



つくほ治療院新聞

通巻37号

暦を知る…

新年明けましておめでとうございます。昨年は震災という国難の中、多くの患者さんを治療させて頂く機会を頂戴しありがとうございました。本年も皆様の健康の一助となるよう技術修練に励みますので宜しくお願い致します。

と言つても、年が明けたのは皆さんも御存知の通り新暦の話で、我が国日本では、明治五年まで旧暦が用いられていました。

暦というのは、ただ一年の月・日・曜日などだけを表わ

すものでなく、数千年前の

人々が、自然を観察し、太陽の位置を調べ、月の満ち欠けを記録し、鳥や虫の生態を調べたりして色々な法

則を生み出したものです。毎年同じ時期に農作業や漁

業をしている昔の人にとって、どういう日に行うのが良く、どういう日に行うのが悪いのか、人が快適に生きていくためにどうすれば

良いかと考えられて作られました。暦は、出来れば悪い事は避け、良い事は長く

続くようにと願いを込められた先人の知恵でもあるわけです。

昔の人にとって季節

大寒

(だいかん)

二十四節気

大寒とは、一年で最も寒いころという意味です。厳しい寒さで体も辛苦にさいなまれる季節ですが、逆にいえば、暖かい春はもうすぐやってくるということでもあります。



の変化というものは、生きていく上において非常に大切なものでしたから、季節を春夏秋冬の四つではなく、二十四個に細分化していました。春分・大寒・冬至など聞いたことがあると思いますが、これを二十四節気と言います。しかし、これでも昔の人にとって種まきや収穫の時期を知る上では長過ぎて、さらに細分化し一年を七十二個に分ける七十二候があります。一つの季節が約五日しかありません。こんな事を言われると難しく敬遠したくなりますが、立春の前の日である節分は季節を分ける日で、冬から春を分ける旧暦の大晦日のことを指します。豆まきは、新暦の大晦日ではなく、今でも旧暦の大晦日に行われているのです。



『よりよく生きる』

悲しみや苦しみに直面した時、また、生きる事の儚さを感じた時、それらをどのように捉えていくのかによって、人生は変わってきます。どんな人の人生にも、どんな苦しみや悲しみにも必ず「意味」があります。この「意味」を、よりよく見出していく心の作業は、「よりよく生きる」という事にもなるのではないのでしょうか。

人生は、平凡に感じる日々の積み重ねともいえます。悲しみや苦しみに対する自分の捉え方、見方を変えてみる事で、今までさほど感じなかった事の中にも、キラリと輝く「宝物」を見出す事ができます。そのような可能性を秘めた人生は「すばらしい」と思いませんか。

「二日一話」より

中府

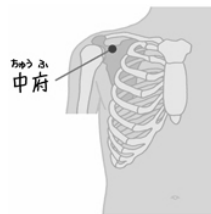
(ちゅうふ)

「中」が、なか・あたるという意味。「府」は、くら・朝廷の文書や財貨を集める蔵、

転じて人や物の集まる所を指します。つまり、病気の原因となる邪気が集まる場所という意味です。

場所は、第二肋骨の下を腕の方に進むと、腕にぶつかる手前であり、上下に動かすとコリコリした太い筋肉が触れる所です。

息切れ・呼吸困難・胸の痛み・肋間神経痛などに効果が



1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
⑳	22	23	24	25	26	27
㉑	28	29	30	31		



12月30日は4時半迄
12月31日～1月3日は
お休みさせていただきます。

『マイコプラズマ肺炎』

マイコプラズマ肺炎を起こす原因である病原体は、ウイルスよりは大きく細菌よりは小さい微生物ですが、生物学的には細菌に分類されています。この病原体は、感染してもすぐには発症せず、インフルエンザなどと比べても長い二〜三週間の潜伏期間があります。初期症状は発熱・全身倦怠・頭痛など風邪に似ていますが、通常の風邪とは異なり、解熱後もしつこい咳が続きます。

ウイルスに感染すると免疫が出来る

いましたね。



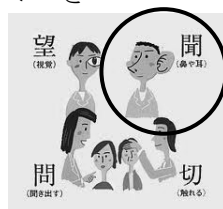
院長の独り言

昔は四年に一度流行ることで「オリンピック病」と言われていましたが、新薬の開発により九〇年頃より下火になっていました。しかし、今年は調査開始以降最多の患者数を記録しました。マイコプラズマは潜伏期が長いので、知らぬ間に感染を拡大してしまいう上に、症状が出始めた初期では医者に行っても風邪と診分けるのは至難の業なので、つい治療が遅れがちになります。『あそこの医者に行っても治らないから、他の医者に行ったらマイコプラズマ肺炎と言われた』なんて聞きますが、そのタイミングで行けば最初の医者も分かるはずです。風邪のほとんどは細菌ではなく、ウイルスが原因なのに医者に行くと抗生物質が処方されます。抗生物質は細菌に効く薬で、ウイルスには効きません。なのに、風邪をひいたからと言って抗生物質を服用しては、いざ細菌が原因の時には、耐性菌が出来て効かなくなっています。ある医者が『昔は特効薬である抗生物質を出せば治ったのに、最近は治らないハイパーマイコプラズマが出現している』と言っています。(薬が作ったのに...) 狼少年の話ではありませんが「いざ」という時に困らないために、不必要な抗生物質の服用は控えるべきです。健康な成人であれば、風邪は治癒力だけで治るのですから...

《連載》東洋医学講座

聞診

聞診とは、聴覚と嗅覚で患者さんの声の高さや質、話し方、臭いなどを参考にして診断する事を言います。



『肝』の話し方は、呼ぶように話し、ミの音階の声をだし、舌で声を発するように強く鋭い発声します。また、あぶら臭いにおいを発します。

『心』の話し方は、つぶやくように話し、ソの音階の声をだし、歯を合わせて出すような激しい発声します。また、焦げ臭いにおいを発します。

『脾』の話し方は、歌うように話し、ドの音階の声をだし、喉から声を出すような発声します。また、甘酸っぱいようなかんばし臭いにおいを発します。

『肺』の話し方は、憂いを含んだように話し、レの音階の声をだし、顎から声を出すような発声します。また、生臭いにおいを発します。

『腎』の話し方は、口ごもるような弱々しく話し、ラの音階の声をだし、唇から声を出すような何か抜けたような、あるいは籠ったような発声します。また、腐ったような腐れ臭いにおいを発します。

こんな逸話があります。外で何かを販売している人の声が聞こえた時、先生は「あの人はもうそんなに長くない」と言いました。実際しばらくしてその方は亡くなりました。人は元気な時は声にツヤがありますが、病気になるツヤが無くなります。そんな所から先生は察したのでしょうか。

医食同源

ひじき

血行を良くし、体内の水分の巡りをスムーズにして、しこりやむくみを解消し、痛みやしびれを緩和するとされています。鉄分・カルシウムが豊富で、貧血・骨粗鬆症・イライラ・不眠によく、食物繊維が多いので、便秘の解消や大腸ガンの予防にも良いとされています。

執筆余話

私が所属する東洋はり医学会で支部長を担うようになり、新米鍼灸師や経絡治療初学者に対してお話しする機会が出てきました。どう伝えたら東洋医学に興味を持ってもらえるかと考えながら勉強すると結果的に自分自身が勉強になり、患者さんへも分かり易く東洋医学を伝えられるようになったのではないかと思います。最近、鍼が腰痛肩凝りの痛み止めではないという事を理解していただいて、継続して治療をし、体調管理に役立てていただける事に嬉しくもあり、感謝しております。また本年も引き続き情報発信して行きたいと思っております。

