「鍼灸」は なぜ「効果」があるのか？

文●関 忠雄
アルゼンチン共和国
F・バレイラ在住

第2回
腰痛・坐骨神経痛の鍼灸治療

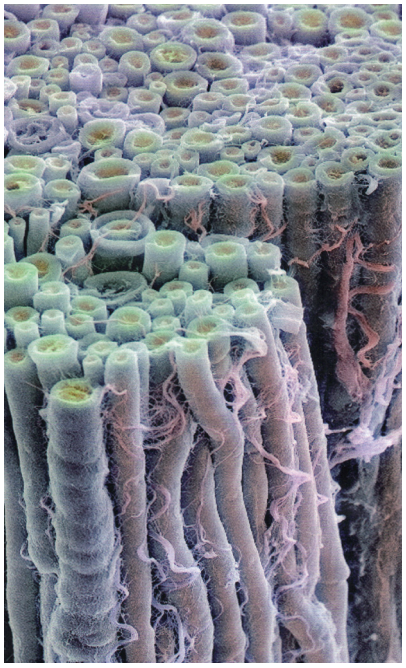
腰痛の鍼灸治療

腰痛、坐骨神経痛は鍼灸師が最も遭遇する疾患であり、多くの鍼灸師がそれぞれの治療法を用いて治療しているため、その治療原理を深く探求することがない。しかし腰痛、坐骨神経痛は鍼灸の本質を考える上で大切である。ここで考察してみたい。

腰痛・坐骨神経痛の治療の根本原理は、神経線維の中でも最も細い神経線維（知覚神経線維）の興奮状態を人為的に変動させて元の状態に戻すことにある（写真①）。

初めの頃私は、腰痛は腰の筋組織が障害されるために起こるものと思っていた。しかし、起き上がることができなかった患者が1回の鍼灸治療で元の状態に戻ったという話を何人もの鍼灸師に聞くうちに、筋組織が回復するまでの期間を考えると鍼灸が効果を与えている部分は筋組織ではないのではないか、と思うようになった。では鍼灸は何に作用しているのであろうか？　腰部の神経は（図1）のように配列されている。

重い物を持つなどして筋肉組織が腰部の神経組織にあたり、神経組織が異常に興奮した状態が急性腰痛、俗にギックリ腰といわれる状態である。このとき適切な部位に適切な刺激量が加えられれば神経組織は元の状態に戻ることは考えられる。1回の鍼で治ったという経験があってもおかしくない。雀啄方によりさらに強烈な刺激が加えられ元の刺激が分からなくなるケースも同様である。雀啄方を得意とする先生は、名人かもっと悪くするかのどちらかである。

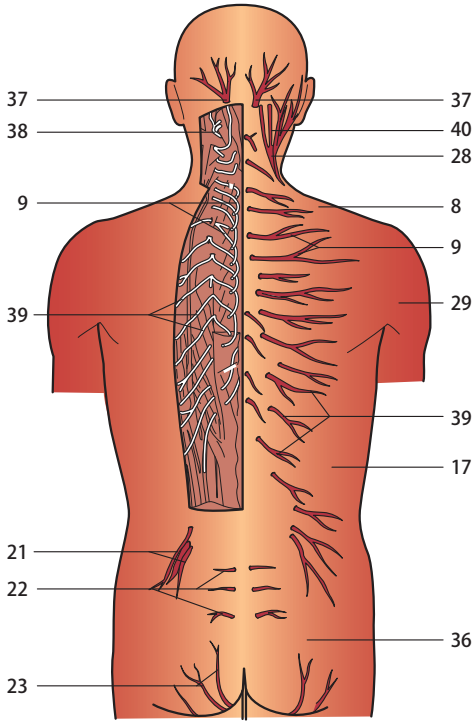


（写真①）　神経線維
太いのが運動神経、中位が自律神経、細いのが知覚神経

通常そのような痛みのときは、1週間くらいを目安にして神経組織を元の状態に戻すほうが安全である。灸療法（間接灸・直接灸どちらでも良い）を主として、鍼は刺す（もしくは置鍼する）のみにとどめ筋肉組織を伸展させることにより鎮痛を図る方法を勧める。そのような激烈な痛みも通常は1ないし2週間で治まっていくものである。同様の効果は痛みを大脳皮質に中継する視床を鈍くする鎮痛剤、ほぼ同じ効果を持つ鎮痛解熱剤にもあり、これらの服用も効果的であるため薬との併用は大切である。

神経組織が元の状態に回復するまでに通常4週間必要である。患者には、まず1週間と説明しそれまでに回復しない場合は2週間（15日）に延ばし、それでも回復しない場合は4週間と言うと良い。通常、痛みに苦しむ患者はひとつの目安が与えられるとそこまでは耐えられるからである。しかしあまり長期の目安は最初からその気力を奪ってしまうであろう。痛みに苦しむ患者が病院へ行って、「検査のためMRIの撮影を2週間後に予約しましょう」と言われたときの心の状態を推察してみると良い。

