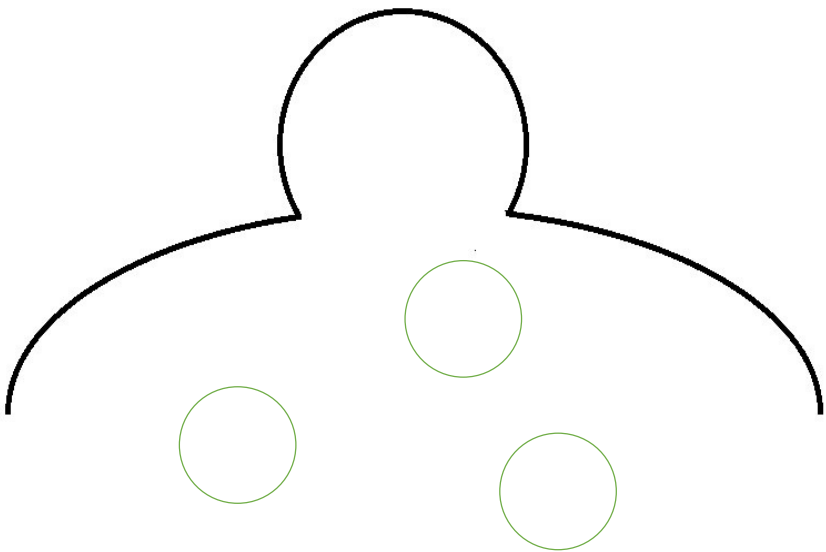


3 章 生理学

1. 生理学の概観

人体は 3 つのシステムが組み合わさって成立している。

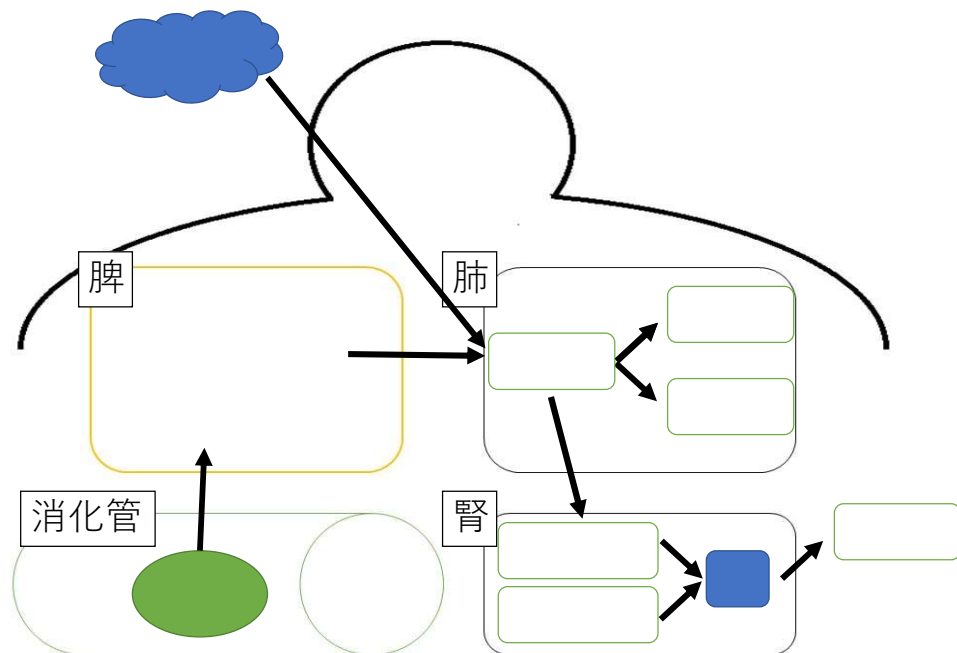
気血津精	
臓腑	
経絡	



2. 気血津精

ア. 気

定義：エネルギー源となる物質



・分類

宗気	① の呼吸作用 ② の血を循環させる作用
営気	血管を巡り、内臓や組織のエネルギーとなる
衛気	血管外を巡り、①外邪から防御する ②体表を温める ③発汗を調節する
原気	生命の原動力。精でも説明。

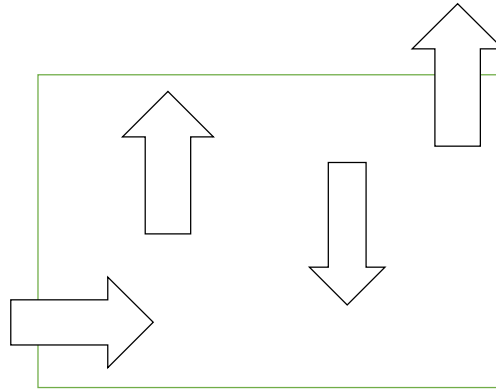
・作用

推動	① を作動させる ② と を循環させる
温煦	① を一定に保つ ② の循環の前提
防衛	を防衛する
固摂	①内臓の を固定する ② を漏出させない
気化	を相互変換する

