

《2方》

【主治】発熱

【取穴】下都（経外奇穴・図F）

【位置】手背部で、薬指から小指の間にできる皺の上方0.5寸のところ（図F）。

【操作】毫針を用い直刺する。提挿して得氣を得て、再び捻転しながら針を強く引き出しゆっくり針を入れることを繰り返し（緊提慢按）、瀉法を施し、針感が来るのを待ってすばやく抜針する。

【考察】下都は手少陽三焦経の循行上にあるが、これは経験取穴である。本穴には経気を疏通する作用があるので、体表から熱を発散させ解熱させる（清熱解表）働きがある。

《3方》

【主治】小児の微熱

【取穴】四縫（図F）

【位置】示・中・薬・小の4指の手掌側で、指関節横紋の中央点。

【操作】28号（0.33mm）の1.5寸の毫針を用い、すばやく0.1寸ほど直刺する。3～5回捻転しすばやく抜針する。わずかに黄白色の粘液が出てくればよい。

【考察】四縫は手三陰経の通るところである。本穴は解熱除煩と、すべての経脈の流れをよくして臓腑の調和をはかる効果がある。そのため、小児の外感による微熱や、感冒が抜けきれない微熱に効果がある。

8 | あくび

《1方》

【主治】あくびの頻発発作

【取穴】下関（図B）

【位置】耳前の頬骨の下陷凹部。

【操作】口を閉じて取穴する。毫針を用い、直刺で0.3寸。20分置針する。毎日1回。

【考察】下関は足陽明と足少陽の交会するところである。ここに刺針することで経気を疏通することができるため、あくびの頻発を抑制または緩和できる。

西田コメント

下関には、顎関節を開き経絡の通りをよくし（開関通絡）、風邪による詰まりを除いて流通をよくし、気の流れを調節する（疏風調気）作用がある。

『針灸甲乙経』には、「欠伸（あくび）、下の虫歯痛、下歯茎の腫れは、下関がこれを主る」と述べられている。下関にはこのほか、口歯疾患・三叉神経痛・耳疾患（耳鳴り・めまい・中耳炎など）にも効果がある。

9 | 不眠症

《1方》

【主治】不眠症

【取穴】大陵から外関に透針（図E）

【位置】大陵は腕関節掌側第一横紋の正中で、両筋の間に取る。

【操作】毫針を用い、大陵から進針し外関に向けて直刺する。得氣を得た後、20分置針する。5分おきに行針を行う。多くは補法を施す。

【考察】本方は、不眠・多夢・寝てもすぐに目が醒める・驚いて動悸がする者に用いる。手厥陰心包経を補い、肝が主る魂を安らかにし、神志を安定させるので、安眠できるようになる。

西田コメント

大陵は心包経に属し清心寧神の作用がある。また、外関は三焦経の絡穴であり、ここから別れて手厥陰心包経に走るため安神作用を増強させることができる。

手掌を上にして2寸針をゆっくり大陵から外関に向けて透針すると、多少の抵抗はあるが針を透すことができる。患者が痛みを訴えるときには、大陵と外関の双方から向け合って刺針するとよい。また、内関も大陵と同様の作用があるため、内関から外関に透針しても同じ効果が期待できる。

《2方》

【主治】不眠症

【取穴】神門（図E）

【位置】手の掌面、腕横紋尺骨側端で、わずかに上方の陥凹したところ。

【操作】毫針を用い、直刺で0.5寸。補法を施し、捻転するときゆっくり針を引き出し、ついで強く針を刺入する（慢提緊按）。この手技を3回繰り返してから30分置針する。毎日1回刺針する。

【考察】神門は手少陰心経の原穴である。熱邪を冷まして心を安定させ（清熱寧心）、また心を補い安心させる（補心安神）ことができる。心脾両虚*による不眠、あるいは痰熱が体内を攪乱する（痰熱内攪）ことによって起こる不眠に特に顕著な効果がある。補法を用いる。

