

# 中国鍼の基礎

---

牧田総合病院 東洋医学課

石塚僚司

# 中国鍼と和鍼の違い（一般的）

## 1. 形状の違い

- 中国鍼：太めで長い
- 和鍼（日本鍼）：細く短い

## 2. 刺入法

- 中国鍼：直刺が中心、刺激はやや強め
- 和鍼：管鍼法（鍼管を用いて刺入）、痛みを抑える工夫あり

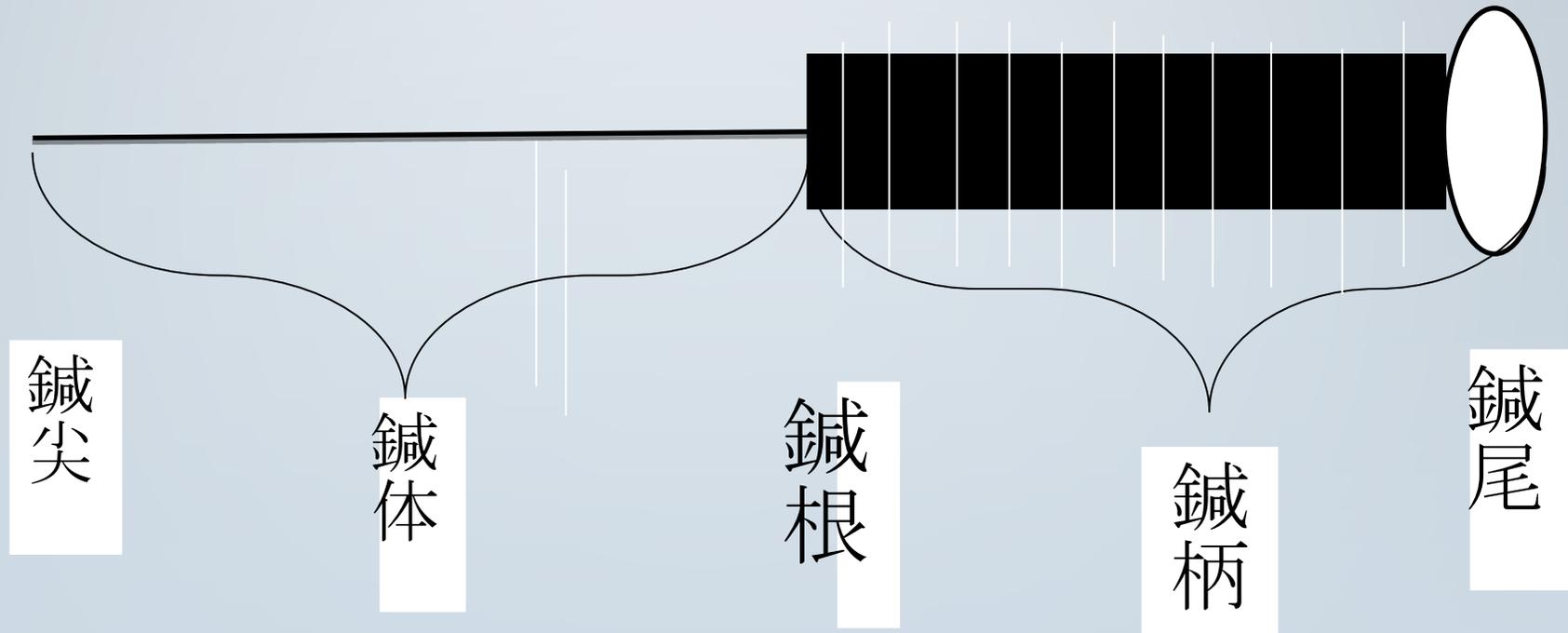
## 3. 治療スタイル

- 中国鍼：補瀉操作（捻鍼・雀啄）を重視、得気（ズーンとした響き）を狙う
- 和鍼：浅刺や接触鍼も多用、弱刺激で体に優しい

## 4. 患者の体感

- 中国鍼：刺激が強く効いた感じが出やすい
- 和鍼：痛みが少なくリラックスしやすい

現在の臨床での鍼治療に最も多く使われているのは毫鍼である。



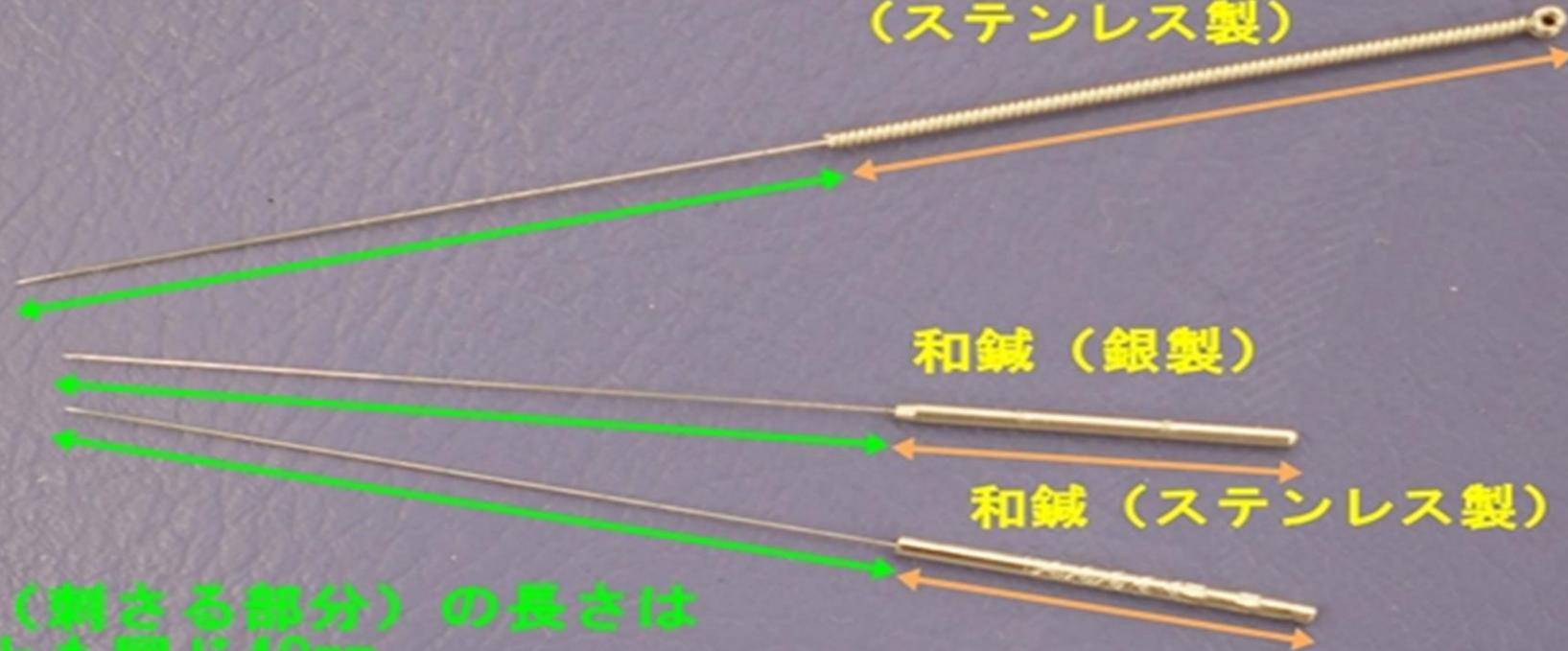
鍼柄（持つところ）が長いのが中国鍼

中国鍼  
（ステンレス製）

和鍼（銀製）

和鍼（ステンレス製）

鍼体（刺さる部分）の長さは  
3つとも同じ40mm  
鍼体が銀だったりステンレスだったり



# <刺し方>

## ◎刺入方法

### <両手刺入法>

一般的には右手と母指と示指で鍼柄を強くはさみ、中指は示指の下方（鍼根）に近づける。左手の母指と示指で、鍼体の下端を持ち、鍼尖を刺鍼のツボの皮膚の表面に固定し、右手で鍼柄を持ち、鍼体を垂直にする。力を鍼尖に集中させる。刺入時は、すばやく切皮する。

