VOCABULAIRE ANATOMIE

COURS DE REGIS

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Français** | **English / Latin** | **Pinyin** | **Chinois** | **Correspondance** |
| FS et RI |  |  |  |  |
| FM et RM |  |  |  |  |
| FI et RS |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| **Os** | **Bones** | **Gutou** | **骨头** |  |
| Lombaires | Lumbar | Yao1 Zhui1 | 腰椎 | **Fémur**, humérus |
| Dorsales | Thoracic | Xiong1 Zhui1 | 胸椎 | **Cubitus**, tibia |
| Cotes | Ribs | Lei4 Gu | 肋骨  | **Radius**, péroné |
| Sternum : | Sternum | Xiong1 Gu | 胸骨  | Articulations des orteils 2, 3 et 4 |
| Manubrium sternal |  |  |  | **Pisiforme**, 3 vertèbres crân. |
| Corps du sternum |  |  |  | Sacrum |
| Appendice xiphoïde |  |  |  | **Phalanges 1 et 2 du gros orteil**, Coccyx |
| Clavicule : | Collarbone / clavicle / clavicula | Suo3 Gu3 | 锁骨  | Point au-dessus de MC 7 (pli du poignet) |
| Tête de la clavicule |  |  |  | Artic. entre la 1ère et la 2ème phalange du gros orteil. |
| Articulation acromio-claviculaire |  |  |  | Artic. entre la 1ère phalange et le 1er méta du gros orteil |
| **Crâne:** | **Cranium / Skull** | **Lu2 Gu** | **颅骨** |  |
| 3 vertèbres crâniennes: |  |  |  |  |
| Ethmoïde | Ethmoid bone | Shai1 Gu | 筛骨 | TF |
| Sphénoïde | Sphenoid bone | Die2 Gu | 蝶骨 | Du Mai |
| Occipital | Occipital bone | Zhen3 Gu | 枕骨 | Ren Mai |
| Frontal | Frontal bone | E2 Gu | 额骨 | Foie |
| Pariétal | Parietal bone | Ding3 Gu | 顶骨 | Rate |
| Temporal | Temporal bone | Nie4 Gu | 颞骨 | Rein |
| Malaire | Zygomatic b. / Malar bone | Quan2 Gu | 颧骨  | Estomac |
| Maxillaire sup. | Maxilla | Shang4 He2 Gu | 上颌骨  | VB |
| Maxillaire inf. | Mandible | Xia4 He2 Gu | 下颌骨  | Vessie |
| Palatin | Palatine | E4 Gu | 腭骨 | IG |
| Unguis / Os lacrymal | Lachrymal | Lei4 Gu | 泪骨 | Poumon |
| Os propre du nez | Nasal bone | Bi2 Gu | 鼻骨 | MC |
| Vomer | Vomer | Li2 Gu | 犁骨 | GI |
| Cornet inf., moyen et sup. | Turbinator / Turbinate bone / Nasal concha | Xia4 Bi2 Jia2 Gu | 下鼻甲骨 | Cœur |
| ATM (temp et max. inf.) | TMJ (temporal-mandibular joint) | Nie4 He2 Guan Jie | 颞颌关节 | R-V |
| **Cervicales** | **Cervical spine** | **Jing3 Zhui** | **颈椎** | Poignet |
| C1 Atlas |  | Huan2 Zhui | 寰椎 | Tai Yang, IG 1, Pyramidal, Astragale |
| C2 Axis |  | Shu1 Zhui | 枢椎 | Jue Yin, MC 9, Semi-Lunaire, Calcanéum |
| C3 |  |  |  | Tai Yin, P 9, scaphoïde, scaphoïde  |
| C4 |  |  |  | Yang Ming, GI 1, trapèze, 1er cuné. |
