

第 39 回 鍼灸マッサージ学会「手技療法講習会」

平成 28 年 10 月 1 日(土)

「弁証論治を紐解く」

堀込鍼灸接骨院 院長
堀込 雅彦 先生

中医薬科大学

1. 中医基礎理論〔70時間以上〕

陰陽、五行説、臟腑学説〔五臟六腑等の働き〕、
気血津液、病因病機他

2. 中医診断学〔50時間以上〕

四診〔望・聞・問・切〕、
八綱辨証、臟腑辨証、
病因辨証、気血津液辨証、経絡辨証、六経辨証、衛気営血辨証、
三焦辨証、病案〔カルテ〕

3. 経絡学〔30時間以上〕

経絡概論、十二経〔経脈、絡脈、経別、経筋〕、奇経八脈他

4. 経穴学〔90時間以上〕

骨度法等、特定穴、正経十二経脈穴、任・督脈経、奇穴他

5. 針法、灸法〔30時間以上〕

豪針刺法、灸法、三稜針、皮膚針、耳針、頭針、電針〔パルス〕、
水針等
各針・灸法の方法、作用および注意事項他

6. 針灸治療〔144時間以上〕

針灸治療の原則・選穴・配穴法、内科、婦人科、小児科、
外科〔皮膚科を含む〕、
救急、眼科、耳鼻咽喉科、子午流注針法、針麻醉他

7. 臨床実習〔15週間以上〕

医療機関での臨床実習です。老師に付いて実際の臨床の中で、これまで学んだ基礎から治療までを実践します。舌・脈・問診・辨証・治療等を指導されます。

中医学をかみ砕いて簡単に分かりやすく説明したいと思います。

★ 中医学とは

古代中国より数千年の歴史をもつ医学です。この医学は、臨床を中心とし経験を積み上げ分析して出来あがったものなのです。

また、根底には東洋哲学があり、自然界を大宇宙として考え、天文学や春夏土用秋冬の自然の営みをよく観察し、また人体を小宇宙とし、自然界の変化を人体の変化に応用してきた医学です。

例えば、照りが続くと地面は地割れを起こします。身体では、喉が渴き水分が失われた脱水症状であると考えます。この時、地面のような反応は舌に現れ、舌に裂紋ができます。また山火事などで火が大きく燃えると、その上空には大きな気流が起こります。身体では、強いストレスなどが原因で肝と心に余分な熱を生じることになります。更に症状が強くなると熱が「めらめら」と燃える火に変化します。この火が風を起こし、それが頭に上がっていくと中風(脳卒中など)といわれるものになるのです。

また、中医学は基本的に身体全体のバランスを常に念頭に置き、そのひずみを探し、たとえ腹痛が起こったとしても、全身のバランスを調整しながら治療をしていきます。その結果、腹痛を治すことが出来るのです。

より特徴的なことは、生きている人間でなければ身体の各部に現れる反応点(ツボなど)は存在しないということです。例えば亡くなった人の解剖で、そのツボなどの組織細胞を観ても、生きている人と比べ、ツボとしての特徴的なものは見つけることは出来ないのです。

★ 病は気から

「病は気から」という言葉がありますね。これは、器質的な変化がない場合でも、気持ちがあふさいで悩み落ち込んでいる時に血液検査をすると値が悪く出ます。つまり、心と身体は常に一体でなければなりません。胃が悪いからといって、胃だけを診ないで全身を診ます。耳鳴りがするからといって原因を耳の器官だけに求めません。これらは、精神的ストレスによって起こることが少なくないのです。他には、心臓という器官があります。これは一般的には血液を送る臓器と考えられていますが、中医医学では、この働きだけでなく、「こころ」として感情・意識などを司るものとして考えられています。皆さんも小さい頃、叱られて「胸に手を当てて考えてみろ」と言われたり、また、初恋の頃の胸のときめきを覚えていらっしゃる方もいるでしょう。これは、現代医学的に考えると、大脳と自律神経の働きをいっているわけです。東洋医学は、こういった器官をも念頭に入れて治療するわけです。

