

女性の健康と代替療法

千葉大学神経内科

村上えい子

針灸の作用

1. 内因性鎮痛機構の賦活

2. 自律神経系に対する効果

自律神経症状(瞳孔異常、呼吸障害、起立性低血圧、消化器症状、発汗障害、排尿障害など)を改善させる

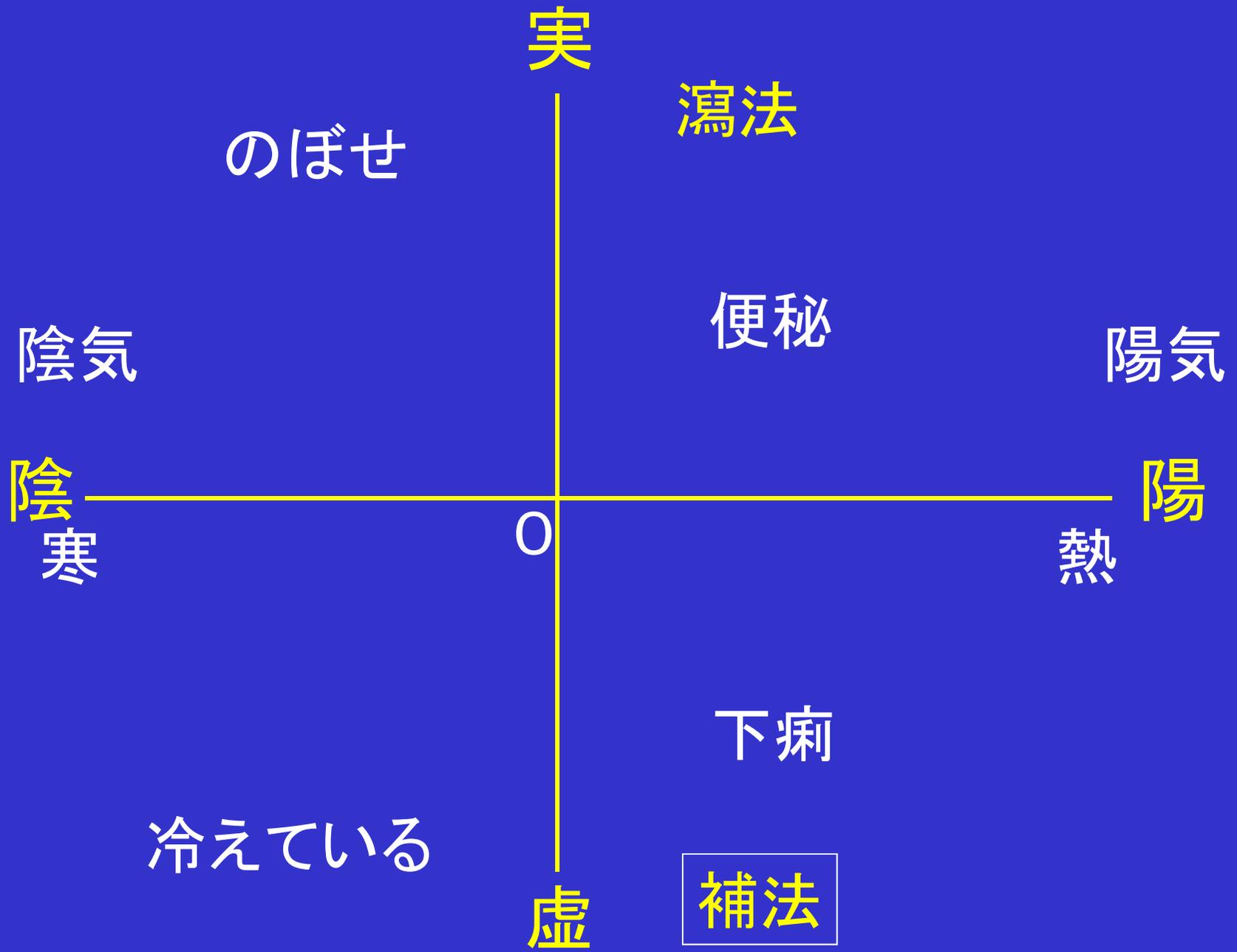
3. 内分泌系に対する効果

4. 免疫系に対する効果

鍼灸の診察

四診

- 1) 望診：精神、顔の色、舌の色、患者の姿勢、浮腫状態
 - 2) 聞診：声（語気が強いかわ弱いかわ）
 - 3) 問診：寒熱、汗、頭痛、大便、小便、飲食、耳はよく聞こえるか、口に渇きはないか
 - 4) 切診：胸腹、背、手足を触れてみる
- 脈診
- 腹診：胸脇苦満・心下痞硬
- 背診：臓器の反応
- 頭部の触診
 - 胸部の膻中穴







