

はじめに

腰痛は肩こりと共に慢性急性を問わず鍼灸治療の最適症である。

ところが、来院する初診患者の多くは整形外科、接骨院、カイロプラクティックなどの治療を経験して最後のよりどころとして鍼灸治療に来院する者が多いのが現状である。

鍼灸治療で本当に腰痛が治るのか、鍼の痛みをこらえ、灸の熱さを我慢しなければ効果ないだろう、など、様々な疑問と不安を抱えて来院する。従って、まず、疑いを取り除くところからスタートしなければならない。つまり治療以前の問題として現代の医学及び古典医学の長所短所を把握して見立ての良い漢方鍼医になることである。

そのためには古典医学における生理病理の把握は必須であるが、それについてはすでに何回となく学習している。

本日は、まず最初に臨床の現場から腰痛診断のポイントを述べることにする。

1 腰痛の原因

――西洋医学では――

①筋肉骨格系… ぎっくり腰（椎間関節捻挫）、過労・特定作業不良・姿勢などによる靭帯損傷など、椎間板ヘルニア、変形性腰椎症、脊椎間狭窄症、脊椎分利症、骨粗鬆症、仙腸関節疾患など。

②内臓系の疾患… 結石… 腎臓結石、胆石

③消化器系… 胃、十二指腸潰瘍、膵炎、糖尿病

④婦人科系… 子宮筋腫、子宮後屈、子宮内膜炎、悪性腫瘍など。

以上、はなしを分かりやすくするために西洋医学的病名を羅列した。

――漢方医学では――

①随証両方

腰痛の原因を四診法により、病因・病理・病症から求め、生体の構成成分である気・血・津液いずれの過不足によって、どこの臓腑経絡に変動を生じたか、また、予後はどうかを診きわめて証立てし治療するのである。

②正気を補い、邪気を瀉す

「病は五臓精気の虚より発生」

古典医学の治療は正気を補い、邪気を瀉す（下す・巡らす・写す）ことにある。

邪気が虚で、正気が実の病症はない。正気が充実していれば邪気を瀉すのみで病症は改善する。

③肝腎要

証決定のポイントとしては 肝・腎・脾（風・寒・湿の邪）を考える。

「肝は筋を主る」 「腎は骨を主る」（素問・宣明五氣篇 第二十三）

「筋は骨節に合す、故に腰節は筋の大海也。故に肝血虚せば筋脈を栄養出来ずに腰痛となる」（病因指南）

「厥陰の脈、人をして腰痛せしむ、腰中、弓屈の弦を張るがごとし」（素問・刺腰痛篇第四十一）… 肝虚陰虚証

「腰は腎の腑」（素問・脈要精微論篇 第十七）

「諸々の腰痛は腎に属す。腎液不足して骨髓乾燥する時は、関節利すること能わずして腰痛せしむ」（病因指南）… 腎虚陰虚証

「命門の陽気が虚すと、水滯を起こし、腰節の痛みをなす」（病因指南）… 腎虚陽虚証

「湿が腎に入ると、腰疼し、股ぐらがいたみ、身は板に挟まれたようになり、足は砂が落ちるが如くだらりとする」

「湿が腎内に流れると、腰痛する。関節に入ると全身がことごとく痛む」（啓迪集・中湿

門)

