



東洋医学公益講座

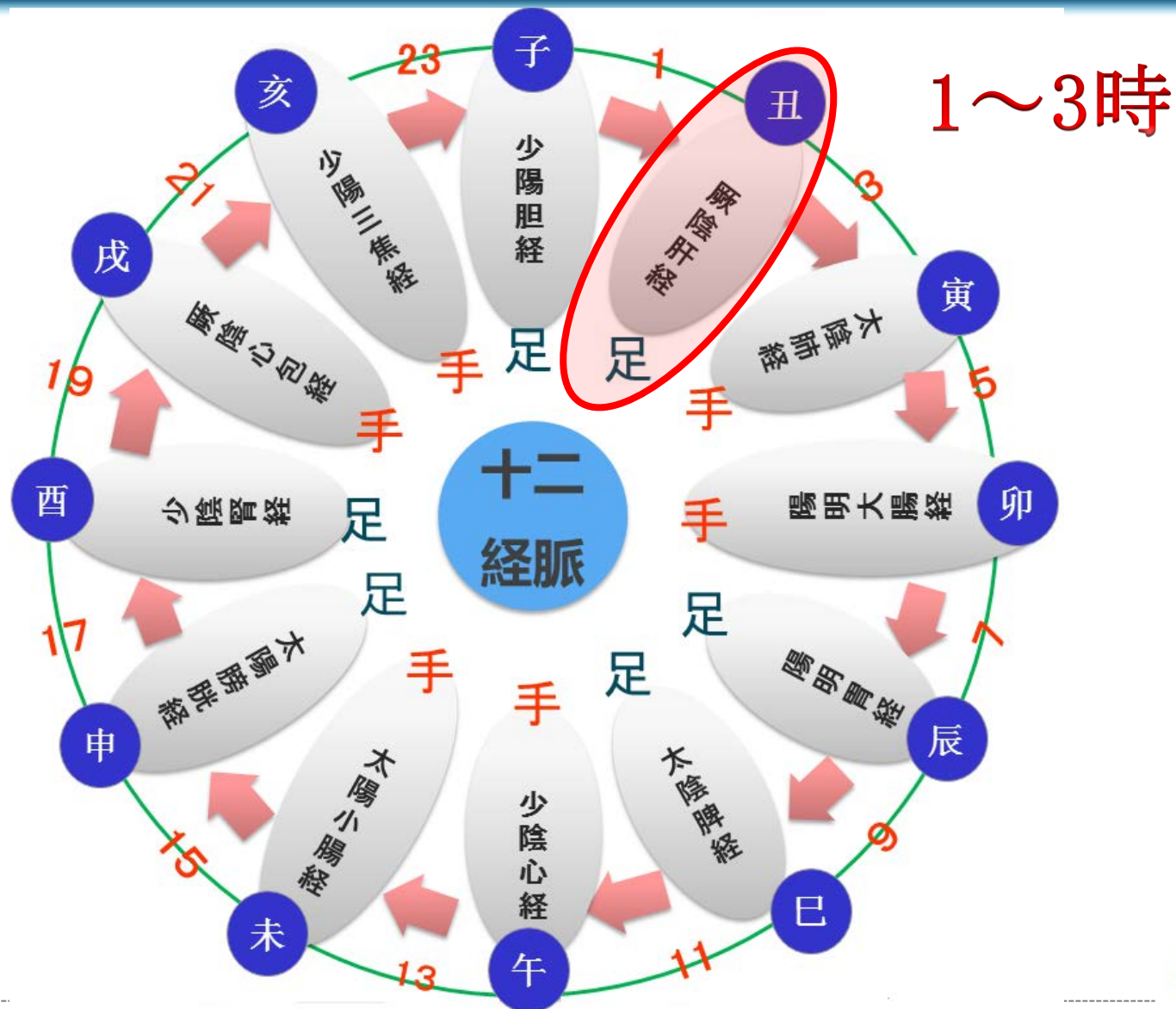
第19回

- ✓ 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

子午流注 肝経

十二経脈の時間性 — 肝経の時間



肝の血液浄化（デトックス）機能

木としての肝の働き 夜間に水の浄化（血液のデトックス）

- ✓ 昼間は体を動かす時間
⇒ 体の末端（脳・末端の骨格筋）に
血液を送り、活動を維持する
- ✓ 夜間は休息の時間
⇒ 血液を肝臓の中でデトックスする

美容の大敵！

肝のデトックス力が低下する
⇒ 血液が汚れる

- ✓ 肌がくすむ
- ✓ シミ（肝斑）が目立つ
- ✓ 目の周りにクマ

美肌対策の秘訣

シミ・くすみ・目の下のクマ

根本的な解決 = 肝機能を高める

- ✓ 22時～は寝る準備
- ✓ 23時前に就寝
- ✓ 1時～3時に熟睡する

早寝!!

肝の気の乱れによる症状の一つ

✓ 不眠

1時～3時の間によく目が覚める

事例①

ある部長の話

事例②

自分の体験

あるお客様の例

事例①

ある部長の話

- ✓ 1時～3時に必ず目覚める
- ✓ 導眠剤として就寝前にお酒を飲むが、
それでも目覚めてしまう
- ✓ その後、肝臓癌を患った

病気 = 気の病い

気の異変を見逃さず対処するのは大事！

私自身の例

事例②

自分の体験

- ✓ 運転ミスでカートから放り出された
- ✓ その時、無傷だったが、
- ✓ その夜から連続3週間、夜中の2時半に必ず目が覚めるようになった

東洋医学流の対処法 ⇒ 肝のツボを鍼で刺激し、夜中に目覚める症状がなくなった。

未病予防の神髄

東洋医学の特徴 = 気を診る

未病予防

気の異変を気づき

早期治療するのは大事！

五臓の中の肝の役割

「蔵」= 何かを蓄える・貯蓄する

肝の中に蓄えるもの

✓ 血液

✓ 魂 （三魂：胎光、爽霊、幽精）

夢遊病は肝の病気

肝の気の乱れ

⇒ 魂が不安定になる ⇒ 夢遊病

1時～3時に熟睡できないのは
肝の気が病んでいる表れ
治療効果のバロメータ

夜中 1 ～ 3 時、
よく目が覚めるのは
なぜ？