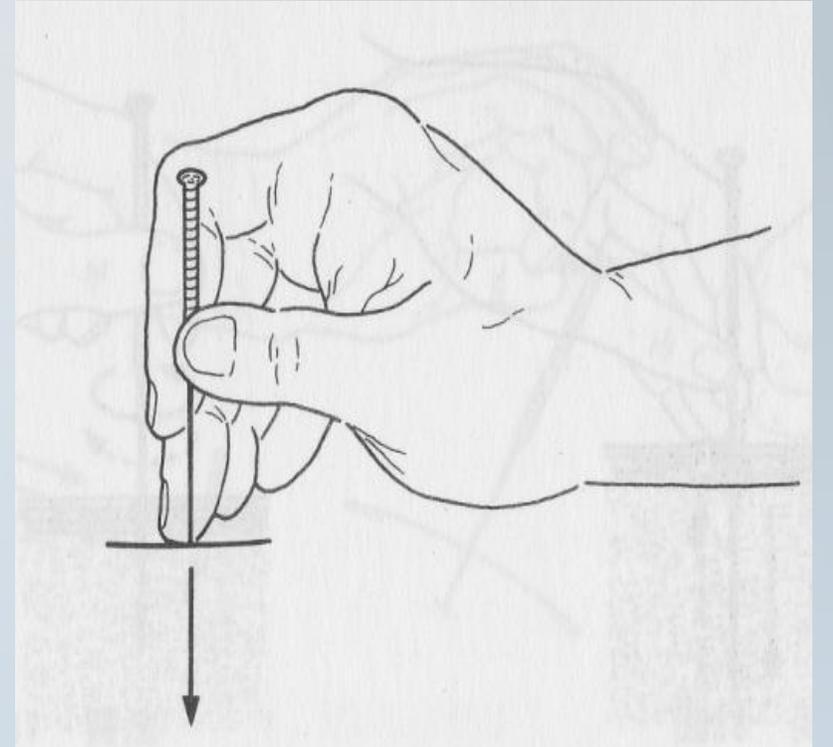


図29 持針の姿勢

## <片手刺入法>

刺手の母指、示指で鍼をしっかり持ち、中指ぴったりツボにつけて、指頭は鍼体下端を支えて、母指、示指は下に力を入れる。

- \* 押手の方で自由に患者さんの肢位を固定できる。(麻痺側の手足の固定)
- \* 仰向けでの風池、委中。



< 押手のいろいろ >

## 1) 爪立押し刺入法

左手の爪でツボを押して、  
右手で鍼を持ち、左手の  
爪に沿って刺入する。



## 2) 挟時刺入法

押し手の左手と右手、  
両手で共に皮膚に刺入する。



### 3) つまみ刺入法

左手の母指と示指で皮膚をつまみ、  
つまんだ所に刺入する。



4) ひらき刺入法  
左手で皮膚を緊張させて刺入  
する。



1

まず余分な力を抜く

2

鉗根を持ち鉗を皮膚面に対して垂直に軽く置く

3

反対の手で軽く押しでを作る

4

余分な力を抜いたまま垂直に鉗を入れ込む

## ~POINT~

- \* 手首のスナップを大切に
- \* 肩に力を入れすぎない
- \* 鍼と皮膚が離れすぎない。
- \* 鍼先と力が同じ方向
- \* 迷わない！！

# 基本的な手技

手技は、刺入後、得気、行気、補瀉等の  
目的を達するために施す

# 1) 提挿法

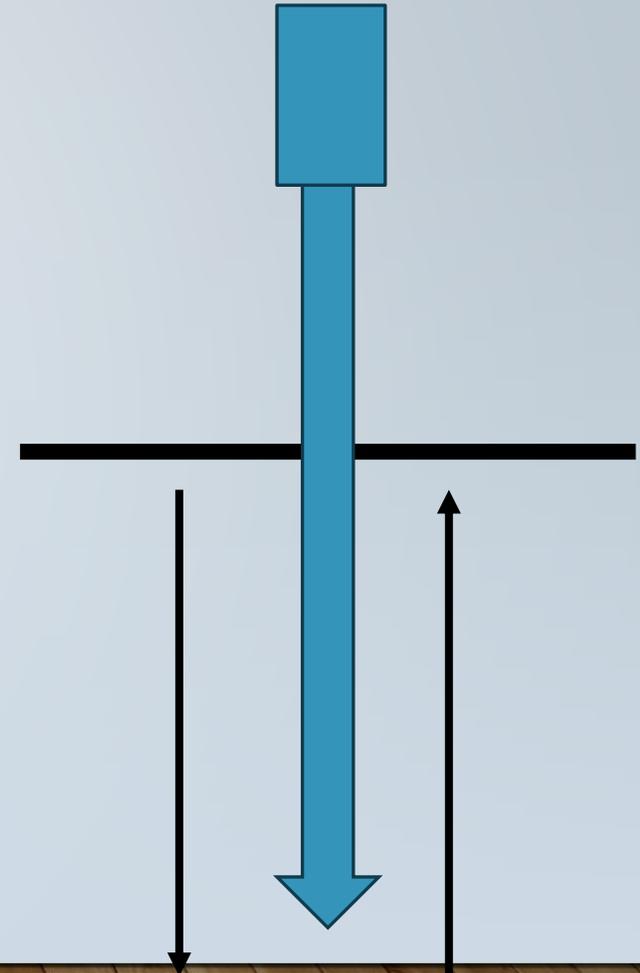
