

プライマリ・ケアに 活かす鍼灸 —はじめの一步



寺澤佳洋 (口之津病院内科・総合診療科, 医師・鍼灸師, 写真左)

吉田行宏 (明治国際医療大学鍼灸学部鍼灸学科講師, 鍼灸師, 写真右)

本コンテンツはハイブリッド版です。PDFだけでなくスマホ等でも読みやすいHTML版も併せてご利用いただけます。

▶ HTML版のご利用に当たっては、PDFデータダウンロード後に弊社よりメールにてお知らせするシリアルナンバーが必要です。

▶ シリアルナンバー付きのメールはご購入から3営業日以内にお送り致します。

▶ 弊社サイトでの無料会員登録後、シリアルナンバーを入力することでHTML版をご利用いただけます。登録手続きの詳細は <https://www.jmedj.co.jp/page/resistration01/> をご参照ください。

▶ 登録手続

1. 鍼灸施術のはじめの一步 ————— p2
2. What: 鍼灸施術とは? ~分類, 作用, 副作用~ ————— p4
3. Who: 鍼灸師とはどんな人? ~国家資格や人数~ ————— p16
4. Who: 患者はどんな人? ~適応やエビデンス~ ————— p16
5. Where: 鍼灸はどこで受けられる?
~鍼灸院はコンビニよりも多い?!~ ————— p19
6. When: 鍼灸はいつ受けることが多いのか?
~特に療養費制度について~ ————— p19
7. How: 鍼灸施術を覗いてみよう~動画で確認~ ————— p22
8. 鍼灸を選択肢のひとつに! ————— p28

▶ HTML版を読む

日本医事新報社では、Webオリジナルコンテンツを制作・販売しています。

▶ Webコンテンツ一覧

1. 鍼灸施術のはじめの一步

筆者は高校卒業後に、当時、鍼灸を学ぶことができる唯一の大学であった明治鍼灸大学(現：明治国際医療大学)鍼灸学部に進学し、その後医学部に編入して医師となった。その中で、不思議な経験をした。鍼灸大学在学中は、当たり前かもしれないが鍼灸が医学の中心であった。しかし、医学部で学び、医師になってから鍼灸が遠い存在になった。周囲の医師やコメディカルに聞いても「鍼灸って効くの?」「鍼灸? よくわからないなあ」というリアクションである。

医師になってからも、自分なりに鍼灸の適応と判断した病態や疾患を有する患者に鍼灸施術を勧めてきた。筆者は自分で鍼灸を施術することより、鍼灸師や鍼灸院を紹介することのほうが多い(なぜならば、世の中には腕の良い鍼灸師が多くいるからである)。患者の中には、鍼灸によって数年来の苦しみから解放された人もいた。

鍼灸は、未知の点も多い。ただし、鍼灸で改善する症状があることも事実である。PubMedで「acupuncture(鍼)」で検索したときにヒットする論文数が2000年頃から急速に増えたことから、注目度の高さを窺い知ることができる(図1)。また、海外のガイドラインにも記載があるように、鍼灸を治療のオプションとして持つことで治療の幅が広がると思われる(図2)¹⁾。

