

身体の働き・機能について

第4回 脾・肺について

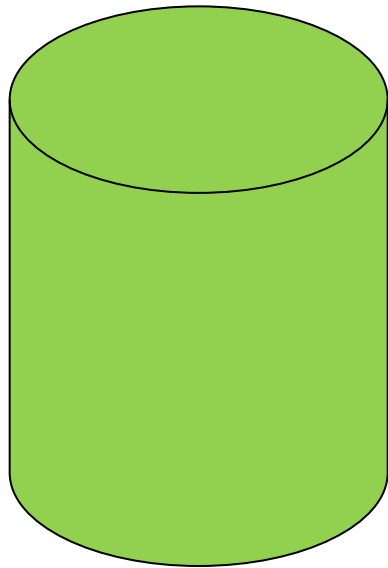
平成28年2月24日

株式会社リエイト

南波利宗

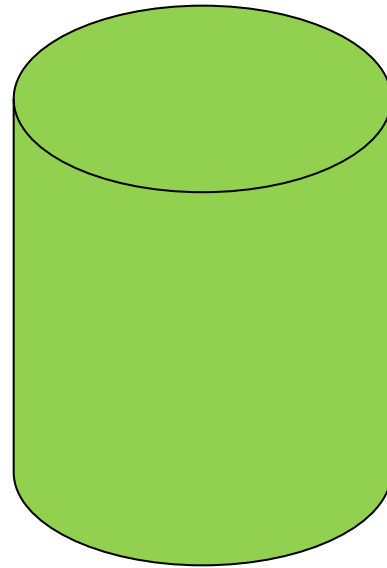
前回のおさらい

先天の力 : 生活 : 症状



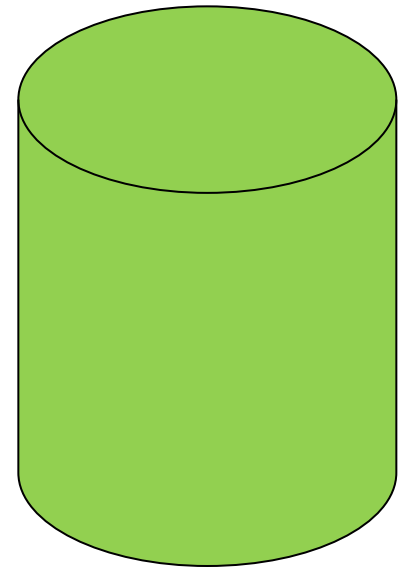
生まれ持った
体力・体質

+



日常生活に
よる負担

=



症状
検査所見

見立てを行う流れ

- ①どのような日常生活を行うと、どの蔵府に負担がかかるかを知る
- ②どの蔵府がどのような症状を出すかを知る
- ③診断方法、診断基準を持つ
- ④日常生活 VS 出方によって、どの蔵府がどの位強いかが分かる
- ⑤幼少時の症状、既往歴を聞くことで、体質判断を行う

本日の流れ

- 第4回
- 脾・肺について
 - ① 質疑応答(前回内容)
 - ② 脾・肺の症状について
 - ③ 脾・肺と日常生活について
 - ④ 脾・肺の診断基準について

脾について

- 脾臓の生理作用
 - ①赤血球の破壊
 - ②リンパ球、単球の生成と貯蔵
 - ③免疫体の産生と抗菌・抗異物作用、血液の貯蔵
 - ④造血への影響

脾について2

- 膵臓の生理作用
 - ①外分泌の働き
 - ②内分泌の働き

軽度の機能低下による症状

- 全身が重く感じられ、脱力感が起こる
- 胃部が重苦しい感じがする
- 四肢がだるく、体を動かすのがおっくうになる
- 食欲がなくなる
- 胸のむかつきが感じられる
- 考え込むようになり、案じ性となる

重度の機能低下による症状

- 胃腸関係の疾患：胃炎をはじめとする全ての胃腸疾患
- 膵臓関係の疾患：糖尿病をはじめとする全ての膵臓疾患
- 脾臓関係の疾患：造血生脾腫をはじめとする全ての眼疾患
- 鼻腔関係の疾患：鼻炎をはじめとする全ての鼻腔疾患
- 全身関係の疾患：肥満症をはじめとする全ての全身に関する疾患

脾の病証(経絡病証)

- 是動病

舌の付け根がこわばり、食べると嘔き、胃が痛む、腹が張り、よくおくびが出る、大便とガスが出ると非常に体の気持ちが悪くなって症状が軽くなったような気がする、からだ中が重くだるい、上って心に達する

脾の病証(経絡病証)2

- 所生病

舌の付け根が痛み、体を動揺することが出来ない、食べたものが下らない、胸苦しく心窩部が引きつれて痛み、どろどろの下痢便をし、小便が出にくく、黄疸が出て、よく眠れない、無理に立っていると股や膝の内側が腫れて冷え、母趾が使われなない、心痛と腹張、食べることが出来ない、あくびが出そうで出ない、水腫と尿閉と同時に起こる

胃の病証(経絡病証)