鍼尖は、刺鍼部位の一定の深さに刺入した後、鍼の上下、進退の動作を施し、鍼を浅層より深層に入れ、さらに深層より浅層に出し、繰り返して上下に提挿する。

## 補

母指を前に出すとき力強く  
母指を手前に引くとき軽く捻る

## 瀉

母指を手前に引くとき力強く  
母指を前に出すとき軽く捻る



## 2) 捻転法

鍼を刺鍼部位の一定の深さに入れた後、鍼体を軸として時計回し、逆時計回しの方向で繰り返して捻じる行鍼の手技。

360度以上回さない

### 補

母指を前に出すとき力強く

母指を手前に引くとき軽く捻る

振幅：90°

テンポ：120回/分 以上

補=細かく回転

### 瀉

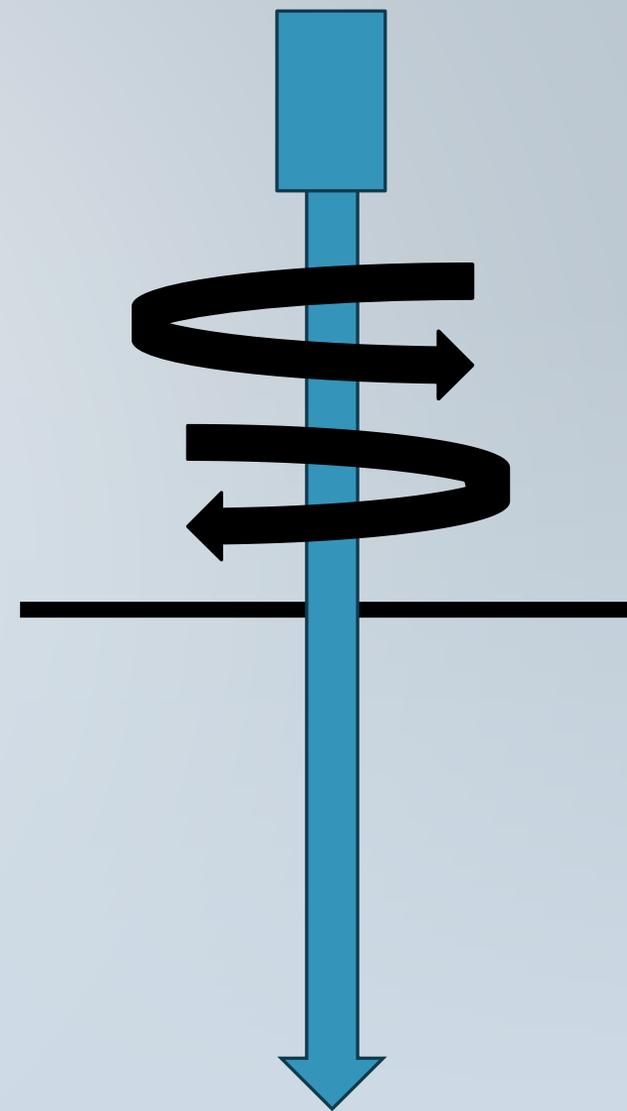
母指を手前に引くとき力強く

母指を前に出すとき軽く捻る

振幅：180°

テンポ：50～60回/分

瀉=大きく回転



### 3) 得気法

刺鍼の過程で、適切な手技を施すと患者の刺鍼局所やその経脈にある種の感覚が出現する。また一定の治療効果を示す反応を得る  
→鍼感、鍼の響き、刺鍼感応

患者

酸（だるい）

麻（痺れ）

重（重い）

脹（はれぼったい）

涼

熱

## ＜静的な補瀉＞

	補	瀉
呼吸	呼息時に挿入 吸息時に提出	吸息時に挿入 呼息時に提出
迎隨	鍼先を、経絡の流注方向の 循向きに刺す。	鍼先を、経絡の流注方向の 逆向きに刺す。
開闔	素早く抜鍼し、 鍼孔を閉じる。	ゆっくり抜鍼し、 鍼孔を閉じない。
母子	五行に配当して、 「母」にあたる穴位を選択。	五行に配当して、 「子」にあたる穴位を選択。

