

第16回漢方教室（鍼灸）

咳に効く漢方—喘息や気管支炎などの症状を緩和する—

鍼灸で咳は「肺」という臓腑の機能低下により生じると考えられています。では、肺とはどんな臓器でしょうか？

西洋医学的には、空気中の酸素を取り入れ、体内の二酸化炭素を外に出すガス交換の働きがある臓器です。

東洋医学では肺は嬌臓（きょうぞう）、つまりデリケートな臓器だといわれています。この理由には、鼻を通して直接外界と接しているため、外界の影響を大変受けやすい臓器と考えます。そして働きとしては、

①呼吸の気を主る（息を吐くことと吸うこと）。つまり、空気中の清気（ O_2 ）と身体で代謝された濁気（ CO_2 ）を交換する働きです。

②宣発・肅降作用をする。宣発作用とは三つの働きがあります。一つめは濁気（老廃物）を排出する。二つめは吸入した清気（ O_2 ）を全身に散布する。三つめは皮毛（汗腺）の開閉をつかさどることです。肅降作用とは清気を吸入し、津液を全身に散布する作用です。鼻および気管にある異物を除去する作用もあります。

③水分調節作用を有する。つまり、皮毛（汗腺）の開閉と津液を全身に散布することで水分代謝調節を行います。

以上のことからわかるように、肺の機能が低下すると異物が排除できなくなり、咳や痰が出ます。

病気には邪という外部因子の影響と内部因子による場合の二つが考えられます。

外部因子として寒邪（寒さ）熱邪（熱さ）燥邪（乾燥）湿邪（湿気）があります。先ほどもお話しましたが、肺は外とつながっている臓器のためこのような外部因子の影響をよく受けます。