以上の古典書が著すように、腰痛には肝腎要と言われる肝と腎が最も関連している。当然の結果として邪水・悪血(オケツ)により腰痛をきたしているケースが多いのである。

2 診断のポイント

1. 病症によるもの

――啓迪集より――

太陽の腰痛はうなじから脊背部より尻にかけて引きつれて重く痛む。

少陰の腰痛は背骨の内縁に引きつれる。

少陽の腰痛は皮膚に鍼を刺されるようで俯仰することが出来ず、また、振り向きにくい。

厥陰の腰痛は、腰中が張りつめた弓の弦のように強張する。

陽明の腰痛は振り向くことが出来ず、後ろに何かいるようで憂鬱になる。

太陰の腰痛は中に一本棒があるようで、甚だしい場合は尿を漏らす。また言う。「腰は腎の府」であり、転揺する事が出来ない場合は腎気がまさに尽きようとしているのである。

①筋腱の異常

・ぎっくり腰… 「肝は筋を主る」「腎は骨を主る」… 肝腎系の変動

・肉体労働による腰痛… 久しく行えば筋を破る… 肝虚証

久しく立てば骨を破る… 津液不足… 腎虚証

・運動不足(同一姿勢)による痛み… 安静時に痛む。あるいはくしゃみや動いたとたんに痛む… 陽虚寒証

久しく座せば肉を破る… 脾虚証

久しく立てば骨を破る… 腎虚証

寝過ぎて痛む… 久しく臥すれば肺を破る… 腎虚証か肺虚肝実… 肺気の虚が原因ではあるがここまで進むと腎虚に移行している。さらに肝血の停滞による肝実にもなる。

②交通事故などによる腰痛

脾虚寒実悪血証

③くしゃみもしくは咳による腰痛

くしゃみ… 肝虚陽虚寒証

咳… 肝虚肺燥証… 他 寒熱により診断

咳による激痛、膝蓋腱反射の消失… 脊椎腫瘍など重大な疾患がある… 専門医に紹介

④自発痛によるもの

自発痛… 内臓疾患の疑い

冷えによる痛み(疼痛)… 軽按で気持ちよい… 肝虚陽虚寒証… 衛気の補法… 深刺は禁忌。

熱による痛み(拍動痛)… 軽按で拒按… 脾虚陽経の熱… 衛気の瀉法。

裏の熱… 重按で拒按… 肝実悪血証… 営気の補法もしくは瀉法

⑤肥瘦による鑑別

太い、痛剛… 風・寒・湿の邪… 肝・腎・脾虚いずれもあり。

細い、痛剛… 血虚… 肝虚陽虚

⑥痛む時間による鑑別

夜に痛む… 悪血証。陽経の陽気が少ない。

朝が痛い… 血虚… 肝虚陽虚寒証、脾虚陽虚寒証

夕方痛む… 脾虚陽明経実熱証

⑦姿勢による痛み

・前屈で痛む… 腎虚証。 場合によってはSRL検査など西洋医学的検査も患者を説得させるために必要である。

・歩き始めが痛い… 坐骨神経痛

・歩くに従い引きつり痛む… 間歇性跛行症… 脊椎間狭窄、あるいは、動脈閉塞がある。

脊椎間狭窄症… 腰痛を伴う。 動脈閉塞… 腰痛はなく(少なく)患部が冷たい。

⑧脚の屈伸（SRL）による判定（私見）

痛む部位により、上から脾虚、肝虚、腎虚となる。 反体側が痛むのは肝実の事が多い。

2. 病因によるもの

外因・内因・不内外因

——啓迪集より——

①外因

太陽少陰の多くは寒に中たる。 少陽厥陰の多くは風熱に中たる。 太陰の多くは湿に中たる。 陽明の多くは燥に中たる。

（参考）… 湿熱が停滞することにより血が筋を養うことが出来なくなり、拘攣する。 さらに、筋は骨を御することができなくなり、萎え弱るのである」（啓迪集・中湿門）

（参考）… 脾は燥をよろこび、湿を憎む。 胃は潤をよろこび、燥を憎む。

②内因によるもの

志を失して腎が破られる。怒が鬱滞して肝が破られる。憂思して脾が破られる。

③不内外因によるもの

墜落や打撲などで悪血が留滞するもの。過房・疲労により精気が損耗するもの。

3. 切診によるもの

①局所その他の寒熱

深淺（皮毛・血脈・肌肉・筋・骨）、左右、上下の寒熱診断。

②脊椎の変形による鑑別

後彎… 変形性脊椎症、脊椎間狭窄症（間歇性跛行症）を伴う）

前彎… 脊椎すべり症

③痛む部位による診断

督脉経の痛み… 腎虚症… 脊際に刺鍼… 場合により横臥位で行う。

大腿内側… 悪血、婦人科系疾患… 脾虚肝実悪血証

側背部の知覚異常… 腰椎椎間板ヘルニア

④按压による痛みの確認

虚熱… 按压で痛みが楽になる。

虚寒… 按压で痛みが増加する。

鈍痛… 深い部分で水飴状… 湿邪… 脾虚証。

4. 脈診によるもの

——啓迪集より——