# ＜動的な補瀉＞

	補	瀉
捻 転	拇指を、 正中に向けて回転させる 角度：90度以内 頻度：120-160回／分	拇指を、 正中と逆に向けて回転させる 角度：180度 頻度：60-90回／分
提 挿	挿深時に強く下げ、素早く 提浅時に弱く上げ、ゆっくり	挿深時に弱く下げ、ゆっくり 提浅時に強く上げ、素早く
捻 搓	360度捻鍼し、組織に鍼を絡め、 以後求心性に回転力を加える。	360度捻鍼し、組織に鍼を絡め、 以後遠心性に回転力を加える。
九 六	補法を9回行う	瀉法を6回行う

## 4. 疏通経絡

疏通経絡は経絡において、その巡りを障害し、痛みや運動障害の異常を引き起こす要因を除去し経絡の機能を正常な状態に回復すること。  
経絡の流れを良くする。

「不通則痛」 ・ ・ ・ 祛邪（疏通）  
「不栄則痛」 ・ ・ ・ 扶正（滋養）

## ① 排刺

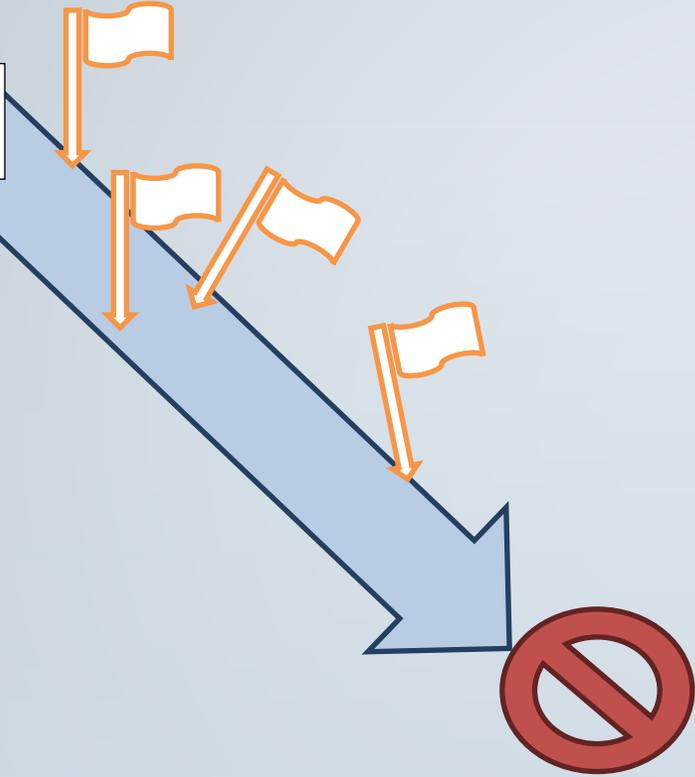
「排」これは、押しつける。外に押し出す。の他に「順に並べる。」という意味がある。

気血を流すために経絡に沿って、間隔を開けて並べるように刺鍼することである。

\* 中風治療の多くは「治痿独取陽明」という理論があり、痿の病を治療するときは、ただ陽明をとればいい。陽明は五臓六腑の海とも言われている。

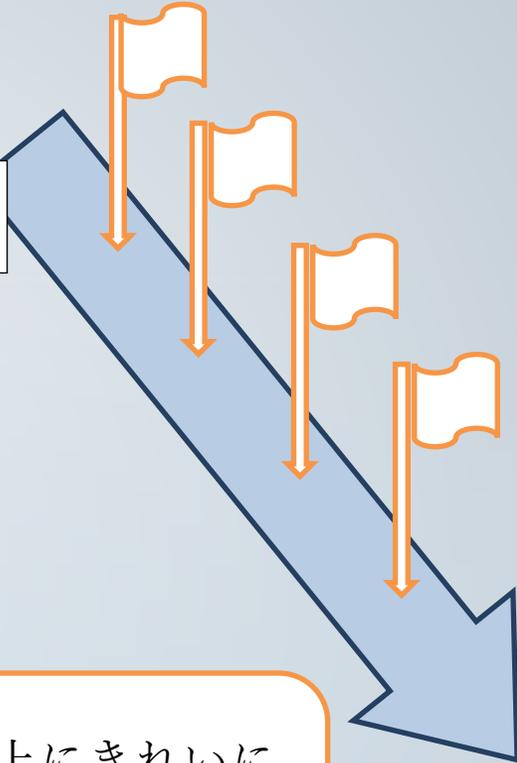
\* 陽明経は多気多血。醒腦開竅でもよく陽明経排刺を行う。 {精血同源}

経絡



経絡

経絡上にきれいに  
排刺することで経  
絡もうまく通る



中風とは？

中風（ちゅうふう）は、『黄帝内経』に記載され、脳卒中や脳血管障害に類する急激な発症の病状を指します。この病気が「中風」と呼ばれるのは、「風（ふう）」が自然界で速く、変化しやすい性質を持つように、病気の発症も急激で多様な症状を呈し、刻々と状態が変化することからきていて「中」は中る（あたる）の意味。『黄帝内経 素問』の「風論」にも、「風善行数変」（風は善く行（めぐ）りて数々（しばしば）変ず）という表現があり、「風邪（ふうじゃ）」が体に侵入することによって中風が引き起こされるという認識が古代から示されていました。

