

### **3. Kepala dan Tubuh**

Kepala adalah tempat bertemunya enam meridian Yang. Tiga meridian Yang berawal dari lengan dan berakhir di kepala, dan tiga meridian Yang lainnya berawal dari kepala. Meridian Yang membawa Yang jernih ke kepala dan lubang (mata, hidung, mulut, dan telinga), sehingga bisa melihat, mendengar, membau dan mengecap dengan bagus dan jernih.

#### **(A) Sakit kepala**

Sakit kepala dibedakan menurut serangan terjadinya, waktu, lokasi, sifat nyeri dan kondisi.

##### **(A.1) Serangan**

- Serangan mendadak dan berlangsung singkat menunjukkan serangan PPL angin dingin mengganggu Yang atau Qi di kepala.
- Sakit kepala kronis sering dikaitkan dengan kondisi interior.

##### **(A.2) Waktu**

- Sakit kepala siang hari menunjukkan defisiensi qi atau Yang.

- Sakit kepala sore/malam hari menunjukkan defisiensi Yin atau darah.

### (A.3) Lokasi

- Sakit kepala oksipital mengindikasikan meridian Taiyang (BL, SI). Biasanya disebabkan oleh PPL angin dingin atau defisiensi ginjal.
- Sakit kepala depan mengindikasikan meridian Yangming (LI, ST). Biasanya disebabkan oleh panas lambung atau defisiensi darah, tetapi dapat disebabkan juga oleh PPL angin.
- Sakit kepala sementara/parietal mengindikasikan meridian shaoyang (GB, SJ). Biasanya disebabkan oleh PPL angin dingin atau angin panas di shaoyang, atau api hati naik mempengaruhi meridian kandung empedu.
- Sakit kepala di puncak (ubun-ubun) mengindikasikan meridian jueyin (LR). Biasanya disebabkan oleh defisiensi darah hati.
- Sakit seluruh kepala biasanya mengindikasikan serangan PPL angin dingin parah, atau defisiensi darah dan qi ringan.

### (A.4) Sifat nyeri

- Sensasi berat biasanya karena lembab atau reak.
- Nyeri di dalam otak biasanya karena defisiensi ginjal.
- Nyeri menggelembung, berdenyut atau meledak biasanya berkaitan dengan naiknya Yang hati
- Nyeri menetap di satu area dengan sensasi membosankan di kepala biasanya karena stagnasi darah.

### (A.5) Kondisi

- Sakit kepala dan tidak suka angin atau dingin menunjukkan serangan PPL.
- Sakit kepala semakin buruk dengan dingin berarti bentuk penyakit dingin.
- Sakit kepala semakin buruk dengan panas berarti bentuk penyakit panas.
- Sakit kepala semakin buruh saat lelah, dan lebih ringan saat istirahat menunjukkan defisiensi qi.

### (B) Pusing

Pusing bisa karena angin dalam, api, reak atau defisiensi qi dan darah.

- Angin dalam dari naiknya api hati : Pusing dengan kehilangan keseimbangan, sering dengan gejala tinnitus, sakit kepala, mual, mata merah, nadi liat, gampang tersinggung, dan gejala-gejala naiknya Yang hati lainnya.
- Reak : Pusing ringan sampai parah dengan rasa berat dan berkabut di kepala ditambah gejala lain seperti mual, lendir eksek, nadi licin. Reak menghambat di kepala, sehingga Yang jernih tidak bisa naik.
- Defisiensi qi dan darah : Sedikit pusing, semakin buruk saat lelah, bergabung gejala lelah, mungkin debar jantung dan susah tidur, lidah pucat dan nadi lemah.
- Serangan pusing akut : menunjukkan bentuk eksek.
- Serangan bertahap atau pusing kronis : menunjukkan bentuk defisiensi.

### **(C) Nyeri di seluruh tubuh**

- Nyeri yang terjadi tiba-tiba dan bergabung dengan demam dan menggigil karena serangan PPL angin, khususnya angin dingin.
- Nyeri seluruh tubuh dengan lelah biasanya defisiensi qi dan darah.
- Wanita habis melahirkan dengan nyeri tumpul menunjukkan kekurangan darah.
- Wanita habis melahirkan dengan nyeri parah, menetap atau menusuk biasanya menunjukkan darah statis.
- Nyeri otot dengan sensasi panas karena panas lambung.
- Nyeri dengan perasaan berat biasanya karena lembab menghambat otot.

### **(D) Nyeri di sendi, Sindrom obstruksi nyeri (Sindrom Bi)**

- Nyeri berkeliling BI biasanya dari angin.
- Sendi yang sangat nyeri dan menetap dan semakin parah saat cuaca dingin dan lebih ringan saat panas menunjukkan BI dingin.
- Nyeri menetap dengan rasa kesemutan dan berat dan semakin berat saat cuaca lembab menunjukkan BI lembab.
- Nyeri sendi dengan sendi bengkak dan panas dapat berarti angin dingin dan lembab berubah menjadi panas.

### **(E) Nyeri pinggang**

- Nyeri tumpul berkesinambungan dan lebih baik saat istirahat

berarti defisiensi ginjal.

- Nyeri parah dan kaku dengan serangan terbaru berarti pinggang keseleo karena darah statis.

- Nyeri berat dan semakin buruk saat dingin dan lembab, tetapi ringan saat dihangatkan berarti serangan PPL dingin dan lembab di meridian belakang (BL).

- Nyeri menetap dan membosankan dengan tidak bisa memutar pinggang berarti darah statis.

- Nyeri yang menjalar sampai bahu, dengan gejala luar lainnya seperti sakit kepala, leher kaku, hidung tersumbat, dan lainnya menunjukkan serangan PPL angin.

## **(F) Kesemutan/mati rasa**

- Mati rasa bilateral tangan dan kaki, atau lengan dan tungkai kaki menunjukkan defisiensi darah.

- Jari tangan kesemutan (khususnya ruas 1 -3), kesemutan di siku dan lengan hanya di satu sisi saja biasanya angin dalam atau reak (stroke-angin akan terjadi).