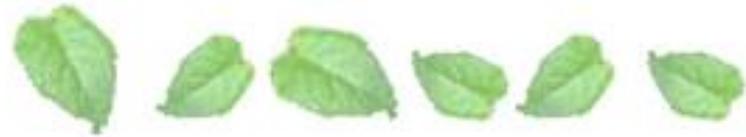


頭痛改善 臨床編



❖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 : 会社を休むほどの頭痛	5
2 : PC で首痛と頭痛.....	10
3 : 下半身のむくみが原因であった頭痛.....	14
4 : 肩こりによる頭痛、しかし・・・。	19
5 : 生理痛かと思っていたら、暴飲暴食によるものだった。	23
6 : 目薬で頭痛	29
7 : 過労による頭痛がひどく神経衰弱.....	33
8 : フェイシャルマッサージで頸椎椎間板ヘルニアに、そ して止まらぬ頭痛が！！	37
9 : 首から頭にかけての痛み	42
10 : 上を向くと後頭部から首に痛みが走る.....	48
11 : カイロプラクティックに毎週通っても改善されない 肩こりからくる後頭部の重さとこめかみの痛み.....	54

- 1 2 : 起床時にボックスティッシュ一箱を使うぐらいのア
レルギー体質 63
- 1 3 : 原因不明の頭痛・胃痛・倦怠感はストレスが原因だ
った 66
- 1 4 : 頭の右半分に帯状疱疹のような走る頭痛が? ... 72
- 1 5 : 生理二日目で目の奥の痛みと頭痛がつらい 79
- 1 6 : 帯状疱疹から顔面麻痺を起こし改善した後も片頭痛
を連発? 84
- 1 7 : 強モミマッサージで後頭部に頭痛が!! 91

