



平成30年度 第2回学術講習会報告②「東洋医学の智慧で社会を変える：
未病スコアで東洋医学カウンセラーになる」

2018.07.29



- 日時：平成30年7月1日
- 会場：明治東洋医学院専門学校

【講演1】「東洋医学の智慧で社会を変える:未病スコアで東洋医学カウンセラーになる」

関西医療大学・大学院 准教授/医学博士
あん摩マッサージ指圧師・はり師・きゅう師 柔道整復師 戸村多郎先生

東洋医学や鍼灸という言葉は、良く知られています。最近では「未病」と言う東洋医学の専門用語までもが西洋医学やコマーシャルに使われる程です。

皆さんご承知の通り未病とは、病気になる前の段階で予防医学としても大切な考え方です。認知度は高いが受療率の低い鍼灸が、未病治を目的とし予防医学に役立つことを周知してもらえれば、鍼灸の受療率UPさせることが出来るはず。と戸村先生。

- そこで、表題の未病スコアとは戸村先生が開発され、東洋医学の診断尺度に求めたもので
- ・「臓腑説」を基本理論とし、五つの東洋医学的臓(肝・心・脾・肺・腎:五臓)に分類し、証が決定できること。
 - ・証の運用には「五行説」を用い「相生関係」と「相剋関係」で表現できること。
- つまり、客観性に欠ける東洋医学の診断の目安を、統計学を用いて誰にでも安易に可能にします。(以下参照:スコアの結果は性・年齢で変わり、現在はiPadアプリで提供)

日本で最も東洋医学を体系的に学んでいるのが鍼灸師です。東洋医学の知識を利用し患者さんと対話(カウンセリング)することで、未病の概念を患者さん自身に気付かせ、健康管理のための鍼灸受療の契機とする。

- 又、鍼灸受療向上に必要な3つの「き」の提案をされました。
- ① [機会] 東洋医学の智慧を伝える機会
 - ② [興味] 東洋医学の智慧が医療だけでなく食事や生活に結びつくことで未病に興味を持ってもらう。
 - ③ [気づき] 未病治への興味が身体リテラシー(体の状態を適切に理解・解釈・分析し、改めて記述・表現すること)教育とする。

最後に、私たちのゴールは単なる健康では無く「ウェルビーイング・幸福」なのです。東洋医学の智慧で社会を変えましょう。と結ばれました。

研修委員会委員 中川 欣久

五臓スコア® Five Viscera Score (未病スコア®)		ぜんぜん ない	まれに	ときどき	ほとんど いつも	いつも
肝						
1	首すじ(肩)がこる	0	1	2	3	4
2	首すじ(肩)がつっぱる	0	1	2	3	4
3	背中が痛む	0	1	2	3	4
心						
4	心配事が多い	0	1	2	3	4
5	よく悩む	0	1	2	3	4
6	気になることがあり何事も楽しめない	0	1	2	3	4

脾

7	疲れがとれない	0	1	2	3	4
8	疲れて横になる	0	1	2	3	4
9	体が重く感じる	0	1	2	3	4

肺

10	腹が鳴る	0	1	2	3	4
11	腹が空いてしかたない	0	1	2	3	4
12	鼻水が出る	0	1	2	3	4

腎

13	ボンヤリする	0	1	2	3	4
14	元気がない	0	1	2	3	4
15	記憶力が低下する	0	1	2	3	4

五臓スコア® Five Viscera Score (未病スコア®) Copyright® 2010, 2014 by Taro Tomura All rights reserved. 不許複製・禁無断転載 (2018.7)

関西医科大学 Kansai University of Health Sciences

五臓スコア® (未病スコア®)の使用例

対象は大阪の高等学校に通う一人の男子生徒です(データはスコア改訂前のもの)。

参照にスコアを作成した際の健常者594名の平均値を用いました。

男子生徒の健康観「健康である」が「ほとんどいつも(得点1点)」で、健康状態は良好でした。参照した健常者594名における健康観の平均は 1.1 ± 1.1 (SD)で、男子生徒とほぼ同じでした。図のように各臓の結果をレーダーチャートにプロットしました。

男子生徒のスコアは、参照と比較して「心」で突出していました。

男子生徒と健常者とは年齢の差があり一概には言えませんが、男子生徒は自覚的健康が高く健常者とほぼ等しいにもかかわらず「心」が高値となりました。未病として早期発見した可能性が**あります**。

この男子生徒に対し東洋医学では「心」に効果のある経穴(ツボ)を使用し、西洋医学ではメンタルサポートの実施が考えられ、東西両医学によるフォローができるようになります。

