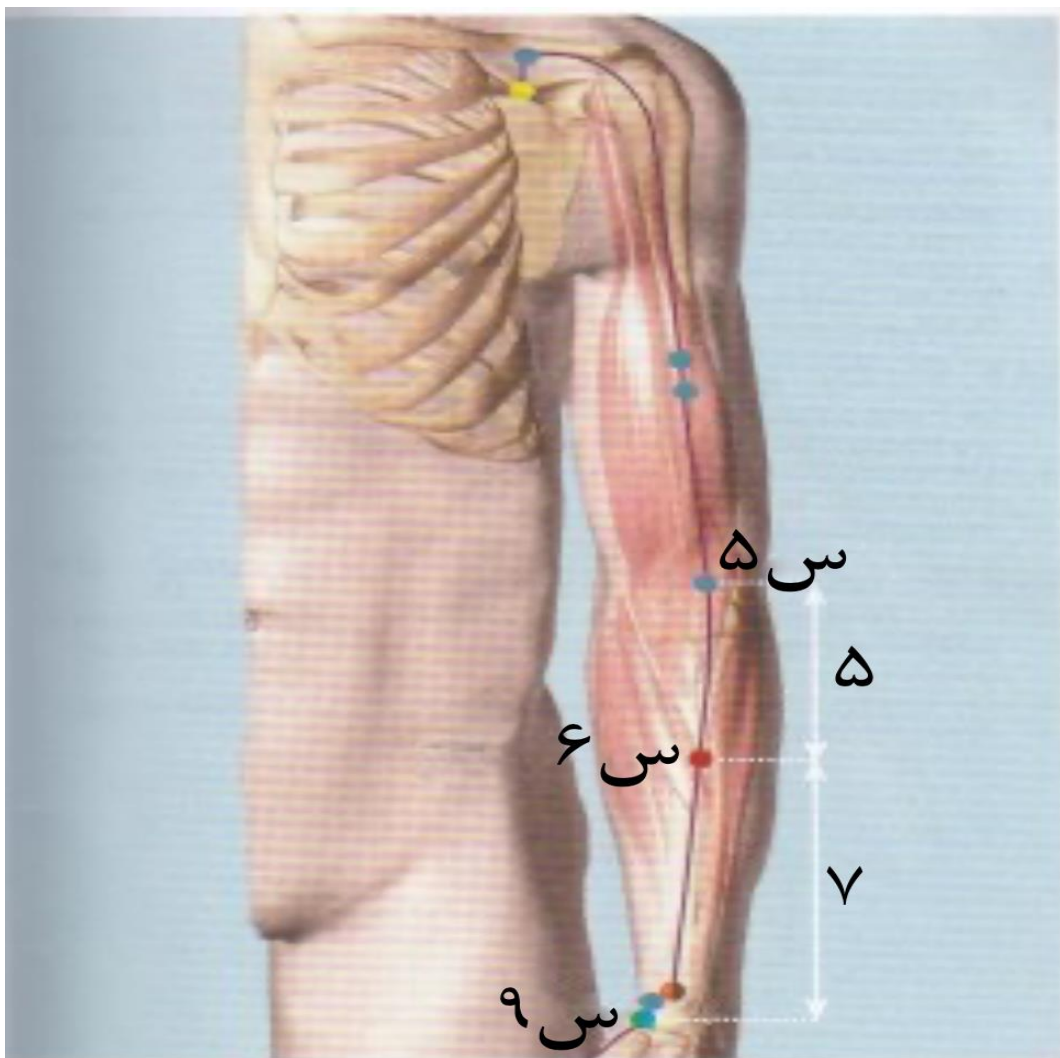


س ۵:

دا نقطه یوه آرامونکې (Sedation points) نقطه ده. کله چې ناروغ سالنډي او د سږو اړوند شکایتونه ولري، او همدارنگه په فلج ناروغی اخته وي، نو په دې نقطه کې د درملنې په پار ستنه منډل کېږي. کله چې د ځنگلي بند د قات په حالت کې وي، نو دا نقطه د ځنگلي د بند د پوستکي په قات کې د **M. Biceps brachia** لیگامنت بهرني (Lateral) او رادیال اړخ ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې په عمودي ډول د ۵، ۸، ۰ کن په اندازه منډل کېږي.

س ۶:

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 لېرې (Distal) قات څخه ۷ کن نیردې (Proximal) د بښکتني مټ کورنۍ (Medial) برخې د رادیوس هډوکي اړخ ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۸، ۰ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.





س ۷:

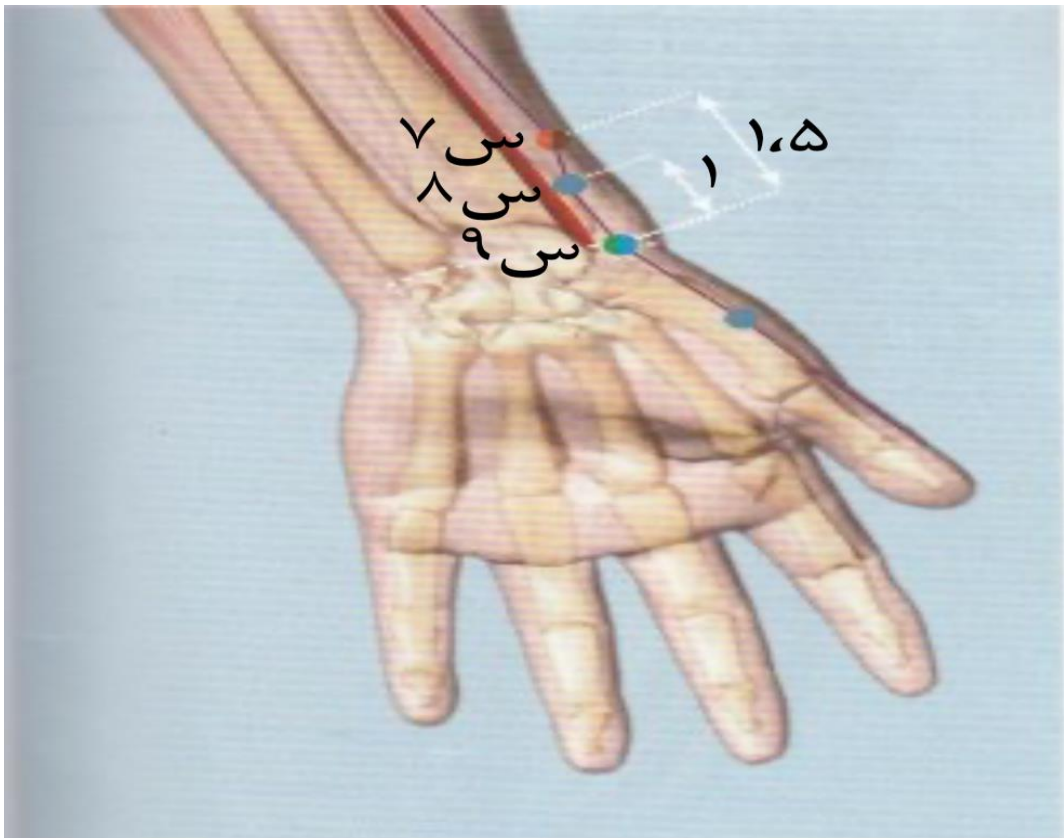
دا نقطه یوه اساسي (Cardinal) او اغېزناکه (Master) نقطه ده. کله چې ناروغ د لاس د بندونو دردونه ولري، او همدارنګه د تنفس، او تشو متيازو په کولو کې ستونزه ولري، نو د درملني په پار په دې نقطه کې ستنه منډل کېږي. دا نقطه د لاس د بند د لېږې (Distal) قات څخه ۵، ۱ کن نېږدې (Proximal) د Processus styloideus radii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

س ۸:

کله چې ناروغ تنفسي ستونزې ولري، نو بیا په دې نقطه کې د درملني په پار ستنه منډل کېږي. دا نقطه د لاس د بند د لېږې یا اخيري (Distal) قات څخه ۱ کن نېږدې (Proximal) د Processus styloideus radii او د رادیال شریان (A. radialis) تر منځ ځای لري. ستنه په دې کې د ۵، ۰، ۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

س ۹:

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

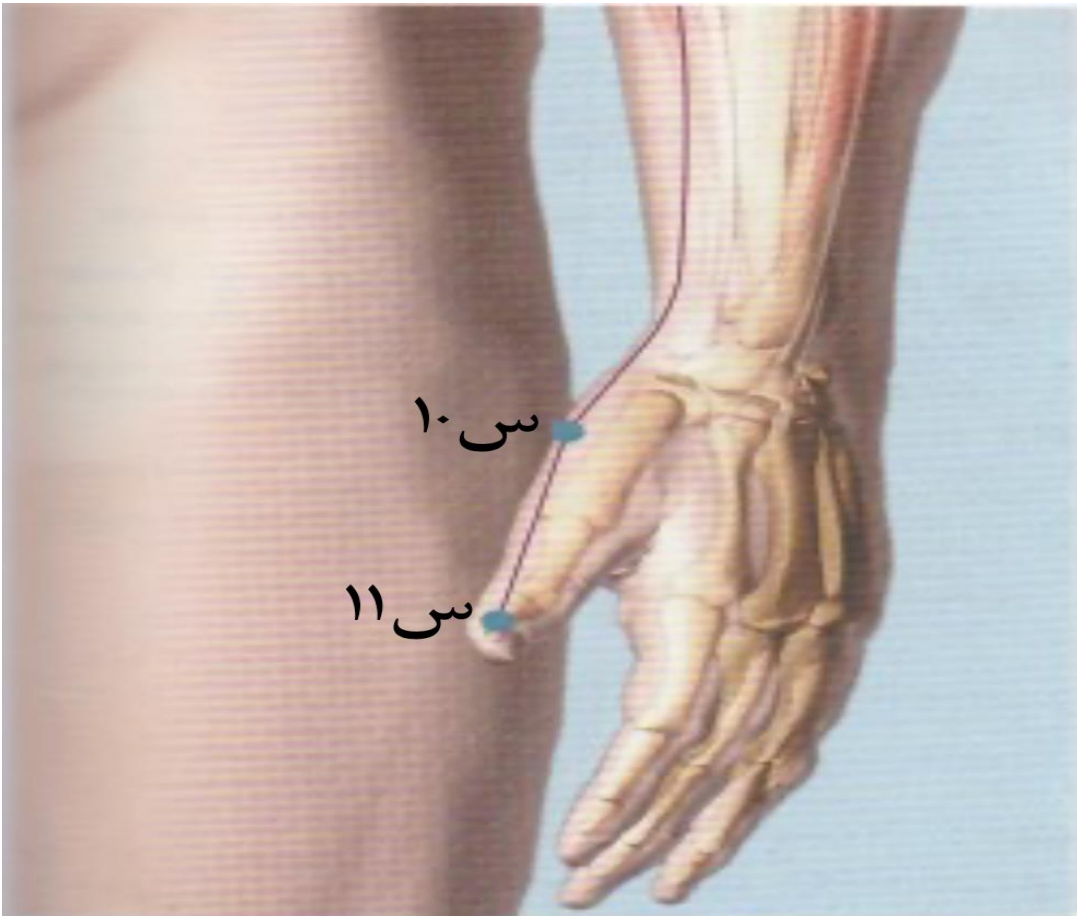


س ۱۰:

د تنفسي سيستم پورې اړوند ناروغۍ، د مری پرسوب او د ستونې د درد په وخت کې پدې نقطه کې ستنه د درملنې په پار منډل کېږي. 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 ۵، ۰ - ۸، ۰ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

س ۱۱:

کله چې ناروغ تنفسي ستونزې، د ستونې درد او پرسوب ولري، اویا بې هوشه شي، نوبیا د درملنې به صورت کې په دې نقطه کې ستنه منډل کېږي. 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 ۱، ۰ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.



**د غټو کولمو ویاله یا کانال**

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

په هضمي سيستم، مخاط، پوستکي، او په ساينسونو (Sinus frontalis، Sinus maxillaris) دي. د دي ويالي په اوږدو کې ۲۰ نقطې د درملني په پار موجودې دي. د ډول ډول ناروغيو د درملني په صورت کې په دي نقطو کې سنتي منډل کېږي. د همغږۍ نقطه (Approval point) په دي وياله کې م ک ۲۵، او د يوځای کېدو يا خطر نقطه (Alarm point) م ۲۵ ده.

### غ ک ۱:

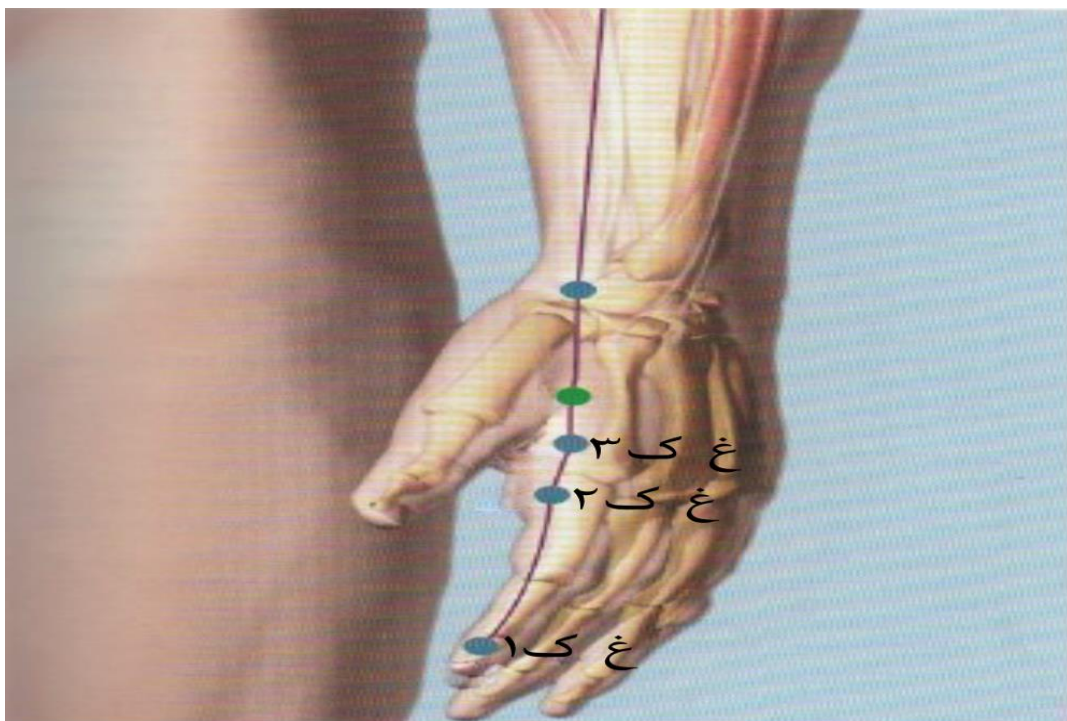
په دي نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د مخ، خولي او ستوني التهاب يا مکروب ولري، او همدارنگه د بي هوشي په صورت کې هم په دي نقطه کې درملنه کېږي. دا نقطه د غوښې او نوک تر منځ نيږدې بهرنۍ زاويه کې ځای لري. ستنه په دي نقطه کې د ۱، ۰ کن په اندازه به عمودي ډول منډل کېږي.

### غ ک ۲:

ارامونکي (Sedation point) نقطه ده، په دي نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د سر، مخ، خولي، سترگو، او غوږونو، پوزي ستوني برخه کې التهاب ولري. دا نقطه د Metacarpophalangeal joint په لېږي (Distal) ژوره برخه کې راديال اړخ ته پرته ده. ستنه په دي نقطه کې د ۲، ۰-۳، ۰ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

### غ ک ۳:

په دي په دي نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د سر، مخ، خولي، سترگو، غوږونو، پوزي، او ستوني برخه کې التهاب ولري، او همدارنگه د لاس، او د لاس د بند دردونه ولري. دا نقطه د Metacarpophalangeal joint په نيږدې (Proximal) ژوره برخه کې راديال اړخ ته پرته ده. ستنه په دي نقطه کې د ۳، ۰-۵، ۰ کن په اندازه به عمودي ډول منډل کېږي.

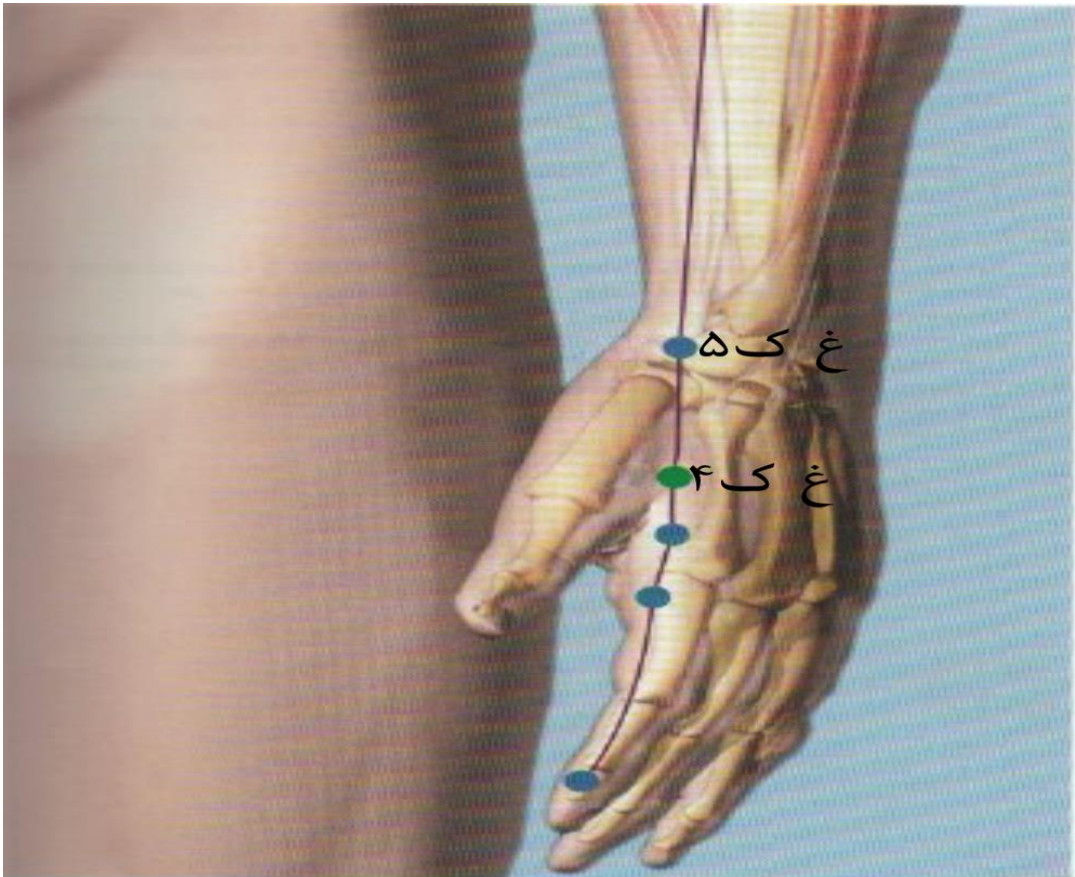


#### غ ک ۴:

دا د پیل یا ابتدایی (Source point) نقطه ده، په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ تبه، د ستوني درد او پړسوب، زوکام، سردرد، او یا د ستوني او سر په برخه کې التهاب یا مکروب ولري. همدارنگه ډېر خوله کېدل، او ځینې ناروغان هیڅ نه خوله کېږي، 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** غصلي کې، کوم چې د دوهم **Metacarpal** هډوکي په منځنۍ 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 کېږي، چې پایله یې د حمل د منځه تلل (**Abortion**) دي. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰، ۸، ۰ کن په اندازه به عمودي ډول منډل کېږي.

#### غ ک ۵:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د سر، مخ، خولي، سترگو، غوړونو، پوزي، او ستوني برخه کې التهاب ولري، او همدارنگه د لاس او د لاس د گوتو د بندونو دردونه ولري. دا نقطه د لاس د شاتنۍ ژورې برخې، په کوم کې چې د رادیوس هډوکي پای مومي، د دوه لیگامنتونو تر منځ **M.extensor pollicis langus** او **M.extensor carpi radialis brevis** ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۳، ۰، ۵، ۰ کن په اندازه به عمودي ډول منډل کېږي.



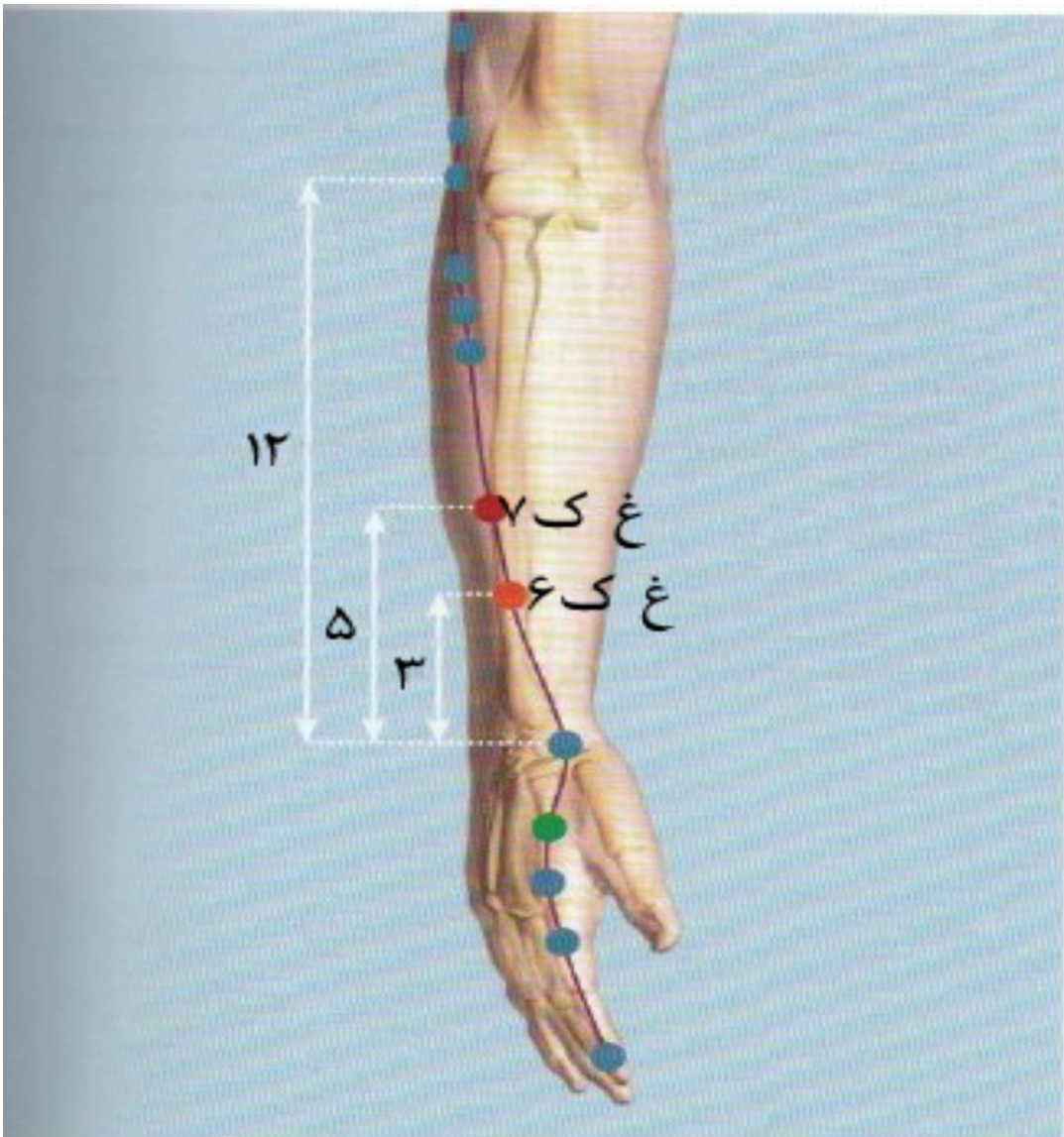


### غ ک ۶:

دا تېرېدونکې نقطه (Passage point) ده. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د غوړونو ناروغی، د سترگو مکروب یا التهاب، او یا د مخ فلج ولري. دا نقطه د لاس د بند د شاتني قات شوي برخې څخه ۳ کن نیردې (Proximal) د بنکتنې مټ په داخلي یا کورنۍ برخې کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۷ - ۰،۳ 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 غوړونو، پوزې، ستوني، خولې، د سترگو مکروب یا التهاب، او همدارنگه د پوزې وینې کېدل (خونرېزي) ولري. دا نقطه د لاس د بند د شاتني قات شوي برخې څخه ۵ کن نیردې (Proximal) د بنکتنې مټ په داخلي یا کورنۍ برخې کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۸ - ۰،۵ کن په اندازه به عمودي ډول منډل کېږي.



غ ک ۸:

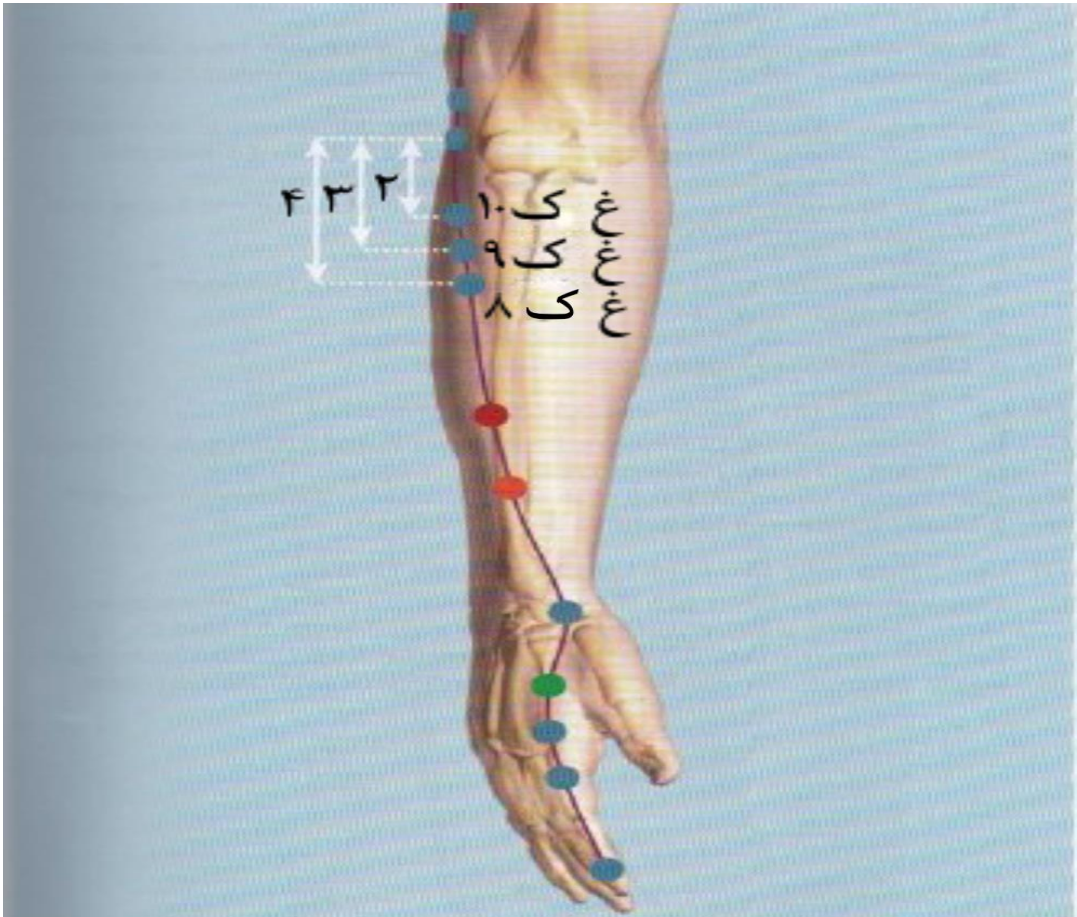
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ سردېږي، سرگرځېدل، او خوبوری وي، او همدارنګه ځایي دردونه لکه د ځنګلي او بښکنتي مټ دردونه ولري. دا نقطه د غ ک ۱۱ نقطې څخه ۴ کن لېرې (Distal) د بښکنتي مټ په داخلي يا کورنۍ برخه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰، ۸، ۰ کن په اندازه به عمودي ډول منډل کېږي.

غ ک ۹:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ سردېږي، او همدارنګه ځایي دردونه لکه د ځنګلي او بښکنتي مټ دردونه ولري. دا نقطه د غ ک ۱۱ نقطې څخه ۳ کن لېرې (Distal) د بښکنتي مټ په داخلي يا کورنۍ برخه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰، ۸، ۰ کن 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 ځایي دردونه ولري لکه د ځنګلي او بښکنتي مټ دردونه. دا نقطه د غ ک ۱۱ نقطې څخه ۲ کن لېرې (Distal) د بښکنتي مټ په داخلي يا کورنۍ برخه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰، ۸، ۰ کن په اندازه به عمودي ډول منډل کېږي.



### غ ک ۱۱:

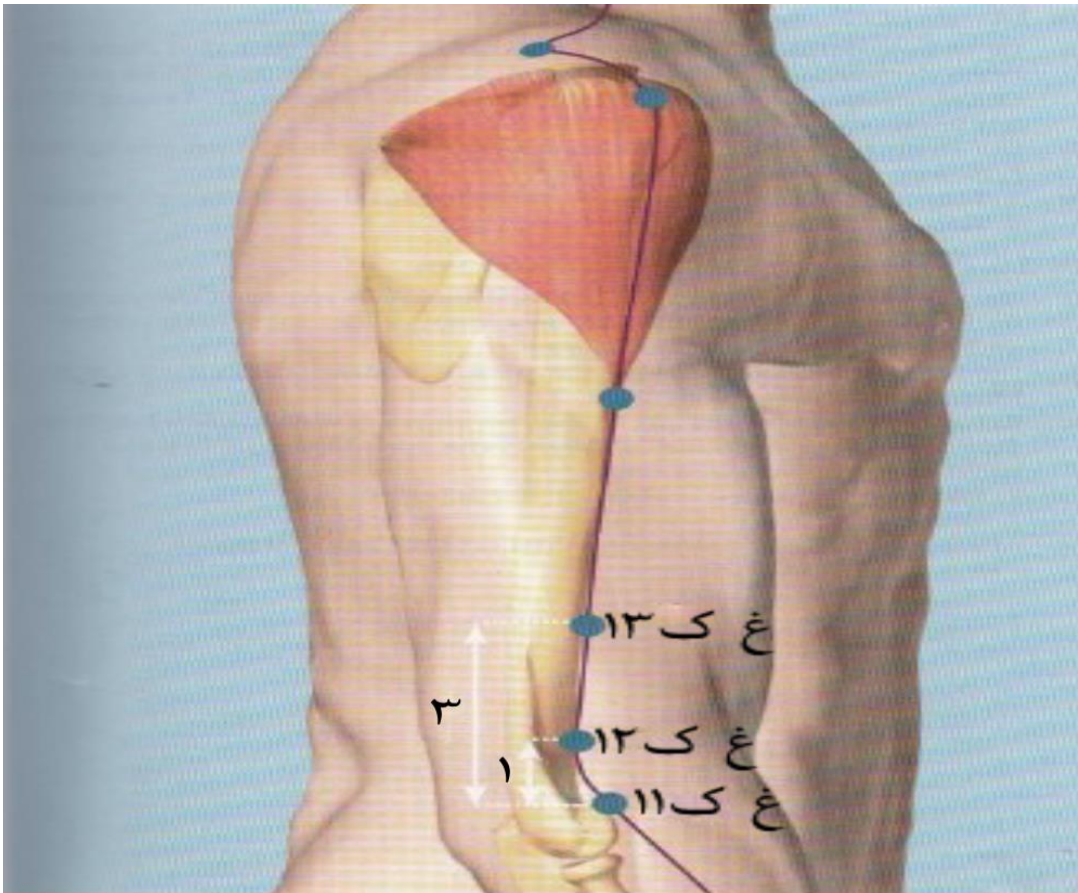
دا تنبې کونکې نقطه (Toning point) ده، په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ تبه، د ستونې درد او پړسوب، زوکام، سردرد، د پوستکي ناروغي (Urticaria)، د ځنگلي او بښکنتي مټ دردونه، د وینې لوړ فشار، او روحي ناروغي ولري. دا نقطه د ۹۰ درجې قات شوي ځنگلي د وحشي يا بهرني قات شوي برخې او Epicondylus humeri radialis تر منځ ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰، ۲، ۱ کن 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 ځنگلي دردونه ولري. دا نقطه د ۹۰ درجې قات شوي ځنگل په صورت کې د غ ک ۱۱ څخه ۱ کن نيردې (Proximal) د Humerus هډوکي په مخکني څنډه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰، ۸، ۰ کن 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 ځنگلي او د مټ دردونه ولري. دا نقطه د ۹۰ درجې قات شوي ځنگل په صورت کې د غ ک ۱۱ څخه ۳ کن نيردې (Proximal) د هوميروس (Humerus) هډوکي به مخکني څنډه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰، ۸، ۰ کن په اندازه به عمودي ډول منډل کېږي.



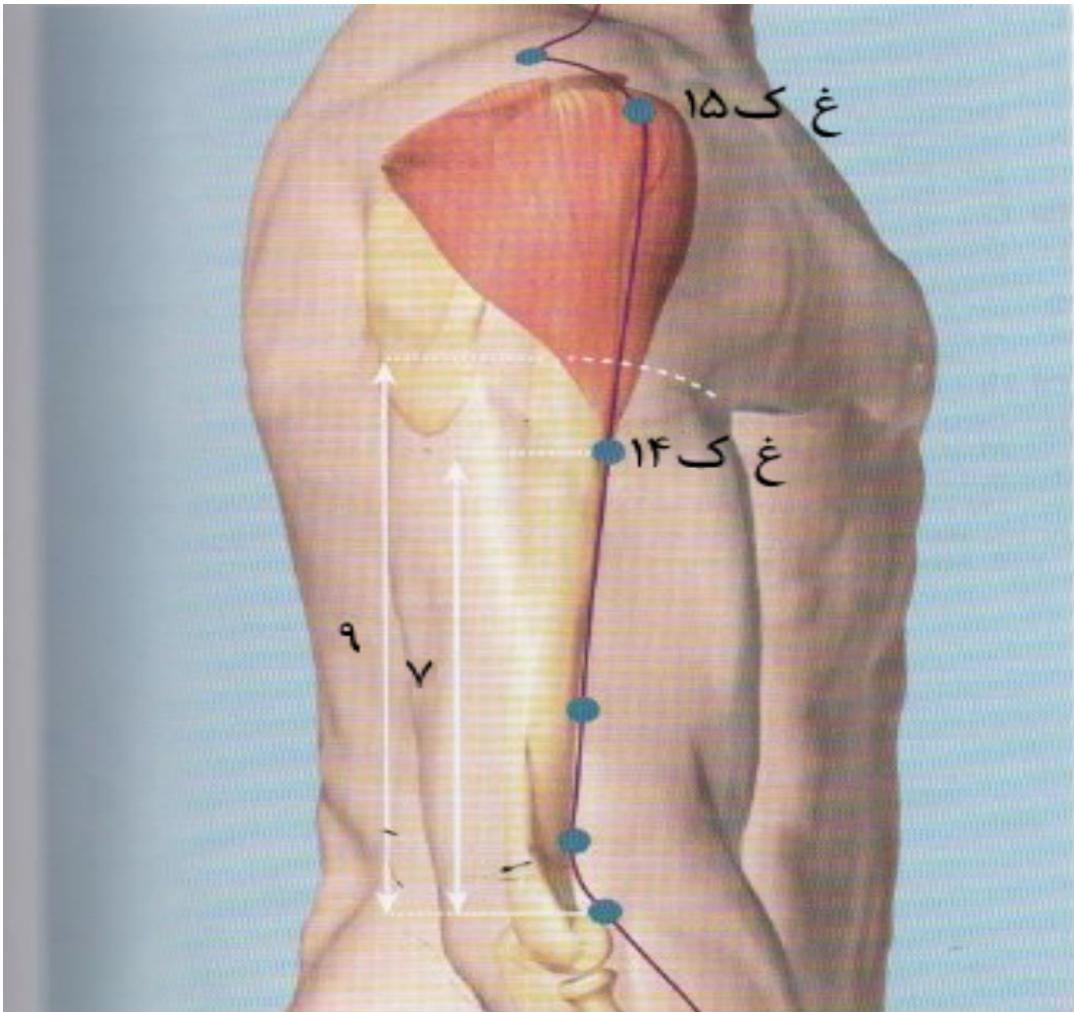


غ ک ۱۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د سترگو ناروغۍ او د مټ دردونه ولري یانې د *M. Biceps brachii* او *M. Deltoideus* عضلاتو دردونه ولري. دا نقطه غ ک ۱۱ څخه ۷ کن نیردې (Proximal) او د تخرگ د مخکنې قات د جگوالی څخه ۲ کن لېږې (Distal) د مټ په بهرنۍ برخه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰، ۸، ۰ کن 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 اورې (ولي) دردونه، د پوستکي ناروغۍ (Urticaria)، او د پوستکي د حساسیت ناروغۍ ولري. کله چې مټ به افقي ډول د بدن څخه لېږې شي یانې مټ د اورې 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 بشکتنۍ (Caudal) برخه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰، ۲، ۱ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.



### غ ک ۱۶:

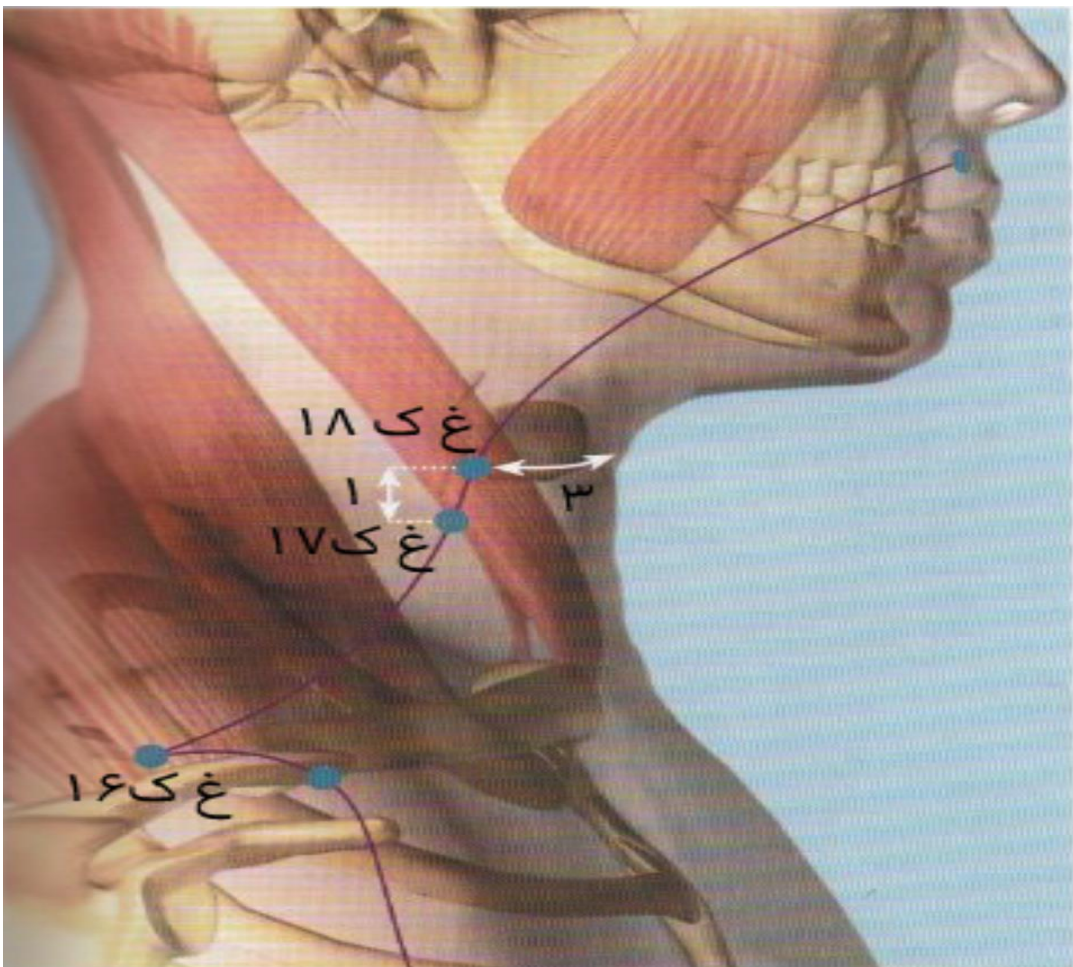
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د اوږې (ولي) دردونه، ملا دردونه او د بدن د پورتنۍ برخې دردونه ولري. دا نقطه د اوږې يا ولي په ژوره برخه کې، په کوم کې چې د Clavicula او Spina Scapulae بهرنۍ برخې پای مومي. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۶-۰،۴ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

### غ ک ۱۷:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د ستونې او مری التهاب ولري. دا نقطه د M.Sternocleidomastoideus په شاتنۍ څنډه کې اکن د غ ک ۱۸ بنکته (Caudal) ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵-۰،۳ کن 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 ستونې او مری التهاب، او همدرانگه تنفسی ناروغی ولري. دا نقطه ۳ کن د حنجري بهر (Lateral) ته او اکن د غ ک ۱۷ پورته (Cranial) په M.Sternocleidomastoideus کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۸-۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

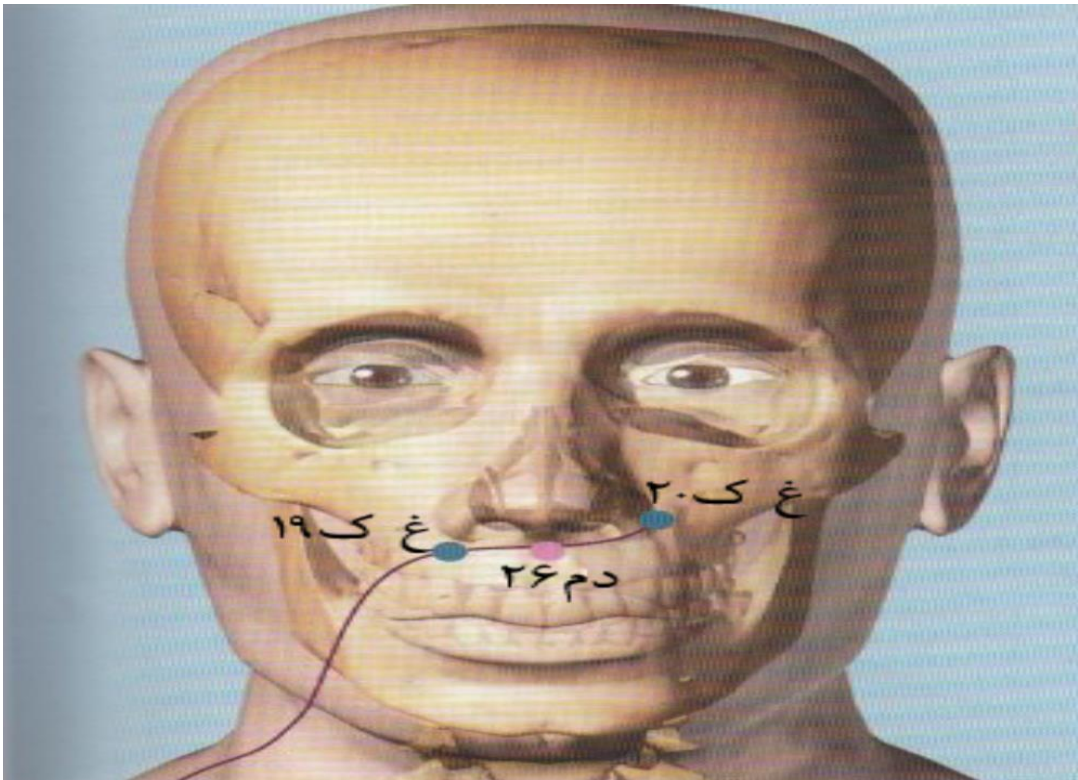


### غ ک ۱۹ :

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د پوزې ناروغی ولري، او یا یې مخ فلج یا گوزن وهلی وي. دا نقطه د پورتنۍ شونډې په پورتنۍ (Cranial) برخه کې د پوزې د سوري د بهرنۍ (Lateral) ځنډې لاندې یا بنکته (Caudal) ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۲ کن 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 ناروغی ولري، او یا یې مخ فلج یا گوزن وهلی وي. دا نقطه د پوزې د بهرنۍ ځنډې او شونډې د قات به منځنۍ برخه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۲-۰،۴ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.



### د معدې (میدې) ویاله یا کانال

میدې ته چینایان یانک اورگان او د ځمکې عنصر سره یې اړیکوي یا ارتباط ورکوي. ستونزه په دې اورگان کې د ۷-۹ بجو په منځ کې رامنځ ته کېږي. د انرژۍ دوران په کې (Centrifugal) یانې 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 اوردوالي کې پنځه څلوبښت (۴۵) نقطې د ستندو د منډلو د پاره وجود لري. چې په ډول ډول ناروغيو کې د درملنې په صورت کې په دې نقطو کې ستنې منډل



کبږي. د دې ویالې د همغږۍ نقطه (Approval point) م ک ۲۱ او د یوځای کېدو یا خطر نقطه (Alarm point) یې دم ۱۲ ده.

ع ۱:

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

ع ۲:

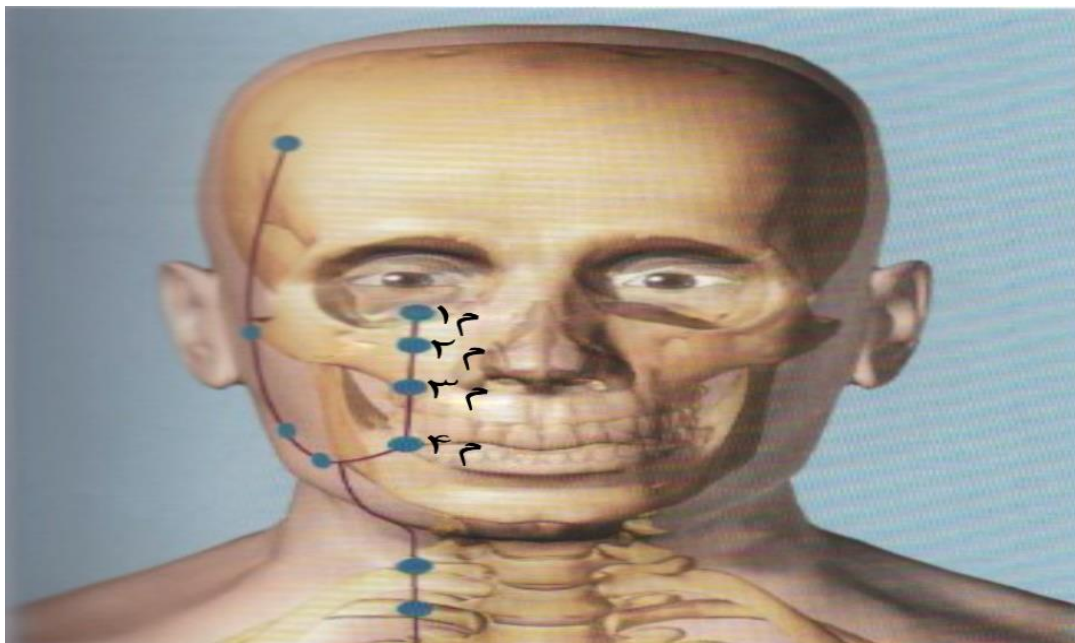
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د سترګې ناروغی ولري. دا نقطه د ناروغ به مخامخ کتو د کسې (Pupil) څخه نېغه یا مستقیم بڼکته (Caudal) د Foramen infraorbitalis په ژوره برخه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۲ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

ع ۳:

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

ع ۴:

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

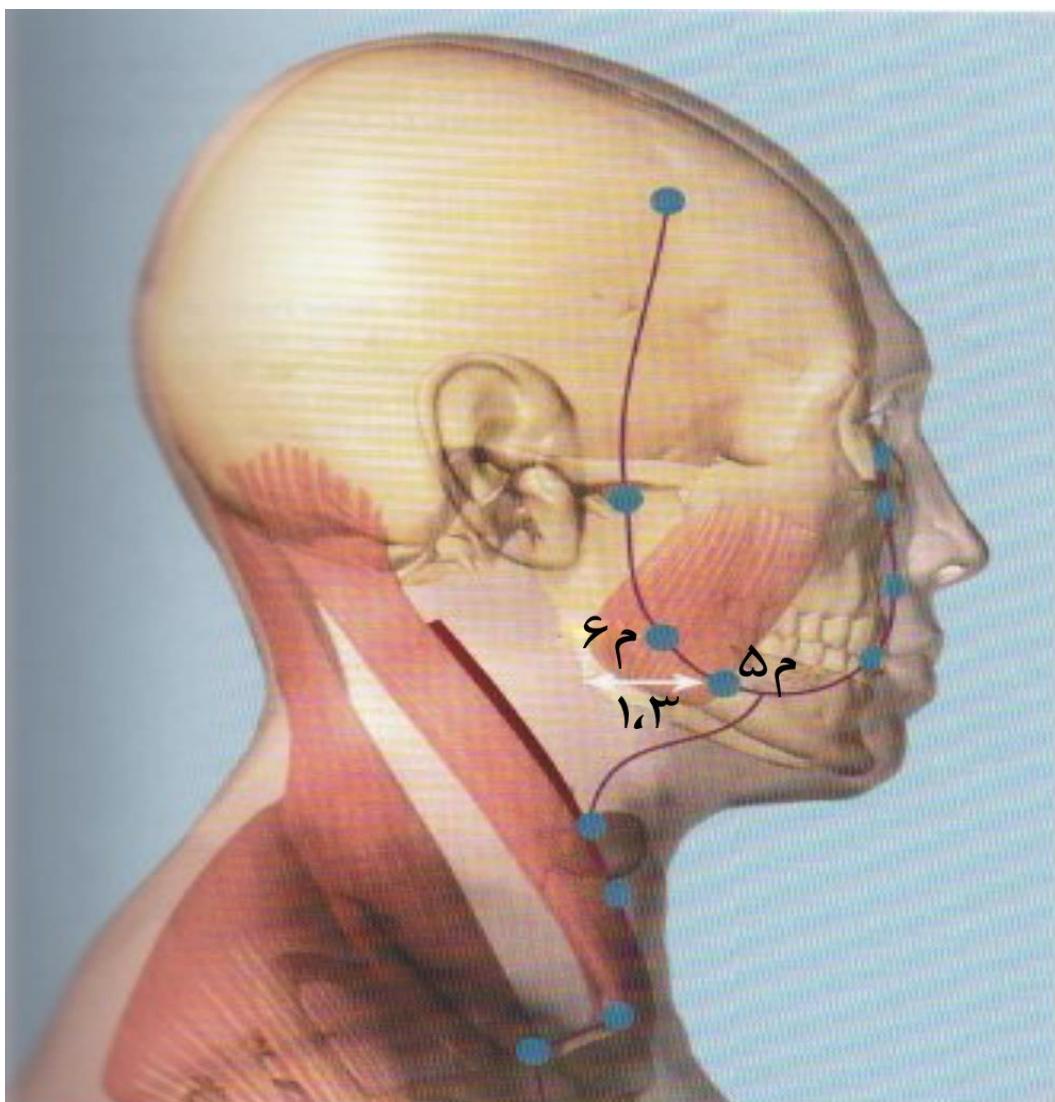


۵م:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د مخ فلج، د بناغونو او لاندینۍ جامې درد، او د مری التهاب ولري. دا نقطه د M.maseter عضلي په مخکنۍ څنډه کې چې ۱،۳ کن د لاندینۍ جامې د زاویې څخه مخکې (Ventral) او بښکنه (Caudal) ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۲-۰،۳ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

۶م:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د مخ فلج، د خولې او مری التهاب ولري. دا نقطه د لاندینۍ جامې د زاویې څخه دیوې گوتې د پلنوالي په اندازه مخکې (Ventral) او پورته (Cranial) په M.maseter عضلي کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۴ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

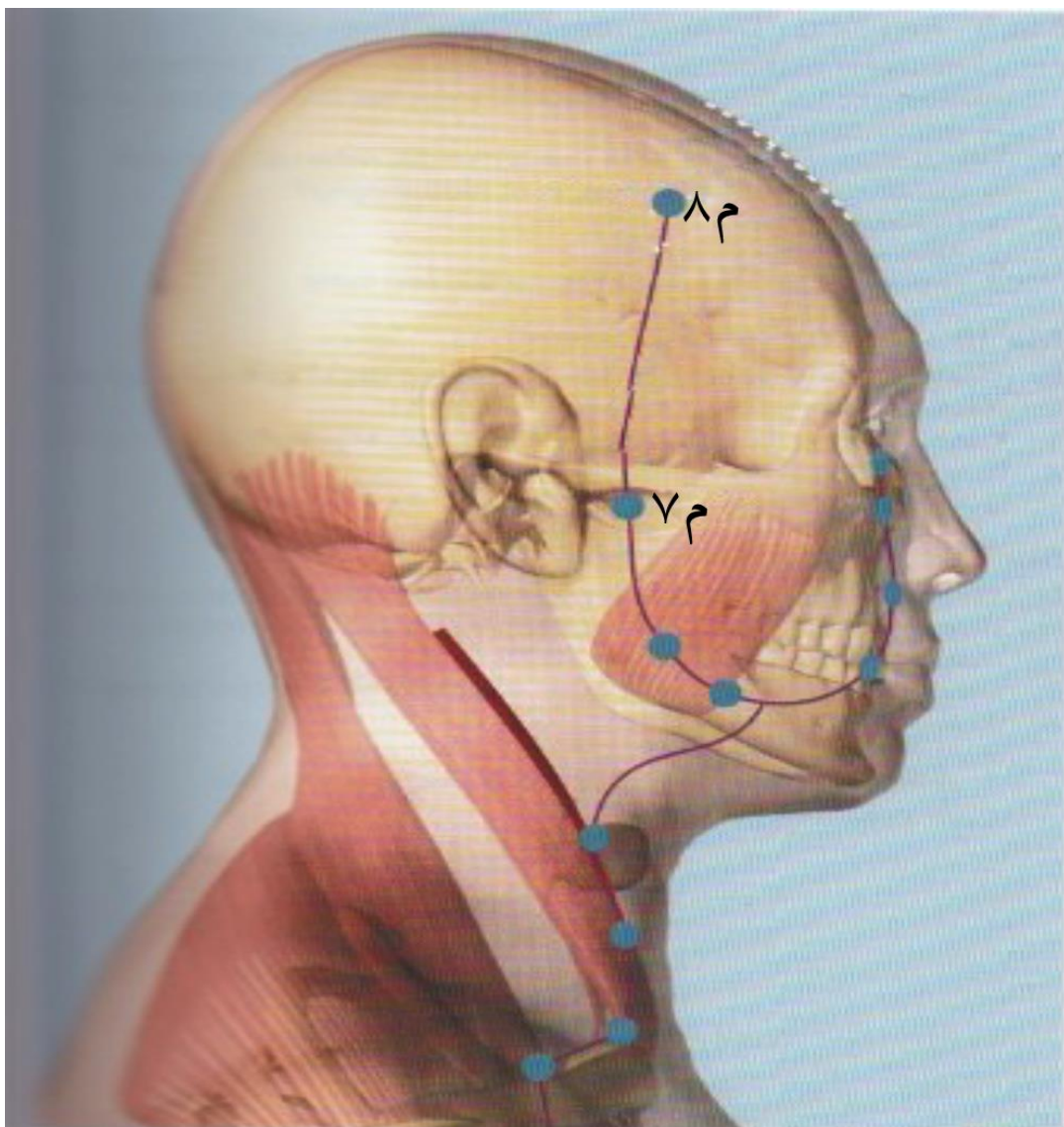


۷م:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د غاښونو او جامې دردونه، د غوړونو ناروغۍ، او همدارنگه 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،۳-۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

۸م:

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





۹م:

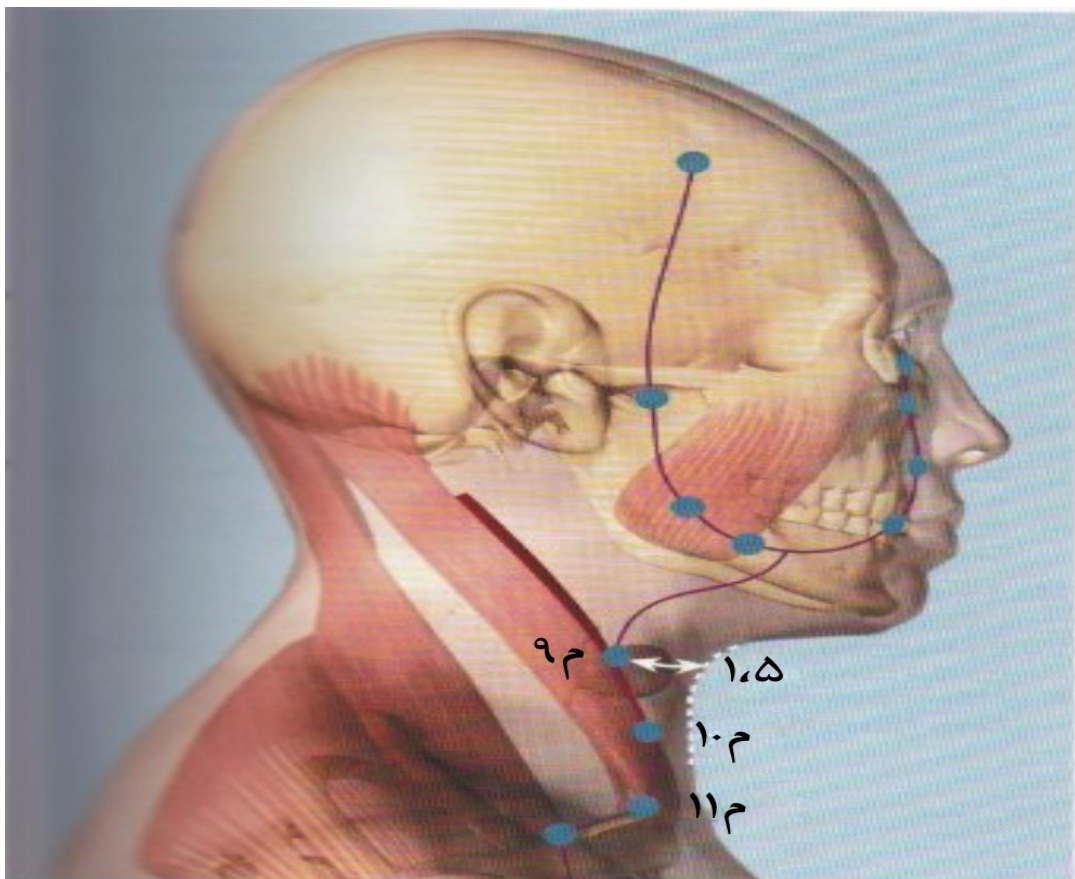
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د وینې لوړ فشار، تنفسي ناروغی، د ستونې او مری التهاب ولري. دا نقطه د **M.sternocleidomastoideus** په مخکنی څنډه او د حنجري بهرني (Lateral) اړخ ته د **A.carotis communis** سره خوا کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

۱۰م:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ تنفسي ناروغی، او د ستونې التهاب ولري. دا نقطه د **M.sternocleidomastoideus** په مخکنی څنډه کې د م ۹ او م ۱۱ ترمنځ ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

۱۱م:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ تنفسي ناروغی، د ستونې او مری التهاب ولري، او همدارنگه 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 پورتنی څنډې او د **Sternum** هډوکي تر منځ نیغ یا مستقیم د م ۱۰ بنسټه برخه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. پاملرنه! دلته ستنه په ډېره پاملرنې ننباسی، د **Pneumothorax** مخه ونیسی.





### م ۱۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ تنفسي ناروغی، د ولي يا اوږې او همدارنگه د ستوني دردونه ولري. دا نقطه د بدن د منځني خط څخه ۴ کن بهر (Lateral) اړخ ته د Fossa supraclavicularis په منځنۍ برخه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۲ - ۰،۴ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. په دې نقطه کې درملنه د Pneumothorax سبب هم کېږي.

### م ۱۳:

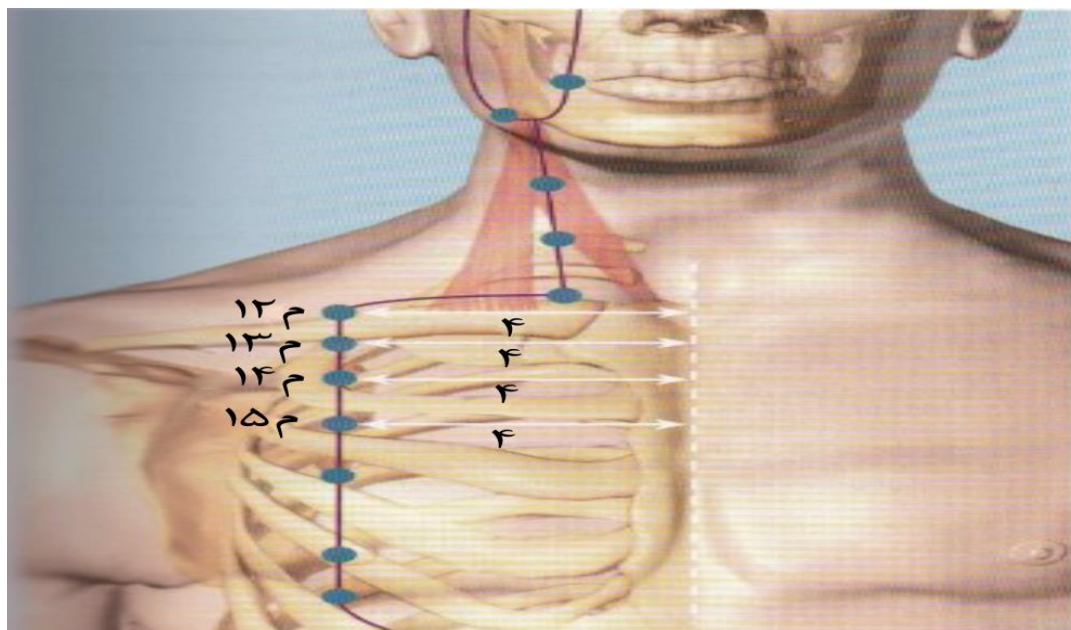
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ تنفسي ناروغی او د سيني دردونه ولري. دا نقطه د بدن د منځني خط څخه ۴ کن بهر (Lateral) اړخ ته د کلاويکولا (Clavicula) هډوکي به منځنۍ بنسټه څنډه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ - ۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. په دې نقطه کې 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 ناروغی ولري. دا نقطه د بدن د منځني خط څخه ۴ کن بهر (Lateral) اړخ ته په لومړۍ پوښتۍ کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ - ۰،۸ کن 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 ناروغی ولري. دا نقطه د بدن د منځني خط څخه ۴ کن بهر (Lateral) اړخ ته په دوهمه پوښتۍ کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ - ۰،۵ کن 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 ۱۶:

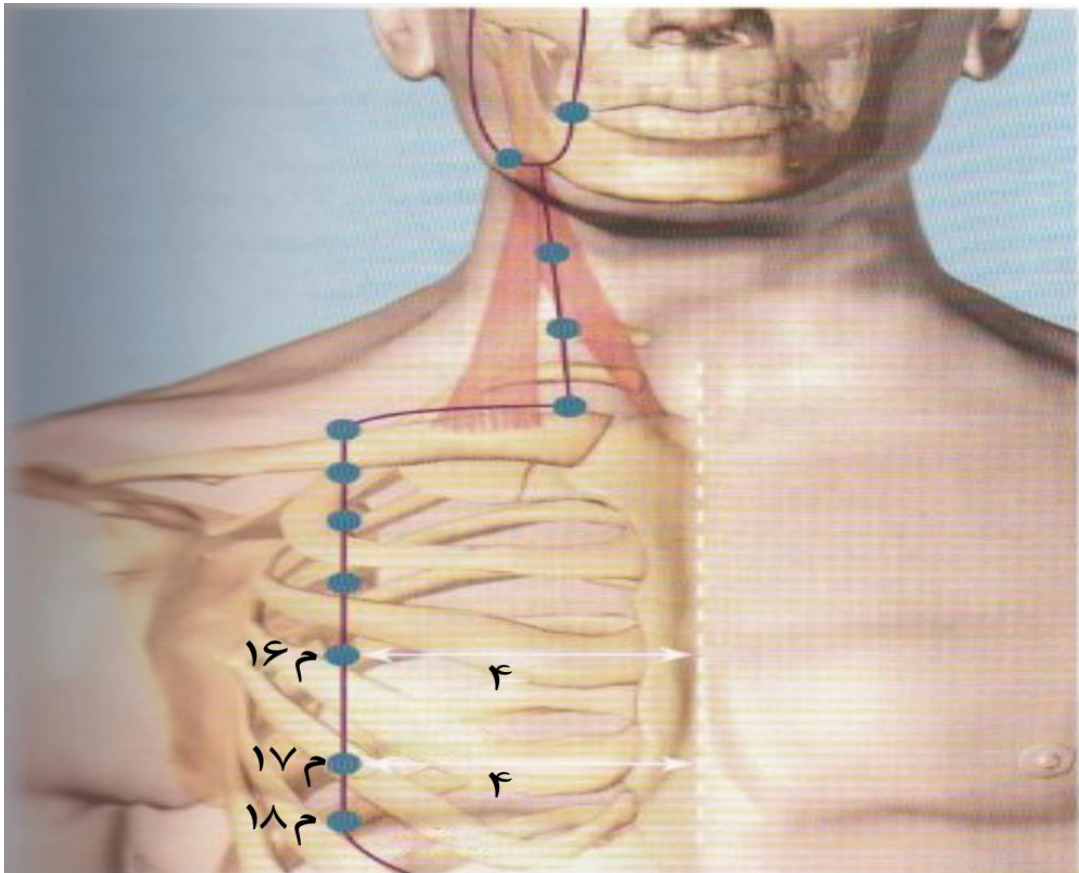
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ تنفسي ناروغی او یا د سینې (تیونو) التهاب ولري. دا نقطه د بدن د منځني خط څخه ۴کن بهر یا وحشي (Lateral) اړخ ته په دریمه پوښتی کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۵کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. **پاملرنه!** په دې نقطه کې ستنه منډل 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 پوښتی کې د تي په مرکز کې ځای لري. په دې نقطه کې ستنه نه منډل کېږي.

م ۱۸:

پدې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ تنفسي ناروغی او یا د سینې (تیونو) التهاب ولري، همدارنگه وروسته د زېږون څخه د شیدو کموالی، او د تیونو نوري ناروغی ولري. دا نقطه د بدن د منځني خط څخه ۴کن بهر (Lateral) اړخ ته په پنځمه پوښتی کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵-۰،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.



م ۱۹:

پدې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د معدې شکایتونه ولري. دا نقطه ۶کن د نوم څخه پورته (Cranial) او ۲کن بهر (Lateral) ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰- ۰، ۸کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

م ۲۰:

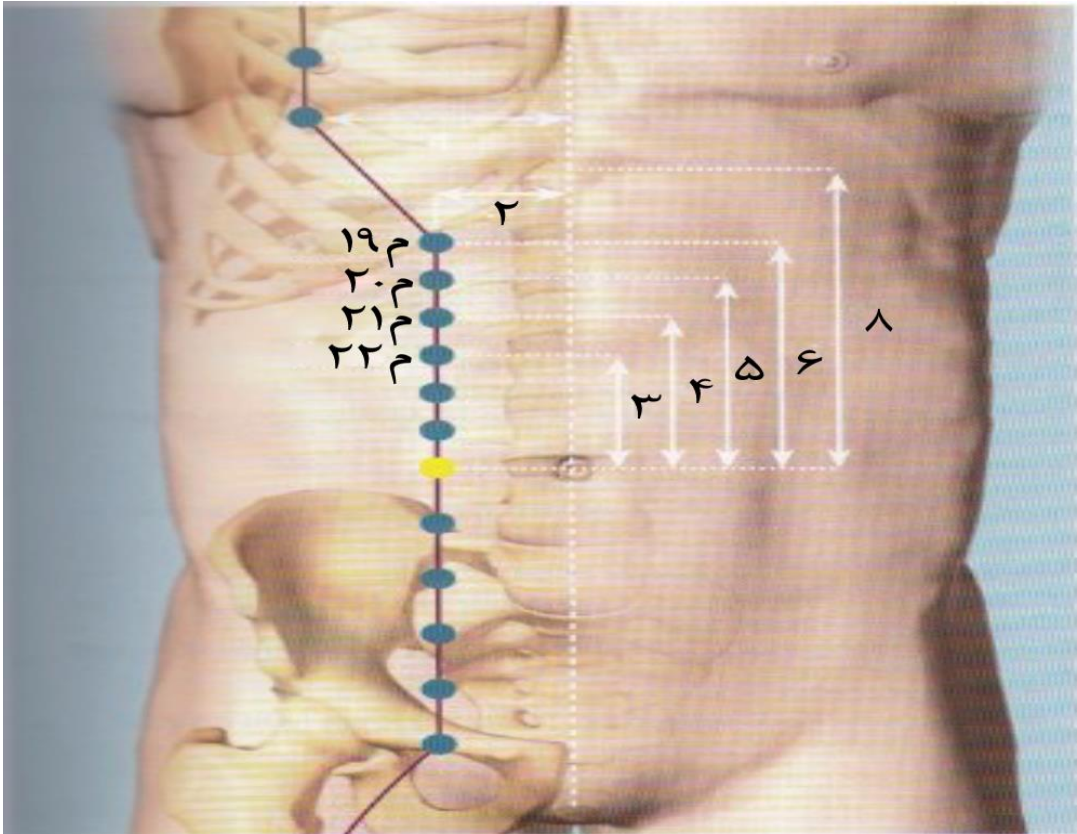
پدې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د معدې شکایتونه، د خېټې پرسوب او باد ولري. دا نقطه ۵کن د نوم څخه پورته (Cranial) او ۲کن بهر (Lateral) ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۸، ۰- ۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

م ۲۱:

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

م ۲۲:

پدې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د معدې او کولمو شکایتونه ولري، او همدارنگه کله چې په پښو کې اوبه راتولي (Edema) شوي وي. دا نقطه ۳کن د نوم څخه پورته (Cranial)، او ۲کن د بدن د مخکني منځني خط څخه بهر (Lateral) اړخ کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۸، ۰- ۱، ۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.



م ۲۳:

پدې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د ميډي شکایتونه ولري، او همدارنگه رواني ناروغی 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-، ۲، ۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

م ۲۴:

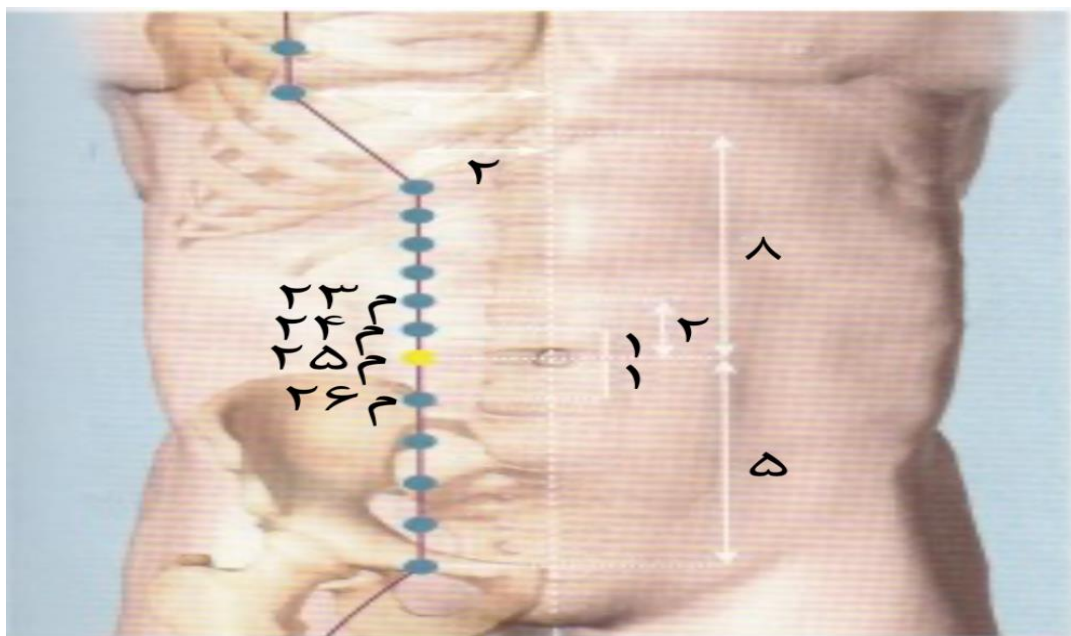
پدې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د معدې شکایتونه ولري، او همدارنگه رواني ناروغی ولري. دا نقطه ۱کن د نوم څخه پورته (Cranial) او ۲کن د بدن د مخکني منځني خط څخه بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۸-، ۲، ۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

م ۲۵:

پدې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د کولمو ستونزې او همدارنگه د میاشتنۍ ناروغی 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-، ۵، ۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. پاملرنه! د حمل په وخت کې باید پدې نقطه کې د ستني 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 خبټې دردونه او همدارنگه دردناکه میاشتنۍ ناروغي (حيض) ولري. دا نقطه د نوم څخه ۱کن بڼکته (Caudal) او ۲کن د بدن د مخکني منځني خط څخه بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱-، ۵، ۱کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. د حمل په وخت کې باید پدې نقطه کې د ستني د ننيستلو ډډه وشي، د حمل د منځه تلو سبب کېدای شي.



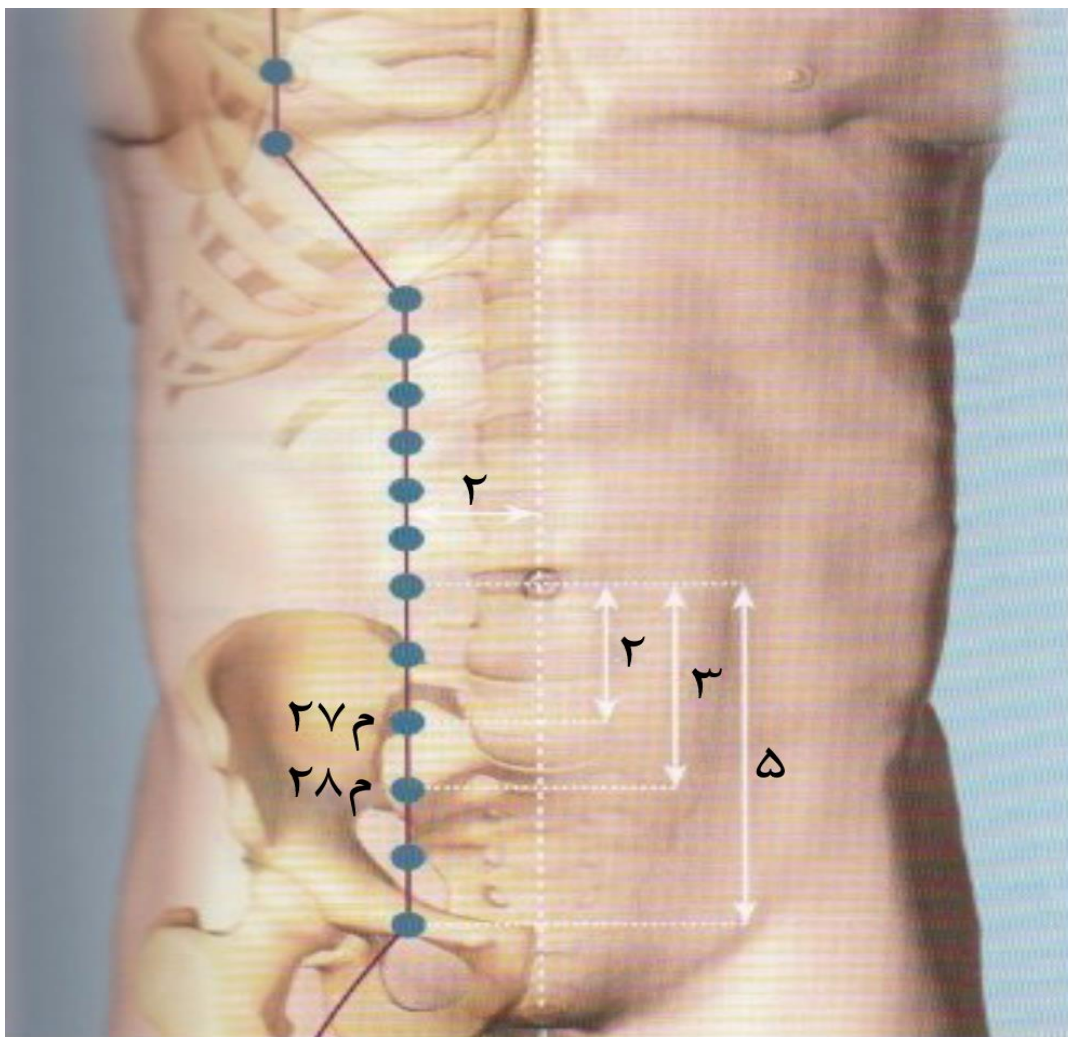


**۲۷م:**

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پارستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ په تشو متيازو کولو کې ستونزه ولري، او يا د خټې د ديوال چوره (Abdominal hernia) ولري. دا نقطه د نوم څخه ۲کن بڼکته (Caudal) او ۲کن د بدن د مخکني منځني خط څخه بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. د حمل په وخت کې بايد پدې نقطه کې د ستني د ننښتلو ډډه وشي، د حمل د منځه تلو سبب کېدای شي.

