

きゅうとは

きゅうを漢字では、「灸」と書きます。

艾(もぐさと読む)を皮膚の経穴(つぼ)などに置き、線香を使って点火して燃やすという、熱刺激を加える治療法です。

艾は、ヨモギを陰干した後石臼ですって綿のようにしたものです。

灸の種類には、有痕(ゆうこん)灸と無痕(むこん)灸に大別されます。有痕灸は直接皮膚に艾を置いて点火する。無痕灸は温灸器を用いたり、生ショウガ、ニラ、ニンニクなどを皮膚に置き、その上で艾を燃やしたりして、温和な熱刺激を与えます。有痕灸のほうが広く利用されています。

艾の大きさは、米粒のもの、その半分のもの、大きなものはエンドウ豆大のものまでいろいろです。

実際に、膝の下にある「三里」という経穴に米粒の大きさの艾を置いて燃やしてみると、3秒ほど後に「ちくっ」という感じが一瞬します。

日本には、6世紀ころ中国から伝来したといわれ、はりとともに漢方の重要な治療法です。「やいと」などとも言われています。



灸は慢性の消化器や呼吸器の疾患、神経痛、リウマチなどに有効ですが、その作用機転は必ずしも明らかではありません。

灸は、「あん摩マッサージ指圧師、はり師、きゅう師等に関する法律」にもとづいて、免許制となっています。免許をえるには、国がみとめた学校あるいは養成施設で、さだめられた課程を修了したあと、厚生大臣のおこなう試験に合格しなくてはなりません。