

# 伝統鍼灸医学における痛みの捉え方とその研究

篠原昭二【鍼灸学部 伝統鍼灸学教室】

## 【はじめに】

伝統的な鍼灸医学における痛みの捉え方は、中国古代思想における「気」の概念を中心として、陰陽、虚实、臟腑経絡説といった理論に基づいており、現代医学的な概念とは大いに異なる。特に、『素問』虚痛論編第三十九によれば、「則気不通故卒然而痛（すなわち気通ぜざれば、卒然として痛む）」と記述され、気の流れの異常（不足や停滞）が痛みの原因であるとしている。また、気が通じないことによって津液（体液）の流通が阻害されると「痰湿（飲）」を生じ、だるさの原因となり、血が停滞すると「瘀血」が生じ、刺すような痛みを誘発することになる。そこで、伝統医学からみた痛みの種類や特徴、その治療法について解説する。

## 【伝統医学から見た痛み】

伝統医学から見た痛みの捉え方には種々の病態が存在する。現代医学的には疼痛部位の解剖学的な組織や神経支配等が重要であるが、伝統的な鍼灸医学の立場では痛みの種類や性状等を重視するのが特徴である。

表1. 伝統的な鍼灸医学から見た痛みの分類

分類	痛みの性状	虚实	病因	疼痛部位と特徴
脹痛	張ったような痛み	実	氣滯	胸腹部や腰部に起る
重痛	疼痛に重い感覚を伴う	実	湿邪	頭部、腰部、四肢に見られ、湿邪が氣血の運行を阻害して生じる
刺痛	針で刺したような痛み	実	瘀血	胸脇部、小腹部、上腹部に起りやすい
絞痛	絞られるような痛み	実	瘀血、結石	胸腹部や腰部に起りやすく、有形の実邪が氣機を阻害して起る。狭心症、石淋（尿路結石）など
灼痛	灼熱感	実	火邪	頭部、胃脘部（上腹部）に起りやすく、火邪が經絡に侵入したり、陰虛で陽熱が亢進しておこる
冷痛	冷感を伴う	実	寒邪	暖めると軽減し、頭部、腰部、腹部に見られる。寒邪が經絡に停滞したり、陽氣不足のために臟腑経絡が温養されず氣血が凝滞して起る
隱痛	痛いような感じで圧迫すると軽減	虚	氣血不足	頭部、肩甲間部、腰部、腰部に見られ、虚性の疼痛
掣痛	引っ張られるような痛み	虚	肝腎虚	四肢に起りやすく、筋脈失養、筋脈阻滯によって起る。引きつり感
酸痛	だるい痛み	虚	虚証	腰部、腰部に起り、湿邪が氣血の運行を阻害して起る
空痛	空虚感を伴う	虚	氣、血、精の不足	頭部に起る

痛みは、大きく分けて「虚」と「実」の2つに分類される。虚は、気の流れの不足や密度が疎な状態によるものであり、痛みの性質としては、漠然とした痛みが特徴で、圧迫されると症状が緩解する（喜按：圧迫されるのを好む）。これに対して「実」は気の流れの停滞や密度が密な状態によるものであり、張ったような痛み（脹痛）や刺すような痛み（刺痛）で、痛みの程度は強く、圧迫されるとかえって痛みが強くなる（拒按：圧迫されるのを嫌がる）。

治療としては、虚痛に対しては気の流れを補う（促す、集める）方法が行われ、実痛に対しては、気（血）の停滞を瀉す（漏らす、散らす）手技を採用することになる。

また、気の停滞や不足が局所的に限局した場合（経筋病）には局所的な選穴が重視され、特定の

経脈上の場合（経脈病）には経脈の走行上の膝関節、肘関節から先の経穴の圧痛点等が有効な場合が少なくない。また、特定の臟腑の失調から臟腑および経脈ともに気の不足を生じた場合（臟腑病）には、手足の経穴とともに、臟腑に関連する胸腹部の「募穴」や背部の「俞穴」の圧痛等の反応の顕著な経穴が治療穴として用いられることが多い。