**۲۸م:**

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پارستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ په تشو متيازو کولو کې ستونزه ولري، او همدارنگه قبيضيت، دردناکه مياشتنۍ ناروغي، او يا هغه ناروغانې چې نه حامله کېږي. دا نقطه د نوم څخه ۳کن بڼکته (Caudal) او ۲کن د بدن د مخکني منځني خط څخه بهر يا Lateral اړخ ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. د حمل په وخت کې بايد پدې نقطه کې د ستني د ننښتلو ډډه وشي، د حمل د منځه تلو سبب کېدای شي.

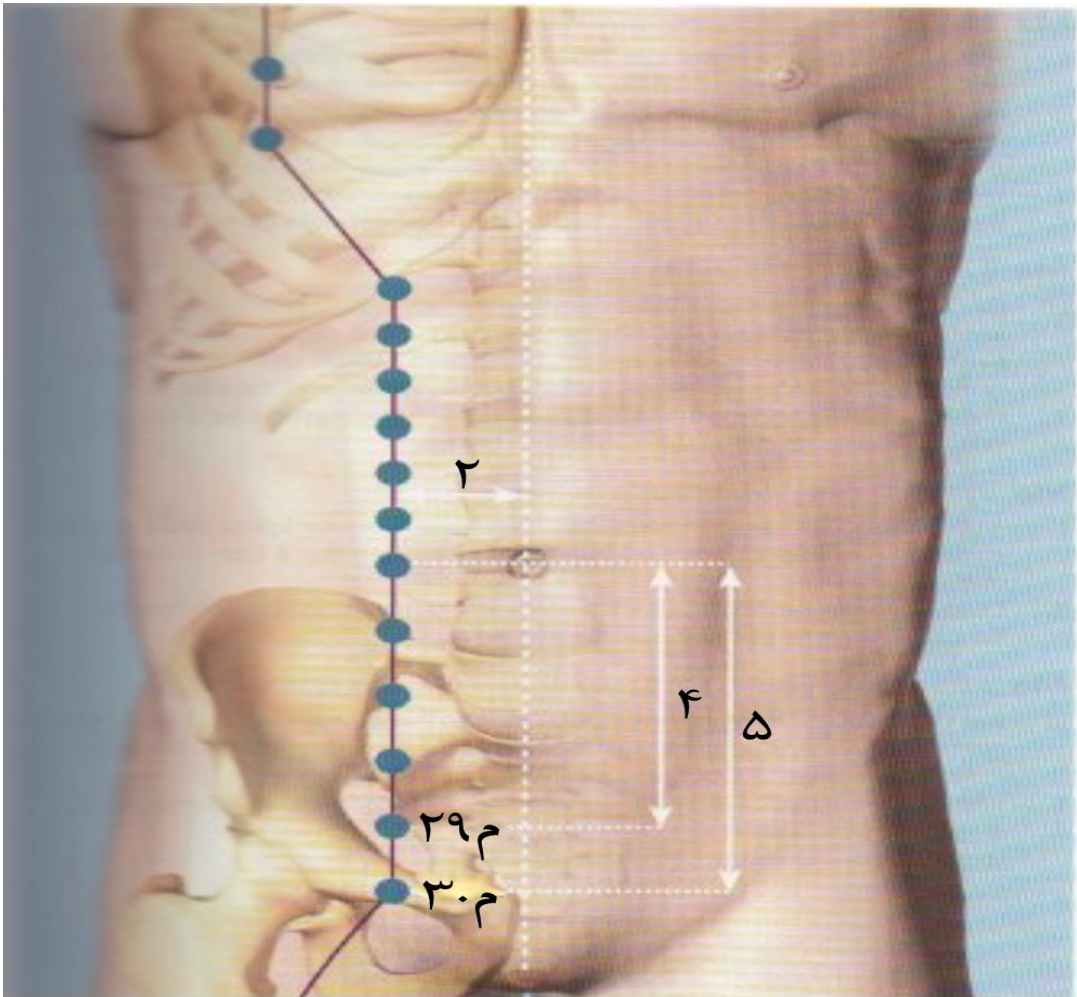


۲۹م:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د خپټې چوره (Abdominal hernia)، د میاشتنۍ ناروغۍ نه شتون، یا رحم بښکته راغلی وي (Uterus Prolapse). دا نقطه د نوم څخه ۴ کن بښکته (Caudal) او ۲ کن د بدن د مخکني منځني خط څخه بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. د حمل په وخت کې باید پدې نقطه کې د ستني د ننیستلو ډډه وشي، د حمل د منځه تلو سبب کېدای شي.

۳۰م:

کله چې د یوې ناروغې میاشتنۍ ناروغي په منظم ډول نه وي، نه حامله کېږي، او Vulvitis، د زېږون په وخت کې ستونزې، او د خپټې چوره ولري، او یا نارینه جنسي ستونزې ولري. په دې نقطه کې د درملنې په پار ستنه منډل کېږي. دا نقطه د نوم څخه ۵ کن بښکته (Caudal) تر Symphysis pubis د پورتنۍ ځنډې پورې، او بیا ۲ کن د بدن د مخکني منځني خط څخه بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. د حمل په وخت کې باید پدې نقطه کې د ستني د ننیستلو ډډه وشي، د حمل د منځه تلو لامل کېدای شي.



م ۳۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د بدن د بنسکتني برخې دردونه يا ستونزې په ځانگړي ډول د ورون دردونه ولري. دا نقطه د Spina iliaca anterior superior او د پټيلا Patella د پورتنۍ بهرنۍ څنډې د خطونو د يو ځای کېدو په نقطه کې د Glutial عضلي د قات د جگوالي په اندازه په مخکنۍ (Ventral) برخه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ - ۲ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

م ۳۲:

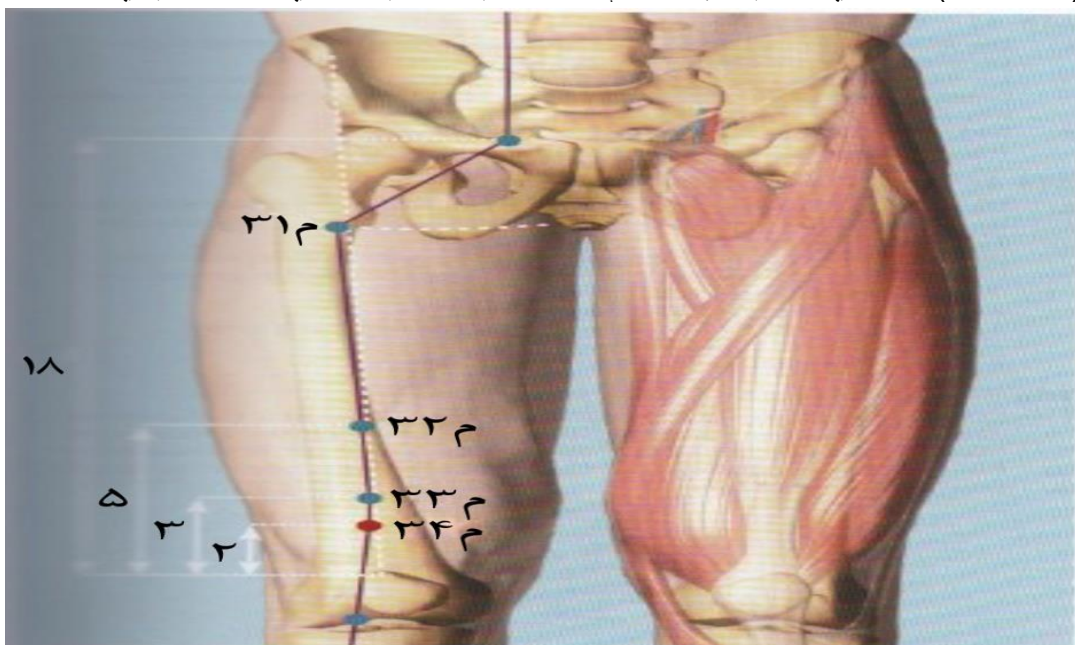
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د بدن د بنسکتني برخې دردونه يا ستونزې په ځانگړي ډول د ورون دردونه ولري. دا نقطه د Spina iliaca anterior superior او د پټيلا Patella د پورتنۍ بهرنۍ څنډې د خطونو د يو ځای کېدو په نقطه کې، کوم چې ۶ کن د پټيلا د بهرنۍ څنډې څخه نيردې (Proximal) ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ - ۲ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

م ۳۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د بدن د بنسکتني برخې دردونه يا ستونزې ولري. دا نقطه د Spina iliaca anterior superior او د پټيلا Patella د پورتنۍ بهرنۍ څنډې د خطونو د يو ځای کېدو په نقطه کې کوم چې ۳ کن د پټيلا د بهرنۍ څنډې څخه نيردې (Proximal) ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ - ۲ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

م ۳۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د ځنگون (Knee joint) دردونه او د ميدي دردونه ولري. دا نقطه د Spina iliaca anterior superior او د پټيلا Patella د پورتنۍ بهرنۍ څنډې د خطونو د يو ځای کېدو په نقطه کې کوم چې ۲ کن د پټيلا د بهرنۍ څنډې څخه نيردې (Proximal) ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ - ۲ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.





م ۳۵:

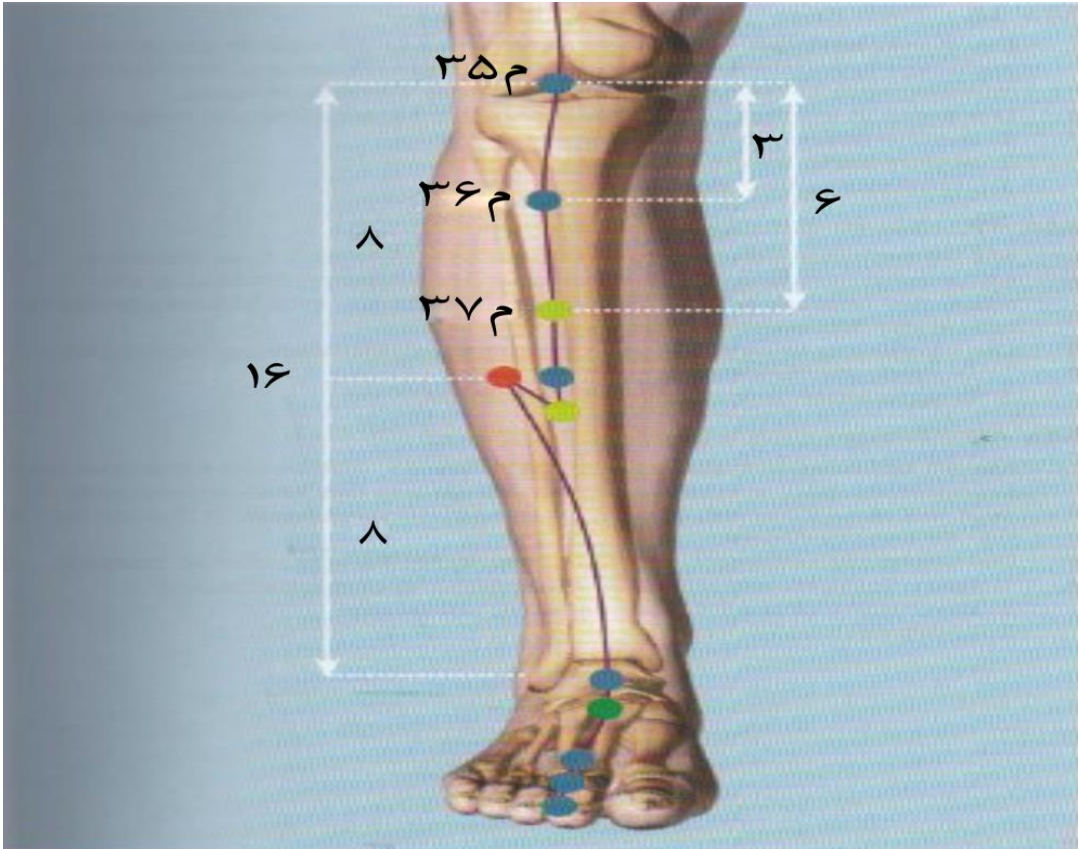
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د ځنگون (Knee joint) دردونه ولري. کله چې ځنگون قات شي، نو دا نقطه د پټیلا د هډوکي په بنسکتني ځنډې، او د پټیلا لیگامنت په بهر (Lateral) ژوره برخه کې ځای لري، چې د ځنگون سترګې ورته هم وايي. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۲ - ۱،۲ کُن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. پاملرنه! د ځنگون د مکروبي کېدو مخنیوی باید وشي.

م ۳۶:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د ځنگون (Knee joint) دردونه، او یا ناروغ د هضم ستونزه، او همدارنګه د بدن د بنسکتني غړو دردونه (لېنګو، او پښو دردونه) ولري. په دې نقطه کې درملنه د بدن پیاوړتیا رامنځ ته کوي، د بدن دفاعي سیستم قوي یا پیاوړی کوي. دا نقطه د م ۳۵ څخه ۳ کُن لېرې (Distal)، او د یوې ګوتې د پلنوالي په اندازه د ټیبیا (Tibia) هډوکي د مخکني ځنډې څخه بهر (Lateral) ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۲ کُن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

م ۳۷:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د کولمو ناروغی ولري. دا نقطه د م ۳۵ څخه د ټیبیا هډوکي په اوږدوالي کې ۶ کُن لېرې Distal ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۲ کُن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.





م ۳۸:

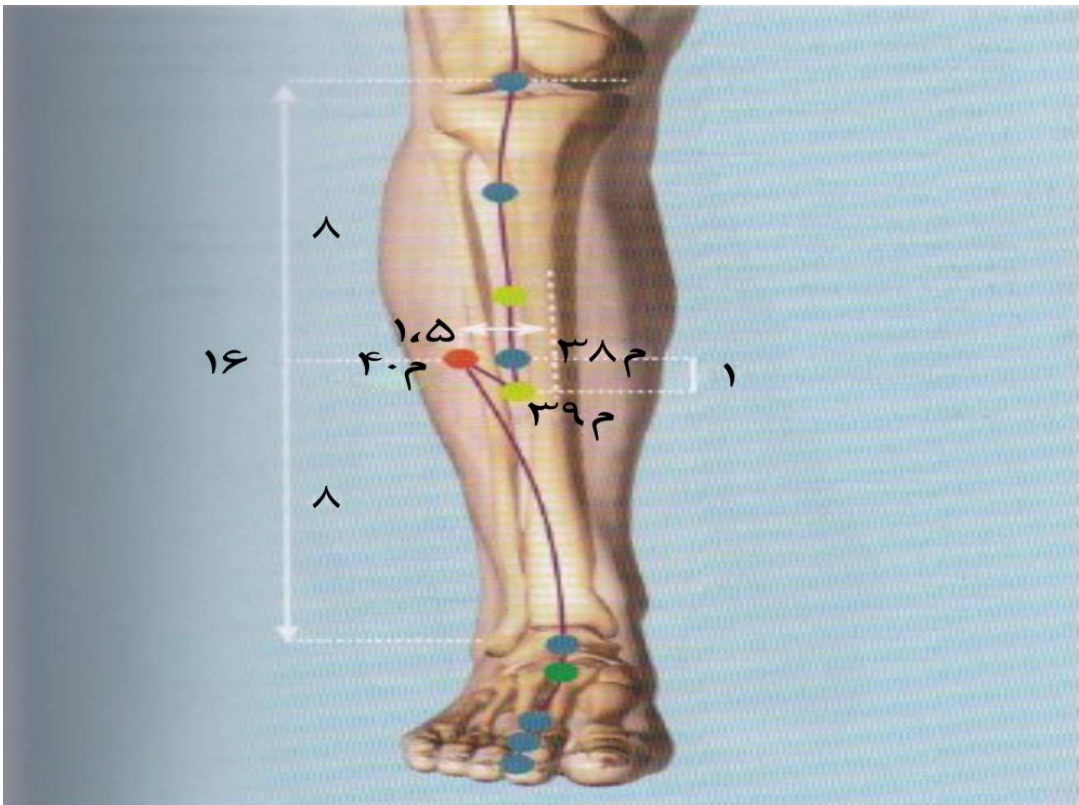
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د خټې، د لېنگو، او اوږې يا ولي دردونه ولري. دا نقطه د م ۳۵ څخه د ټيبييا هډوکي په اوږدوالي کې ۸ کن لېرې (Distal) ځای لري، کوم چې د ځنگون (Knee joint) او د پښې د بهرنې بڼگري (Lateral Malleolus) د جگې نقطې تر منځ ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

م ۳۹:

کله چې ناروغ د بدن د بشکنتې برخې شکایتونه او يا د کولمو ناروغی ولري، په دې نقطه کې د درملنې په پار ستنه منډل کېږي. دا نقطه د م ۳۵ څخه د ټيبييا هډوکي په اوږدوالي کې ۹ کن لېرې (Distal) ځای لري، کوم چې د ځنگون (Knee joint) او د پښې د بهرنې بڼگري (Lateral Malleolus) د جگې نقطې تر منځ ځای لري، يا ۱ کن لېرې (Distal) د م ۳۸ څخه ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

م ۴۰:

دې نقطې ته چينايان ټبرېدونکې (Passage point) يا لویو (Luo point) نقطه وايي. کله چې ناروغ داسې ناروغي ولري، چې په هغې کې بلغم ډېر توليدېږي، رواني يا روحي ناروغي، او يا ميرگي (Epilepsy) ولري. په دې نقطه کې د درملنې په پار ستنه منډل کېږي. دا نقطه هم د ځنگون (Knee joint) او د پښې د بهرنې بڼگري (Lateral Malleolus) د جگې نقطې تر منځ پرته ده. د م ۳۵ څخه د ټيبييا هډوکي په اوږدوالي کې ۸ کن لېرې (Lateral)، کوم چې د م ۳۸ څخه ۵، اکن بهر (Lateral) خواته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

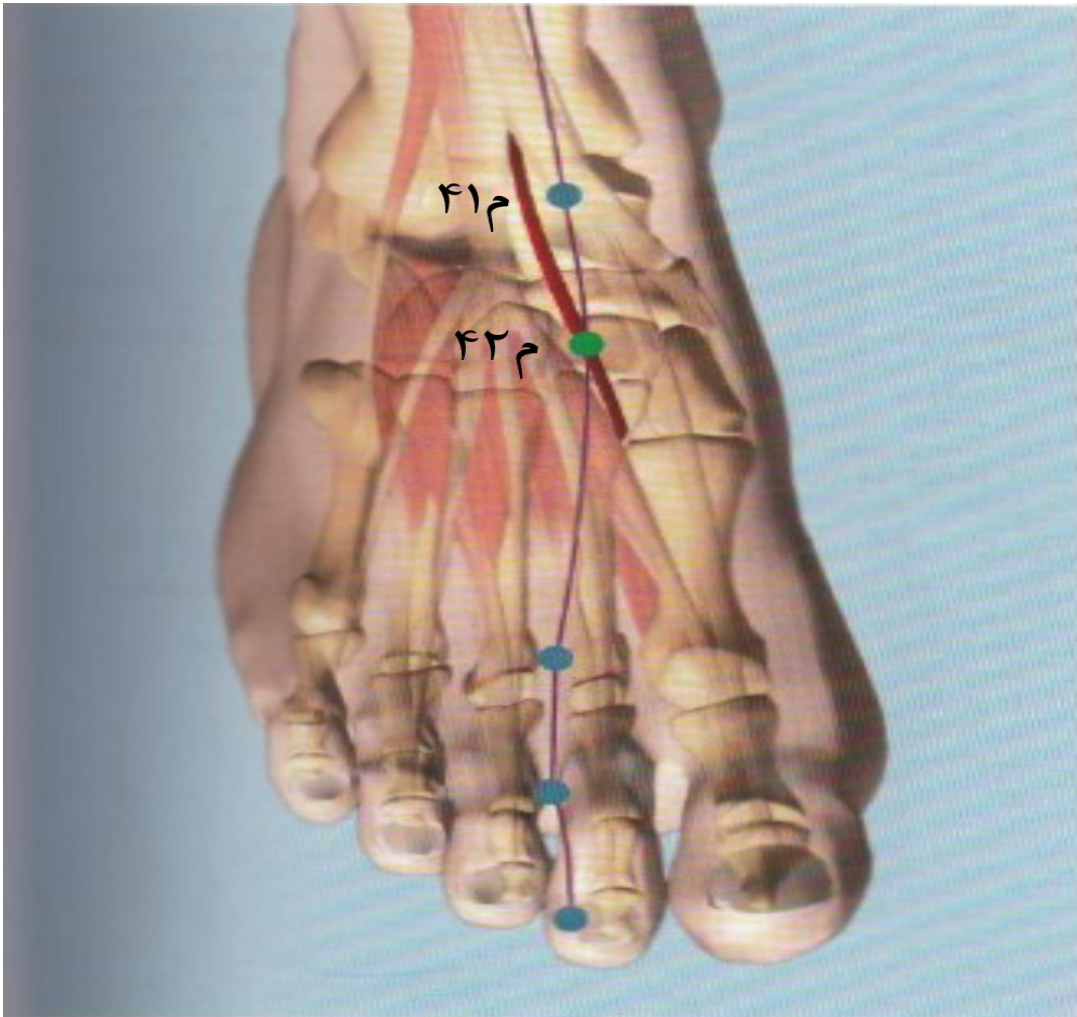


م ۴۱:

دي نقطې ته چينايان تنبي کونکې نقطه (Toning point) وايي. کله چې ناروغ سردردې، سرگرځېدل او قبضيت ولري، او خوبوری وي. په دې نقطه کې د درملنې په پار ستنه منډل کېږي. دا نقطه د پښې د بند په مخکني (Ventral) افقي قات په منځنۍ ژوره برخه کې، کوم چې د *M. extensor hallucis longus* او *M. extensor digitorum longus* ليگامينټونو تر منځ ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

م ۴۲:

دي نقطې ته چينايان ابتدايي يا د پيل (Source point) يا يووان (Yuan point) نقطه هم وايي. په دې نقطه کې د درملنې په پار هغه وخت ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د خپټې او پښو دردونه ولري، او همدارنگه يې 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 گوتو به ذريه احساسېږي، ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۲، ۰، ۳-۰، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.



م ۴۳:

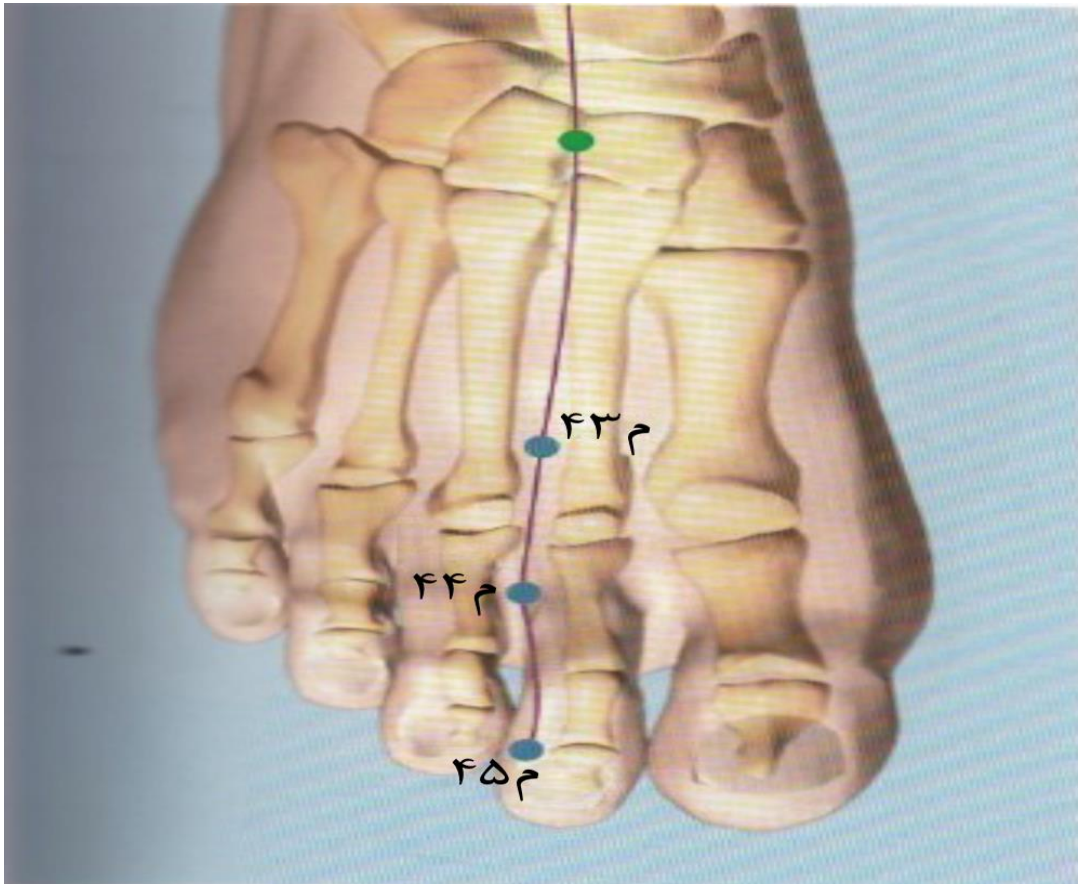
په دې نقطه کې د درملنې په پار هغه وخت ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د خپټې شکایتونه او پښو دردونه ولري. دا نقطه د میتا تارسوفلنجیال بند (Metatarsophalangeal joint) په نږدې زاویه کې، کوم چې د دوهم او دریم Metatarsal هډوکو په منځ کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰، ۸، ۰ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

م ۴۴:

کله چې ناروغ د غوړ، پوزې، ستوني ستونزې، او د کولمو مکروبي ناروغی ولري، د مخ فلج او سر درد دي، او همدارنگه په پنځو حیسونو کې ستونزه ولري. بیا په دې نقطه کې ستنه د درملنې په پار منډل کېږي. دا نقطه د پښې د دوهمې او دریمې گوتې د سپینې او سرې غوښې تر منځ ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰، ۸، ۰ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

م ۴۵:

دې نقطې ته چینایان ارامونکي (Sedation point) نقطه وايي. دا نقطه د پښې د دوهمې گوتې غوښې او نوک ترمنځ نږدې (Proximal) زاوې بهر (Lateral) اړخ کې ځای لري. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د غوړ، پوزې، ستوني، او همدارنگه په پنځو حیسونو کې ستونزې ولري، او یا روانی ناروغي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱، ۰، ۸، ۰ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.





## د توري وياله يا کانال

توري د ین (Yin) اورگان په نوم یادېږي، چینایان دې اورگان ته ځمکې سره اړیکه ورکوي. د انرژي دوران په دې وياله کې (Centripetal)، یانې د اطرافو څخه مرکز ته انرژي بهېږي. اغېز یې د بدن په منځنۍ برخه ډېر دی، لکه هضمي سیستم، تناسلي سیستم، او بولي سیستم. دا وياله د پښو څخه د سینې اړخ ته بهېږي. په دې وياله کې ۲۱ نقطې د سنتي د منډلو د پاره موجودې دي. د دې ويالې د همغږۍ نقطه (Approval point) یې د متيازو کڅوړه ۲۰ (م ک ۲۰)، او د یوځای کېدو نقطه (Alarm point) یې څکر ۱۳ (ع ۱۳) ده.

### ت ۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د سینې او یا خټې دردونه ولري، او یا وینې کېدنه (خونرېزي) ولري. دا نقطه د پښې د غټې گوتې د غوښې او نوک ترمنځ د نیردې زاویې کورنۍ یا داخلي برخه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱، ۰، ۱ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.



### ت ۲:

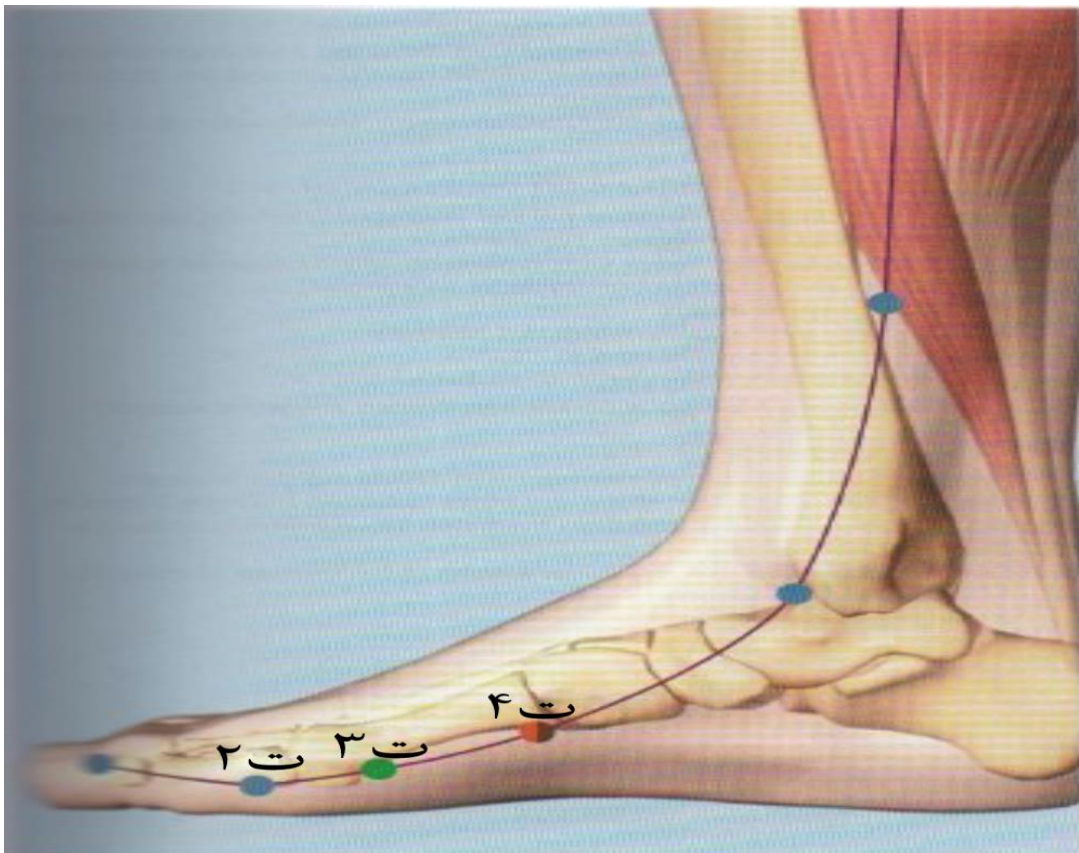
دې نقطې ته چینیان د تنبې (Toning point) نقطه وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د هضم ستونزه ولري. دا نقطه د پښې په تلي کې، کوم چې دلومري (Metatarsophalangeal joint) په لېږې (Distal) برخه کې د سرې او سپینې غوښې په منځ کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ - ۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

### ت ۳:

دې نقطې ته چینیان د پیل (Source point) یا یووان (Yuan point) نقطه وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د هضم ستونزه ولري. دا نقطه د پښې په تلي کې، کوم چې د لومري (Metatarsophalangeal joint) په نږدې (Proximal) برخه کې د سرې او سپینې غوښې په منځ کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ - ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

### ت ۴:

دې نقطې ته چینیان اساسي نقطه (Cardinal point) او همدارنگه تېرېدونکې (Passage point) نقطه هم وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د هضم ستونزه ولري. دا نقطه د پښې په تلي کې د لومري Metatarsal هډوکي په لومړنۍ برخه کې د سرې او سپینې غوښې ترمنځ ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۶ - ۱،۲ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.



**ت ۵:**

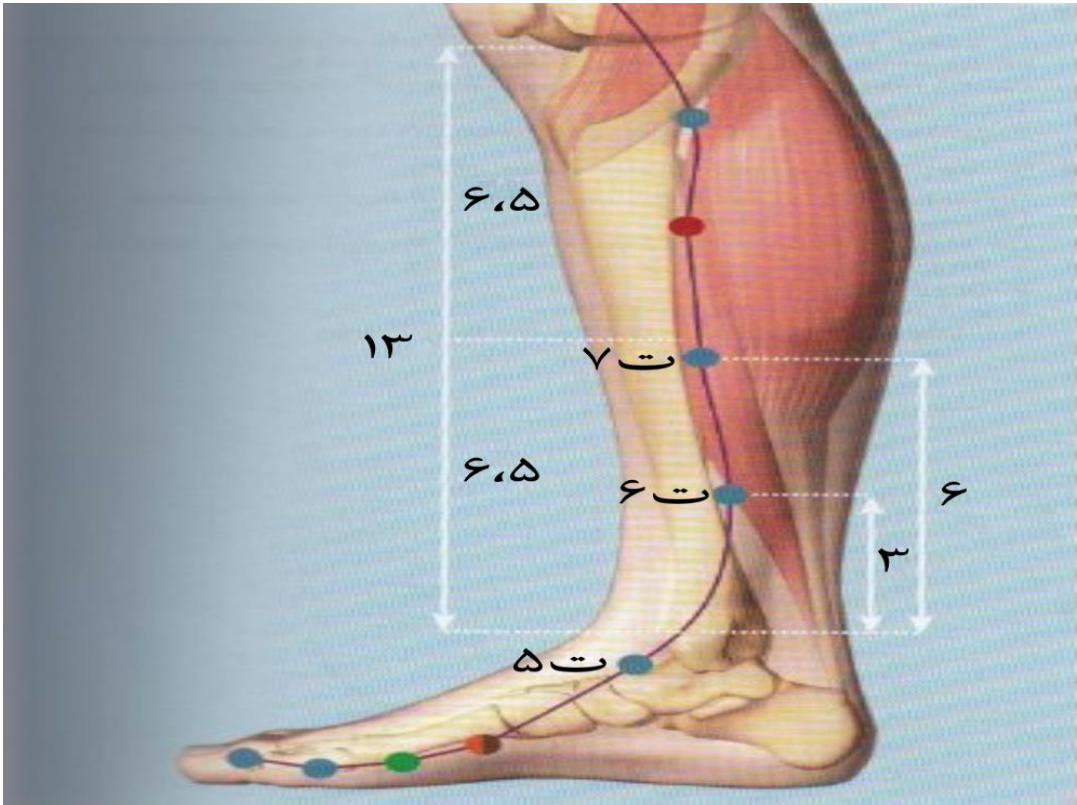
دي نقطې ته چينايان ارامونکي (Sedation point) نقطه وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د هضم ستونزه ولري. دا نقطه د پښې د داخلي بڼنگري (Medial Malleolus) لېږي (Distal) او مخکې (Ventral) ژوره برخه کې، کوم چې د Tuberositas osis navicularis او د پښې د داخلي بڼنگري (Medial Malleolus) ترمنځ ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰، ۸، ۰ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

**ت ۶:**

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغه بڼځينه ناروغی، او همدارنگه په زېږون کې ستونزه ولری، او يا ناروغ جنسي ستونزه ولري، همدارنگه د هضم او تشو ميتيازو ستونزې، او يا د پښو دردونه ولري. دا نقطه ۳ کن نيردي (Proximal) د پښې د داخلي بڼنگري (Medial Malleolus) د جگې يا لورې نقطې څخه د تيبيا (Tibia) د هډوکې شاتنې او داخلي څنډه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۵، ۱ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. پاملرنه! په حمل کې بايد ډېر پام وشي، چې د حمل د دردونو د رامنځ ته کېدو سبب کېږي.

**ت ۷:**

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د هضم او يا د تشو ميتيازو په کولو کې ستونزې ولري. دا نقطه ۶ کن نيردي (Proximal) د پښې د داخلي بڼنگري (Medial Malleolus) د جگې يا لورې نقطې څخه د تيبيا (Tibia) د هډوکې په شاتنې او داخلي څنډه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۵، ۱ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.



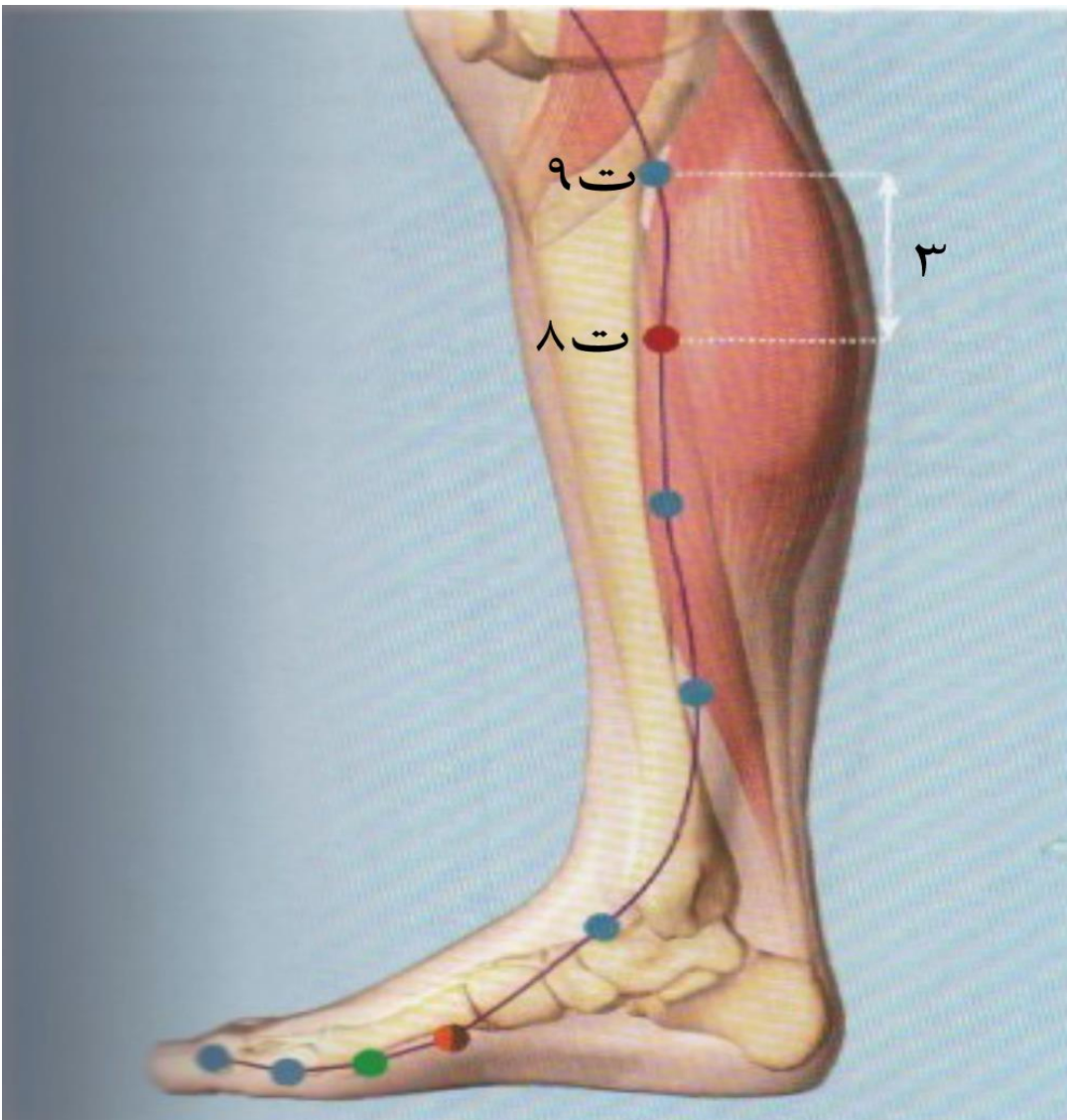


ت ۸:

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

ت ۹:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ یا ناروغه د هضم ستونزې، د متيازو د کڅوړې ستونزې، یډیما Edema، او د ځنگون دردونه ولري. دا نقطه د Tibia condylus په شاتنې 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.

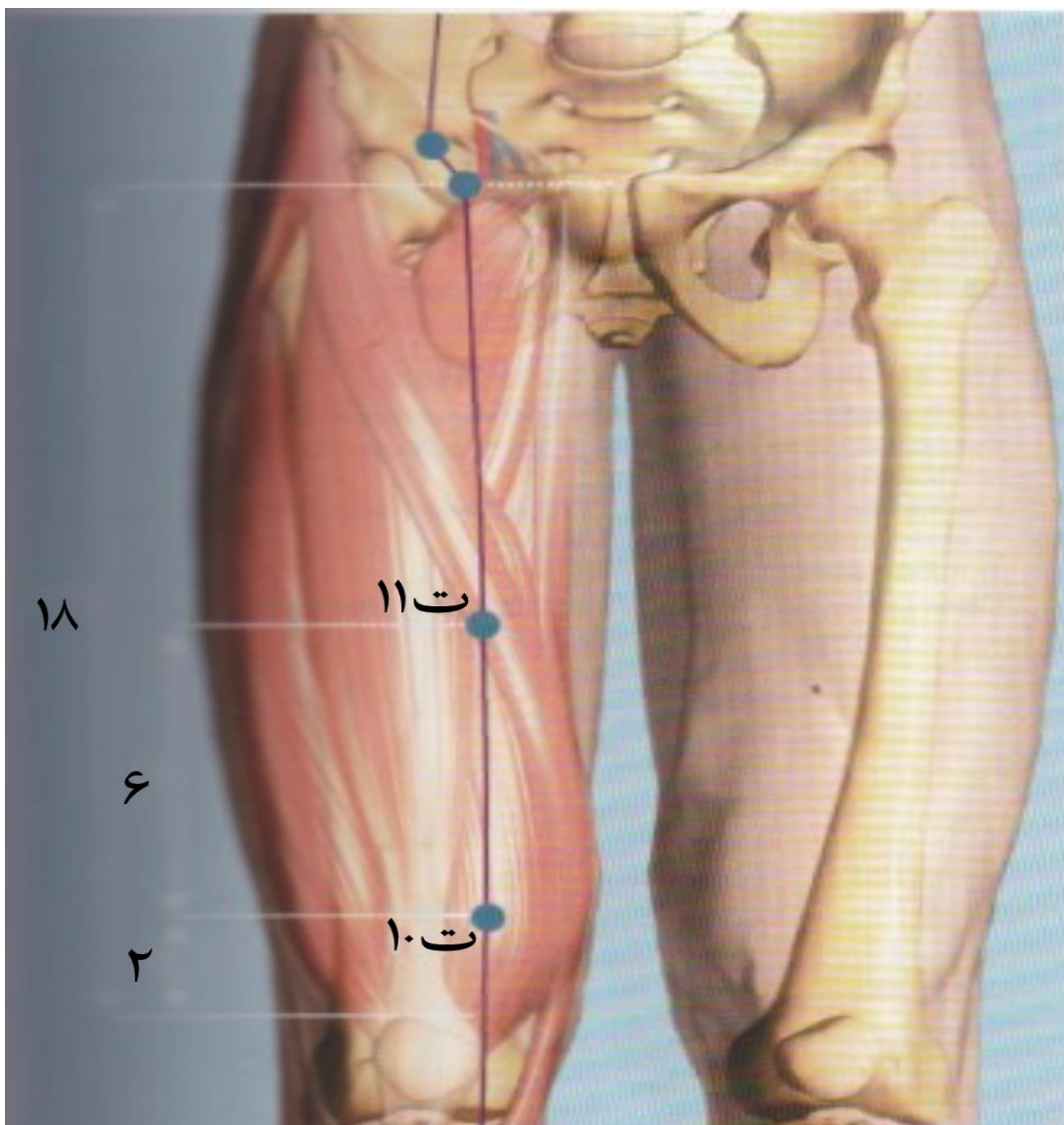


ت ۱۰:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ یا ناروغه په میاشتنۍ ناروغۍ کې ستونزې ولري، د ورون دردونه، او همدرانگه د پوستکي ناروغۍ (Eczema، Urticaria) ولري. کله چې ځنگون د قات په حالت کې وي، دا نقطه د پتیلای (Patella) د هډوکۍ د داخلي څنډې څخه ۲ کن نیردې (Proximal) ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

ت ۱۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ یا ناروغه دمثنای (میتیاژو کڅورې) ستونزه ولري. دا نقطه د ت ۱۰ څخه ۶ کن نیردې (Proximal) ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.



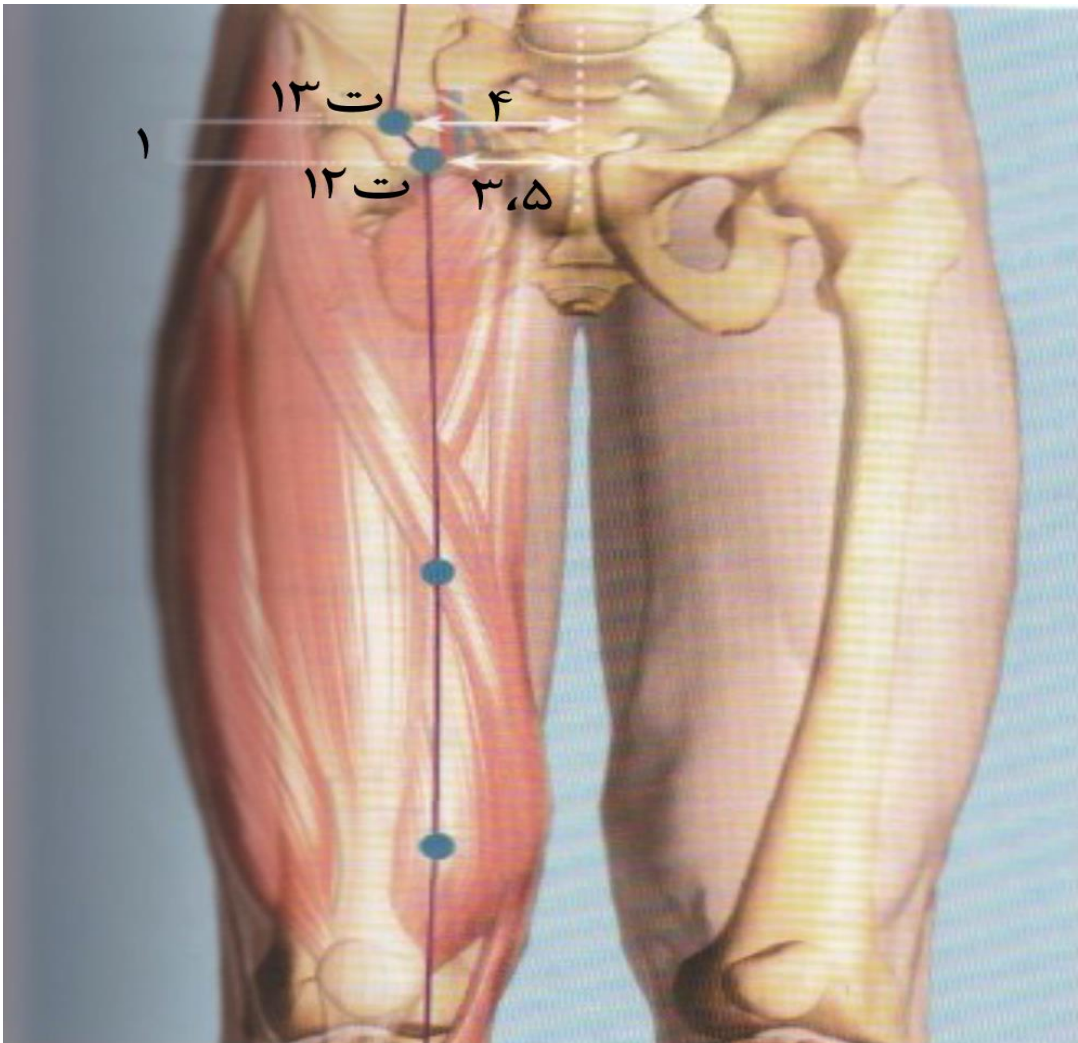


ت ۱۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ یا ناروغه د مټانې (میتیاژو کڅوړې) ستونزه، او یا چوره (Hernia) ولري. دا نقطه د بدن د منځني خط یانې د **Symphysis pubis** څخه ۳،۵ اکن بهر (Lateral) د سپوږمې د پوستکي د قات په اړخنی برخه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰ - اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. پاملرنه! د حمل په وخت کې د اکوپنچر څخه پدې نقطه کې باید ډډه وشي.

ت ۱۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ یا ناروغه د خپټې دردونه ولري، او یا چوره (Hernia) وي. دا نقطه د **Symphysis pubis** د پورتنۍ څنډې څخه اکن پورته، او د بدن د مخکني منځني خط څخه ۴ اکن بهر (Lateral) ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ - ۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. پاملرنه! د حمل په وخت کې د اکوپنچر څخه پدې نقطه کې باید ډډه وشي.



ت ۱۴:

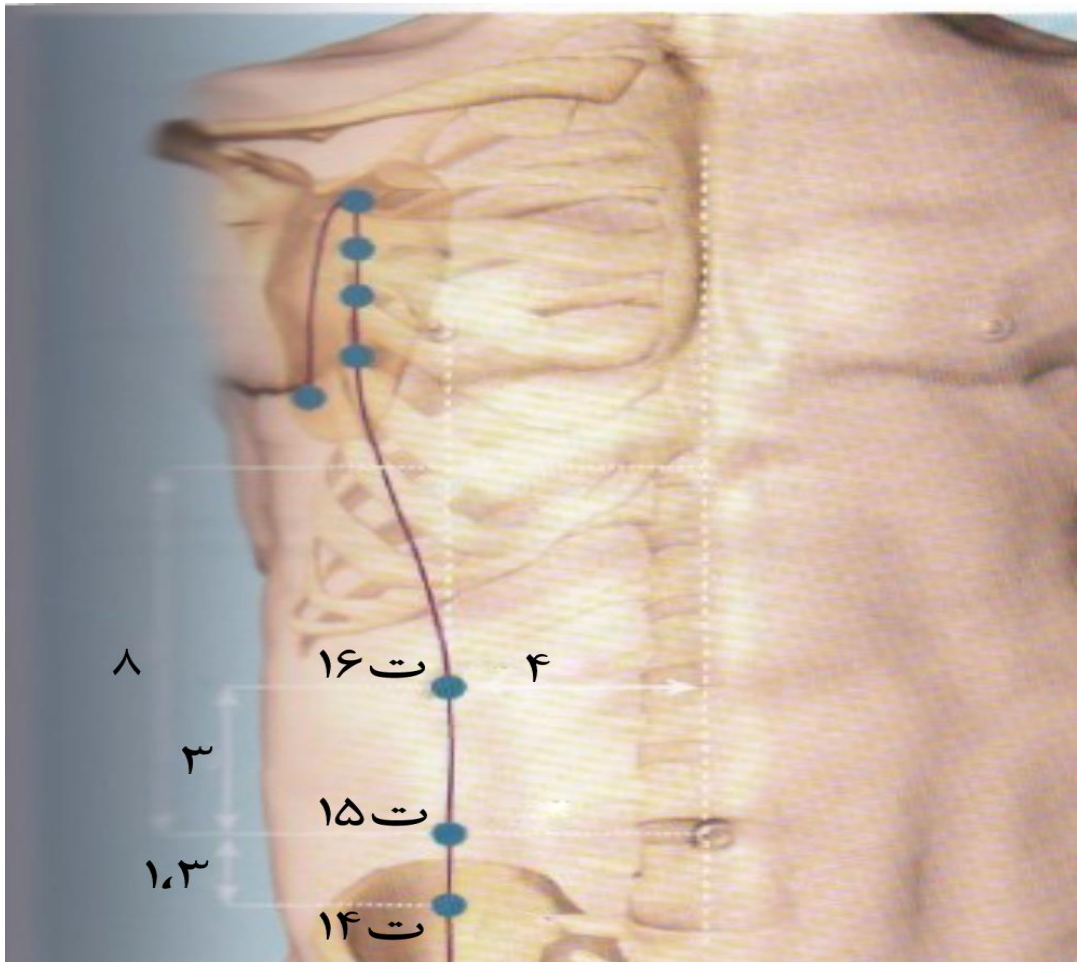
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د هضم ستونزه ولري. دا نقطه د ت ۱۵ څخه ۳، ۱ کن بنګته او د بدن د مخکني منځني خط څخه ۴ کن بهر (Lateral) ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۲ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. د حمل په وخت کې د اکوپنګچر څخه پدې نقطه کې باید ډډه وشي.

ت ۱۵:

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

ت ۱۶:

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



ت ۱۷:

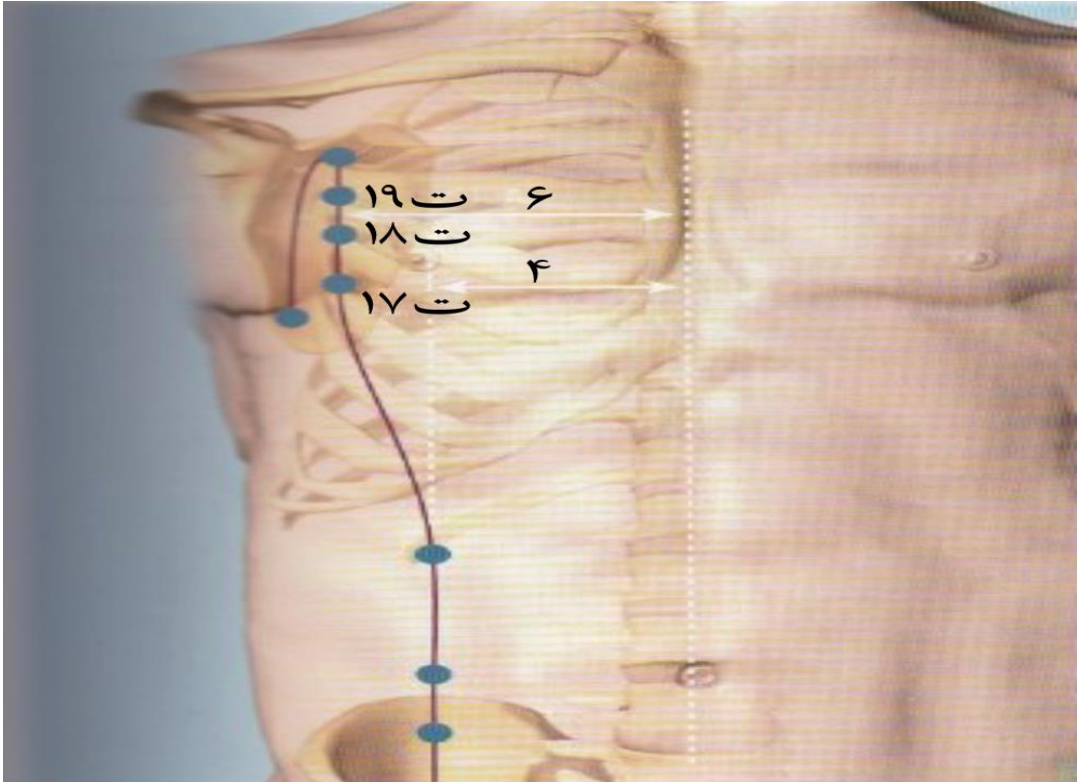
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د مری ستونزې ولري، او یا د پوښتیو دردونه (Intercostal neuralgia) ولري. دا نقطه د بدن د مخکني منځني خط څخه ۶ کن بهر (Lateral) د پنځمې پوښتی په خالیگا (Intercostal space) کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۸، ۰ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. پاملرنه! د Pneumothorax مخه باید ونیول شي.

ت ۱۸:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د تیونو ناروغی او یا د سینې (Thorax) دردونه ولري. دا نقطه د بدن د مخکني منځني خط څخه ۶ کن بهر (Lateral) د څلورمې پوښتی په خالیگا (Intercostal space) کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۸، ۰ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. پاملرنه! د Pneumothorax مخه باید ونیول شي.

ت ۱۹:

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 ۶ کن بهر (Lateral) د دریمې پوښتی په خالیگا (Intercostal space) کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۸، ۰ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. پاملرنه! د Pneumothorax مخه باید ونیول شي.





ت ۲۰:

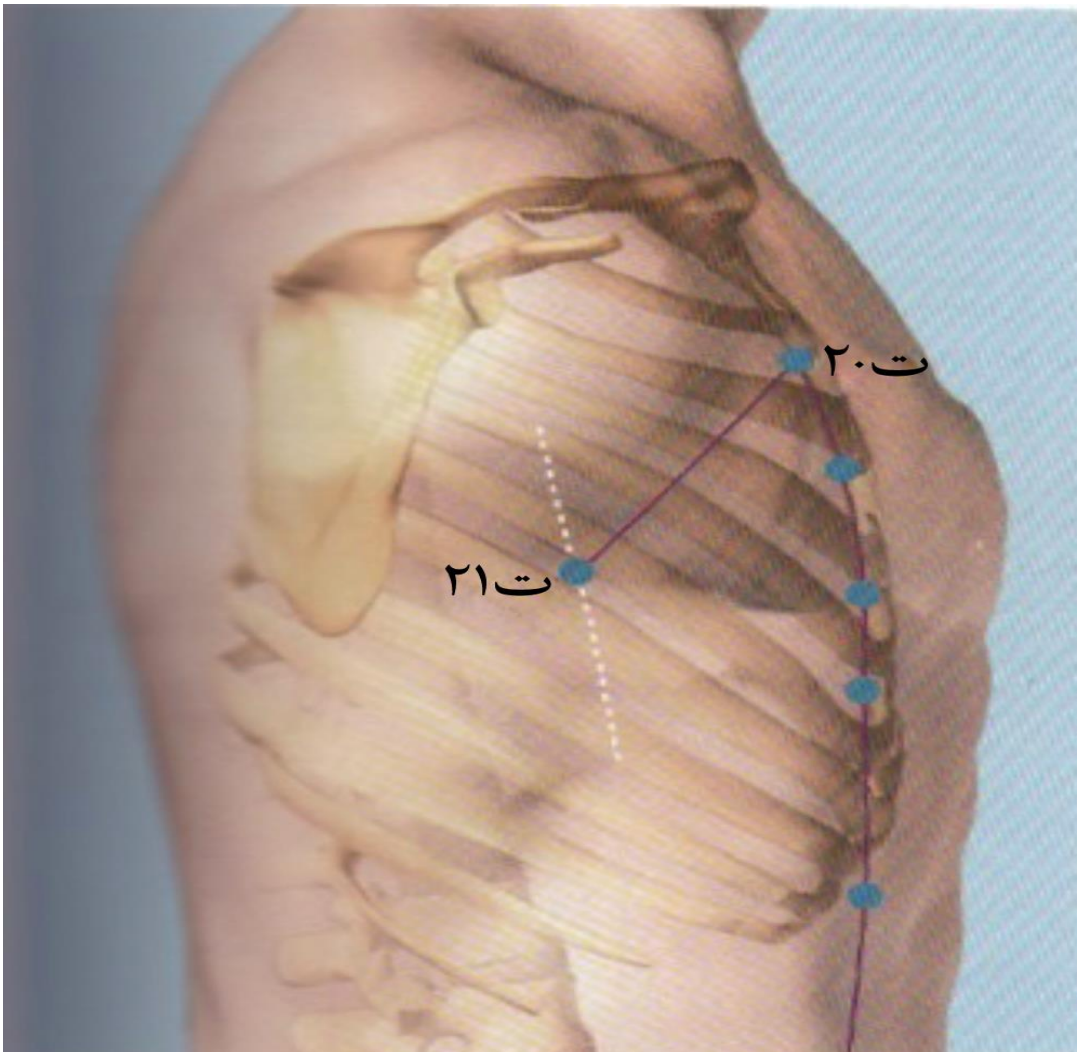
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د سینې (Thorax) دردونه ولري. دا نقطه د بدن د مخکني منځني خط څخه ۶ کن بهر (Lateral) د دویمې پوښتې په خالیګا (Intercostal space) کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰ - ۸، ۰ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

پاملرنه! د Pneumothorax مخه باید ونیول شي.

ت ۲۱:

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

پاملرنه! د Pneumothorax مخه باید ونیول شي.



## د زړه وپاله يا کانال

زړه ين (Yin) غري يا اورگان دی، چينايان يې د اور سره اړيکه يا ارتباط ورکوي. چينايان وايي په دې غري کې د ۱۱-۱۳ بجو په وخت کې ناروغي رامنځ ته کېږي. د زړه وپاله د سر څخه د لاسونو په لور بهېږي، په دې وپاله کې د درملنې په پار په ۹ مختلفو ځايونو کې سنتې منډل کېږي. د انرژۍ دوران په دې وپاله کې د مرکز څخه اطرافو (Centrifugal) ته دي. په رگونو، وینه، عقل، احساس او روح اغېز کوي. د دې وپالې د همغږۍ نقطه متيازو کڅوره ۱۵ (م ک ۱۵)، او د يو ځای کېدو يا خطر نقطه دوماى ۱۴ (دم ۱۴) ده.

ز۱:

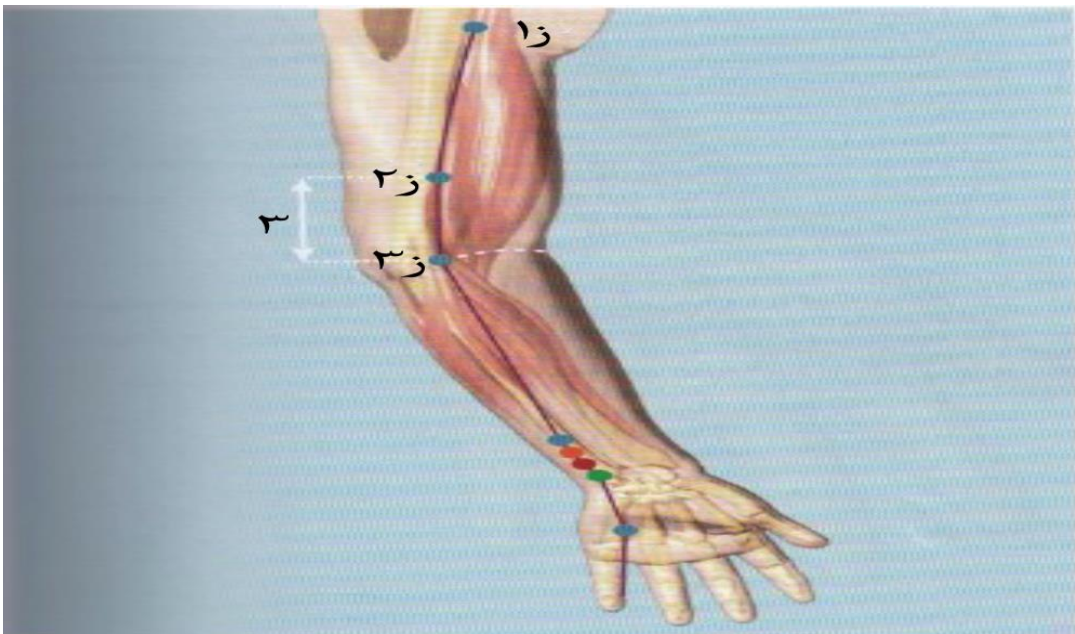
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار سنته منډل کېږي، چې کله ناروغ د سينې درد، د سينې په ساحه کې ناراحتي احساس کړي، او يا د بدن د پورتنۍ برخې فلج او يا د رگونو بندېښ رامنځ ته شي. دا نقطه د تخرگ په څوکه کې په کوم ځای کې چې *Arteria Axillaris* احساسېږي، ځای لري. سنته په دې نقطه کې د ۳، ۵-۰، ۵، ۰، ۳ کن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

ز۲:

په دې نقطه کې هغه وخت سنته د درملنې په پار منډل کېږي، چې کله ناروغ د پورتنې مټ دردونه ولري. دا نقطه د ځنگلي د پوستکي د قات څخه ۳ کن نيردې (Proximal) د پورتنې مټ په کورنۍ برخه کې ځای لري. سنته په دې نقطه کې د ۵، ۰، ۱ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

ز۳:

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





**ز ۴:**

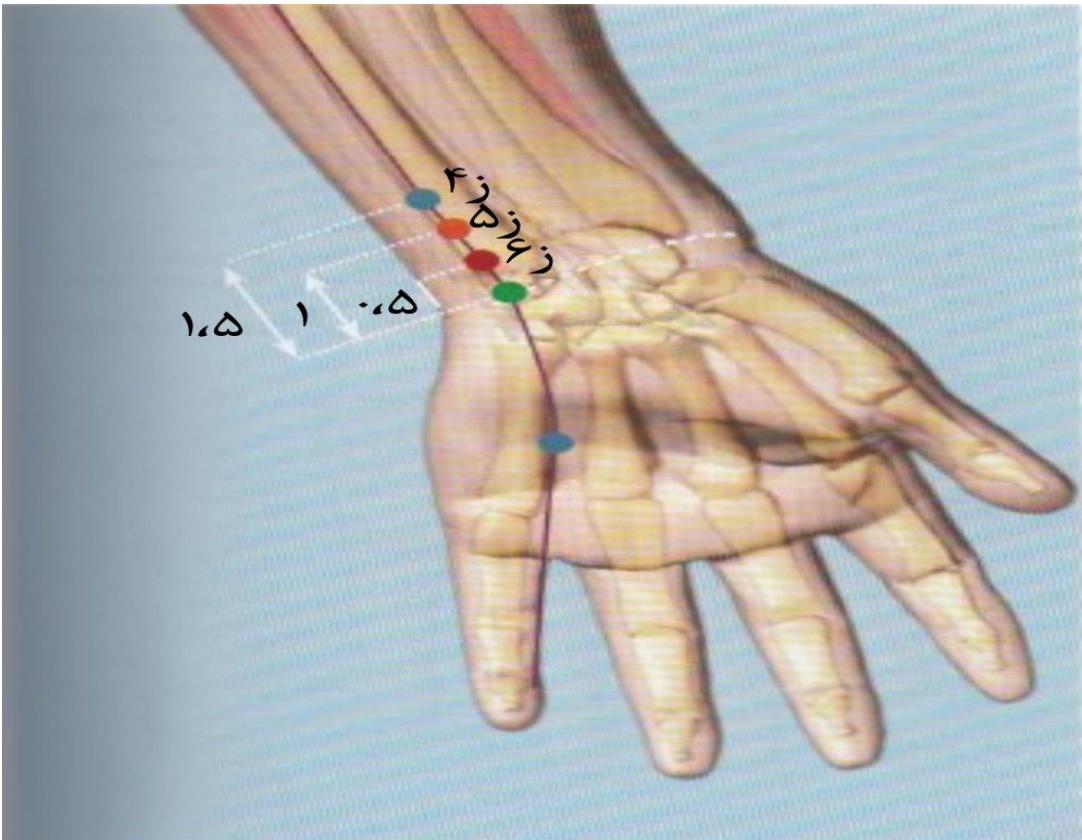
په دې نقطه کې هغه وخت ستنه د درملنې په پارمنډل کېږي، چې کله ناروغ د سینې دردونه، ناراحتې، او همدارنگه وارخطايي او رواني ستونزې ولري. دا نقطه د لاس د بند د پوستکي د اخيري يا لېرې (Distal) قات څخه ۱،۵ کن نيردې (Proximal) د M flexor carpi ulnaris ليگامنت راديال اړخ ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵-۰،۳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

**ز ۵:**

دې نقطې ته چينايان تېرېدونکې (Passage point) يا لویو (Luo point) نقطه وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د سینې دردونه، او ناراحتې ولري، او همدارنگه وارخطايي او رواني ستونزې ولري، او يا په ناڅاپي ډول گونگی (Aphonie) شي. دا نقطه د لاس د بند د اخيري يا لېرې (Distal) قات څخه ۱ کن نيردې (Proximal) د M flexor carpi ulnaris ليگامنت راديال اړخ ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵-۰،۳ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

**ز ۶:**

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

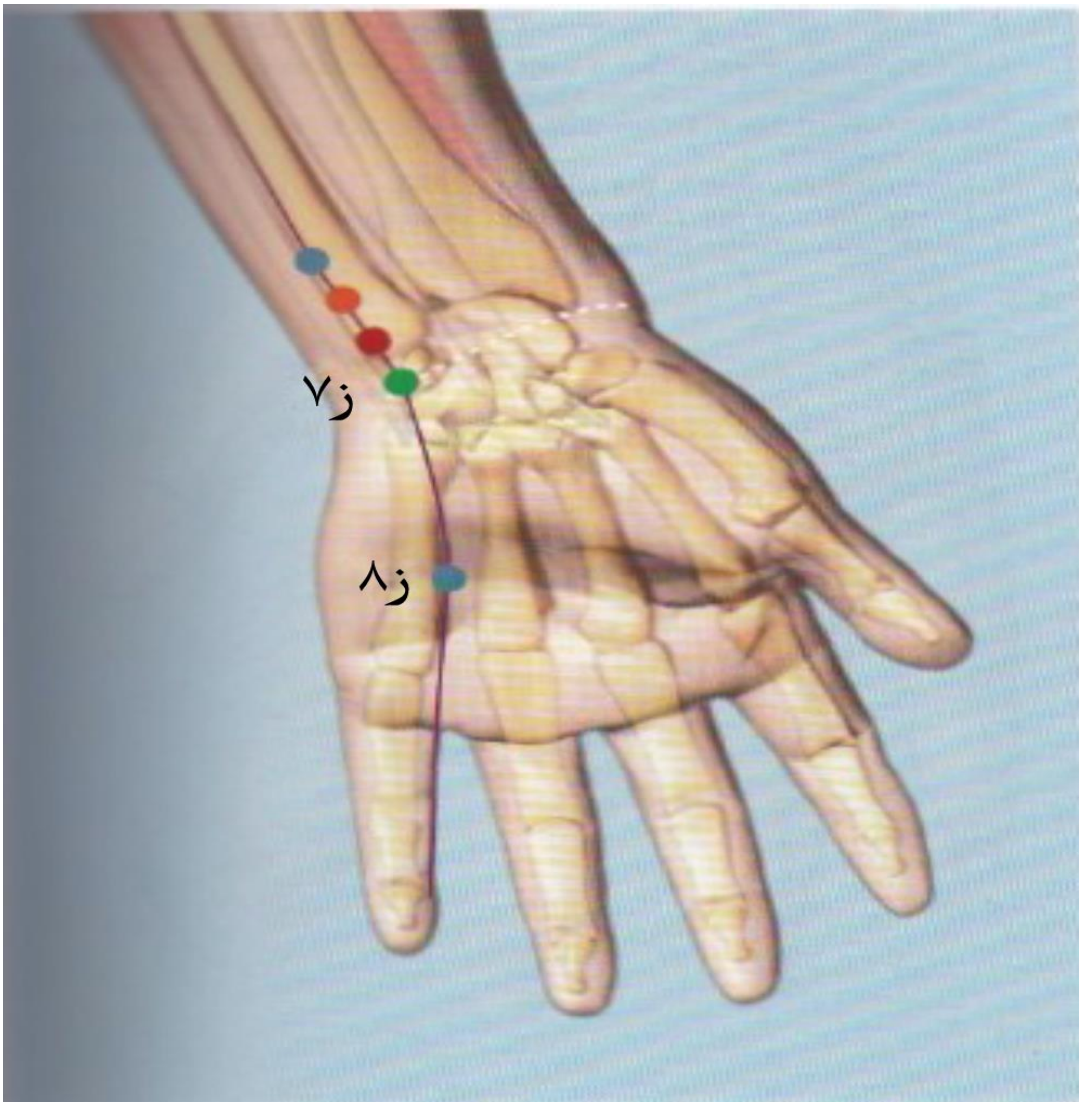


### ز ۷:

دې نقطې ته چینیان ارامونکې (Sedation point) او د پیل یا ابتدایي (Source point) نقطه هم وایي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د سینې دردونه یا ناراحتې ولري، او همدارنگه رواني ستونزې ولري، او یا د ازموینې څخه ویرېږي. دا نقطه د لاس د بند د پوستکي د اخيري یا لېرې (Distal) قات کې د M flexor carpi ulnaris لیگامنت رادیال اړخ ته په ژوره برخه کې ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵-۰،۳ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

### ز ۸:

په دې نقطه کې هغه وخت ستنه د درملنې په پار منډل کېږي، چې ناروغ د سینې دردونه، رواني ستونزې ولري، او یا د بنځینه ناروغانو په جنسي غړو کې (Uterus یا Vulva) ستونزې رامنځ ته شي. دا نقطه د لاس په ورغوي کې دڅلورم او پنځم میتاکارپال (Metacarpal) په منځ کې ځای لري. که لاس موی کړو، د منځنۍ گوټي په ذریه لمس کېږي.



ز ۹:

دې نقطې ته چینایان تنبی کونکې (Toning point) نقطه وایي. دا نقطه د زړه د ویالې 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 یا په ناڅاپي ډول بې هوشه شي. دا نقطه ۰،۱ کن د وړې ګوتې د نوک او د نوک د وړې تر منځ نیږدې زاویې بهرنې او رادیال (Radial) اړخ ته ځای لري.



### د وړو کولمو ویاله یا کانال

وړې کولمې یانګ (Yang) غړی یا اورګان دی، چینایان یې د اور سره اړیکه ورکوي، یا ارتباط ورکوي. چینایان وایي په دې غړي کې د ۱۳-۱۵ بجو په وخت کې ناروغي رامنځ ته کېږي. د وړو کولمو ویاله د لاسونو د ګوتو څخه پیل د سر په لور بهېږي، په دې ویاله کې د درملنې په پار ۱۹ نقطې دي، چې ستنې پکې منډل کېږي. د انرژۍ دوران په دې ویاله کې د اطرافو څخه مرکز (Centripetal) ته دي. په رګونو، او مخاط تقلسي (spasmolytic) اغېز کوي. د دې ویالې د همغږۍ نقطه متیازو کڅوړه ۲۷ (م ک ۲۷)، او د یو ځای کېدو یا خطر نقطه یې دوماي ۴ (دم ۴) ده.



### وک ۱:

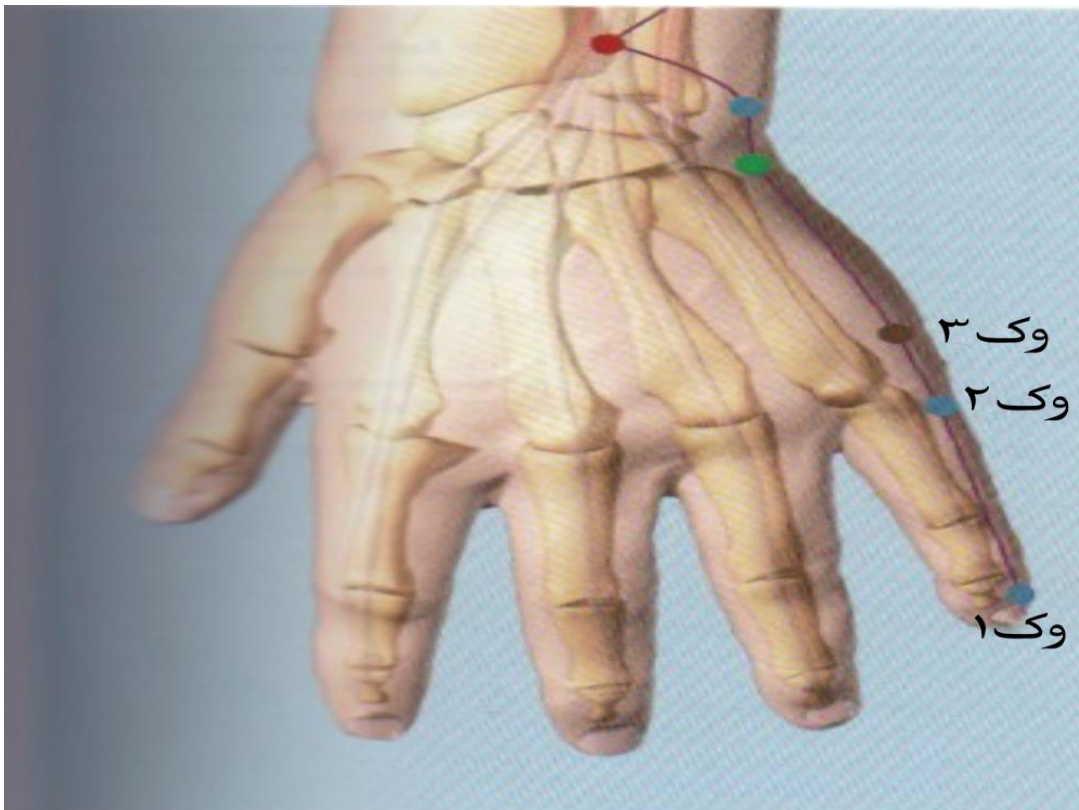
په دې نقطه کې د درملنې په پار هغه وخت ستنه منډل کېږي، چې کله یوه ناروغه یا ناروغ د تیونو یا سینو (Mamma) ناروغی، د نوکام یا ریزش ناروغی، او یا په ناڅاپي ډول بې هوشه شي. دا نقطه د ۱، ۰ کن د کوچنی گوتي د نوک او د نوک د وری ترمنځ نیږدې (Proximal) زاویې بهرني (Lateral) اړخ ته ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۳، ۰ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي.

