

＜瘀血という病気＞

(石原氏書籍をベースに主に岡田氏情報を追加して作成)

0.【はじめに】

1.【瘀血について】

2.【瘀血で起きる種々のサイン】

3.【瘀血の診断】

(参考情報①)その他の瘀血に関する情報

(参考情報②)瀉血の効果、瀉血方法

(参考情報③)吸玉療法

(参考書籍)

0.【はじめに】

事故などによる打撲や骨折などと言ったケガ以外のほぼ全ての病気は、一つの原因によって発症しているのです。では、その「同一の原因」とは何でしょうか。答えは「**瘀血**」です。

瘀血とは読んで字のごとく、体の中にたまった悪い血のこと、流れていない汚れた血のことです。この瘀血を取り除くことによって、病気の根本的な治療が可能になるのです。

1.【瘀血について】

①野生動物はなぜ天寿を全うするのか？

野生の動物は、病気になったりケガを負ったとき、どうするかというと、熱を出し(発熱)、食べない(食欲不振)で、ジッとしています。

ある期間こうしていることで、病気やケガを自然治癒させてしまうのです。

人間も、このことを見習うべきです。何を学ぶべきかと言えば、**発熱と食欲不振**は自然治癒のための二大原動力だということです。発熱と食欲不振は、人間を含めた動物に天から与えられた「二人の名医」なのです。

②万病の元は、血液の滞り

世の中にはガンや心筋梗塞など内臓の病気から骨や筋肉や皮膚の病気まで、様々な病気があります。それらの原因や治療法、予防の仕方について、色々な研究が進められてきましたが、そこに「**血液**」という観点を入れてみると、非常にはっきりしてくることがあります。

結論から言えば、「**万病の元は、血液の滞りだ**」ということです。かみ砕いて言えば、「**あらゆる病気は、血液の汚れから起きる**」のです。

血液の汚れは、東洋医学的に言えば、「**瘀血**」ということになります。「瘀血」は「汚血」につながります。

「瘀」は滞るという意味。ですから、「瘀血」とは、血液の流れの悪さを表現した言葉です。つまり、血液がドロドロの状態です(以上は石原氏見解。蔡氏見解は、体表部の瘀血が溜まっていく場所は、毛細血管と細胞の間です。つまり血管内ではないのです。血管内を流れていない血液があるなんて、と不思議に思われるかもしれませんが。しかし、「ドロドロ血液」は、ドロドロであろうと、とりあえずは「流れている血液」です。それに対して瘀血はゼリーかレバーのような塊で流れるどころではありません。片野氏は、心臓に戻れなくなって組織に浸潤した静脈血を言う。ものもらい、蓄膿症、円形脱毛症、脳腫瘍などは全て瘀血が原因。瘀血が発生する場所によって、病名と症状が変わるという見解)。

③病気とは血液の汚れを浄化しようとする反応

病気になると発熱したり食欲不振に陥りますが、そういう症状自体が“悪いもの”ではなく、それはむしろ、“**悪いもの**”に**対抗するために起きている現象**なのです(=病気とは、我々の体に備わった自然治癒力が動員されている状態)。

そして、“悪いもの”とは「瘀血」、血液の汚れです。それは、血液の中に有害な老廃物(乳酸や尿酸など)や余剰物(コレステロールや中性脂肪等)が溜まった状態。**発熱**は、その老廃物・余剰物を燃焼させるために起こり、そもそも老廃物・余剰物の元になる**食べ過ぎを止めるために生じる現象**なのです。

このように、**血液の汚れを浄化しようとする反応が「病気」**なのです。つまり、逆説的ですが、我々の体のために頑張ってくれているのが「病気」だと言ってもいいでしょう。

要約すれば、病気とは、「**瘀血の浄化反応**」、血液の汚れを浄化しようとする体の反応と言えます。

以下もう少し具体的に述べましょう。

◎皮膚病も動脈硬化も「瘀血の浄化反応」

皮膚病では発疹が起こりますが、それは、血液中の老廃物(汚れ)を排泄するために起こる現象です。つまり、血

液の汚れを浄化するための活動、「瘀血の浄化反応」です。

高血圧や動脈硬化もまた「瘀血の浄化反応」です。

年を取ってくると、発疹をつくって老廃物を血液の外に排除する力も、発熱して老廃物を燃焼させる力も低下してきます。その結果、血液は、コレステロールや中性脂肪などの余剰物や、乳酸や尿酸など種々の老廃物で汚れたままの状態になってしまいます。

その汚れた血液が全身の細胞に巡っていかないように、これらの余剰物や老廃物を血管の内側に沈着させる反応、それこそが**動脈硬化**なのです。

つまり、**血液だけはなんとかサラサラの状態に保とうとして起こるのが、動脈硬化**なのです。動脈硬化によって血液の通り道が狭くなるので、心臓は力を入れて血液を押し出そうとします。これが**高血圧**です。

動脈硬化を作り血液を浄化しても、それまでと同じ食生活の誤りや運動不足を続けて、また血液が汚れてくると、血液の汚れを一ヶ所に固めて、血液の流れをサラサラにしようとする反応が起こります。これが**血栓**です。このように、動脈硬化、高血圧、血栓は、汚れた血液の「浄化装置」なのです。