経穴とは

- 経穴は人体の生理機能、病理変化が体表の特定部位に現れる敏感点や反応点、鍼灸の刺激点(361経穴)
- 陽の字：背部・四肢の後面、陰の字：胸・腹部と肢の前面
- 十四経穴・・・十二経脈・督脈・任脈に属する経穴を指す
- 奇穴・・・具体的な名称、明確な部位を持ちながら、十二経脈・督脈・任脈に属さない
- 阿是穴・・・圧痛点

経絡とは

- 体内では、臓か、腑に属し、体表では、肢節(骨格、関節、筋肉及び皮膚)に絡む
- 生体の情報伝達の通路(神気の経絡)
- 血管などの体内液の通路を(脈の流注)
- 中国古代医学にある経脈という用語を(経)と(脈)に分けた
- 経は神経、脈は動脈と静脈に訳された

経絡

- 1、手太陰肺経- 2、手陽明大腸経
- 4、足太陰脾経- 3、足陽明胃経
- 5、手少陰心経- 6、手太陽小腸経
- 8、足少陰腎経- 7、足太陽膀胱経
- 9、手厥陰心包経-10、手少陽三焦経
- 12、足厥陰肝経- 11、足少陽胆経
- 身体前面を通る任脈
- 身体後面を通る督脈

任脈・督脈

- {陰經の海}といわれ、諸陰經を総括する作用
 - 1、泌尿・生殖器系の諸症状
 - 2、消化器系の諸症状
 - 3、胸部の心肺疾患や軽侮の咽喉疾患、顔面下部の知覚・運動障害
- 下腹部の経穴は泌尿・生殖器系、婦人科の疾患によく用いられる

四総穴治療

•どんな病にも効果

- 吐腹は{三里}に止め、(健康長寿のつぼ)と言われ、腹の疾患は一切足の三里
- 腰背は{委中}に求む。(腰痛、肩、背)は委中
- 頭項は{列欠}に尋ね、(頭痛、うなじの凝り、痛み)は列欠
- 面目は{合谷}に収む。顔の疾患は一切合谷

十二原穴・郄穴

- 臓腑の元気が通過、あるいは溜まる経穴。
- 手根関節、足根関節の周囲にある経穴。
- (五臓証は原穴に診られやすい。
- 郄とは、骨や筋肉の隙間を意味する。
- 部位は、手や足の肘・膝関節の近くに分布する。
- 急性の病証や疼痛の病証に現われる

兪穴・募穴

- 募とは、{集まる}、集結する意味。気のたまる所。
- 募穴とは、臓腑の気が胸腹部に結集する経穴。
- 五臓六腑の気は胸腹部に敏感に反応する
- 心包の募穴：(膻中)、心の募穴；(巨闕)
- 大腸の募穴；(天枢)、肝の募穴；(期門)、
- 胆の募穴；日月、肺の募穴；中府
- 兪穴は、背部にある経穴で五臓六腑の病変に応じて反応を現わす。
- 陰の病(臓の病証)によく応用する。