- 是動病

水をかけられたように寒気がして震え、よく呻き、しばしばあくびをする、顔色が黒くなる、発作が起こると人と火を嫌い、木の声を聞くと恐れ驚き動悸がしそうになる、戸や窓を閉め切って部屋に閉じこもる、ひどくなると、高い所に上って歌ったり、衣服を脱ぎ捨てて走ろうとしたりする、腹が鳴りまた張る、よく背伸びをする

胃の病証(経絡病証)2

- 所生病

悪寒発熱の発作と気がおかしくなる狂瘧、重なる温病、汗が出て鼻血や鼻閉り、口がゆがみ、唇に発疹、頸が腫れて喉が腫れ痛む、上腹部に水が溜まって腫れる、膝が腫れて痛む、胸乳部、鼠径部、大腿下腿から足背部に至る胃経の部分が皆痛み、中指が使われない、実するときは身体の前面が熱し、消化が良く、いくら食べても飢えてくる、小便の色が黄色になる、虚するときは身体の前面が震えるほど寒く感じ、腹が張ってくる

脾の症状

- 白目に黄みを呈する、顔面に黄みを帯びる、体表に黄色みを呈する、お腹が痛む、腹が張る、足が萎えて歩行しにくい、足の筋肉が引きつって下腿に痛みを感じる、手足が重だるく動かしにくい、全身だるく倦怠感が強い、頭がぼいっとして考えがまとまらない、口唇が乾く、口唇の皮膚が荒れてはしゃぐ、口角にひび割れや蒼ができる、口内がねばつく、口内が荒れる

脾の症状②

- 舌が荒れて、飲食するとしみる、胃に重圧感を感じる、腸が鳴る、食欲がなくなる、消化不良を起こす、倦怠して寝る事を好む、よく飢えを感じる、下痢して消化しない、よく便秘をする、甘味の物が異常に欲しくなる、外傷で化膿しやすい、傷がなおりにくい、おできがしやすい、しゃっくりをする、左側の肩がこる、左肩甲下部がひきつる、吐き気がする

脾の症状③

- 嘔吐する、便色が悪い、口の中に苦いゲップが上がってくる、振水音がする

肺について

- 肺臓の生理作用
 - ①ガス交換
 - ②肺胞の予備力

軽度の機能低下による症状

- 発熱を起こしやすい
- 風邪ぎみになりやすい
- 喉が乾いて冷たい水を欲しやすい
- 胸が熱くてのぼせやすい
- むやみに発汗しやすい
- 頭痛が起こりやすい
- 体にかゆみがでやすい
- 呼吸が苦しくなりやすい
- 湿疹やじんま疹がでやすい
- 心配性になったり急に寂しくなったりする

重度の機能低下による症状

- 肺臓関係の疾患：風邪をはじめとする全ての肺臓疾患
- 咽喉気管関係の疾患：扁桃炎をはじめとする咽喉気管の全ての疾患
- 大腸関係の疾患：痔疾をはじめとする全ての大腸疾患
- 皮膚関係の疾患：湿疹をはじめとする全ての皮膚疾患
- 難聴

肺の病証(経絡病証)

- 是動病

肺が張って咳やぜりつきがあり、缺盆穴の付近、鎖骨上窩が痛む、はなはだしい時は両手で胸をおさえ、見るものがはっきりしない、胸がどきんどきんして痛む

肺の病証(経絡病証)2

- 所生病

咳とのぼせ、ぜりつきとのどの渴き、胸苦しく胸がいっぱいになり、上肢の肺経の通りが痛み、また冷えたり手掌が熱したりする、肺が実すると肩背部が痛み、感冒にかかって汗が出、風にあたると小便の回数が多くなるがよく出ない、肺が虚すると肩背部が痛んで寒える、呼吸が浅くなり、大きく息を吸い込めない、小便の色が変わる、胸痛、胃痛、心痛、四肢痛

大腸の病証(経絡病証)

- 是動病

歯痛、頸が腫れる、ほほぼねが腫れる

- 所生病

目が黄色くなり、口が乾く、鼻水や鼻血が出たり喉が腫れて痛む、肩の前の上腕が痛み食指が痛んで使われない、実するときは大腸経の通りが熱して腫れる、虚するときは悪寒してふるえ、なかなか暖まらない、歯の痛み、ほほぼねの腫れ

肺の症状

- 白目の目尻側に黒点がでる、眼が夕方になると充血する、耳が聞こえにくくなる、耳鳴りがする、鼻づまりをする、鼻水が出る、面識に活気のない白さを呈する、耳に白色を呈する、爪面に艶のない白色を呈する、爪形が丸くスプーン状になる、咳が出る、くしゃみをして寒気を感じる、喉に痰が絡む、喉がいらいらする、息苦しくなる、首の周りに寒気を感じる

肺の症状②

- 喉が乾く、皮膚に潤いがなくなり、かさかさする、暑さにあうと息苦しくなる、疲れると風邪気味になる、夕方になると機嫌が悪くなる、呼吸に元気がない、覇気がなくなる、夕方になると寂しさを感じる、ちょっとしたことで悲しくなる、嘆いてばかりいる、顴骨に活気のない赤色を呈する、肛門括約筋が緩んで痔が出てくる、宿便して便が細くなる、盲腸部がよく鳴る、軟便や下痢をする、背中のうぶ毛が多い

