

季節病に備える東洋医学的養生法 (1)

— 『黄帝内経素問』 第二における四季と土気の関係 —

松田 昌子

倉敷芸術科学大学生命科学部

(2013年10月1日 受理)

1. はじめに

人の体と気象の関わりは、生気象学という分野の中で多くの研究が重ねられてきている。気象要素が人体に影響を与えることについては、古代ギリシャの医師ヒポクラテスの死後に編纂された『ヒポクラテス全集』「空気、水、場所について」で古くから知られており、近代においても気温、気流、気圧、湿度、放射エネルギーなどの変動に応じた人体の反応に関する研究は、数多く存在する。しかし一方で個々の状態を外部環境に合わせて、適応順化するための具体的な方法については、未だ定めることが困難な状況である。

鍼灸治療院でも、突発的な気象の変化に伴い、体内の生理的な調節機構がついていけず、体調のバランスを崩してしまったという訴えが増えてきている。耐えがたく感じる暑さや寒さに対して、人工的に快適な環境を作り上げ、不快を克服したかに思われる一方で、快適さに慣れたために、快適空間から一歩外に出たとたんに訪れる気候要素の急激な変化と作用に対し、耐性を弱めてしまったとも考えられる。

人の健康と取り巻く環境についての関心は、長期的な気候変動による地球温暖化や大気汚染、海洋汚染、土壌汚染、酸性雨、砂漠化などの諸問題とともに高まっているにもかかわらず、そのような諸問題と開発事業、経済活動、消費活動等の調整は難しさを極める。また、集団的社会活動の中では、人の体質や環境変化に対する耐性などを考慮すると、問題解決にあたってはお互いの配慮や妥協が前提となるため、個別で出来る対処法は限られよう。

そこで本稿は、古代中国の医学書『黄帝内経素問』（以下、『素問』と略す）に記載される事項をもとに、普段から問題意識を持ちつつ、たとえ不快に思うような気候下においても、個別に気候の変化に体を合わせる方法について考えたいと思う。「病気になってから治療する」から、「病気になる前に予防する」ために、東洋医学的な考えをもとに環境適応のための改善方法を探る。

2. 『素問』 四気調神大論篇 (第2) で述べられる養生法

本篇は、四季の気候変化に従って病を予防する法則が述べられている。人体の陰陽の気を四季の性質「生・長・収・蔵」にそって適応させることが養生の要であり、春は陽気を

養い夏に発散させ、秋は陰気を蓄え冬に備えるといった陰陽の法則に従えば病を予防でき、また養生に逆らったときに生じる疾病についても説明される¹⁾。

本篇を季節ごとにまとめた表を次に示す。

季節	意味	四気に応じた養生法		心のありかた	逆	次の季節
春	発陳	養生		生	傷肝 少陽不生、 肝気内変。	夏為寒变、 奉長者少。
	天地俱生、 万物以荣。	夜臥早起、 広歩於庭、 被髮緩形。	生而勿殺、 予而勿奪、 賞而勿罰。			
夏	蕃秀	養長		無怒	傷心 太陽不長、 心気内洞。	秋為痲瘡、 奉收者少、 冬至重病。
	天地気交、 万物華実。	夜臥早起、 無厭於日。	使華英成秀、 使气得泄、 若所愛在外。			
秋	容平	養收		安寧、 以緩秋刑。	傷肺 太陰不收、 肺気焦満。	冬為飧泄、 奉藏者少。
	天气以急、 地気以明。	早臥早起、 与雞俱興。	收斂神気、 使秋気平、 無外其志、 使肺気清。			
冬	閉藏	養藏		若伏若匿、 若有私意、 若已有得。	傷腎 少陰不藏、 腎気独沈。	春為痿厥、 奉生者少。
	水冰地坼、 無擾乎陽。	早臥晚起、 必待日光。	去寒就温、 無泄皮膚、 使気亟奪。			

1) 発陳

「発」には「のびる、起こる、現れる」などの意味があり²⁾、「陳」には「つらねる、ならべる、しめす」などの意味があるように³⁾、春は陽気が起こりはじめて、そして物の姿が現れ並ぶ季節という意味になる。このため春の養生法は、気の成長をゆったりとのびやかに援助するべきで、妨げることをしてはならず、もし道理に反すれば、夏に寒病が生ずると述べられる。

