

大陵穴への鍼刺激が 視力に与える影響 ～風池穴との比較～

東海医療学園専門学校

○澤端建吾

磯辺あやか

佐野朱美

高田奈央子

今泉寧乃

山本博夢

小島優美

湯原実穂子

齊藤純平



目 的

我々は第39回東洋療法学校協会学術大会において眼精疲労の常用穴である「風池」と目を開竅する足厥陰肝経の原穴と兪穴を組み合わせ、視力やその随伴症状への影響について検証を行い、一定の知見を得た。

今回は五労の五行配当で「久視」は「心」に配当されていることに着目。「心」へのアプローチが視力やその随伴症状に影響があるのではないかと推測、検討を行った。

方法

1. 使用経穴

①大陵

「手の少陰心経」の流注を確認すると支脈が目につながっている。ただ君主の官である「心」は自らその任にあたらず、実務は「心包」にゆだねるという。このことから、「手の厥陰心包経」の原穴である「大陵」を使用。

②風池

眼精疲労治療の常用穴として比較。

2. 期間: 2021年6月～7月

3. 対象: 本校学生16名

(男性8名、女性8名、平均年齢29.6歳±14.3)

4. 介入

大陵群、風池群、無刺激群の3群クロスオーバー試験。ウォッシュアウト期間は約1週間。

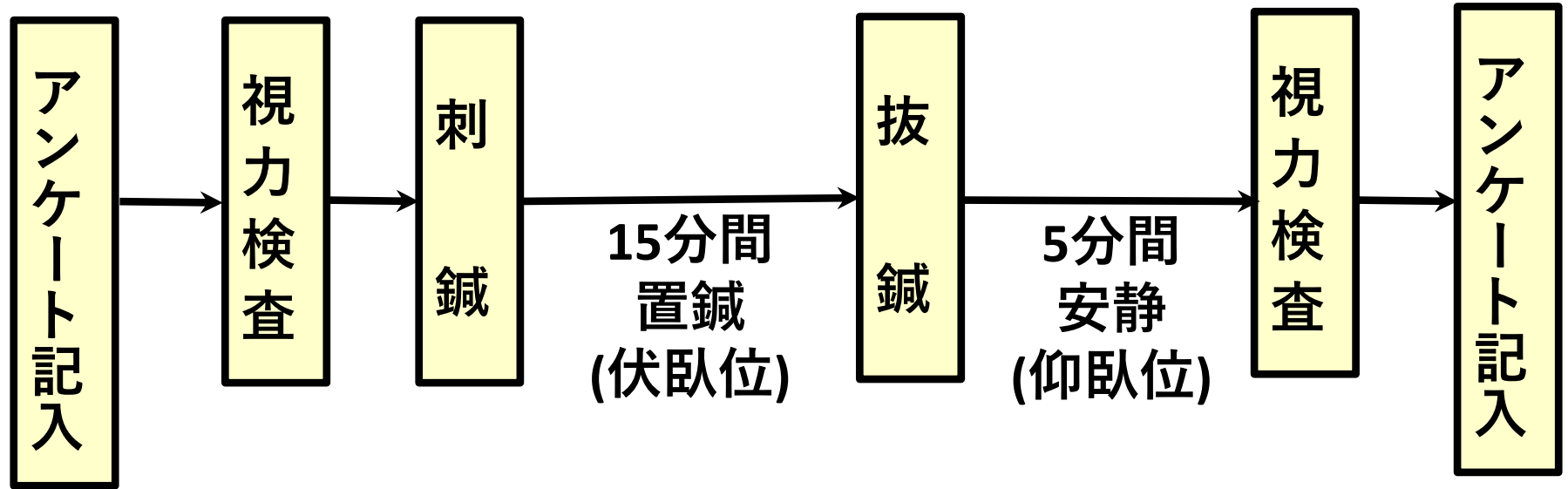
5. 評価項目 (介入前後に実施)

1) 視力測定

新和精工(株)製電子式視力検査器(5m用)RC-8H2-5を使用。

2) アンケート10項目 (①眼症状②身体面③精神面、0～10評価)

