

## Cách đo nhiệt độ kinh lạc

### 1. Nguyên tắc chung

Nếu đo để chẩn đoán bệnh phải để người bệnh nghỉ ngơi thoải mái 10 phút trước khi đo thì số đo mới thể hiện chính xác tình trạng công năng của tạng phủ. Nếu đo để theo dõi thí nghiệm thì đo ở đối tượng ngay trước và sau khi thí nghiệm, số đo mới thể hiện đúng kết quả của thí nghiệm.

### 2. Những huyệt cần đo

#### a. Ở tay (chỉ trên), cả hai tay

- Kinh tiểu trường: *Thiếu trạch*.
- Kinh tâm: *Thiếu xung*.
- Kinh tam tiêu: *Quan xung*.
- Kinh tâm bào: *Trung xung*.
- Kinh đại trường: *Thương dương*.
- Kinh phế: *Thiếu dương*.

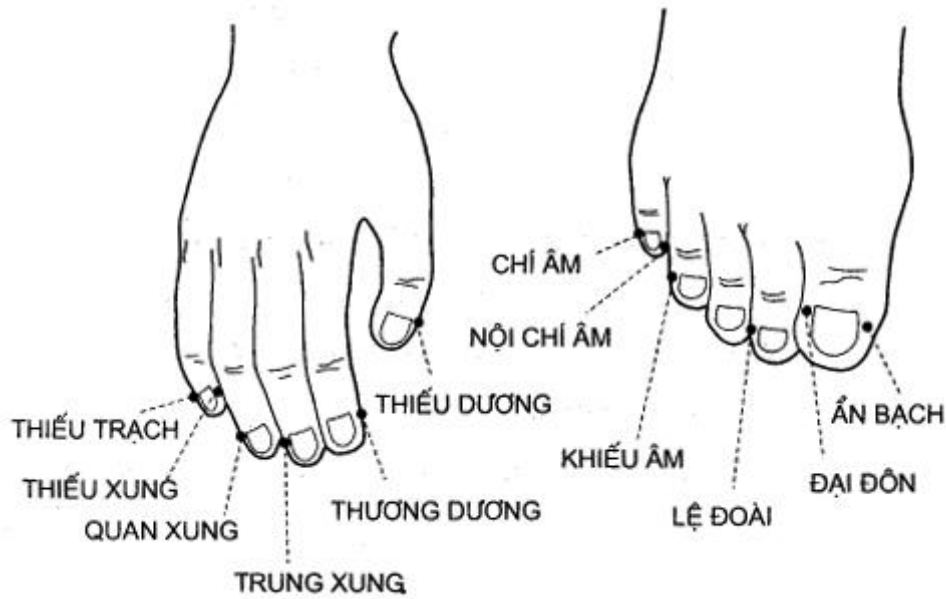
#### b. Ở chân (chỉ dưới), cả hai chân

- Kinh bàng quang: *Chí âm*.
- Kinh thận: *Nội chí âm*.
- Kinh đâm: *Khiếu âm*.
- Kinh vị: *Lệ đoài*.
- Kinh can: *Đại đôn*.
- Kinh tỳ: *Ấn bạch*.

#### c. Xác định lại các vị trí huyệt

Trong số 12 huyệt trên, có 4 huyệt mà vị trí được đổi đi cho thống nhất về tổ chức học, giải phẫu học, do đó mà thống nhất được cơ sở vật chất của huyệt vị. Các huyệt đó là:

- *Trung xung*, vốn ở chính giữa đầu ngón tay giữa, cách móng tay hơn một phân thốn, nay đổi sang cách cạnh ngoài góc móng ngón giữa một phân, ở phía áp ngón nhẫn.



Hình 143. Tên và vị trí các tinh huyết cần đo trên đầu ngón tay và ngón chân

- Nội chí âm, thay cho huyết Dũng tuyền, nơi đo là cách cạnh trong gốc móng ngón út một phân, ở phía áp ngón chân thứ 4, đối chiều với huyết Chí âm.

d. Huyết Ẩn bạch và Đại đôn vốn ở chính giữa phía sau gốc móng ngón chân cái hơn một phân, lại sang hai bên hơn một phân, chỗ có chùm lông trước khớp đốt, ngón, nay đo sang cạnh trong và cạnh ngoài gốc móng ngón cái, cách gốc móng hơn một phân.

### 3. Trình tự đo

a. Từ trên xuống dưới: Tức là đo ở tay trước, đo chân sau.

b. Từ ngoài vào trong: Ở tay thì đo từ kinh tiểu trường, qua tâm, tam tiêu, tâm bào, đại trường, phế; ở chân thì từ kinh bàng quang, qua thận, đả, vị, can, tỳ.

c. Từ trái sang phải: Tức là từng kinh, thì đo huyết bên trái trước huyết bên phải đo sau, hoặc đo cả tay trái trước, tay phải sau, chân trái trước, chân phải sau cũng được.

### 4. Tư thế tay, chân đối tượng đo

- Khi đo ở tay thì úp nhẹ hai bàn tay xuống trước mặt các ngón xòe ra, hai bàn tay cách nhau 10cm.
- Khi đo ở chân thì để hai bàn chân cách nhau 10cm, bàn chân đặt bằng phẳng, thoải mái.

5. Những điểm đo đầu tiên phải để lâu chừng 2-3 phút là thời gian chờ máu nóng, số đo mới là số đúng.