



**自律神経失調症改善  
臨床編 その2**



## ❖はじめに

### 【推奨環境】

このレポート上に書かれている URL はクリックできます。できない場合は最新の AdobeReader をダウンロードしてください。(無料)

<http://www.adobe.co.jp/products/acrobat/readstep2.html>

### 【著作権について】

このレポートは著作権法で保護されている著作物です。

下記の点にご注意戴きご利用下さい。

このレポートの著作権は作成者に属します。

著作権者の許可なく、このレポートの全部又は一部をいかなる手段においても複製、転載、流用、転売等することを禁じます。

このレポートの開封をもって下記の事項に同意したものとみなします。

このレポートは秘匿性が高いものであるため、著作権者の許可なく、この商材の全部又は一部をいかなる手段においても複製、転載、流用、転売等することを禁じます。

著作権等違反の行為を行った時、その他不法行為に該当する行為を行った時は、関係法規に基づき損害賠償請求を行う等、民事・刑事を問わず法的手段による解決を行う場合があります。

このレポートに書かれた情報は、作成時点での著者の見解等です。著者は事前許可を得ずに誤りの訂正、情報の最新化、見解の変更等を行う権利を有します。

このレポートの作成には万全を期しておりますが、万一誤り、不正確な情報等がありましても、著者・パートナー等の業務提携者は、一切の責任を負わないことをご了承願います。

このレポートを利用することにより生じたいかなる結果につきましても、著者・パートナー等の業務提携者は、一切の責任を負わないことをご了承願います。

## もくじ

1 : 知らない間に自律神経が狂っていた！？.....	5
2 : 不定愁訴が多く、とにかくだるい.....	10
3 : 下半身の筋力強化で改善 .....	12
4 : 5年前からつらい頭痛.....	16
5 : 過労による症状 .....	22
6 : 交通事故の影響から数々の不定愁訴へ.....	26
7 : 風邪がしっかり治らなかったことで不安神経症に .	31
8 : 朝起きると胸がつかえる。 .....	38
9 : つわりから歯が浮いて痛み、左顔面から頭、首、肩、 背中が痛む.....	44
10 : パニック障害が鍼治療で悪化、そして灸治療で改善 .....	51
11 : どこで治療を受けても治らなかった自律神経失調症 .....	57

1 2 : インフルエンザで解熱剤を飲んで自律神経失調症からうつ病に? .....	63
1 3 : 仕事中に座ってられないほどの原因不明のめまい .....	68
1 4 : 仰向けで寝ると動悸とめまいが激しくなる肩と首の痛み .....	71
1 5 : だるさと息苦しさの原因がストレスではなく・・・? .....	74
1 6 : 正社員として採用されたとたんに花粉症のような花粉症じゃない症状に!! .....	80
1 7 : いろいろな治療を受けても1週間ともたない自律神経失調症による不眠とめまい .....	85

