

# Kyusho

## Sårbare punkter

Stilartsudvalget for Jiu-Jitsu har lavet denne liste med forslag til kyusho - sårbare punkter. Revideret d. 3/11 -2023 af: Speciallæge i ortopædisk kirurgi, traumatolog David Gøttsche (4. Kyu – Jiu-Jitsu) og cand. odont. Per Jensen (2. dan Jiu-Jitsu)

Angreb	Ufarlig	Farlig	Livsfarlig	Begrundelse
Fingertryk under næsen mod brusken.	X			Udelukkende smertefuldt.
Slag med håndflade, -ryg (lussing) mod siden af ansigtet.	X			Smertefuldt.
Fingergreb og tryk på kappe musklen (m. Trapezius)	X			Udelukkende smertefuldt.
Fingergreb på lårets inderside	X			Udelukkende smertefuldt.
Slag eller spark mod muskulatur. En "lammer" eller "trælår" (generelt)	X			Smertefuldt.
Fingertryk bag øreflipperne	X			Smertefuldt.
Slag eller stød mod indersiden af overarmen.	X			Kortvarige føleforstyrrelser.
Svingslag mod siden af underkæben		X		Kæbebrud.
Håndkantslag mod nakken		X		Risiko for brud på halshvirvler, risiko for lammelse.
Håndkantslag mod kraveben.		X		Risiko for kravebensbrud.
Knostød mod overkæben og kindbenet		X		Kæbebrud eller brud på kindbenet.
Fingerstik mod øjnene		X		Varige øjenskader.
Slag mod næsen		X		Næsebrud.
Albuestød/spark mod rygsøjlen.		X		Risiko for brud, lammelse.
Knostød mod hagen		X		Dobbelt-sidedt brud på underkæben.
Hovedstød med panden (en skalle) eller nakke mod næsen		X		Næsebrud.
Knæstød mod halebenet		X		Brud på halebenet.
Tramp mod mellemfods/-fodrods knoglerne		X		Brud.
Spark mod siden af knæet		X		Brud og ledbåndsskade.
Spark mod knæskallen		X		Ledbåndsskade.
Håndfladeslag mod begge ører		X		Blødning fra øre, sprængte trommehinder, nedsat hørelse.

Spark mod nyrerne		X	(X)	Nyreskader, hvis begge nyrer er det livsfarligt.
Knustød mod nederste del af ribben højre side (leveren)		X	(X)	Blødning fra leveren er potentielt livsfarligt.
Knustød mod milten til venstre og nedenunder brystbenet			X	Miltlæsion, risiko for indre blødning.
Håndkantslag mod siden af halsen.			X	Risiko for blodtrykssald, hjertestop.
Dobbelt fingertryk forfra mod struben			X	Risiko for at knuse strubehovedet, medfører kvælning.
Håndkantslag mod struben.			X	Strubehovedet kan presses bagud - kvælning.
Fingerstik oven for brystbenets start			X	Skade på luftrøret er livsfarligt.