・運動

体内における気の運動（巡り）を いう

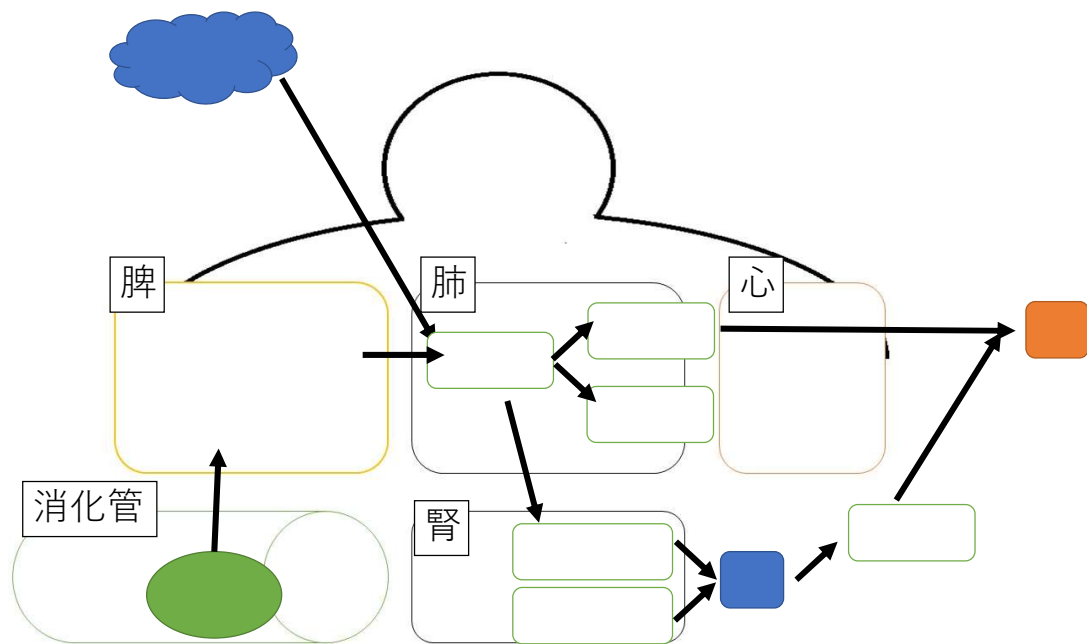
- ：下から上
- ：上から下
- ：内から外
- ：外から内



イ. 血

定義：

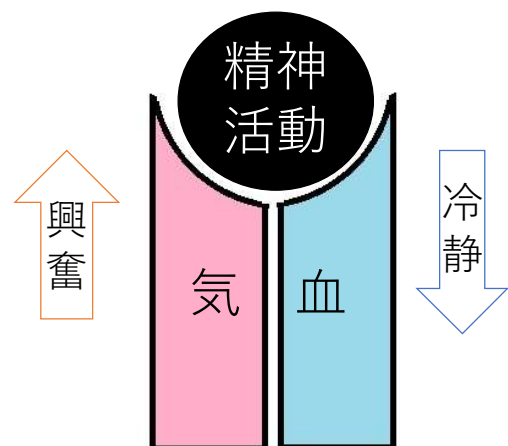
※ 血管外に血がある場合、病的である



・作用

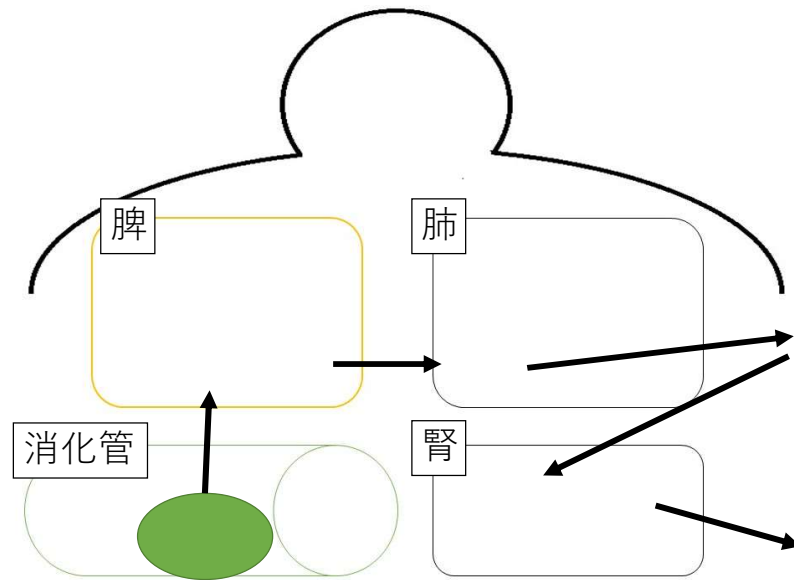
	全身に栄養と潤いを与える
	精神活動の基盤となる

・特徴
とともに巡る



ウ. 津液

定義：

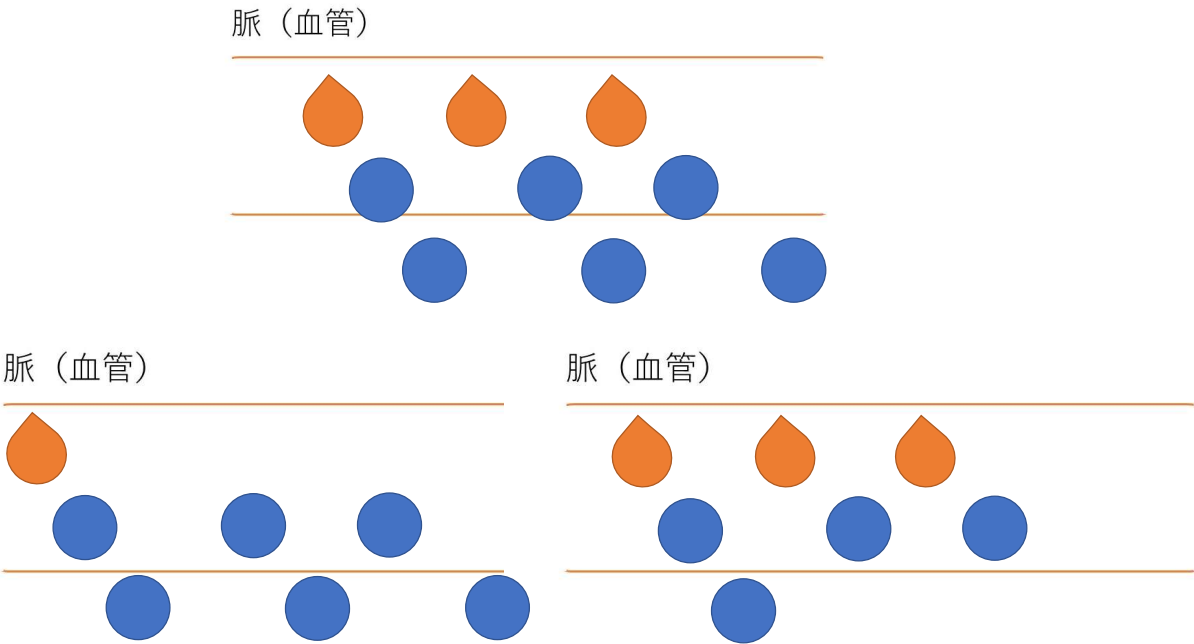


・作用

	全身に栄養と潤いを与える
	血の調節をする

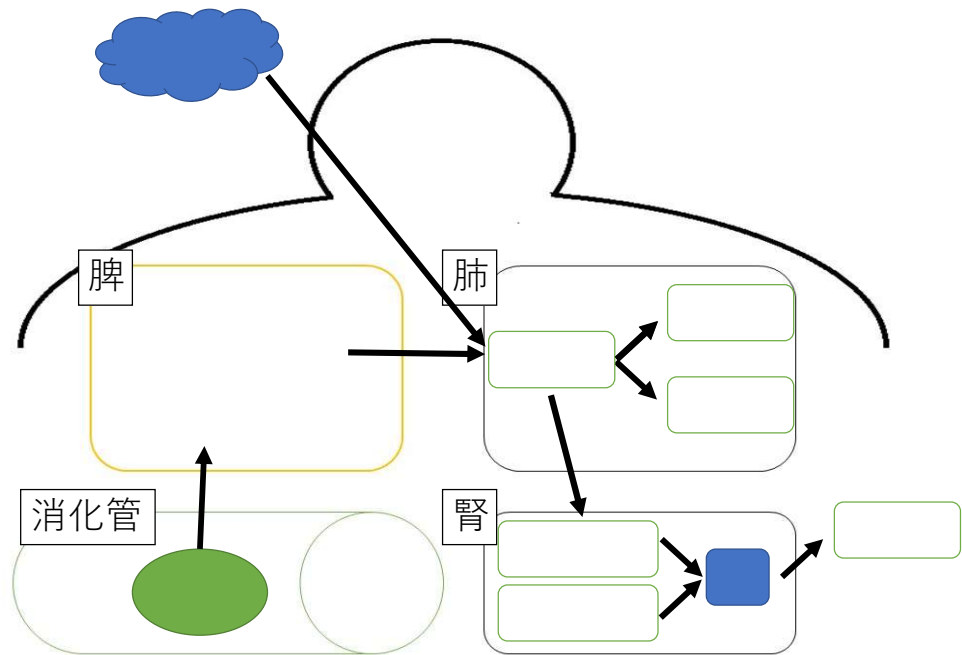
・特徴

と共に巡る



工. 精

定義：



・作用

	全身の陰と陽の源となる
	をはじめ様々な体の部分をつくる
	血の生成に参与する

オ. 気血津液の相互関係

気 ⇒ 血	気が血を生む ()
	気が血を巡らせる ()
	気が血を漏らさせない ()
血 ⇒ 気	血は気を載せて運ぶ
	血は気を養う

気 ⇒ 津液	気が津液を生む ()
	気が津液を巡らせる ()
	気が津液を漏らさせない ()
津液 ⇒ 気	津液は を載せて運ぶ

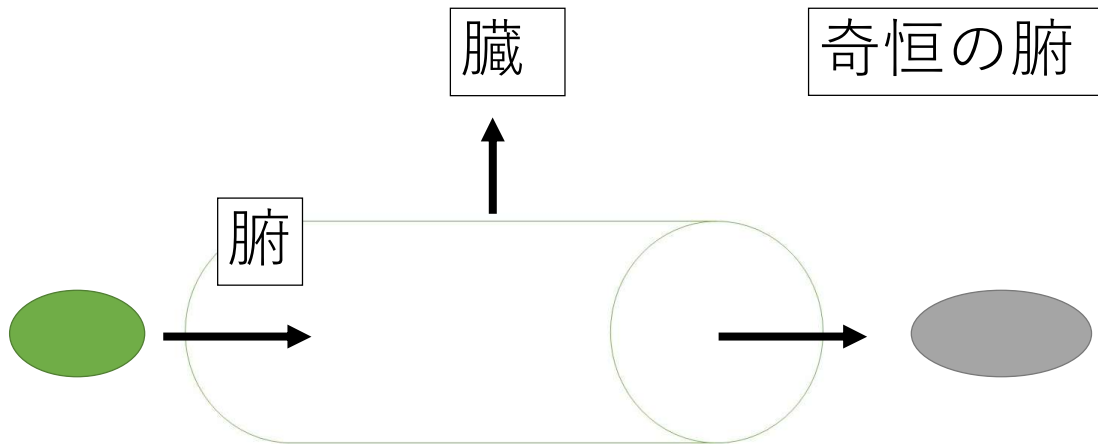
血と津液 	津液は血の	を調整
	大出血すれば津液も失う	

3. 臓腑

人体の内臓には以下の3種類がある

種類	臓	腑	奇恒の腑
属するもの	肝 心 脾 肺 腎	胃 小腸 大腸 胆 膀胱 三焦	脳 骨 髄 脈 女子胞
働き	気血津精の	水分や栄養の	
形態			様々

※ これら臓腑は、西洋医学の臓器とは違う概念であり、例えば東洋医学の「腎」は西洋医学の腎臓 (kidney) とは全く別物である。「肝臓」「心臓」などは西洋医学の言葉であり、これらを用いると東西どちらの話か混乱の原因になるので注意。



