

中医学入門講義

東洋堂土方医院 土方康世

リニューアル第2回

気血津液精

陰陽五行説

ナビゲーター：戸城えりこ ERIクリニック

コメンテーター：仲尾真美代 しずく堂薬局堺駅前店

アドバイザー：山崎武俊 洛和会音羽リハビリテーション病院

原則 講義スライドは当時の講義資料の写しを用いますが、理解を深めるために「寺子屋中医メモ」を資料として織り込みます

寺子屋中医メモ Mamiyo & Yasuyo

仲尾真美代先生が
土方康世先生と二人で中医学のエッセンスをまとめた
貴重なメモ(要点集)

その他、口頭でお聞きした教えも皆で
共有できたらと考えています
ぜひ御発言を

気・血・津・液・精について

気とはなにか

気の生成

気の生理作用

気の運動形式

気の分布、分類

寺子屋中医メモ

気とは 自然界のものが動く原因となっているもの
ATPのことと言う考え方もある

1世界の全てを成り立たせている根源的な基質(天地、もちろん人体も)

2生体の働き、エネルギーの総称 触れないもの

気の生成と生理機能続き

a: 三焦という(脈管系)通路を
経由して全身に行き渡る

先天の気

腎気
(腎陽)

(命門之火)

気は腎気的作用(内分泌系等の
作用)のもとに、水穀の気、
清気が結合して生成される。

水穀の気
(脾)

後天の気

清気

(肺)主にO₂

元気
陽気

気の活動
形態の分類

新鮮空気+水穀の気: 肺呼吸・心臓血液循環

宗気(胸中の気)

音声・呼吸調節(呼吸を
めぐらす)心拍動の推進調節
(心脈を貫く)肢体運動・
温度調節

衛気(脈管外の気)

汗腺調節 → 自汗

外邪から守る → 好中球の気

営気(脈管内の気)

血と共に脈中を循環し、四肢・五臓六腑を栄養
する

臓腑の気

心気

ポンプ作用が順調

肺気

風邪引かない

脾気・胃気

中気

肝気

疏泄が気機を調節
ストレスで鬱結

腎気

足が温かい
老化で足が冷える

経絡の気

肝経の気が活発: 目が良く見える
ツボを針刺で生じる感応を得気という

a: 三焦とは

- ① 上焦(横隔膜以上)、
中焦(剣状突起下端~臍)、
下焦(臍~下肢)

- ② 全身の微小循環系主にリンパ管系

気の作用の分類

気	推动作用	生長・発育・生理的機能・代謝の推進	
	温煦作用	推动の維持および体温の維持・調節 (腎気)	気があれば代謝熱が発生
	防御作用	病邪の防御・排除 (衛気) 正気と外邪の邪正相争	免疫能
	固摄作用	漏出や排泄過多の統制・臓器の定位	(子宮・臓器下垂を防ぐ) 血液が脈外に漏れない
	気化作用	物質転化 (三焦気化：水分代謝) 物質代謝のこと	血・津液を飲食物から化生し汗尿に変化。 消化吸收ガス交換。 気を運動変化させる能力

代謝熱

気は全身に存在し、運動形態は「気機」と称され、主に昇・降・出・入の四形式がある（要するに気は全方向に作用する）。臓腑・経絡は気が昇・降・出・入する場所である。生命活動は、根本的には（元）気の昇・降・出・入という運動である。運動の停止で死。気の運動形態を気機という。

気の異常

気虚、気滞、気逆、気陷

気逆：肺気は下降（吸気）するのが正常。

下降できないと上逆し咳嗽・呼吸困難が出現する。

胃気も下降するのが正常だが、（胃が不調で）上逆すると悪心・嘔吐・噯気気逆は基本的に気滞に相当する

気陷：脾気（消化器で吸収した養分は門脈→肝臓→下大静脈→心臓→肺へと上向きのベクトルとして進むのが正常）が、下陷すると、上部では（脾気が未達で）頭のふらつきめまい、中部では腹脹感・痞満感、下部では慢性泥状便・子宮下垂（子宮を吊り下げ部分が脾虚栄養不足で無力となるため）が起きる。