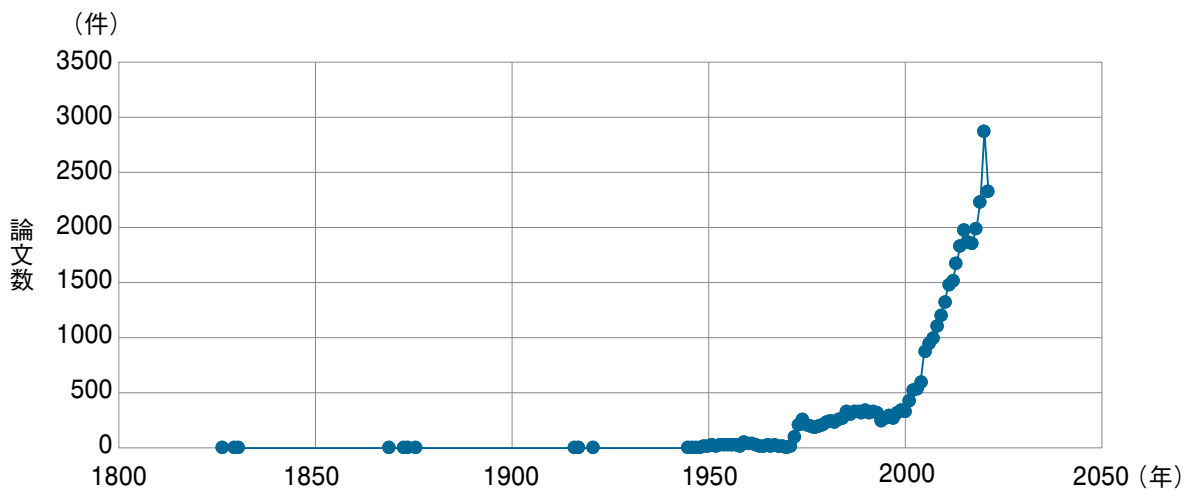


図1 PubMedで「acupuncture (鍼)」で検索したときにヒットする論文数

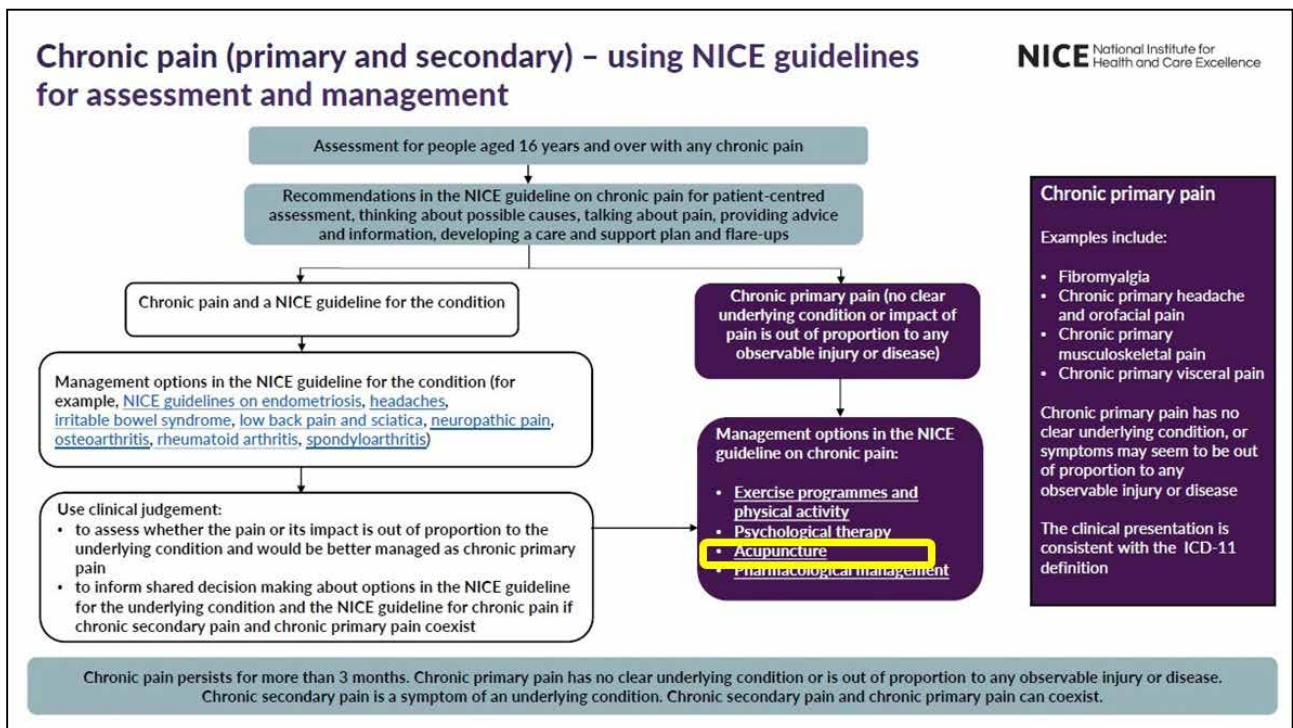


図2 NICE chronic pain: 慢性疼痛 (一次性, 二次性): NICEガイドラインを使用した評価・管理
管理オプションとして, 薬物管理や心理療法に併記で鍼治療の記載がある (黄色囲み部) (文献1より改変)

本稿は鍼灸施術の“手技”のHow toを指南するものではなく、「鍼灸を治療オプションとして頂ければ」という想いで書いている。自分で鍼灸施術を行うことは心理的, 技術的, 時間的な制約で実践できなくても問題はない。あとにも述べるが, おそらく読者の皆さんの周りに力になってくれる鍼灸師はいるはずだからである。

最後に大切なことを加えておく。ここで述べる鍼灸に関する情報は, 現

在鍼灸学校で一般的に行われている講義内容になるべく準拠したもので、筆者らが学んできたものが中心である。一方で、「鍼灸施術」と表現されているものには、流派や国の違いなどから多様性があることも忘れてはならない。この点は、特に研究論文などを参考にする際は注意が必要である。本稿で述べたものと異なる施術や手技、特定の流派を軽視する意図はない。