(1) 肝と少陽の陽気との関係

春は五臓では肝が相当される。五臓の気について述べられる『素問』宣明五気篇(第23)や『素問』風論篇(第42)によると、五液のうち心は汗、肝は涙をつかさどるとあり⁴⁾、また涙と目については、目が熱くなるのは風気が外に発せられないためであり、また外に発せられすぎても、涙が絶えず流れてしまうと説明される⁵⁾。現代病でいえば、不汗、ドライアイ、かすみ目、目のかゆみ、涙目などの症状が当てはまるとされる。

ここでは肝の陽気は少陽とされている。このため、肝気の発生あるいは気の循環が妨げられると、少陽の次に起こる太陽の陽気が生じないばかりか、肝気が内に滞り病に変ずる。少陽の気については、『素問』四時刺逆從論篇(第64)で少なければ肝痺となり、多すぎると筋痺になり、また脈拍の状態によって脇腹の筋の引きつれや眼痛病を診断することができる⁶⁾。肝痺の発生については『素問』五臓生成篇(第10)で、要因に

寒湿をあげている⁷⁾。寒とは陽の不足を表しているため、「少陽不生による肝気内変」で発生する痺には、寒気とともに現れる「痛痺」が相当すると思われる。また、筋痺は『素問』痺論篇(第43)で、肝に宿る春の病であると述べられる。筋痺が治癒しないまま更に邪気を重ねると肝に留まるため⁸⁾、春の風の邪気あるいは夏の暑熱の邪気を重ねて受けると「肝気内変」になると考えられる。

以上のことから、春の養生法に逆らい少陽の発生が妨げられると、眼、涙、汗、筋肉の症状が現れ、これを本章では「夏に寒病を発生する」と表現する。また、少陽の気が少ないまま、重ねて風の外邪、あるいは次の季節に暑熱の外邪の侵入を受けると、体内の陰陽の気の攪乱が起こり、『素問』宣明五気篇(第23)で述べられる五乱により、邪が陽に入れば「狂」となり、陰に入れば「痺」が起こることも予想される⁹⁾。狂とは「調子が乱れる」ことをいい、心気の乱れ、すなわち精神不安定の状態をいう。

2) 蕃秀

「蕃」には「しげる、ふえる」の意味がある¹⁰⁾。夏は草がよく繁る季節でもあるため、夏は春に発した陽気がますます盛んになる季節という意味になる。一年の中で最も長い日中を愉しみ、外に向かって陽気を発することが、夏に適応した養生法であると述べられる。もし道理に反すれば、秋に収穫することができないのと同様に、発散できなかった気が取まらずに^{かいざやく}痲痺となり、冬に重病化するという。「瘧」とは寒さの後に熱が出る病をいう¹¹⁾。『素問』瘧論篇(第35)¹²⁾によると、寒瘧は夏の猛暑で汗孔が開いたところに水寒を受けると肌目が閉じ、そのまま寒邪が皮膚の中に留まってしまい、秋に風邪が外から侵襲したときに発病するとの説明がなされる¹³⁾。そしてまた、秋に発病する瘧疾は冷えが重いとも述べられるため¹⁴⁾、冬に重病化する痲痺の要因に、気温がいつそう低くなったことがあげられる。

(1) 心と太陽の陽気との関係

夏の五臓は心で五液は汗である。汗は体表で蒸発する際に温度を奪うが、言い換えれば体内の陽気を外表に向かって発散させることと同様である。夏の養生は陽気を発することであり、『素問』熱論篇(第31)でも、暑邪は汗とともに出すべきで、止めてはならないと述べられている¹⁵⁾。

心の陽気は太陽である。太陽の経絡は後頭部から胸背腰部を覆っている。このため、夏は陽気を増やしておかなければ、背部の気が^{うつつ}洞となる。「洞」には「うつろ、ほら」¹⁶⁾の他に「疾流、通」¹⁷⁾などの意味があり、心気や太陽経が空洞になり、気血の代わりに外邪が流れ込むという解釈もできる。そして、このような状態は、いわゆる首筋、背中が冷えた寒気、あるいは風邪のひきはじめの悪寒と類似している。『素問』熱論篇(第31)で述べられる傷寒の太陽経が寒邪に冒された症状も、また同様である¹⁸⁾。

