

- 一、推拿療法の臨床原則——弁証論治
- 二、便秘下痢の改善における推拿療法の応用
- 三、推拿療法の基本手技の復習
- 四、推拿練功の紹介——「海底撈月」

一、中医推拿療法の臨床原則——「弁証論治」

（一）弁証論治とは

1. 弁証とは 四診によって収集した疾病についての各種の情報を分析し、総合して疾病の原因、部位、性質及び正邪の盛衰状態、また疾病の発展急緩などを見分け、概括して、ある証型を判断する。
2. 論治 / 施治とは 弁証の結果に基づき、相応の治療原則、治療処方及び治療法を定める。

（二）弁証論治の内容

1. 病症の収集
2. 病症の分析（病因、病位、病性、正邪の状態、病勢の緩急）
3. 証型の帰納（陰陽・虚実・表裏・寒熱）
4. 治療原則（治法）の制定
5. 治療の処方（薬・経と穴・技法）
6. 治療の実施

（三）推拿療法の弁証論治

1. 望診按診が主、問舌脈診が補佐かつ全体
2. 緩急・盛衰・病因病位病性などの判断
3. 証型の帰納
4. 治療原則（治法）の制定
5. 治療処方の制定（経脈・腧穴・手技）
6. 治療の実施（施療の流れ）

二、推拿健康法——腰痛症の改善と予防

1. ●腎俞穴 ●腰眼穴——按压法・推法
2. ●委中穴——按揉法

三、下痢症の改善における推拿療法の応用

(一) 中医学の考え

便秘或いは下痢は、大腸機能の失司の病症です。

病機：臟腑機能の失常⇒大腸機能の失司⇒下痢

(二) 中医学の弁証（診断）

1. 症因（発病の原因）

①外邪 ②情志 ③飲食 ④虚弱

2. 病位（疾病の部位）

①直接：大腸 ②間接：脾胃小腸肺肝腎

3. 病状（疾病の状態）

①主な症状：排便異常
②随伴症状：全身の異常

4. 病性（疾病の性質）

寒・熱・虚・実

【まとめ】

下痢：湿熱中滯・食滯脾胃・寒湿内盛・肝脾不和・脾腎陽虚

(三) 推拿療法の施療

1. 治療方針（原則、治法）

下痢——祛邪補虚・整腸止泄

2. 処方 ①経脈 任脈 胃経 腎経 脾経 肝経

督脈 膀胱経 大腸経 三焦経

②腧穴 ■基本腧穴 天枢 大腸俞 小腸俞 八髎

足三里 上巨虚 下巨虚

■弁証配穴 [寒証] 風池 大杼 肩井 曲池 合谷

[湿証] 風門 肩井 曲池 豊隆 陰陵泉

[熱証] 風府 大椎 身柱 曲池 肩井

[虚証] 臟腑虚：膀胱経諸臟腑俞 腹部諸募穴

陽虚：氣海 関元 命門

陰虚：三陰交 照海 湧泉

氣血虚：氣海 血海 足三里 中脘

③手技 一指禅 滾法 按揉法 按压法 推法 抹法 摩法 擦法 搓法 震法

3. 施療実施
- 〔腰仙部〕
 - 1 摩法
 - 2 指按摩法/按摩法/一指然（腧穴）
 - 3 振法
 - 4 推法/擦法/摩法
 - 〔腹部〕
 - 1 滾法
 - 2 指按摩法/按摩法/一指禪/振法（腧穴）
 - 3 掌按摩法/掌振法（指圧や指按摩をした処）
 - 4 指推法/掌推法（三縦線）
 - 5 抹法/搓法
 - 6 摩法
 - 〔四肢部〕 指按摩法/按摩法/一指禪（腧穴）

三、推拿療法基本手技の復習（一）——点の手技

- ①一指禪法
- ②揉法（指）
- ③点法
- ④圧法/按法（指・肘先）
- ⑤叩法（指先）
- ⑥振法（指）

四、推拿練功の紹介——「海底撈月（かいていろうげつ）」

1. 基本姿勢 立ち姿勢
2. 動作
3. 呼吸法 自然呼吸
4. 意念（イメージトレーニング） 対抗力の運用