### وک ۲:

په دې نقطه کې هغه وخت ستنه د درملنې په پار منډل کېږي، چې کله ناروغ یا ناروغه روحي رواني ناروغی، میرگي (Epilepsy)، د پنځو حسي غړو ستونزې، او همدارنگه د کوچنی گوتي ځایي ستونزې یانې دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۳، ۰-۴، ۰ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پنځم میتاکارپوفلنژیال بند (Metacarpophalangeal joint) د لږې قات شوې پوستکي په اخیږي برخه کې د سپینې او سرې غوښې تر منځ ځای لري.

### وک ۳:

چینایان دې نقطې ته تنبې کونکې (Toning point) او همدارنگه اساسي (Cardinal point) نقطه وایي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ یا ناروغه د سترگو ناروغی، میرگي (Epilepsy)، عصبي او رواني ناروغی، او همدارنگه د مروند ځایي یا موضوعي ستونزې، د لاس د بند او د گوتو دردونه، د ملا او څټ دردونه ولري. دا نقطه د پنځم د میتاکارپوفلنژیال بند (Metacarpophalangeal joint) د پوستکي د نیږدې قات په اخیږي برخه کې د سپینې او سرې غوښې تر منځ ځای لري.



#### وک ۴:

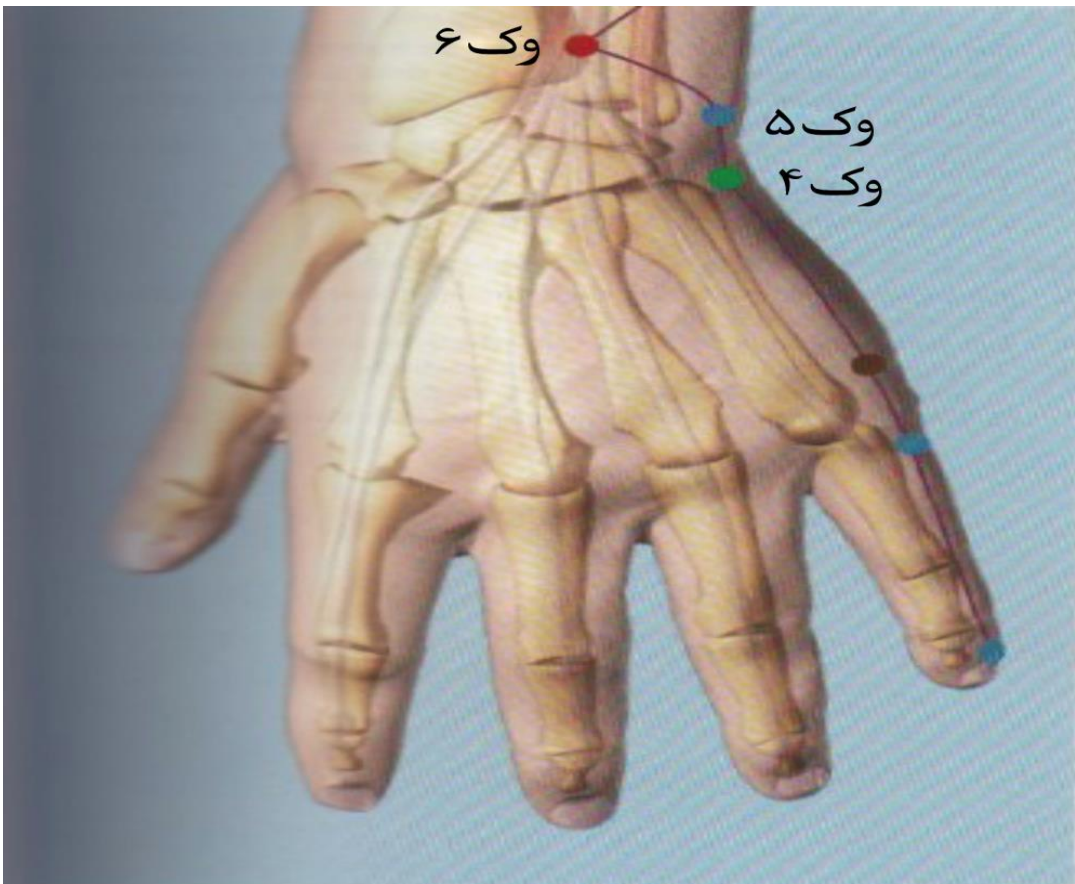
دی نقطه‌ی ته چینایان د پیل یا ابتدایی (Source point) نقطه او همدارنگه یووان (Yuan point) نقطه هم وایی. په دی نقطه کی د درملنی په پار هغه وخت ستنه منډل کیږي، چې کله ناروغ ځایي دردونه لکه د لاس د بندونو دردونه ولري. ستنه په دی نقطه کی د ۰،۴ - ۰،۵ کن په اندازه منډل کیږي. دا نقطه د پنځم میتاکارپال (Metacarpal) هډوکي او تریکویترم (Triquetrum) تر منځ ځای لري.

#### وک ۵:

په دی نقطه کی هغه وخت د درملنی په پار ستنه منډل کیږي، چې کله ناروغ د زوکام یا ریزش ناروغي ولري، او همدارنگه ځایي یا موضوعي دردونه لکه د لاسونو د بندونو دردونه ولري. ستنه په دی نقطه کی د ۰،۳ - ۰،۵ کن په اندازه منډل کیږي. دا نقطه د ولنا د هډوکي (Processus styloideus ulnae) په اخیري برخه کی، د لاس د بند د لپړې (Distal) قات شوې پوستکی د سپینی او سرې غوښې تر منځ ځای لری.

#### وک ۶:

په دی نقطه کی هغه وخت د درملنی په پار ستنه منډل کیږي، چې ناروغ د پورتنی برخي دردونه ولري، لکه لاسونه، اوږې، او همدارنگه د ملا دردونه ولري. ستنه په دی نقطه کی د ۰،۵ - ۰،۸ کن په اندازه منډل کیږي. دا نقطه د لاس په بنسکتی او شاتنی برخه کی، کوم ته چې Palma manus وایی، او د Processus styloideus ulnae نیردې (Proximal) او رادیال برخي کی ځای لري.



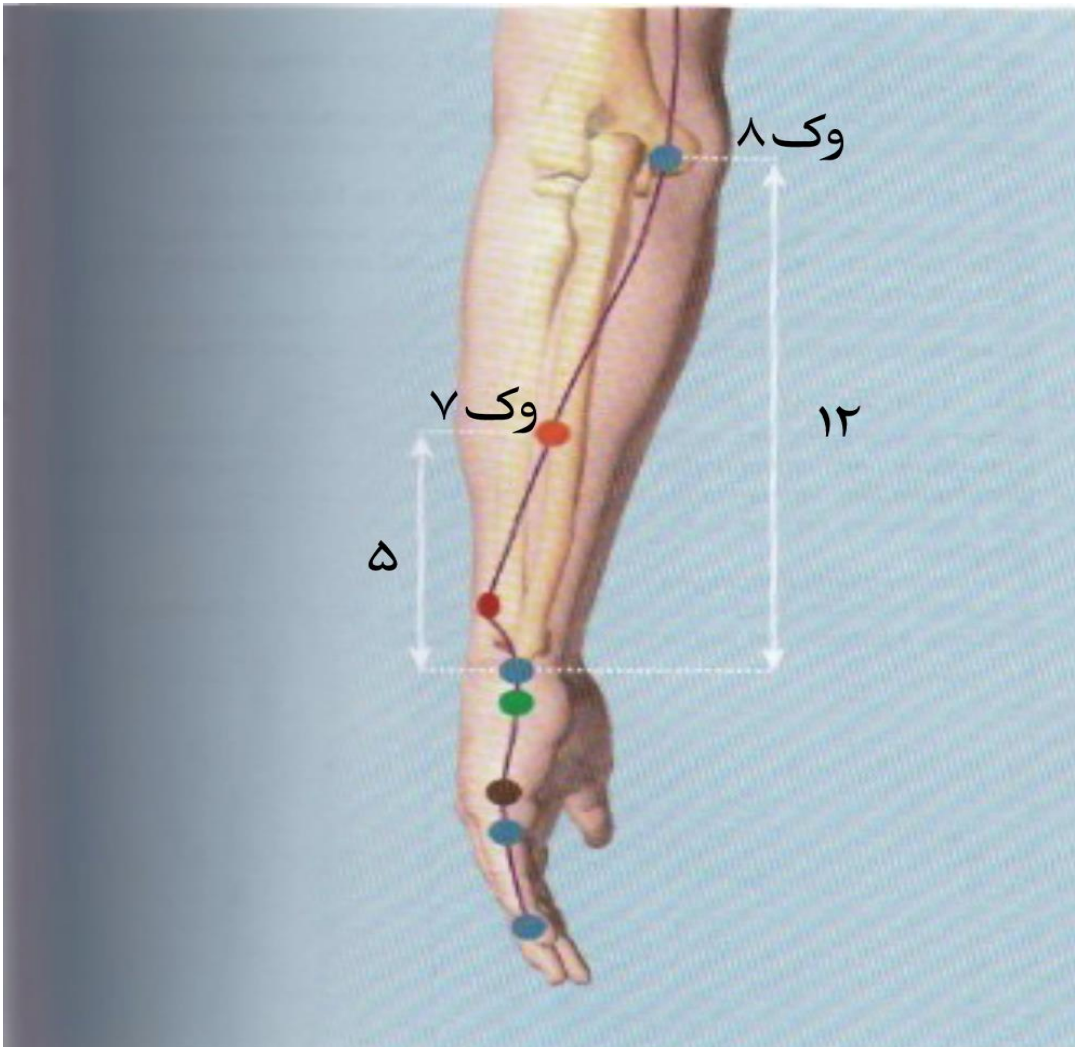


### وک ۷:

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

### وک ۸:

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



**وک ۹:**

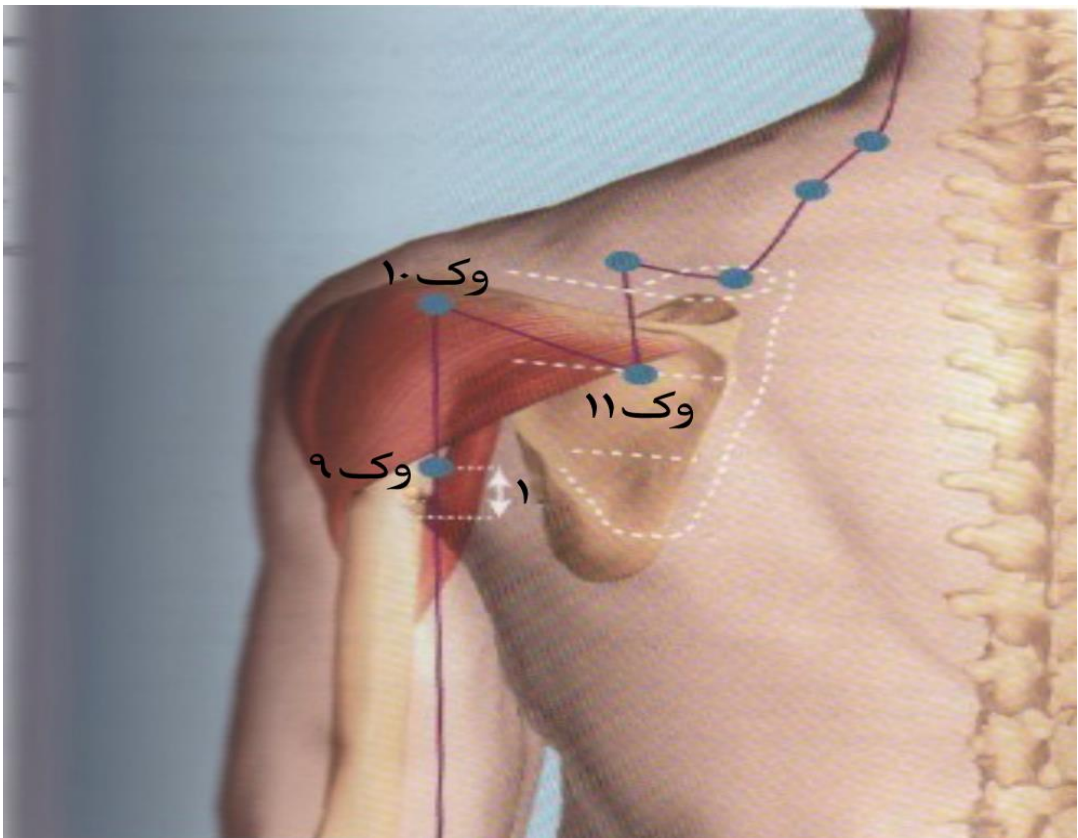
په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ ځايي يا موضوعي دردونه ولري لکه د اوږي يا مټ دردونه. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د تخرگ د شاتني برخي د پوستکي د قات څخه ۱ کن پورته (Cranial) اړخ ته ځای لري.

**وک ۱۰:**

په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ ځايي دردونه ولري لکه د اوږي يا مټ دردونه. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰-۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د تخرگ د شاتني برخي د پوستکي د قات څخه پورته د Spina scapulae په لاندینی څنډه کې ځای لري.

**وک ۱۱:**

په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې څوک ځايي يا موضوعي دردونه ولري لکه د څټ، اوگي، او ځنگلو دردونه، د مټ د شاتني او بهرنی برخي دردونه، او همدارنگه تنفسي ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰-۵، ۱ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه Fossa infraspinata په منځني برخه کې ځای لري، کومه چې د Scapulae د پورتنی زاويي او Spina Scapulae د بشکتني څنډي د يوځای کېدو (اتصال خط) خط په دريمه منځني برخه کې ځای لري.



### وک ۱۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ ځايي دردونه ولري لکه د څټ، اوگي، او متو دردونه. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰-۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د وک ۱۱ په پورتنۍ برخه او د Fossa supraspinatus په منځنۍ برخه کې ځای لري.

### وک ۱۳:

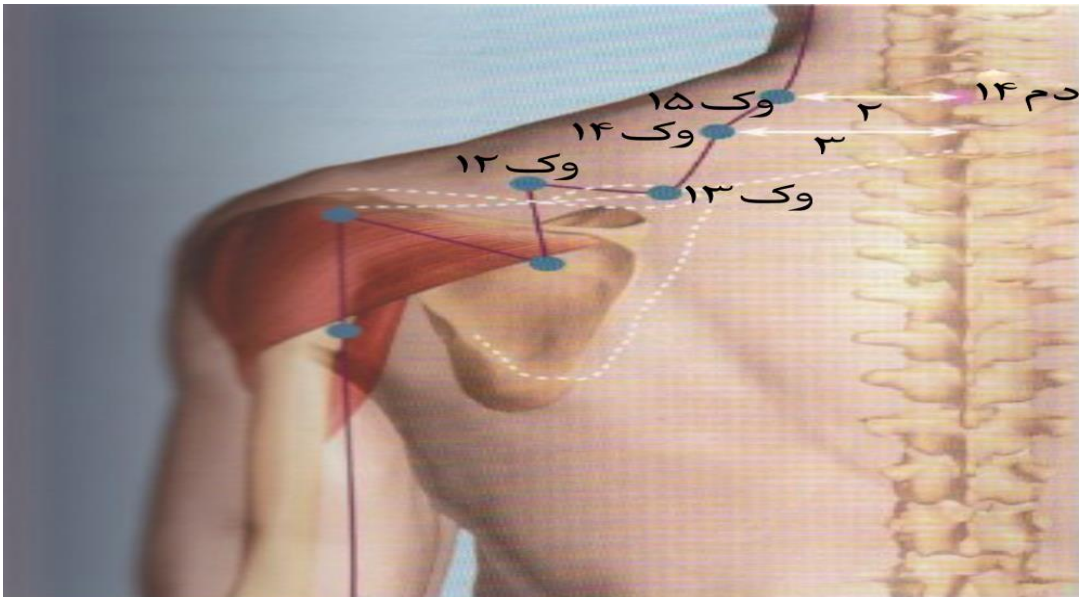
په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ ځايي دردونه ولري لکه د څټ او وگي دردونه. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰-۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د Fossa Supraspinatus د کورني (Medial) برخې په پای کې ځای لري. يانې د هغه خط په منځنۍ برخه کې ځای لري، کوم چې وک ۱۰ او د سيني د دوهمې فقرې Processus spinosus يو ځای کوي. دلته درملنه د Pneumothorax سبب کېدای شي، نو بايد د درملني په مهال بڼه پاملرنه وشي.

### وک ۱۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ ځايي دردونه ولري لکه د وگي او ملا دردونه. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰-۸، ۰-۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سيني د لومړۍ فقرې د Processus spinosus د لاندنۍ څنډې د جگوالي سره برابر ۳ اکن 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 درملني په مهال بڼه پاملرنه وشي.

### وک ۱۵:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې څوک تنفسي ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰-۸، ۰-۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د غاړې د لومړۍ فقرې د Processus spinosus د لاندنۍ څنډې د جگوالي سره برابر ۲ اکن د بدن د شاتني منځني خط څخه بهر (Lateral) ځای لري. دلته درملنه د Pneumothorax سبب کېدای شي، نو بايد د درملني په مهال بڼه پاملرنه وشي.

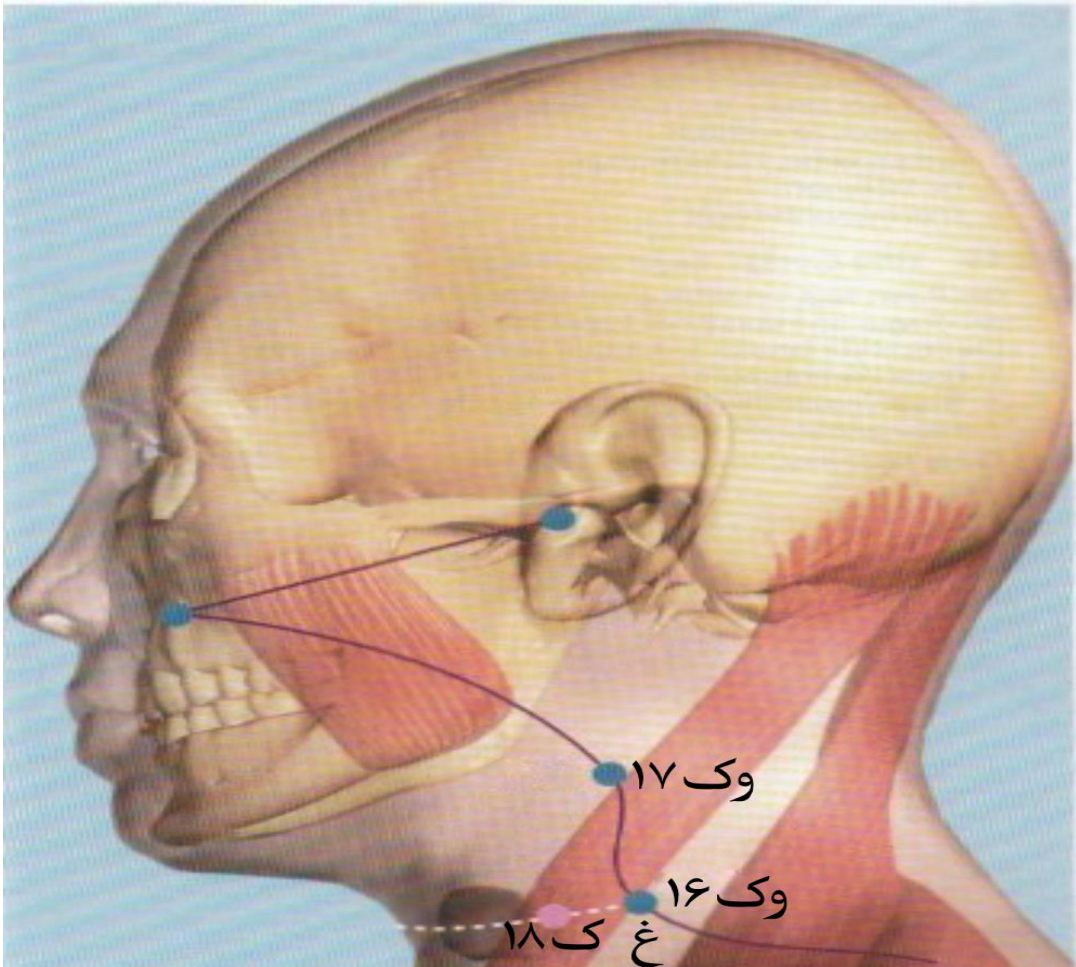


### وک ۱۶:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د غوږونو ناروغی، او یا په ستوني کې درد یا پړسوب ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰-۱ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سټرنوکلايډومستويډيوس (M.sternocleidomastoideus) عضلي په شاتنې (Dorsal) څنډه کې د خنجرې بهر (Lateral) او د غ ک ۱۸ شاته (Dorsal) ځای لري. دلته درملنه د کروټیس شریان (A. carotis communis) د سوري کېدو امکان یا شونتیا شته، باید د درملنې په مهال بڼه پاملرنه وشي.

### وک ۱۷:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د غوږونو ناروغی، او یا د ستوني التهاب، درد یا پړسوب ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰-۱ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ژامې د هډوکي (د منډیولا هډکي) شاته (Dorsal) او د سټرنوکلايډومستويډيوس (M.sternocleidomastoideus) عضلي په مخکني (Ventral) څنډه کې ځای لري. دلته درملنه د کروټیس شریان (A. carotis communis) او همدارنگه د جیگولار وريد (V.jugularis interna) د سوري کېدو شونتیا شته، نو باید د درملنې په مهال بڼه پاملرنه وشي.



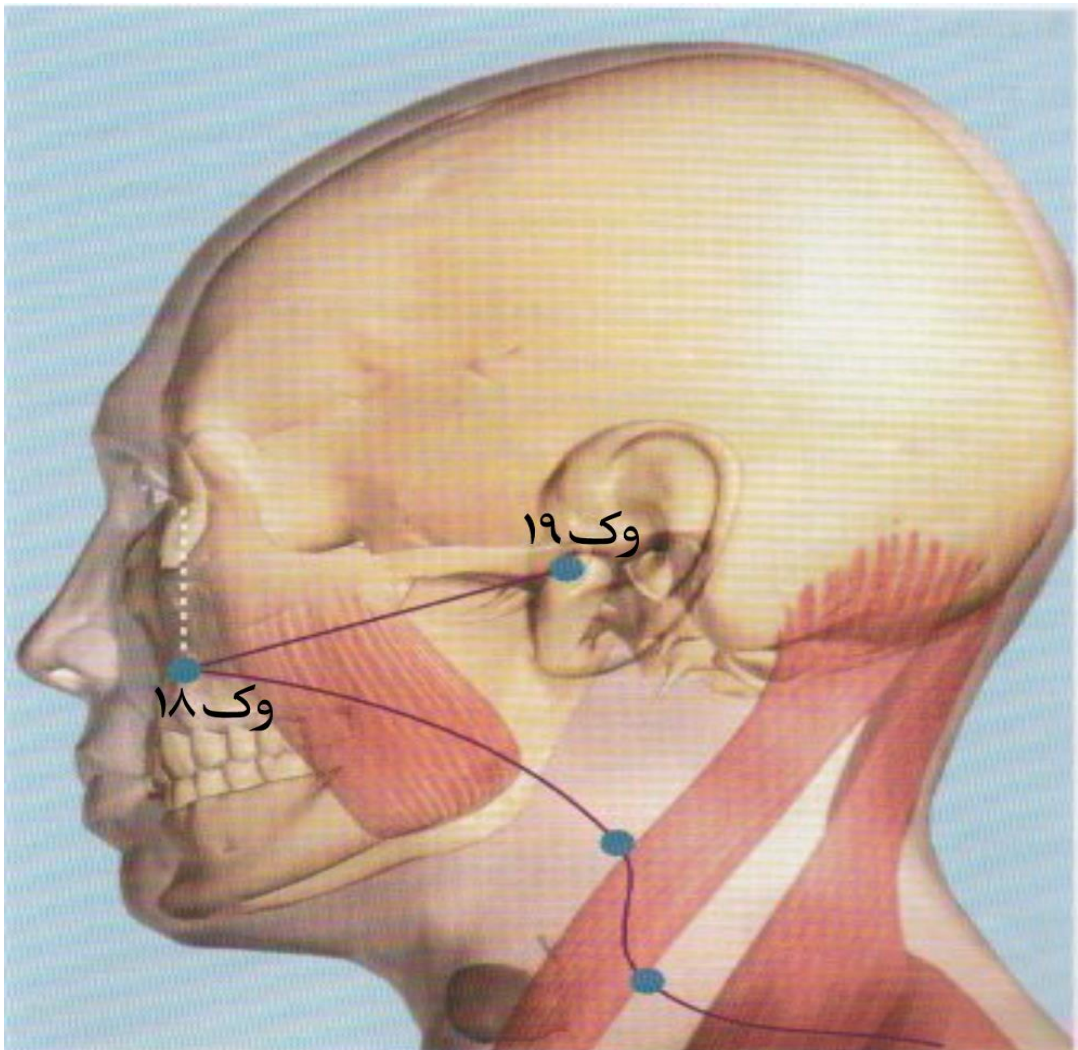


### وک ۱۸:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د مخ گوزن (فلج)، د مخ درد، Trigeminal neuralgia او همدارنگه Tic disorder ولري. ستنه په دې نقطه کې ۰،۵ - ۰،۳ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سترگې د بهرنۍ (Lateral) زاويې څخه بېسکته په عمودي ډول د Os zygomaticum په ژوره برخه کې ځای لري.

### وک ۱۹:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د غوړونو ناروغۍ، Trigeminal neuralgia او همدارنگه د ژامې د هډوکي په بندونه کې ستونزه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۵،۱ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د تارگوس (Targus) په مخکنۍ (Ventral) او د کپوټ منډيولا (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.



## د متيازو کڅورې وياله يا کانال

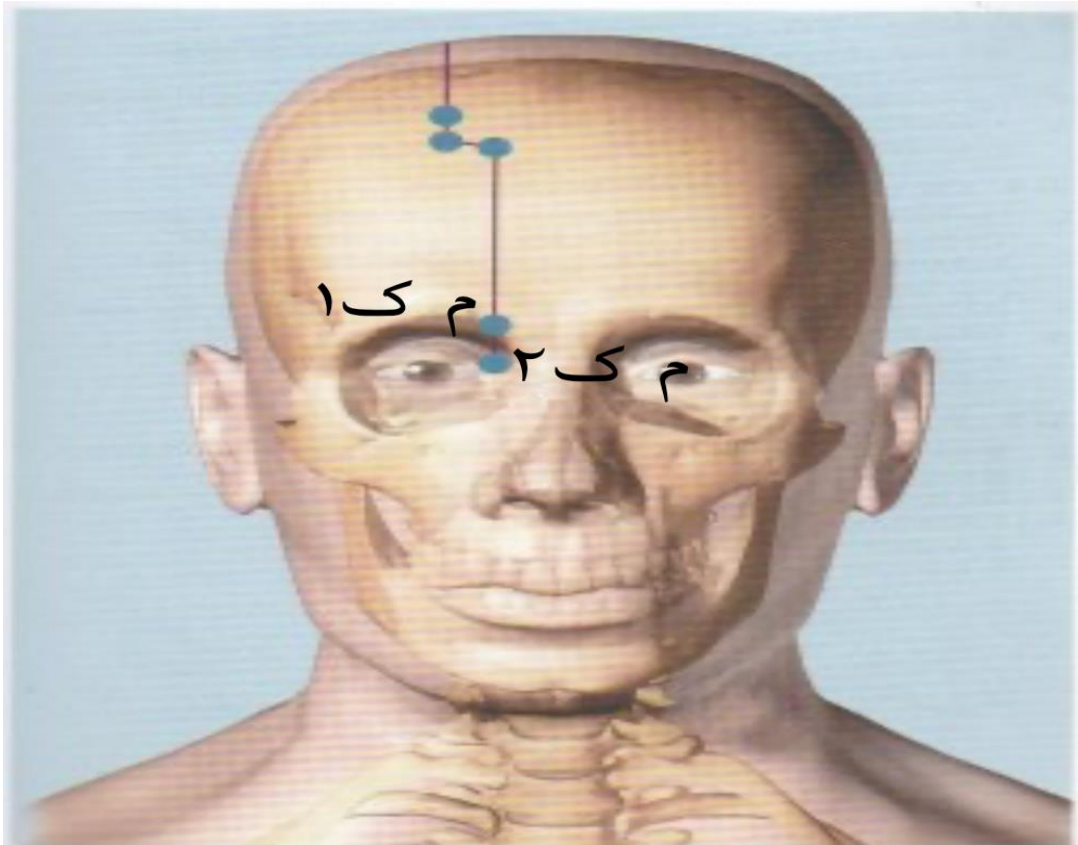
د متيازو کڅوره يانگ (Yang) غري يا اورگان دی. چينايان يې د اوبوعنصرسره اړيکوي، يا ارتباط ورکوي. په دې غري کې ناروغی د ۱۵-۱۷ بجو په منځ کې رامنځ ته کېږي. دا وياله يا کانال د سر څخه د پښو اړخ ته بهېږي. د دې ويالي په اوږدوالي کې ۶۷ نقطې د درملنې په پار ځای لري. د انرژۍ دوران په دې وياله کې (Centrifugal) يانې د مرکز څخه اطرافو ته دی. د دې ويالي د همغږۍ نقطه (Approval point) متيازو کڅوره ۲۸ (م ک ۲۸) او د يوځای کېدو (Alarm point) نقطه يې دوماى ۳ (م ک ۳) ده.

### م ک ۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د سترگو ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰-۱ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سترگې 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 پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د سترگو ناروغی، د تندي درد، او يا Sinusitis frontalis ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰-۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سترگو د وريځو په داخلي (Medial) برخې په پای کې په Incesura frontalis کې ځای لري.



م ک ۳

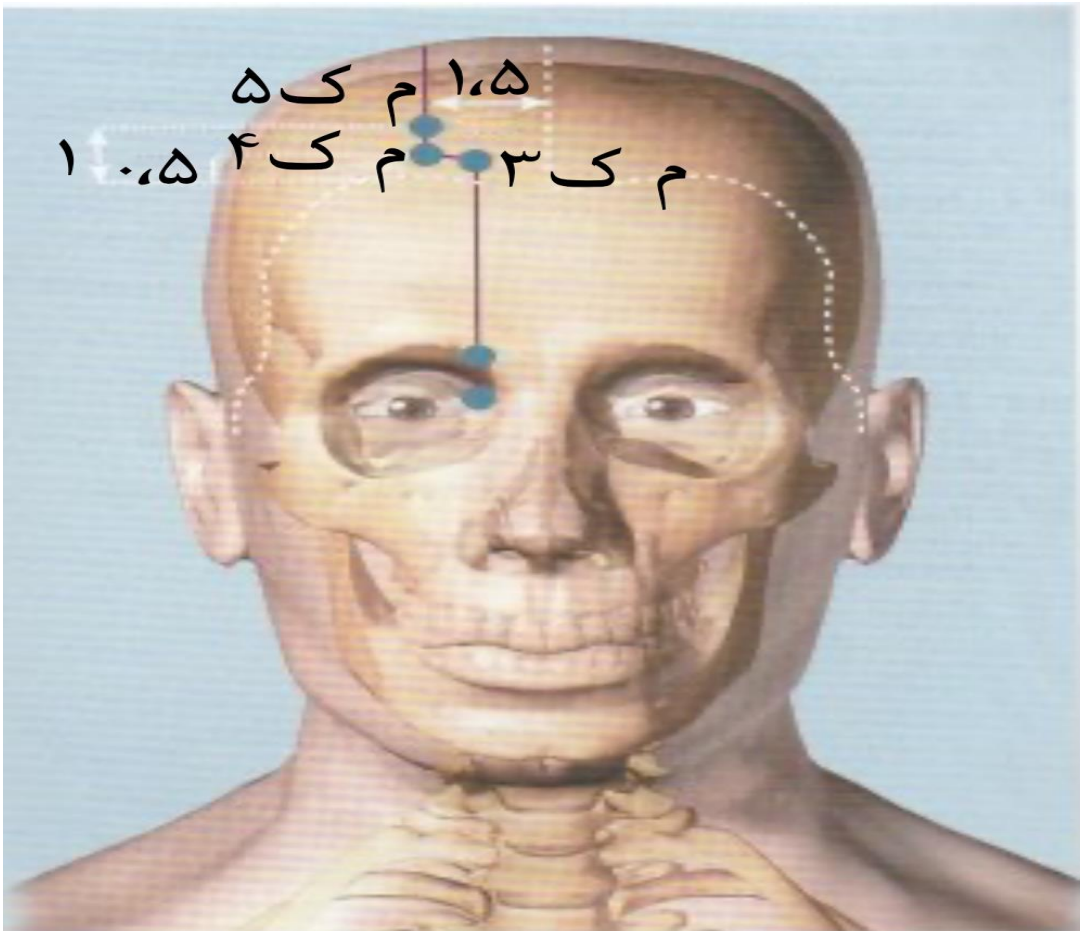
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د سر درد، او يا ميريگي (Epilepsy) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ - ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د م ک ۲ څخه په عمودي ډول د ويښتانو د پولې يا سرحد څخه ۰،۵ کن پورته (Cranial) ځای لري.

م ک ۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د سردرد، او همدارنگه د سترگو او پوزې ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ - ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سر د ويښتانو د مخکنۍ پولې يا سرحد څخه ۰،۵ کن شاته Occipital او د بدن د منځني خط څخه ۱،۵ کن 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، سترگو درد او ميريگي (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 ويښتانو د مخکنۍ پولې يا سرحد څخه ۱ کن شاته (Occipital) او د بدن د منځني خط څخه ۱،۵ کن بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري.



م ک ۶:

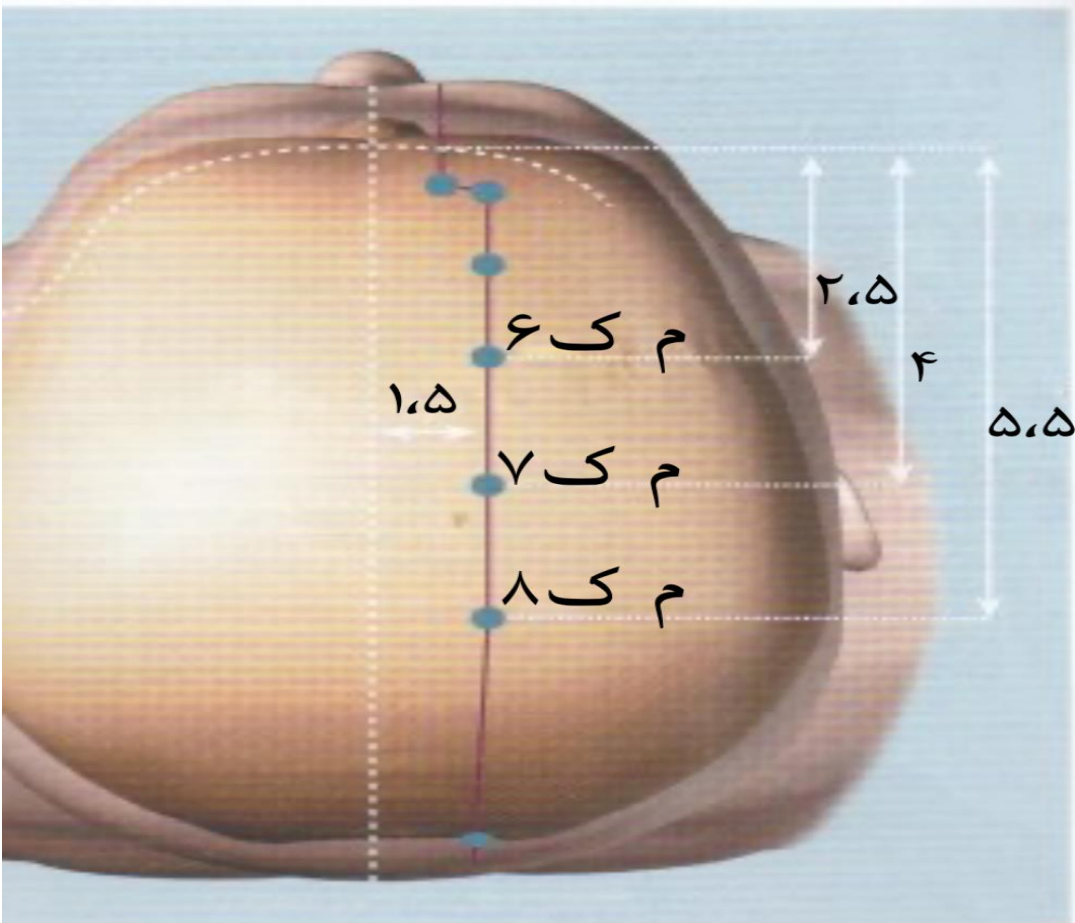
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پارستنه منډل کېږي، چې ناروغ د سردرد، اود سترگو ناروغی (Glaucom) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ - ۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سرد وېښتانو د مخکنۍ پولې يا سرحد څخه ۲،۵ کن شاته (Occipital) او د بدن د منځني خط څخه ۱،۵ کن بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري.

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 وېښتانو د مخکنۍ پولې يا سرحد څخه ۴ کن شاته (Occipital) او د بدن د منځني خط څخه ۱،۵ کن 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، مېرگي (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 وېښتانو د مخکنۍ پولې يا سرحد څخه ۵،۵ کن شاته (Occipital) او د بدن د منځني خط څخه ۱،۵ کن بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري.





### م ک ۹:

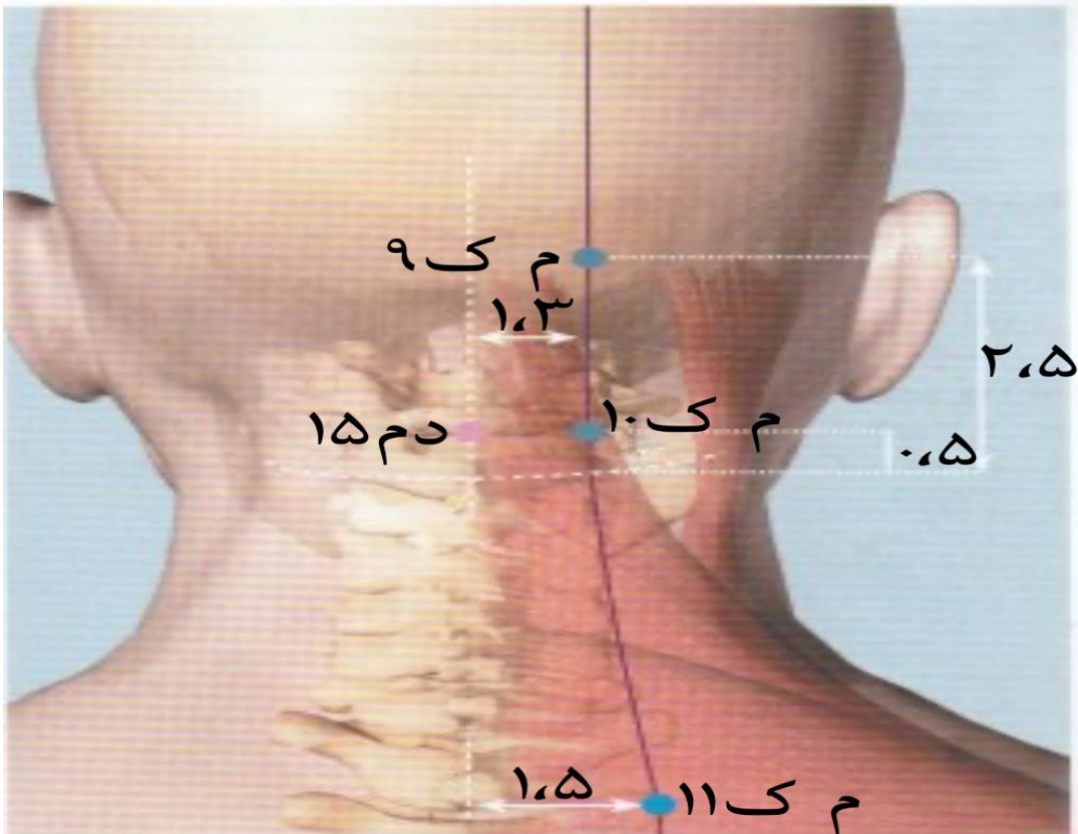
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پارستنه منډل کېږي، چې څوک د سر درد، او د سترگو ناروغي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ - ۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سر د وېښتانو د شاتنې پولې يا سرحد څخه ۲،۵ کن مخي ته (Frontal) او ۱،۳ کن د بدن د منځني شاتني خط څخه بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري.

### م ک ۱۰:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پارستنه منډل کېږي، چې د ناروغ د سر درد، د څټ درد او د څټ د فقرو ستونزه ولري، او همدارنگه د غاړې د رگونو ستونزې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ - ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سر د وېښتانو د شاتنې پولې يا سرحد څخه ۰،۵ کن مخي (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 کېږي، چې ناروغ تنفسي ناروغی 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 کېږي. دا نقطه د سيني د لومړۍ فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د بنکتنې (Caudal) برخې د جگوالي 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.



### مک ۱۲:

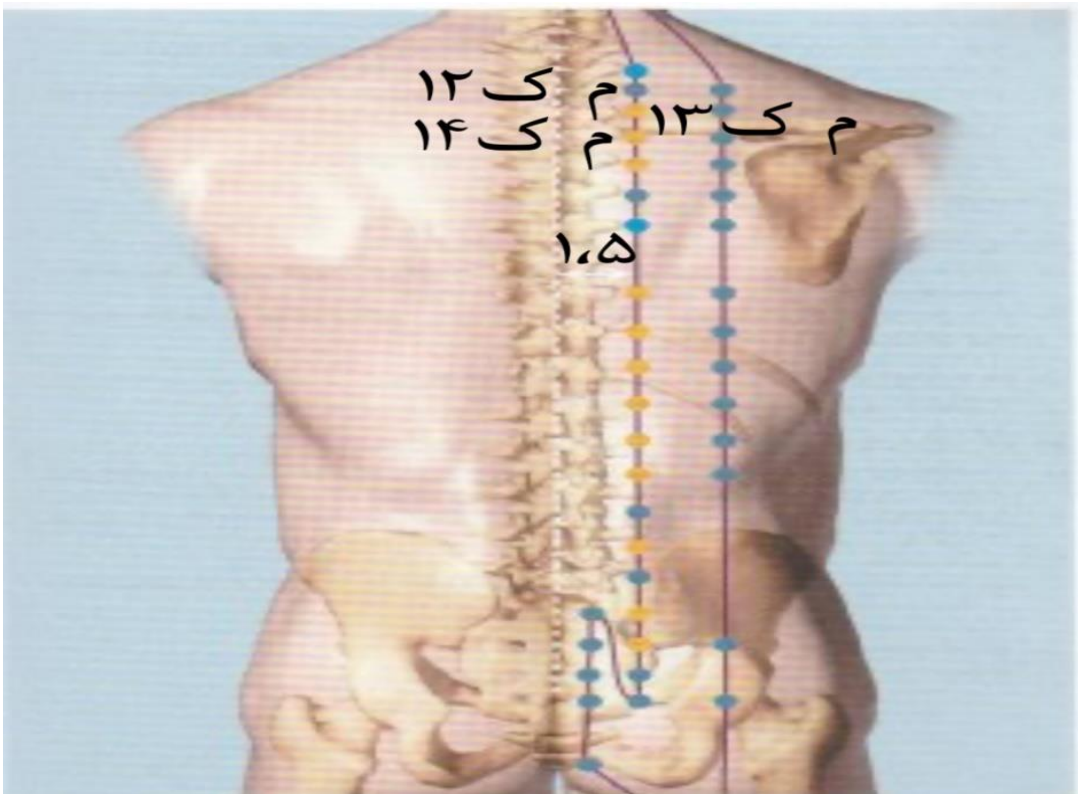
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ تنفسي ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰-۸، ۰ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سښې د دوهمې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د بښکنۍ (Caudal) برخې د جگوالي سره برابر او ۵، ۱ کن د بدن د شاتني منځني خط څخه بهر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

### مک ۱۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې څوک تنفسي ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰-۸، ۰ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سښې د دریمې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د بښکنۍ (Caudal) برخې د جگوالي سره برابر ۵، ۱ 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.

### مک ۱۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې څوک تنفسي ناروغی، د زړه ناروغی او توخی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰-۸، ۰ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سښې د څلورمې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د بښکنۍ (Caudal) برخې د جگوالي سره برابر ۵، ۱ 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.



### مک ۱۵:

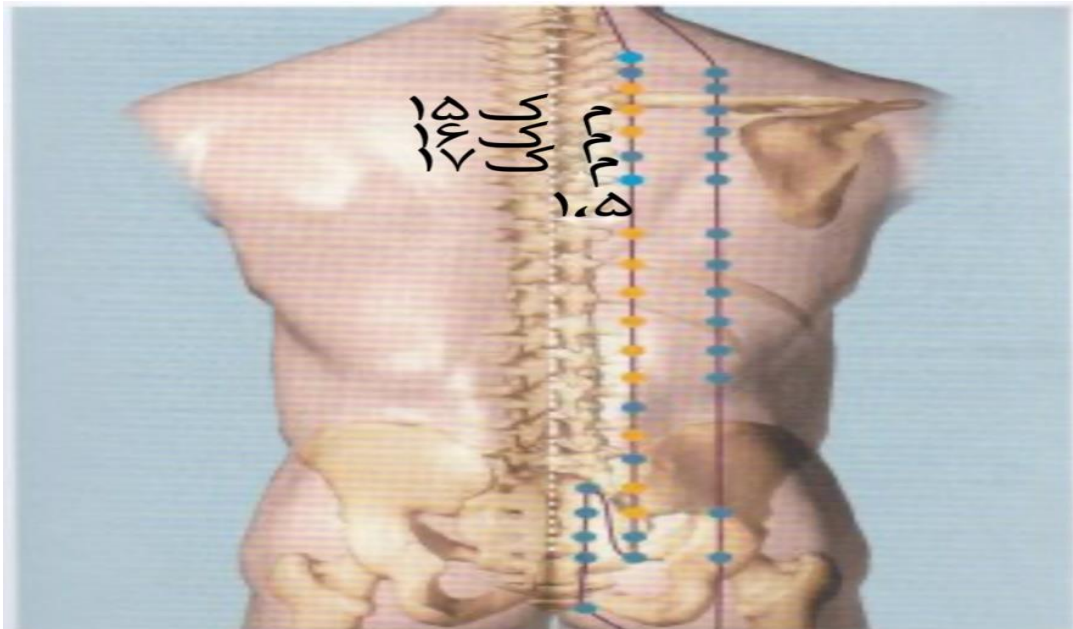
په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پارستنه منډل کېږي، چې څوک د زړه ناروغی، عصبي او رواني ناروغی، او همدارنگه مېرگي (Epilepsy) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ - ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سيني د پنځمې فقري (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د بنسکتني (Caudal) برخې د جگوالي سره برابر ۵، ۱ 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.

### مک ۱۶:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پارستنه منډل کېږي، چې څوک د زړه ناروغی، Angina pectoris، د معدې اوڅپتي دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ - ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سيني د شپږمې فقري (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د بنسکتني (Caudal) برخې د جگوالي سره برابر ۵، ۱ 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.

### مک ۱۷:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې څوک د وینې کموالي یا کم خوني، د خولې او پوزې څخه وینې راتلل یا خونریزي، تنفسي ناروغی ولري، او همدارنگه 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 سيني د اوومې فقري (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د بنسکتني (Caudal) برخې د جگوالي سره برابر ۵، ۱ 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.



### مک ۱۸:

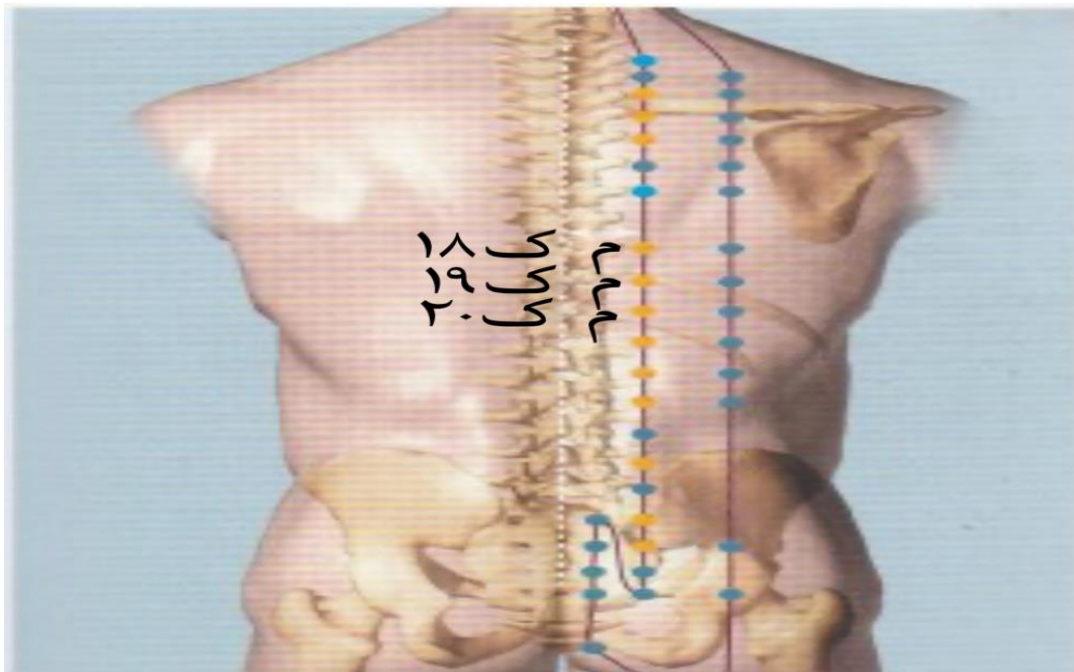
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې څوک د سترگو ناروغی، د ځیگر او صفرا د کڅوړې ناروغی، عصبي او رواني ناروغی، او همدارنگه میرگي (Epelipsy) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ - ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سینې د نهمې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د بنکتنې (Caudal) برخې د جگوالي 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.

### مک ۱۹:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې څوک د سترگو ناروغی، او د صفرا د کڅوړې ناروغی 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 بنکتنې (Caudal) برخې د جگوالي 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.

### مک ۲۰:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې څوک د هضم ستونزه ولري، او یا 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 سینې د یوولسمې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د بنکتنې (Caudal) برخې د جگوالي 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.





### مک ۲۱:

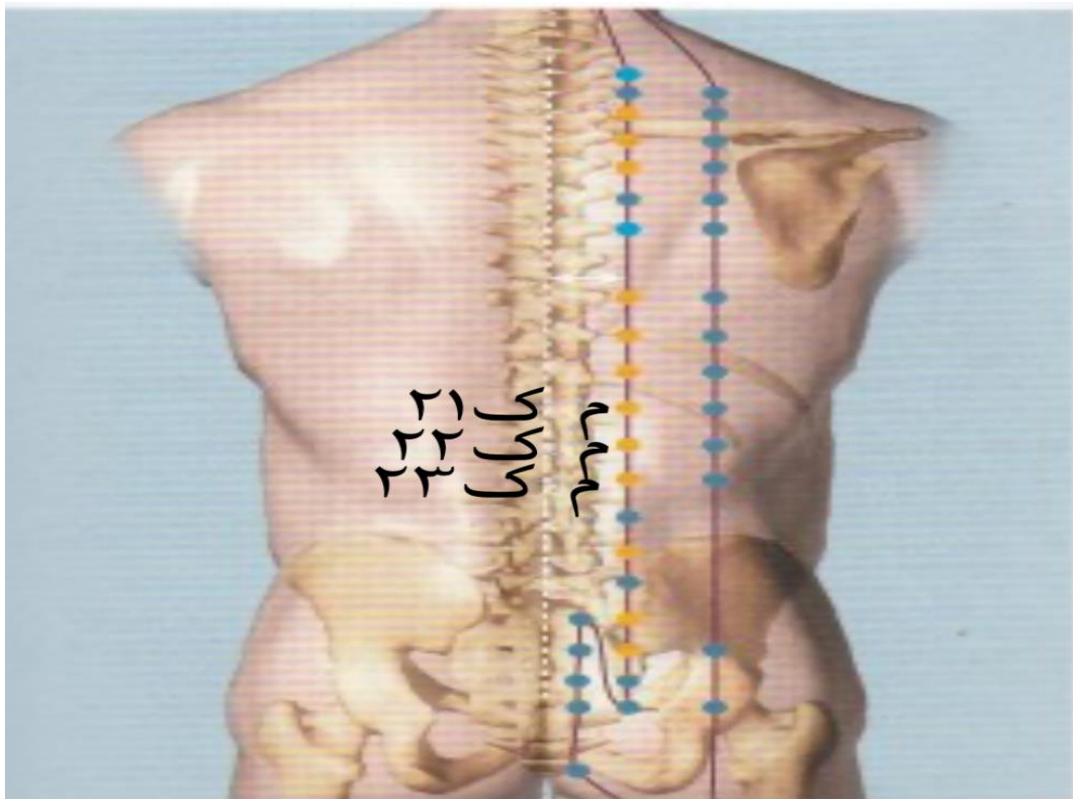
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د معدې ستونزه یا تکلیف ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰-۸، ۰ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سيني د دولسمې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د بښکتني (Caudal) برخې د جگوالي سره برابر ۵، ۱ کن د بدن د شاتني منځني خط څخه بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. دلته د ستنې په ذریه درملنه د Pneumothorax سبب کېږي، باید د کلکي پاملرنې کار واخیستل شي.

### مک 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 ۵، ۰-۱ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ملا د لومړۍ فقرې (Lumbar vertebrae) د Processus spinosus د بښکتني (Caudal) برخې د جگوالي سره برابر ۵، ۱ کن د بدن د شاتني منځني خط څخه ډډې یا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري.

### مک ۲۳:

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



### م ک ۲۴:

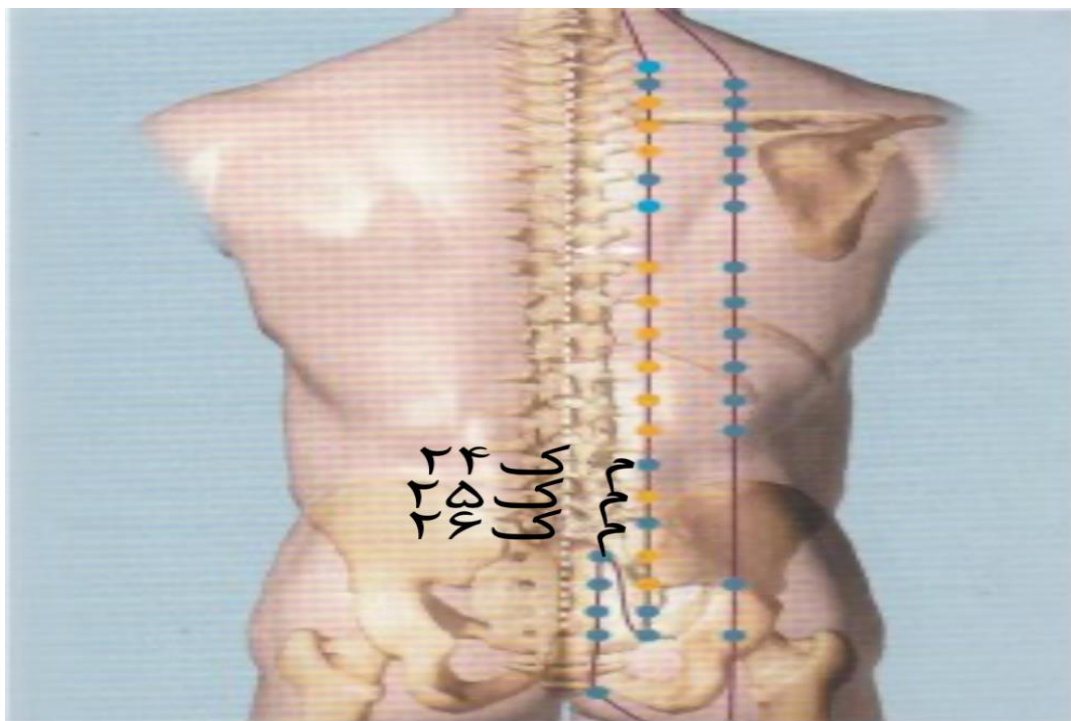
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغه د میاشتنې ناروغۍ په وخت کې درد (Dysmenorrhea)، او هغه ناروغان چې د ملا دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰- ۱ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ملا د دریمې فقرې (Lumbar vertebrae) د Processus spinosus د بښکنۍ (Caudal) برخې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

### م ک ۲۵:

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

### م ک ۲۶:

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



### مک ۲۷:

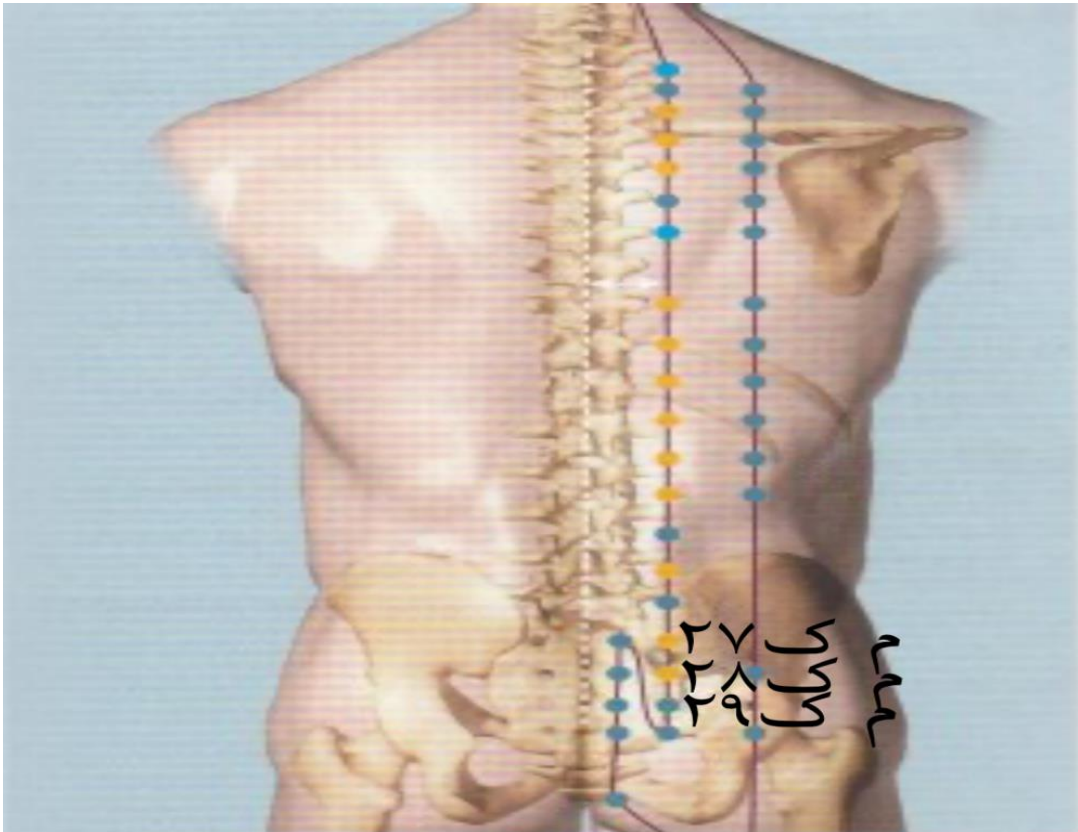
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د ملا درد، د کولمو ناروغی، او یا د مسانې التهاب ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۸ - ۱،۲ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د لومړي Foramen sacrale د جگوالي برابر ۱،۵ کن د بدن د شاتني منځني خط څخه بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري.

### مک ۲۸:

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

### مک 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 - ۱،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د دریم Foramen sacrale د جگوالي برابر ۱،۵ کن د بدن د شاتني منځني خط څخه ډډې یا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. د حاملگی په وخت کې په دې نقطه کې درملنه د حمل د منځه تلو لامل کېدای شي.



### م ک ۳۰:

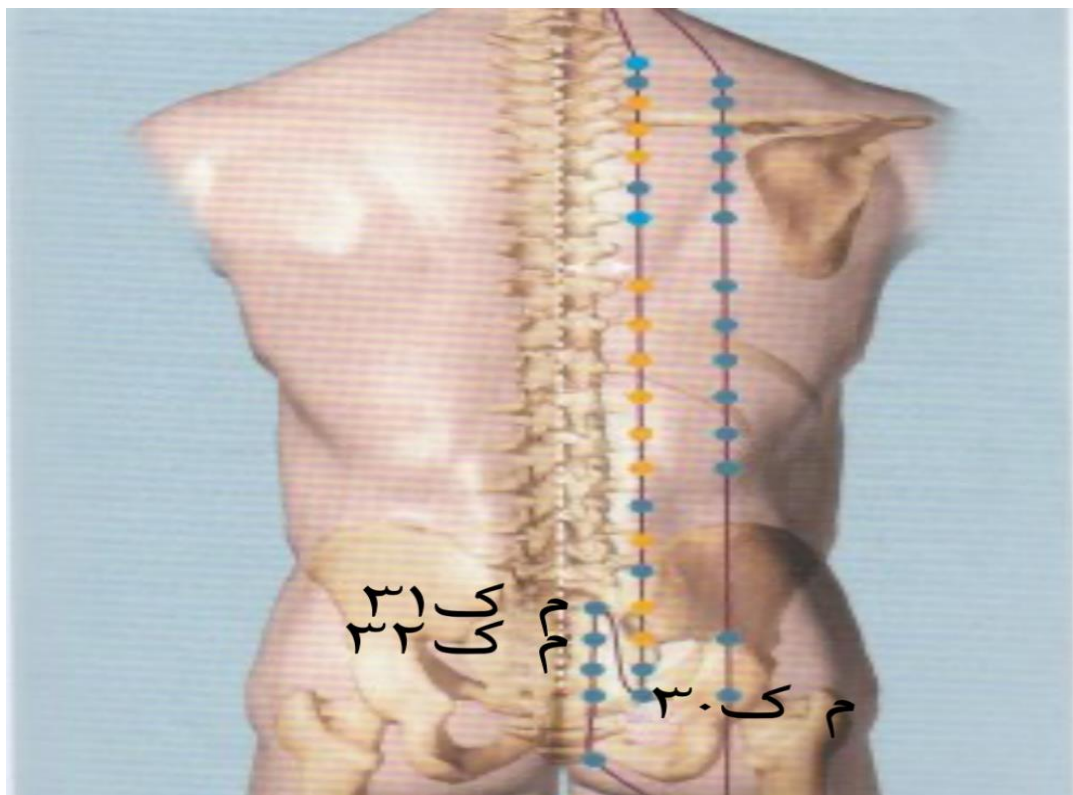
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې څوک ملاردري په Lumbosacral برخه کې ولري، او همدارنگه بنځینه ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د څلورم Foramen sacrale د جگوالي برابر ۵، اکن د بدن د شاتني منځني خط څخه ډډې يا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. د حامیلگی 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، او همدارنگه ناروغانې چې بنځینه ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ - ۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه په لومړي Foramen sacrale کې ځای لري، کوم چې د بدن د شاتني منځني خط او Spina iliaca posterior superior په منځ کې ځای لري. د حامیلگی 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 بنځتني غړو کې بې هيسي (Paresthesia) ولري، او همدارنگه بنځي چې بنځینه ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ - ۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه په دوهم Foramen sacrale کې ځای لري، کوم چې د Spina iliaca posterior superior داخلي (Medial) او بنځتني (Caudal) برخه کې ځای لري. د حامیلگی په وخت کې په دې نقطه کې درملنه د حمل د منځه تلو لامل کېدای شي.





### م ک ۳۳:

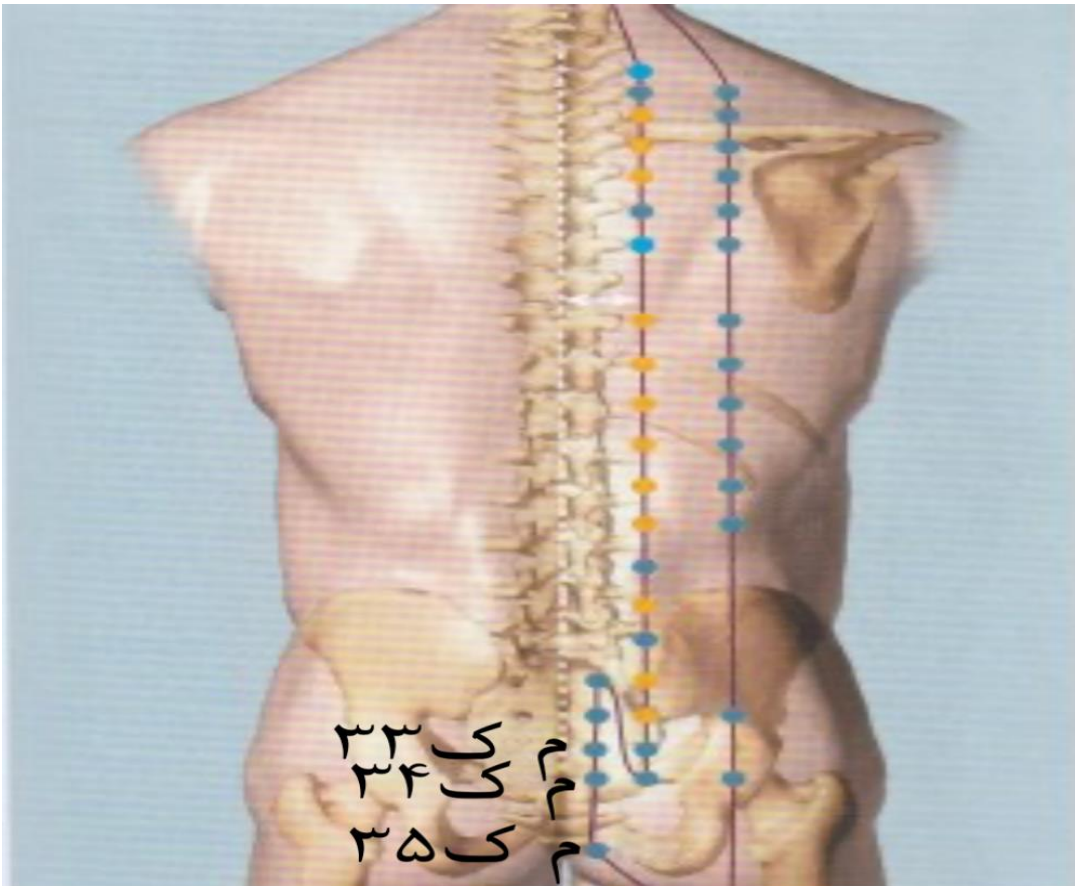
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ ملادردي په Lumbosacral برخه کې ولري، او همدارنگه بڼې چې بڼځینه ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ - ۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه م ک ۳۲ په بڼکتی (Caudal) برخه کې په دریم Foramen sacrale کې ځای لري. د حاملگی په وخت کې 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 پار ستنه منډل کېږي، چې څوک د هضم او تشو متيازو کولو کې ستونزه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ - ۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د م ک ۳۳ په بڼکتی (Caudal) برخه کې په څلورم Foramen sacrale کې ځای لري. د حاملگی 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 پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ بواسیر (Hemorrhoid) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ - ۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه ۵، ۰ کن د Os coccygis هډوکي د څوکي بهر (Lateral) ځای لري. د حاملگی په وخت کې په دې نقطه کې درملنه د حمل د منځه تلو لامل کېدای شي.

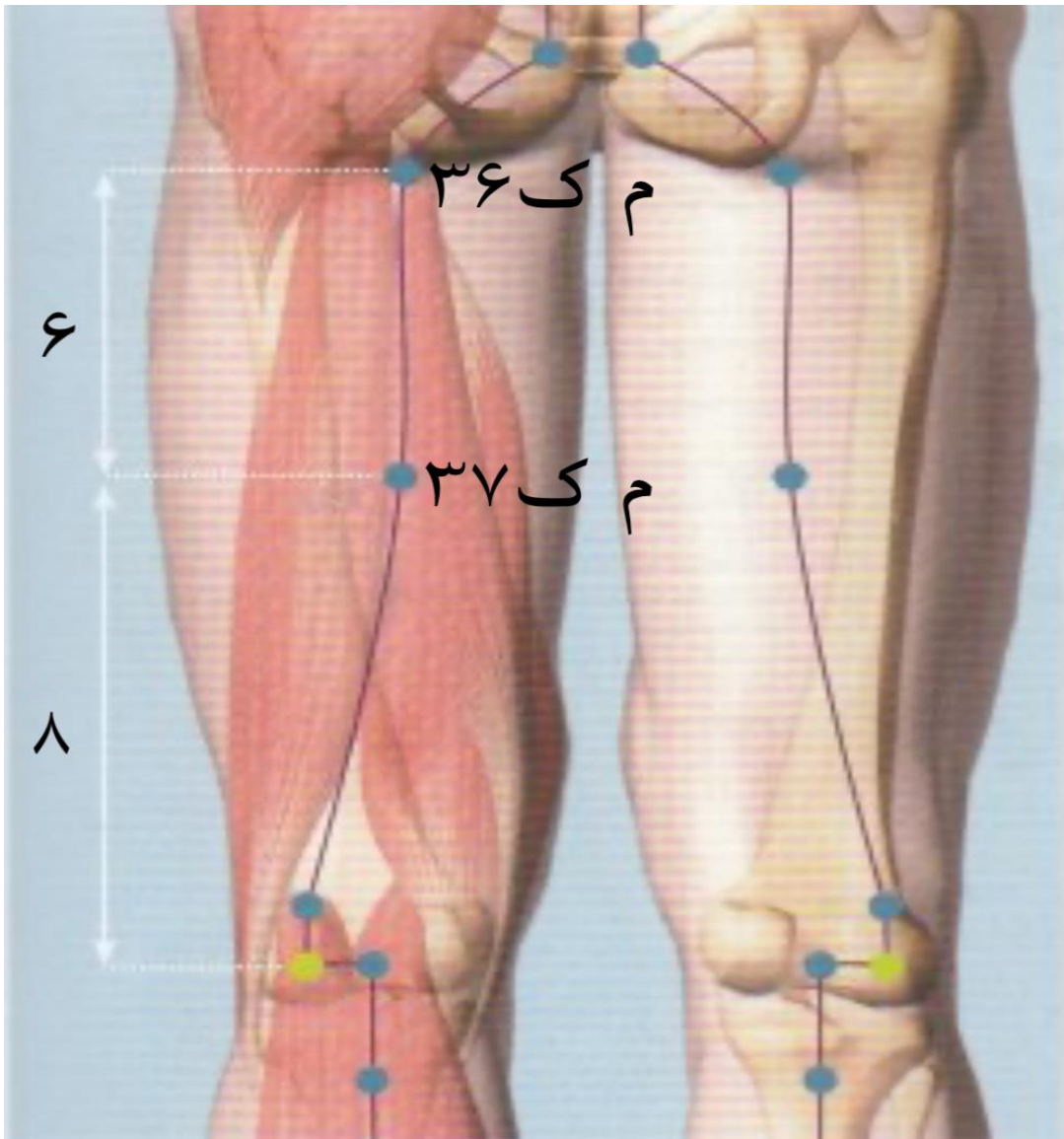


م ک ۳۶:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د کوناتو، ورونونو او ملا دردونه ولري، او همدارنگه بواسیر ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ - ۲ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د کوناتي د عضلي (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 کوناتو، ورونونو، او یا ملا دردونه ولري، او همدارنگه چې درد د ملا څخه پښو ته خپرېږي (Ischialgy). ستنه په دې نقطه کې د ۱ - ۲ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د کوناتي د عضلي (Glutealis) د قات شوې برخې یانې م ک ۳۶ څخه ۶ کن لیرې (Distal) ځای لري.



م ک ۳۸:

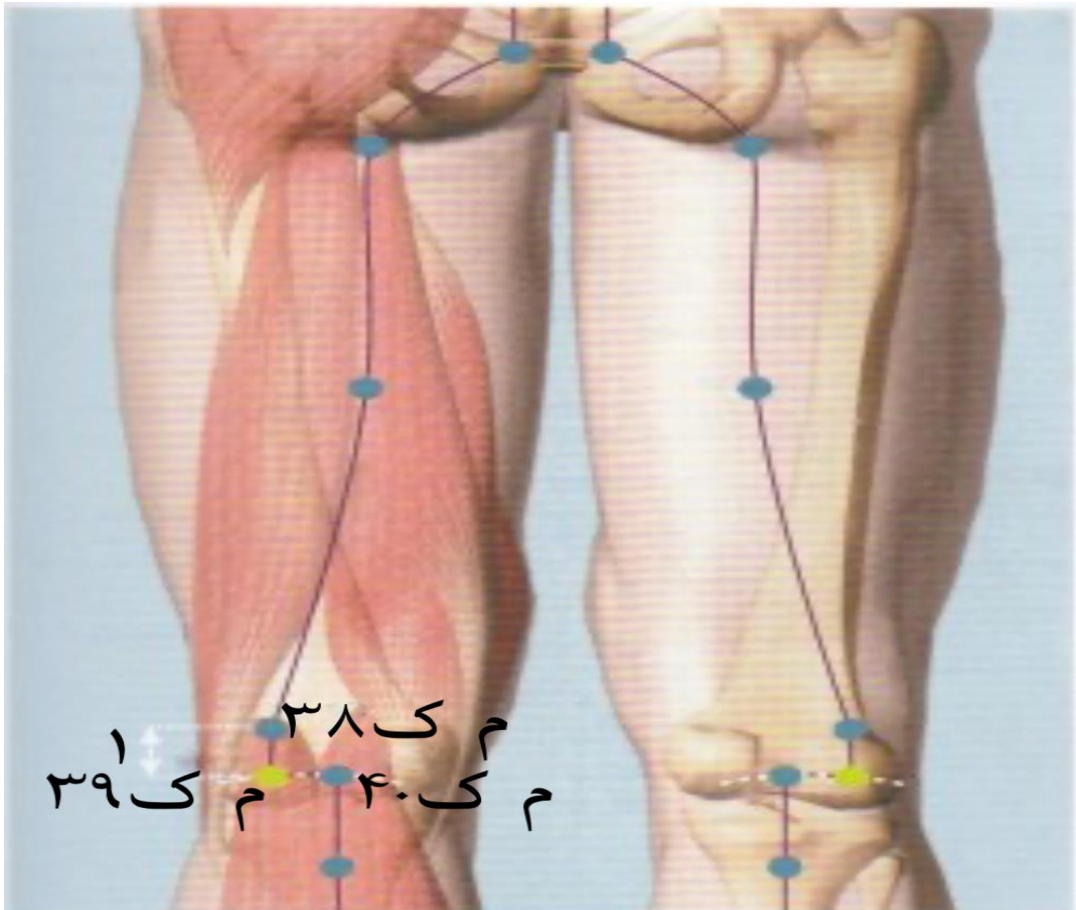
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پارستنه منډل کېږي، چې ناروغ ځایي دردونه ولري لکه د ځنگون درد. ستنه په دې نقطه کې د ۱ - ۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه اکن د م ک ۳۹ نږدې (Proximal) او د بايسیپ فيموريس عضلې د پلي (M.biceps femoris tendon) داخيل (Medial) اړخ ته ځای لري.

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، خپټې دردونه، او همدارنگه د پښو پرسوب (Edema) ولری. ستنه په دې نقطه کې د ۱ - ۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ځنگون د پوستکي د قات په اخيرنې بهرني برخه کې د بايسیپ فيموريس عضلې د پلي (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 هوشه شي، فلج (Apoplexia)، د بښکنتي اندامونو دردونه، د ملا درد، او هضم يې خراب وي. ستنه په دې نقطه کې د ۱ - ۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ځنگون د قات په منځنۍ برخه کې ځای لري.



