



『陰陽五行説』とは、東洋医学の基本概念です。

東洋医学ではすべてを自然に準えています。自然界には光と影、つまり「陰と陽」があります。また自然界は、植物、熱、鉱物、土壌、液体からなり、これらはそれぞれ「木、火、金、土、水」の五行で表現され、すべてのものはそのいずれかに属するという考え方です。

東洋医学では人間の身体も、自然界に属するという考え方をします。男性は陽であり、女性は陰となります。内臓も同様に「肝の臓、心の臓、脾の臓、肺の臓、腎の臓」の五臓は五行に属します。そして五臓の助手的な内臓に「五腑」があります。五腑というのは「胆、小腸、胃、大腸、膀胱」のことで、臓と腑が一对になって互いに助け合いながら生命を維持しているのです。この五つの組み合わせを「五臓五腑」といいます。

「肝胆相照らす」という諺はここからできたことばです。



五臓六腑とは：

火＝心の臓と小腸

水＝腎の臓と膀胱

木＝肝の臓と胆

金＝脾の臓と胃

土＝肺の臓と大腸

以上が五臓五腑ですが、実はもう一对、「心包」という臓と、「三焦」という腑があります。心包は大切な臓器である心の臓を包み込んで保護する袋があるはずだという考えからそう名づけられた臓で、三焦とは人間が体温を維持するために三つの熱源を持っているはずだという考えからできた腑です。東洋医学では、この「六臓六腑」が、人間の身体をコントロールしていると考えています。



五臓とは：

五臓とは、肝、心、脾、肺、腎のことで、主な機能は、精気の貯蔵・分泌・生成を行っています。



六腑とは：

六腑とは、胆、小腸、胃、大腸、膀胱、三焦のことで、これらは六腑は五臓の補佐をしながら、消化・吸収・排泄などの生理機能を営んでいます。