

(巨刺すなわち互刺を用いて行なう肩凝り治療)

令和六年 十一月 二十四日

青鳳会講師 吉野 久

○ 緒 言

近年の肩凝り・肩の痛みの訴えは、私が臨床の経験のある程度経たころ、二十年前と比較すると、はるかに重度で、その原因はPCの使用、またその後出現したスマートフォンの過度の使用にあることは間違いない(スマートフォンの長時間時間使用については、内斜視も最近、問題になっている)。

症状も、当時は患部に直刺すればズンと響いて治ったものが、現在ではそうも行かなくなっている。

今回の題目は肩こり治療だが、青鳳会に出席しておられる会員各位にとっては「肩凝り」治療などについては需要は無いかもしれない。

しかし、「鍼灸をもって肩凝りを治療する」ということを一步退いて俯瞰してみるなら、驚くような知見が多々含まれていることに気づくはずで、この応用によって腰痛治療などの幅は、さらに広がるはずである。

今回は、我々が本来持っている様々な技術を再検討するという視点に立って、肩凝り治療を幅広く考えてみたい。

■ 肩凝りの治療・・・鍼灸に於いてどのようなアプローチが可能か

1. 痛上刺

肩井、肩外兪などの凝りに対して、直接患部に刺鍼する。(無効の場合が多々ある)

2. 周囲の筋肉を弛める

肩井、肩外兪などの凝りに対して、上肢の筋肉を弛める。また、背部筋・胸筋を弛める。

膏肓穴の凝り・痛みに対して、肩甲骨後側の筋(肩甲棘上筋・棘下筋)や背部筋・胸筋を弛める。

3. 弛める働きを持つ穴を用いる

帯脈、中腕、三陰交、殿部八膠穴、百会、丘墟、解谿、翳風など

4. 下方へ引き下げる働きを持つ穴を用いる

百会、大杼、丘墟、解谿、背部俞穴

5. 経脈を用いて実邪を末端、あるいは他方へ導く

三焦経部の凝り・痛み・・・外関、懸鐘

小腸経部の凝り・痛み・・・支正、飛揚

大腸経部の凝り・痛み・・・陽谿、豊隆

前腕に於ける通刺法・・・陽谿—腕骨、外関—内関

6. 腹証を調えることによって肩凝りの寛解を図る

季肋部の痞えを除く

胃脘部の痞えを除く

7. 五臓を調べて治す

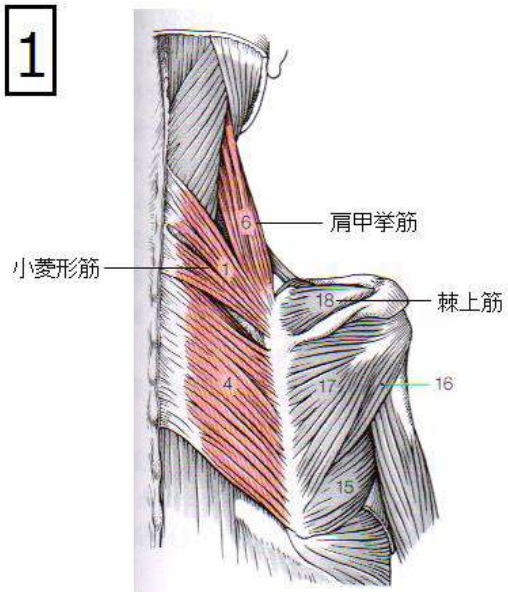
患者の脈証、腹証によって証を決定し、臓の虚実を補寫する。

8. 巨刺・繆刺を用いる治療

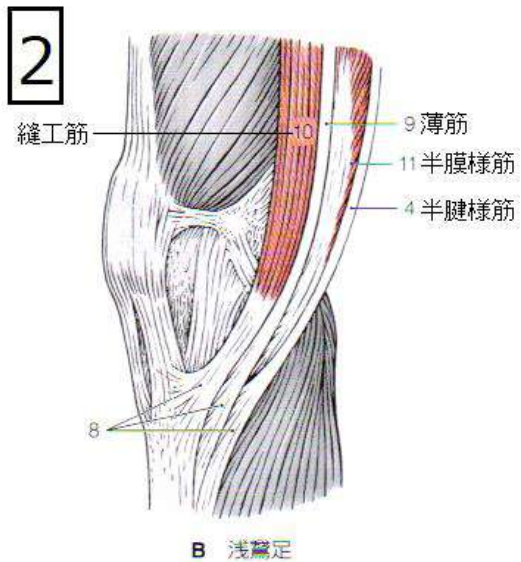
患部の左右、もしくは関連する経穴の虚実を比較して、差が顕著な場合には著効がある。