### م ک ۴۱:

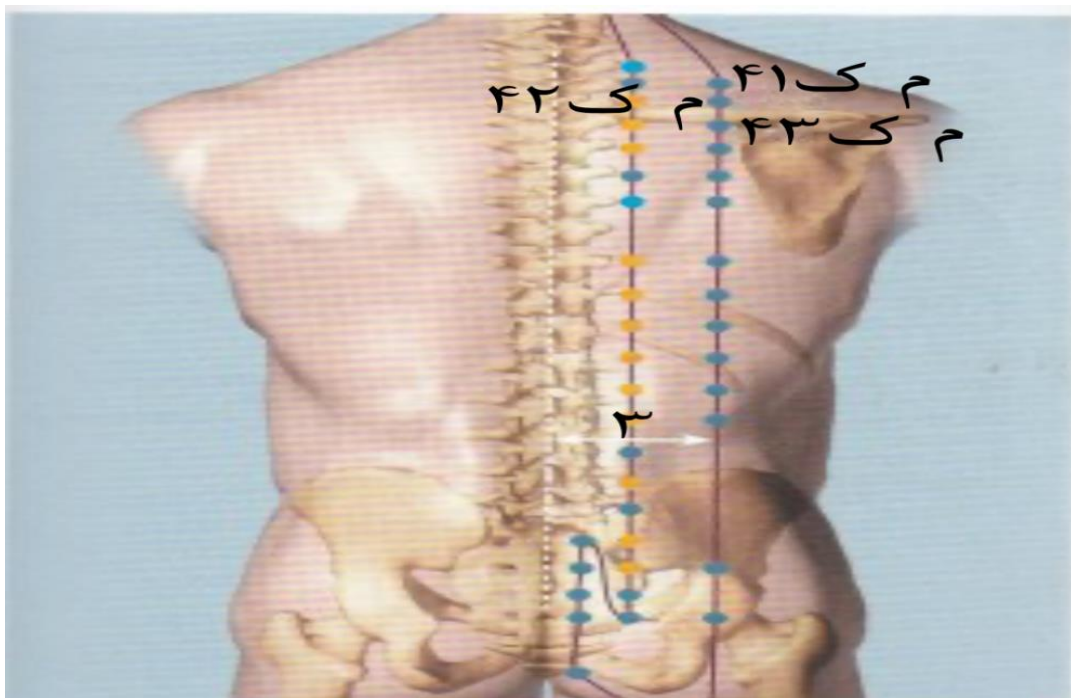
په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ دملا او اوږو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰-۰، ۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سيني د دوهمې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د بنګتني (Caudal) برخې د جگوالي سره برابر ۳ کن د بدن د شاتني منځني خط څخه ډډې يا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. دلته د ستنې په ذريه درملنه د Pneumothorax سبب کېږي، بايد د سمې پاملرني کار واخيستل شي.

### م ک ۴۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې څوک د څټ، ملا او اوږو دردونه ولري، همدارنگه تنفسي ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰-۰، ۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سيني د دريمې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د بنګتني (Caudal) برخې د جگوالي سره برابر ۳ کن د بدن د شاتني منځني خط څخه ډډې يا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. دلته د ستنې په ذريه درملنه د Pneumothorax سبب کېږي، بايد د سمې پاملرني کار واخيستل شي.

### م ک ۴۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې څوک د څټ، ملا او اوږو دردونه ولري، همدارنگه تنفسي ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰-۰، ۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سيني د څلورمې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د بنګتني (Caudal) برخې د جگوالي سره برابر ۳ کن د بدن د شاتني منځني خط څخه ډډې يا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. دلته د ستنې په ذريه درملنه د Pneumothorax سبب کېږي، بايد د سمې پاملرني کار واخيستل شي.





### م ک ۴۴:

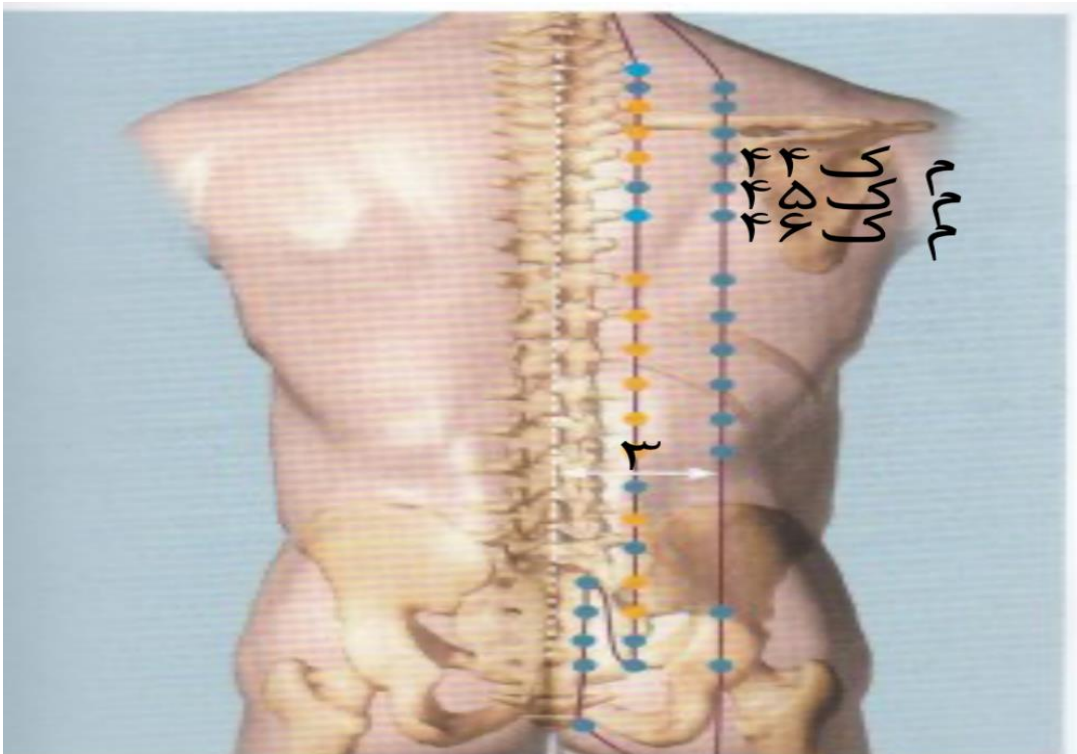
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ تنفسي ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰، ۵ - ۸، ۰، ۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سینې د پنځمې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د بڼکنتی (Caudal) برخې د جگوالي سره برابر ۳ کن د بدن د شاتني منځني خط څخه 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 ۴۵:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د څټ، ملا او اوږو دردونه ولري، همدارنگه تنفسي ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰، ۵ - ۸، ۰، ۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سینې د شپږمې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د بڼکنتی (Caudal) برخې د جگوالي سره برابر ۳ کن د بدن د شاتني منځني 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 ۴۶:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې څوک د مری او معدې ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰، ۵ - ۸، ۰، ۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سینې د اوومې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د بڼکنتی (Caudal) برخې د جگوالي سره برابر ۳ کن د بدن د شاتني منځني 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 ۴۷:

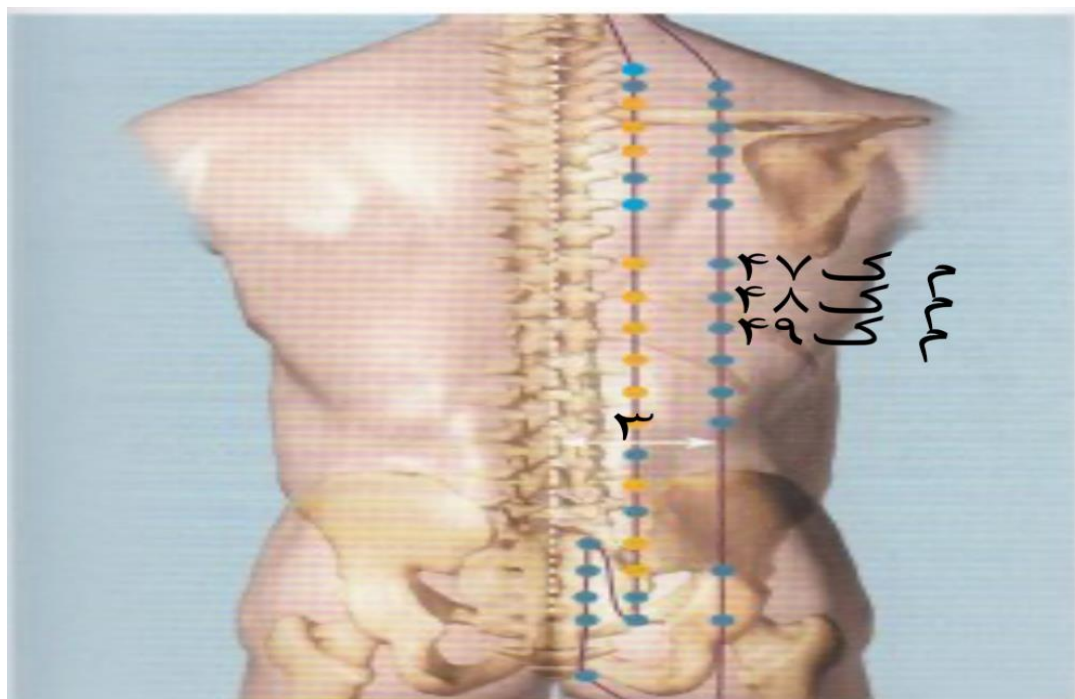
په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د هضم ستونزه ولري، او همدارنگه د ځگر ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ - ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سيني د نهمي فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د بشکنتی د برخې د جگوالي سره برابر ۳کن د بدن د شاتني منځني خط څخه ډډې يا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. دلته د سنتي په ذريه درملنه د Pneumothorax سبب کېږي، بايد د سمې پاملرني کار واخيستل شي.

### م ک ۴۸:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د هضم او د صفرا د کڅوړې ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ - ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سيني د لسمې فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د بشکنتی (Caudal) برخې د جگوالي سره برابر ۳کن د بدن د شاتني منځني خط څخه ډډې يا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. دلته د سنتي په ذريه درملنه د Pneumothorax سبب کېږي، بايد د سمې پاملرني کار واخيستل شي.

### م ک ۴۹:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملني 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 سيني د ۱۱ فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د بشکنتی (Caudal) برخې د جگوالي سره برابر ۳کن د بدن د شاتني منځني خط څخه ډډې يا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري. دلته د سنتي په ذريه درملنه د Pneumothorax سبب کېږي، بايد د سمې پاملرني کار واخيستل شي.



مک ۵۰:

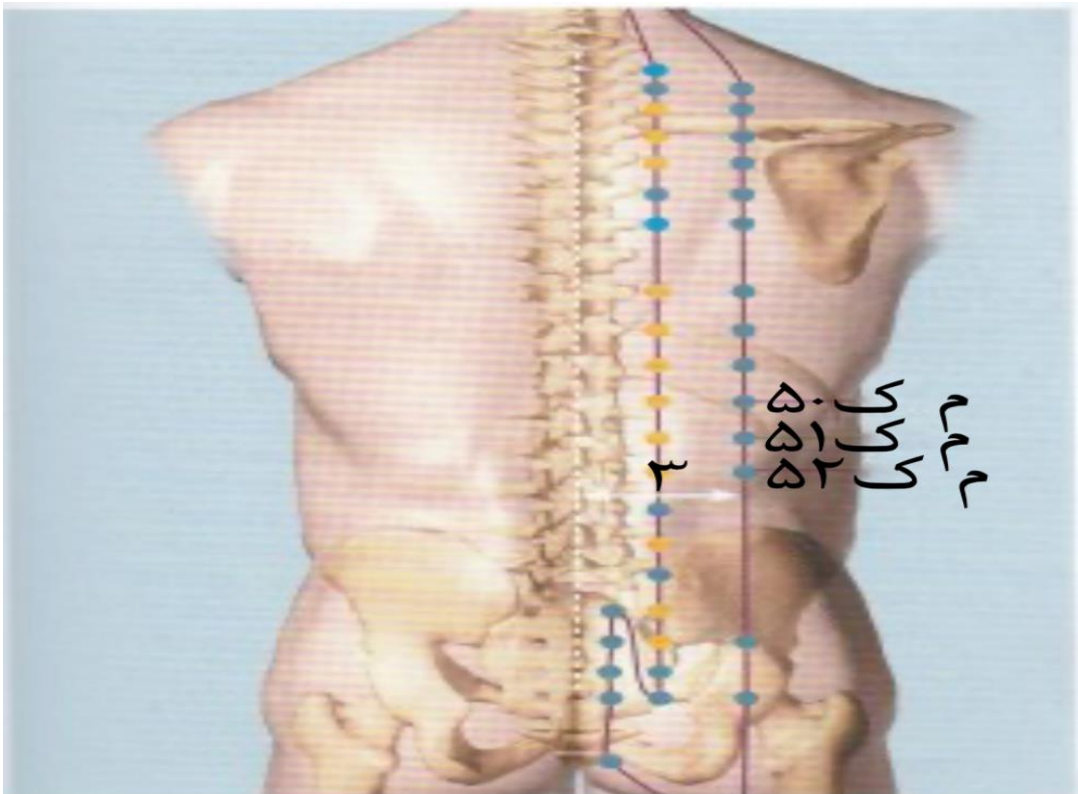
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د هضم ستونزه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰، ۸، ۰ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سښې د ۱۲ فقرې (Thoracic vertebrae) د Processus spinosus د بښکتنې (Caudal) برخې د جگوالي سره برابر ۳ کن د بدن د شاتني منځني خط څخه ډډې يا بهر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

مک ۵۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ قبضيت، د ځگر او توري ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰، ۸، ۰ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ملا د لومړۍ فقرې (Lumbar vertebrae) د Processus spinosus د بښکتنې (Caudal) برخې د جگوالي سره برابر ۳ کن د بدن د شاتني منځني خط څخه ډډې يا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري.

مک ۵۲:

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

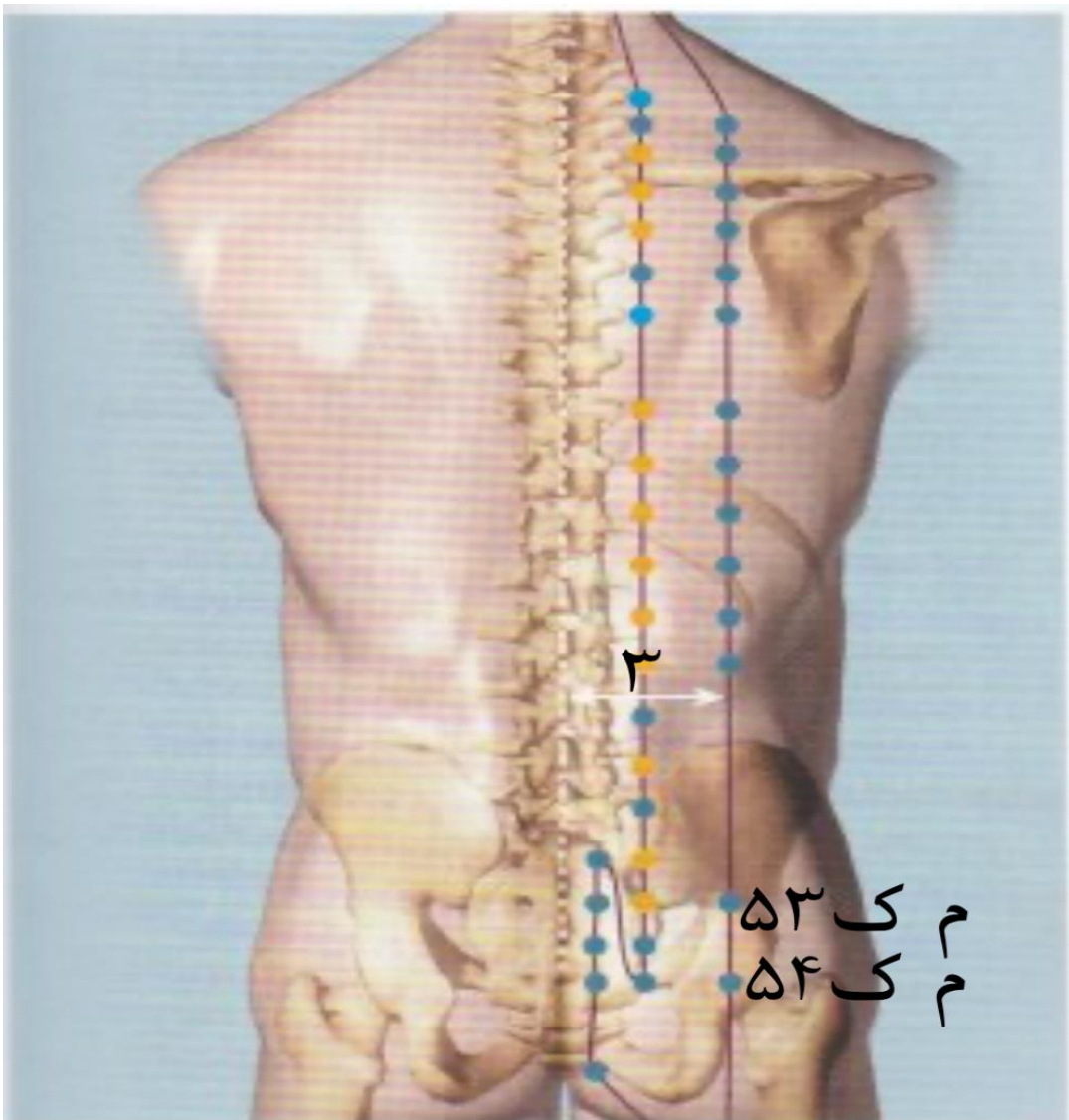


### م ک ۵۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې ناروغ د تشو متيازو په کولو کې ستونزه، قيصيت، او د ملا درد ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ - ۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د دوهم Foramen sacrale posterior د جگوالي سره برابر ۳ اکن 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 ناروغۍ، د بواسير ناروغۍ، او همدارنگه د ملا درد چې پښو ته خپرېږي. ستنه په دې نقطه کې د ۱، ۵ - ۲ اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د څلورم Foramen sacrale posterior د جگوالي سره برابر ۳ اکن د بدن د شاتني منځني خط څخه ډډې يا بهر (Lateral) اړخ ته ځای لري.





**م ک ۵۵:**

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله یو ناروغ د خټې چوره (Hernia)، د بنځینه جنسي غړي څخه وینه راتلل، او همدارنگه د ملا دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د م ک ۴۰ څخه ۲کن لېږي (Distal) ځای لري.

**م ک ۵۶:**

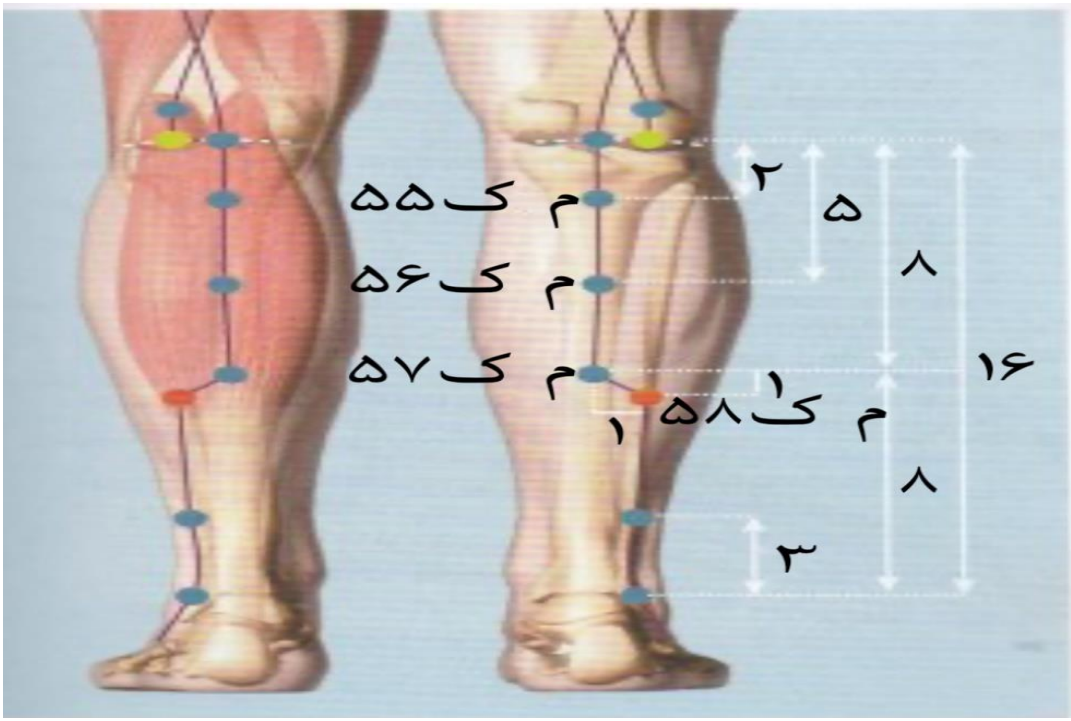
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله یو ناروغ د بواسېر ناروغی، او د لېنگو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د م ک ۴۰ څخه ۵کن لېږي (Distal) د M. gastrocnemius د دواړو عضلو په منځ کې ځای لري.

**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 لېنگو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د م ک ۴۰ څخه ۸کن لېږي (Distal) د M. gastrocnemius د دواړو عضلو اخيري برخو په منځ کې ځای لري.

**م ک ۵۸:**

دې نقطې ته چینایان تېرېدونکي (Passage point) نقطه وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ د بواسېر ناروغی، د خټ او سر دردونه، او همدارنگه د پوزې وینې کېدل (خونرېزي) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۵، ۱ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د م ک ۶۰ څخه ۷کن نیردي (Proximal) او د م ک ۵۷ څخه ۱کن لېږي (Distal) او ۱کن بهر (Lateral)، د M. soleus او M. gastrocnemius عضلو په منځ کې ځای لري.



م ک ۵۹:

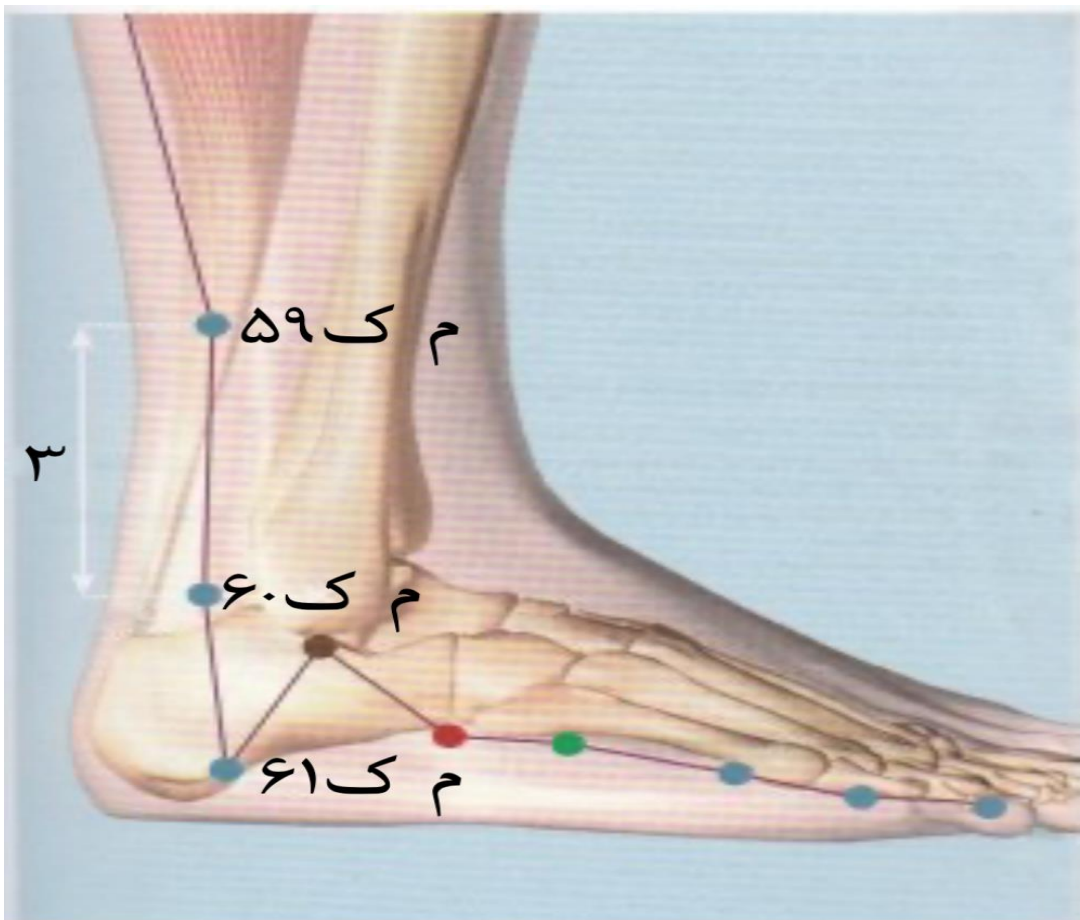
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله یو ناروغ سردردی اویا د لېنگو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۸ - ۱،۲ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د م ک ۶۰ څخه ۳ کن نیردې (Proximal) ځای لري.

م ک ۶۰:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله یو ناروغ سردردی، د څټ درد، د ملا درد، د پوندې درد ولري، او همدارنگه زېږون اسانوي. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ - ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښو د بهرنی څنگرو (Malleolus) او د لېنگې او د پوندې د یوځای کېدو پلي (Achilles tendon) ترمنځ ځای لري. د حاملگۍ په وخت کې په دې نقطه کې درملنه د حمل د منځه تلو لامل کېږي، نو د خاملگۍ په وخت کې د درملنې مخنیوی وکړئ.

م ک ۶۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله یو ناروغ د لېنگواو پوندو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ - ۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښو د بهرنی څنگرو (Malleolus lateralis) شاته او لېږې (Distal) د Calcaneus په ډډه کې ځای لري.



### م ک ۶۲:

دی نقطې ته چینایان اساسي (Cardinal point) نقطه وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله یو ناروغ د پوندو درد، سردرد، سرچرخي، بی‌خوبي، عصبي او رواني ناروغی، او همدارنگه میرګي ولري. دا هم ارامونکې نقطه ده، خو په ځینې ناروغانو کې د جټکو د رامنځ ته کېدو سبب کېږي. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ - ۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښو د بهرنی ځنګرو (Malleolus lateralis) په لېږي (Distal) د سرې او سپینې غوښې تر منځ ځای لري.

### م ک ۶۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله یو ناروغ د ملا درد چې پښو ته خپرېږي، د ځنګرو دردونه، او میرګي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ - ۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښو د بهرنی ځنګرو (Malleolus lateralis) د مخکنۍ څنډې په لېږي (Distal) د Os cuboideum لاندې برخه یانې د پښو تلي کې د سرې او سپینې غوښې تر منځ ځای لري.

### م ک ۶۴:

دی نقطې ته چینایان د پیل یا ابتداي نقطه (Source point) او همدارنگه یووان (Youn point) نقطه هم وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله یو ناروغ د ملا درد او میرګي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ - ۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پنځم Osis metatarsalis هډوکي د Tuberositas په لاندنۍ برخه کې د سپینې او سرې غوښې تر منځ ځای لري.



**م ک ۶۵:**

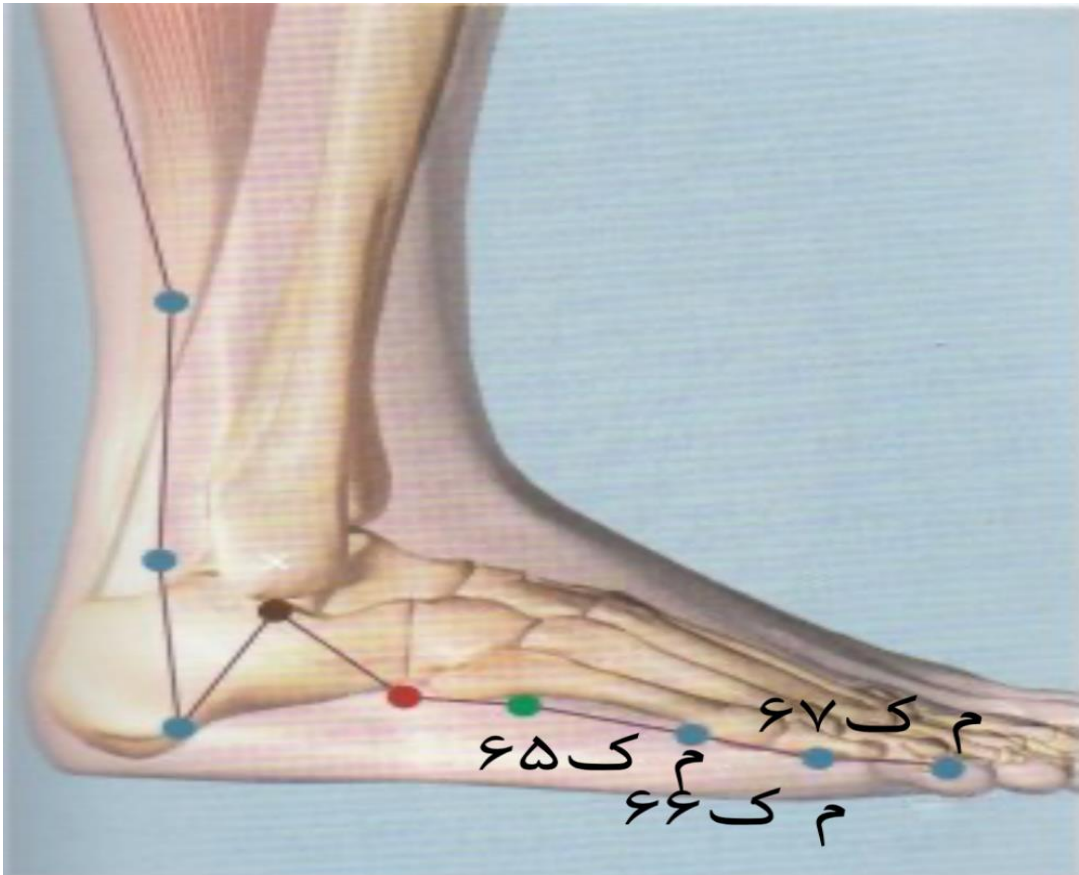
دې نقطې ته چینایان ارامونکې (Sedation point) نقطه وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله یو ناروغ سردردی، د څټ درد، لېنگو او پوندو دردونه، او همدارنگه عصبي او رواني ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ - ۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پنځم Metatarsophalangeal joint په نیردې (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 سردردی، د څټ درد، او همدارنگه عصبي او رواني ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۲ - ۰،۳ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پنځم Metatarsophalangeal joint په لېږې (Distal) برخه کې د سپینې او سرې غوښې په منځ کې ځای لري.

**م ک ۶۷:**

دې نقطې ته چینایان تنبي کونکې (Toning point) نقطه وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله یو ناروغ سردردی، د پوزې وینې کېدل یا خونریزي ولري، او همدارنگه په زېرون کې مرسته کوي. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۱ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښې د کوچنۍ گوتې د نوک او غوښې د نیردې زاوې په بهرنۍ برخه کې ځای لري.



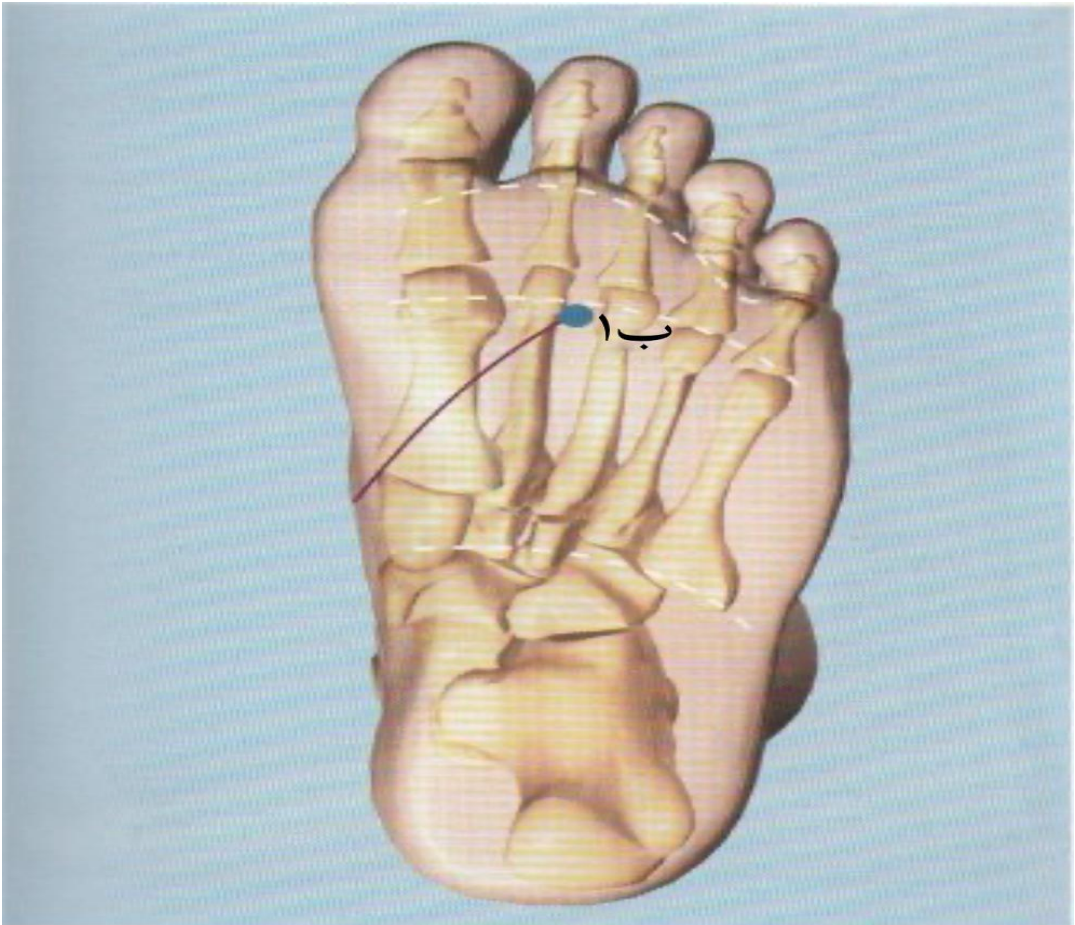


## د بښتورگو وپاله يا كانال

بښتورگي يا بودي يڼ (Yin) اورگان يا غړی دی. چينايان د دې اورگان ارتباط د اوبو سره ورکوي. دنده يې توليد دی. ناروغي په دې غړي کې د ۱۷-۱۹ بجو په منځ کې رامنځ ته کېږي. دا وپاله د پښو څخه د سر اړخ ته بهېږي. په دې وپاله کې د درملنې په پار ۲۷ نقطې ځای لري. په دې وپاله کې د انرژۍ دوران د اطرافو څخه مرکز ته دی. په ادرينال غدو (Adrenal gland)، هډوکو، او غوړونو بڼه اغېز لري. د دې وپالي د همغږۍ نقطه د متيازو کڅوړه ۲۳ (م ک ۲۳) او د يوځای کېدو يا خطر نقطه (Alarm point) يې تريخی ۲۵ (ت ر ۲۵) ده.

### ب ۱:

دې نقطې ته چينايان ارامونکي (Sedation point) نقطه وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله يو ناروغ سردردی، سرچرخي، د تشو ميتيازو په کولو کې ستونزه ولري، د رواني ناروغي په پايله کې گونگی شوی وي، او همدارنگه دايمي Laryngitis، او يا Pharyngitis ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰-۱ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه چې کله پښه د تلي لورې ته قات شي (Plantar Flexion) نو د پښې په مخکنۍ ژوره برخه کې ځای لري.

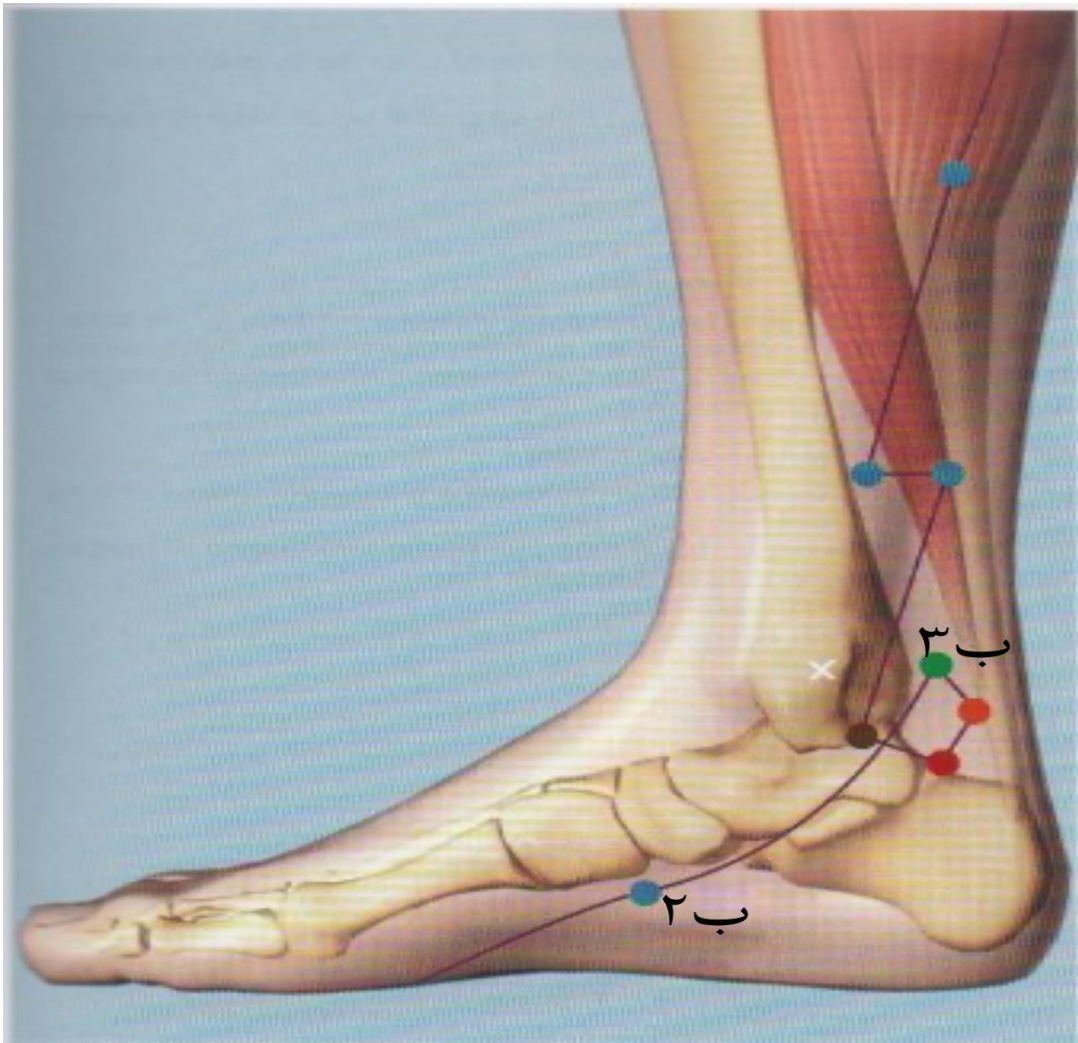


ب ۲:

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

ب ۳:

دې نقطې ته د پیل یا ابتدایي (Source point) نقطه او همدارنگه یووان (Yuan point) نقطه هم وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله یو ناروغ د وینې لوړ فشار، سر گرځېدل، 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 څنګري (Malleolus medialis) اود پښې د پلې په منځ کې ځای لري. (Achilles tendon)



ب ۴:

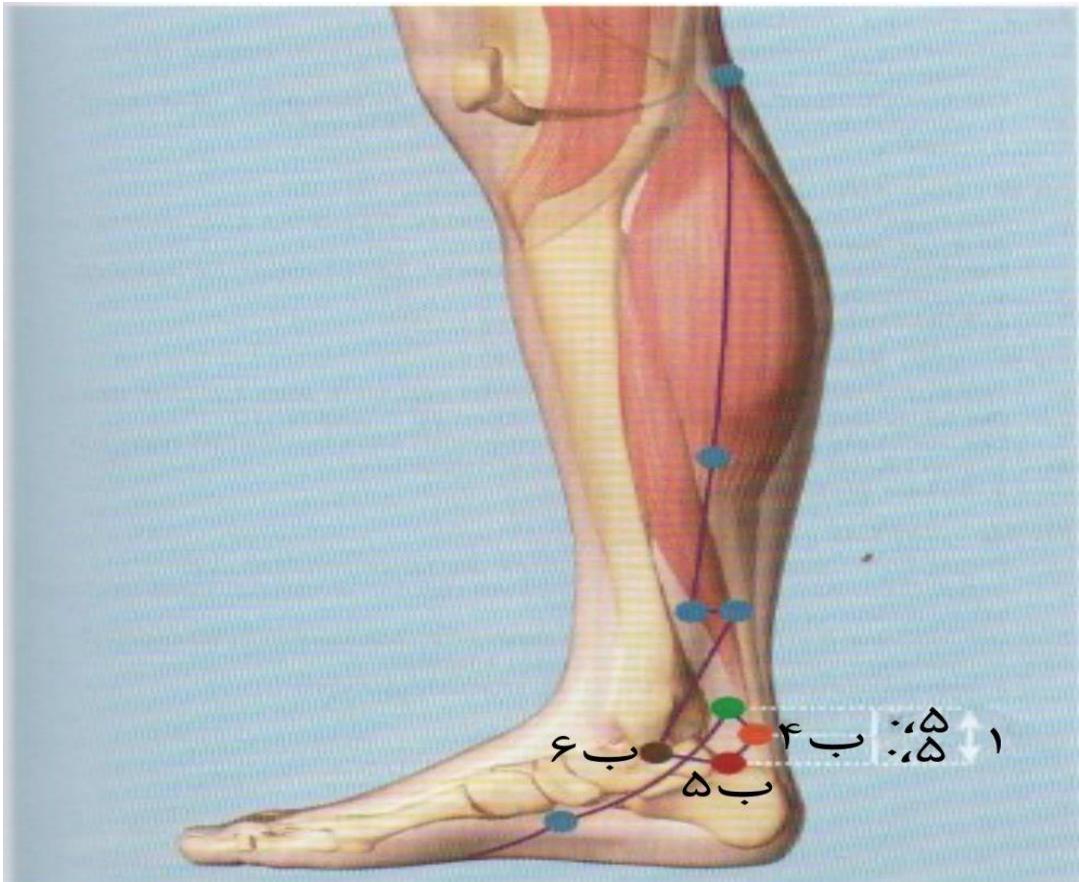
دي نقطې ته چينايان تېرېدونکې (Passage point) نقطه او همدارنگه لوو (Luo point) نقطه هم وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله يو ناروغ تنفسي ناروغی، قبضيت، د تشو متيازو په کولو کې ستونزه، او همدارنگه د پوندو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵-۰،۳ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ب ۳ څخه ۰،۵ کن لېرې (Distal) او شاته (Dorsal) د پښې د پلې (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 يو ناروغه بنځينه ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښې د داخلي څنګرې (Malleolus medialis) لېرې (Distal) او شاته (Dorsal) او ۱ کن د ب ۳ څخه لېرې (Distal) د Tuber calcanei هډوکي په پورتنۍ څنډه کې ځای لري.

ب ۶:

دي نقطې ته چينايان اساسي (Cardinal point) نقطه وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله يو ناروغه او يا ناروغ بنځينه ناروغی، کمزورتيا، او ستړيا، او همدارنگه دايمي Pharyngitis ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښې د داخلي بنګرې (Malleolus medialis) په بنګتۍ څنډه کې ځای لري.





ب ۷:

دي نقطې ته چينايان د تنبي (Toning point) نقطه وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله يو ناروغ ډېر خوله کېږي او يا هيڅ نه خوله کېږي، او همدارنگه پرسوپ (Edema) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ب ۳ څخه ۲ کن نيردي (Proximal) د پښې د پلې (Achilles tendon) په مخکنۍ (Ventral) برخه کې ځای لري.

ب ۸:

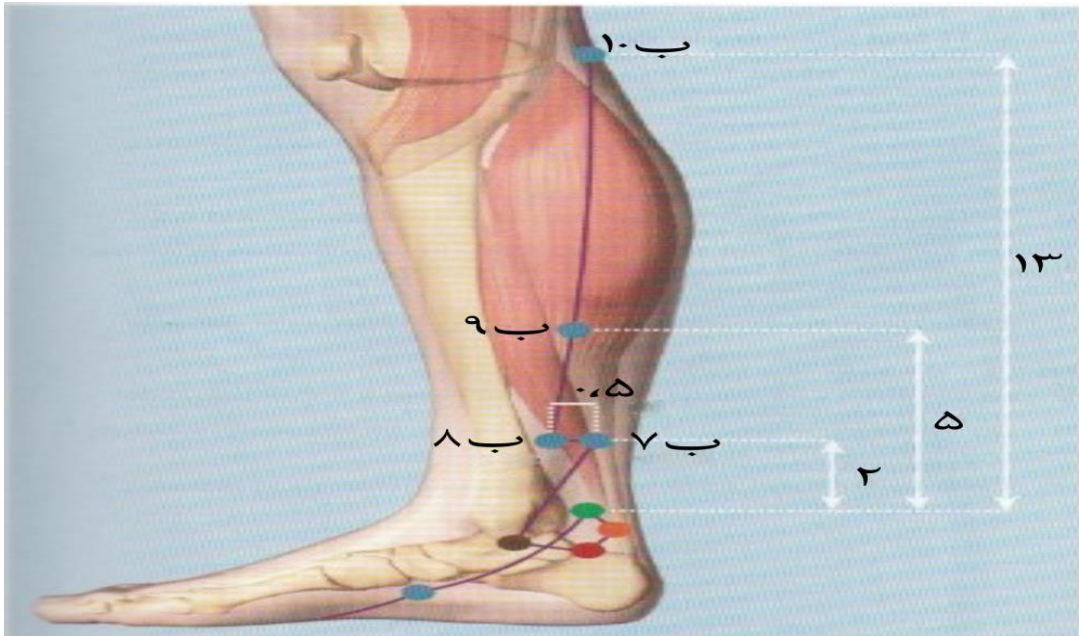
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله يو ناروغ د تشو متيازو ستونزه ولري، او همدارنگه بنځينه ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵-۰،۲ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ب ۳ څخه ۲ کن نيردي (Proximal) او ۰،۵ کن د ب ۷ مخي ته او د Tibia هډوکي په شاتنۍ څنډه کې ځای لري.

ب ۹:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله يو ناروغ رواني او عصبي ناروغی ولري، او همدارنگه د خبټې چوره (Hernia) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۱-۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ب ۳ څخه ۵ کن نيردي (Proximal) د لښکي به داخلي برخه کې ځای لري.

ب ۱۰:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله يو ناروغ د جنسي اړيکو ستونزه ولري، د بنځينه د جنسي غړي څخه وينه راتلل، او همدارنگه د ځنگون دردونه. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۱-۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. 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.





ب ۱۱:

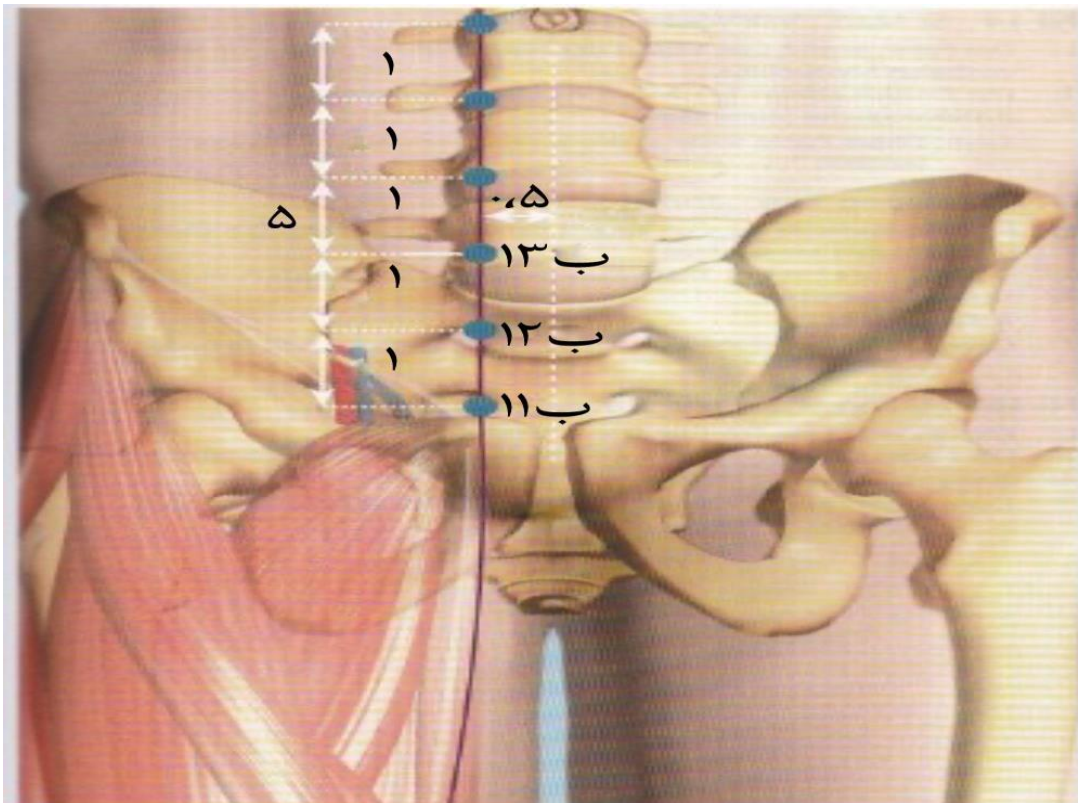
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله یو ناروغ د جنسي اړیکو ستونزه ولري، پروستات ناروغی، او د تشو متیازو په کولو کې ستونزې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه ۵ کن د خپټې د نوم څخه بڼکته (Caudal) او د بدن د مخکني منځني خط څخه ۵، ۰ کن بهر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

ب ۱۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله یو ناروغ د جنسي اړیکو ستونزه ولري، پروستات ناروغی، همدارنگه که یوه ناروغه بڼځینه ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه ۴ کن د خپټې د نوم څخه بڼکته (Caudal) او د بدن د مخکني منځني خط څخه ۵، ۰ 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 بڼځینه ناروغی، او د تشو متیازو په کولو کې ستونزې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه ۳ کن د خپټې د نوم څخه بڼکته (Caudal) او د بدن د مخکني منځني خط څخه ۵، ۰ کن بهر (Lateral) ځای لري. د حمل په وخت کې د درملنې ډډه وکړئ، کېدای شي د حمل د منځه تلو لامل شي.



ب ۱۴:

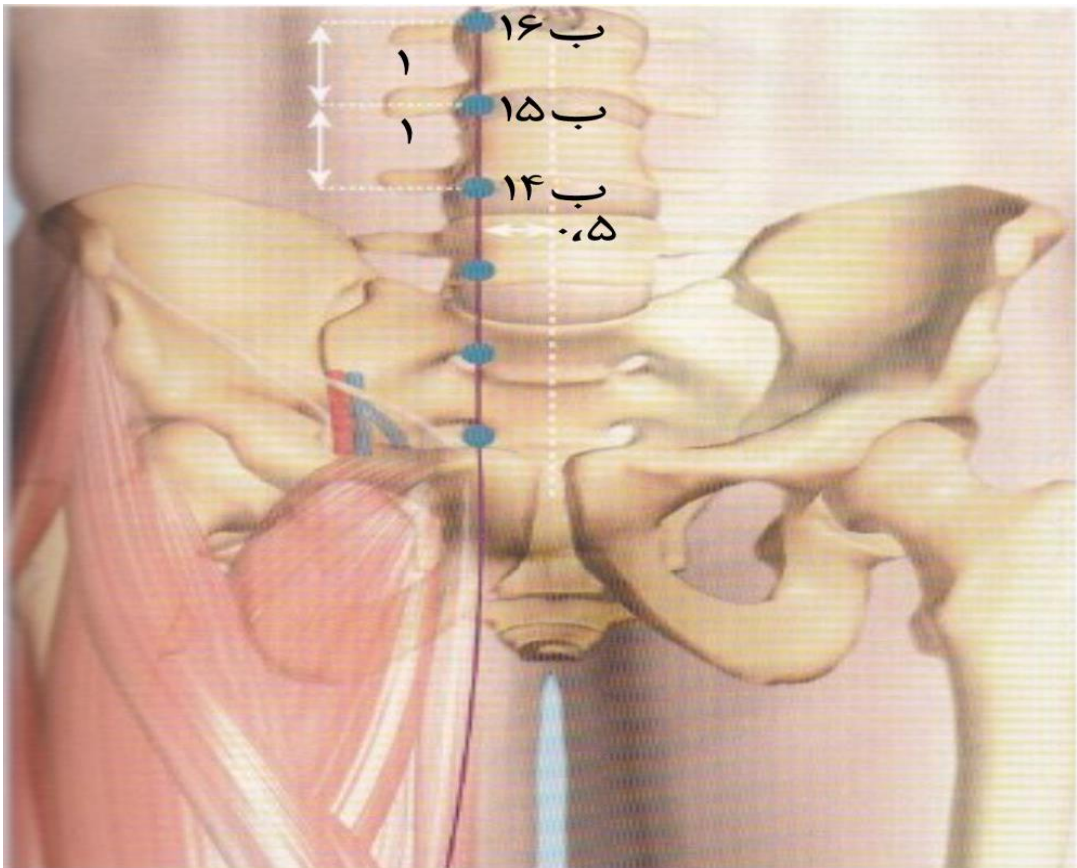
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله یوه ناروغه بنځینه ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه ۲کن د خپټې د نوم څخه بنسټه (Caudal) او د بدن د مخکني منځني خط څخه ۵، ۰ کن بهر (Lateral) ځای لري. د حمل په وخت کې د درملنې ډډه وکړئ، کېدای 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 بنځینه ناروغی لکه په میاشتنی ناروغی کې ستونزه ولري، او همدارنګه قبضیت ولري. دا نقطه ۱ کن د خپټې د نوم څخه بنسټه (Caudal) او د مخکني منځني خط څخه ۵، ۰ کن بهر (Lateral) ځای لري. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. د حمل په وخت کې د درملنې ډډه 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 خپټې ستونزې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د خپټې د نوم څخه ۵، ۰ کن بهر (Lateral) ځای لري. د حمل په وخت کې د درملنې ډډه وکړئ، کېدای شي د حمل د تلولامل شي.



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 ۱-۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه ۲کن د خپټې د نوم څخه پورته (Cranial) او د بدن د مخکني منځني خط څخه ۰،۵ کن بهر (Lateral) ځای لري.

ب ۱۸:

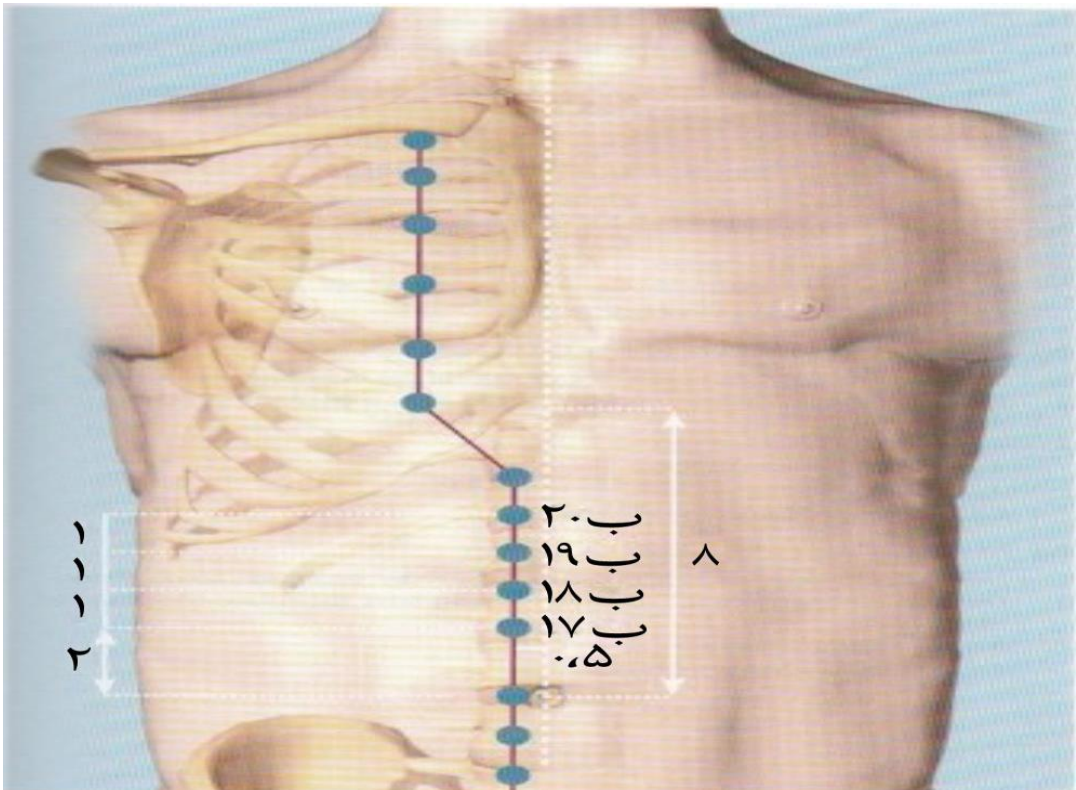
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د خپټې د پورتنۍ برخې ستونزې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه ۳کن د خپټې د نوم څخه پورته (Cranial) او د بدن د مخکني منځني خط څخه ۰،۵ کن بهر (Lateral) ځای لري.

ب ۱۹:

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





ب ۲۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د معدې او مری ستونزې ولري، او همدارنګه چې اټکي (Singultus) کوي. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰-۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه ۶ کن د خټې د نوم څخه پورته (Cranial) او د بدن د مخکني منځني خط څخه ۵، ۰ کن بهر (Lateral) ځای لري.

ب ۲۲:

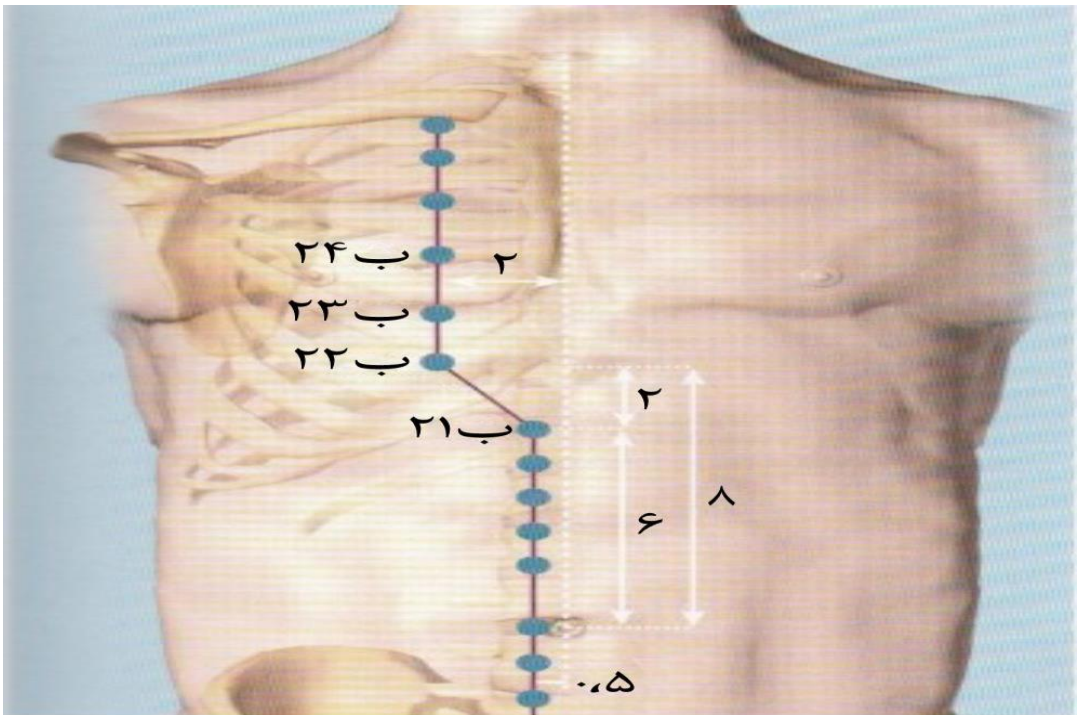
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان تنفسي او د زړه ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰-۸ کن په اندازه د پوستکي لاندې په کاره ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن د مخکني منځني خط څخه ۲ کن بهر (Lateral) د پنځمې پوښتې د پاسه ځای لري. د Pneumothorax مخنیوی وکړئ.

ب ۲۳:

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





ب ۲۵:

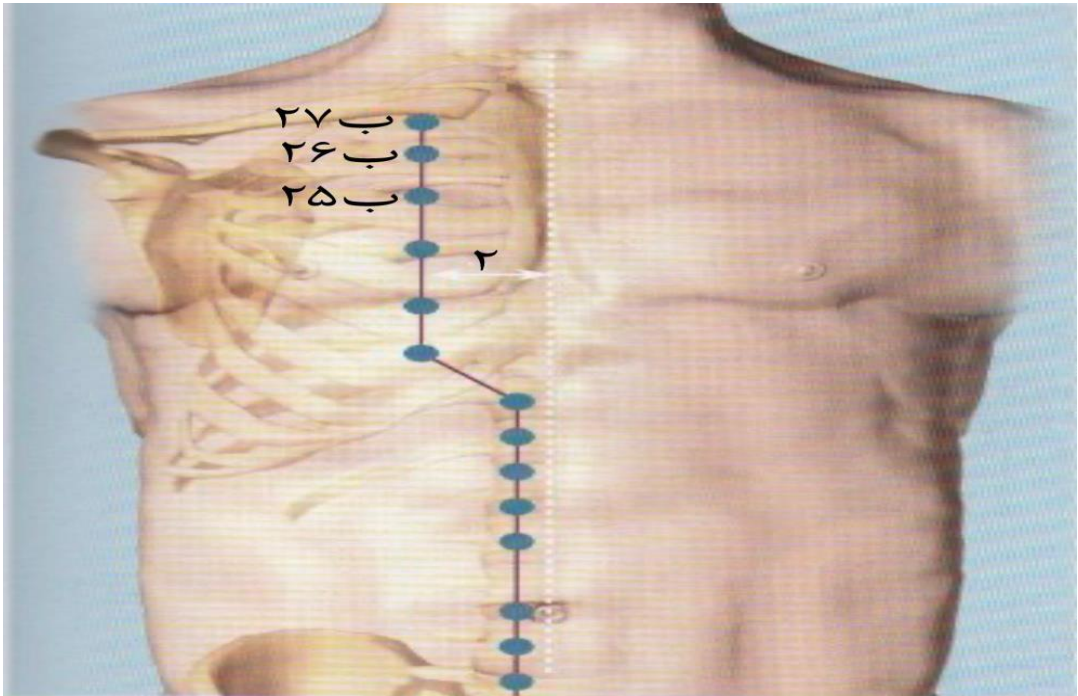
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان تنفسي او د زړه ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰، ۸، ۰ کن په اندازه د پوستکي لاندې په کاره ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن د مخکني منځني خط څخه ۲ کن بهر (Lateral) د دوهمې پوښتې د پاسه ځای لري. د Pneumothorax مخنیوی وکړئ.

ب ۲۶:

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

ب ۲۷:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان تنفسي او د زړه ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰، ۸، ۰ کن په اندازه د پوستکي لاندې په کاره ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن د مخکني منځني خط څخه ۲ کن بهر (Lateral) د Clavicle ډوکي په ښکتنې څنډه کې ځای لري. د Pneumothorax مخنیوی وکړئ.



**د زړه د پردې ( زپ ) ویاله یا کانال**

د زړه پرده یا (Pericard) بین (Yin) اورگان دی، چینایان د اور عنصر سره ارتباط ورکوي، د دې داورگان ناروغی د ۱۹-۲۱ بجو ترمنځ رامنځ ته کېږي. دا ویاله د سینې څخه د لاسونو په لور بهېږي، په

دې وياله يا كانال کې د درملني په پار ۹ نقطې ځای لري. انرژي په دې وياله کې د مرکز څخه اطرافو ته بهېږي (Centrifugal). د وينې په دوران، زړه، او جنسي قوه اغېز لري. د دې ويالي د همغږۍ نقطه د متيازو کڅوړه ۱۴ (م ک ۱۴)، او د يو ځای کېدو يا خطر نقطې يې دوامی ۱۷ (دم ۱۷)، د زړه پرده ۱ (زپ ۱)، بډوډي ۱۱ (ب ۱۱) دي.

### زپ ۱:

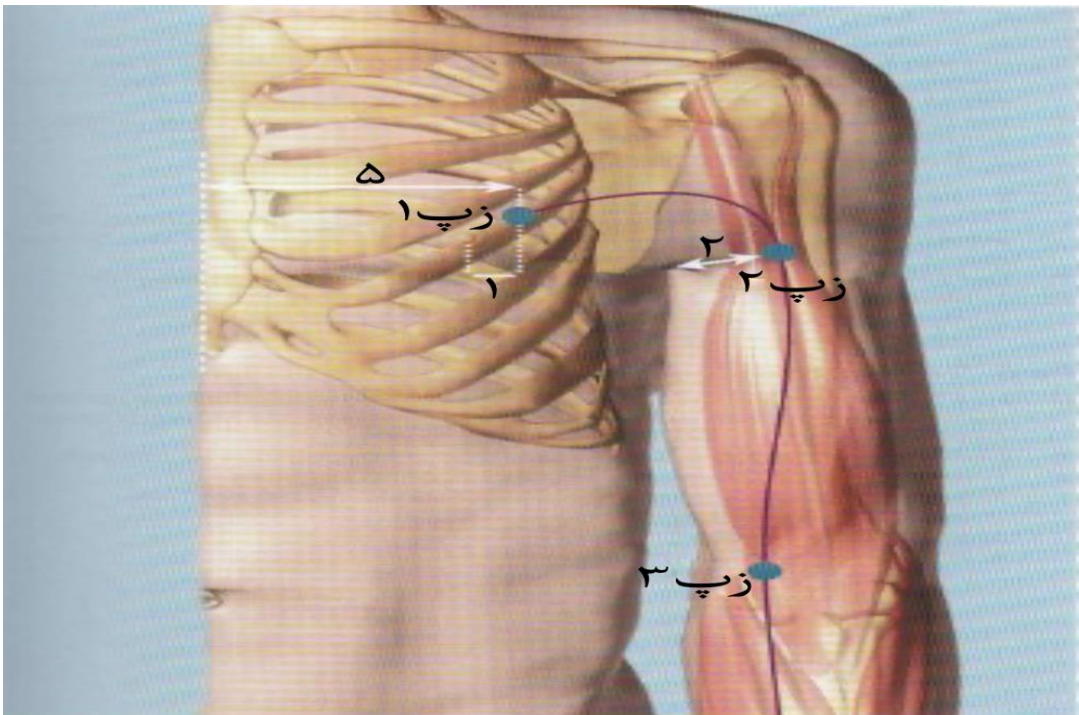
دې نقطې ته د يو ځای کېدو يا خطر نقطه (Alarm point) وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان تنفسي او د زړه ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۵،۰ کن په اندازه د پوستکي لاندې په کاره ډول منډل کېږي. دا نقطه د تي څخه ۱ کن بهر (Lateral) او يا ۵ کن د بدن د مخکني منځني خط څخه بهر (Lateral) ځای لري. د Pneumothorax مخنيوی وکړی.

### زپ ۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان تنفسي او د زړه ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ - ۵،۰ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د تخرگ دمخکني برخې د پوستکي د قات د اخيري برخې څخه ۲ کن د مټ په کورنۍ يا داخلي (Medial) برخه کې ځای لري.

### زپ ۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان تنفسي او د معدې ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ - ۱،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ځنگلي په منځني برخه کې د بايسيب براخي عضلي د پلي (M.biceps brachii tendon) په وټار اړخ کې ځای لري.



#### زپ ۴:

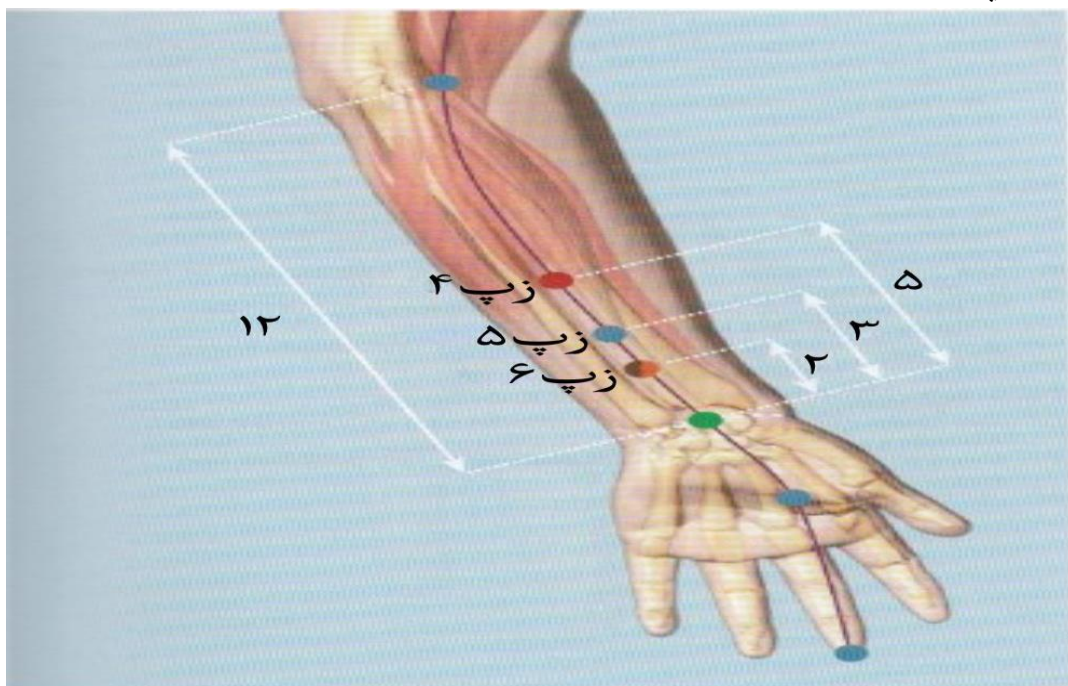
په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د زړه ناروغی، خونړېزي (پوزی، معدې او سږو خونړېزي) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۸ - ۰،۲ اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د لاس په داخلي يا کورنی برخه کې د لاس د بند د پوستکي د لېږي (Distal) قات څخه ۵کن نیردی د دوو عضلو د پلو (M.flexor carpi radialis او M.palmaris longus tendon) تر منځ ځای لري.

#### زپ ۵:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د زړه ناروغی، عصبي او رواني ناروغی ولري، او همدارنگه میرگي ولري. په دې نقطه کې ستنه ارامونکی (Sedation) اغېز لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ - ۱ اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د لاس په داخلي يا کورنی برخه کې د لاس د بند د پوستکي د لېږي (Distal) قات څخه ۳کن نیردی 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 همدارنگه تېرېدونکې (Passage point) نقطه هم وایي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د زړه ناروغی لکه Angina pectoris، د زړه د ټکان زیاتوالی، همدارنگه بي هوشي، د گوزن ناروغی، د معدې او مړوند دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ - ۱ اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د لاس په داخلي يا کورنی برخه کې د لاس د بند د پوستکي د لېږي (Distal) قات څخه ۲کن نیردی د دوو عضلو د پلو (M.Palmaris longus tendon او M.flexor carpi radialis tendon) تر منځ ځای لري.





### زپ ۷:

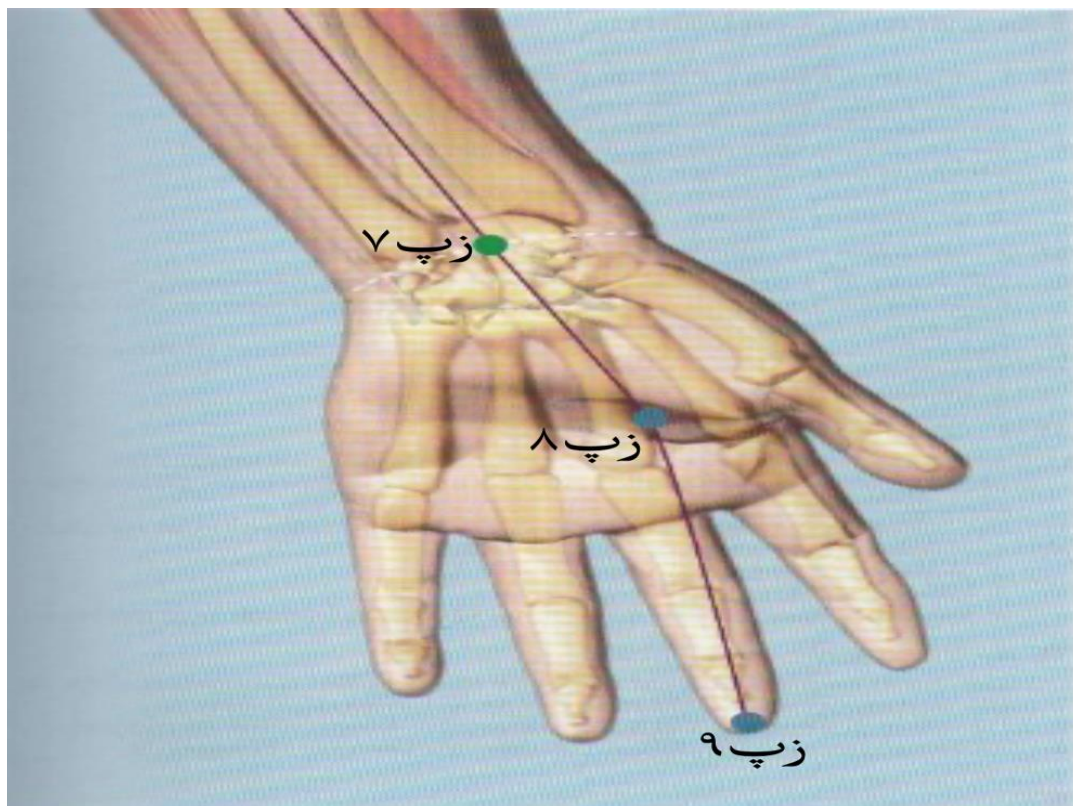
دي نقطې ته چينايان ارامونکي (Sedation point) نقطه وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د زړه ناروغۍ لکه Angina pectoris، عصبي او رواني ناروغۍ، او همدارنگه مېرگي ولري. په دې نقطه کې ستنه ارامونکي (Sedation) اغېز لري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ - ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د لاس د بند د پوستکي لېږې (Distal) قات په منځنۍ برخه کې د دوو عضلو د پلو ( M.flexor او M.palmaris longus tendon ) تر منځ خای لري.

### زپ ۸:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د زړه ناروغۍ لکه Angina pectoris، عصبي، رواني ناروغۍ، مېرگي او همدارنگه د معدې، پوزې او سپرو خونرېزي، او د خولې التهابي يا مکروبي ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې ۰،۳ - ۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. په دې نقطه کې ستنه ارامونکي (Sedation) اغېز لري. دا نقطه د لاس د ورغوي د دوهم Metacarpal او دريم Metacarpal هډوکو تر منځ خای لري. که لاس موټی کرو د منځنۍ گوتي د څوکي په ذريه دا نقطه لمس کېږي.

### زپ ۹:

دي نقطې ته چينايان تنبي کونکي (Toning point) نقطه وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ بې هوشه شي. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۱ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د لاس د منځنۍ گوتي په څوکه کې خای لري.





## د بدن گرم غرو ( ګ غ ) وپاله يا کانال

سینه، خپټه او جنسی غرو ته د بدن گرم يا تاوده غري وايي. د بدن گرم غري په چينايی درملنه کې يانگ (Yang) اورگان دی. چينايان د دې اړيکه د اور د عنصر سره ورکوي. په دې اورگان کې ناروغي د ۲۱- ۲۳ بجو په منځ کې منځ ته راځي. په دې وپاله يا کانال کې د درملنې په پار ۲۳ تقطی ځای لري. دا وپاله د لاسونو څخه د سر په لور بهېږي. انرژي په دې وپاله کې (Centripetal) د اطرافو څخه مرکز ته بهېږي. دا وپاله په سترگو، غورونو او هډوکو باندې اغېز لري. د دې وپالې د همغږۍ نقطه (Approval point) د متيازو کڅوړه ۲۲ ( م ک ۲۲ )، او د يو ځای کېدو يا خطر نقطې ( Alarm points ) يې دوامی ۵ ( دم ۵ )، په سینه کې دم ۱۷، په خپټه کې دم ۱۲، او په حوصيله (Becken) کې دم ۷ دي.

