

開始 貓咪的肉球診斷吧！

肉球隱藏許多疾病與身心的資訊
透過肉球診斷與穴道按摩讀懂貓咪健康情況



石野 孝・相澤 瑪娜

鎌倉元氣動物醫院

蔡昌憲 譯



CONTENS



1 何謂肉球？

序言…… 2

● 肉球的祕密…… 6

● 肉球的名稱…… 8

● 肉球與身心的關係…… 10

● 各種貓咪的肉球…… 12

COLUMN 1

● 貓咪臉部表情的祕密…… 24

2 一起學習東洋醫學吧！

● 什麼是東洋醫學？…… 26

● 陰與陽…… 26

● 經絡與穴位…… 28

● 氣、血、津液…… 30

● 開始穴位指壓按摩之前…… 32

● 穴位指壓按摩的基本技巧…… 33

COLUMN 2

● 貓咪趾甲的祕密…… 34

3 開始肉球診斷吧！

● 肉球診斷確認的六個步驟…… 36

● 肉球體質診斷確認表…… 38

● 你的貓咪是哪種類型？…… 40

● 「氣虛」	……	42
● 「血虛」	……	46
● 「瘀血」	……	50
● 「氣滯」	……	54
● 「陰虛」	……	58
● 「陽虛」	……	62
● 「痰溼」	……	66
● 「津液不足」	……	70
● 「氣滯血瘀」	……	74
● 「氣血陽虛」	……	78
● 「氣血津液不足」	……	82
* 每天的肉球按摩……		
86		
● COLLUMN 3		
● 貓咪被毛的祕密……		
88		



● 貓咪的肉球病歷表……	89
● 肉球體質一覽表……	90
● 結語……	94
● 作者履歷……	95
● 貓咪的明信片……	97



何謂肉球？



肉球的 祕密

貓咪的肉球，扮演著非常重要的角色。



對於喜歡貓咪的人來說，貓咪的肉球既柔軟又溫暖，只要觸摸到就有被療癒的感覺，有非常不可思議的魅力。但是，貓咪的肉球其實不單只是可愛而已，在貓咪的生活上也扮演著非常重要的角色。

為何走路不會發出聲音？

在貓咪的前肢上，於指尖部有五個指球，如人類手掌位置處有一個掌球（最大的肉球），位於人類手腕位置處有一個手根球。在後肢，趾尖部有四個趾球（本篇為做出區別，用字與前肢不同），腳的下方也有一個足底球（最大的肉球）。但後肢並

沒有足根球。肉球柔軟又富有彈性，可以避免在走路時發出聲音。貓咪可以藉由肉球的功能在不被獵物發現的狀況下慢慢靠近他們。

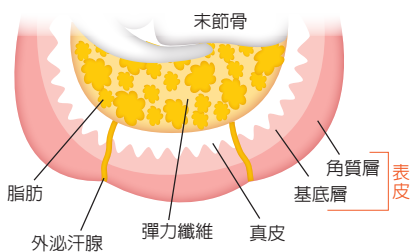
為何肉球那麼厚？

貓咪的肉球，相比身體其他部位的皮膚是最厚且很強韌的構造。其功能在於保護腳底不會受到地面上的小石頭或是木屑、玻璃碎片等突起物或障礙物的傷害，以及防止皮膚的磨損。另外，從高處跳下來時，肉球可扮演緩衝的角色，以保護貓咪不受到的衝擊傷害。