★ 未病を治す

もう一つ中医学の特徴的なものとして、「未病を治す」ということに、非常に重点を置きます。

これは、予防は治療に勝る。このためにも日頃から鍼やお灸・気功・薬膳「医食同源」などを続けることが大切になってくるわけです。現代社会においては、仕事などに追われて身体の不調があっても、つい、治療をしないですることが多いでしょう。これは、結果的に大きな病気を引き起こすことになりかねません。また、皆さんは年に一度は健康スクリーニングや人間ドックなどを受けていると思いますが、血液検査などの結果が正常範囲であれば安心してしまってしまうでしょう。ところが、ここに落とし穴があります。それは、検診では、先ほどいった「心」つまり精神的なチェックはほとんどできないということです。ストレスが徐々に身体をむしばむことが多いのです。

★ 気・血・水「津液」

「気とは」

中医学では、身体を維持しているものを大きく分けて三つに分類しています。それは、気・血・水です。

気とは、両親から受け継いだ先天の気(腎精)と、後天の気(食物などから得られるエネルギー)でつまりは胃腸から吸収するものの二つに分かれます。

先天の気は腎精といわれ身体の成長や免疫に大きく関わります。腎精が弱いと骨が十分に強くならず足腰が弱かったり、虚弱体質で精力や物忘れ・認知症などをおこすのです。

後天の気は、胃腸での消化力を指します。胃腸の気が弱ると吐き気や嘔吐をしがちで脾気(現代でいう膵臓や脾臓のエネルギーにあたる)も弱くなり、下痢や内臓下垂を引き起こす原因にもなります。これを更に説明すると、胃の気の働きは、食

物を口から入れて肛門に流します。つまりエネルギーを上から下へ流す働きがあります。この力が弱ると胃は物を受け付けられず食べ物が逆流する原因になります。

また、脾気の働きはエネルギーを下から上にあげる働きがあり内臓を下垂させず正常位置に保ち消化を促す働きがあります。

もう一つ、気を取り入れる重要な器官として肺があります。これは空気中から酸素を取り入れ、ガス交換を行っているわけですね。そして、中医学的には大気の気、つまりエネルギー「清気」を取り入れているわけです。この三つの気をうまく取り入れ働かせることが健康維持にとっても大切になってくるわけです。

★ 気の働きは

1. 温煦作用(おんくさよう)
2. 推动作用(すいどうさよう)
3. 固摂作用(こせつさよう)
4. 防御作用(ぼうぎょさよう)
5. 気化作用(きかさよう)

この働きを分かり易く理解するには、年をとった人の日常生活を、思い浮かべてください。中には元気な人もいますが、一般的な状態といえば足腰の冷えが強く、夏でもコタツがなければ、どことなく寂しいとか、ズボン下や腹巻を離せない人がいますね。これは身体を温める力が弱ってくるからです。そうならないようにする働き、つまり身体の温度調節をする働きを、温煦作用といいます。これも気の大きな働きの一つです。また頭では分かっている、家の中の敷居などでつまづいたり、動作が鈍くなってしまう。これは、気の力によって血液や体液を身体の隅々まで巡らせる働きが弱くなるためです。そうならないようにする働き、つまり全身を動かす働きを、推动作用といいます。そして知らず知らずのうちに手足に青あざを作ったり、歯茎からの出血が多くなったり、静脈が浮き出てきたりする。また、くしゃみをしたり大声で笑ったりした時に、おしっこが「ちょろっと」漏れたり、涙やヨダレが出やすくなる。そうならないようにする働き、つまり血液が血管の外に溢れないようにしたり、汗やおしっこの排泄をコントロールする働きを固摂作用といいます。年をとると、ちょっとした事で風邪をひきやすくなったり、肺炎を引き起こしやすくなる場合があります。皮膚も弱くなり、痒くなったり、しみが多くなったりする。なかには、かぶれやすくなるなど、抵抗力(免疫力)が全体的に落ちます。そうならないようにする働き、つまり外からのウイルスや雑菌や外からの刺激から身体を守る働きを防御作用といいます。少しの食べ過ぎや飲み過ぎで、下痢をしたり、おしっこが近くなったりします。これは、消化管からうまく水が吸収されなかったり、全身を巡ったいらぬ水をうまく尿にできなかったり、使える水をうまく戻せない状態です。そうならないようにする働き、つまり消化吸収をしていないものは排便したり、呼吸をして酸素と二酸化炭素の交換をす

