

ぶん しん
聞 診

～聞くこと、においをかぐこと～

文字通り「聞いて診る」方法。でも、ただ話を聞くだけじゃない。まさに五感を使った診たて方。



耳と鼻を使って患者さんを診る方法。まるで名探偵のように、聴覚と嗅覚を駆使して病気の謎を解いていくピヤ!



Q1. なにをみているの?

A. 「声」や「呼吸音」「匂い」などを観察。声の強さやトーン、呼吸のリズム、そして体臭や口臭から、体の状態や不調の原因を探るよ。身体からの「SOSメッセージ」を聞き取るんだ!

Q2. どんなことが聞診でわかるんですか?

A. 聞診でわかることは色々あるよ。

声：弱々しい声はエネルギー不足（気虚）、荒々しい声はエネルギー過剰（実証）を示すことがあるよ。

呼吸音：浅い呼吸や喘鳴（ゼーゼー音）は、肺や気管支に問題あるかも？

匂い：甘酸っぱい匂いは消化器系に負担かも？ …など、右ページも見てね♪

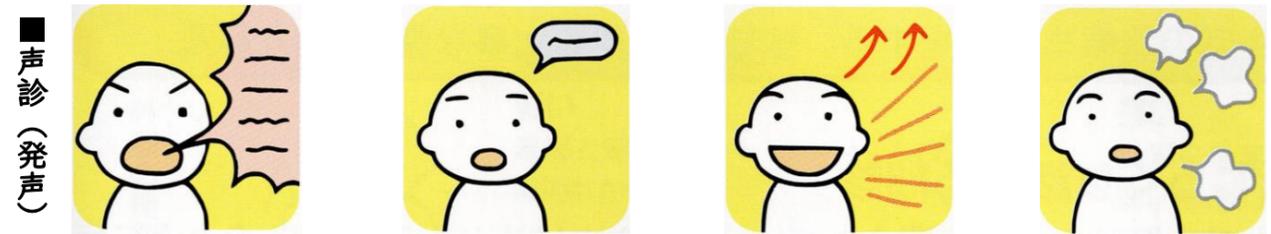
Q3. 自分でも聞診みたいなことができますか？

A. はい、簡単なセルフチェックができるよ!

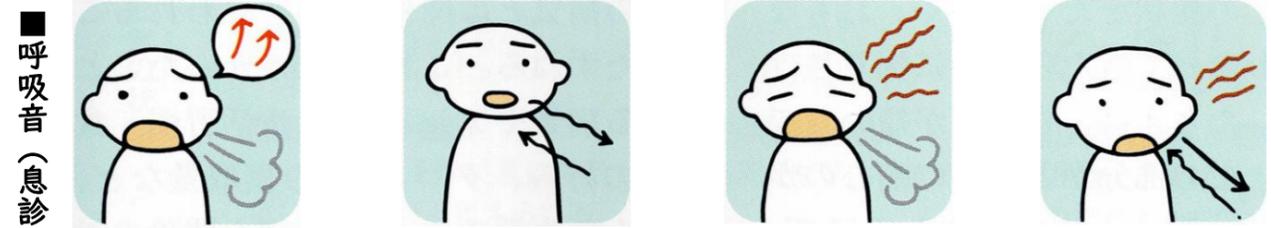
例) 朝起きたときに自分の声や息をチェック!
→かすれる、声が出にくいときは疲れやエネルギー不足があるかも

→口臭や体臭が気になる場合は、食生活や胃腸の調子を見直すメッセージ。

*本格的なチェックは専門家にお任せを!
まるで名探偵のようにあなたの身体が発するヒントを見逃しませんよ!



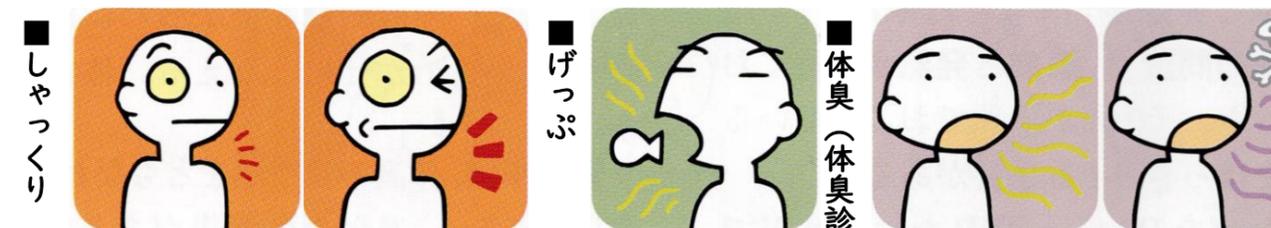
■声診 (発声)
声大きい: よくしゃべる人は実証が多い・高血圧のことも
声が小さい: 虚証 気が不足が多い
甲高い声: 肺の変調
こもった話し方: 気の充実、不足、滞りなど



■呼吸音 (息診)
息が荒い: 熱がこもり呼吸に影響しているかも
呼吸が弱い: 肺と腎の気が不足
ゼーゼーと大きな音: 息を吐くと楽になる 肺の変調
ゼーゼー弱い呼吸: 吸気が少なく呼気が多い・肺の変調



■せき
咳の音が重い: 鼻づまり、痰が白い 一般的なカゼ症状
ゴホゴホ・こもった咳: 黄色い痰、鼻息が熱い・肺の熱
力のない咳、呼吸が忙しい: 肺の気不足
乾いた咳: 熱がこもり乾燥 潤い不足



■しゃっくり: 響いて力がある 熱のこもり
音が小さい: 気の不足
すっぱいにおい: 胃で食物が停滞
■体臭 (体臭診): すっぱいにおい 消化不良 腐ったにおい 歯周病や口内炎

「最近声が出にくいな」と感じたら、それは体から「ちょっと休ませて!」というサインかもしれないピヤ!

呼吸が浅く感じるときは、リラックスして深呼吸を心がけてみるピヤよ!

聞診 (ぶんしん) は、まるで耳と鼻でお客さんの体の中を覗き見るような方法。西洋医学の最新機器に引けを取らない、中医学ならではの繊細な診たて方。自分の「音」「匂い」に注目して、相談の際ぜひその情報も教えて下さい♪ 漢方相談はお客さんと専門家との二人三脚ピヤ!



オリーブ健康館 いなだあや インスタ始めました

