

2026/01/11（日）の中医推拿セミナー

■午前の内容

- 一、中医推拿療法の概論
- 二、推拿健康法—眼精疲労の改善と予防

■午後の内容

- 三、寝違え症の改善における推拿療法の弁証論治
- 四、推拿療法の基本手技（その1）
- 五、推拿練功の紹介——「仙人指路」

一、中医推拿療法の概論

（一）名称について

1. 名称の意味 ①手技の名前 ②療法の名前
2. 名称の歴史
3. 名称の定義 ①推拿 ②推拿療法 ③推拿学

（二）推拿療法の内容

1. 中医理論
2. 中医診察法
3. 中医弁証
4. 推拿施療 ①推拿手技 ②推拿練功

（三）推拿療法の特徴

1. 中医学の角度
2. 弁証論治の臨床原則
3. 外治の療法
4. 徒手の施療法
5. 治療予防兼用

（四）推拿療法の目的と効用

1. 経絡の疎通、気血の調和
2. 筋肉の整復、関節の活利
3. 臓腑機能の調整
4. 扶正祛邪

(五) 推拿療法の応用

1. 臨床治療の方面 各科の疾患
2. 疾病予防の方面
3. その他

二、推拿健康法—眼精疲労症の改善と予防

1. 手技 ①掌按法 ②指按揉法 ③推法/抹法
2. 腧穴 (ツボ) ①睛明穴 ②瞳子髎穴 ③承泣穴 ④風池穴
3. 施術 眼球掌按法→腧穴指按揉法→眼球周辺推法或いは抹法

三、寝違え症の改善における推拿療法の応用

(一) 寝違え症の症状

1. 首の動き制限
2. 首・肩・背中の疼痛

(二) 中医学的な考え

1. 病因病機
病因：外感風寒・過労筋疲・久病体虚・捻挫打撲
病機：邪気阻絡・気血瘀滞・気血不足
2. 弁証分類
①風寒襲表
②気滞血瘀
③気血両虚

(三) 推拿治療

1. 治療原則 ①治標 経絡疎通・筋肉舒鬆
②治本 臟腑気血の調和
2. 治療処方 ①経絡処方
②腧穴処方
③手技処方
3. 治療施術 ①体位：臥位 / 座位
②施術順序：俯せ→仰向け→座り

四、推拿療法の基本手技 (その1)

1. 一指禅法
2. 滾法
3. 揉法

五、推拿練功の紹介——「少林内功・」

1. 推拿練功の定義
2. 推拿練功の紹介内容：「少林内功」
3. 推拿練功の目的：①推拿師の体力筋力を強化する
②手技の効果を高める
③患者さんの練功を指導
4. 推拿練功の要素 ①姿勢と動作 ②イメージ ③力使い ④呼吸
5. 本日の紹介：仙人指路（せん にん し ろ）