

鍼が効く本質

プロフィール

- 中国・北京生まれ。北京中医薬大学卒業。
- 東京医科歯科大学大学研修。早稲田医療専門学校卒業。鍼灸師資格取得。 **2001**年、精誠堂鍼灸治療院を開院し、賀氏鍼灸三通法を主とした治療を行う。
- 日本鍼灸三通法研究会会長
- 一般社団法人日本中医鍼灸研究会代表理事兼会長
- 著書「鍼の医学」「鍼灸三通法」その他著書、監修多数の書籍を出版。日中メディアからも多数の取材を受ける。

日本中医鍼灸研究会の立ち上げ

- より良い治療法を求めて、「一度で直す」「鍼一本で効かせる」「せめて数回の治療で効果を出す」
- 経絡や経穴の意味をより深く理解する
- 中国で鍼灸を学び、日本で成長してきました。この成果を後進に還元するため
- 鍼灸学の治療効果を高め、鍼灸の発展に貢献すること

現状の鍼灸教育の問題点

- 日本の鍼灸会において、中医基礎に対する認識が統一されていない
- 信念や目標がしっかりと身に付けるための生涯教育の必要性
- 鍼灸理論を深く理解することが重要

治せる鍼灸師になるために

- 勉強を怠ればどんなに一生懸命に治療しても病気を治すことは難しい
- 日々の学びは非常に重要です。特に疑問を持ちながら勉強すること
- 基礎的な鍼灸理論を学ぶこと、できる限りすべてを実践していくこと

「認証立証論治」とは、

- 基礎理論である四診や八綱に基づいて症状を分析し、正確な証を導いたうえで最適な治療方針を組み立てること

- 例えば、前頭部に痛みがあった場合、冷えによるものなのか、食後に起こるものなのか、イライラしたときに生じるのか、こうした症状の背景を聞き取ることが重要
- 病気を診る際に先入観を持ち、患者を誘導しながら問診を行い、自分の思い込みに合わせて診断を下すことが多い
- 複雑な病気は様々な原因が絡みあっていることが多いため、柔軟な視点で対応すること

鍼灸が効く本質

- 鍼灸治療は「気の治療」
- 鍼灸の治療効果は「天人合一」の思想に基づいたメカニズム
- 自然界のエネルギー生成の原理
- 一般的には風、光、摩擦などによってエネルギーが生み出される。

鍼灸におけるエネルギーとは、

- 代表的な鍼灸手技は大きく3つに分けられます。
 - 「焼山火」 体を暖めて補う方法
 - 「透天涼」 体を冷やして瀉する方法
 - 「平補平瀉法」 補法と瀉法を交互に刺激する方法
-
- これらは自然界の風が渦を巻いてエネルギーを生じることと同じで人体でも寒熱の変化を通じてエネルギーが生成されます。

- そして、寒熱の調節によって気の昇降を促し、陰陽のバランスを整えることができ、陰陽のバランスを整えることができ、それによって治療の目的を達成し、健康を維持することが可能になります。
- また鍼灸治療は特定の経穴を刺激することによって気の変化を引き起こし、その結果として大きなエネルギーが生まれ、このエネルギーが体を整え、病気を治す働きをします。

- 経絡上には水の流れのように泉や谷、川、滝、海などが存在しており、ツボはまるで生きているかのように補瀉や寒熱といった特性があります。
- これを「中医学」では「気」と理解されます。この「気」は問題のある部位に届き、免疫力や治癒力を高めることによって治療効果を発揮します。

鍼具と鍼法 九鍼

- 黄帝内経の靈枢には「九鍼」についての説明があります。
- 『内経』における九鍼とは、単に9種類の鍼具のことだけを指すものではありません。鍼灸療法、さらには鍼道（鍼灸の道理や哲学）をも含んでいます。

靈枢 外揣第四十五 .

- 「夫九鍼者・小之則無内・大之則無外・深不可爲下・高不可爲蓋・恍惚無窮・流溢無極・余知其合于天道人事四時之變也・」
- 「其れ九鍼なる者は、これを小にすれば則ち内なく、これを大にすれば則ち外なく、深きこと下と爲すべからず、高きこと蓋と爲すべからず。恍惚として窮まりなく、流溢し極まりなし。余は其の天道・人事・四時の變に合するなり」
- 九鍼は単なる治療具を超えて、天道や人間の営み、四時の變化と結びついた概念として語られており、ここで九鍼は実は鍼道を指しています。

「回陽九鍼歌」

- 『鍼灸聚宮』巻四に収録された「回陽九鍼歌」には、「痙門勞宮三陰交，湧泉太谿中脘接，環跳三里合谷并，此是回陽九鍼穴」
- 9つのツボを挙げて刺鍼療法の貴さを強調していますが、これは九鍼の概念を単に鍼具としてだけでなく、鍼灸療法の総体として象徴的に用いた例だと言えます。

『灸法秘伝』灸盞図

- 「古の聖人が用いた九鍼はすでに失伝して久しい。今の人がたまに使用することがあっても鍼法に通じていないだけでなく、明堂にも熟知していない」と記述があります。ここでの九鍼も鍼道を指しています。

