

## 2024/12/01（日）の中医推拿セミナー

- 一、脈診と推拿療法
- 二、すいな健康法——手足冷え性の改善と予防
- 三、半身不随症における中医推拿療法の応用
- 四、推拿手技の復習
- 五、推拿練功の紹介——「烏龍入洞（うりゅうにゅうどう）」

### 一、中医推拿療法と脈診

#### （一）脈診と推拿療法

推拿手技：「診治同用」

脈診：推拿手技の一部

#### （二）脈診の内容

1. 脈診の方式—三部九候
2. 脈象 ①浮沈 ②数遅 ③長短 ④硬軟 ⑤強弱 ⑥太細 ⑦流暢度 ⑧規律度
3. 判断の内容  
①表裏（病変の部位） ②虚実（正邪の盛衰状態） ③寒熱（疾病の性質） ④陰陽（疾病の類別）

### 二、すいな健康法—手足冷え性の改善と予防

摩擦法 → 四肢・腰部・腹部

按揉法 → 内関・労宮 / 三陰交・湧泉

### 三、半身不随症の改善における中医推拿療法の応用

#### ●中医学の見解 「経絡病」

#### ●推拿療法の弁証論治

##### （一）弁証（診察・帰納）

〔診察〕→望聞問切      〔帰納〕→弁証

【症状部位】 半身・部分的

局所：顔面部・左側或いは右側の上、下肢

【症状表現】 肢体不随（硬直或いは萎軟） 感覚麻痺

【伴い症状】 頭痛、頭暈、会話不利など

●病因 ①年老体衰・気血虚少 ②情緒異常 ③飲食不節・寒温失調・劳累過度

●病機 肝腎陰虚・肝陽亢盛・陽化風動・痰濁内生気血逆乱

⇒上擾脳部・血溢脈外・脳髓受損・脈絡受阻

⇒肢体麻痺、運動障害、感覚障害

●病位 標本合併 標：筋肉経絡 本：臟腑（肝心脾腎）気血

●正邪盛衰の確定 虚実挟雑

●病性 寒熱弁別

弁証のまとめ 陰虚陽亢証 陰虚血瘀証 風痰阻絡証 気虚血瘀証

##### （二）論治（治法・処方・施療）

#### 1. 施療方針 「疎通経絡・活利関節・扶正祛邪」

## 2. 推拿処方

①経脈 基本：十四経脈 重点：弁証に基づく

②腧穴 [頭部] 印堂 太陽 攢竹 頭維 率谷 風池 百会 天柱 啞門 顴髎 地倉 人中 廉

泉

[疎風] 風池 風府 風門 風市 膈俞

[祛熱] 大椎 尺澤 外関 合谷 太衝 勞宮 通里

[祛痰] 膻中 水分 陰陵泉 豊隆

[補血] 血海 膈俞 中脘 足三里

[益気] 関元 気海 膻中 中脘

[滋陰] 陰交 陰都 三陰交 湧泉 内関 勞宮

[調臟腑] 太衝 期門 (肝) 太白 章門 (脾) 太谿 京骨 (腎)

③手技 滾法 一指禅法 按揉法 按法/压法 拿捏法 摩法 推法 抹法

擦法 搓法 屈伸法 揺法 捻法

## 3. 施療

### (1) 仰臥位

【顔面部】①摩法 ②一指禅 / 按揉法 / 按压法 (腧穴) ③推法・抹法

【頭部】①推法・抹法 ②一指禅法 / 按揉法 / 按压法 (腧穴) ③推法・擦法

【胸腹部】①摩法 ②一指禅法/按揉法 (腧穴) ③推法/抹法 ④摩法

【四肢】①滾法

②一指禅法 / 按揉法 / 按压法

③拿法 捏法

④推法・擦法・搓法

⑤揺法 屈伸法 扳法

### (2) 側臥位/俯臥位 (背腰部・下肢後部)

①滾法

②一指禅法/按揉法/按压法 (腧穴)

③拿法 捏法

④推法 摩法 擦法

## 四、推拿療法基本手技の復習 (五)

推拿手技臨床応用の場合

1. 点状手技 一指禅・指の揉・指压・肘压・指叩

2. 線状手技 推・抹・擦

3. 面状手技 滾・摩・擦・搓・掌拍

4. 関節手技 抖・揺・伸・捻・扳

## 五、推拿練功の紹介——「少林内功・烏龍入洞 (うりゅうにゅうどう)」

練功要点：下肢の姿勢・上肢の動作・呼吸自然・意念