



はり・きゅうはどうやって効くの？－機序の科学化－

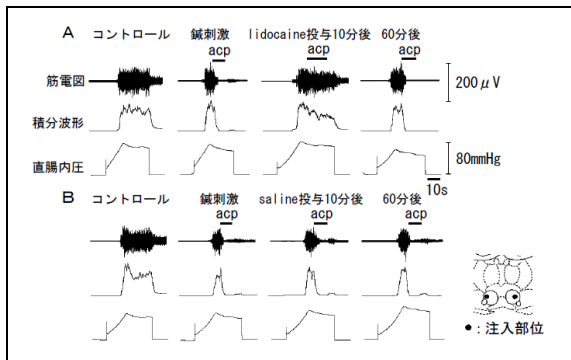
鍼灸学部 基礎鍼灸学教室 角谷 英治、新原 寿志
谷口 博志、日野こころ

はり・きゅうはどうやって効くのか？

身体に行ったはり・きゅう刺激は神経系を興奮させて、脊髄や脳の色々な部位へ伝わり、それら神経系を介して反射的に様々な効果を引き起こします。これらの結果はラットなどの動物を用いて研究することによって、段々とわかってきました。

はり鎮痛には脳が関与する！

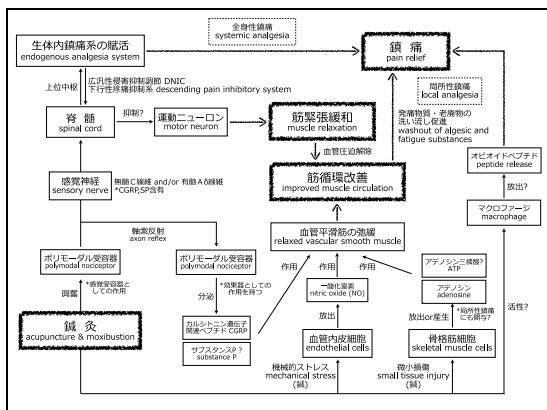
はり刺激・きゅう刺激は、痛みを感じにくくさせる体内の働き（鎮痛系）を活発にします。鎮痛系には脳や脊髄などの中枢神経が大きく関わっており、体内の麻薬様物質（オピオイド）が痛み信号の脳への伝達を抑えます。



ラットの腸にバルーン（小さな風船）を挿入し膨らませると内臓痛が生じますが、これに対するはり鎮痛の効果は、局所麻酔薬を投与して脳（視床内側下核）が働かなくなるようにすると低下します（図1）。

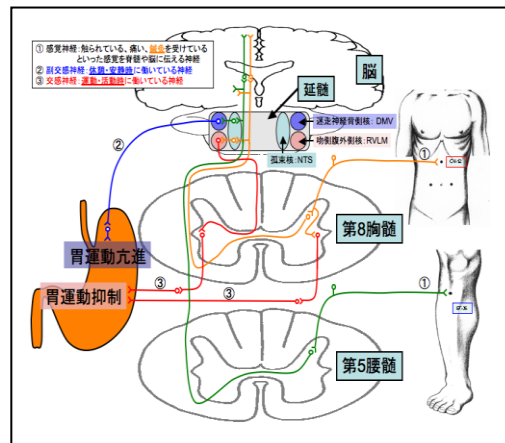
はり刺激は筋循環を改善する！

はり刺激は筋肉に微小な損傷を与えることで、感覚神経を刺激すると共に、筋肉や血管から様々な血管拡張物質を放出させ筋循環を改善します。筋循環の改善は発痛物質や疲労物質の洗い流しを促し、鎮痛や疲労回復を促進します。



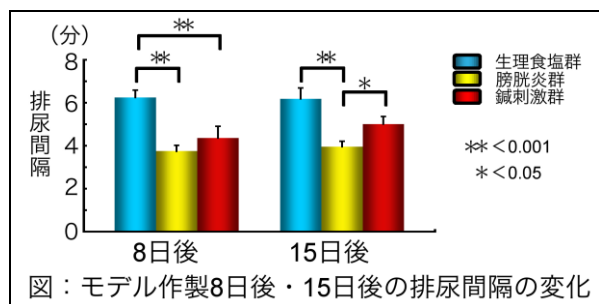
鍼灸師は胃を動かせる！

腹痛の時にお腹をさすって痛みが軽減した経験はありませんか？これはお腹をさすった感覚情報が中枢神経に伝わり交感神経を興奮させることで生じます。鍼灸はこのようなヒトに生来備わっている治癒力を効率的に引き出す治療法だと考えられています。ちなみに、胃もたれのように胃の動きが悪い時は、副交感神経を興奮させる足三里穴への鍼灸刺激が効果的です。



はり頻尿や尿モレに効果あり！

高齢化社会のなか、加齢と共に頻尿や尿モレが大きな問題となっています。骨盤後面へのはり刺激は症状を改善します。また、近年そのメカニズムも動物実験を通じて明らかになってきました。頻尿の膀胱炎動物モデルに、はり刺激を与えると排尿間隔が増加し頻尿が改善します。はり刺激による膀胱機能の改善が示唆されています。



図：モデル作製8日後・15日後の排尿間隔の変化