❖ 1 : 会社を休むほどの頭痛

30代 女性

昨日から頭痛がつらくなり、今日は会社も休むほどつらいと来院。

頭痛はよく起こり、自分で押したり叩いたり、それでもつらいとマッサージへ行く。

今回もマッサージを受けてみたが、まったく効果はなかった。

そして、頭痛が起こる時は、必ず首肩もつらくなるのとこと。

見るからに、目も開けられないほどのつらさがあるようだ。

まず、うつ伏せで背中を診ると、それほど大きな問題はなさそう。

次に、横向きになってもらおうと、ずいぶん後頭部にいびつさがある。

これは、恐らく、自分で押したり、叩いたりしたための影響だろう。

これでは、血液循環が悪くなり、疲れればすぐ痛みが出てもおかしくない。

さらに、後頭部から肩甲骨につながっている筋肉の、固さが顕著に表れている。

しかも、後頭部につながっている部分が、かなり固く盛り上がっている。

そして、その盛り上がっているところが一番痛むとのこと。

まず、この後頭部の固さを取るために、肩甲骨の周りに鍼を刺す。

これで、ほぼ盛り上がりは消えた。

そして、頭の凸凹を、ローラー針で本来の頭の形へ整える。

これを、左右行い、仰向けになってもらった。

この段階で頭痛の感じは、大分減ったが、まだ前側に痛みが残り、首の後ろ側が張っているとのこと。

残った頭痛と関連のある、足のツボへ鍼を刺し、痛む場所を絞っていく。

そして、頭の痛むところにある硬結（硬い点状のツボ）に鍼を刺す。

さらに、首の後ろ側にある筋肉の緊張を、手足の鍼で取る。

これで、「頭の痛みは消えました。」

「首の方はどうですか？」

「あっ！つらくないです。」

と、不思議がっていた。

今回も、一番つらい後頭部には、一度も鍼を刺さなかったため、患者さんとしては、「何で痛くないの？」という疑問がわいても不思議ではない。

しかし、これが、鍼灸の面白さなのだ。

そして、ツボというものが、存在していることを証明してくれている。

でなければ、痛くないところに鍼を刺し、痛いところがなくなるということを、どう証明すればいいのだろうか？

科学では証明できないから、人間の身体は面白いし、いろんな可能性を秘めているのである。

もっともっと、東洋医学を広めたい！

そんなことを常々考えているキュアハウスでした。

❖ 2 : PC で首痛と頭痛

30代 女性

数ヶ月前から、肩や首がこりだし、今は、肩首の痛みはもちろんのこと頭痛がひどく、仕事をしてもらえない。

原因は分からない。

鎮痛剤でも止まらず、頭の検査を受けても異常なしのこと。

うつ伏せで、背中側のチェックを行うと、首以外に問題となる点は見つからない。

従って、首を集中的に診ていくことにした。

まずは、むくみが強いので、お灸で流す。

通常であれば、ここで原因の歪みが現れるはずが、まったく歪みがない。

横向きになってもらおうと、さらに首のむくみが現れた。

しかも、かなり頭が前に突っ込んでいる状態である。

そして、後頭部にある首の筋肉の付け根には、かなり大きくくぼみができている。

ここは、目の神経が出てくる場所のため、このような状態では眼精疲労も強くなってしまう。

自覚的には、このくぼみの部分が最も痛みが強く、ドンドンと叩いてしまうらしい。

これらの所見から、首の後ろ側の筋肉が低下していること

がわかった。

ことで、細く固くなってしまった筋肉を復活させるために、
鍼を行った。

治療はたったこれだけ。

しかも、かなりスッキリしたようである。

ただ、今回は、鍼で筋肉の状態を変化させることができた
が、普段同じような効果を出すためには、首の筋肉を鍛え
なければならない。

そこで、女性でも簡単に首の筋肉を鍛えられる方法を、毎
日少しずつ行うように伝え終了とした。

現代病とっていい今回のケースは、PCやTVの画面に

頭だけ近づけて、長時間座っていることで、首の後ろ側の筋肉が疲れ果てて、いろいろな症状を出してしまう代表例である。

今回は、首、肩、頭の痛みだけで済んでいたが、ひどい場合は、めまいや吐き気、背中や手のしびれなども出してしまう。

普段このような姿勢を取っている方は、首の後ろ側の筋肉を鍛えましょう。

やり方は、いたって簡単。

四つん這いになり、首の上げ下げを行うだけ。

これだけで、PC作業中の首、肩こりが解消できる。

騙されたと思ってやってみてください。

❖ 3 : 下半身のむくみが原因であった頭痛

40代 女性

数年前から頭痛で悩んでいる。

肩こりは昔からあるが、頭痛が始まってからは、肩こりも強くなっている。

病院でもらった薬を飲んではいるが、全く治る気配が見えないとのこと。

身体全体のチェックを行うと、背骨の歪みは全体に及び、後頭部が最も固い。

また、下半身はむくみでパンパンになっている。

しかし、疲労感は感じないらしい。

ということは、かなり昔から下半身のむくみがあるということ。

従って、現段階では、このむくみは無視をして、歪みから取り除くように整体を行っていくことにした。

すると、首と後頭部をつないでいる部分の歪みだけが強く残った。

そして、この歪んでいる部分が、いつも頭痛が一番強く出るところらしい。

そのために、慎重にこの歪みを取り除くよう整体を行った。

歪みも動きも改善したところで、頭痛の感じを聞いてみると、まだかなり残っているとのこと。

私としては、これで完全に取れたと確信したところであっただけに、少し呆然としてしまった。

しかし、ポーっとしてはいられない。

残された時間で、もう一度全体をチェックし、頭痛の元となりえる部分を探さなければならないのだ。

しかし、どこにも見当たらない。

最後に残っているのは、下半身のむくみだけである。

身体の中を流れている物質が、何らかの影響で流れにくく

なっている場合は、その部分に痛みが出ることは、中医学では常識である。

そう考えると、この下半身のむくみを流すことも重要であろうと考え、足裏のマッサージを加えてみた。

すると、終了とともに、「頭がスッキリした感じですよ。」と、意外な答え。(むくみを流しただけで、そんなに頭痛がスッキリするとは思わなかった。)

「脚の重さが取れることで、全体が軽くなれば、少しは頭のつらさも抜けるかな？」位の感覚で行った足裏マッサージが、思いがけない効果を現わし、こちらがビックリしてしまった。

