

- 一、中医推拿療法の臨床診察法——「舌診（ぜっしん）」
- 二、推拿健康法——便秘の改善と予防
- 三、めまい症の改善における中医推拿療法の応用
- 四、推拿療法の基本手技の復習（その3）
- 五、推拿練功の紹介——「順水推舟（しゅん すい すい しゅう）」

## 一、中医推拿療法の臨床診察法——「舌診（ぜっしん）」

### （一）舌診と推拿療法

#### 1. 理論基礎

- ①中医学理論に基づきます。
- ②弁証論治を基本規則とします。
- ③全体の状態を把握します。

#### 2. 臨床応用

- ①施療前の診察
- ②施療後の確認

### （二）舌診の内容

#### 1. 観察の内容

- ①観察の部位（舌質、舌苔、舌下脈絡）
- ②観察の項目（神・色・形・態）

#### 2. 判断の内容

- ①表裏
- ②虚実
- ③寒熱
- ④進退

## 二、推拿健康法——便秘の改善と予防

1. 支溝穴・天枢穴——指按揉法
2. 腹部——指推法・掌摩法

## 三、眩暈症の改善における推拿療法の応用

### （一）弁証（診断）

1. 症状
  - ①眩暈 眩と暈
  - ②随伴症状（頭痛、嘔吐、吐き気、発汗 など）
2. 診察
  - ①望診（神、形、態、色）
  - ②按診（圧痛、触覚）
  - ③問診（本人の感覚、病程など）

#### ④脈診、舌診

3. 分析帰納 ①病位の確定  
②軽重の分類  
③病因の確定  
④正邪盛衰の判別  
⑤病性寒熱の弁別

#### 4. 弁証のまとめ

肝陽上亢 眩暈、頭痛頭脹、耳鳴り、顔面紅潮、怒りやすい、精神不安、不眠、夢多い、  
口苦い 舌紅苔黄、脈弦

痰濁内阻 眩暈、頭重、胸悶、悪心、飲食減少、多眠 舌淡苔白膩 脈滑濡

瘀血阻絡 眩暈、頭痛或いは頸肩張り、痛い、首が回転すると眩暈が酷くする。  
舌暗瘀斑 舌下脈太い 脈細

気血虧虚 眩暈、動くと眩暈感じが増悪、顔色蒼白、唇や爪の色が白い、疲労感、精神不振、  
言少 舌淡苔白 脈細弱

腎精不足 眩暈、精神不振、健忘、腰膝酸軟、耳鳴り、遺精、不妊 舌紅苔少 脈沈細弱

#### (二) 施治 (治療)

##### 1. 治療原則 (治法) 「補虚祛邪・通調気血⇒止眩暈」

- 頭部： 経絡疎通・行気活血
- 全身： 肝脾腎調和・清熱祛湿

##### 2. 処方

①経脈 督脈 任脈 手足の三陽経 心経 心包経 腎経 脾経 肝経

②腧穴 ■頭部腧穴 印堂 百会 太陽 頭維 率谷 風池

■弁証配穴 [肝陽上亢] 太谿 太衝 行間 湧泉

[痰濁内阻] 中脘 足三里 豊隆 内関

[気血虧虚] 気海 血海 足三里 中脘 脾兪 胃兪

[腎精不足] 気海 関元 太谿 腎兪 命門

③手技 一指禅法 揉法 按压法 按揉法 推法 擦法 摩法 抹法 搓法  
拿法 捏法

##### 3. 施療 仰臥位 ①額部 推法、抹法、按压法/按揉法 (腧穴)

②目の周辺 抹法/一指禅

③頭頂部 推法、按压法/按揉法 (腧穴)

④後頭部 按压法/按揉法（腧穴）

⑤後頸部 按揉法、推法

⑥上肢部 按揉法/一指禅（腧穴）

⑦胸腹部 按压法/按揉法（腧穴）

⑧下肢部 按压法/按揉法（腧穴）

座位で ⑨後頸、肩部 推法・拿捏法

⑩背腰部 按揉法/一指禅（腧穴）、推法・擦法・搓法

#### 四、推拿療法の基本手技の復習（その3）

滾法 按/压法（掌） 推法・擦法・抹法（掌） 拍法（掌） 振法（掌）

#### 五、推拿練功の紹介——「少林内功・順水推舟（じゅん すい すい しゅう）」