肉球會因為貓咪每天的生活環境或是身體狀況而產生變化。一般來說，在室外活動的貓咪比起在室內飼養的貓咪來說，肉球的表面會有較硬且粗糙乾燥的傾向。

肉球為何會有些潮溼？

貓咪不像人類可以從身體裡排出汗水，肉球上有唯一可排汗的外泌汗腺（Eccrine sweat gland）。從汗腺所



【肉球的橫斷面】

分泌出的汗可使腳底有適當的滋潤，因此，貓咪在木質地板等容易滑倒的地面上也能夠穩定地行走。另外，汗水也有附著味道的功能。

肉球的味道與費洛蒙的味道

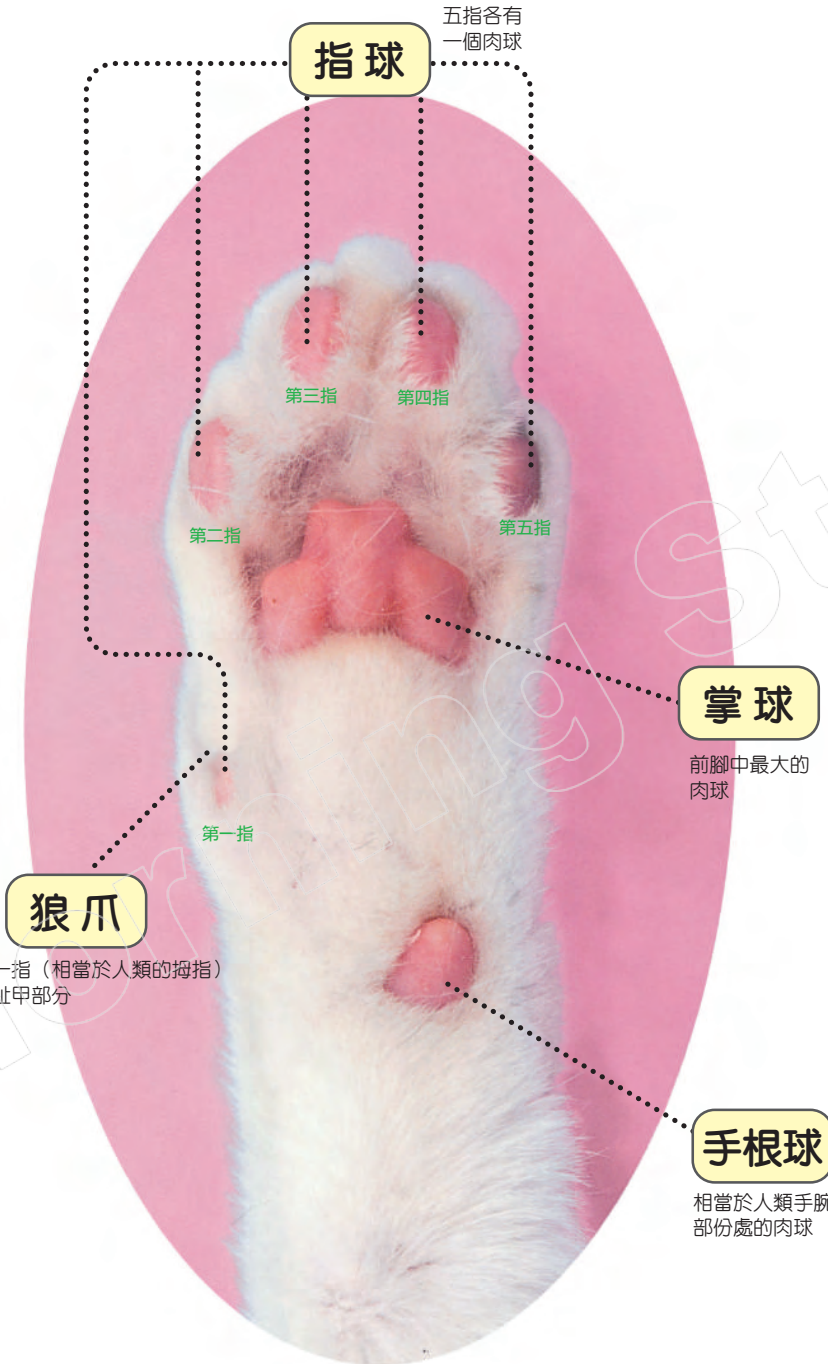
先前提到從貓咪的肉球所排出的汗中有附著味道的功能，但究竟是怎樣的味道的呢？實際上幾乎是無臭無味，應該說是人類無法察覺的味道。有時候會因為貓咪的身體狀況不佳導致肉球經常處於潮溼的狀態，使得保護皮膚的常在菌繁殖過度，而產生異臭味。

那麼，貓咪的費洛蒙會產生味道嗎？答案是同樣的，也幾乎是人類所無法感知的味道。在貓咪的臉頰以及眼睛、耳朵的旁邊、下巴、尾巴的根部，肉球等處有著可以分泌臭腺（香腺）的器官。貓咪經常在飼主的身體或是家具等處摩擦臉頰部或是臀部，都是為了將費洛蒙附著在上面，以示自己的領土範圍，以及透過嗅聞自己的費洛蒙讓精神可以得到安定。另外，由肉球所散發出的費洛蒙，是貓咪在感到不安時，散發出的不安費洛蒙。



