

## 【五臓】

五臓とは、一般に「肝・心・脾・肺・腎」を指します。それぞれ国家の役職に対応させ、肝を将軍、心を君主、脾を蔵相、肺を宰相、腎を強兵と位置づけています。

「臓」は胸腔・腹腔内に存在し、「中身がつまって」います。貯蔵あるいは精気を製造する機能の総称で、共通した生理機能は、精気を貯蔵することであるとされています。

人間は父母から「先天の精気」を受け継いで誕生します。この生まれながらの生命力は腎が「蔵して」いるとされています。私たちは、誕生した後、飲食物（これを水穀と称します）を摂取すると、胃に送られ（受納）、消化され（腐熟）、その中の栄養素（水穀の精微、後天の穀気ともいう）を、脾が肺に「運化」し、この栄養素と、呼吸によって肺に入った「天陽の気」が結合して「宗気」が生成され、肺の「肅降」作用によって腎に送られ、腎で「先天の精気」と結合して人体の最も重要な気である「元気」となり、腎に「収蔵」されるとされています。

五臓の発想は、解剖生理学の知識のない時代のものであり、西洋医学的な臓器の認識とは全く別個のものとしてとらえる必要があります。

まず肝は自律神経系の働きを調整し、血を貯蔵（蔵血）し、筋骨格系のトーンスを保持、全身の新陳代謝活性化と解毒（疏泄）を受けもっています。

心は、肝と協同して精神活動を司り、血液循環を保ち、体温の調節に関わるとされます。

脾は、おもに消化機能全般の調整を受けもち、血液循環がスムーズにいくようにし、筋肉の安定化を図ります。肺は、呼吸により取り入れられた気を全身の流れの中で調整し、皮膚の防御力を保持します。

そして腎は、人間の成熟と老化を司り、腎尿路系よりの水分の排泄を調整し、ホルモンのバランスに深く関わり、思考力（判断力）の安定化も図る、とされています。

具体的な訴えからみていきますと、肝は自律神経症状全般、月経困難症、頭痛・肩こり・めまい・筋痙攣などであり、心は精神神経症状（焦り、易興奮性、不眠）、循環器症状（動悸、息切れ、不整脈）、およびホットフラッシュ等の自律神経症状、脾は消化器症状全般に加え、四肢の脱力、抑うつ症状として発現するわけです。また、肺は呼吸器症状全般に加え、発汗の異常、皮膚の痒み、物憂げな気分などであり、腎は、不妊、性的欲求の低下、骨粗鬆症、夜間頻尿、浮腫、乾燥症状、耳鳴り、白内障まで広い概念でみていく必要がありますが、加齢に伴う症状の大半はここに入ると考えられます。また五臓の働きは、陽気（気のめぐり）と陰液（血・水の流れ）という二元論でとらえ、治療の方向は常に調和を意識して進むこととなります。