## ❖ 1 : 知らない間に自律神経が狂っていた! ?

40代 女性

約半年ぶりの来院。

主訴はなく、健康診断のために来たということである。

まず、脈を診ることから始める。

すると、胃腸がうまく働いていない状態である。

そこで、

私「今、お腹空いてますか？」

患者さん「今、食べてきたばかりです。」

食べてきたばかりであれば、胃腸が興奮していなければならぬ。

しかし、脈は逆の状態を示している。

そこで、足にある胃腸の診断点を診てみると、異常にパンパンである。

これは、《食べ過ぎ》の状態を表す。

脈と絡めて考えると、腸の機能低下があり、胃酸過多傾向になっている。

そのため、食べ過ぎてしまい、足の胃腸診断点がパンパン

になってしまったと考えられる。

しかも、これだけ胃腸の反応がくっきり出るところまで来ると、肝臓にも影響が現れるもの。

そこで、次のように聞いてみると・・・。

私「気を付けないと、身体がイライラ緊張型になっているから、気付かないうちに、イライラしたり、緊張しやすくなったりしますよ。」

患者さん「えっ！！何で食べ過ぎでイライラになるんですか？」

私「肝臓に影響が出るほど食べ過ぎると、肝臓の症状であるイライラという感情が勝手に現れるんです。」



少し間をおいて

患者さん「最近、息子にきつくあたることが多くなってるのは、もしかして、そのためですか？」

私「十分に考えられますね。」

患者さん「食事、気を付けます。」

と、少ししょげてしまった。

このイライラ緊張型とは、胃が興奮し、食べ過ぎることで、腸に負担をかけ、腸が疲れてきた時に、その代わりに肝臓が担っている時に起きやすい。

胃酸が出過ぎて胃壁を荒らし始めると、筋肉が緊張状態に



陥る。

この筋肉の緊張状態が、精神にも作用してしまい、精神的にも緊張してしまうのだ。

また、肝臓が疲れてくると、精神的な抑えが効かなくなり、特に怒りを爆発させるようなイライラ感が出てしまうのだ。

健康診断で見えたこの患者さんには、イライラ緊張型を正すために、胃腸や肝臓を整えるようにお灸を行った。

すると、「何か、すっかり身体がゆるんだ感じ。こんなに緊張してたんですね。」と本人が、自分の状態を自覚できていなかったことにビックリしていた。

今回のように、本人が自覚していない異常（症状）も早期発見・早期治療したいものですね。

## ❖ 2：不定愁訴が多く、とにかくだるい

20代 女性

主訴は、全身のだるさ。

それ以外に、肩こり、腰痛、全身のむくみ、睡眠障害、胃腸障害、生理不順などがあり、常に、睡眠薬とピルを服用しているとのこと。

まず、うつ伏せで全体をチェックすると、上半身は固いが、下半身は力が抜けている状態。

さらに、脈でも、上半身が興奮していて、下半身の活力がなくなっている。

仰向けでも、同じ状況である。

通常、女性の場合は、この状態が反対でなければならない。  
要は、上半身の力が抜け、下半身が充実しているほどよいのだ。

この狂いが、症状の根本にあり、これを正さずには、症状が落ち着くことはないだろう。

そこで、下半身の強さを出すために、全身へ灸治療を行う。  
これを、2週間に1回のペースで計4回行ったところ、主訴であった全身のだるさが完全に抜けた。

全身のむくみも出なくなり、腰痛も出ていない。

全体的には、かなり回復したように感じているが、睡眠薬とピルは、まだまだ手放せないようで、ここの調整が一番重要となるだろう。

### ❖ 3 : 下半身の筋力強化で改善

30代 女性

腹部膨満感や腹鳴、貧血などの症状で、3年程前から苦しんでいる。

胃カメラや内視鏡検査、婦人科検診など全て異常なし。

漢方治療も行うが、効果はなかったとのこと。

どこで診てもらっても異常なしと言われるし、どんな薬を飲んでも効果がないため、自力で勉強するようになり、かなり身体について詳しくなっている様子。

しかも、東西問わず勉強されていたので、東洋医学独特の

用語も知っていたのには驚いた。

上記以外にも、花粉症や呼吸困難、胃腸障害、頻尿などもあり、全体治療をしなければならない状態。

そこで、鍼灸治療を10日に1度のペースで、4回ほど行った。

ところが、何も変化が現れない。

ということは、視点を変えなければならないということ。

従って、原点に戻り、問診から始める。

まず、貧血について聞いてみた。

すると、小さい頃から朝礼などで長く立っていると、必ず倒れる子であったとのこと。

また、腹部膨満感も立っているときに、非常に気になるとのことである。

これらから、立っているという共通点が出てきた。

そこで、身体のバランスチェックを再度やり直すと、全体的に診てみるとバランスは悪くないが、年齢と体格的に診ていくと、太ももの筋肉がやや貧弱なような気がする。

そのため、この日から太ももの筋トレを行ってもらうことにした。

すると、1ヶ月後には、かなり体調が良くなり、身体全体

が楽になってきているとのことだった。

胃腸障害や貧血があることから、吸収力が落ち筋肉が少なくなっていると思い込んでいたのが間違い。

元々身体を支える筋力が少なかったようだ。

筋力が少なければ、血液の産生能力も落ちるため貧血も起きる。

当たり前すぎることで、考えから抜いてしまっていた。

まずは、人間の構造をもっと重視した考えを持たなければならない、本当に勉強になった症例であった。



## ❖ 4 : 5 年前からつらい首痛

30代 女性

5年前から、首が痛くなり、整形外科で頸椎椎間板ヘルニアと診断される。

半年前まで、低周波治療で通うも効果なく、しばらく何も治療をしていなかった。

ずっと、左側の痛みがつかったのに、最近は右側も痛くなり、インターネットで調べ来院。

全体的に固まっていて、どの関節も窮屈な感じを受ける身体である。

まずは、整体でどの程度、身体が柔らかくなるか慎重に動かしていく。

元々、スポーツをたくさんしてきたようだが、全くその名残がない。

それほど固まっているということ。

背骨の動きが悪すぎるため、自律神経失調症になってもおかしくない状態である。

案の定、難聴やふらつき、吐き気、胃痛、下痢、便秘など、内臓異常も感じているとのこと。

整体を行いながら、胃と大腸の異常反応を診つける。

これらも、頸椎椎間板ヘルニアの症状を出している要因のようだ。

そのため、これらの反応をお灸で正していくと、お腹にさらなる異常反応が、

私「大腸が下垂しているようなのですが、ご存知ですか？」

患者さん「はい、何年か前に言われました。そんな事もわかるんですか？」

私「これだけ、大腸の主張が強ければ、嫌でもわかっちゃうんですよ。」(笑)