外関、支正、豊隆など

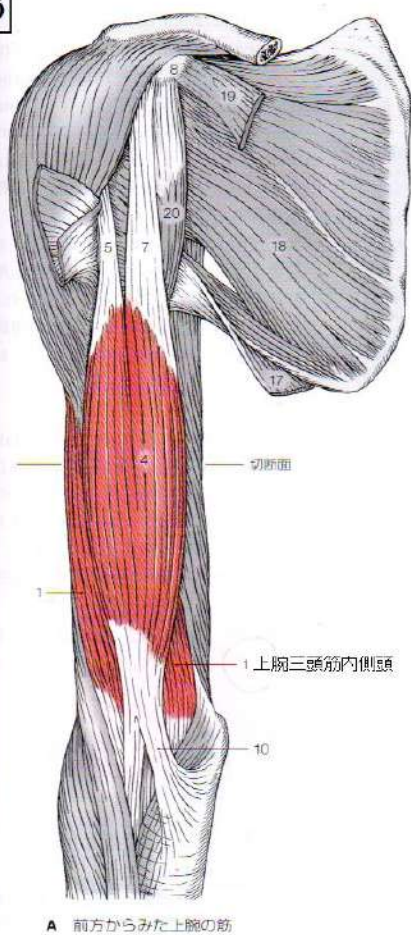
1



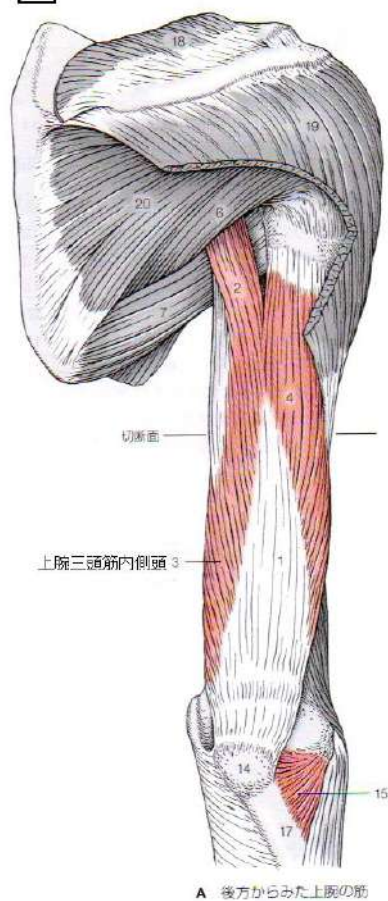
2



3

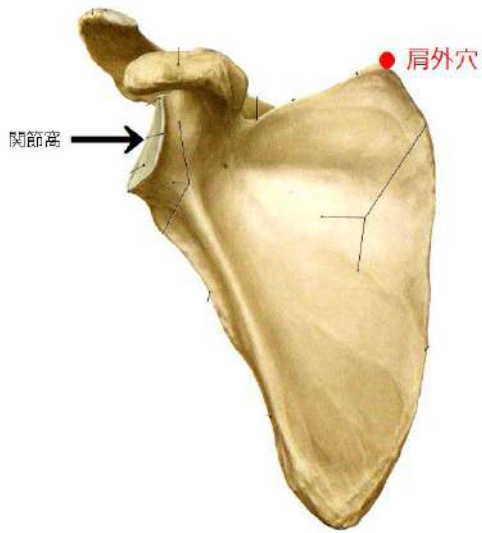


4



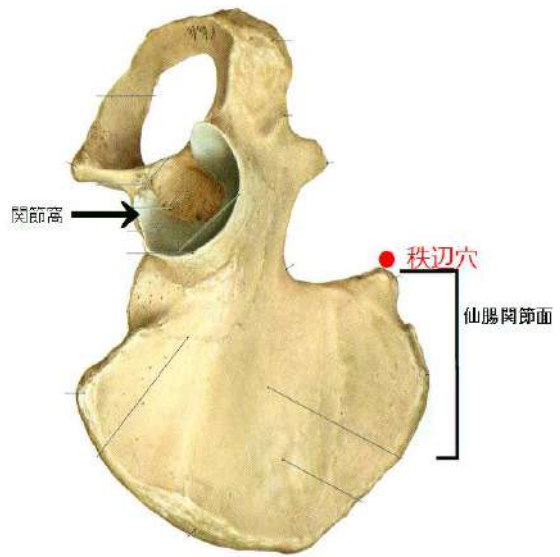
5a

右肩甲骨・前面



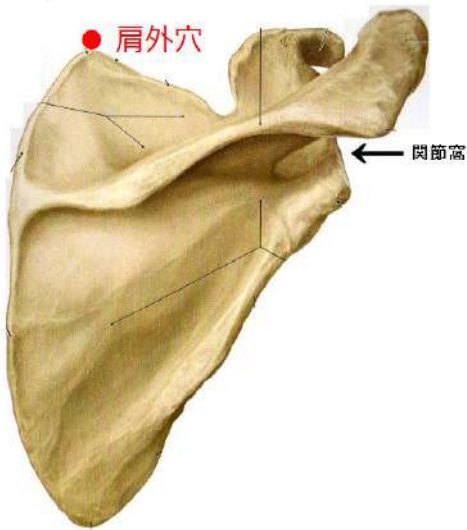
5b

右寬骨・後面__倒置



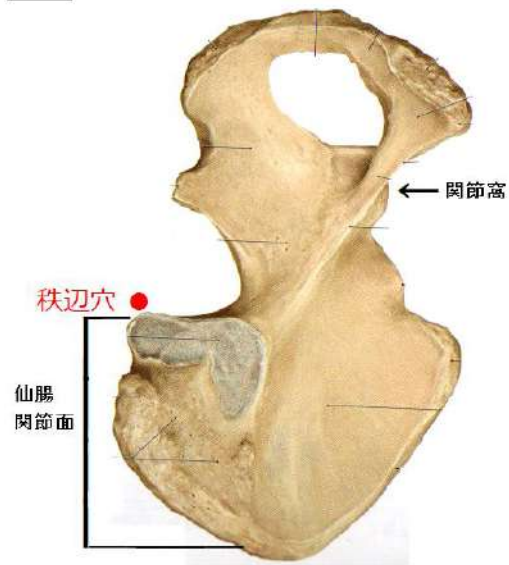
6a

右肩甲骨・後面



6b

右寬骨・前面__倒置



〔巨刺すなわち互刺を用いて行なう肩凝り治療〕・漢語資料

令和六年 十一月二十四日

青鳳会講師 吉野 久

「巨刺」をあらためて考える

巨刺そのものについては私が更めて説明するまでもないが、その命名については再度考えてみる必要があるだろう。

靈樞・官鍼第七

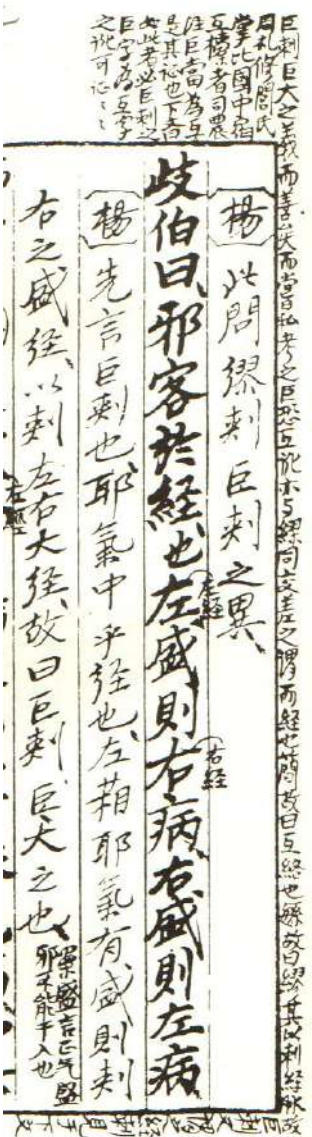
3 凡刺有九、以應九變。一曰……、八曰巨刺、巨刺者、左取右、右取左。

凡そ刺に九、有り、以て九變に應ず。一を……八を巨刺と曰ふ、巨刺とは、左は右を取り、右は左を取る。

