



つくほ治療院新聞

通巻17号

お陰様で四周年!!

お陰様で四周年を迎える事が出来ました。これもひとえに患者さんと経絡治療のお陰と思っております。紙面をおかりして御礼申し上げます。

経絡治療に出会えた事と患者さんに治療を施させていただけのお陰で、日々臨床の中で鍼灸の素晴らしさを感じております。皮膚を診て、お腹を診て、脈を診て、鍼や灸を施し病気が治療できるなんて先人の努力に頭が下がるばかりです。その中でも特に、補法の治療法に出会えた事が鍼灸師として最高の財産だと思っております。

取る、切る、潰す、叩く等といった余計な物(「実」)を排除する治療法を東洋医学では瀉法(しゃほう)と言います。西洋医学にはこの発想がありません。対して、足らなくなった物(「虚」)を補う方法を東洋医学では補法(ほほう)と言いま

す。この発想が西洋医学にはありません。日常生活レベルの病気は、自然治癒力で治るものが多くあり、心身の疲労での低下には取り去る物はなく、補い高めてあげることによって、様々な疾患が改善に向います。

小満

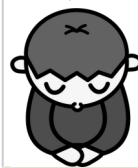
(しようまん)

二十四節季

旧暦四月巳の月に中気で、新暦五月二十一日ごろです。陽気高調しつであり、万物ほぼ満足する候です。



昔は今よりも厳しい生活環境でしたでしょうから、瀉法の刺激に耐えうる人ばかりだったと思いますが、現代は精神労働者ばかりで、瀉法の攻撃的な治療だけでは、対処出来ない方が増えてきています。欧米でも、このような人達が、現代医学の中で取り残されています。もちろん必要な人には、瀉法を施す事も必要ですが、日々臨床で患者さんの脈を拝見していると、瀉法を施せる程の体力がある方は、あまりいらつしやらないようです。補法と瀉法を駆使しバランスを整え、皆様の健康のお役に立てるよう頑張つて五周年を目指したいと思ひます。



『心の青空をさえぎるもの』

日常生活で、私たちは、気がつかないうちに、小さな不平や不満を持つてしまうことがあります。こうした不平や不満の感情が積み重なると、ストレスがたまり、怒りや恨みなどにも発展していきまふ。また、いつも「こうしなければいけない」とか「こうでなければならぬ」という思いが強く出ると、他人と意見が異なつた場合に、争いになったり、何かと問題が起こるものです。そういう「こだわり」が、どうやら自分の思いどおりにならないという不平や不満をつくり出しているようです。不平や不満、怒りや恨みなどの感情は、ちょうど空に厚い雲がかかつていくように、『心の曇り』となり、心の青空をさえぎつていきます。曇り空にするのも、青空にするのも、私たちの心の働きです。

「一日一話」より

湧泉

(ゆうせん)

「湧」は底から水が噴水のように湧き出てくる様子を表しています。腎経の脈気が湧き出ることから名付けられました。このツボは足の裏にある唯一のツボで、つま先より三分の一のところで足の指を曲げると出来る窪みに取りまふ。

足の疲れをはじめ、癲癇・ヒステリー・熱中症などに効果があるとされていまふ。



5月の定休日

○印はお休みです

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					



『クモ膜下出血』

頭蓋骨と脳との間には、外側から硬膜・クモ膜・軟膜という三層の膜があります。このクモ膜の下で血管が損傷する事で出血を起こしたものをクモ膜下出血と呼びます。原因の多くは脳の中にある動脈にコブが出来、血圧が上昇する事によって破裂して起こります。またコブは血管の枝分かれしている所に起きやすく、破裂しなければ症状が無いのがほとんどです。

