

(公社)日本鍼灸師会

鍼灸のすすめ



●灸をすると・・・

江戸時代の俳人松尾芭蕉の「奥の細道」の中に出てくる「三里の灸」はあまりにも有名です。このように三里の灸は昔から万病、特に胃腸病に効くツボとして慣れ親しまれております。

そんなお灸の効果の第一は、**経絡に対する刺激**、第二は熱を利用した**温補効果**、第三は軽微な火傷により、**白血球の増加や若返り**による食菌作用の活性化や、ヒストトキシンという有効な物質ができることがこれまでの実験的研究で解明されています。