

漢法苞徳塾資料	No. 512
区分	基礎
タイトル	臨床家としての「手造り」について
著者	八木素萌
作成日	2000.01.05

1. 手の手入れ

A. 必要な用具

- ・天然毛の爪ブラシ
- ・手掌洗浄用ブラシ
- ・無刺激性石鹼〔日本薬局方・局方薬用石鹼〈ペースト状〉〕
- ・ニュートロジーナクレンジングソープノーマルスキン
- ・コラージュ M 石鹼
- ・コラージュ D 乾性肌用石鹼
- ・木綿製皮膚科用手袋
- ・手荒れ予防用ゴム手袋もしくは手術用ゴム手袋

B. 薬品、化粧品の種類

- ・局方グリセリン
- ・局方グリセリンカリ液
- ・紫雲膏
- ・モイスタチャークリーム
- ・AD 尿素クリームまたはローション
- ・局方消毒用アルコール
- ・無刺激性弱酸性無香料収斂性化粧水〈〇〇ウォーター〉
- ・調剤されたヘチマ水

C. 何よりも手指や手掌の汚れを徹底的に洗い落とすこと、そして、極力ホコリや汚れを付けないこと、また、熱いもの、冷たいもの、皮膚に刺激のあるもの、皮脂を除きやすいものなど等を避けて手指手掌の角質層が厚くならないよう、必要最小限の厚さを保つように、不断に留意すること。

D. これらは、皮膚の十分な洗浄と保護および角質層の柔軟化のための道具や薬品ないしは化粧品である。まず温水でゆっくり丁寧に手指を洗浄することが大切であり、毎日の日課として実行すべきものである。

2. 手指の知覚訓練

単に触覚のみではなく、知覚全体が高度の感度を持つように鍛え上げていくこと。そして、それを衰えさせないように留意し続けること。単に温度や凸凹の理解のみではなく、訓練によって物品の手触りによる材質の認識や色合いの認識ができるようになることが知られている。

手指の知覚訓練のための用具

700～1000 ガウス程度の磁力で直径が5～10 ミリ厚みが5～8 ミリ程度の磁石のN極やS極が認定できること、ダイオードの電子の流れている方向を認定できること等々が、訓練によって達成できることは我々の経験しているところである。

3. 感覚の集中力を養成するための自己訓練が何よりも大切である。それには腹式呼吸と瞑想を、日々一定の時間行うようにすると良い。

4. 臨床家の手指は軟らかく吸い付くかのように温かいので、そのような手指掌で触られると患者はホッと安心してくれるものである。シットリと柔らかいが湿っぽいわけでもなければ、カサカサに乾いているわけでもなく、またヒンヤリと冷たいわけでもないものである。

ベタついて湿っぽく冷たい手指掌は、決して病人には歓迎されない。快い手指掌は、大勢の人の皮膚を、治療的あるいは訓練として、揉み摩り撮することによって、また、ツボを取り・経絡を追い・筋肉の走行を探ることを、大量に実行して行くことによって次第に出来上がるものである。

ベタついて湿っぽく冷たい手指掌の人は、体を治すように養生しなければならない。