

東洋医学概論

1. 陰陽論の特徴

- ・ **対立と制約**—物事は対立し、互いに制約しあう。
陰が弱くなれば陽も弱くなり、その逆もしかり。
- ・ **相互依存**—陰陽は相互に依存し、単独での存在はありえない。
- ・ **消長平衡**—陰陽は不変の状態ではなく、相対的な平衡を維持している。
陰陽のリズム。陰が多ければ陽が少なく、陽が多ければ陰が少ない。
- ・ **相互転化**—量的な変化の結果による質的な変化のこと。
陰極まれば陽となる。

2. 五行学説の特徴

1) 五行特性

五行	木	火	土	金	水
性質	曲直	炎上	稼穡	従革	潤下

2) 相生相克関係

- ・ **相生**—木、火、土、金、水の右隣関係
Ex) 木は火を生ず
- ・ **相克**—木、火、土、金、水の右回りでの一つ飛ばし関係
Ex) 木は土を克する

3) 色体表

五行	木	火	土	金	水
五臟	肝	心	脾	肺	腎
六腑	胆	小腸	胃	大腸	膀胱
五季	春	夏	長夏	秋	冬
五能	生	長	化	收	藏
五氣	風	暑	湿	燥	寒
五色	青	赤	黄	白	黑
五味	酸	苦	甘	辛	鹹
五方	東	南	中央	西	北
五音	角	徵	宮	商	羽
五官	目	舌	口	鼻	耳 (二陰)
五主	筋	血脈	肌肉	皮毛	骨髓
五志	怒	喜	思	憂	恐 (驚)
五神	魂	神	意・智	魄・氣	精・志
五液	淚	汗	涎	涕	唾
五臭	羶	焦	香	腥	腐
五華	爪	面色	唇	毛	髮
五勞	久行	久視	久坐	久臥	久立

3. 気血津液陰陽

1) 精

(1) 先天の精

- ・両親より受け継いだもの
- ・人体の諸器官、組織の構成、成長させる素
- ・後天の精により補給される
- ・腎にしまわれ、**臍下丹田**に集まる
- ・基本的な生命活動の起動

(2) 後天の精

- ・**飲食物**から得られ、**脾胃（中焦）**で作られる
- ・**水穀の精**とも呼ばれる
- ・**営気、衛気、宗気、津液、血の素**
- ・先天の精（腎精）を補給する

(3) 精の作用

- a. 生殖 生殖機能の成熟を促す物質である**天癸（てんき）**を産生する
- b. 滋養
- c. 血、気への化生
- d. 神の維持

(4) 精の病理

a. 精虚

精が不足した病態。腎精不足ともいう。

① 原因

- ・食生活の不摂生
- ・長期療養や過労
- ・多産や墮胎、房事過多
- ・体内に熱がある
- ・先天的に精不足
- ・出血や嘔吐、下痢、多汗による生理物質喪失

② 症状

- ・先天不足：成長、発育不良。虚弱体質や易感冒になりやすい。
- ・生殖の失調：不妊症、無月経、陽萎（勃起不全）、性欲減退。
- ・滋養不足：腰膝酸軟（足腰のだるさ、軟弱化）や骨が脆くなる。
- ・髓海不足：耳鳴、難聴、眩暈、頭髪の脱毛、健忘（物忘れ）。
- ・気血の化生不足：虚勞（倦怠感や無力感）や脈が弱くなる。

現代のイメージ

精≒体力

体力が消耗する原因を考えれば、
精虚になる原因もわかりやすい。

2) 気

気とは人体を構成し、生命活動を維持するのに必要な物質を表す言葉。

気は絶え間なく運動しており、その運動を**気機**という。

(1) 気の種類

○原気（元気）

- ・ **先天の精**が変化したもの
- ・ 生命活動の原動力
- ・ **後天の精**より補給され、**臍下丹田**に集まる
- ・ **三焦**を通過して全身に分布する
- ・ 旺盛であれば下腹部に張りがあり、病気になりにくい
- ・ 衰えると下腹部が軟弱になり、病気になりやすい

○宗気

- ・ 後天の精と天の気が**肺**で交わり、**胸中（膻中）**に集まる気
- ・ **心と肺**と関係が深く、これらの臓の活動を支える
 - 肺：呼吸を推進。宗気不足により、呼吸が浅く速くなり、発語ははっきりせず声は低く弱くなる。
 - 心：血の運行促進。宗気不足により、脈拍が不規則になり脈の力が弱くなる。

○營気（榮気）

- ・ 後天の精から得られる**陰性の気（水穀の精気）**
- ・ 津液を血に変化させ、**脈中**に行く
- ・ 臓腑や手足等の諸器官を栄養する

○衛気

- ・ 後天の精から得られる**陽性の気（水穀の悍気）**
- ・ 昼夜は体表部を、夜間は体内部を25周走行する
- ・ **体温保持、腠理の開闔、外邪に対する防衛的な役割**

(2) 気的作用

推动作用：生理的活動及び新陳代謝

温煦作用：組織を温め、体温保持

防御作用：外邪の侵入を防ぐ

固摄作用：液体（血、津液、精液等）が漏れ出るのを防ぐ

氣化作用：精を気に、気を気血津液に変化させる働き

(3) 気の病理

a. 氣虚

気が減少し、各種作用が機能しなくなった病態

① 原因

- ・ 飲食物の摂取不足
- ・ 大病、過労、長期加療
- ・ 気の化生にかかわる臓腑の機能低下

② 症状

- ・倦怠感
- ・眩暈
- ・息切れ、懶言（らんげん） ※懶言 話すことがだるく面倒くさがる
- ・自汗、易感冒 ※自汗 暑さや労働にかかわらず、汗が出やすい

b. 氣鬱、氣滯

氣機が鬱結し、軽度な氣の循環障害を氣鬱という
氣鬱が発展し、程度が強くなったものを氣滯という

① 原因

- ・過剰な情志の変化
- ・邪氣

② 症状

- ・脹痛
- ・胸悶、胸肋部痛
心と肝に係る領域に痛みや不快感が出現
- ・腹部の膨満感
- ・抑うつ感

※氣虚症状+冷え = 陽虚

(4) 氣と血の関係

機能低下

- | | | | | | |
|------------|-----|----|-----------|---|-----------|
| 氣の血に対する作用は | i | 生血 | 血を生み出すこと | ➡ | 氣血兩虚 |
| | ii | 行血 | 血を巡らせること | ➡ | 氣虚血瘀、氣滯血瘀 |
| | iii | 摂血 | 血を固摂させること | ➡ | 氣不摂血 |

(5) 氣と津液の関係

機能低下

- | | | | | | |
|------------|-----|----|------------|---|-----------|
| 氣の血に対する作用は | i | 生津 | 津液を生み出すこと | ➡ | 津液不足 |
| | ii | 行津 | 津液を巡らせること | ➡ | 痰湿の形成 |
| | iii | 摂津 | 津液を固摂させること | ➡ | 多汗、自汗、多尿等 |

3) 血

(1) 生成

- ・源は飲食物で、後天の精から作られる
- ・素材は津液と營氣
- ・肺による呼吸作用に深く関与