1 說：百会 · 曲池 · 肩井 · 足三里 · 曲髻 · 風市 · 懸鐘

2 說：百会 · 曲池 · 肩井 · 足三里 · 大椎 · 風池 · 間使

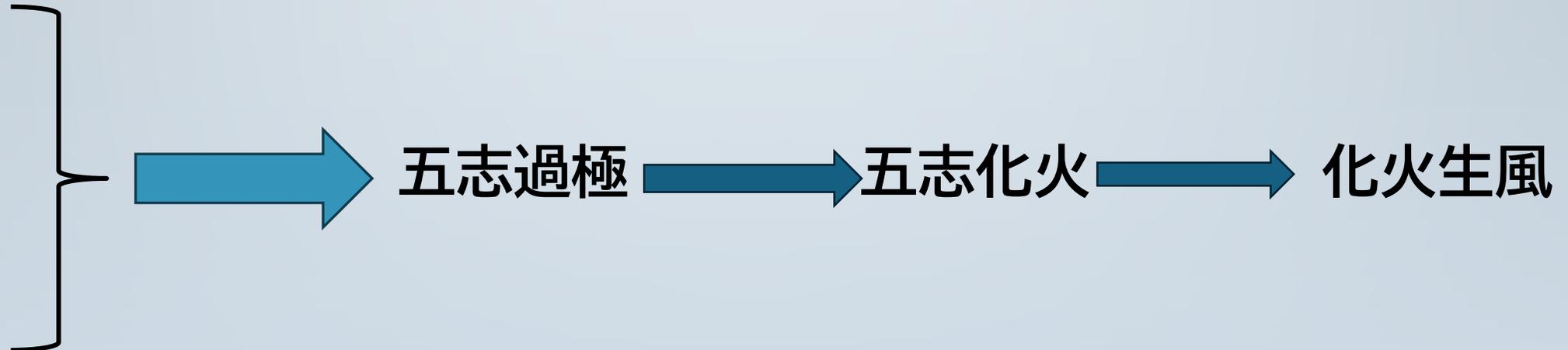
「中風七穴」は、「中風」の治療に使われた特定の7つの経穴で、中風の症状を和らげ、回復を助けるために活用されました。この概念は紀元前に考えられたと言われ、宋代（960年～1279年）の頃には治療法として体系化されて、広く利用されるようになったとされる。

中風七穴は時代や地域、施術者の見解によって異なる経穴の組み合わせが提案されることがあり、一説と二説など、複数の経穴選定のバリエーションが存在します。これは、時代ごとに異なる臨床経験や理論的アプローチが加えられ、治療のために選定される経穴が少しずつ異なっていたためだと考えられます

# 1 五志過極

五志過極とは、怒・喜・思・憂・怖、この五つの感情が極端に偏り、バランスを崩してしまいう状態を指します。それぞれの感情が過剰になると、特定の臓器に負担をかけ、様々な病気を引き起こす可能性があると言われています。

