

シュタイナーの湿布療法 (その7)

—生姜湿布—

伊藤 良子

以下は「Monika Fingado(2001): Therapeutische Wickel und Kompressen, Natura Verlag.」(『モニカ・フィンガド (2001): 湿布療法 —イタ・ヴェーグマン・クリニックのハンドブックより—, ナチュラ出版』)より, 著者の許諾を得て一部を訳出したものである。

I. 生 姜 (Zingiber officinale)

1. 植物描写

薄茶色で枝分かれした生姜の塊茎は大地の上に平らに横たわり, 様々な箇所次々と丸い側塊茎を形成する。そこから長く細くて枝分かれのない根が, 地中に入り込み, 上方へは, 濃い緑色の細く柳葉状をした葉を持った葦に似た若枝が, 1メートルの高さにまで伸びる。生姜植物は亜熱帯地方原産で暖かさと湿気を必要とする。

花は, とても短くて葉を持たない花芽に現れる。その太くなった先に緑色をした鱗状に重ねられた“ほう”があり, 個別化された細い芽が続々と生え出す。夕刻時に蘭のような花が開き, その裂けた「花の口」から濃い赤色に黄色い斑点のある「舌」が伸びる; 朝にはすでにしおれ, 乾いている。

生姜植物は, 真っ直ぐに伸びる芽と水平に広がる葉によって明快に, 直線的に秩序付けられている。この深緑色をした葉の森の中で, 半ば隠れた花が, 場違いのような神秘に満ちた驚きを与える。

塊茎は葉が枯れた後で収穫される。新鮮な塊

茎は硬くてジューシーで, レモンのような新鮮な芳香を持つ。小さなかけらを口に含むと, すぐに薫り高く焼けるような辛味を感じる。葉, 茎そして芽も, 香りと味の強さが少し少ない, よく似た樹液を持っている。

生姜植物全体が多くのエーテル油を含んでいるが, 最も多いのは塊茎においてである。

消化を刺激し, 胃腸の弱い人も耐えられるような, 強いがマイルドな芳香を持っている。

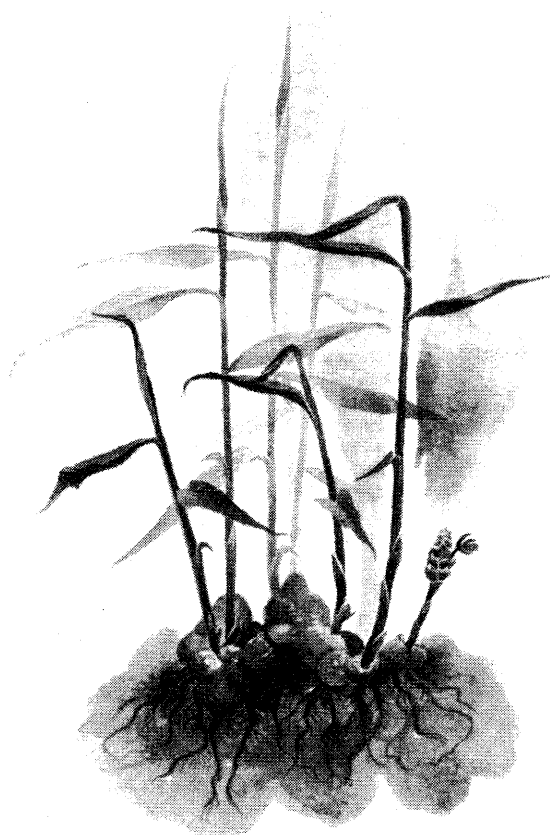


図1. 生姜 (Zingiber officinale)

2. 作用

生姜という植物に於いては、南方の太陽のよ
うな、花開く温かい力は、大きくて色鮮やかな
花の中に現れるのではなく、根茎の力の中に内
面化され、植物の奥深くにある、液体を含んだ
球根の中に引き込まれている。そのことによっ
て、火の力は、持続可能で、内部でかすかに光
る置き火のように、和らげられている。

生姜は、優しく長く持続する、内側から沸き
起こる温かさを生み出し、それは、身体全体に
広がってゆく。そのようにして、慢性化した炎
症は、再燃と治癒を促される。硬化したものが、
解き緩められ、組織の活性化に繋がることもある。

アーモンドオイル (Oleum Amygdalae) やオ
リーブオイルのような、ニュートラルなオイル
を施療の後に塗油することで、その内面化され
た熱をより長く保ち続けることができる。

生姜施療中や、施療後に、多くのクライエン
トは、眠ってしまったたり、少なくとも、夢見心
地になり、しばしば、集中的に夢を見る。その
後、多くの人には、はっきりと覚醒した感じを持
ち、アクティブになりたい感じを体験する。

