

【自律神経の調節】 痛みが長期に及ぶと交感神経が亢進した状態が続き、痛みの悪循環を形成します。そのため、自律神経を調整することが、痛みの軽減につながります。自律神経に影響の深い筋肉は抗重力筋と呼ばれる筋肉であり(図4-10)、交感神経が亢進しているときはこれらの筋肉は緊張しています。そのため、抗重力筋を緩めることができれば、交感神経が抑制され、副交感神経優位となるため、痛みの軽減につながります。これが、全身の筋緊張部位を緩めるような鍼や、リウマチを促すような鍼を行う際のメカニズムです。

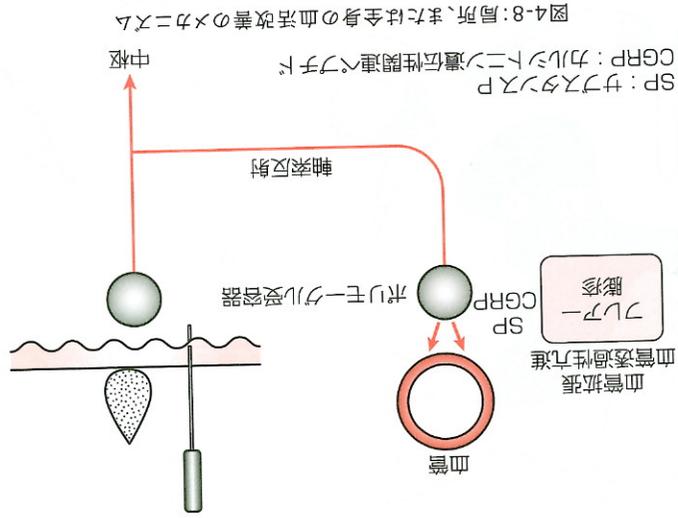


図4-8: 局所、または全身の血流改善のメカニズム

【体性自律神経反射を介した内臓調節】 痛みの慢性化に伴い自律神経のバランスが乱れると、さまざまな不定愁訴を生じ、それが痛みの悪循環を形成します。そのため、各臓器の機能を改善することが、痛みの悪循環改善には重要です。特に各臓器にはそれぞれ支配している自律神経が存在しているため、その支配エリアが理解できれば、同じ支配エリアに刺激を加えることで体性内臓反射を引き起こし、症状が改善します。なお、各臓器を調整するには、①臓器支配エリアの夾脊穴、②臓器支配エリアのテールノーム領域、③臓器支配エリアのミオトーム領域、④臓器支配エリアのスケルトノーム領域の4つがあります。また、皮膚よりも筋肉まで刺激をしたほうが内臓を調整しやすいことも知られています。これが、背部俞穴や特効穴の鍼刺激により内臓機能を調整する際のメカニズムです。

図4-9: 全身の抗重力筋分布