始めから下半身のむくみをしっかり流してから、残った歪

みを取り除けば、スムーズに頭痛を消失させることができたのかもしれない。

頭痛がひどかったために、慢性化していると思われた下半身のむくみを軽視してしまっていた。

伺ってみると、出産後に腎盂腎炎と膀胱炎を発症し、全身がむくんで10kgほど太ってしまい、現在はかなり元の体重に近づいてきているとのこと。

ということは、そのときのむくみが、いまだに下半身に残っていたと考えられる。

そして、頭痛も出産後しばらくしてから始まったらしい。問診と触診、さらに全体のバランスを診る目を養う重要性を、嫌というほど思い知らされた症例であった。

❖ 4 : 肩こりによる頭痛、しかし・・・。

40代 男性

数日前から、左のこめかみが痛くなる。

じっとしていても痛みを感じるが、押すともっと強く痛みを感じる。

その数週間前から、首のコリを感じていたが、頭痛まで出てきてしまったので、しっかり治そうと来院。

首の動き自体には問題なさそうであるが、常に固まっている感じがあるらしい。

まず、うつ伏せで全体のチェックを行う。

首の歪みが強く、筋肉の緊張感も強いが、それ以上に胃と

大腸の緊張の方が強く現れている。

これについて尋ねてみると、昔からずっと、炭酸ジュース
以外は飲まないという。

そこで、手足のしびれなど出たことないかを尋ねてみると、
手のしびれはかなり頻繁に出るということである。

このようなことから考えられるのは、

◎糖分の取り過ぎにより、血液がドロドロとなり、筋肉の
疲労が取れにくくなっていること。

◎筋肉の疲労により、全身的に血液循環が悪くなっている
こと。

◎血液循環が悪いため、内臓の機能低下が起きていること。

◎筋肉に栄養が行きにくくなっているため、筋肉が痙攣し
やすくなっていること。

◎筋肉の痙攣により、神経を圧迫し、痛みやしびれを起こしていること。

などである。

そして、そのほとんどがこの患者さんには、思い当るところがあった。

そこで、まずは、首の問題は後にし、内臓と血液循環の改善を目標に鍼を行っていく。

この鍼治療の間にも度々、首の変化をチェックしていたが、ほとんど首に鍼を刺していないにもかかわらず、どんどん首周りの筋肉がゆるみ、歪みが整っていく。

最終的には、こめかみや目の周りの疲労感も抜けてしまっ

た。

実際に自分で、こめかみを押ししてもらっても、痛みはなくなっていると言いながら不思議そうにされていた。

このように、痛みやしびれが、内臓や血液循環に関連して起こることも少なくない。

西洋医学では、中々発見できない原因を、東洋医学では、意外と簡単に発見即改善できることがある。

東西両医学を合わせた治療を行えば、どんな病でも治せるのではないだろうか？

これは言い過ぎかもしれないが、多くの悩みは改善できるはずである。

政権交替した今、医療界にも変革が起きてほしいものだ。

❖ 5 : 生理痛かと思っていたら、暴飲暴食によるものだった。

30代 女性

2～3日前から頭痛があり、とてもつらいとのこと。

生理が来たので、生理痛とは思いますがと来院。

まず、うつ伏せになってもらい、脈を診てみると、消化器系の興奮が伺える。

通常、頭痛がある場合は、頭の興奮か、血液不足になっていることが多い。

しかし、今回はどちらでもない。

とりあえず、脈に従って治療を進めることにした。

消化器系の興奮がある場合、脚のすねの外側に異常を発していることが多いが、こちらもしっかり問題なさそうである。

次に、背中を診てみると、腰の弱さが出ている。

それと、左の肩がかなり固まっていた。

頭痛は、左側に出るらしく、この左肩は関連がありそうだ。

また、腰の弱さは、生理の時によくある状態なため、あまり今回の頭痛とは関係ないだろう。

しかし、身体の異常を正すことで、脈の乱れは落ち着くも

の。

そこで、この腰の弱さと、腰に関連するツボへお灸を行いながら、左肩の固さを取るためのお灸も行う。

すると、だんだんと胃のツボにむくみが現れてきた。

そのため、こちらも併せてお灸を行い始めると、肩の固さのなくなる速度が急に速まってきた。

ということは、肩こりと胃の問題は絡みがあるということである。

時期的な問題も絡めて考えて、

「忘年会はかなり多かったですか？」

「へっ？はい、私、今年いっぱい退職するんで、その送別会もあったから、非常に多かったです。」

「ようやく落ち着いたってところですか？」

「はい、そうですね。」

ということで、今回の頭痛は、暴飲暴食から来ていることが判明した。

どういうことかというと、

暴飲暴食で胃や肝臓を痛める。

胃を痛めると、肩こりが強くなる。(実際、飲み会が多い時期には、左の肩こりがつらかったとのこと。)

さらに、胃の状態は、背中の胃のツボと、脚のすねの外側に反応がよく現れる。

暴飲暴食が終わり、食事量を落ち着かせていくと、徐々に胃の異常反応も落ち着いてくる。

そのため、胃のツボとすねの外側の反応は、少なくなってきたいて、肩こりも固さだけで、つらさはなくなっていた。

しかし、まだ完全に胃が良くなったわけではないので、何らかの刺激が入ることで、胃の状態を現わすようになる。

(胃のツボのむくみなど)

また、肩の固さが残っていれば、肩から首につながる筋肉も固いということ。

その影響で、筋肉が頭につながる部分に負荷がかかり、頭痛を発症してしまったのだ。

従って、灸治療は、胃腸の改善と左肩の固さを取り除くことに集中した。

起き上がってもらい、首や肩周りの感じや、頭の状態を確認してもらおうと、かなり軽くなり、痛みは完全になくなっているということである。

当初は、生理痛が原因と思っていた頭痛が、年末の飲み会による暴飲暴食で起こっていたという、今の時期にはよく起こる症例であった。

❖ 6 : 目薬で頭痛

50代 女性

目の周りから頭の後ろにかけて、強い頭痛があるということ
とで来院。

鎮痛剤を飲んではいるが、変化しないとのこと。

この方、病院勤務で関係で、薬はすぐに手に入るため、よく薬を飲み頭痛を抑えていたようである。

ところが、今回は、全く効かないということであった。

まず、うつ伏せで、身体全体のチェックを行うと、背中全体が鉄板のように固まっている。

しかも、きれいに真っ平らに固まっていて、人間の背中にある柔らかなカーブがなくなっている。

この状態は、

◎血虚（血が足りなくなっている状態）

◎肝臓の機能異常（薬やサプリメントの大量使用が考えられる）

のどちらかだ。

さらに、脈を診ると、かなり興奮状態にある。

これで血虚の可能性はなくなった。

そこで、

「最近、大量に薬を飲んだりしましたか？」

「えっ！そんなこと分かつちゃうんですか？私、一度目を手術していて、去年の10月に目が見えなくなってしまい、再手術を可能性が出てしまったんです。それを薬で何とか抑えることができて、手術はしなくて済んだんですけど、いまだに薬漬けで・・・。」