### گ غ ۱:

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

### گ غ ۲:

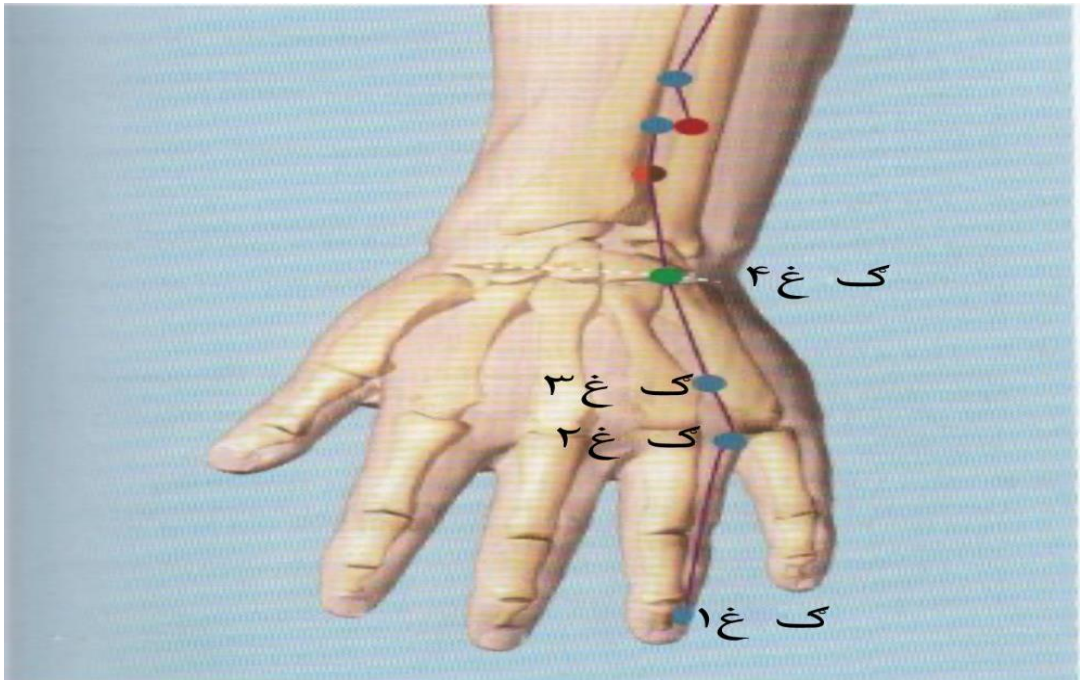
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د نیم سر درد او غوړونو ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د څلورم میتاکارپوفلنچيال بند (Metacarpophalangeal joint) په لیرې (Distal) برخې د سپینې او سرې غوښې په منځ کې ځای لري.

### گ غ ۳:

دې نقطې ته د تنبې (Toninig point) نقطه وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د نیم سر درد، د غوړونو او سترگو ناروغی، او همدارنگه د لاسونو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د څلورم میتاکارپوفلنچيال بند (Metacarpophalangeal joint) په نیردې (Proximal) برخه کې د سپینې او سرې غوښې په منځ کې ځای لري.

### گ غ ۴:

دې نقطې ته د پیل نقطه (Source point) او همدارنگه د یووان نقطه (Yuan point) هم وايي. 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،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د لاس د بند د شاتنې برخې د پوستکي د قات په منځنۍ برخه کې د M.extensor digitorum tendon د ولنا هډوکي اړخ ته ځای لري.



### گ 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 تېبه، سردردې، ريزش يا زوکام، د غوړونو او سترگو ناروغۍ، د ملا اوږو او لاسونو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰-۱ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه ۲ کن د لاس د بند د پوستکي د قات څخه نيردې (Proximal) د راديوس (Radius) او ولنا (Ulna) هډوکي ترمنځ ځای لري.

### گ غ ۶:

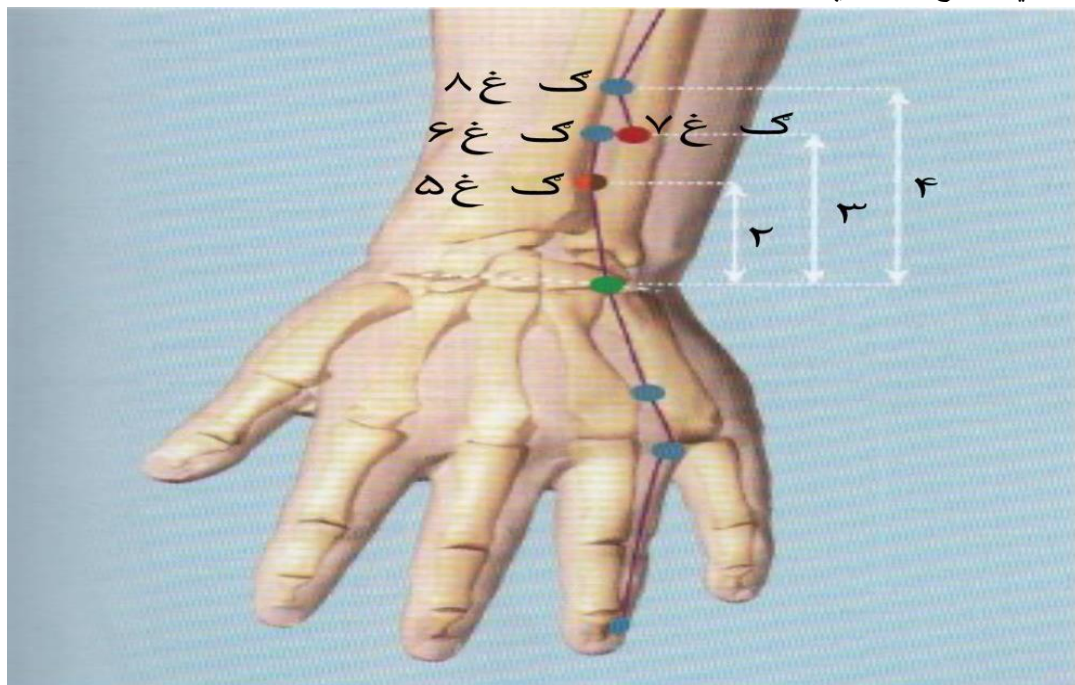
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د غوړونو ناروغۍ او د پوښتيو دردونه (Intercostal neuralgia) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۸، ۰-۱، ۲ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه ۳ کن د لاس د بند د پوستکي د قات څخه نيردې (Proximal) د راديوس (Radius) او ولنا (Ulna) هډوکي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

### گ غ ۷:

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

### گ غ ۸:

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



### گ غ ۹:

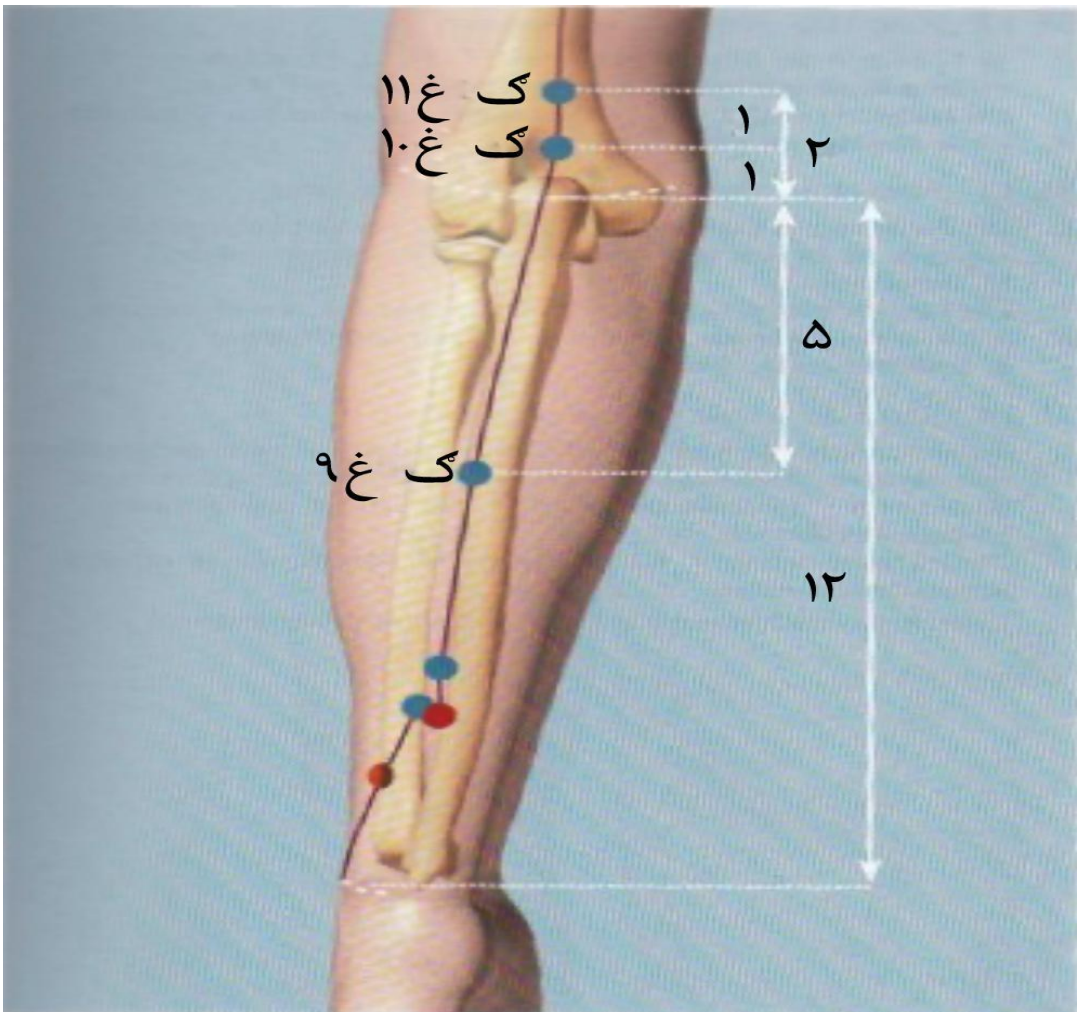
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د غوړونو ناروغۍ او د مړوندونو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰- اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه Olecranon څخه لیرې (Distal) د مړوند په اوږدوالي کې ځای لري.

### گ غ ۱۰:

دې نقطې ته آرامونکې نقطه (Sedation) وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د اوږو، مټ، او ځنگلو دردونه، او همدارنگه میرګي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰- اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ځنگلي په ژوره نقطه کې کوم چې د Olecranon څخه اکن نیردې (Proximal) ځای لري.

### گ 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 ۸، ۰- اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د Olecranon څخه ۲ اکن نیردې (Proximal) ځای لري.





### گ غ ۱۲:

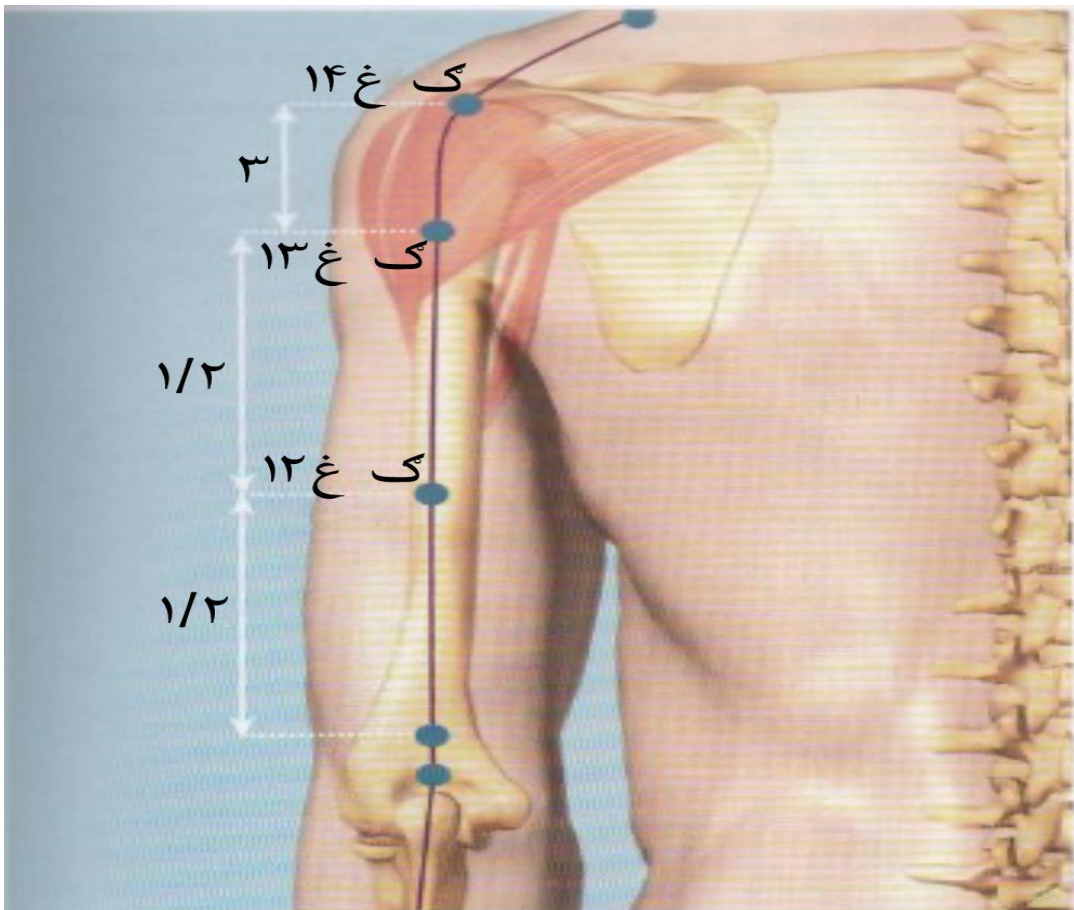
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د مټ دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د گ غ ۱۱ او گ غ ۱۳ ترمنځ ځای لري.

### گ غ ۱۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د څټ، اوږو او مټ دردونه او همدارنگه د تایرایډ Thyroid ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د گ غ ۱۴ څخه ۳ کن لیرې د M.deltoideus په شاتنې څنډه کې ځای لري.

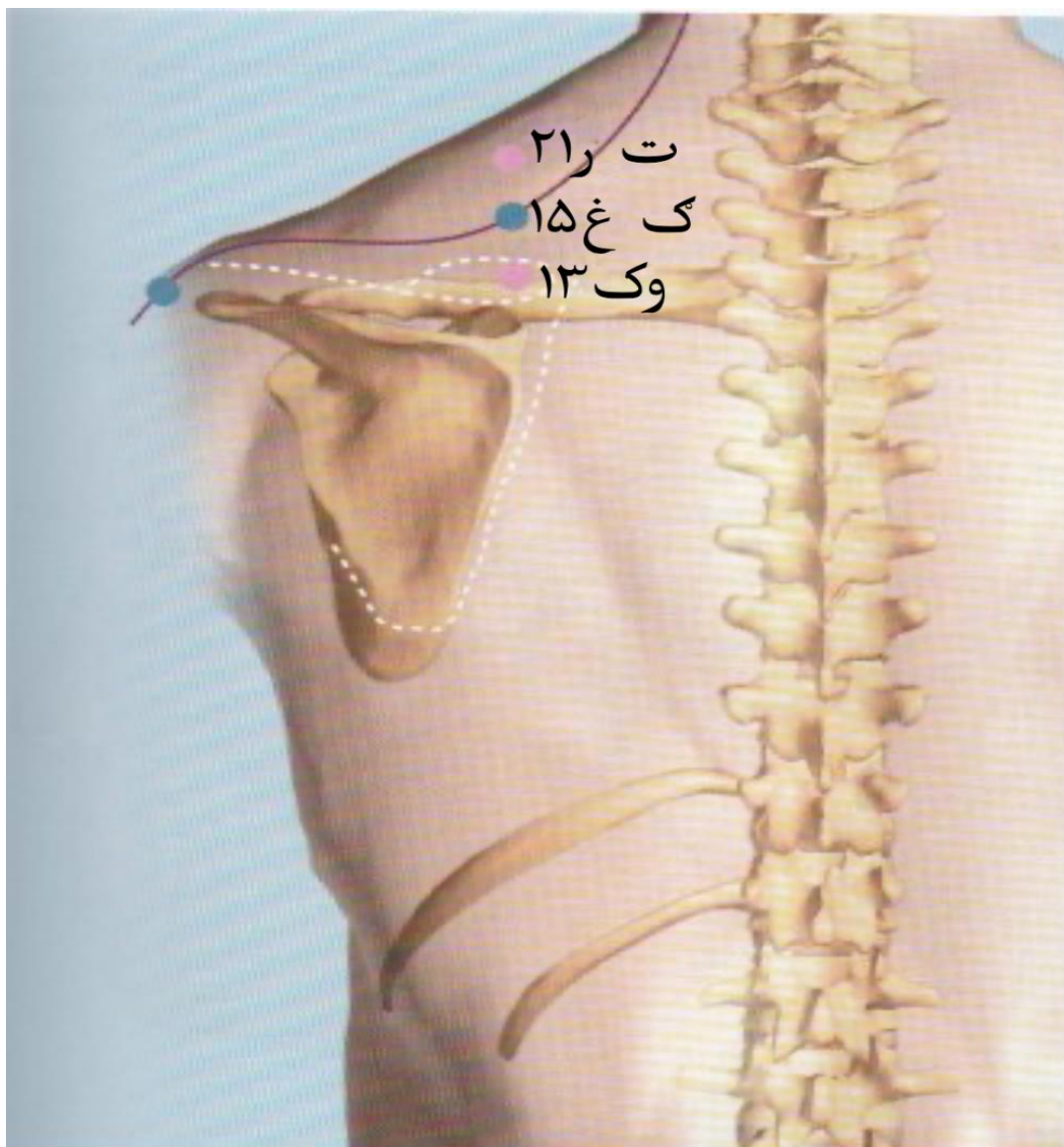
### گ غ ۱۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د څټ، اوږو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د M.deltoideus په شاتنې او منځنۍ او د Acromiom په شاتنې او لیرې برخه کې ځای لري. پاملرنه: دلته د سنتي په ذریه درملنه د اوږې د بند د مگروبي کېدو سبب کېږي، په درملنه کې باید د سمې پاملرنې کار واخیستل شي.



### گ ۱۵:

په دي نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د څټ، اوږو او ملا دردونه ولري. ستنه په دي نقطه کې د ۵، ۰۰، ۸، ۰ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ت ۲۱ او و ک ۱۳ ترمنځ د Scapula هډوکي د داخلي زاويې په پورته اړخ کې ځای لري. پاملرنه: د Pneumothorax مخنيوی وکړئ.



### گ غ ۱۶:

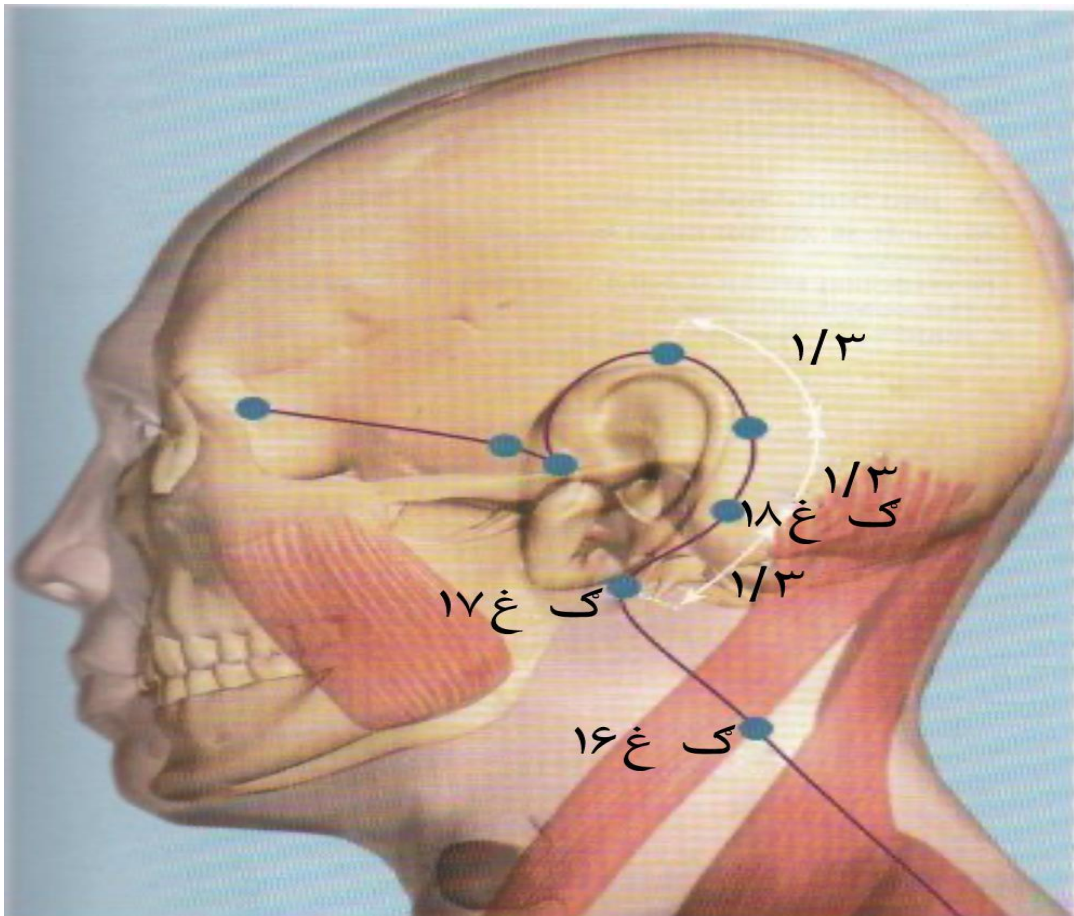
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د څټ، او د غوړونو ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د *M. sternocleidomastoideus* عضلي په شانتی څنډه او د *Processus mastoideus* په لاندینۍ څنډه کې د ژامې د هډوکي د زاویې د جگوالي برابر ځای لري.

### گ غ ۱۷:

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

### گ غ ۱۸:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د غوړونو ناروغی او نیم سبرې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۳، ۰-۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د *Processus mastoideus* په منځنۍ برخه کې او د گ غ ۱۷ او گ غ ۲۰ د اتصال یا یو ځای کېدو خط په منځنۍ دریمه برخه کې ځای لري.



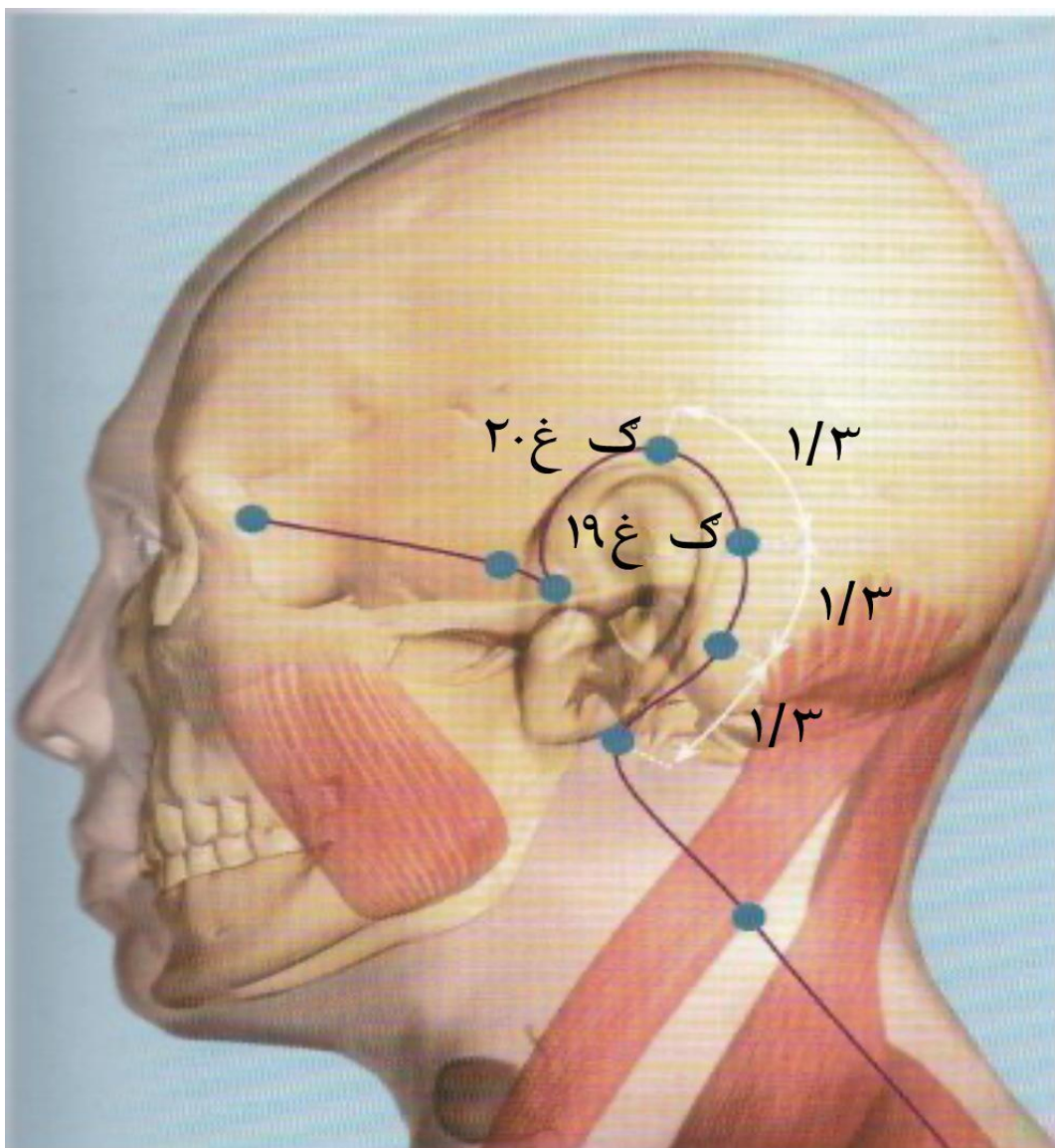


### گ غ ۱۹:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د غوړونو ناروغۍ لکه Tinnitus او همدارنګه نیم سپری ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ - ۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د گ غ ۱۷ او گ غ ۲۰ د اتصال یا یو ځای کېدو خط په پورتنۍ دریمه برخه کې د غوړ د کرپندوکې (Helixkrmp) په اوږدوالي کې ځای لري.

### گ غ ۲۰:

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





### گ غ ۲۱:

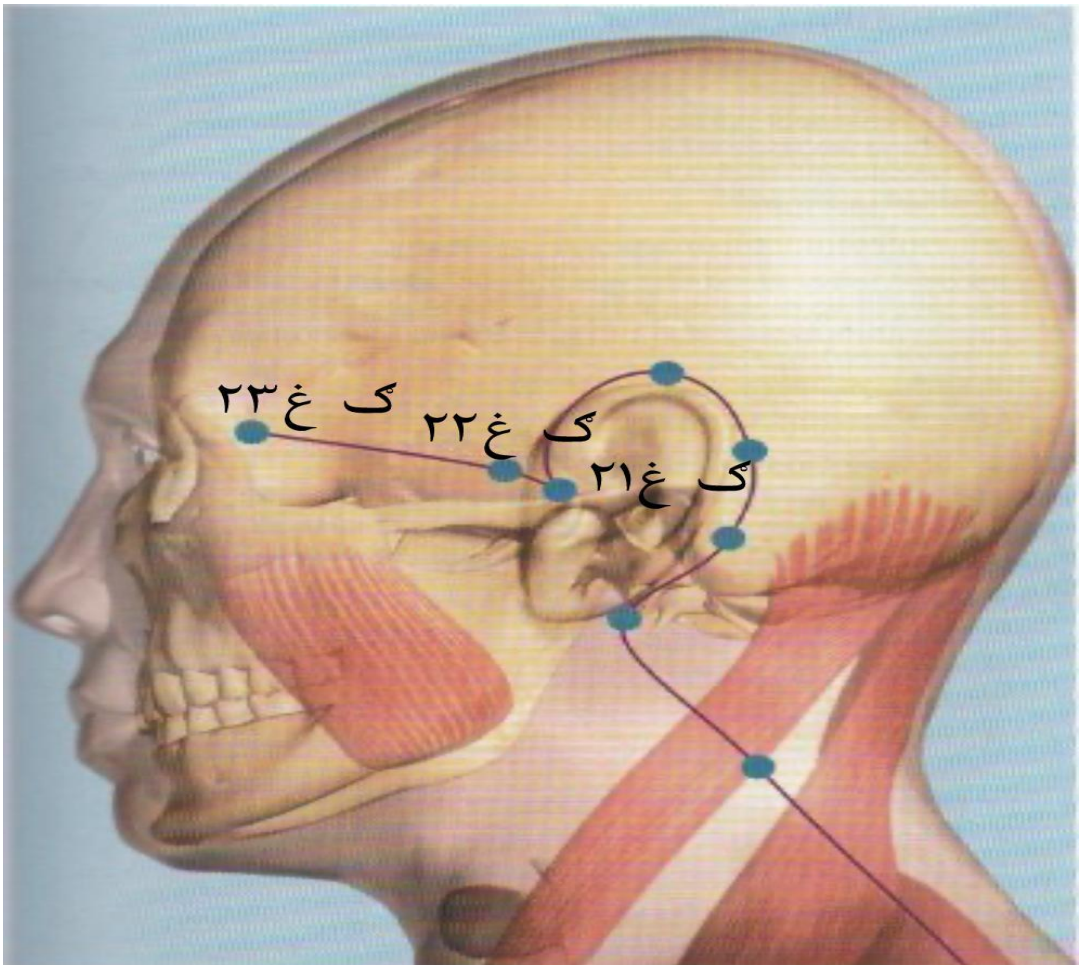
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ دغورونو ناروغی او Trigeminal neuralgia ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵- اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د incisura supratragica په مخکې او د Processus condylaris mandibulae په شاتنې او منځنۍ برخه کې ځای لري.

### گ غ ۲۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د ژامې ستونزه او يا Tinnitus ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳- ۰،۵ کن په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د وېبستانو د پولې او د غور ترمنځ پرته ده. پاملرنه: دلته تیمپورال شریان موجود دی، د کلکې پاملرنې باید کار واخیستل شي.

### گ غ ۲۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان نیم سپری او د سترگو ناروغي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۲- ۰،۳ کن په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سترگو د وریځو د بهرنۍ پای په ژوروالي کې ځای لري.



## د تريخي ( ت ر ) يا صفرا کڅوړي وياله يا کانال

تريخي ته په چينايي طبابت کې يانگ (Yang) اورگان يا غړی وايي. او د لرگي د عنصر سره اړيکه ورکوي. دا وياله د سر څخه د پښو په لور بهېږي. په دې وياله کې د درملني په پار ۴۴ نقطې ځای لري. په دې وياله کې انرژي (Centrifugal) د مرکز څخه اطرافو ته بهېږي. دنده يې تقلص ورکول دي. دا وياله په لگامنتونو او سترگو بڼه اغېز لري. د دې ويالې د همغږۍ نقطه د متيازو کڅوړه ۱۹ (م ک ۱۹)، او د يوځای کېدو يا د خطر نقطې يې تريخي ۲۳ (ت ر ۲۳) او تريخي ۲۴ (ت ر ۲۴) دي.

### ت ۱:

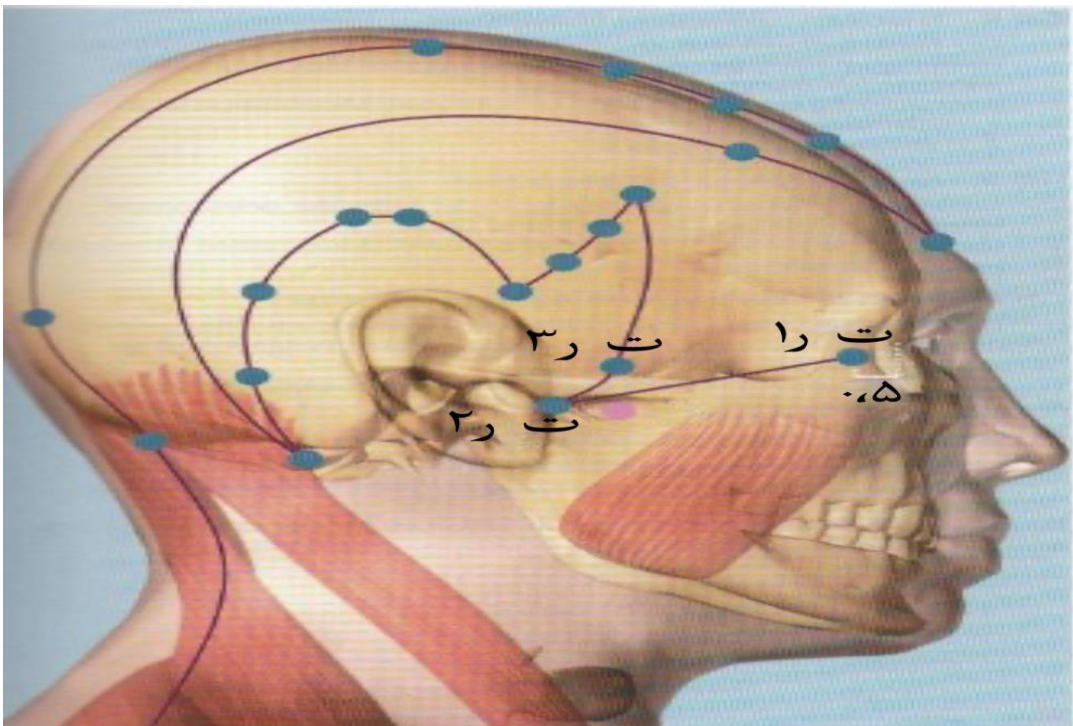
په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د سترگو ناروغي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ - ۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه ۰،۵ کن د سترگې په بهرنۍ زاويې د Fossa orbitalis به بهرنۍ څنډه کې ځای لري.

### ت ۲:

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

### ت ۳:

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



#### ت ۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان لوړ فشار او نیم سپری ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ - ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د م ۸ او ت ۷ د یو ځای کېدو د خط په څلورمه پورتنۍ برخه کې ځای لري.

#### ت ۵:

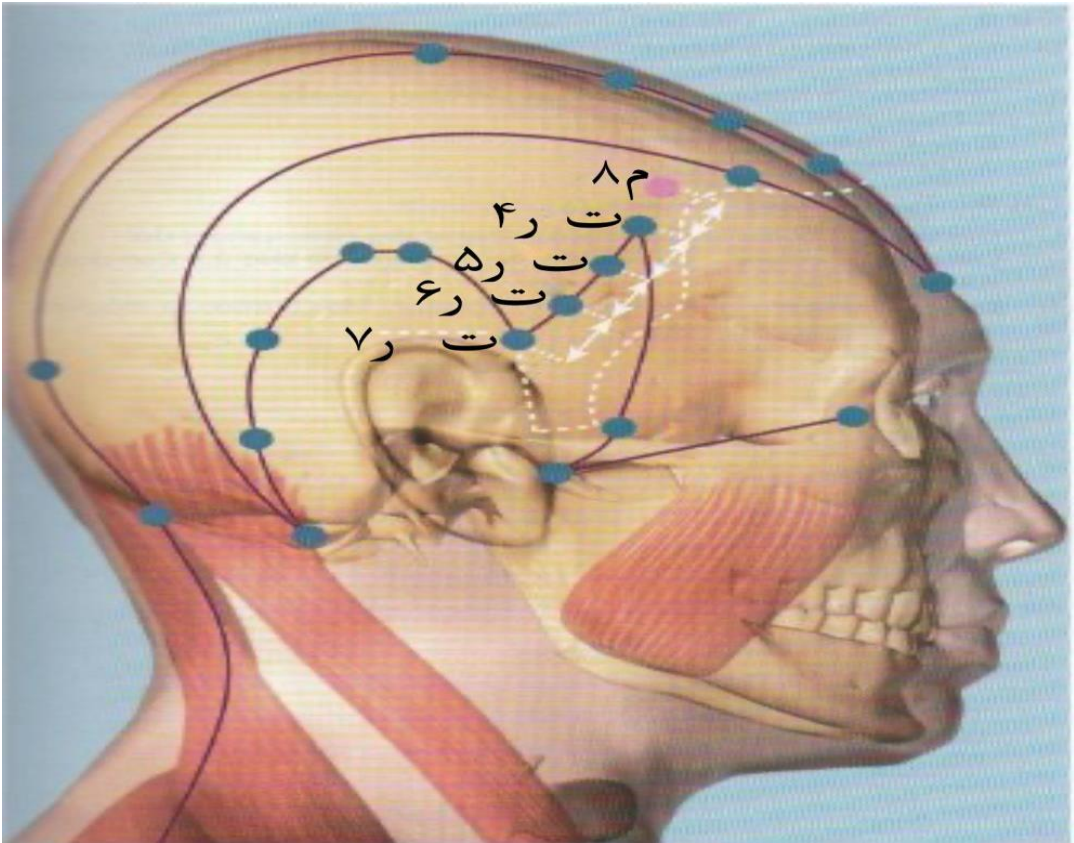
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان نیم سپری ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ - ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د م ۸ او ت ۷ د یو ځای کېدو د خط په منځنۍ برخه کې ځای لري.

#### ت ۶:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان نیم سپری ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ - ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د م ۸ او ت ۷ د یو ځای کېدو د خط په څلورمه بنګتنۍ برخه کې ځای لري.

#### ت ۷:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان نیم سپری او د مری ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ - ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د دوه خطونو، کوم چې د Apex auriculae څخه په افقي او بل د سرد وینتانود پولې یا سرحد څخه، کوم چې د غوړونو مخې ته ځای لري، په عمودي ډول د یو بل د قطع کولو (تقاطع) په نقطه کې ځای لري.



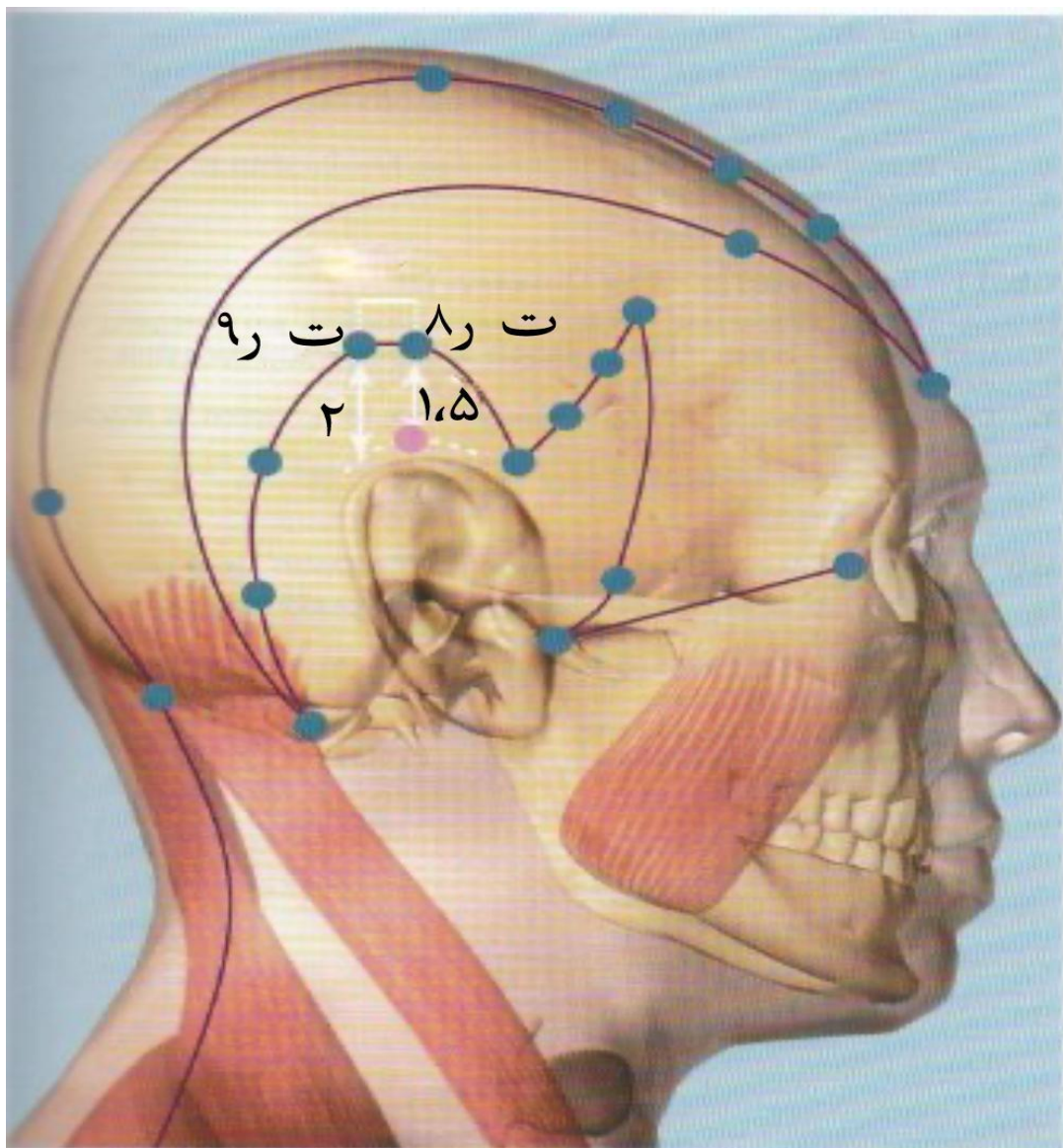


### ت ۸:

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

### ت ۹:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان نیم سېږی، او د میرګو ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ - ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ت ۸ څخه ۰،۵ کن شاته (Dorsal) او د غوږ څخه ۲ کن پورته ځای لري.





ت ۱۰:

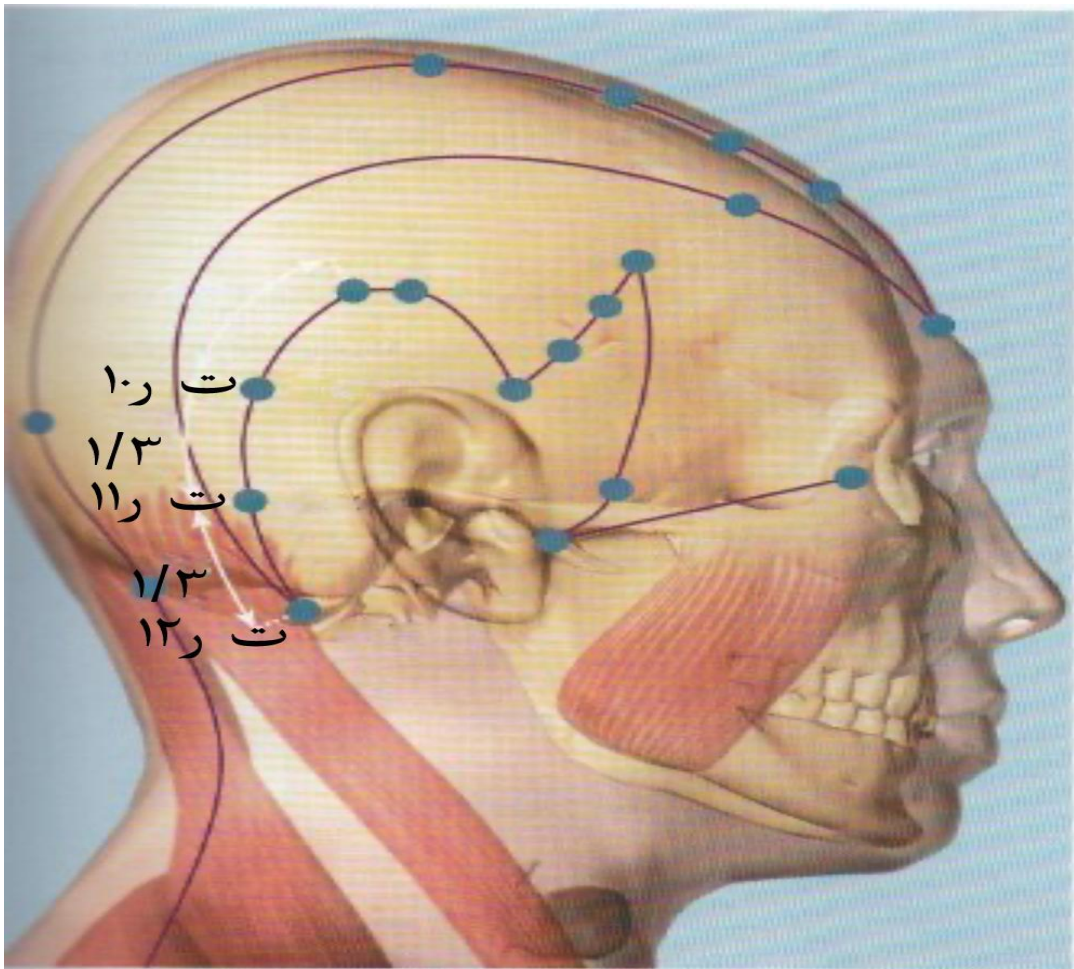
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان نیم سپری، او د غوږونو ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵،۰ - ۸،۰ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د **Processus mastoideus** شاته او پورتنی برخه کې د ت ۹ او ت ۱۲ ترمنځ د گور خط په پورتنۍ دریمه برخه کې ځای لري.

ت ۱۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان لوړ فشار د څټ دردونه، او د غوږونو ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵،۰ - ۸،۰ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د **Processus mastoideus** شاته او پورتنی برخه کې د ت ۹ او ت ۱۲ ترمنځ د گور خط په بنګتۍ دریمه برخه کې ځای لري.

ت ۱۲:

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



### ت ۱۳:

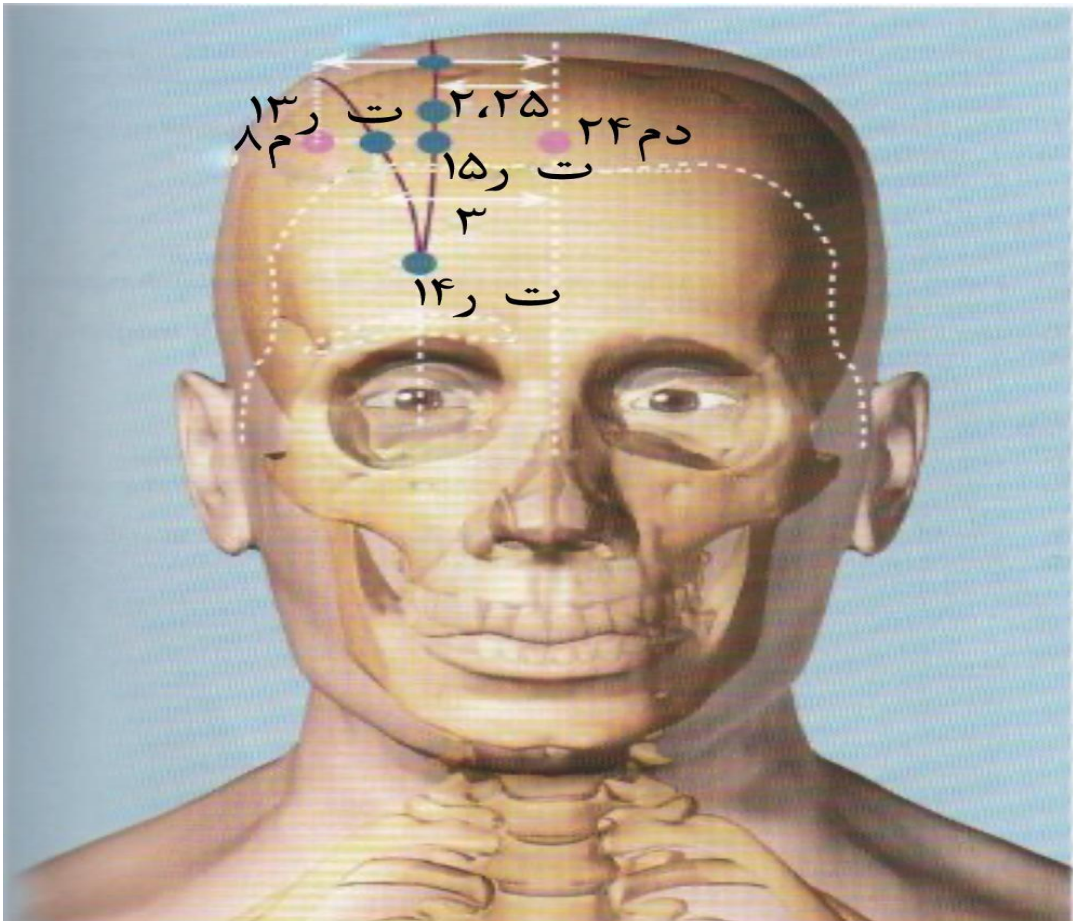
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان سردردې، سرچرخي، مېرگي، لړزه او تبه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ - ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سر د مخکنۍ برخې د وېبستانو د پولې څخه ۰،۵ کن شاته (Occipital) د بدن د منځني خط څخه ۳ کن بهر (Lateral) ځای لري.

### ت ۱۴:

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

### ت ۱۵:

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



ت ۱۶:

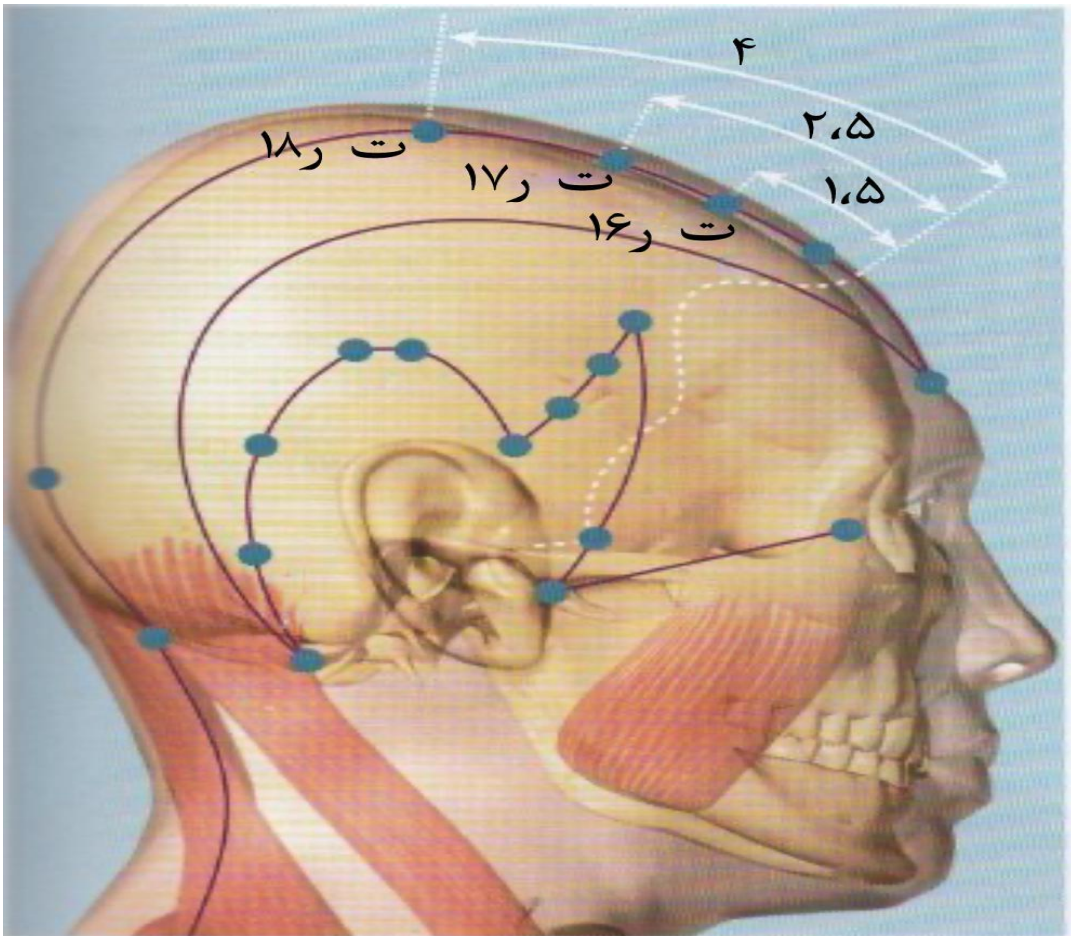
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان سردردې، او د سترگو ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ - ۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سر د مخکنۍ برخې د وېښتانو د پولې څخه ۱،۵ کن شاته (Occipital) او د بدن د منځني خط څخه ۲،۲۵ کن بهر (Lateral) ځای لري.

ت ۱۷:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د وینې لوړ فشار، او غابښونو دردونه 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 وېښتانو د پولې څخه ۲،۵ کن شاته (Occipital) او د بدن د منځني خط څخه ۲،۲۵ کن بهر (Lateral) ځای لري.

ت ۱۸:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان سردردې او سرگرځېدنه 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 وېښتانو د پولې څخه ۴ کن شاته (Occipital) او د بدن د منځني خط څخه ۲،۲۵ کن بهر (Lateral) ځای لري.



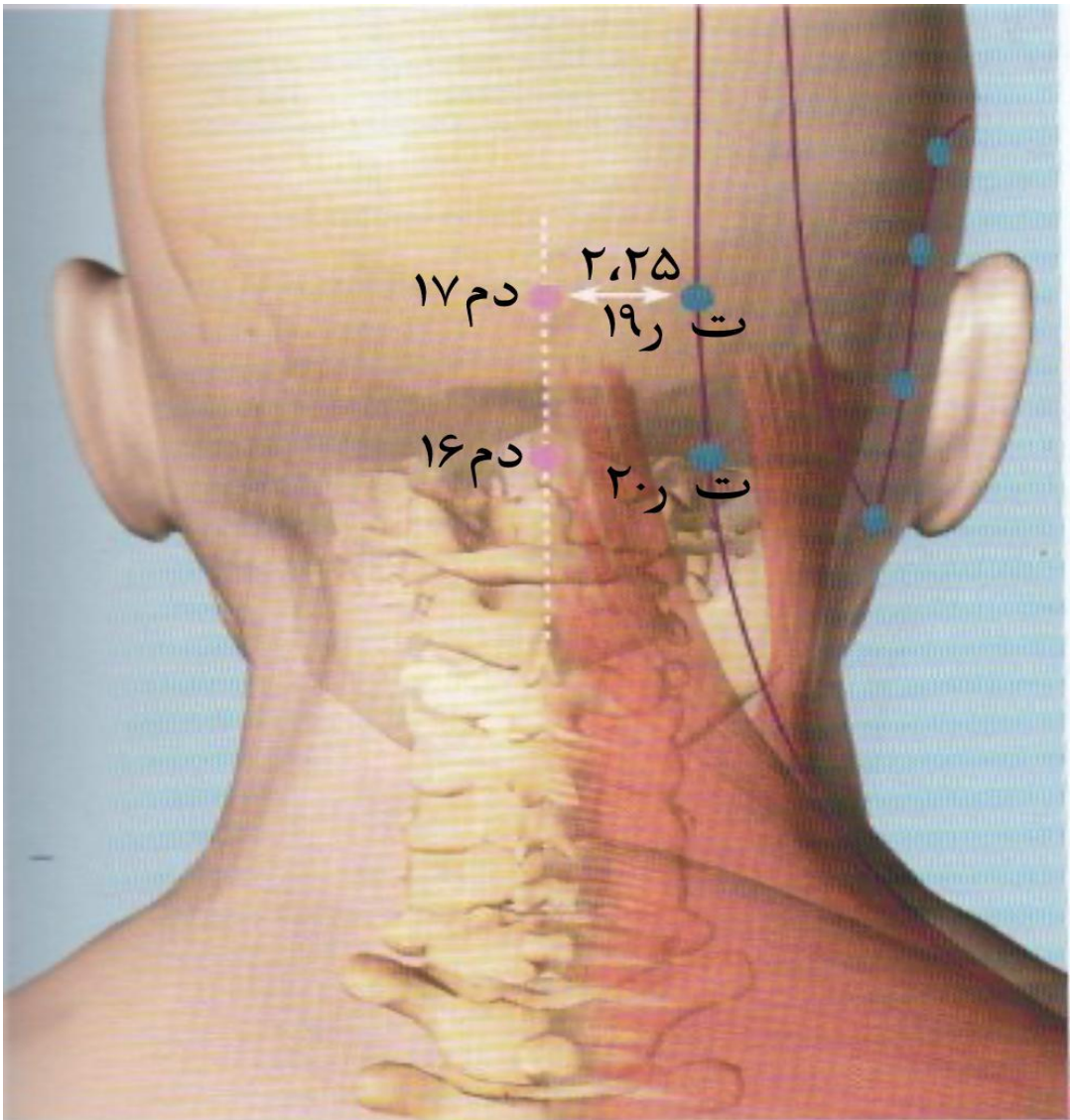


### ت ۱۹:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د څټ دردونه او سترگو ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ - ۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. 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 ۲۰:

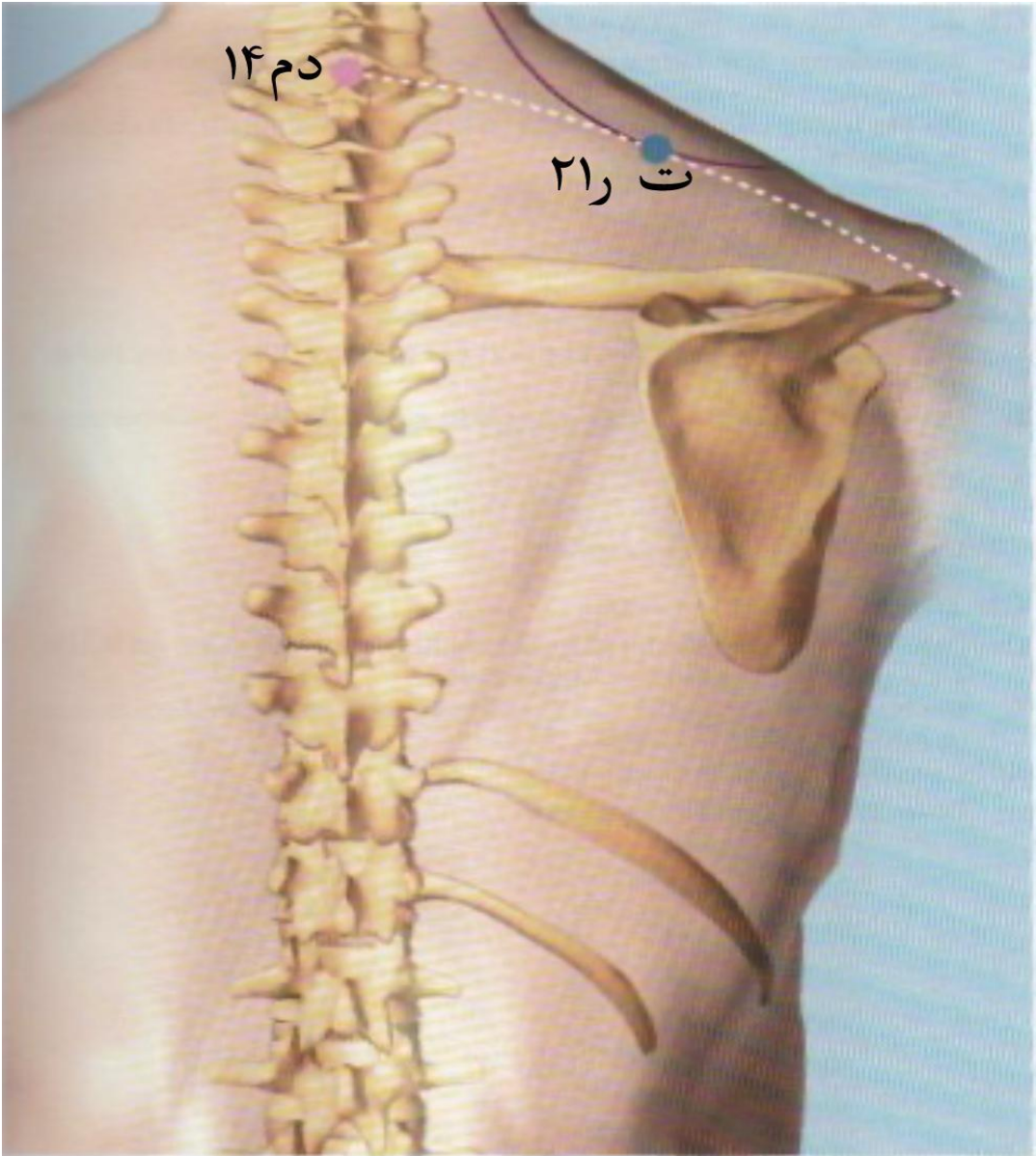
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان لوړ فشار، د سردردونه، د پورتنۍ تنفسي سیستم ناروغی، د مغز د رگونو او غاړې د رگونو ناروغی، او د څټ دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ - ۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د *Os occipitale* په بنسټنۍ برخه د *M.sternocleidomastoideus* او *M.trapezius* عضلو په منځ کې ځای لري.





ت 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 ستني په ذریعې درملنه زېږون اسانوي. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰-۸، ۰کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د غاړې د اوومې فقري (Cervical vertebrae) د Processus spinosus بڼکتني برخې او Acromion د یو ځای کېږو د خط په منځنۍ برخه کې ځای لري. پاملرنه: د حاملېګۍ په وخت کې په دې نقطه کې د ستني په ذریعې درملنې څخه مخنوی وګرځئ، او همدارنګه د دې نقطې درملنه د Pneumothorax سبب هم کېدای شي.



### ت ۲۲:

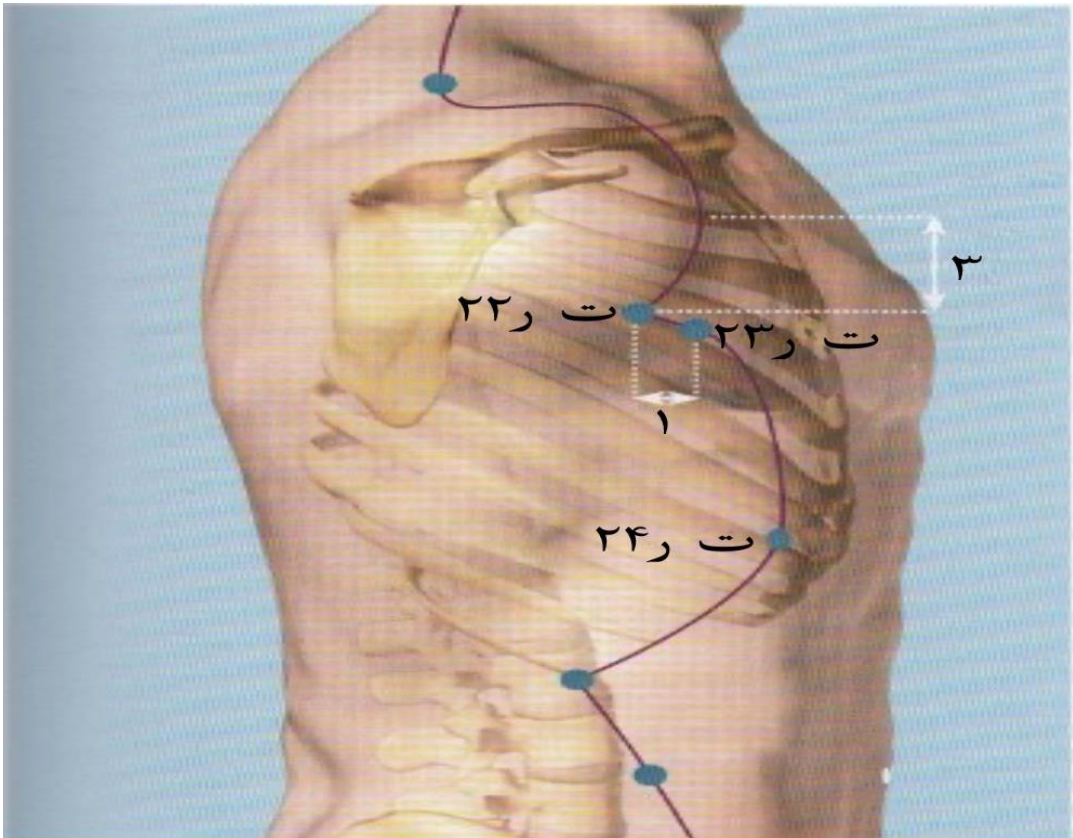
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د پوښتیو دردونه (Intercostal neuralgia) او ځایي دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰، ۸ - ۰، ۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د تخرک په منځني خط د تخرک څخه ۳ کن بڼکته په څلورمه پوښتی کې ځای لري. د Pneumothorax مخنیوی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

### ت ۲۳:

دې نقطې ته د یو ځای کېدو 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 ځایي دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰، ۸ - ۰، ۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي، دا نقطه د ت ۲۲ څخه ۱ کن مخکې د څلورمې پوښتی د پاسه د تي د جگوالي په برابر ځای لري. د Pneumothorax مخنیوی وگرئ.

### ت ۲۴:

دې نقطې ته هم د یو ځای کېدو یا خطر (Alarm point) نقطه وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د تريخي ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰، ۸ - ۰، ۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د تي څخه لاندې په عمودي ډول بڼکته په اوومه پوښتی کې او د بدن د منځني خط څخه ۴ کن بهر ځای لري. د Pneumothorax پاملرنه: د مخنیوی وگرئ.



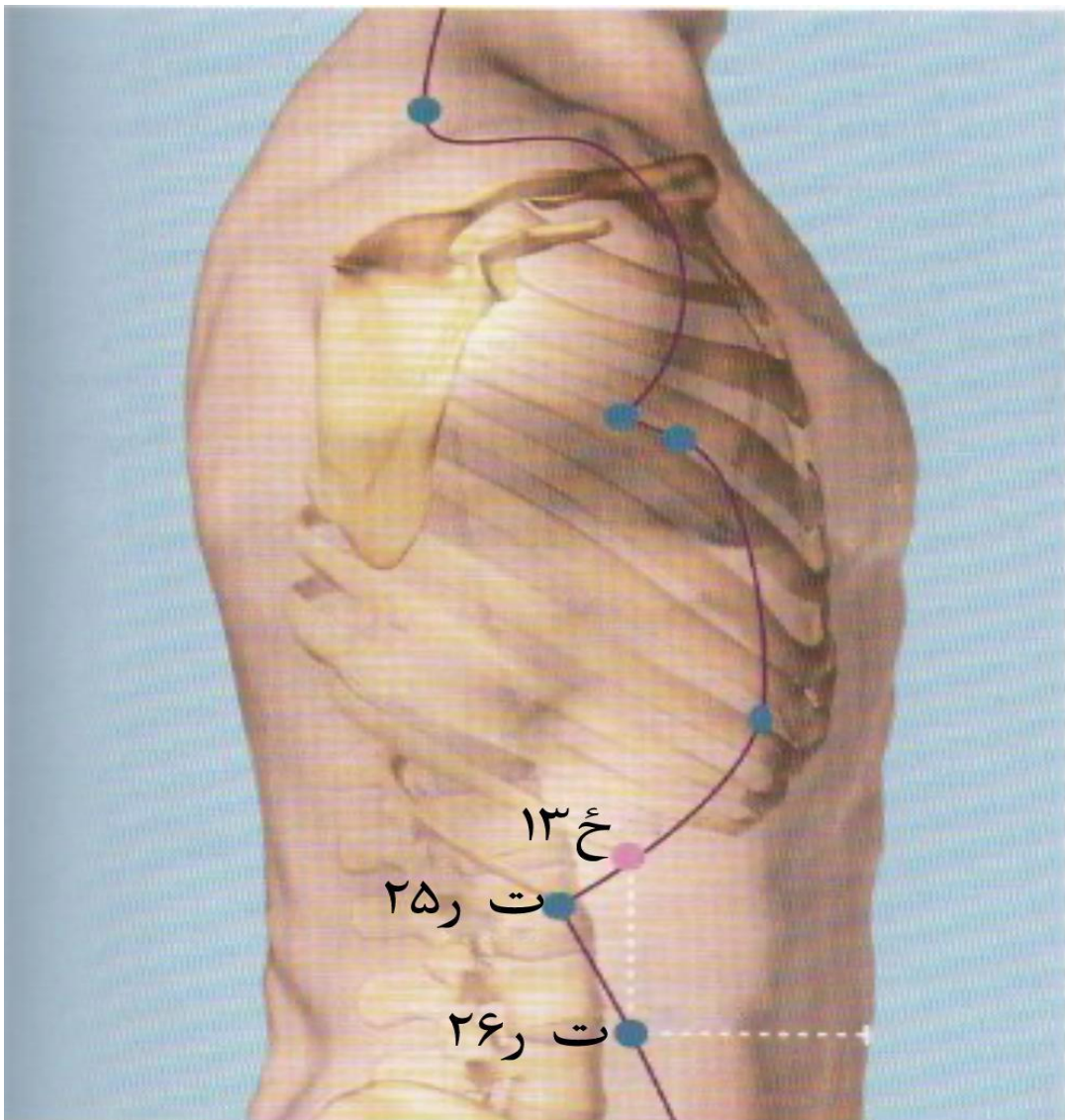
### ت ۲۵:

په دي نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د ملا او پښتو دردونه ولري، او همدارنگه د هضم ستونزه ولري. ستنه په دي نقطه کې د ۵، ۰ - ۱ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د دولسمې پوښتې د پای ښکتنې څنډه کې ځای لري.

### ت ۲۶:

په دي نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان ښځينه ناروغی ولري. ستنه په دي نقطه کې د ۱ - ۵، ۱ کن په عمودي ډول منډل کېږي، دا نقطه د يوولسمې پوښتې 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 حاملگۍ په وخت کې د درملني مخنيوی وکړئ، کېدای شي د حمل د منځه تلو لامل شي.





ت ۲۷:

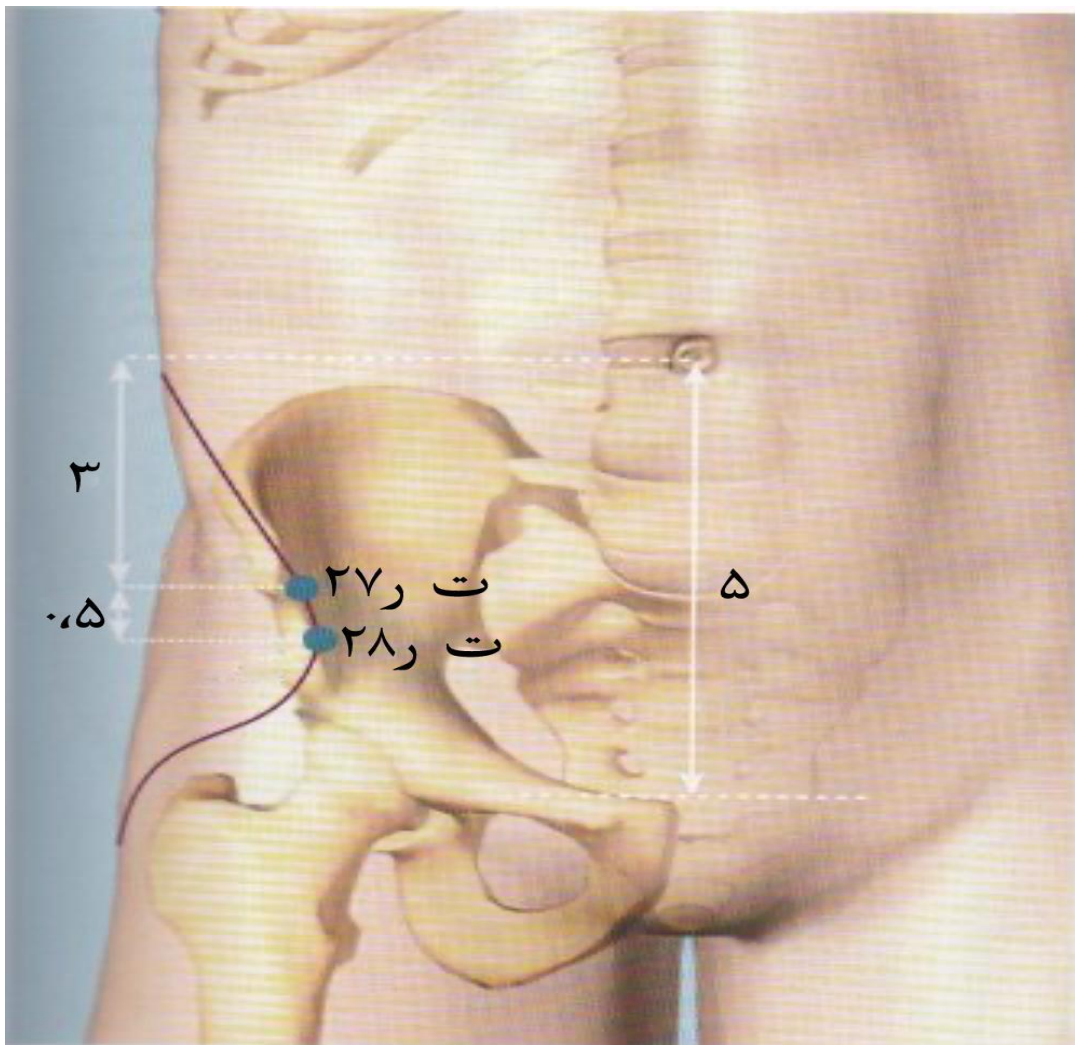
په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان بښخینه ناروغی، او د خپټې چوره (Hernia) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ - ۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د خپټې د نوم څخه ۳ کن بښکنه او ۰،۵ کن د Spina iliaca anterior superior منځنۍ برخه کې ځای لري.

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

ت ۲۸:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان بښخینه ناروغی، او د خپټې چوره (Hernia) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ - ۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه ۰،۵ کن د ت ۲۷ څخه بښکنه په Spina iliaca anterior superior کې ځای لري.

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



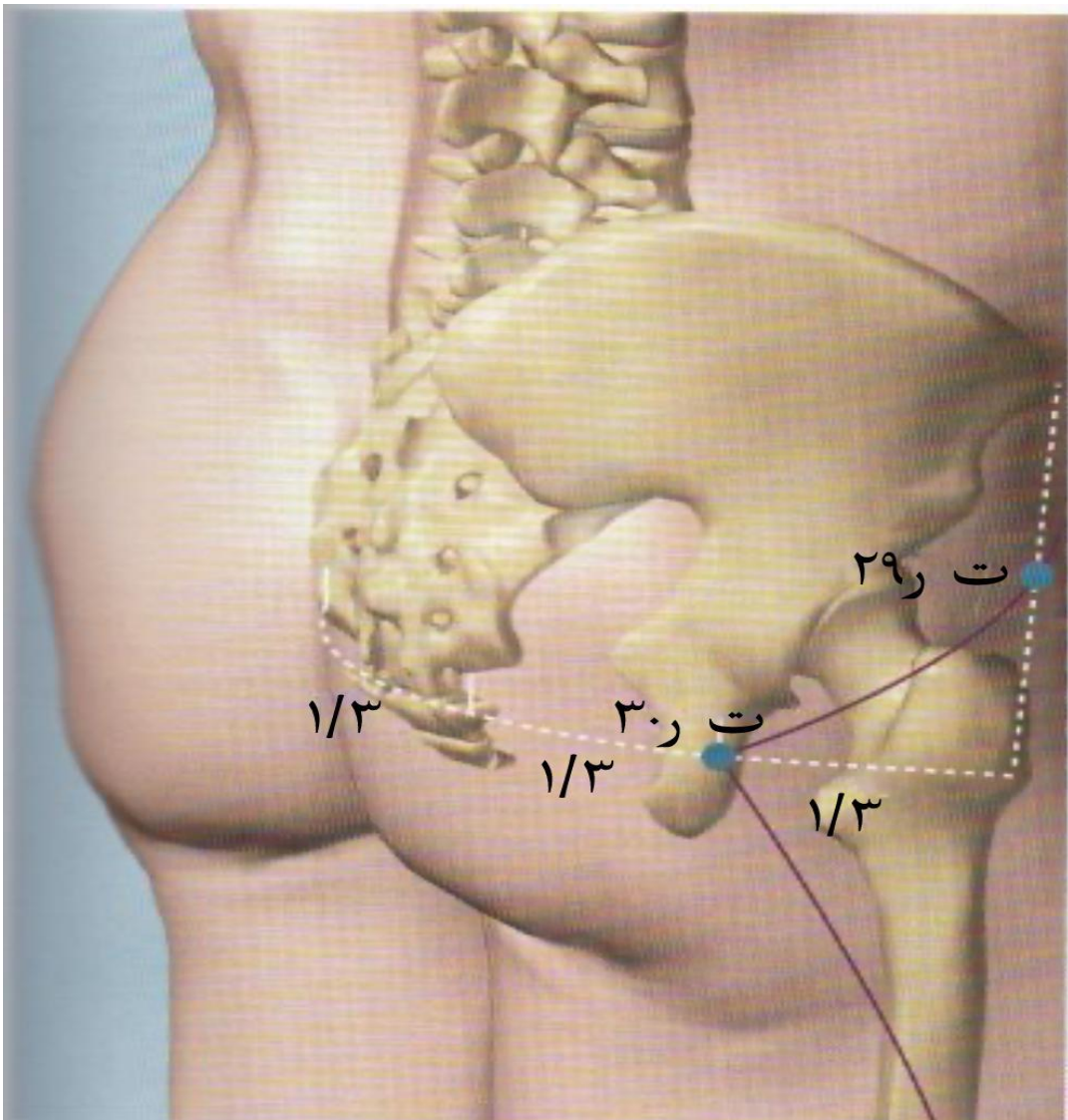


ت ۲۹:

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

ت ۳۰:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د ملا، او اورونونو دردونه او د بدن د بښکنۍ 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.