以上のことから、夏の養生法に逆らい太陽の発生が妨げられると、心気あるいは太陽経

絡に邪気が侵入する結果、秋に風邪症状を呈すると予想される。この場合の邪気とは、低気温で生じる寒邪、湿邪によるもので、痲瘧で生じる熱とは、夏に発散できずに内にこもった暑邪が考えられる。

3) 容平

「容」には「物を集めていれる、つつむ」¹⁹⁾、「うける、さかん」²⁰⁾などの意味があり、「平」には「しずめる」²¹⁾、「やわらぐ」²²⁾という意味がある。夏の間に盛んだった天の陽気が和らぎ、成長した木の実や穀物の実り落ちたものをうちの中に収穫し、冬に備える季節であると解釈する。人体の陰陽の気についても同様に考えるため、秋は陰気を養うようにしないと冬に飧泄そんせつを起こすと述べられる。「飧」は「水に溶けやすい飯」²³⁾をいい、「泄」は「発する、出る」²⁴⁾という意味があるため、消化不良による下痢、あるいは下痢のために陥る栄養不足とした場合、秋に収めるべきなのは水穀の陰気である。

(1) 肺と太陰の陰気と、脾胃と陰虚との関係

秋の五臓は肺である。陰気を収めておかないと肺が焦げ満つるとあるが、「満」は『素問』熱論篇(第31)で「瀼」と同じ意味で述べられる²⁵⁾。「瀼」は「悶」と同義語で「もたえ苦しい」という意味をもつ²⁶⁾。陰陽の偏盛で起こる寒熱の病理機序を述べた『素問』調経論篇(第62)によると、陰気が不足すると脾胃での消化、吸収、運搬などの能力が衰えるために、胃が消化不良のため充満してしまい、そのときに生じる鬱熱によって胸部がくすぶりやかれる。このことを陰虚による内熱とある²⁷⁾。たとえ水穀の陰気を収めたとしても、正常な消化の働きを行うことが出来ないと、内熱が生じそのために肺がやけ焦げ苦しくなるとされる。

また、肺の五液は涕である。「涕」は涙のことだが、涙とともに出る鼻水のことをいう²⁸⁾。『礼記』問喪(第35)によると、涙が枯れるほどに泣きすぎると肺が焦げるとある²⁹⁾。涙、鼻水、唾液等は水穀の陰気によって生成されるが、一方で胃腸で分泌される液体といえ、胃液、脾液、腸液などの消化酵素もあげられる。ところが、胃腸で消化酵素の分泌が不足するという事は、すなわち消化不良の状態と同様である。「焦」には「やつれる」³⁰⁾という意味も含まれるため「奉蔵者少(閉蔵への備えが足りない)」と述べられる中に、消化不良で身体に必要な栄養の不足に陥ったことによる体力消耗、免疫力の低下、あるいはアレルギー症状の発現なども含むと考えられる。

以上のことから、秋の養生法に逆らい太陰の陰気を収めることを怠った場合、肺の陰液である鼻水は収められずに漏れ出る一方、陰気により生成される水穀の陰液は内熱のため消耗する。このため、胃腸では消化不良が起り、冬に下痢症状が起ると予想される。

4) 閉蔵

「蔵」はこの場合、陰気を蓄える所という意味になる。冬は水が凍り、大地が裂ける。「坼」

には裂けるという意味がある³¹⁾。冬は地が裂けて気が漏れないよう、秋に収めた陰気を蔵の中に蓄えて冬を過ごし、春に備えて陽気を温存しておかなければならない。人体においては、皮膚を開いて汗を出すといった陽気を発散し、体力を消耗するようなことをしてはならず³²⁾、もし道理に反すれば、春に痿厥になると述べられる。「痿」は『素問』痿論篇(第44)で、熱が主因となり萎えて運動が出来ない病と説明がされる³³⁾。「厥」には気が逆行するという意味がある³⁴⁾。『素問』厥論篇(第45)で述べられる「寒厥」とは、体内の陽気が衰えたことで、寒気が足もとからさかのぼり、膝に集まりそこで冷えを起こす状態をいう³⁵⁾。

