

指輪の身体に及ぼす影響

三都ブレインクリニック 久保重喜

要 旨

指輪を1回も外すことなく数年間つけていると、肩こり、頸こり、耳鳴、頭痛、腰痛など体に悪影響を及ぼすことを臨床上経験している。

当院を開院して3年間で、指輪を外すことで肩こりが幾分か改善する症例はかなりの数にのぼった。しかし、多くの症例で漢方を併用しているのでその効果が指輪を外したことによるのか漢方によるのか疑問がのこる。

そこで、本論文では、ありふれた肩こり、以外の症例を提示して指輪の体に対する影響を考察してみたい。

症例1は左耳鳴があり、15年間つけていた左環指の指輪を外すことにより耳鳴が幾分か軽減した。症例2は腰痛があり、5年間つけていた左環指の指輪を外すことにより腰痛が改善し

た。症例3は右肩痛があり、10年間つけていた左環指の指輪を外すことにより右肩の痛みが軽減し挙上も改善した。

以上のように、数年間外したことがない指輪を外すことにより、ありふれた肩こり以外の症状も軽快することがある。指の先端には井穴があり、特に指輪を付けることの多い左環指(第4指)には三焦経の井穴である「関衝」が存在する。指輪により三焦経の流れは直接的に障害され、その流注に関係する、肩こり、頸こり、耳鳴、などが起こりうる。経絡は循環しているので症例2、3のように他の経絡の障害と思われる症状も起こりうる。東洋医学では耳鍼のように体の一部に全身を投影して治療することがあるが、その理論からすると指の長期間の締め付けで体の別の部分の障害がでもおかしくない。金属である鍼が体に影響を与えるように、金属である指輪が体に何らかの影響を与えるのも納得できる。特徴としては、女性に多く、左

環指におおく、したがって左側の症状が多く、5年以上つけていること、入浴時も寝る時もつけていること、指が浮腫んでいて外すのに苦労して外すとくつきりと跡が残る、などの特徴がある。通常の治療に反応しない症状があるときは、脈診の時に長期間つけている指輪の有無にも注意を払うことが必要である。

キーワード：指輪、三焦経、経絡、肩こり、耳鳴

1、はじめに

著者は診察の際に、患者の指輪をしている指の延長上の経絡の流れが悪くなっていることに時々気づくことがあった。話を聞くと、多くの人は数年間入浴時も寝る時も指輪を外したことがないという。そして、指輪をはずしてもらうと、訴えの幾分かはすぐによくなくなることがあった。指輪を外してもらうと、その指には指輪に締め付けられた跡がくつきりと痛ましくのこっていた。それ以後、指輪の障害を疑った場合はその場で外してもらい、症状の変化に注意をはらっている。指輪を付けている側の肩こりは、それにより幾分かすぐによくなくなることが多い。さらにありふれた肩こりに限らず、腕のしびれ、頭の痛み、頭痛、耳鳴、腰痛、足のしびれなど、多彩な症状が改善することにも気づいた。本論文では、通常の肩こり以外の症例をあげて指輪

の体におよぼす影響について考察してみたい。各患者からはインフォームドコンセントを得ている。

2、症例

【症例1】 50歳、女性

【主訴】 左耳鳴

【既往歴】 4年前に右突発性難聴。ステロイド点滴等にて聴力改善。現在右は耳鳴なし。

【現病歴】 8カ月前から左の耳鳴が出現。聴力検査で聴力は正常。西洋薬以外にも苓桂朮甘湯、当归芍薬散を試したが無効。星状神経節ブロックを100回受けたが効果なく、X年7月8日当科受診。

【現症】 耳鳴はブーンと言った低音で常時あり、うるさくて寝れない。イライラもあり、ホットフラッシュもあるという。顔はのほせていて、くすみもあり瘀血と血虚を疑った。舌は乾燥してやや紅。脈は両側の寸口が高ぶっているのほせを疑った。腹部は小腹不仁があるが同時に奥に瘀血を感じた。足は浮腫みがあり深部に冷えがあり、撮診すると腎経の虚を認めた。

脈診の時に聞くと、左環指の指輪は15年間外したことがないという(図1-A)。同時に撮診で左三焦経の流れの異常があったので、その場で指輪をはずしてもらおうと「頭が



図1 症例1の写真。A：左環指の15年間つけている指輪。B：指輪を外した直後。C、D：指輪を外す前後で前屈が容易になっている。E：1週間後さらに柔軟性が増している。

「スツとする」という。指には指輪の跡がくつきりと残っていた(図1-B)。また、指輪を外す前後で前屈運動をしてもらうと外すことにより体の柔軟性の改善が認められた(図1-C、D)。