と、言いながら、もう少し、大腸へお灸を効かせていくと、お腹がスッキリしてきたようである。

これで、立ち上がってもらおうと、首をどの方向へ動かしても、痛くなくなっていることに驚きを隠しきれないでいる。

この方は、学生時代に、たくさんのスポーツを経験し、筋肉をかなり鍛えてきた。

それが、社会人となり、デスクワークで座りっぱなし、夏はクーラーで冷えきっていたため、筋肉が縮みあがってしまったのである。

筋肉が縮むと、あらゆる関節が狭くなる。

すると、背骨の間も狭くなってしまうため、自律神経失調症を引き起こしてしまうのだ。

自律神経は、背骨と背骨の間を出入り口としている神経で、

意識ではコントロールできない機能を制御している。

要は、内臓全般を支配している神経だ。

この大事な神経の出入り口が狭くなることで、情報の伝達に狂いが生じ、さまざまな症状（不定愁訴）を引き出してしまふ。

その症状の総称を、自律神経失調症と呼んでいる。

従って、自律神経の出入り口を解放してあげれば、さまざまな問題は即座に解消できるもの。

そして、この患者さんの場合は、運動不足の筋肉を動かすことで、解消できることが確認できた。

頸椎椎間板ヘルニアに対しても同じことが言える。

そのため、このような患者さんには、どんなに忙しくても、  
身体を動かすことを忘れないように説明している。

スポーツ経験者すべてに当てはまることなので、覚えてお  
くと便利である。

## ❖ 5 : 過労による症状

30代 女性

1年前に交通事故の後遺症で2か月ほど通われていた患者さん。

今回は、「頭のしびれがひどくて、先生助けて！」と来院。

話を伺ってみると、それ以外にも、

◎食事を取ると息苦しくなり、食事を取ることができない。

◎ぶつけてもいないのに、あらゆるところから内出血が起きる。

◎常に胸が苦しい。

◎深呼吸をすると不整脈が現れる。

◎めまい・頭痛・耳鳴りがある。



さらに、触診では、背中全体が、触ると飛び上がってしまうほど過敏状態になっている。

これだけの症状を持っているにもかかわらず、病院は信用できないと、私を頼って来院したとのこと。

重大な責任をおってしまったようである。

原因を聞いてみると、半年ほど前から仕事が忙しくなり、ほぼ毎日タクシー帰り。

そして、3か月前から食事を取ると息が苦しくなり、そこから、どんどん症状が増えていったということである。

ということで、過労として治療をしていけば良さそうである。

過労の治療で気をつけなければならないことは、無駄な刺激を入れないことと、脈のチェックを適宜行い、変化に敏感な対応が必要である。

そのため、鍼と整体は刺激が強すぎるため、お灸でやっていくのが最も効果的である。

仕事の忙しさは、あと2ヵ月間は続き、こまめに通えないということで、2～3週間に1度のペースで、2ヵ月間かけ計4回の治療を行った。

その時点で、ほぼすべての症状が減弱。

たまに、頭痛と頭のしびれが出る程度となり、とりあえずは危険な状態は回避できたようである。

しかし、まだ頭のしびれが出るということが怖いので、しばらく治療を続ける必要があるだろう。

本来であれば、まず病院の検査が必須である。

しかし、鍼灸業界に長くいると、本当に多くの病院嫌いの患者さんに出会う。

なぜ、国を挙げて、この点を改善できないのか？

厚生労働省と医師会のつながりがそれほど強いということ  
なんだと思うが、政権交代が行われた今、医療業界も変化  
が必要ではないだろうか

## ❖ 6 : 交通事故の影響から数々の不定愁訴

へ

20代 女性

2～3年前から、パニック障害や抑うつ状態に、そして、1年前から若年性更年期障害として、病院へ通われているとのこと。

症状は、

- ◎上半身のほてり
- ◎疲れが取れない
- ◎緊張や不安がある
- ◎微熱が半年以上続いている
- ◎肩こり

◎だるさ

◎腰痛

◎胃腸の調子が悪い

◎眠りが浅く、一日中ウトウトしてしまう

◎ニキビが出やすい

などである。

まず、このような症状を持っている場合、自律神経失調症として診ていくとわかりやすい。

上記症状は、どれも意識コントロールでどうにかできるものではない。

ということは、自律神経による症状ということだ。

この自律神経というのは、背骨と背骨の間を出入りしている神経である。

そのため、背骨に問題があるときに、症状が出やすく、背骨が安定すれば、症状が消失することが多い。

そこで、うつ伏せになってもらい、背骨を重点的に診ていくことにした。

背骨全域にわたり、歪みとむくみがあり、かなり症状がひどいということが理解できる。

こうなる問題として、

◎交通事故の経験がある

◎睡眠時間をかなり削った生活をしている

◎ボキボキ整体を何度も受けたことがある

◎自分で背骨を鳴らしてしまう癖がある

などである。

この患者さんは、自分で鳴らすことはしないが、それ以外  
はすべて当てはまるようだ。

これは、背骨をしっかりしていくことと、外傷によって必  
ず起こる腹部オケツ（血の滞りのことで、身体の中に見え  
ない内出血が腹部に集まった状態をいう）を取り除いてい  
く必要がある。