### ت ۳۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان یو طرفه گوزن فلج ناروغی وهلی وي، او د بنسکتني برخې دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ - ۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ځنگون د پوستکي د قات څخه ۷کن نیردې (Proximal) او د اورون بهر (Lateral) ځای لري.

### ت ۳۲:

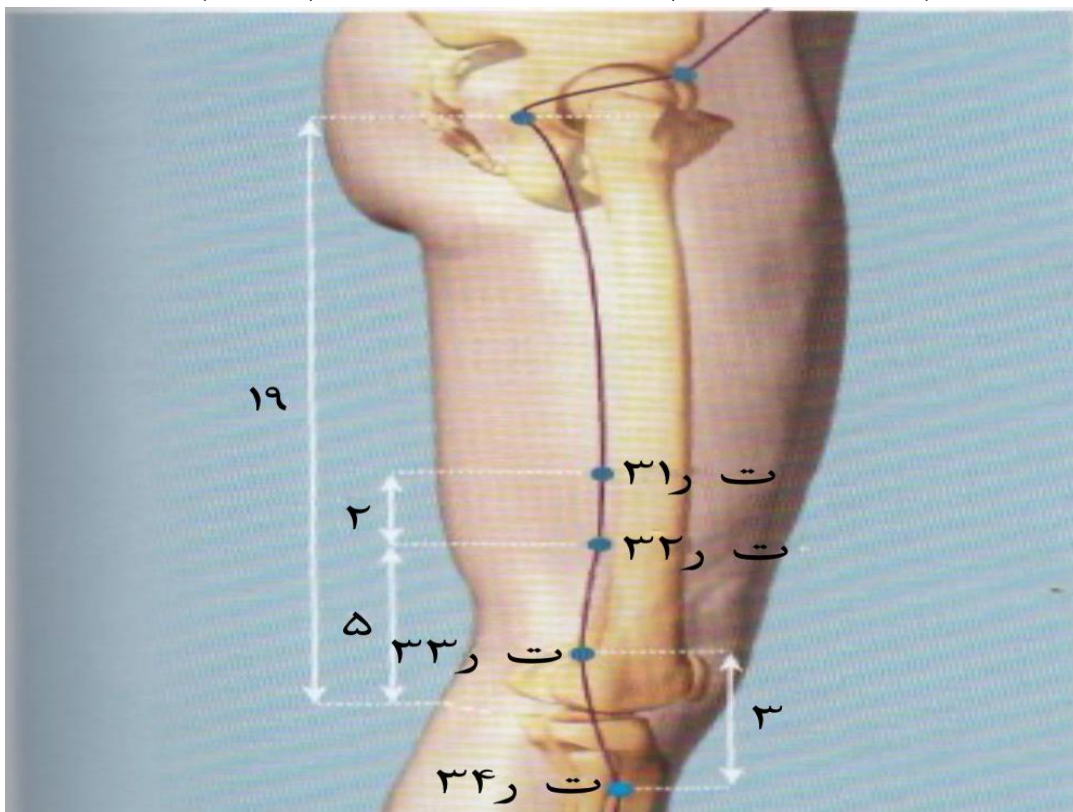
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان یو طرفه گوزن فلج ناروغی وهلی وي، او د بنسکتني برخې دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ - ۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ځنگون د پوستکي د قات څخه ۵کن نیردې (Proximal) د M.vastus lateralis او M.biceps femoris ترمنځ ځای لري.

### ت ۳۳:

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

### ت ۳۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د ځنگون دردونه، د تريخي ناروغی او یو طرفه فلج یا گوزن ناروغي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱ - ۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د فیویولا هډوکي د سر په مخکني او لېږي برخه کې ځای لري.

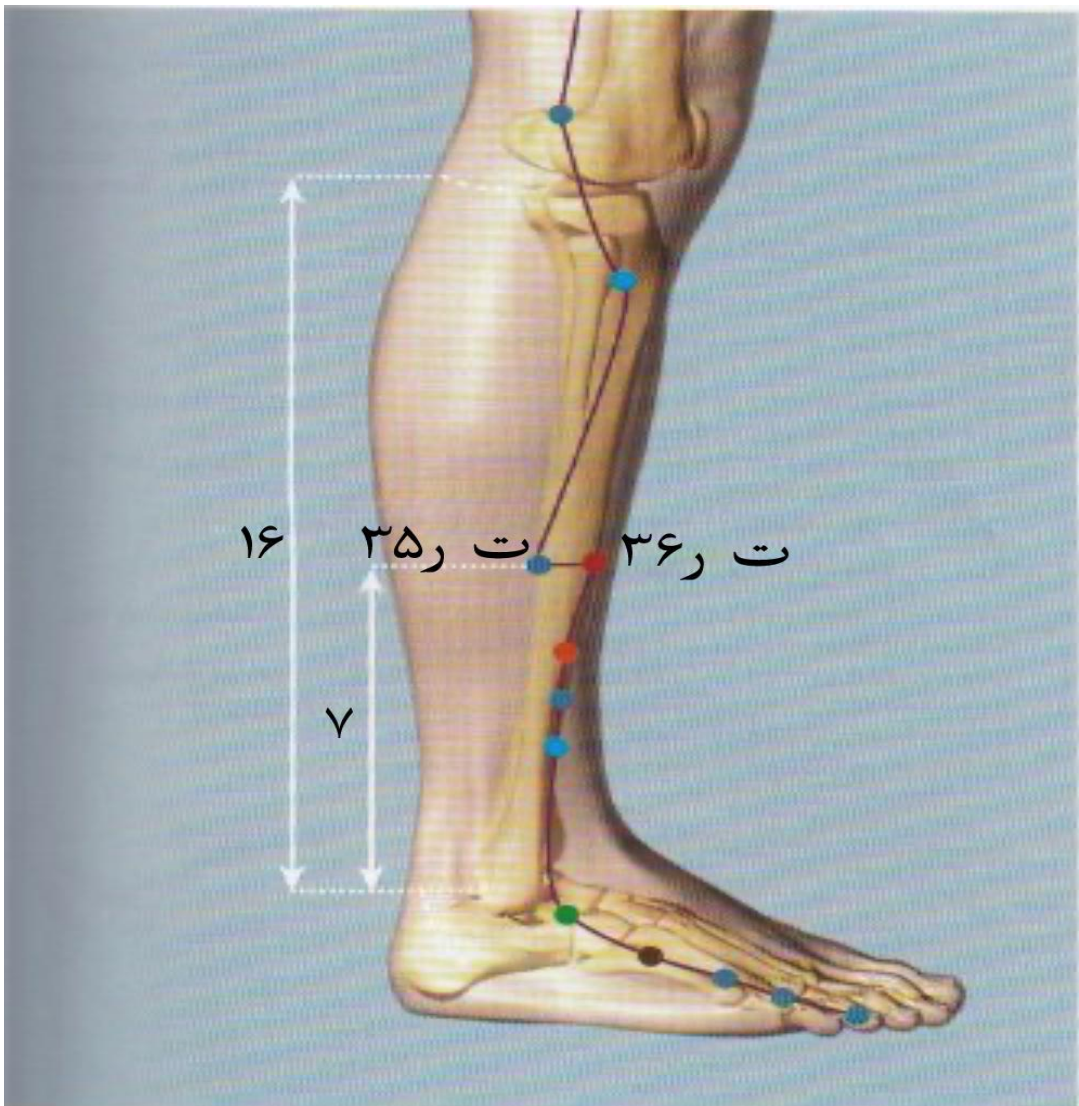


### ت ۳۵:

دا یوه ارامونکي نقطه ده. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان عصبي او رواني ناروغی ولري، د تريخي ناروغی او د لېنگو د بهرنی برخو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه ۱- ۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پېښې د بهرنی بڼګري (Malleolus lateralis) څخه ۷ کن نیردې د فیبولا هډوکي په شاتنی څنډه کې ځای لري.

### ت ۳۶:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان عصبي او رواني ناروغی (Depression)، او د پوښتیو دردونه (Intercostal neuralgia) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پېښې د بهرنی بڼګري (Malleolus lateralis) څخه ۷ کن نیردې د فیبولا هډوکي په مخکنی څنډه کې ځای لري.





### ت ۳۷:

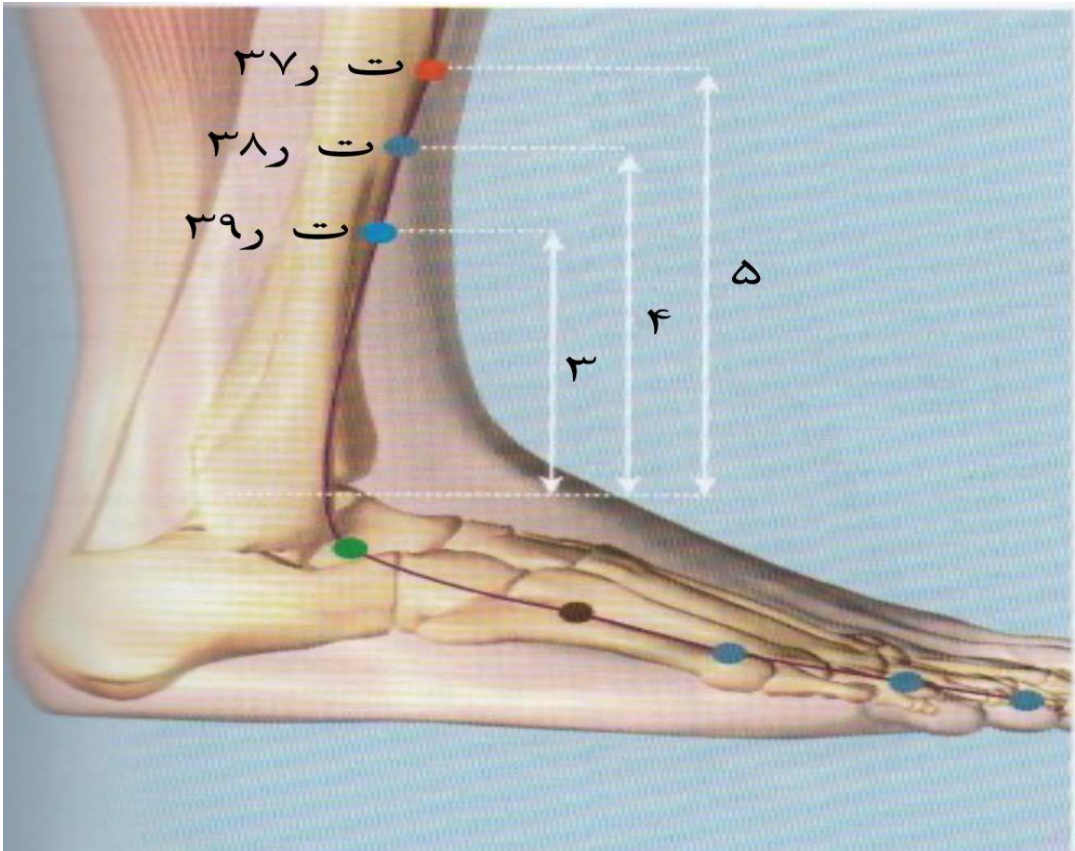
دې نقطې ته تېرېدونکې (Passage point) او همدارنگه لوی نقطه (Luo point) هم وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د سترگو ناروغۍ، د تيونو التهاب (Mastitis) او د لېنگو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښې د بهرني بڼگرې (Malleolus lateralis) څخه ۵کن نيردي د فيولا هډوکي په مخکني څنډه کې ځای لري.

### ت ۳۸:

دې نقطې ته آرامونکې (Sedation) نقطه وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان نیم سېری، د سيني او بښتورگو دردونه، د بدن د ښکتنې برخې دردونه، او همدارنگه يو طرفه فلج وي. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښې د بهرني بڼگرې (Malleolus lateralis) څخه ۴کن نيردي د فيولا هډوکي په مخکني څنډه کې ځای لري.

### ت ۳۹:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د څټ دردونه، د بدن د ښکتنې برخې دردونه، او همدارنگه يو طرفه فلج وي. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښې د بهرني بڼگرې (Malleolus lateralis) څخه ۳کن نيردي د فيولا هډوکي په مخکني څنډه کې ځای لري.





### ت ۴۰:

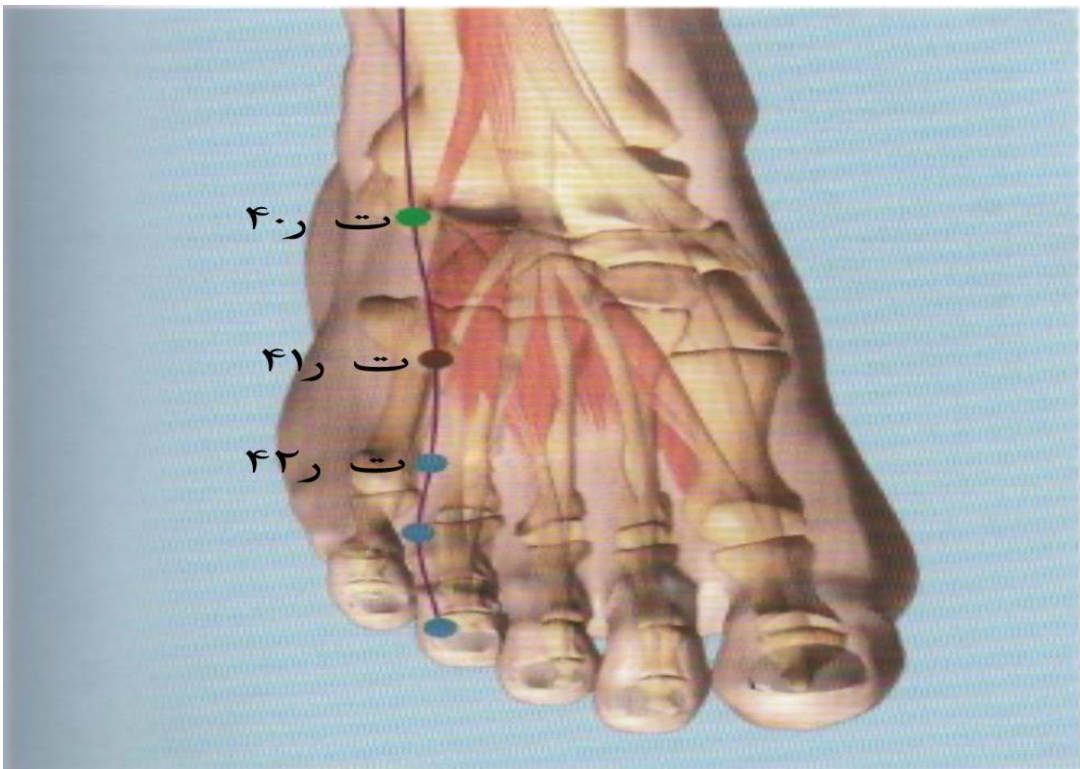
دي نقطې ته د پيل نقطه (Source point) او همدارنگه يووان نقطه (Youn point) هم وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د سترگو ناروغۍ، د تريخي ناروغۍ او د پښو د بښنگرو ستونزې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ - ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښې د بهرني بښنگري (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 کېږي، د کلکې پاملرنې کار واخلئ.

### ت ۴۱:

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

### ت ۴۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د سترگو او غوړونو ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ - ۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښې په شاتنۍ برخه د څلورم او پنځم *Metatarsalia* هډوگو 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.

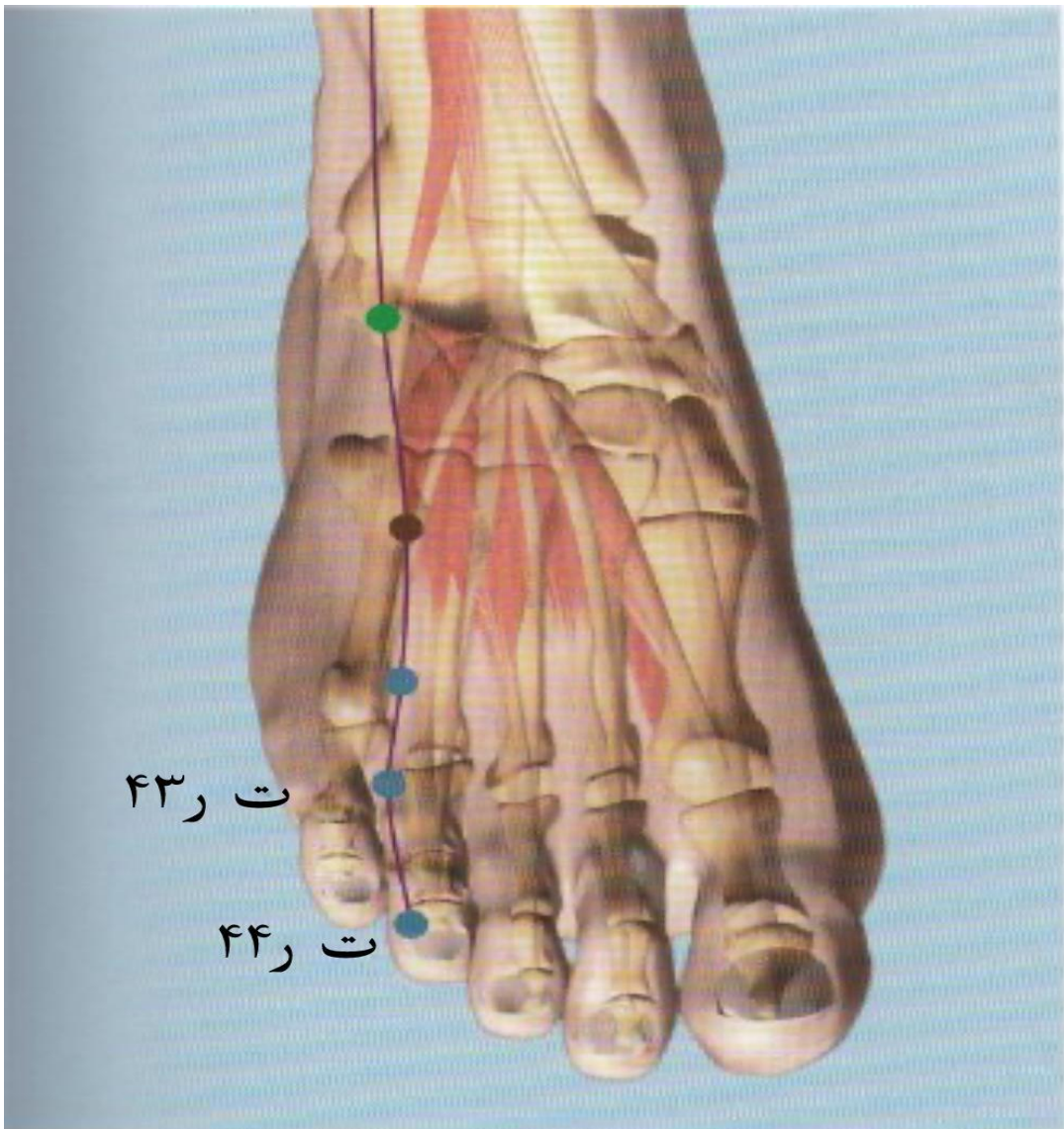


### ت ۴۳:

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

### ت ۴۴:

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



## د اینی یا خگر ویاله یا کانال

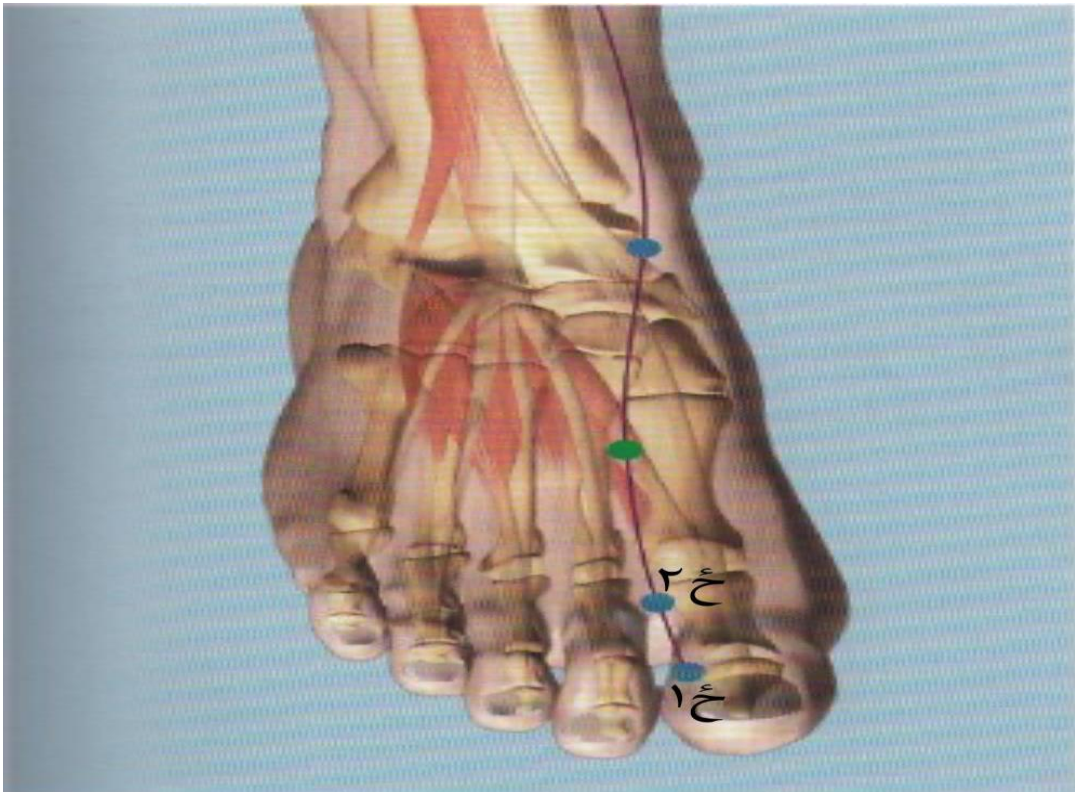
خگر دین (Yin) اورگان یا غری دی، ارتباط یی د لرگی سره دی. دا ویاله د پینو څخه پیل او په سینه پای مومي. په دې ویالې کې د درملني په پار ۱۴ نقطې ځای لري. انرژي په دی ویاله کې د اطرافو څخه مرکز ته بهېږي. په سترگو او لیگامینتونو اغېز لري. د دې ویالې د همغږۍ نقطه (Approval point) یی د متیازوه کڅوره ۱۸ (م ک ۱۸) او د یوځای کېدو یا خطر نقطه یی (Alarm point) خگر ۱۳ (خ ۱۳) ده.

### خ ۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د خبټې چوره (Hernia) ولري، د بنځینه جنسي غري څخه وینه راتلل، او یا ناروغان د تشو متیازو په کولو کې ستونزې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۱-۰،۲ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پینې د غټې گوتې د نوک او غوښې ترمنځ نیردې (Proximal) زاویه کې بهر (Lateral) ځای لري.

### خ ۲:

دې نقطې ته آرامونکې (Sedation point) نقطه وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان لوړ فشار، بنځینه ناروغی، Apoplexia اود تشو متیازو ستونزې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵-۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پینې د لومړۍ او دوهمې گوتې د Metatarsophalangeal Joint د سپینې او سرې غوښې تر منځ ځای لري.



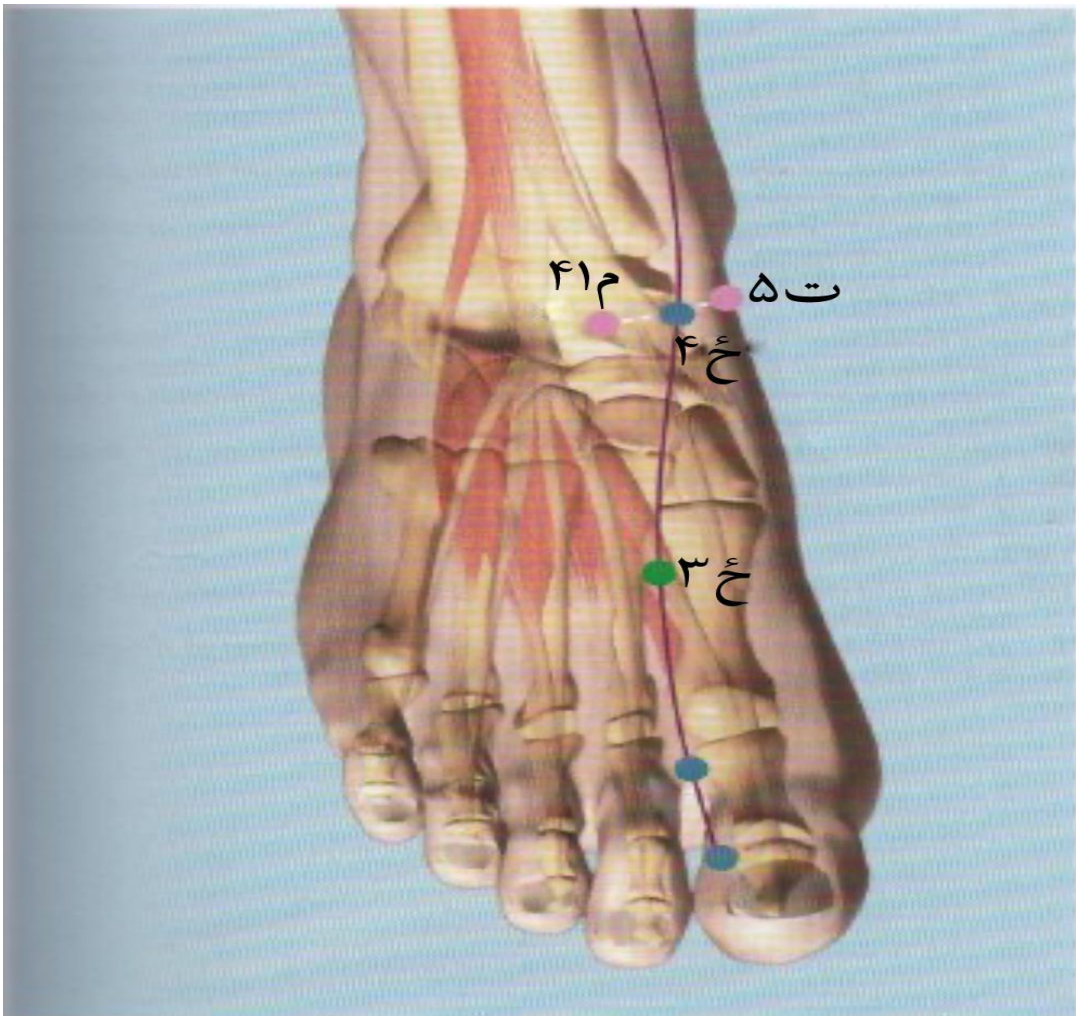


### خ ۳:

دي نقطې ته د پيل نقطه (Source point) او همدارنگه يووان 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 مياشتنۍ ناروغۍ کې ستونزې، د تشو متيازو په کولو کې ستونزې، عصبي او رواني ناروغۍ، ميرگي او همدارنگه د بدن د ښکتنۍ برخې دردونه لکه د پښو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۸، ۰، ۸، ۰ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د لومړۍ او دوهم ميتاتارسال (Metatarsal) هډوکو په نيردي زاويه کې ځای لري.

### خ ۴:

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





### خ٥:

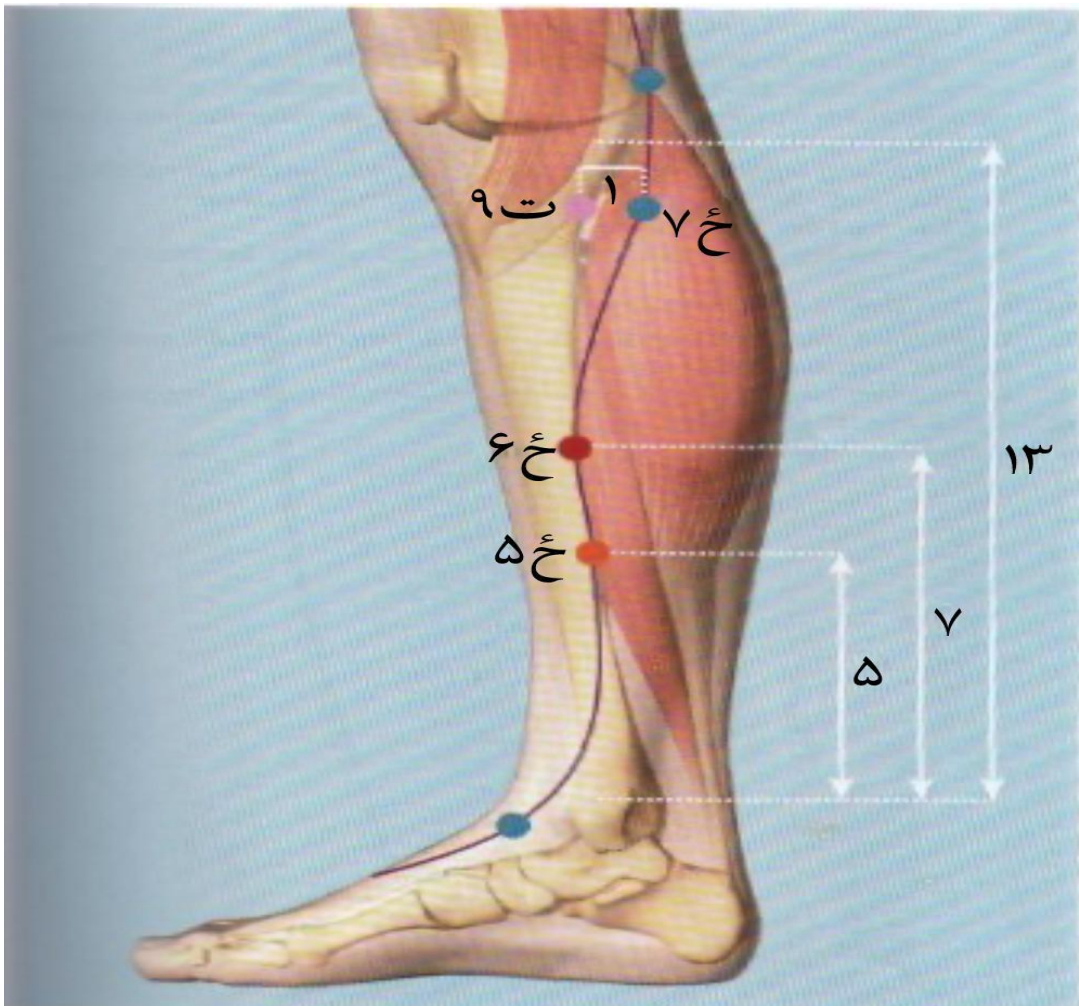
دي نقطې ته تېرېدونکې نقطه (Passage point) او همدارنگه لوو نقطه (Luo point) هم وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان بښځينه ناروغۍ ولري، د نارينه د جنسي کمزورتيا ناروغۍ، او د لېنگو دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ٥، ٥٠، ٨٠، ٨٠٠ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښې د داخلي بښنگري (Malleolus medialis) څخه ٥ کن نيردې د تيبيا (Tibia) د هډوکي په داخلي منځنۍ برخه کې ځای لري.

### خ٦:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان بښځينه ناروغۍ ولري، لکه د بښځينه جنسي غړي څخه وينه راتلل، اود خپټې چوره (Hernia). ستنه په دې نقطه کې د ٥، ٥٠، ٨٠، ٨٠٠ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښې د داخلي بښنگري (Malleolus medialis) څخه ٧ کن نيردې د تيبيا (Tibia) د هډوکي په داخلي منځنۍ برخه کې ځای لري.

### خ٧:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د ځنگون دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ١-٥، ١کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د Condylus tibiae medialis شاته او د ٩ څخه ١کن شاته (Dorsal) ځای لري.

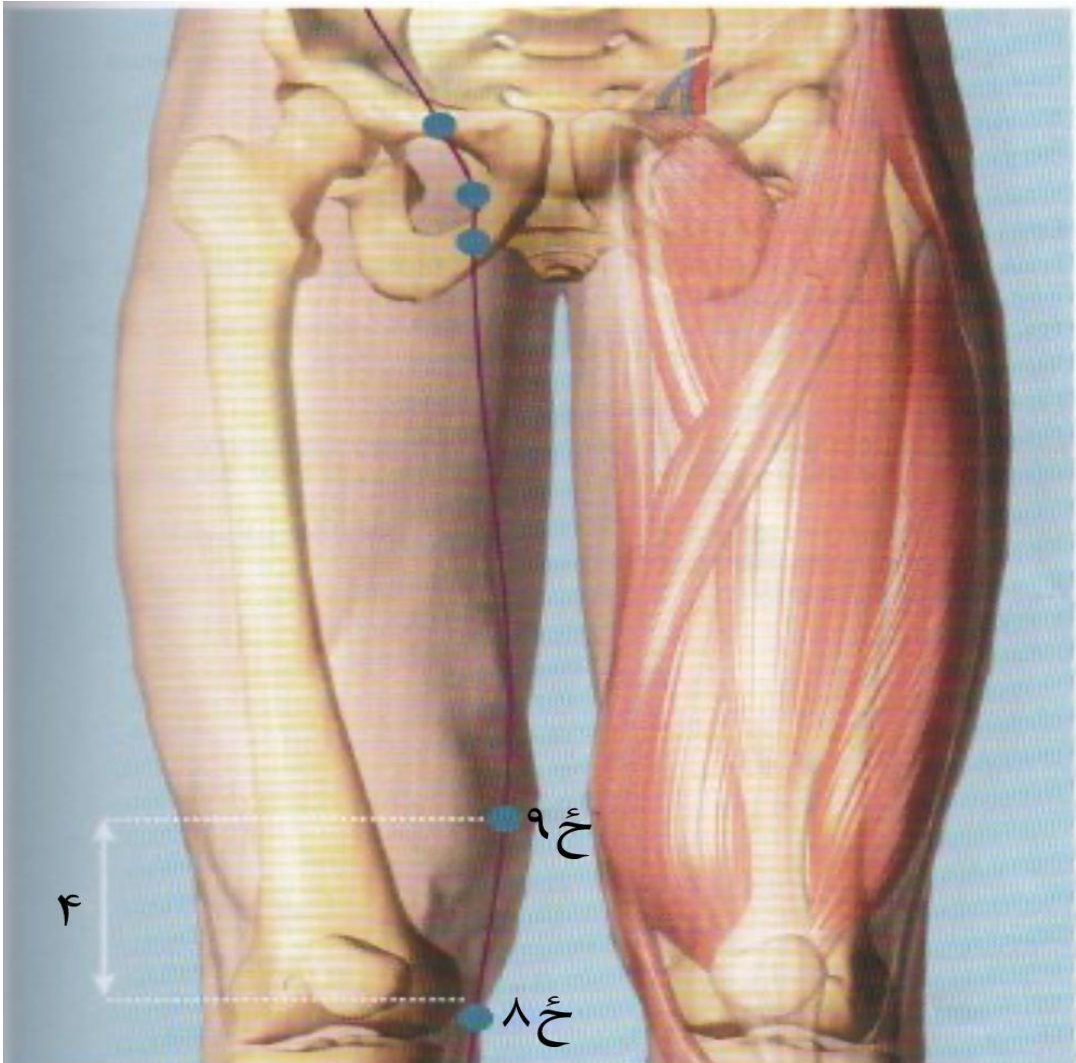


خ<sup>۸</sup>:

دي نقطې ته د تنبې نقطه (Toning point) وايي. په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان بڼځینه ناروغی، نارینه د جنسي کمزورتیا، او د ځنگون دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ځنگون 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.

خ<sup>۹</sup>:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله د ناروغانو میاشتنی ناروغي په منظم ډول نه وي، او همدارنگه د تشو متيازو په کولو کې ستونزې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د Epicondylus femoris medialis څخه ۴ اکن نیردی او د M.Vastus medialis او M.Sartorius په منځ کې ځای لري.



### خ ۱۰:

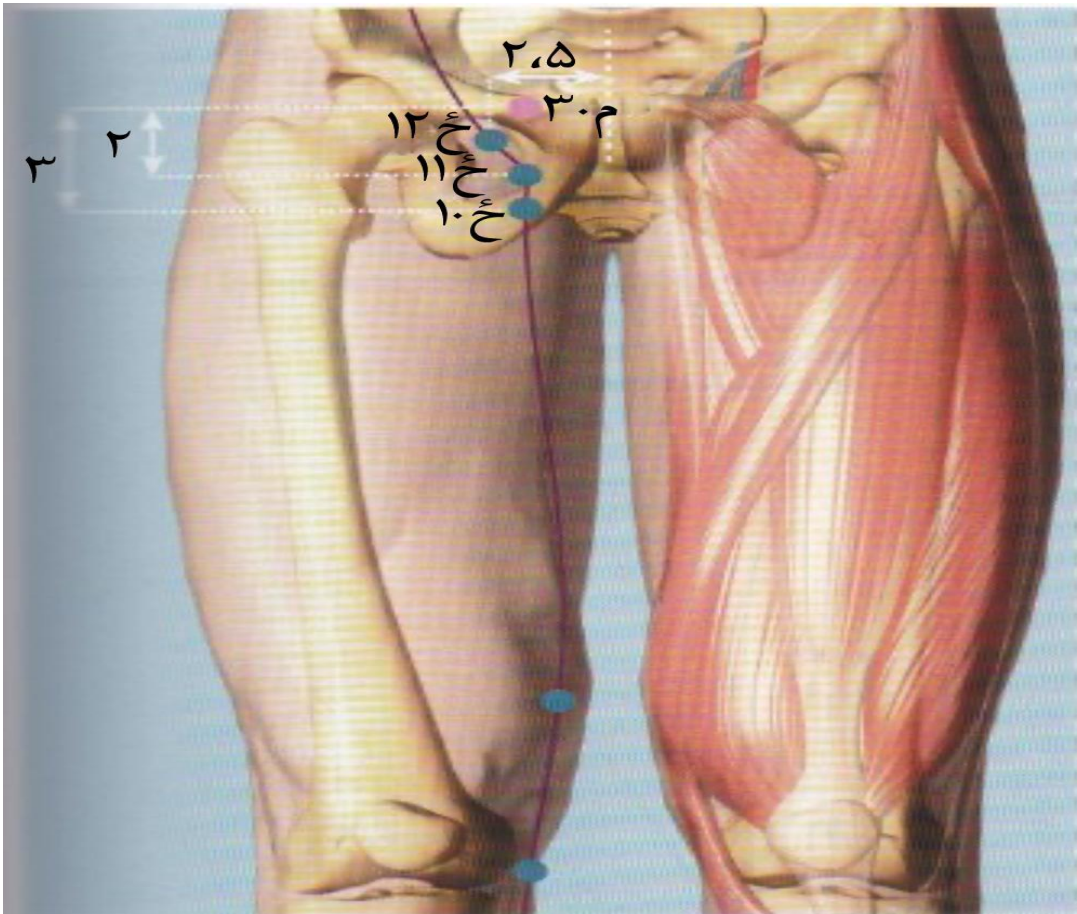
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د پروستات ناروغۍ او د تشو متيازو ستونزې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۲ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د Symphysis pubica د پورتنۍ څنډې څخه ۳ کن لېرې په M.adductor longus په داخلي څنډه کې ځای لري.

### خ ۱۱:

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

### خ ۱۲:

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



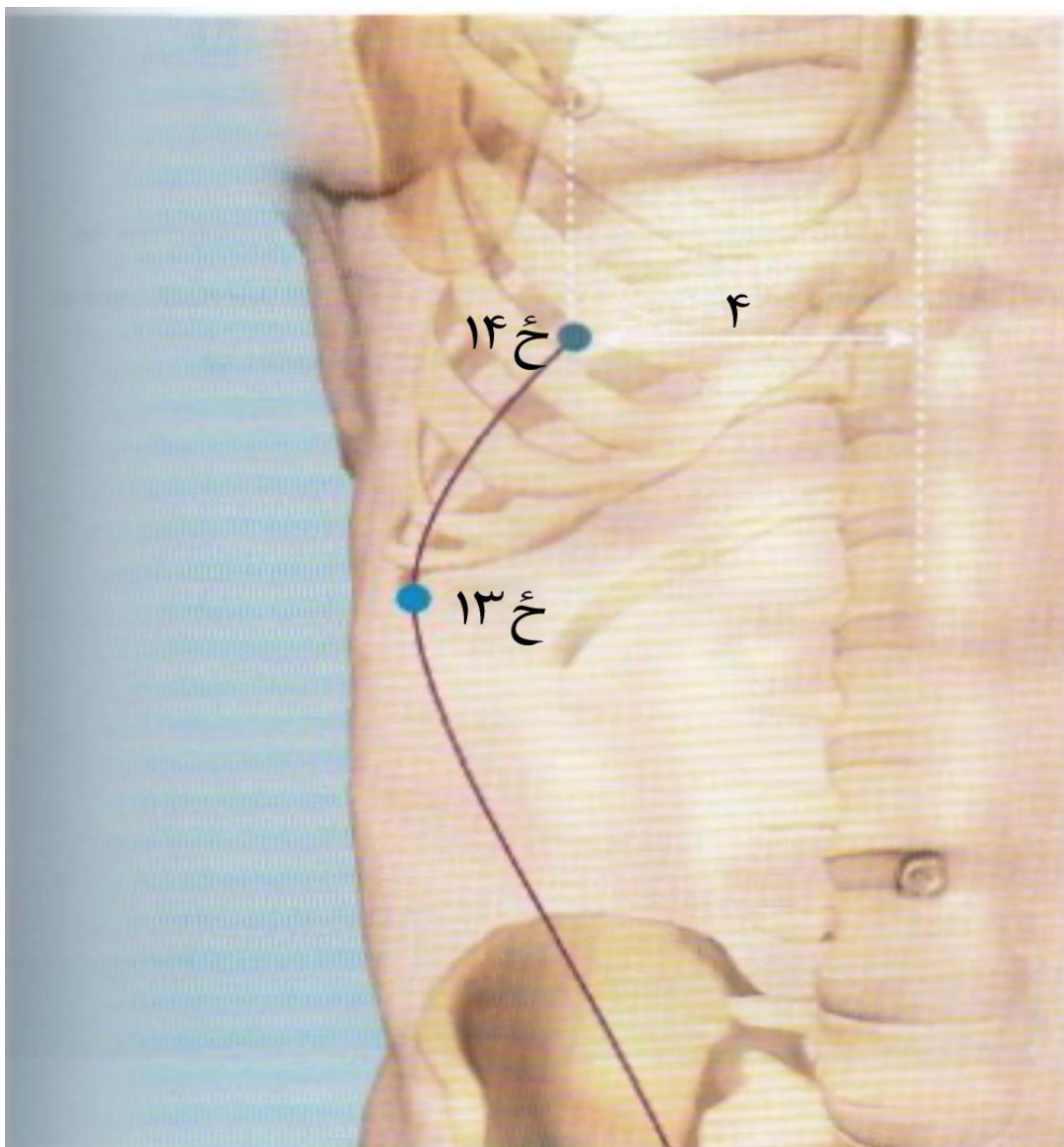


### خ ۱۳:

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

### خ ۱۴:

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





## غیري معمولي یا غیري عادي ویالی یا کانالونه (Meridian)

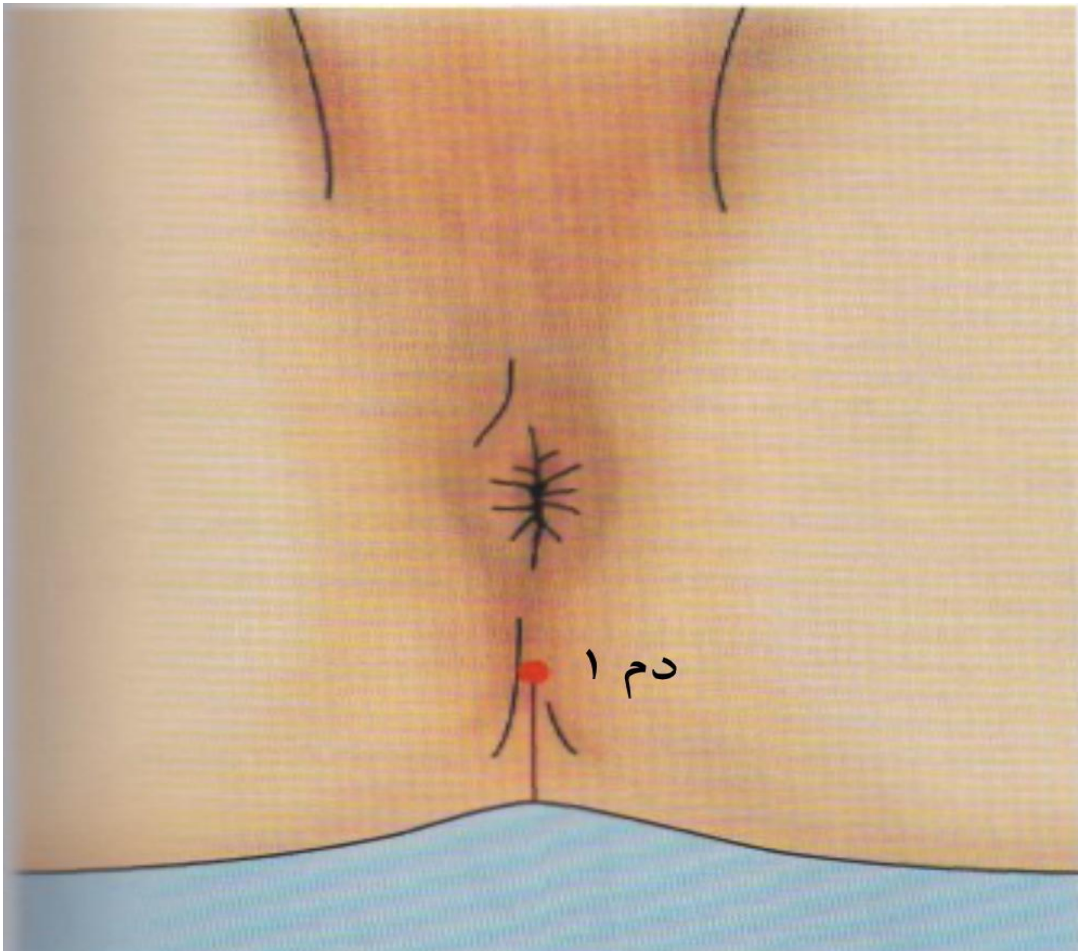
عبارت دي لکه دوامای (Du Mai)، رین مای (Ren Mai) او اضافي کانالونه څخه دي.

### دوامای (Du Mai)

مانا یې چپ رگ دی. دا یو غیري عادي یا ډېر بڼه کانال دی، چې د بدن د بنسکتني برخې څخه پیل او په سر پای مومي، دا ویاله چینایان د ټولو یانگ ویالو د کوچني بهر په نوم هم یادوي، او همدارنگه په بدن کې ټولې یانگ ویالې د خپل اغېز لاندې لري یا کنټرولوي. دا ویاله د وړو کولمو ۳ (وک ۳) په ذریه تنبې کېږي. په دې ویاله کې د درملني په پار ۲۸ نقطې یا ټکي ځای لري.

#### دم ۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان عصبي او رواني ناروغی، میرگي، بواسیر او همدارنگه قبضیت ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰، ۸ - ۰، ۸ کن 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.



## 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 ۵، ۰- اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه په شاتني منځني خط باندې په Hiatus sacralis کې ځای لري.

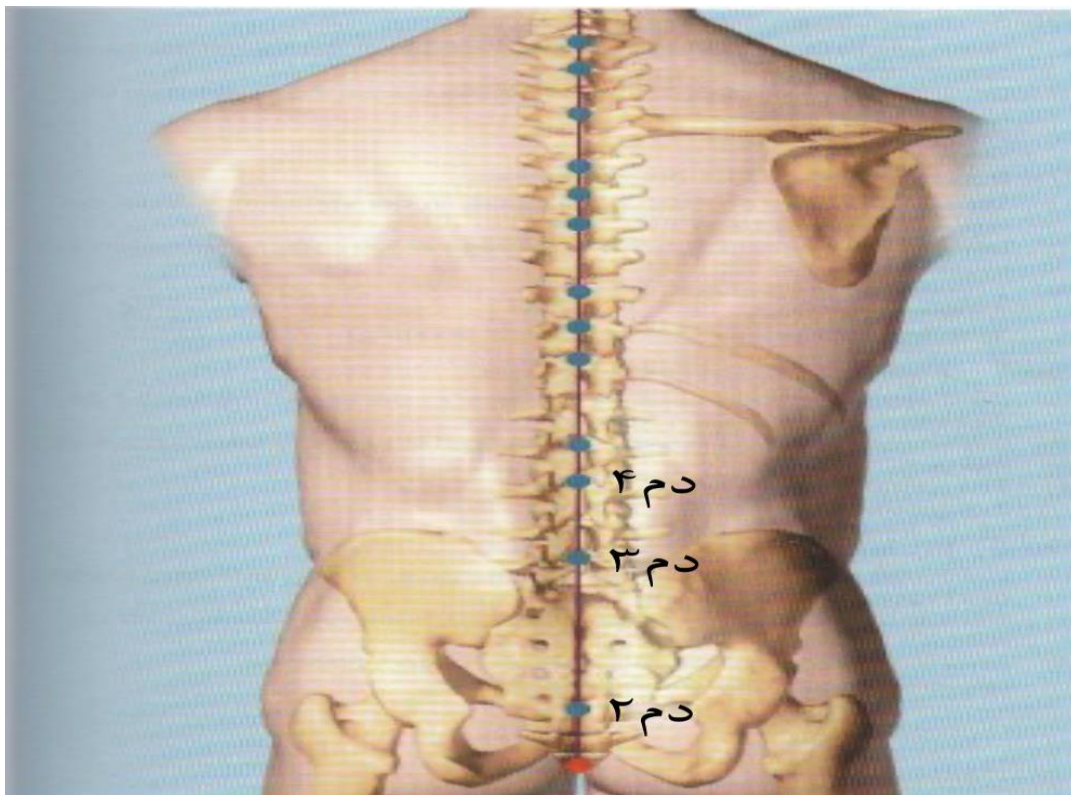
## دم ۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د ملا دردونه، او د بدن د ښکتنې برخې دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰- اکن 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 حاملگۍ په وخت کې په دې نقطه کې درملنه د حمل د منځه تلو لامل کېدای شي، نو د ډېرې پاملرنې باید کار واخیستل شي.

## دم ۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د ملا دردونه، د نارینه د جنسي اړیکو کمزوري، ښځینه ناروغۍ، او د میرگي ناروغۍ ولري، او همدارنگه په زېږون کې مرسته کوي. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰- اکن په اندازه کره 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 حاملگۍ په وخت کې په دې نقطه کې درملنه د حمل د منځه تلو لامل کېدای شي، نو د ډېرې پاملرنې باید کار واخیستل شي.



### دم ۵:

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 ۵، ۰- اکن 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.

### دم ۶:

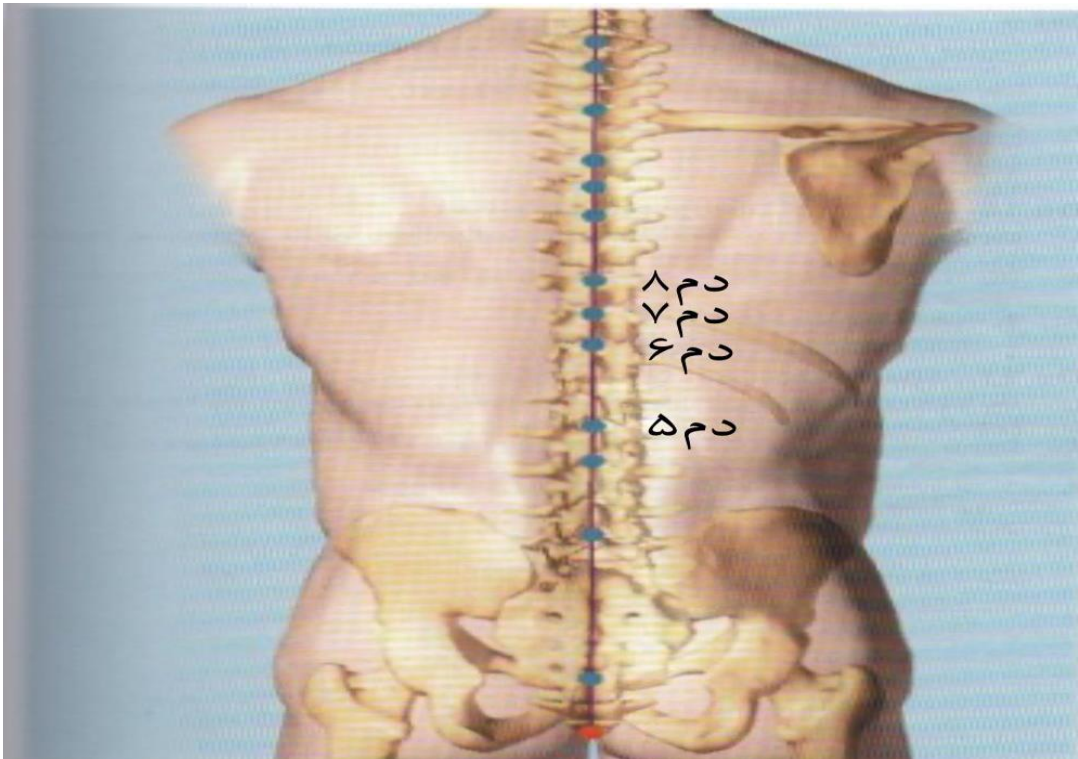
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د هضم ستونزه ولري، بواسیر او یا د میرگو ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰- اکن په اندازه کږه پورته (Cranial) اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه په شاتني منځني خط د سږي د یوولسمې فقرې د Processus spinosus د ژورې نقطې په ښکتنۍ برخه کې ځای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

### دم ۷:

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

### دم ۸:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان عصبي او رواني ناروغی او یا میرگی ولري، دا ارامونکي نقطه ده. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰- اکن په اندازه کږه پورته خواته (Cranial) منډل کېږي. دا نقطه په شاتني منځني خط د سږي د نهمې فقرې د Processus spinosus د ژورې نقطې په ښکتنۍ برخه کې ځای لري.





دم ۹:

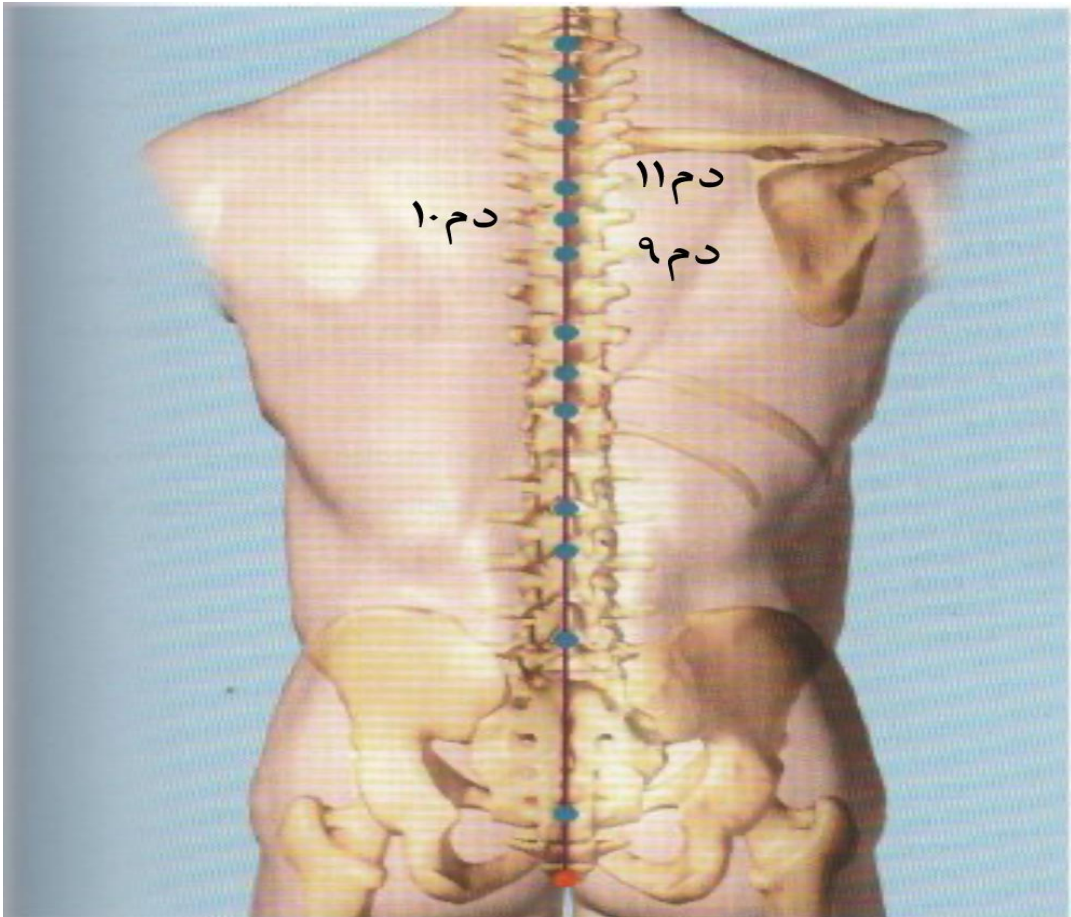
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د ځگر، تريخي ناروغۍ، د سينې دردونه او د تيونو التهاب ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵،۰ - اکن په اندازه کره پورته (Cranial) اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه په شاتني منځني خط د سينې د اوومي فقرې د Processus spinosus د ژورې نقطې په بنکتنۍ برخه 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 ۵،۰ - اکن په اندازه کره پورته (Cranial) اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه په شاتني منځني خط د سينې د شپږمې فقرې د Processus spinosus د ژورې نقطې په بنکتنۍ 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 ۵،۰ - اکن په اندازه کره پورته (Cranial) اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه په شاتني منځني خط د سينې د پنځمې فقرې د Processus spinosus د ژورې نقطې په بنکتنۍ برخه کې ځای لري.





دم ۱۲:

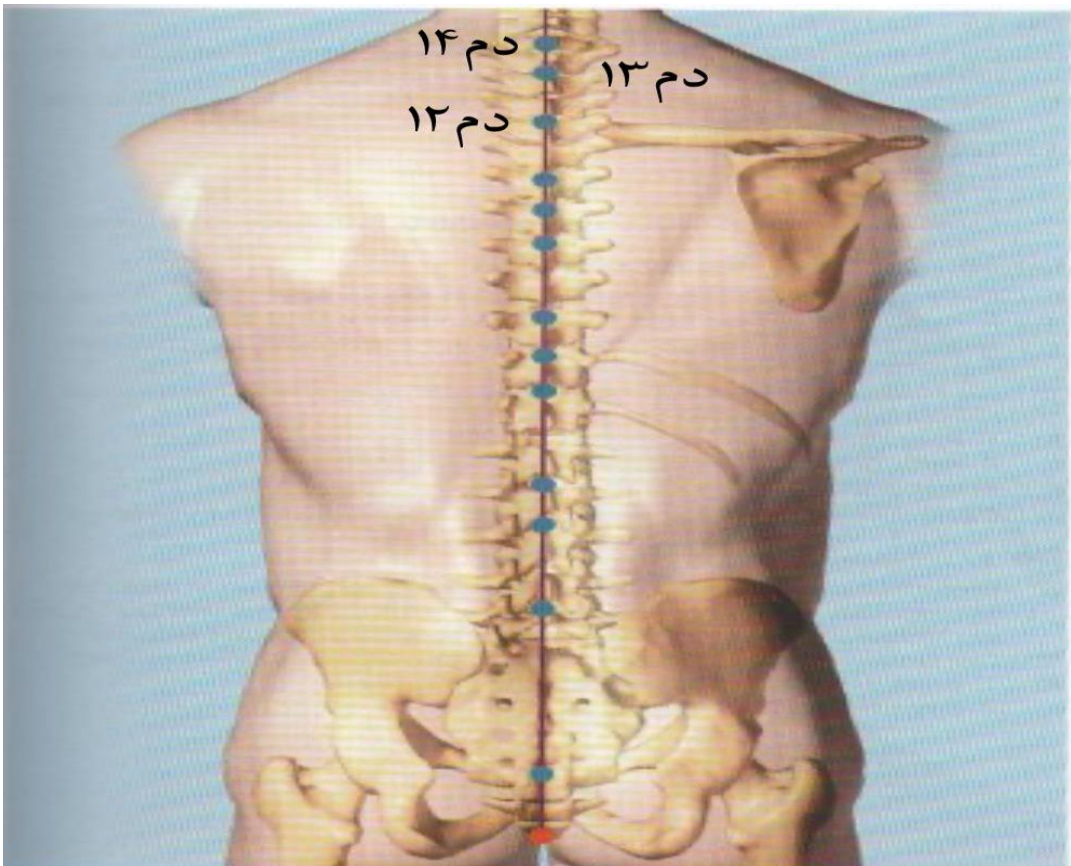
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان تنفسي ناروغی، عصبي رواني ناروغی او میرگي ولري. دا نقطه ارامونکي (Sedation) ده، خو ځینې وخت په دې نقطه کې درملنه په ناروغ کې جټکې هم پیدا کوي. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰- اکن په اندازه کږه پورته (Cranial) اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه د بدن په شاتني منځني خط د سيني د دریمې فقرې د Processus spinosus د ژورې نقطې په بنکتنی برخه کې ځای لري.

دم ۱۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان تنفسي ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰- اکن کږه پورته (Cranial) اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه د بدن په شاتني منځني خط د سيني د لومړۍ فقرې د Processus spinosus د ژورې نقطې په بنکتنی برخه کې ځای لري.

دم ۱۴:

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



### دم ۱۵:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغ په ناڅاپي ډول گونگی شي، فلج ناروغي، او میرگي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۲ - ۰،۵ کن په اندازه کړه بڼکته (Caudal) اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه د بدن په شاتني منځني خط د سر د ویشتانو د شاتني پولې د منځنۍ برخې څخه ۰،۵ کن پورته (Cranial) د غاړې د لومړۍ فقرې د Processus spinosus د ژورې نقطې په بڼکتنۍ برخه کې ځای لري.

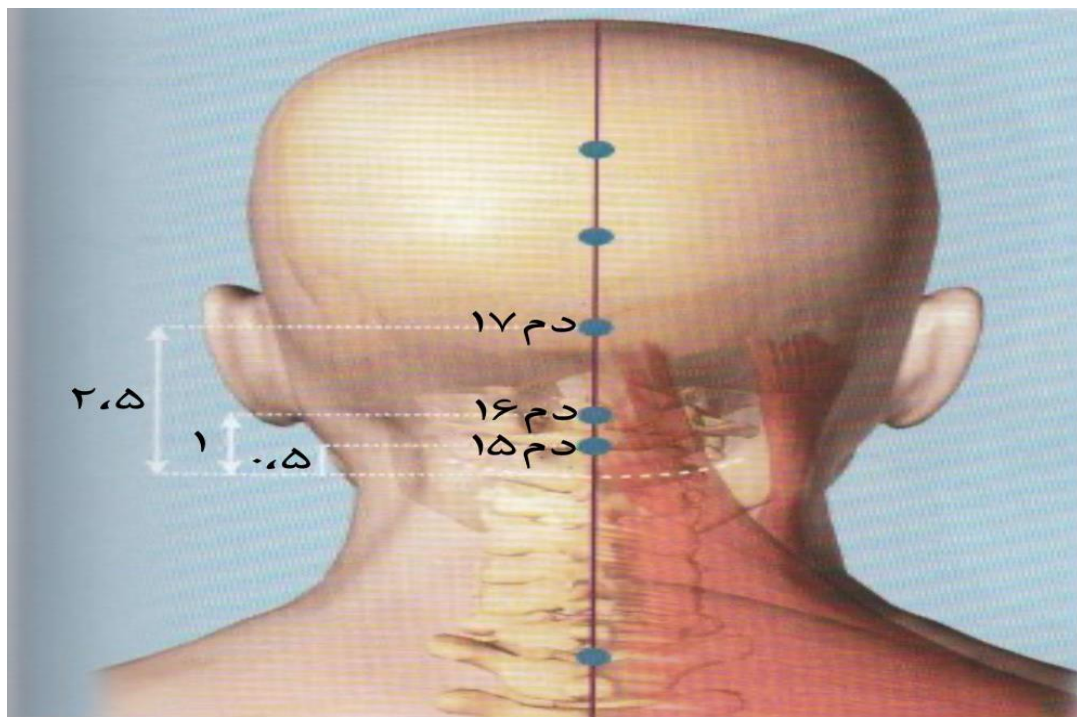
پاملرنه! ستنه باید پدې نقطه کې ډېره داخل نه شي، او باید پورته یا Cranial اړخ ته کړه نه شي.

### دم ۱۶:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان فلج ناروغي او یا د څټ دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ - ۱ کن په اندازه کړه بڼکته (Caudal) اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه د بدن په شاتني منځني خط د سر د ویشتانو د شاتني پولې د منځنۍ برخې څخه ۱ کن پورته (Cranial) او د Protuberantia occipitalis په بڼکتنۍ برخه د بڼي او چپي تریپزیوس عضلې (M. Trapezius) په منځ کې ځای. ستنه باید پدې نقطه کې ډېره داخل نه شي، او باید پورته یا Cranial اړخ ته کړه نه شي.

### دم ۱۷:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان عصبي او رواني ناروغي، او یا د ویني لور فشار ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ - ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن په شاتني منځني خط د سر د ویشتانو د شاتني پولې د منځنۍ برخې څخه ۲،۵ کن پورته (Cranial) او د Protuberantia occipitalis externa په پورتنۍ څنډه کې د دم ۱۶ څخه ۰،۵ کن مخي ته ځای لري.

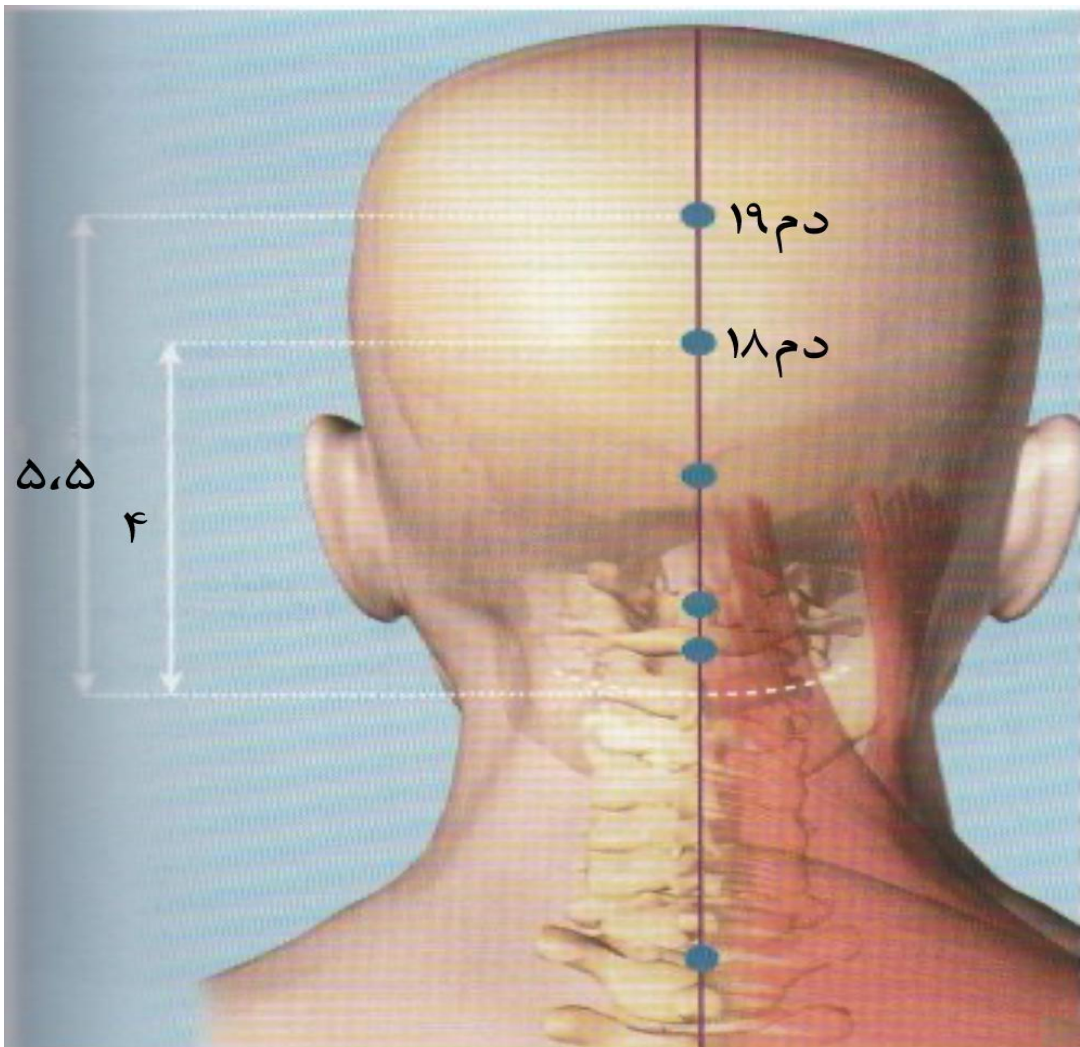


دم ۱۸:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان عصبي او رواني ناروغی، او یا د وینې لور فشار او همدارنگه Morbus parkinson ناروغي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵،۰ - ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن په شاتني منځني خط د سر د وینتانو د شاتني پولي دمنځني برخې څخه ۴ کن پورته (Cranial) او د دم ۱۷ څخه ۵،۱ کن مخي (Frontal) ته ځای لري.

دم ۱۹:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان عصبي او رواني ناروغی، او یا د وینې لور فشار ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵،۰ - ۰،۸ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن په شاتني منځني خط د سر د وینتانو د شاتني پولي د منځني برخې څخه ۵،۵ کن پورته (Cranial) او د دم ۱۷ څخه ۳ کن مخي (Frontal) ته ځای لري. دا نقطه ارامونکي او همدارنگه جټکي ورکونکي نقطه ده.





دم ۲۰:

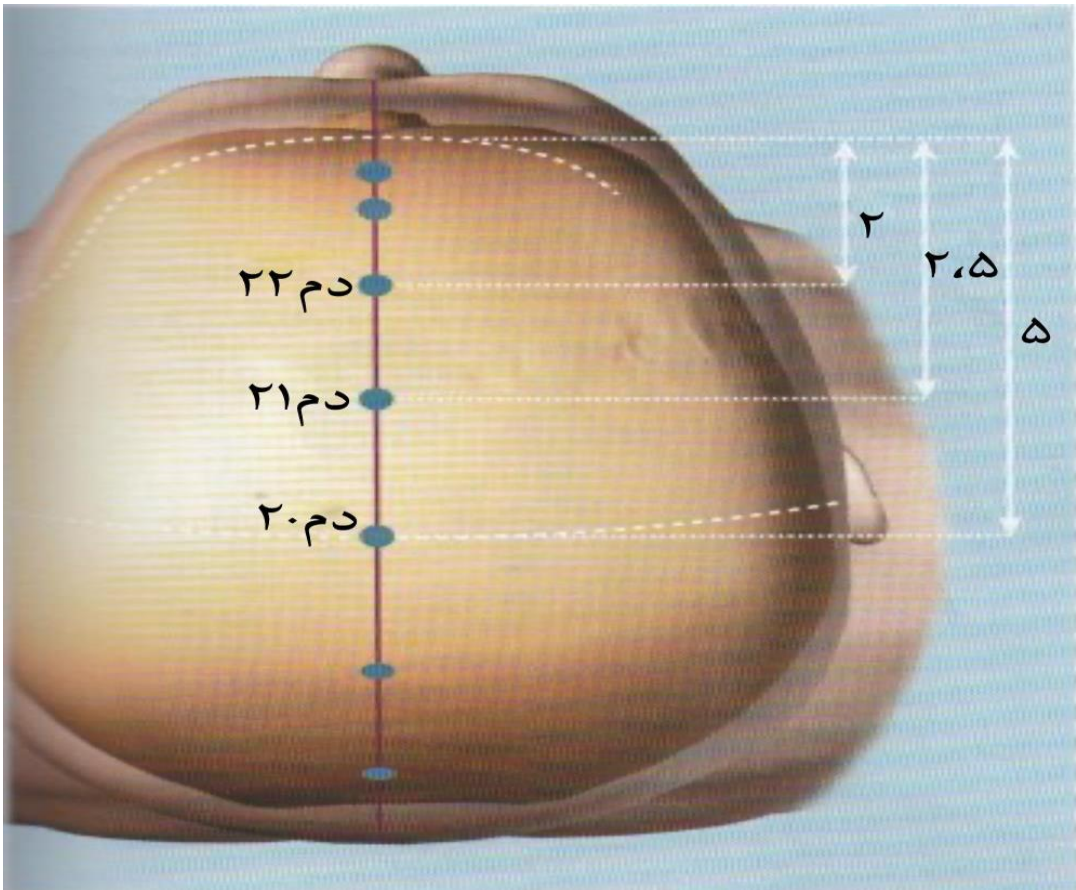
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان سردردی، سرگرځېدنه، Apoplexia، او همدارنگه Anal-Rectal او یا Uterus Prolapse ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ - ۰،۸ کن په اندازه په عمودي توګه منډل کېږي. دا نقطه د بدن په منځني خط د سر د ویښتانو د مخکني پولې د منځنۍ برخې څخه ۵ کن 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،۸ کن 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 ۳،۵ کن شاته او ۵،۱ کن د دم ۲۰ مخي ته ځای لري.

دم ۲۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان میرګي او یا سردردی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ - ۰،۸ کن په اندازه په عمودي توګه منډل کېږي. دا نقطه د بدن په منځني خط د سرد ویښتانو د مخکني پولې د منځنۍ برخې څخه ۲ کن شاته او ۳ کن د دم ۲۰ مخي ته ځای لري.