肝 = 怒  
心 = 喜  
脾 = 思  
肺 = 憂  
腎 = 恐



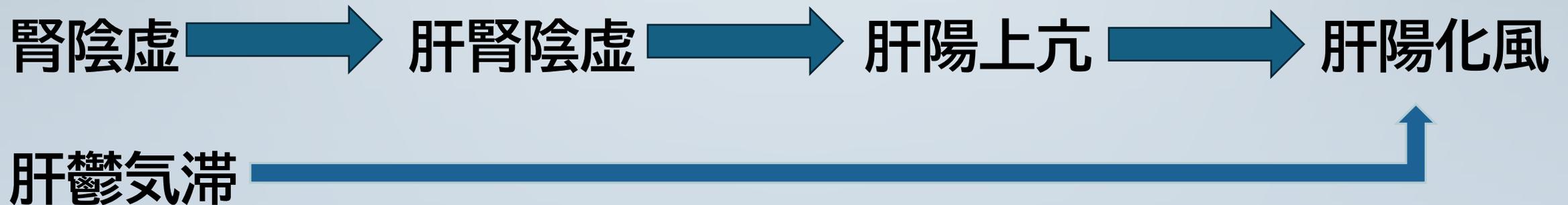
## 2 陰虚陽亢

腎陰虚により、水不涵木となり肝腎陰虚を生じる。

この状態が長く続くと、肝の陽気を抑えられず肝陽上亢となり、陽亢のため風を生じる。

それが清竅(耳、鼻、口、目)に影響する。

また肝鬱気滞により条達を妨げ、気血が上衝し、風陽が竅に乘じ、暴厥する。



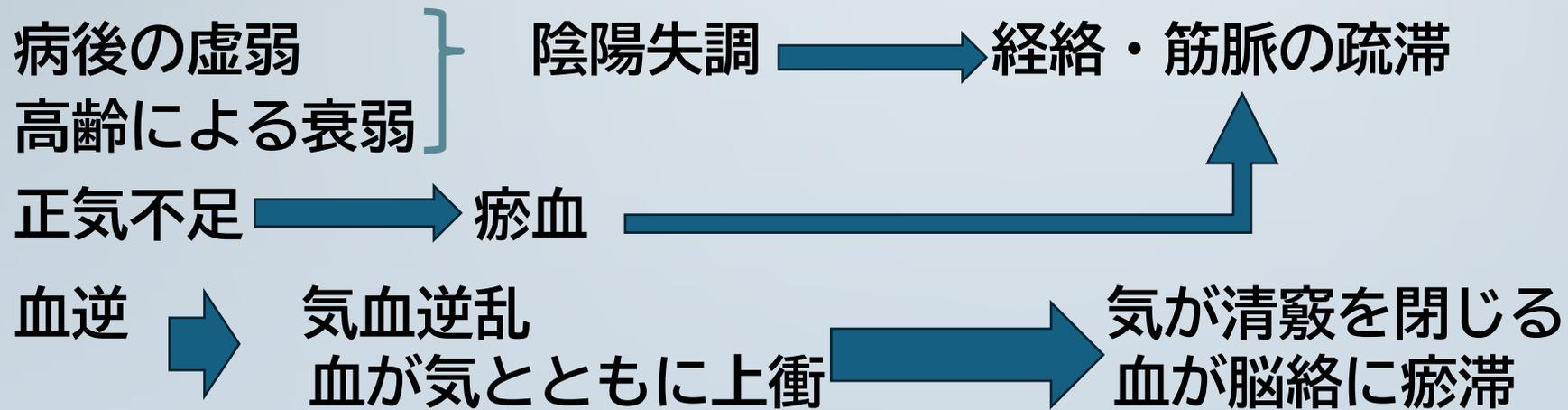
### 3 飲食不節、労倦内傷

油ものや美味しい食事の過剰摂取や、木剋脾土により脾を傷めると、脾の運化機能が悪くなり、湿が集まり痰を形成する。この痰が瘀滞・熱化し、絡を阻滞する



## 4 正気不足

病後の虚弱体質・高齢による身体の虚弱という虚に乗じて風邪が身体に入り脳に行く経脈や筋脈に影響する。また種々の原因により血逆が起こり、血が正常に運行できなくなり血が気と共に昇り脳に影響する



病因	説明	病機
風邪	外邪が体に侵入し、経絡を阻害して血液の流れを妨げる	気血が滞り、四肢の麻痺や口舌の偏りが生じる
肝陽上亢	肝の火が過剰に上昇し、肝風が内生して脳や経絡に影響を与える	気血が逆流し、めまいや意識障害が発生
痰湿	痰(過剰な体液)が体内に蓄積し、血管や経絡を詰まらせる	経絡が詰まり、半身不随や麻痺が引き起こされる
気虚	気の不足により臓腑が正常に働かず、血の流れが滞る	気が虚弱なために脳や四肢に十分な血液が供給されず、麻痺や意識障害が発生
血瘀	血行が悪くなり、瘀血(血液の滞り)が生じて経絡が詰まる	血行不良により脳や四肢の血流が悪くなり、偏麻痺や痛みが生じる
陰虚火旺	陰(身体の潤い)が不足し、火が旺盛となり、内熱が発生しやすくなる	内熱により血液が逆流し、血管が詰まり意識障害や半身不随が発生
生活習慣(過労、ストレス、飲食の不節)	過労や不規則な生活習慣、脂っこい飲食物などが肝腎を傷め、血行を阻害	脳への血流が悪くなり、経絡の流れが乱れて四肢の麻痺や運動障害が生じる
老化による衰え	加齢により腎気が衰え、気血の生成が減少し、身体の修復力が低下	血行不良や経絡の弱体化により、脳卒中リスクが高まり、体の各部が麻痺しやすくなる

## 中経絡（軽症）

意識がある。経絡や気血の疎滞によるもの。

症状: 片麻痺、感覚麻痺、口や目の歪み、喋りにくさ、ゆっくりとした発語、口や嚥下の麻痺など。

原因: 経絡に風邪が入り、気血の運行が妨げられる。

# 中臟腑（重症）

意識障害があり重症。さらに「閉証」と「脱証」に分類される。

## ①閉証

- ・陽閉: 顔面紅潮、体の熱感、息が荒く口臭がある、落ち着かない煩熱状態。
- ・陰閉: 顔が白く唇が暗い、静かに横になる、四肢が冷たく痰が多い。

## ①脱証

症状: 意識障害、目を閉じ口を開く、手に力がなくいびき、失禁。

原因: 精の衰弱、陰陽離決（陰陽の調和が崩れる）。

その他の症状: 呼吸の衰弱、多汗、失禁（大便・小便）、四肢の冷え。

亡陽: 陽気が不足する状態。

極めて重篤な症状: 両頬の紅潮後に顔が蒼白になる。陰のエネルギー（血・水・精）が枯渇した状態

# 醒腦開竅法

# 醒脳開竅法の治則と配穴

- 醒脳開竅法は中風の病因病機の考えに基づき「開竅啓閉」「滋補肝腎」を主とし、疏通経絡を従とする治療法である。
- **「開竅啓閉」**  
まずは、脳竅を開くこと元神の府の改善（脳の生理機能の改善）を図る。
- **「滋補肝腎」**  
病機説より、肝腎陰虚に対して**「滋補肝腎」**を行う。  
補助として四肢の経絡の経気の疏通をする**疏通経絡**である。

主穴	内関・人中・三陰交
副穴	極泉・尺沢・委中

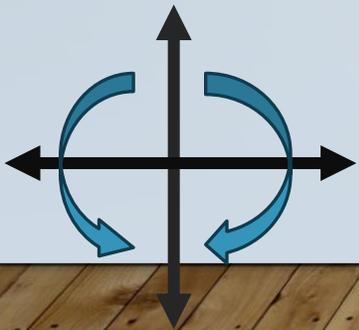
# 醒脳開竅法の治則と配穴

- 醒脳開竅法は治療におけるシステム化が図られたことにより、多くの鍼灸師が再現性をもって実践できるものとなっている。
- 中医鍼灸においては正確な証の決定が不可欠であるが、さらに治療効果を決定づける重要な要素として**手技の問題**がある。

