



東洋医学公益講座

第101回

- ✓ 講師：羅 予澤
- ✓ 提供：未病予防協会
- ✓ 協賛：(株)ベンチャーバンク

先人の智慧、後世の階段

病理学_内因_情緒その2

情緒「喜」の特徴

喜 = 火の気、心の気
(下から上へ上がる気)

喜びが過剰になると

心脳血管の疾患・精神疾患の発症リスク

喜びもほどほどに



情緒「悲」の特徴

悲 = 金の気、肺の気
(上から下へ下がる気)



別れを悲しむ感情の過剰は
体の不調の原因となる

別れは自然の成り行き

情緒「恐」の特徴

恐 = 水の気、腎の気
(外から内へ収縮する気)



- ✓ 恐怖でビクビクする
- ✓ 血管や筋肉が収縮する

気血水の循環の滞りを招く

腎の気の過不足による影響

腎の気が病むと



- ✓ 腰痛
- ✓ 尿漏れ
- ✓ 便失禁

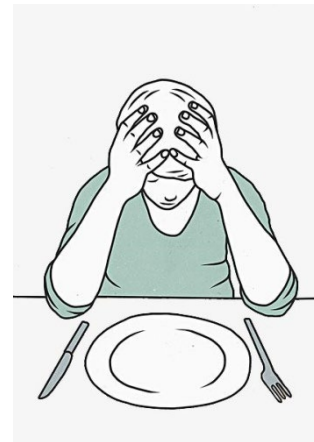


情緒「思(悩)」の特徴

思(悩) = 土の気
(気があまり動かない状態)

- ✓ 悩む・考え込む
- ✓ 不安を感じる

消化機能（胃腸）の衰弱



情緒が体に及ぼす悪影響

西洋医学の視点でも…

喜怒哀楽の情緒不安定が
強い精神的なストレスを招く

→ 免疫力の低下・活性酸素の増加

気持ちと平常心

気の持ち方や心の持ち方は
情緒不安定をもたらす



平常心を保つには、
モノの見方を変えることが重要

モノの見方は親から学ぶ

気の持ち方、心の持ち方、モノの見方

- ✓ 先天的に備わっているもの
- ✓ 周りからの影響で習慣化したもの

親から受けた後天的な影響が大！