*心脾両虚：過度の思慮・肉体疲労などによって脾気虚を起こし、脾が心血を生成できずに心気虚を起こした状態。症状としては、精神疲労・無力感・不安・不眠などがある。

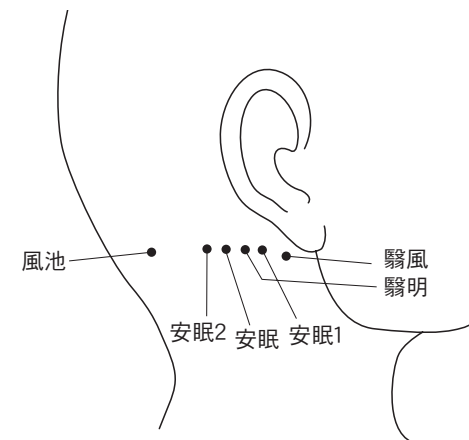


図1 安眠3穴

《3方》西田追加方

【主治】不眠症

【取穴】安眠・安眠1・安眠2（図1）

【位置】安眠は風池と翳風の間、安眠1は翳風と翳明の間、安眠2は風池と翳明の間にある。

【操作】直刺で1～1.5寸。得氣を得て、20分置針する。

【考察】いずれも経外奇穴である。いずれの腧穴にも、不眠症・頭痛・神経症などの症状に効果があり、精神安定作用がある。

10 傾眠症

西田コメント

傾眠は、陽気が不足し、陰気が有り余っているために起こる。

《1方》

【主治】 傾眠症

【取穴】 神門（図E）

【位置】 手の掌面で、腕関節の横紋の尺骨側端のわずかに上方の陥凹したところ。

【操作】 毫針を用い瀉法を行う。30分置針する。

【考察】 傾眠症は不眠症とはちょうど相反する病態であるが、取穴は同じである。これは神門には双方向性の作用があるからである。手技による補瀉の違いにより効果が異なることは興味深い。手法上の相違がキーポイントである。

《2方》

【主治】 発作性嗜睡

【取穴】 申脈（図H）

【位置】 足外踝下縁の陥凹したところ。

【操作】 毫針を用いて直刺する。進針後、針を上下して針感を得て再び捻転し、ゆっくり針を引き上げ強く刺入する補法の手技（慢提緊按）を往復3回繰り返す。30分置針。毎日1回。

【考察】 申脈は足太陽膀胱経の腧穴である。八脈交会穴の1つであり、また陽蹻脈*（図2）の主治穴でもある。そのため、十二正経の気血を調節し、陰陽を交通させる作用がある。嗜睡は陽気が不足し、陰気が有り余っているために起こるもので、陰陽不和による病理現象である。申脈に補法を加えると、陽気の不足が改善され発作性の嗜睡を治療できる。

*陽蹻脈：陽蹻脈は膀胱経の別脈といわれる。足の外踝の下、申脈（膀胱経）を起点とし、下肢では主に膀胱経を走り、居髎（胆経）を通り、背部は膀胱経の第二行を上行し、肩甲骨を貫いて膈腧（小腸経）を横切り、肩髃・巨骨（大腸経）を上行し、これより人迎（胃経）に走って顔面では胃経を走り、睛明（膀胱経）に会す。これより上行して頭

部をめぐり、後頭部の風池（胆経）より脳に入る。陽蹻脈は、足の膀胱経・胆経・胃経、手の小腸経・大腸経、それに督脈と関連している。

《3方》

【主治】 嗜睡

【取穴】 照海（図G）

【位置】 足の内側で、足内踝の真下の陥凹したところ。

【操作】 毫針を用い直刺する。進針後、提挿捻転し、針を強く引き上げ、またゆっくり針を刺入させる瀉法の手技（緊提慢按）を用い、針感を強めてからすばやく抜針する。毎日1回。

【考察】 照海は足少陰腎経の腧穴で、八脈交会穴の1つであり、陰蹻脈*（図3）に通じている。また、十二正経の気血を調節し陰陽を交通させる作用がある。照海に瀉法を用いると、身体の陰陽の平衡を整え、