・尺脈が沈は腰背の痛みである。腰が痛み、時々失精があり、食欲が減退して脈が沈・滑・遅の場合は治す事が出来る。

・腰痛の脈は皆沈・弦である。

・沈・弦で緊は寒が原因である。

・沈・弦で浮は風が原因である。

・沈・弦で軟・細は湿が原因である。

・沈・弦で実は打撲や捻挫などが原因である。

——医学正伝に言う——

腰痛の脈は沈・弦である。

沈… 滯。 弦… 虚。 しょく… 悪血。 緩… 湿。 滑・伏… 痰。 大… 腎虚。 ——脉法手引き草より——

腰痛の脈は必ず沈にして弦なり。 沈は滯りとす。 弦は腎虚なり。 浮にして細は湿に破らる。 実は閃挫してしかり。 しょくは悪血とす。 滑は痰火なり。

凡そ腰痛の脈沈滑にして連なる者は癒え安し。腰痛む事甚しく、面上忽ち紅点を見わし人中黒き者は死す。

・熱証… 弦脈… 營気の補法

・寒証… 緊脈（痛みが強い）… 胃の気の衰弱… 衛気、營気共に補う。

血虚のために沈・細・遅もしくは数であれば虚老病… 丁寧な補法が必要。

5. その他の所見

腰痛に絡んだ発熱、悪心、嘔吐、便秘、下痢などの確認。

①来院するまでの治療経過（薬、整形外科、接骨院、整体など）

- ・薬… 脉状に影響する。
- ・整体、電気治療など… 治療ドーズの判断となる。
- ・腰痛が初めてか再発かの確認… 再発の者には体質証として治療… 未病治療を指示する。

②内臓疾患の有無

- ・糖尿病、肝炎、胃潰瘍、婦人科疾患（子宮筋腫・子宮後屈）など… 寝ているときに痛み、起きると楽になるのが特徴。
- ・内臓疾患、ヘルニア、変形性脊椎症など不適応と思われる病症は病院に紹介する。

6. 治療

—啓迪集より—

・寒は之を温めよ。 風は之を散ぜよ。 湿は之を燥せ。 挫閃（打僕や捻挫など）は之を通ぜよ。

- ・およそ、腰痛には腎俞・腰俞に施灸する。
- ・太陽経の腰痛には、委中を刺して出血させると速効がある。
- ・足の三陽経は頭より足に、三陰経は足より腹に走行しその流注に従って痛むものであるから何の経が痛むものかをつまびらかにして刺鍼する。
- ・初診は控えめに治療する。
- ・陽虚寒証で激痛を訴える患者は要注意… 深刺は禁忌である。
- ・膀胱経、胆経、胃経、督脉経の反応を用いて治療する。
- ・脊際の硬結に対しては留置鍼もしくは横臥位で治療する。
- ・局所は最後に治療する。
- ・透熱灸… 陽虚寒証の硬結。知覚異常、痩せている部位などに対して行う。
- ・知熱灸… 熱証に対して行う。水を裁く作用があるので湿熱に有効。
- ・灸頭針… 肝虚陰虚、腎虚陰虚、悪血など、慢性腰痛で外寒内熱に対して行う。
- ・刺絡（点状刺絡・手持ち三稜鍼）… 細絡、井穴に対して行う。
- 刺絡（吸角・三稜鍼）… 硬く自発痛があり表面は一見ぶよぶよして虚している感じに対して行う。
- 。置鍼… 骨粗鬆症、側弯症などの挟脊穴に行う。

3 各証による腰痛

腰痛は肝腎要と言われる肝・腎経の変動によるものが多いことを先に述べた。当然津液の枯渇による血行障害から悪血をきたし腰痛を引き起こしているケースが多い事は論をまたない。そこで、まず悪血による腰痛から説明する。

1. 肝実悪血証

邪気としての悪血の認識

基本的には肺虚肝実証と脾虚肝実証があるが、これは悪血を引き起こす病理に付けられた称号である。本日、取り上げる悪血は腰痛を起こす原因となりうる悪血である。従って陰虚証、陽虚証いずれにも悪血による腰痛が発症しうるのである。悪血による腰痛は血熱、血悪（ケツオ）と血寒血悪に大別できる。

- ・血寒血悪→患部の冷痛… 喜温… 拒按→肺虚肝実悪血証
- ・血熱血悪→患部の熱痛… 喜冷… 拒按→脾虚肝実悪血証

①血寒血悪（肺虚肝実証）

肺虚→腎の津液虚→肝血の停滞→悪血→冷えによる腰痛。

肺虚肝実とは言うが腎虚で肝実である。肺虚とはその原因を述べたものである。

寒邪によるものであり、経脈に客し、血滞により陽気を損傷し四肢に悪血が凝滞し痛淵を

なす。女性では月経や産後に寒邪を感受して悪血となり、下腹の冷痛や固定性の疼痛をおこす。生理は遅れがちとなり、経色は紫色の血塊をとこなう。

舌質… 暗淡

脉状… 沈・遅・しょく

血寒悪血が長期に渡ると陽虚にも移行する。素問・刺論篇（風・寒・湿・邪）、脈にあれば則ち血しこりて流れずとある。つまり、悪血により痛みしびれを起こすことが述べられている。