同様に、胆汁や尿の成分が濃すぎたり、汚れて流れが悪くなったりすると、その流れをサラサラに保つために、余剰成分を固めようとする反応が起こります。これが**胆石**や**尿路結石**です。胆汁も尿も、もともとは血液からつくられるので、結石もまた「瘀血の浄化反応」と考えていいのです。

動脈硬化や血栓、結石は、排撃すべき「悪者」と一般には捉えられていますが、実は血液の汚れを一ヶ所に固めてくれているもので、そのおかげで血液の汚れが全身に及ばないですんでいるわけです。

従って、**動脈硬化や血栓、血液ができるということは、血液の汚れで全身が冒されることから人間を救う、自然治癒力の働きの一環**なのです。

◎ガンは、血液浄化のための「最終装置」

ここまで述べてきたように、汚れた血液を浄化するための装置として、様々な病気が発生するのです。

そして、ガンこそ、血液の汚れを浄化するための「**最終装置**」と言うべき存在なのです。

ガンと言う名の腫瘍、固まりとなって、血液の汚れをそこに集めて封じ込め、全身の血液を浄化しているのです。動脈硬化も高血圧も血栓も、血液浄化の為の装置ですが、ガンこそ、一番最終の浄化装置だということになります。ガンの場合、必ず出血を伴います(胃がんの吐血、大腸がんの下血など)。この出血も、血液の汚れを浄化するための、体の自然治癒力による必死の反応と考えていいでしょう。つまり、ガンの原因である「瘀血」を排泄している現象なのです。古今東西行われてきた**瀉血療法**(参考情報②)も、汚れた血を抜き取り、自然治癒を促す方法だったわけです。

病気は血液の汚れを浄化するための反応であり、ガンはその浄化の最終装置だとすれば、**ガンの予防法は血液を汚れさせないこと**だということになります。また、ガンを治療するには、**血液の汚れを取り除くこと**が大切だということになるでしょう。

こうしてガンにならない血液をつくってあげれば、それはガン以外の病気、つまり動脈硬化から皮膚病まで諸々の病気を予防するための血液をつくることにもつながっていくと言うことができます。

「では、どうしたら血液の汚れを防ぎ、取り除くことができるのか？」

そのためには、まず、「瘀血」はなぜ起きるのかということを考えてみる必要があるでしょう。

④「過食」が「瘀血」を招く

漢方では、「食が血となり、血が肉となる」と言います。食べたものが血液の成分となり、それが各器官(肉)を養うという意味です。従って、「瘀血」の原因の第一は、**食物の摂り方にある**ということができます。

まず、「**過食**」(食べ過ぎ)が「瘀血」の原因になります。血液検査の結果、コレステロール、中性脂肪、血糖の値が高すぎる場合、食べ過ぎによって血液中に栄養物質が過剰になっていることを示しています。

「過食」はまた、乳酸、尿酸、ピルビン酸を始めとする種々の老廃物を増加させて、血液の汚れ、血液の滞りに拍車をかけることにもなります。

⑤運動不足、ストレスも「瘀血」の原因に

「過食」に次いで「瘀血」を起こす第二の原因は、**運動不足**です。

運動をすると誰でも体温が上昇しますが、これは筋肉を使うからです。人間の体温の40%以上は、筋肉で産生されるのです。

体温の上昇によって、血液中の脂肪や糖などの栄養過剰物が燃焼します。同時に、尿酸や尿酸などの老廃物も燃焼するので、血液の浄化が促進されるのです。さらに、運動をすることによって、体内の老廃物や栄養過剰物を貪食処理する白血球の働きも増すので、一層血液が浄化されることになります。

逆に、運動不足になると、体温が下がり、血行が悪くなり、白血球の働きも低下するので、「瘀血」の原因となってしまいます。

また、日常生活におけるストレスも血液を汚す原因の一つです。

ストレスによって、血液中にコレステロールや中性脂肪、尿酸、赤血球、血小板などが増加してきて、血液がドロドロ、ベタベタになり、血栓ができやすくなります

(蔡氏談。睡眠不足やストレスは瘀血を溜め込む原因となります。体が重いな、と感じ始めた時と言うのは、疲労の始まりであると同時に瘀血が溜まり始めていると受け止めて差し支えありません。

慢性的な疲労を抱えた状態が続くと、まず**内臓**にお血が溜まり始めます。そこで休養を取って疲労を回復することをしなければ、**その次に体表部**に溜まっていきます)。

そのほか、自動車の排気ガス、工場からの煤煙、タバコの煙などからの有害物質は、肺を通して直接、血液に入り、血液を汚します。水道水の塩素やトリハロメタン、野菜などに残留する農薬などなど、我々の周囲には血液を汚し、「瘀血」を起こす物質が充満していると言わなければなりません。