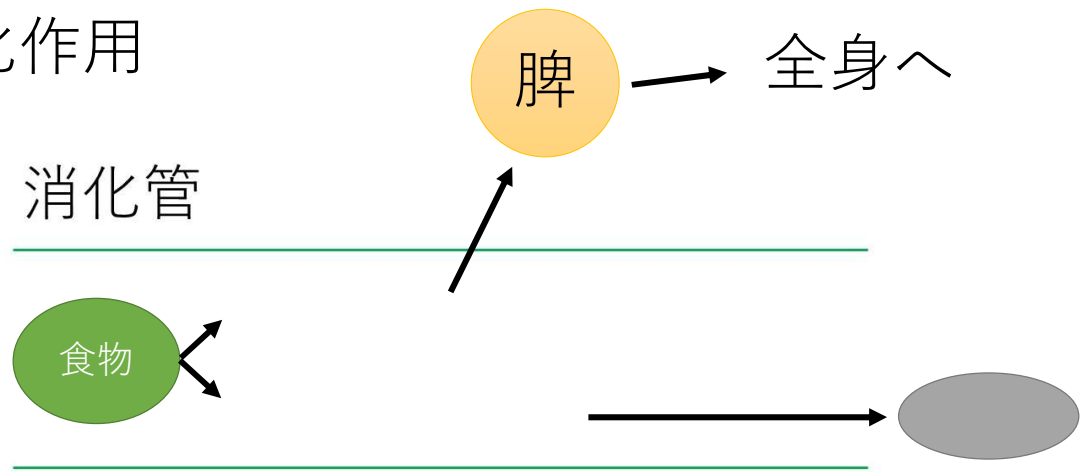
ア. 五臓

A. 脾

・機能

を司る	飲食物を	する
を司る	①飲食物の に関係 ②内臓の を固定する ③ (特に昇) に関わる	
を司る	血管から が漏れないようにする	

運化作用



・特徴

脾は 湿を忌む

①

に侵される→脾の機能が低下
により体内で湿が発生

②



脾は

脾から吸収した水穀の精微から気血津液ができる

・診察

消化吸収の状態はどうか？

- 、 、 など

は十分か？

-脱力感、筋肉の状態

を司る	脾は を強くし、 を活発に動かせる
華は にある	唇の色調・光沢は脾の機能を反映する
に開竅する	食欲や味覚の状態は、脾の機能を反映する

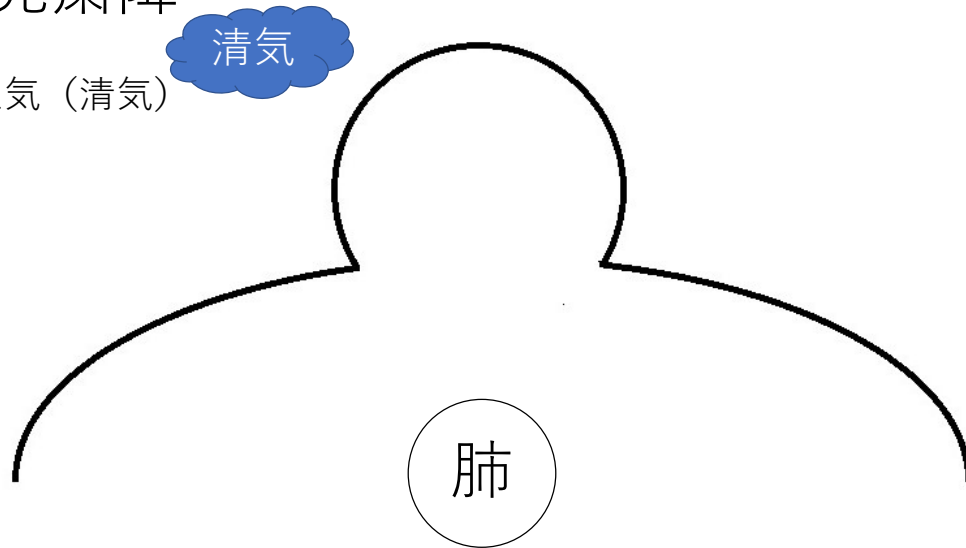
B. 肺

・機能

を司る	気や津液、栄養分などを ： へ ： へ 動かす
司る	を司る を産生する を調整する
を 通調する	津液を宣発肃降で全身に送り出す
が 朝する	肺にはあらゆる脈が集まり、 する

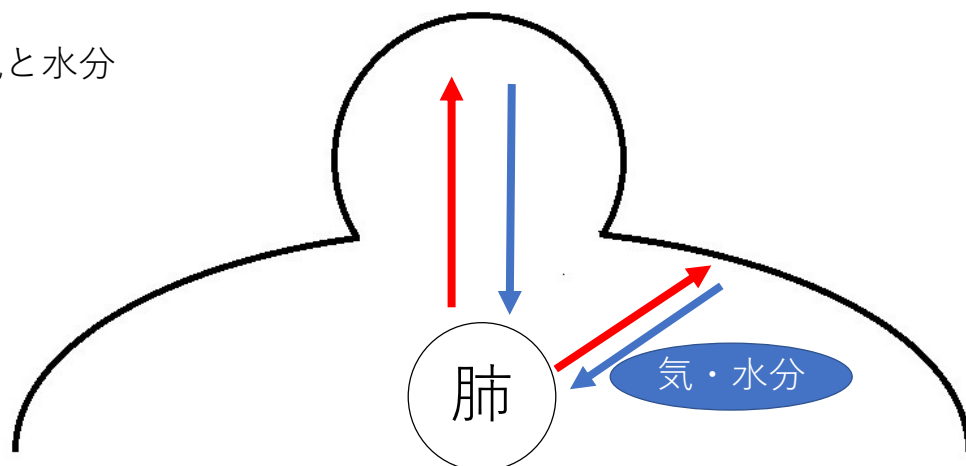
宣発肃降

①空気（清気）



宣発肃降

②気と水分



・特徴

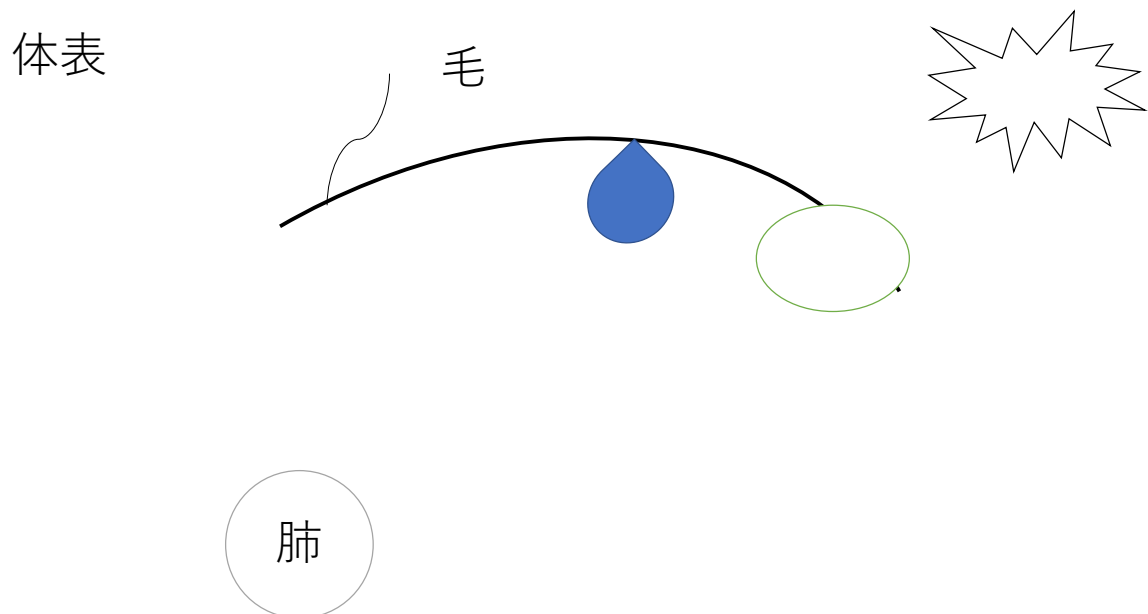
している唯一の臓→外邪に侵されやすい

・診察

呼吸状態はどうか？

- など

に合する	皮膚を潤沢にし、体表で から防衛する
華は にある	毛（うぶ毛）に がある
に開竅する	呼吸の通路で 機能もある



C. 心

・機能

を司る	全身に を送る
を蔵する	血脈が正常で、血が供給されることで ができる

血脈を司る

①

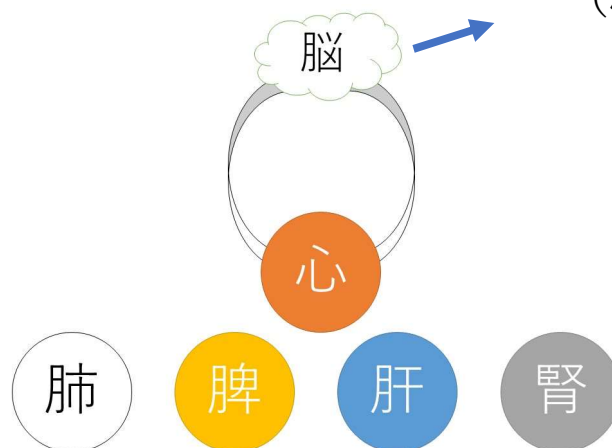
③



②

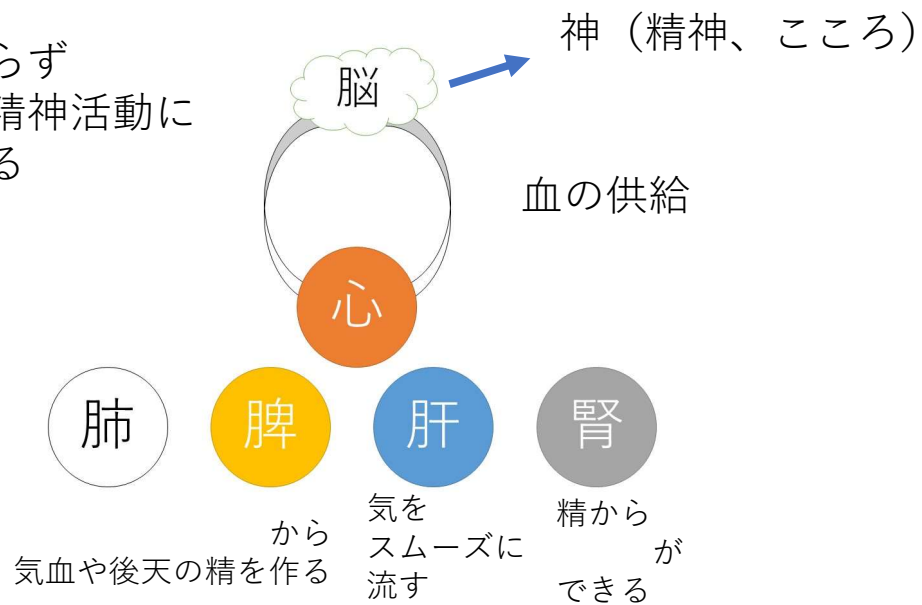
神を蔵する

(精神、こころ)