2. What : 鍼灸施術とは？～分類，作用，副作用～

「鍼灸施術」とひと括りにしているが、「鍼^{はり}施術」と「灸^{きゅう}施術」は別物である。大まかにとらえると以下の通りである。

- ・鍼^{しん}灸^{じゆう}施術：鍼を体内に刺入して、または刺入せずに皮膚を摩擦・接触する刺激を用いる施術
 - ・灸^{じゆう}施術：モグサやそれに類似した他の物質の燃焼熱を用いる施術
- ※鍼も針も「ハリ」であるが、鍼は施術用、針は裁縫用のものを示唆する。
本稿では、施術目的であることから「鍼」を採用する。

鍼灸の起源には諸説あるが、およそ3000年前の中国やその周囲の国々にルーツがあるとされている。日本には6世紀に仏教などとともに伝来したとされ、その後、鍼の刺し方や診断方法などは国内で独自の進化を遂げている。

(1) 鍼^{しん}灸^{じゆう}施術

1) 鍼^{しん}の種類

鍼は、刺さない鍼と刺す鍼に大別される。刺さない鍼が存在することだけで驚かれることも多い。歴史的には形状や用途によって9種類の鍼が存在しており(古代九鍼)、現在のメスのように皮膚を切開する目的で使用

した鍼もある (図3)。

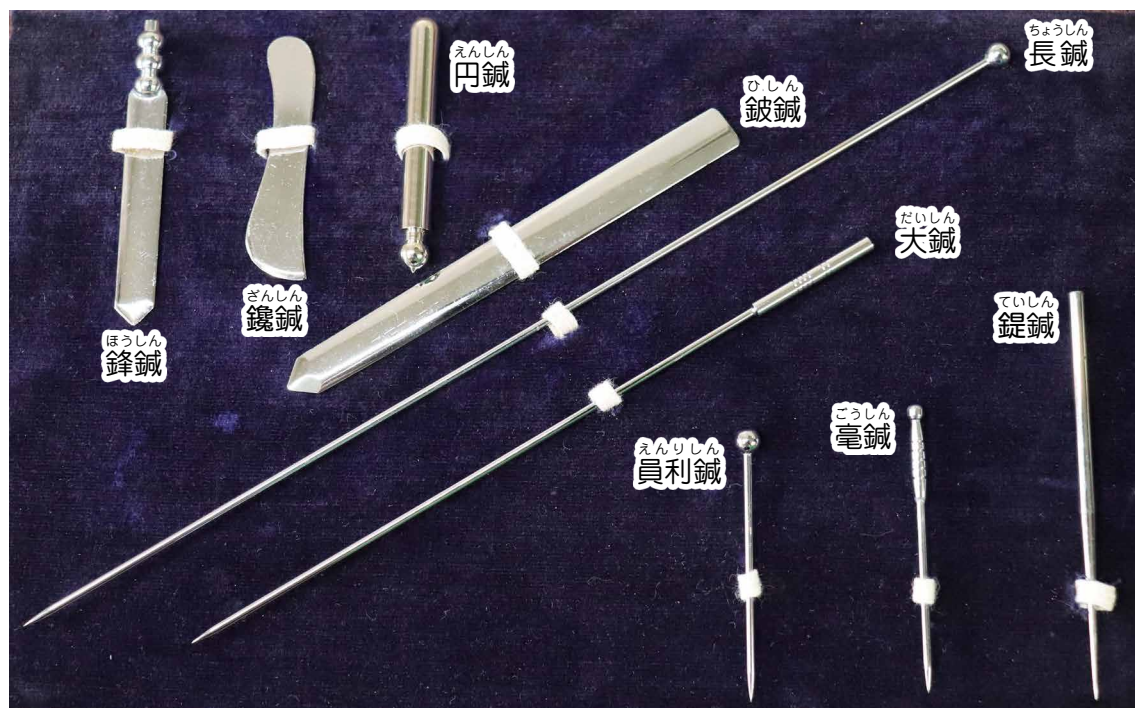


図3 古代九鍼

① 刺さない鍼 (図4)

主に子どもや刺す鍼に抵抗を示す患者に使用される。治療目的によって刺さない鍼が選択されることもある。流派によっては、刺さない鍼をメインに用いることもある。使用後にはオートクレーブ処理されるのが一般的である。

代表的なものに、鍼先が体内に刺入されない形状になっている^{ていしん}錠鍼や、擦過刺激、接触刺激を行う小児鍼、皮膚の広い範囲を刺激できるローラー鍼がある。