およそ刺法には九つの方法があり、これを以て九つの病変に対応することができる。その第一法を……第八法を巨刺と言い※、巨刺とは、病所が左にある場合は、右の同じ場所を取り、病所が右にある場合は、左の同じ場所を取って治す刺法である。

※靈樞・熱病「取之皮、以第一鍼（之を皮に取り、第一鍼を以てす）」

素問攷注・繆刺論第六十三 眉(メモ)



森立之眉：巨刺、巨大之義而善矣。而嘗私考之、「巨」恐「互」※訛、亦與繆同、交差之謂。而經也簡、故曰互。絡也繆、故曰繆。其以刺經脈故巨刺、又謂之經刺。見干下文。

※互（副）たがひに ①双方ともに事情や行為が双方に及ぶ場合 ②替わるがわる、交替しながら（動作が入れ替わりになされる）
（形）くいちがったさま「乖互」

「字統」 繩卷きの器の形。説文正字を笠に作り「中は人の手の推握する所に象る」とする。交互に捲き進めてゆくので交互の意味を生じ、ひいてはすべて相互の関係にあるものをいう。また入り乱れる意味を生じ、これを紛互という。

巨刺は巨大の義にして善し。而れども嘗（かつて）、つねに私かにこれを考ふるに、巨は恐らく互の譌りなりて、また繆と同じく交差の謂ひならん。而ち經（經脈）や簡なるが故に互と曰ひ、絡や繆（わずらわしい、しげる）なるが故に、繆（あやまる、からまる）と曰ふ。其の經脈を刺すを以てするが故に巨刺なりて（經脈という大きな脈を刺すから巨刺という）、又た之を經刺（靈樞・官鍼・九變に応ずる刺法）※と謂ふ。下文に見（あらは）る。

※經刺靈樞官鍼7・九變に應ずる刺法「經刺者、刺大經之結絡經分也」

