

# 「鍼灸の歴史について」(2)

**鍼灸は**我が国に渡来して以来明治の初期まで、漢方薬と共に医学の主流として広く人々に活用されてきました。

しかし、幕末のオランダ医学(西洋医学)の伝来によって次第に衰退を余儀なくされました。

その後、明治政府の欧米化政策により、1874年、日本の主たる医学を西洋医学とする立法が制定され医学の主流が東洋医学から西洋医学へと移りました。何故、医学の主流が西洋医学へと移ったのかは、欧米化政策もひとつの理由ですが、その他の理由として内因性の病気を得意とする「東洋医学」に対し、富国強兵政策により戦場などで受けた外

傷の治療として、西洋医学の外科的治療が重視されたためでもあります。

しかし、最近では、世界的に鍼灸が見直され、中国、韓国はもとより、米国やヨーロッパ各国でも盛んに鍼灸が行われるようになりしました。

日本でも公的な研究機関や、医科大学、鍼灸大学、医療機関等で、鍼灸に関する科学的な実験、研究がすすめられています。近い将来、鍼灸の治療効果が科学的に解明される日も近い事と思います。

(公社)日本鍼灸師会メールマガジン

No.3より抜粋

(公社)日本鍼灸師会では広くどなた様にも鍼灸東洋医学に関する情報メールマガジンの受信をお薦めしております。

無料購読登録は公社日本鍼灸師会のホームページ

<http://www.hankyu.or.jp/>にて。

《毎月8日、9日は「はりきゅっていきましょうの日」》

## 健康雑学

### 「ヴィーガン」

ヴィーガンとは、絶対菜食主義者・純粋菜食主義者のこと。いわゆるベジタリアン(菜食主義者)と混同される事が多いが、ベジタリアンは卵や乳製品を食べるのに対し、ヴィーガンは、それらも一切口にしない。

日本ではまだあまり知られていないヴィーガンだが、海外では健康や美容、そしてメンタルのセルフメンテナンスのためにライフスタイルに取り入れる人が増えている。

人口辺り最も比率が高いのはイギリスで、人口の約7%、次いでアメリカの約6%、スウェーデン約4%、日本は約2.7%などの調査結果が出ている。

ヴィーガンという言葉は、1944年イギリスでヴィーガン協会(The Vegan Society)が設立された際に命名されたとされている。

人間は雑食動物なので「絶対菜食」などというのは一種の偏食に思いがちだが、よく考えてみると、伝統的な日本料理の一種に、野菜類、穀類、海藻類、豆類、木の実、果実などだけで作り、生臭物(肉、魚介類)を使用しない「精進料理」というものが有った!鎌倉時代に禅宗が入って来た頃から発達したとの記録をみれば、日本では約800年前から「絶対菜食」が僧侶を中心に武士や庶民にも広がっていったという。元祖ヴィーガン食ですね!

### 編集後記

**サッカーW杯** ロシア大会。懸命に走る日本代表選手たちに最大級の賛辞を贈りたいです。皆様寝不足ではありませんか?

テレビのインタビューを見ていて気が付いたことがあります。それはインタビューに対して、大人は動詞に感嘆符を付けるだけ。子供は冷静に戦術まで述べてくれます。どっちが大人なのですか…。

今期の新体制も決まり、森岡新会長を中心に京都府鍼灸師会は新しくなっています。ペテランも新人も同じ土俵で評価を受ける立場です。

「一緒にはりきゅっていきましょう!」今後とも京都府鍼灸師会にご注目下さい。

(T.K)

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 夏号

発行 平成30年8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榎木町下ル直家町215-5

TEL 075-801-2957 Fax 075-841-0200

E-mail: kyotofushinkyushikai@gaea.ocn.ne.jp

URL: <http://www.kyoto-shinkyu.jp/>

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日ははりきゅっていきましょうの日



## 平成30年度東洋療法研修試験財団主管「生涯研修会」始まる!

「はり師・きゅう師」の免許は、平成5年から国家試験制度が導入され、従来の都道府県知事免許から厚生労働大臣免許となりました。免許は生涯免許であり、自動車の運転免許のように更新のための講習や適正検査のようなものはありません。しかし、医学医療の進歩は伝統医療である鍼灸治療にも多くの影響を与え、また鍼灸治療を受けようと思われる患者様の病態も昔とは大きく違って来ているのが現状です。

