

ネパールにて 長年の膝痛へ施術

Treatment for long-standing knee pain in Nepal

まや温灸院 駒澤 愛 KOMAZAWA Ai



今年の2月中旬にネパールのカトマンズに於いて、現地の方々に4日間の鍼灸ヘルスキャンプを行いました（本誌136号でレポートを掲載）。

男女混合、年齢は20代～50代、症状としては、膝の痛み、腰から下半身にかけての痛み、肩から腕にかけての痛み、肩甲間部の痛み、リウマチによる手指の関節痛、アレルギーによる目の痒みや肌の状態の悪さ、花粉症、不眠、不安…とさまざまです。交感神経優位のために鍼を控えた方も数名いました。地域性もあるのか、ネパールの首都・カトマンズでは自律神経系や精神的な症状を持つ方が多く、日本とさほど変わらない印象でした。

そこで、普段から行っている澤田スタイルの基本穴と独自の治療穴を合わせた施術で、全体的にその人の持つ力を高めていくというスタイルが大変役に立ちました。使用穴は主に、中脘、左陽池、水分、気海などの臍周り、関元、三陰爻、澤田流太済（照海）、（人によっては中極や太白）、身柱、至陽、命門、膈俞、肝俞、脾俞、腎俞、仙骨部で、百会を最後に全員に調氣目的で使いました。使うのはMAYA棒灸、透熱灸、シール灸、オリジナルの温 暖 RING（写真1）



写真1 オリジナルの温 暖 RING

…そして鍼は1番鍼と2番鍼をよく使いました。またパルスは2回だけ。いずれも神経症状の出ている方に対しての神経パルスで、1人は翌日に痛みが無くなっていました。

*

さて。時と場所は変わって、ある学校の式典に参加することになったゴルカという街での出来事です。同行したネパールの方が腱鞘炎だったので施術していたところ、それを見ていたお隣の男性が前腕から手首にかけて痛みがあるので治療して欲しいと仰います。日本の鍼もお灸も見るのも受けるのも初めてだけど、「そんなに効くんかい？ ならいいっちょやってくれい！」という感じです。治療を始めると、「痛いのは手首やで。何でここなん？」と、明らかに訝しそう。ふつふつ…そこで登場したのが必殺アイテム、『ヒューマン・アナトミー・アトラス』（アプリ）！ ご存知の方も多いと思いますが、筋肉と腱のつながりや神経の走行などが一目瞭然にわかつてもらえて、このオジさまも「おお～そうだったんか～」とご納得。痛みも改善され喜んでいただけて、今後のためのセルフケア法も伝えました。さらに「ワифも長年の膝痛があるから診てやってくれい！」ということになったわけです。

*

私事で恐縮ですが、実は2019年11月に「左膝ガックン再び」をやったばかり（MRI診断に

よれば前十字靭帯がちょっとノビちゃった状態)。その時は歩くことも階段登り降りもでき兼ねるような状態から、今は縄跳びもできるほどに回復しています。初回は鍼灸学生だった数年前、自分でも鍼灸師としてできることができに上がっているのを感じて、ちょっとずつだけ成長してる!…なんて密かに嬉しかったり♪

ですので、膝痛の患者様の辛さや痛む所、タイトになりやすい所は“わかります、その辛さ”状態で、鍼灸師として本当にラッキーだと(いやホントはアンラッキーなんですけど)思いまます。

例のオジさまのワイフの膝痛もすっきり解消して笑顔になりました(写真2、3)。私もと



写真2 膝痛の女性への施術



写真3 長年の膝痛が取れて笑顔に

ても嬉しかったです。もちろん膝痛を防止するための簡単な筋トレもお伝えしました。単発の施術以上に、日々のセルフケアが本当に大切です。

* * *

最後におまけ。カトマンズでのある日の施術時の会話です。

40代のHさん(女性)

「(私に向かって)あなたの肌はとても綺麗だけど…ケアは何してるの?」
私「ええええ!? ちょっとちょっと、良く見て クダサイヨ! シミやら何やら色々ですよう!!」

Hさん「そんなことないない、綺麗です! 私ね、この歳になってきて肌が綺麗でなくなってしまって…どうしたらいいかしら?」

私「そうねえ…確かにカトマンズの環境は女性のお肌にはチョイ過酷…紫外線も強いし埃も凄いし。今回の旅では(私にしては)スキンケアに結構気を遣っているかも。最近始めたパックも毎晩しているし。パックどう? 何かお手頃でナチュラルなものが韓国あたりから入って来ていないかしら?」

とまあ、その場にいた女性たち(みんなアラフィス同世代)といっしょになって美しいお肌をいかに保つか、で溜め息をついたのでした。

女性にとって健やかであることに加え「ウツクシク」あるということはと~っても大事。

美への憧れは年齢も国境も越える…ということを痛感し、もっともっと女性を元気に美しくできる鍼灸師になるべく励む日々です。

(ホームページ <https://www.tetote.rocks>
インスタグラム https://www.instagram.com/maya_onq/)