



「鍼灸」は「効果」があるのか？

文・関 忠雄

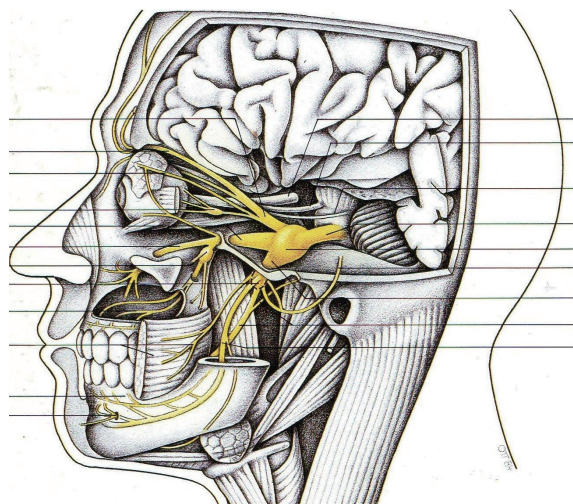
第4回

液晶モニターなどによる眼精疲労に対する鍼治療

筆者は2013年9月20日から18年4月3日までアルゼンチン共和国で生活した。異国において鍼治療が必要な事象があった。それは外国で生活していくにはコンピュータそしてインターネットが不可欠であったこと。しかし、本などの紙の上に書かれた文字を読むのと違って、コンピュータやスマートフォンなどの液晶モニターの発光する画面を見るため、眼が極度に疲労し後頭部がことさら痛くなったことだ。

世界はITで生活がより便利になった一方、モニターを見続けることによる「目の疲れ・眼精疲労」はますます社会問題化している。長時間パソコンを使ったデスクワークのあとに感じる眼精疲労やドライアイの「文字がぼやける」「光がキラキラする」「目の充血・眼痛」「頭痛」の症状を持つ人は急増している。その上に近年はスマートフォンが普及が進み、小さい画面でホームページやメールの閲覧ゲーム楽しむようになり、さらに治療する対象が広がっている。

西洋医学では「薬」により愁訴をとるのが通常であるが、完全に愁訴をとるには睡眠しかない。しかしコンピュータやスマートフォンで疲労している脳は容易に深い眠りにつけないために眼精疲労をとれないものになっているのが現状だ。



(図1) 顔面部の神経

このような愁訴の患者が多いため筆者は意識してコンピュータやスマートフォンによる疲労を除去するよう、鍼の原理をもって効果的な鍼治療法を工夫してみた。

中国で二千年以上も前に考えられた鍼治療は、なぜか中国・韓国・日本でしか医療として認知されなかった。ヨーロッパ医学の似たような治療は、1831年にフランスの医師シャルル・ガブリエル・プラバース(Charles Gabriel Pravaz)が改良した注射針しかない。鍼術のすぐれている点は鍼自体が細いため直接に抹消神経に物理的刺激を与え、神経線維の興奮状態を人為的に変動させることが可能なことである。眼精疲労する神経組織は図1(黄色)のようになっている。

眼精疲労に対する鍼灸治療方法

1. 鍼

(1) 使用鍼

- ◎ 1寸3分(39ミリ)3番(0・20ミリ)

◎ 使用鍼は全面・後面それぞれ8本とする

※ 通電器を使用するため、通電端子が通常8個なので鍼の抜き忘れを防げる

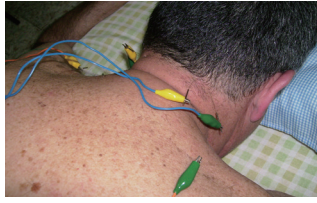
- (2) 通電器：通常市販されているもので良い

- (3) 倉島式九星鍼

- (4) 吸玉：吸玉5号2個と手動ポンプ

- 2. 使用穴(図2赤点を参照)

◎ 後面部



(写真①) 頸部



(写真②) 顔面部



(写真③) 倉島式九星鍼



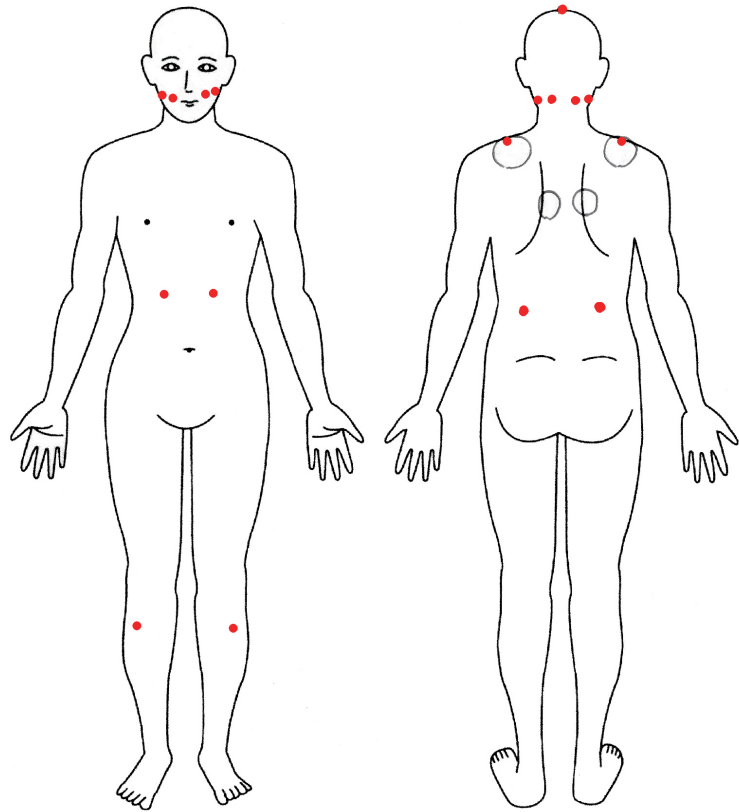
(写真④) 吸玉1



(写真⑤) 吸玉2

倉島式九星鍼、吸玉の写真も掲げる。参考にされたい。(写真③④⑤)

- (1) 頸部：①天柱 ②風池
- ①と②に通電端子をつないで通電(写真①)
- ※頭痛のひどいときは①もしくは②で雀啄し、心地良い響きを与える
- (2) 肩：肩井もしくは天髎
- (3) 腰：腎愈もしくは志室く押しみて気持ちが良い方をとる
- ◎前面部
- (1) 顔面部：①巨膠(こりよう) ②顴膠(けんりよう)
- ①・②に通電端子をあて通電(写真②)、筋肉が通電に合わせて振動すればなお良い
- (2) 腹部：右・左の天枢に通電端子をあて通電
- (3) 足部：右・左の足三里に通電端子をあて通電
- (4) 頸部に補助的に百会の鍼



(図2) 吸玉使用穴



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(フ・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
 2018年 アルゼンチンから帰国