

吸い玉療法

当院で治療を受けられた方なら経験があると思いますが、「吸い玉」について解説します。

吸い玉とは？

歴史は古く、数千年前もの昔から中国、エジプト、ヨーロッパなどの各地で健康維持の方法として広く用いられた治療方法です。

吸玉、吸角、吸圧、拔罐、カップリングなどと呼ばれ、ガラスやプラスチック、陶器のカップ状の器具をポンプや火などで陰圧吸引することで、さまざまな効果を期待する治療方法です。カップで皮膚を陰圧吸引して置いておく方法が一般的ですが、柔らかいシリコン製のカップをスライドさせて使ったり、刺絡療法と併せて使用したりもします。

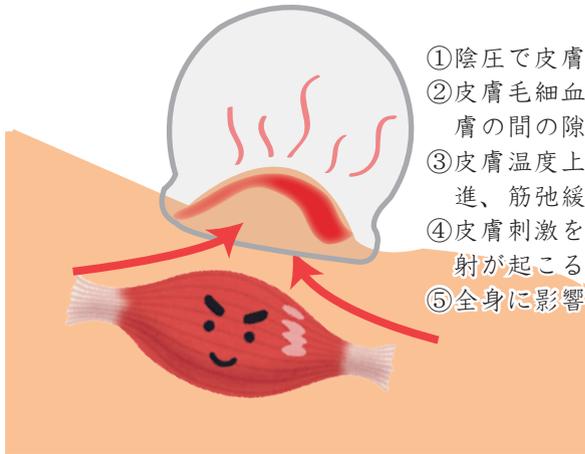
作用と効能

東洋医学的には、背部や手足にある五臓六腑に影響する経絡経穴に刺激を与えることで、気血の巡りを改善し、五臓六腑の働きを高めることで自己治癒力を推進します。また、滞った血（瘀血）による様々な症状を改善する駆瘀血療法とも知られています。

現代医学的には、体表の皮膚を持ち上げ、陰圧吸引することで、皮膚毛細血管が拡張し、皮膚温度の上昇や血球成分の活発な循環活動による新陳代謝の増進が起きます。また、「体内臓自律神経反射」を引き起こし、神経系・免疫系・消化器系・循環器系・内分泌系などに作用し、循環機能改善、筋緊張緩和、鎮痛、自律神経機能の改善など、全身に影響を及ぼします。

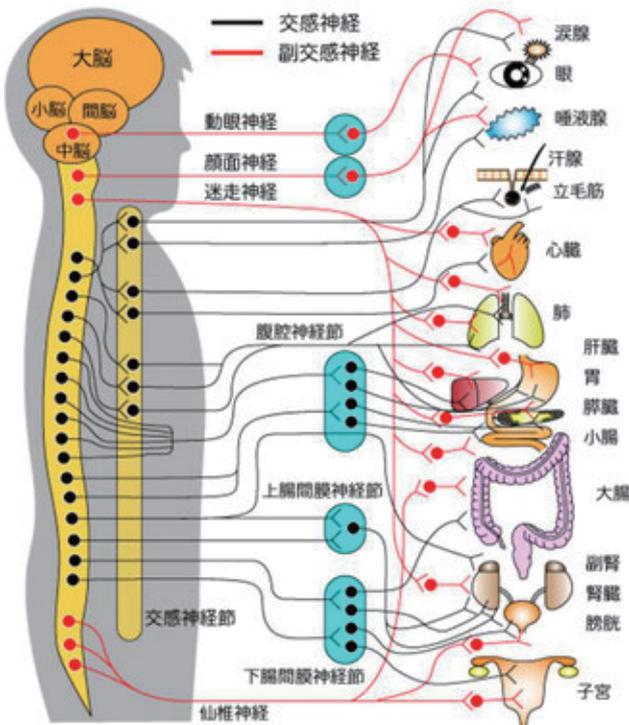
陰圧吸引をするので、皮膚表面が赤黒い痕が付き驚かれる方も多いのですが、1週間もするときれいに引いていきます。慣れない内は痕がしつかりとつくことも多いのですが、回数を重ね、循環が良くなると強く吸っても殆どつかなくなる人が多いです。終わった後の爽快感に病みつきになる方も…。

ネット情報では、「この痕が強く付いていると肝臓が悪い…」「吸い玉をすると毒素がデトックスされる」など、根拠のない話が出回っており、信憑性を下げている印象を受けますが、目的に応じて適切な施術を行えばしつかりと効果の出せる治療方法だと実感しています。



- ①陰圧で皮膚が持ち上げられる
- ②皮膚毛細血管の拡張、筋と皮膚の間の隙間が広がる
- ③皮膚温度上昇、血液循環の増進、筋弛緩
- ④皮膚刺激を介して自律神経反射が起こる
- ⑤全身に影響が及ぶ

●自律神経（交感神経と副交感神経）



第3子の誕生♡

わが家に念願の第3子が誕生しました。今回も、助産院での立会い出産ができました。平時でも、妊娠期、出産は大変なことですが、コロナ渦では色々な制約もあり、気を使う日々でした。家に帰ると「ミュウミュウ」と泣く赤ちゃんの声に迎えられ、おむつを替えたり、抱っこをしたりと癒されると同時に忙しい日々が続いています。子育てを通して貴重な体験をし、多くの事を学ばせて貰っています。鍼灸師として、父親として今後も成長していきたいです。

