

東洋医学通信

〈発行元〉
 阪神中国医学研究所
 尼崎市長洲中通1-1-15
 〈連絡先〉
 06(6488)8149

鍼灸師の独り言

鍼灸の仕事をしていて一番うれしいのは、患者さんからの「楽になったー」の一言「尽きます」。

身体を触り、ツボを探る。骨の位置、皮膚の状態、筋肉の硬さ、左右差を確認して、「ここだー」と思うところに指を立てます。ツボを決めると不思議と左手(押手)といいます(が吸いこまれるような感覚になる)がよくあります。

ツボは身体中に約三百六十六(けつ)あるとされていますが、「阿是穴(あぜけつ)」という名前のないツボがあります。これは読んで字の如く「阿(あー)是(いー)こ(ー)こ(ー)」という意味です。指で圧した時に響く痛みだとか、逆に気持ち良い感じのする部位のことです。

「そこですーそこですー」と言うところに施術できると、より治療の効果が上がるように思います。

日々の心掛け

鍼灸師は医師とは違いレントゲンの画像をみたり、血液検査の結果などでは症状を判断する事ができません。では、どのようにして治療穴を決めているかというと、まず一番大切なのは問診です。施術に入る前にしっかりと身体の状態を聞きます。

いつ頃から症状がでたのか(急性なのか?慢性なのか?)
 痛む場所の確認(熱感や腫脹が有るのか)、状況(どのような動作をしたら痛むのか、または可動域の確認など)、症状に伴う随伴症状の確認(しびれがある、頭痛がするなど)を問診で聞き出します。もちろん医療機関で既に診ても

らっていただければそのお話もしっかり聞き取りします。

ここまでで、だいたいの状況が確認できる事が多いのですが、徒手検査法といって足や手を挙げたりして痛みを再現するなどの方法でさらに状態をより細かく把握することが出来ます。それにより、原因部位を特定してから施術に入るので、しっかりと効果があげられています。

東洋医学って神秘的に感じられたりしますが、しっかりと原因を特定することで理論的だったり、効果は科学的にも証明されているのですよ。

各方面で話題の鍼灸

鍼灸は世界でも代替医療として注目されておりハーバード大学などの有名大学でも最新研究が進められています。

先日テレビでツボ刺激の効果や鍼灸の話ですごくわかりやすく解説されていました。

ツボ刺激をすると(指圧でも鍼でも)全身にある知覚神経が反応して脳に伝わると、そこから脳内麻薬が発生します。これは疲労回復、緩和に効果があるということです。

また、サーモグラフィ(皮膚温を色で分析する機械)を使った実験がありました。合谷というツボに鍼を刺入すると刺鍼した場所にもちろんのこと、刺していない反対側の手も皮膚温があがりました。皮膚温があがったということは血行がよくなったということですね。

足三里に刺激した時には足だけでなくお腹も皮膚温が上がる事が確認されました。足三里は胃腸のツボでもあるので科学的に証明されたことになりました。

また刺鍼中は副交感神経が優位になることも確認(リラックス状態されたので、自律神経を整えることも可能なのです)。

鍼灸ってすごいですー!
 皆様も鍼灸で健康にー!