(1) 気の様々な失調

気虚：気の消耗、機能不全、臓腑の機能減退、抵抗力の低下を含む

気滞：気の循環が順調でなく鬱滞を生じること。気の鬱滞場所に病理的産物ができる。瘀血、痰、痛みなど。

す気逆：下に降りるべき気が逆上すること。肺、胃、肝に多く見られる。

肺の気逆は咳、胃の気逆はげっぷ、吐き気、肝の気逆は感情の爆発（怒り）

気陷：上昇すべき気が上がれず、臓器を支える力を失う。気虚の一種とすることもできる。内臓下垂を引き起こす（子宮下垂症）。

気閉と気脱：気の出入異常を指す。気閉は邪気をうけ意識を失うこと。気脱は虚弱が進む、あるいは出血などで気が大量に失われ、完全に無くなることで意識を失う。

▶気機失調：気が正常な動きをしないで気のめぐりの異常を来すこと。

血の概念

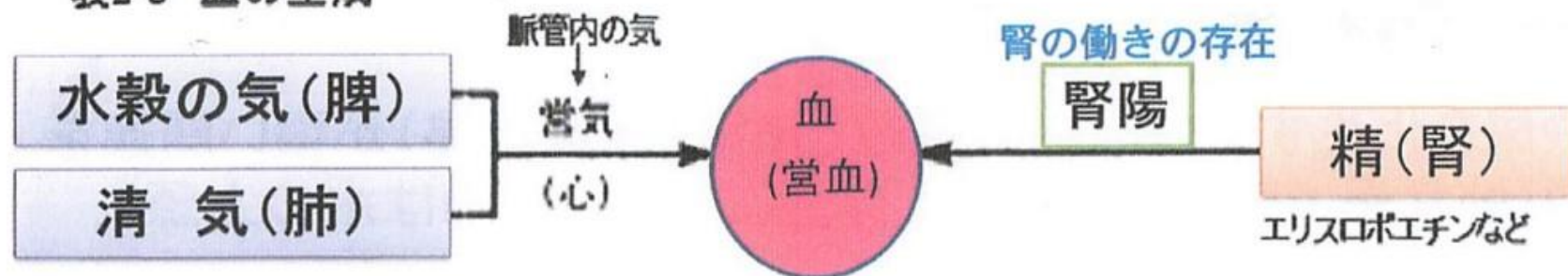
血の生成

血の機能

血の運行（気との関係）

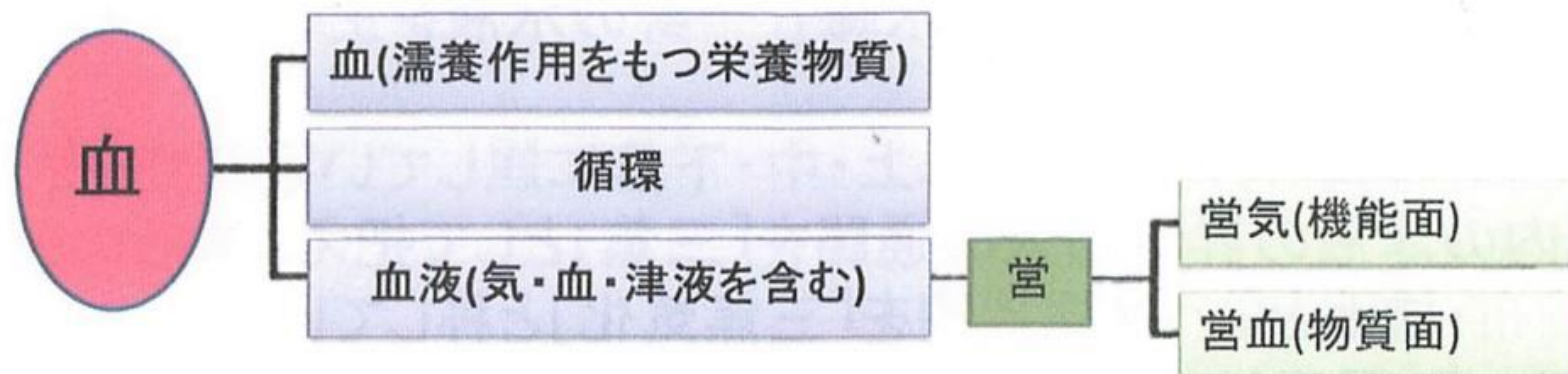
血とは・・・？

表2-3 血の生成



視床下部以下から分泌される
下垂体・甲状腺・副腎ホルモン等
全て→腎精腎陰ともいう
腎精が働くことを腎陽があるという

表2-4 血の意味の違い



臨機応変に、血がどれを意味するかを考える

4. 気と血の関係

(1) 気は血を生む

血の生成は、気自体と気の運動の存在なくしてありえない為。

(2) 気は行血する。

血自体(陰・静)では、流れ動くことは出来ないが、気の推進力の存在で流れることが出来る。気が流れるとそれに連れられて血も流れる。気滞は瘀血を作る。

(3) 気は摂血する

脾気があると血管は丈夫で出血しない。血管壁(平滑筋・血小板など関与)は脾が良ければ丈夫。脾気虚になると血管壁弱くなり出血し易くなる(血管コントロール、凝固因子も脾機能と関連)。

(4) 血は気の母である

気は血に乗っているが、血は気に栄養をやりお互いに助けあって体内に存在する。

(1) 気は血の帥(スイ: 将軍・かしら)である。

形成された血は気と共に経脈中を流れる。

心は血を主る・肝は血を蔵す・脾は統血するが、この機能は臓腑の「脾気」が発揮する。つまり血は形成と運行の過程において気と離れることはない。

気が「生血」「行血」「摂血」するので「気は血の帥である」という。

(2) 血は気の母である

全身の気が十分に作用を発揮するには、血による栄養供給が充分でなければならない。

(2) 血の様々な失調

血液の生成不足・消耗・出血・循環異常などがある。

血虚：血液の不足やその滋養効果の不足した病理状態を指す（貧血に近い）。

やせ・手足のしびれ・時に関節運動障害もある。

瘀血：血流が鬱滞したりして悪く、時には遅い病理状態。

気滞が原因の事も多く、又瘀血が気滞を悪化させることもある。

紫斑や痛み（通ぜざれば痛む）が特徴。

血熱：血に熱があり、血行が早くなっている病理状態。出血しやすく、熱で血（陰液）を消耗する。

血の病理的变化

1) 血虚

2) 血瘀: ①打撲傷②氣滯・氣虚血瘀③寒凝血瘀④血熱血液濃縮

3) 血熱: 熱邪血分深入(例: 血小板減少症紫斑病)→心神擾乱

津・液(精)

津液:体内の全ての正常な水液の総称。粘度:津<液(相互転化)

3.津液

(1)津液の基本的概念

津液とは人体の水液の総称。各臓器の正常な分泌液（唾、汗、腸液、涙）も含む。生命維持に必要な物質的基礎である。津は液よりうすく（比重が軽い）、流動性大きく体表にも分布。

仙頭Drの図からもあきらかなように、津は血管内～表皮まで何処にも分布可能である。液は比較的濃く（比重が重い）、関節（滑液）、脳・髄（脳脊髄液）、臓腑内に入り滋養作用など機能する。

しかし、津液はお互いに変換し合うため“津液”と呼ばれる。体の内部から発生する津液不足（津虚）が内燥である。軽いものは「傷津」、程度の重いものは「傷陰」（脱液）といい熱性病によく見られる。

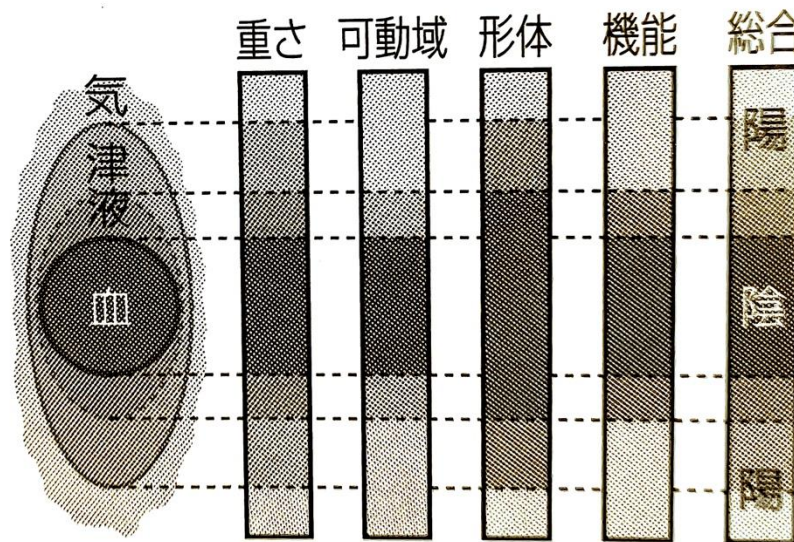
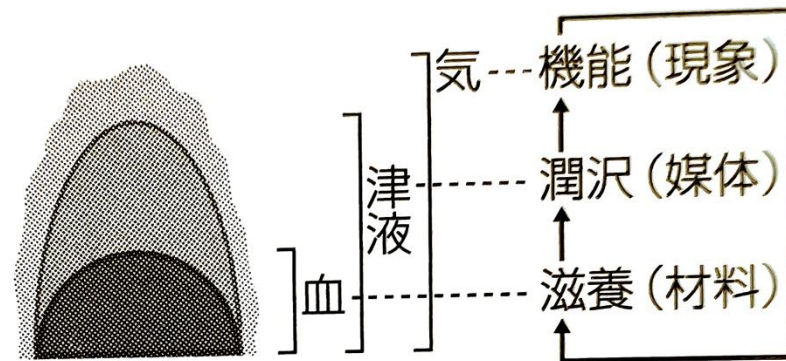


図2-30 気・津液・血の陰陽関係

仙頭正四郎 標準東洋医学

(2)津液の生成、輸送、排泄

津液の生成は脾で水穀の精気から作られる。

輸送と排泄は脾の転送(消化管から吸収した栄養分は血とともに肺に)、肺の宣散肅降、腎の気化を経て、三焦(リンパ管系)を通して全身に送られる。排泄は汗、尿、呼気の水分などで行われる。この経路のどこかに循環障害が起きると津液の停滞が起こり、水・湿・痰・飲などが生成される。

(3)津液の機能

皮膚、目、鼻粘膜、口腔などの保湿、骨髓・脳髓の補充

飲食物が胃に入り津液に変化後、脾(消化器粘膜)⇒が吸収し、
(門脈→下大静脈→右心房→右心室→肺動脈→)、肺(宗氣も関
与し)の宣散・肅降により全身に散布され各臓腑で代謝され次第に
下降し、膀胱に貯留して排泄される。

汗や尿を化生するのは肺の宣散と肅降(詳細後述)が強い関連を
持つ(肺疾患で時に発汗過多、浮腫になる)→「肺は水の上源」、
「水道を通調する」。

胃の受納・脾の運化・肺の宣散と肅降には腎気による温煦と推動
(視床下部、下垂体などからのホルモン類:ADH:の作用)が、又、
尿の生成・排泄・体内水液代謝に腎気は不可欠である(腎のこの
作用を「蒸騰気化」)→腎は「水臓」「一身の水液を主る」と言われる
所以である。

なお、肺・脾胃・腎はそれぞれ上・中・下焦に属しているので、古人
は体内の津液の昇降出入の通路を「三焦」として把え、津液の生
成・輸布・排泄という代謝過程を「三焦気化」と称している。

このことを「三焦は、決瀆(溝を開いて水を流す)の官、水道出づ」
(素問・靈蘭秘典論)

