



がじゅまる通信

～ 月一回の発行です ～

先月の出来事：2月に生まれたスタッフSの長男。先日熱が出たということで入院した。ご存知かと思うが、生後数ヶ月以内の赤ちゃんは母親からの免疫を引き継いでおり、めったに病気をしない。ただし生後3ヶ月以内で発熱した場合は小児科でも大きい病院に送って診てもらい、また強制的に入院させるようにしている。入院となると心遣いが、5月29日無事退院して、相変わらずの毎日が始まっている・・・

【6月の注意報、足腰の倦怠感に要注意！】

五月最後の日曜日、車を運転していてふと外気温を見たら、なんと34℃！？真夏ですよ？「もう夏だな・・・」なんて夏服を出した方も多いのではないのでしょうか？

ここで日本の四季について見直さなければなりません。6月は梅雨の時期です。イメージ的には「どんより曇った」ものです。しかも湿気が多く意外と冷え込みます。東洋医学で体の外からの影響で病気になる原因を「六淫」として六個（風・暑・火・湿・燥・寒）の病因に分け、それぞれ「邪」をつけて「風邪（ふうじゃ）・暑邪（しょじゃ）・火邪（かじゃ）・湿邪（しつじゃ）・燥邪（そうじゃ）・寒邪（かんじゃ）」と呼びます。

そうすると五月の感じだと、「暑邪」が人体を襲ったのですが、六月は梅雨を想定すると「湿邪」が例年以上に酷しくなると予想されます。五月の反動をもるに受けるという形です。「湿邪」の症状の特徴として「足腰のダルさ」が挙げられます。「なんとなく下半身が重い」という方、もう症状が出てきていますよ。

では対策法です。よく用いるツボとして「関元（かんげん、おへその下4横指）」や「腎二（じんゆ、第2,3腰椎より外へ2横指）」ですが、ここにカイロを貼ってもいいですし、腹巻だと両方をカバーできます。また「ふくらはぎの内側のマッサージ」も効果的です。水分代謝を司る「腎」のツボがたくさんあります。水分代謝を促進させたいので、軽めの運動をして汗をかかせるのもいいですね。それと「気合！」元気を出しましょう！

私のカルテ

～ 私もいろんな病気をしました ～

「15歳、原因不明のひざ痛」編

成長痛という言葉がある。「成長過程で出る痛み」というものだが、この中で正式病名として出ているのが「オスグットシュラッター病」や「シーバー病」などに代表される「骨端症(こったんしょう)」である。

これらは骨端炎というこれから骨が成長するところを痛めてしまうのだが、特にそういった原因がなくても痛みが出てしまうこともある。

比較的多いのは、原因不明のひざの痛み。高校に入ってからよくひざが痛んだ。それは痛くて走ることもできなくなるほど・・・

野球部では1年生は学校の下駄箱から野球場まで学ランでカバンを持ったままダッシュしなければならない。そんな状況でもピッコをひいて走っていた。「ひざが痛いから・・・」という理由があっても歩いていくのは許されないことであった。先輩だけでなく同級生にも嫌な目で見られる。

こんな状況下では治療効果が上がるわけない。さんざん悩んだ挙句、部活を休んで治療に専念することにした。とは言っても、レーザーをかけるだけだったが、この頃は治癒力が高かったんだなあ。2週間ほどで痛みは消えた。しかし完治とはいかず、ときどき痛みだし、以後この痛みで悩まされることになる。

当時貧乏だった私は靴を学校指定の運動靴で外周を走っていた。底がペラペラである。ひざへの衝撃は計り知れない。今となってはそれが原因の一つだということが分かるが、身体も小さく「虚弱体質」と言われていた私は比較的痛みにも敏感になっていた。

左、高電圧パルス療法 右、スーパーフィート(中敷)



今月の情報『開院1周年!』

5月30日に当院もおかげさまで1周年を迎えることができました。これもここまで支えてきてくれた皆様のおかげだと、本当に感謝しております。

6月2日までご来院の方々にささやかながら記念品をお贈りしておりますので、これを機会に是非ご来院下さい。

またウェルネス・エイシア株式会社様ご提供により、**バリ島産天然成分のみ使用の石鹸「Baby Moon Soap」**を販売開始致しました。

顔を洗うとみずみずしさが残り、お肌がすべすべになります。このサンプルも記念品にあわせて2日までお配りしておりますので、お試下さい。石鹸に対する価値観が変わります。

「常に進化する治療院」を目指して、2年目も元氣長ります。

編集後記

前々回は「自律神経失調」、前回は「プチうつ」をテーマにしたが、そのくらい自律神経系のトラブルは年々増えてきています。これは「ストレス社会の弊害」とも言われておりますが、自分もその通りだと考えております。人間が外的ストレスに弱くなってきているように感じます。ストレスというと「人間関係」など浮かべる方が多いと思いますが、本来は今回の「足腰の倦怠感」ところに出てきた「六淫」がメインになります。要するに気候や環境によるものです。地球の温暖化や冷房病、人間の作り出し

てしまったものばかりなのですね。こっちもある意味「進化」していますので、対策など行なっていきたいと考えております。