原因がわかれば、適当に治療することなく、肝臓に焦点を絞ることができる。

うつ伏せと横向きで、肝臓の機能を取り戻すべく、鍼灸治療を行い、全体の柔らかさが戻ったところで終了。

「眼の奥に少し痛みが残りますが、何ととっても背中が軽いです。こんなに楽になるとは思わなかった。」

と、非常に喜んでいただいた。

しかし、まだまだ、薬を使用し続ける必要があるようなので、肝臓をいたわる意味で、湿布を貼るか、オイルマッサージを勧めておいた。

この処置を続けるだけで、今後痛みが再発しないことを祈る。

❖ 7 : 過労による頭痛がひどく神経衰弱

30代 男性

3か月ほど前から、仕事が非常に忙しく、ほとんど休みなく死ぬほど働いていたとのこと。

疲労を乗り越え過労状態になっているため、身体も心も衰弱している感じがするという。

そして、最もつらいのが頭痛で、仕事に集中する気力を奪うほどであるらしい。

まず、うつ伏せで全体のチェックを行うと、背中が亀の甲羅のように固まっている。

通常、過労である場合、背中はフニャフニャの状態であるはず。

脈を確認すると、頭痛を強く感じる脈であり、そのため、背中もこわばっているようである。

要は、仮の姿を現わしている状態である。

そのため、うつ伏せでは、何も行わず、仰向けになってもらう。

すると、手足もお腹もユルユルで、全く力が入らない状況であった。

これを、手足に棒灸（タバコを大きくしたようなお灸で、直接皮膚にあてずに行うもの）を行うことで、お腹の状態を改善する。

お腹がしっかりしてきたところで、再度うつ伏せになって
もらうと、始めの状態より柔らかさが出ている。

これであれば、お灸で一気に緩めることが可能である。

背中の中の固さを緩めるように、少しずつ棒灸で緩めていき、
全体のバランスが整ったところで終了とした。

起き上がってもらうと、開口一番、

「助かったあ！！頭が軽くなった。」

と、すごい笑顔になっていた。

この回復力は若さのなせる技。

できれば、これからは、こんなに疲れをため込まないでいてほしい。

今回の状態もかなり限界に近かったはず。

しかし、この限界点は、年々近くなってくる。

要は、すぐに限界へ達するようになっていくのである。

従って、今までのように仕事に精を出していても、今までは耐えたものが、年々耐えれなくなってしまう。

そうならないようにするためには、身体を鍛えるか、しっかり休むか、仕事を辞めるかの選択となるだろう。

なるべく、仕事を続けながら、無理をせず自分のできる範囲で頑張るという制御がきけばいいのだが・・・？

❖ 8 : フェイシャルマッサージで頸椎椎間板ヘルニアに、そして止まらぬ頭痛が！！

20代 女性

1か月前から頭痛が止まらない。

脳神経外科や内科など、何ヶ所か病院を回り、さまざまな検査を受けるが、異常なしとのこと。

薬が溜まる一方で、飲んでも効かない。

まず、うつ伏せで背中全体を診てみると、首の歪みがひどい。

歪みだけでなく、筋肉もコブだらけになっている。

この首では、頭痛も仕方ない。

そればかりか、頸椎椎間板ヘルニアである可能性さえある。

まずは、原因が何であるか？いつからこのような首になっているのか？が大事である。

私「首は痛くないんですか？」

患者さん「はい、痛くないです。」

私「交通事故の経験はありませんか？」

患者さん「ありません。」

私「ボキボキ整体は受けたことありますか？」

患者さん「ありません。けど、私、フェイシャルを受けてるんです。そして、そこで首を押されるんですけど、いつも痛くされるので、途中で止めてもらってるんです。でも、この前、うっかり眠ってしまい、目が覚めたら首が動かなくなっていて。でも3か月前の事だし、首の痛みはもうないんですけど？」

私「腕や指先がしびれたりはしませんでしたか？」

患者さん「左腕もずっとしびれてます。」

私「いつぐらいからですか？」

患者さん「3か月位前から。えっ？首を押されたのと、こ

のしびれ関係があるんですか？」

私「そうですね。おそらく、この頭痛も関係がありそうです。」

ということで、頭痛はさておき、急遽、頸椎椎間板ヘルニアとして、治療を行うことになった。

脈の左右差を診ながら、慎重に鍼を行っていく。

3ヶ月経っているので、いろんな所に影響が出ているが、年齢が若いため、反応が速いのが救いだった。

少しだけ、首の奥に突っ張っている筋肉を、感じる程度に回復。

実は、首の痛みがなくなっても、あまり動かせなかったらしいが、終わった後に、「大きく動かせる～う！」とはしゃいでいた。

このように、エステやクイックマッサージ、美容院などで、必要異常なマッサージを受け、返って痛めてしまうケースが多発している。

マッサージは、痛く感じた瞬間に止めてもらうことが肝心である。

そうしなければ、あなたもこの患者さんと同じような被害を受けるかもしれませんよ。

❖ 9 : 首から頭にかけての痛み

30代 男性

1年前に首の痛みと頭痛で一度だけ施術した患者さん。

当時は、上を向くと首の左側に痛みが出るというのが主訴で、それ以外に、こめかみの痛み、後頭部の痛み、肩こり、腰痛など、つらい症状をたくさん抱えていた。

当院へ来院する前は、毎週整体へ通っていたらしいが、症状は、日に日に悪化をたどっていた。

その頃、知人に紹介されたということで奥様が先に当院へ通院を始めていた。

その関係から、一度診てもらおうと来院されたのである。

そして、治療に関しては、鍼灸治療を全体的に行い、施術後には、全ての症状が無くなり喜んで帰られたのを記憶している。

ほぼ一年振りの来院であるが、話を聞いてみると、前回の施術後2ヵ月間は、全く症状が出なかったらしい。

ところが、その後少しずつ症状が戻り始めて、今では全く前の状態になってしまったとのこと。

当院の予約がなかなか取れなかったため、近所の鍼灸治療院で診てもらい、少し回復したようだが、そこでの鍼灸治療と、当院のものがあまりにも違いすぎて、怖くなりその後は通わなかったようだ。

