



東洋医学公益講座

第38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

東洋医学生理学基礎 気血水津液



奇恒の腑

脳、髓、骨、脈、胆、女子胞

一時的に物を蓄積する腑

- ✓ 脳 — 神経物質、記憶
- ✓ 髓 — エキスとなる精
- ✓ 骨 — カルシウムなどの精
- ✓ 脈 — 血液
- ✓ 胆 — 胆汁
- ✓ 女子胞 — 胎児を育む生殖器

体の重要な役割を担う気・血・水

世の中の万物は
目に見えない物からできている

気血水の元は全て気

- ✓ 目に見えないもの＝気
- ✓ 目に見えるもの＝血水

例：「水」の元も「気」

目に見えない分子の状態の水蒸気は「気」

目に見えない無数の分子の集まりで

目に見えるようになると「水」になる

例：「血」の元も「気」

目に見えない分子の状態の血は「営気」

目に見えない無数の分子の集まりで

目に見えるようになると「血」になる

役割によって「気」の名前が異なる

営気（目に見えない血）

脈の中（形ある隙間）を流れる気

衛気

脈の外（形のない隙間）を流れる気

「気」の作られる場所

営気は中焦の胃脾の働きで作られる

衛気は下焦の大腸と膀胱で作られる

営と血は不可分の一体

血は営気が凝縮されたもの

血は営気に押されて流れる

- ✓ 営気の弱り → 血の流れが滞る
- ✓ 営気の減少 → 血も少なくなる

体内の水のあり方

水蒸気

細胞の中を出入りする水の理想的な形

液体状の水

物を運ぶ役割を担う状態

「津」と「液」

「津」体の外に出る水

... 涙・鼻水・唾液・よだれ・汗

脂の成分が少ない＝大腸で作られる

「液」体の外に出ない水

... 血液・リンパ液・胃液

脂の成分が多い＝小腸で作られる

津液が大量に失うと

津液を過度に失うと

例：多汗、嘔吐、下痢、頻尿、出血

血虚・気虚を招く！

汗を掻き過ぎると
貧血になる！？