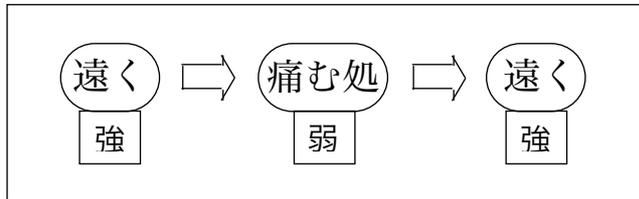


[13] 運動器系の応急処置のまとめ

(1) 運動器系の応急処置の基本

① 応急処置の基本: 「遠くに強く引く」



遠く

1. 手首, 足首より先
2. 前後・左右・上下反対側、対角反対側
3. 頭刺

- ② 手順の基本 : 1. 「手足→胴体→手足」
2. 「陽→陰→陽」

- ③ 後始末の基本 : 1. 陽経側のみ刺鍼「手首・足首から先に引き鍼」(足甲なら陽経側)
2. 陰経側にも刺鍼「頭の散鍼をしてから手甲に引き鍼」

◎ 運動器系応急処置: ①、②、③の組み合わせ + 運動鍼、動作鍼、腱附着部痛の鍼、頭刺

- 運動鍼 : 患部から遠い所を刺鍼中に患部を辛くない範囲で動かしてもらう
 動作鍼 : 動作制限のある動作の痛い手前の姿勢でツボを探し、その姿勢のまま刺鍼
 腱附着部痛の鍼 : 腱附着部が痛むときは、その筋の筋腹にツボを探して刺鍼
 頭刺 : 患部と天から見て重なる辺りに頭のツボを探して刺鍼(置鍼も)

(2) 運動器系応急処置の手順

・過敏状態のとき

1. 手足甲引鍼(+運動鍼)
 ←
 → 2. 基本刺鍼
 → 3. 動作鍼など
 ←
 → 4. 後始末: (頭散鍼) → 手足甲引き鍼
 (↑ 陽のみのときは省略)

- 頭に熱い所があれば、先ず散鍼してから
 1.5. 頭刺の刺鍼 → 置鍼
 3.5. 頭刺の抜鍼

◎ 辛い場所別の基本刺鍼と動作鍼など

	1. 腰痛	2. 肩	3. 膝	4. 肘
基本刺鍼	腰～尻 膝裏～脛ら脛 ～踵	首～肩 肩甲骨まわり 脇の下まわり	膝裏～脛ら脛	肘手平側
動作鍼	捻転制限 (腰椎3横輪切) 前屈制限 (足太陽)	拳上制限 (脇の下～陰経) (肩甲骨まわり) 捻転制限 (肩峰～胸, 背中)	正座不可 (膝裏～足首, 尻) (膝皿～足首, 腹)	屈曲制限 伸展制限 (手陽経) (手陰経) 捻転制限 (前腕太い処)
				腱附着部痛の鍼

- ※1. 手首足首から先なら巨刺, 上下刺, 対角刺も
 ※2. 指や手平、足裏は糸状灸