

【ホルモン一覧】

内分泌腺		ホルモン名	標的器官,主なはたらきなど	チャクラ（体外）	サブ・ドーシャ	経脈		
松果体		メラトニン	卵巣の働きを抑制、光が当たると分泌が抑制され、下垂体の性腺刺激ホルモンが分ピルされて卵巣の働きが増す	Sa(放出)、Vi(吸収)	ダナンジャヤ・C	(胆)		
正中隆起		メラニン細胞刺激ホルモン(MSH)	色素細胞のメラニン合成促進	Sa(放出)、Ma(吸収)	プラーナ・S	胃		
縫線核		セロトニン	気分や食欲、睡眠を抑制する	Sa(放出)、Mu(吸収)	デーヴァダッタ・C	(大腸)		
視床下部		甲状腺刺激ホルモン放出因子(TRF)	TSHの放出促進	Aj(放出)、Vi(吸収)	ヴィヤーナ・S	肺		
		成長ホルモン放出因子(GRF)	成長ホルモンの放出促進	Aj(放出)、Vi(吸収)	シュレーシャカ・K	(胆)		
		ソマトスタチン	成長ホルモンの放出抑制	Aj(吸収)、Vi(放出)	シュレーシャカ・K	(肺)		
		メラニン細胞ホルモン放出抑制因子	メラニン細胞刺激ホルモンの分泌を抑制	Aj(吸収)、Ma(放出)	プラーナ・S	胃		
		性腺刺激ホルモン放出因子(GnRF)	FSHとLHの放出促進	Aj(放出)、Sw(吸収)	ランジャカ・P	膀胱		
		オレキシン	食欲や報酬系に関わるほか、睡眠や覚醒を制御、不足で睡眠障害	Aj(吸収)、Sw(放出)	ランジャカ・P	小腸		
		副腎皮質刺激ホルモン放出因子(CRF)	ACTHの放出促進	Aj(放出)、Mu(吸収)	パーチャカ・P	大腸		
側坐核		ドパミン	神経伝達物質、アドレナリン、ノルアドレナリンの前駆体、快楽の感情、意欲、学習などに関わる	Aj(放出)、An(吸収)	サーダカ・P	心臓		
脳下垂体		前葉		甲状腺刺激ホルモン(TSH)	甲状腺ホルモン分泌促進	Aj(放出)、Vi(吸収)	ヴィヤーナ・S	肺
				成長ホルモン(GH)	骨、筋肉の成長、タンパク質合成促進、肝臓で血糖上昇	Aj(放出)、Ma(吸収)	アヴァランバカ・K	(脾)
				プロラクチン	乳汁生産、乳腺形成促進	Aj(放出)、Ma(吸収)	クールマ・C	(胃)
				卵胞刺激ホルモン(FSH)	エストロゲンの分泌—卵胞の成熟（女性）、精子形成促進（男性）	Aj(放出)、Sw(吸収)	ランジャカ・P	膀胱
				黄体形成ホルモン(LH)	FSHとともに卵の成熟、排卵誘導—黄体形成、プロゲステロン分泌	Aj(放出)、Sw(吸収)	ボーダカ・K	(小腸)
				副腎皮質刺激ホルモン(ACTH)	副腎皮質ホルモン分泌促進、性ホルモン分泌促進	Aj(放出)、Mu(吸収)	パーチャカ・P	大腸
		中葉		メラニン細胞刺激ホルモン(MSH)	メラニン細胞刺激ホルモン、妊娠中に増加し、妊婦の色素沈着を引き起こす。	Aj(放出)、Ma(吸収)	プラーナ・S	胃
		後葉		バソプレシン(ADH)	腎臓での水再再吸収,血圧上昇(血管収縮)、抗利尿ホルモン	Aj(吸収)、An(放出)	サーダカ・P	心臓
				オキシトシン	妊娠時子宮の収縮,乳汁分泌,幸せホルモン,セロトニン、ドパミンに影響	Aj(放出)、An(吸収)	ウダーナ・S	肝