※ 五臓神

心のみならず
他の臓も精神活動に
重要である



・特徴

五臓の君なので 侵されない

・診察

循環の状態はどうか？

- など

の状態はどうか？

-反応への俊敏さ、睡眠の具合、忘れっぽさなど

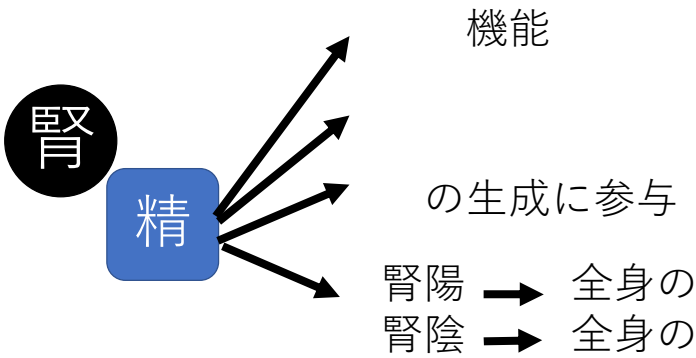
を司る	
華は にある	顔面の色や艶は心の機能を反映する
に開竅する	舌は中医学的診察で広く用いるが、特に心の診察で有用である

D. 腎

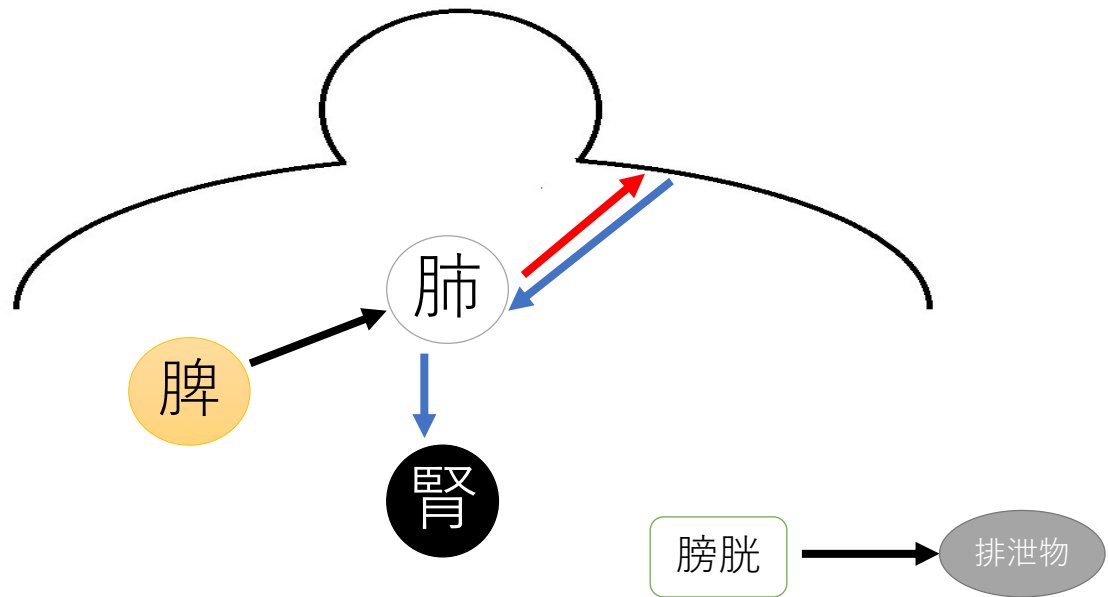
・機能

を蔵する	①生殖機能 ②成長発育 ③血の生成に参与 ④各臓腑の陰陽の源
を主る	体内の水分代謝を調整する
を司る	深呼吸の際に肺をサポートする

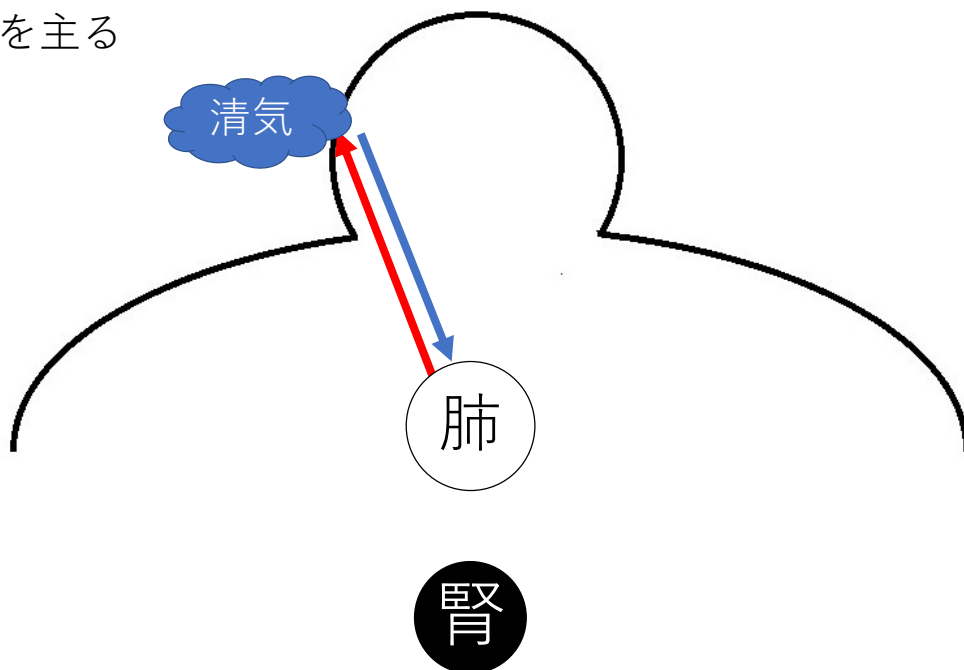
精を蔵する



水を主る



納気を主る



・特徴

で傷つきやすい

はない

・診察

泌尿・生殖の状態はどうか？

- など

腰の症状はどうか？

- 「腰は腎の 」腰のだるさや痛みなどの症状を伴うことがある

を司る	腎は骨を作り、強くする
華は にある	髪の状態は、神の機能を特に反映する
に開竅する	耳、泌尿生殖器は腎と深くかかわる

※ 天癸

に用いられる物質で、 を原料として腎で作られる

《黄帝内经素问》

男性：

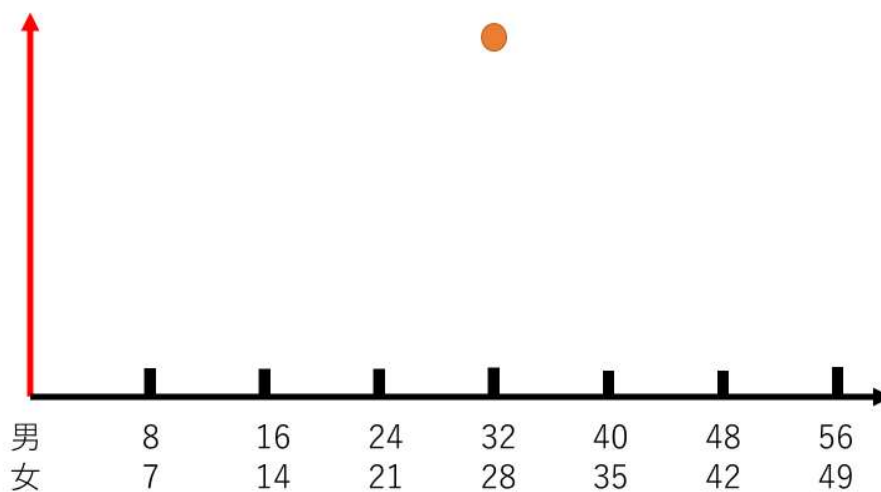
(16歳) で天癸が至り精があふれ子作りできる

(64歳) で天癸は尽き歯・髪は抜け耳も聞こえなくなる