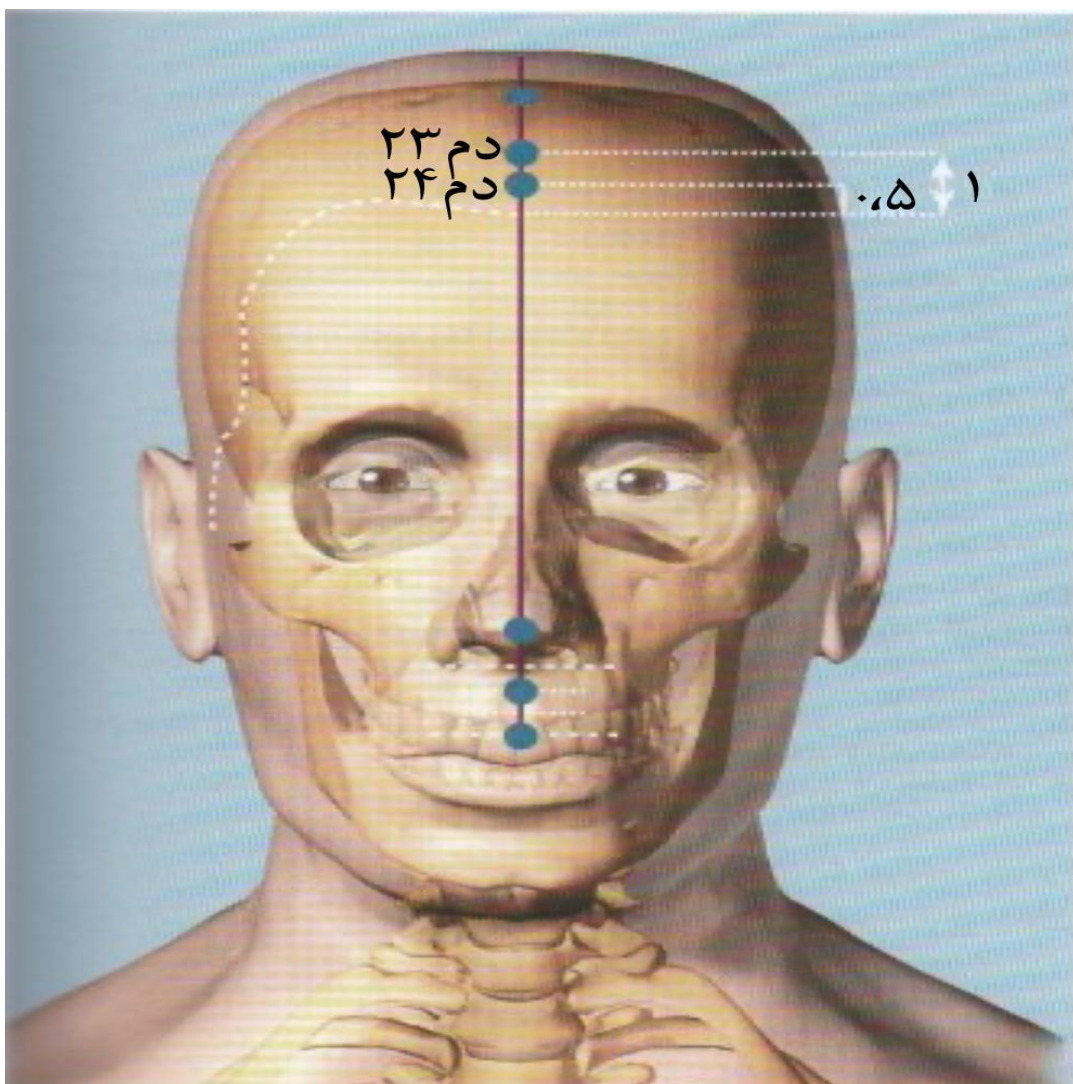


دم ۲۳:

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

دم ۲۴:

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



دم ۲۵:

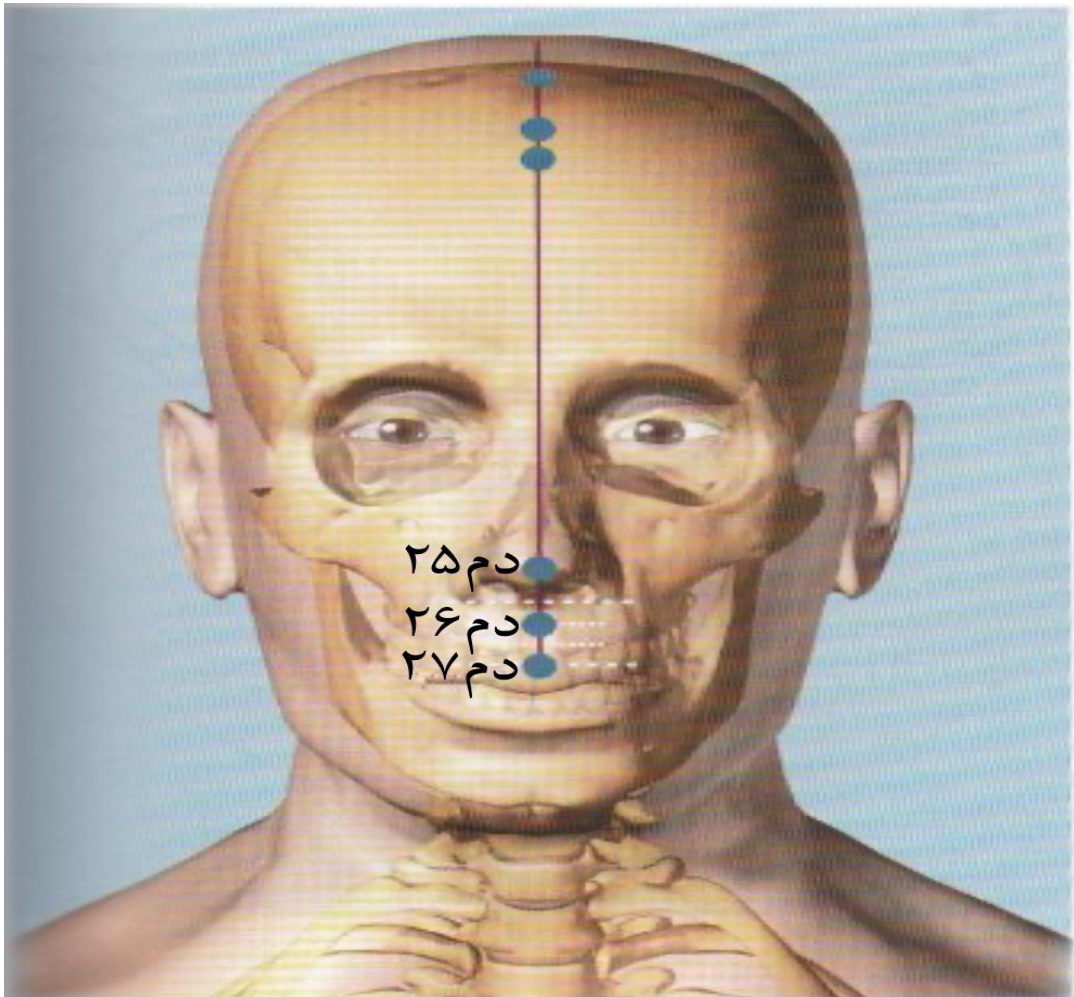
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د وینې لوړ فشار او د پوزې ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ - ۰،۵ کن په اندازه کړه پورته (Cranial) اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه د پوزې د څوکي په منځنۍ برخه کې ځای لري.

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 همدارنگه د ملا دردونه چې په ناڅاپي توګه پيدا شي. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ - ۰،۵ کن په اندازه کړه پورته (Cranial) اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه د Philtrum په پورتنۍ منځنۍ برخه کې ځای لري.

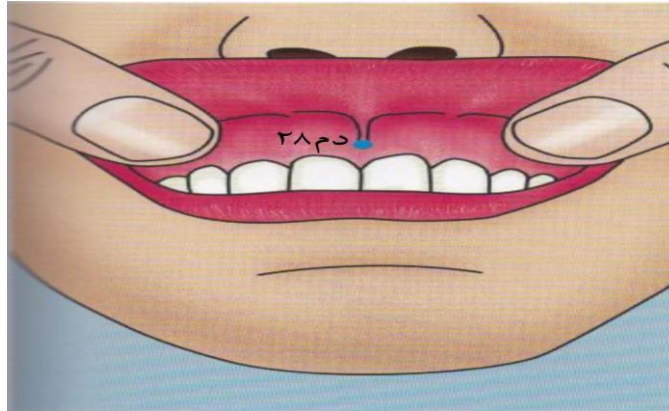
دم ۲۷:

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



## 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 د ۰،۲ - ۰،۳ کن په اندازه کره پورته (Carnial) اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه د بدن په منځني خط د خولې په داخل کې د پورتنۍ شونډې لاندې د Frenulum labii superior او د غابونو د وړيو په يو ځای کېدو کې ځای لري.

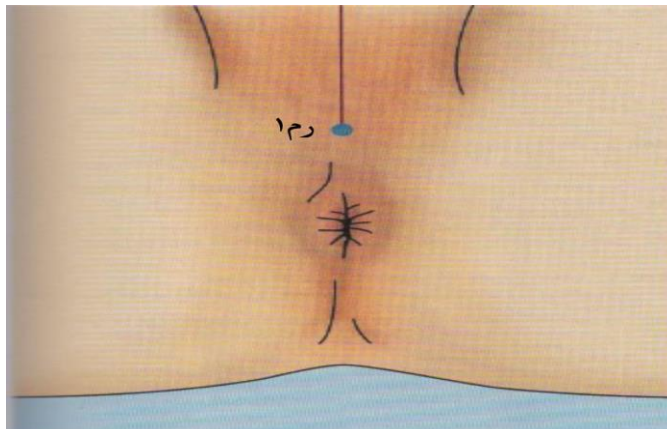


## رين ماى (Ren Mai)

رين حمل او ماى رگ ته وايي. په انگلېسي کې ورته Conception vessel وايي. چينايان وايي د دې رگ يا ويالي پيل د رحم څخه وي، 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 بنسکتۍ برخې څخه پيل او په سر پای مومي. په دې وياله کې د درملنې په پار ۲۴ نقطې ځای لري، دا وياله د سږي ۷ (س ۷) په ذريه تښتې 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 بي هوشه شي. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ - ۱ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن د منځني خط د Scrotum شاتنۍ څنډې اود مقعد تر منځ ځای لري.





### رم ۲:

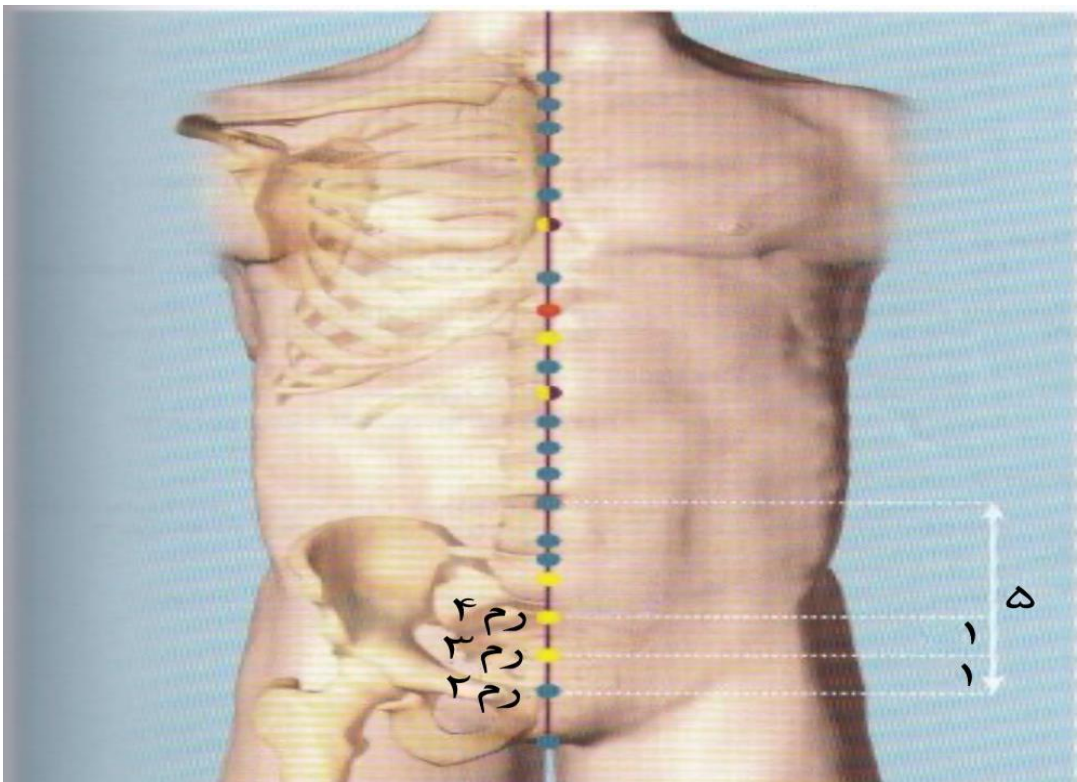
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان بنځینه ناروغی، نارینه د جنسي اړیکو کمزورتیا، او همدارنگه ناروغان په تشو متیازو کولو کې ستونزه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰- اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن د مخکني منځني خط د Symphysis pubis د پورتنۍ څنډې په منځنۍ برخه کې ځای لري. پاملرنه! په حاملگۍ کې د درملنې مخنیوی وکړئ، کېدای شي د حمل د منځه تلو لامل شي.

### رم ۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان بنځینه ناروغی، نارینه د جنسي اړیکو کمزورتیا، او همدارنگه په تشو متیازو کولو کې ستونزې ولري، په زېږون کې هم مرسته کوي. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰- اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن په مخکني منځني خط کې ۴ کن د نوم څخه ښکته او ۱ کن پورته د رم ۲ څخه ځای لري. پاملرنه! په حاملگۍ کې د درملنې مخنیوی 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 بنځینه ناروغی، نارینه د جنسي اړیکو کمزورتیا، او همدارنگه د تشو متیازو ستونزې ولري، په زېږون کې هم مرسته کوي. 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 ۳ کن د نوم څخه ښکته او د رم ۲ څخه ۲ کن پورته ځای لري. پاملرنه! په حاملگۍ کې د درملنې مخنیوی وکړئ، کېدای شي د حمل د منځه تلو لامل شي.





### رم ۵:

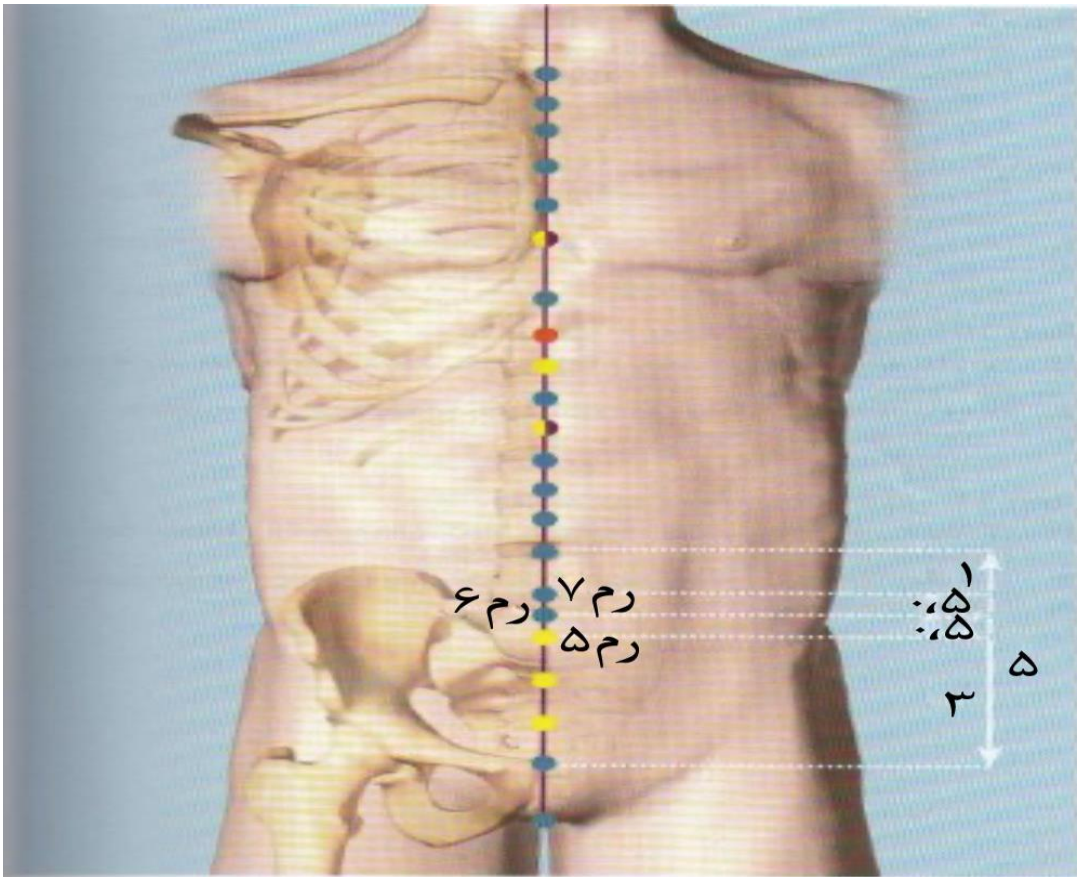
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان بشپړه ناروغی، او همدارنگه په تشو متيازو کولو کې ستونزې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۲کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن په مخکني منځني خط کې ۲کن د نوم څخه بښکته او د رم ۲ څخه ۳کن پورته ځای لري. په حاملگي کې د درملنې 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 بشپړه ناروغی، نارینه جنسي کمزورتیا، عمومي کمزورتیا ولري. په دې نقطه کې درملنه **Orgasmus** پیاوړی کوي، او همدارنگه د بدن دفاعي سیستم پیاوړی 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 د ۵، ۱کن د نوم څخه بښکته ځای لري. په حاملگي 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 بشپړه ناروغی، او د خپټې دردونه 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 ۱کن د نوم څخه بښکته ځای لري. په حاملگي کې د درملنې مخنيوی وکړئ، کېدای شي د حمل د منځه تلو لامل شي.



رم ۸:

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

رم ۹:

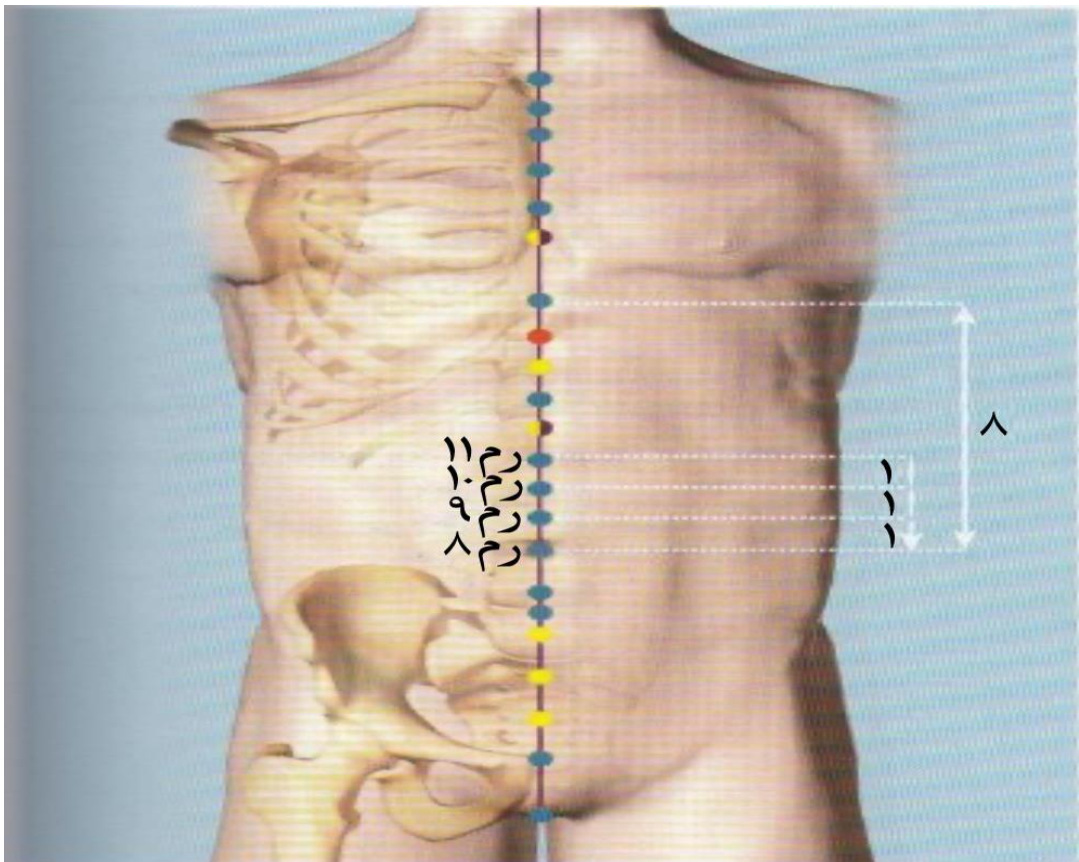
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د خبټې دردونه، Ascitis او Edema ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱- ۲ کُن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن په مخکني منځني خط کې ۱ کُن د نوم څخه پورته ځای لري.

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- ۲ کُن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن په مخکني منځني خط کې ۲ کُن 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 کُن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن په مخکني منځني خط کې ۳ کُن د نوم څخه پورته ځای لري.



رم ۱۲:

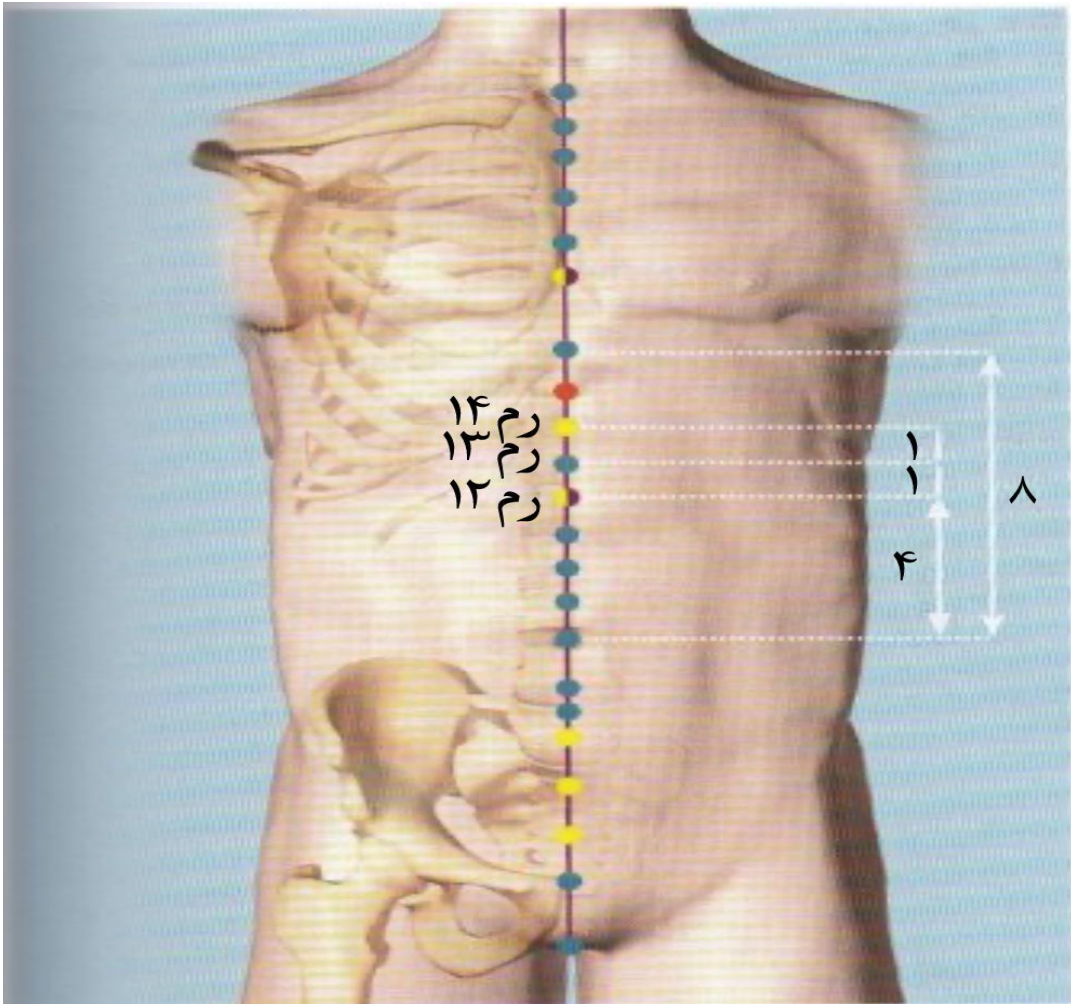
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د معدې ستونزې، د تريخي ناروغۍ، او Singultus ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن په مخکني منځني خط کې ۴کن د نوم څخه پورته ځای لري.

رم ۱۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د معدې ستونزې، او Singultus ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. 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 کېږي، چې کله ناروغان د زړه دردونه، عصبي، او رواني ناروغۍ او همدارنگه میرگي ولري. دا نقطه ارامونکې او جټکې ورکونکې نقطه ده. ستنه په دې نقطه کې د ۱-۵، اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن په مخکني منځني خط کې ۶کن د نوم څخه پورته ځای لري.



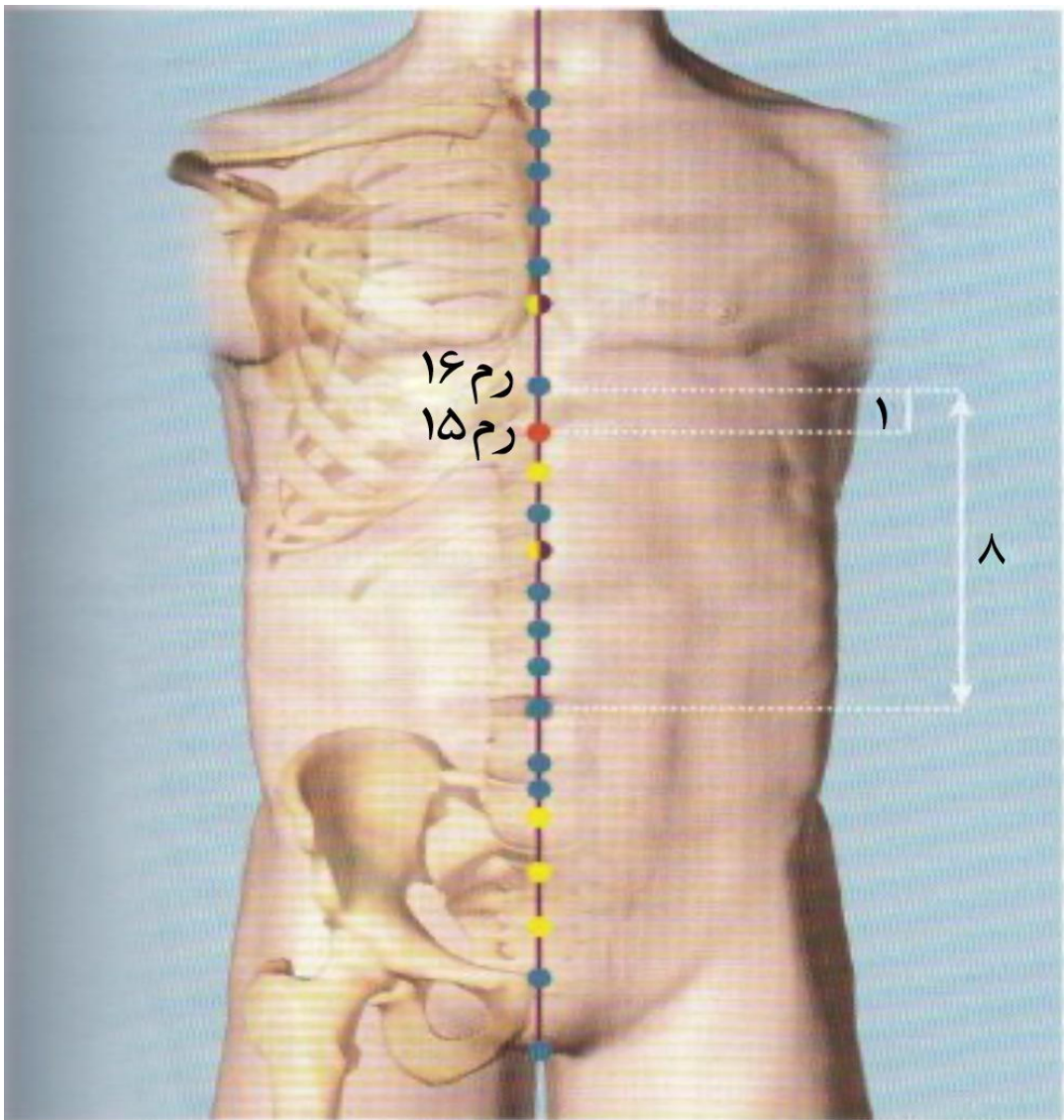


### رم ۱۵:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان عصبي او رواني ناروغی، د خپټې دردونه، خارښت او همدارنګه میرګي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۴-۰،۶ کن په اندازه کړه بڼکته (Caudal) منډل کېږي. دا نقطه د بدن په مخکني منځني خط کې ۷ کن د نوم څخه پورته او ۱ کن د Synchrondrosis xiphosternalis بڼکته (Caudal) ځای لري.

### رم ۱۶:

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





### رم ۱۷:

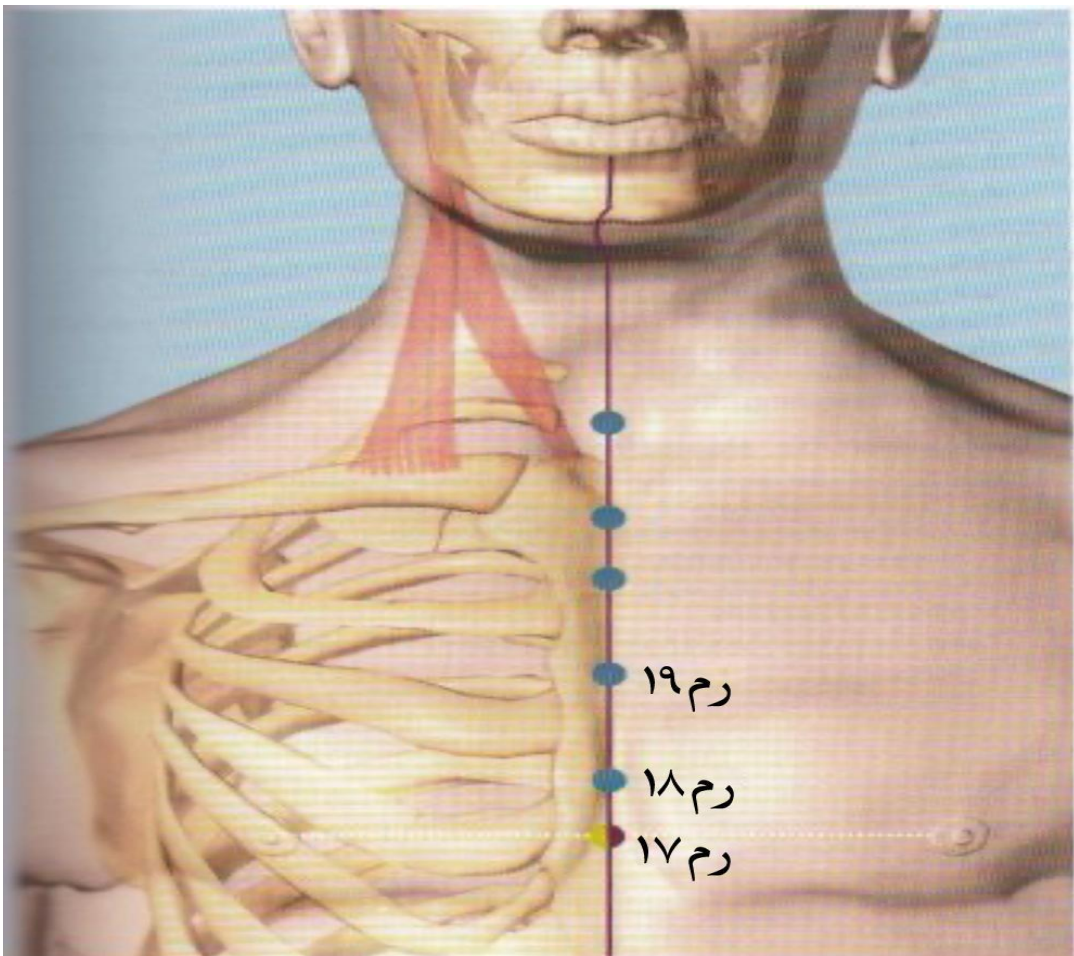
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د زړه دردونه، تنفسي ناروغی، او همدارنگه که ناروغه په تیونو کې کمې شیدې ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۵ کن په اندازه د پوستکي لاندې (Subcutan) کره بڼکته (Caudal) منډل کېږي. دا نقطه د بدن په مخکني منځني خط د دواړه تیونو تر منځ ځای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

### رم ۱۸:

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

### رم ۱۹:

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



رم ۲۰:

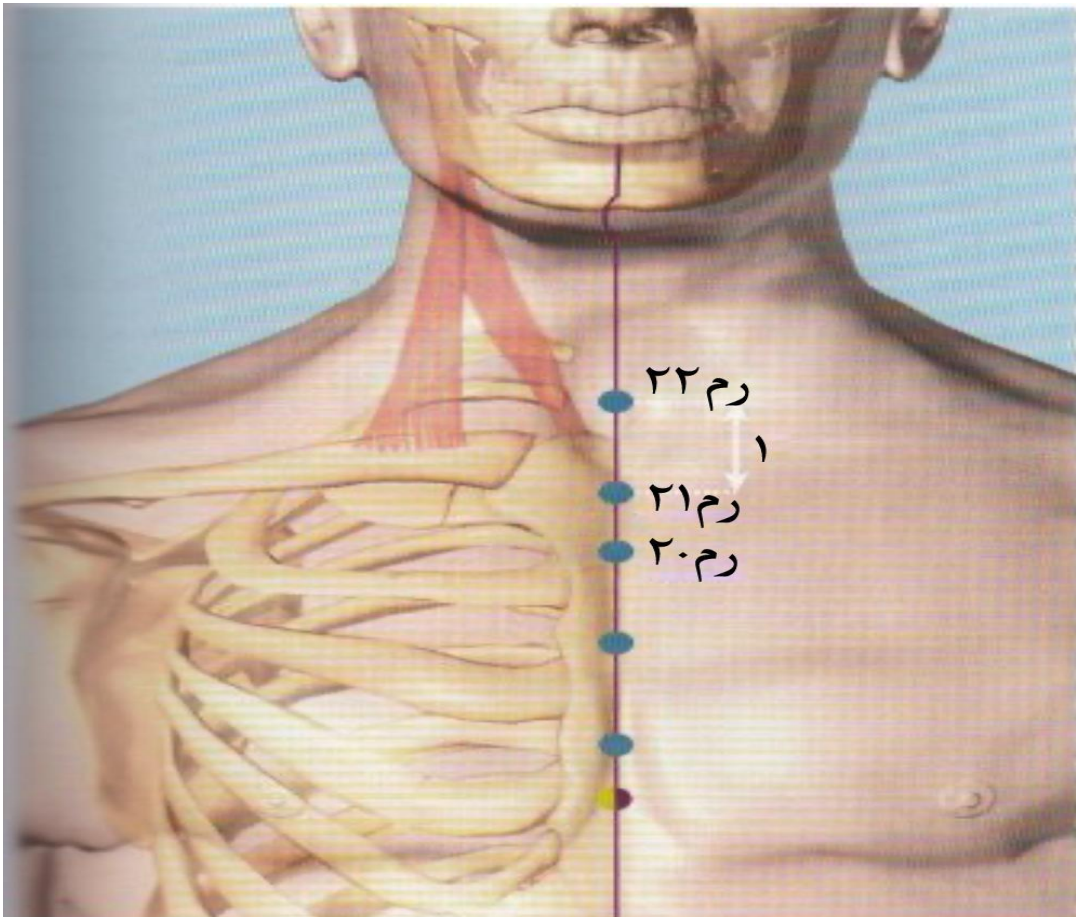
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان تنفسي ناروغی، او د زړه دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۵ کن په اندازه د پوستکي لاندې (Subcutan) منډل کېږي. دا نقطه د بدن په مخکني منځني خط کې د لومړۍ پوښتۍ د جگوالي برابر د Synchrondrosis manubriosternalis په منځ کې ځای لري.

رم ۲۱:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان تنفسي ناروغی، د زړه دردونه او د ستوني التهاب ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۵ کن په اندازه د پوستکي لاندې (Subcutan) منډل کېږي. دا نقطه د بدن په مخکني منځني خط کې د رم ۲۲ څخه ۱ کن ښکته (Caudal) د Manubrium sterni په منځ کې ځای لري.

رم ۲۲:

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

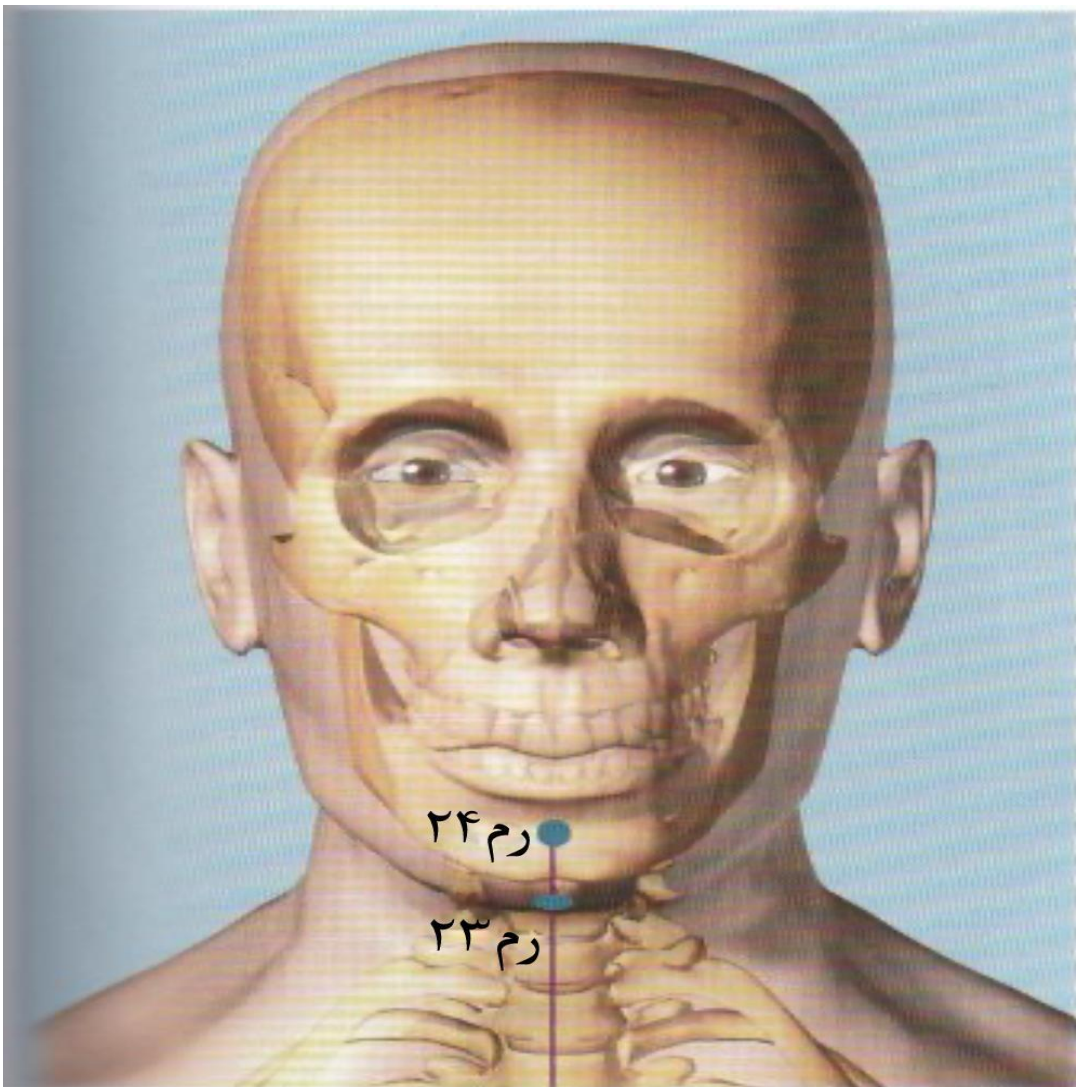


### رم ۲۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د گوزن (Apoplexia) په ناروغۍ اخته وي، او خبرې سمې نه شي کولای، او همدارنگه د خولې او ژبې التهاب (مکروبي کېدنه) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵-۰،۸ کن په اندازه په کاره ډول د ژبې اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه د بدن په منځني خط په زني 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 غابونو درد، د مخ پرسوب، او د کانگو ريفليکس نقطه ( چې کله د يو سري زړه راپورته کېږي يا کانگي ورځي نو په دې نقطه کې درملنه د ستنه په ذريه او يا د نوک په ذريه زور ورکول کېږي ، بيا کانگي ودرېږي). ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۵ کن په اندازه په کاره يا عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن په منځني خط د Sulcus mentolabialis په منځ کې ځای لري.





## په بدن کې اضافي نقطې

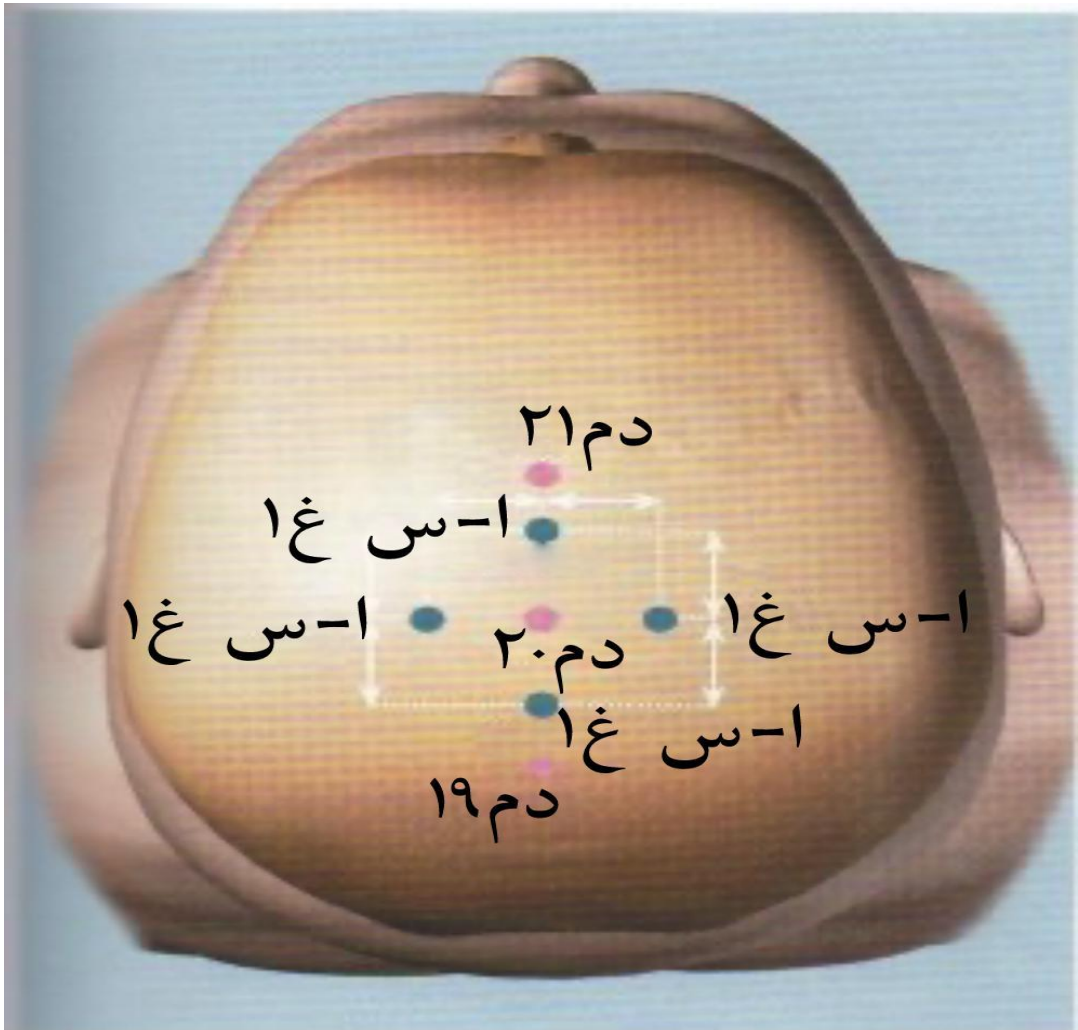
په بدن کې د منظمو او غېبرې منظمو ويالو تر څنگ د انرژۍ د لېږد اضافي ويالي هم شته، چې په لاندې ډول دي.

### ۱- د سر او غاړې اضافي نقطې:

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

#### اضافي س غ ۱:

په دې نقطو کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان سردردې، سرگرځېدنه، عصبي او رواني ناروغۍ ولري، بې خوبې، او يا ناروغ گوزن يا فلج شوی وي. دا نقطې ارامونکې نقطې دي. سنتې په دې نقطو کې د ۵، ۸، ۰، ۸، ۰ کن په اندازه د پوستکي لاندې منډل کېږي. دا څلور نقطې د سر د پاسه ځای لري، چې هره يوه يې اکن د دم ۲۰ مخې، شا، او بهر خوا ته ځای لري.





### اضافي س غ ۲:

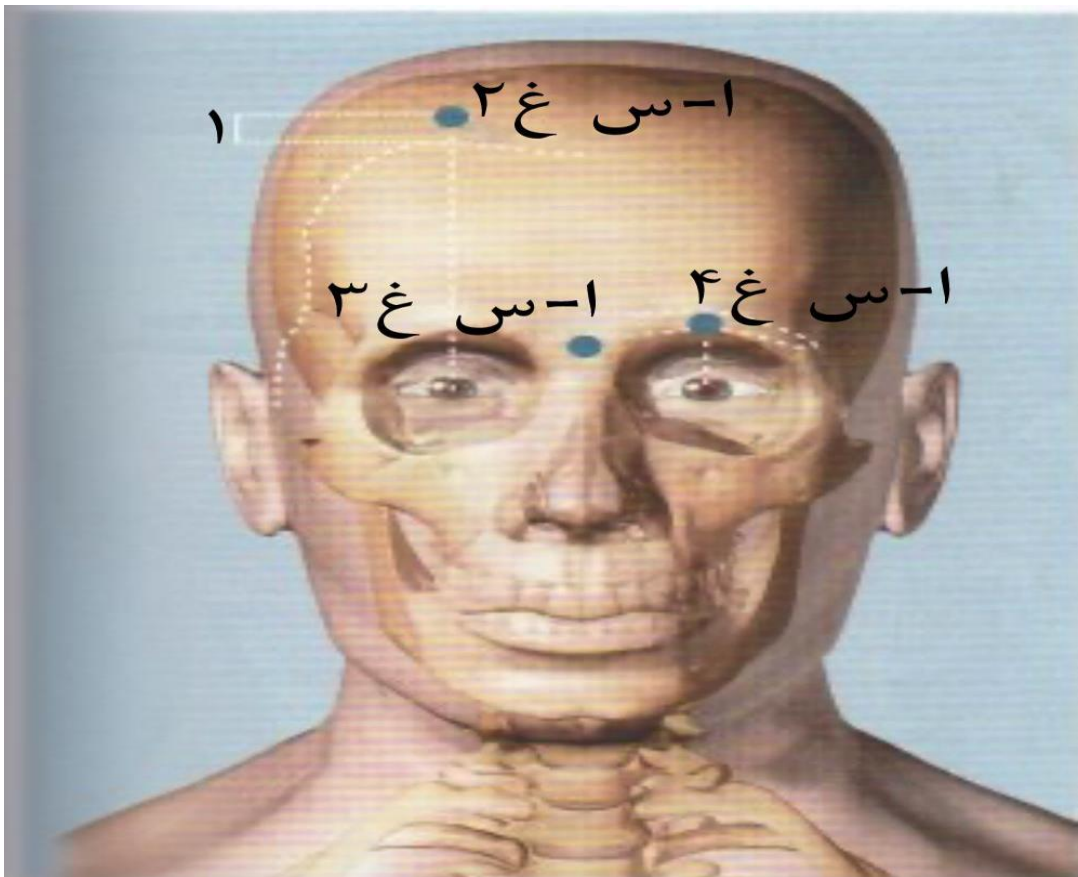
په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان ريزش يا زوکام ولري، او د سترگو ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۵ - ۰،۸ کن په اندازه د پوستکي لاندې منډل کېږي. دا نقطه په مخامخ کتلو سره د سترگي د کسي په عمودي ډول پورته د سر د مخکنۍ برخې د ويښتانود مخکنۍ پولې څخه ۱ کن شاته (Occipital) ځای لري.

### اضافي س غ ۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان سردردې، سرگرځېدنه، د سترگو ناروغی او پوزي ناروغي ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ - ۰،۵ کن په اندازه د پوستکي لاندې منډل کېږي. دا نقطه د بدن په منځني خط د دواړو وريځو په منځ د Ossis او Ossis frontalia په منځ کې ځای لري.

### اضافي س غ ۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان دسترگو ناروغی او Tic disorder) دا يوه ناروغی ده چې په دې کې د بدن د يوې برخې يوه يا ډېرې عضلې په منظم يا غيرې منظم ډول په خپل سرحرکتونه کوي) ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳ - ۰،۵ کن د پوستکي لاندې منډل کېږي. دا نقطه په مخامخ کتلو د سترگي د کسي څخه په عمودي ډول پورته د سترگي په وريځو کې په Foramen supraorbital کې ځای لري.

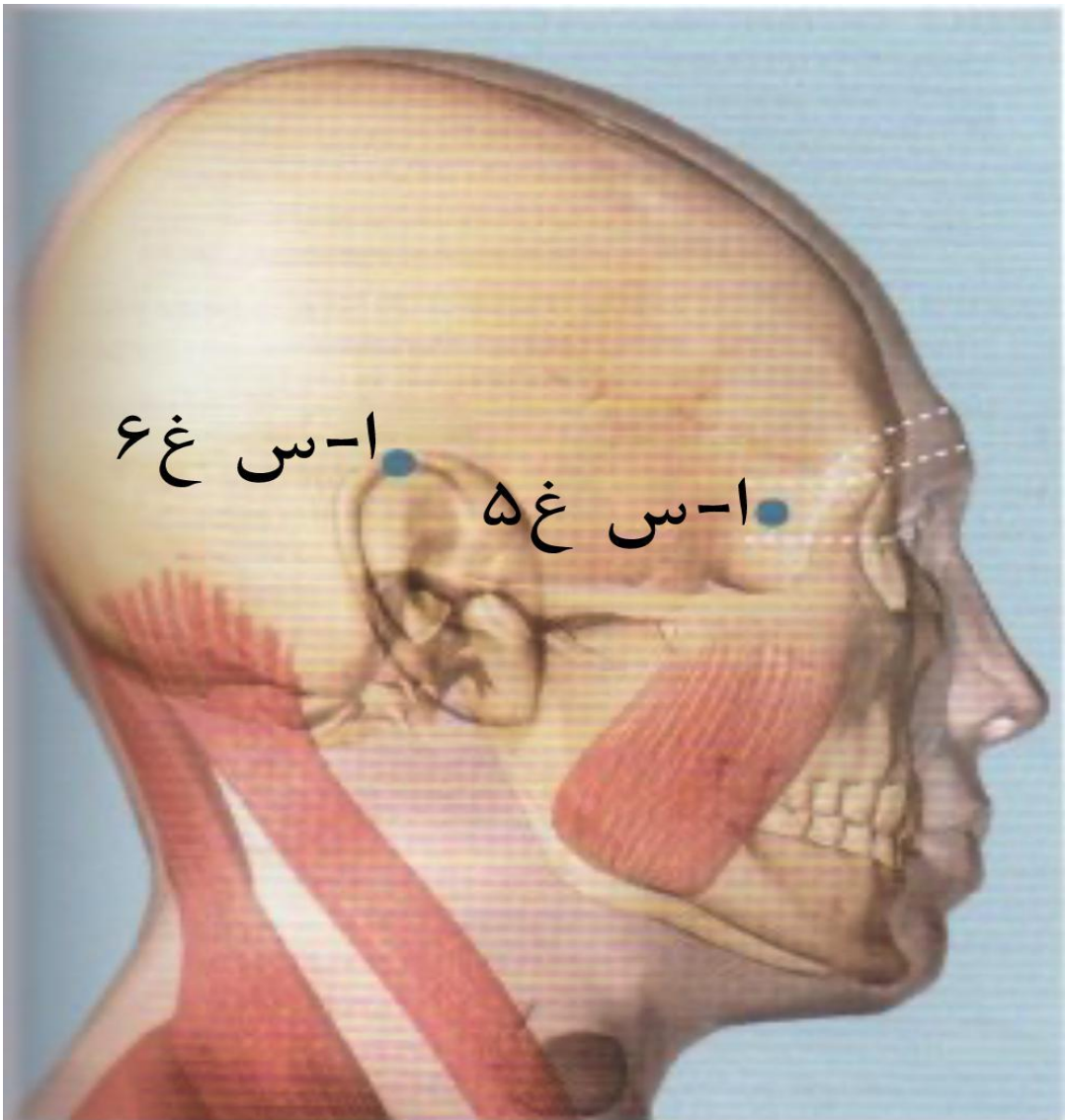


### اضافي س غ ۵:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان سردردي، د سترگو ناروغی، د مخ فلج، او Trigeminal neuralgia ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د سترګې د وریځې او د سترګې د بهرنۍ زاویې په منځ کې د یوې 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 سترگو ناروغی، او د پانګریاس ناروغی ولري. دلته د ستنې په ذریعه درملنه سمه نه ده، Moxibution یا Micoraderlass بڼه پایله لري. دا نقطه د غوړ په Apex auriculae په قات شوي برخه کې ځای لري، چې د الرجي یا حساسیت د نقطې په نوم هم یادېږي.

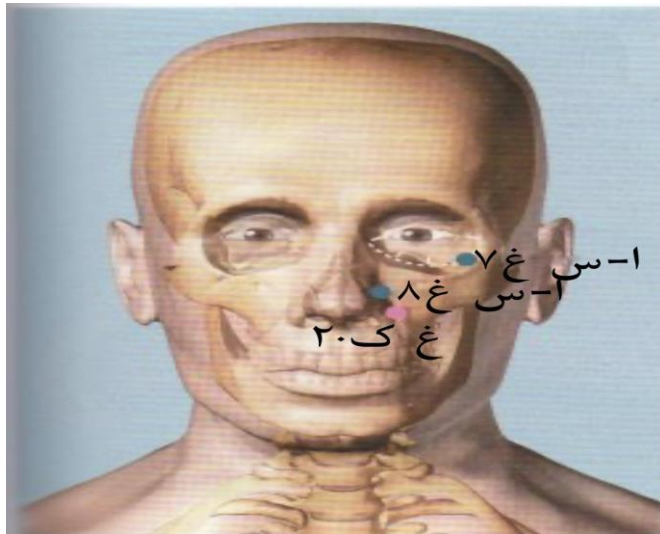


اضافي س غ ۷:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د سترگو ناروغی ولري. اول د سترگې گاتي په قرار پورته کېږي، او بيا ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰، ۱ کن په اندازه په عمودي ډول د Fossa orbitalis د بښکننې ځنډې په اړخ منډل کېږي. دا نقطه د Fossa orbitalis د بښکننې ځنډې په څلورمه بهرنۍ برخه کې ځای لري. دلته د ستنې په ذريه درملنه د سترگې د مکروبي کېدو يا التهاب سبب کېږي.

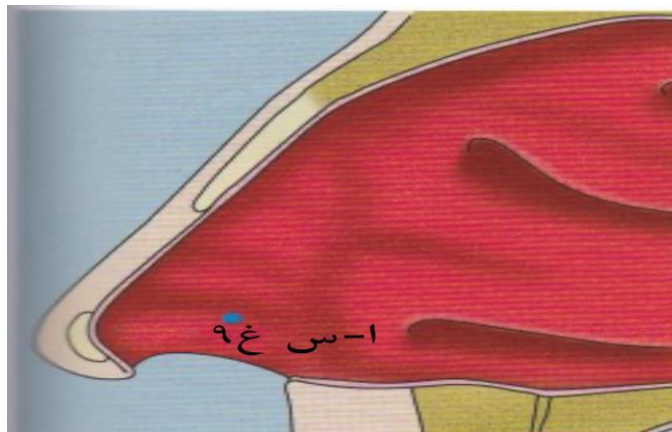
اضافي س غ ۸:

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



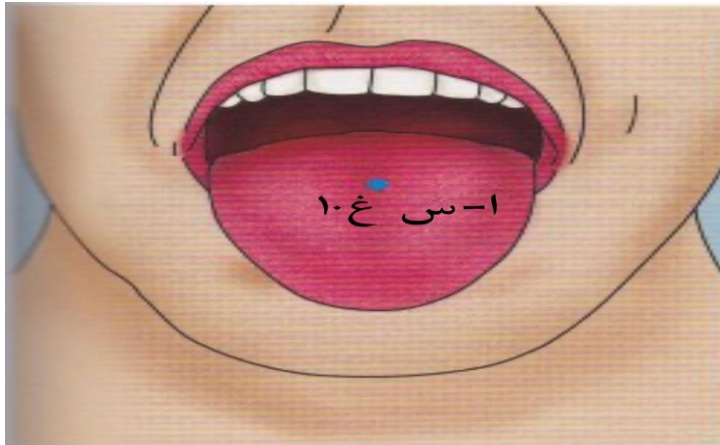
اضافي س غ ۹:

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



### اضافی 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 ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۱ - ۰،۲ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د ژبې د شاتنۍ برخې د منځني خط په منځ کې ځای لري.



### اضافی س غ ۱۱:

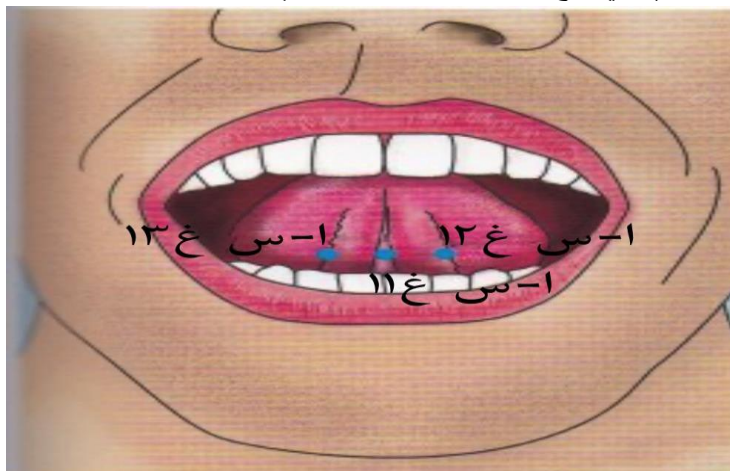
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د خولې مکرروب یا التهاب ولري. د Microaderlass شونتیا شته. دا نقطه د ژبې د Frenulum په منځني برخه کې ځای لري.

### اضافی س غ ۱۲:

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

### اضافی س غ ۱۳:

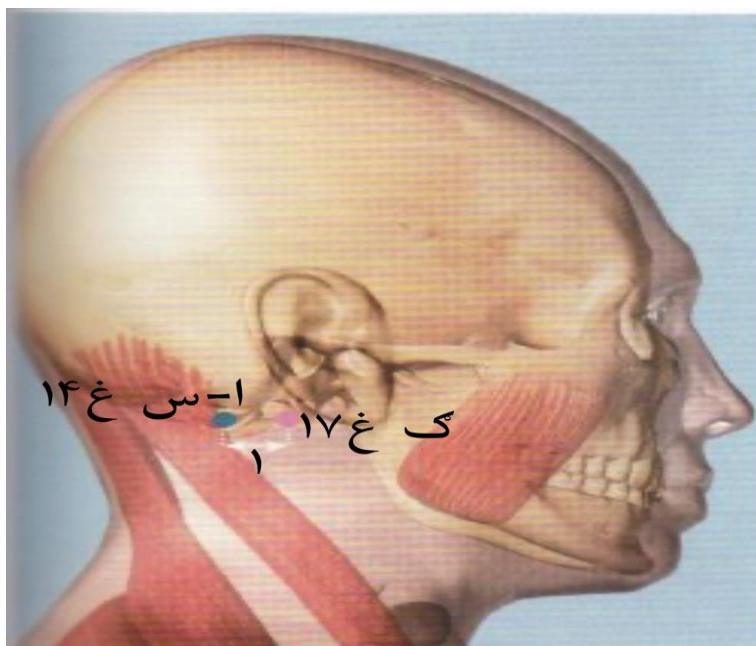
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د خولې مکرروب یا التهاب، د ستوني مکرروب یا التهاب، او یا خبرې نه شي کولای (Aphasia). د Microaderlass شونتیا شته. دا د ژبې د لاندینۍ برخې ښي اړخ ته د رگ د پاسه ځای لري.





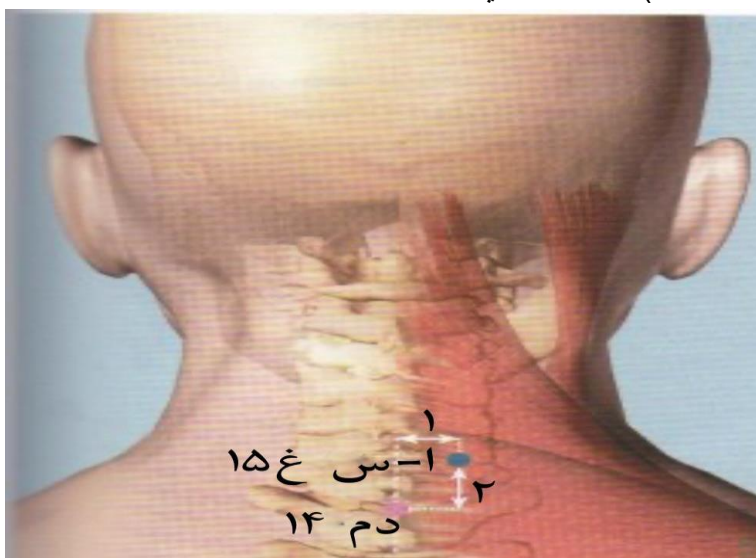
اضافی س غ ۱۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د سترگو ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰، ۱ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د غور شاته د گ غ ۱۷ (گرم غري ۱۷) څخه اکن شاته ځای لري.



اضافی س غ ۱۵:

په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان تنفسي ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۴، ۰، ۸، ۰ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه په څټ کې اکن بهر او ۲ کن پورته د دم ۱۴ (دوماى ۱۴) څخه ځای لري.

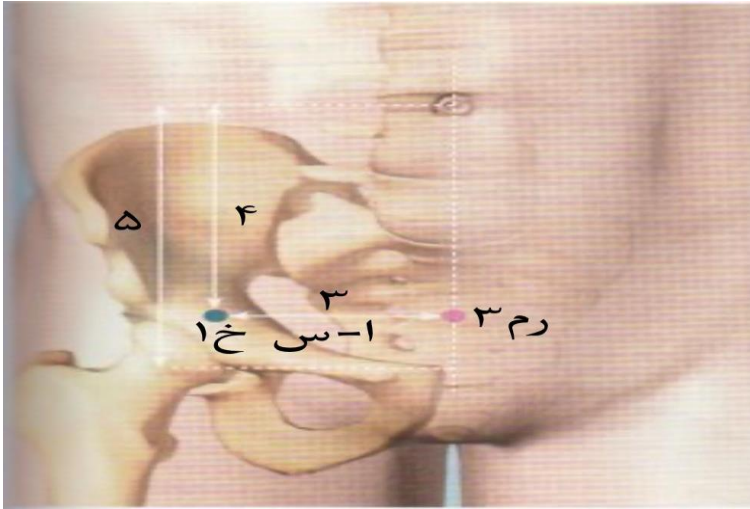


### د سيني او خټي اضافي نقطه

د يوه نقطه ده

#### اضافي س خ ۱:

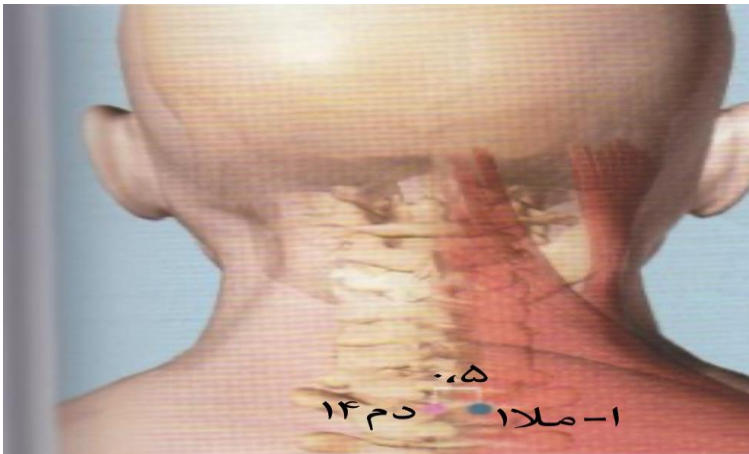
په دې نقطه کې هغه وخت د درملني په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان بښځينه ناروغی ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۸ - ۱،۲ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د نوم څخه ۴ کن بڼکته او د رم ۳ څخه ۳ کن بهر يا Lateral ځای لري. پاملرنه! د حاملگی په وخت کې د لته د ستنې په ذريه درملنه سمه نه ده، د حمل د منځه تلو لامل کېدای شي.



### د ملا اضافي نقطې

#### اضافي ملا ۱:

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



### اضافي ملا ۲:

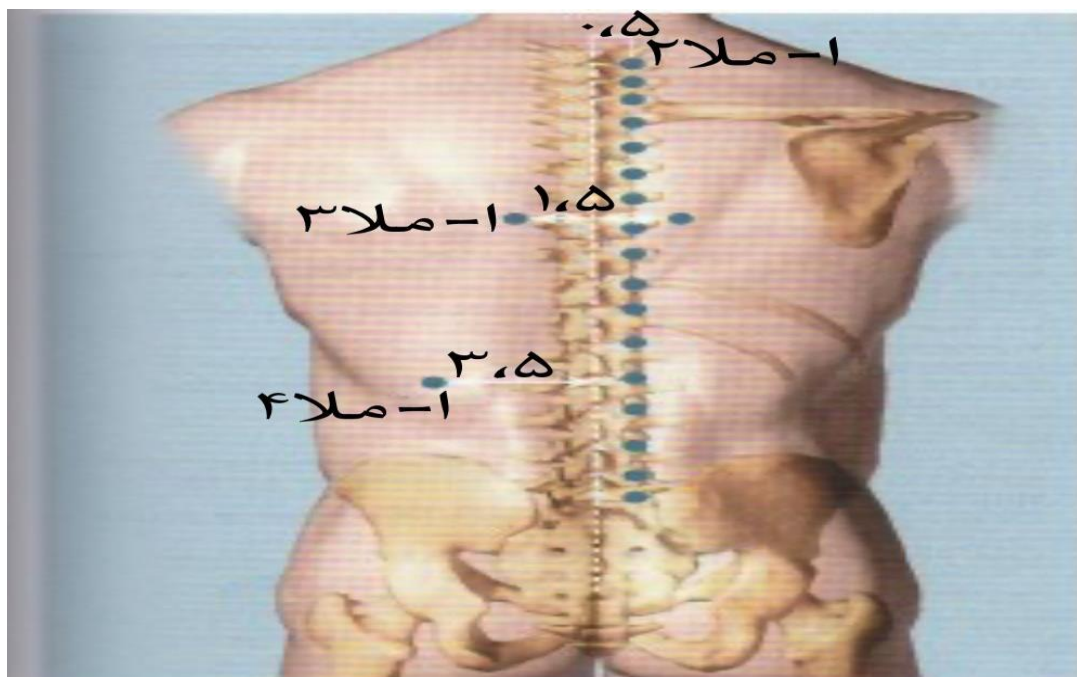
دا ټولې ۱۷ نقطې دي، د سينې د اولې فقرې نيولې د ملا د پنځمې فقرې پورې ځای لري. دا نقطې د بدن د شاتني منځني خط د ملا د تير د فقرو د **Processus spinosus** د بنځنتي ژورې برخې څخه ۰،۵ کن بهر ځای لري. د سينې د ۱-۴ فقرې (د تنفسي ناروغۍ او د بدن د پورتنې اندامونو دردنه)، د سينې د ۴-۷ فقرې پورې (زړه ناروغۍ)، د سينې د ۷-۱۰ فقرې (اينه يا ځگر او تريخې ناروغۍ)، د سينې د ۱۰-۱۲ (معدې او توري ناروغۍ)، د ملا د ۱-۲ فقرې (بينتورگو ناروغۍ)، د ملا د ۳-۵ فقرې (د تشو متيازو کڅوړه، وري کولمې، غټې کولمې، او بنځنتي اندامونو ناروغۍ) د درملني په پار په دغه نقطو کې سنتي منډل کېږي. سنتي په دې نقطو کې د ۵،۰-۱ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. په دې نقطو کې د سنتو 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 سنتي په ذريه درملنه کېږي، چې کله ناروغان د شکر يا بورې ناروغۍ ولري. سننه په دې نقطه کې د ۳،۰-۵،۰ کن په اندازه په عمودي يا کاره ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن د منځني شاتني خط د سينې د اتمې فقرې د **Processus spinosus** د بنځنتي برخې د جگوالي برابر ۵،۱ کن بهر ځای لري. په دې نقطه کې درملنه د **Pneumothorax** سبب کېدای شي.

### اضافي ملا ۴:

په دې نقطه کې هغه وخت سننه د درملني په پار منډل کېږي، چې کله ناروغان د خبټې سليم سرطان ناروغۍ ولري، او همدرانګه ځگر او توري غټ يا پرسېدلې وي. سننه په دې نقطه کې د ۸،۰-۱۲،۰ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د بدن د منځني شاتني خط د ملا د لومړۍ فقرې د **Processus spinosus** د بنځنتي برخې د جگوالي برابر ۵،۳ کن بهر ځای لري. پاملرنه! په دې نقطه کې درملنه د **Pneumothorax** سبب کېدای شي.



### اضافي ملا ۵:

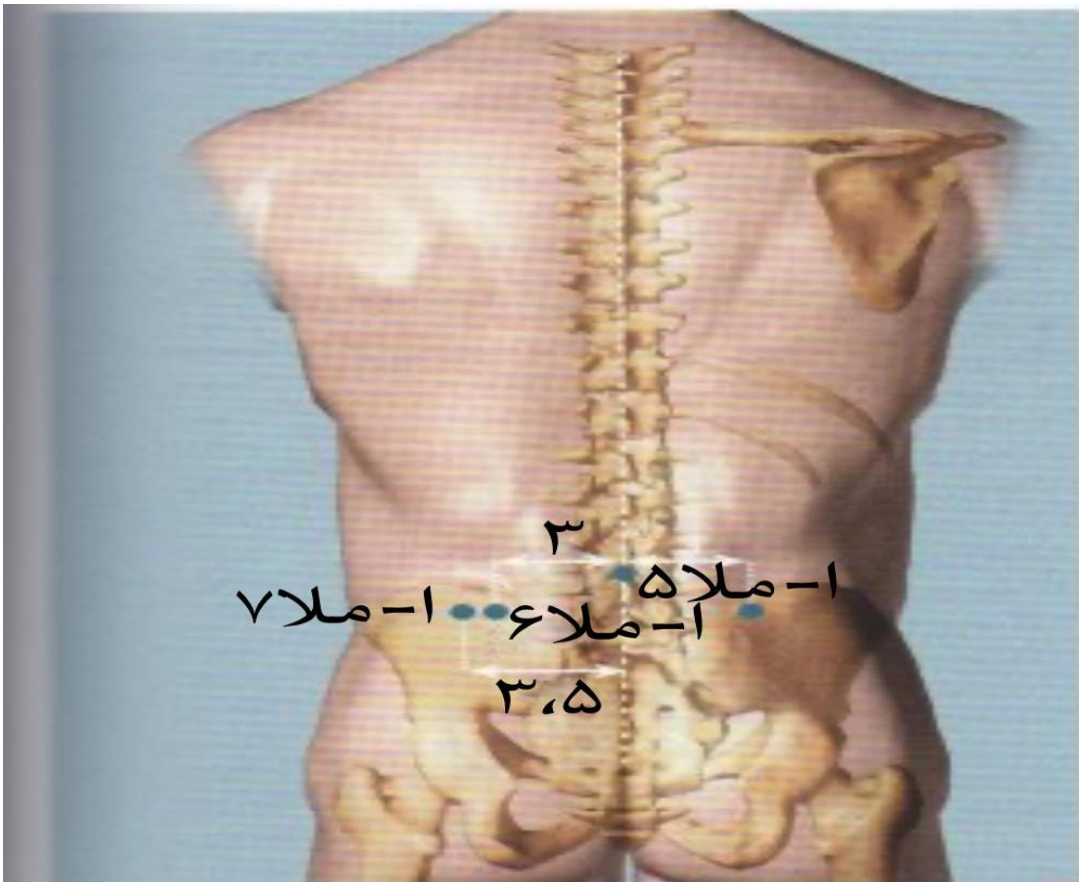
په دې نقطه کې هغه وخت د درملنې په پار ستنه منډل کېږي، چې کله ناروغان د ملا، خپټې ستونزې، او همدرانگه د تشو متيازو په کولو کې ستونزه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰-۰ اکن په اندازه په کاره ډول پورته اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه د بدن د منځني شاتني خط د ملا د دريمي فقرې د **Processus spinosus** په ښکتنۍ برخه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

### اضافي ملا ۶:

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

### اضافي ملا ۷:

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



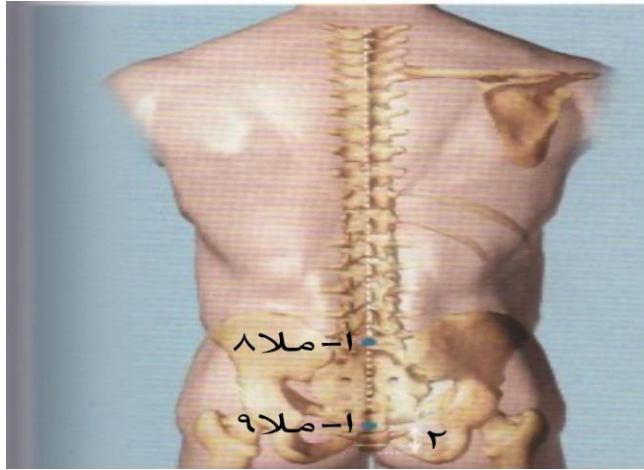


### اضافي ملا ۸:

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 ۱-۵، اکن په اندازه په ګاره ډول پورته اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه د بدن د منځني شاتني خط د ملا د پنځمې فقرې د **Processus spinosus** په بنګتني برخه کې ځای لري. په دې نقطه کې درملنه د حمل د منځه تلو لامل کېدای شي.

### اضافي ملا ۹:

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

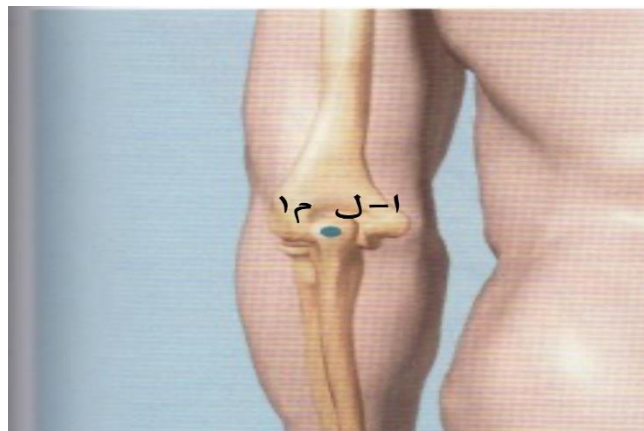


### د لاس او مټ اضافي نقطې

په لاس او مټ يا مړوند کې د درملنې په پار ۱ نقطې دي.