棒灸を中心として灸治療を、ほぼ2週間に1度のペースで、  
約4カ月続けたところ、5種類ほど飲み続けていた薬を飲ま  
ずに済むようになり、非常に元気になった。



この患者さんのように、たくさんの症状を持っていると、西洋医学では、大抵心の問題と思われてしまう。

しかし、過労や交通事故、ボキボキ整体などで、簡単にこのような身体を作り上げることができてしまうことを覚えておこう。

## ❖ 7 : 風邪がしっかり治らなかったことで 不安神経症に

30代 女性

1週間前から、急にいろんなことに対して神経質になってしまい、悩んでいるとのこと。

**原因は、まったくつかめず、不安で不安で仕方がなく夜も眠れないらしい。**

そのために、目の下に大きなクマができていて、目が腫れている。

まず、うつ伏せで、背中をチェックを行うと、かなり胸郭（肋骨で覆われている範囲）がむくんでいる。

脈を診ると、かなり体力も精神力も低下していることがわかる。

しかし、下半身の筋力は意外にも元気である。

通常、体力も精神力も低下していて、下半身がしっかりしていることはあり得ないことだ。

そのため、この症状は、積み重ねで起こったものでなく、一過性のものであることが容易に判断できる。

問題は、この胸郭のむくみであるが、

「最近、風邪か気管支炎にかかりましたか？」と、聞いてみると、

「はい、2週間前に風邪をひいて38度以上の熱が出ました。」

これだけ熱が出れば、発汗したあと、むくみが抜けるか、発汗しすぎて全身が疲れ果てるかのどちらかだが、この患者さんの身体はどちらにも当てはまらない。

そこで、

「発熱の後に、汗はかきましたか？」

「いいえ、まったく汗は出ませんでした。」

ということで、まだ完全には風邪が治っていないことが判明した。

汗が出ずに、風邪の症状だけ落ち着いた場合、まだ風邪は治っていないと考えて間違いないのだ。

まず、風邪を体内から追い出すために、お灸を行い、背中から発汗させる。

次に、仰向けいってもらい、お腹を触ると、右下腹部に巨大なしこりがある。

患者さん自身、この固まりには、今まで気づいていなかったようだ。

ということは、最近できたものかもしれない。

とりあえず、囲い灸をやってみて、この固まりが何であるか確認することにした。

すると、意外なことに、固まりを囲ってみると、胃の形が現れたのだ。

そう、胃下垂ということだ！！

さらに、お灸を続けていくと、胃下垂の下（小腸だと思う）に宿便があることも判明した。

身体というものは、面白いもので、便秘のように、お腹の中で便が詰まり、流れるものが流れないでいると、気持ちも同じようになってしまうのだ。

要は、便秘で溜まりすぎると、心の中でも、いろんなものを溜めこんでしまいつらくなってしまう。

さらに、便が少し動いては、また止まりという状態で、少

しずつしか移動しないと、心の進歩も少し進んでは、また振り返りと、無駄な行動を取ってしまうことにつながってしまう。

従って、この方の、不安神経症は、便秘によるもので、便がきれいに流れれば問題ないものであることがわかった。

その証拠に、下腹部のしこりが抜け、背部のむくみがなくなったことで、目の下のクマもなくなり、表情が非常にスッキリしてしまっただ。

肺が病み続けると、胃に影響が出ることがある。

それが今回の胃下垂につながり、胃が下がってきたことで、小腸が押しつぶされ、便秘になってしまった。



その結果、不安神経症のような症状が出てしまったのだ。

このように、西洋医学では、一見全く関連性のない病気同士が、東洋医学の考えであれば、きれいに結びつき、治療効果を上げることができる。

本当に素晴らしい医学であると、心から感心してしまう症例だった。

## ❖ 8 : 朝起きると胸がつかえる。

70代 女性

半年前から、朝起きると胸からみぞおちにかけて、何かがつかえている感じがしてつらい。

そのため、胃癌を疑い総合病院で精密検査を受ける。

しかし、いたって健康という診断結果しか出なかった。

本人としては、毎日つらさがあるため、胃癌の不安感が抜けず、日に日に食欲も落ちていて、お腹が空く感覚がなくなっている。

うつ伏せで背中を診てみると、かなり疲れが出ていてむく

みがある。

脈は、心筋梗塞で倒れた経験があり薬を服用しているため、何も問題ない。

というか、薬による流れのため、本来の状態がわからない。

まずは、このむくみを取るようお灸を行う。

仰向けになり、お腹を触るとみぞおちから下に巨大な塊。

これには一瞬「本当に癌では？」とってしまった。

あまりにも大きいので、囲い灸（塊の周りを囲うようにお灸すると、その塊が小さくなる。）はできない。

そこで、固い中にある弱さというか柔らかさをもっているところにお灸を行い、同時に脚でこの塊を柔らかくするように、誘導的なお灸を行う。

すると、徐々に塊が柔らかく小さくなってきた。

実際に癌であれば、これほど早く変化が出ることはない。

ならば、この塊は何なのか？

その答えを探しながら、お灸を続ける。

解決ポイントは、「朝起きた時は調子が悪いが、動き始めると問題がなくなる。」というところにあった。

これは、完全に冷えている状態の症状である。

では、どこが冷えてつかえている感覚が出ているのか？

それは、胸からみぞおちにかけてのつかえ感と、みぞおちから下の巨大な塊がヒントをくれていた。

そして、決定的だったのが、「最近、年を取ったせいか、鼻水が予告もなく急に流れ落ちるのよねえ。年って嫌ねえ。

だから、外に出る時はマスクして、鼻水が流れても、人に見られないようにしてるのよ。」と患者さんが言った言葉だった。

鼻水が急に流れ落ちる＝肺の冷えである。

そして、肺を大きく動かす筋肉である横隔膜が固まると、みぞおちの運動量が減り、つかえる感じが起きる可能性がある。

肺を大きく動かすには、

1. 大声を出す。
2. 歌を歌う。
3. 深呼吸、特に腹式呼吸をする。
4. マラソンや水泳のような、有酸素運動を行う。

などをしなければならない。

そして、半年前から症状が出ているということは、横隔膜が動かなくなったのは、その3年ぐらい前から徐々に起こり始めているはず。

その原因は、孫の成長にあった。

この患者さんは、孫を3人育てながら、息子夫婦の食事や洗濯も一人で行っている働き者だ。

孫が小さい時は、大声を出して孫の世話をしていたらうが、孫も上の二人は既に家を出ている社会人。

そして、一番下の孫は、高校生になっている。

ここまで、成長すると大声を出すのは、孫の方になりおばあちゃんは我慢することが多くなる。

このような背景があり、横隔膜が固まり肺の冷えを作って、つかえ感を出していたことがわかった。

そのことを踏まえて、お灸をしていくと最後に「久しぶりにお腹が空いてきた。我慢できないから、帰りがけに高島屋で食事して帰る。」と急いで帰って行った。

恐るべきお灸の即効性である。

このような変化が簡単に出せるので、東洋医学は面白い。

## ❖ 9 : つわりから歯が浮いて痛み、左顔面から頭、首、肩、背中が痛む

30代 女性

妊娠7週目で、つわりがある。

**非常につらいつわりを我慢していると、急に左顔面が痛くなった。**

それが、だんだんと頭から首、肩、背中と痛みが回り、かなり痛く眼を開けているのもつらい。

さらに、歯が浮いてきた感覚で、こちらも痛みがありかなりつらい。



そして、この4～5日は、毎日立ちくらみも出てきた。

脈を診てみると、気が盛んに動いているが、血が足りなくなっていることがわかった。

おそらく、つわりのためにしっかりと食事を取れていなかったのだろう。

案の定、この2週間ぐらいお粥とヨーグルトしか食べれていなかったらしい。

食事を取れていなければ、血を作ることができない。

しかし、胎児は育っていくので、気は盛んに動いてしまう。

気が盛んに動いているところで、PC 作業を行った結果、血

がさらに足りなくなり、首の筋肉が固くなり、気だけが頭の中に溢れた状態になってしまったのだ。

まずは、うつ伏せで、消化器系の機能を取り戻し、食事を取れるようにお灸で調整。

そして、首の付け根である後頭部の固さも、お灸でとる。

仰向けで、歯をひき締め、胎児の状態を安定させるようにお灸を行った。

これで、ほとんどの症状が取れ、歯の浮く感じが、うっすらと残っているだけとなる。

自宅でも、お灸ができるように、ツボへ印を付け終了とした。

気と血というのは、密接な関係がある。

血は、心臓の働きだけで、全身をくまなく流れていると思  
っている人は多いだろう。

いくら、血管の中が真空状態であろうと、身体には、骨や  
筋肉、脂肪など血管にとって障害となる物質が、数多く存  
在する。

従って、流れやすい血管と、流れにくい血管は、必ず存在  
するはず。

しかし、人間の体内では、不思議なことに、全身をほぼ同  
じ速度で、同じ血液分量が流れている。

これは、血に気が乗っているからである。

心臓の働きは、全身の状態をそれぞれの場所から神経が脳に伝え、その結果で拍動の強さや速度が決まってくる。

そして、そのパワーを受け継いでいるものが気である。

気は、心臓から押し出された血液と一体になり、必要なパワーを維持しつつ全身くまなく流す力を持っているもの。

(気の作用や働きはこの他にも数多くある。)

