

鍼灸の効果

現在、鍼灸治療を希望される方は、腰痛や肩こり、ひざの痛みを持った方が多いため、鍼灸はこうした運動器の症状だけにしか効かないと考える方も多いのですが、痛みだけではなく、身体のおさまさまな疾患にも効果があります。

近年の研究では、鍼灸で身体の一部を刺激すると、中枢神経の中にホルモンのような役割をもったホルモン(内因性オピオイド)が放出されることで解りました。

このホルモンが、痛みを脳に伝える神経経路をブロックします。また、鍼灸は神経を刺激して血行を促進し、痛みや疲労の原因

因となる物質を老廃物として排出する作用も持っています。また、自律神経に効果的に作用し、胃腸や心臓・血管などに作用しその働きを調節します。最近では、ヒトの持つ免疫力を賦活させる働きについても様々な研究がなされ効果も期待されています。

1997年には、アメリカ国立衛生研究所から、鍼灸療法の病気に対する効果とその科学的根拠を認める見解が発表され、WHO世界保健機関でも、様々な症状や疾患について、鍼灸療法の有効性を認めています。

(公社)日本鍼灸師会ホームページより抜粋

「健康雑学」の項に記したように、今年の夏は自然の猛威に翻弄された夏でしたが、皆さんどのような夏を過ごされましたでしょうか?このところ毎年のように「電力需給が緊迫しています」「節電を」と呼びかけていた政府や電力会社も、今年は熱中症対策から「躊躇せずエアコンの使用」を呼びかけていましたが、それだけエアコンを使っても電力需給に問題は発生しませんでした。原発はどこも止まっているのに何故?あのヒステリックなまでの節電呼びかけは何だったの?といぶかしんでいるのは筆者だけでしょうか?

(T.O)

編集後記

「健康雑学」の項に記したように、今年の夏は自然の猛威に翻弄された夏でしたが、皆さんどのような夏を過ごされましたでしょうか?このところ毎年のように「電力需給が緊迫しています」「節電を」と呼びかけていた政府や電力会社も、今年は熱中症対策から「躊躇せずエアコンの使用」を呼びかけていましたが、それだけエアコンを使っても電力需給に問題は発生しませんでした。原発はどこも止まっているのに何故?あのヒステリックなまでの節電呼びかけは何だったの?といぶかしんでいるのは筆者だけでしょうか?

(T.O)

公益社団法人 京都府鍼灸師会 会誌
 「はりきゅっていきましょう!」平成30年度 秋号
 発行 平成30年10月
 発行所 公益社団法人 京都府鍼灸師会
 発行者 森岡 正和
 編集者 岡田 高、岸本 敬司
 〒602-8147
 京都市上京区葎屋町通椹木町下ル直家町215-5
 TEL 075-801-2957 Fax 075-841-0200
 E-mail: kyotofushinkyushikai@gaea.ocn.ne.jp
 URL: http://www.kyoto-shinkyu.jp/

~健康保険を利用して鍼灸治療を受けている皆さまへ~

はりきゅうの治療には、健康保険は使えない...そう思っておられる方も多いかも知れませんが、「同意書」という所定の用紙に医師の証明をもらうことで、健康保険を利用して鍼灸治療を受けることが可能です。

さて、そんなはりきゅうの保険治療ですが、本年4月23日に東京で開催された社会保障審議会あはき療養費専門員委員会において、その取扱い方法が大きく変わることになりました。変更点は多々あるのですが、今回は、とくに患者さまに知っておいて欲しい10月1日からの「同意書」の取扱いに関する変更点をお知らせします。

- ・同意書の様式が変わりました。(取扱い方は変わっていません)
- ・同意期間が3カ月間から6カ月間に延長されました。(これにより、医師を受診する回数が半減し、鍼灸の保険治療が受けやすくなりました)
- ・再同意は、必ず書面で行うこと。必ず、医師の診察を受けること。

以上のように変更になっております。尚、鍼灸同意書発行の際には、患者さまによる自己負担金は発生しませんので、「ご注意ください。」健康保険を使って鍼灸治療を受けたいという方がおられましたら、京都府鍼灸師会事務局までお問い合わせください。

(TEL075-801-2957 京都府鍼灸会館)

介護予防鍼灸実務講習!今年度は防災センターでの体験学習

「大阪北部地震」発生から一ヶ月も立たない内に、「西日本豪雨」により多くの被害が出ました。また、この夏は記録破りの猛暑続きで熱中症患者が増え、多数の死者も出ました。またその後台風が相次ぎ北海道では大地震、自然の猛威に予断を許さない状況が続いています。

そのような昨今の自然災害が頻発する状況を踏まえ、(公社)京都府鍼灸師会では、従来「介護予防鍼灸実務講習」として主に高齢の方の介護予防を目的とした鍼灸治療法を講習研修して参りましたが、今般その対象を広げ、介護が必要な状態の人が生じる原因に「災害による被災」も含まれることから、今年度の講座を京都市市民防災センターにおける各種災害体験学習としました。

「災害の疑似体験」をすることで、「災害」から身を守る

都市型水害体験コーナー (4Dシアター 迫りくる地下街の恐怖) 3F

避難体験コーナー (避難体験室) 2F

強風体験コーナー (強風体験室) 1F

地震体験コーナー (地震体験室) 1F

公益社団法人 京都府鍼灸師会

はりきゅっていきましょう!

