〒634-0078
奈良県橿原市八木町１丁目2-20
☎0744-29-6044

営業時間　受付10:00～20:00（土曜17:00まで）日・祝休み
施術者　鍼灸師・柔道整復師　中川憲太
鍼灸師　水、土曜日　山根椎菜

広報
マホロバ
2021年7月号
毎月末発行 No,30
発行者 マホロバ鍼灸院

『鍼灸の適応症について』

どの様な症状で鍼灸治療を受けますか？

鍼灸を受ける時、多くの方は腰痛、膝痛、神経痛など、痛みに対して鍼灸は効くと思われるのではないでしょうか？

確かに鍼灸は鎮痛に素晴らしい効果を発揮する事があります。痛みや痺れに対して鍼灸が保険適用される事もある程です。他にも「え？そんな症状に効果があるの？」と知られざる適応例が数多くあります。WHO世界保健機構では鍼灸の適応症を多く掲げており、ここには書き切れない程です。今回は消化器、特に胃の不調と鍼灸にスポットを当ててご紹介します。

内臓の動きと鍼灸

『内関』と言う手のツボを刺激すると車酔いを防ぐ事が出来ます。動物実験において、無理矢理嘔吐させる薬を使って様子を観察した実験があります。ツボ刺激をすると８割ほど嘔吐の回数が減少すると言うのです。嘔吐をする時、胃の動きは逆流を起こす動きが活発になります。内関は手にあるツボですが、胃の動きを上手く抑制するんですね。更に、少量の刺激でも数時間効果が持続される事もあるのだとか。不思議です！

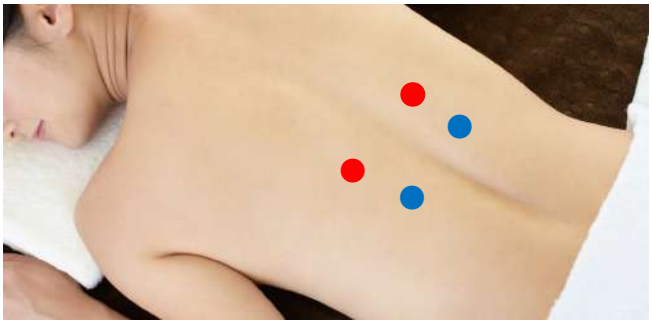
東洋医学では胃に関わるツボを刺激する事で気の流れを整え症状緩和が起こるとされています。それで効果が有れば良しですが、この不思議な反応を科学的に見ると、皮膚や筋肉に入ったツボ刺激が、一旦中枢(脳、脊髄)に届き、内臓を支配する自律神経に作用し、効果を出していると考えられています。鍼灸をしていてよく起こるのですが、足のツボに刺激を与えるとお腹がグルグル鳴る現象が起こります。場所によっては内臓の動きを活発化させる事も起こります。これまた不思議です。

鍼やお灸が内臓に与える影響は？

鍼の刺激は体を傷つける侵害刺激という物です。灸の刺激はその量によって異なりますが、温熱刺激で鍼刺激とは異なります。どちらも施術者の手によって刺激が体に入るという事は同じです。刺激は即座に反応する反射と、一旦中枢まで届いて反応するものがあります。また、傷ついた場所が治癒する過程で起こる反応もあります。中枢は脳や脊髄を指しますが、そこは内臓を支配する自律神経の大本でもあるので、鍼や灸の刺激は内臓への影響も与える訳です。

胃の症状に効果的なツボは？

胃の症状で代表的な症状は胃もたれ。胃もたれは加齢による胃の運動低下や胃粘膜の血流不足などが考えられます。その他、妊娠のつわり、食べ過ぎによる胃への負担や、ストレスによる自律神経の乱れが考えられます。胃の不調に対する鍼灸の施術は昔から行われており、お灸を据えるなど一般の家庭でも対応されてきたものです。



代表的な胃のツボ

①●膈兪・・背部にあるツボ
②●脾兪・・同じく背部にある代表的なツボ
③●飢点・・耳にあるツボ。シール鍼施術を行います
④●足三里・・消化を助ける万能のツボ

※手の届かない場所は鍼灸院で施術を受けましょう

院長のつぶやき

犬のインスタやってます
marble_cowbell
見てくださいね～

心を緩める名言

大切なのは
意味のある闘いに勝つこと。
- ジャッキー・チェン -

『十津川温泉いこら出張続報』

足湯と刺さない鍼のフットケアが人気メニュー

6月から開始しました十津川温泉での出張施術の状況です。足湯を終えてからのフットケアが人気です。まず、天然温泉で足湯を15分程度行います。足湯は掛け流し温泉で、肌に優しく体の芯まで温もります。夏場でもクーラーで身体、特に末端が冷えている場合が多く、お湯に足を浸して指を動かしてみると冷えを実感する事も多々あります。

足湯を終えた後は施設の2階へ移動し、ゆったりとした個室で足つぼの刺激を行います。せっかく足湯で体が温まったので、腰部と腹部に竹筒で作ったお灸（塩灸）を行います。竹筒の中に塩を入れて炭化させたモグサでじんわりと皮膚の奥まで温めます。お灸をしながらオイルで皮膚の表面を緩めて刺さない鍼（てい鍼）の準備をします。

てい鍼は銅製の物で細かい足つぼに響く様な刺激を入れる事が出来ます。足湯の後に体幹部をお灸で温めながら足裏からふくらはぎにかけて心地よい刺激が入ります。

最後に肩首周辺を軽く刺激し、施術は終了。スッキリ感と足が軽くなる感じを体験する事が出来ます。出張鍼灸は完全予約制、第1、3水曜日午前10時から午後2時まで受付。

ご予約受付中！

後書き

高齢者の方々は徐々にコロナワクチン接種が完了しつつありますが、若年層にはまだまだ行われていないのが現状です。副反応など気になる事は沢山ありますが、徐々に収束の方向に向かってくれることを祈るばかりです。

当院スタッフは橿原市の集団接種を受ける予定です。先日役所からエッセンシャルワーカーの接種案内が届き、申し込みをした所です。感染リスクや重症化リスク、患者さんへの安心感の為、なるべく早期に接種を受けます。お盆あたりには2回目の接種を終える予定です。

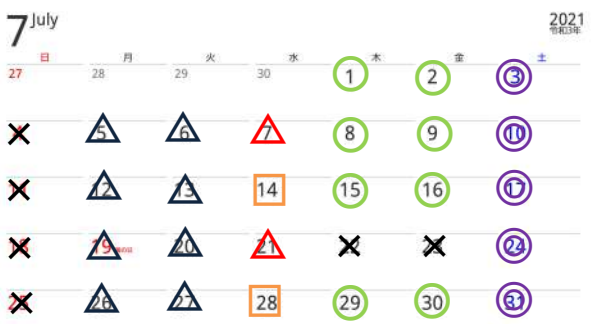
インターネット予約は下のQRコードからご利用可能です。ログイン登録によりご利用可能。院情報もご覧になれます。

SNSアカウント

黒いQRコードは公式ラインアカウントです。イベント空き情報等、当院からの情報がラインに入ります。

下はツイッターアカウントです。毎日色々つぶやいていますので是非フォローしてみてください。

公式LINE

Twitter

△**往診日**、○**中川**、◎**中川・山根**、□**山根**（マホロバ予約制）
△**山根**（いこら予約制）