| C5 |  |  |  | Shao Yin, C 9, trapézoïde, 2ème cuné. |
| C6 |  |  |  | Shao Yang, TR 1, grand os, 3ème cuné. |
| C7 |  |  |  | MC, MC 9, **os crochu**, cuboïde |
| **Dorsales** | **Thoracic spine** | **Xiong1 Zhui** | **胸椎** |  |
| **Lombaires** | **Lumbar spine** | **Yao1 Zhui** | **腰椎** |  |
| **Sacrum** | **Sacrum** | **Di2 Gu** | **骶骨** | 2ème, 3ème, 4ème orteils |
| **Coccyx** | **Coccyx** | **Wei3 Gu** | **尾骨** | 2 phalanges du gros orteil |
| Iliaque | Iliac | Qia4 Gu | 髂骨 | Rotule |
| Sacro-iliaque | Sacroiliac joint | Di2 Qia4 Guan Jie | 骶髂关节  | Point sur le côté 5ème orteil |
| **Membres** | **Arms and legs** | **Si Zhi** |  | Métas |
| **Poignet** | **Wrist** | **Wan4 Gu** | **腕骨** | Métas |
| Pyramidal | Triquetrum | San1 Jiao3 Gu | 三角骨 | Tai Yang, **IG 1**, Astragale |
| Semi-lunaire | Lunate | Yue4 Gu | 月骨 | Jue Yin, **MC 9**, Calcanéum |
| Scaphoïde | Scaphoid | Shou3 Zhou1 Gu | 手舟骨 | Tai Yin, **P 9**, scaphoïde  |
| Trapèze | Trapezium | Da4 Duo1 Jiao3 Gu | 大多角骨 | Yang Ming, **GI 1**, 1er cuné. |
| Trapézoïde | Trapezoid | Xiao3 Duo1 Jiao3 Gu | 小多角骨 | Shao Yin, **C 9**, 2ème cuné. |
| Grand os | Capitate | Tou2 Zhuang4 Gu | 头状骨 | Shao Yang, **TR 1**, 3ème cuné. |
| Os crochu | Hamate | Gou1 Gu | 钩骨 | MC, **MC 9**, cuboïde |
| Pisiforme (os sésamoïde) | Pisiform (sesamoid bone) | Wan1 Dou4 Gu | 豌豆骨 | Rotule, sternum |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Cheville** | **Ankle** | **Huai2 Gu** | **踝骨** | **Métas** |
| Astragale | Talus | Ju4 Gu | 距骨 | Tai Yang, **IG 1**, Pyramidal |
| Calcanéum | Calcaneus bone | Gen1 Gu | 跟骨 | Jue Yin, **MC 9**, Semi-Lunaire |
| Scaphoïde | Navicular bone | Zu2 Zhou1 Gu | 足舟骨 | Tai Yin, **P 9**, scaphoïde |
| 1er cunéif. | Lateral cuneiform bone | Wai4 Ce4 Xie1 Gu | 外侧楔骨 | Yang Ming, **GI 1**, trapèze |
| 2ème cunéif. | Intermediate cuneiform bone | Zhong1 Jian1 Xie1 Gu | 中间楔骨 | Shao Yin, **C 9**, trapézoïde |
| 3ème cunéif. | Medial cuneiform bone | Nei4 Ce4 Xie1 Gu | 内侧楔骨 | Shao Yang, **TR 1**, grand os |
| Cuboïde | Cuboid bone | Tou2 Gu | 骰骨 | MC, **MC 9**, os crochu |
| **Avant-bras** | **Fore-arm** | **Qian2 Bi4** | **前臂** | **Métas** |
| Radius | Radius | Rao2 Gu | 桡骨 |  |
| Cubitus | Ulna | Chi3 Gu | 尺骨 |  |
| **Bras** | **Arm** | **Shang4 Bi4** | **上臂** |  |
| Humérus | Humerus | Gong1 Gu | 肱骨 |  |
| Omoplate | Scapula | Jian1 Jia2 Gu | 肩胛骨 | Coude (olécrâne) |