まず、考えなければならないことは、前回後に症状は治まっていたが、またぶり返し、今では完全に戻っているというところにある。

この状況から判断できるのは、前回のようには鍼灸だけでは、あくまでも症状を取り除いただけにすぎず、原因は依然残っているということだ。

従って、今回は患部に集中することなく、身体全体のバランスを診ていくことにした。

脈は弱く、疲れが溜まっている。

睡眠は、平均5時間とのことで、栄養吸収率も落ちているようで、全身の筋肉に張りがない。

身体全体にもむくみが出ているため、本来ならお灸をするところ。

しかし、症状が出始めても、半年以上もこれなかったことを考えると、なるべく症状を改善することを優先させたい。仕事が忙しく、なかなか通えない方には、仕方ない選択肢である。

少し、疲れが出てしまうかもしれないが、整体で全体のバランスを取るよう施術を開始。

横隔膜と顎の動きが鈍く、非常に筋肉が固まっていることがわかる。

この事から、仕事に歯を食いしばり、息を止めて作業していることが多いことが伺える。

実際に、本人もその自覚はあったようだ。

次に、左側の肩甲骨が全く動かずに、首や腰に負担をかけていることがわかった。

そこで、鍼を行い、肩甲骨を動けるように操作した。

最後に、仰向けで、首と顎、頭、鎖骨、肩甲骨、背骨の上部などの連動性をつけるような整体を行い、起き上がってもらおう。

すると、頭や肩をグルグル回し、

「うおお！痛くね～え！！スゲェ～！！！」

と、満面の笑み。

これだけ、首や肩が自由に動けて痛みもなくなれば、満足感は一とおだらう。

しかし、問題は、疲れが溜まっているにもかかわらず、お灸をせずに整体を中心に行ってしまったところ。

今は、症状もなく楽な感覚が強いが、この後にだるさや眠気が襲ってくるかもしれない。

その時少しでも睡眠が取ればいいのだが、仕事をしなければならなくなると、かなりつらい思いをするかもしれない。

疲れを取ることを優先すれば、症状に今回ほどの変化は見られなかったらう。

どちらを、優先して治療をしていけばいいのか、悩むところである。

❖ 10 : 上を向くと後頭部から首に痛みが走る

上を向くと、頭や首、肩、背中、腕などが痛い。

そんな経験をされた方もいると思います。

うがいをしたり、電気をつけたり消したりする時に、

ちょっと上を向くと、「痛っ!!!」

こんな状態を長く続けるのはつらいですね！

今回は、何年も前から、上を向いた時に後頭部から首に痛みが走って、苦しんでいる方の治療例です。

30代 男性

何年も前から、上を向くと左の後頭部に痛みが走りつらい。

毎週整体に通っているが、一向に改善せず、通う毎に痛みがひどくなっていくような状態。

その内、こめかみが締め付けられるような痛みで襲われるようになり、とても耐えられなくなり、当院へ来院。

さらに、昔、腰痛にも苦しんだことがあるということなので、全身を診ていく必要がありそうだ。

そして、仕事も忙しいようで、かなり疲労も溜まっているようだった。

治療内容

まずは、背中から首に溢れている、疲労のサインであるむくみをお灸で流す。

[むくみについてはコチラ](#)

次に、横向きで、首と肩、そして腕の連動（手を動かすと、微妙に首・肩・腕の筋肉が連動して動くもの。）をつけるように運動針（ツボに鍼を刺しながら腕を動かす方法。）を行う。

最後に仰向けになってもらおうと、お腹が異常に固い。（冷えを現わす）

そして、胃腸のツボからは、非常に弱さを感じる。（胃腸の

機能低下や下しやすい人に多く現れる。)

[胃腸の状態を知る方法はコチラ](#)

実は、小さい頃から、起床時に必ず腹痛があるとのこと。

しかし、便通には問題がないらしい。

頭を上に向ける動作と、胃腸の問題には密接な関連がある。

胃腸に問題があると、首の前側にある筋肉に問題が出る事が多く、胃腸の状態を正すと、首の問題が抜ける事が多い。

そこで、首と胃腸を同時に調整できるツボに鍼を刺し、それぞれの問題を取り除いていく。

これで、起き上がってベッドに腰掛けてもらい、首を動かしてもらおうと、まだ左側に痛みがあるとのこと。

そこで、実際痛みを発している筋肉上にある、一番反応の強いツボへ円皮針（画鋸の赤ちゃんのような鍼で、シールで貼りつけておけ、1週間から10日間、貼り続けていることで、鍼の効果を持続させることができる。）を貼る。

そして、再度、首を動かしてもらおうと、「うわっ！痛くない！こんな感じは、久しぶりだ～あ！！！」と感激していた。

円皮針の効果を知ってしまうと、「これだけで治療は十分なのでは？」とってしまう人もいる。

しかし、それまでにしっかりと、全身のバランスがとれた所で打つ

とどめの一発

だからこそ、効果が大きく表れるのだ。

従って、始めの処置を適当（いい加減という意味）に行い、
最後だけ真剣に円皮針を貼っても効かないことが多いので
ある。

ここが、ツボ調整の妙たるところである。

鍼灸治療を学びたい方はコチラ

⇒[鍼灸真髓第23版](#)

