

## (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さまざまな症状の東洋医学的な要因は、瘀血と骨盤の二つ。下焦の虚や冷えも関係。また、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、骨盤につながる筋肉が関係。なかでも、腰部脊柱起立筋の外側のスジバリへの刺鍼は、江戸時代に「子安の鍼」とよばれた。

上衝する邪気による症状は、上衝を下げ、症状ちかくの歪みやシコリをへらせば改善する。

## (2) ツボが出やすいところ

### 1. 下焦

腹部は、おもに、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、骨盤の腹より（五枢維道～衝門～氣衝）。腹からずれて居髌に出ることもある。

腰臀部では、腰部脊柱起立筋の外側（痞根～腰徹腹）と仙髌関節。それらにつながる筋肉。

### 2. 下焦に関連する足

陰経は厥陰がおおい。蠡溝～太衝、足五里～陰包。照海～大鐘、血海。慢性がおおいので、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、内踝まわりもしらべる。

陽経は、腹のシコリや骨盤の可動性との関係から、伏兔や風市のあたりをよくしらべる。冷えには足甲3-4間に、浮腫には失眠に、灸。

### 3. 症状別にとくにしやすいところ

つわりには、内関や臑中、薬指まわりなど。

逆子は、仙髌関節の可動性が関係し、どちらかの仙髌関節が炎症気味のことがおおい。

安産には、痞根～腰徹腹のスジバリ、足4指小指のツボ。

乳腺炎は、乳房のすそ野と肋骨のあいだの大胸筋などがコっ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ませようとして詰まり炎症になるようだ。乳房のすそ野を乳房と肋骨のあいだにむかって押して痛いところがツボ。中府よりとその対角におおい。ひどいと、2,3cmおきに

みつかる。前後反対側の肩甲骨のまわ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のち、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ふやす。

つわりや乳腺炎などでは、上衝をおさ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。つわりは、薬指を反らすとサッと吐いてしまつて良くなることもおおい。吐くものがなくても吐き気という気配をなくすことができれば改善するようだ。乳腺炎は、肩甲骨まわりと同じように、乳房と肋骨のあいだのシコリにむかって、鍼のむきは乳首、皮膚には20度くらいの斜刺で、刺鍼。

更年期のホットフラッシュも、上焦をしずめる。居髌など腹ちかくの足のツボも使う。

逆子の応急処置では、ポイントの仙髌関節の炎症をしず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。あお向け寝からの膝の内倒しの操体と腹部の皮膚の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よくするために、痞根～腰徹腹のスジバリなどをほぐし、足4指小指などに引く。足4指小指の指もみも効果的。陣痛で病院へ行くときにそのあたりのツボと三陰交、上仙に、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さがし、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 仙髌関節の炎症を改善する
- ③ 脇腹のスジバリをゆるめる