

中医学いろはにほへと

なぜ病気になるのか～正気と邪気～

前回までに学んできたのは「正気」を整えるために必要な概念。「正気」が整っていれば身体は勝手に元気になる。では、なぜ病気になるのか？その仕組みについて勉強するピャ。



フク
福

ゆるっと養生先生。
中医学が大好き。
稲田の相棒。
ロぐせは「ピャ」

I. 正気と邪気

正気…体を守る力

抵抗力・自然治癒力。病気にかからないように・なっても治ろうとする力。

邪気…病気の原因

細菌やウイルス、急激な気候の変化など、カラダを悪くする原因になるもの。

病気…正気が邪気に負けること

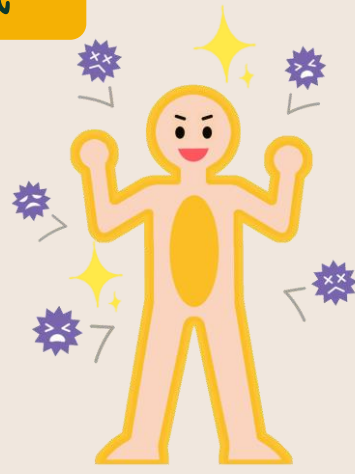
正気の強さと病気

正気が強い場合

【正気】
正気に守られ、体内にも正気が満ちている。



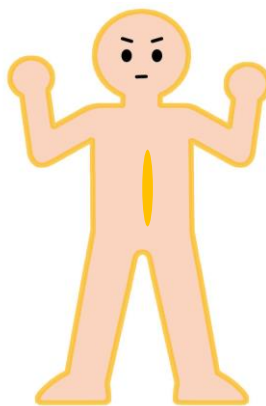
【邪気】
強い寒さ・高温・湿度・乾燥・病原菌など。



正気が邪気を寄せつけず、侵入されても正気が勝つ。
↓病気にかからない

正気が弱い場合

カラダをおおう正気も体内の正気も少ない。



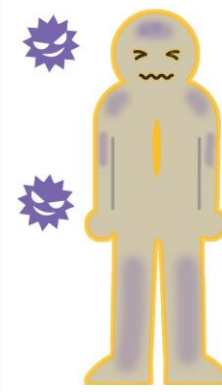
正気が弱いため、邪気が体内に簡単に侵入する。
↓病気になる

II. 扶正と祛邪～東洋医学的な病気へのアプローチ～

扶正…正気を助けること。崩れたバランスを整える(東洋医学の基本的なアプローチ)

祛邪…邪気を取り除くこと(正気の負担を軽減するため)

東洋医学が正気を補助する



【扶正】正気に働きかけ、本来の強さに戻す。

鍼、灸、漢方薬etc
(東洋医学的な治療)



正気が充実すると邪気が消え病気が治る

【祛邪】邪気を攻撃することで正気の働きを助ける

自分の身は自分で守れるってことピャな。そのために漢方が役に立ちそうピャ～♡



(扶正の例)

栄養ドリンク
バランスの良い食事
ツボ押し
保温保湿
質の良い睡眠
適度な運動
漢方薬
笑う😊
etc.



(祛邪の例)

抗生物質・抗菌剤
放射線治療
抗がん剤
漢方薬
etc.



正気がしっかりしていれば自己調節機能があるから、体内のバランスが崩れても元に戻すことが出来るピャ!

同じ家の中で感染症にかかる人とかからない人がいるのは「正気の強さ」の違いだピャ。

