

(1) 肩から上の運動器系の基本手順

運動器系治療の基本は「遠くに強く、患部は軽く」。詳しくは、実技編【1】、【2】。

1. 先ず症状を確認

やりにくい動作を痛くなる一歩手前までしてもらい、向きと限界を確認。数方向ある場合もある。

2. 手甲に刺鍼しながら運動鍼

患部に経絡的に関連する手甲に強めに引き鍼しながら、痛くない無理のない範囲で動作制限のある関節をゆっくり動かしてもらおう。経絡的な関連は、左右×前横後ろ。手甲の骨間の中で、患部が右なら右、左なら左の、前よりなら1-2間、顎関節など横なら2-3間か3-4間、後頸部など後ろ側なら4-5間の骨間を探す。隣の骨間に出ることもある。

3. 熱い所があれば、散鍼

刺鍼する辺りで熱い所があれば散鍼。

4. 動作鍼など

動作制限を確認し、痛む直前の姿勢で伸びる筋肉の中で、最も伸びようとしている辺りにツボを探す。その痛む直前の姿勢のまま、そのツボに刺鍼。抜鍼したら、一度ラクな姿勢に戻ってから同じ動作を繰り返す。少し余分に動くようになっているので、また、痛む直前の姿勢でツボを探して刺鍼。日常生活に不自由が無くなるまで、繰り返す。

縮む側が悪い場合もあるが手順は同じ。

5. 頭に熱い所があれば散鍼

以上の刺鍼で頭に邪気が上がることもあるので、熱い所があれば散鍼しておく。

6. 手甲の引き鍼で仕上げ

終わりに、もう一度、手甲のツボに強めに引く。初めと同じ骨間なら、八邪を使う。

(2) ムチウチ (寝違いも含む)

1. 症状確認

事故などで、どういう方向から衝撃を受けたかをできるだけ詳しく聞く。衝撃の方向と動作制限のラインが一致することが多い。

念のため実際にやりにくい動作を無理のない範囲でしてもらい、確認。

以下、特に注意する点。

2. 手甲に刺鍼しながら運動鍼

首を痛くない範囲で、ゆっくり、動かしてもらおう。

4. 首の動作鍼など

ムチウチの場合にはツボが深く、頸椎の直ぐ上の筋肉にツボの底がある場合が多く、そこまで鍼が届くとピリピリピリピリした感じを受けることが多い。

動作制限ラインの中で皮膚表面がベコベコした所を探し刺鍼。また、動作制限の原因になっているツボが、肩、肩胛骨・胸椎の周囲、上腕、鎖骨の周り、胸骨肋骨などにも出ていることもある。

動作制限がないときは、衝撃方向からラインを推定する。そのライン上で、皮膚表面がペコペコと凹んでいて、下の筋肉がズブズブ、フニャフニャした所を選んで、刺鍼する。

(3) 顎関節症

辛さに耐えるため歯を食いしばる、そういう状態が続いたことに由来するようだ。

1. 症状確認

口の開き加減と奥歯の噛みしめ具合を確認。

以下、特に注意する点。

2. 手甲に引き鍼しながら運動鍼

無理のない範囲で、ゆっくり、口を開けたり閉じたりしてもらおう。

4. 顎関節に動作鍼など

口を無理のない範囲で開けてもらい、顎関節近くで、制限の元になっているツボを見付け刺鍼。

顎関節（特に下顎）に付着する脛の筋腹が関係しているときには、その筋の頭よりの筋腹にツボを探して、刺鍼。下顎を閉じる筋の筋腹にツボが出ていることが多い。側頭部、耳の上の辺り。

頸椎4番付近の督脈や華佗経にもツボが出ていることもあり、出ていれば刺鍼。

要点：

- ① 鞭打ち、顎関節症は、引き鍼と動作鍼が効く
- ② 鞭打ちのツボは深く、頸椎の直ぐ上
- ③ 顎関節症のツボは、顎を閉じる筋の筋腹