2017年東方医学会「伝統医療と現代医療の融合」

あらゆる治療と融合できるツボと経絡のアプローチ
～はり･きゅう･かっさ～

齋藤隆裕

鍼灸らせん堂 院長

学校法人後藤学園／中医学研究所

附属中医臨床センター センター長

皮膚への刺激療法の簡便性

- はり：一般には《長い鉄の針を刺す》イメージだが、伝統的に接触して《こする・押す・揉む》ための道具がある。 昨今では貼付シール状でツボを刺激する一般用品が数多くある。

- 灸：「灸を据える」と言うことばがあるが、以前から健康用品として家庭用の灸療用品が流通している。また灸に限らず「患部を温める、冷えを取る」健康用品は一般的に手に入れられるものが多い。

- かっさ：アジアに広く民間療法として存在する、皮膚をこする治療。昨今では美容への応用として、「カッサ板」が一般的に流通するようになった。

- 特に「ツボ・経絡」と言う中国伝統医学の特有の考え方に基づいている。

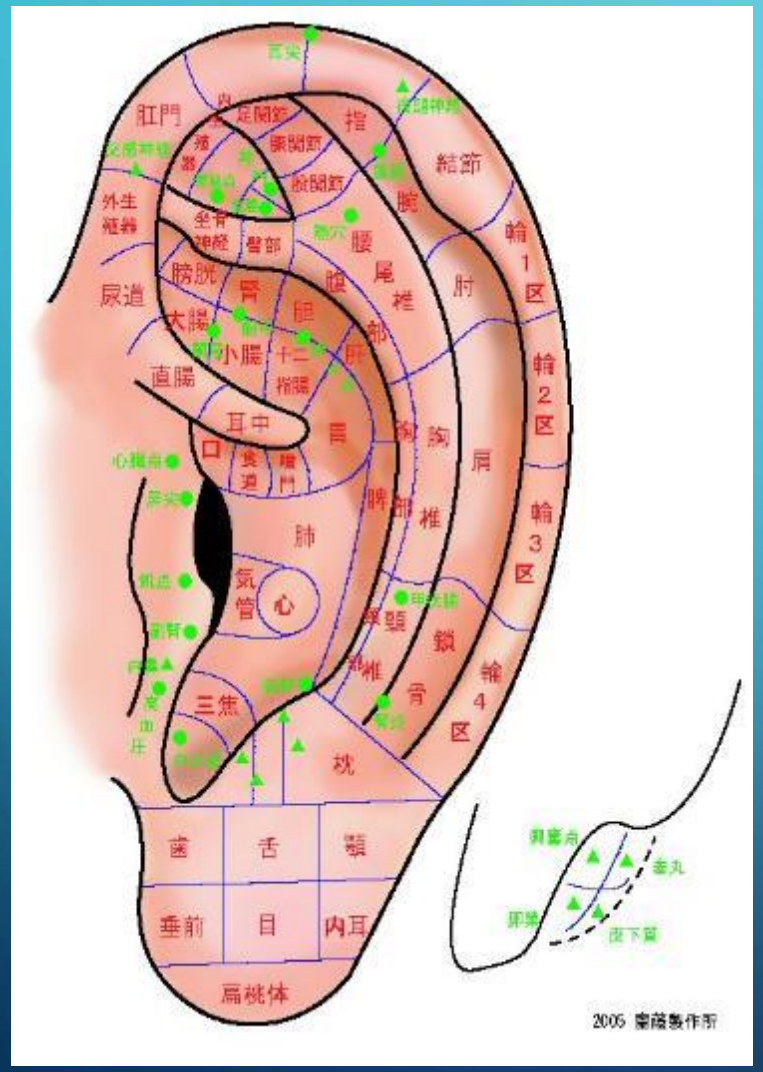
あらゆる治療に「併用」できる「ツボ・経絡」

未　病	自宅で、自分で、あるいは家族で
外　来	治療院まで来られる
病　棟	入院患者を対象とした治療
在　宅	在宅往診や、高齢者入居施設への往診
救　急	主治医・ご家族の要求より