5.気と津液の関係

気と血の関係とほぼ同じ

(1)気は津を生む。

津液生成にも気が存在しないと出来ない。

(2)気は行(化)津できる

津液の輸送や排泄(汗・尿)は、気の昇降出入運動で行われる。

(3)気は摂津(津をとりこむ)でき、津は気を載せる事ができる。

気の固摂作用が正常に作動して津液代謝が正常にすすみ貯まることもない。

しかし気虚になると、固摂作用が不十分となり汗、尿などの排泄コントロールが不良となり発汗過多、多尿などが起きてくる。又津液流出過多になると、津液について気も流出するので、気虚が悪化する。

津液と気の関係

津液の生成・輸布・排泄は気の昇降出入(巡り・移動)により行われ、「三焦気化」(上中下三焦間を気津液がめぐり代謝が行われること)とも言われる。

脾気虚で栄養不足や、下利になり津液が失われる。肺に迄持ち上げる力が低下し津液が下方に停滞(脾虚生湿)。気虚で汗腺調節不良(亡陽)となり大発汗、排尿調節不良で多尿。

津液と血の関係

津液のうち最も精選された部分(汗尿でない生理活性のあるもの)が脈中に入り、営気(飲食物から生じ全身を栄養する精気)と結合して肺に上注し、紅色に変化して血になる。大出血では津液も失われ口渇・皮膚乾燥・尿量減少等が起こる→津枯血燥(靈枢・営衛生会篇:「奪血すれば汗無く、奪汗すれば血なし」、傷寒論:「衄家は汗を発すべからず」「亡血家は汗を発すべからず」)

津液の病理的変化

津液の軽度消耗を傷津、重度消耗を脱液

腎の気化機能低下で水液上部に溢れて痰となり、心・肺を侵犯

→心不全・肺水腫→動悸・呼吸促迫し咳嗽・多量泡沫状痰

→「水飲凌心」「水飲射肺」

肺・脾・腎は以下に示すように相互に影響し合う。

①脾の運化失調で津液輸送不可→停滞津液が肺気通調水道に影響して呼吸困難・咳嗽・喀痰が発生のみならず、腎の津液蒸化に影響→下肢浮腫・尿量減少が発生

脾の津液輸布に影響して湿・痰が生じる

②肺の宣散・肅降失調→失通調水道

腎の気化機能失調させ水液が上部にあふれる

脾の運化に影響→水腫・腹満

③腎陽衰微→水液蒸化不可

肺気宣散肅降に影響→呼吸困難・咳嗽・多痰

脾肺腎は津液停滞に三つ巴に関連

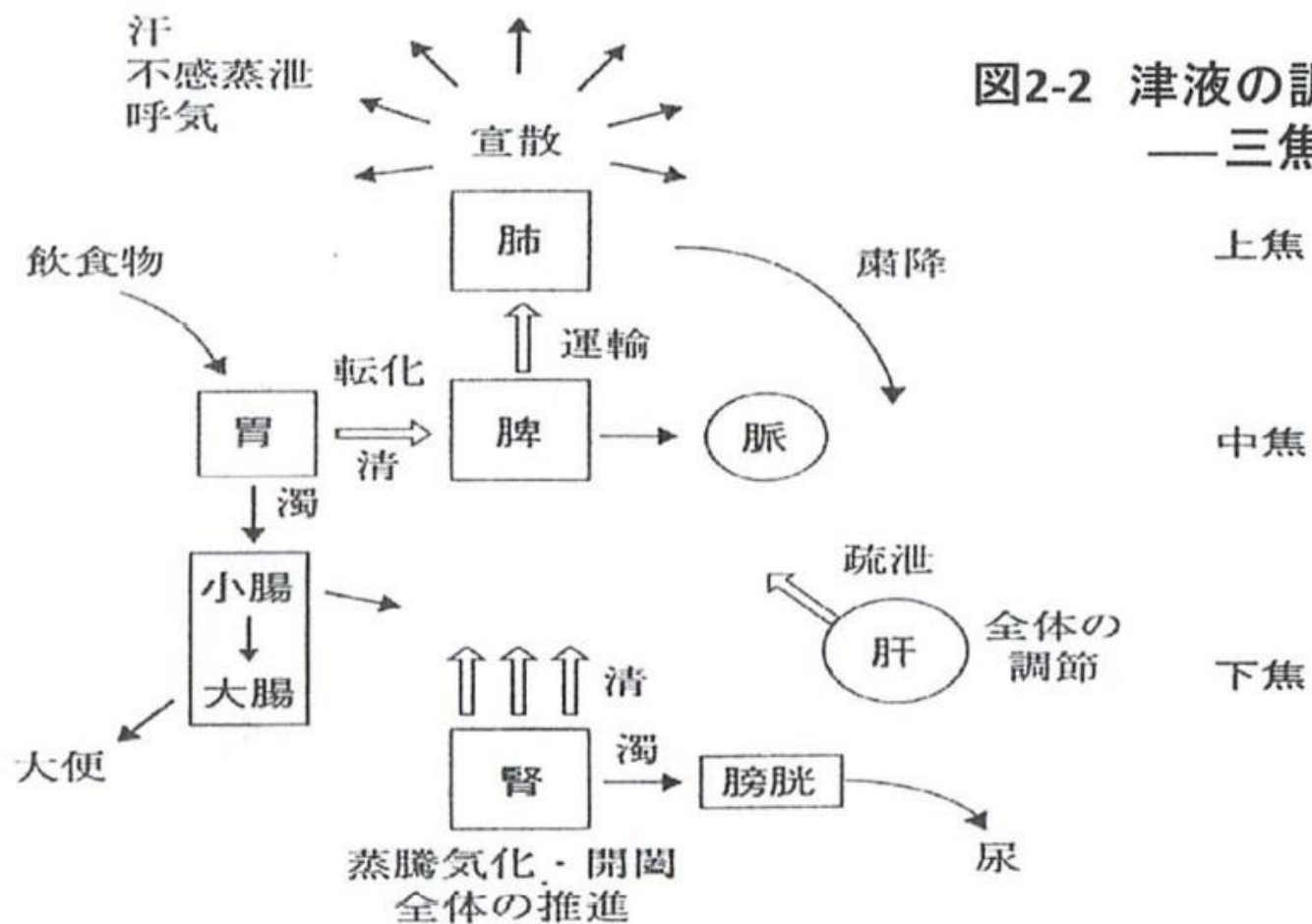
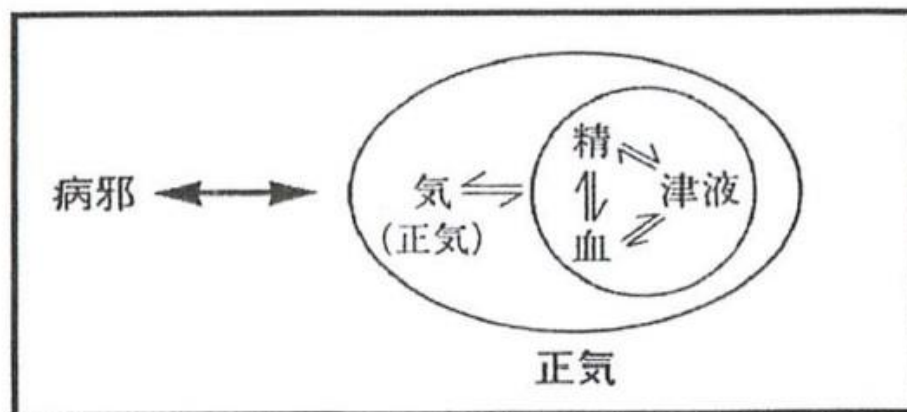