従って鍼灸師として現場の臨床において最善の治療を行う為には不断の研鑽が不可欠です。

そこで「東洋療法研修試験財団」では臨床能力を高め維持する為に毎年「生涯研修会」を主管し、私達(公社)京都府鍼灸師会では意欲ある鍼灸師の為に延べ25時間の研修会を設け会員鍼灸師の資質の向上に努め、もって府民の健康保持、増進に寄与することを図っています。

今年度の内容は

- 4月15日(日) 「これからの鍼灸各論編」
- 7月1日(日) 「鍼灸臨床と経絡についてー筋肉痛が生じるとツボが出現するー」
- 「経絡の診断と治療ー経絡学説の重要性ー」
- 「鍼灸師のための英会話」
- 9月30日(日) 「春・梅雨・夏・秋・冬の薬膳茶・薬膳の基礎」
- 「女性のための美容と健康の中医学」くささない美容の鍼
- 「審美六鍼」
- 11月11日(日) 「心理生理学と神経内分泌の基礎」
- 「パルス療法の実践」と多彩です。

これらを学びスキルアップした受講修了会員は師会ホームページ上に表示致しますのでご確認下さい。



生涯研修会写真

## ～災害に備えて!今、出来る事～

去る6月18日朝7時58分、大阪府北部を震源とするマグニチュード9.1の地震が発生し、小学校のブロック塀が倒れて4年生の女の子が犠牲になった他、合わせて4名の死者と428名の負傷者、2万棟以上の家屋が損傷した。

政府の地震調査委員会は、全国の活断層や海溝型の巨大地震に関する最新の研究成果などに基つき、今後30年以内に震度6弱以上の激しい揺れに襲われる確率などを推計し、全国地震動予測地図として公表、調査委員会の平田直委員長は、「震度6弱以上の発生確率がゼロの地域は一つもなく、改めて全国どこでも震度6弱以上の揺れになる可能性があるかと思っていた。」「とのコメントを発表した。

このような大規模地震を始め、様々な自然災害時に備えて、私達(公社)京都府鍼灸師会では、府大規模災害時の鍼灸施術ボランティア体制を構築すべく、災害鍼灸コーディネーター会議を開催し、災害支援マニュアルを制定、被災地への災害支援鍼灸ボランティアの派遣等を行う準備をしています。

# おしえて! 鍼灸 ⑮

## 慢性的な頭痛と肩こりに悩んでいます。鍼灸治療は効果がありますか?

**A** 慢性的な頭痛と肩こりに悩んでいます。鍼灸治療が良いのですが、具体的な治療例などを紹介してください。

(46歳、女性)

**Q** 頭痛は、各種の疾患によって表れる症状です。その原因または病態により、治療方法を選ばなければなりません。急性痛や重度のものについては、西洋医学の治療を最優先すべきです。しかし慢性のものは、全身の体質的な要因が大きい痛みほど、東洋医学療法が適応すると考えられます。特に慢性の緊張型頭痛には、これまでの経験から、神経ブロック療法よりも鍼灸療法あるいは両者の併用が効果的と思われる。

〔治療〕

初診 2001年4月1日  
主症 肩こり、頭痛

現病歴 40歳頃より慢性胃炎があり、食欲不振、胃痛、便秘、肩こり、頭重感などを訴えて、なかなかの治療(消化剤、鎮痛剤、湿布薬、注射)を受けていた。症状の改善はみられたが、精神的ストレスやとくに気候の変わり目になると症状の増悪があり、頭痛発作に悩まされて、鍼灸治療を希望して来院した。

現症 身長151cm、体重43kg、血圧100/60、食欲不振、上腹部不快感、便秘、胃の透視所見(萎縮性胃炎)、頑固な肩こり、頭痛、時に吐き気を伴う。愁訴はコーネル。