①はり・ツボ刺激類

ツボを押圧刺激するための棒など（鍼針・員針）

ツボに添付するシール（耳つぼ）（針がないものもある）



②灸・温熱刺激類

市販の灸

電子レンジで温めるタイプのもの

お湯を入れるタイプのもの

【簡易ホットパック】

　電子レンジで濡らしたハンドタオルを温め、ビニールに入れて使うと、周囲が濡れることもなく、暖かさの持続時間が長くなる。

ツボへのアプローチ①

循環器	手厥陰心包経：内関［ナイカン］	腕の内側。手首の中央から肘へ2寸。
呼吸気	手太陰肺経：尺沢［シャクタク］	肘の内側中央。腱の外側
消化器	任脈：（胃）中脘［チュウカン］ 足陽明胃経：（大腸）天枢［テンスウ］	ヘソとミゾオチの真ん中。 ヘソの両脇。
婦人科	足太陰脾経：三陰交［サンインコウ］	内くるぶしの上3寸。
精力・冷え	足少陰腎経：湧泉［ユウセン］ 任脈：関元［カンゲン］ 手少陽三焦経：陽池［ヨウチ］	足の裏の中心から上3センチ。 臍と恥骨結合の間3:2 手関節外側横紋中央
精神安定	手少陰心経：神門［シンモン］ 足少陽胆経：風池［フウチ］	手関節内側横紋上小指側 分界項線乳様突起内側陥凹部
ストレス	足厥陰肝経：太衝［タイショウ］	足の甲。1趾2趾の骨の間。
疲れ目	足太陽膀胱経：睛明［セイメイ］	目頭
背骨	手太陽小腸経：後谿［コウケイ］	小指の付け根
疲労	手陽明大腸経：合谷［ゴウコク］	手の甲。母指と示指の骨の間。