⑥「冷え」と「水分の過剰」も瘀血を生じる一因

体温の低下が病気に繋がることを西洋医学的に説明すると、次のようになります。

人体内の化学反応は平均体温36.5度で営まれているため、体温が低下すると、その化学反応が十分には営まれなくなってしまう。

つまり、体温の低下によって、代謝過程で様々な有害な中間代謝物が生じ、糖や脂肪の燃焼をも妨げ、尿酸や乳酸などの老廃物の燃焼も十分に行われなくなる。

そのため、血液が汚れ、「瘀血」が生じ、あらゆる病気の原因になる・・・というわけです。

また、あらゆる病気の罹病率や死亡率が、冬に高くなるのは、あらゆる病気と「冷え」との関係が密接であることを物語っていると言えるでしょう。

「痛み」も例外ではありません。冷房の利きすぎた部屋に入ると頭痛がするのは、「冷え」が引き起こした結果なのです。さらに雨が降ると神経痛になるのは、雨が「冷え」をもたらし、痛みを喚起するのです。こうした痛みは、入浴することによってたいしては軽減します。痛みの原因である「冷え」が解消されるからです。

漢方では、痛みは「冷え」と「水分の過剰」によってもたらされると考えます。

気温37℃なら相当に「暑い」と感じますが、37℃のお湯はむしろ「温い」と感じます。このことによっても、水分がいかにかに体を冷やすものであるかということがわかります。「冷え」「水分の過剰」も瘀血をもたらす、病気の原因となることを知っておく必要があります。

⑦まとめると、「瘀血」の原因は「誤った食事」と「冷え」

冒頭で、野生の動物が発熱と食欲不振によって自然治癒する話を紹介しました。

また、ガンをはじめ万病の元は、「瘀血」、すなわち血液の汚れにあるとも指摘しました。

そして、その「瘀血」をもたらす原因となるものは、食べ過ぎ、運動不足、ストレス、冷え、水分の過剰などと述べてきました。

原因のうちの最初の食べ過ぎは、もちろん食生活の問題、つまり、「誤った食事」です。残る4つのうち、運動不足と冷え、水分過剰は、「熱」ということと密接に関係しています。

整理すると、ガンをはじめ、あらゆる病気の源となる「瘀血」。その血液の汚れの原因となるものは、「**誤った食事**」と「**冷え**」。これはちょうど、野生の動物の自然治癒力の元である二つのもの、「食欲不振」と「発熱」の裏返しだということが理解していただけるでしょう。

2.【瘀血で起きる種々のサイン】

なんとなく体調が悪いという状態のほかに、「瘀血」のサインは色々あります。

「瘀血」の自覚症状としては、肩こり、頭痛、めまい、耳鳴り、動悸亢進、息切れ、生理不順、腹痛、便秘、下痢、精神不安、不眠症など、諸々の不定愁訴があります。「瘀血」に陥ると、体の細胞・各臓器に、水、栄養素、酸素、白血球、免疫物質、ホルモンなどが十分に供給されなくなり、細胞・各臓器が汚れた血液によって養われることになるので、こうしたありとあらゆる症状が出現してくるのです。

「瘀血」が起こると、自覚症状だけでなく、人が見ても分かる他覚症状を示すようになります。

例えば、血液が滞ると顔面の血管が膨れてくるので、「**赤ら顔**」になります。一般には、赤ら顔の人をみて、「血色がよい」と勘違いすることが多いのですが、実は、たいしては「瘀血」が起きているサインなのです。**目の下の隈**も同様です。

また、「瘀血」によって毛細血管に血液が鬱滞し、血管が膨れてくると、**少々の打撲でも出血しやすくなる**ので、アザ、鼻血、歯茎からの出血、痔出血(痔静脈の腫れからの出血)を起こしやすくなります。これらも「瘀血」が起きているサインなのです。

掌が赤くなる「**手掌紅斑**」、顔、頸、胸などの毛細血管がクモの足のように放射状に浮き上がる「**クモ状血管腫**」は、西洋医学では慢性肝臓障害(慢性肝炎や肝硬変)のサインと見ますが、漢方では、それらは「瘀血」が起きて

いるサインと見ます。慢性肝炎も肝硬変も、肝臓の「瘀血」から生じる一病態と考えるのです。

肝硬変になると、食道静脈瘤を併発して出血(吐血)することが多いのですが、食道静脈瘤からの出血に限らず、全身のあらゆるところから出血しやすくなります。

出血しやすくなることとは逆に、「瘀血」が起きると、血栓などの血の固まりをつくりやすくなります。例えば、下肢の静脈瘤は血流の滞りそのもので、「瘀血」のサインの一つです。日本人の死因の第2位である心筋梗塞(冠動脈血栓症)、第4位の脳梗塞(脳血栓)もまた、「瘀血」の一病態と考えることができます。子宮筋腫もまた、漢方では、大元の原因は「瘀血」であると考えます。生理の前に子宮内膜が鬱血してくると、子宮筋腫が大きくなる場合がありますが、これも、子宮筋腫が「瘀血」によって引き起こされると考えれば説明がつくことです。

3.【瘀血の診断】

①舌診

舌を持ち上げて見える、舌の裏の静脈の状態を観察します。瘀血の強い患者さんでは、この舌下静脈がひどく怒張し青々と観察できます。瘀血の診断で一番分かりやすい所見です。