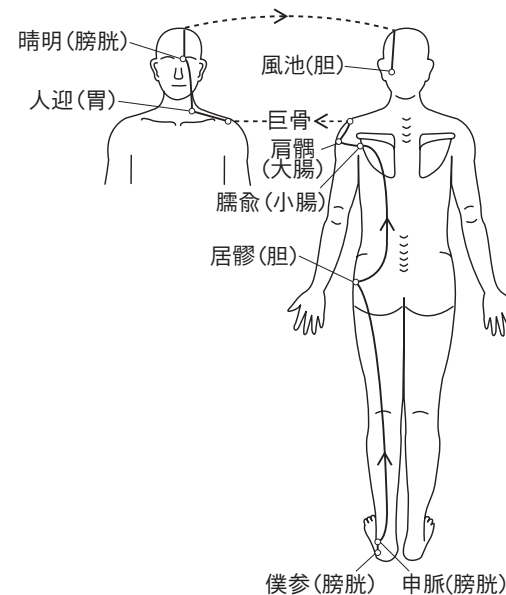


図2 陽蹻脈の走行

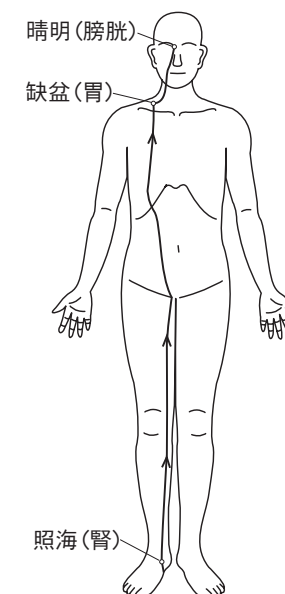


図3 陰蹻脈の走行

嗜睡を改善する。

＊陰蹻脈：陰蹻脈は腎経の別脈ともいわれる。足の内踝の下，照海（腎経）より起こり，腎経にそって下肢内側を上行し下腹部から上腹部に入り，心下部より腎経と別れて，乳腺を上行して缺盆（胃経）に入る。これより人迎（胃経）の前に出て腎経，および衝脈と合して咽喉をめぐり，さらに鼻を挟んで上行し睛明（膀胱経）に至る。陰蹻脈は，腎経・胃経・脾経・任脈・肺経と関連する。

11 | 梅核気（咽頭部異物感）

《1方》

【主治】梅核気

【取穴】上都（図E）の一寸後方

【位置】手掌面で，示指と中指の縫合後ろ1寸のところ。上都（図E）の1寸後方になる。

【操作】原則的に男性は左側，女性は右側に取穴する。毫針を用い，直刺で0.3～0.5寸。強刺激で，5分おきに1回行針し，20分置針する。行針中は患者に呼吸をさせたり，物を飲み込む動作をさせる。

【考察】梅核気は咽喉部に気が滞り痰が鬱滞する（気滞痰鬱）ために起こる。肝鬱が脾の働きを障害したり（肝鬱乗脾），脾の運化機能が損なわれ（脾運不健），湿を生じ痰が多くなり（生湿聚痰），痰と気が結びついて鬱滞したもの（痰気鬱結）が，胸部や咽喉部に生じるために発生する。本方は経験による取穴である。ただ，本穴は手厥陰心包経の通過するところであるため，気をめぐらし鬱を解消する（疏気解鬱）効果がある。

《2方》

【主治】梅核気

【取穴】天突（図A）

【位置】胸骨上窩の正中，胸骨柄の上縁の陥凹したところ。

【操作】毫針を用い，まず直刺で0.2寸，その後方向を下の方に変え，胸骨の後面にそって1.5寸ほど刺入する。胸中に響きを得たら抜針する。置針はしない。深く刺して肺を破らないよう注意する。

【考察】天突は任脈の腧穴であり，陰維脈の交会穴でもある。陰経を主導し気血を調和する働きがある。胸中の気逆を主治し，胸郭を寛げ，中焦を和し，気をめぐらせて上逆を降ろす作用があるので，気滞痰鬱証には非常に効果的である。

《3方》西田追加方

【主治】梅核気

【取穴】膻中（図D）

【位置】前胸部の正中線上で両乳頭の間，第4肋間隙と同じ高さ。指圧するところに局限して強く胸に響くのでわかりやすい。

【操作】上方に向けて横刺し，胸全体に響かせた後，20分置針する。

【考察】膻中は任脈上にあり，心包経の募穴である。また八会穴の1つ，気会でもある。そのうえ，足太陰脾経・足少陰腎経・手太陽小腸経・手少陽三焦経・任脈の交会穴でもある。このように，のどにはいくつかの経脈が絡んでいるため梅核気には効果がある。

12 | ヒステリー発作の予防

《1方》

【主治】ヒステリー発作の予防

【取穴】天突（図A）

【位置】胸骨柄上縁の中央の陥凹したところ。