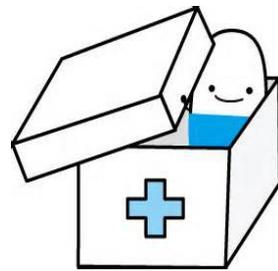


もうひとつの おきぐすり



「この、赤玉は誰が使うのですか？」

「それね、うちの息子なの。朝、学校へ行く時間になるとお腹が痛くなって、

飲むとすぐに痛みが治まるの。だから1箱は必ず携帯させているの。多分精神的なものなのかもしれないわ。」

「そうなんですか。それは、かわいそうですね。」

このような感じで、腹痛、下痢、胃痛、頭痛、吐き気、などが起こってしまうことがあることを良く耳にします。

受診をしても特に病気では無い、と診断され、その後の毎日、その症状と共に暮らしています。

あるお客様は、ずっと高血圧症と診断され降圧剤の服用をしていましたが、退職してから高血圧症は治ったそうです。

気持ちが体の調子を左右する。「病は気から。」この言葉が思い浮かびます。確かに「病気」という熟語はこの二つの言葉から成り立っています。

体の調子まで狂わず「気」とはどんなものなのでしょう。

中医学では、説明が大変膨大なものになってしまいましたが、例えていうならば電化製品の電気のようなものです。

電気が通っていないと電化製品は動かず、「気」が通っていないと人間の生命活動が出来なくなってしまいます。

それを人間の体で形として表せるものが、自律神経です。

交感神経と副交感神経委があり、自分の意識に関わらず働いています。

交感神経は主に活動、副交感神経は制御という仕事をしていて、二者がバランス良く働いて恒常を保っています。

これに、何かストレス受け続け、そのストレスから身を守る為にどちらかの神経が過剰に働き、「自律神経の失調症」の状態になってしまいます。

「9割の病気は自分で治せる」岡本裕 著では、

カテゴリー1 医者がかかわってもかかわらなくても治癒する病気

カテゴリー2 医者がかかわることによってはじめて治癒する病気

カテゴリー3 医者がかかわってもかかわらなくても治癒しない病気

この3カテゴリーに分けられていて、その95%がカテゴリー1だといいます。そして、そのカテゴリー1には、

自律神経失調症も高血圧症も含まれています。

安定剤や降圧剤で病気が治癒したという話は聞きませんが、その原因を取り払ったり、解決したら治ったという話は耳にします。

腹痛を起こす心の不安、血圧を上げてしまう気持ちへの重圧、それが分かれば治癒へ一歩進めるかもしれません。

ちなみにカテゴリー1の病気は、高血圧、糖尿、脂質異常、肥満、痛風、便秘、肥満、不眠、自律神経失調などだそうです。

病気や体の不調には、それを起こしてしまう原因があるはずで、その原因を置き去りにしたまま治療や投薬を

し続けると、治らないばかりか、より病気を悪化させてしまうかもしれません。

「病気を診ずに、患者を診る。」(医者)

「病気を知る為に、自分を知る。」(患者)

辛いのに治らない、通院投薬しているのに治らない、一度本当の原因を探ってみることも大事かもしれません。

私の肥満も原因が大あります。



それではまた、JowBコンシェルジュ 風見 浩でした。

