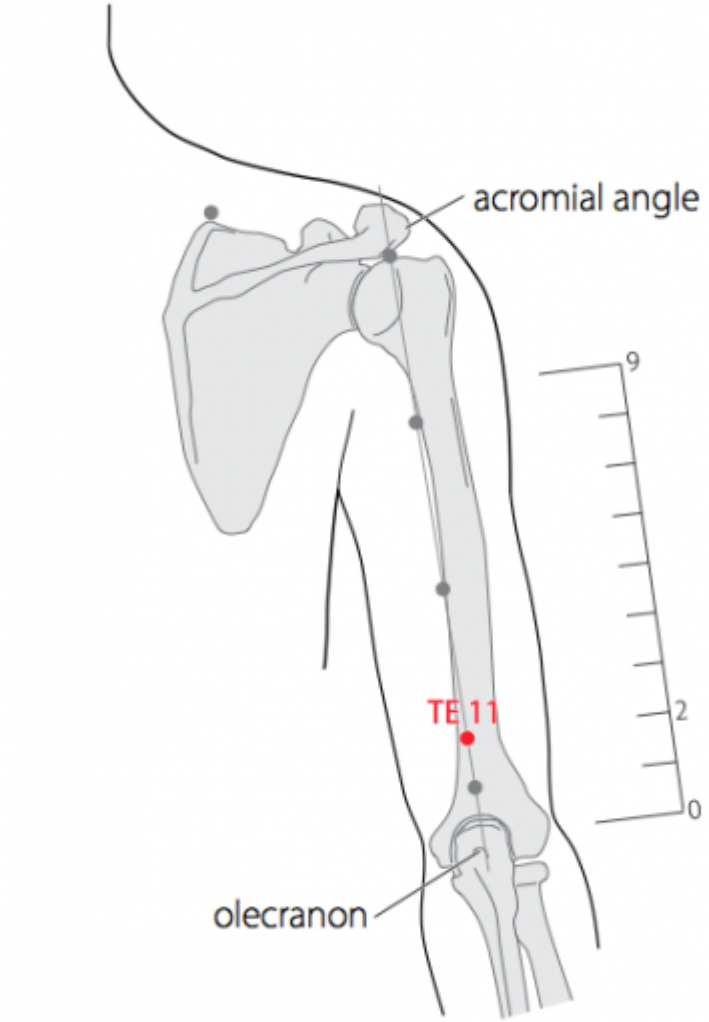
Table des matières

1. Dénomination 1
1.1. Traduction 1
1.2. Origine 2
1.3. Explication du nom 2
1.4. Noms secondaires 2
1.5. Translittérations 2
1.6. Code alphanumérique 2
2. Localisation 2
2.1. Textes modernes 2
2.2. Textes classiques 3
2.3. Rapports et coupes anatomiques 3
2.4. Rapports ponctuels 3
3. Classes et fonctions 3
3.1. Classe ponctuelle 3
3.2. Classe thérapeutique 3
4. Techniques de stimulation 4
5. Indications 4
5.1. Littérature moderne 4
5.2. Littérature ancienne 4
5.3. Associations 4
5.4. Revues des indications 5
6. Etudes cliniques et expérimentales 5
7. Références 5

11TR Qinglengyuan 清令渊（清冷淵）

prononciation qinglengyuan.mp3

articles connexes: - 10TR - 12TR - Méridien -



WHO 2009

1. Dénomination

1.1. Traduction

清令渊 **qīnglìngyuān**	Limpidité froide de l'abîme (Nguyen Van Nghi 1971) Abîme de fraîcheur (Laurent 2000)

- Zhou Mei-sheng 1984 : *qingling* clear and cool; *yuan* deep pool.
- *Qing* : clair, limpide (Pan 1993, Guillaume 1995) ; (Ricci 1000) selon Qian jin yao fang, pur, limpide, clair, transparent, frais (Guillaume 1995) ;
- *Leng* : froid (Pan 1993, Guillaume 1995 ; (Ricci 2995) (Guillaume 1995) ;
- *Yuan* : gouffre. Fraîcheur d'un gouffre aux eaux limpides (Pan 1993) ; (Ricci 5984), eau profonde, abîme, gouffre, profond (Guillaume 1995); abîme, gouffre... Cf. *Taiyuan* 9P (Laurent 2000)

1.2. Origine

- Jia yi jing (Guillaume 1995).