鍼灸を学ぶのは、ここを原点にした方が良いでしょう。

❖ 1 1 :カイロプラクティックに毎週通っても改善されない肩こりからくる後頭部の重さとこめかみの痛み

運動が大好きで、ずっと運動していた人が、急に止めてしまうと、大変な事が起こります。

運動で付けた筋肉は、動くための筋肉です。

運動を止めて、身体を動かさなくなると、筋肉は動きたくて仕方なくなります。

それでも、動かさないでいると、筋肉が疲れてしまい、筋肉周りにむくみが溜まってしまいます。

すると・・・。

30代 女性

元々運動が大好きで、社会人になっても運動を続けていた。

しかし、この何年間かは、仕事が忙しく身体を動かせていない。

そのせいか、一年前から肩こりがひどくなり、後頭部とこめかみが重く感じ、痛みが強くなってきた。

毎週カイロプラクティック（カイロ）に通っているが、治る様子はまったくない。

そればかりか、先生から一生通わなければならないように言われたため、焦って当院へ来院することにした。

この患者さんは、「治したい気持ちはあるが、鍼灸は、できれば受けたくない。」とのこと。

全体的にむくんではいるため、お灸が適している身体だが、リンパマッサージをメインに全体の整体を行うことにした。

カイロでは、「全身ガチガチ！」と言われていたという。

しかし、触ってみると一番固いと言われていた首も肩もむくみだらけ。

どこを触ってガチガチと言っていたのか分からないほどだった。

しかし、過去にもマッサージや整体に通って、「ガチガチですぬ。」と言われていた多くの人が、この患者さんのように

むくみの溜まっている場合が多い。

治療は、ほぼ30分で終了。

終わった感想を聞くと、「あんなにソフトな感じで、こんなスッキリするなんて嘘みたい。今まで強く押ししてもらったのは何なんですか？」と逆質問。

私の場合、基本的に人間の身体には、コリが発生しにくい
と思っている。

では、何で肩こりや首・腰のコリを感じている人が多いの
でしょうか？

コリの始まりはみんなつらいという感じだったはず。

この段階では、まだコリではなくむくみが出る前段階で、
《筋疲労》という状態。

要は、筋肉を一定の長さで維持するような、同じ姿勢を長時間行ったことで、筋肉が疲労を起こし、つらいと感じているのである。

また、さらに同じ姿勢を続けることで、今度は《重だるい》という感覚が出てくる。

ここまでくると、疲労している筋肉を守るために、むくみがたまった状態になる。

さらに、同じ姿勢を続けると、さすがに筋肉も耐えられなくなり、少しずつ裂けていくのである。

これが、《痛み》である。

痛みが出るところまで来てしまうと、アイシングや鍼灸の刺激が必要であるが、その前の段階までであれば、軽いラジオ体操程度の運動を行えば、簡単に治ってしまう。

しかし、ほとんどの人が、運動を選択せずに、マッサージや整体を受けてしまう。

そこで、むくみの原理を分かっている治療家に出逢えば、問題なく治るのだが、ほとんどのマッサージ師がむくみに気付かず、筋肉を押してしまうのです。

そう、

疲労を起こしている筋肉を押してしまうのです。

疲労している部分を軽く押さえる程度であれば、血液循環がよくなり回復することができるのですが、強く押ししてしまえば、筋肉は簡単に傷ついてしまいます。

押している間は、血行が良くなるので気持ちよい感じが得られますが、終了直後から、傷付いた筋肉の痛みが感じられるようになります。

これは、筋肉痛の一種ですが、《揉み返し》と言ってもいいものです。

一旦傷付いた筋肉は、修復過程において、同じ刺激が入った場合でも耐えられるように、少し固めで太めの筋肉へ成長します。

筋肉上全てにおいて、このような成長があれば問題ないの

ですが、押したポイントだけに起きてしまうと、そこだけが固くなってしまいます。

これが《コリ》というものなのです。

皆さんも、自分が一番気になるところを、誰かに押しってもらっていませんか？

そして、「気持ちイイ、もう少し強く押して。」などと言っていませんか？

そして、その位置に、筋肉の塊のようなコリができていませんか？

それは、自分の意思で作ってしまったコリなんですよ！

今回の患者さんのような方には、必ずこのような説明をさせていただきます。

肩こりは、自分で作るもの。

肩こりを作りたくなければ、同じ姿勢を長時間しないこと。

仕事上、同じ姿勢が仕方がないのであれば、必ず肩や首の運動を日課にすること。

もうすでに、コブのようなコリができている人は、しっかり治してくれる治療家を探すことです。

❖ 1 2 : 起床時にボックスティッシュ一箱を使うぐらいのアレルギー体質

44歳 女性

仕事中に、目の奥から後頭部、さらに肩や背中にかけて強い痛みが出る。

それ以外にも、アレルギーを長年持っていて、起床時にはボックスティッシュ一箱を使うぐらい鼻水が出る。

気管支炎もあり、咳が出だすと止まらない。

紫外線アレルギーもあり、太陽に当たると当たったところが痒くなり大変。

電車で立っているだけで足がつってしまう。

など、たくさんの症状を持っている。

症状がありすぎる場合は、整体をやっていくと本体が見えてくるため、整体から治療を開始。

全身固まっているのが全く変化しない。