従って、気が少なくなれば、血液の流れも弱くなり、気が盛んになれば、血液の流れも力強くなる。

しかし、心臓に送られてきた脳の情報と違う働きを気がしてしまうと、不定愁訴となつていろいろな症状を現すのだ。

今回の患者さんのケースは、

- 妊娠したことで子宮が広がり、腸に影響が出て、つわりを起こした。
- つわりの影響で、食事が取れず、栄養不足となる。
- 胎児は日々育つために、母体から血液を栄養として受け入れる。
- そのため、母体の血液量が減る。
- 胎児は、もっと栄養がほしいと気だけが騒いでいる。
- PC作業で目を使う。(見るということは、一番血液を必要とする動きである。)
- 頭部方面の血液量が足りなくなり、筋肉の栄養も足りなくなり固くなる。
- 全体的に、血液量が減り、気の量が増えたため、首の固さがある頭部に気が溜まってしまう。
- さらに、肩や背中から頭部へ向かうはずの気も、首の固さで遮られ背部に溜まりパンパンとなる。

このように、考えられる。

ただし、気が盛んと言うことは、胎児は健康に育っているということ。

そこから、さらに栄養が取れなければ、血液量はもっと足りなくなり、胎児の栄養も不足となり、気も弱くなってしまふ。

すなわち、母親の食事量で、胎児は育っていくということ。

これを忘れている母親が多いことに、私は驚いている。

元気な子を産みたければ、食事と睡眠を十分に取ることである。

そうすることで、たくさんの栄養が胎児を元気に育ててくれるのだ。

## ❖ 10 : パニック障害が鍼治療で悪化、そして灸治療で改善

40代 男性

**3年前にパニック障害（ふらつき感、めまい、不安感、動悸、疲労感など）が突然発症。**

心療内科にて、治療中であるが、全く変化がない。

それどころか、薬を飲み忘れた時の症状が、今までとは比べ物にならないほど強くなり始めた。

そういう経験をしたことで、だんだん西洋医学が怖くなり、「鍼灸で治した方がいい。」と知人の強い勧めもあり来院。



家が遠いこともあり、10日～1ヶ月に1回というペースで、約3ヵ月間の間7回ほど、灸による治療を行った。

その結果、ほぼ症状が診られなくなったので、しばらく様子を診ることにした。

半年後、久し振りに来院すると、真っ先に「また、完全に元へ戻ってしまいました。」という衝撃告白。

さらに続けて「ずっと、調子良かったんですが、仕事が忙しくなり、少しだけ不安感が出てきたので、またつらくなるのはいやだなと思い、近所の鍼灸院で鍼を打ってもらったんです。その日は、久し振りに調子良くなったんですが、次の日から、どんどん症状が悪化して、完全に元に戻ってしまいました。」ということだった。



身体を診てみると、本当に完全に元通りの状態でビックリしたが、一度調子が良くなっているだけに、お灸を始めるとあっという間に変化し、途中から熟睡し始めた。

終わってみると「久々に軽くなりました。」と笑顔が戻っていた。

この方へは、熟睡する前に「これは、私も何度か犯してしまったミスだと思う。」と説明した。

内容は、以下の通りである。

鍼灸師というのは、お互いライバルでありながら個人個人がお山の大将になっていることが多い。

そのため、他の鍼灸院で治してもらっていたものが再発し

たと聞けば、鍼灸師のレベルによって3通りに分けられると思う。

初心者（開業間もない先生）

「やばいのが来ちゃったなあ！下手なやり方したら、もう二度と来てくれないし、下手と思われるのも癪だし。」と思い、知っているツボをフルに使って、少し強めの鍼を行う。

中級者（大分ベテランの域に達した先生）

今まで行ってきた治療内容を詳しく聞き、それに近いやり方と自分の治療方法をうまく融合させて治療する。

上級者（自分の治療を確立した先生）

何を言われようが、初めての患者は初めての患者。

平常心のまま、症状と体質、さらに触診や問診から、必要な治療をいつも通り行う。

私は、恐らく中の上ぐらいのレベルではないだろうか？（褒めすぎ？）

いまだにやってしまうのが、「鍼灸でずっと治療をしてもらっていて、《いつも一発》で治してもらっているんですが、たまたま出張で東京に来たら調子が悪くなっちゃって。」という患者さん。

