

理療研修センターだより

げんき通信

Vol.35

北海道札幌視覚支援学校附属理療研修センター

〒064-8629 札幌市中央区南 14 条西 12 丁目 1 番 1 号

TEL・FAX 011-533-3253

ホームページ <http://www.riryo.hokkaido-c.ed.jp>

メールアドレス ahaki@popmail.hokkaido-c.ed.jp

鍼（はり）治療とは

鍼治療を受けたことはありますか？

公益財団法人東洋療法研修試験財団 2022 年度鍼灸等研究報告書「あはき（あん摩・はり・きゅう）療法に対する国民の受療意向に関する調査研究」によれば、1 年間に鍼灸治療を受けたことのある成人の割合は 2002～2012 年までは 6～8% 台、2013 年以降は 4～5% 台で推移しており、とても少ない状況です。

受けたことがない方は「痛い」「怖い」というイメージがあったり、「どういう治療をするかわからない」という方も多いのではないのでしょうか。そこで今回は理療研修センターで行っている鍼治療について、簡単にご紹介します。



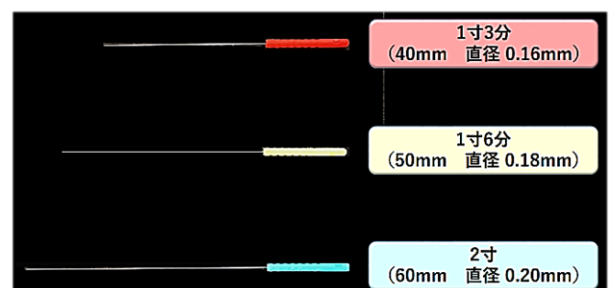
鍼について

鍼の素材は金、銀などいくつかありますが、現在はステンレス製のディスプレイブル鍼（滅菌された使い捨て鍼）が一般的で、衛生面も安心です。

また、鍼の長さ・太さもさまざまな種類があり、部位や症状により使い分けます。当センターでは長さ 40～60mm、太さ 0.16～0.20mm のものを多く用いています。日本人女性の髪の毛の太さは、平均約 0.08mm なので髪の毛よりやや太いですが、献血の採血で用いる注射針が 1.2mm（18G）ですので、鍼自体はとても細いということがおわかりいただけるのではないのでしょうか。また、鍼の先端には痛みを感じにくいような形状が工夫されているため、刺すときの痛みはほとんどありません。



鍼は 1 本ずつ滅菌パックされており使用直前に取り出します。



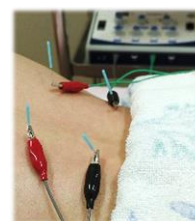
鍼先端の
拡大イメージ

当センターにおける基本的な鍼治療の流れ

- ①問診により症状についてのお話を伺った上で、診察を行い、症状の部位や原因を確認していきます。
- ②患者さんと治療方針や刺鍼部位の確認をします。
- ③症状、刺鍼部位に応じた鍼の種類、刺入方法や深さを決定します。
- ④消毒を行い、体内に鍼を刺入します。
 - ア) 目的の部位に鍼を刺し、すぐに抜く方法（単刺^{たんし}）
 - イ) 目的の部位に鍼を刺し、10分程度刺したままにする方法（置鍼^{ちしん}）
 - ウ) 刺入した2本の鍼の間に電気を通して筋肉を動かす方法（鍼通電療法）など、さまざまな方法があります。
- ⑤鍼を抜き、消毒をします。



腰部の鍼治療の一例



鍼通電療法

当センターでは鍼治療にあん摩治療を併用しています。また、鍼治療は必ず患者さんの希望を確認し、同意を得た上で行います。無理にお勧めすることはありません。

鍼治療の効果と適応

鍼治療は鎮痛、血液循環改善、自律神経の調整、ホルモンバランスの調整、免疫力向上などさまざまな効果が期待できます。

はり師は国家資格です。当センター臨床室では、はり師免許と教員免許を持つ指導員が肩こり、腰痛、膝痛をはじめ、自律神経症状や婦人科疾患（更年期障害など）、脳血管障害後遺症やスポーツ障害など、さまざまな症状、疾患の治療を行っています（鍼治療を併用しない、あん摩のみの治療も可能です）。臨床室の詳細につきましては当センターホームページに掲載しています。ぜひご覧ください。



理療研修センター公開講座のご案内

お灸で簡単セルフケア～からだもココロもぽっかぽか～

お灸の種類と特徴、効果的な据え方、日常のちょっとした症状やココロの疲れに効くツボの探し方について、実技を交えながらわかりやすく紹介します。

日時 10月8日（火） 14:00～16:00

会場 札幌視覚支援学校附属理療研修センター

定員20名（申し込み先着順 / 事前申し込みが必要です）

受講料は無料です。お問い合わせ、受講申し込みは電話またはメールで承ります。詳しくはホームページでご確認ください。