肉球的名稱

貓咪的每個肉球，各別都有其名稱。



五指各有一個肉球

指球

第三指

第四指

第二指

第五指

掌球

前腳中最大的肉球

狼爪

第一指（相當於人類的拇指）的趾甲部分

第一指

手根球

相當於人類手腕部份處的肉球

左前腳

※本篇為做出區別，前後肢用字不同。

趾球

由於第一趾退化的緣故，後肢的腳趾比前肢少一趾，只有四趾。每指各有一個肉球。名稱雖與前肢相同，但使用不同之文字以示差異。

第三趾

第四趾

第二趾

第五趾

足底球

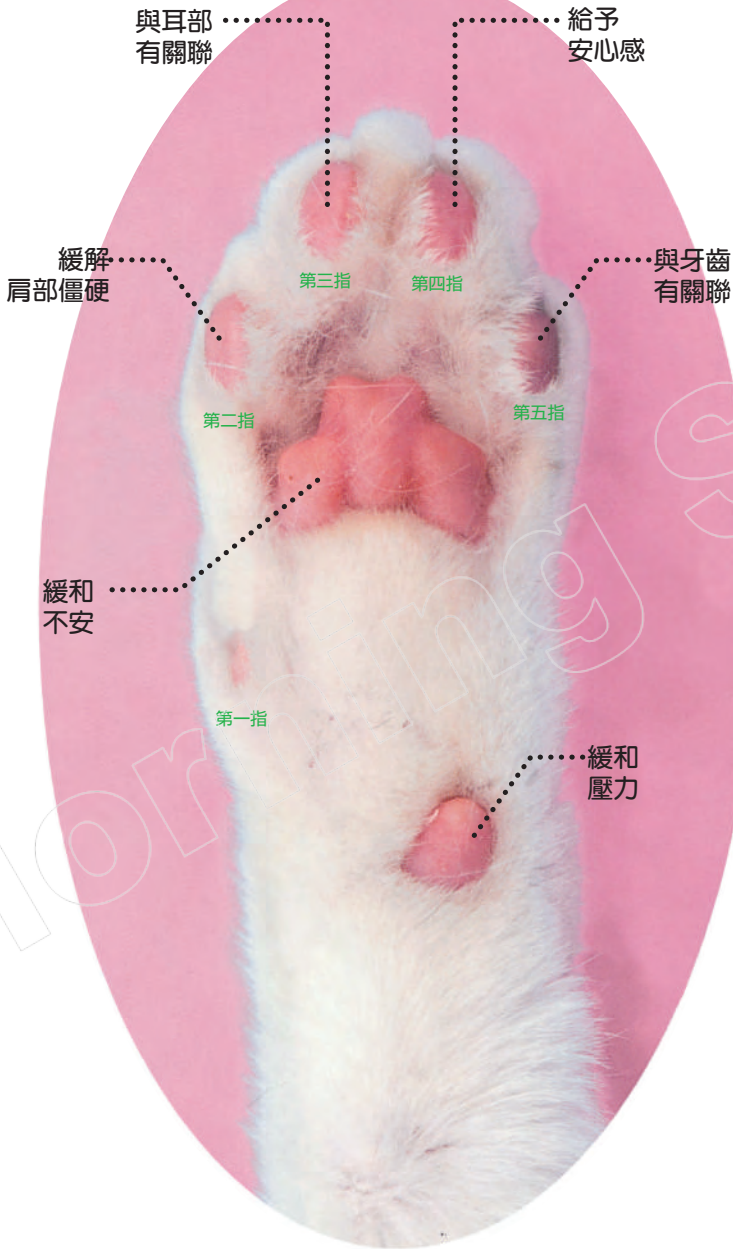
後腳中最大的肉球

腳跟

左後腳

肉球與身心的關係

每個肉球，各別都與身心有關連。



左前腳

Morning Star

改善失眠

緩和足部的
麻痺

第三趾

第四趾

第二趾

第五趾

與胃及心臟、
肝臟有關聯
讓心情穩定促進
良好地睡眠

與牙齒
有關聯

與腎臟有關聯
生命力UP！

腳跟

左後腳



一起學習東洋醫學吧！



什麼是 東洋醫學？

在東洋醫學領域中認為，包含人類以及動物的所有行為，都是以同樣的方法進行。

◎何謂東洋醫學？

所謂東洋醫學，即是與西洋醫學的相對名詞，土耳其以東的各個國家中所發展的醫學總稱。可分為中國傳統醫學、印度醫學、西藏醫學、阿拉伯醫學、伊斯蘭醫學、日本醫學（日本漢方）等類別。現今日本所使用之東洋醫學源流為中國傳統醫學。

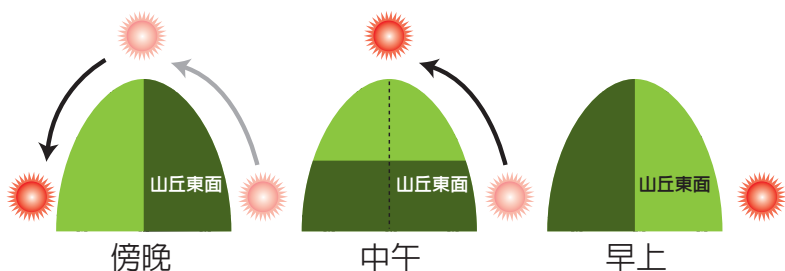
在本書中透過中國傳統醫學的陰陽論與經絡理論，從氣、血、津液來進行貓咪體質的診斷，再配合不同的類型介紹按摩方式。

陰與陽

◎何謂陰與陽？

