

# つくほ治療院新聞

通巻28号

## 東北関東大震災発生!!

2011年3月11日、午後2時46分頃、東北地方太平洋沖でマグニチュード9.0を記録する地震が発生しました。震災によりお亡くなりになられた方々のご冥福をお祈り申し上げますとともに、被災された方々に謹んでお見舞い申し上げます。

正直、私はあの地震の揺れに恐怖を感じました。そして、次々と入ってくる悲惨な映像。とても前向きに原稿を書く気持ちになれず、今月院内新聞を中止しようかと思いましたが、地震から数日が経ち、気持ちも落ち着いて平

常心を取り戻してきたら「あの時は大変だったなあ」と、日常の中で振り返れる日が来た時のために、今月も休まず続けるべきだと思ひ、期日は遅れてしまいました。原稿を書くことにしました。

被災者は日を追うごとに増加しており、地震から一週間経った段階で、死者六五三九人、届け出のあった安否不明者は一〇三五四人、避難者は三万八千二百八十八人となり、戦後最大の自然災害となりました。ここ茨城県でも、ライフラインが寸断したり、ガソリ

二十四節季  
**清明**  
(せいめい)

旧暦三月辰の月の正節で、新暦四月五日ごろになります。桜花爛漫、天地万物清新の気が満ちあふれてきます。



清明

ンや食糧が不足し、不自由な生活をされた方も多くいると思います。何かしたいと思っはみたものの、自分の無力さを痛感するばかりでした。今自分に出来ることは何か？幸ひ私の仕事は、脈診と鍼灸があれば成り立ちます。私は自分の仕事として、治療室に足を運んで下さった方を治療する事しか出来ません。目の前の患者さんに少しでも元気になっていただければ、今出来る全てで治療させていただきます。

一人一人が出来る事は小さくても、皆が行えばきっと大きな力になると思ひます。復旧を乗り越えたならば、復興に向け、この困難を一緒に乗り越えましょう。



### 『着眼大局、着手小局』

世の中を見ていると、しっかりとした人生目標も決まらずに、ただガムシヤラに働き通している人が、どれほど多いことでしょうか。口を開けば「忙しい、忙しい」と言っ、自分を静かに見つめ直す時間も考えも持たない人が、あまりにも多いのではないのでしょうか。そういう人に限っ、人生の終着駅に近づくにしたがっ、「こんなはずではなかった」と嘆くことが多いものです。

「着眼大局、着手小局(大局を見て、小局に手を打て)」という言葉があります。人生の心の目標を決めること、それが大局です。そして、日々の生活の中で起こっくる、さまざまな出来事、すなわち小局を大局にそって処理していくということが大切なのです。

「一日一話」より

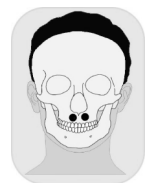
## 禾膠

(かりょう)

「禾」とは、のぎ・穂を現し、食べ物に通じます。「膠」は、角を現し、骨の盛り上がったところを指します。

場所は、鼻の下真ん中の溝の両脇で、鼻孔の出口と上唇に挟まれた中央にあります。

鼻の疾患の治療に広く使われるツボで、鼻水・鼻づまり・鼻血・鼻炎・蓄膿症などに用いられます。他にも、三叉神経痛・顔面神経麻痺及び痙攣などにも用いられます。



### 4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



## 「救命医療」

救命医療とは「疾患や外傷、中毒などに對する緊急の診断及び治療」のことを言います。

救命医療で扱う急性期は、時間とともに症状が変化するので、その都度適切な処置が大切になり、それによって予後が大きく変化します。

## 院長の独り言

私は、常日頃から現代医療に頼るよりも、まずは生活改善など自分自身を振り返ることの大切さを言ってきました。なぜなら、現代医学では治せない病気が多くなってきたからです。どういふことかと申しますと、明治維新後の近代化の流れにより、医学も西洋医学が主になってきました。衛生面の改善や感染症対策によって効果を発揮してきましたが、最近の病気は生活習慣による慢性病が多くなり、効果を出すのが難しくなってきました。病気を起こしている原因を追求する分析研究によって西洋医学は多くの病気に取り組んできましたが、飲食の過不足やストレス等により全体のバランスを崩すことで起こった病気には、症状や数値を抑えることは出来ても、健康へ導くことは難しいのです。むしろ、身体は変わっていないのに、長期間薬で抑えこむことで、思わぬ負担が身体にかかる場合もあります。

検査データにのみ目を向けて、薬物で対症療法を繰り返す現代医学は、以前よりも素晴らしいものではなくなっています。毎日一生懸命飲んでいくはずなのに、薬を止めたらまた元に戻ってしまう。これって治っていると思いませんか？健康とは、薬に頼らないで快適に生活することです。本来、私たちにとって薬は毒物です。公には、効果の面ばかりが強調され、その害や副作用にはほとんど触れられません。無用な薬の長期服用は控えるべきなのです。

しかし！！今回のような震災の時「頭に怪我をして意識不明」「足が挟まって壊死が始まっている」「食事も水も取れず意識朦朧」などなど、こんな救命医療を必要とする時こそ現代医学最高なのです。現代医学なくして命を救えません。これは間違いありません。



《連載》東洋医学講座

## 外因（風）

一月号で、病気になる原因は、内因・外因・不内外因の三つがあるとお話ししました。内因は先月までで終わり、今月から外因に入っていきます。

外因とは、別名「六淫（りくいん）」とも言い、風・寒・暑・火・湿・燥の六つの自然環境の変化が発病の原因になるという考え方です。

## 風

風の邪を風邪（ふうじゃ）と呼びます。カゼとは読みません。カゼは本来「感冒」（かんぼう）と呼びます。何故このようなややこしい事が起きたのか。これはまさに六淫である風が関係しています。感冒とは、風の邪が身体の浅い所、つまり皮膚を冒したものを呼びます。皮膚を冒されると、気が足らなくなり寒気を起こし、滞りにより熱が生まれ発熱を起こし、カゼの症状になります。こんな事から風邪に冒された感冒をカゼと呼ぶようになったのでしよう。



次に、風の邪が皮膚よりもう少し深い所を冒すと「傷風」になります。傷風になると、太った人の場合は、風の気が外に漏れる事が出来ず中に熱がこもります。痩せた人の場合は、皮膚が荒い為に気が外に泄れてしまうので涙が出ます。風は季節では春に配当されているところから、花粉症と関係があるのかもしれない。確かに花粉症で痩せた人の方が多いような…

医食同源

## フキ

フキやフキノトウには咳を止め、去痰する作用があるとされます。また、腹痛や胃痙攣など緩和する作用もあるとされます。これらの効果は、フキよりもフキノトウの方が強いとされます。どちらもビタミンやミネラルが多く含まれます。特に、フキノトウはテルペンなどの精油と苦味成分を含有するため、食欲を増進し、胃液の分泌を促し、消化を助けます。

執筆余話

改めて、震災により被災された方々にお見舞い申し上げます。そろそろ原稿を作ろうと思った矢先で、院内の被害はさほど大きくはありませんでしたが、なかなか原稿作成に向い合うことが出来ませんでした。ガソリン不足や被災により生活の目途が付かず、当院の患者さんの足にも影響が出ました。でも私には、環境も技術も鍼灸も残りませんでした。これだけあれば十分です。乗り越えます。

