



東洋医学公益講座

第28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

経絡治療法 II

物理的療法「指圧」

✓ 気を動かすには、強い力はいらない

受術者が苦痛を感じる施術は
「癒し」ではなく、「暴力」

「暴力」施術は避けるべし！

「鍼」「指圧」以外の物理的療法

- ✓ かっさ（刮痧）
- ✓ カッピング（拔罐）
- ✓ お灸
- ✓ 正骨
- ✓ 按蹻（ヨガ）
- ✓ 呼吸法
- ✓ 漢方薬

かっさの基本原理



- ✓ 皮膚の表面を刺激
- ✓ 経絡(体内の隙間)の中の気圧を利用

→ 体内に溜まっている老廃物
(特に古い血液) を排出させる

カッピングの基本原則

- ✓ 患部の皮膚に吸いつけ
- ✓ カップの中を真空に近い状態にする
- ✓ 気圧を利用して体内の老廃物（古い血液、水）を排出

⇒ 減圧、血液浄化



かっさ：カッピングの注意点



治療の前提

体内の気圧を利用したもの

気圧が低い(正気が弱い)人に不向き

お灸の基本原理



もぐさの性質
水を探す、温める

体内に古い血液や水が溜まると
→ 温度が下がる（寒気が溜まる）

もぐさの熱で水を水蒸気に変え、
寒気を追い出す

「お灸」の効果

- ✓ 寒気を追い出す
- ✓ 免疫力を上げる
- ✓ 傷口からの感染を防ぐ
- ✓ 気を調節する

● ● ● ● ● ●



正骨（整骨）

骨が歪み、周りの空間が変形すると

- 気血水の流れが悪くなる
- 周りの神経を圧迫する
- 筋肉の強さに左右差が出て、
様々な不調や運動障害が起きる



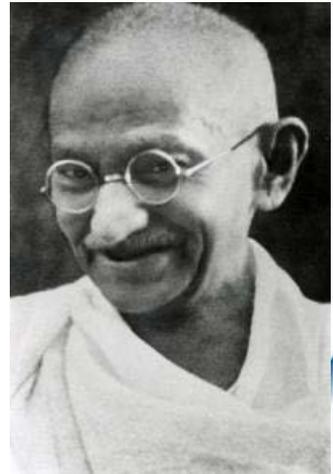
歪み矯正に非暴力!

頭蓋骨・頸椎・肩甲骨・骨盤のずれ

軽くゆらゆらするだけで

歪んだ骨の周りの筋肉をほぐし、
歪みは改善される

歪み矯正に強い力は不要



按蹻（ヨガ）の原理

様々ポーズをとる事で
気血水の流れを促す



呼吸法の基本原則

深呼吸により気の流れを調整する



吸う → 体が膨む

吐く → 体が縮む

呼吸のリズム運動を繰り返すにより、
隙間の空間が広がり、滞り改善
自律神経のバランスを整う

漢方薬の基本原則

薬の偏性を利用し、体内で物理療法を行う

漢方八法:

汗、吐、下、和、温、清、補、消



症状・体質・生活スタイルに
合わせ、自分に合った方法を
活用しましょう