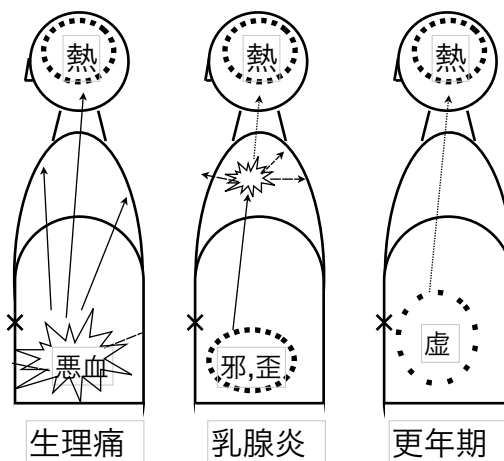


[8] 婦人科：生理痛から安産・産後まで

(1) 基本的に

- ① 女性特有の病の東洋医学的要因は、おもに瘀血と骨盤
(どちらも下焦の問題で、骨盤は可動域制限)
- ② 瘀血の排出と、骨盤可動域の改善がおもな手段
(骨盤の可動域は、骨盤につながる筋肉に注目)
- ③ 下焦からの上衝による症状：つわり、乳腺炎、更年期



(2) ツボが出やすいところ、ねらい目

① 下焦

1. 腹部：正中よりと腹の端、下腹部
関元～曲骨、下盲愈～横骨、大巨～気衝
五枢維道～衝門～気衝、居膠、章門
2. 腰臀部：腰椎～仙骨の督脈、華陀経、1-2-3行線
痞根～腰徹腹、仙髌関節陵、会陰

② ①関係の足の経絡

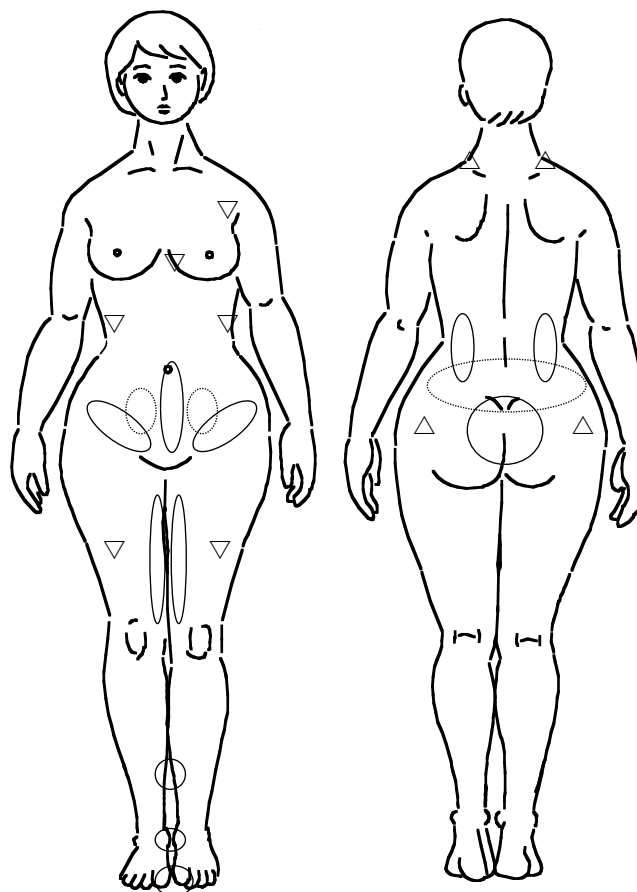
1. 足厥陰経：蠡溝～太衝、(慢)足五里～陰包
2. 足少陰、足太陰：照海～大鐘、血海
3. 泌尿系(妊娠中毒予防)：陰谷、築賓、復溜
4. 陽経

腹&骨盤：伏兎、風市

(灸) 冷え:足甲3-4間、浮腫:失眠

③ 症状別、とくに出やすいところ

1. つわり：内関、膻中(薬指反らし)
2. 逆子：仙髌関節陵、至陰
3. 安産：痞根～腰徹腹のスジバリ、足4指小指
4. 乳腺炎：乳房のすそ野まわり、肩甲骨まわり
5. 不妊：③の2.-3.、①と②の古いツボ



(3) 手順

① 基本的には慢性期の処置

1. ツボを考慮して慢性期の型+冷えや虚のツボに灸
2. 灸・灸頭鍼中心

② つわり、乳腺炎、更年期などの応急処置：上衝をおさめるのがポイント→c.f.内科系急性期+乳腺炎は、乳房のすそ野の乳房と肋骨のあいだの大胸筋などのシコリをゆるめる！

③ 逆子の応急処置：仙髌関節陵の炎症、可動域制限がポイント

・鍼灸だけでダメなら、操体もする→あお向けからの膝の内倒しが効果大

(*) 冷えの改善や食養も大切：冷えにくい服装、カタカナ主食から和食へ、勘の良さをはぐくむ