

2025 年 08 月

「正邪」の中医学概念及び臨床応用

上海中医薬大学付属日本校 陳 雷

一、「正邪」の概念について

（一）伝統漢字の概念

1. 正
2. 邪

（二）中医学の概念

1. 正 人の機能活動（臓腑や経絡、気血などの機能）や病気に対する抵抗力、自然治癒力などを指し、正気とも称する。
2. 邪 体内外の各種発病因子を指し、邪気とも称する。

二、「正邪」の中医学臨床応用

（一）病機認識における応用

1. 疾病の発生発展に対する認識

疾病の発生発展の過程は、正邪が闘争する過程で、邪正の盛衰変化を現わす過程です。

2. 人体の発病に対する分析

実証と虚証に分けられます。

実証：正気がまだ充実で強盛である邪気の作用 に対抗する病理状態。

虚証：正気の不足によって邪気の作用が優位になった病理状態。

（二）弁証方面における応用

1. 虚証は正気不足の病理状態です。
2. 実証は邪気亢盛、正気充足の病理状態です。

（三）治療養生における応用

1. 治療——扶正祛邪

●扶正（気）は、正気を助ける治療方法で、補法と言います。

補陽・補陰・補気・補血・補五臓気・行気活血

●祛邪（気）は、邪気を追い払う治療方法で、瀉法と言います。

発汗・温寒・清熱・消積・祛瘀・利湿・祛痰

2. 養生——護正氣、治未病

- 飲食有節（内容・数量・温度・形式・リズム）
- 起居有常（睡眠と労働 常：規則）
- 不妄作勞（仕事・運動・娯楽・房事 勞：過勞）
- 寒熱適宜（服装調節、防風寒保暖）