

## (1) 基本的に

妊娠出産および子宮などの生殖器に関係する女性に特有の様々な症状の伝統医学的な要因は、瘀血と骨盤の二つ。下焦の虚や冷えも関係。また、悪阻(つわり)、乳腺炎など、下焦から発生する邪気の上衝による症状もよく見られる。

瘀血の排出と骨盤の可動域の改善が、慢性期のポイント。骨盤の可動域の改善には、骨盤に付着する筋肉が関係。中でも、腰部脊柱起立筋の外側の筋張りへの刺鍼は、江戸時代に「子安の鍼」と呼ばれた。

上衝する邪気による症状は、上衝を下げ、症状近くの歪みや痙りを減らせば改善する。

## (2) ツボが出やすい所

### 1. 下焦

腹部は、主に、瘀血、虚、冷えに関係し、腰臀部は、瘀血と骨盤の可動域の両方に関係。

腹部では、下腹の正中よりの任脈・腹の腎経(関元～曲骨、下盲愈～横骨)と、骨盤の腹側(五枢維道～衝門～氣衝)。腹からズレて居髒に出ることもある。

腰臀部では、腰部脊柱起立筋の外側(痞根～腰徹腹)と仙蝶関節。仙骨や腸骨に起始停止する筋肉。

### 2. 下焦に関連する足

陰経は厥陰が多い。蠡溝～太衝、足五里～陰包。照海～大鐘、血海。慢性が多いので、大腿部にも出る。浮腫や蛋白尿では、妊娠中毒を考慮し、少陰の陰谷、築賓、復溜、内踝の周りも調べる。

陽経は、腹の痙りや骨盤の可動性との関係から、伏兎や風市の辺りを丁寧に調べる。冷えには、足甲3-4間に灸。浮腫には、失眠に灸。

### 3. 症状別に特に出やすい所

悪阻には、内関や膻中、薬指の周りなど。

逆子は、仙蝶関節の可動性が関係し、どちらかの仙蝶関節が炎症気味のことが多い。

安産には、痞根～腰徹腹の筋張り、足4指小指のツボ。

乳腺炎は、乳房の裾野と肋骨の間の大胸筋などが凝っていて血行が悪くなっていることが原因。少ない血液に沢山の脂肪を混ぜようとして詰まり炎症になるようだ。乳房の裾野を乳房と肋骨の間に向かって押して痛い所がツボ。中府よりとその対角に

多い。酷いと、2,3cmおきに見付かる。前後反対側の肩甲骨の周りと天宗にもツボが出る。

不妊は、下焦の腹、腰臀部、足の古いツボ。

## (3) 手順など

慢性期の型で鍼をした後に、冷えや虚のツボに灸。2回目以降、鍼のみで変わりにくいツボがあれば、灸や灸頭鍼の割合を増やす。

悪阻や乳腺炎などでは、上衝を治めるのがポイントで、内科系急性期の上焦や中焦に準じる。悪阻は、薬指を反らすとサッと吐いてしまって良くなることも多い。吐くものがなくても吐き気という気配を無くすことができれば改善するようだ。乳腺炎は、肩甲骨の周りと同じように、乳房と肋骨の間の痙りに向かって、鍼の向きは乳首、皮膚には20度位の斜刺で、刺鍼。

更年期のホットフラッシュも、上焦を鎮める。居髒など腹の近くの足のツボも使う。

逆子の応急処置では、ポイントの仙蝶関節の炎症を鎮め可動性を良くするために散鍼、刺鍼し、足の4指小指に引く。仰向け寝からの「膝の内倒しの操体」と「腹部への皮膚操体」の併用も効果が高い。

安産のためには、骨盤や産道の可動性を良くするために、痞根～腰徹腹の筋張りなどを解(ほぐ)し、足4指小指などに引く。足4指小指の指揉みも効果的。陣痛で病院へ行くときにその辺りのツボと三陰交などに、円皮鍼などを貼るのもよい。

不妊には、下焦、腰臀部や足を中心に古いツボを探し、体の歪みを少なくする。あせらず、じっくり取り組む。

養生の指導、冷えの改善や食養も大切。

## 要点

- ① 婦人科の原因は、瘀血と骨盤の可動域制限
- ② 仙蝶関節の炎症を改善する
- ③ 脇腹の筋張りを弛める