女性：

(14歳) で天癸が至り任脈が通じ（初経）子作りできる

(49歳) で天癸が尽き、閉経する。

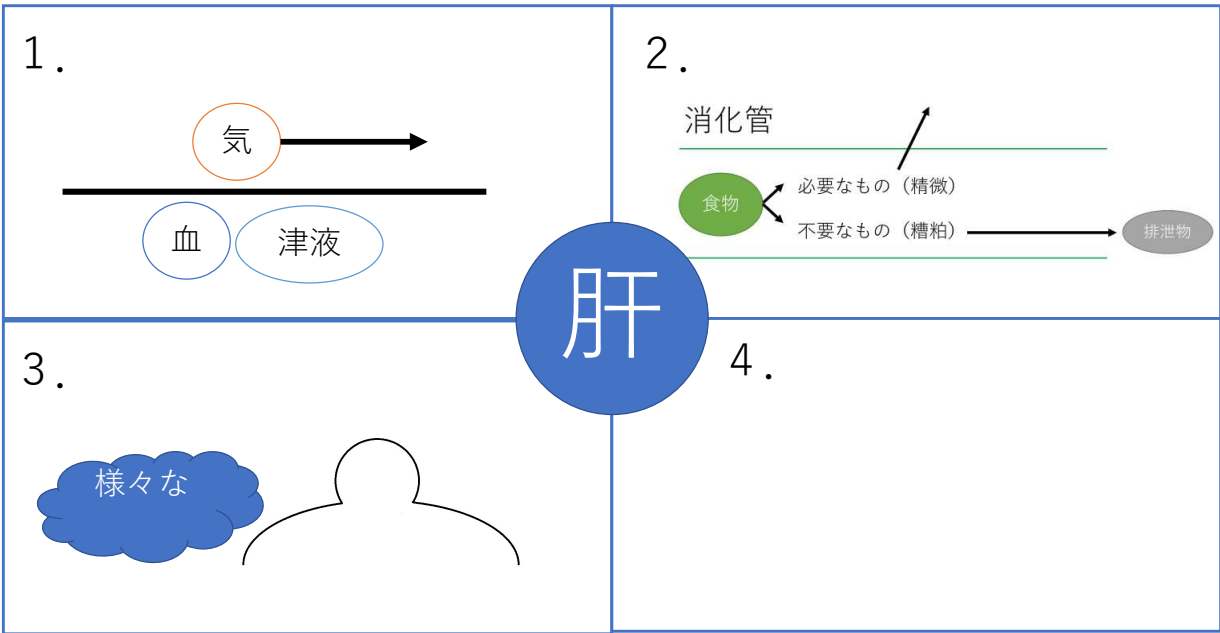


E. 肝

・機能

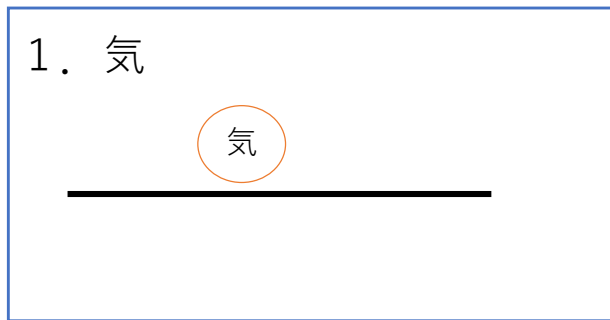
を司る	様々のものを
を司る	血をし、適宜する

疏泄を司る



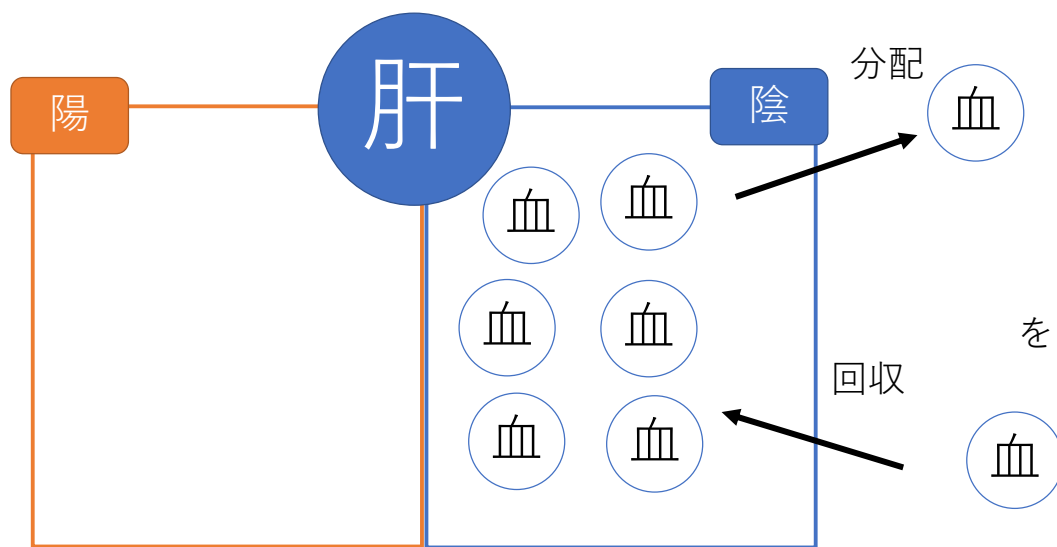
疏泄を司る

1. 気

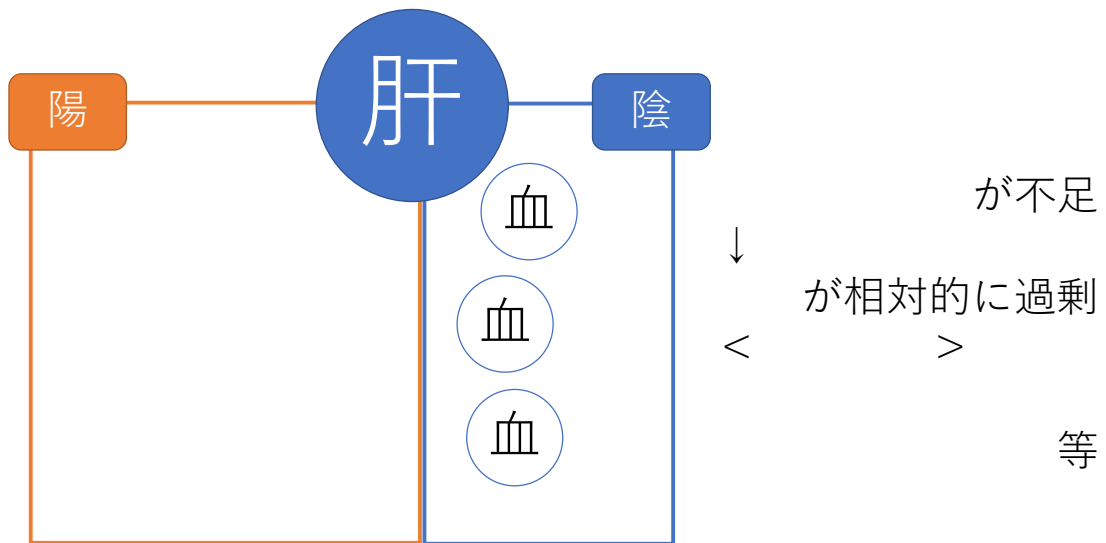


気 : や を巡らせる
 気滞 : や を生じる
 例) 喉の : (つかえ感)
 例) 女性器の :

蔵血を司る

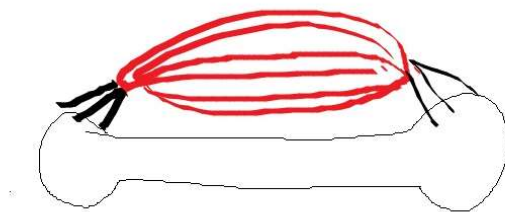


陰陽バランスがよい：



・ 診察

を司る	腱や靱帯などは肝と関係が深い
華は にある	爪の色調や荒れは肝の状態を反映する
に開竅する	目や視覚の異常は肝の機能障害を疑う



イ. 六腑

特徴： をもって とし、 をもって とする

	一連の の流れに関わる
	に関わる
	臓腑を収める

A. 胆

経絡によって と関係し、表裏関係となる

・機能

を貯蔵し 排泄する	
を主る	

B. 胃

中焦にある。経絡によって と関係し、表裏関係となる

・機能

水穀を	する	水穀（ ）を受け入れる
水穀を	する	水穀を しやすい状態にする

・特徴

通降を主り、降をもって和とする

胃は を好み を嫌う (cf.脾は を忌む)