この舌下静脈を観察する場合は、口を開けさせて舌を挙上させた瞬間で判断します。何度も舌を上げ下げさせてしまうと、瘀血が改善した後でも青く見えてしまいます。一瞬の観察が大切なのです。

②腹診

腹診では瘀血の圧痛点というものを確認します(へそ中心から斜め上1.5cm、斜め下2.5cm・7cmの6ヶ所)。

この瘀血圧痛点とは、腹壁を指で圧迫することによって生じる、腹部大動脈の虚血性疼痛であるというものです。瘀血が進行していくと、腹部大動脈の血管壁にも循環障害(虚血)が発生していきます。すると腹部大動脈の血管壁にある知覚神経によって、痛みを感じやすくなってしまいます。

ここでお腹の表面から腹部大動脈を圧迫します。するとたださえ循環障害を起こしていた血管壁では、圧迫によってさらに循環障害は悪化します。結果、なんとも言えないような腹部大動脈の走行に沿った痛みを自覚することになるのです。

これがお腹の瘀血圧痛点というものの正体であろうと私は考えています。

しかもこの腹部大動脈の虚血性疼痛というものは、瘀血による臨床症状の改善・消失過程に全く一致して消退・消失します。また瘀血の再燃により簡単に再現するのです。科学的な検査以上の正確さです。

③深部体温

深部体温とは、私たちの身体の中心部の体温のことで、具体的には脳の温度です。脳の温度は、鼓膜の温度と一致しますので、鼓膜の温度を測ります(瘀血の診断にも、瘀血が治療によって回復していく過程を見守るためにも、大変重要)。

私たちの身体は深部体温を常に一定に保っています。しかし特別の場合には、この仕組みがうまく働かなくなってしまうのです。それが瘀血という病気の場合です。

瘀血の患者さんでは、健康な人と違って深部体温に特徴のある変化が見られます。

それは瘀血の患者さんでは、冬期と夏期の深部体温が、健康な人と逆転していることです。

健康な人では、気温の低下した冬期には深部体温は上昇し、気温の上昇した夏期には逆に低下します。つまり気温の高低にあわせて、深部体温を微妙に調節しているわけです。

しかし瘀血の患者さんでは、この調節ができなくなっています。

また深部体温が低下すると、お腹の中の温度(腹腔内温度)も低下してしまいます。このために具体的には胃腸の働きが悪くなります。

自覚的には、胃腸の動きが悪くなるために食べ物がいままで胃から排泄されず、「胃のもたれた感じ」となります。腸の動きも悪くなるため便秘傾向が強くなったり、便の出が悪くなるためガスが発生してお腹が張ったり膨れたりするようになります。

(参考情報①)その他の瘀血に関する情報

【瘀血の原因となる毒素】

瘀血の原因となる毒素には、多種多様なものがあります。例えば、化学薬品、プラスチック製品、異形タンパク質、環境ホルモン、ステロイドなどの人工的ホルモン、動物の内臓、特に腸内物、肝臓などがあります。これらが長期間、沈着累積して腐ってしまうと瘀血になります。

【体内に瘀血が溜まっている人】

<お血>

体内に瘀血が溜まっている人は、**背中**の表面が**デコボコ**しています。凹んだところに瘀血が溜まっており、いわば背中が毒素のタンクのような状態になってしまうのです。瘀血が取り除かれると、デコボコがなくなります。瘀血が最も溜まりやすいのが**背中**です。そのほか、**両脇下、頸椎、肩甲骨の周辺、肩甲骨と胸椎の間、腰椎の両脇と骨盤の上部**など数多くあります。

【生まれつき弱いところに注意】

人は誰でも生まれ持った体質があります。風邪をひきやすいとか胃腸の調子を崩しやすいなど、それぞれ弱いところがあるのもそのためです。病気には先天的な要素と後天的な要素があります。**瘀血は遺伝的な要素の強い先天的な部分に作用**します。**どこに溜まるかは後天的な要素**と言えます。つまり、瘀血は生まれつき弱いところに作用しやすいため、胃が弱い人は瘀血が溜まると胃の病気に、気管支が弱い人は喘息や気管支炎になったりするのです。また、どこに溜まるか、どれだけ溜まるかは後天的な要素といえます。

【瘀血という病気に影響を与える因子】

◆1.気候条件の影響(推測)

瘀血に対する診断・治療方法が完成していた漢方医学の発展した地域は、**中国南部**と**日本**でした。これらの地域に共通していることは、年間の気候条件がそっくりであるということです。すなわち四季というものがハッキリしており、**その移り変わりがことのほか激しく**、その結果強く人間の身体に影響を与える地域です。

日本や中国の南部、つまり元々瘀血が発病しやすかった地域において、気候が変わる最も大きな原因は**気圧の変化**です。これらの地域では、気候はほぼ3ヶ月ごとに激しい勢いで変わっていきます。つまり、3ヶ月ごとに大きく気圧が変動するということです。

