

## <もっと知りたい薬の話>

### 3 漢方のはなし 2

前回、陰陽五行について紹介しましたが、今回から三回に分けて「気(き)・血(けつ)・津液(しんえき)」についてお話したいと思います。

よく「気血水(きけつすい)」と言われますが、これは人間の体に流れ、生命を維持する物質またはエネルギーと考えられます。「気」は唯一自らの力で体全体を巡り、それぞれの臓腑に働きかけます。血、津液は自ら動く力がないので、気と共に全身を巡りそれぞれの臓腑に働きかけます。気、血、津液は不足しても過剰でも体に異常をきたします。そこで今回は、気の異常について紹介していきます。

気の働きを大きく二つに分けると下のようになります。

陽気……冷えないように体を温める。活動力をつかさどる。

陰気……加熱しないように体を冷ます。活動するための物質を作り出す。

例として男性の不妊も気虚が原因となりますが、どちらの気の虚なのかが症状で判別できます。

腎の陰気の虚……無精子症(物質が無い)

腎の陽気の虚……インポテンス(活動力の低下)

これにより補うべきところを判断し、方剤を決定します。

次に気の働きを細かく見てみましょう。

気の働き	虚したときに出る症状
血や津液、排泄物を押し動かす。	便秘、むくみ、お血、痰飲
臓腑機能を促進する。	臓腑の働きが低下する
からだや臓腑を温める。	体、臓腑が冷える
外敵の侵入を防ぐ。	風邪を引きやすくなる。
過剰な出血や排泄を抑え、内臓の位置を保つ。	不正出血、内臓下垂
ものを変化させる。 (飲食物から気血津液を作り不要な水液を汗、尿に変化させる)	むくみ、尿が出にくい
血をつくり、体に栄養を与える。	痩せる、疲れやすい

#### 気虚

気の働きのどの作用が低下しているか、どこの臓器の気が足りないかによって補気剤を判断します。

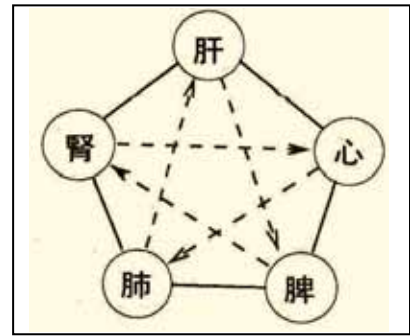
また、陽気の虚の場合はその臓腑の支配器官に冷えが出てきます。脾(四肢とおなか)、肺(背中)、腎(腰)、どこにホカロンを貼るかで臓器の冷えが解るのです。腰にホカロ

ンを貼る人は腎の陽気の虚である可能性が大です。

### 気鬱(きうつ)

気は流れているのが正常です。従って気鬱とは気が停滞してしまった状態です。

五臓に気はそれぞれあり、また気鬱も起こりうると考えられます。しかし肝の気が一番停滞しやすく、その状態を肝気鬱と呼びます。



肝気鬱が起こると、脾の働きが抑制され脾虚が起こる。(図・相克(そうこく)関係) 従って症状は、

気鬱……イライラ、怒りっぽい、脹痛(ちようつう)

脾虚……吐き気、食欲減退

など、両方の症状が出てきます。

また、体に気が貯まっているので、ため息、げっぷ、おならが多くなります。そして、それらが出ると痛みが楽になります。また、気が出るだけなのでにおいはありません。もし臭気があるようならば、内臓に熱を持っている状態と考えられます。肝気鬱により影響を与える臓器によって症状が異なってきます。

### 五臓に関連したエネルギーの流れ

食物 胃(受納)

降ろす作用

脾(運化)

持ち上げる作用

肺(気・血) エネルギー

全身にシャワー

\* 胃が悪くなった人は 降ろせなくなり嘔吐する。

\* 脾が悪くなった人は 持ち上げられなくなって下痢をする。

肝脾不和(肝気鬱が脾の働きを阻害。)

症状; 下痢、便秘を繰り返す。ストレス性の胃腸病。過敏性大腸炎など。

肝気犯胃(肝気鬱が胃の働きを阻害。)

症状; 上腹部の痛み、げっぷ、悪心嘔吐。

肝気犯肺(肝気鬱が肺の働きを阻害。)

症状; 咳、しゃっくり、尿閉、喘息。

気滞痰飲(気が停滞することで、津液も停滞し痰となる。)

症状; のどの異物感(梅核気(ばいかくき))、腹部の脹痛

食物から気血になるまでの各臓器の働きは上の図のようになります。常に受納している胃が悪くなると、嘔吐など上に戻すようになり、常に持ち上げている脾が悪くなると、下痢など下るようになります。また肺は降りるべきものを降ろす働きがあるので、尿を降ろせずに尿閉を起こします。