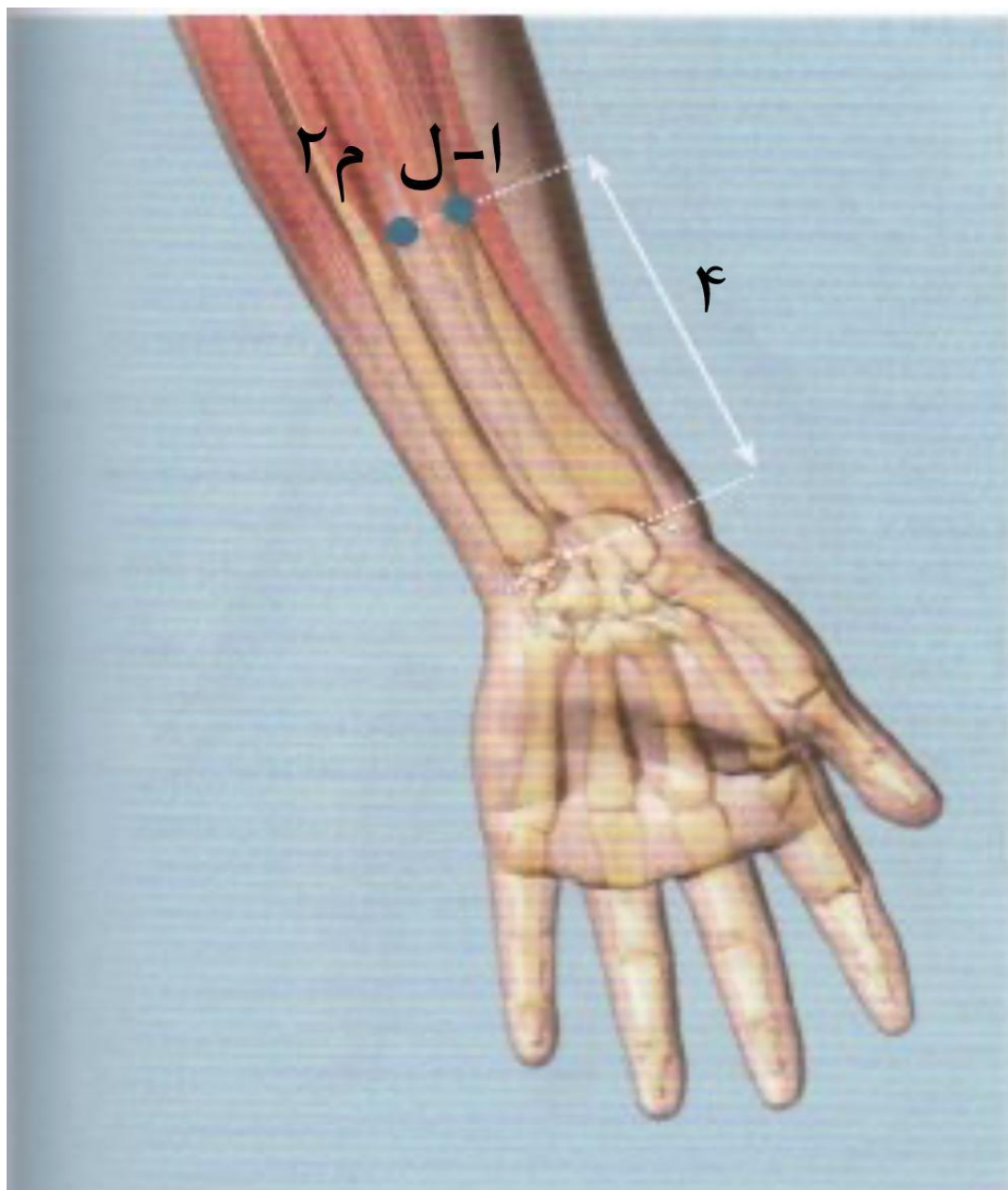
### اضافي ل م ۱:

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



### اضافي ل م ۲:

دا دوه نقطې دي. په دې نقطو کې هغه وخت د سنتې په ذريه درملنه کېږي، چې کله ناروغان بواسير او Rectum-Anal prolaps ناروغی ولري. سنتې په دې نقطو کې د ۰،۵-۱ کن په اندازه په کاره ډول نېږدې (Proximal) اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه د لاس د بند د پوستکي د قات څخه ۴ کن نېږدې (Proximal) د کارپي رادياليس عضلي د پلي (M.flexor carpi radialis tendon) دواړو اړخونو ته ځای لري.



### اضافي ل م ۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د سنتې په ذريه درملنه کېږي، چې کله ناروغان د زړه او معدې دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۲ کن په اندازه کره نيردي (Proximal) اړخ ته منډل کېږي. دا نقطه د لاس د بند د پوستکي د شاتني قات کې د M.extensor digitorum tendon د راپيوس هډوکي اړخ ته ځای لري.

### اضافي ل م ۴:

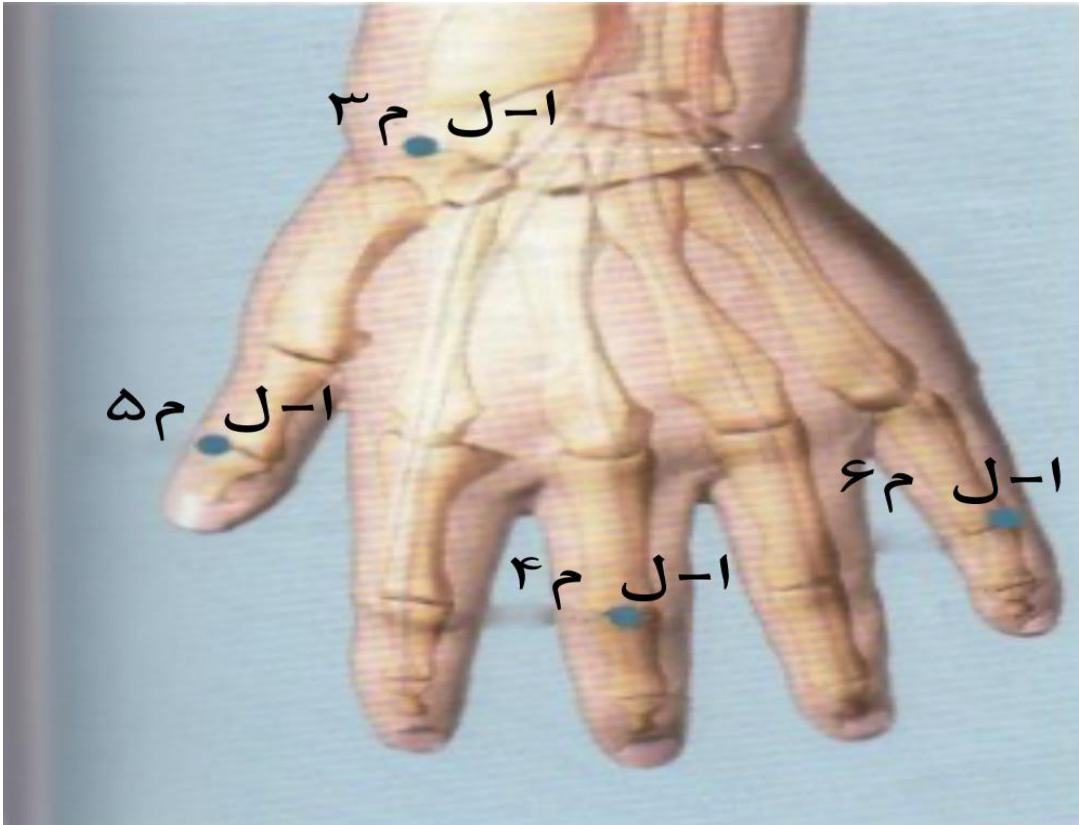
په دې نقطه کې هغه وخت د سنتې په ذريه درملنه کېږي، چې کله ناروغان د مری او معدې دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۰،۳-۰،۲ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د لاس د منځنۍ گوتي شاته يا غزېدلي اړخ د نيردي Interphalangeal joint په منځ کې ځای لري.

### اضافي ل م ۵:

په دې نقطه کې هغه وخت د سنتې په ذريه درملنه کېږي، چې کله ناروغان د سترگو ناروغۍ ولري. د Moxibustion شونتيا يا امکان دلته شته. دا نقطه د لاس د غټې گوتي شاته يا غزېدلي اړخ د Interphalangeal joint په منځ کې ځای لري.

### اضافي ل م ۶:

په دې نقطه کې هغه وخت د سنتې په ذريه درملنه کېږي، چې کله ناروغان د سترگو ناروغۍ ولري. د Moxibustion شونتيا يا امکان دلته شته. دا نقطه د لاس د کوچنۍ گوتي شاته يا غزېدلي اړخ د Interphalangeal joint په منځ کې ځای لري.



اضافي ل م ۷:

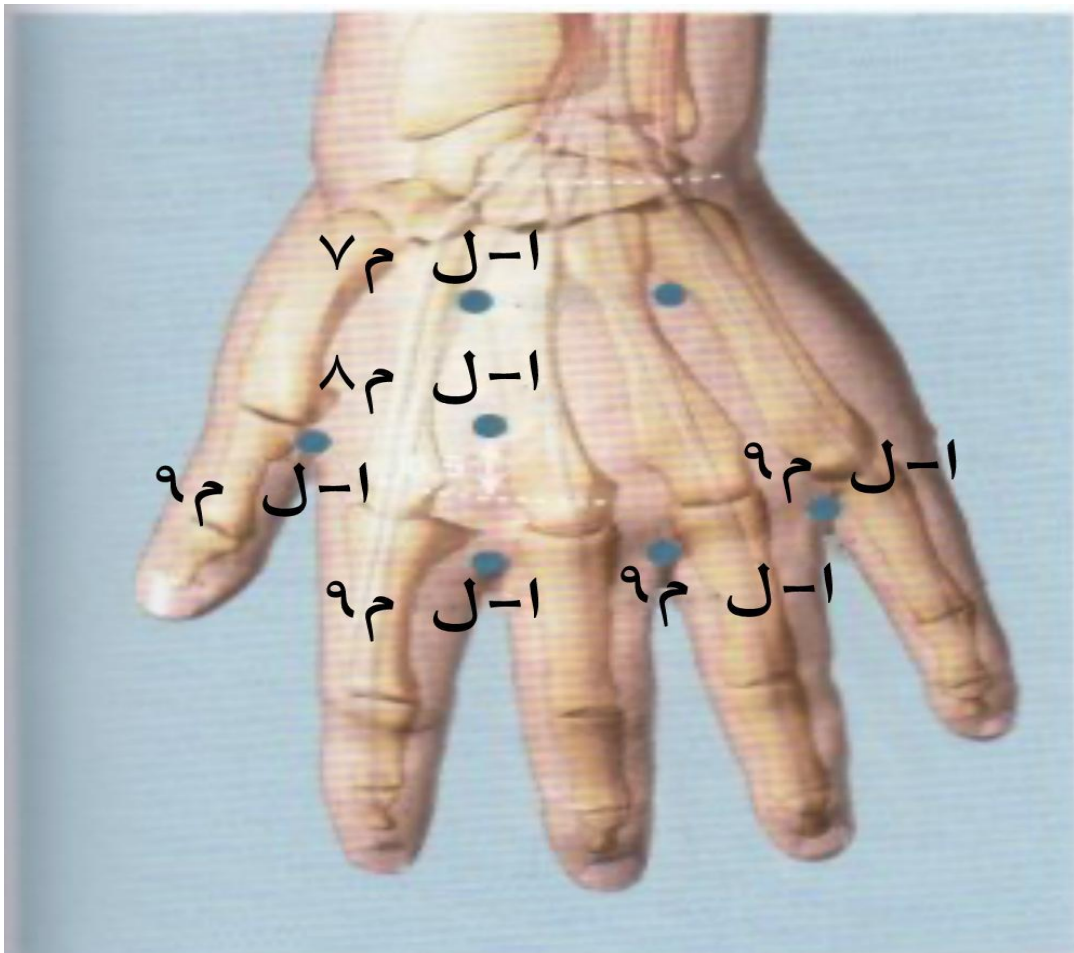
په دې نقطو کې هغه وخت د سنتي په ذريه درملنه کېږي، چې کله ناروغان د ملا دردونه ولري. ستنه په دې نقطو کې د ۰،۳-۰،۵ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دوه نقطې دي، کومې چې د لاس په شاتنی برخه کې د دوهم او دريم ميتاکارپال (Metacarpal) هډوکو او همدارنگه څلورم او پنځم ميتا کارپال (Metacarpal) هډوکو د نيردې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

اضافي ل م ۸:

په دې نقطه کې هغه وخت د سنتي په ذريه درملنه کېږي، چې کله ناروغان د څټ دردونه او شخوالي او همدارنگه 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،۵ کن د Metacarpophalangeal joint نيردې (Proximal) ځای لري.

اضافي ل م ۹:

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



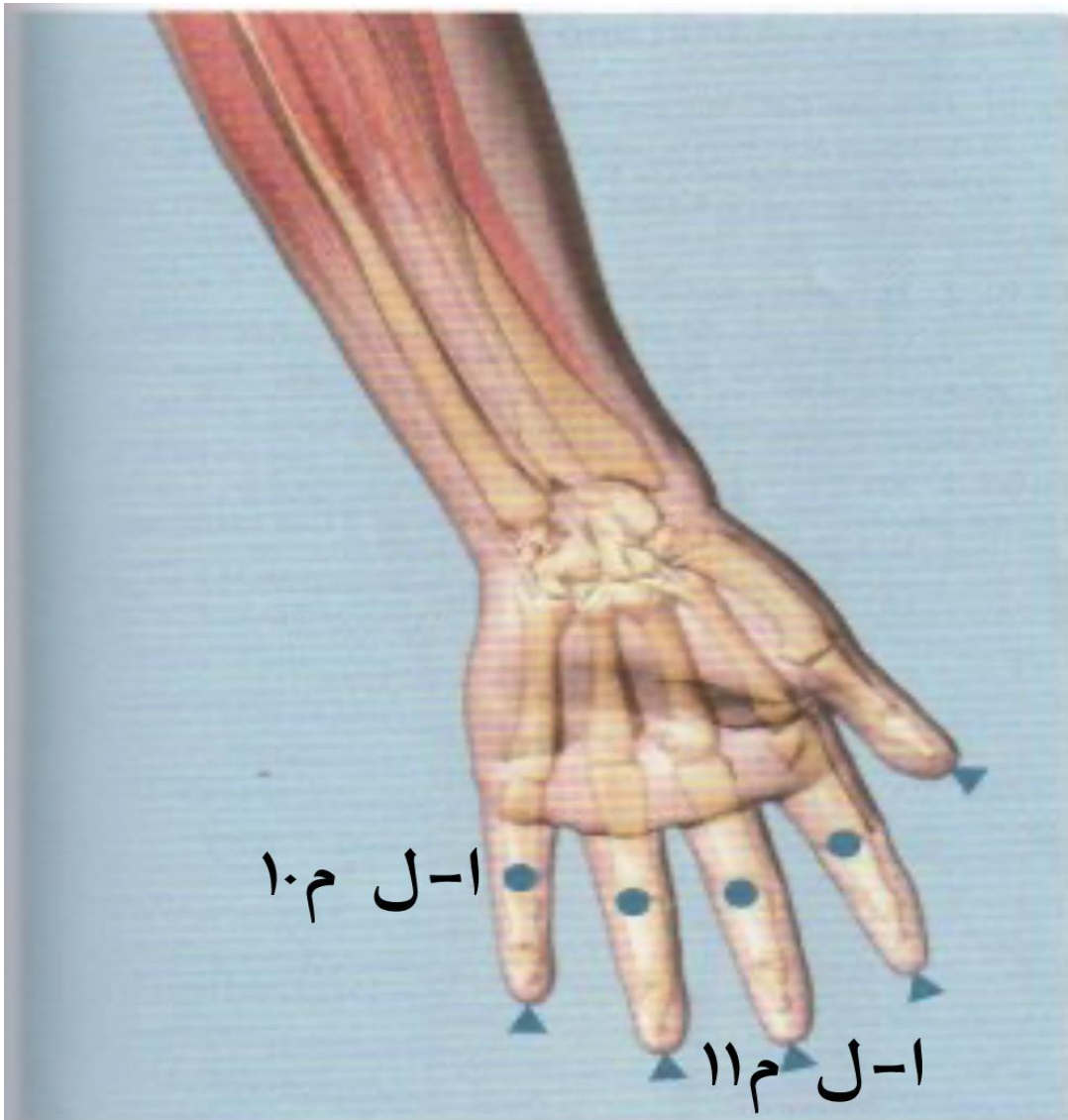


### اضافي ل م ۱۰:

دا څلور نقطې دي: په دې نقطو کې هغه وخت د ستني په ذريه درملنه کېږي، چې کله ناروغان اشتها ونلري، د هضم ستونزه ولري، همدارنگه هغه کوچنيان، چې خوارځوکی (سوی تغذیه) ولري. ستني په دې نقطو کې د ۰،۲-۰،۱ کن په اندازه د پوستکي لاندې منډل کېږي. دا نقطې د دوهمې څخه تر څلورمې گوتي نبردي (Proximal) بندونو (Metacarpophalangeal joints) په منځنۍ برخو کې ځای لري.

### اضافي ل م ۱۱:

دا پنځي نقطې دي: په دې نقطو کې هغه وخت د ستنو په ذريه درملنه کېږي، چې کله بي هوشي، تبه، او يا د گوتو څوکې بډۍ (Paresthesia) وي. ستني په دې نقطو کې ۰،۱ - ۰،۲ کن په اندازه د پوستکي لاندې منډل کېږي. دا نقطې د گوتو په څوکو يانې د نوک د ازادې څنډې څخه ۰،۵ کن لېرې ځای لري.



### د پښو او پټونونو اضافي نقطې

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

#### اضافي پ پ ۱:

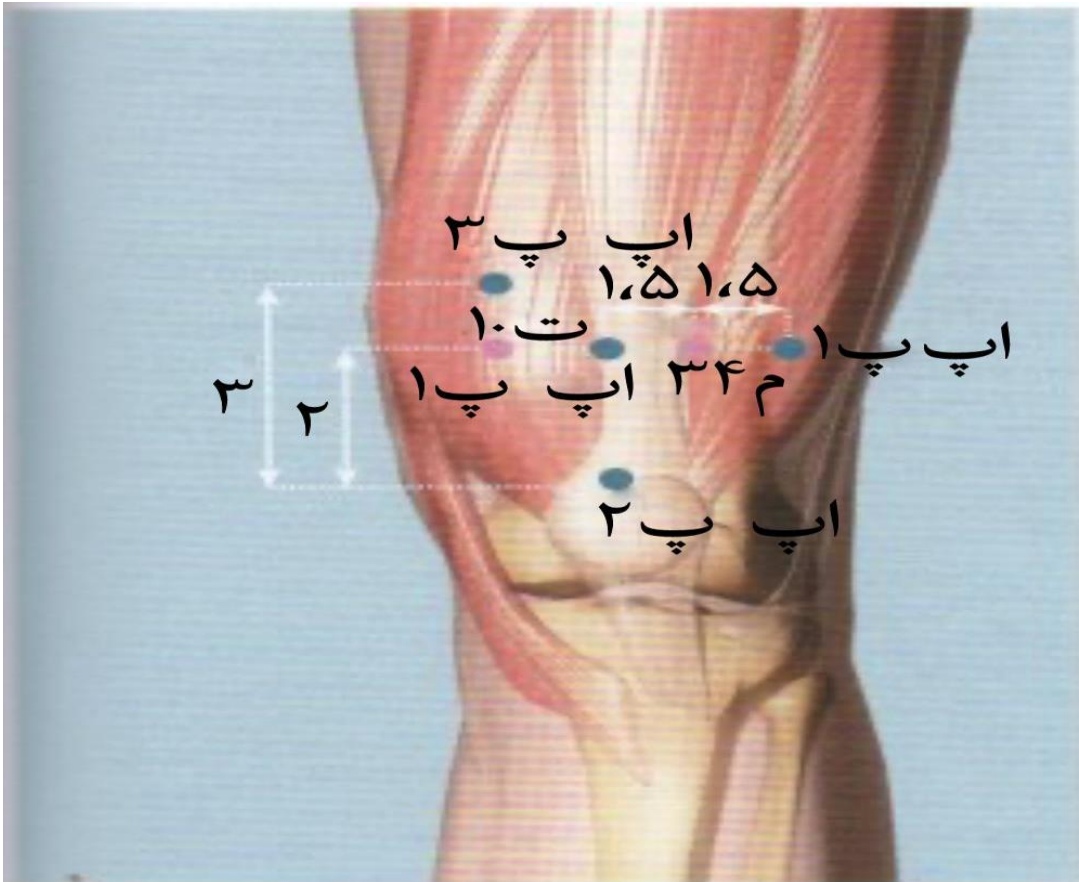
دا درې نقطې دي: په دې نقطو کې هغه وخت د سنتو په ذریعہ درملنه کېږي، چې کله ناروغان د اورون دردونه ولري. سنتې په دې نقطو کې د ۵، ۰۰، ۸، ۰ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطې د ځنگون پورته له یو بل څخه ۵، ۱ کن داخل (Medial) او (Lateral) ځای لري.

#### اضافي پ پ ۲:

په دې نقطه کې هغه وخت د سنتو په ذریعہ درملنه کېږي، چې کله ناروغان د ځنگون دردونه ولري. سنته په دې نقطه کې د ۳، ۰۰، ۵، ۰ کن په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پټیلا هډوکي د پورتنۍ څنډې په منځنۍ برخه کې ځای لري.

#### اضافي پ پ ۳:

په دې نقطه کې هغه وخت د سنتو په ذریعہ درملنه کېږي، چې کله ناروغان د پوستکي ناروغۍ ولري. سنته په دې نقطه کې د ۵، ۰۰، ۲، ۱ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. کله چې ځنگون د قات په حال کې وي، دا نقطه د پټیلا هډوکي د پورتنۍ داخلي څنډې څخه ۳ کن پورته ځای لري.

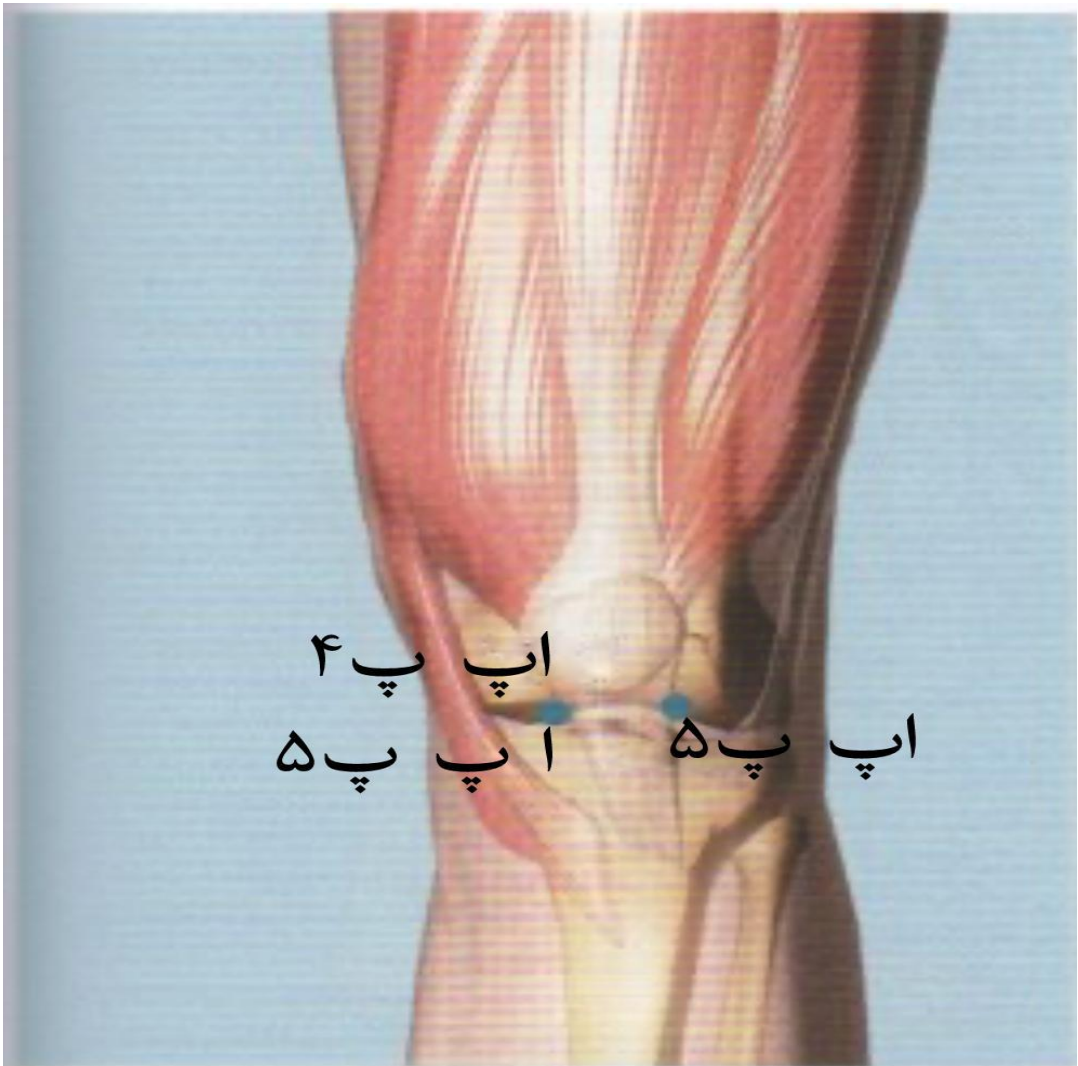


#### اضافي پ پ ۴:

په دې نقطه کې هغه وخت د سنتو په ذريه درملنه کېږي، چې کله ناروغان د ځنگون دردونه ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰- ۱ کن په اندازه په کاره ډول د ځنگون منځني اړخ ته منډل کېږي. کله چې ځنگون د قات په حال کې وي، دا نقطه د Ligamentum patellae داخيل خوا او م ۳۵ ته مخامخ ځای لري. پاملرنه ! دلته د سنتو په ذريه درملنه د ځنگون د التهاب يا مکروبي کېدو سبب کېږي.

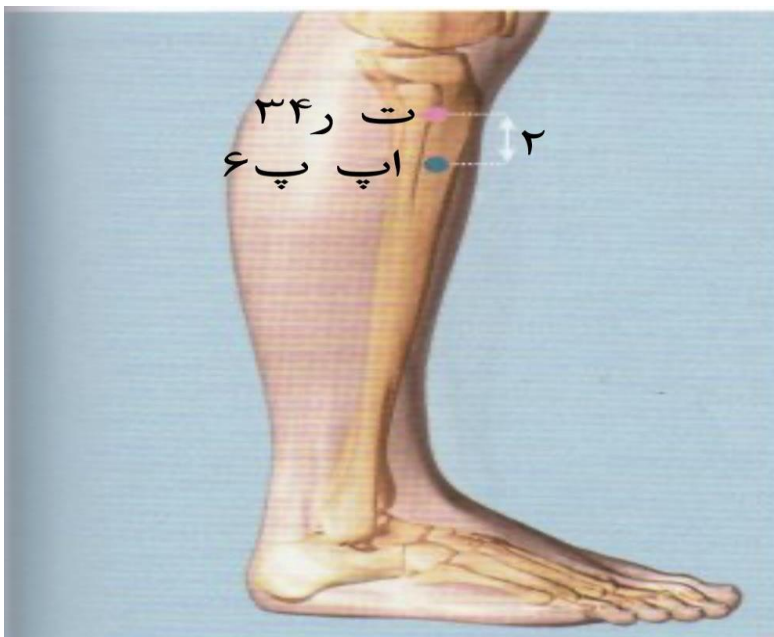
#### اضافي پ پ ۵

دا دوه نقطې دي، په دې نقطو کې هغه وخت د سنتو په ذريه درملنه کېږي، چې کله ناروغان د ځنگون دردونه ولري. سنتي په دې نقطو کې د ۵، ۰- ۱ کن په کاره ډول د ځنگون منځني اړخ ته منډل کېږي. کله چې ځنگون د قات په حال کې وي، دا نقطې د Ligamentum patellae داخيل او بهر ځای لري. پاملرنه ! دلته د سنتو په ذريه درملنه د ځنگون د التهاب يا مکروبي کېدو سبب کېږي.



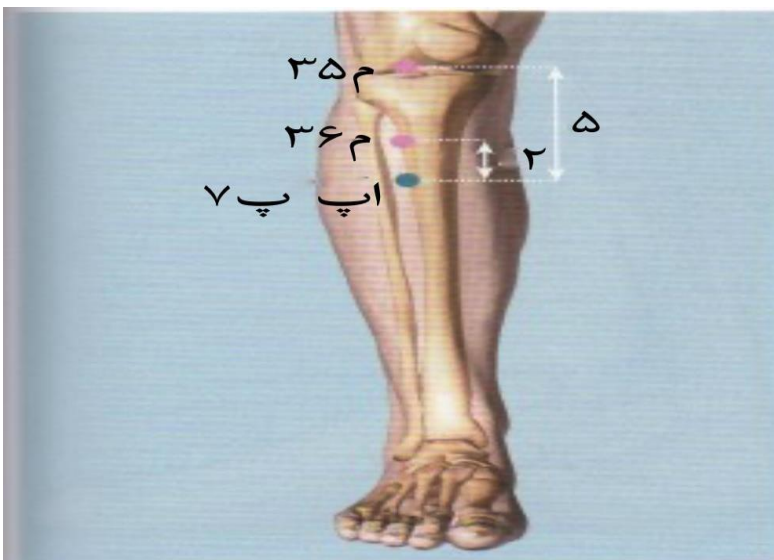
اضافي پ پ ۶:

په دې نقطه کې هغه وخت د ستنو په ذريه درملنه کېږي، چې کله ناروغان د تريخي ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۸، ۰، ۲، ۱ اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د پښې د داخلي بڼگري (Malleolus medialis) په جگه نقطه کې ځای لري. ت ر ۳۴ څخه ۲ کن لېږي Distal پرته ده.



اضافي پ پ ۷:

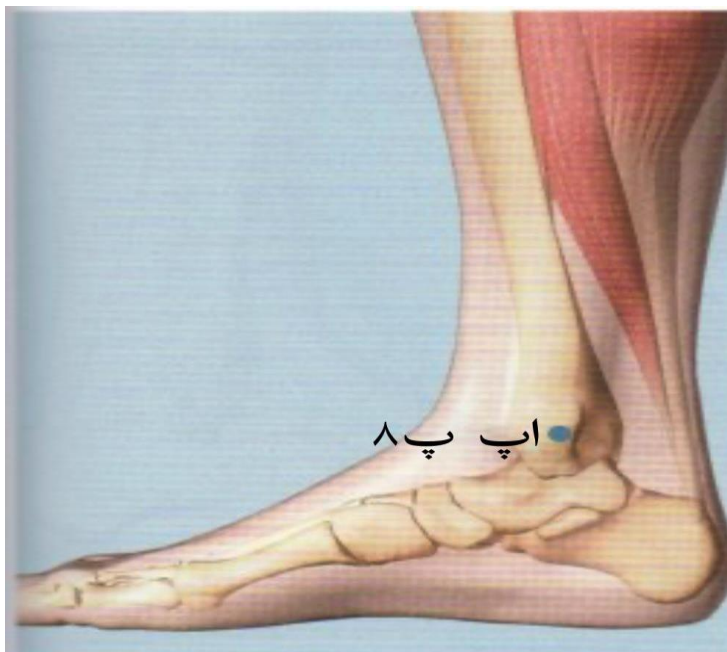
په دې نقطه کې هغه وخت د ستني په ذريه درملنه کېږي، چې کله ناروغان د Appendicitis ناروغۍ ولري. ستنه په دې نقطه کې د ۵، ۰، ۵، ۱ اکن په اندازه په عمودي ډول منډل کېږي. دا نقطه د م ۳۶ څخه ۲ کن لېږي Distal پرته ده.





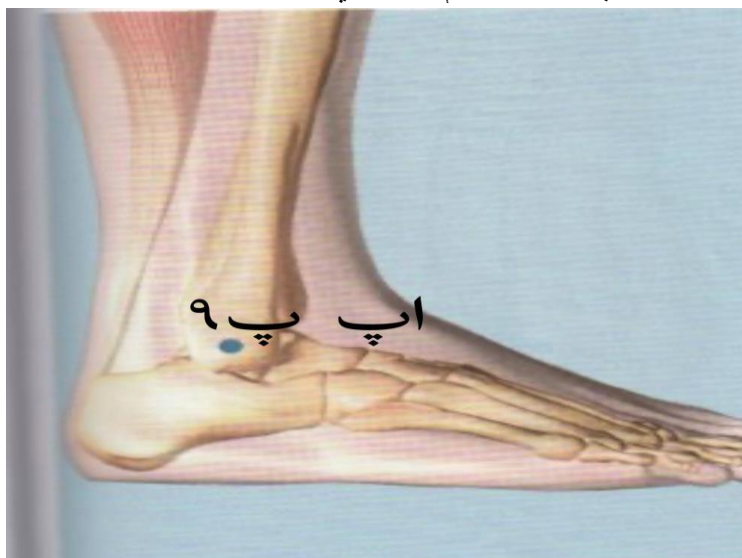
اضافي پي ۸:

په دې نقطه کې هغه وخت د ستنو په ذريه درملنه کېږي، چې کله ناروغان دلېنگو او غاښونو دردونه ولري. دلته د Moxibution او Microaderlass شونتيا او امکان هم شته. دا نقطه د پښې د داخلي بڼگري (Malleolus medialis) په جگه نقطه کې ځای لري.



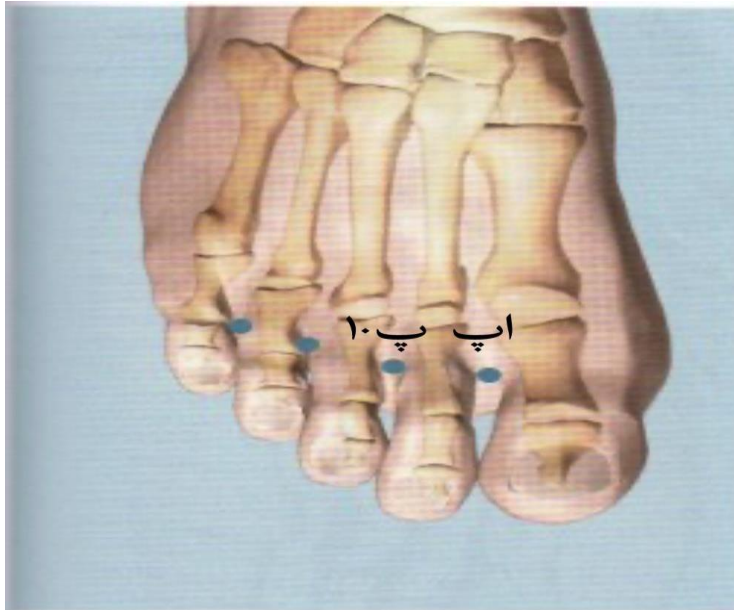
اضافي پي ۹:

په دې نقطه کې هغه وخت د ستني په ذريه درملنه کېږي، چې کله ناروغان د پښو او عضلي دردونه ولري. دلته د Moxibution او Microaderlass شونتيا او امکان شته. دا نقطه د پښې د بهرني بڼگري Malleolus lateralis په جگه نقطه کې ځای لري.



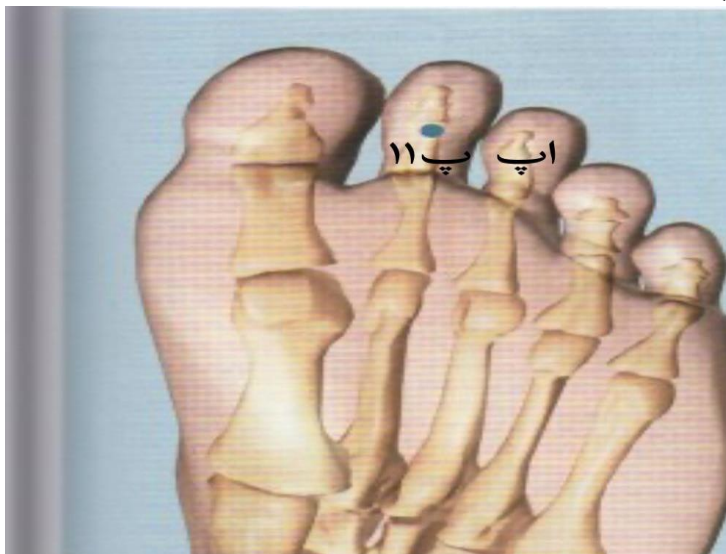
اضافي پيپ ۱۰:

ځلور نقطې دي په دي نقطو کي هغه وخت د ستنو په ذريه درملنه کيږي، چي کله ناروغان د پښو پرسوب، دردونه او سوروالی ولري. په دي نقطو کي سنتي د ۵، ۸-۰، ۰، ۱ کن په اندازه د پښو داخلي اړخ ته منډل کيږي. دا نقطې د پښو د گوتو د Metatarsophalangeal joint تر منځ ځايونه لري.



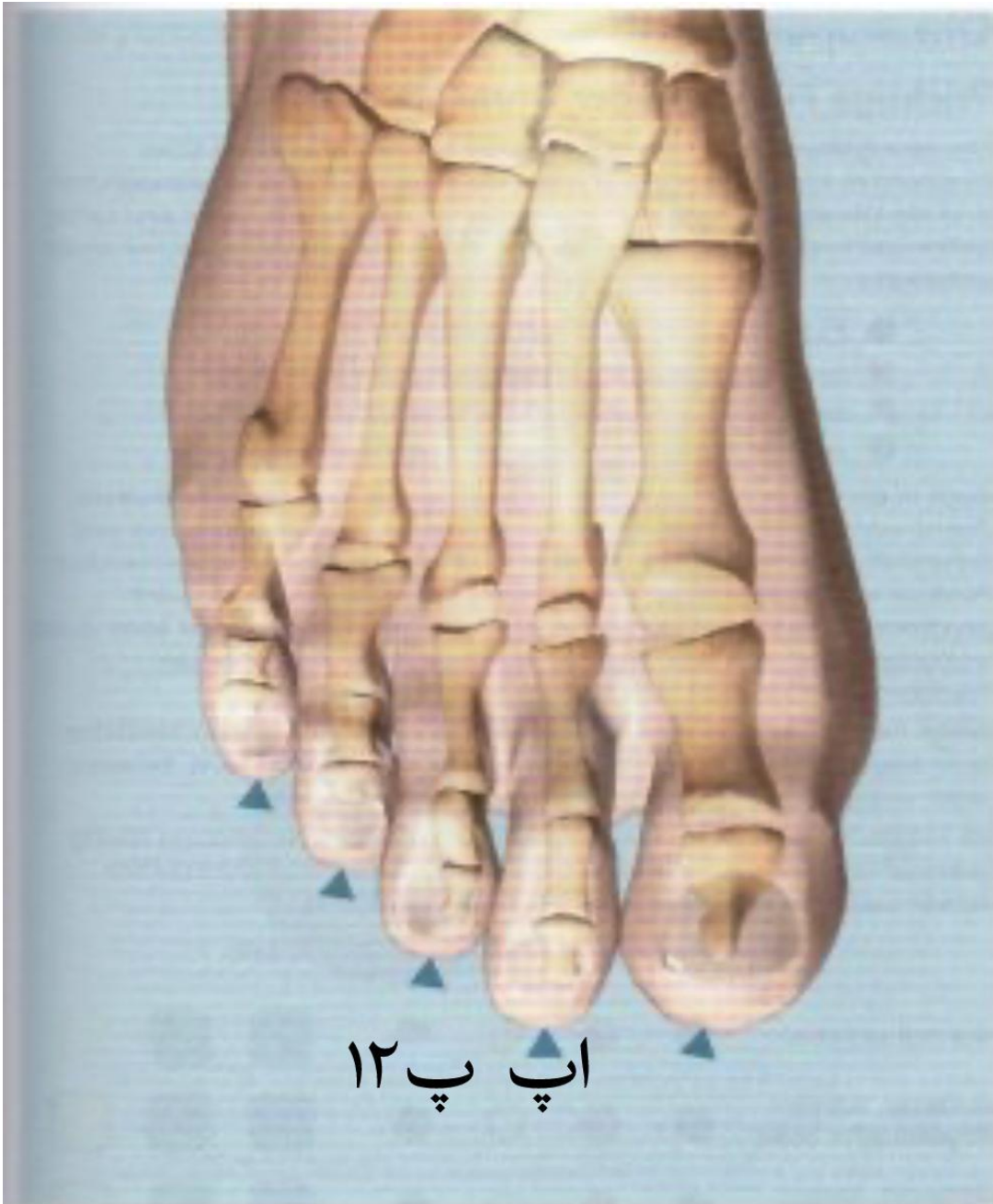
اضافي پيپ ۱۱:

په دي نقطه کي هغه وخت د ستنو په ذريه درملنه کيږي، چي کله ناروغان بنځينه ناروغی ولري، همدارنگه دزيږون سره مرسته کوي. په دي نقطو کي سنتي د ۱، ۰، ۲-۰، ۰، ۱ کن په اندازه په عمودي ډول منډل کيږي. دا نقطه د پښو د دوهمي گوتي د قات شوي اړخ د لږي Metatarsophalangeal joint په منځني برخه کي ځای لري.



اضافي پي ۱۲:

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



### د همغږی نقطې (Approval points) په لنډ ډول

کله چې د یو اورگان د ناروغتیا په وخت کې د هماغه اورگان درملنه د سنتو په ذریه کوو، د دغه اورگان د نقطو سره یو ځای د همدغه اورگان د توافق د نقطې درملنه هم کوو، د دې په ذریه د درملنې اغېز زیاتېږي. دلته په دې جدول کې د مختلفو غړو د توافق نقطې او ځایونه په لنډ ډول لیکل شوي دي. دمتيازو کڅوړې لنډ نوم (م ک)، او د فقري Processus spinosus لنډ نوم Ps، د Foramen sacrale posterior لنډ نوم Fs لیکل شوی دی.

ځای	غړی	د توافق نقطه
دسینې د دریمې فقري Ps د بنکتنې برخې د جگوالي په اندازه، د شاتني منځني خط څخه ۵، اکن بهر ته ځای لري.	سږی	م ک ۱۳
دسینې د څلورمې فقري Ps د بنکتنې برخې د جگوالي په اندازه، د شاتني منځني خط څخه ۵، اکن بهر ته ځای لري.	د زړه پرده	م ک ۱۴
دسینې د پنځمې فقري Ps د بنکتنې برخې د جگوالي په اندازه، د شاتني منځني خط څخه ۵، اکن بهر ته ځای لري.	زړه	م ک ۱۵
دسینې د اتمې فقري Ps د بنکتنې برخې د جگوالي په اندازه، د شاتني منځني خط څخه ۵، اکن بهر ته ځای لري.	ځگر یا اینه	م ک ۱۸
دسینې د لسمې فقري Ps د بنکتنې برخې د جگوالي په اندازه، د شاتني منځني خط څخه ۵، اکن بهر ته ځای لري.	تريخی	م ک ۱۹
دسینې د یوولسمې فقري Ps د بنکتنې برخې د جگوالي په اندازه، د شاتني منځني خط څخه ۵، اکن بهر ته ځای لري.	توری	م ک ۲۰
دسینې د دولسمې فقري Ps د بنکتنې برخې د جگوالي په اندازه، د شاتني منځني خط څخه ۵، اکن بهر ته ځای لري.	معهه	م ک ۲۱
د ملا د لومړۍ فقري Ps د بنکتنې برخې د جگوالي په اندازه، د شاتني منځني خط څخه ۵، اکن بهر ته ځای لري.	گرم یا تاوده غړي	م ک ۲۲
د ملا د دوهمې فقري Ps د بنکتنې برخې د جگوالي په اندازه، د شاتني منځني خط څخه ۵، اکن بهر ته ځای لري.	بډوډی یا ببنتورگی	م ک ۲۳
د ملا د پنځمې فقري Ps د بنکتنې برخې د جگوالي په اندازه، د شاتني منځني خط څخه ۵، اکن بهر ته ځای لري.	غټي کولکمي	م ک ۲۵
د لومړۍ Fs د جگوالي په اندازه، د شاتني منځني خط څخه ۵، اکن بهر ته ځای لري.	وړې کولمي	م ک ۲۷
د دوهم Fs د جگوالي په اندازه، د شاتني منځني خط څخه ۵، اکن بهر ته ځای لري.	متيازو کڅوړه	م ک ۲۸



## د خطر يا يو ځای کېدو (Alarm points) نقطې په لنډ ډول:

دې نقطو ته چېنایان د موو نقطې (Mu- points) یا راتولېدنې نقطې هم وایي، دا نقطې د بدن به مخکنی 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 ورکړي 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 موقعونه یې په لنډ ډول لیکل شوي دي. په لنډ ډول نومونه: سري (س)، دوماي (دم)، تريخی (ت ر)، ځګر (خ)، Fossa infra clavicular په لنډ ډول په Fi نومول شوي دي.

ځای یا موقعیت	غړي	د خطر نقطې
د لومړۍ پوښتۍ د لوروالي په اندازه د مخکني منځني خط څخه ۶ کن بهر، د Fi په ښکتنۍ برخه کې ځای لري	سري	س ۱
د خېټې د نوم څخه ۲ کن بهر یا وخشي اړخ ته ځای لري	غټې کولمي	م ۲۵
د خېټې د نوم څخه ۴ کن پورته ځای لري	معه	دم ۱۲
د ۱۱مې ازادې پوښتۍ د څوکې په ښکتنۍ برخه کې ځای لري	توري پانقراس	خ ۱۳
د خېټې د نوم څخه ۶ کن پورته ځای لري	زړه	دم ۱۴
د خېټې د نوم څخه ۳ کن ښکته ځای لري	وړې کولمي	دم ۴
د خېټې د نوم څخه ۴ کن ښکته ځای لري	متيازو کڅوړه	دم ۳
د ۱۲مې ازادې پوښتۍ د څوکې په ښکتنۍ برخه کې ځای لري	بدوډی	ت ر ۲۵
د دواړو تيونو تر منځ ځای لري	د زړه پرده	دم ۱۷
د خېټې د نوم څخه ۲ کن پورته ځای لري	ګرم غړي	دم ۵
د اوومې پوښتۍ د لوروالي په اندازه د مخکني منځني خط څخه ۴ کن بهر ځای لري	تريخی	ت ر ۲۴
د شپږمې پوښتۍ د لوروالي په اندازه د مخکني منځني خط څخه ۴ کن بهر ځای لري	ځګر	خ ۱۴

**انتیک نقطی (Antique points)**

انتیک د لرغوني يا پخواني په مانا ده، مانا داچې هر شی چې لرغونی وي، ارزښت يې زیات وي، نو په دې اساس په چینایي طبابت کې د بدن په هره ویا له کې پنځه غوره نقطو ته انتیک نقطی ویلي دي. د هر غړي په ویا له کې ۵ انتیک نقطی دي، دوی داسې وایي: په انتیک نقطو کې د سنتو د مندولو په ذریه انرژي تولیدېږي او په حرکت يې راولي.

د اولي نقطی درملنې په ذریه په چینه کې انرژي تولیدېږي، د دوهمې نقطی په درملنه انرژي په لښتې کې په خوځښت راولي، د دریمې نقطی په درملنه يې په ویا له کې په خوځښت راولي، د څلورمې نقطی په درملنه يې په سیند کې په خوځښت راولي، د پنځمې نقطی په درملنه يې د بدن دا انرژي د دریا ب سره يو ځای کېږي، او په دې ډول د انرژي توازن په بدن کې برابروي.

د ین ویا لو انتیک نقطی (Antique points):

انتیک نقطی	۱	۲	۳	۴	۵
سري	۱۱س	۱۰س	۹س	۸س	۵س
زړه	۹ز	۸ز	۷ز	۴ز	۳ز
د زړه پرده	۹زپ	۸زپ	۷زپ	۵زپ	۳زپ
توری	۱ت	۲ت	۳ت	۵ت	۹ت
بېودی	۱ب	۲ب	۳ب	۷ب	۱۰ب
ځگر يا اینه	۱خ	۲خ	۳خ	۴خ	۸خ

د ینانگ ویا لو انتیک نقطی (Antique points):

انتیک نقطی	۱	۲	۳	۴	۵
غتي کولمي	۱کغ	۲کغ	۳کغ	۵کغ	۱۱کغ
وري کولمي	۱وک	۲وک	۳وک	۵وک	۸وک
گرم غړي	۱کغ	۲کغ	۳کغ	۶کغ	۱۰کغ
معهه	۴۵م	۴۴م	۴۳م	۴۱م	۳۶م
متيازو کڅوره	۶۷کم	۶۶کم	۶۵کم	۶۰کم	۴۰کم
تريخي	۴۴رت	۴۳رت	۴۱رت	۳۸رت	۳۴رت

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

دا نقطې د یانگ او یین ترمنځ توازون رامنځ ته کوي. دا نقطې په چینایي درملنه کې د یوځای کېدو راتولولو په مانا هم دي، چې انرژي راتولوی، او بیا یې بدن ته لکه د ویالې وربهوي. بدن، روح او احساس ته پیاوړتیا وربخښي.

په یین (Yin) ویاله کې د اطرافو څخه پیل هره دریمه نقطه یوان نقطه ده، او په یانگ (Yang) ویالو کې د اطرافو څخه پیل هره څلورمه نقطه د یووان په نوم یادېږي، فقط د تریخي په ویاله کې استسنا موجوده ده، چې هلته پنځمه نقطه د یووان په نوم یادېږي.

جدول	د پیل (Source points) یا یوان (Yuan) نقطې
ین (Yin) ویالې	س۹، زپ۷، ۷، ت۳، خ۳، ب۳
یانگ (Yang) ویالې	غک۴، گغ۴، وک۴، م۴۲، ت ر۴۰، م ک۴۴

## تېرېدونکې (Passage points) یا لویو (Luo points) نقطې

دا نقطې په کوم ځای کې چې یانگ او یین ویالې یو بل قطع کوي، مانا دا چې د یین لویو نقطو د درملنې په ذریه یانگ اورگان ته انرژي ورکوي، او د یانگ لویو نقطې د درملنې په ذریه یین اورگان ته انرژي ورکوي.

غري	لویو (Luo points) نقطې
غټې کولمې	س۷
سبري	غک۶
گرم یا تاوده غري	زپ۶
د زړه پرده	گغ۵
وړې کولمې	ز۵
زړه	وک۷
معدده	ت۴
توری	م۴۰
تریخي	خ۵
څگر	ت ر۳۷

د تشو متيازو کڅوره انرژي نه ورکوي	ب ۴
بدوډي يا بښتورگي انرژي نه ورکوي	م ۵۸
دوماي	رم ۱۵
رين ماي	دم ۱

په لنډه توگه چې لوی نقطې مختلفو غړو ته انرژي ورکوي، فقط استسنا پکې بدوډي او متيازو کڅوره چې یو بل ته انرژي نه ورکوي.

غړي	یوان لوی	غړي	یوان لوی	غړي	یوان لوی
سري	۹	زړه	۷	زړه پرده	۷
غټي کولمي	۶	وري کولمي	۷	گرم غړي	۴
معهه	۴۰	متيازو کڅوره	۵۸	تريخي	۴۰
توري	۳	بدوډي	۴	حگر	۳

### گروپي تېرېدونکي نقطې (Groups luo points)

د دې نقطو په درملنه د بدن څو ويالو ته انرژي ورکوي. دا ټولې څلور نقطې دي. نچور يې په لاندې جدول کې ليدلای شئ. د بېلگې په توگه که په زپ ۵ نقطه کې ستنه و منډل شي، سري، زړه او د زړه پردې ته انرژي ورکوي.

جدول	گروپي تېرېدونکي نقطې (Groups luo points)
زپ ۵	سري، زړه، زړه پرده
ک غ ۸	غټي کولمي، وري کولمي، تاوده يا گرم غړي
ت ۶	توري، بدوډي، حگر
ت ر ۳۹	معهه، متيازو کڅوره، تريخي



**اغېزناکه نقطې (Master points)**

د ځېنو غړو يا اورگانونو ماسټر نقطې په لاندې جدول کې ليدلای شئ.

د اغېز لاندې غړي	ماسټر نقطې
پک (Zang) يا ين (Yin) غړي	خ ۱۳
تش (Fu) يا يانگ (Yang) غړي	رم ۱۲
ليگامينټونه او عضلات	ت ۳۴
د وينې رگونه	س ۹
تنفسي سيستم	رم ۱۷
هډوکي	م ۱۱
وينه	م ۱۷
د هډوکي مغز	ت ۳۹

**د بدن د بنکتنې برخې اغېزناکې نقطې**

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

بنکتنې اغېزناکه نقطې	تش (Fu) يا يانگ (Yang) غړي
م ۳۶	معه
م ۳۷	غټې کولمې
م ۳۹	ورې کولمې
م ۳۹	تاوده يا گرم غړي
م ۴۰	متيازو کڅوره
ت ۳۴	تريخي

**ساحوي اغيز کونکي نقطې (Region releted points)**

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

ساحوي اغيز کونکي نقطې (Region releted points)	ساحه (Region)
۳۶م	خپټه
۳۸م	اورې يا ولي
۴ک غ	د مخ او خولي ساحه يا برخه
۷س	سر او د سر شاتنې ساحه يا برخه
۴۰ک م	د ملا ساحه يا برخه
۶ زپ	د سينې ساحه يا برخه
۶۰ک م	د څټ برخه

**بېلوونکي يا ځي نقطې (Xi- points)**

کله چې د بدن د بنکتنې يا پورتنې برخې پورې تړلي غړو کې په عاجله يا سملاسي توگه 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 پورتنې برخې ځي نقطې (Xi)	د بدن د بنکتنې برخې ځي نقطې ( Xi )
۶س	ت ۸
۷ک غ	م ۳۴
۴زپ	غ ۶
۳ک غ	ت ر ۳۶
۶ز	ب ۵
۶وک	م ک ۶۳

## د ناروغيو درملنه په لنډ ډول

د ناروغيو درملنه په لنډ ډول يانې په مختلفو ناروغيو کې ددرملني نقطې په نڅېنه کوو.

- د باد (wind) درملنه: ت ر ۲۰، ت ۳۱، ت ر ۳۴، خ ۳، گ غ ۵.
- د يخنی (Cold) درملنه: غ ک ۴، غ ک ۱۱، گ غ ۵، دم ۱۴، م ک ۴۰.
- د گرمی (Heat) درملنه: غ ک ۴، غ ک ۱۱، گ غ ۵، دم ۱۴، م ک ۴۰.
- د لوندوالي (Humidity) درملنه: ت ۳، ت ۹، م ۴۰، م ک ۲۰، خ ۱۳.
- د وچوالي (Dryness) درملنه: س ۵، س ۷، ب ۳، ب ۶، ب ۱۰، غ ک ۱۱.
- د درد دمنځه وړنکې نقطې (Analgesic points): غ ک ۴، وک ۳، م ۴۴.

### سرویکل سندروم (Cervical syndrome)

دا ناروغي د خټ دردونه رامنځ ته کوي. دوه شکله (Types) لري. لومړی یې بهرنی شکل (Lateral type) چې دردونه پکې د مټ او لاس اړخ ته خپرېږي يا انتشار کوي. دوهم یې شاتنی شکل (Dorsal type) چې دردونه پکې شاته سېني او ملا ته خپرېږي. د درملني نقطې: م ک ۱۰-۱۳، وک ۱۱-۱۴، ت ر ۲۰-۲۱، دم ۱۴-۱۶، ۱- س غ ۱۵.

- لېږي محوری نقطې:
- بهرنی شکل (Lateral type): وک ۳، م ک ۶۰.
- شاتنی شکل (Dorsal type): گ غ ۵، ت ر ۳۹.

### توراسیک سندروم (Thoracic syndrom)

دا ناروغي د سینې د فقره په برخه کې دردونه رامنځ ته کوي. درملني نقطې: م ک ۱۳-۱۸، م ک ۴۱-۴۷. محوري لېږي نقطې: وک ۳، م ک ۶۰.

### لومبار سندروم (Lumbar syndrom)

دا ناروغي د ملا دردونه رامنځ ته کوي، په دې ناروغي کې دردونه کله اورونونو او پښو ته خپرېږي. درملني نقطې: م ک ۲۳-۳۶، م ک ۵۱-۵۴، ت ر ۳۰-۳۱، ۱- ملا ۲، ۱- ملا ۸، ۱- ل م ۷. محوري نقطې

- شاتنی شکل (Lateral type): وک ۳، م ک ۴۰.
- بهرنی شکل (Dorsal type): گ غ ۵، ت ر ۳۴.

### د اوږو دردونه (Shoulder pain)

د درملني ځايي (Local) نقطې: س ۱، س ۲، غ ک ۱۴، غ ک ۱۵، گ غ ۱۴، گ غ ۱۵، وک ۹، وک ۱۰، ت ر ۲۱.

- محوري لېږي نقطې:
- مخکنی (Ventral) نقطې: غ ک ۴، م ۳۸.
- شاتنی (Dorsal) نقطې: وک ۳، م ک ۶۰.

بهرنی (Lateral) نقطې: گ غ ۵، ت ر ۳۹.

### د ځنگلي ناروغی (Epicondylopathy)

په دې ناروغی کې د ځنگلي دردونه رامنځ ته کېږي.  
درملني ځايي (Local) نقطې: ز ۳، ز پ ۳، غ ک ۱۰، غ ک ۱۱، غ ک ۱۴، س ۵، وک ۸، گ غ ۱۰.  
محوري لبرې نقطې:  
بهرنی (Lateral) نقطې: غ ک ۱۰، م ۳۶.  
داخلي (Medial) نقطې: ز ۵، ب ۷.

### د لاس د بند ناروغی (Wrist joint arthritis)

په دې ناروغی کې د لاس د بند هډوکي خورل کېږي، په پایله يا نتیجه کې دردونه رامنځ ته کوي.  
درملني ځايي نقطې: ز پ ۶، ز پ ۷، س ۷، ز ۷، س ۹، س ۱۰، غ ک ۴، غ ک ۵، گ غ ۴، ال م ۹.

### د حوصيلي د هډوکو ناروغی (Coxalgia)

په دې ناروغی کې دردونه د کوناتي په برخه کې وي او اورن يا پتون ته خپرېږي، چې په ولسي ژبه کې ورته رگي نسا وايي.  
د درملني ځايي (Local) نقطې: ت ر ۳۰، ت ر ۳۱، م ک ۳۶.  
بهرنی (Lateral) نقطې: گ غ ۵، ت ر ۳۴.

### د زنگون ناروغی (Gonalgia)

په دې ناروغی کې د زنگون دردونه رامنځ ته کېږي.  
د درملني ځايي (Local) نقطې: ت ۹، ت ۱۰، م ۳۴، م ۳۵، م ۳۶، خ ۸، ت ر ۳۳، ت ر ۳۴، م ک ۴۰، پ ۲، پ ۴، پ ۵.  
محوري لبرې نقطې:  
بهرنی (Lateral) نقطې: غ ک ۱۰، م ۳۶.  
داخلي (Medial) نقطې: ت ۹، س ۵.

### د اکیلیس لیگامنت ناروغی (Achilles tendinitis)

په دې ناروغی کې د پوندو او پینو د بندونو دردونه رامنځ ته کېږي.  
د درملني نقطې: ب ۳، ب ۴، ب ۵، ب ۷، م ک ۵۷، م ک ۵۸، م ک ۶۰، م ک ۶۲.

### د میتاتارسلي (Metatarsalgia)

په دې ناروغی کې د پینو دردونه رامنځ ته کېږي.  
د درملني نقطې: م ۴۱، م ۴۳، م ۴۴، ت ر ۴۱، ت ر ۴۳، خ ۲، خ ۳، ب ۱، پ ۱۰.



## سررددي (Headache)

درې ډوله سررددي موجودې دي، د سر د مخکنۍ برخې، د سر د شاتنۍ برخې، او د اړخونو سررددي.

۱- د سر د مخکنۍ برخې درد (Frontal headache):

د درملنې ځايي (Local) نقطې: م ۲-۸، غ ک ۲۰، وک ۱۸، اس غ ۳، اس غ ۵، دم ۲۴، ت ر ۱۴. محوري لبرې نقطې: غ ک ۴، م ۴۴.

۲- د سر د شاتنۍ برخې درد (Occipital headache):

د درملنې ځايي (Local) نقطې: م ک ۱۰-۱۵، ت ر ۲۰، دم ۱۴-۲۰. محوري ځايي نقطې: وک ۳، م ک ۶۲.

۳- د سر د بهرنۍ برخې دردونه (Lateral headache) يا نيم سرې:

د درملنې ځايي (Local) نقطې: گ غ ۲۰-۲۳، ت ر ۱-۲۰، م ۸، اس غ ۵. محوري ځايي نقطې: گ غ ۳، ت ر ۴۱.

## تریګیمینال نیورلجیا (Trigeminal neuralgia)

په دې ناروغۍ کې د مخ دردونه رامنځ ته کېږي، دغه عصب درې څانګې لري.

۱- د تندې د عصبي څانګې د درملنې نقطې: غ ک ۴، دم ۲۰، خ ۳، ت ر ۱۴، اس غ ۵، م ک ۲.

۲- د پورتنۍ جامې د عصبي څانګې د درملنې نقطې: غ ک ۴، دم ۲۰، غ ک ۲۰، م ۳، وک ۱۸، خ ۳.

۳- د بښکتنۍ جامې د عصبي څانګې د درملنې نقطې: غ ک ۴، دم ۲۰، خ ۳، م ۴-۶، ر م ۲۲. محوري لبرې نقطې: غ ک ۴، م ۴۴.

## د جامې د بندونو ناروغۍ (Temporomandibular Joint)

په دې ناروغۍ کې د مخ د عضلاتو د شخوالي په ذریعې دردونه رامنځ ته کېږي، د جامې دردونه، او همدارنګه د تینیتوس (Tinnitus) ناروغۍ هم رامنځ ته کوي.

د درملنې نقطې: م ۷، وک ۱۸-۱۹، ت ر ۲، ت ر ۲۰، ت ر ۳۴، م ک ۴۰، دم ۱۶. محوري لبرې نقطې:

بهرني (Lateral) نقطې: گ غ ۲۱، ت ر ۴۱.

مخکنۍ (Ventral) نقطې: غ ک ۴، م ۴.

## ریزش یا نوکام (Gripal infect)

د درملنې ځايي (Local) نقطې: م ک ۲، ت ر ۱۴، اس غ ۳، اس غ ۵، غ ک ۲۰، م ۳، وک ۱۷-۱۸.

عرضي نقطې: ( ضد درد نقطې: غ ک ۴، م ۴۴ )، ( ضد باد نقطې: ت ر ۲۰، م ک ۴۰، دم ۱۶ )، ( ضد لوندوالي نقطې: ت ر ۳۹، ت ۹ )، ( د پتالوژیک فکتورنو د منځه وړلو نقطې: گ غ ۵، س ۱۰ )، ( د سپرو اغېزناکه يا ماسټر نقطه: ر م ۱۷ )، ( د مخاط تولېدونکې نقطه: م ۴۰ ).

## حساسیت ( Allergic rhinitis يا Allergic Conjunctivitis )

د هر غړي ځايي نقطې: د درملنې ځايي او همدارنګه عرضي نقطو کې ستنې مندل کېږي.

سنرګي: اس غ ۳، م ک ۲، اس غ ۵.

پوزه: غ ک ۲۰، اس غ ۳، م ک ۲، م ۳.

وری: وک ۱۷.

عرضي نقطې: غ ک ۴، غ ک ۱۱، س ۵، ت ۱۰، ت ر ۲۰، م ۴۰.

### استما (Bronchial asthma) او COPD

په دې ناروغيو کې سا لنډې، توخي او بلغم رامنځ ته کېږي.

د درملني نقطې د استما ناروغي:

رم ۱۷، س ۱، س ۵، س ۹، س ۱۰، زپ ۶، ت ۶، غ ک ۱۱، م ۳۶، م ۴۰، ت ر ۲۱، م ک ۱۳، دم ۱۲.

د درملني نقطې د COPD د ناروغي:

س ۱، س ۵، س ۷، غ ک ۴، غ ک ۱۱، ت ۳، ت ۶، رم ۱۷، دم ۱۴، م ۳۶، م ۴۰.

### سينوسايټس (Sinusitis)

دا ناروغي د دوامداره ريزش له وجې رامنځ ته کېږي، سردردې، تبه اود بدن درد څخه ناروغان شکايت کوي.

د درملني نقطې:

ځايي نقطې: اس ۳، م ۲، ت ۱۴، غ ک ۲۰، م ۳، وک ۱۸.

عرضي نقطې: غ ک ۴، غ ک ۱۱، ت ۶، م ۴۰.

### دردناکه مياشتني ناروغي (Dysmenorrhea)

په دې ناروغي کې بنځې ډېر دردونه لري.

ځايي نقطې: رم ۳، رم ۴، م ۲۹.

عرضي نقطې: غ ک ۴، م ۴۴، ت ۱، ت ۴، خ ۱۳.

د **Hyperemesis gravidarum** ناروغي: د حمل په وخت کې چې ناروغ ډېرې کانگي کوي.

د درملني نقطې: دم ۲۰، ز ۷، زپ ۶، م ۳۶، رم ۱۲، رم ۲۰.

### د کوچني د زېږېدنې په وخت کې دردونه

د درملني نقطې: دم ۲۰، اس ۳، غ ک ۴، م ۴۴، رم ۴، م ۲۹، م ۳۶، ت ۶، خ ۳.

د شاه د درملني نقطې: م ک ۲۷-۳۰، دم ۲.

### د Lactation disorder ناروغي

په دې ناروغي کې د مور په تيونو کې د شيدو د توليد ستونزه موجوده وي.

کچېرته شيدې لري يا هيڅ نه توليديږي، تيبونه دردناکه نه وي، ژبه سپينه وي، پلس (Pulse) کمزوي وي.

د درملني نقطې: م ک ۲۰، رم ۱۷، م ۱۸، م ۲۵، م ۳۶.

کچېرته شيدې په تيبونو کې جمع شوي وي، تيبونه دردناکه وي، ژبه سره وي او زېره طبقه يې نيولي وي.

د درملني نقطې: رم ۱۷، دم ۲۰، زپ ۶، ت ۶، م ۱۸، ت ۳۴، ت ۴۱.

### د Placental abruption ناروغي

په دې ناروغي کې پلاستېا په بشپړ ډول نه راوځي، بنده پاتې کېږي .  
د درملني نقطې: ت ۱، ت ۶، رم ۴، غ ک ۴، خ ۳، اپ پ ۱۱، ت ر ۲۱.

### زور خفغان يا خواشيني (Depression)

د درملني نقطې: دم ۲۰، رم ۴، رم ۶، م ۱۷، ز ۷، زپ ۶، ت ۶، ت ۱۰، ب ۳، م ۳۶، خ ۳.

### د سوزک (Cystitis) ناروغي

په دې ناروغي کې ناروغ د تشو ميتيازو د کولو سره سوزک لري، ځيني ناروغان ورسره دردونه لري،  
او ژر ژر تشي متيازې کوي.

ځايي (Lucal) نقطې: رم ۳، م ۲۹، م ۲۸، م ۶۷، ب ۳.  
عرضي نقطې: په تبه کې ددې نقطو درملنه بايد وشي: غ ک ۴، گ غ ۵، ت ۶، خ ۲، م ۲۲.  
که په تشو ميتيازو کې وینه وي، بايد د ت ۹ درملنه وشي.

### ينکونتيننس (Inconitence)

په دې ناروغي کې ناروغ خپلې تشي يا ډکې متيازې نه شي ټينگولای.  
د درملني نقطې: م ۲۳، م ۲۸، رم ۳، رم ۴، رم ۶، دم ۴، دم ۲۰، ب ۳.

### د پروستات ناروغي (Prostatitis)

په دې ناروغي کې ناروغ تبه، د خبټې درد، د تشي متيازو د کولو په وخت کې د سوزاک او درد څخه  
شکایت کوي، تشي متيازې يې رڼې نه وي.  
د درملني ځايي نقطې: رم ۳، م ۲۹.  
عرضي نقطې:

د تبې او خولې کېدلو د درملني نقطې: غ ک ۴، ت ۶، ت ۹، ت ۱۰، ب ۶.  
د بدودو تنبې د درملني نقطې: س ۷، ب ۳، ب ۶، رم ۴، م ۳۶، م ۲۳. چينيان وايي چې په دې ناروغي  
کې بدودې بايد قوي شي.

### دسترگي گلوکوما (Glaucoma)

گلوکوما د سترگو يوه ناروغي ده، چې د سترگي په کسې کې يو سپين داغ پيدا کېږي، چې دا د وړندوالي  
لامل يا سبب کېدای شي.

د درملني ځايي نقطې: م ۲، م ۳، گ غ ۲۳، اس غ ۳، اس غ ۵، ت ر ۱۴.  
عرضي نقطې: ز ۷، زپ ۶، ت ر ۲۰، ت ر ۳۴، دم ۱۴، غ ک ۴، خ ۳، خ ۱۴، م ۳۶.

### د ليد يا ديد کمزوري (Poor eyesight)

چينيان وايي، د ليد د کموالي لامل يا سبب د ځکر د انرژۍ د کموالي د کبله وي.

د درملني ځايي نقطې: ا- س غ ۳، گ غ ۲۳.  
عرضي نقطې: غ ک ۴، دم ۲۰، ت ر ۲۰، ت ر ۴۳، م ۳۶، خ ۳، م ک ۱۸.

### د سرگرځېدنه يا سر چرخي (Dizziness)

چينيان وايي چې کله ځگر بادي شي، سر گرځېدنه رامنځ ته کوي.  
د درملني ځايي نقطې: گ غ ۲۱، ت ر ۲، ا- س غ ۵.  
عرضي نقطې: ت ر ۲۰، ت ر ۴۳، دم ۱۶، دم ۲۰، خ ۲، خ ۳، گ غ ۳، م ۳۶، م ۴۰، ت ۶، م ک ۲۰.

### په غوړونو کې اوزونه (Tinnitus)

چينيان وايي، د غوړونو د برنگس يا اوزونو علتونه يې يخ باد او يا روحي فشار يانې ډېرې اندېښنې کول دي.

د درملني ځايي نقطې: ت ر ۲، ت ر ۲۰، گ غ ۳، گ غ ۲۱، وک ۱۹.  
عرضي نقطې: دم ۲۰، غ ک ۴، خ ۳، زپ ۶، ب ۶، رم ۶، س ۷، ت ر ۴۳.

### د معدي ناروغی (Gastritis)

په دې ناروغی کې ناروغ د خېټې د پورتنۍ منځنۍ برخې د درد يا سوزش څخه شکايت لري.  
د درملني نقطې: رم ۱۲، م ۲۱، م ۳۶، غ ک ۴، زپ ۶، ت ۶، خ ۱۳، م ک ۲۰، م ک ۲۱.

### زړه بدوالی (Nausea)

د درملني نقطې: رم ۱۲، م ۳۶، زپ ۶.

### اسهال (Diarrhea)

د درملني نقطې: غ ک ۱۱، ت ۴، ت ۹، م ۲۵، م ۳۶، م ۳۷، م ک ۲۵، رم ۱۲.

### قبضيت (Constipation)

د درملني نقطې: م ۲۵، م ک ۲۵، خ ۳، غ ک ۴، گ غ ۶.

### 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 معاینه کې کولمي هيڅ التهاب نه لري.  
د درملني نقطې: م ۲۵، م ۳۶، م ۳۷، ت ۳، ت ۹، ز ۷، دم ۲۰، م ک ۲۰.

### د کولمو مضميني التهابي ناروغی (Colitis ulcerosa او Morbus crohn)

په دې ناروغیو کې ناروغ د خېټې درد، اسهال او کله قبضيت لري.  
د درملني ځايي نقطې: رم ۱۲، م ۲۱، م ۲۵، ت ۱۵.  
عرضي نقطې: م ۳۷، م ۴۰، م ۴۴، ت ۴، ت ۱۰، ت ر ۲۰، ت ر ۳۱، غ ک ۴.



### د زړه ټکان احساسول (Palpitation)

په دې ناروغۍ کې ناروغ د زړه ټکان احساسوي.  
د درملنې نقطې ځایي او عرضي: دم ۲۰، دم ۱۷، دم ۱۴، ا- س غ ۱، ز ۷، ز ۵، ز پ ۶، م ک ۱۵، م ک ۱۸، م ۳۶، ت ۶، رم ۶.

### لوړ فشار (Hypertension)

په دې ناروغۍ کې سردرد، سرگرځېدنه او زړه بدوالی او کانګې او هر شی دوه لیدل او داسې نور.  
درملنې نقطې: ت ۲۰، ت ۳۴، غ ک ۴، خ ۲، خ ۳، دم ۲۰، دم ۱۷، دم ۱۴، ز ۷، س ۷، ز پ ۶، ب ۶، م ک ۶۲، رم ۳.

### ټیټ فشار (Hypotension)

درملنې نقطې: ز ۷، س ۷، رم ۶، ب ۶، ت ۱۰، ت ۳۹، خ ۸، م ک ۱۵.

### د بندېش 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 پ ۱۰، س ۹، دم ۲۰، خ ۳، ت ۳، م ک ۲۰، م ۳۶، غ ک ۱۱.

### بې خوبې (Sleep disturbance)

د درملنې نقطې: دم ۲۰، ا- س غ ۱، س ۷، ز پ ۶، ب ۳، م ک ۱۵، م ک ۲۳.

### ځوانګې (Acne)

په ځوانۍ کې په مخ داني راڅپږي.

د درملنې نقطې: غ ک ۴، غ ک ۱۱، م ک ۲۰، م ک ۲۱، م ک ۴۰، ت ۶، ت ۱۰، س ۳، دم ۱۰، ت ۲۰، م ۳۶، م ۴۴.

### یګزیما (Eczema)

دا هم د پوستکي ناروغي ده چې خارښت پکې وي.

د درملنې نقطې: غ ک ۱۱، ت ۶، ت ۹، ت ۱۰، م ۳۶، م ۱۴، خ ۳، ب ۶، م ک ۲۰، م ک ۲۱.

### هرپیس څوستر (Herpes zoster)

دا د پوستکي ویروسي ناروغۍ ده، په اخته شوي برخه کې دردونه رامنځ ته کوي.

د درملنې نقطې: غ ک ۱۱، ت ۱۰، م ک ۴۰.

### د پوستکي ناروغۍ (Neurodermatitis)

د درملنې نقطې: دم ۱۴، س ۷، س ۹، ز ۷، ت ۶، ت ۱۰، م ک ۱۳، م ک ۴۰، غ ک ۱۱، م ۳۶.

### د چاقوالي (Obesity) ناروغی

د درملني نقطې: دم ۲۰، ۷، زپ ۶، غ ک ۴، خ ۳، م ۳۶.

### د سگرتي (Nicotine dependent)

هغه خلک چې په سگرتو روږدي وي.

د درملني نقطې: دم ۲۰، اس غ ۱، اس غ ۳، دم ۱۴، س ۷، زپ ۶، غ ک ۴، خ ۳.

### شرابي (Alcohol addiction)

شرابي درملنه په لاندې ډول کېږي.

د درملني نقطې: دم ۲۰، رم ۲۶، رم ۱۲، رم ۲۴، خ ۳، خ ۱۳، خ ۱۴، غ ک ۴، زپ ۶، س ۵.  
ت ۳۴، م ۳۶، م ۴۰.

### د نارینه جنسي کمزوري (Erectile dysfunction)

هغه نارینه ناروغان چې تناسلي اله يې نه لکېږي.

د درملني نقطې: م ک ۲۳، م ک ۵۲، م ک ۴، رم ۳، رم ۴، رم ۶، خ ۳، م ۳۶.

### د ويښي کموالي (Anemia)

د لاندې نقطو د درملني په پايله کې وينه په بدن کې جوړېږي، په حرکت يې راولي او او وينه يخوي.

د درملني نقطې: م ک ۱۷، م ک ۲۰، م ک ۲۱، م ک ۴۰، ت ۶، ت ۱۰، خ ۲، خ ۳، غ ک ۱۱، رم ۴، س ۹، م ۳۶.

### بواسير (Hemorrhoids)

د درملني نقطې: ت ۳، ت ۶، م ک ۱۷، م ک ۲۰، دم ۲۰.

### زېري (Hepatitis)

د درملني نقطې: غ ک ۱۱، ت ۹، م ک ۱۸، خ ۳.

### د تريخي ناروغی

د درملني نقطې: غ ک ۱۱، ت ۹، م ک ۱۸، ت ۲۴، ت ۳۴، زپ ۶، م ۳۶.

### تبه (Fever)

د درملني نقطې: غ ک ۴، غ ک ۱۱، دم ۱۴.

### د پوزي ويښي کېدل (Nosebleed)

د درملني نقطې: غ ک ۴، م ۴۴، س ۱۱، خ ۳، ب ۳.

### د لېنگو دردونه (Leg cramp)

د درملني نقطې: م ک ۴۰، خ ۳، ت ۳۴.

### خارښت (Itsching)

د درملني نقطې: غ ک ۱۱، ت ۶، ت ۱۰.

### اټکي (Hiccup)

د درملني نقطې: م ۳۶، ز پ ۶، م ک ۱۷.

### غابڼونو دردونه (a toothache)

د درملني نقطې: غ ک ۱، غ ک ۴، م ۶، م ۷، م ۴۴، ت ر ۲۰.

## سرچینې یا اڅخونه

- ۱- اکوپنکچر کامپکت (Akupunktur kompakt) په جرمني ژبه.  
د چینایي درملني د کتاب ټول انځورونه د اکوپنکچر کامپکت څخه په پښتو ژبه ژباړل شوي دي.  
ليکوالان: (M.Hammes N. Kuschick K.H.Christoph)
- ۲- چیک لست اکوپنکچر (Checkliste Akupunktur) په جرمني ژبه  
ليکوالان: ( Angelika Steveling Hans –Ulrich Hecker Peter Velling/Elmar )  
(T.Peuker).
- ۳- دي اکوپنکچر Die Akupunktur Lehrbuch Bildatlas Repetitorium په جرمني ژبه.  
ليکواله: Susanne Bihlmaier
- ۴- د کولن د اکوپنکچر په اکاډمي کې د سوزانه شرايپر درسي مالومات ( Lehre von Frau Dr. )  
(Susanne Schreiber an der IAN Akademie Köln).
- ۵- انټرنیټ ویکيپېډیا



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

**Get more e-books from [www.ketabton.com](http://www.ketabton.com)  
Ketabton.com: The Digital Library**