る。また、腎臓から出たものを良い水と尿に分ける働きを気化作用といいます。

★ 血とは

血の考え方は、現代医学の血液とほぼ同様ですが、中医学では、心が主り、肝が血を蔵し、脾が血液を血管外に漏らさないようにして、身体の各器官や臓器に栄養と滋養を巡らせているのです。例えば、血虚になると「目がしょぼしょぼ」したり、「からすつけえり」(こむら返り)がおこるのも、血液の不足や巡りの悪さが原因となるのです。

★ 水「津液」

この水の考え方は、血液以外の身体の水分を指しています。例えば、唾液や消化液や涙、尿、汗などもそうです。もし、この水が手足で停滞を起こすと「むくみ」になり、頭に停滞すると「頭重感」(頭がおもだるい感じ)がしたりします。また、仰向けになり、お腹を叩くと、ポチャポチャと音がする方は、胃に水が溜まる「胃内停水」がおこります。

★ 五臓六腑

普段みなさんは、お酒を飲んだ時など、五臓六腑に沁み渡ると言いますが、実は五臓に一つ加えた六腑とするほうが正確なのです。この六腑というのは肝、心、脾、肺、腎、心包で、それに対して、腑のほうは胆、小腸、胃、大腸、膀胱、三焦となります。これらを合わせて六臓六腑と言います。

それぞれの臓腑の働きを簡単に紹介しましょう。

1. 肝の働き

自律神経系の働きを主っています。

自律神経をスムーズに機能させることでカラダの機能をなめらかにしていきます。栄養物の分解や合成、貯蔵また供給や消費、および血流量をコントロールしています。

肝の生理機能

★肝は疏泄(そせつ)を主(つかさど)る。

疏泄とは、滞らず伸びやかであることを指します。主とは管理、コントロールするという意味です。肝は気(エネルギー)の流通をよくし、情緒を安定させ、胆汁の分泌と排泄を調節します。気の流通がよいと内臓の働きや血液循環が順調に活動します。肝の疏泄作用が順調であれば精神は安定します。逆に過度や長期のストレスは肝の疏泄機能を失調させる原因となりイライラや情緒不安定を起こさせます。胆汁は肝で作られ胆のうへ送られます。

★肝は血を蔵す。

肝は血流調整を行い、休息時には血液を肝に集め、活動時には必要とする器官へ血液を送る働きがあります。貧血や女性の生理不順や無月経などは肝の造血作用と関連する場合があります。

★肝は筋を主り、その華は爪にあり、目に開竅(カイキョウ)する。

筋とは骨についている腱・筋膜・じん帯などを指します。肝は血を筋に送り、正常な機能を保つようにします。このため、肝血が不足すると筋は十分な栄養を受けることができずにケイレン、しびれ、ひきつけなどを起こします。また、肝血の状態は爪や目にも反映されます。肝血が不足すると爪が薄くなる、もろくなる、目の疲れ、かすみ、視力減退、乾燥感、しみる、などの症状が、現れます。

2. 心の働き

循環器系と精神神経の働きを主っています。

血液を循環させ、栄養の運搬と循環を維持すると同時に、精神や意識、思考活動に深くかかわっています。

心の生理機能

★心は血脈を主る。

心は気血の通り道である血脈を管理し、気血が脈管から漏れ出すことなく順調に運行するようにコントロールしています。

★心は神を蔵す。

中医学において、大脳の働きである精神・意識・思考などを心の働きの一部ととらえています。心血の不足により不眠・不安・焦燥感などの精神症状が起こります。

★心は舌に開竅し、その華は顔にある。

心の病変(心熱や心血虚)は舌や顔にあらわれやすいことを示しています。

3. 脾の働き

消化器系の働きを主っています。

食物を消化し、栄養や水分を全身に運びます。また、血管壁の機能を保ち、止血因子を生成・供給します。

脾の生理機能

★脾は運化を主る。

運化とは飲食物を消化し、人体に必要な精微物質に変化させ吸収し、全身に輸送することです。(現代医学でいう消化器系)