肺の症状③

- 体毛が多い、涙が病的に出る、肩背が痛む、前胸上部大胸筋が痛みひきつる、喉、陰部、尻、脛骨、足首などに痛みを感ずる、呼気が弱く、呼と吸が変則する、特に寢息などははっきりわかる、小便色悪く漏らす、または垂れ流しとなる、フケが多くなる、円形脱毛症になる、陰部のかゆみ、呼吸が困難になる、息切れがする、午後になると疲労感が生ずる、微熱が続く

脾・肺に
負担がかかる
日常生活

睡眠時間

- 寝る前には胃を空っぽにしておく
 - 脾が働けない or 脾が無理やり働くことで体力の回復に機能を使えない
- 寝る時の空気による、肺への負担
 - エアコン、冷気
- 電気毛布：毛穴の開閉による体温調節機能が慢性的に低下

食欲

- ない

＝消化機能低下

脾：食欲がないといっても、食べさせれば結構食べられる

肺：いつも食欲があまりなくて、食べさせてもほんの少ししか食べられない

- 旺盛

胃：いくらでも食べられる

食事時間帯

- 消化力のリズム
 - 午前6時：動き始める
 - 午前9時：旺盛になる
 - 正午：ピーク
 - 午後3時：落ち始める
 - 午後9時～午前3時：休止

夜食、間食

- 消化機能は午後9時に休止
 - = 食事は午後7時までに
 - ※夜食(午後7時以降に食事を取る)
 - = 消化機能が落ちた状態で仕事を行う

間食≠スイーツ

間食 = 3食で補えない時に食べる必要がある

例) 子供: 胃袋が小さく、1食あたりが少量

胃弱: 1回量を減らさないと消化しきれない

嗜好品

- 脾に負担をかけるものが多い
糖質、甘味→消化の負担大、筋肉↓
- 分かっているけど止められない
脾、胃の感覚鈍麻

入浴

- 入浴、シャワー＝毛穴の開閉が大きい
＝肺の負担
- 熱いお湯＝毛穴閉じる
- ぬるいお湯＝毛穴開く
- 長風呂＝毛穴開きっぱなし
- シャワー＝風呂程の影響はなし
- 毛穴開いた状態で冷氣＝冷えが深くまで入り込む＝風呂後の冷房、寒い脱衣所は✖

大便

- 脾、肺と大きく関係する
- 脾：消化する力がない＝消化に使用する働き
大＝排便機能に働きを割り辛くなる
＝便秘、下痢
※たくさん食べればたくさん出る！
・・・とは限らない
- 肺－大腸
肺が強くなければ、大腸も働けない
＝便秘、下痢

小便

- 肺の症状：回数は多いが、1回辺りの出る量は少ない
- 回数多い、1回量多い＝水分量多い
- 回数少ない、1回量多い＝1日の回数によって正常

水分

- 甘いもの＝脾への負担大、筋肉の力↓
- 食事中に水分多い＝消化力↓

アルコール

- 脾への負担:水分と一緒に
- アルコール＝満腹中枢を麻痺させる→食べ過ぎる事により脾の負担↑

タバコ

- 身体的利益はない
- 処理機能 > 有害物質 ならば問題ない
 - ※肺の力(ガス交換)による

運動

- 適度な運動＝消化力↑呼吸器機能↑
- 夕方以降の運動＝肺の負担大

診察基準 脾

- 脾

脈診：左関上

腹診：臍周り、脾叩打痛

触診：肌肉の緩み具合

望診：左側膨隆(肩、背部)、上腹部動悸

診察基準 肺

- 肺

脈診：左寸口

腹診：右腹部、左季肋部、前胸部

触診：胸板薄い、肋骨触れやすい

望診：肩背部毛が多い

脾は大事

- 飲食物から身体を作る大本
- 脾が整っていないと、他を栄養出来ない
- 消化→栄養の悪循環を起こしている患者が多い
- ストレスにより働いていない
- 食事する時に前かがみ＝消化しづらい
- 腹診時の所見
古い反応から 動悸→しこり→痛み

どう臨床に活かすか

症例検討

Q & A

5種類に分けた身体の機能

肺：呼吸、皮膚機能

心臓：全身に血を巡らせる、体温調節(体温下げる)、精神作用

肝臓：解毒、発熱、代謝、糖貯蔵、筋疲労回復

脾臓：胃、膵臓(消化、血糖調節)

腎臓：老廃物をろ過、水分代謝、膀胱(排尿、体温調節)、腸(吸収、排泄、発熱、免疫)

推薦図書

『やまい一口メモ—東洋的な健康観のすすめ』

著者：小林詔司 難易度☆☆

『経絡治療のすすめ』

著者：首藤傳明 難易度☆☆

『鍼術上達講座』

著者：杉山勲 難易度☆☆☆

『東洋医学講座』2巻、3巻、7巻

著者：小林三剛 難易度☆☆☆☆☆