

すい 水 (津液)

「水」の役割は 全身を潤し滑らかにします。

蘇せいシリーズ 8 (水系)

「活すい丹」



一般的には「水」と表現しますが、中医学では「津液」と言います。「津液」とは体内にある血液以外の液体すべてを指します。胃液・唾液・涙や現代医学でいうリンパ液なども「津液」に含まれます。又、汗や尿も「津液」から作られます。「津液」は、皮ふや筋肉など体表近くにある希薄な（清んで粘り気がない）「津」と、内臓などの深い部分にある粘度の高い「液」から成っています。

「津液」の主な働きは、全身を潤し清らかにします。例えば、肌や髪に潤いを与えたり、腸や胃などを潤し、飲食物などがスムーズに通過できるようにしたり、関節を滑らかにする潤滑剤にもなっています。

ですから、「津液」が不足してしまうと（陰虚という）、肌や髪に潤いがなくなったり、便秘や関節などに不具合が生じてしまいます。また、リンパ液の流れが悪くなると

免疫機能の低下につながる恐れがでてきます。ということは、「水（津液）」を西洋医学的な機能に置き換えてみると、

① 生体の防御機能に関与している。②リンパ液、リンパ球を含めた免疫機能全体を司っている、ということが言えると思います。水の異常は、上記の他に、水が滞っている状態「水毒（水滯）」で、次ページのような症状が現れます。

水の異常には、蘇せいシリーズの「活すい丹」が有効です。