C. 小腸

経絡によって と関係し、表裏関係となる

・機能

を主る	粥状のものを受け入れ、	する
する	と	を分ける

→機能に障害を生じると？

D. 大腸

経絡によって肺と関係し、表裏関係となる。肛門も含まれる。

・機能

する	残渣（便）を肛門まで送る
	を吸収する

・特徴

糟粕の伝化には

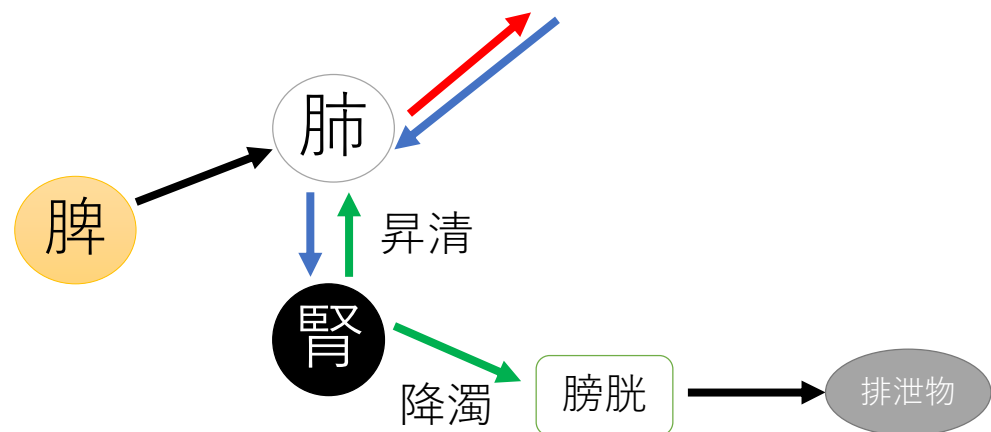
作用や

作用も参与する

E. 膀胱

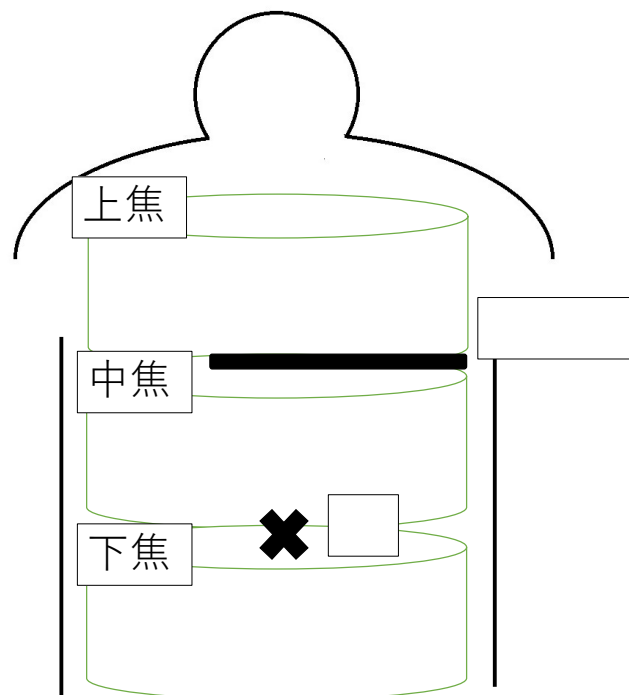
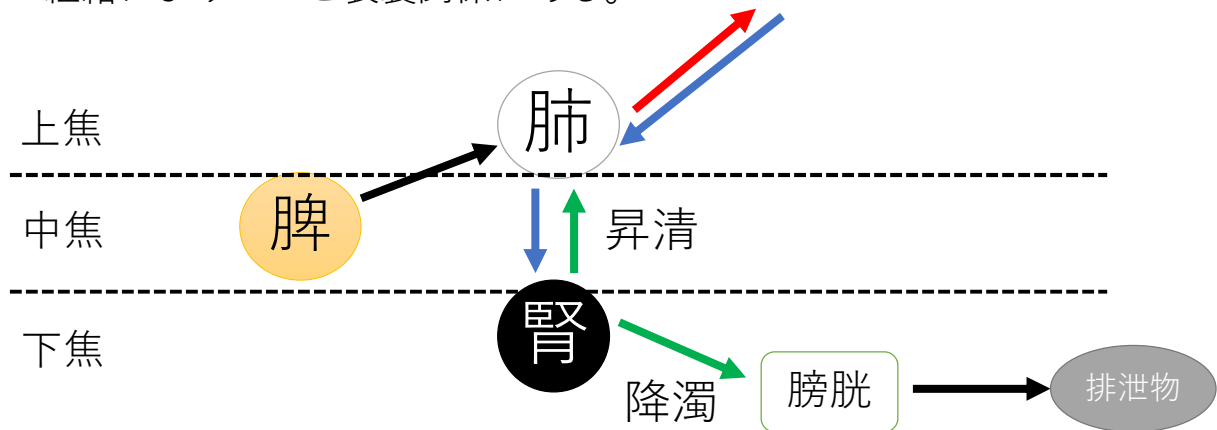
経絡によって腎と関係し、表裏関係となる

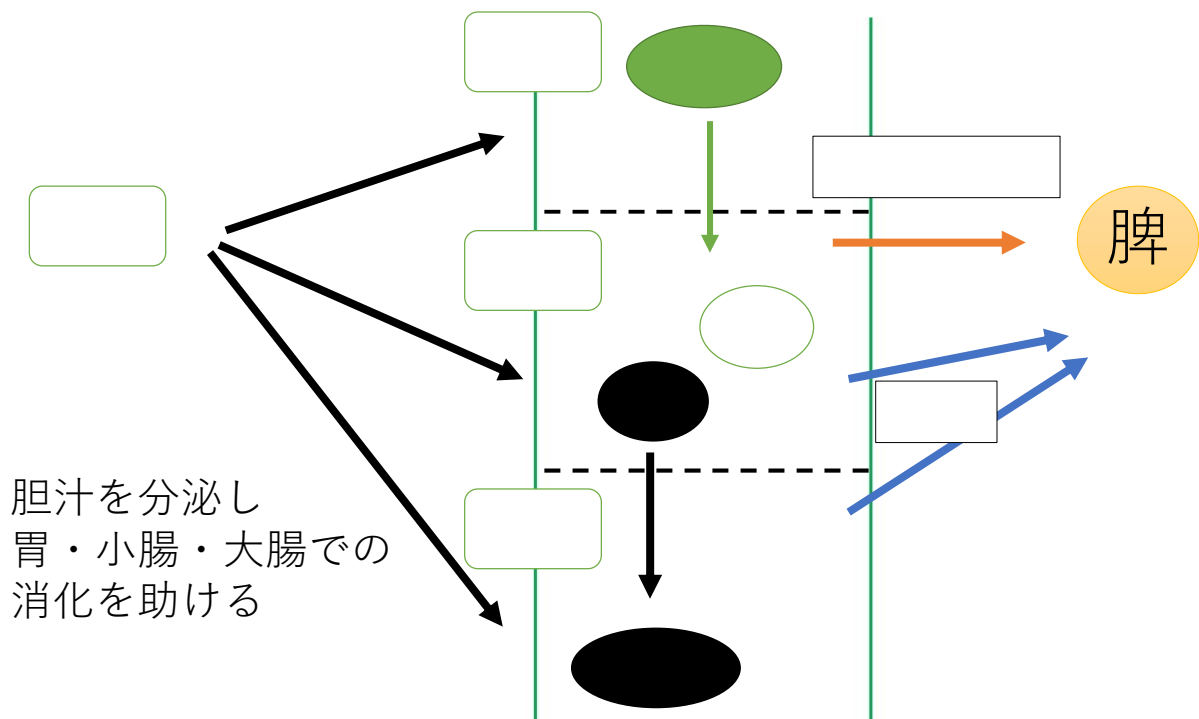
・機能



F. 三焦

を収め、
上焦・中焦・下焦に分かれる
経絡により 空間 と表裏関係にある。

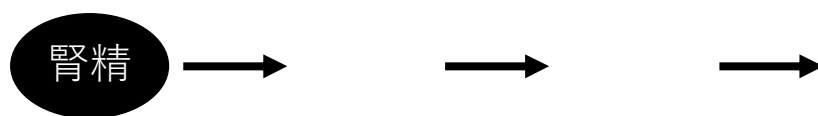




ウ. 奇恒の腑

役割： をする

◇ 脳・髓・骨
・ ・ 活動や運動・感覚を主る場となる

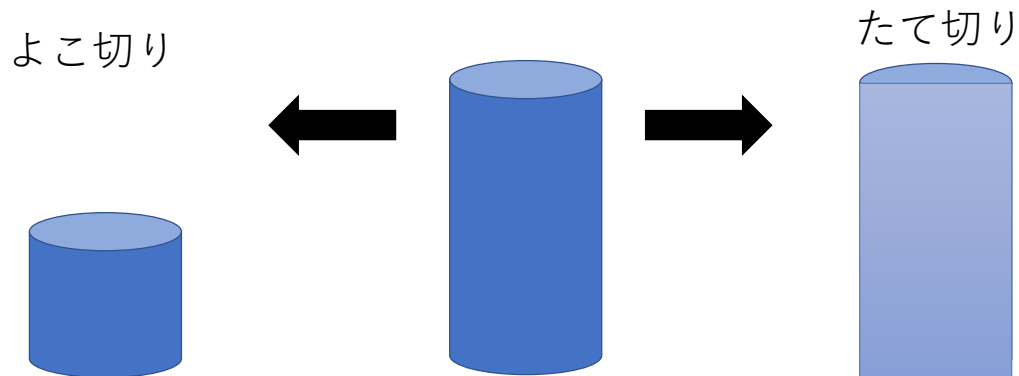


腎は骨を主り、髓を生じ、脳に通じる
脳は 海

小ネタ：東西医学での神経系の理解

なぜ同じ人体なのに、西洋医学と東洋医学では全く違うものに見えるのか？

⇒切り方の違い



西洋医学でみると

脳神経	中枢神経	大脳、小脳、延髄、脊髄など
		意識、運動、感覚、自律神経など
	末梢神経	脳神経、脊髄神経
		運動、感覚、自律神経など

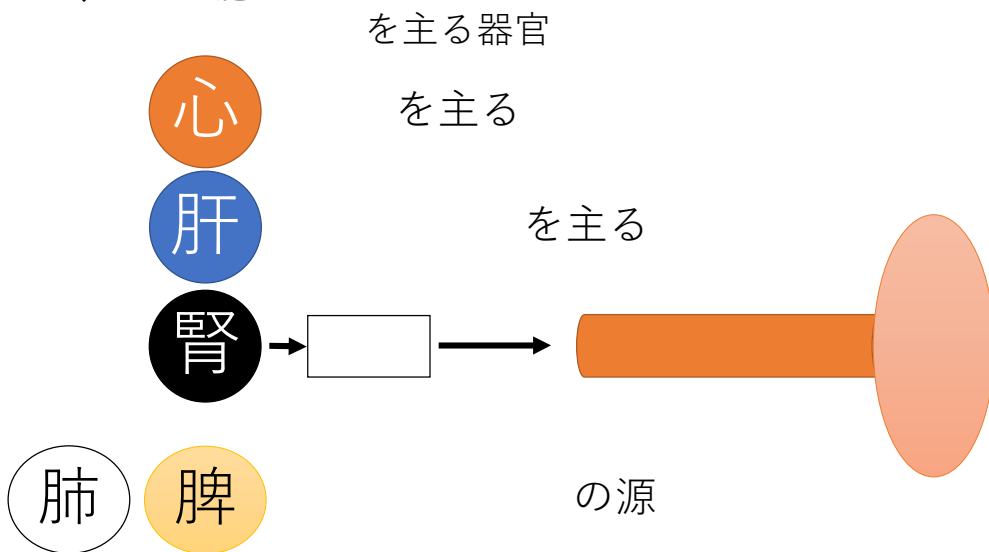
東洋医学でみると

：	：	：
神経の成長発達・機能維持・老化	意識や思考活動 (心は神明を主る)	情緒の制御や運動 (肝は疏泄、筋を主る)

