

## (1) 基本的に

運動器系の慢性期では、先ず鍼のみで刺鍼。鍼のみでは変わりにくいツボを見つけたら、灸や灸頭鍼。古いツボが特定できたら、灸や灸頭鍼を中心に治療。

## (2) 慢性期の型での運動器系手順

基本的に慢性期の型で診察し刺鍼していき、患部に関係するツボが出やすい所を丁寧に観察してツボを見付け刺鍼し、その患部関係の動作鍼。その後、慢性期の型に戻り、後始末として、頭に散鍼し手甲に引く。

## (3) 患部別のツボと刺鍼

### 1. 腰痛

基本ツボは、腰から尻、膝裏から脛脛、その延長の外踝・内踝の周り、足甲が中心。患部の腹側やそれに関係する足陰陽経にも出る。

運動鍼は、捻転制限と前屈制限が中心で、捻転制限では腰椎3の横輪切りライン、前屈制限では足太陽、腰椎5を起点に背中方向の肩甲骨下角までと、臀部・足方向の膝裏まで。

### 2. 肩痛

基本ツボは、首～肩、肩甲骨の周り、脇の下～上腕陰経、脇の下前後の水搔ぎ。首では、後頭骨下縁、横頸部、前頸部、鎖骨の周り。

動作鍼は、拳上制限では脇の下～上腕陰経や肩甲骨の周り、捻転制限では肩峰～胸と肩峰～背中で上腕と直角のライン。

### 3. 膝痛

基本ツボは、膝裏から脛脛、足首の周り。

動作鍼は正座不可が中心で、膝裏から足首方向と臀部方向、膝皿の周りから足首方向と腹方向で、それぞれ膝裏H字状の窪みや膝皿の内外のラインの延長上が多いが、真ん中のラインの延長もある。正座に近い格好に成れるけど体重が掛けられない場合には、それらの延長の足の付根～臀部や単徑部の近くにツボが出ていることが多い。

### 4. 肘痛

基本ツボは、肘の手平側で肘から2-5cm

動作鍼は、屈曲制限では手陽経、伸展制限では手陰経で、親指側、真ん中、小指側の3本のライン。捻転制限では前腕の太い所が中心

また、肘頭の近くの骨の上が痛いときは、腱附着部痛で、ツボはその腱の筋腹（上腕側の最も太い辺り）に出る。

### 5. 手首足首の痛み

手首足首から先の痛み辛さには、巨刺、上下刺、対角刺が効果的。対角刺から始め、上下刺、巨刺の順で患部に近づく。

### 6. 指、手平、足裏の痛み

指、手平、足裏など、鍼が刺しにくい所は、硬く細く捻った糸状の直接灸。初めに井穴か指端に糸状灸し、それから動作鍼のように動かして痛い所を見付け、糸状灸をする。痛い所が無くなったら、仕上げに、また、井穴か指端に糸状灸。

## (4) 慢性期の型+灸・灸頭鍼

2,3回鍼のみでの慢性期治療をしてみて、鍼のみで変わりにくいような古いツボが見付かったら、灸や灸頭鍼と組み合わせて治療。慣れてきて時間があつたら、初めの慢性期治療から灸頭鍼を組み合わせてよい。古いツボが腹などで痛がられる場合には灸、それ以外は灸頭鍼の方が変化が早い。

手順も、時間があるときには、慢性期の型で一通り治療したあと、灸や灸頭鍼。前の治療や診察で古いツボが特定できているときや、時間がないときには、慢性期の診察をし、手の陰陽に刺鍼した後に、座位、うつ伏せ、仰向けの順で灸や灸頭鍼し、手の骨空か指端の寫の灸で仕上げ。

患者さんが辛くない範囲で、灸や灸頭鍼をする面が上になるよう工夫する。

あ上げに手の骨空か指端に寫の透熱灸をするのを忘れないこと。目覚まし&逆上せ止め。

## 要点

- ① 慢性期＝慢性期の型＋患部刺鍼＋動作鍼
- ② 手首足首の慢性期は、巨刺,上下刺,対角刺も
- ③ 指、手平、足裏の慢性期、患部は糸状灸