図2-4 生氣と病邪



陰陽五行學說

【相生・相克・相乘・相侮】

(3)五行学説

五行とは木火土金水の五種類の物質とその運動をさす。
森羅万象全て五行からなると考える

①五行の特性

木火土金水の五種類の物質に対する素朴な認識を元に、物理的、化学的特性を抽象化して次第に理論的概念を形成した。

木：生長繁茂、昇発調達、筋の運動関連機能などの特性ある物事

火：温熱・上昇の特性を持つ物事

土：生成・発育・養育・種植収穫・受納の特性をもつ物事

金：粛清・収斂・変革の特質をもつ物事

水：湿潤・寒冷・下向の特質をもつ物事

古村和子のやさしい漢方基礎理論 ③ <五行説> (ごぎょうせつ) (その1)

<五行色体表>

世の中の物を木・火・土・金・水の5グループに分類

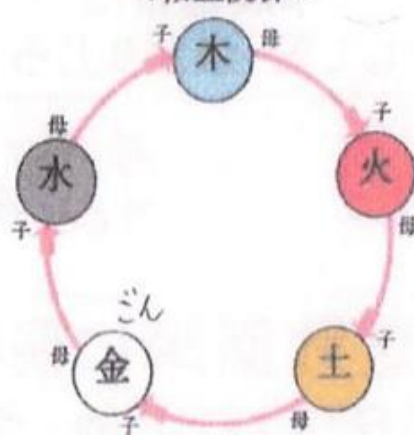
<五行説>

五行説とは、古代中国の人が鋭い観察力で全てのもの（森羅万象）を観察し、法則性を見出したものです。木・火・土・金・水の5つのグループに分類されています。「横一列が1つのグループ」としてとらえます。各グループ間に深い関係があります。（※）

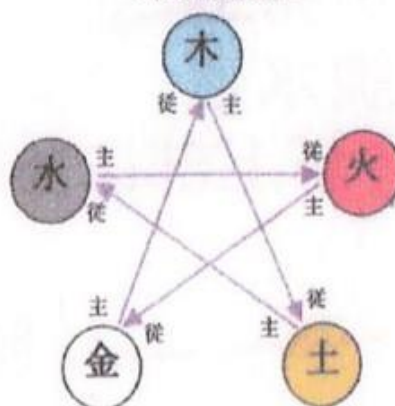
	臓	腑	五色	五味	志	官	体	支	季	惑	声	五液
木	肝	胆	青緑	酸	怒	眼	筋	爪	春	風	呼	涙
火	心	小腸	赤	苦	喜	舌	血脈	面色	夏	熱暑	言	汗
土	脾	胃	黄	甘	思	唇	肌肉	唇	土用	湿	歌	よだれ
金	肺	大腸	白	辛	悲憂	鼻	皮	体毛	秋	燥	哭	鼻汁
水	腎=副腎	膀胱	黒	鹹	恐驚	耳=二聴	骨=齒	髪	冬	寒	呻	つば

睡眠	脳
足	腰
生殖器	
肛門	
尿道	

<相生関係>



<相剋関係>



相生・相剋関係を組み合わせると



七情

ポジティブ (陽)	ネガティブ (陰)
1/7	6/7
喜	怒
	憂
	悲
	恐
	驚

表2-6 心（温熱・上昇の特性）

心	血脈を主る	心臓の駆血能
	神を主る	高次神経系の機能
	舌に開竅し、華は面にある	循環系の状態の反映

表2-7 肺（肅清・収斂・変革の特質） 利尿（マオウ）

肺	*① 氣を主る（宗氣＝肺清氣＋脾穀氣＋腎元氣）	呼吸機能、「氣」の生成
	*② 宣散・肅降を主り、*③ 水道を通調する	末梢の体液バランス、肺呼吸と皮膚呼吸の調節、 体液の散布と排泄（発汗、利尿）
	皮毛を主り、鼻に開竅する	汗腺の調節、体温調節、免疫能、嗅覚

*① 肺が百脈を朝して始めて宗氣は咽喉頭部をめぐり呼吸を主り、
心脈に注ぎ全身に布散するから全身の氣を主る

*② 肺が全身に分配（上外へ）する津液（＋衛氣）は皮毛を潤す（宣発）。
呼気で濁氣を排出するのも宣散。

*③ 肺が肅降できないと呼吸困難・咳嗽起こる。下方に向かって機能を静々推し進める。
氣道平滑筋・呼吸筋を調節して呼吸を順調に行わせる。津液を次第に下方に輸送して、
尿にする。深吸氣には腎が関与。吸気で肅降が起こる。

*④ 水道を通調する：肺の宣散・肅降による体液調節

【注釈】 肅：引き締める・つつしんで

表2-8 脾

(生成・発育・養育・種植収穫・受納の特質)

脾	運化を主る	消化吸收, 栄養物と水分の輸送, 栄養代謝
	統血する	血管壁の正常性維持, 止血因子の生成と供給
	四肢・筋肉を主る	筋肉の栄養
	口に開竅する	味覚, 食欲

【 宗 氣 】

水穀の気・腎気・新鮮な空気が結合してできた胸中に蓄積された気。
胸中は体全体の気の運動・輸送・配布の出発点。

表2-9 肝(生長繁茂、昇発調達、筋の運動関連機能などの特性)

肝	疏泄を主る	精神情緒の安定, 自律神経系を介した機能調節
	血を蔵する	栄養物質としての血の貯蔵, 自律神経系を通じた血流調節
	筋を主る	運動神経系の調節
	目に開竅し, 華は爪にある	視覚系の調節・爪の栄養

表2-10 腎(湿潤・寒冷・下向の特質をもつ物事)(五臓の陽を腎が供給)

腎	精を蔵し, 生長・発育・生殖を主る	視床下部-副腎系を中心にした内分泌系全般の機能
	水を主る	水分代謝の根源的動力・腎臓での水分濾過と再吸収の機能
	骨を主り, 髓を生じる	生長・発育および知能・知覚・運動系の発達と維持
	耳と二陰に開竅する	老化との関連

副腎

「アドレナリン」

心拍数増加、代謝促進、血糖上昇を促す

「ノルアドレナリン」

血管を収縮させ、血圧上昇させる

「糖質コルチコイド」

血糖値を上げる

体の抵抗力を強めてストレスに対処する

甲状腺

「甲状腺ホルモン」

代謝を高める

交感神経の活動を促進する
(心拍数の増加・血圧上昇など)

松果体

「メラトニン」

体の成熟を抑制

視床下部

ホルモンの分泌量を調整する司令部

Corticotropin-releasing hormone (CRH)

下垂体

「成長ホルモン」

骨格の発育やタンパク質の合成を促す

「甲状腺刺激ホルモン」

「性腺刺激ホルモン」

「副腎皮質刺激ホルモン」

ほかの分泌腺に働きかけ分泌を促す

「メラニン細胞刺激ホルミン」

メラニンの産生を促す

「バソプレシン」(ADH)

尿の産生や血圧上昇を促す

精巣(男性)

「テストステロン」

精子を産生する
骨格の発育を促す

卵巣(女性)