## 【経脈、経筋を使った治療】

経脈の流注（走行）上や身体を動かしたときのみ、一定の部位に疼痛を生じる経筋病の場合には、膝関節や肘関節から末梢の榮穴や俞穴の過敏点がしばしば鎮痛効果を発揮する。

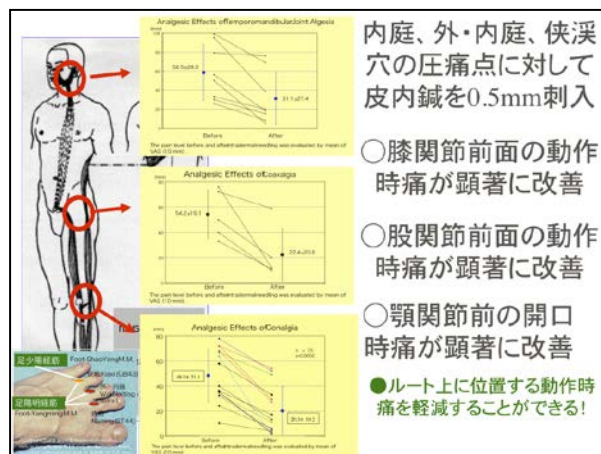


図1. 足陽明経脈経筋病に対する鍼治療の一例

膝関節前面、股関節前面、顎関節部の動作時痛はいずれも足陽明経脈・経筋病である。足陽明胃経の内庭穴や外・内庭穴（第3枝の内庭穴相当部位）への刺鍼によって、局所への刺激をすること無く鎮痛効果を期待することが可能である。

経脈や経筋を病むと経脈や経筋の走行（流注）上の動作時痛を訴えることが多い。図1は、足陽明経脈、経筋の走行を示したものである。この経脈や経筋が障害されると膝関節前面の動作時痛、股関節前面の動作時痛、顎関節部の開口時痛や咬合時痛が生じることになる。現代医学的には、疼痛を訴える部位に注目することが多いようであるが、伝統鍼灸医学では、足陽明経脈、経筋の走行上の末梢の榮穴や俞穴の圧痛点を重視することがある。特に、第2、3足指間の水かき後縁にある内庭穴および第3、4足指間の外・内庭穴の圧痛の顕著な部位に刺鍼するだけで、膝関節前面の疼痛も股関節前面の疼痛、顎関節の疼痛も一様に軽減することができる点が興味深い点である。鎮痛メカニズムは明確ではないが、局所とかけ離れた部位への軽微な刺激で、局所の鎮痛効果を発揮する点が伝統鍼灸医学の特徴の一つである。

また、これらの治療穴には、しばしば局所の炎症と関連して圧痛等の過敏反応が出現すること

も知られており、局所的な炎症が局所のみでなく、経脈上の遠隔部にまで過敏反応を惹起する可能性があり、こういった現象が経絡の機能的実在と関連する可能性がある。

### 【3つの選穴原則】

伝統的鍼灸医学における選穴原則は、以下の3点に帰納することができる。

- 1) 局所的選穴
- 2) 経脈的選穴
- 3) 穴性による選穴

1) の局所的選穴は、例えば眼精疲労を訴える場合には、しばしば目の周囲に過敏点が出現することがある。このように、愁訴部位の近傍に出現する過敏点は、しばしば局所的な治療穴として選択することができる。また、過敏な経穴が所属する経脈を認識することによって、目の愁訴を来した背景因子としての異常経脈を認識することが可能である。治療は、目の周囲の経穴のうち、最も過敏な経穴が局所的な選穴として有効な場合が少なくない。

