

2025/08/24（日）の中医推拿セミナー

- 一、推拿療法の臨床診察法——望診
- 二、推拿健康法——「熱中症」の改善と予防
- 三、五十肩症の改善における推拿療法の応用
- 四、推拿療法の基本手技の復習①——「点の手技」
- 五、推拿練功の紹介——「海底撈月」

一、推拿療法の臨床診察法——望診

（一）望診の概論

- 望神（全体） ●望態（状態、動態） ●望形（患部、全体） ●望色（患部、全体）

（二）望診の各論

1. 望診——有神・無神

- ・顔つき、目つき ・会話、応答反応 ・情緒の表現 ・姿勢や動作の表現

2. 望態——動態

- ・目の動きの状態 ・口の動き状態 ・舌の動き状態 ・肢体の動き状態

3. 望形——形

- ・皮毛の形状 ・筋肉の形状 ・骨格、関節の形状（影像検査を含める）

4. 望色——色と光沢

- ・患部の色と光沢 ・顔の色と光沢 ・舌の色（舌診） ・全体の色と光沢（比較として）

【まとめ】 望診 ⇒ 「有神・無神」「正邪の盛衰」「発病の表裏部位」「疾病の寒熱性質」

二、推拿健康法——「熱中症の改善と予防」

- 1. 推拿手技 ①推法 ②按揉法 ③拿法 ④拍法
- 2. 腧穴ツボ ①風池穴 ②内関穴 ③合谷穴
- 3. 推拿操作法 ①推法→頭頂部 ②按揉法→腧穴ツボ ③拿法→首、肩 ④拍法→肩部、四肢

二、五十肩症の改善における推拿療法の応用

（一）名称について 「五十肩」「肩関節周囲炎」「痹証」

（二）弁証（診断）

1. 症状 ①肩関節及び周辺 ②痛み ③肩関節の可動域制限 ④

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病人 性別・年齢
- ②病因 発病の原因
- ③病位 疾病の部位
- ④病状 疾病の緩急状態
- ⑤病性 疾病の性質

（三）施治（治療）

1. 治療原則（治法）

急則治其標——経絡の疎通 気血の流れ促進 筋肉の整え 肩関節可動域改善

緩則治其本——臓腑気血の調和

2. 処方 ①経脈 大腸経 小腸経 三焦経 胆経

肺経 心経 心包経

督脈 膀胱経 腎経 肝経 脾経

②腧穴 ■基本腧穴 阿是穴 肩髃 肩髃 肩髃 肩髃 肩髃 等

■弁証配穴 〔風証〕 風府 風池 風門 秉風 膈腧

〔寒証〕 風池 大杼 肩髃 曲池 合谷

〔湿証〕 風門 肩髃 曲池 足三里 豐隆

〔熱証〕 風府 大椎 身柱 曲池 肩髃

〔虚証〕 膀胱経諸臓腑腧 腹部諸募穴

③手技 滾法 一指禅 按揉法 拿捏法 按压法 推法 擦法 搓法

擊法 拍法 拔伸法 揺法 抖法

3. 施療 施療の体位——臥位（俯、仰、側）/坐位

推拿施療の流れ

① 滾法 →患部肩の周辺

② 一指禅/指按揉法/按压法 →経絡腧穴

③ 掌按揉 →腧穴

④ 拿捏法 →肩関節周辺

⑤ 推法/擦法/搓法 →経絡腧穴

⑥ 拔伸法・抖法・揺法 →肩関節

⑦ 擊法/拍法 →患部肩の周辺

三、推拿療法基本手技の復習（一）

点の手技：①一指禅法

②揉法（指）

③点法

④压法/按法（指・肘先）

⑤叩法（指先）

⑥振法（指）

四、推拿練功の紹介——「海底撈月（かい てい ろう げつ）」

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