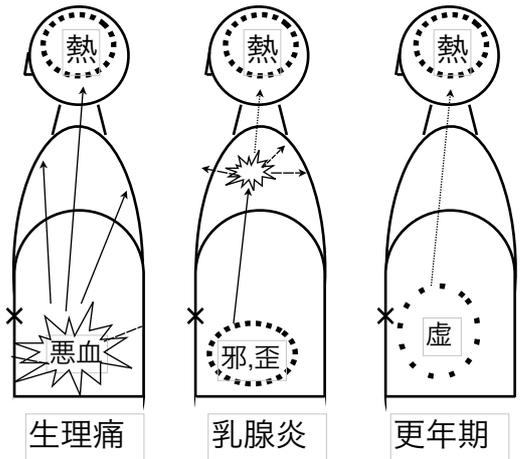


## [8] 婦人科：生理痛から安産・産後まで

### (1) 基本的に

- ① 女性特有の病の東洋医学的要因は、主に瘀血と骨盤  
(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主な手段  
(骨盤の可動域は、骨盤に付いている筋肉に注目)
- ③ 下焦からの上衝による症状：つわり、乳腺炎、更年期



### (2) ツボが出やすい所

#### ① 下焦

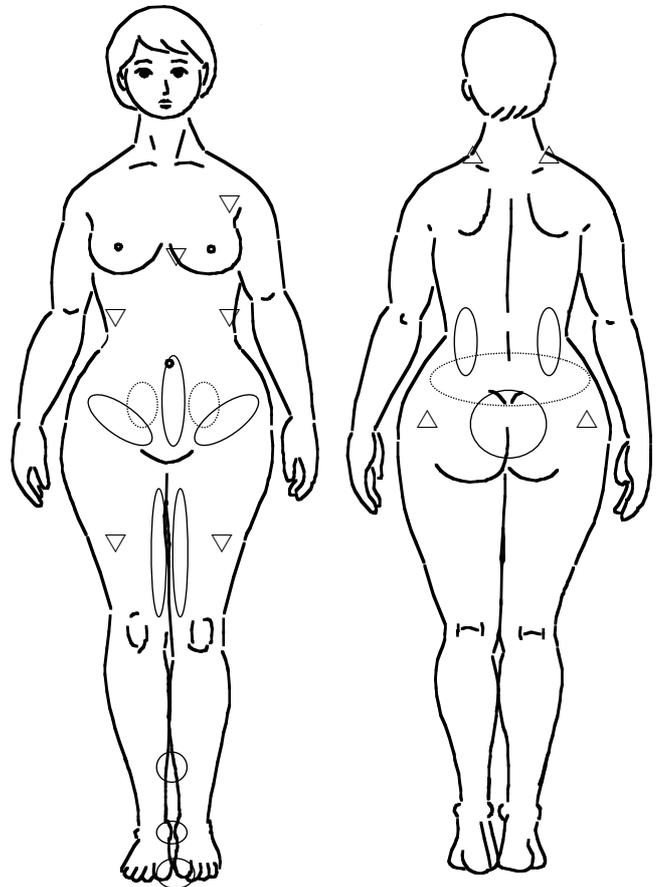
1. 腹部：正中よりと腹の端、下腹部  
関元～曲骨、下盲俞～横骨、大巨～気衝  
五枢維道～衝門～気衝、居膠、章門
2. 腰臀部：腰椎～仙骨の督脈、華陀経、1-2-3行線  
痞根～腰徹腹、仙髌関節陵、会陰

#### 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：伏兔、風市  
(灸) 冷え:足甲3-4間、浮腫:失眠

#### ③ 症状別、特に出やすい所

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～腰徹腹の筋張り、足4指小指
4. 乳腺炎：乳房の裾野、肩甲骨の周り
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：上衝を治めるのがポイント→c.f.内科系急性期 +乳腺炎は、乳房の裾野の乳房と肋骨の間の大胸筋などのシコリを弛める！

#### 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→仰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、勘の良さを育む