◇ 脈
血液が循環させられる
心肺の が循環の源



◇ 女子胞



エ. 臓と臓の関係

A. 心と肺： の関係

心は を主り、血を巡らせる
 肺は を主り、宣発肅降を主る
 これらは共に で営まれる

B. 心と脾：血の

脾は を主り する 血の源は脾から送られ、血液をもらさない
 心は を主る

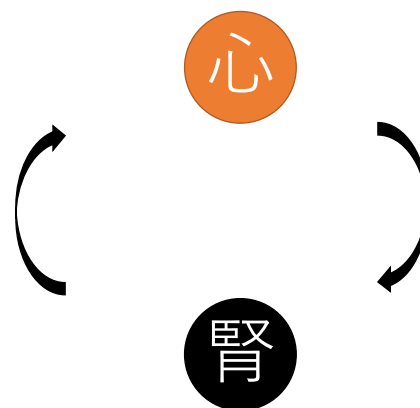
C. 心と肝：血の

心は を主る
 肝は 、

D. 心と腎： の関係

心は を主り、 を主る
 腎は を蔵し を生じ、 を主る

腎水（腎陰）は心陰を助け
 心陽が高ぶるのを防ぐ
 心火（心陽）は腎陽を助け、
 腎水の過剰を防ぐ



E. 脾と肺：気の と津液の

脾は 作用で精微と水分を に送る
 肺は をつくり、気と津液を で送り出す

F. 肝と肺：

肝は を主る
 肺は を主る

G. 腎と肺： と

腎は を主り、 を主る
 肺は を主る

H. 肝と脾：一体となって血の ・ ・ に関わる

肝は を主り、 を主る
 脾は を主り、 を主る

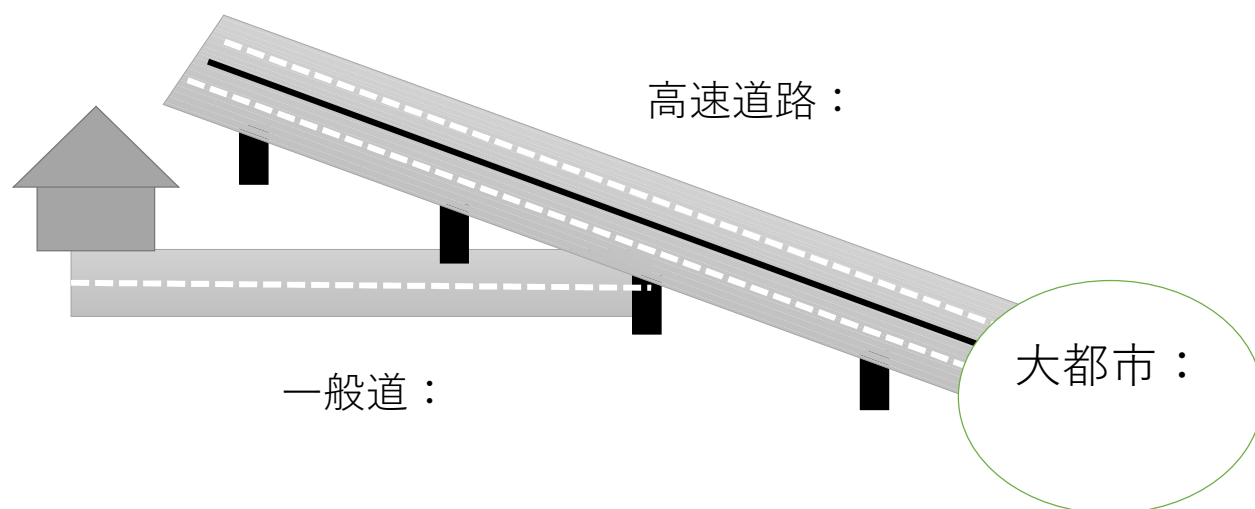
I. 脾と腎： と

脾は を主る
 腎は を蔵する

J. 肝と腎：精と血は の基本物質であり、 に共に関わる

余った血は精ともなり、精からは血が作られる
 肝陰虚（血虚）⇔腎陰虚（精虚）
 肝は を主り、 は生殖活動の基本となる物質

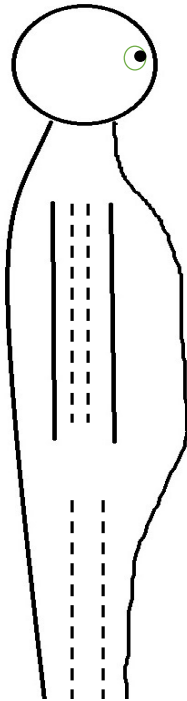
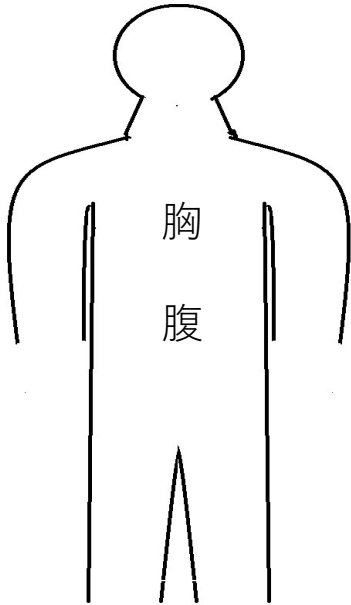
家：



ア. 十二正経

	前後（陰/陽）	陰			陽		
手	前（太陰/陽明）			經			經
	中（厥陰/少陽）			經			經
	後（少陰/太陽）			經			經
足	前（太陰/陽明）			經			經
	中（厥陰/少陽）			經			經
	後（少陰/太陽）			經			經

種類	経路	例



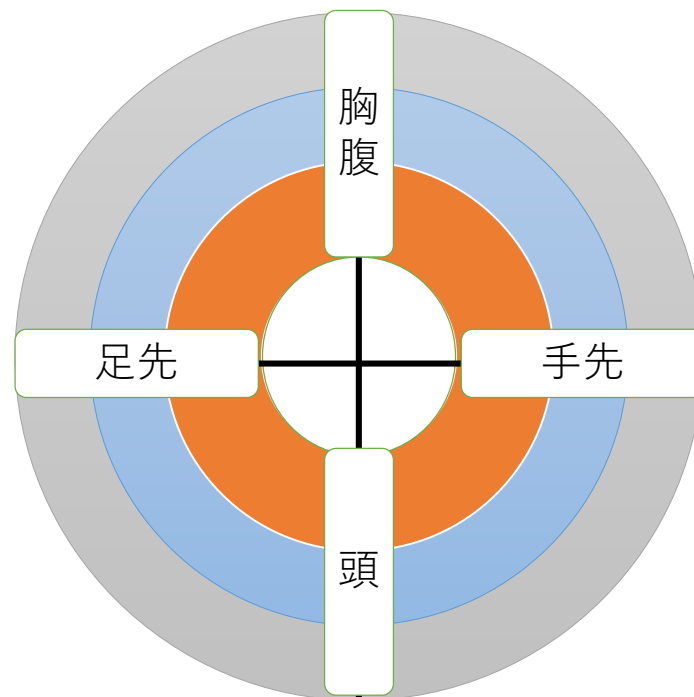
巡る部位によって
に分かれる

※足の一部で例外が発生するが
混乱のもとになるため今回は扱わない

☆ 覚える流れ

- ①胸からスタートする
- ②（手の陰経→手の陽経→足の陽経→足の陰経）
- ③腹・胸に戻る
- ④（手の陰経→手の陽経→足の陽経→足の陰経）
- ⑤腹・胸に戻る
- ⑥（手の陰経→手の陽経→足の陽経→足の陰経）
- ⑦腹・胸に戻る

昼25周、夜25周する



名付け

陰経には臓の名前、陽経には腑の名前が付く

	前後（陰/陽）	陰（体の内側）			陽（体の外側）		
手	前（ / ）						
	中（ / ）						
	後（ / ）						
足	前（ / ）						
	中（ / ）						
	後（ / ）						

省略形で呼ばれることも多い（例：肝経、足太陰経）

内側外側のちがいは手の太陰肺系と陽明大腸経を例に示す

セルフ練習

1. 「手の陰経」は胸から手先に流れる（胸・腹・手先・足先・頭）
前 中 後
2. 前中後を示すため付く用語は 陰：
陽：
3. 臓の名前は につき腑の名前は につく
4. 「 」の次に流れるのは「 」
5. 体の前部を巡ったら次は を巡る
6. 「 」経は足先から腹に流れ、体の中部を巡る