一方、瘀血が発病しにくかったヨーロッパや北米においては、年間の気圧の変動は大変緩やかです。このきわだって異なった二つの気候条件の地域で、現代医学と漢方医学は別々に生まれました。そしてこの二つの医学の間の大きな違いが、たった一つの瘀血という病気の存在の有無にあるとしたら、瘀血と言う病気の発病には気候条件が大きく関与していると考えられることは、当然であると思われませんか。

ところで、瘀血と言う病気は、血液自体の粘りが増すことによって、毛細血管がつまってしまい、このために血液から与えられる栄養と酸素が絶たれる結果、細胞が死ぬ病気である、と説明しました。

酸素と栄養、このうち私たちの細胞にとってより重要なものは、酸素です。瘀血の実態というのは、**毛細血管の閉塞による細胞の「酸欠死である」**と考えてもよさそうです。

◎瘀血を克服する気圧馴化という仕組み

もともと私たち人間の身体には環境に対する優れた順応性があります。この順応性のうち、もっとも顕著なものが、「**高所馴化(気圧馴化)**」と呼ばれるものです。

例えば、薄い空気で身体を馴らしていくと、私たちの身体は薄い空気、つまり低い酸素の量でも耐えられるようになり、このように薄い酸素状態に慣らした身体は、ひとたび濃い酸素の下では爆発的な力を発揮します。私たちの身体には、ゆっくりとした時間さえかければ、やがてこのように薄い酸素の量でも平気で生きていける身体に変わってしまえるような、環境に適應していく優れた能力があるということが分かったのです。

しかし、この能力にも限界があります。

それは、この能力が有効に働くのは**酸素の欠乏の状態が常に一定である場合だけ**、ということです。

◎瘀血の発病に対する地域差の原因

(1)ヨーロッパ

気候の変化が緩やかで、激しい気圧の変化がない、つまりいつもほぼ一定の酸素濃度の環境で暮らせるヨーロッパでは、瘀血を背負って成長を続けるうちに、瘀血によって生じる酸欠状態に耐えられるような強い細胞が出現したと考えられます。それがヨーロッパ大陸で、瘀血の発症しにくかった理由、あるいは瘀血が発病状態にまで悪化した患者が見られなかった理由ではないかと推測しています。

(2)日本と中国南部

この地域では、酸素の濃度はおよそ3ヶ月ごとに激しく変化していくのです。これらの地域では、現在も過去においても、気圧の激しい変化と言う気候条件によって、本来人間が持っている瘀血に対する身体の防御機構(気圧馴化)そのものが破綻してしまいます。その結果、過去多くの瘀血発病患者を生み出してきたのであろう、と考えています。

そしてこれが同じ中国でも北方に瘀血が発症しにくく、日本と日本の気候に近い中国南方地域に瘀血が発症し続けてきた理由であり、このため瘀血を治す医学としての漢方医学が、世界的に見てこれらの狭い地域だけで発展し、ヨーロッパでは瘀血という病気そのものが顧みられなかった理由であると考えています。

このように考えてくると、瘀血という病気が季節的に悪くなったり良くなったりする原因が、よく理解できます。瘀血の患者さんでは、一年を通して必ず症状の悪化する時期があるのです。

それは、**季節の変わり目で気圧が激しく変化する時期、特に春先と秋口**。また**突然台風などで予期せず低気圧がやってきたとき**。あるいは**雨が降りそうで降らないようなどんよりと空が曇った気圧の激しい変化が生じているような日**です。このような時には、様々な自覚症状、すなわち、四肢の痛み、頭痛、めまい感、耳鳴り、腰痛、全身の倦怠感などが、患者さんたちにはことのほか強く感じるようになるのです。

◆2.食生活の影響

①最近分かってきた瘀血の仕組み——赤血球膜の荷電異常

瘀血という病気の研究が進んで、最近になってその基本的な病態が分かりかけてきました。

それは瘀血という病気の本体とは、どうやら**赤血球の膜の荷電異常にある**のではないかとということです。正常の場合には、一つ一つの赤血球は表面にそれぞれマイナスの電気を帯びていますから、赤血球同士は反発しあって、決してくっついたりしません。

ところが、このマイナスの電気を帯びていた赤血球が、プラスの電気を帯びるようになると互いに引き合っ

てくっついてしまいます。最近の研究によって、瘀血という病気はこの赤血球の膜の電気が、正常のマイナスの状態から、プラスに変わってしまう病気のようだと考えられるようになってきました。

この考えで行くと、瘀血が強い人とは膜電荷の変化(マイナスからプラスへ)を起こした赤血球の割合が全部の赤血球に対して多い人であり、瘀血の軽い人とはこの変化を起こした赤血球の割合が少ない人である、というように分かりやすく整理できそうです。

②食生活による瘀血への影響とは

瘀血の本体がどうやら赤血球にありそうだと言えそうですが、赤血球は血漿という液体の中をプカプカ漂った状態で流れていきます。

私たちが食事をする事で身体の中に入った栄養分は、血漿という液体の中に溶けます。サラサラした水のような血漿ならば問題ありませんが、日々の食事によって、このサラサラしていたはずの血漿には様々な栄養分が溶け込んでいきます。その結果、本来粘りの少ない水のような血漿が、ドロドロになり粘りを増したならば、正常の一つ一つの赤血球がバラバラにほぐれた状態ですら、この中を流れにくくなり流れる速度も遅くなります。