「プロゲステロン」

子宮内膜が厚くなる

「エストロゲン」

体が丸みを帯びる

膵臓

「インスリン」

血糖値を下げる

「グルカゴン」

血糖値を上げる

副甲状腺

「副甲状腺ホルモン」

血中カルシウム濃度を調節する

“腎” に相当する内分泌系

表2-5 精

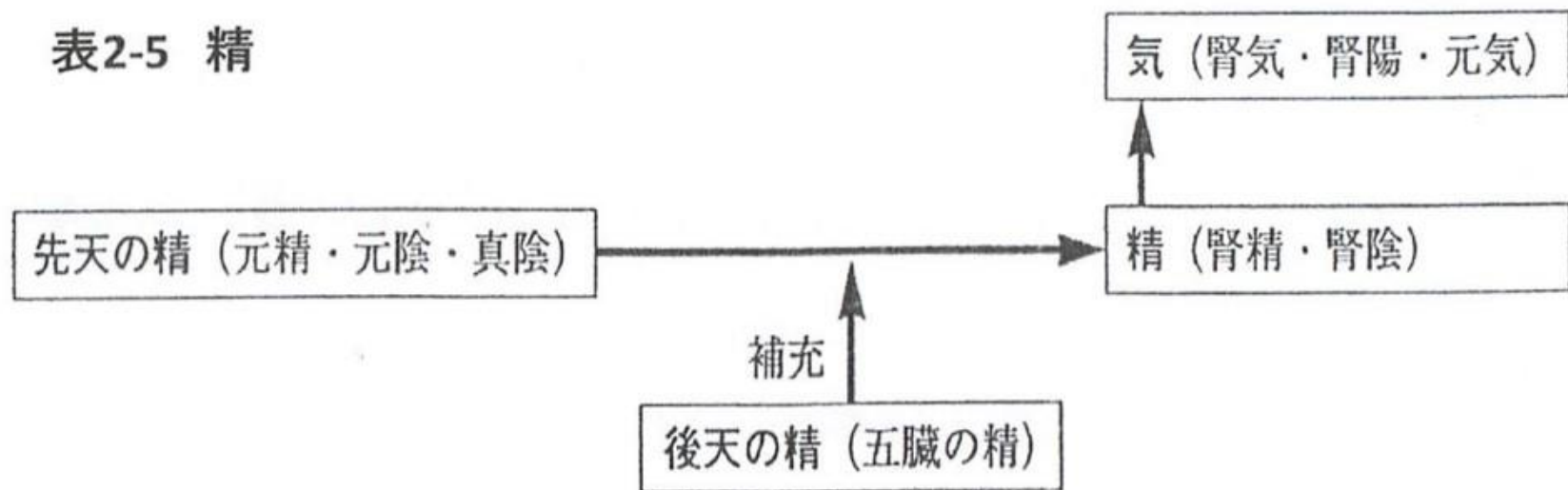
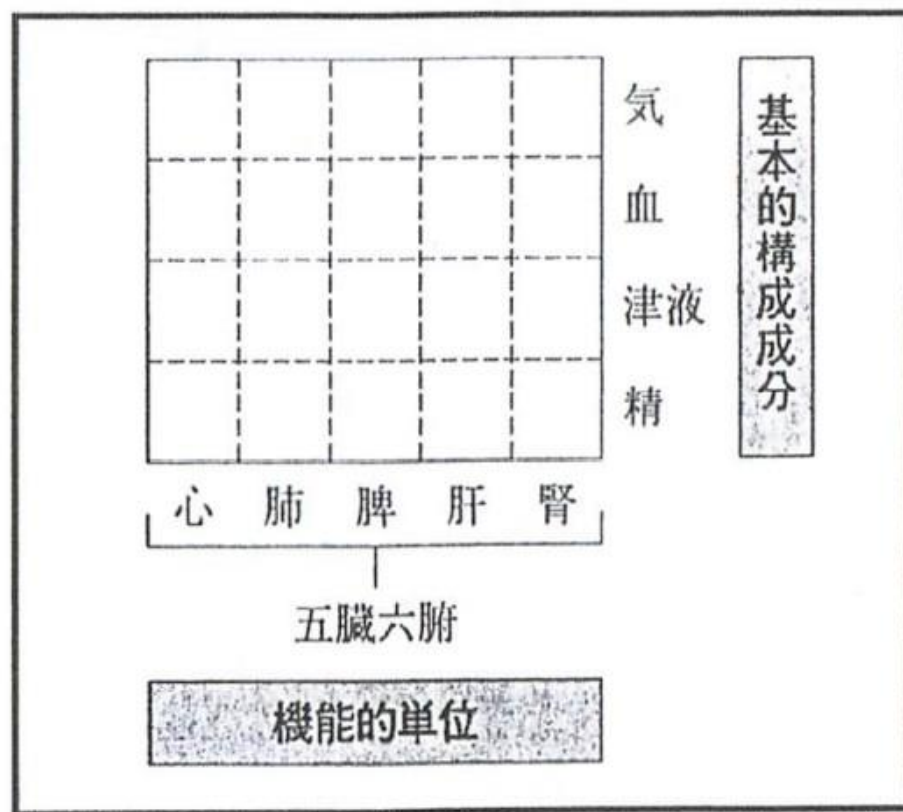


図2-5 人体のとらえ方



陰陽五行學說
【相生·相克·相乘·相侮】

古村和子のやさしい漢方基礎理論 ③ <五行説> (ごぎょうせつ) (その1)

<五行色体表>

世の中の物を木・火・土・金・水の5グループに分類

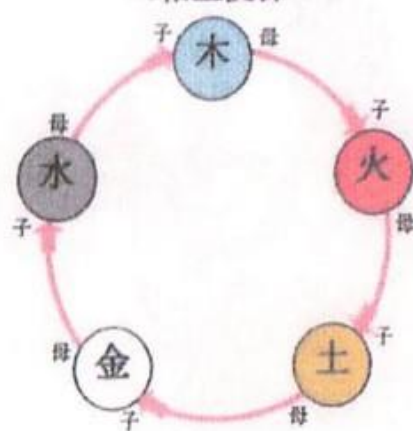
	臓	腑	五色	五味	志	官	体	支	季	惑	声	五液
木	肝	胆	青緑	酸	怒	眼	筋	爪	春	風	呼	涙
火	心	小腸	赤	苦	喜	舌	血脈	面色	夏	熱暑	言	汗
土	脾	胃	黄	甘	思	唇	肌肉	唇	土用	湿	歌	よだれ
金	肺	大腸	白	辛	悲憂	鼻	皮	体毛	秋	燥	哭	鼻汁
水	腎=副腎	膀胱	黒	鹹	恐驚	耳=二聴	骨=歯	髪	冬	寒	呻	つば

<五行説>

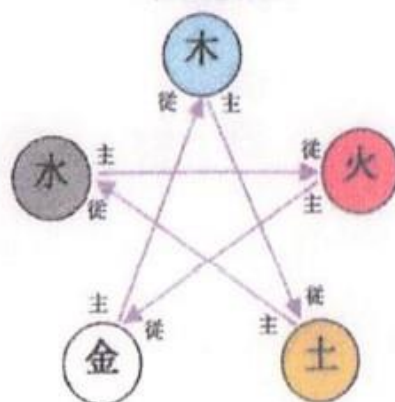
五行説とは、古代中国の人が鋭い観察力で全てのもの(森羅万象)を観察し、法則性を見出したものです。木・火・土・金・水の5つのグループに分類されています。「横一列が1つのグループ」としてとらえます。各グループ間に深い関係があります。(※)

