

## (1) はじめに

腹診が中心。脈診や舌診と腹診の結果が矛盾していないか比較して診るのも大切。最も大切なのは、体全体の雰囲気。つまり、姿を見、顔を合わせたときから、診察は始まっている。

## (2) 脈

細かなことよりも治療前のザワザワした感じの脈が治療後に穏（おだ）やかになっているかどうか大切。

次は、脈状。浮沈、数遅、虚実。指を軽く触れて分かるものは「浮」、指を深く入れないと分からないものは「沈」。「浮」はカゼの初期などで、表位で病が盛ん。「沈」は経過の長い古い病などで、体の奥の方で病が盛ん。「数遅」は脈の回数の差で、「一息四脈」が標準。「数」は熱、「遅」は冷え。「虚実」は、弱強・柔硬の区別。「虚」は、元気がないこと。「実」は、病による邪が盛んな場合と体が元気な場合と両方。「実」の中で血管壁が張っている感じなのは「弦」、腹の痼りを意味する。

そして、部位による脈。左手と右手は体の右半身と左半身。手首に近い方が頭に近い方の状態、肘に近い方は足に近い下腹部の状態。部位と臓腑の対応などは、流派により国により差が大きい。

## (2) 舌・顔

舌は、先ず表側から。真っ赤なら、熱。白っぽければ、冷え。湿っぽく腫れていたり、歯の痕が付いていれば、水毒。ひび割れていれば、乾燥。暗赤色なら、瘀血。腫れていて淡い色なら、疲れている。舌苔が黄色ければ、熱。

次は、裏側。血管が太く黒ずんでいれば瘀血証で、生理痛などや、手術・打撲捻挫の名残。

顔は、表情・色艶。紅ければ、熱が高い。黒ずんでいれば、邪気が潜んでいる。表情は、治療前の浮かない暗い表情が、治療後に生き生き晴れ晴れとなれば、良い治療の可能性大。

## (3) 腹

どの辺りが悪そうな感じかが、一番大切だが、基本的なことを書いていく。

鎖骨付近(a-1)で下から突き上げる感じを受けたら「上衝」、「腹の邪気が頭に突き上げる」証。胸骨中央の膻中(a-2)がザワザワしていたら「心煩」、「精神状態が不安定」な証。鳩尾付近(a-3、b-1)が硬かったら「心下痞」、「水毒が上腹部に溜まっている」証。腹に近い肋骨の上(a-4,5)が硬

かったり膨らんでいたら「胸脇苦満」、「少陽病」の証。腹部の、特に上腹部肋骨下縁付近(a-6,7、b-3,4)が張っていたら「腹満・腹脹」、「ガスなどが溜まっている」証。腹直筋(2-5,6,7,8)に縦に痼りや筋張りがあれば、その近くの内臓が弱っている可能性が高い。下腹部から腸骨にかけて(b-6,8、a-3,4)痼りがあれば「少腹急結」、「瘀血」の証。丹田(b-9)に指を入れていったときにペコペコしていて、吸う息で押し返して来なければ「臍下不仁」、「虚」の証。

横腹(b-10,11、c-9,10,11,12)や章門(c-1,2)や蝶骨の腹側(五枢c-7,8)、臍の斜め2,3cm外の四隅(c-3,4,5,6)は、古い病に関係する痼りの出る所。臍を中心に、左右上半身、左右下半身の歪みを反映。例えば、左上肩兪（臍の左斜め上方2,3cm位）や左章門は、左上半身の古い歪み、古い病を反映。

## (4) 足

足先や足甲の冷えは体全体が冷えを意味し、左右差は体の冷えの左右差。大腿下腿で溝のようなものが見えれば、そこと関連する経絡は虚していることが多い。大腿には古い病の影響が出ていることが多い。また、足全体を眺めて、浮腫や瘀血（打撲痕、細絡、静脈瘤）や動脈の拍動などが出していないかも観察。

## (\*) 細かい点よりも雰囲気が大事

治療前後で比較して、脈が穏やかになり、姿勢が自然に良くなり、歩き方がスムーズで足取りが軽そうに見え、表情が晴れ晴れ明るくスッキリしていたら、治療は上手くいったと考えてよい。

## 要点

- ① 姿を見たときから、診察は始まっている
- ② 表情、姿勢、歩き方の変化を中心に診る
- ③ 脈診、舌診、腹診を比較して矛盾してないか