一番の主症状が頭痛で、突然起きます。バットで殴られたようだとか、今迄に経験したことのないような痛みと訴えます。同時に嘔吐や意識障害を伴

います。しかし、破裂さえしなければ、ほとんどの方は無症状で、検査に行つて事前に見つかる場合もあります。

治療は手術を行います。コブの根元をクリップで挟み血流を遮断する方法の開頭クリッピング術。コブの中にコイルを詰めて血液が入ってこないようにする脳動脈コイル塞栓術があります。しかし、破裂してしまうと一刻を争う病気ですので、突然頭を押さえて倒れ意識を失ったのを見た場合は、躊躇なく救急車を呼ぶのがいいでしょう。



院長の独り言

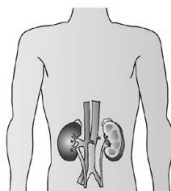
先日、読売巨人軍の木村拓也コーチがクモ膜下出血でお亡くなりになりましたので、よく御存知の病名だと思います。いつも薬に頼り過ぎないようにとか生活改善に努めましようと言っていますが、一刻を争う病気ですので、間違ひなく西洋医学に頼つて下さい。しかし、この段階に至るまでの経緯があつたはずで、血管が膨らんでコブが出来るといふことは、そこに何度となく強い血流が当たつていたからです。何故強い血流が当たつていたのでしょうか？心臓が押し出す強さⅡ血圧が高かつたはずで、何故血圧が高かつたのでしょうか？強いストレスを感じていませんか？暴飲暴食していませんか？たばこやお酒はほどほどにしてますか？これらちよつとした事の積み重ねで病気になる場合がほとんどです。全てを完璧に実行していたら、人生の楽しみが減つてしまいますね。ストレスで胃痛がする、煙草で痰が増える、お酒で下痢をする、こんな一つ一つの症状は体のサインです。病気になって後悔するよりも、前段階の未病を治療して、病気になるリスクを少しでも減らしませんか。

《連載》東洋医学講座

腎臓の生理

人は親から先天の精を授かることにより、命が宿りこの世に生まれてきます。この世に生まれてからは、飲食や空気などの後天の精で補いながら生きていきます。この先天の精をたくわえているのが、腎の臓器です。言い換えれば、年を取ると言う事は、腎の気が減つていくことになります。

腎臓がつかさどる部位として、髪の毛・耳・歯などがあります。髪の毛は年をとると薄くなつたり白くなつたりします。耳は遠くなつたり耳鳴りがしたり、歯は抜けてなくなります。どれも先天の気が減つてきた事によって起こります。出産後の女性は、赤ちゃんに先天の精を分け与えますので、髪の毛がなくなつたり、歯がもろくなつたりします。



また腎の作用には、陽気を引き下げる作用があります。雨が降つて池となり、池の水が蒸発する事で雲となり、また雨となつて地に降り注ぐ事が自然界では当然のように起きています。人もまた自然の一部ですから、健康な時は気が昇つては降り、降りては昇ることが起きています。そこで腎の気が不足すると、上に昇つたまま降りて来なくなります。その結果、頭が重い・肩が凝る・目が疲れる等の、上に貯まり過ぎの症状が現れてきます。

もちろん尿の生成にも関係ありますが、腎臓も他の臓器同様に、西洋医学にはない、色々な働きをかさどっています。

医食同源

カツオ

胃腸を健康にします。良質のタンパクが豊富に含まれているため、体力が低下した時や、元気が出ない時に向いています。血合いには、ビタミン類、鉄分などがたっぷり含まれ、めまい、立ちくらみなどの貧血症状や、病後や産後の体力低下、抜け毛や爪がもろいもの、乾燥肌の改善にもよいとされます。

執筆余話

「煙草は百害あつて一利なし」と言いますが、私が喫煙者だつた頃「一服して美味し」と思つた時点で「一利ある」と言っていました。悪いと分かつていても止められないのが人間だと思います。人とは弱いものです。だから患者さんにも無理に止めるとは言えません。私の仕事は無理に止めさせる事ではなく、悪いことを伝える事だと思います。煙草に限らず、止められない中で健康を保てるように治療を勧めさせて下さい。私も木村コーチと同じ37歳です。そして私も弱い人間です。

