

# 脾（ひ）／脾臓（ひぞう、英：Spleen）・膵臓（すいぞう、英：Pancreas)

【解剖】

## <脾臓>

**位置・大きさ・構造：** 横隔膜のすぐ下の左上腹部、胃の外側から裏側に位置しており、第9～11肋骨に覆われている。胃、膵臓、左腎、横隔膜、左結腸曲と隣接している。（図1・図2）

脾臓はにぎりこぶしほどの大きさで、凸面と凹面をもつ扁平な形をしている。表面は腹膜とよばれる漿膜におおわれる。

重さが80～120gと変化するのは、血液が脾臓に蓄えられたり、放出されたりするためである。

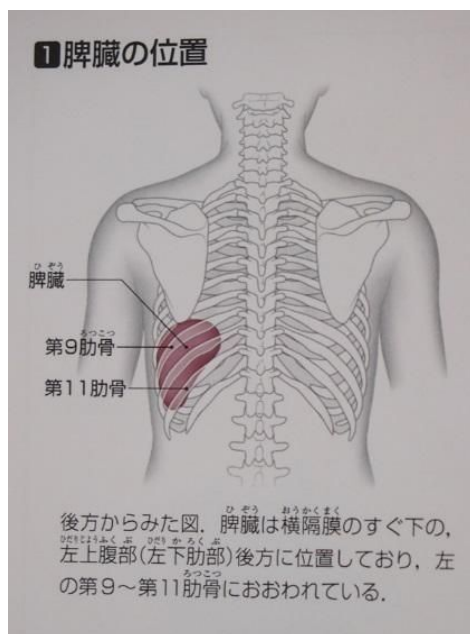


図1



図2

**働き：** 脾臓は体内で最大のリンパ性器官である。血液をろ過し、予備の赤血球や血小板を貯蔵し、血液にバイ菌が入った時に抗体を全身に回してバイ菌を殺す役割がある。リンパ球や抗体を産生して免疫応答を行う。

胎児期には造血器として赤血球や顆粒白血球を産生する。生後は骨髄で造血が行われるが、造血ができない病的状態になると脾臓の造血機能は復活する。

急に走った時に、左の脇腹が痛む（「横っ腹」が痛む）ことがあるが、脾臓に蓄えられていた酸素を含んだ血液が、各筋肉に流れていくためと言われている。

## <膵臓>

**位置・大きさ・構造：** 膵臓は十二指腸と脾臓の間に横たわる細長い実質器官で、胃の後ろにある小さな腹膜腔（網嚢）の後方に位置し、後腹壁に付着している。（図3・図4）

長さ14～16cm、重さ約70g

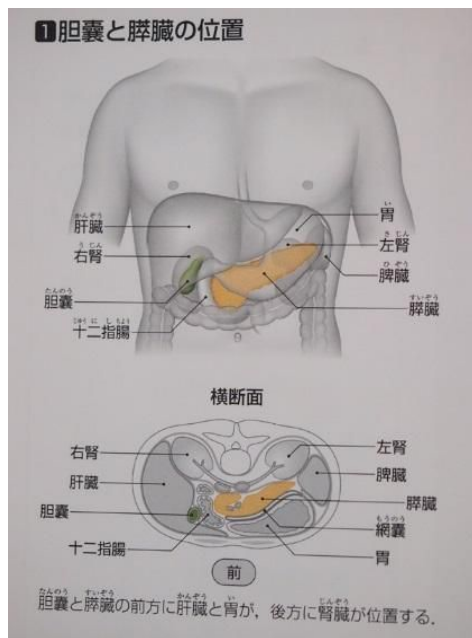


図3



図4

### 働き：

#### ・外分泌機能

肝臓に次ぐ大消化腺として、消化液である膵液を分泌し、それを小腸（十二指腸）に送り込む。

#### ・内分泌機能

膵臓内に散在するランゲルハンス島では、いくつかのホルモンが分泌される。グルカゴンは血糖を上昇させる働きがある。インスリンはホルモンの中で唯一、血糖を低下させる働きがある。

食後に増加した血糖はインスリンによって速やかに処理され、一定量に保たれる。インスリンの量が少なかったり、分泌されても上手に働くことができなくなると、血糖が一定の値を超えて高い状態が続く（高血糖）。この状態が糖尿病と呼ばれる。

### 【東洋医学的見解】

東洋医学での脾は、消化吸收の働きの総称であり「胃で消化された食べ物の精気を抽出して全身に輸送する器官」とされている。よって、「脾＝脾臓」ではなく、「脾＝脾臓＋膵臓」と考えられていたのではないかとされている。

※チネイザンでも、脾臓と膵臓を一緒にタッチするイメージで行う。

また、脾と胃は表裏をなすと言われ、食べ物を消化し小腸に送る胃の下降性の力と、消化した食べ物を取り込んで上焦まで運び上げる脾の上昇性の力は対になり、両者が十分に働くことで気血が作られると考える。また、口舌が味覚を感じるのは脾の作用と考えられ、味覚減退の治療では、脾が治療の中心となる。《出典：『東洋医学の教科書』ナツメ社》