まして二個も三個もの赤血球が団子状にくっついてしまった大きな塊では、さらに血漿から受ける抵抗が増大して、これらの塊が血漿を流れる速度は恐ろしいほど遅くなってしまいうでしょう。

このように一度消化吸収された栄養分が、**血漿の粘りをどのように変えていくかが重大な点**なのです。

この点から私は現在二つの食品に注目しています。

それは**油脂と砂糖類(人工甘味料)**です。

油(全ての植物性油)と脂(全ての食肉類の脂肪)が消化されて最後に吸収されると、リンパ管を得てそのまま血漿中へと大量に流れ込んでいきます。

一方、砂糖類も簡単に吸収され、極めて大量に血漿中へと流れ込んでしまいます。

これら吸収されて血漿に流れ込んでしまったアブラと糖類は、本来は水のようにサラサラした血漿を、確実に油っぽく粘りの強い液体に変えていくのです。

しかも恐ろしいのは、この血漿の変化は日に三度キッチンと実行される食事という行為によって、確実にしかも絶え間なく続いていくことです。

瘀血という病気は現在、赤血球膜の荷電異常という本来の原因ばかりでなく、赤血球を漂わせている血漿のこのような変化によっても、ますます恐ろしい勢いで増え続けていると私は考えています。

【瘀血によって生ずる冷え】

体温調節の大部分は、肝臓という熱産生ボイラーに依存しています。私たちの体温の50%近くは、肝臓で造られる熱です。

しかも肝臓で加熱された血液が、心臓から送り出されることによって熱は全身に伝えられて深部体温を一定温度に保っているのです。

瘀血が進行していくと、この仕組みがうまく働けなくなります(肝臓に運ばれる栄養も酸素も減少し、肝臓まで運ばれたとしても肝臓の中の毛細血管の流れが悪くなるために、肝臓全体で効率よく栄養を燃焼させることができなくなるのです)。ですから瘀血の患者さんでは、**必ずこの「冷え」という訴えが認められます**。

肝臓は大変大きな臓器ですから、少しばかり機能低下が起こっても他が肩替りすることで全体としては、通常の働きは低下しません。しかし**熱の産生だけは違います**。

特に外気温の変化が緩やかな地域ながらも、冬期に外気温が激しく低下するような地域では(日本では夏期と冬期の外気温差が30度もあります)、ボイラーである肝臓は全力で燃焼し熱を造り出して、深部体温を維持し

なくてはならないのです。少しでもボイラーの発熱量が低下してくると、ハッキリ健康な状態との違いが出てしまうことになります。

しかも瘀血による循環障害は全身に生じているのですから、発熱量の低下してしまったボイラーでやっとの思いで造られた熱も、心臓から送り出された後は健康な身体と違って速やかに全身に伝えられることなく、このために循環の悪い場所では正常な体温維持ができなくなるのです。

これが「冷え」という病気、あるいは「冷え」による自覚症状です。つまり、「冷え」とは単なる自覚症状の類ではなく、私たちの生命活動を維持するべき酵素の至適温度が様々な場所で低下してしまう結果、身体の色々な臓器での働きが実際に低下してしまうという、ずいぶん厄介な病気であるということなのです。

【瘀血による脳障害】

私たちの体の細胞のうち、一番酸素不足に弱い場所では、瘀血による影響が他の場所よりも著しく現れてしまいます。それが脳組織です。

脳組織では絶え間なく続く微小梗塞によって、次第に脳組織は萎縮していきます。

脳組織は瘀血によって始めから全体的に萎縮するのではなく、始めはある特別な場所だけが急速に萎縮するらしいということが、当院の膨大な瘀血治療の経験から分かってきました。

それが「前頭前野内側部」と呼ばれる場所で、大脳の前頭葉という場所の内側部分です。

前頭前野内側部は、脳の中でも次のような特別重要な働きをしている場所です。

①人間の感情をコントロールしたり、しっかりした睡眠を形成するところ

感情をコントロールする働きの中で、大切なのは精神的視野を絶えず広げておくという働きです。

この大切な働きが鈍ると精神的な視野が恐ろしいほど狭くなってしまいます。分かりやすく言えば、**気になることができる**、もう他のことは一切目に入らず、そのことだけしかアタマになくなってしまふ(固執)のです。