巨刺とは巨大という意で、それはそれで良いが、しかし私は長らく「巨」は恐らく「互」の訛りであり、同時に「繆」と同じく交差という意味だろうと考えていた。すなわち經脈は簡素な流れなので「互・交差して刺す」という言い方をし、絡脈は絡まっているものなので、「繆（からまっているものを刺す）」という言い方をするのだ。その經脈を刺して治療するので「巨刺」というのであって、またの別名を「經刺」ともいう。これについては、（官鍼の）次に述べられている（經刺者、大經結絡之經分也）。

〔周礼・秋官〕「修閭氏掌比國中宿互標※者」司農注、「巨、當爲互」是其證也。下文曰「如此者必巨刺之」巨字爲互字之訛。可證、可證。

※標 タク 拍子木、拍子木をうつ この場合の「互標」は、人馬の通行を検閲するための「関所」というほどの意味と思われる。

『秋官』に「修閭氏に「掌比國の中宿の互標は」に、司農、注して「巨は、當に互に爲るべし」とあり、是れ其の證なり。下文に曰ふ「此の如きは、必ず巨刺す」の「巨」字も、「互」字の訛りたり。可證（あかす 物事を調べて確認する）、可證。

『周礼・秋官』に「修閭氏は掌比國の中宿の互標であり・・・」という文があり、これに鄭司農が注して「巨は、互である」としている。（図らずも、『秋官』の本文が「巨」を「互」に書き誤っているのだが、これに気づかなかった鄭氏が「巨標」と読んだのである※）これが「巨刺」が「互刺」でなければならぬ証拠だ。その下にある「此の如きは、必ず巨刺す」の「巨」字も、「互」字の訛である。證（あかす）ことができた、できた！