| **Jambe** | **Leg** | **Xiao3 Tui3** | **小腿** | **Métas** |
| Tibia | Tibia | Jing4 Gu | 胫骨  |  |
| Péroné | Fibula | Fei3 Gu | 腓骨 |  |
| **Cuisse** | **Thigh** | **Da4 Tui3** | **大腿** |  |
| Fémur | Femur | Gu2 Gu | 股骨 |  |
| Rotule | Patella / kneecap | Bin1 Gu | 髌骨 |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Muscles du tronc** | **Muscles - Torso** | **Ji Rou** | **肌肉** |  |
| **8 Mx Vx** |  | **Ba Mai** |  |  |
| Transversaire épineux, 23 faisceaux octuples | Transversospinalis | Heng2 Tu1 Ji2 Ji | 横突棘肌 | Aussi Cœur élém. ? |
| **5 éléments, organes - DORSAUX** | **5 elements, organs - BACK** |  |  |  |
| Transversaire épineux | Transversospinalis / Multifidus ? | Heng2 Tu1 Ji2 Ji | 横突棘肌 | Cœur |
| Long dorsal | Longissimus dorsi | Bei4 Zui4 Chang2 Ji | 背最长肌 | Rein |
| Sacro-lombaire (ilio-costal) | iliocostalis | Qia3 Lei4 Ji | 髂肋肌 | Poumon |
| Epi-épineux | Spinalis | Ji2 Ji | 棘肌 | Rate |
| (Petits) Dentelés postéro-supérieurs et postéro-inférieurs | Serratus posterior superior & posterior inferior | Shang4 Hou4 Ju4 Ji & Xia4 Hou4 Ju4 Ji | 上后锯肌&下后锯肌 | Foie |
| Grand dorsal | Latissimus dorsi | Bei4 Kuo4 Ji | 背阔肌  | MC |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **5 éléments, viscères - ABDOMINAUX** | **5 elements, viscera - ABDOMEN** |  |  |  |
| Transverse de l'abdomen | Transversus abdominis | Fu4 Heng2 Ji | 腹横肌 | Estomac |
| (Diaphragme)CoupolePiliers | DiaphragmDomePillars | Ge2 JiGe2 Zhu4 | 膈肌膈柱 | Coupole => Rt et E (et F à droite) Piliers => IG (et Hou Xi)  |
| Petits obliques | Internal oblique muscle | Fu4 Nei4 Xie2 Ji | 腹内斜肌 | Intestin Grêle |
| Grands obliques | External oblique muscle | Fu4 Wai4 Xie2 Ji | 腹外斜肌 | Vésicule biliaire |
| Grands droits | Rectus abdominis | Fu4 Zhi2 Ji | 腹直肌 | Vessie UB |
| Carré des lombes | Quadratus lumborum | Yao1 Fang1 Ji | 腰方肌 | Gros intestin |
| **Muscles méridiens** | **Muscles - Channels** |  |  |  |
| **Postérieurs** | **Posterior** |  |  |  |
| Faisceaux supérieurs du transversaire épineux | Upper Fasciculi of Multifidus | Duo1 Lie4 Ji 1Shang4 Ji1 Shu4 Qun2 | 多裂肌上肌束群 | Cœur |
| Transversaire du cou | Longissimus cervicis | Jing3 Zui4 Chang2 Ji | 颈最长肌 | Rein |
| Faisceau supérieur du sacro-lombaire /de l'ilio-costal | Upper branches of iliocostalis | Qia3 Lei4 Ji1 Shang4 Ji1 Shu4 Qun2 | 髂肋肌上肌束群 | Poumon |
| Trapèze | Trapezius | Xie2 Fang1 Ji | 斜方肌 | MC |
| **Antérieurs** | **Anterior** |  |  |  |