メデイカル・インディックス(深町変法)の第3群(神経症が疑われる群)で、消化器系ならびに疲労感などの愁訴が著明。  
漢方的所見 顔色は青白にやや黄色で光沢なく、下の不地上に歯の圧迫痕、上腹部は軟弱で下腹部は力がある(上虚下実型)、みぞおちが堅く、胃に水分停滞があり、四肢の冷えおよび下肢に浮腫傾向。水分代謝異常(水毒症)と診断。

治療 体質的な要因として胃腸機能を調整し、胃腸(腎臓・膀胱)などの水分代謝機能を高めつつ、頭部の神経系調節を行う。経絡は主として脾経、腎経の調整(補瀉法)に着目し、全身的に治療をした。腹部(頻用穴は巨闕・中脘・章門・天枢・水分・気海)、腰背部(肝俞・脾俞・腎俞・大腸俞)・上下肢部(曲池・足三里・三陰交・照海)に主として置鍼術(15分間)。また痛む部位の過敏点や圧痛点に局所治療(置鍼)も行った。

臨床的所見 食欲不振・肩こりは治療2か月間にわたり、下肢の冷え症などに対する治療法を吟味し、さらに腹部・腰部への灸頭鍼(置鍼中の鍼の頭にモグサをつけて燃やす方法)を併用した。それ以後不眠解消、下肢の冷えなどの改善があり、頭痛発作が減少(ペインスケアで初診時の10点が2点)となった。

● 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 兵庫県 明石市



貝原益軒像 (貝原家ご所蔵)

## 益軒先生の

### その 26 健康指南

巻第三 飲食上より 『養生の術』

今こそ活かそう! 「養生訓!」

### 現代語訳

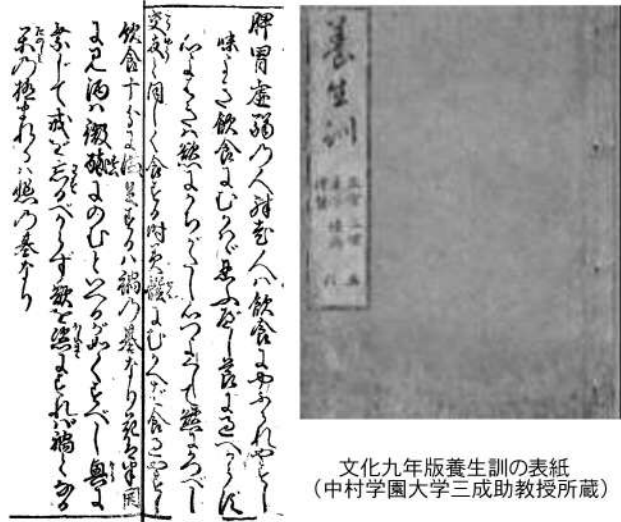
#### ● 三三三 飲食の量

脾胃の虚弱なひと、とくに老人は飲食によつてそくないやすい。美味な飲食に出あつたならばとくに我慢して自制すること。度をすこしてはならない。心の弱いひとには欲にうち克つことができな。心を強くして欲に克たなければならぬ。

#### ● 三三四

#### 宴の飲食もひかえめに

友人たちと会食をするときは、おいしいものにむかうと、思わず食べ過ぎてしまふ。飲食を満足するまで十分にするのは不幸のものになる。「花は半開に見、酒は微酔にのむ」といわれるように実行するのがよい。興にのつて戒を忘れてはならない。自制なく欲のおもむくままにすると不幸になる。楽しみの絶頂は悲劇のものになることが多い。



正徳版養生訓 第三巻 (九州大学医学図書館所蔵)

#### ● 三三三

脾胃虚弱の人、殊ことに老人は飲食にやぶられやすし。味よき飲食にむかは忍ぶべし。節に過べからず。心よきは慾にかちがたし。心つよくして慾にかつべし。

#### ● 三三四

交友と同じく食する時、美饌にむかえば食過やすし。飲食十分に満足するは禍の基なり。花は半開に見、酒は微酔にのむといへるが如くすべし。興に乗じて戒を忘るべからず。慾を恣にすれば禍となる。楽の極まれるは悲の基なり。

中村学園大学校訂テキスト 貝原益軒・養生訓 (デジタル版 貝原益軒書庫より)