1.3. Explication du nom

- Zhou Mei-sheng 1984 : *Qinglingyuan* This point has a function of producing an antipyretic effect and reducing internal heat. It is like a deep pool, clear and cool.
- Laurent 2000 : *Yuan* désigne à nouveau la fossette olécrânienne. D'autre part, il est difficile d'écarter le sens : froid, solitaire, délaissé, de l'expression *qingleng* qui signifie : froid, solitaire, délaissé.

1.4. Noms secondaires

Qīngléngquán 清冷泉（1）	Guillaume 1995, Laurent 2000
Qīnghào, 青昊（2）	Qian Jin Yao Fang (Guillaume 1995)
Qīnglíng 青灵［青靈］(3)	Laurent 2000

1. source de la solitude (Laurent 2000)
2. *Qing* (Ricci 1006) : bleu-vert ; glauque, verdâtre ; bleu foncé, azur, bleu d'acier, bleu marine, bleuâtre, noir ; printanier, jeune ; écorce de bambou, tablette de bambou ; (Ricci 1000), pur, limpide, clair, transparent, frais (Guillaume 1995). *Hao* (Ricci 1711) : été, ciel (Guillaume 1995)
3. fraîcheur bienfaisante (Laurent 2000)

1.5. Translittérations

- (fra)
- (eng)
- (viet)

1.6. Code alphanumérique

11 TR, TR 11, 11 TF, TE 11

2. Localisation

2.1. Textes modernes

- Nguyen Van Nghi 1971 : A une distance au-dessus de Tsienn Tsing (10TR) à deux distances au-dessus de l'olécrane.
- Roustan 1979 : Le coude fléchi, une distance au-dessus de *Tianjing* 10TR.
- Deng 1993 : Sur la face externe du bras, à 2 *cun* au-dessus de la pointe du coude ou à 1 *cun* au-dessus de *Tianjing* (10TR), quand le coude est en flexion.
- Pan 1993 : Le point *Qingleng yuan* se trouve à 1 distance directement au-dessus de Tianjing (10TF).

- Guillaume 1995 : À 1 distance au-dessus de *Tianjing*- 10TR, coude fléchi.
- Laurent 2000 : Sur la face postérieure du bras, à 1 *cun* au-dessus de *Tianjing*.
- WHO 2009: On the posterior aspect of the arm, on the line connecting the prominence of olecranon with the acromial angle, 2 B-*cun* proximal to the prominence of the olecranon. Note: With the elbow extended, 2 B-*cun* superior to the prominence of the olecranon.

Items de localisation

2.2. Textes classiques

- Deng 1993 : **1)** “A 1 *cun* (à 2 *cun* dans une autre édition) au-dessus du coude. Ce point est localisé lorsque le bras est levé et le coude tendu.” (Jia Yi) ; **2)** “A 3 *cun* au-dessus du coude. Ce point est localisé lorsque le bras est levé et le coude tendu.” (Qian Jin) ; **3)** “A 2 *cun* au-dessus du coude, ce point est localisé lorsque le bras est levé et le coude tendu.” (Wai Tai) ; **4)** “A 1 *cun* au-dessus de *Tianjing* (T.R.10). Ce point est localisé lorsque le bras est levé et le coude tendu.” (Jin Jian) ; **5)** “A 1,5 *cun* au-dessus du coude, à 1 *cun* de *Tianjing* (10TR).” (Ji Cheng). **Remarque :** Concernant la localisation de ce point, Jia Yi propose deux définitions “à 1 *cun*” ou “à 2 *cun*” au-dessus du coude. Cette dernière est approuvée par Wai Tai et a été acceptée par les ouvrages médicaux postérieurs. Actuellement, on situe *Qingglengyuan* (11TR) sur la face externe du bras, à 2 *cun* au-dessus de l'olécrane et à 1 *cun* de *Tianjing* (10TR), lorsque le coude est fléchi. Ji Cheng situe le point à 1,5 *cun* au-dessus du coude et à 1 *cun* de *Tianjing* (10TR). En effet, dans ce livre, *Tianjing* (10TR) est localisé dans la dépression qui se forme “légèrement en arrière du coude”, ce qui le place un peu plus bas que dans d'autres sources.

