

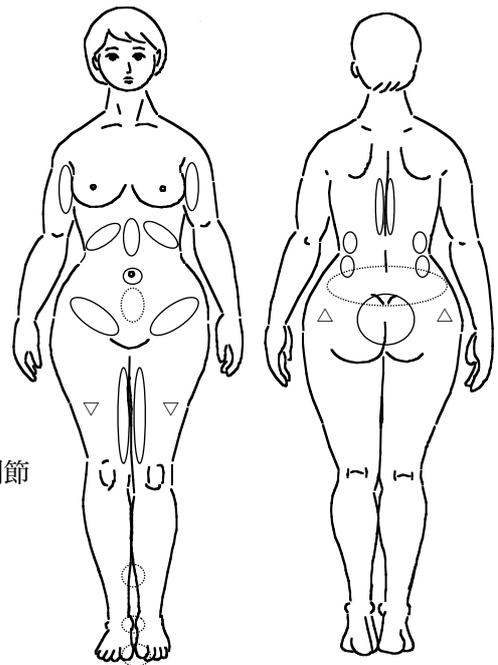
[10] 筋痛症（線維筋痛症の初期症状に近いもの、筋筋膜性疼痛など）

(1) 基本的に

- ① 通常の運動器系の痛みとは考えられないほどの激痛を訴える人が増えている
線維筋痛症の発症時に似ているが、手足どれか1本だけのことが多い
- ② 原因不明で治療法がなく、タライ回しになることが多い
左腕の場合には、心臓系の疾患を疑われるが、検査しても異常が見られない
- ③ 水毒や瘀血の影響が感じられる腹証・背部症候が見られる
患部が腕なら水毒が多く、患側の胸脇苦満、心下痞。腿なら瘀血が多く、患側の小腹急結。
- ④ 患側の上腕や大腿の陰経側に、邪気が溜まっている
- ⑤ 初めての発症は、運動した直後、手術や出産の後などに多い
手術後や出産後に筋痛の出る人は、舌診などで瘀血証の兆候が見られる
- ⑥ 運動器系の応急処置に、水毒や瘀血を減らす慢性期の処置を組み合わせる
- ⑦ 水毒や悪血を減らす漢方薬を併用した方が改善しやすいのではないかと
- ⑧ 添加物・精製物の多い食事と、パソコン・携帯の使用が影響しているのではないかと

(2) ツボが出やすい所

- ① 上腕、大腿の陰経側
 - 1.上腕：脇の下～上腕陰経の溝の中
 - 2.大腿：大腿内側の溝の中
- ② 腹部の腹証の出ている所
 - 1.水毒：鳩尾、中脘、承満、章門、上脘俞
 - 2.瘀血：五枢～維道、関元、居膠、下脘俞
- ③ ②の背中側
 - 1.水毒：胸椎7～11の華佗経、痞根
 - 2.瘀血：腰椎3～5の華佗経、腰徹腹、上仙、次膠、仙腸関節
- ④ ①、②、③と経絡的に関係する手足のツボ



(3) 手順

- ① 先急：患部の周りの邪気を減らし、辛さや痛みを軽くする
手足甲陽経側→手足末端陰経側→上腕・大腿の陰経側→腕・腿の陽経側→手足甲陽経側
・・・運動器系の応急処置と基本的には同じ→「実技編【1】先急」
上腕・大腿の陰経側を丁寧に
- ② 養生：水毒・瘀血を減らしながら、患部の周りの邪気も減らす
仰向けになりにくいときは、先ず①
 1. 慢性期の養生の型+必要なら灸
 2. 鍼のみで変わりにくいツボが見付かったら、灸頭鍼
- ③ 食養なども勧める
和食にする。添加物・精製物を減らす。