

# NEWS はりきゅう

## -漢方内科 鍼灸治療室-

# Vol.02

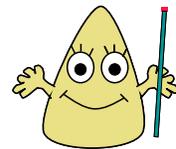


ようこそ、  
鍼灸の世界へ！

今回のテーマは  
「お灸について」



2020年06月号  
作成:川越 有紀(鍼灸師)



イメージアップキャラクター  
お灸ちゃん

## お灸、おやいと、灸療法。

「お灸」は、艾（ヨモギの葉から精製されたもの）を皮膚上で燃焼させて、人体へ刺激を与える療法です。安価で気軽にできる為、民間療法としても昔から親しまれています。鍼灸治療室では複数の治療法のうち、お灸を主としており、養生（体調管理）や慢性症状に対する継続的なケアとして患者さんに自宅施灸も勧めています。愛媛県は日本有数のお灸の治療文化があり、灸療法が馴染みやすい地域でもあります。

体質や生活背景に合わせて  
施灸指導を行います

### ～海外とお灸～

お灸は、海外でも行われています。英国のチャリティ団体「moxafrica」では、結核患者に対するお灸の有効性について研究されており、現地でも施灸指導を積極的に行っているようです。

施灸による治効のメカニズムに関する研究はまだまだ乏しいですが、私達の臨床経験やこのような海外での活動報告から、お灸は自然免疫の向上に期待できると考えています。

### お灸の種類



<直接灸>



<間接灸>

その時に応じて熱量を調節し、  
真心を込めて行います

直接灸

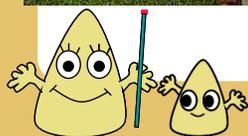


現地風景



### ～なぜ、お灸をするか？～

自分でお灸を据え、身内の人に据えてもらう、という行為は継続的なケアを可能にし、その人の自律性を向上させます。自宅施灸で生まれる時間と空間は、その場にいる人達の「こころ」と「からだ」を変化させ、病（やまい）から救う手助けとなります。



次号は刺絡療法についてご紹介します。