- 現在、九鍼という術語はほとんど使用されていません。その主な理由は、鍼具の分類方法はより科学的なものとなりました。しかし、古医籍のなかの九鍼に関する記述は、今日もなお啓発価値を失っていません。
- 私は、**3**種類の鍼具・鍼法を用いていますが、さまざまな鍼具・鍼法を使い分けることができれば、選択肢が増え、治療の幅が広がりより良い治療効果が期待できると考えています。

賀氏三通法

- 賀氏三通法というのは、父賀普仁が『黄帝内経』の通調理論を基礎として、歴代医家の精髓を吸収しながら、自身の経験と思想を融合させて、1980年代に創始した鍼灸治療法です。
- 病がいかに複雑であっても主には経絡の不通が原因です。そこで経絡の「通」を目的に**3種類**の鍼具を使い分けて、微通法・温通法・強通法の三通法を行います。

治療効果を上げる指力

- 鍼灸治療は総合的なアプローチです。鍼灸の効果上がるかどうかは、指の力や鍼を刺す力と密接に関係しています。『鍼灸三通法』では、指力を鍛える練習方法を紹介しているのでぜひ参考にしてください。
- 指力の練習は必須であり、しっかりと練習することで、鍼を刺す際の集中力が高まり、優れた刺鍼技術を身に付けることができます。これにより治療効果をさらに向上させることができます。

二指禅功と項指法



二指禅功

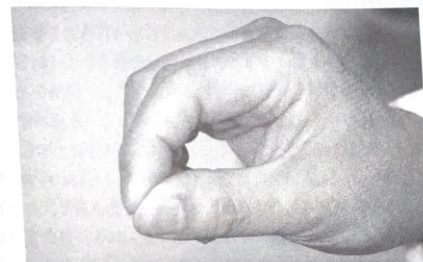


図 2-3 素手による頂指法の練習

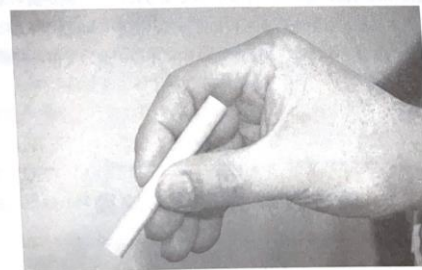


図 2-4 円柱を挟んで行う頂指法の練習

項指法

- では、鍼を刺す際にどれくらいの力を使うべきでしょうか？
- それは人それぞれで、明確に答えることは難しいですが、私自身は鍼が触れる程度の力で刺すことを心掛けています。
- 実際にゴーヤと梨に鍼を刺してテストしてみたところ、浅く刺した場合は、最も軽い力で1 g未満でした。一般的には5 g～10 g程度の力が使われていることが多いようです。
- 硬い部位や傷痕に鍼を刺す場合は、さらに強い力が必要となります。

- さくて関の重
 ス軽えもグ
 クを考とシク、
 ッ力と学シ速
 ラ。る子クテ
 リすな量ホセ
 をまくのはさ
 身い強代いス
 全てが現るク
 にけーやあッ
 常がギ想。ラ
 、心ル思んリす。
 はをネのせをま
 きと工家ま体い
 とこる道れ、て
 すつわはしに似
 刺行伝れもうに
 をで、こかよ覚
 鍼心ど。るの感
 は無ほすあチつ
 私、うまがン打
 せ使い係。パく
- ていうが
 めて合とす
 込えがこま
 を伝吸るり
 いを呼せな
 思一のわく
 のギと合す
 分ルんくや
 自ネさまし
 が工者う成
 師の患、達
 灸そ、りを
 鍼にはお的
 、ん否て目
 にさ成っの
 様者のか療
 同患療か治
 も、治に
 療ち。かば、
 治打すつれ
 灸をまどき
 鍼鍼きかで

おわりに 鍼灸の極みとは

- 鍼灸治療は気やエネルギーの変換に基づいています。経絡や経穴の選択は重要で、各経穴はエネルギーが集まる点であり、それぞれが寒熱エネルギーの変換を促進します。
- そのため各ツボが持つ作用をしっかりと暗記し、理解しておくことが重要です。
- これらの役割をしっかりと覚えておけば、鍼灸臨床でその働きを自在に活かすことができるようになります。
- ツボに関する書籍をたくさん読むことをお勧めします。さまざまな先生方が経穴に関する書籍を出版しているので、できるだけ多くの本から知識を得て、自分自身のツボに関する1冊の本にまとめるとよいでしょう。

鍼灸の極み

- 私はこれからの医療は総合医療が重要になると考えていますが、われわれ鍼灸師はその中に中
医鍼灸の役割が組み込まなければ、医療は完成
しないという覚悟をもつべきです。
- 鍼灸は実践医学であり、実践しながら悟りや
ひらめきが生まれるものです。たとえ初心者で
あっても、努力を続ければ鍼灸の最高の境地に
到達することができません。では鍼灸の最高の境
地とは何かと尋ねる人いるかもしれませんが、そ
れは、芸術性や美しさを感じることもだと思いま
す。美しさを感じることもできるようなれば、
それが鍼灸の極みだと言えるでしょう。