



東洋医学公益講座

第27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

治療法の基本 — 鍼

営気と衛気

営気:

体の中を巡り様々な機能を司る気

衛気:

体の外側を巡り体をガードする気

気の流れの原動力

体の中を巡る気
呼吸に合わせて体内を進んでいく

- ✓ 吸う時に3寸進む
- ✓ 吐く時に3寸進む

【黄帝内経・靈枢】脉度第十七

呼吸の際の横隔膜の上下運動は
気が流れる一番の原動力

営気が一周する時間

1日、体内を50周巡る

1周 = 28分48秒 (24時間/50周)

体を外から守る衛気

昼間 = 体が活動している時間
…体の外を守る

夜間 = 外の気が体の中に入り
…体の機能を手助けをする

就寝時に必ず布団をかける理由は
ここにある

病んだ気を修復する方法

病気・機能低下・不調・不定愁訴…

物理的方法で修復するのは、
東洋医学治療の基本

温める、按摩、針で刺激・・・



治療法 — 鍼

古代から伝わる九種の鍼
用途によって太さ・形状などは様々



鍼治療の注意点

気を動かすことが目的の場合

→ 基本的に強い刺激は不要

ゴミを掃除することが目的の場合

→ 血を抜いたり、強く刺激したりする場合もある

時間・季節・体質を意識する必要がある

経穴（ツボ）とは

経絡上の窓・ドアの存在
気が集中して出入る場所

気が集中する箇所を刺激して
→ 気を動かし
→ 体全体に対する影響を与える

ツボの性質を活かして
治療を行う事が大切!!

気の状態を診る方法

病氣治療の際、気を動かす前に、
まず気の状態を確認するのは大事!!

脈診：脈の状態を診る

触診：凹凸・硬軟・温度・湿度を診る

望診：色、光、形などを診る



気の滞りや弱りを判断

より正確・少ないツボで治療可能

鍼治療の流派はいろいろ

掌、お臍の周囲、耳...など様々



治療として重要なのは

- ✓ 負担が少ない方法
- ✓ 効果が早く出る方法

運動が30分以上

食後30分の薬

...

30分目安の根拠とは？