脳内モルヒネ	内因性オピオイド	エンケファリン	中枢神経系の鎮痛効果、生体内においてモルヒネ様の薬理作用をもつ一群のペプチドの総称、かゆみや痛みを軽減する	Aj(吸収)、Vi(放出)	ダナンジャヤ・C	(胆)
		β エンドルフィン		Aj(吸収)、Vi(放出)	ヴィヤーナ・S	胆
副甲状腺		パロトルモン (PTH)	骨、腎臓、小腸から血液への Ca ²⁺ 取り込み促進、骨吸収	Vi(放出)、Sw(吸収)	ボーダカ・K	(小腸)
甲状腺	濾胞細胞	チロキシン (T3)	物質代謝促進、酸素消費増大 成熟促進、	Vi(放出)、Sw(吸収)	ランジャカ・P	膀胱
		テトラヨードサイロニン (T4)	血糖上昇、基礎代謝増大	Vi(放出)、An(吸収)	タルパカ・K	(心臓)
	傍濾胞細胞	カルシトニン	Ca 低下、骨化促進	Vi(吸収)、An(放出)	ウダーナ・S	心臓
耳下腺、顎下腺		バロチン	成長ホルモン、筋肉、骨、内臓、歯などの生育を助ける	Vi(吸収)、Mu(放出)	デーヴァダッタ・C	(大腸)
胸腺		サイモシン	未熟な T リンパ球を成熟させる働き	An(吸収)、Vi(放出)	ダナンジャヤ・C	(肺)
肝臓		ソマトメジン (インスリン様成長因 1)	軟骨成長促進、インスリン様作用、血中のソマトメジンは、肝臓由来	An(吸収)、Vi(放出)	シュレーシャカ・K	(胆)
中枢神経、心臓や血管など末梢の一次知覚神経の終末および遠位端		カルシトニン遺伝子関連ペプチド	細胞内 cAMP を上昇させ、血管拡張、心拍数減少および心筋収縮力増大を起こしたりする。炎症にも関連し、軸索反射により放出されると紅斑 (フレア) が出る。鍼灸ではこの作用を利用し、体質改善を促進すると見込まれる。	An(吸収)、Vi(放出)	ブラージャカ・P	胆
種々の組織		プロスタグランジン	cAMP 量の低下、血圧上昇・降下、子宮筋の収縮、血管拡張、平滑筋への作用、末梢神経作用、局所ホルモン様作用など、多彩な生理作用	An(放出)、Vi(吸収)	ヴィヤーナ・S	肺
小腸		胃抑制ペプチド(GIP)	胃液分泌、胃の収縮抑制、インスリン分泌促進	An(放出)、Ma(吸収)	アーローチャカ・P	脾
		モチリン	胃腸運動の生理的周期性運動亢進サイクルを増大、ペプシンの生産を刺激	An(放出)、Ma(吸収)	プラーナ・S	胃
皮膚	神経芽細胞	β エンドルフィン	中枢神経系の鎮痛効果、生体内においてモルヒネ様の薬理作用をもつ一群のペプチドの総称、かゆみや痛みを軽減する	An (吸収)、Vi(放出)	ヴィヤーナ・S	胆
		メラニン細胞刺激ホルモン(MSH)	色素細胞のメラニン合成促進	An (放出)、Ma(吸収)	プラーナ・S	胃
		副腎皮質刺激ホルモン(ACTH)	副腎皮質ホルモン分泌促進、性ホルモン分泌促進	An (放出)、Mu(吸収)	パーチャカ・P	大腸
心臓		心房性 Na 利尿ペプチド	Na 再吸収抑制、利尿作用	An(放出)、Mu(吸収)	アパーナ・S	腎
		脳性ナトリウム利尿ペプチド	利尿作用	An(放出)、Mu(吸収)	デーヴァダッタ・C	(腎)
すい臓	β 細胞	インスリン	血糖低下、組織でのブドウ糖消費促進、脂肪分解	Ma(放出)、Vi(吸収)	ヴィヤーナ・S	胆
	α 細胞	グルカゴン	血糖上昇 (グリコーゲン分解)、脂肪分解	Ma(放出)、Vi(吸収)	ダナンジャヤ・C	(胆)