五行の中では「土」にあたる。

色は黄色、音はKwhoo（コオオー）、六腑は胃、関連器官は口である。

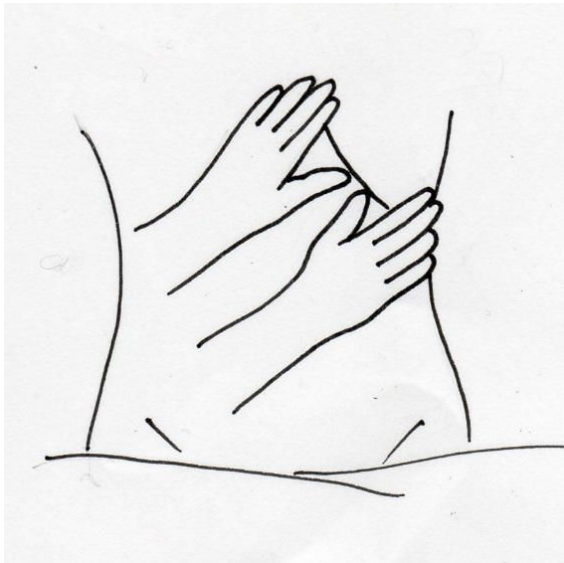
心配・不安・遠慮（反対側にオープン・公平・寛大）の感情と影響しあう臓器である。

## 【手技】

### 1. ポンピングする部位（脾）をゆるめる

おもに母指または4指を使い、肋骨弓の下部をゆるめていく。中央からサイドにむかって行う。

肋骨の形、可動性などを確認すると同時に、この後ポンピングする部位をゆるめる目的。  
※物理的には脾臓にむかっての手技となるが、脾の働き全体への意識を持つ。

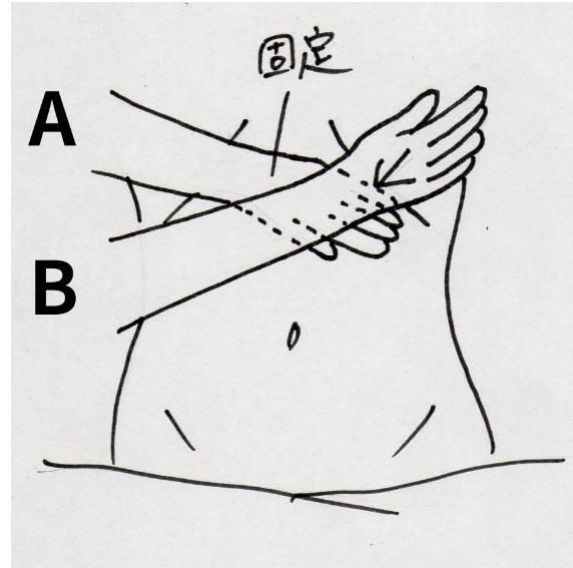
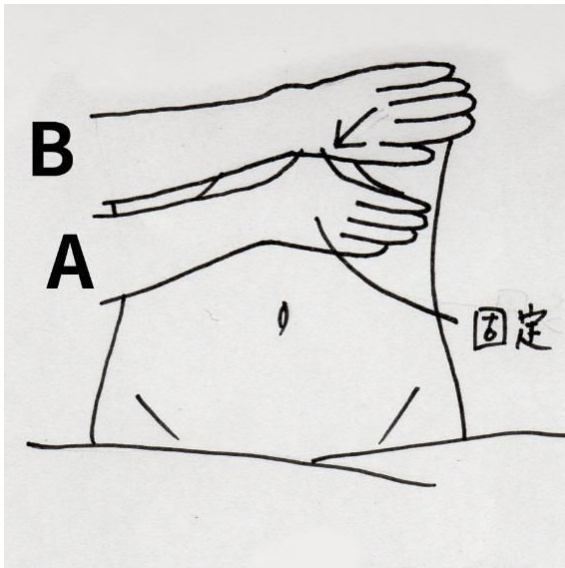


### 2. ポンピング1回目（肋骨の上側から）

①片方の手（A）のひらを肋骨の下におき、固定する。こうすることで脾への振動が逃げないようにする。

②もう片方の手（B）を肋骨の上に置き、クライアントの呼吸を観察する。クライアントの呼気（吐く息）に合わせて、肋骨の上に置いた手で脾臓に向かってポンピングを行う。  
※この時脾のヒーリングサウンズを行っても良い。脾臓・膵臓の老廃物が出ていくイメージ。

ポンピングは手押しにならないよう、身体を使って行う。



#### <手の使い方について>

肋骨の下の手 (A) と肋骨の上の手 (B) は左右どちらでも、やりやすい方で構わない。どちらでもできるようにしておくべター。身体のかなククライアントの場合など、立ち位置を逆サイドに変えて行う方法もある。

③クライアントが息を吸い始めるのを待ち、吸気の抵抗を手に感じながら、ゆっくりとリリースしていく。

※きれいな黄色で脾臓が満たされるようなイメージ。

#### 3. ポンピング2回目 (肋骨の背面から)

①肋骨の下で固定する手 (A) はそのまま、もう片方の手 (B) は背中側から脾臓にあてる。

②呼気にあわせて1回目と同様にポンピングを行う。

③留めたあと、吸気に合わせてゆっくりリリースする。

#### 4. ギャザリング

ポンピングによって排出された不要な氣を、へそに向かってやさしくかき集め、取り出し、大地にかえす。大地にかえす際も丁寧に扱うこと。

3を行って、クライアントの氣が落ち着いてからギャザリングを行う。



## 5. ベーキング

脾臓を背面と前面から両手でやさしくしっかり挟んで抱く。この時、両手の労宮と労宮が繋がるようなイメージで。



### 【施術者の意図するもの】

脾の働きをサポートするために行う。

脾臓全体・膵臓全体に気の振動を響かせるようなイメージでアプローチする。

### 【期待される変化】

- ・ 胃炎や胃もたれ、胸やけ、乗り物酔いなどの症状の緩和
- ・ 「不安」「公平」「寛大」などの感情を司る脾臓へのタッチを続けると、くよくよと思いが減り、他人へも自分へも、おおらかな気持ちが生まれる。

### 【注意点】

ポンピングの際、身体全体を柔らかく使う。腕の力で压さないこと。  
皮膚だけを動かしてしまわないよう、しっかりと身体の中の脾臓に振動を届けるように行う。