

健康 — 未病 — 病気?

「未病」という言葉

「未病」という言葉を聞いたことはありますか？

推 4 二千年以上前の中国の医学書「黄帝内

ち 7 經」に未病という言葉が出、それに治

う 1 った内容の「難經」にはこういう言葉があ

ば 2 ります。

「上工治未病、中工治已病者」

上工（名医）は未病を治し、中工（普通

の医者）はすでに病気になつた者を治す。

日本で未病の解釈として「病気ではない

が健康でもない状態」のことを指し、不定

愁訴（症状はあるが検査で異常がない）

のうち、治すのが良いとされていきます。

しかし、ここで出てくるのが五行説!!

肝に症状が現れているという事は、脾

すれ脾にも症状が出る。だからまずは脾

を充実させてから肝の治療に入る者こそ

が名医だ、という解釈なのです。

今までの五行説に基づいた五臓の不調

の説明で、あれにもこれにも当てはまる

んだけど？という方もおられるのではな

いでしょ、うか？

実際に私たちが見ている、若い人は一

つの臓腑の異常が顕著に現れている、年

齢が上がれば上がるほど色々重なり合

ていると感じます。自分は健康そのも

の”と思っ、ている若い人でも、小さな不

調が起きていくことが多々あります。

中医学では「弁証論治」といって、そ

の人の病の歴史を紐解きながら漢方、鍼

灸、推拿で治療していきます。だから、

その人の生育歴や家族構成、職業なども

聞き出したりするんです。

すると、現代医学では難病で治療法が

ないと言われるものも、改善の余地があ

ったりします。

例えば、糖尿病、消渴」と言われ、陰

虚体質で飲食不節制、その上に情緒失調

過労などが加わると発症するとされます。

ただ、糖尿病に完全になつてしまつたと治

すのは難しく、進行をくい止めるという

形になります。

最近では広く知られるようになったA.L

S（筋萎縮性側索硬化症）は「痿証」に

属し、湿熱浸淫、脾胃虚弱、肝腎虚損な

どが原因とされていきます。



今日は文章は、かりで読みにくくてごめんなさい!!

腱鞘炎、五十肩、頸椎症、痛風、筋肉痛、リウマチなどの膠原病は「痺証」に属し、弱っている臓腑に風寒湿などの邪気が浸入することと起こるとされていきます。

漢方（中国では方劑）は、弱った臓腑を強くしたり、勢いがつきすぎたものを静めることで調節。鍼灸や推拿は経絡と呼ばれるものを刺激して病変部位に伝導させます。

といっても、実際に治すのは薬や鍼灸、推拿ではない。医者でもない。

自分自身です。自然治癒力という

言葉も広く知られるようになりましたが、私たちはそれを引き出すお手伝いをしてい

るだけなのです。百歳を超える高齢者でもケガをすると治るまで時間はかかりませんが、そのうち治ります。薬は保湿など補助的な役割で、その人自身の力で治るのです。咳・クシャミ・鼻水・嘔吐・下痢は体内に入った菌やウイルスを追い出そうとし、発熱はそれらを死滅させようとする生理反応です。痛みは、その人の体に異常が起きて

は一時的に薬（西洋薬）を使うのは仕方ないですが、常用するのはお勧めできません。高血圧もその人の体を保つためには必要だから高血圧になるのであって、原因を見ずに結果だけを良くしようとする、また別の問題が生じるのです。

不調は、その人の体に合っていないことを続けると起きますね。寒い所にずくと居れば風邪をひき、普段持たない重い物を持つと腰痛などが起きます。環境・人間関係・食事・生活サイクル・運動etcに良いと言われる食べ物・運動が、その人の体には合っていないければ、かえって悪化することもあるのです。漢方薬で副作用というのも、実はその人の証の見立てが合っていないだけかもしれません。

つぼうち推拿整体では、国際中醫師ライセンスを取得した推拿師が施術しています。その人の体の状態を判断し、時には病院で受診することをお勧めして、病院で治せる疾患が判明したと喜ばれることもありませう。小さな関係なさそうな症状でもぜひ、ご相談ください。