②血熱血悪（脾虚肝実証）

・脾虚熱証→肝経に波及… 肝実熱証→胆経に波及→熱による腰痛。

月経時の発熱→脾虚肝実悪血証→月経時の腰痛。

小腹部の疼痛・喜冷・悪熱・肌膚の灼熱・煩躁・血尿・血便・崩漏。

・舌質… 暗紅、紫暗、お斑がある。

・脉状… 沈・数・細

2. 肝虚陰虚熱証

・腎の津液不足→肝経の血中の津液不足→虚熱発生… 肝経、下腹・睾丸の引きつり（疝）→腰に回り腰痛を起こす。

・虚熱（血分の熱）→表に向かう→ソウ理を開き発汗→風・寒・湿・外邪にあたる→表の冷え→外熱できない熱→寒熱錯綜→腰痛を起こす。

・寒の虚熱→胆経に出る→発散できない熱→急性の痙攣様の腰痛→偏頭痛・肩こり・不眠・ノイローゼを伴う。

発散後→冷えて寒熱往来（更年期障害）を引き起こす。つまり、虚熱が波及した経絡は気血の循環障害を起こし、腰痛・神経痛・関節炎・麻痺などをおこす。

・肝は筋をつかさどる。筋は骨節に介す。故に腰節は筋の大海なり、これをもって肝血虚して、緊脈を栄養すること能わずして、すなわち筋疲れて機能を利すること能わずして、また腰痛の思いを生ず」（病因指南）

厥陰の脈、人をして腰痛せしむ。腰中、弓屈の弦を張るがごとし。（素問・刺腰痛篇第四十一）とある。

これらは熱のために痛むことを述べている。肝虚熱証の熱は陰虚（津液や血の虚）から発生している。そのために少し古い腰痛になると表面は冷えて熱は内側に潜む。この表面の冷えと内側の熱によってまた痛む。→腰痛、中熱する（素問・刺腰痛篇第四十一）

――その他の病症――

・胆経の虚熱… 偏頭痛、肩こり（胆経）、イライラ、不眠、目眩、寒熱往来、更年期障害など。

・心の虚熱… 心臓病、高血圧、動脈硬化、動気、胸痛、上焦の汗、のぼせ

・脾胃の虚熱… 便秘、食欲旺盛

膀胱の虚熱… 小便自利または不利、膀胱結石、膀胱炎。

――脉診――

浮・大・虚

――腹診――

胸の熱、肝積、左臍傍の動気、鼠径上部の抵抗・圧痛→腰に及ぶ

――治療――

曲泉・陰谷に營気の補

硬結… 灸頭針。熱の部位… 知熱灸

足三焦経に気血の循環を促進し、分肉の寒の邪気を取り除く→置針後員鍼で擦過する。

3. 肝虚陽虚寒証

・肝虚陰虚の慢性化→肝血そのものの不足→命門の陽気も不足→気血両虚→筋に潤いがなくなり引きつり痛む→虚寒腰痛… 「腰痛上寒する」（素問・刺腰痛篇第四十一）

・肝虚陽虚→風・寒・湿・外邪にあたる→冷えて激痛を発する

素問・刺論第四十三に「痛まずして痺れ、麻痺を起こしているものは病久しく、營衛洪

り経絡ふさがる」

・血虚の痛みは朝目覚めると腰が痛く動くに従い治るのが特徴である。

自発痛が強く姿勢を変えても痛む。患部を重按すると痛みが増す。これは虚痛だから気持ち良いはずだが按压により陽気がなくなり痛むのである。朝の痛み、患部が痩せている。

――その他の病証――

月経過多もしくは過少、月経痛、不妊症、不感症、夏に無汗、手足厥冷、しもやけ、低血圧、貧血、下腹痛、疲労感

胆経の病症→決断力の不足、肩こり、偏頭痛（胆経）、イライラ、不眠、目眩

――脉診――

沈・遅・しょく・細・弱

――腹診――

右回盲部に抵抗と圧痛… 久寒。

心下胸下に緊張感、心下巨闕が痞硬。側腹部より鼠径部が緊張圧痛。恥骨上部に圧痛抵抗。下腹部が軟弱で冷えている。

――治療――

太衝・太谿・中封・復溜… 補法

・下腹部の虚寒… 知熱大灸。

4. 腎虚陰虚

・津液不足→膀胱経の熱→腰痛

「腰は腎の府」（素問・脈要精微論第十七）

・諸々の腰痛は腎に属す。腎衛気不足して骨髓乾燥する時は関節利すること能わずして腰痛せしむ（病因指南）。つまり、肝虚陰虚証で述べた寒熱錯綜による痛みもあるが、津液の虚により骨髓が枯れて骨の変形、骨粗鬆症などによる痛みや脚弱、麻痺などをおこすのである。

