

はりのちから

市川治療室No.347.2017.06

西洋医学の補完代替医療として、「伝統医学」とよばれる医療があります。

伝統医療の一つである鍼灸は、その長い歴史による実績もさることながら最近の医学的・学術的研究によって作用の科学的な説明がなされるようになってきました。

1980年代に「はり麻酔」などで注目された鍼刺激は当時、「血行改善・筋緊張緩和・心地よい刺激」などが実験で明らかにされました。

しかし、その作用メカニズムについてはまだ分からないことが多い時期でした。

冊子「はりのちから」では現役医師である永田勝太郎先生、南和友先生、高橋徳先生に「鍼刺激がどのようなメカニズムで生体の変調を矯正し、保健及び疾病の予防または治療」に関与しているかを解説していただきました。

また、公的研究機関の堀田晴美先生には「鍼刺激と自律神経のメカニズム」について解説していただきました。

さらに、「世界的に鍼刺激がどのような立場にあるか」について織田聡先生に紹介していただきました。

鍼刺激は、外科的手術のように「目に見える」「即効性のある」ものとは異なるものですが、保健及び疾病の予防または治療に広く応用できるものです。

1・永田勝太郎氏…「鍼の効果の本質一向ホメオスタシス効果」

- a. 鍼刺激は生体を望ましい状況に誘う力「向ホメオスタシス効果」がある。
- b. 鍼刺激は欧米では積極的な健康づくりやアンチエイジングの方法。
- c. 鍼刺激による「深部体温・血圧の正常化」
- d. 鍼が酸化ストレス防御系に与える影響。
- e. 鍼とストレス防御（コルチゾールとDHES-S）

2・南和友氏…「健康と自律神経・血液循環の関係について」

- a. 健康維持のポイントは血液循環改善・自律神経を整える（鍛える）。
- b. 鍼刺激で抹消循環を改善することによりマッサージなどで筋肉や関節などの緊張を解すことで痛みなどを改善する以上に効果がある。

3・高橋徳氏…「鍼治療の自律神経調節・抗ストレス作用・鎮痛作用」

- a. 鍼刺激の自律神経調節作用。
- b. 鍼刺激の抗ストレス作用。
- c. 鍼刺激の鎮痛作用。

4・堀田晴美氏…「鍼刺激による血液循環改善作用の反射性メカニズム」

- a. 鍼刺激による「脊髄反射」と血液循環改善
- b. 鍼刺激による「上脊髄反射」と血液循環改善
- c. 鍼刺激による「軸索反射」と血液循環改善
- d. 鍼刺激による脳内血液循環改善

5・織田聡氏…「世界で注目される「はりきゅう」

- a. 日本独自の鍼（Japanese Style はりきゅう）
- b. 補完医療としての鍼灸治療
- c. 統合医療における鍼灸治療の位置づけ

血液循環改善は全身運動（ウォーキングなど）がベストですが歩行が困難、不能の場合は咀嚼が有効です（特に脳血液循環）

血液循環改善のための運動や咀嚼が十分にできないケースは鍼刺激は有効な手段です。また、鍼刺激は「面ではなく点、また身体表面ではなく深部」に作用するのがメリットです。鍼は髪の毛程の太さで痛みはありません。

機能的障害

器質的障害

ストレスと遺伝子（テロメア）

ストレスとホルモン

ストレスと自律神経

ストレスと血行障害

ホルモン・自律神経・血行障害・遺伝子と健康寿命