こういう患者さんが来ると、どうしても肩に力が入ってしまう。

「平常心平常心」と心でつぶやいてもダメな時はダメなよ

うである。

くだらない話を入れてしまったが、この患者さんが診てもらった先生は、「一生懸命治そうと、頑張りすぎちゃったんでしょね！」というお話をした。

また、この経験以来、鍼を怖がってしまっは、あまりにも悲しいので、いろいろなケースをお話しし終了とした。

## ❖ 1 1 : どこで治療を受けても治らなかった自律神経失調症

40代 男性

1年半前から、自律神経失調症となり不眠とめまいの症状に悩んでいる。

心療内科、漢方医、鍼灸、整体といろいろな治療を受けたが、どれも1週間ともたない。

さらに、肩こりと背中痛みも強いとのこと。

背中を診てみると、むくみがひどく背骨も安定感がなくグラグラ動いている。

これでは、めまいが出るのは当然。

過労と言っても良い状態である。

仕事が忙しくて、睡眠がほとんど取れていなかったらしい。

そして、脈も非常に弱く、胃腸の活動力も弱い。

話を聞いてみると、元々この方は、未熟児で生まれたらしい。

未熟児で生まれてきた場合、母親から十分な栄養を受け切れずに誕生してくるため、身体の根本の部分が弱いまま成長している事が多い。

そのため、成長していく過程で、十分な栄養補給と睡眠が

必要なのである。

当然のように、学生時代は、これでもかという位睡眠をとっていたらしいが、社会人になるとそうはいかない。

食事を取っていても、睡眠不足であれば、消化だけしかできず、ほとんどの栄養素が吸収できない。(消化吸収のほとんどが睡眠中に行われるもの)

そこで、消化器全体の調整を行い、消化吸収能力の強化を課題とし全身にお灸を行う。

同時に、むくみを取り、背骨の安定感も付けていく。

最後に、精神ストレスに強くするために、そして、消化器の補助をするために、手足へ銀粒（銀色の仁丹ほどの大き

さの粒で、鍼の代わりに果たしてくれるもの) を貼って終了とした。

10日後、再来院したときには、めまいはなくなり、肩も背中も楽とのこと。

不眠だけは残っているが、初回の治療としては、手ごたえがあったらしい。

この方のように、自律神経系の症状を持っている人は、年々増加傾向にある。

そして、薬漬けになっている人も、多くみられる。

しかし、鍼灸の観点で、身体を診ていくと、西洋医学で考えているほど難しいことはなく、バランスを整えるだけで



ほとんどの症状が取れてくる。

これが、自律神経系による症状の特徴である。

逆に、薬に頼った生活を何年も続けた人ほど、自律神経系の乱れが強くなっている事が多い。

これは、人間本来の自然治癒力、自然回復力を引き出す自律神経系の調整を、無理やり薬によって支配しようとしている事が原因のように思われて仕方ない。

そのため、薬を長期的に服用している人ほど、治りが遅く、治療も難しいのが現状だ。

鍼灸や整体は、自律神経系に働きかけ、自然治癒力を活発化させることで回復させる方法である。

従って、自律神経を薬で支配してしまえば、当然のように鍼灸や整体の効果は半減してしまう。

現代の医療は、どうしても西洋医学に傾倒しているため、どこか調子が悪くなると、病院へ駆け込む事が普通になってしまっている。

しかし、自律神経系の症状に関しては、ストップをかけてもらいたいものだ。

こちらを見ていただいても分かる通り、自律神経系の病態に関しては、病院や薬は不要と言ってもいいぐらいです。

## ❖ 12 : インフルエンザで解熱剤を飲んで自律神経失調症からうつ病に？

自律神経失調症とうつ病と3年前に、病院で診断され、徐々に症状が悪化している患者さん。

西洋医学も東洋医学も、治りそうな方法があれば、全て試してきたとのこと。

しかし、どの先生に診てもらっても、どんな薬や漢方を処方されても、一向に改善できない。

いつものように、インターネットで良さそうな病院や治療院を、リサーチしているところに、このブログを見つけ来院。

### ■■■ 自律神経失調症とうつ病が発症した原因 ■■■

3年前に、インフルエンザを発症し、救急外来を受診したところ、専門医がいなかったのか、解熱剤を処方されただけで、帰されたらしい。

帰宅後、薬を飲むと、非常に胃が痛くなり、そこから自律神経失調症へ発展。

自律神経失調症を改善させるために、薬を飲み始めると、症状悪化。

今度は、うつ病と診断されるようになり、薬が増えてしまったとのこと。

**「原因は、解熱剤を飲んだだけなのに、なぜこんなことに・・・？」**

次第に西洋医学に不信感を抱くようになり、漢方や鍼灸を受け始めるようになったとのこと。

この流れから行くと、単に自律神経（交感神経・副交感神経）の調整をしていけば、症状を改善できると確信し、お灸治療を開始。

しかし、お灸を行なう毎に、身体の変化から

**「何かもっと深い原因があるのではないだろうか？」**

という疑惑が沸き起こり、3年前の出来事以外の問題を探るための問診を始めることに。

そこで分かったことは、親との確執だった。

それも、生後間もなくから続いているものと分かった。

本人の感覚では、生まれる前の母親の病状も、問題だったのだろうとのこと。

そして、この問題にたどり着いた段階で、今まで苦しんでいた症状の大半が次第に消失しはじめることとなった。

一番重要なところはまだ解消できていないが、原因は分かっており、すぐに改善できるような問題ではない。

そのため、じっくりこの問題を改善するための、行動を患者さん本人が行なっていくだけで良い状態までたどり着いた。

後は、私は、単なるサポート役に回るだけで、治療は終了となるだろう。

やはり根本治療には、原因を探し出すことが一番重要であると確信できた。

## ■■■■ 治療家に最も必要なマインド ■■■■

また、治療に関しては、症状を改善するための手がかり（道案内）を作るようなものであり、うまく持って行けば治療を行わずとも、自己解決できるものである。

我々、治療家は、治療で結果を残して満足ではなく、その患者さんが、今後同じような症状に襲われたとしても、焦ることなく、自己解決できるところまで指導していくことが、重要課題のような気がする。