★脾は血を統血する。

血を脈管内から漏れでないようにする働きをさします。

★脾は肌肉、四肢を主る。

全身の肌肉(皮膚に連なる肉のこと)は脾の運化によって生じた水穀の精微で滋養される。

★脾は口に開竅し、その華は唇にある。

口は飲食物を取り入れる入り口であり、脾の働きによって正常な味覚や食欲が起こります。逆に口が粘る、苦いなどの症状が起こる場合は脾の働きが低下している場合が考えられます。唇の状態も脾の様子を反映します。

4. 肺の働き

通調する呼吸器系と免疫系の働きを主っています。

呼吸と同時に、気・血・津液をカラダの隅々まで行き渡らせ、津液を尿に変化させて排泄させます。また、体表部の抵抗力を強めます。

肺の生理機能

★肺は気を主る。

肺は外界より新鮮な空気を吸い、人体に必要な清気を取り入れ、体内から汚れた濁気を吐き出す呼吸の機能を行います。

★肺は水道・通調・宣発・肅降を主る。

5. 腎の働き

腎は、内分泌系・泌尿器系・生殖器系の働きを主っています。
身体や機能を支える構成物質「精」を貯蔵します。また、ホルモンバランスを調節します。

腎の生理機能

★腎は精を蔵し発育と生殖を主る。

腎には精気を蔵する作用があります。精気とは人体を構成する基本物質で人体が先天的に持っている成長・発育のための生命エネルギーなどを指します。人体の成長や生殖能力・老衰の状態は精気の増減に関係します。

したがって子供の発育不良、成人の不妊症、精力減退、年齢不相応な老化症状などの多くは腎の機能低下・腎の精気不足によるものであり補腎薬(腎を補う漢方薬)を用いて改善させます。

★腎は水を主る。

腎は有益な水分を吸収し、全身の各臓器に散布し、不要な水分を膀胱へ送り尿として排泄させる働きがあります。

★腎は納気を主る。

呼吸機能は肺が主体となって行いますが、肺の吸入した清気を下降させ自らに納める働きを腎が持っています。

咳や喘息の治療では肺を中心に考えますが、息を吐くより吸う方がつらい場合は腎の納気作用が落ちていることが予想され、腎の納気を補う治療も行います。

★腎は骨を主り、髓を生じ、脳へ通じ、その華は髪にある。

腎は成長のひとつである骨や骨髄・脳の発達をコントロールし、腎の盛衰は髪の毛にあらわれます。

腎が充実している方の髪は豊富で黒々として艶とコシがあり、腎が弱っている方は髪が薄い、細い、白髪、茶色、艶がない、すぐ抜ける、などの症状がよくみられます。

★腎は耳に開竅し、二陰(前陰と後陰)を司る。

腎の衰えは耳にもあらわれ、前陰(生殖機能、排尿機能)や後陰(排便機能)にもあらわれます。

年齢不相応の精力減退、インポテンツや耳が遠い、耳鳴り、排尿困難、頻尿、尿の切れが悪い、失禁、便秘などは腎の衰えから来る場合が多いのです。

◎ 次に六腑のお話をしましょう。

☆胆は、皆さんも肝っ玉という言葉をご存じだと思いますが、ここが弱くなると、少しのことでビクビクしたり、驚いたりしやすくなります。

☆小腸は、胃から送られた食物を消化吸収するだけでなく、不要なものを大腸や膀胱に送る働きがあります。

☆胃は、食物を消化吸収しやすい形に変え、消化物を上から下へ降ろす働きがあります。これが衰えると、吐き気がしたりげっぷが出たり、ひどくなると食べたものを吐いたり、吐きすぎると咳をしたりする原因になります。