③カッサ類

凸部

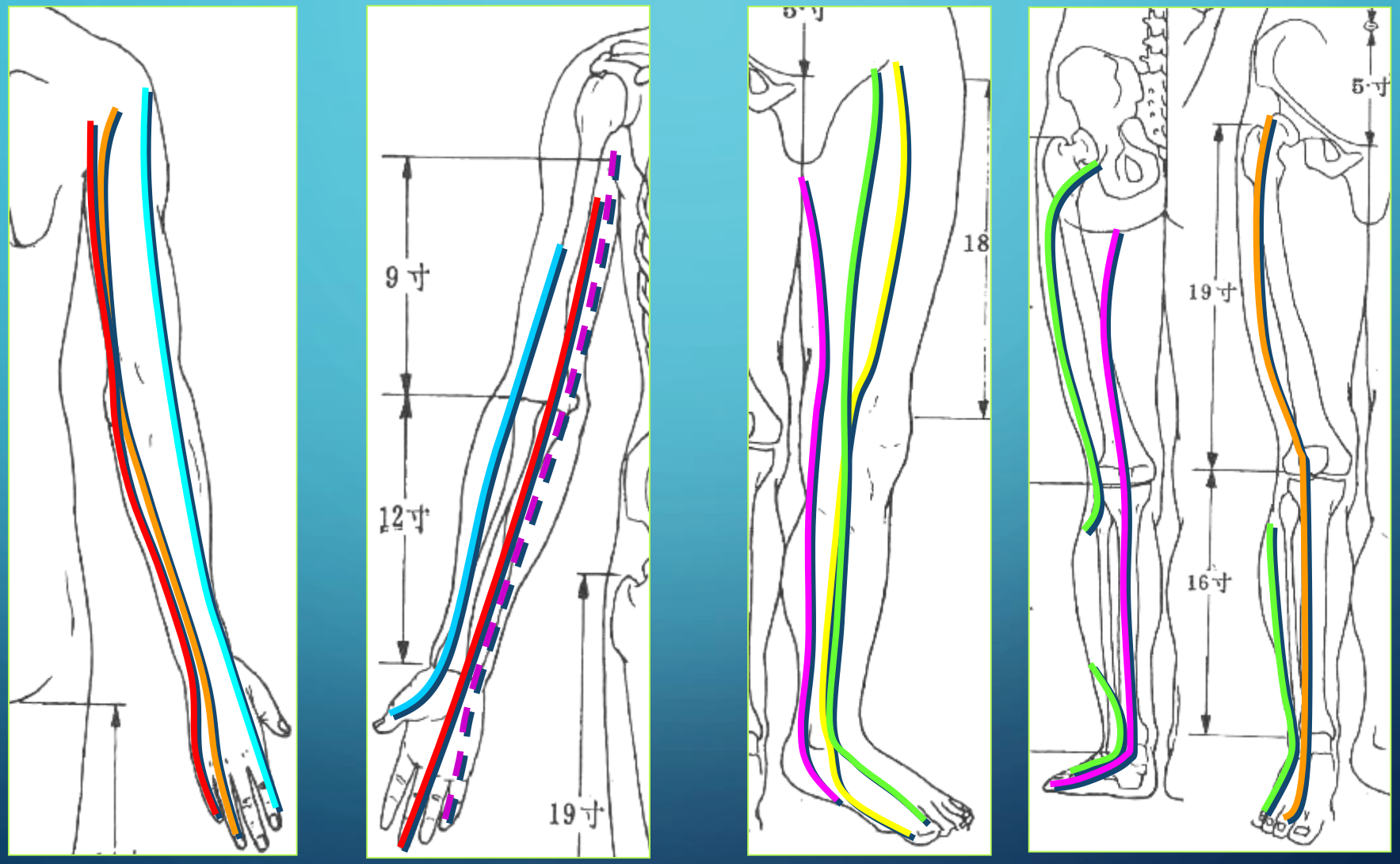
凹部

角部

櫛部

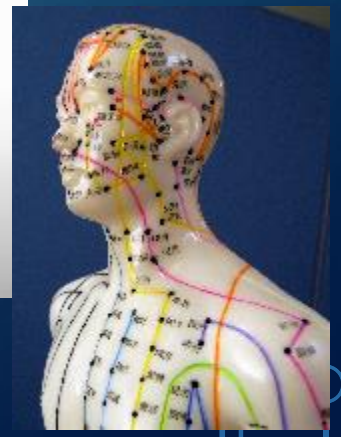
股部

陰と陽の経絡



かっさ 経絡へのアプローチ