逆に、患者さん側も、その場の症状軽減だけを望み過ぎることなく、本質的に治る方向で、治療を受けるようになると、もっともっと治療家が育って行くと思う。

治療家は、患者さんによって育つものなのだから！！



## ❖ 13 : 仕事中に座ってられないほどの原因不明のめまい

30代 女性

1か月前から、めまいが出てきて、仕事中も座ってられないほどひどい。

病院で診てもらったが、原因不明・膵臓にウイルスが入った・低血圧のせいなどと言われ薬を処方されるが、まったく効果なし。

これは、体質から変えないとダメかなと思い当院へ来院。

肩や首の張りが強いが、それよりも何か所か背骨がグラグラしているところがある。



これは、自律神経失調症のサインである。

原因は、

◎ハイヒールを履くことで背骨の安定感がなくなる。

◎ボキボキ整体を受けた。

◎自分で背骨を鳴らしてしまう。

◎過去に交通事故にあったことがある。

◎過去に高いところから転落したことがある。

などが多い。

要は、背骨の捻挫がずっと残っていることで、安定感がなくなり、その背骨から出てくる自律神経に何らかの障害を起こしてしまっているのである。

そのため、肩や首の張りも、このグラグラしている背骨を補助するために固まっているのであり、普通にほぐしたのであれば、症状は増してしまうケースである。

そこで、グラグラしている背骨の周りで炎症反応のあるところだけをお灸で正していくことにした。

すると、その直後からかなり目の前がすっきりしてきたという。

このように、不定愁訴の塊である自律神経失調症には、お灸が効くことが多い。

## ❖ 14 : 仰向けで寝ると動悸とめまいが激しくなる肩と首の痛み

50代 女性

肩と首の痛みで来院。

入ってきた時から、どこか焦点が合っていない。

フワフワ歩いているように見える。

どうやら、両親の介護に加え、

義理の父も入院してしまい、この1年間は、睡眠もほとんどとれず、動悸とめまいがあり、まともな生活をおくれなくなっているとのこと。

しかも、上向きに寝ると、症状がひどくなってしまい、絶対に上を向いては寝られないということである。

とりあえず、うつ伏せで全体を診ていくと、背骨と頭の骨が、水の上に浮いているような状態。

まさに、今の歩き方と同じである。

これをお灸で流し、緊張を鍼でとり、動悸を抑えるために、貼るタイプの針を使う。

このような治療を、1週間に1回、約1ヶ月半続けたところで、ほど症状がなくなった。

しかし、上向きには何が何でも向きたくないらしい。

一度病院で、上向きに寝かされて、動悸とめまいが起こった瞬間に気が狂いそうになったのがトラウマになってしまったらしい。

現在は、大好きな卓球もできるようになり、日常生活も精神状態も安定しているが、仕事に看病に介護と忙しい毎日を過ごしているので、定期的にケアをしている。

何とか、安心して上向きに眠れるところまで回復してもらいたいものだ。

## ❖ 15 : だるさと息苦しきの原因がストレスではなく・・・？

2～3 か月前からだるさが出てきて、4, 5 日前から息苦しきも出てきたらしい。

ちょうど3 か月前から職場環境が変わり、忙しくなったため、そのストレスによるものと思っていた。

ところが、病院では、風邪では？と、言われたとのこと。

しかし、日が経つにつれ、よくなるばかりか段々と悪くなるばかり。

最近では、うつ病なのでは？

とも考えるようになったという 30 代女性。

この患者さんの身体を触った瞬間に、胃腸が悪いことが伝わってくる。

そして、本人も、胃腸は弱いことを自覚していた。

さらに観察を続けると、まったく腸が働いていないことが判明。

これは、腸が冷えている状態を表す。

原因になることを聞きだすと、コーヒーを飲む機会が多いとのこと。

しかも、忙しくなったことにより、コーヒーの飲む頻度は

圧倒的に増えたという。

これだけで、十分今の症状の原因ともなるのだが、この患者さんは、何と、小学生時代に胃潰瘍を経験していた。

小学生時代に、中学受験のストレスにより胃潰瘍に。

それと同時に、睡眠不足の癖もつけていた。

胃潰瘍になった胃には、コーヒーは毒にしかない。

しかし、大学生でスターバックスカフェでバイトをスタート。

そこで、初めてコーヒーを体験し、始めは苦手だったらしいが、



そのうち好きになってしまい今に至っているとのこと。

胃潰瘍と睡眠不足、そして、ストレスにコーヒー。

これらは、全て交感神経を優位に働かせる行為です。

腸は、副交感神経で働く臓器。

胃が働いているときは、腸が休み。

腸が働いているときは、胃が休む。

まるで太陽と月の関係のような状態で機能するのが胃と腸  
なんです。

胃が活動しやすい環境にあると、胃酸は出るので、食事は

取れます。

ですので、それほど不健康ではないと思ってしまうことが多いと思います。

けれど、いくら栄養を取ったとしても、筋肉や内臓、脳に栄養を吸収させるには、腸の働き無くしては不可能なのです。

しかも、腸は、睡眠中に、より活動する臓器。

食事を取っても、栄養吸収がなければ、体力は落ちます。

筋肉も内臓の働きもどんどん低下します。

症状云々に問題があるわけではなく、どのような環境が症

状を出しているのか？

そのことが一番重要なのです。

あらゆる症状のほとんどが、自分の行動や習慣が作り上げ  
ているんです。

何らかの症状で苦しんでいる人は、まず、

1. いつから出始めたのか？
2. どのようなタイミングで症状が出るのか？
3. 何をすると強くなったり弱くなったりするのか？
4. 感じない時はどのようなとき？

