

# 第55回

辻和之先生の

# 健康コーナー

わかりやすい東洋医学講座

第6回 気の不調

## 東洋医学の基礎理論⑤ 気の不調

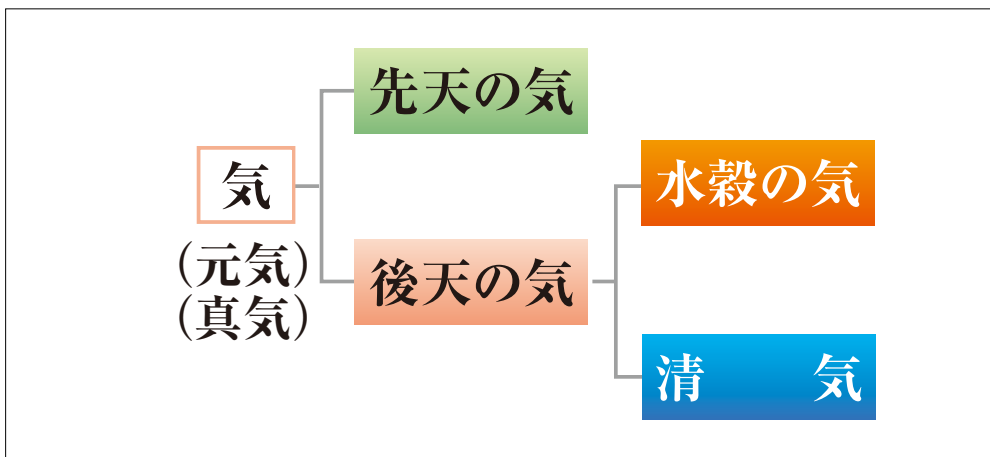
前回は気とは何かということについてお話ししました。

今回は「気の不調」についてです。

### 1 気虚(気の不足)

気の不足は「先天の気」(生まれつき持っている気)が足りない場合もありますが、多くは「後天の気」(生まれてから作り出す気)脾が作り出す水穀の気や肺が作り出す清(せい)気が不足することで気虚になります。

その原因には、過労、慢性病、不摂生などがあり、気が不足することとで、人体の成長発育が低下したり、臓腑経絡などの生理活動が低下して疲れやすさを招きます。



気には、暖める温の性質が有りますので、「温煦作用・気化作用」が低下すると、冷え、下痢、浮腫(むくみ)を招きます。

また気の不足により、気が持っている消化吸収作用(化生作用)が低下すると、消化不良を来し、痩せをもたらしたりもします。

気は、西洋医学でいう免疫作用、「衛気」を有しており、気の不足による「防衛作用」の低下は、風邪を引きやすくなるなどの免疫力の低下を引き起こします。

さらに、気には漏らし出さない作用(固摂作用)もあるため、その低下は、皮下出血などの出血傾向の症状をもたらします。

気虚の治療には、人参(薬用人参、オタネニンジン)、白朮(びやくじゆつ)が配合された、四君子湯などの気を補う治療を行います。

### 2 気滯

気の巡りが悪くなることで生じ、ストレスなどが原因で起こります。

気が沈む、気が重い、気力が低下するといった症状が出現します。

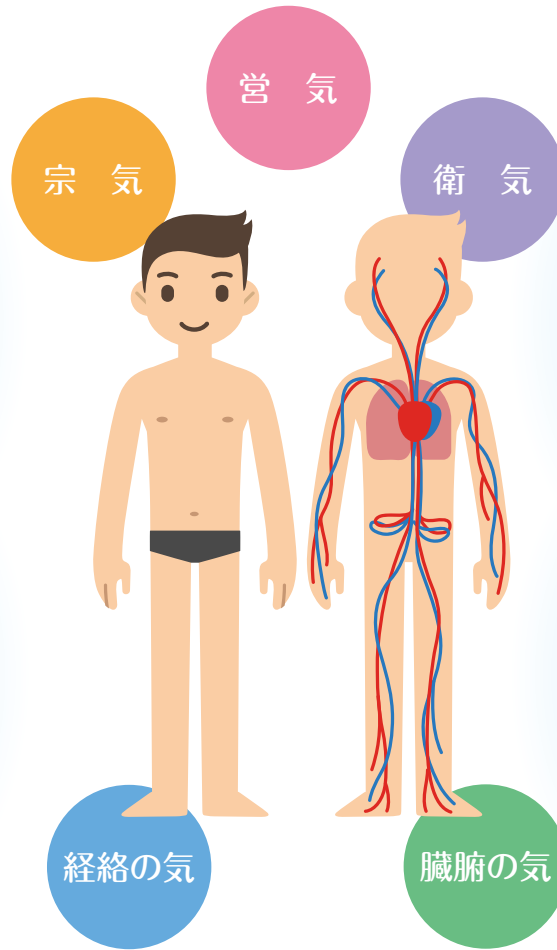
治療には、柴胡と芍薬の配合された、気の巡りを良くする四逆散、加味逍遙散、大柴胡湯などを用います。

気の流れが下降しにくいと、喉やお腹の支え(つか)を生じます。その場合、下向きへの気の流れを良くする半夏厚朴湯などを用います。

気の様々な働きは、

宗気、営気、衛気、臓腑の気、経絡の気

5つに分類することができます。



「気」の不調は、

さまざまな症状を引き起こします。



### 3 気陥

気がパワーダウンして、上昇する力が不足した状態で、内臓下垂、脱肛などの症状を生じます。

治療には、柴胡と升麻しょうまを配合した補中益気湯などを用います。

### 4 気逆

気が上昇し過ぎるか、下降する力が低下して起こる病態で、咳嗽、ゲップ、吐き気、めまいなどの症状を生じます。

気逆の治療には、上がってきた気を下げたり、気を本来の流れに調整する治療を行います。

このように「気」の不調は、さまざまな症状を引き起こす原因となります。

食事や運動などの生活習慣に気をつけると共に、ストレスをためないよう心がけることも大切です。

次号では「気・血・津液」の「血」についてお話ししたいと思います。



医療法人社団和漢全人会花月クリニック

### プロフィール

昭和26年 北海道江差町に生まれる  
 昭和50年 千葉大学薬学部卒業  
 昭和57年 旭川医科大学卒業  
 平成 4年 医学博士取得  
 平成10年 新十津川で  
 医療法人和漢全人会花月クリニック開設

日本東洋医学会 専門医  
 日本糖尿病学会 専門医  
 日本内科学会 認定医  
 日本内視鏡学会 認定医



医療法人和漢全人会  
 花月クリニック  
 日本東洋医学会専門医  
 医学博士  
 和之