【治療】 足の腎経を中心に接触鍼をすると左耳が温かくなるという。次に側臥位になってもらい、左耳周囲の「翳風」「完骨」及び左頸部の硬結に刺鍼を行い硬結を緩めた(0.12×30mm、セイリンJタイプ使用)。すると、左耳周囲の重たい感じが取れすつきりしたという。漢方は、腎虚、

血虚、瘀血があったことから「ツムラ六味丸エキス5g分2」、「ツムラ芎帰膠艾湯エキス6g分2」を処方した。

【経過】 同年7月14日(6日後)再診。「耳鳴はあるが小さくなった。左の頸肩が軽くなった分、右の方がむしろ重く感じる。寝れるようになった」と言う。指輪をはずして身体がすごく柔らかくなったので、自分から進んで前屈をして見せてくれた(図1-E)。所見としては、足と腰の冷えが目立ってきたので六味丸に加えて、冷えた時に飲むように「ツムラ真武湯エキス25g屯用」を処方した。

同年7月29日再診。よくなっていたが、3日前に寝違えて首が動かなくなつてから、耳鳴が少し悪くなつたという。朝起きた時に耳鳴が気になるが夜は気にならないという。今回は、鍼で寝違えに対する処置をして、乾燥、のぼせ、軽度の胸脇苦満があったので六味丸に追加して「ツムラ滋陰至宝湯エキス5g分2」を処方した。現在経過観察中である。

【症例2】 31歳、男性

【主訴】 腰痛

【既往歴】 花粉症でアレグラを服用中。

【現病歴】 X年2月13日から腰痛がある。左の殿部もシビレたので近医整形に行ったらレントゲンで腰椎分離症が見

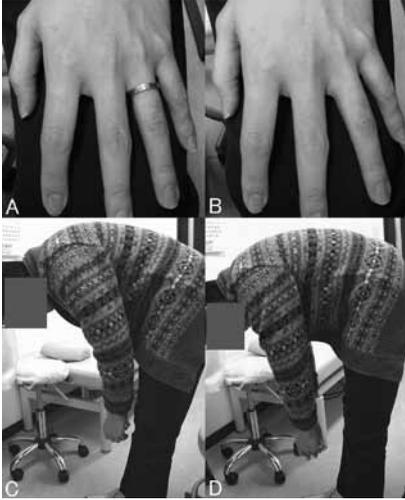


図2 症例2の写真。A：左環指の5年間つけている指輪。B：指輪を外した直後。C、D：指輪を外す前後で前屈が改善している。

つかった。鎮痛剤と湿布で治療をうけてシビレはやや改善したが腰の周りの痛みが残るので、同年3月1日当院受診となった。

【現 症】 歩行可能だが走ると痛みがある。前屈で痛みは増強し、朝が痛い。風呂で温まると痛みが改善する。舌は湿潤。脈は弱で六部定位の脈診では胆実。腹部は小腹不仁を認めた。足では腎経の冷えと胆経に沿った緊張があり、腰、背中から胸にかけての冷えも認めた。

左環指の指輪を5年間ずっとつけたままだといっているので(図2-A)、指輪をその場で外してもらおうと(図2-B)、外す前後で前屈動作が楽になり痛みが軽減した(図2-C、D)。

【治 療】 腎経に沿った冷え、腰の冷え、胸の冷えがあり花粉症もあったので「ツムラ大防風湯エキス7g分2」、「ツムラ蒼甘姜味辛夏仁湯エキス25g分1」を処方した。

【経 過】 同年3月15日(2週間後)再診。痛みは改善しているという。花粉症はあるがアレグラはなくてもいいという。漢方は効いている実感があるという。冷えと腎虚の所見は残っていたので、今回は「ツムラ六味丸エキス5g＋ツムラ附子末1g分2」で処方した。その後、「大防風湯」、「六味丸」、痛みがきつい時には「ツムラ桂枝加朮附湯エキス」を加えて痛みはかなりの程度改善した。同年6月7日の診察を最後に受診はなし。

【症例3】 49歳、男性

【主 訴】 左肩痛、挙上困難

【現病歴】 昨年の秋9月頃から右肩の痛みがあり、腕が上がりにくくなってきた。それでもゴルフはしているが、寒くなると痛みがきつくなり、寝ていても痛みがあるのでX年1月17日当院受診となる。

【現 症】 レントゲンで右肩に特に異常を認めず。右肩は約100度で外転制限があった(図3-C)。タバコは1日80本吸い、喉は乾燥してイガイガ感があるという。顔はのぼせていて、舌は乾燥して舌面は荒れて舌体は紅。脈は実で手



図3 症例3の写真。A：左環指の10年間つけている指輪。B：指輪を外した直後。C：指輪を外す前は右肩の外転が制限されている。D：指輪を外すと右肩の外転が改善した。