睡眠	脳
足	腰
生殖器	
肛門	
尿道	

<相生関係>



<相剋関係>



相生・相剋関係を組み合わせると



七情

ポジティブ	ネガティブ
(陽)	(陰)
1/7	6/7
喜	怒
笑	憂
楽	悲
	哀

i 相生

各行は時計回りに隣接する「行」と
「相生関係＝母子関係」にあり、資生・促進・助長に作用

【 相生 】

腎は精を、肝は血を収蔵し、腎精は肝血を生成できるから「腎生肝」。
肝の血を収蔵・疏泄する能力は、心の血脈を主る機能を助けるから「肝生心」。

心の陽熱は脾陽を温める。

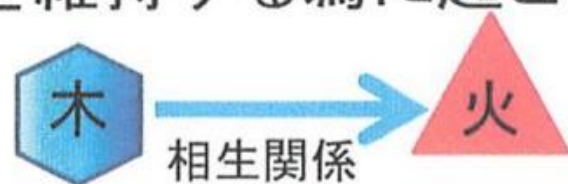
脾は運化を主り、心は脾の運化機能を助けるから「心生脾」。

脾は水穀の精微を気血に生化し、肺に運搬して肺機能発揮を助けるので「脾生肺」。

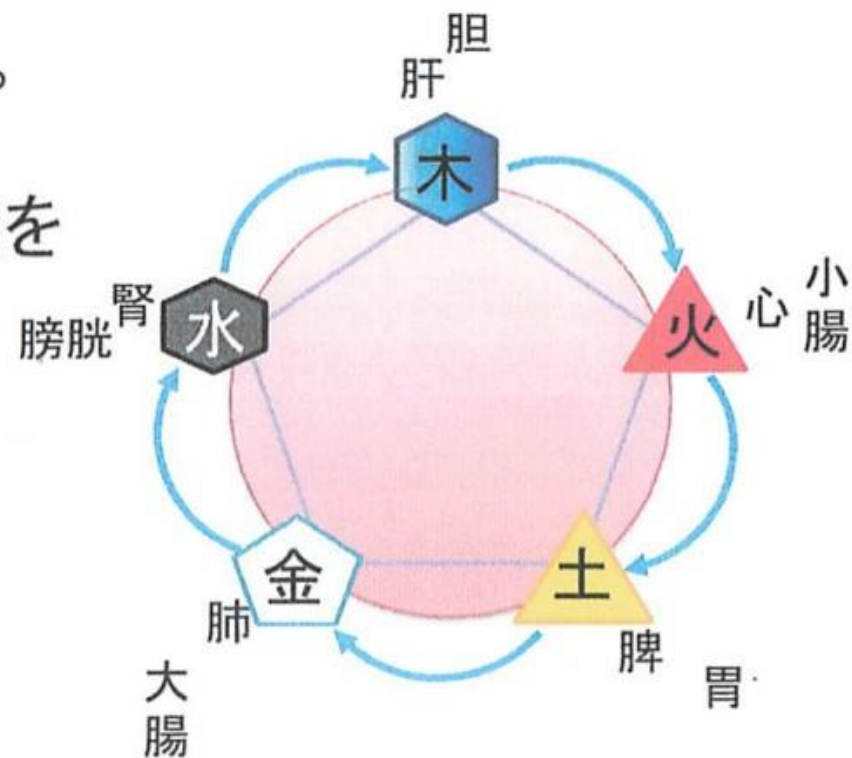
腎は、水を主り精を蔵し納気する。

肺気が順調だと水の通路が通じて(通調)、腎が水を主る機能を助けるので「肺生腎」。

ここで相生は各臓がその生理的常態を維持する為に起こる。



バランスが取れている



ii 相克

各行は、時計回りに1つ置きの「行」との間に
「相克関係」があり、制約・抑制的に作用する。
木克土・土克水・水克火・火克金・金克木である。
相生・相克は正常状態を維持する為

【 相 克 】

肺気は肅降するので、肝気の上逆と肝陽の亢進を抑制。
故に「肺克肝」。

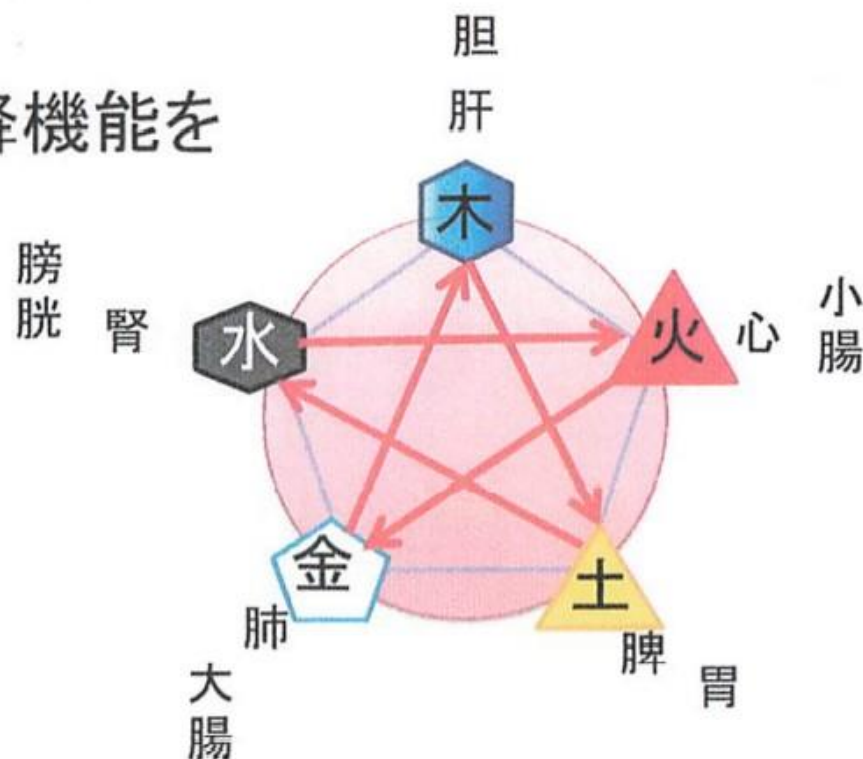
肝気は条達し脾気の鬱滞を疏泄させるから「肝克脾」。

脾気の運化作用は腎が水を主る機能を調節して、水湿が氾濫するのを防ぐので「脾克腎」。

腎水の滋潤作用は心火の亢進を抑制するから「腎克心」。

心の陽熱は、肺気の過度な肅降機能を抑制出来るので、「心克肺」。

ここで相克は各臓がその生理的常態を維持するために起こる。



iii 相乗

五行の正常な「相克」の関係が崩れることによって出現する異常な相克現象を「相乗」といい、過度な「相克」である。ある行が強くなりすぎ、克する行を過度に抑制する場合と、克される行が衰弱し、過度に抑制され衰弱を助長する状態である。

iv 相侮

相克する側が弱りすぎたり、相克される側が強くなりすぎたりすると、相乗が反対方向におきる。これを相侮又は反克という

【症例提示】

私は、はじめて当院の1患者によって“之が相生？”という例を経験した。

《症例 ①》

81才、小柄、やや瘠せた婦人で、胃痛に柴胡桂枝湯加減方（以下、柴桂）、虚血性心疾患に炙甘草湯合冠心Ⅱ号方を、服用していると調子が良いということで数年来投与していた。

極めて状態が良いので、炙甘草湯合冠心Ⅱ号方の服用量を1/3に減らした1ヶ月後から、胃の違和感が出始めたが許容範囲であった。

しかし漸次悪化し約4ヶ月後には、我慢できなくなり、胃症状に対する処方依頼してきた。

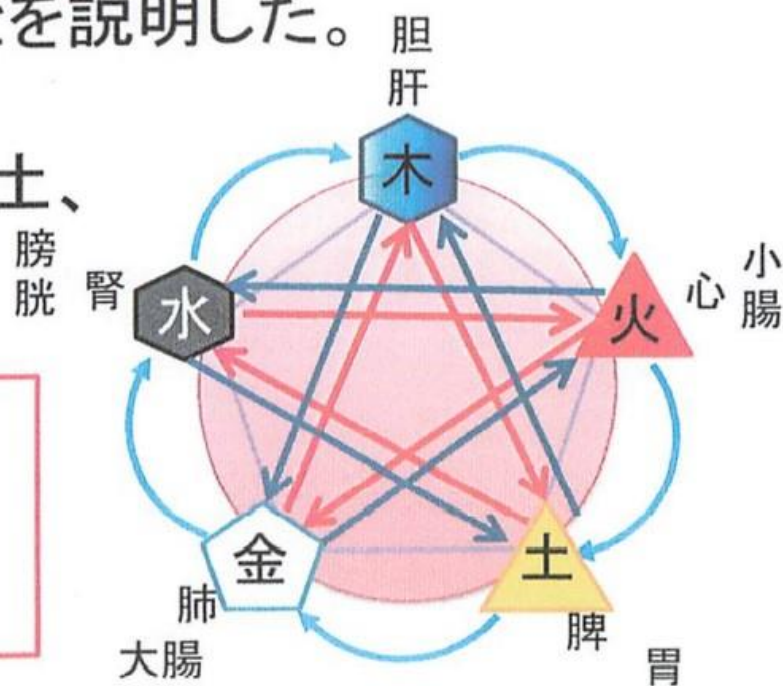
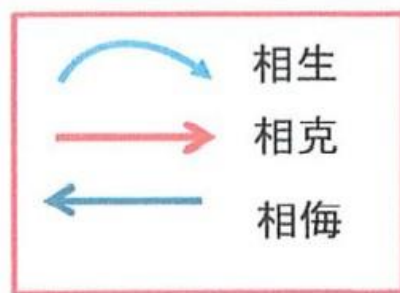
柴桂倍量、加味平胃散、半夏瀉心湯など20日間投与したが無効で、少しは改善のはずと考えていたので困惑した。 ⇒

