



一般的にはツボとされていますが、正式には「経穴(けいけつ)」と言います。数は、WHOに登録されているもの(1989年現在)で361穴ありますが、そのほかにもたくさんあり、はっきりとは言えません。

経穴は経絡上に存在しています。**気血**の状態が反映される部位でもあり、経絡を介して臓腑とも密接な関係にあります。

従って、臓腑の異常は**経絡**に伝わり、**気血**の流れを乱し、経穴にその反応が現れます。反応は「こり」であったり、痛みであったり、皮膚のザラツキや陥凹であったりします。反応の出現経穴を確認できれば、**経絡**の経路を考えてどこか臓腑に異常があるのか推測できます。また、反応を緩和、あるいは消滅させることで、異常箇所を改善する効果を得られると考えられます。

つまり、ツボ = 経穴とは、東洋医学的な診断点、治療点なのです。



#### 気血とは:

中国の人々は古来より、総ての自然現象は「気」の作用によって行われ、総ての物質は「気」によって構成されていると考えました。人体も例外ではなく、人体における「気」は一切の生理機能を意味します。「血」は脈内を流れる液体で、人体の組織を栄養する基本的物質です。西洋医学で言う動脈血と類似したものと考えられています。「気血」は相互に深く関係し、「気」は「血」によってその機能を発揮し、「血」は「気」の作用なしには造られません。ですから、どちらが不足しても停滞しても人体に影響が及ぼされます。



#### 経絡(けいらく)とは:

人体における「気血」の通り道を経絡と言います。経絡は全身に分布し、身体各部に気血をめぐるため、各部の組織を栄養し、組織の機能をつかさどっています。その走行は東洋医学独特のもので、西洋医学で言う血管や神経とは全く違う経路をとります。

経絡は体表上を通っている部分が多いですが、内部では臓腑と密接な関係があります。臓腑に異常が見られる時は、経絡によって体表に反映されますし、経絡を刺激することで臓腑の機能を整えることもできます。