在古代中國的思想中，存在於世界上所有的物體都有「陰」與「陽」之分。陰指的是日光照射不到的地方，陽則是陽光可及之處。例如「向日為陽，背日為陰」、「太陽為





陽，月亮為陰」、「男性為陽，女性為陰」、「外為陽，內為陰」、「氣為陽，血為陰」等。

陰與陽並沒有優劣之分，而是相互對立與依存，不斷重複變化並保持平衡，兩者之間是不可或缺的存在意義。

例如，旭日東昇的早晨，山丘的東面為向日的「陽」，背日的部份則為「陰」。山丘的東面在早上的時候陽的面積比陰大了許多。經過一段時間，太陽於中午時上昇至山丘的正上方，這時山丘的東面與西面的日曬面積就變得相同。接下來太陽往西邊開始下沉時，向日與背日的部份就呈現出逆轉狀態。如此一般，陰與陽之間隨著時間變化保持著平衡。

以動物來說，早上起床之後身體便由睡眠狀態變化為活動狀態，也就是說由陰比較優勢的狀態改變成陽

比較優勢的狀態。到了傍晚，身體就會開始想要進入休息模式，也就是由陽轉變到陰的狀態。如果無法取得這樣的平衡，到了夜晚仍然興奮得無法入眠，身體就會呈現燥熱的狀態。像這般陽出現過盛的狀態稱之為「陽証」。反之，在陰過度強勢的狀態下，身體會感到無力、沒有精神、出現手脚冰冷等症狀，這樣便稱之為「陰証」。

陰與陽也可以應用在接下來介紹的經絡循行上。

經絡與 穴位

包含人類的動物身上，有十四條主要的經絡循行著。在經絡中流動著「氣」、「血」、「津液」，使身體與心理保持平衡。

●何謂經絡與穴位？

東洋醫學認為所有的動物體內都有肉眼無法察覺的經絡脈運行著。

經絡之中流動著可以調整動物身心平衡，稱之為「氣」、「血」、「津液」的物質，載運供給體內所有組織、臟腑、器官的營養。而「氣」、「血」、「津液」的循環如果不順暢便會出現「生病」症狀。