例えば、睡眠を形成することができなくなると、お決まりの**不眠という睡眠障害**が出現します。

瘀血の患者さんの多くが何らかの睡眠障害をお持ちですが、これは簡単に睡眠薬などで解決すべき問題ではありません。実際には、**脳の症状**なのです。

②他人との協調や他人に対する思いやり・愛情を司る場所

自分の感情をコントロールできなくなり、さらには些細なことで他人とぶつかり合いをするようになります。

自分以外の人や物に対する愛情が希薄となり、容易に傷つけたり壊すような行動が見られるようになります。

③人が他の動物と一番違う高度な社会性、つまり倫理観・道徳などを理解したり維持するところ。そして社会生活を円滑に進めるために、自己抑制する働きもするところ

最近目にあまるような倫理観の欠如、犯罪の多くは、前頭前野内側部障害を持った人々がわが国では増え続けているのではないかと私は心配しています。

【その他】

◆瘀血は**自然排出が難しい**ので、まずは瘀血の原因になるものを体内に入れないことを心がけたいものです。

◆胸郭に瘀血、毒血などが充満すると、心臓と肺部を圧迫するため、心臓の動悸と肺の息切れが発生することも覚えておいてください。

◆人間は生命活動をしていると、どうしても不要なタンパク質や脂肪が体内に溜まってしまいます。不要なタンパク質と脂肪は、まず腰、坐骨、骨盤など大きな関節の隙間に溜まり、次に両肩甲骨の周りなど中関節の隙間に、その次に脊髄、骨の隙間、最後に手足など小関節の隙間の順で溜まります。その結果、痛みが随時出てきます。本当に不要なタンパク質や脂肪が関節に溜まったりするのか、疑う方は、痛風という病気を考えてみて下さい。

(参考情報②)瀉血の効果、瀉血方法

【瀉血による効果】

アトピー、尋常性乾癬、湿疹などの皮膚疾患、糖尿病、高血圧、動脈硬化などの生活習慣病、認知症、循環器の病気、膠原病、ガンなど。

病気が生じる前に瘀血を取ることで、予防にも役立ちます。今までの臨床例では、次の効果が確認されています。

- ①脳卒中、脳出血の発生率を抑える
- ②心臓病の発作率を抑える
- ③がんの発生率を最小限に抑える
- ④ガンになった場合、転移を最小限に抑える
- ⑤3高(高血圧、高脂血症、高血糖)が下がる
- ⑥胃炎の発生率が下がる

<お血>

- ⑦アレルギーの発作も最小限に抑える
- ⑧皮膚病の発生を予防し、治療できる
- ⑨風邪の発生率も下がる
- ⑩生活習慣病の発生率を最小限に抑える
- ⑪若々しい体を維持できる。

それ以外にも、頭痛、肩こり、腰痛、胃炎、潰瘍性大腸炎、坐骨神経痛、子宮内膜炎、更年期障害など、様々な疾患で効果が出ています。

【瀉血方法】(血絡に)

- ① 適当なサイズのガーゼを用意する(例えば、5×10cmくらい)。
 - ② 血絡を見つける(例えば、膝の皿の内側の下、or 上辺り)。
 - ③ 血絡が見つかったら、どこに穴を開けていいか筋力テストで判定する(オーリング、TRテストなど)。
 - ④ 糖検査用針を何箇所かに打って血を出す。
 - ⑤ 出血が止まったらガーゼで拭き取るを繰り返す。
 - ⑥ 完全に出血が止まったら、筋力テストでもっと出すか判定する。
 - ⑦ Yes なら吸玉をセットして、さらに血を出す(吸引圧力は、-30kPa 程度)。
 - 出していくうちにどこか涼しく感じる。そこに瘀血がある。
 - ⑧ 血の色がきれいな赤色になったら終了(どす黒い色から、きれいな赤色に変わる)。消毒は不要。
 - * 施術箇所に傷を付け、吸い玉や吸引器具を用いて故意に血液を噴出する行為は瀉血法に当たり、医師以外ではできない施術方法になります。自分で自分にする場合は、問題ありません。
 - * 爪が割れだしたら止め時です。
 - * 筋力テスト実施時、疲労などがある場合、以下の方法でテスト実施者の状態を整えてから筋力検査を行う
 - ◎ 手首や足首をくるくると横にこする(32回回す)
 - ◎ お湯を飲む、塩をなめる
 - ◎ お風呂に入る
 整えたら、例えば「私は男ですか?」と簡単な質問をして正しく判定できているか確認する。
- * 用意するもの
- ◎ テルモ メディセーフ針(¥2548)
https://www.amazon.co.jp/メディセーフ-【5箱セット】-テルモ-メディセーフ針-30本×5箱/dp/B00DASG4CM/ref=sr_1_1?ie=UTF8&qid=1551767157&sr=8-1&keywords=MS-GN4530
 - ◎ メディセーフファインタッチ(¥1918)
https://www.amazon.co.jp/テルモ-メディセーフファインタッチⅡ/dp/B06XZ2HMQ3/ref=sr_1_3?ie=UTF8&qid=1551767157&sr=8-3&keywords=MS-GN4530
 - ◎ ハンドポンプ Q https://www.iko-web.com/iko-shop/products/detail.php?product_id=76 (箱付 ¥8964)
 - ◎ 吸い玉カップリング https://www.iko-web.com/iko-shop/products/detail.php?product_id=62 (例えば、プラスチック製の RP5号1個が ¥1188)
- * ハンドポンプと吸い玉カップリングの代替品(エア漏れしないように接続部は接着剤を塗布) 計 ¥6239
- ◎ 真空メーター(¥1933)・・・-100kPa が下限測定値
https://www.amazon.co.jp/gp/product/B008DUX9VG/ref=ppx_yo_dt_b_asin_title_o09_s00?ie=UTF8&pvc=1
 - ◎ カッピングセット(¥3300)・・・医工製ハンドポンプと接続可能な加工をすれば、カッピングが安価になる
https://www.amazon.co.jp/gp/product/B009Y2UOSS/ref=ppx_yo_dt_b_asin_title_o05_s00?ie=UTF8&pvc=1
 - ◎ 三又ホース口(¥469)
https://item.rakuten.co.jp/kys/sky-133054/?scid=af_pc_etc&sc2id=af_113_0_10001868
 - ◎ 中間ソケット(¥283)・・・ストレートネジが欲しかったがテーパしか店になかった。
https://item.rakuten.co.jp/yamakishi/36769438/?scid=af_pc_etc&sc2id=af_113_0_10001868
 - ◎ 片口ニップル(¥194)
<https://www.amazon.co.jp/%E4%B8%89%E5%85%B1%E3%82%B3%E3%83%BC%E3%83%9D%E3%83%AC%E3%83%BC%E3%82%B7%E3%83%A7%E3%83%B3-071-%E7%89%87%E5%8F%A3%E3%83%8B%E3%83%83%E3%83%97%E3%83%AB-133071/dp/B002651VGY>
 - ◎ 透明チューブ φ8mm(1m で ¥60)
- * 膝蓋骨の下の内側の血絡から瀉血すると肝硬変がよくなる(内側の血絡は要注意!)。外側から瀉血すると頭がすっきりする(外側は全部頭に関係する)。

