

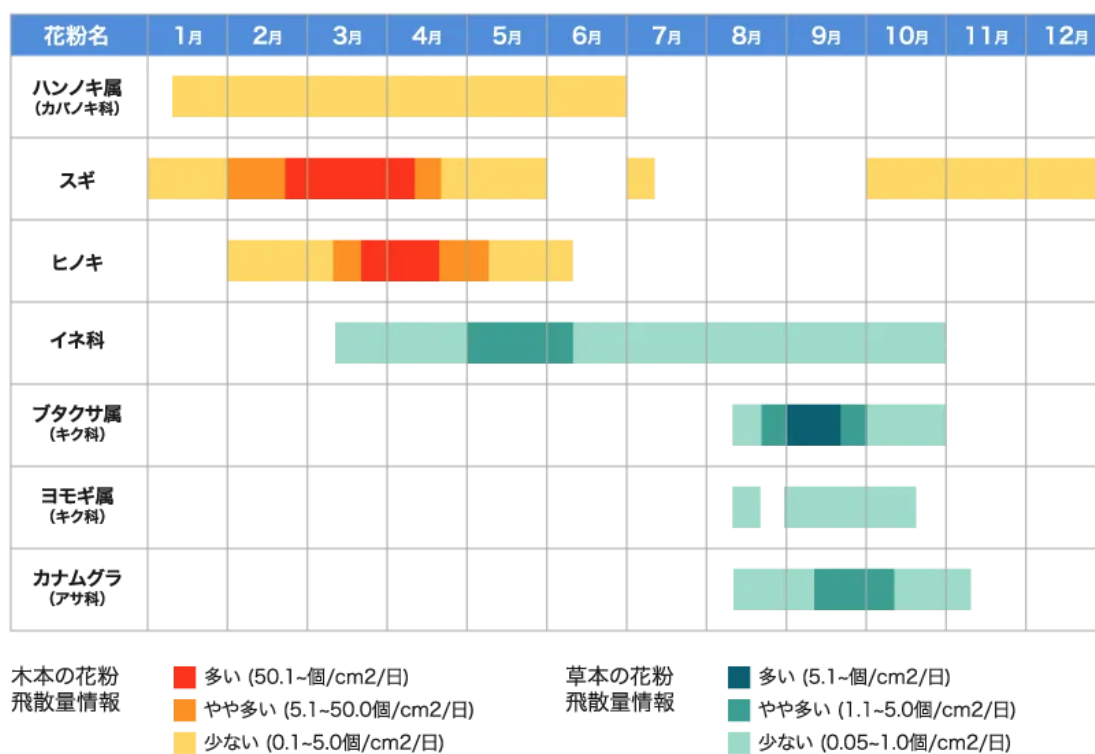
第75回 漢方教室

花粉症を治そう！！

～東洋医学と生活習慣の工夫～

東海大学医学部付属病院診療技術科 山中一星

1. 花粉症



引用：<https://www.ssp.co.jp/alesion/hayfever/calendar/>

S

2. 花粉症の発症時

東洋医学では、全身に気（エネルギー）の偏在がなく均等に巡っている状態が良いとされています。花粉症が発症している状態は、胸より上に熱に気（エネルギー）が有り余り、お腹より下への気（エネルギー）が不足している状態。

花粉症の主症状以外では、腹部症状（食欲過剰・不振、下痢・便秘・腹部膨満感）、婦人科症状、下半身の冷え、泌尿器問題が見られることもある。

3. 花粉症と鍼灸治療

- ・鼻症状：迎香（げいこう）・上星（じょうせい）・印堂（いんどう）
- ・喉症状：天突（てんとつ）
- ・上半身症状全般：合谷（ごうこく）
- ・胃腸症状：足三里（あしさんり）

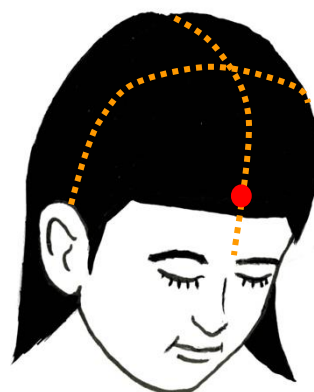
迎香（げいこう）

小鼻の横



上星（じょうせい）

前髪の生え際から2横指上



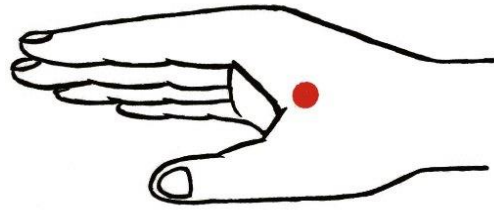
印堂（いんどう）

両側眉頭の間



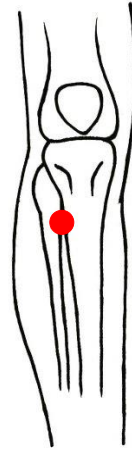
合谷（ごうこく）

手の甲側で、親指と人差し指を合わせてできる膨らみの中央



足三里（あしさんり）

膝下のすねの上に突起した骨の下縁から
外側指2本分のところ



天突（てんとつ）

鎖骨と鎖骨の間