基本的經絡共有十四條，各自都與五臟六腑有著密切的關係。經絡

十四條經絡

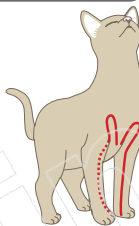
心經

由胸部開始到達腋下，通過前肢內側後，終點位於前肢的第四趾。



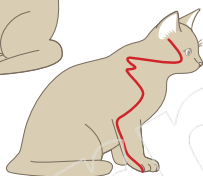
肺經

由胃部上方開始，經由腋下通往前肢內側到達前肢腕部，終點位於前肢第一趾內側。



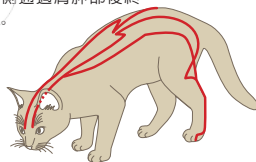
大腸經

由前肢第二趾內側開始，到達前肢外側前緣，經由肩部後終點於鼻部兩側。



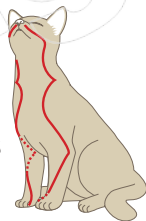
小腸經

由前肢第五趾外側開始，到達前肢外側通過肩胛部後終止於耳部。



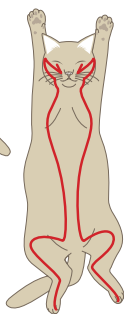
胃經

由眼球下部開始往下至腹部內側，經由肚臍兩側後，終點位於後肢第二趾外側。



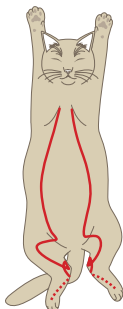
膀胱經

由眼球的內側開始，到達肩胛部位，經由腹部到膝部內側之間，終止於後肢第五趾。



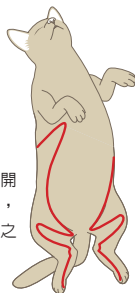
腎經

由後肢底部開始，到達後肢內側，再經由腹部後終止於胸部。



脾經

由後肢第一趾內側開始，到達後肢內側面，再通過鼠蹊部與腹部之間結束於胸部。



上有著許多的穴位，刺激時會有疼痛或是酸痛感覺的部位即為穴位。經絡於動物體內左右對稱運行，並且經絡也有陰陽之分。

●關於五臟六腑

所謂五臟六腑，指的是內臟的各個器官。其功能在於將食物轉換為能量，創造生命力。依據各個機能的的不同分成「五臟」、「六腑」、「奇恒之腑」。所謂「臟」，即指肝、心、脾、肺、腎（有時會將稱為心包的臟器加入而成六臟），有產生精氣，並有貯藏的功能（所謂精，指的是於成長及發育的過程中所需要能量

肝經

由後肢第一趾內側開始，到達後肢內側之後，再經由腹部終止於胸部。

心包經

由胸部中央開始，到達前肢內側中央，終點位於前肢第三趾內側。

督脈

由臀部開始，經過背部中央，終止於唇部上方。

三焦經

由前肢第四趾外側開始，到達前肢外側，經由肩部後終止於眼球外側。

任脈

由臀部開始，往上經由腹部正中央，終止於唇部的下方。

膽經

由眼尾開始，到達肩部下方，經由身體側面到後肢外側面之間，終點位於後肢第四趾外側。

的基本物質。）「腑」則是代表膽、小腸、胃、大腸、膀胱、三焦（為西洋醫學中所未曾提到的臟器，有代謝水分的功能），為負責讓物質通過的器官。「奇恒之腑」為腦、髓、骨、脈、膽、女子胞（子宮），不為腑也不為臟，雖然型態為腑，但其機能與臟類似。