毎月8日・9日ははりきゅの日

http://www.hankyu.or.jp/

平成30年 秋号 autumn

おしえて! 鍼灸 ⑬

原因不明の耳鳴りに対して、鍼灸治療は効果がありますか?

A 数年前に耳鳴り(右側)がして治療を受けましたが、原因不明ということで良くなりません。鍼灸は効果があるのでしょうか?

(51歳、女性)

Q 耳鳴りは「外界からの正常な音刺激がないにもかかわらず、耳あるいは頭蓋内に音を感じる状態」と定義されています。耳鳴りは病名ではなく一症候で単独に出現することもあります。多くは他の疾患の随伴症状として発現しやすいものです。

耳鳴りのうち、内耳・聴神経・聴中枢伝導路・聴中枢など、感音系の疾患によって起こる感音系耳鳴りは、比較的治疗困難といえます。

耳鳴りは耳鼻咽喉科領域の疾患ですが、難治性のものであるときにペインクリニック領域、東洋医学領域(漢方・鍼灸)などの治療法が試みられます。その結果、耳鳴りが多少とも改善する傾向がある場合は、鍼灸治療をはじめ、点滴および星状神経節ブロックなどの西洋医学による治療や他の治療法を併用することになります。

〔治療例〕43歳、女性

初診 1990年10月
主症 耳鳴り・肩こり。

現病歴 1971年に最初の耳鳴りを自覚。左耳にかすかに感じる程度で、そのまま

放置。84年に何の誘因もなく再発。多少強かったので耳鼻科を受診、「神経性難聴」(感音性難聴)と診断され、原因不明といわれ服薬したが効果なし。その後徐々に増悪。

現症 小柄でやせ形、食欲やや低下、便通は下痢と便秘の繰り返し、肩こり著明、生理不順、血圧107/79mmHg

耳鳴りは一側性(左側)、セミの鳴き声(ジー)や金属音(キン)などの混雑音が常時続いている。左耳高音域の聴力低下顯著、胃に水分停滞があり、四肢の冷え著明、水分代謝異常(水毒症)と診断。

治療 ツボは腹部(巨闕・中脘・水分・章門・気海・関元) 腰背部(脾俞・腎俞・大腸俞)、上・下肢部(曲池・足三里・三陰交)などの反応点に鍼灸し全身的調整をした。さらに耳の周囲(耳門・聴宮・聴会・翳風・完骨)を刺鍼(置鍼15分間)

臨床的所見 1週・3回の割合で約3か月間治療。その間、軽快と憎悪を繰り返した。結果は、耳鳴りでは本人の自覚による改善度が「やや良好」。難聴では、低音域でわずかに改善を示したが高音域は「無効」。

しかし、肩こり、頭重、イライラなどの不定愁訴には著明な効果が認められ、耳の末梢血流量の改善もあった。

● 回答者: 河内 明先生

元大阪医科大学附属病院麻酔科外来鍼灸部主任 鍼灸師 兵庫 明石市



貝原益軒像 (貝原家ご所蔵)

今こそ活かそう「養生訓」

益軒先生の

その 27 健康指南

巻第三 飲食上より 「養生の術」

現代語訳

● 三二五

持病と食べもの

すべての宿疾を起すものを書きとめて決して食へてはいけない。宿疾とは持病のことである。食へてその場で害になるものがあり、また時を経て害になるものもある。即時に害にならないからといって食へてはならない。

● 三二六

食当たりと絶食

食当りのときは絶食がよい。あるいは、食べる量を日頃の半分に減じ、または三分の二にまで減してもさしつかえない。食はずきのときは早く入浴するとよい。魚や鳥の肉、魚や鳥の干塩(干物)、生野菜、油っこいもの、ねばっこいもの、堅いもの、もちやだんご、そして菓子類などを食へてはいけない。



文化九年版養生訓の表紙 (中村学園大学三成就助教授所蔵)

正徳版養生訓 第三巻 (九州大学医学図書館所蔵)

● 三二五・三二六

● 三二五

一切の宿疾を発する物をば、しるして置きてくらふべからず。宿疾とは持病也。即時に害ある物あり。時をへて害ある物あり。即時に傷なしとて食ふべからず。

● 三二六

傷食の病あらば、飲食をたつべし。或食をつねの半減し、三分の二減すべし。食傷の時はやく温湯に浴すべし。魚鳥の肉、魚鳥のひしほ、生菜、油膩の物、ねばき物、こわき物、もちだんご、つくり菓子、生菓子などくらふべからず。