内部因子として、水分代謝不足、ストレス、加齢（老化）などが考えられます。

★外部因子による咳

身柱（しんちゅう）というツボを中心に治療をします。

寒邪による場合

特徴的症狀には、透明な痰、水鼻、くしゃみ、咳やゼーゼー痰がからむ、寒気、寒冷によって悪化などがあります。

そのときのツボには、身柱（しんちゅう）、列缺（れっけつ）を使います。

熱邪による場合

特徴的症狀には、黄色の粘っこい痰、鼻水、発熱、口が渇く、顔面の紅潮や熱感がみられます。

そのときのツボには、身柱（しんちゅう）、孔最（こうさい）を使います。（ただし高熱の場合はやめたほうがよいです）

燥邪による場合

特徴的症狀には、こみ上げるような咳、口鼻が乾燥する、痰がきれにくいなどがみられます。

そのときのツボには、身柱（しんちゅう）、尺沢（しゃくたく）を使います。

湿邪による場合

特徴的症狀には、多量の痰のためゼロゼロ咳こむ、痰は切れづらい、食欲低下などがみられます。

そのときのツボには、身柱（しんちゅう）、豊隆（ほうりゅう）を使います。

★内部環境による咳

大杼（だいじょ）というツボを中心に治療をします。

水分代謝不足による場合

特徴的症狀には、白く切れやすい多量の痰がでます。その痰を切るためのゼロゼロという咳がでます。むくみや腹の張りが現れます。

そのときのツボには、大杼（だいじょ）、陰陵泉（いんりょうせん）を使います。

ストレスによる場合

特徴的な症状には、ストレスがかかると咳が増悪します。咳と切れにくい痰のため激しい咳となることがあり、胸痛や背部痛も伴うことがあります。

そのときのツボには、大杼（だいじょ）、太衝（たいしょう）を使います。

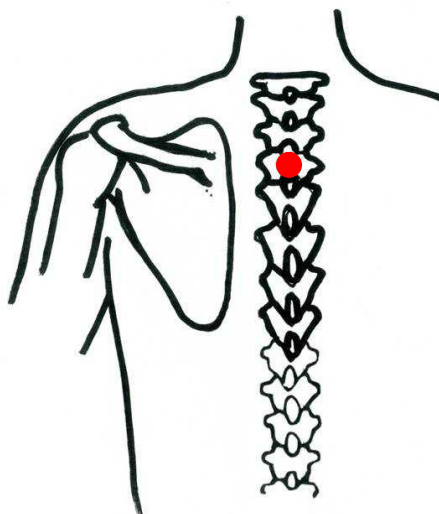
加齢による場合

特徴的な症状には、咳は力がなく、動くと増悪します。腰や膝がだるく、夜間頻尿などが現れます。

そのときのツボには、大杼（だいじょ）、太谿（たいけい）を使います。

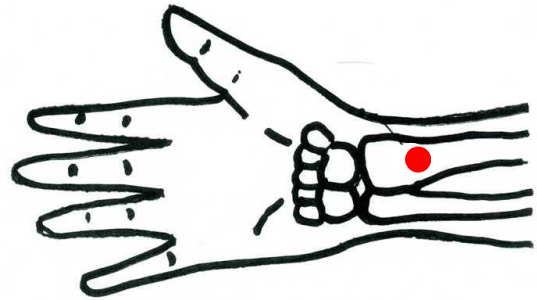
身柱（しんちゅう）

肩甲骨の上端を結んだ線上の背骨のすぐ下のところ



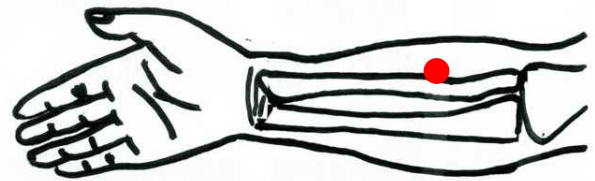
列缺（れっけつ）

手関節の内側の横ジワの親指側で、脈が触れるところから肘に向かって指2本のところ



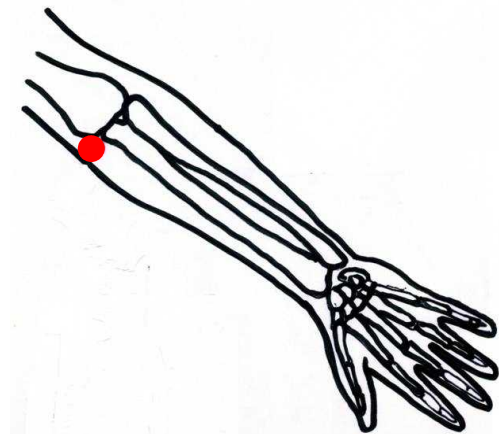
孔最（こうさい）

手のひらを上に向けて、手関節の内側の横ジワから肘に向って指9本のところ



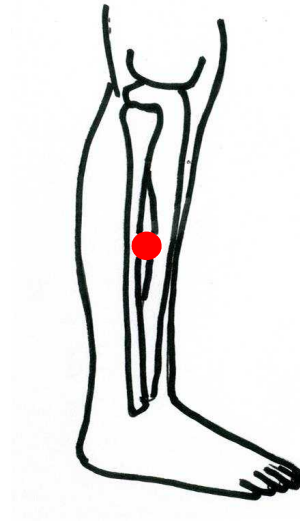
尺沢（しゃくたく）

肘を伸ばした時の肘の外側にある横ジワの外側のところ



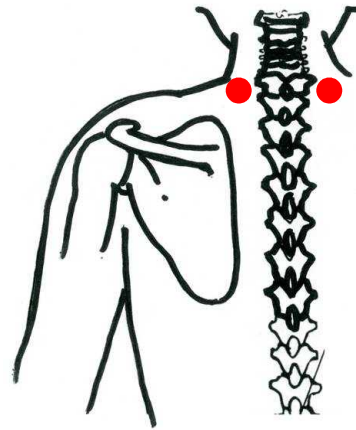
豊隆（ほうりゅう）

外くるぶしと膝のお皿の外側のくぼみとの中間のところ



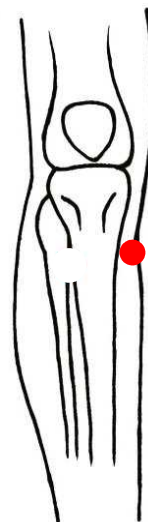
大杼（だいじょ）

第1胸椎棘突起下の両側で指2本のところ



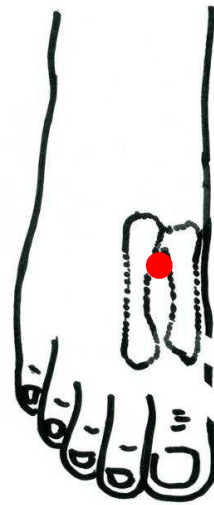
陰陵泉（いんりょうせん）

向こうすねの内側で、内くるぶしからすねに沿って上がっていくと膝の下で指が止まる場所



太衝（たいしょう）

足の親指と人差し指の付け根から、足首の方向へ指で押し上げて指が止まるところ



太溪（たいけい）

足の内くるぶしとアキレス腱との間で脈の触れるところ