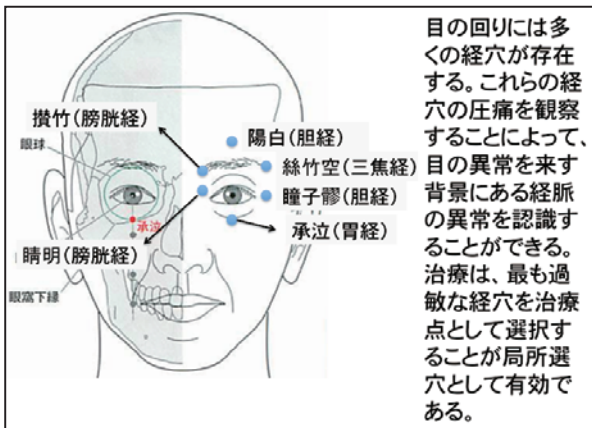


図2.目の愁訴と関連する経穴

2) の経脈的選穴は、図1に示す如く、顎関節痛といえども、足陽明経脈の異常として出現することがある。このように、愁訴部位を通過する経脈の異常を確認することによって、異常を来す背景因子としての経脈の異常を認識することが可能である。治療穴は、異常と関連する経脈上の膝関節、肘関節から先の圧痛点等が効果的な場合が少なくない。

3) の穴性による選穴は、中医学理論によれば、それぞれの経穴には、穴性、穴位効能が割り振られており、あたかも漢方薬の薬性と同じような認識がされている。例えば、足厥陰肝経に所属する太衝穴には、平肝、泄熱理血、疏肝理気などの作用があるとされ、イライラを鎮め、気滞と改善するのに用いることができる。また、足少陰腎経の太溪穴には、益腎降火、通調衝任の作用があるとされ、腎陰を益すことによってイライラを鎮める働きがあり、さらに、衝脈や任脈を調整することができることとされている。したがって、易怒、イライラ等の症状に対して、太溪や太衝といった経穴を組み合わせることで治療することによって、イライラを鎮め、精神的興奮を鎮静することができる。

その他、だるさや倦怠感は脾虚や痰飲（水分の過剰な蓄積）が原因で生じる症状であるが、こういった症状に対しては、公孫や足三里、豊隆といった経穴を使うことによって、水分代謝を高めて症状を軽減することができる。

表2.穴性を応用した選穴の例

愁 訴	治 療 部 位
① 疼痛、だるさ	疼痛部位を通過する末梢の圧痛点に対する刺鍼(疏通経絡)
② 易怒、イライラ、不眠	太衝、行間、期門、百会、太溪、復溜(疏肝、滋陰潜陽)
③ だるさ、倦怠感、嘔気	内関、公孫、足三里、豊隆、脾俞 (健脾利湿、去痰、寧神)
④ 安静時痛、夜間痛、自発痛	太衝、臨泣、三陰交(活血化瘀)
⑤ 下痢、便秘、腸動促進	公孫、上巨虚、足三里(補気、健脾通便)

また、安静時痛や自発痛などは、気滞血瘀が背景にあることが多い。こういった場合には、太衝で気滞を通し、三陰交で活血化瘀を目的として刺激することによって症状を軽減することも出来る。

このように、伝統鍼灸医学的な選穴は、局所的視点、経脈的視点、穴性による視点の3種類の方法を駆使して治療を行うことができる。

### 【結語】

伝統鍼灸医学の立場から、現代医学とは大いに異なる痛みに関する視点について紹介した。しかし、研究面は決して十分なものではなく、臨床的有用性はあるものの、客観性の面では多くの問題を抱えているのが現状である。特に、困難な要因は、経穴が単なる地図上の点ではなく、体表上の反応点としての位置づけであり、経穴の反応を認識するための技術が必要であること、さらに、刺鍼手技も単に刺入するだけでは効果が不十分であり、経穴の反応に応じた刺激が求められるとされている。しかし、徐々に伝統鍼灸のベールも明らかにされつつあるのが現状であり、今後のよりいっそうの研究の進展を期待したい。

### 【文献】

- 1) 篠原昭二：運動器系愁訴に対する経筋を応用した皮内刺鍼の有効性に関する臨床的研究、明治鍼灸医学、No. 26, 65-80, 2000.
- 2) 篠原昭二（単著）：誰でもできる経筋治療。医道の日本社、東京、2005.
- 3) 篠原昭二：補完・代替療法「鍼灸」、金芳堂、2007年.
- 4) 宵国士ほか編：臨床痛証診療学、人民衛生出版社、2002年.
- 5) 篠原昭二：臨床経穴ポケットガイド 361穴、医歯薬出版社、2009年.