

第2回漢方教室（鍼灸）

かぜを漢方で治すーかぜに葛根湯ってホント？ー

鍼灸治療では、かぜの初期や咳などに治療効果が大きいと考えられます。

原因には寒さ（寒邪）、暑さ（暑邪）、湿気（湿邪）があります。

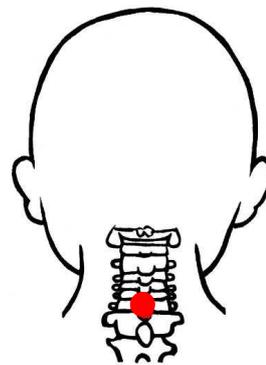
具体的な症状としては寒邪の場合、寒さが人体に影響を与え、背筋がゾクゾクしたり、お腹が冷えて痛んだりする症状が現れます。熱邪の場合、暑さが人体に影響を与え、高熱やのどの痛みが現れます。最後に湿邪の場合、湿気が人体に影響を与え、頭重感や浮腫、手足のだるさなどが現れます。

鍼灸では、発熱・さむけ（悪寒）・咽の痛み・頭痛・関節痛・鼻水・咳などの症状に対して、「大椎（だいつい）」というつぼを中心につぼを組み合わせる治療をします。

また、季節の変わり目にかぜを引きやすい人には「合谷（ごうこく）」を、胃腸の虚弱でかぜを引きやすい人には「足三里（あしさんり）」を、虚弱体質でかぜを引きやすい子供には「身柱（しんちゅう）」を刺激して予防します。

大椎（だいつい）

頭を曲げると出る首のつけ根の大きな骨のすぐ下



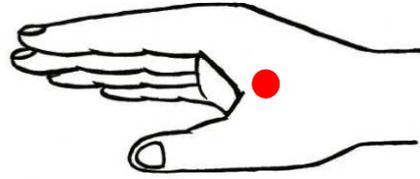
足三里（あしさんり）

膝下のすねの上ある突起の下縁（一番下側のへり）から外側に指2本分のところ



合谷（ごうこく）

手の甲側で、親指と人差し指を合わせてできるふくらみの中央



身柱（しんちゅう）

肩甲骨の上端を結んだ線上の背骨のすぐ下