また、冬に汗をかいて体表温度を下げて陽気を外に発散させてしまったら、体内で温存していた陽気も減ってしまい、体内の中焦で、脾胃の陽気もまた不足し、水穀の気で経路を栄養することができない³⁶⁾。これは、腸管の毛細血管への栄養分の吸収や、血液循環に相当する陽気の働きが不十分であると、食べ物の正常な消化・吸収、または蛋白質の合成が行われず、結果として筋肉が萎えてしまうことと同様である。また、腸管でのビタミンDの吸収不良による低カルシウム血症の場合においては、筋痙攣をおこすこともある³⁷⁾。寒厥による症状の一つでもあると考えられる³⁸⁾。

(1) 腎と少陰の陰気と、脾胃と陽虚との関係

冬の五臓は腎で五液は唾である。唾液には α アミラーゼ、ムチン、リゾチーム、カリクレイン、IgA などの成分が含まれており、食べ物を飲み込みやすくする他に、でんぷんの分解、溶菌・抗菌・血管拡張作用、免疫学的活性などの機能を持ち、消化・吸収の働きの一つを担っている³⁹⁾。

腎の陰気は少陰である。寒さが極まる冬であるため、体力保持のために気血を温存しておくべき季節であり、逆らえば腎気が沈むとある。冷たい空気は下部に溜まるのと同様に腎気が沈殿するという解釈もできる。

『素問』宣明五気篇(第23)で述べられる肝、脾、腎の五主はそれぞれ筋、肌肉、骨である。食物中に含まれる栄養源は身体の構造を形成・保持するために必要なもので、腎気が下部に沈んだまま、さらに脾胃の陽気が不足し、消化・吸収・代謝が正常に行われないばかりか、陽気で循環することもできないならば、やがて筋肉や骨が痩せ衰え、身体動作も困難になるのは明らかである。

以上、『素問』四気調神大論篇(第2)について、各季節に応じた養生法について『素問』の中から他篇の関連する事項をもとに考察した。本篇では、冒頭より「春三月」と始まるように、四季が3カ月ごとに区切られ、暦の上で合間にある18日間の土用、または長夏、仲夏が存在しない。そして、本篇の後半部で述べられる陰陽の気と五臓に関する記載についても、春気は少陽で肝気、夏は太陽で心気、秋は太陰で肺気、冬は少陰で腎気の四季、四臓のみで、五臓の脾気については触れられず、五行または五臓の概念はないように思え

る。気に関しても、陽気は春夏に外に向けて発し、陰気は秋冬に内に収めることを強調し、夏から秋の陰陽の変換については何の説明もない。ところが、次の季節に生じる疾病について、内容を補う意味で『素問』の他篇を参照すると、本篇で五臓の概念がみられないからといって、五行の循環とは全く関係がないとはいきれない記述も多々見られる。もちろん、『黄帝内経』は成立年代が明確ではないため、編纂当時になかった概念や、後世に追加された論篇も混在しており、一様に同じにまとめるのは無理があろう。しかし一方で、木火土金水の五要素で運用される五行の相生、相勝の循環説は、『黄帝内経』編纂の推定年代である前漢代には、すでに自然現象の応用として、王朝交代の必然性を証明するのに都合よく取り入れられていた⁴⁰⁾。

上記の理由から、同時期に編纂された本篇も、完全な形の五行循環でないにしろ、肝気、心気、肺気、腎気以外に、脾気(土気)についても、どこかに存在していると仮定し、次に「土」とはいかなる要素であるのかについて述べることにする。

3. 「土」が位置する「中央」の意味

木火土金水の五気について『書経』洪範篇は「一は水、二は火、三は木、四は金、五は土」といい⁴¹⁾、『礼記』月令篇(第6)でも「水は六、火は七、木は八、金は九」と数字に当てはめて説明する⁴²⁾。『礼記』で述べられる「水の六」とは『書経』で述べられる「土の五」に「水の一」を足した数を指している。他の火木金についてもそれぞれ「土の五」を足し、「土の五」が水火木金の各数に関わるような計算式になっている。この数の表現方法について『五行大義』論数(第3)では、「土は中央で水火木金の四行を包括するため、一二三四より多い五となる」とあり、続いて「土を得てはじめて、木は根がはり茂る。火は形を表し燃える。金は型に入って金と称される。土は堤防によってあふれるのをとどめる」と、土の五を他の四気に足す理由が述べられる。土以外の四気はもともと土気がなければ作用を起こすことが出来ないのだから、「土が五にとどまらず陰陽に合することで五行が循環する」と、循環が起こる要因の一つとして土の五を足した説明がされている⁴³⁾。土が他の四気に関わることは、『管子』四時(第40)において「土は春夏秋冬の四時をたすける」と同様に述べている。