	δ細胞	ソマトスタチン	α・β分泌抑制	Ma(放出)、Vi(吸収)	ブーリアン・P	肺
胃		ガストリン	胃酸とペプシノーゲン分泌促進	Ma(放出)、Sw(吸収)	サマーナ・S	膀胱
		グレリン	下垂体に働き成長ホルモン (GH) 分泌を促進、視床下部に働いて食欲を増進	Ma(放出)、Sw(吸収)	クリカル・C	(膀胱)
十二指腸		セクレチン	膵臓の HCO ₃ ⁻ の分泌促進	Ma(放出)、Sw(吸収)	ランジャカ・P	膀胱
		パングレオザイミン		Ma(吸収)、Sw(放出)	サマーナ・S	小腸
		コレシストキニン(CCK)	胆嚢収縮、膵臓の酵素と HCO ₃ ⁻ の分泌促進	Ma(吸収)、Sw(放出)	ボーダカ・K	(小腸)
消化管、膵臓、視床下部の視交叉上核を含む 人体内の多数の場所		血管作動性腸管ペプチド	血管拡張作用	Ma(吸収)、Sw(放出)	クリカル・C	(小腸)
消化管		セロトニン	消化管の運動に大きく関係	Ma(放出)、Mu(吸収)	デーヴァダッタ・C	(大腸)
精巣		テストステロン	性徴の発現(男性)、たんぱく質合成(筋)、精子形成	Sw(放出)、Vi(吸収)	ブーリアン・P	肺
		→エストロゲン	男性も女性ホルモンを産生している	Sw(放出)、Vi(吸収)	シュレーシャカ・K	(肺)
卵巣	卵胞	エストロゲン	性徴の発現(女性)、オキシトシン分泌に影響? 発情ホルモン	Sw(放出)、Vi(吸収)	シュレーシャカ・K	(肺)
		・エストロン	生理活性はエストラジオールの半分、エストリオールの5倍。	Sw(放出)、Vi(吸収)	ブーリアン・P	肺
		・エストラジオール(E2)	酸化ストレスによる細胞死を防ぎ、神経保護作用を有することが in vivo で分かった。エストロゲンの中で最も強い生理活性を持ち、その活性はエストロンの2倍、エストリオールの10倍。	Sw(放出)、Vi(吸収)	ダナンジャヤ・C	(肺)
		・エストリオール(E3)	生理活性はエストラジオールの1/10倍、エストロンの1/5倍。母体の肝臓と胎盤、胎児の副腎を経て生成されるため、その血中濃度は胎児の生命状態の指標として用いられる。	Sw(放出)、Vi(吸収)	ヴィヤーナ・S	肺
黄体	プロゲステロン	黄体形成、子宮での妊娠維持、排卵抑制、乳腺発達、体温上昇	Sw(吸収)、Vi(放出)	ダナンジャヤ・C	(胆)	
胎盤		エストロゲン	子宮や乳腺を刺激する	Sw(放出)、Vi(吸収)	シュレーシャカ・K	(肺)
		プロゲステロン	妊娠を維持する	Sw(吸収)、Vi(放出)	ダナンジャヤ・C	(胆)
		絨毛性性腺刺激ホルモン(CG)	黄体のプロゲステロン合成促進	Sw(放出)、An(吸収)	ウダーナ・S	心臓
		ヒト胎盤性乳腺刺激ホルモン	妊娠中の母体の糖質・脂質代謝を調節する。代謝調節の結果として、胎児への栄養供給が促進される	Sw(吸収)、An(放出)	ナーガ・C	(肝)

脂肪細胞	レプチン	食欲と代謝の調節、強力な飽食シグナルを伝達、交感神経活動亢進によるエネルギー消費増大をもたらす、肥満の抑制や体重増加の制御の役割を果たす	Sw(吸収)、Vi(放出)	ヴィヤーナ・S	肺	
	アディポネクチン	インスリン受容体を介さない糖取り込み促進作用、脂肪酸の燃焼、細胞内の脂肪酸を減少してインスリン受容体の感受性を上げる作用、肝臓の AMP キナーゼを活性化させることによるインスリン感受性の亢進、動脈硬化抑制、抗炎症、心筋肥大抑制など、多彩である。	Sw(吸収)、Vi(放出)	ブラージャカ・P	胆	
腎臓	レニン	血圧を上昇、アンギオテンシン I 生成、アルドステロン分泌促進	Mu(吸収)、Vi(放出)	ヴィヤーナ・S	肺	
	エリストポエチン	赤血球の産生を促進する造血因子の一つ（ホルモンともサイトカインとも）、赤血球成熟促進（造血）↓腎性貧血	Mu(吸収)、Vi(放出)	シュレーシャカ・K	(肺)	
	カルシトリオール	腎臓のネフロン尿細管の細胞で合成される。副甲状腺ホルモン（PTH）と協力して、消化管から食物からのカルシウム吸収を促進し、カルシウムの腎臓尿細管再吸収を促進して尿からのカルシウムの損失を防いで血中のカルシウム濃度を増加させる。破骨細胞と呼ばれる特殊な骨細胞に働きかけ骨からのカルシウムの放出を促進する。	Mu(吸収)、Vi(放出)	ブラージャカ・P	肺	
副腎	皮質	テストステロン	性ホルモン、ACTH から支配を受ける、アンドロゲン、エストロゲン分泌	Mu(放出)、Vi(吸収)	ブラージャカ・P	肺
		アンドロステロン		Mu(放出)、An(吸収)	タルパカ・K	(肝)
		鉱質コルチコイド	腎臓での Na,K 調節、（有効物質：アルドステロン）	Mu(放出)、Sw(吸収)	サマーナ・S	膀胱
	糖質コルチコイド	糖質合成促進,抗炎症、抗アレルギー、抗ストレス、免疫抑制	Mu(放出)、Sw(吸収)	クリカル・C	(膀胱)	
	髄質	アドレナリン	血糖上昇、血圧上昇	Mu(放出)、Sw(吸収)	ランジャカ・P	小腸
		ノルアドレナリン	血圧上昇、心拍数減少	Mu(放出)、Sw(吸収)	ボーダカ・K	(小腸)
ドパミン		神経伝達物質、アドレナリン、ノルアドレナリンの前駆体、快楽の感情、意欲、学習などに関わる	Mu(放出)、An(吸収)	サーダカ・P	心臓	
食事	日光	ビタミン D	小腸, 腎臓, 骨からの Ca ²⁺ 吸収促進	Mu(吸収)、Vi(放出)	ダナンジャヤ・C	(肺)

注) 経脈は左右の両方の経脈に対応する