要するに熱が発生すると足が煩熱し、熱が表に出ているために汗が出やすくなる。汗が出るとますます津液は不足して痩せてくる。ところが、その虚熱も病症の慢性化や加齢、または肺虚などにより少なくなると、表に衰退が起こり、肥満し腎虚陽虚寒証や水の多い悪血（肺虚肝実悪血証）にも移行する。そして、腰痛が起こると下焦全体が弱くなるために虚弱となる。但し、腎を補わない限り、津液不足はそのままである。そのために腰椎の変形が起こるようになり骨粗鬆症による腰痛などが起こる。

――その他の病症――

・虚熱が多い病症… 足の煩熱、多汗 るい瘦、顔面黒脂、精力旺盛、口渴、食欲旺盛、小便自利、または不利、動悸

・精気が虚した病症… 奔豚気病、腹痛のない下痢、食欲有り。

・虚熱が少ない病症… 足の煩熱、または厥冷

小便自利または不利、腹痛のない下痢、下焦虚、動悸

・表に水が停滞した病症… 下肢厥冷、腰の冷え、下肢の浮腫、水気病、肥満

――脉状――

浮・大・虚

沈・硬（津液不足）→弾石（死脈となる）

――腹証――

小腹不仁、臍下、任脈が虚し外側胃経が引きつる。小腹急結、恥骨上部に抵抗、心下巨闕に抵抗、脇部（上焦）に熱汗有り。

――治療――

復溜・尺沢に營気の補

虚熱が多い… 陰谷・尺沢・または然谷（火穴）に營気の補

虚熱が多い… 灸頭針もしくは知熱灸

5. 腎虚陽虚寒証

・命門陽虚→脾胃の寒→腰痛

命門の虚は太陽経の虚から起こる太陽経の虚は肺虚から起こるので、肺虚陽虚で治療する腎虚熱証の熱がきわめて少なくなるか、最初から腎の津液と命門の陽気がなくなって冷えていることがある。これを腎虚寒証という。

・腎は臍臓たりと、水も水中に自ら火ありて蓄える。これを命門の陽、下焦の元氣とす、この陽気虚するときは臍液こりて流れず、腰節これが為に痛むことをいたすものあり（病因指南）と述べている。

これは命門の陽気が虚すと相対的に余分な水が多くなり、冷えて腰痛を起こすと言うことを述べたものである。

腎虚寒証が慢性になると、命門の陽気が足りないために脾胃にも寒が波及することがある。

腎気虚冷して中焦、湿土の気、好んでここに乘ずるを持って、腎気ますます現して巡らず、ついに体重く、腰下冷痛せしむる事をいたす、名付けて腎虚という（病因指南）と述べている。

この様な状態になった腰痛は老人に多い… 骨粗鬆症。腰痛は長時間の立位で痛くなる。目が覚めたときに、腰に板を張り付けられたような痛みがある。腰が重くて下に引っ張られるような感じがする。

――その他の病症――

・肺虚陽虚証… 足の厥冷、小便頻数、または不利、夜間多尿、夕方に下肢の浮腫冷え。

肺虚がさらに進行一無汗、悪寒、元氣不足、咽喉痛

・脾虚腎虚証… 腹痛のない下痢、手足厥冷、精力減退、元氣不足、目眩。食欲はあるが食べれず。

・急性→手足厥冷し、悪寒、清穀下痢、真寒假熱、口渴

――腹証――

下腹軟弱

――治療――

太谿・太淵・復溜・経渠・足三里に衛氣、營氣の補。

臍に知熱… 下焦虚に対して先天、後天の元氣を付ける。

《参考・引用文献》

『臨床に生かす 古典の学び方』 池田政一著 医道の日本社

『臟腑経絡からみた薬方と鍼灸』 池田政一編著・監修 漢方陰陽会

『現代語訳・黄帝内経素問』 南京中医学院医経教研組編 東洋学術出版社

『現代語訳・黄帝内経靈枢』 南京中医学院中医系 東洋学術出版社

『漢方用語大辞典』 創医学会学術部編 燎原

『啓迪集』 矢数同盟著

『脉法手引草』 山延年著 医道の日本社