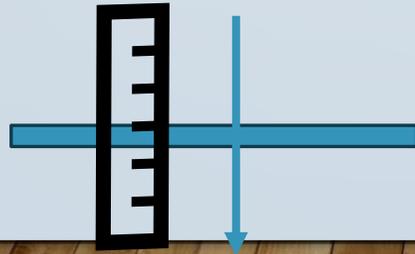
この手技の要素が多く関わるのが醒脳開竅法の特徴の一つである。

- 手技量学を構成する要素

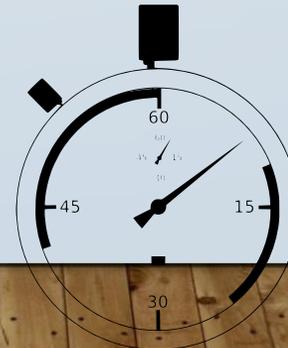
①刺針の方向



②刺針の深度



③手技の速度



④手技の時間



# 強刺激を用いる理由

醒脳開竅法では  
一般的な鍼治療より強い刺  
激が用いられることが多い。



# 強刺激を用いる理由

閉竅では

- 気血が動かない
  - 神志が働かない
- と考えられるため、弱い刺激では変化が起こりにくいとされる。

そのため

- 強い雀啄
- 捻転刺激
- 瀉血などを用いて

気血を **強制的** に動かす



# 刺す順番は？

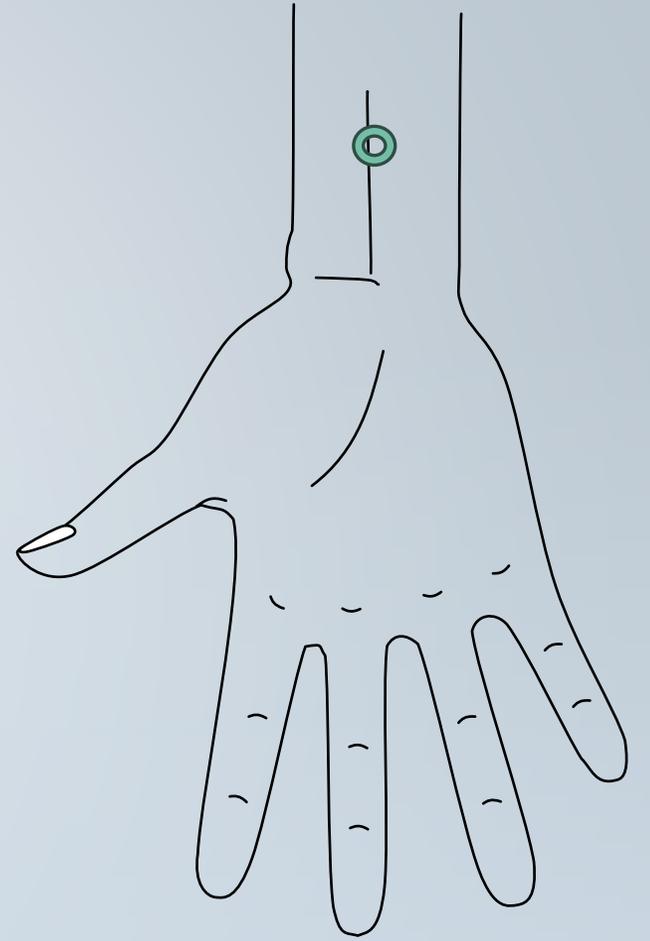
内関 → 人中 → 三陰交

神志を整える → 脳を覚醒させる → 気血を補う

# 主穴-内関

## 手厥陰心包経・絡穴・陰維脈の宗穴

- ① 八脈交会穴の陰維脈 陰維脈は全身の陰経に連携させる。 臓腑に作用→裏証
- ② 心包経の絡穴 絡穴...三焦経 養心安神、疏通気血に作用
- ③ 操作 内関 直針で1~1.5寸刺入 捻転法・提挿法の結合瀉法（1分間） 14 鍼感を指の末端に放散



# 主穴-人中

## 督脈・手足陽明の交会穴

①

### 督脈

脳に連絡し、脊髄・腎とも密接な関係。

全身の陽気を統括し、手足の三陽経、陽維脈と何度も交会し「陽脈の海」とも呼ばれる。

②

### 手足陽明の交会穴

中風治療の多くは「治痿独取陽明」の理論に基づき、痿病を治療するときは、ただ陽明をとる、ともされる。

また、陽明は五臓六腑の海とも呼ばれる。

開竅啓閉、健脳寧心に作用(内関との併用により、醒脳、調神、開竅)

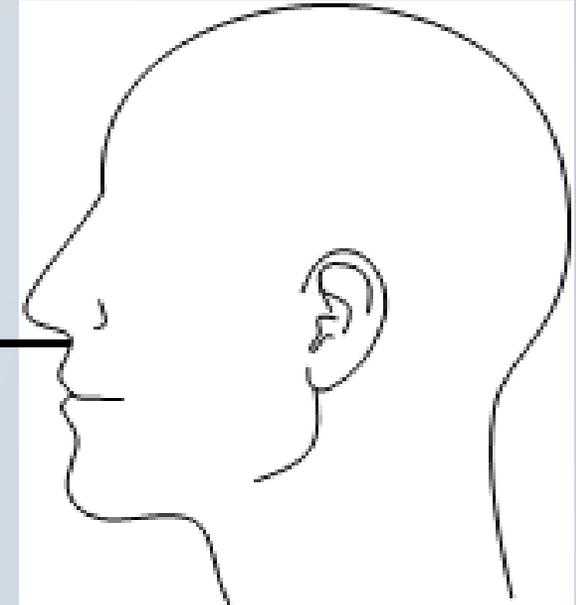
③

### 操作

人中溝の上1/3に取穴し、針尖を鼻中隔下に向けて3～5分刺入

強い雀啄法(眼球に涙が充満するまで)