第7第8胸椎きよく
突起の外

肺俞

肝俞

胆俞

脾俞

胃俞

三焦俞

2-3
命

腎俞

元海俞

大腸俞

1-5
肉元俞

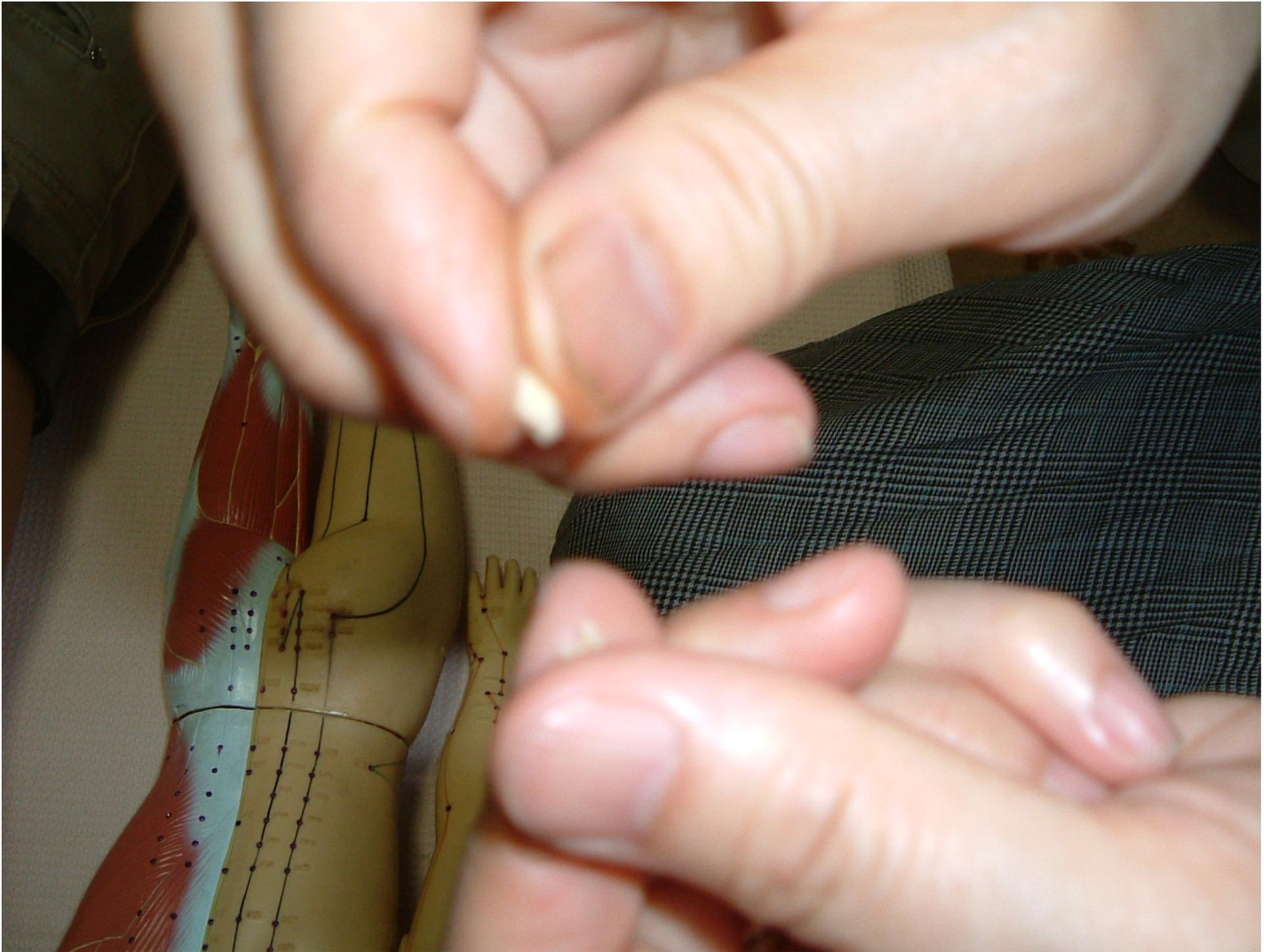
1寸5分

灸について

- [もぐさ]とは(燃草)がなまった言葉である
- 原料は蓬と大蓬で産生されている
- キク科の多年草、春の若い葉は(餅草)と言われる
- 葉は薬用で艾葉と呼ばれる
- 葉の裏面に密生している白い毛(毛茸:もうじょう)を集めた綿のようなものが[もぐさ]である
- 植物精油のシネオールが含まれている
- 温熱刺激に加え、アロマセラピー効果(精神の鎮静)がある

