

脈を診るといって、一般の人は脈拍を数えるというイメージだと思う。以前は中学校のスポーツテストで行われていた踏み台昇降で脈を診たが、それもなくなった。若い人では脈を診る機会が普通にはないのだろうか。

脈についての思い出がある。若い頃、ある場所で安静時にも関わらず、脈拍が120近くあった。通常の2倍である。坂本九が亡くなった日航機事故を私はネパールで、ラジオを聴いていて知った。旅していた私は、ヒマラヤ・トレッキングに出掛けた。8000m級の山群であるアンナプルナをぐるりと1周回る、通常20日のコースを40日かけて回った。ちょうど半分ぐらいの所にコース上で最も高いトロンパスという5400mの峠がある。3000m位にある村の宿に泊まった後、4500mの山小屋に1泊し、峠を越え、反対側の3000m位の宿に向かう。その山小屋でふと、脈を診ると、脈はとても速く、120近くであった。酸素が薄い空気の中であって、別にハーハーしていたわけではないが、からだは勝手に働いて、酸素を摂り入れていた。脈には本人が気づかないからだの変化が表れている。だから、東洋医学は他の診察と共に脈診を行い、からだの状態を観ている。

通常、脈診は左右の手首にある橈骨動脈(親指側の手掌面)を第2・3・4指の指頭を当てて診る。その血管を脈管という。脈管はただのホースでない。緊張したり、緩んだりする。

脈診は脈拍を診るだけでなく、脈管が拍動する状態、つまり脈状を診る。脈状は3つの要素から成り立つ。一つは心臓の拍出状態、つまり拍出のリズムや力等。一つは脈管そのものの状態、つまり脈管壁の厚さや緊張度等。一つは血液の状態、つまり流れる量や濃さ等。

多くの人を診ると、様々な脈がある。そして脈は治療によって変化する。左右の脈が違うことは

よくあることである。

今、江戸時代に書かれた『脈学輯要』を解説している。当時、將軍の主治医であった丹波元簡が中国の古典から引用したものを整理し、それに意見を加えている。丹波家は日本において現存する最古の医書『医心方』を編纂した丹波康頼を先祖とする。俳優の故・丹波哲郎氏もこの家系である。

この本の中にこんな言葉が出てきた。

「但見指下無神總是虚脈。内経曰按之不鼓。」

訓読すると、「ただ指下に神無きを見る。総じて是れ虚脈なり。『内経』曰く、これを按じて鼓さず」。意識すれば、「神が無い脈はエネルギー不足を表している脈である。『黄帝内経』(東洋医学最古の古典)はこの脈は指に鼓さないと述べている」。要するに、脈管に指を当ててみて、パンパンという具合に打って来ない脈はエネルギー不足の体調であるという。メリハリがなく、だらだらと流れている様な脈をしている人は、エネルギー不足である。本人は元気そうにしているも、脈がこの様な人は注意が必要である。

カゼを引いた場合でも、元々元気な人はカゼと戦って、脈は更に元気になるが、虚弱な人では戦う力がなく、反って脈は弱くなってしまふ。元気な人のカゼは、見た目は発熱・悪寒し、たいへんそうでも、戦っているから出る症状である。だから見かけと裏腹にけっこう元気そうで食欲もあつたりする場合が多い。逆に虚弱な人のカゼでは、カゼと戦うエネルギーがなくて発熱少なく、見た目はたいしたことない様に見えるが、どんどん奥へ入られて、場合によっては、肺炎などを引き起こす。

あなたの脈には神あるか?

あなたの脈は鼓しているか?

自分では気づかない体調を知るために、脈診を手に入れよう。(2017年11月小雪)