將這些與西洋醫學中所提到的內臟相比較，在解剖學上的位置幾

乎是相同的，其中也有雖然稱之為脾，但指的不是脾，反而像是胰臟功能般的臟器。

與西洋醫學最大的不同點在於，西洋醫學認為腦部為精神活動的所在，在東洋醫學中則是以心為中心，並與所有的五臟共同運作。

【肉球體質一覽表】

類型	肉球的狀態	主要的症狀	容易罹患的疾病與體質	有效的穴位及其位置	
氣虛	沒有彈性 沒有光澤	容易疲勞	體力降低 虛弱體質 腸胃功能不佳	足三里 合谷 氣海	P.42
血虛	有裂痕、鱗屑化、趾甲有縱向裂痕	因血液不足所造成之營養不足	貧血 容易罹患眼疾	三陰交 神門 血海	P.46
瘀血	斑點、青紫色、粗糙不柔嫩	容易疲倦 舌頭上有瘀斑	循環器官疾病、腫瘍、皮膚病	膻中 至陰 曲池	P.50
氣滯	潮溼 冰冷	焦躁不安 容易興奮 身體冰冷	寒冷體質 神經質	內關 井穴 氣海	P.54
陰虛	燥熱 顏色較紅	喝水較為頻繁、舌頭較紅、皮膚乾燥	自律神經異常、便秘	陰陵泉 湧泉 太谿	P.58
陽虛	冰冷 顏色淡且暗沉	畏寒 食慾不振 頻尿	衰弱體質 寒冷體質	命門 勞宮 關元	P.62
痰溼	水腫 潮溼 惡臭	水腫 腹瀉 頻尿	肥胖傾向 糖尿病 高血壓	豐隆 太淵 中脘	P.66
津液不足	燥熱、乾燥、呈現粗糙狀態	乾燥、口渴、尿量減少、便秘	乾性皮膚 乾眼症	復溜 太淵 廉泉	P.70
氣滯血瘀	斑點、粗糙不光滑、潮溼、顏色暗沉	手腳冰冷、頭暈、容易疲倦、焦躁不安	神經質、焦慮症、胃痛、循環器官疾病、腫瘍	天樞 內關 膻中	P.74
氣血陽虛	沒有彈性、肉球與趾甲有裂痕、冰冷、顏色較淡	體力下降、冰冷、心悸、失眠、精神不安定	衰弱體質、寒性體質、體溫較低、胃功能較弱、貧血	心俞 足三里 三陰交	P.78
氣血津液不足	沒有彈性、乾燥、顏色較淡、趾甲有縱向裂痕、鱗屑化	容易疲倦、貧血傾向、皮膚、被毛乾燥、尿量減少、排便較硬	衰弱體質、腸胃較弱、容易感冒、貧血、乾燥皮膚、乾眼症	氣海 血海 復溜	P.82



作者簡歷

石野 孝

獸醫師。鎌倉元氣動物醫院院長。麻布大學研究所碩士學程結業。九一年於中國學習中國傳統獸醫學後，設立鎌倉元氣動物醫院。實踐融合最新的西洋醫學與傳統東洋醫學，且對於動物非常溫和的治療方式。中國傳統獸醫學研究培訓中心名譽顧問，中國聊城大學教授，南京農業大學教授，內蒙古農業大學動物醫學院特聘專家，日本寵物中醫學研究會會長，(社)日本寵物按摩協會理事長，日本醫藥芳療動物臨床獸醫部會理事長等。

著作：

書籍：寵物之針灸按摩手冊（醫道之日本社），小動物臨床針灸學（日本傳統獸醫學會），狗的經穴按摩（醫道之日本社，臺灣由晨星出版社出版），貓咪的肉球診斷BOOK（醫道之日本社，臺灣由晨星出版社出版），老貓這樣顧，長壽又健康（學研，臺灣由晨星出版社出版），開始養貓就上手（學研，臺灣由晨星出版社出版），治癒你，治癒牠 貓咪經穴按摩（實業之日本社，臺灣由晨星出版社出版）等。

影片：小動物臨床針灸學I、II（Interzoo），狗的醫療芳香按摩（Star-Bit），狗的醫療淋巴按摩（Star-Bit），狗的經絡穴位按摩（Star-Bit），其他

相澤 瑪娜

獸醫師。鎌倉元氣動物醫院副院長。麻布大學畢業。(社)日本寵物按摩協會理事，中國傳統獸醫學國際培訓中心客座研究員，南京農業大學人文學院教授，中國西南畜牧獸醫學會學術顧問，美國CHI認定小動物獸醫推拿指壓、營養學課程結業。

著作：

書籍：寵物之針灸按摩手冊（醫道之日本社），小動物臨床針灸學（日本傳統獸醫學會）、狗的經穴按摩（醫道之日本社，臺灣由晨星出版社出版），貓咪的肉球診斷BOOK（醫道之日本社，臺灣由晨星出版社出版），老貓這樣顧，長壽又健康（學研，臺灣由晨星出版社出版），開始養貓就上手（學研，臺灣由晨星出版社出版），治癒你，治癒牠 貓咪經穴按摩（實業之日本社，臺灣由晨星出版社出版）等。

(示範貓) Qoo (左)，Cookie (右) ※福島縣出生