3. 注意事項

私たちは、乾燥した生姜の粉を、熱湯に溶
かして用いる。その溶液を内布に含ませ、ク
ライアントの体温に任せて、つまり湯たんぽ
を使わずにあてがう。

望まれている熱作用は、しばしば、5-10
分後に初めて出現する。この間に、温かく、
湿った状態であてがわれた湿布が冷めて、減
多に無い事だが、あまり心地よくない冷たさ
として感じられることがある。この時には、
2つの温かい湯たんぽを、ベッドの中のク
ライアントの両脇に置くこともできる。しかし
この湯たんぽは、クライアントに生姜の熱作
用が効果を現し始めたら直ぐに取り除かれな

ければならない。“外からの熱”があることに
よって、内側から起こる熱の産生が、妨げら
れない為に、この湿布を繰り返すことで、内
側からの熱の産生が促される。

掻痒感 (かゆみ) を伴うアレルギー反応が、
多くの人に起こり得る。内布を、絞り布で包
んでから生姜液に浸すことで、この反応を和
らげることができる。それでも、かゆみが続
き、不快であるなら、施療を中止する。

稀にであるが、生姜に対する不耐性によっ
て、血圧の変化や、嘔気が起こることがある。
非常に強い熱感や、強い皮膚の発赤を起こす
場合には、湯に溶かす生姜粉の量を、減らす
べきである。

生姜湿布により、心象や過去の記憶が呼び
起こされ、状況によってはクライアントを脅
かすことがある。

血圧は、生姜湿布により、多少高くなるこ
ともあるため、高血圧 (Hypertonie) のク
ライアントには注意を要する！

II. 腎臓領域、胸部、または背部の湿布

1. 腎臓湿布

1) 作用

この集中的な熱作用は、腎臓の機能を活性化
し、また、腎臓を通じて全身の器官に注がれ、
全ての器官に関与する心 (魂; Seele) と、関係
を持つ。

2) 適応と施療時刻

- ・気質的な腎臓施療：例えば、不安で、刺激を
受けやすいクライアント。場合によっては、
過度にインテリジェントな傾向があるク
ライアント。
- ・低血圧 (Hypotonie) のクライアントや、生殖
能力に問題のあるクライアント

- ・一日を始めるのに努力の必要なクライアント。彼らはしばしば、最終的に、“しっかり目覚めていて” 活力に満ちた感覚を得る。

この湿布は、午前中の最も早い時間に行う。できれば、朝の起床前に行っても良い。

2. 胸部, または, 背部の湿布

1) 作用

深く、集中的な熱作用によって、肺領域に於ける硬化した新陳代謝プロセスが再燃し、粘稠性の喀痰が溶解し、それによって、肺領域は重荷を軽減される。

2) 適応と施療時刻

- ・治癒過程にある肺炎 (Pneumonie) や気管支炎
- ・“冷たい” (発熱なしに経過する) 肺炎, 例えば, 抗生物質の投与によって, 急激に下熱した場合など

この湿布も、一般的に、午前中に行う。

胸部巻き湿布の効果を得るためには、前胸部と同時に、背胸部にも大きな湿布を施療すると良い。巻き湿布をしないのは、それに必要な長さの内布に、生姜溶液を均等に含ませるのが、困難だからである。

3) 禁忌

- ・生姜アレルギー
- ・月経初日, 腹部領域への熱湿布は, 出血を過度に促す可能性がある
- ・皮膚の創傷, 湿布部位の湿潤性のまたは炎症性の皮膚疾患

3. 全ての生姜湿布

4) 必要物品

- ・生姜粉 茶さじ山盛り 1 杯,
- ・約75°Cの熱湯 500ml
- ・平らな洗面器

- ・内布と絞り布
- ・身体を大きく包み込める大きさの外布 安全ピン
- ・必要に応じて, 湯たんぽ 2 個 (約40°C) 必要に応じて湯たんぽカバー
- ・清拭のための小タオル
- ・アーモンドオイル (Oleum Amygdalae) やオリーブオイルのような, ニュートラルなオイル
- ・体全体を十分に覆える, 保護布

5) 準備 (詳細は, 参考文献¹⁾ を参照のこと)

内布を約20×30cm大に折り畳む。外布を両側から中心へ向かって巻き, 湯たんぽで温めておく。

6) 実施方法

(1) 腎臓湿布, または, 背部湿布の場合:

外布を肩幅に広げ, ベッドに座っているクライアントの後ろに置く。

洗面器の中に生姜粉を入れ, 熱湯を注ぎ, スプーンで, 塊が残らないようによく混和する。内布を洗面器の中に, 全体に均一に溶液が浸透するように浸す。絞り布を広げ, その中に内布を包み込んで, 硬く絞る。

絞り布から内布を取り出して, 外布の上に広げる。二枚の布を一緒に背部にあてる。その際に, 内布を湯に浸す時に, 湯の表面に接して、溶液を十分に含み, 生姜粉の粉が多少残っている面を, 皮膚に直接あてるように注意する。内布は, あてるときに, クライアントにとって心地よい温かさでなくてはならない。

クライアントに横になってもらう。外布で素早く平らに, 密着して覆い, 安全ピンで留める。

必要に応じて, 2つの湯たんぽを, クライアントの両脇に置く。

強い腰椎湾曲の或るクライアントには, 背中に小さなクッションをあてがうと良い。

(2) 胸部湿布の場合：

外布を肩幅に広げ、ベットに座っているクライアントの後ろに置く。クライアントに横になってもらう。

洗面器の中に生姜粉を入れ、熱湯を注ぎ、スプーンで、塊が残らないようによく混和する。内布を洗面器の中に、全体に均一に溶液は浸透するように浸す。絞り布を広げ、その中に内布を包み込んで、硬く絞る。

絞り布から内布を取り出して、胸部にあてる。その際に、内布を湯に浸す時に、湯の表面に接していて、溶液を十分に含み、生姜粉の粉が多少残っている面を、皮膚に直接あてるように注意する。内布は、あてるときに、クライアントにとって心地よい温かさでなくてはならない。外布で素早く平らに、密着して覆い、安全ピンで留める。

クライアントの要望がある時にだけ、温かい2つの湯たんぽを、クライアントの両脇に置く。

7) 持続時間

30-40分間、作用の強さに応じて調整する。特に十分に注意しておくべきことは、クライアントがこの時間の間に、他の事柄によって邪魔されるべきではないということである！

湿布施療後にクライアントが、非常に暗い気分になったり、特別に疲れを感じる時には、最終的に、クライアントが再び十分に目覚めた感じが持てるように、施療時間を短縮すべきである。

9) 後始末

クライアントから全ての布を取り除き、肌を、温かい湯で清拭する。生姜粉が肌に残っていると、かゆみや灼熱感といった皮膚症状を起こすことがある。

慎重に乾かし、少しのオイルを静かな少ない動きで、塗油する。それによって、熱が、より長く持続して作用することができる。最後に、

施療部位を保護布で、最低でも1時間は覆っておく。

内布を温湯で濯いで絞る。全ての布を風通しの良い所で乾かす。

10) 施療後の安静

20-30分間

この時間に、クライアントは極力、眠ってしまわないようにする。でないと、その後に目覚める時に、目覚めを非常に困難に感じる。この施療後の安静の間も、クライアントは、他の事柄によって決して邪魔されるべきではない！

施療中に、不安になったクライアントには、5-10分間だけ、施療後の安静を取らせる。

施療後の安静の後には、クライアントは、起き上がり、アクティブ(活動的)であるべきである！

参考文献

- 1) 伊藤良子 (2003) : シュタイナーの人間観に基づいた湿布療法の基礎知識とその一例としての足浴両方の紹介, 京都市立看護短期大学紀要, 28号.
- 2) 伊藤良子 (2004) : シュタイナーの湿布療法(その2) —オイルクロス(精油をしみ込ませた布)を使った湿布療法の基本技術とその処方—, 京都市立看護短期大学紀要, 29号.
- 3) 伊藤良子 (2005) : シュタイナーの湿布療法(その3) —湿-熱湿布・湿-温湿布療法の必要物品とその基本的手順—, 京都市立看護短期大学紀要, 30号.
- 4) 伊藤良子 (2005) : シュタイナーの湿布療法(その4) —ハーブティー(スギナ, カモミール, 西洋ノコギリソウ)を使った, 湿-熱(温)湿布—, 京都市立看護短期大学紀要, 30号.

- 5) 伊藤良子 (2006) : シュタイナーの湿布療法 (その4-2) —ハーブティー (ヒメウイキョウ, ニガヨモギ, カモミール) を使った, 湿-熱湿布—, 京都市立看護短期大学紀要, 31号.
- 6) 伊藤良子 (2006) : シュタイナーの湿布療法 (その5) —ユーカリオイルを使った, オイル湿布 (湿-熱湿布) —, 京都市立看護短期大学紀要, 31号.
- 7) 伊藤良子 (2006) : シュタイナーの湿布療法 (その6) —からし湿布—, 京都市立看護短期大学紀要, 31号.