

【不定愁訴についての東洋医学的考察】

3月に入りめっきり春めいてまいりました。皆様いかがお過ごしのことでしょう。昨年来、雇用情勢も一段と厳しさをましてきました。

日本を代表する金融、製造業等の各社の業績が、赤字転落により未曾有の社会不安が巻き起こっております。

さらに、精神医学の専門化によりますと、今年の5月以降、うつ病の患者さんが過去に例を見ない数字に達する予測を発表しました。

例年5月といたしますと、5月病に象徴されるように、不定愁訴を訴える患者さんが、特に若い方を中心に増加します。

今年はいや増して、年齢に関係なく派遣切り、操業停止、倒産による失業等で、何百万の人間が、これに加算されます。

半年前は、まさか自分が対象者になるとは想像もしていなかったことと思います。青天の霹靂とは、このようなことを言うのでしょうか。

ショックを通り越してパニックです。本来一番大切な人間を置き去りにしてきた結果とも言えます。

古来より、東洋医学におきましては、病気を診るより、その人間全体を診るとしてきます。人間の健康、そして人間の幸せ、常に人間が中心です。

決して人間が手段ではありません。

話は5月病に戻りますが、次のような症状が特徴です。「抑うつ気分、不安感、あせり、不眠、疲労感が取れない、息苦しい」などです。

5月病は学校に馴染めない、職場に馴染めない未だ、恵まれた環境です。

しかし今回の失業は即収入の道が断たれ、住居も無くなり、将来に対して希望が持てない環境下にあります。

人間は希望を失うと自己嫌悪に陥り、そのまま放置しますと、「死んでしまいたい」などと考えてしまいます。

日本における自殺者は毎年3万人を越えており、先進国の中でも一番です。いかに日本人が孤独で、人間力、生命力が脆弱か窺い知れます。

本来日本人の精神的支柱は、東洋の知恵といわれた慈悲、慈しみ、寛容の精神です。現在最も求められるのは、東洋医学的アプローチではないでしょうか。

人間が病に犯される原因の因子は「邪気」といいます。これには「内因」「外因」「不内外因」の3種類があります。

まず内因とは、体内から発する刺激のことで、「怒・喜・思・憂・恐・悲・驚」の7つの感情を指します。この七情の乱れにより、病気を引き起こします。

外因とは、「外邪」といい、主に外気の風、暑、湿、燥、寒、などや、ウイルスや病原微生物などの体外から侵入し病気を引き起こすものを指します。不内外因とは、暴飲暴食などの

生活態度により病気を引き起こすことを指します。

今回は内因に焦点を当て、少しわかり易く解説します。

東洋医学古典では、怒りすぎれば肝臓、喜びすぎれば心臓、思いすぎれば脾臓、憂いすぎれば肺、恐れすぎれば腎臓をやぶる、驚は神気を乱し感情を乱す、と言われていました。

このように内なる感情の変化によって、様々な病因が引き起こされます。

では、何によって起因するかといいますと、五官(五感)の感知器によって変化します。すなわち、目、舌、口、鼻、耳、です。

例えば、他人が自分の悪口を言っているのを耳で聞けば怒りがこみ上げてきます。逆に褒められれば喜びがこみ上げてきます。

さらに怒ると気が上に昇り、喜ぶと気が緩み、思うと気が結ばれ、悲しむと気が消えつき、恐れると気が下がり、驚くと気が乱れる。

このように内因は、まず各臓器を侵し、やがて病気が全身に波及していきます。これを内傷(ないしょう)といいます。

又、人間は目に見えない自然環境にも、鋭く反応します。外因の風、暑、湿、燥、寒、がそれです。

人間は悠久の歴史の中で獲得した免疫と自律神経で、変化した環境に即座に対応する強靱な調整力を持っています。

東洋医学ではこれを腎気(生命力)といいます。この腎気が衰えれば、前述の七情の乱れが及ぼす病気を鍼灸で気を補い、正常にする治療をいたします。もちろん健康の維持の基本は、教養ある食事法、適度な運動、予防的な漢方治療にあることはいまでもありません。

その上で規則正しい生活を如何に継続するかにかかっています。東洋医学での「未病治」という考え方がいかに素晴らしいか、今更思う今日この頃です。

激動の時代を生き抜くためにも腎気を体中にみなぎらせ、皆様が楽しく生活を送られるように切に願っています。

あさひ鍼灸院 吉野 秋人