

**【各経脈の旺する時刻】**

経脈	左半身	右半身
肺	3時～5時	5時～7時
大腸	5時～7時	7時～9時
胃	7時～9時	9時～11時
脾	9時～11時	11時～13時
心臓	11時～13時	13時～15時
小腸	13時～15時	15時～17時
膀胱	15時～17時	17時～19時
腎	17時～19時	19時～21時
心包	19時～21時	21時～23時
三焦	21時～23時	23時～1時
胆	23時～1時	1時～3時
肝	1時～3時	3時～5時

**【正経十二経脈と交感神経系】**

臓腑	各臓腑への交感神経支配	
	緊張	弛緩
肺	左手肺経脈	右手肺経脈
大腸	左手大腸経脈	右手大腸経脈
胃	左足胃経脈	右足胃経脈
脾	左足脾経脈	右足脾経脈
心臓	左手心経脈	右手心経脈
小腸	左手小腸経脈	右手小腸経脈
膀胱	左足膀胱経脈	右足膀胱経脈
腎	左足腎経脈	右足腎経脈
心包	—	—
三焦	—	—
胆	左足胆経脈	右足胆経脈
肝	左足肝経脈	右足肝経脈