中村学園大学校訂テキスト 貝原益軒「養生訓」 デジタル版 貝原益軒信稿より

こんなときに鍼灸が効く! あなどれない、やっかいな風邪に。

内科診療で「かぜ症候群」は最も患者数が多く、その80%以上はウイルスが原因で発症します。一口に「風邪」といっても、急性から慢性まであり、消化器症状のみられるなど、個人差や体調によってさまざまな症状が現れるのも特徴のひとつです。「万病のもと」といわれる風邪ですが、その言葉のとおり、ほっておくと患患におちいることもあります。ですから、風邪は早く治しておきたい。そこで「鍼灸」です。「何となく調子が出ない」「治ったはずなのにスッキリしない」といった風邪の微症状にこそ再適応です。また、慢性期の閉塞性肺疾患(COPD)に効果が高いと証明されました。

鍼灸治療は、薬による副作用のリスクを避けつつ、快癒を目指す効果的な手段と考えられています。

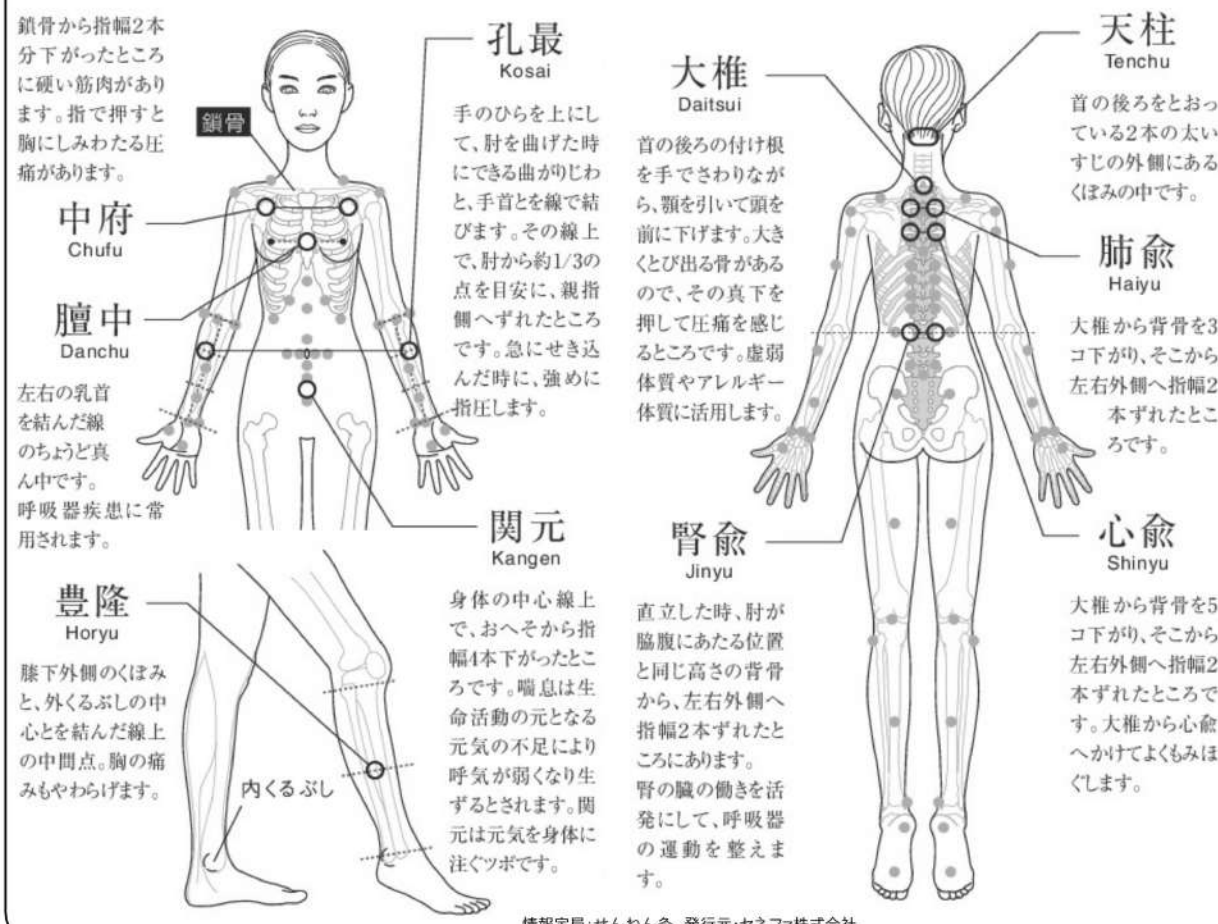


鍼灸のすめ

(公社)京都市鍼灸師会

喘息 Asthma

How to Care



ツボの豆知識

アレルギー性のもので、特に大切なのは背中の大椎です。首から肩、腰にかけてのツボを日頃からケアして体力増進をはかります。

※お灸治療をする場合は、事前に医師・薬剤師に相談してからおこなってください。医師からお薬を貰っている場合は投薬と併用し、じつくりと続けて下さい。