☆大腸は、最終的な段階で、水分を再吸収する場所として考えられています。この機能が落ちると、下痢や便秘などを引き起こします。

☆膀胱は、腎から送られた、不要な水(尿)を溜め、それを排泄する働きがあります。ここに熱などがこもることによって膀胱炎を引き起こしたりするのです。

最後に三焦ですが、これもあまり馴染みの無い言葉だと思います。これは、身体を上から上焦・中焦・下焦と分け、全身の水分バランスを調整している器官と考えます。ここが弱ると、むくみなどの症状として現れてきます。

☆☆中医診断学

八綱弁証

八綱とは、表・裏・寒・熱・虚・実・陰・陽を指し、八綱弁証は中医学の特徴です。

弁証論治の基礎の一つとされ、四診で得られた情報を元に病位の深浅、病邪の性質及び盛衰、人体の正気の強弱等を分析して、八種類の証候として表すものです。

表裏

表裏とは、病変部位と病勢を表し表とは比較的病が浅い部位〔体表、皮毛、病の初期〕にあることを示し、裏とは比較的病が深い部位〔血脈、臓腑、病の慢性化〕にあることを示しています。

表証とは六淫の邪が体表から体内に侵入するとき起こり、発熱、悪寒、関節痛等を伴い、浮脈を示すもので外感病の初期にみられます。

裏証は病因、範囲ともに幅広く、多種多様な病状を含み主に沈脈の傾向があるが多様で、舌診も様々な状態があります。

表裏の鑑別は、まずは感冒等の初期を表として捉えて、その他を裏とします。簡単すぎる気もしますが、まずはそのように覚えてください。

腰痛等の治療の際に感冒等の針灸治療もする機会は多く、表裏の鑑別ができれば予後を説明することができ、患者さんとの信頼関係を築きやすくなります。

寒熱

寒熱とは疾病の性質を表すもので、寒証と熱証は身体の陰陽の盛衰を反映し

たもので、陰盛あるいは陽虚は寒証として、陽盛あるいは陰虚は熱証として現れます。

寒証とは寒邪を受けたり、陰盛陽虚により現れる。四肢の冷え、分泌物清冷〔尿、痰等〕、寒がる等の症状を伴い、遅脈や緊脈、舌質淡白、舌苔白等がみられます。

熱証とは熱邪を受けたり、陽盛陰虚のために身体の機能活動が亢進して現れます。熱がりて冷たいものを好む、顔面紅、小便短赤、分泌物が黄色く粘る等の症状を伴い、数脈、舌質紅、舌苔黄等がみられます。

寒熱の鑑別は問診である程度予測ができ、舌診、脈診等で確認していくことで鑑別します。しかし临床上は慢性化した疾患や身体の深部〔衛気営血弁証〕の疾患では、寒熱が交錯し、単純に舌診、脈診に頼れない場合があります。寒証の治療は灸法を用いることが多く、熱証では針が中心になります。

