

平成 27 年 7 月 1 日

## 京口門だより No. 21

今年の梅雨明けはいつになるやら、猛暑の夏が訪れるのか冷夏なのか気がかりです。「庭石に梅雨明けの雷ひびきけり」(桂信子)

炎暑の夏も厳寒の冬も、われわれにとっては好ましくありませんが、細菌やウイルスなど知らなかった古い漢方の世界では、暑さや寒さが病気の原因となると考えました。病気の原因を外因、内因、不内外因という三つに分ける方法があります。

外因とは外部の気候・環境の変化である、風・寒・暑・湿・燥・火の六つを病因としました。六淫といいます。淫とは邪ということです。たとえば風や寒は風邪やインフルエンザの原因と考え、風や寒を除く治療法を見出したのです。また湿というものは、われわれの身体に腫れを生じたり、だるさや痛みを起こす原因と考えました。湿を除く治療法は漢方では重要な治療手段です。暑は発熱や口渇や胸苦しさをきたす原因と考えました。またこの六つが組み合わせさつて病因になることも考えられます。暑と湿が一緒になると下痢などの消化器症状を起こしやすくなります。

一方、内因として喜・怒・憂・思・悲・恐・驚の七つの感情は、強くかつ長く続くと病気の原因となります。七情といいます。たとえば怒りの感情が続くと、五臓のうちの肝が傷つきます。漢方でいう肝は現代の肝とは内容がすこし異なり、精神的な緊張と緩みをつかさどっていると考えられています。怒りの反対のウツも肝の働きと結びついています。気鬱はまた肝鬱ともいわれます。

また、何にでもくよくよと思い悩んでいますと、脾すなわち胃腸の消化機能を傷つけてしまい、食欲がなくなったり、食べ物がつかえたり、便秘異常が起こりやすくなってきます。

不内外因というのは、日常の食生活や生活習慣の不摂生などを指しています。食養生は病気の治療に欠かせないものです。片寄った食事、暴飲暴食などは病気を悪くします。夜遅くまで起きていて、睡眠不足は生活のリズムを崩すだけでなく、思わぬ失敗や外傷を受けることにもなりかねません。

このような病因論は、漢方では治療法と密接に結びついています。風や寒を除く方法や、怒りをおさめたり、気鬱を治す方法もいろいろあります。