これから十二正経を一つ一つ見ていきます。

- 各経絡にはアルファベットの符号があります。
例えば胆経はGB (GallBladder)
俞穴はスタートからGB1,2・・・と割り振られます
- 図は『十四経發揮』 (1341年) より

A. 手の太陰肺経 (LU)

起	
属	
絡	
止	



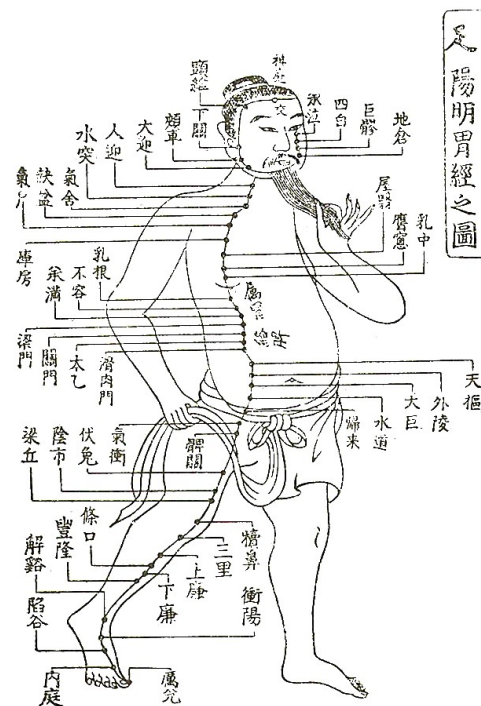
B. 手の陽明大腸経 (LI)

起	
属	
絡	
止	



C. 足の陽明胃経 (ST)

起	
属	
絡	
止	



D. 足の太陰脾経 (SP)

起	
属	
絡	
止	



E. 手の少陰心経 (HT)

起	
属	
絡	
止	



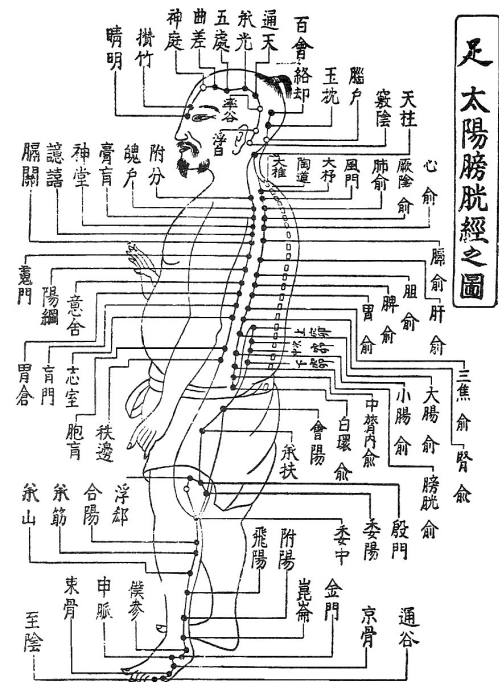
F. 手の太陽小腸経 (SI)

起	
属	
絡	
止	



G. 足の太陽膀胱経 (BL)

起	
属	
絡	
止	



H. 足の少陰腎経 (KI)

起	
属	
絡	
止	



1. 手の厥陰心包経 (PC)

起	
属	
絡	
止	



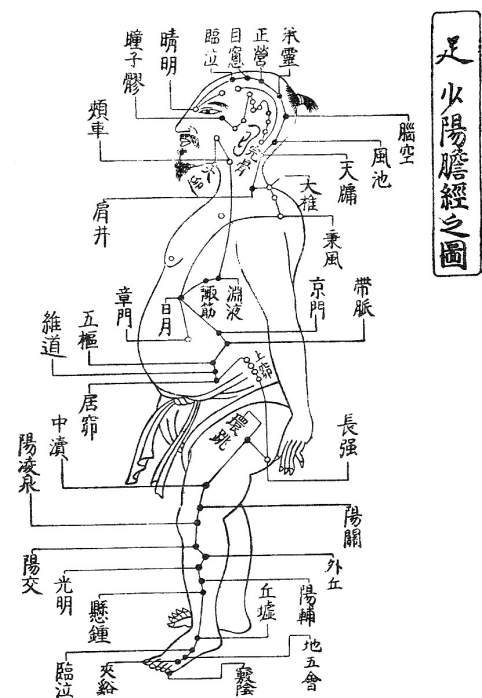
J. 手の少陽三焦経 (TE)

起	
属	
絡	
止	



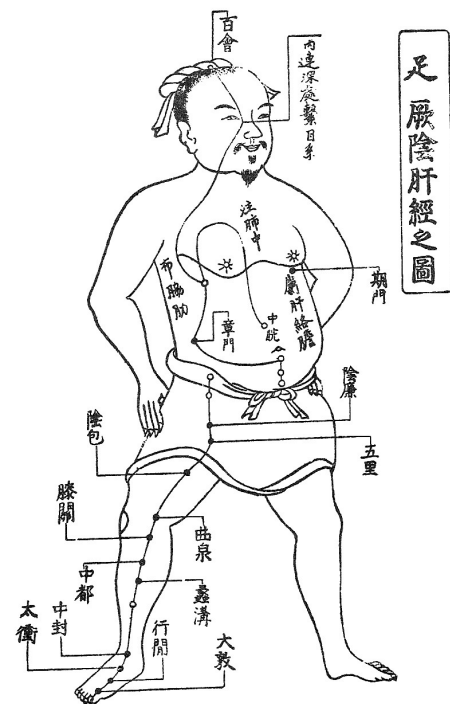
K. 足の少陽胆経 (GB)

起	
属	
絡	
止	



L. 足の厥陰肝経 (LR)

起	
属	
絡	
止	

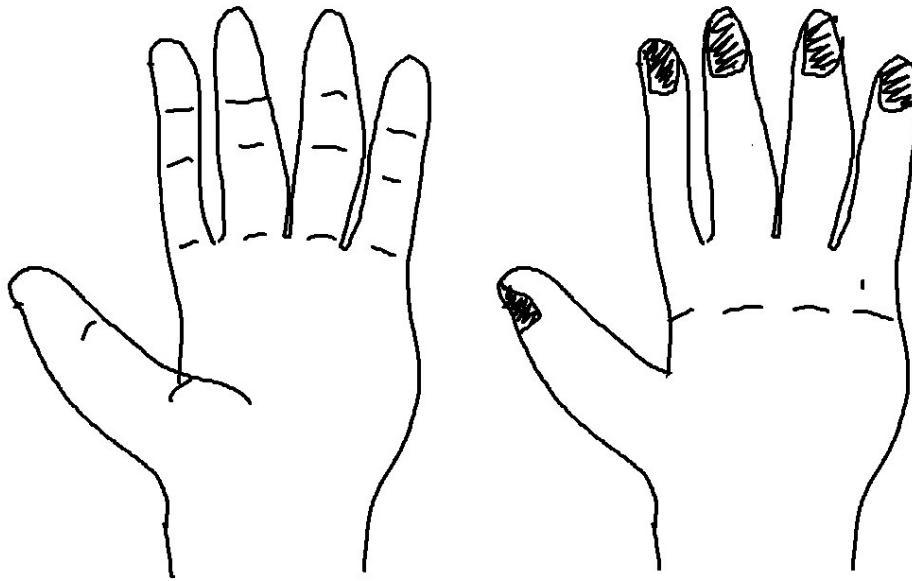


M. 十二正経のまとめ

・手

手の陰経	から		の	
			の	
			の	

手の陽経			の	
			の	
			の	



イ. 奇経八脈

左右対称でなく、臓や腑との固定の属絡関係もない

(見ます)

(軽く見ます)

(名前だけ)

特徴

分布は左右対称でない

臓腑と固定の属絡関係にない

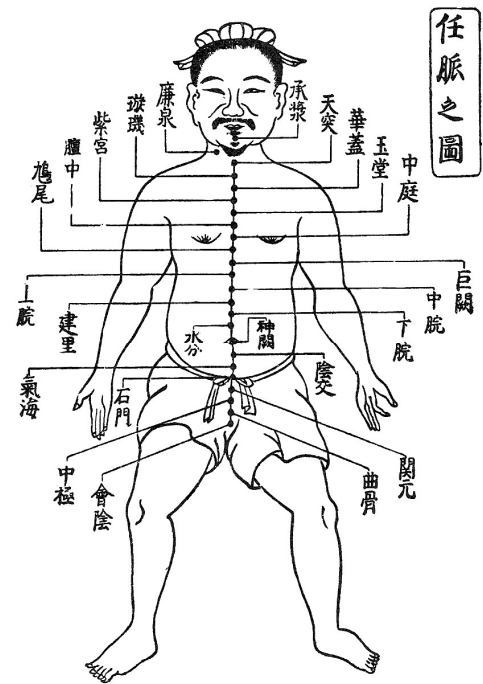
表裏関係がない

A. 任脈

起	
属	
絡	
止	

あらゆる陰脈につながり調整
→

に特に関係



B. 督脈

起	
属	
絡	
止	

あらゆる陽脈につながり調整
→

に特に関係



C. 衝脈

起	
属	
絡	
止	

経に沿って走行
→



D. 帶脈

唯一 を走行