これは、過度に刺激物を摂取していたり、強い薬を長期使用し、肝臓が弱くなっている時、血虚といって血液自体が少なくなっていると起こる現象である。

そのため、鍼で調整をしたいが、金属アレルギーもあり断念。

お灸で、内臓の改善を促すよう治療していくと、鼻と咳に関しては落ち着くようだが、頭痛は全く変化しない。

そこで、棒灸（たばこのような形をした灸で、直接皮膚に置かないもの）で、全身調整に切り替える。

当初、弱いところを補うように行っていたが、大分身体がしっかりしてきたので、凝り固まっている部分を徹底的に攻めることにした。

すると、今までの辛さが嘘のようになってきた。

何をやっても足は毎日つっていたが、固まっているところを処置するようになると一切出なくなった。

内臓調整により、血液量は増えていったが、ところどころにあった固さで、循環できていなかった。

全身に新鮮な血液が流れ始めれば、アレルギーや痛みや辛さは抜けてくるものである。

❖ 13 : 原因不明の頭痛・胃痛・倦怠感は ストレスが原因だった

数か月もの間、頭痛と胃痛、倦怠感に苦しみなながらも、病院へ行かずに治るのを待っていたが、なかなか治らずに、来院を決意。

主な症状

30代 女性

数か月前から原因不明の頭痛と胃痛、倦怠感が続いている。

まだ病院には行ってない。

当院で治療を受け、治らなかつたら病院へ行こうと思って

来院したらしい。

所見と鍼灸治療

まず、仰向けで、脈を診ると、かなり胃が興奮状態にある。

脈診はこちらが詳しいです。

お腹はパンパンに張り、まったく押せない状態。

首の緊張も強い。

触診に関してはこちら。

お腹と手足に、鍼を刺した瞬間から、お腹と首がフニャフニャになる。

しばらく置いた後、うつ伏せになり、背中を診ると、上半身にかなりむくみが溜まっている。

このむくみをお灸で流すと、全体が整ってきた。

最後に、炎症性の脈が残っていたので、鍼で調整し終了。

鍼灸のイロハがわかります。

パンパンだった身体が一気に変化したので、この後、急に眠くなるかもしれないことを伝えると、「もう、すでに落ちてます。動けません。」との答え。

この後すぐ家に帰って眠れると、スッキリするのだが、まだ午前中。

これからまだ仕事があるらしい。

このまま寝れないのはもったいないが、かなり楽にはなるはず。

暴飲暴食を避け、なるべく早く帰宅して、睡眠を十分にするよう指示し終了とした。

ストレス疲れについて

今回はストレス疲れの典型例。

ストレスで疲れ果てている人は。

ストレスを受けると、軽い胃炎を起こす。

胃炎は熱。

熱は、上昇する性質をもっている。

熱を帯びた気が上昇し、頭に入ると頭痛が起きる。

この状態になった時は、早めにリラックスする必要がある。

そのため、身体は、防衛本能として、眠気やだるさ（倦怠感）を表すようになる。

従って、治療は胃の炎症を引かせ、上昇した熱を納めれば、
リラックスできる。

すると、更に強い眠気やだるさ・倦怠感が現れる。

ここで、睡眠をしっかり取ることができれば、全ての症状

がスッキリする。

眠気と闘っている人は

この患者さんは、来院前に倦怠感が現れても、休むことをしなかった。

そのため、胃の熱がどんどん上昇し、頭痛と胃痛が治らなかったのだ。

今度は、しっかり休んで治してほしいものだ。

❖ 14 :頭の右半分に帯状疱疹のような走る頭痛が？

3日前から頭の右半分に痛みがあり、後頭部から目にかけて走るような痛みがあるという40代女性。

頭痛が起きる前に何があったのか聞いてみると、友人の結婚式で主賓の挨拶をしなければならなかったこと。

しかも、当日までそんなことを知らなかったこと。

いきなり緊張し、何をしゃべっているのか、わからなくなるほどだったことを知り、ストレス性の胃炎から、頭痛が起きているのでは？と仮説を立てた。

ちょうど、胃炎の反応もあったので、その反応を無くすよ

うにお灸をすることで、大分頭痛が軽減されたが、まだ痛みはあるという感じで、1日目の治療は終了。

次に、その1週間後の二度目の来院時には、「まったく頭痛が治まりません。」ということで、前回の判断を一度白紙に戻し、身体を再度チェック。

脈もチェック。

どちらからも、あまり頭痛になるような要素が見当たらない。

唯一あったのが、右手を動かすと、肩から首にかけて筋肉が緊張すること。

目立つ部分はここしかなく、頭痛も右であることから、と

りあえず、この右腕の動きの調整を行うように、お灸をし始めた。

すると、どんどん、隠れてたかのように肩甲骨周辺に筋肉の緊張が現れ始める。

これは、何か重いものを持ったか担いだか？

ということで、私「もう一度、頭痛が起きる前に何があったか教えてもらってもいいですか？」

患者さん「はい、友人の結婚式があって、その席で主賓の挨拶をしました。」

私「その時、引き出物ももらいましたよね！」

患者さん「はい、もらいました。」

私「かなり重かったですか？」

患者さん「ああ、はい！何か主賓の挨拶をしたからか、私だけ中身が違ったみたいで、異常に重かったんです。」

私「しかも右で持っていた。」

患者さん「はい、持ちました。」

私「来ましたね！！それですよ！！」