のひらは火照り汗ばんでいた。腹は食べすぎで膨満して軽度の胸脇苦満を認めた。足は火照りがあり、同時に腎経の虚を疑った。

脈診時に、10年間つけたままの左環指の指輪が指に食い込んでいるのに気付いたので(図3-A)、指輪をその場で外してもらった。苦勞して外すと指輪の跡がくつきりと認められた(図3-B)。左環指をマッサージして経絡の流れを改善すると反対側の右肩の痛みが軽減し直後から肩の挙上が大幅に改善した(図3-D)。漢方は、タバコの影響を軽減することを目的に「ツムラ麦門冬湯エキス6g分2」を処方し、同時に肩の痛みに対しては「ツムラ二朮湯25g

分1」を処方した。

【経過】その後受診がないため、電話で確認すると肩の痛みは半分ぐらい改善しているという。忙しいため再診なし。

3、考察

上記3例に示したように通常の肩こりはもちろん、肩こり以外の症状も長期つけていた指輪を外すことにより改善することがある。筆者の経験では、腕のしびれ、頸の痛み、頭痛、目の疲れ、足のびくびく感、など種々の症状が改善した例がある。

これらの症例の特徴としては、①男性より指輪をつけることの多い女性に多く、②指輪をする頻度が高い左環指におおく、③したがって左側の腕・肩・頸・耳・頭の症状が多く、④5年以上つけていること、⑤風呂に入るときも寝る時もつけていること、⑥指が浮腫んでいて外すのに苦勞して外すとくつきりと跡が残る、などの特徴がある。⑦そして、多くの場合指輪を外した瞬間に「頸が楽になった」、「頭がスツとした」などの表現が患者さんから聞かれる。

しかし、ほとんどの症例で漢方を併用するので、症状の改善が指輪を外したことによるのか漢方によるのかわからないことがある。その場合は、症例1、2のように指輪を

東洋医学では耳鍼のように体の一部に全身を投影して、体の部分の処置で全身を治療する方法がある⁽⁸⁾。これらの方法は木戸により「天・地・人―小宇宙治療」として理論づけられているが、その理論からすると指の長期間の締め付けで体の別の部分の障害がでてもおかしくない。実際「高麗手指鍼」では手と指に全身を投影して、手と指の処置だけで全身の治療を行っている⁽⁹⁾。また指輪は金属であることから、金属である微小な鍼が体に影響を与えるように、金属である指輪が体に何らかの影響を与えるのも十分に納得できる。

最後に、著者は患者に指輪の害を説明するのに「家に帰ったらネクタイは外すでしょう。そのほうが身体が楽でしょう」とか、「寝る時には腕時計は外すでしょう。そのほうがよく寝れるでしょう」と言って、「指輪は家に帰ったら外すように」勧めている。すると、たいいていの患者は習慣と惰性で指輪を付けていることが多いのでつけるのをやめてくれるようになる。

4、結 論

指輪のような小さなものでも、長期間指を締めつけていると体全体に悪影響を与えることがある。治療になかなか反応しない症状があるときは、脈診の時に長期間つけてい

る指輪の有無にも注意を払うことが必要である。

謝辞 臨床指導をいただいている井上淳子先生（井上内科クリニック）、長瀬千秋先生（阪神漢方研究所附属クリニック）にこの場を借りて感謝申し上げます。

参考文献

- (1) 木戸正雄・天・地・人治療―鍼灸医療の根本的治療システム、医歯薬出版株式会社、東京、P153―211、2009
 - (2) 代田文誌・鍼灸治療基礎学、医道の日本社、神奈川、P218―219、1983
 - (3) 石田秀美、白杉悦雄監訳・現代語訳黄帝内経靈枢(上巻)、東洋学術出版社、千葉、P225―227、1999
 - (4) 代田文誌・鍼灸治療基礎学、医道の日本社、神奈川、P354、1983
 - (5) 石田秀美、白杉悦雄監訳・現代語訳黄帝内経靈枢(上巻)、東洋学術出版社、千葉、P319―324、1999
 - (6) 石田秀美監訳・現代語訳黄帝内経素問(中巻)、東洋学術出版社、千葉、P398―401、1992
 - (7) 石田秀美、白杉悦雄監訳・現代語訳黄帝内経靈枢(上巻)、東洋学術出版社、千葉、P149―151、1999
 - (8) 清水蓮、耳鍼療法の実際、たにぐち書店、東京、2000
 - (9) 柳泰祐・てのひらツボ療法、地湧社、東京、1986
- (医師) 〒650-0004 兵庫県神戸市中央区中山手通3-2-1
トア山手サ神戸タワー2F クリニックフロア内