| Long du cou, partie longitudinale | Longus Colli,  | Jing3 Chang2 Ji | 颈长肌 | Vessie |
| Grand droit antérieur | Longus Capitis | Tou2 Chang2 Ji | 头长肌 | Intestin Grêle |
| Long du cou, parties obliques inféro-externe et supéro-externe | Longus Colli, lower external and upper external oblique branches | Jing3 Chang2 Ji1,Xia4 Wai4 Xie2 & Shang4 Wai4 Xie2 Ji1 Shu4 | 颈长肌，下歪斜&上外斜肌束 | Vésicule biliaire |
| Complexus transversal (semi-épineux de la tête ?) | Semi-Spinalis Capitis | Tou2 Ban4 Ji2 Ji | 头半棘肌 | Estomac |
| Petit complexus | Longissimus Capitis | Tou2 Zui4 Chang2 Ji | 头最长肌 | GI |
| Splénius | Splenius | Jia2 ji | 夹肌 | Foie |
| Intertransversaire, Interépineux, Droit latéral | Rectus Capitis Lateralis | Tou2 Ce4 Zhi2 Ji | 头侧直肌 | Triple réchauffeur |
| Petit obliqueGrand obliqueGrand droitPetit droit | Oblicus Capitis SuperiorOblicus Capitis InferiorCapitis Posterior MajorRectus Captitis Posterior Minor | Tou2 Shang4 Xie2 JiTou2 Xia4 Xie2 JiTou2 Hou4 Da4 Zhi2 JiTou2 Hou4 Xiao3 Zhi2 Ji | 头上斜肌头下斜肌头后大直肌头后小直肌 | Rate |
| **Muscles Jing Bie** | **Muscles – Jing Bie** |  |  |  |
| Scalènes: * faisceaux antérieur et moyen (insertion 1ère côte)
* faisceau postérieur (insertion 2ème côte)
 | Scalenes | Xie2 Jiao3 Ji | 斜角肌 | PoumonGros Intestin |
| Trapèze Grand dorsal | TrapeziusLatissimus dorsi | Xie2 Fang1 JiBei4 Kuo4 Ji | 斜方肌背阔肌 | TR (aussi MC m.) MC (aussi MC él.)  |
| AngulaireRhomboïde | Levator ScapulaeRhomboïdal (?) | Jian1 Jia3 Ti2 JiLing2 Xing2 Ji | 肩胛提肌菱形肌 | CœurIG |
| Grand dentelé antérieur :* 2 chefs supérieurs
* chef inférieur
 | Serratus Anterior | Qian2 Ju1 Ji | 前锯肌 | * Foie
* VB
 |
| Grand pectoral:* 2 faisceaux supérieurs
* faisceau inférieur
 | Pectoralis Major | Xiong1 Da4 Ji | 胸大肌 | * Rein
* Vessie
 |
| Sterno-cléido-mastoïdien :* 3 chefs superficiels obliques
* cléido-mastoïdien
 | Sternocleidomastoid (SCM):* 3 upper heads
* Cleidomastoid
 | Xiong1 Suo3 Ru3 Tu1 Ji | 胸锁乳突肌 | * Rate
* Estomac
 |
| **Muscles Jing Jin** | **Muscles – Jing Jin** |  |  |  |
| 12 intercostaux triples | Intercostal muscles | Lei4 Jian1 Ji | 肋间肌 |  |
|  |  |  |  |  |
| **Muscles des membres** | **Muscles - Limbs** | **Ji Rou – 4 Zhi** | **肌肉** |  |
|  |  |  |  |  |
| **Membres inf.** | **Legs** |  |  |  |
| **Cuisse, 5 éléments, organes - postérieurs** | **Thigh, 5 elements, organs - posterior** |  |  |  |