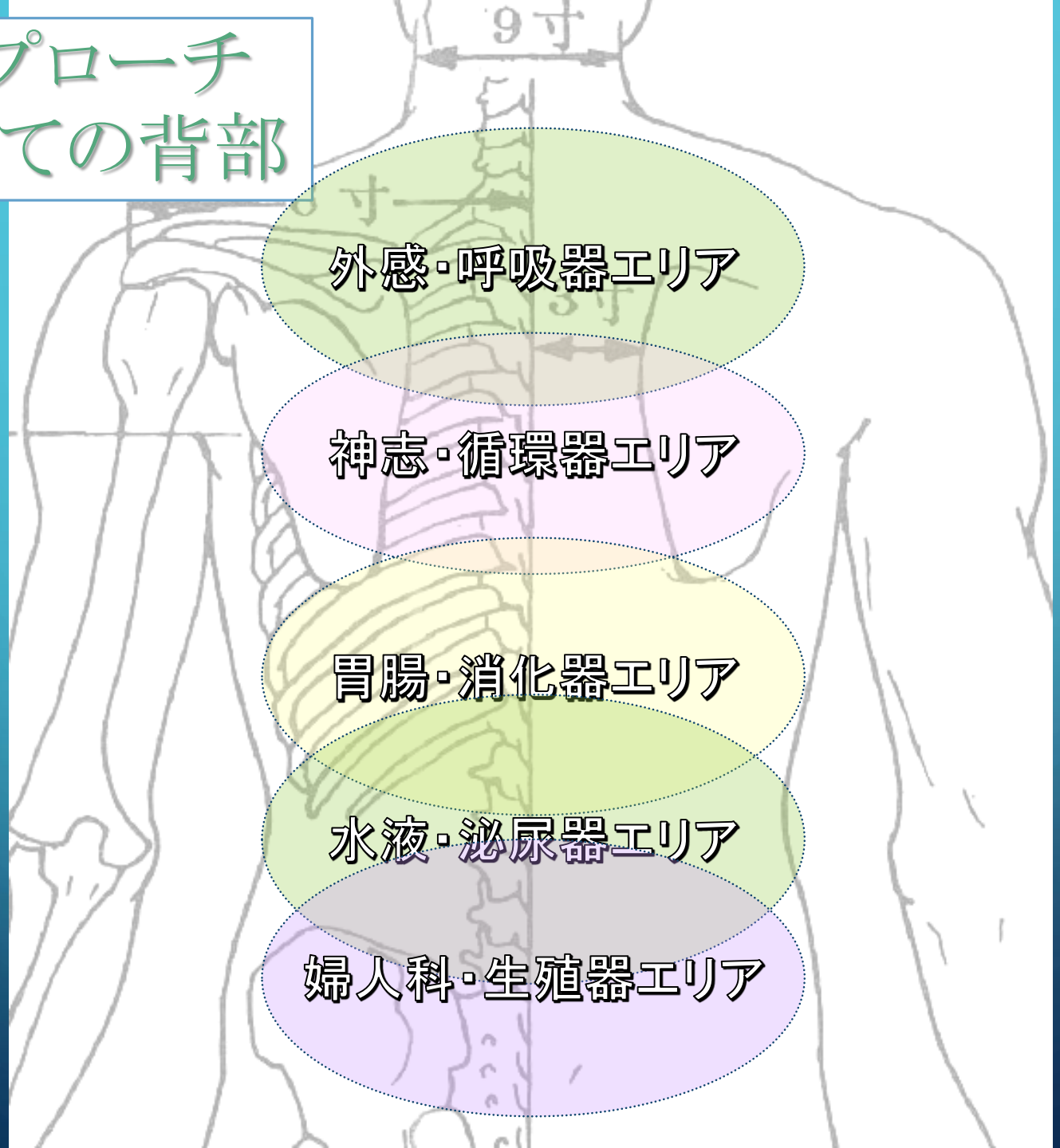
経絡	ルート（流注）
手の陽経（甲側）	手先 → 頭・顔面部
足の陽経（前面）	頭・顔面部 → 足先
足の陰経（後側）	足先 → 腹
手の陰経（平側）	胸 → 手先