よもぎ







婦人病に対する主な経穴

- 更年期障害・・・三陰交、太谿、期門、気海、湧泉
- 月経困難症・・・三陰交、血海
- 不妊症・・・三陰交、陰陵泉、
- 逆子・・・三陰交、至陰
- 週産期時の排尿障害・・・三陰交、照海、太谿、大鐘、水泉
- 出産後鬱や疲労
- 出産後乳汁

排尿障害の経穴



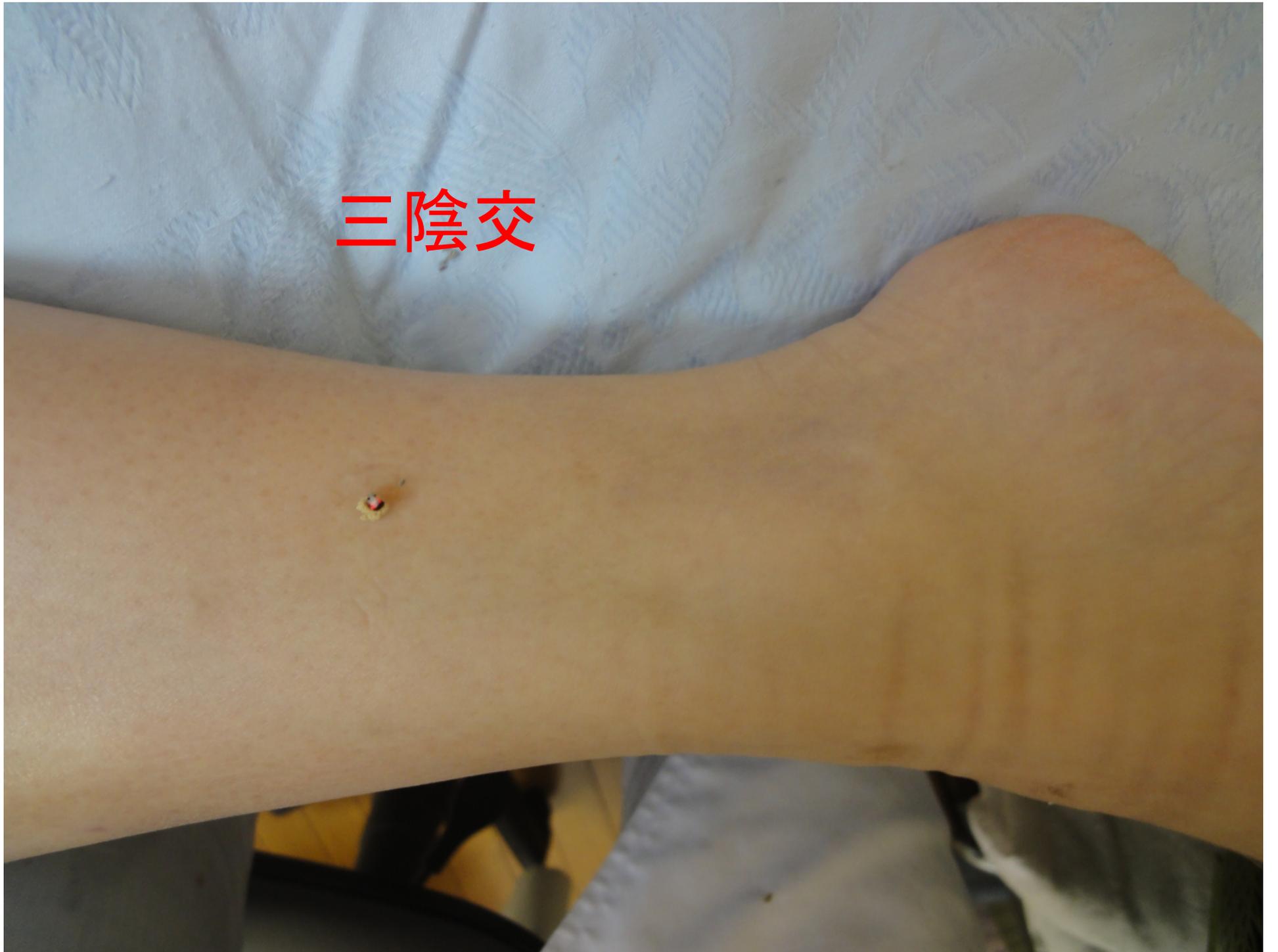
逆子に対する穴



至陰



三陰交



志室
腎俞





鍼の太さ・長さ

0号針：(直径)0.14mm

1号針： 0.16mm

2号針： 0.18mm

3号針： 0.20mm

【鍼の材質】

金・銀・ステンレス

1寸針(針体)：30mm

1寸3分針：40mm

1寸6分針：50mm

2寸針 : 60mm

2寸5分針：80mm

3寸 : 100mm

鍼の種類・ 釜やミニ(せんねん灸)

