

2025 年 4 月

中医学の津液と痰飲

上海中医薬大学付属日本校 陳 雷

一、津液と痰飲の定義概念

津液 体内にあるすべての正常な水液の総称であり、人体を構成し人体の生命活動を維持する基本的な物質である。(正常な体液)

痰飲 体内の水液代謝障害により形成される病理物質である。(異常な体液)

二、津液の分類

津：性状が希薄で流動性が大きいもの。皮膚、筋肉、孔竅の中に流注する。

液：性状が濃厚で流動性が小さいもの。骨節、臓腑、脳、髄の中に灌注する。

三、津液の代謝（生成・輸布・排泄）

(一) 生成：胃の受納腐熟・小腸と大腸の転化吸収

(二) 輸布：● 脾の運化・肺の宣降通調・三焦の通過・腎の蒸化⇒全身

● 血脈に滲透⇒血液を構成する

(三) 排泄：● 肺の宣降作用⇒汗

● 腎と膀胱の下輸作用⇒尿

四、津液の病変

(一) 津液不足（虧虚） 生成の不足 ⇒ 脾胃虚弱・摂取過少 など

過度な消耗 ⇒ 燥邪感受・大汗・高熱・下痢・嘔吐 など

(二) 津液停滯

1. 水腫：体の表に表して停滯する病症

①外感風邪や湿邪 ⇒ 陽水

②脾腎陽虚、瘀血 ⇒ 陰水

2. 痰飲：臓腑、経絡に停滯する病症

〔臓腑の場合〕肺、心、胃腸

〔経絡の場合〕四肢や半身

五、痰飲の病症

(一) 分類

飲：積水成飲，希薄で水様状

●痰飲→胃腸に停留

●懸飲→胸脇に停留

●溢飲→四肢肌肉に停留

●支飲→胸肺に停留

痰：飲凝成痰，濁って濃厚状

◆有形→痰液、腫瘍

◆無形→梅核氣、聚

(二) 形成

①外感六淫

②内傷七情 ⇒ 脾肺腎三焦 ⇒ 津液停滯

③飲食勞欲

(三) 致病特徵

①氣機阻滯、氣血運行障礙

②病程長、回復難

(四) 發病特徵

1. 飲 ①腫脹（腹大、肢腫）

②脹滿感（胸脇脹、腹脹、胸膈脹）

③水液停留（腸鳴、水腫、無汗、尿少）

2. 痰 「隨氣升降、無處不到」

①痰阻於肺 ②痰蒙心竅 ③痰蘊脾胃 ④痰鬱肝經 ⑤痰動於腎 ⑥痰留骨節經絡

六、津液痰飲病症の治療

(一) 治療原則 ○陽氣補益

○肺脾腎調和

○化痰逐飲利水除濕

(二) 治療方法 ○生藥療法

○鍼灸療法

○推拿療法