| 4 adducteurs:PectinéPetit adducteurMoyen adducteurGrand adducteur | 4 adductor muscles:PectineusAdductor BrevisAdductor LongusAdductor Magnus | Si4 Zu3 Shou1 Ji:Chi3 Gu3 JiDuan3 Shou1 JiChang2 Shou1 JiDa4 Shou1 Ji | 四组收肌：耻骨肌短收肌长收肌大收肌 | Cœur |
| Semi-/Demi-membraneux | Semimembranosus | Ban4 Mo2 Ji | 半膜肌 | Rein |
| Biceps fémoral / crural | Biceps femoris | Gu3 Er4 Tou2 Ji | 股二头肌 | Poumon |
| Droit interne (gracile) | Gracilis | Gu3 Bo2 Ji | 股薄肌 | Rate |
| Semi-/Demi-tendineux | Semitendinosus | Ban4 Jian4 Ji | 半腱肌 | Foie  |
| Tenseur du fascia lata | Tensor Fasciae Latae | Kuo4 Jin1 Mo2 Zhang1 Ji | 阔筋膜张肌 | MC |
| **5 éléments, viscères - antérieurs** | **5 elements, viscera - anterior** |  |  |  |
| Pyramidal | Piriformis | Li2 Zhuang4 Ji | 梨状肌 | TR |
| Crural / vaste intermédiaire (muscle du quadriceps) | Vastus Intermedius | Gu3 Zhong1 Ji | 股中肌  | Estomac |
| Vaste interne / médial (muscle du quadriceps) | Vastus Medialis | Gu3 Nei4 Ce4 Ji | 股内侧肌  | Intestin Grêle |
| Vaste externe / latéral (muscle du quadriceps) | Vastus Lateralis | Gu3 Wai4 Ce4 Ji | 股外侧肌  | Vésicule biliaire |
| Droit antérieur / fémoral (muscle du quadriceps) | Rectus Femoris | Gu3 Zhi2 Ji | 股直肌 | Vessie |
| Couturier | Sartorius | Feng2 Jiang4 Ji | 缝匠肌 | Gros intestin |
| **Muscles méridiens** | **Muscles - Channels** |  |  |  |
| Long fléchisseur commun des orteils | Flexor Digitorum Longus | Zhi3 Chang2 Qu1 Ji | 趾长屈肌 | Cœur |
| Jambier / tibial postérieur | Tibialis Posterior | Jing4 Gu3 Hou4 Ji | 胫骨后肌  | Rate |
| Long fléchisseur propre du gros orteil / de l'hallux | Flexor Hallucis Longus | Mu3 Chang2 Qu1 Ji | 拇长屈肌 | Rein |
| Péronier antérieur / troisième fibulaire | Peroneus Tertius | Di4 San1 Fei3 Gu3 Ji | 第三腓骨肌 | Poumon |
| Court péronier latéral / court fibulaire | Peroneus Brevis | Fei3 Gu3 Duan3 Ji | 腓骨短肌  | Foie |
| Long péronier latéral / long fibulaire | Peroneus Longus | Fei3 Gu3 Chang2 Ji | 腓骨长肌  | MC |
| Extenseur propre du gros orteil / Long extenseur de l'hallux | Extensor Hallucis Longus | Mu3 Chang2 Shen1 Ji | 拇长伸肌  | Vessie |
| Jambier / tibial antérieur | Tibialis Anterior | Jing4 Gu3 Qian2 Ji | 胫骨前肌  | VB |
| Extenseur commun des orteils / Long ext. des orteils | Extensor Digitorum Longus | Zhi3 Chang2 Shen1 Ji | 趾长伸肌 | IG |
| Court fléchisseur plantaire / Court fléchisseur des orteils ? | Flexor Digitorum Brevis | Zhi3 Duan3 Qu1 Ji | 趾短屈肌 | E |
| Long adducteur du pouce / de l'hallusLong abducteur ou adducteur ? du 5ème orteil  | Adductor Hallucis? | Mu3 Shou1 Ji | 拇收肌 | GI |