実験プロトコル



刺鍼

大陵穴：30mm、18号鍼、深度0.5cm、直刺

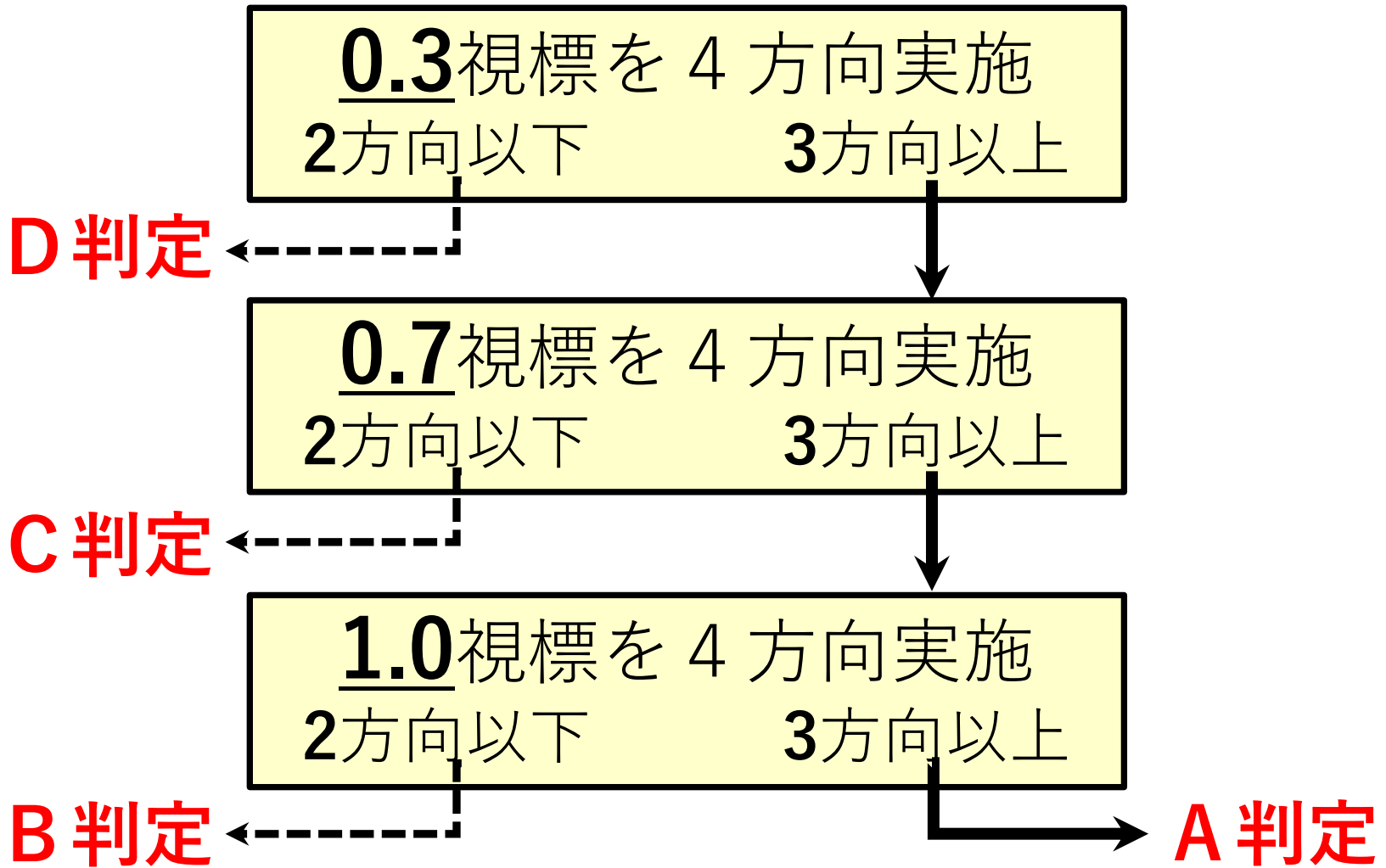
風池穴：40mm、18号鍼、深度1.0cm、

対側の目に向けて

※いずれもセイリン社製ディスプレイザブル鍼(JSP)を使用。

視力測定方法

財団法人日本学校保健会「児童生徒の健康診断マニュアル(改訂版)」に沿って実施。

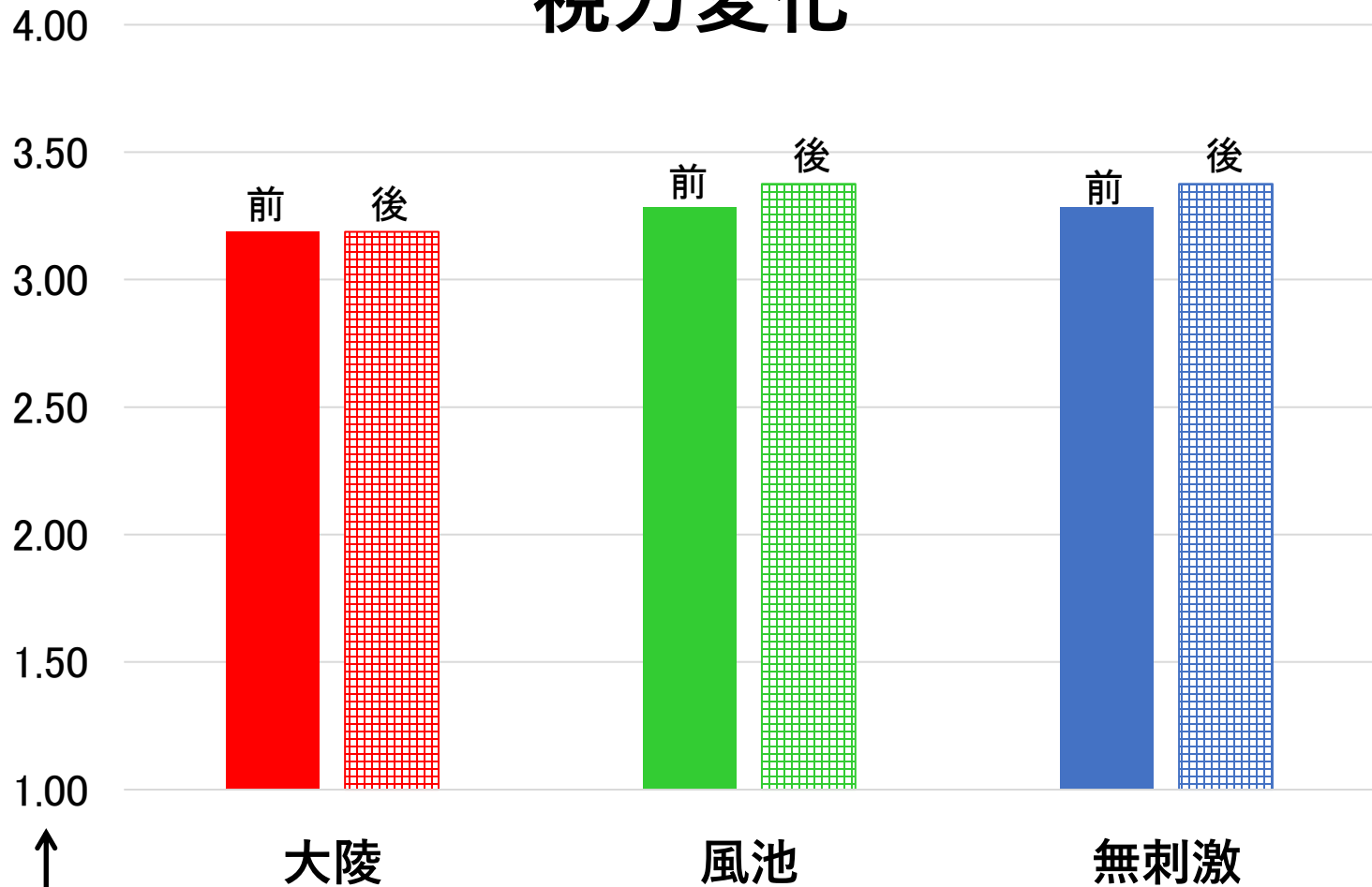


判定	視力測定表示	A	B	C	D
	区分	1.0以上	0.9~0.7	0.6~0.3	0.3未満

結果 1 ・ 視力

積極的な視力変化は認められなかった。

視力変化



視力
判定を
A→4
B→3
C→2