《症例 ①》

⇒ そこで、これが、心臓用薬が減って、心から脾への相生作用が低下したための症状かと考え、心臓用薬の服用量を元の量に戻したところ、3日目に患者から電話があり、

「先生、長い間続いた胃の症状が殆ど消えました。
…何故、心臓の薬で胃が良くなるのですか？」と聞かれ、
中医学の理論通りであることを説明した。

以上、肝→木、心→火、脾→土、
肺→金、腎→水でも成立。



相生関係を利用した治療例症例

《症例 ②》

60才女性 160cm 48kg 初診:X年10月4日

主訴:易感冒(最近は引きっぱなしの感じ)。

冷え性。頻尿。

現病歴:生来胃弱(脾気虚③)(①-③)。

2年前に咽のつまり感が続き精査の結果、甲状腺良性腫瘍(①-①)が判明したが特に治療はされなかった。

疲れると風邪をひき易かった(④)。

最近少し疲れても風邪をひくようになり、葛根湯服用で2,3日で治るが、すぐまたひく。

2年前実母が亡くなるまで、自宅に引き取り、主人との間で常に気を使い、ストレスフルだった。

その頃より更に一層ひきやすくなり、2~3日に1度からひきっぱなしの感じで異常を感じて受診した。 ⇒⇒⇒

つづき《症例 ②》

⇒生来体力はないので無理が出来ない(気虚・腎気虚⑤)。
冷え性で胃腸も弱い(脾気虚)。

弁証):腎陽虚 肺気虚 治方:八味地黄丸

結果):八味地黄丸を毎日30粒(常用量は60粒/日)服用開始後、
翌年3月4日までの5ヶ月間以上、その他の条件がかわらないの
に一度も風邪をひいていない。

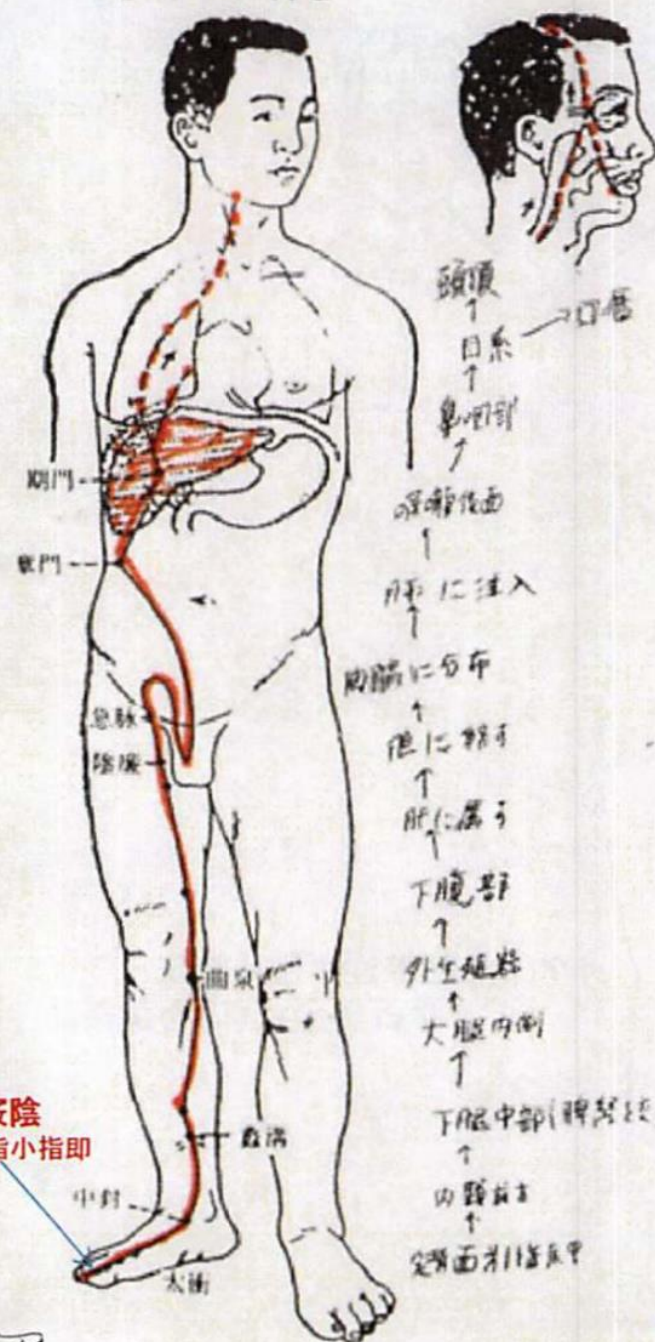
考察):風邪をひきやすいのは肺気虚(④)であるが、トラブルが
あると風邪をひきやすいのは肝反克肺①-②と考えられる。

最近母親が亡くなり、ストレスが減ったにも拘わらず風邪をひきや
すいのは、加齢で腎気虚が進んだ結果、腎盗肺気で肺気虚を誘
発し、異様に感冒にかかりやすくなったと考えられる。

八味地黄丸で補腎し、相生逆伝の治療で肺気虚改善した。

⇒

足厥陰肝經



頭頂
 ↓
 目系
 ↓
 口唇
 ↓
 咽喉
 ↓
 肝に注入
 ↓
 胸脇に分布
 ↓
 他に筋を
 ↓
 肝に属す
 ↓
 下腹部
 ↓
 外生延路
 ↓
 大腿内側
 ↓
 下腿中部(脾経交叉)
 ↓
 内踝前
 ↓
 足背面(第1趾)

