

# 五臓とは？

東洋医学でいう「五臓」とは、体は心・肝・脾・肺・腎という五つの機能的系統からなり、それぞれ西洋医学的な臓器の役割だけでなく、機能的な意味も含まれます。東洋医学で指す五臓とは、西洋医学でいう臓器より広い意味を含んでいます。

## 腎

「腎」は力の源で、生殖や労働などは「腎」のパワーと関わりとされています。東洋医学の「腎」には西洋医学の「泌尿フィルター」といった以上の意味があります。例えば、精気を蓄え、生育と関わり、骨の機能を維持し、生まれ持ったパワーを蓄え、尿の機能を正常にすることを司るといった役目があります。さらに、「腎」は生後の成長も支配します。

## 肝

「肝」は全身の気と血の巡りをスムーズにすることを指揮するシステムとされています。また、「肝」には血液が豊富で、血の倉庫とも比喻され、血液の貯蔵や調節を行い、気血の巡りを促進し、外からの有毒物質やストレスにより生み出された老廃物を分解または排泄して防御することが主な役目です。

## 心

「心」とは全身の血脈を司り、血液の循環を制御することがその主な役割です。「心」の状態は舌、血や脈に現れます。舌の先は「心」のシステムに属とされています。熱が「心」のシステムにこもると舌の先が紅くなったりします。



## 肺

「肺」は「気」を司り、体の各器官が正常な働きをするように各器官が消耗する「気」というエネルギーをバランスよく供給し巡らせ、気を吸い込んで酸素を供給する管理者のような働きをします。また、「気」の生産や「気」によって促される血液の循環にも関わります。「肺」の状態は、鼻や肌などに現れます。鼻がつまると肺の気が順調に巡っていないということが分かります。

## 脾

「脾」は栄養物を受け取る倉庫番のようにみなされ、腸や脾など消化吸収に関わる機能も含まれています。食べ物を消化吸収し、栄養を全身に巡らせ、また血液を血管の外に漏らさないようにことも主な役目です。また、考えることは「脾」の働きの一部で、考えすぎや憂うつが続くと、「脾」が傷み、病気になると考えられています。