人中



# 主穴-三陰交

## 足太陰脾経・足三陰経の交会穴

- ① 足三陰経が交会する場所であり、  
中風の病因病機に基づく肝・脾・腎と関与する。  
滋補肝腎・益髓充脳に作用
- ② 操作  
内果の上3寸に取穴  
脛骨後縁から1~1.5寸斜刺する  
鍼体は皮膚と45度角  
提挿補法  
患者の足を3回躍動させる



## 副穴-委中

仰臥位で下肢を拳上して膝窩中央より上方1寸に取穴

1～1.5寸刺入し提挿瀉法。

患肢を3回躍動させる。

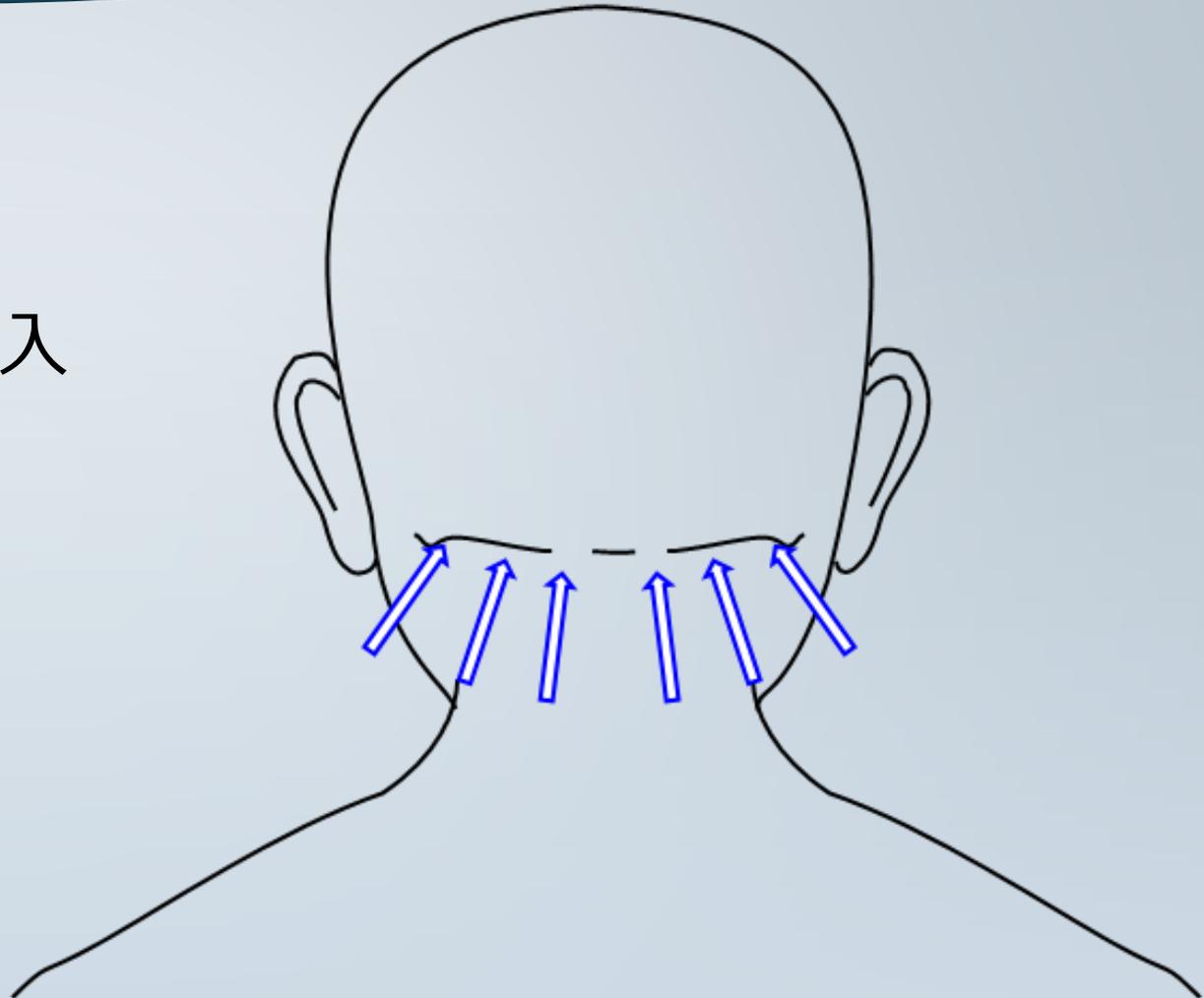


# 副穴-天柱・風池・完骨

補益脳髓・開竅・利機関

鍼尖を対側の眼球に向けて1～1.5寸刺入  
捻転補法。

\* 座位でも可能



# 日本における臨床応用

中国では醒脳開竅法は比較的強刺激で行われるが、日本では安全性や体格差を考慮して、やや穏やかな方法で応用されることが多い。

臨床では内関や人中、百会などを軽刺激で用いて脳血流の改善を図ることがある。また頭皮鍼療法と併用し、運動区や感覚区を刺激する方法もよく行われる。

さらに重要なのはリハビリテーションとの併用である。鍼刺激によって神経機能の回復を促しながら、運動療法によって身体機能を再教育することで、より高い回復効果が期待できる。