足厥陰
第1趾小指即

中封
太衝

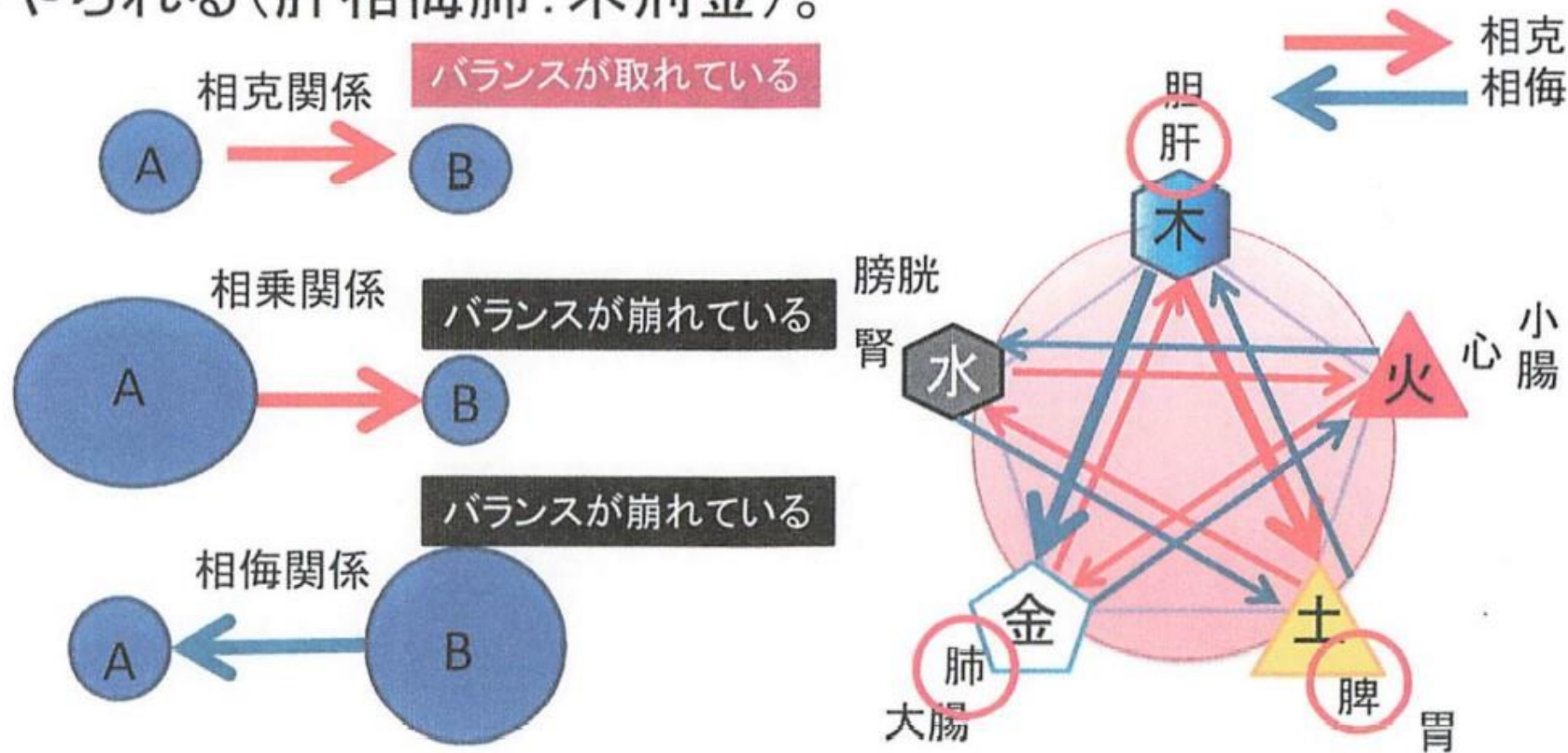
つづき《症例 ②》考察)

⇒相克が病的に亢進することを相乗という。

1つの臓が亢進しすぎる、例えばストレスが強すぎて、肝鬱火化がひどくなり過ぎると胃痛がおきたり下利になる。

これを肝乗脾(五行理論では木乗土)という。

又、肝火が強すぎるということは、肺からの相克力を跳ね返し、肺がやられる(肝相侮肺:木刑金)。



《症例 ③》48才管理職女性(中肉中背)。

男性上司と意見が合わず我慢すると、下利が始まる。時には胃痛が起きる(肝乗脾)。

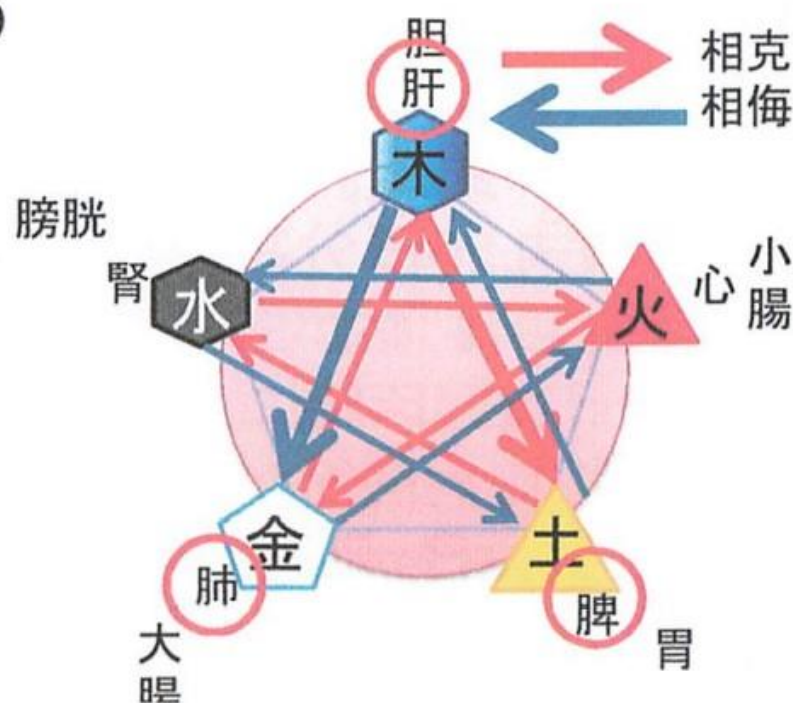
ストレスが続くと、風邪も引いていないのに乾咳が出だす(肝相侮肺)。

問題が解決すると、症状が軽くなりいつのまにか消失する。

しかし、対人関係は変わらないので、日常的に食欲はムラがあり、下痢しやすい。風邪も引きやすい感じがしている。

コメント:環境自体がストレス過多の肝鬱状態である。

常習的な木乗土の消化器症状と肝相侮症状があると考えられる。このような人は常に、肝相侮肺があり、風邪にかかりやすいと考えられる。



肝腎相生関係

《症例 ④》41才女性 163cm 52kg

初診時：X年8月18日

主 訴：手指痛・足指関節の歩行時痛のストレスに因る再発

現病歴：3月中旬以来、右足裏指つけね（MTP：中足指節関節）

の歩行時痛（NRS=4）、つま先立ち痛（NRS=6）が始まり、

1週間後には右小指、左小指まで痛む部位が広がった。

軽度外反母趾である。

4年前からキーパンチャーのパートを開始、本年5月末から、左右

手中指関節（DIP,PIP）に力が入ると痛んだ（NRS=7）。

寝不足、眼性疲労で頭痛、肩こり、こめかみ痛あり。

生来寒がりでクーラーは嫌い・手足末端が冷たい・入浴で痛みが

楽（腎陽虚）。

ストレス多く、神経性胃痛がよくおこる（肝乗脾）。不眠になり易い

（肝気擾心）。冷たい物が美味しい（虚熱）。花粉症がある

（？肝相侮肺）⇒

⇒《症例 ④》つづき

現症：腹証：軽度胸脇苦満がある。脈 80/分、沈細無力（心気虚）、舌体：やや紅、乾燥、苔：薄（脾陰不足）、舌下：稍瘀

BP:110/70

弁証：寒邪阻絡 肝鬱血瘀 気陰両虚

治法：処方1：小柴胡湯合桂枝茯苓丸料加炮附子1g

経過：手中指消失したが、つま先立ち痛、歩行時痛（NRS =5）のみ残存。

血瘀疼痛と考え、処方2：治打撲一方加桂皮3、エンゴサク3、附子1、大黄0.5に変法。不完全なので、X+1年9月28日より八味丸料に変法。10月18日完全消失。

八味地黄丸20日分投与して廃薬。

X+2年5月9日：姑が5月連休に突然泊まりがけで2日間滞在した。姑帰宅2日後起床時に、両手指が強ばる。

全身の関節、肩関節が痛んだ（NRS=7）。

X+2年5月12日：処方1を毎日2袋服用開始した。

X+2年5月19日：関節の腫れ完治（NRS=0）。

考察:

手指の痛みは小柴胡湯合桂枝茯苓丸料加炮附子1g約2ヶ月で消失したが、残存するつま先立ち時時痛(NRS=6)に、治打撲一方加減方が有効であったが服用量を減らした為か10ヶ月後も完治せず。

腎精虚と考え、八味地黄丸に変法して約20日で消失した。完治約半年後、ストレス直後、全身の関節腫脹を来した。小柴胡湯合桂枝茯苓丸料加炮附子2倍量服用で1週間後にはほぼ完治。

ストレスで悪化するのは、肝鬱血瘀、肝腎相生の関係でストレスが腎にも影響し、関節腫脹の悪化があったと考えた。リウマチ患者のみならず、ストレスは原疾患悪化要因となるので、常にストレス対策を考えねばならない。