応用例

頭顔面部の虚証：手の陽経
頭顔面部の実証：足の陽経
胴体部の虚証：足の陰経
胴体部の実証：手の陰経
美容目的に顔のむくみなど

ツボへのアプローチ
②エリアとしての背部



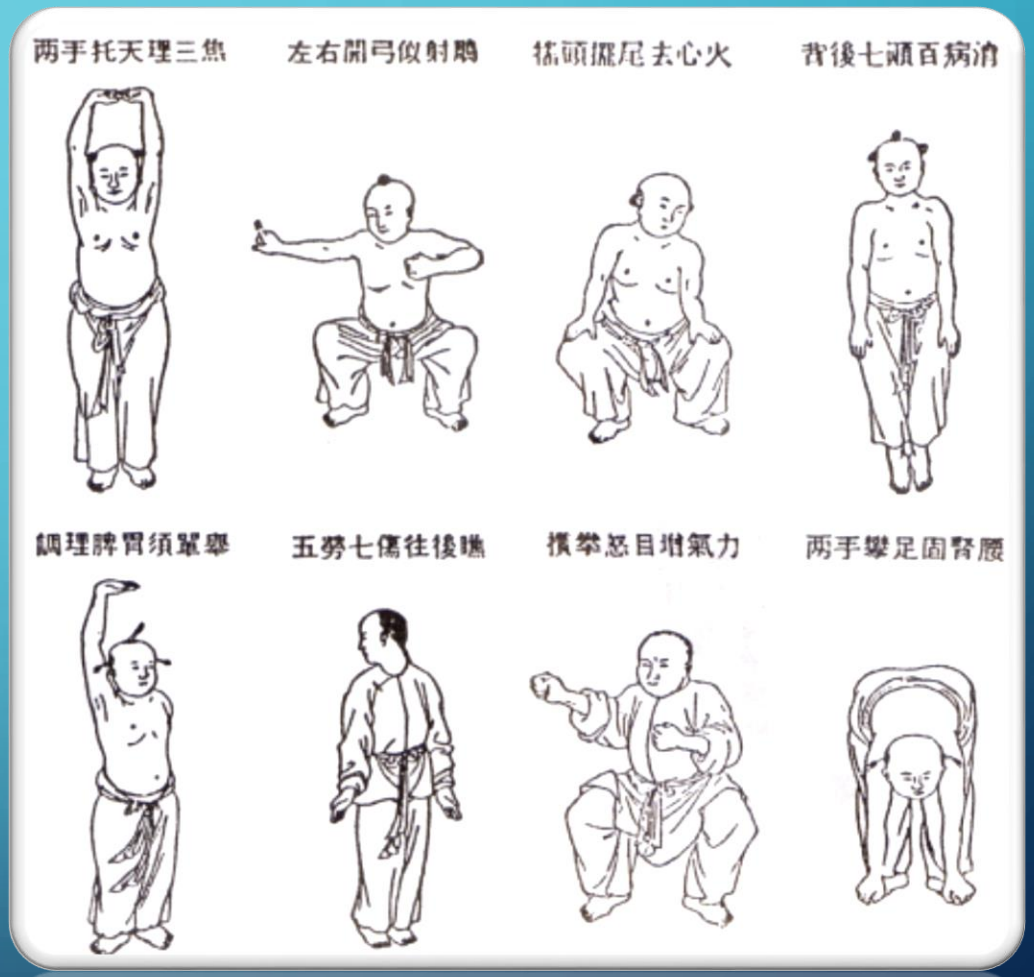
C7　大椎
T1　　・大杼
T2　陶道・風門
T3　身柱・肺兪
T4　　・厥陰兪
T5　神道・心兪
T6　霊台・督兪
T7　至陽・膈兪
T8
T9　筋縮・肝兪
T10　中枢・胆兪
T11　脊中・脾兪
T12　　・胃兪
L1　懸枢・三焦兪
L2　命門・腎兪
L3　　・気海兪
L4　陽関・大腸兪
L5　　・関元兪