『礼記』月令篇(第6)、『管子』四時(第40)でははじめに、「土」は中央にあると述べられているのは⁴⁴⁾、上記の理由により中央は真ん中であると、ただそれのみを指すわけではなく、循環を起こさせるために他の四気に含まれているからこそ、「中央」という意味でもあると捉えられる。つまり土は中央の一つなのではなく、四気それぞれに一つずつあると考える⁴⁵⁾。

確かに本篇では土用(長夏・仲夏)や五臓の脾について直接記載されている項目はなく、この場合は木火土金水の順の相生循環は当てはまらない。一方で土が他の四気それぞれに既に含まれて四季の循環が成立しているなら、五臓の脾に関する記載が見当たらないの

は、すでにあるものとして捉えられていたからと考える。また、『素問』「太陰陽明論篇（第29）」では脾の働きについて「脾は胃土の作用を各臓にあらわすため、一つの季節だけに旺盛にさせるわけにはいかない」と述べられる⁴⁶⁾。

以上のことから、本篇に脾気についての記載がなかったのは、各季節に応じた養生法を正常に機能させるために、人体に脾胃の気が不可欠なのが前提であったろうと推測する。

4. まとめ

東洋医学では人の健康について、五臓六腑の働き、バランスが重要であり、病気とは不足あるいは余っている部分に邪が生じると考える。生命を維持するために呼吸も食物の摂取も両方必要である一方、『素問』四気調神大論篇（第2）で述べられる陰陽の大小の気と四季に応じた養生法では、一年を通して土気（五臓六腑である脾胃）の正常な働きが、健康維持、増進の要となっている。

季節と養生とのかかわりは『素問』の他の論篇でも述べられているが、今回は、『素問』四気調神大論篇（第2）を中心に述べた。

春に陽気を生成するためには、冬の間蓄えていた水穀の陰気が必要で、それがなければ春になっても活動を始めることができず、夏に陽気を増やすことができない。また、夏は陽気を外に発散させるため、今度は内部で陰気を貯める必要があり、足りないとなれば体力の低下につながる。秋冬についてはもともと陰気を養う季節でもあるため、脾胃の働きで作られる水穀の陰気が論の中心となった。

『素問』四気調神大論篇（第2）で述べられる年間の季節には、既述のとおり土用（長夏・仲夏）は含まれず、季節と暦の概念は一致しない。その理由は、土気は他の四気の循環や、運行の原動力となる水穀の気を生成する源として捉えられているからと考える。本篇は、木火土金水で構成される五行相生・相勝説では括れない点が大きな特徴であることが確認された。このように『素問』の論篇全体は、すべてが固定化された陰陽五行説の編纂で構成されているわけではなく、近代よりこうした曖昧さが陰陽五行説を俗信や迷信と批判する要因の一つにもなっている。今回はできなかったが、古典文献を活用して現代医療に応用するには、注釈も含めてもっと文献全体を検証することが必要である。（つづく）

参考文献

- 1) 石田秀美監訳『黄帝内経素問 上巻』東洋学術出版、1992年、p45-55.
- 2) 小川環樹、西田太郎、赤塚忠編『新字源』角川書店、2000年、p683.
- 3) 小川他、前掲書2)『新字源』、p683.
- 4) 石田、前掲書1)『素問 上巻』、p401-410. 五臓化液。心為汗。肺為涕。肝為泪。脾為涎。腎為唾。是謂五液。
- 5) 石田秀美監訳『黄帝内経素問 中巻』東洋学術出版、1992年、p14-15. 暑当与汗皆出。勿止。
- 6) 石田、前掲書5)『素問 中巻』、p426. 少陽有余、病筋癰脇滿。不足、病肝癰。滑則病肝風疝。瀦則病積。時筋急目痛。