円皮鍼

ステンレス製

0号鍼

1号鍼

2号鍼



最上点灸用艾

金粒・銀粒



線香

鍼の太さ・長さ

【鍼の材質】

金・銀・ステンレス

【太さ】

0号針：(直径)0.14mm

1号針：0.16mm

2号針：0.18mm

3号針：0.20mm

【長さ】

1寸針(針体)：30mm

1寸3分針：40mm

1寸6分針：50mm

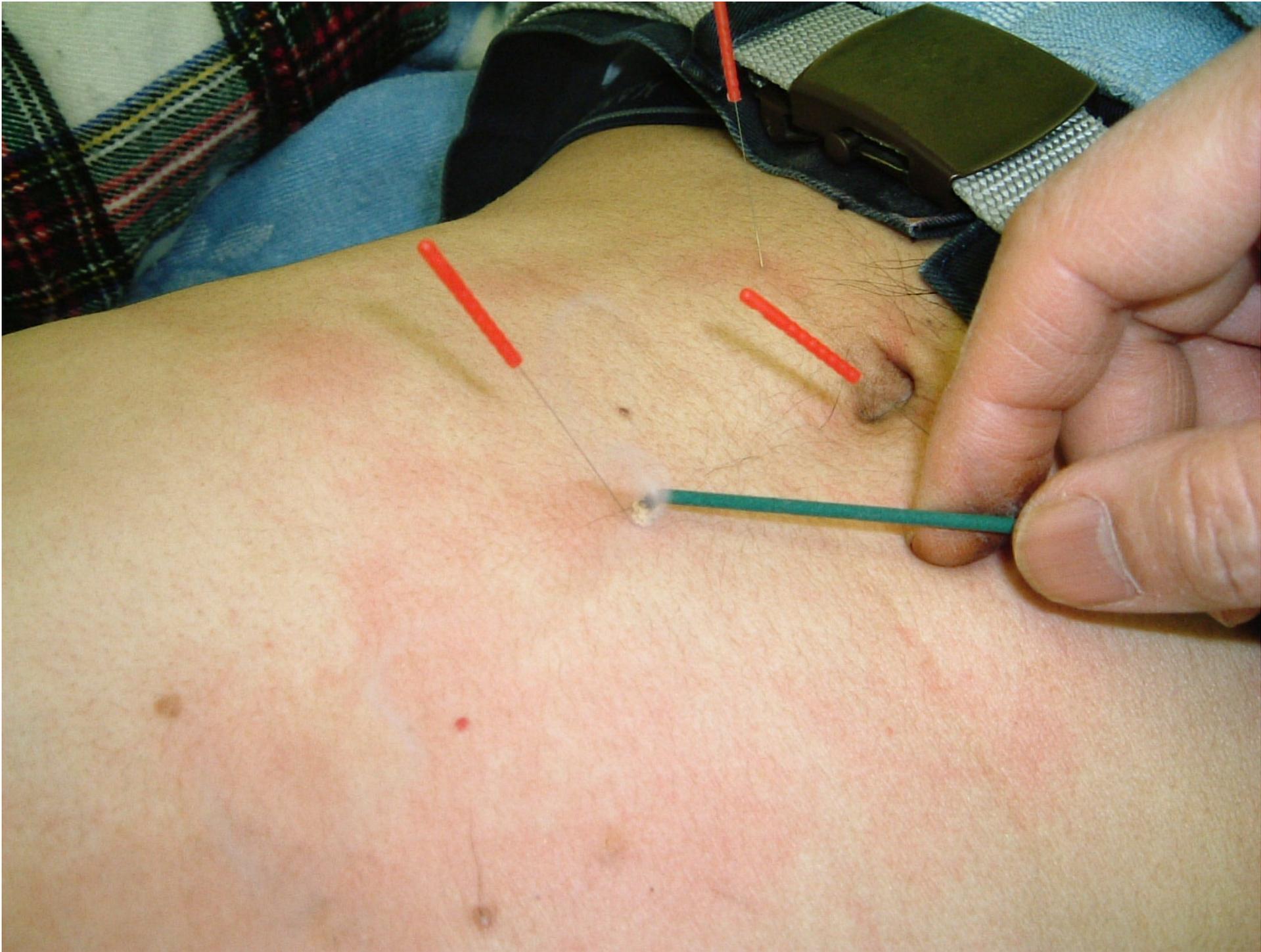
2寸針：60mm

2寸5分針：80mm

3寸：100mm

鍼の手技方法

- 1) 単刺法・・・一定の深さに刺入し、直ちに抜針する。(過敏の人)
- 2) 回転法・・・刺入したり、抜いたりする時に、回転するようにひねりながら行う。