D→1
として
検討。

結果 2 ・ アンケート

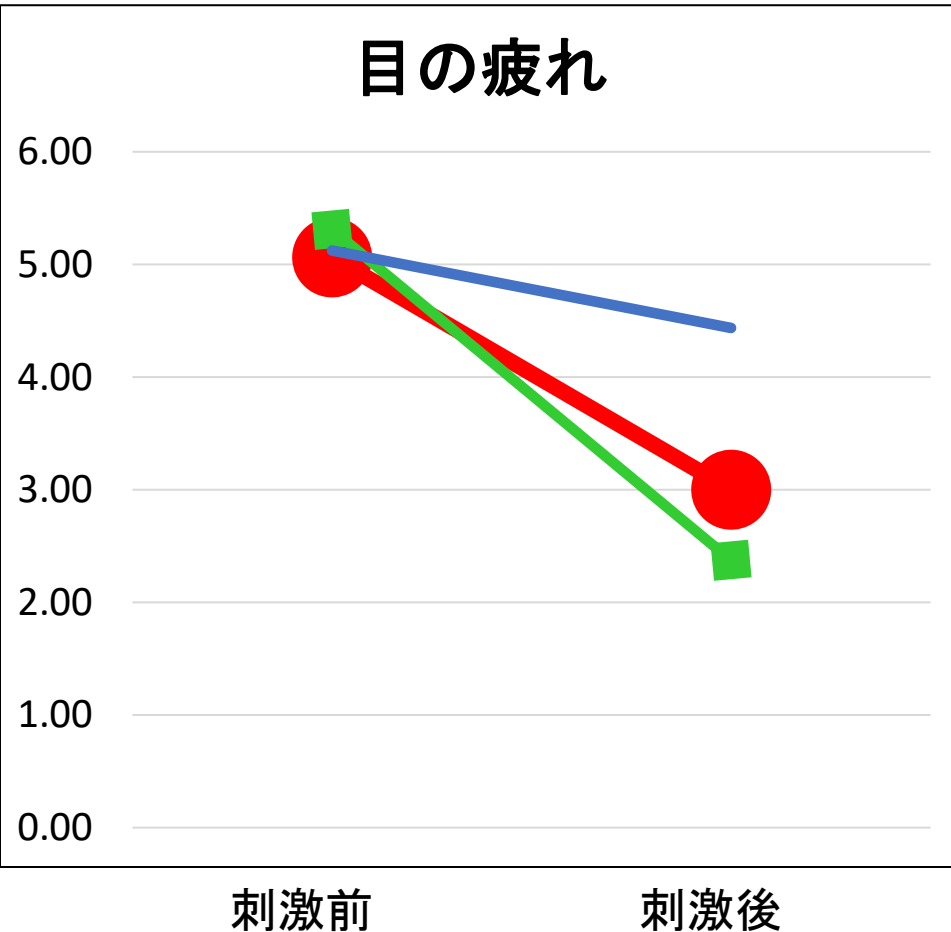
大陵群 : 「目の疲れ」 「やる気のなさ」 に改善傾向。

●●: 大陵群

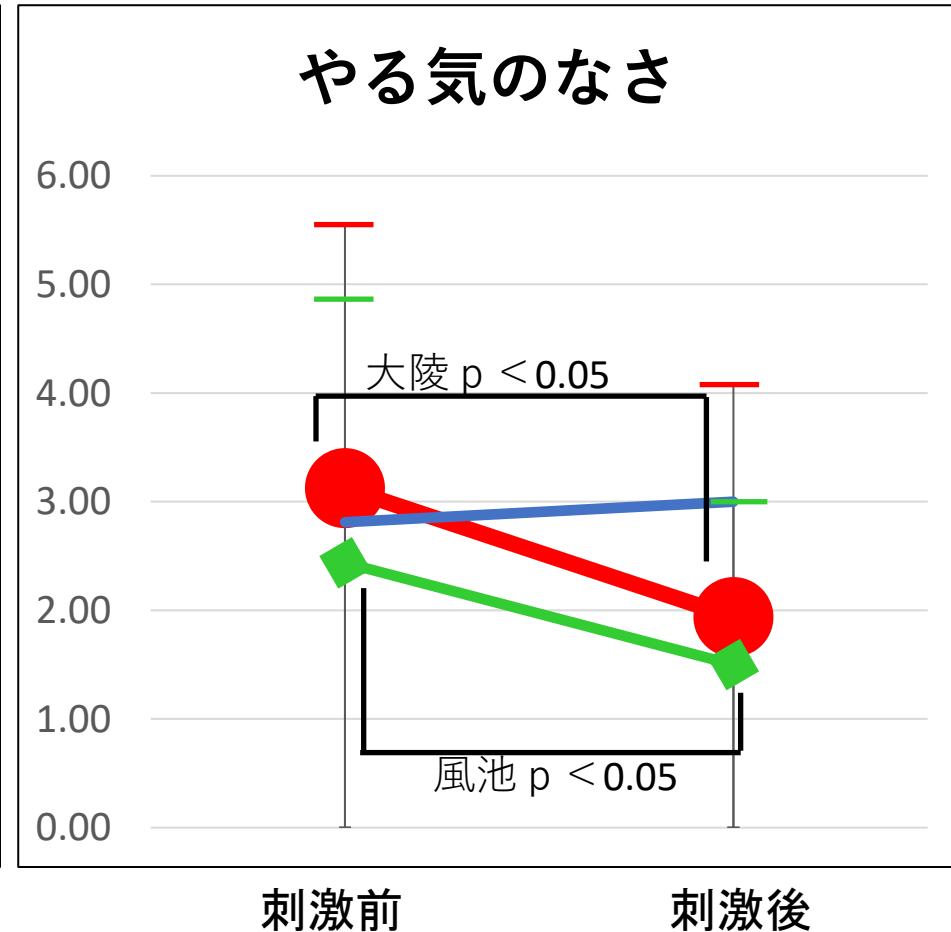
◆◆: 風池群

—: 無刺激群

目の疲れ



やる気のなさ



考察 1 ・ 視力

各群とも介入前後に有意差は認められず。

被検者の年齢

- ①平均年齢が高い
- ②年齢の開きが大きい

有意差のみられる過去の研究では被検者が20代前半であることが多い。本研究は平均年齢29.6歳±14.3と平均年齢が高く、標準偏差も大きいことから変化が出にくかった可能性がある。

評価方法