| Triceps sural | Triceps Surae (calf muscle) | Xiao3 Tui3 San1 Tou2 Ji | 小腿三头肌 | TR |
| **Muscles Jing Bie** | **Muscles – Jing Bie** |  |  |  |
| Petit fessier / glutéal | Gluteus Minimus | Tun2 Xiao3 Ji | 臀小肌  | Rein – Vessie  |
| Moyen fessier / glutéal | Gluteus Medius | Tun2 Zhong1 Ji | 臀中肌 | Foie – VB |
| Psoas iliaque | Iliopsoas | Qia4 Yao1 Ji | 髂腰肌 | P – GI |
| Jumeau supérieurObturateur interneJumeau inférieur | Superior GemellusObturator InternusInferior Gemellus | Shang4 Zai3 JiBi4 Kong3 Nei4 JiXia4 Zai3 Ji | 上孖肌闭孔内肌下孖肌 | Rate  |
| Poplité | Popliteus | Guo2 Ji | 膕肌 | Estomac |
| Pyramidal | Piriformis | Li2 Zhuang4 Ji | 梨状肌 | TR |
| Grand fessier / glutéal | Gluteus Maximus | Tun2 Da4 Ji | 臀大肌 | MC |
| Carré crural / fémoral | Quadtratus Femoris | Gu3 Fang1 Ji | 股方肌 | IG |
| Obturateur externe | Obturator Externus | Bi4 Kong3 Wai4 Ji | 闭孔外肌 | Cœur |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Membres sup.** | **Arms** |  |  |  |
| **5 éléments, organes** | **5 elements, organs** |  |  |  |
| Grand pectoralGrand dorsalGrand rondSous scapulaire | Pectoralis MajorLatissimus DorsiTeres MajorSubscapularis | Xiong1 Da4 JiBei4 Kuo4 JiDa4 Yuan2 JiJian1 Jia3 Xia4 Ji | 胸大肌背阔肌大圆肌肩胛下肌 | Cœur |
| Brachial (antérieur) | Brachialis | Gong1 Ji | 肱肌 | Rein |
| Longue portion du Biceps / Long biceps | Long Head of Biceps Brachii | Gong1 Er4 Tou2 Ji1 Chang2 Tou2 | 肱二头肌长头 | Poumon |
| Coraco brachial |  | Hui4 Gong1 Ji | 喙肱肌 | Rate |
| Courte portion du Biceps / Court biceps | Short Head of Biceps Brachii | Gong1 Er4 Tou2 Ji1 Duan3 Tou2 | 肱二头肌短头 | Foie |
| Long supinateur / Brachi-radial | Brachioradialis | Gong1 Rao3 Ji | 肱桡肌 | MC |
| **5 éléments, viscères** | **5 elements, viscera** |  |  |  |
| Petit pectoral | Pectoralis Minor | Xiong1 Xiao3 Ji | 胸小肌 | Trois Foyers |
| 2ème / Court radial / Cour extensieur radial du carpe | Extensor Carpi Radialis Brevis | Rao2 Ce4 Wan3 Duan3 Shen1 Ji | 桡侧腕短伸肌 | Estomac |
| Vaste interne du triceps brachial / Chef médial du triceps brachial | Medial Head of Triceps Brachii | Gong1 San1 Tou2 Ji1 Nei4 Ce4 Tou2 | 肱三头肌内侧头 | Intestin Grêle |
| Vaste externe du triceps brachial / Chef latéral du triceps brachial | Lateral Head of Triceps Brachii | Gong1 San1 Tou2 Ji1 Wai4 Ce4 Tou2 | 肱三头肌外侧头 | Vésicule biliaire |
| Longue portion du triceps brachial / Long chef… | Long Head of Triceps Brachii | Gong1 San1 Tou2 Ji1 Chang2 Tou2 | 肱三头肌长头 | Vessie |