- 3) 雀啄法・・・目的の深さに刺入し小刻みに抜いたり、刺したりする。
- 4) 置針法・・・鍼を刺してから、5分～10分置
- 5) 間歇法・・・刺入の時、目的の深さに刺す途中、少々時間をあける。(慎重を要する)
- 6) 振せん法・・・目的の深さに達した時に針柄を指先で軽くはじく。(知覚過敏な場所)
- 7) 接触法・・・鍼を刺入しないで、針先で皮膚に接触刺激を与える。(小児の刺針法として用いる)



心包と心・五臓と五志

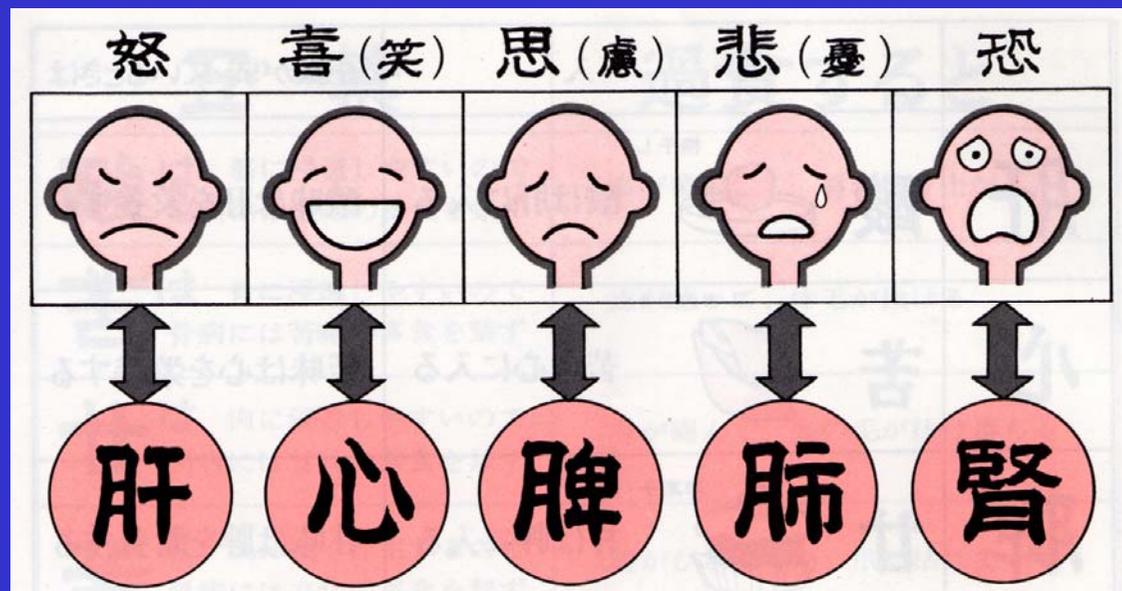
心包(絡)は心の外衛



心城

心包絡は、「臣使の官」と呼ばれる。君主である心のそばで内侍の役割を果し、心の意思を外に表わす。つまり、心包絡は、心を守る外衛で、その機能や病変はすべて心に一致する。

