

邪とは？

あまり聞き慣れない言葉ですが、中国医学では、「陰陽」「気血津液」「五臓六腑」のバランスの崩れ以外の発病の原因を「邪」（外邪、六淫）と考えてきました。インフルエンザウイルスや病原菌なども外邪の一種です。風・寒・暑・湿・燥・火の6つがあります。

【風邪】 一見カゼと同じ文字ですが、これにはカゼも含まれており、カゼよりも広い意味があります。風のように変化しやすい特徴のある邪で、他の邪と一緒にすることが多くみられます。急性のアレルギー性の病気、蕁麻疹、風疹、遊走性関節炎、急な頭痛などの症状が現れます。

【熱邪と火邪】 この邪に侵されると体、特に上半身が熱っぽくなります。皮膚の炎症やカゼのウイルスなど体に熱を持たせるものを熱邪といいます。熱は激しくなると火邪になり、熱くて痒い症状を起こします。

【暑邪】 夏によくみられる邪です。暑邪に侵されると、ほてり、口が渇く、食欲不振などの症状がみられます。むかつき、嘔吐などの胃腸が弱る症状がみられます。

【湿邪】 湿度の高いところに長期間いると、体が重く、頭がぼーっとして動きにくくなりますが、これは湿邪によるものと考えられます。日本は湿度が高いためか、湿邪に侵された人が多くみられます。また、健康な人では、食事で得た水分は体をスムーズに巡り、汗や尿として排出されますが、様々な原因で胃腸などの機能がうまく働かず、体内に水がたまってしまい、気・血・臓腑の動きの邪魔になった物も湿邪とされています。

【燥邪】 乾燥しているという特徴をもつ邪です。この邪に侵されると、空咳、目鼻が赤くなる、唇が荒れる、尿量が減る、便秘などの症状が出ます。秋や春は気候が乾燥するため、燥邪に侵された人が多くみられます。