## 急に起こった痛み。ずうっと続く痛みに。

**急性の頭痛、** 特に肩こり症がひどくなって起こった緊張性の頭痛には、鍼灸治療は即効性を発揮します。

また、頸の寝違いやギックリ腰など、骨に原因の無い症状が軽減したり、変形性脊椎症の痛みも和らぐことがよく知られています。

一方で、生活の質を低下させる一因と指摘されている”慢性の痛み”。多くの国民が抱えていて、社会的損失と問題視されています。慢性の痛みには心理的要因が関与するといわれます。鍼灸の治療は、病を心身一帯の変調としてとらえて調整することによって、症状の緩和を見守っていくことが得意な療法です。

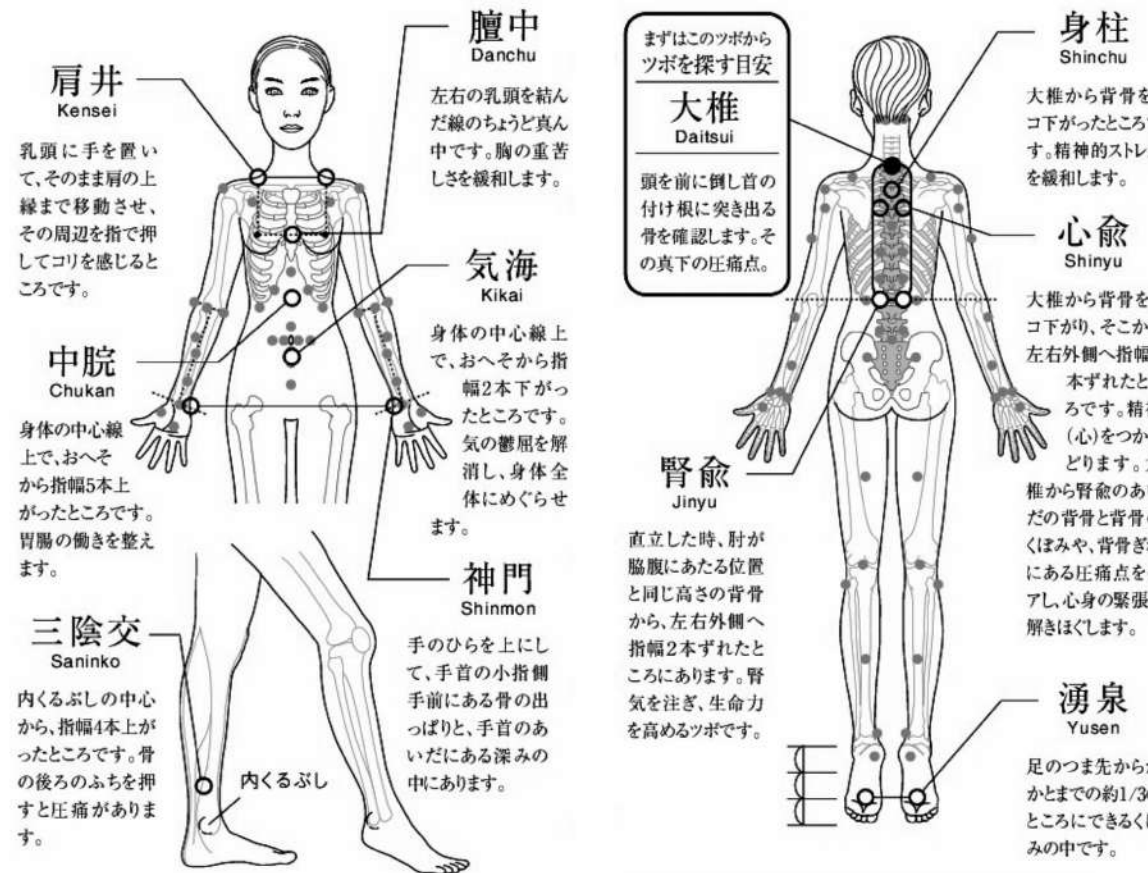


# 鍼灸のすすめ

(公社)京都市鍼灸師会

## 不安になる・落ち込む Tendency to be in anxiety

How to Care



「憂うつになる」「急に不安におそわれる」「不安でいてもたってもいられない」などの精神的な症状。心の失調に反応するツボをケアし、新進の緊張を解きほくす。

## ツボの豆知識