

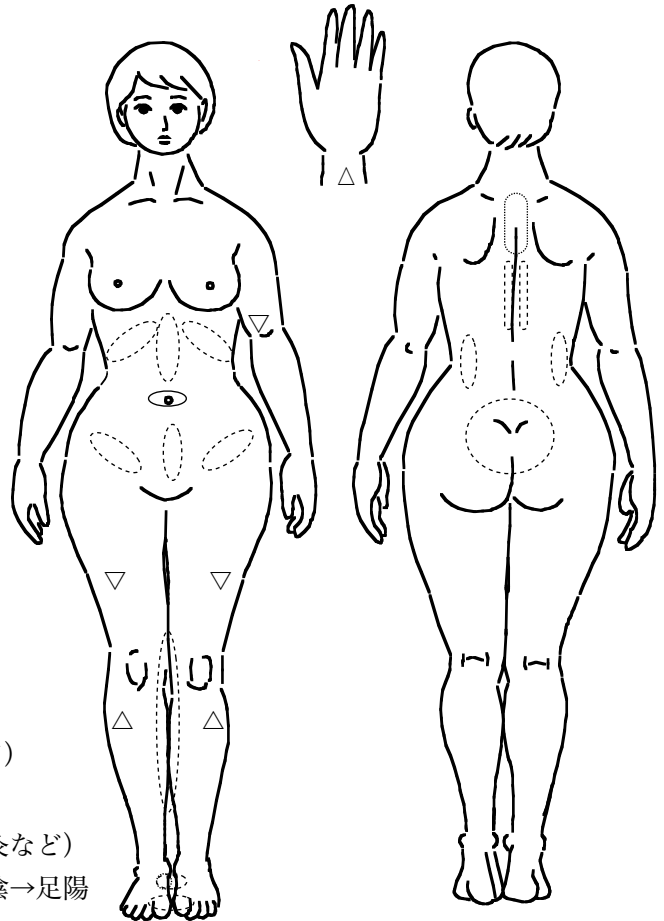
## [6] 皮膚、艶やかに

### (1) 基本的に

- ① 皮膚……………最も原始的な排出器官、専門器官（汗吐下和）の解毒排出機能低下を代替  
（ニキビ、化膿、湿疹、蕁麻疹、皮膚の黒ずみなど）
- ② 艶やかに……上衝を下げ、邪毒の排出を促す、痒みには精神安定も効く  
色々な形で邪毒が排出される（瞑眩？）と、一気に良くなる  
汗、涙、鼻水、大小便、下血、鼻血、カサブタ、痰、苦水（吐）、湿疹の悪化など  
普段よりも、臭気強く、色濃く、ドロドロ、ベタベタ  
※子供の胎毒（悪血）→ 喘息、アトピー（カサブタ、鼻血で排出）  
\*急に出ると患者さんがビックリするので、事前によく説明する

### (2) ツボが出やすい所（目的別に）

- ① 上衝を下げる：慢性化した上衝→上腕（灸）
  - 1.手陽明：肩隅、肩尖、肩髃、臂臑、上曲池、手三里  
急性→合谷、骨空、井穴、指端
  - 2.足陽明：足三里
- ② 邪毒の排出：横輪切りと該当経絡
  - 1.邪気：鼻喉(C3-7)、胸(T2-4)、膻中、肩貞  
脇の下～上腕陰経、手陽経
  - 2.水毒：中焦(T7-9-11)、表位（頸肩）  
手太陰、足太陰・陽明
  - 3.瘀血：下腹(L3-仙骨）  
足厥陰
- ③ 精神安定
  - 1.頭（百会、正宮、承靈）例.アトピーの痒み
  - 2.陽明(上衝)、太陽(表位)、厥陰



### (3) 手順（上衝だけか、どの邪毒が中心かを考慮して）

- ① 応急
    - 1.上衝だけなら、手陽明の灸（ニキビに肩隅の灸など）
    - 2.手陽末端（→手陰）→頭・首肩・背腰足→足陰→足陽
  - ② 慢性期
    - 1.慢性期の型でツボを考慮、その後に灸（肩隅、骨空など）
    - 2.置鍼+灸(灸頭鍼)：座位(手陽末端→頭)→うつ伏せ→仰向け（→手指の灸）
- ☆自宅で毎日施灸（基本：肩隅、上曲池、足三里、水毒：T7,9,11,中完、悪血：中極、上仙、蠡溝）

### [#] お茶、食物

皮膚：ハトムギ、解毒：ドクダミ、上衝：シソ、シナモン、水毒：小豆、肝臓：ウコン、腎臓：クミスクチン  
・旧暦の七草から新緑の季節には葉物を沢山、特に、野草山菜系のセリ、菜花、ウド、蓴、大根や蕪の葉など