

# 精・気・神

精：血液、リンパ、唾液、胃液、腸液、細胞内水

気：精を消耗してエネルギーを生成する、五臓六腑の機能を維持する原動力

神：精+気（五臓六腑の機能、脳の状態）

健常—精気神が安定している

不安定—定まらない

異常—ゆがむ

重篤—おかしい

# 脾は精神状態と関係がある

不眠症、うつ傾向、老年症候群、

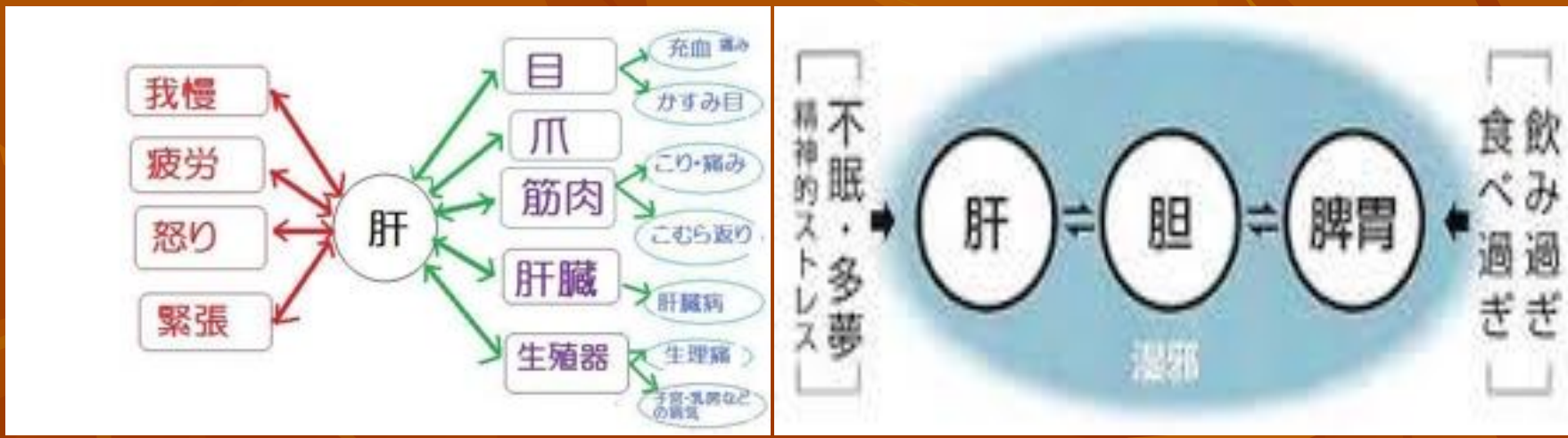


## 「老年症候群」

- 主に物忘れや認知症
- 抑うつ
- 睡眠障害
- 歩行障害
- 関節痛
- 転倒
- 視力・聴力障害
- 頻尿・尿失禁、便秘

# 肝(自律神経)

ストレスがたまると肝の機能がおかしくなる



# 肝・胆：怒り、憂うつ

## 柴胡加竜骨牡蛎湯

驚きやすい  
怒りやすい

めまい

精神不安  
イライラ・頭痛  
のぼせ・不眠  
うわごと

身体が  
重い

心下部の  
(心下痞)

胸脇苦

臍(へそ)の  
上に動悸

腹力  
中程

手のひらに  
汗をかき  
やすい

便秘  
小便

Hal pharmacy

ストレスなど  
イライラして  
不眠、不安のある方

ツムラの漢方

不眠などでお悩みの方に…

柴胡加竜骨牡蛎湯(さいこかりゅうこつそつれいとう)

顆粒

体力中等度以上で、  
動悸・便秘などがある方に

第2類医薬品

# 三焦鍼法

採用するツボは、  
膻中、中腕、気海、血海、外関、足三里である。  
今回説明した重要なツボに全て一致する。  
そして上焦、中焦、下焦の三焦を活性化する。  
そのため抗加齢、メンタル疾患の安定化などに  
重要な役割を果たすことが理解できる。



# まとめ

メンタル疾患のほとんどは未病に属する。  
精・気・神と五臓六腑は密接な関係がある。  
脾は胃腸を管理し精神面にも繋がり、  
不眠症、うつ病、老年症候群は心、肝脾、肺腎と  
関係がある。  
漢方薬として理気剤、健脾疎肝補腎を活用する。  
鍼灸治療は胃経、大腸経、肝経ツボを選ぶ。  
三焦鍼法はその代表的手法となる。