④気功「八段錦」など

・呼吸：腹式呼吸は、脇腹に手を当てて呼気を意識すると習得しやすい。

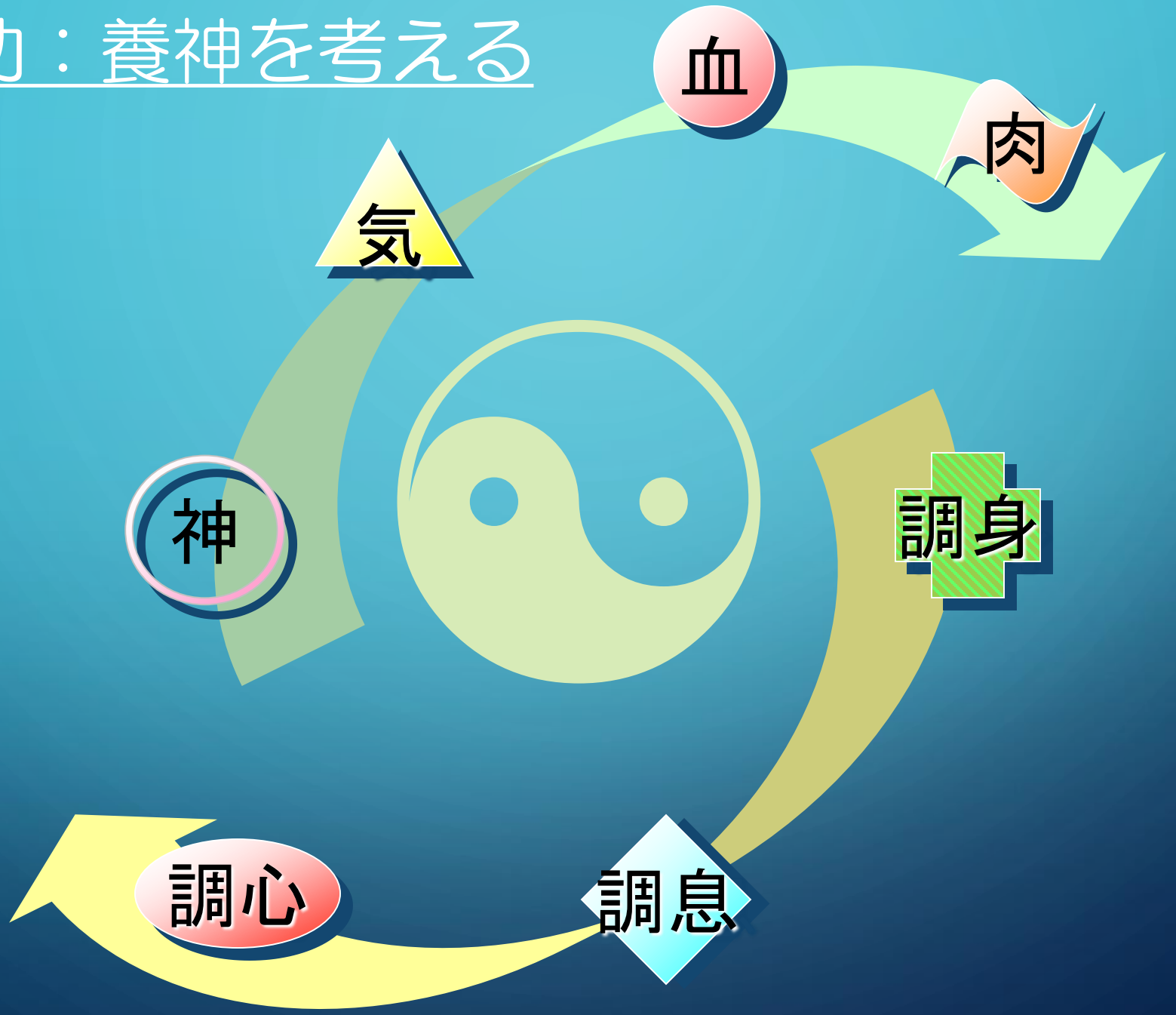
・坐功：運動障害によって起立が困難・不安定な場合や、ベッド座位でも行える。

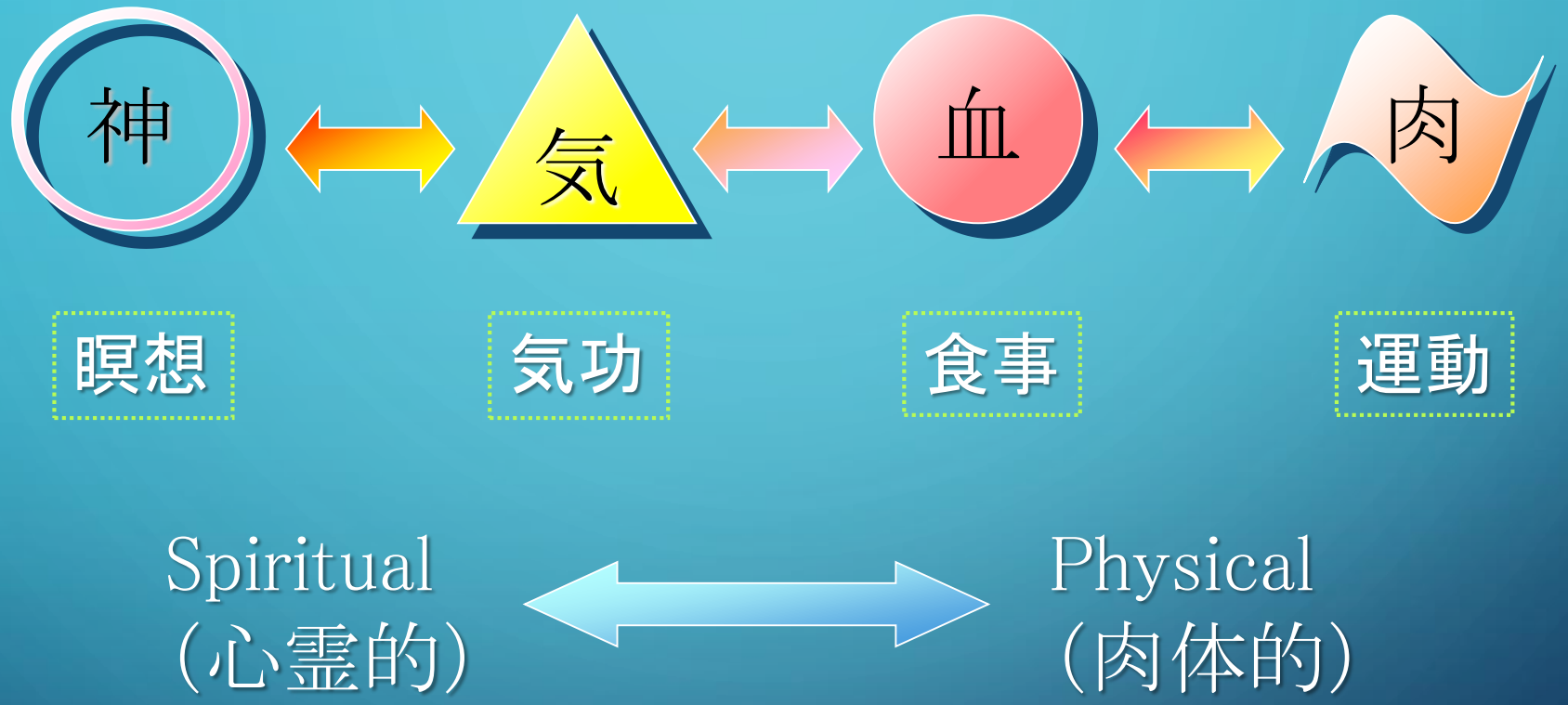
・動功：立位で行うが、無理な屈伸をしないように注意する。



光緒初年的「站功八段錦」

④気功：養神を考える




神
気
血
肉
瞑想
気功
食事
運動
Spiritual
(心霊的)
Physical
(肉体的)

セルフ・ハリキューション

- 特に危険性が少なく、簡便に用いることができて、
  自他の健康に益する東洋医学の知恵や技術をひろく患者と共有すること。

- 東洋医学の専門家として、正しい知識や技術を情報として提供すること。

- 文化としての東洋医学の広がりを補助し、期待する。

　終末期医療において、自宅にて介護になるケースは少なくない。
　その時、自分や家族がなんらかの「てあて」ができるということは救いでもある。

　代替補完医療のひろまりは企業や治療院の
広告・集客の一環として盛んに行われ始めている。

　学会が主体となって一般に広く普及啓蒙活動をすることは
より高度な専門性を発揮させる土壌づくりになる。

“まず会より始めよ”