- 7) 石田, 前掲書1)『素問 上卷』, p202. 名曰肝痺. 得之寒濕.
- 8) 石田, 前掲書5)『素問 中卷』, p157-181. 黃帝問曰, 痺之安生. 岐伯對曰, 風寒濕三氣雜至, 合而為痺也. 其風氣勝者, 為行痺. 寒氣勝者, 為痛痺. 濕氣勝者, 為著痺也. 以春遇此者為筋痺.
- 9) 石田, 前掲書1)『素問 上卷』, p406. 五邪所亂. 邪入於陽則狂. 邪入於陰則痺. 筋痺不已, 復感於邪, 內舍於肝.
- 10) 小川他, 前掲書2)『新字源』, p871.
- 11) 渡部温訂正『康熙字典』講談社, 1977年, p1766. 禮記月令: 孟夏之月. 寒熱不節. 民多癘疾.
- 12) 癘論篇はある季節に発病する病に限らず, 「癘疾」について全般的に述べているが, ここでは本篇に関連して, 秋に発病する癘疾について述べることにする. 石田, 前掲書5)『素問 中卷』, 1992年, p56-79.
- 13) 石田, 前掲書5)『素問 中卷』, p65-66. 夏傷於大暑, 其汗大出, 腠理開發, 因遇夏氣淒滄之水寒, 藏於腠理皮膚之中, 秋傷於風, 則病成矣. 夫寒者, 陰氣也. 風者, 陽氣也. 先傷於寒而後傷於風. 故先寒而後熱也. 病以時作. 名曰寒瘧.
- 14) 石田, 前掲書5)『素問 中卷』, p74. 其以秋病者寒甚.
- 15) 石田, 前掲書5)『素問 中卷』, p146.
- 16) 小川他, 前掲書2)『新字源』, p576.
- 17) 渡部, 前掲書11)『康熙字典』, p1408. 說文: 疾流也. 顏延之詩: 又通也.
- 18) 石田, 前掲書5)『素問 中卷』, p6. 傷寒一日, 巨陽受之. 故頭痛項痛, 腰脊強.
- 19) 小川他, 前掲書2)『新字源』, p279.
- 20) 渡部, 前掲書11)『康熙字典』, p664. 說文: 盛也. 增韻: 受也.
- 21) 小川他, 前掲書2)『新字源』, p371.
- 22) 渡部, 前掲書11)『康熙字典』, p781-782. 廣韻: 平和也.
- 23) 渡部, 前掲書11)『康熙字典』, p3219. 玉篇: 水和飯也. 釋名: 殮散也. 投水于中. 自解散也.
- 24) 渡部, 前掲書11)『康熙字典』, p1394. 傳: 泄去也. 箋: 猶出也. 發也.
- 25) 石田, 前掲書5)『素問 中卷』, p5. 四日太陰受之. 太陰脈布胃中, 絡於噎. 故腹滿而噎乾.
- 26) 小川他, 前掲書2)『新字源』, p391.
- 27) 石田, 前掲書5)『素問 中卷』, p388. 帝曰, 陰虛生內熱奈何. 岐伯曰, 有所勞倦, 形氣衰少, 穀氣不盛. 上焦不行, 下脘不通. 胃氣熱, 熱氣熏胸中, 故內熱.
- 28) 小川他, 前掲書2)『新字源』, p579.
- 29) 竹内照夫『礼記 下』明治書院, 1987年, p864. 惻怛之心, 痛疾之意, 傷腎乾肝焦肺.
- 30) 小川他, 前掲書2)『新字源』, p621.
- 31) 渡部, 前掲書11)『康熙字典』, p528. 礼記月令: 仲冬地始坼.
- 32) 竹内照夫『礼記 上』明治書院, 1987年, p264. 命有司曰, 土事母作, 慎毋發發蓋, 毋發室屋, 及起大衆, 以固而閉. 地氣沮泄, 是謂發天地之房. 諸蟄則死, 民必疾疫, 又隨以喪. 命之曰暢月.
- 33) 石田, 前掲書5)『素問 中卷』, p172-181.
- 34) 渡部, 前掲書11)『康熙字典』, p1763. 說文: 逆氣也. 廣韻: 氣逆.
- 35) 石田, 前掲書5)『素問 中卷』, p183. 陰氣起於五指之裏, 集於膝下而聚於膝上. 故陰氣勝, 則從五指至膝上寒, 其寒也, 不從外, 皆從內也.
- 36) 石田, 前掲書5)『素問 中卷』, p181-182. 黃帝問曰, 厥之寒熱者, 何也. 岐伯對曰, 陽氣衰於下, 則為寒厥. 陰氣衰於下, 則為熱厥. 帝曰, 寒厥之為寒也, 必從五指而上於膝者, 何也. 岐伯曰, 陰氣起於五指之裏, 集於膝下而聚於膝上, 故陰氣勝, 則從五指至膝上寒. 其寒也, 不從外, 皆從內也. 帝曰, 寒厥何失而然也. 岐伯曰, 前陰者, 宗筋之所聚, 太陰陽明之所合也. 春夏則陽氣多而陰氣少, 秋冬則陰氣盛而陽氣衰. 此人者質壯, 以秋冬奪於所用, 下氣上爭不能復. 精氣溢下, 邪氣因從之而上也.