などを感じ取ってください。

これが理解できると、改善策はもう少しで閃くようになります。  
ます。

## ❖ 16 : 正社員として採用されたとたんに花粉症のような花粉症じゃない症状に！！

30代 男性

3年前に、長年契約社員として働いていた会社から、正社員として採用された。

それから、1ヶ月も経たない時期から、全身のだるさ、吐き気、めまい、鼻水、くしゃみ、咳、発熱、震えなど、たくさんの症状が出始めた。

元々花粉症はあったが、花粉症とは違う症状とのこと。

病院で、薬をもらうが効き目はなし。

会社の前まで来ると必ず発症する。

身体全体は、筋肉の塊。

元々、筋肉がつきやすい体質で、散歩するだけで、ムキムキの筋肉ができてしまう。

現在、特別な運動をしているわけではないので、筋肉はあるが固い。

また、全身の体毛が非常に濃い。

これは、体内に元々冷えを持っている現れ。

筋肉が固く、冷えがあり、そして正社員のプレッシャーから、全身が緊張し、さらに筋肉が固くなる。

これだけそろえば、十分自律神経失調症になる。

自律神経は、背骨の間を出入りしている各臓器を働かせる神経。

その出口をふさぐように、筋肉が張ったり、背骨の歪みが作られたりすれば、自律神経は乱れ、いろいろな不定愁訴を発症する。

これを、西洋医学では、自律神経失調症と言っている。

従って、背骨の周りの筋肉がゆるみ、背骨の配列がしっかりしてくれば、自然と症状も落ち着いてくるのである。

この方の来院時は、鼻水とくしゃみが止まらなかった。

ところが、背中へのお灸を始めた途端に、深い眠りに入り、  
症状も落ち着いた。

鍼灸は、緊張感をリラックス感に変えたり、逆を作ることも可能です。

すなわち、自律神経をコントロールする医療としては、一番最適なものといえます。

実際は、鍼灸に漢方を組み合わせ、内臓からもストレスに強い身体をつくっていけば、なお不定愁訴などに負けない身体を持つことができます。

現代の医療では、なぜか自律神経失調症を精神科や心療内科が診ているので、問題がなかなか改善しないのです。

今の社会は、運動不足や冷房のかけ過ぎによる冷え、デスクワークによる姿勢の維持などにより、筋肉が固くなり、自律神経の乱れが多くなっている。

これを薬で何とかしようとするから、症状がこじれてしまうのです。

自律神経失調症に悩んでいる方は、病院で治してもらおうと思う前に、ラジオ体操からでいいので、全身運動を毎日行うようにすれば、大部分が改善するはずです。



## ❖ 17:いろいろな治療を受けても1週間ともたない自律神経失調症による不眠とめまい

40代 男性

自律神経失調症で不眠とめまいの症状に悩んでいる。

心療内科、漢方医、鍼灸、整体といろいろな治療を受けたが、どれも1週間ともたない。

さらに、肩こりと背中痛みも強いとのこと。

背中を診てみると、むくみがひどく背骨も安定感がなくグラグラ動いている。

これでは、めまいが出るのは当然。

仕事が忙しく、睡眠がほとんど取れていなかったらしい。

そして、脈も非常に弱く、胃腸の活動力も弱い。

話を聞いてみると、元々この方は、未熟児で生まれたらしい。

未熟児で生まれてきた場合、母親から十分な栄養を受け切れずに誕生してくるため、身体の根本の部分が強くない。

そのため、成長していく過程で、十分な栄養補給と睡眠が必要なのである。

当然のように、学生時代は、これでもかという位睡眠をと

っていたらしいが、社会人になるとそうはいかない。

食事を取っていても、睡眠不足であれば、消化だけしかできず、ほとんどの栄養素が吸収できない。

そこで、消化器全体の調整を行い、消化吸収能力の強化を課題とし全身にお灸を行う。

同時に、むくみを取り、背骨の安定感も付けていく。

最後に、精神ストレスに強くするために、そして、消化器の補助をするために、手足へ銀粒（銀色の仁丹ほどの大きさの粒で、鍼の代わりに果たしてくれるもの）を貼って終了とした。

10日後、再来院したときには、めまいはなくなり、肩も

背中も楽とのこと。

不眠だけは残っているが、初回の治療としては、手ごたえがあったらしい。

この方のように、自律神経系の症状を持っている人は、年々増加傾向にある。

そして、薬漬けになっている人も、多くみられる。

しかし、鍼灸の観点で、身体を診ていくと、西洋医学で考えているほど難しいことはなく、バランスを整えるだけでほとんどの症状が取れてくる。

逆に、薬に頼った生活を何年も続けた人ほど、治りが遅く、治療も難しいのが現状だ。

早く、このような事実が世に出回ってほしいものだ。

# もっと**健康**になるために

もっと詳しい健康情報をご希望の場合には、下記から、  
全102ページ、販売価格1,980円

## あなたの症状が治らない9つの理由

というレポートを**無料でプレゼント**させていただいています。  
このレポートを請求していただいた方は、健康に関する情報が、ご登録のメールアドレスに、毎日届くようになります。  
このレポートとメルマガだけでも、十分にあなたの症状を改善するヒントを得られるような内容になっています。  
こちらから無料で請求できますので、積極的にこの機会を利用してみてください。

レポート請求はこちらをクリック



QRコードからも請求できます。



作者：キュアハウス鍼灸治療院 院長 中村幸生

メールアドレス：info@curehouse.jp

★共に健康になり幸せな人生を歩むための学びをしていきませんか？：「キュアハウスの健康幸生塾」

<http://curehouse.jp/blog/kouseijuku/>

★どの健康情報とも全く違う視点であなたの症状を取り除く教材がそろっている：「キュアハウス健康情報館」

<http://curehouse.biz/>

★原因不明の症状を徹底的に解明し改善法を手に入れることができるブログ：「原因不明の痛みや病気を改善するたった3つの秘訣」

<http://blog.livedoor.jp/curehouse/>

★病院や治療院に何度通ってもなかなか治らない症状を専門とする鍼灸整体治療院：「キュアハウス鍼灸治療院」

<http://www.curehouse.jp/>



このレポートは、医療に頼らずに、自分自身で症状の原因を見つけ出し、病院の無駄な待ち時間の間に、自ら症状を改善できるような知識と技術をつかみ取っていただくためのヒントを掲載しています。

このレポートにより、あなたの将来における不安が少しでもなくなれば幸いです。

株式会社キュアハウス  
キュアハウス鍼灸治療院  
院長 中村幸生