| Ier / Long radial / Long extenseur radial du carpe | Extensor Carpi Radialis Longus | Rao2 Ce4 Wan3 Chang2 Shen1 Ji | 桡侧腕长伸肌 | Gros intestin |
| **Muscles méridiens** | **Muscles - Channels** |  |  |  |
| Long fléchisseur commun (profond?) des doigts | Flexor Digitorum Profundis | Zhi3 Shen1 Qu1 Ji | 指深屈肌 | Cœur |
| Long fléchisseur (propre) du pouce | Flexor Pollicis Longus | Mu3 Chang2 Qu1 Ji | 拇长屈肌 | Rein |
| Carré pronateur | Pronator Quadratus | Xuan2 Qian2 Fang1 Ji | 旋前方肌 | Rate |
| Court extenseur du pouce | Extensor Pollicis Brevis | Mu3 Duan3 Shen1 Ji | 拇短伸肌 | Poumon |
| Cubital postérieur / Extenseur ulnaire du carpe | Extensor Carpi Ulnaris | Chi3 Ce4 Wan3 Shen1 Ji | 尺侧腕伸肌 | Foie |
| Court supinateur | Supinator | Xuan2 Hou4 Ji | 旋后肌 | MC |
| Extenseur commun des doigts | Extensor Digitorum | Zhi3 Shen1 Ji | 指伸肌 | IG |
| Extenseur propre du pouce | Extensor Pollicis Longus | Mu3 Chang2 Shen1 Ji | 拇长伸肌  | Vessie |
| Long abducteur du pouceExtenseur propre du Vème orteil | Abductor Pollicis LongusExtensor Digiti Minimi | Mu3 Chang2 Zhan3 JiXiao3 Zhi3 Shen1 Ji | 拇长展肌小指伸肌 | GI |
| Fléchisseur commun superficiel | Flexor Digitorum Superficialis | Zhi3 Qian3 Qu1 Ji | 指浅屈肌 | E |
| Cubital antérieur / Fléchisseur ulnaire du carpeGrand palmaire / Fléchisseur radial du carpePetit palmaire / Long Palmaire / Fléchisseur du carpe | Flexor Carpi UlnarisFlexor Carpi RadialisPalmaris Longus | Chi3 Ce4 Wan4 Qu1 JiRao2 Ce4 Wan3 Qu1 JiZhang3 Chang2 Ji | 尺侧腕屈肌桡侧腕屈肌掌长肌 | TR |
| Extenseur (propre) de l'index / du II | Extensor Indicis | Shi4 Zhi3 Shen1 Ji | 示指伸肌 | VB |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Muscles Jing Bie** | **Muscles – Jing Bie** |  |  |  |
| Grand pectoral | Pectoralis Major | Xiong1 Da4 Ji | 胸大肌 | R V |
| Grand dorsal | Latissimus dorsi | Bei4 Kuo4 Ji | 背阔肌  | MC |
| Sous-scapulaire / Subscapulaire | Subscapularis | Jian1 Jia3 Xia4 Ji | 肩胛下肌 | P GI |
| Grand rond | Teres Major | Da4 Yuan2 Ji | 大圆肌 | Cœur |
| Sus-épineux / Supra-épineuxPetit rondSous-épineux | SupraspinatusTeres MinorInfraspinatus | Gang3 Shang4 JiXiao3 Yuan2 JiGang3 Xia4 Ji | 冈上肌小圆肌冈下肌 | Rate |
| Rond pronateur | Pronator Teres | Xuan2 Qian2 Yuan2 Ji | 旋前圆肌 | E |
| Deltoïde | Deltoïd | San1 Jiao3 Ji | 三角肌 | F VB |
| Petit pectoral | Pectoralis Minor | Xiong1 Xiao3 Ji | 胸小肌 | TR  |
| Anconé | Anconaeus / Anconeus | Zhou3 Ji | 肘肌 | IG  |
|  |  |  |  |  |