※ 鄭司農が秋官の「互櫜」を「巨櫜」と誤読した理由は、鄭氏の見ていた『秋官』が金文を以て書かれており、「巨」字と「互」字の字形が非常に似通っていたためだと考えられる。

『字統』白川静

巨キヨ さしがね、おおきい 矩形の定規をあらわす象形。



巨…金文※

互ゴ たがう、たがいにする 縄巻き器の象形。



互…金文

※金文…：甲骨文(殷代)のち、青銅器に書かれるようになった字(春秋戦国代)

〈『秋官』の全文〉

脩閭氏、掌比國中宿、互柝(＝櫜)者。與其國粥、而比其追胥者、而賞罰之。

脩閭氏は、國中の宿を掌(つかさどる)比(およぶ)し、互柝(＝櫜)なり。其れ國に粥を與へられ、而して比(ならび)に〈そのかわりに〉其れ追胥(視察する、待ち受ける)し、賞罰せり。

國中、城中也。粥、養也。國所遊養、謂羨卒(必要のない吏卒)也。追、逐寇也。胥、讀為偃(盜賊をとらえる職務)、故書「互」為「巨」。鄭司農云「宿謂宿衛也。巨當為互、謂行馬、所以障互(官庁の前に人馬を遮るために設けた木組み)禁止人也。柝謂行夜擊柝」

脩閭氏は城中の宿衛を掌(つかさど)る互櫜(人馬を遮るために設けた木組み、＝バリケード)であった。羨卒(あまり重要ではない卒員)であったが、國に養われる代わりに、盜賊を監視し、(賞)罰(復)詞(偏)義(した)。

■その後、素問では「繆刺」の考えを取り入れ、複雑な問題となった

素問・三部九候論篇第二十

奇邪之脈、則繆刺之。

奇邪の脈は、則ち繆刺す。

経脈外の病を表す脈証が出ている場合は、繆刺を施す。

素問・繆刺論篇第六十三

歧伯曰邪客於經、左盛則右病、右盛則左病。

歧伯曰く、邪、經に客し、左、盛んならば則ち、右、病み、右、盛んならば則ち、左、病む。

歧伯が言うには、邪が経脈に客し、左の脈(三部九候脈の左側)が盛んならば、右に症状が出、右脈が盛んならば、左に症状が出る。

■「互刺」の考えに基づく新しい刺法の試み

以上に見たように、「互刺」とは「お互いを刺す」治療である。森立之は「お互いを交差して刺す」と書いているが、これは始めに「右取左、左取右」と「素問」が左右を刺すように限定しているからである。「お互いを刺す」ならば、上下・表裏・斜めをお互いに刺すこともあり得る。今回は「同じ構造のものをお互いに刺す」ことを考えてみたい。

肩凝りの様々なパターンの中でも最も辛いもの一つに、肩外部の凝りがある。凝りは痛みになって当人を襲い、顔をしかめて患部に手を当てている人を多く見る。

この肩外穴を解剖学的にみると、肩甲骨内側上部の角(肩甲骨上角)に、肩甲挙筋と菱形筋が束になって付着している起始である。これをもつと簡潔に言う「骨の角に腱が束になって付いている所」と言える。これが肩外部の構造である。

同じような構造をもつ部位で、容易に思い浮かぶのは下肢のハムストリングスである。ここも大腿骨下端の内側の角に「多数の腱が束になって付いている所」である。したがって、ここを治療することによって肩外穴の辛い肩凝りが和らげられるのではないか、というのが本論の主旨である。

〈図1・2 参照〉

また、ハムストリングスと対照位置にある部位を探すと、肘関節の内側、上腕三頭筋の内側頭ということになる。ここでも肩外俞に対する同様の治療効果が得られる。

〈図3・4 参照〉

さらに、肩甲骨と寛骨を構造的に観察すると、全く同じ構造を持っていることが分る。すると、肩外穴(肩甲骨上角)に対応する部位は、寛骨に於ける仙腸関節下端(膀胱経・秩辺穴)ということになる。ここを治療しても肩外部の凝りは弛められる。

〈図5〜6 参照〉