

2025/06/01（日）の中医推拿セミナー

上海中医薬大学附属日本校 陳 雷

- 一、中医推拿療法の臨床原則——「弁証論治」
- 二、推拿健康法——「下痢症の改善と予防」
- 三、座骨神経痛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（その⑥）
- 五、推拿練功の紹介——「前推八匹馬」

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——「下痢症の改善と予防」

1. 推拿手技 ①摩法 ②按揉法 ③擦法
2. 腧穴ツボ ①天枢穴 ②中脘穴 ③足三里穴 ④上巨虚穴
3. 推拿操作法 ①摩法→腹部 ②按揉法→腧穴ツボ ③擦法→お腹と腰仙部

三、座骨神経痛症の改善における中医推拿療法の応用

(一) 座骨神経痛とは

座骨神経が圧迫や刺激されたことによって腰から足にかけて現われる痛み・シビレ・マヒなどの症状です。

(二) 座骨神経痛症の中医学弁証

1. 症状 ①疼痛（臀部・下肢部）

②股関節可動状態の制限

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. 分類（証型） ①緩急の分類

（病症・病程・病勢・日常生活への影響）

②病因の確定

（加齢過労・外邪の侵襲・外傷打撲・他の病気から）

③正邪盛衰の確定

（疼痛の感覚・按圧の好悪・動作の状態・脈象）

④病位の確定

（痛点の位置・股関節の動き状態）

⑤病性の弁別

（患部感覚・触感温度・肌色・動作の状態・舌脈象）

(三) 座骨神経痛症の推拿施治

1. 治療原則（治法） 急則治標・緩則治本

治標：経絡疎通・行気活血・筋肉柔軟・関節滑利

治本：脾肝腎の増強

2. 推拿療法の処方

①経脈（けい みやく）

〔背面〕督脈 膀胱経

〔側面〕胆経

〔正面〕胃経 脾経 腎経 肝経

②腧穴（ゆ けつ） ■基本腧穴 阿是穴 腎兪 承扶 殷門 委中 環跳 風市 陽陵泉

■弁経取穴 督 脈：命門 腰陽関；

膀胱経：承扶 崑崙； 胆経：風市、陽陵泉

胃 経：伏兪、足三里；

脾 経：血海、陰陵泉 三陰交；

腎 経：太谿； 肝 経：太衝；

〔実証〕 風池 風門 風市 陽陵泉 腰陽関 命門 腎兪 委中

承筋 承山 扶陽 崑崙 足三里 豊隆

〔虚証〕 腰部：腎兪 腰兪 腰陽関

腹部：気海 関元 中脘

下肢：太谿 太衝 足三里

③手技 滾法 按压法 按揉法 擦法 搓法 摩法 撃法 拍法
屈伸法 搖法 抖法 扳法 斜扳法

3. 推拿施療

（1）施療の体位 俯臥位⇒側臥位⇒仰臥位

（2）施術の順序 ① 摩法

② 滾法（膀胱経・胆経）

③ 按压法・按揉法 （疼痛点と腧穴）

④ 屈伸法・搖法・扳法/斜扳法

⑤ 擦法/搓法

⑥ 撃法/拍法

⑦ 抖法

四、推拿療法の基本手技（その⑥）

1. 屈伸法 （くっしんほう）

2. 扳 法 （ばん ほう）

斜扳法 （しゃ ばん ほう）

五、推拿練功の紹介——「前推八匹馬（ぜん すい はっぴき ば）」

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