(素問：靈蘭秘典論篇，靈樞：邪客篇)

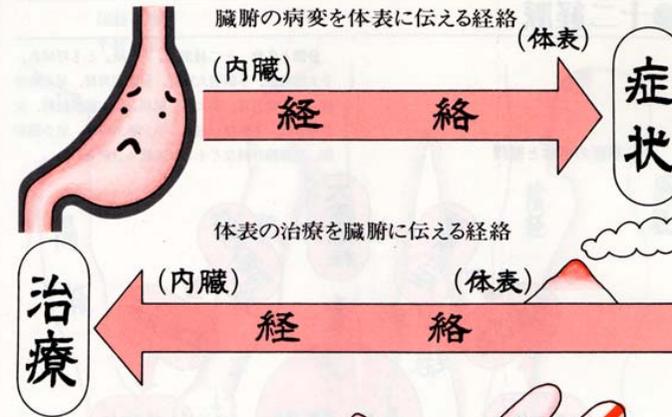
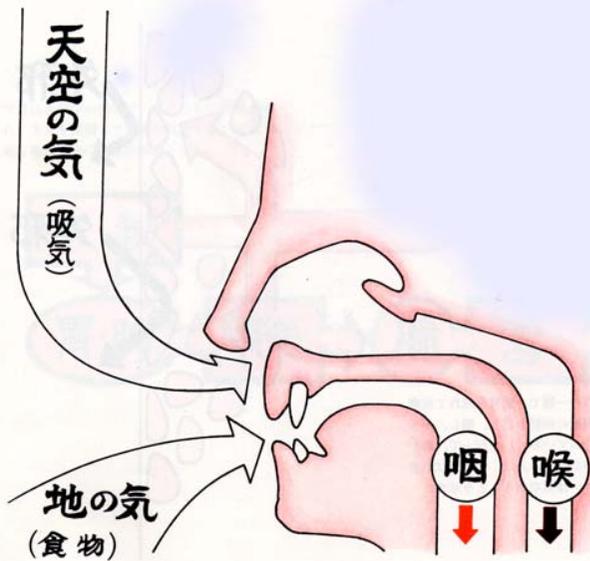


● 気の生成と働き

からだはどこも悪くないんだが
なんとなく やる気がないなあー



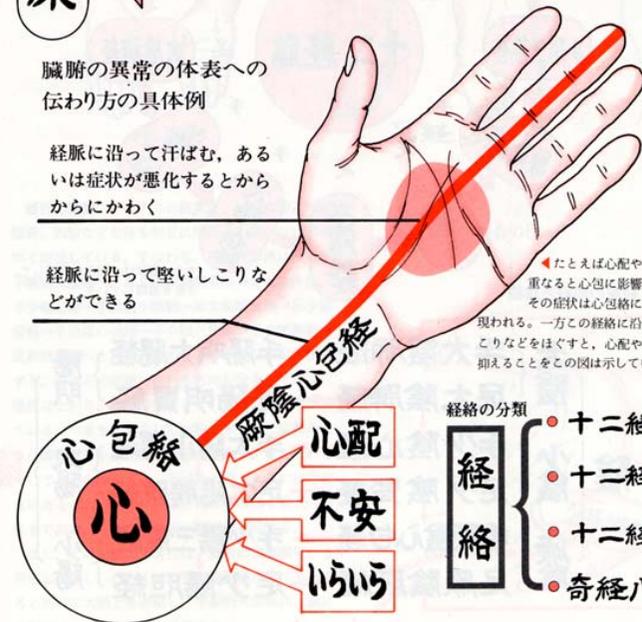
彼、最近
元気がないわねー



臓腑の異常の体表への
伝わり方の具体例

経脈に沿って汗ばむ、ある
いは症状が悪化するとから
からにかわく

経脈に沿って堅いしこりな
どができる



たとえば心配や不安が
重なると心包に影響を与え、
その症状は心包絡に沿って
現われる。一方この経絡に沿ってし
こりなどをほぐすと、心配や不安を
抑えることをこの図は示している。

- 経絡の分類
- 十二経脈
 - 十二経筋
 - 十二経別
 - 奇経八脈















ご清聴ありがとうございました