4週間以上（1カ月）を目安としてその後6カ月まではしびれが出たり多少の違和感が残ることがあるが、神経組織の中でも知覚神経線維より太い自律神経線維が回復する過程



（図1）　神経図

であるので、期間は不定でも治療を継続するほうが良い。4ないし5回治療しても効果のない場合は、鍼灸の治療を患者本人が諦めるであろう。

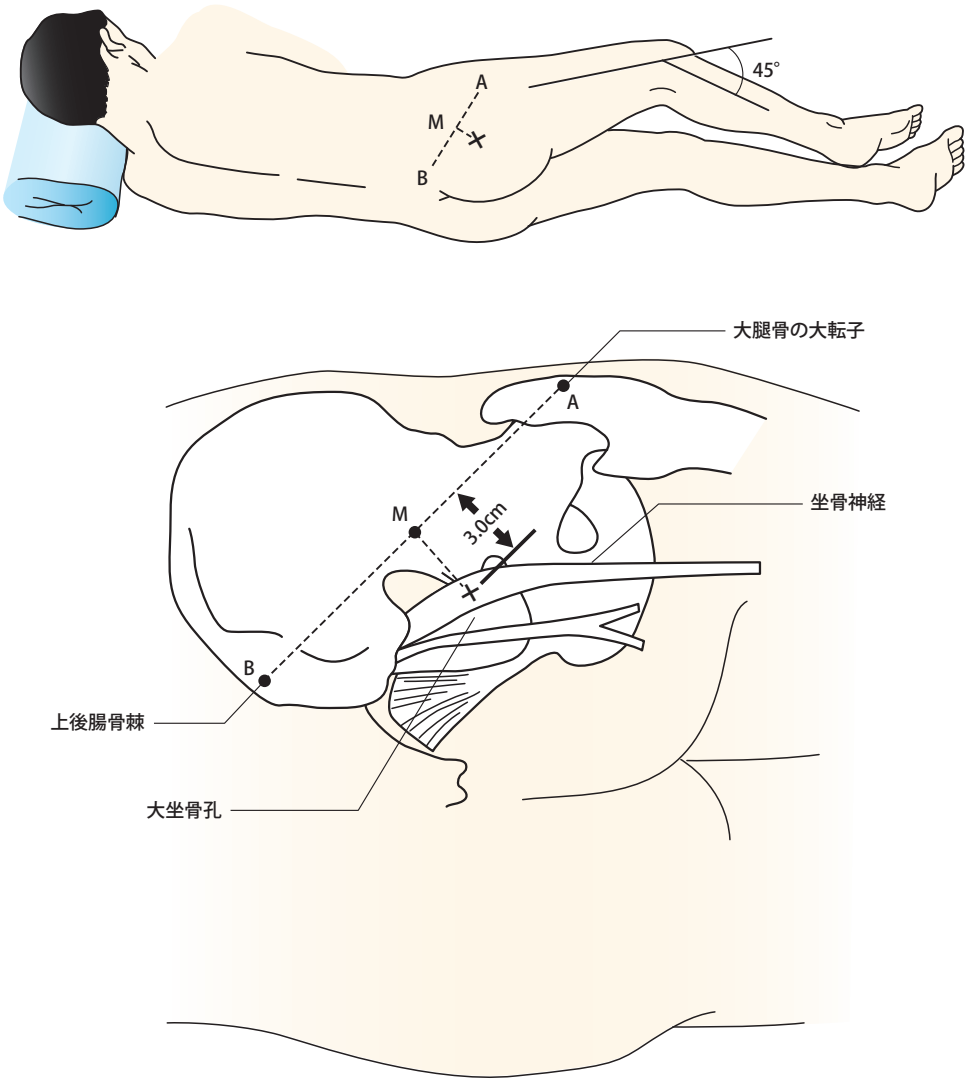
劇的な効果を期待して過剰な刺激を与えるよりは、安全で穏やかな刺激のほうが良い。

坐骨神経痛の鍼灸治療

多くの鍼灸の教科書では、腰痛と坐骨神経痛の鍼灸治療は同時に書かれていることが多い。しかし、腰部への刺鍼と坐骨神経への刺鍼を実際に比べてみると坐骨神経への刺鍼のほうが刺入の苦痛が大きい。

坐骨神経痛の鍼灸治療にはまず患者を側臥位にして大転子を定め、その3㎝ほど下に3寸の鍼を刺入する（図2）。坐骨神経に鍼があたると電気が走ったように響く感じがする。この響く感じが気持ちが良いという人と怖いという人の両極端に分かれる。そして下腿前部のほぼ足の三里あたりに通常の1寸3分か1寸6分の鍼を刺鍼し両極に通電端子をあて通電する。＋極と－極どちらでも良い（当初は極の違いで効果に差があるかと思っていたがあまり差異はない）。通電して坐骨神経にあたっていると足全体が治療器の振動に合わせて動く。通電治療は何回も刺鍼を繰り返す雀啄方に比べて苦痛が少ない。

これにより坐骨神経に刺激を与えるという目的と筋組織の緊張を緩めるという効果が同時に得られる。通電時間は10分を限度にする。（心地良いという患者の希望で15～20分したことがあるが、その後はかえって痛んだため10分を限度としている）。神経組織に直接物理的刺激を与えて元に戻すという鍼灸治療の原理は、この経験が元になっている。正確に坐骨神経に鍼をあてること、そして刺激量を多くしすぎないことが大切である。刺激量が少ないくらいのほうが良い。過激な刺激を与えすぎて来院しなくなる患者は多いが、治療者が物足りなかったように感じる患者のほうが遥かに長く通院するものである。



（図2）　坐骨神経ブロック

関 忠雄
Seki Tadao

1949年　長野県生まれ
1973年　中央大学法学部卒業
1978年　早稲田鍼灸専門学校卒業
　　倉島宗二師に師事　臨床鍼灸学を研修
　　関鍼灸治療室を開設
2003年　新潟大学医学部第一解剖学教室で末梢神経（自律神経:迷走神経）解剖を研修
　　研究題目「迷走神経と経絡との解剖学的相関について」
2005年　佐野動物病院にて獣医学を研修
2006年　名古屋市れもん鍼灸接骨院院長
2013年　アルゼンチン（F・バレイラ）鍼灸院院長
2016年　アルゼンチン、ドイツ、日本（名古屋市）にレモンバーム・アカデミー開設