2.3. Rapports et coupes anatomiques

- Guillaume 1995 : Branche collatérale médiane de l'artère brachiale profonde. Branche cutanée brachiale dorsale du nerf radial, nerf du vaste interne et de l'anconé.

2.4. Rapports ponctuels

3. Classes et fonctions

3.1. Classe ponctuelle

3.2. Classe thérapeutique

- Pan 1993 : La puncture de ce point est très efficace pour guérir les maux causés par l'agent pathogène Chaleur. Elle apporte à la personne malade la fraîcheur d'un gouffre aux eaux limpides.
- Guillaume 1995 ; *Qingleng yuan* perméabilise le *Qi* des méridiens, purifie et élimine l'humidité-chaleur.
- Laurent 2000 : Disperse la chaleur du *Sanjiao*, fait circuler l'énergie du méridien, calme les douleurs. *Qinglengyuan* est connu pour ses effets antipyrétiques.

4. Techniques de stimulation

Acupuncture	Moxibustion	Source
Selon Tong ren, puncturer à 0,3 distance	Appliquer 3 cônes de moxa	Zhen jiu ju ying (Guillaume 1995)
Piquer perpendiculairement à 1-1,5 distance	Cautériser 3 fois, chauffer 5-10 minutes	Roustan 1979
Puncture perpendiculaire entre 0,8 et 1,2 distance de profondeur	Cautérisation avec 3 à 7 cônes de moxa, moxibustion pendant 5 à 15 minutes	Guillaume 1995
Piqûre perpendiculaire de 0,8 à 1,2 *cun*	Moxas : 3 à 5; chauffer 15 à 25 mn	Laurent 2000

Sensation de puncture

Sécurité

5. Indications

Usage :
Point référencé nomenclature OMS (WHO 1991)
Point usuel - secondaire (Roustan 1979)

5.1. Littérature moderne

- Nguyen Van Nghi 1971 : douleurs de l'épaule et du bras.
- Roustan 1979 : Céphalée, douleurs oculaires, douleurs scapulaires.
- Guillaume 1995 : Céphalée, raideur de la nuque, yeux jaunes, douleur du coude, du bras et de l'épaule.

5.2. Littérature ancienne

- Jia yi jing : Céphalée et frissons », « Impossibilité de lever l'épaule, impossibilité de s'habiller » (Guillaume 1995).
- Xi fang zhi ming tang jiu jing : « Yeux jaunes, douleur des flancs. » (Guillaume 1995)
- Ishimpo : Épaule figée ; impossibilité de s'habiller céphalée ; frissons de froid (Guillaume 1995).
- Pu ji fang : « Tête lourde et douleur du menton. » (Guillaume 1995).
- Zhen jiu ju ying : *Bi* et douleur de l'épaule, difficulté à lever le bras, impossibilité de s'habiller. » (Guillaume 1995).
- Yi xue ru men : Impossibilité de lever l'épaule, céphalée et yeux jaunes, douleur des flancs et crainte du froid. » (Guillaume 1995)
- Da cheng : Reprend intégralement la citation du Zhen jiu ju ying (Guillaume 1995).
- Xun jing : « Douleur et *Bi* de l'épaule et du bras. » (Guillaume 1995).
- Lei jing tu yi : « Les différents *Bi* douloureux, impossibilité de mobiliser l'épaule, le bras et le coude. » (Guillaume 1995).

5.3. Associations

Indication	Association	Source
Dans les cinq types de douleur du coude	**11TR** + 5P	Xi hong fu (Guillaume 1995)
Impossibilité de lever l'épaule et de s'habiller	**11TR** + 5IG	Qian jing (Guillaume 1995)

5.4. Revues des indications

6. Etudes cliniques et expérimentales

7. Références

From:
http://ebm.wiki-mtc.org/ - **Encyclopédie des sciences médicales chinoises**

Permanent link:
http://ebm.wiki-mtc.org/doku.php?id=acupuncture:points:points%20des%20meridiens:triple%20rechauffeur:11tr

Last update: **03 Feb 2022 14:44**