気因於中。陽気衰，不能滲營其経絡。陽気日損，陰気独在，故手足為之寒也。

- 37) 本郷利憲，廣重力監修『標準生理学』医学書院，2002年，p750, 950.
- 38) 石田，前掲書5)『素問 中卷』，p92. 脾移寒於肝，癰腫，筋攣.
- 39) 本郷他，前掲書37)『標準生理学』，p662.
- 40) 終始五徳・五徳終始と称される五行循環を王朝の交替に適用した説のことをいう。成立については春秋戦国から前漢代まで諸説あるが，島邦男『五行思想と禮記月令の研究』(汲古書院，2004年，p1-34)では，秦の始皇帝が採用したことが史記に記されていると述べられる。水徳の秦は火徳の周の次に起こる(水勝火)と宣言し，その後，漢の高祖劉邦も五徳の循環説を採用した。漢は火徳の周に継ぐという意味で土徳となり(火生土)，水徳の秦に代わる理(土勝水)とした。
- 41) 加藤常賢『書経 上』明治書院，1988年，p148-152. 一曰水。二曰火。三曰木。四曰金。五曰土。
- 42) 竹内，前掲書32)『礼記 上』，P227-228. 孟春之月，其数八。(中略)某日立春，成徳在木。P239-240. 孟夏之月，其数七。(中略)某日立夏，成徳在火。P250. 孟秋之月，其数九。(中略)某日立秋，成徳在金。P259-260. 孟冬之月，其数六。(中略)某日立冬，成徳在水。
- 43) 中村章八，古藤友子『五行大義 上』明治書院，2008年，p91-95. 陰陽之氣，始乎一周，然後陽達於中，総括四行。筮則彌多。故土数五也。
- 44) 遠藤哲夫『管子 中』明治書院，2002年，p742. 土徳実。輔四時入出。
- 45) 竹内，前掲書32)『礼記 上』，p294. 中央土。
遠藤，前掲書44)『管子 中』，p743. 中央曰土。
五行伝及白虎通皆云，木非土不生，根核茂榮。火非土不榮，得土著形。金非土不成，入範成名。水非土不停，堤防禁盈。
- 46) 石田，前掲書1)『素問 上卷』，p482. 脾藏者，常著胃土之精也。土者，生万物而法天地。故上下至頭足，不得主時也。

Seasonality of disease patterns in Oriental Medicine health care (1)

Masako MATSUDA

College of Arts,

Kurashiki University of science and the Arts,

2640 Nishinoura, Tsurajima-cho, Kurashiki-shi, Okayama 712-8505, Japan

(Received October 1, 2013)

Here, regimens in accordance with the seasons from Suwen, Si Qi Diao Shen Da Lun (chapter 2) based on items related to other chapters has been discussed. In this chapter, the concepts of midsummer and late summer do not exist, and the concept of the five elements or the five viscera does not appear to be mentioned. This is because the central climate or digestion and absorption ability is already perceived as being present. The lack of description regarding digestion and absorption ability is assumed to be because of the fact that the vitality attained from nutrients in food, which is essential to the human body, is a prerequisite for the normal function of regimens in accordance with the seasons.