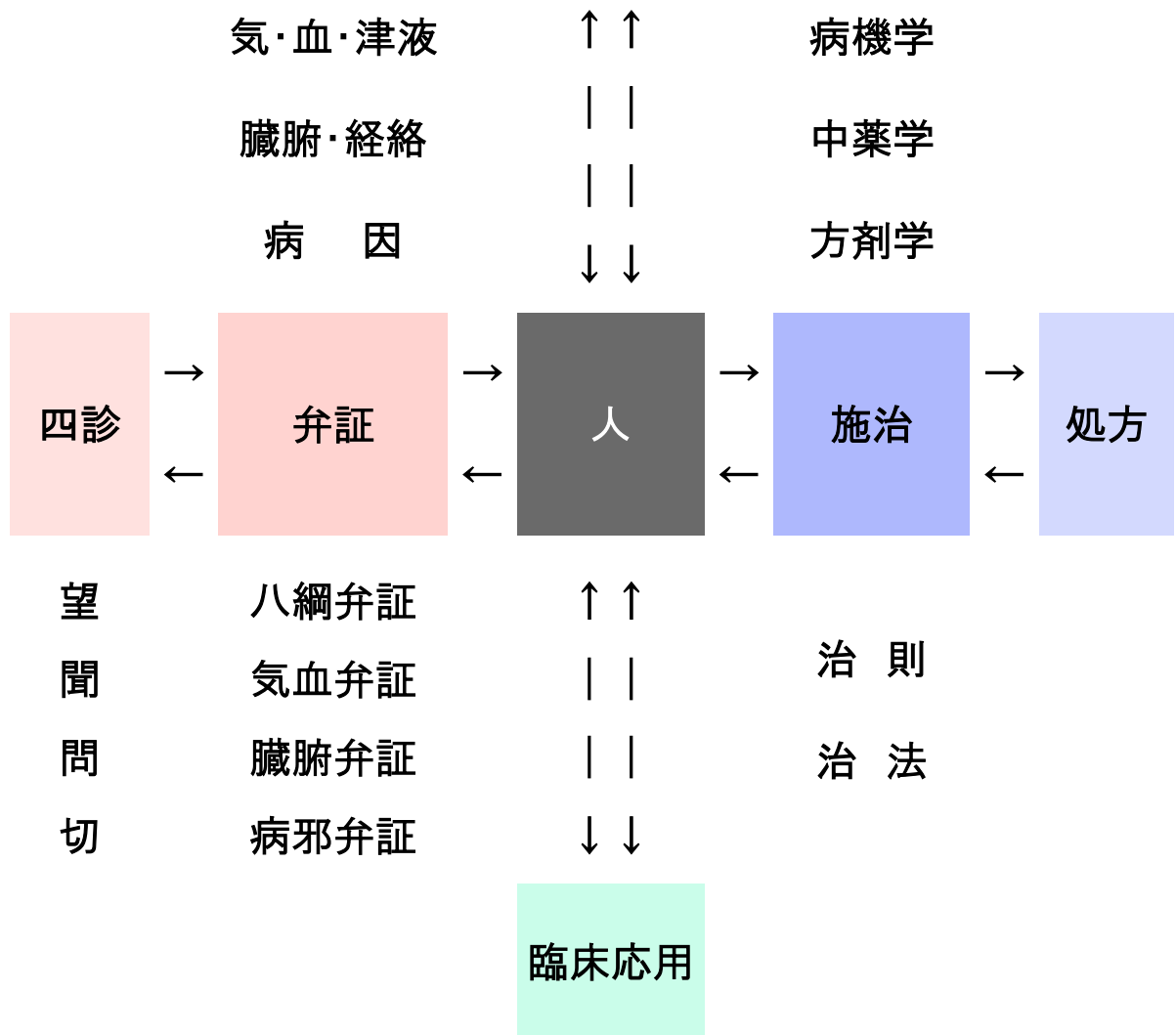
虚実

虚実とは正邪の盛衰を表し虚証と実証は身体での正気と邪気の盛衰の状況を反映し、正気不足は虚証として、邪気が盛んな場合は実証として現れます。

虚証とは正気が虚弱なため現れ、病的な状態で、倦怠、脱力感、息切れ、自汗等の症状を伴い、虚脈、舌質淡白・齒痕等がみられます。

実証とは外邪を感受したり、体内の病理産物による病的な状態で、腹脹、胸悶、大便秘、小便不利等の症状を伴い、実脈、舌苔厚膩(じ)等がみられます。

虚実の鑑別も問診である程度予測でき、舌診、脈診等で確認していくことで鑑別できます。寒熱と同じく慢性疾患等では虚実が交錯するために、単純に舌診・脈診だけで判断するのは危険があります。虚実の鑑別は、特に針灸の手技や刺激の強さに直結するために、誤った場合は針あたり〔治療後だるくなる等〕や一時的に痛みが強まることもあり好転反応と言われます。治療のために敢えて強刺激を与える場合は、先に患者さんに話しておくことと逆に信頼されます。実証の方に補法を行った場合は効果が出ない程度ですが、虚証の方に瀉法を行った場合は副作用が大きくなります。



<参考文献>

家庭の医学:伊藤良 森雄材 / 漢方薬の実際知識:東丈夫 村上光太郎
 中医学入門～神戸中医学研究会編 / 中医学の基礎～日中共同編
 漢方診療医典:大塚・矢数・清水 / 漢方治療の実際:大塚敬節