(参考情報③) 吸玉療法

◆ 吸玉の効果

- ◎ 血行を良くする、血液をきれいにする
- ◎ 皮膚の若さを保つ
- ◎ 関節の動きを円滑にする
- ◎ 神経を正常に調整する
- ◎ 内臓諸器官を活発にする

◆溢血斑とは

吸玉を行った後にできる痕を溢血斑と呼んでいます。東洋医学的には瘀血、西洋医学的には古血といったものが吸玉の吸引圧によって表層に引き上げられたものと考えています。

一般的な認識として、「吸玉療法＝溢血斑」というイメージが強くあり、患部に瘀血、古血があれば軽く吸っただけでも溢血斑は出ます。しかし、吸玉療法を行っても溢血斑が出ないことは多々あります。溢血斑が出なかった時に、慌てて強い圧で吸引をする、または長時間吸着すると患者さんに余計な負担がかかり、だるさやふらつきといった不快な症状を引き起こす原因にもなります。

◆水疱

水疱形成の原因は、「施術の技術が未熟なため患部に対する刺激量を誤った」「内臓からの反射作用」といった2つが挙げられます。水疱ができてしまったときは、基本的に破かないようにして絆創膏など、清潔なもので覆っておいてください。数ヶ月かけてだんだんと薄くなっていきます。

* 早く結果を出そうとして、**吸着する強さと時間を見誤らないように**注意してください。

弱い圧(-20~-30kPa程度)で皮膚の状態などを確認しながら行いましょう。

◆禁忌事項 <http://www.iko-web.com/contraindication/contraindication>

病気や症状によっては、施術を控えなければならない場合があります。以下は禁忌事項です。施術の際はしっかりと確認して行うようにしましょう。

①早急に外科的手術を必要とする場合

②心臓が正常でない場合

心臓弁膜症などの場合です。

③血管が正常でない場合

下肢静脈瘤や動脈瘤、強度の動脈硬化等の場合です。血管壁に柔軟性がなく硬くなっている為、陰圧により血管が傷つき出血しかねません。但し、下肢静脈瘤の場合、下肢のだるさ、強い浮腫等の症状がなければ問題ない。

④全身性貧血の場合

吸玉の陰圧は血管を拡張させる作用がある為、酸素を運ぶ赤血球量が少ない全身性貧血の場合、酸素が頭部へ行き渡りにくくなり、更なる貧血や別の症状を引き起こすことがあります。特に白血病患者さんへの施術は禁忌。

⑤極端に体力が低下している場合

風邪やインフルエンザ、ノロウイルスの感染による吐き下し後などの場合です。

陰圧は血流の循環状態を急激に変化させるため、体が極端に弱っている状態では、体力がその変化に対応できず、かえって疲れたり、症状を悪化させることがあります。

⑥悪性腫瘍

皮膚がん、および吸い玉の施術により悪化してしまうものです。

⑦妊娠中の場合

妊娠中は腰部や腹部への吸い玉療法は控えましょう。安定期に入ったら首や肩への軽い施術は可能です。また、生理中も問題ありません。

⑧目、耳、のどには絶対につけない

その他、食後や激しい運動をした直後は避け、1時間くらい時間をおいてから施術してください。

(参考書籍)

◎「瘀血という病気」岡田耕造著(2008年)

◎「あらゆる病気の原因はお血にある」蔡篤俊著(2013年)

◎「ガンにならないガンを治す血液をつくる」石原結實著(2013年)

◎「汚血を出せば細胞は若返る」石原潤一著(2013年)

◎「吸玉療法入門」宮本繁・宮本文子著(2013年)

◎「病気の原因は汚血にある」蔡篤俊著(2018年)