

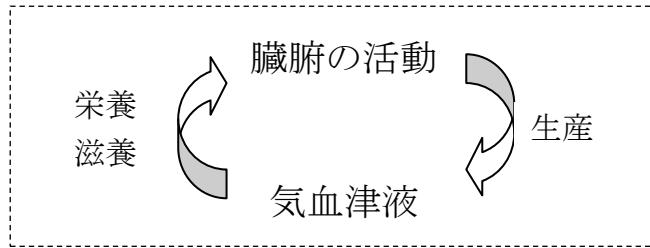
第06講 【気血津液 I】 教科書 P.25～32

：気血津液とは人体中を流動し生命活動を維持する基本物質。

* 属性

{	気・・・陽	{	津・・・陽
	血・・・陰		液・・・陰
	津液・・・陰		

* 臓腑との関係



1. 気

：気とは人体を構成し、生命活動を維持する大変強い活力を持ち、また不断の運動をする精微物質である。

1) 気の運動 『気機』

：気機には昇降出入の基本運動がある。

	名称	方向性	病態
①	昇	上昇、上へ向かう運動	亢進・・・気逆
			減退・・・気鬱(気滯)、気陷
②	降	下降、下へ向かう運動	亢進・・・気陷
			減退・・・気鬱(気滯)、気逆
③	出	外散、外へ向かう運動	亢進・・・気脱
			減退・・・気鬱(気滯)、気閉
④	入	内収、内へ向かう運動	亢進・・・気鬱(気滯)、気閉
			減退・・・気脱

2) 気の働き

気には “ 推動・温煦・固摂・防御・氣化 ” の5つの作用がある。

① 推动作用

- * 人体生命運動をかきたてる。発奮させる。
- * 成長・発育過程を推進させる。
- * 血・津液の運行を推動する。

正常 → 血・津液がスムーズに流動
亢進 → 血・津液の流動が加速
減退 → 血・津液の流動が減速

② 温煦作用

- * 熱を産み出し、人体の体温を維持する。

正常 —— 体温正常

亢進 —— 体温上昇：発熱

減退 —— 体温下降：四肢の冷え、寒がり等

③ 固摂作用

- * 体内の精・血・津液等の物質の不必要な流出を防ぐ。
- * 分泌物・排泄物の排泄をコントロールする。
- * 体内臓腑の固定 → 臓腑下垂を防ぐ

④ 防御作用（防衛）

- * 外邪の侵入を防ぐ
- * 外邪の侵入後その深層への発展を防ぐ
- * 外邪の侵入後、外へ駆逐する

⑤ 氣化作用

- * ある物質を他の物質へと転化させる働き。 例：津液を血に転化。

3) 気の種類とその特徴

I. 分類

① 来源 { 先天の気：先天に由来する気で腎精から転化してできる。
後天の気：後天に由来する気で水穀や自然界の清気などから転化してできる。

② 機能 { 原気 — “先天の気”
宗気 }
營気 } “後天の気”
衛気 }

③ その他の気の内容：教科書 P.32 参照のこと

II. 特徴

① 原気（元氣）

：腎精から転化してできた気で生命の原動となる気。

生成	先天の精(腎精) ——[転化]——→ 原気
分布	膈下丹田に蓄積され、三焦を通路とし全身に分布する。
働き	* 生命運動を発奮させ、成長・発育を促進する。 * 全身を温煦する

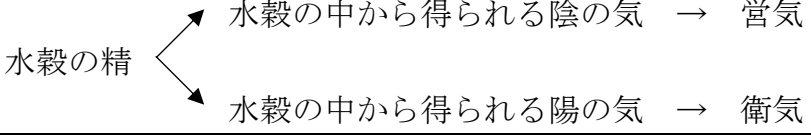
② 宗気

：後天の精と自然界の清気が肺中で結合してできる気で、後天の気の中で最も重要な気のひとつ。

生成	水穀の精 + 自然界の清気 ——[肺]——→ 宗気 (後天の精) (天の気・大気=空気)
分布	胸中(膈中)に集まる
働き	心・肺の働きを助ける * 呼吸を促進する (肺を助ける) * 血行を促進する (心を助ける) * 原気に転化する (原気の消耗を補充する)

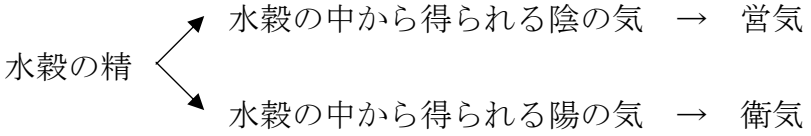
③ 営気（榮気） 別称：「水穀の精気」

：後天(水穀)の精から化生してできる気で、血脈中を順行し栄養作用を有する。

生成	
分布	脈中に分布
働き	<ul style="list-style-type: none"> * 栄養作用 * 営血作用

④ 衛気 別称：「水穀の悍気」

：後天(水穀)の精から化生してできる気で、防御作用や温煦作用を有する。

生成	
分布	脈外；体表；臓腑表面等に分布
働き	<ul style="list-style-type: none"> * 防衛作用—外邪の侵入を防ぐ * 温煦作用—体温の保持 * 腠理の開闔—汗液排泄のコントロール

【練習問題】

問1. 次のうち気の働きでないのはどれか。 問3. 宗気生成の材料はなにか。

1. 滋養作用
2. 推动作用
3. 温煦作用
4. 防御作用

問2. 脈外をめぐる気はどれか。

1. 宗気
2. 衛気
3. 営気
4. 原気

1. 水穀の悍気
2. 後天の精と大気
3. 先天の精
4. 水穀の精気

問4. 血を脈外に漏らさないようにするのはどれか。

1. 温煦作用
2. 防御作用
3. 気化作用
4. 固摂作用