

(1) 基本的に

古いツボは、虚のツボ。表面はベコベコ、中はしばらくズブズブした状態が続き、ずっと奥に大変硬い板のような痼りがある。また、奥が弦のような筋張りになっていることもある。板状の痼りを鍼灸で弛めるとスジバリが出てくることも多い。

生命力が溢れている所は弾力がある、元気な赤ちゃんの体のように。カチカチ硬いだけでなく、ベコベコ・ズブズブも生命力が低い。奥の硬いシコりは、治療を続けると、少しずつ表面へ上昇する。じっくり時間を掛けて消す。

古いツボを動かすと、腹の邪毒が動き排出されることが多い。余り急に変わると多量の邪毒の排出が一度に起こり患者さんに辛い思いをさせることにもなりかねないので、少しずつ変える。また、治療の後始末が大事で、頭や表位の熱を散鍼し、手陽経に強めに引き鍼したり、手指端に熱めに灸する。

古くなると、押しても痛みを自覚できないこともあり、そういうときには、左右反対側、同一経絡上や動作時連動筋肉内に実のツボがあることが多い。左右反対側の例は、脊柱を挟んで同じ高さの左右など。動作時連動筋肉内の例は、手の運動器疾患における軸足に多く、テニス肘のときの反対側下腿外側など。それらの実のツボを消すと、初め自覚痛のなかった虚のツボに痛みが出てくることが多い。

また、古いツボが消えると、もう一つ前の古いツボが出てくることがある。順に消す。

甘い物（白砂糖）の過食者は、ツボが消えにくい。化学調味料、精製塩、添加物も同じ。筋肉がネバネバしていて、鍼してシコりが弛んでもゼリー状の物が痼りと同じ形・大きさで残り、直ぐにまたツボになりやすい。食養生の指導も必要。

(2) ツボが出やすい所

1. 体の境目に近い所に出やすい

ツボは、初めは筋肉の太い所に出るが、病が古くなると、そこだけでは支えきれなくなり、横へ横へとズレる。腹側では、章門、腰骨に張りつくように五枢～維道など。背中側では、脊柱起立筋外側の痞根、腰徹腹。手足の少陽と厥陰も関係する。

また、左右境界にも出やすく、任脈、督脈、華佗経。臍の周囲にも出やすい。

上下の境界は、横隔膜の辺りで、背中側の督俞、膈俞、膏肓の下側など。左側が多い。

前後、左右、上下の組み合わせで、百会、尾骨・会陰の周囲、大包、鳩尾・巨闕など。

体と手足、頭と首の境目にも出る。手と体では、雲門、肩貞。足と体では、衝門、居髎、環跳、足徹腹。後頭骨下縁の天柱、風池、完骨。

2. 立ち姿勢で負荷が掛かる土台部分

膝裏～脛脛、踝（くるぶし）の周りなど。

3. 古い打撲、手術痕

古い打撲や手術痕も古いツボになりやすく、瘀血を伴うことが多い。季節の変わり目や疲れたときなどに痛むことが多く、50過ぎて初めて痛み出すこともある。特に、打撲したとき痛まずに、次の日以降痛み出したものは古傷になりやすい。数日してから痛み出したものは格別の注意が必要。漢方薬の駆瘀血剤を飲んだ方が良いことも多い。

治療継続中に、今まで隠れていた古い打撲が痛み出すこともある。灸・灸頭鍼をする。

4. 指端

手足、特に足の指端に灸すると経絡変動の調整になる。熱くない所を熱くなるまで。

(3) 手順

初めは、ツボを考慮して慢性期の型で治療した後、古いツボに灸や灸頭鍼。

古いツボが定まってきたら、灸や灸頭鍼を中心に施術。

自宅で施灸してもらった方が変化が早い。古いツボの中でそのとき動かしたい所と、臍の近く、手足の指端など。

要点

- ① 古いツボは、表面ベコベコ、奥に硬い痼り
- ② 古いツボは、痛みの自覚がないことも多い
- ③ 古いツボを動かすと腹の邪毒が排出される