評価区分に複数の視力段階が含まれていた。

有意差ある研究でも大きくて0.2程度、小さいと0.1未満の改善。「眼精疲労あり・視力矯正あり」の被検者に限って比較すると、すべての群でやや改善傾向がみられたため、被検者の選択、評価方法に工夫の余地があった可能性がある。

考察2・アンケート

大陵群が風池群とほぼ同程度に
「目の疲れ感」と「やる気のなさ」に
やや改善傾向。

目の疲れ感

「久視」は「血」を傷つける。

心包は心に代わって邪を受け、心を保護することから、心包の原穴である大陵への刺激が血に働きかけ、心経の支脈を介して目の疲れ感を改善させる傾向になったのではないか。

やる気のなさ

心は「神」を蔵し、血脈を主る。

血は神志活動を担う基礎物質。心包の原穴である大陵への刺鍼によって心が主る血脈に働きかけ、結果として神の機能に作用し、「やる気のなさ」を改善させる傾向になったのではないか。

大陵穴はメンタル的な疲労感と眼精疲労があり、風池穴の鍼響(ひびき)を苦手とするケースに有用となるのではないか。

結 語

①大陵群、風池群のいずれも刺激前後における積極的な視力変化は認められなかった。被検者の設定や視力測定方法に検討が必要と考えられた。

②アンケートでは大陵群において風池群同様に自覚的な「目の疲れ感」「やる気のなさ」に対する改善傾向がみられた。これは心経の流注(支脈)の存在を示唆するものであると同時に、眼精疲労等に常用する風池穴は「鍼響（ひびき）」を生じること多いため、大陵穴はメンタル的な疲労感と眼精疲労があり、「鍼響（ひびき）」を苦手とするケースに有用ではないかと考えられた。