ということで、頭痛の原因が確定！！

そう、重い引き出物を右手で持っていたため、一過性に右

肩周辺に筋肉がついてしまい、その筋肉が固まったことで、
血行障害が起き、頭痛が出ていたのだ。

首も押すと痛いと言っていた場所が、肩の一番固くなっている筋肉が、後頭部につながってくるドンピシャなところだった。

従って、ここからは、集中的に筋肉の固さをほぐしきるようにお灸の集中砲火。

そして、起き上がってもらおうと、「あっ！頭痛が抜けたみたい。」と、前回とは全く違う反応。

ただ、筋肉が一旦ついて、固まった場合、再度固さが出てしまうことが多いので、肩を十分動かすように伝え終了とした。

この症例は、よくよく考えると、6年ほどに自分自身で経験済みだったもの。

医学書をまとめ買いし、リュックに詰め込み、異常な重さを担いで、治療院まで持ち帰ったことがある。

非常に肩に負担をかけたので、よく肩を回してはいたが、元々、肩の上の筋肉は、アメフトでタックルするために鍛えていたものでもあり、肩に重しが加われば、その重しを跳ね返すような筋肉の反応が起きるのは当然。

従って、久しぶりに、肩のトレーニングを行ったようなものの。

これが、一過性の筋力強化となり、その後固まってしまったことで、帯状疱疹ではないだろうかという頭痛が起きた

記憶がよみがえった。

この患者さんも、元々は、テニスプレイヤー。

ほぼ右腕一本で打っていたとのこと。

そして、今回、久しぶりに重量物を右手に持った。

その結果、私と同じように、痛みが走る帯状疱疹のような頭痛を感じてしまった。

しかも、タイムリーなことに、この患者さんのお父様がちょうど帯状疱疹で、心配もしていたとのこと。

それにしても、結婚式で飲み過ぎ食べ過ぎで頭痛になるケースは、今まで多く見てきたが、このような形の頭痛は、なかなか診れるものではないので、大変勉強になった。

❖ 15 : 生理二日目で目の奥の痛みと頭痛 がつらい

生理二日目で目の奥の痛みと頭痛がつらいという30代女性。

上記の痛み以外にも、お腹と腰も少し痛みがあるとのこと。

まずは、仰向けになってもらい、脈を診ると、かなり強い痛みがあることがわかる脈である。

そして、その脈の状態を頼りに刺激を入れるツボを探す。

お腹と手足をくまなく触診すると、手の心包経と足の腎経に、かなり強い緊張が診られる。

そこで、この手足の筋肉の緊張が緩むように、お灸を行う。

3回ずつほど繰り返したところで、「目の奥の痛みが楽になりました。」という。

これで、狙いが的中していることが理解できた。

そこで、もっと効果を出すために、血流を改善するツボにもお灸を行うと、骨盤や肋骨などが、どんどんゆるんでくる。

そして、立ち上がってもらい、腰痛と腹痛、頭痛、目の奥の痛みなどが今現在、どのような感覚になっているか確認してもらおうと、「痛みはなくなりました。」とのこと。

今回の症例は、不妊治療で通われている患者さんだった。

当初、血流障害と血液量自体が少ないという問題があり、血液量を増やししながら、血流改善を目的に、灸治療を行ってきました。

そして、最近では、かなり血液量が増えてきていました。

しかし、この患者さん、筋肉が固くなりやすく、柔らかい

状態であれば、非常に血流がよくなるのですが、固くなると、今回のように、痛みやむくみが出てしまいます。

生理前後でなければ、運動をした後には、かなり調子が良くなるのですが、今回は、生理当日に運動したのが、頭痛を強めるポイントになってしまいました。

運動で使った手足の筋肉に固さを作ってしまう、指先に血液が流れにくくなった結果、頭に血液が集中したことで、痛みを出してしまいました。

その状況が脈にしっかりと現れていたなので、手足の筋肉を緩めることで、頭痛が軽減したということになります。

東洋医学では、婦人科系の問題を、血の道症とも言われています。

血液が流れ過ぎると、のぼせやめまい、頭痛、吐き気などを起こします。

また、血液が滞ってしまうと、痛みやしびれ、便秘などを起こします。

血流を常に良くするためには、筋肉の柔軟性が不可欠です。

その目安として、

1. 深い呼吸ができているか？
2. 大股で歩いているか？
3. 冷たくなっているところはないか？
4. 冷えを感じないか？
5. ストレスを感じるか？
6. 湯船に浸かっているか？
7. 十分な睡眠を取っているか？
8. 刺激物を取りすぎているか？

などなど、たくさんのチェックポイントがあります。

少しでも、改善できるところがあれば、地道に改善していけば、生理不順や生理痛、不妊症、更年期障害などの予防になります。

毎月必ず来るのが生理です。

日々の心がけ次第で、来月はスッキリと楽な生理を迎えられるかもしれません。

少しずつでいいので、できるところから改善していきませんか？

❖ 16 : 帯状疱疹から顔面麻痺を起こし改善した後も片頭痛を連発？

20代 男性

耳と口内に、ヘルペスウイルスによる帯状疱疹を発症。

その後、ラムゼイ・ハント症候群と髄膜炎を併発し、左顔面麻痺の後遺症を残し来院。

1ヶ月の入院後、鍼治療と病院でのリハビリを続けたが、これ以上は治らないということでキュアハウスへ来院。

来院時には、パッと見てわかるほど、左右差があり、話をするとき余計麻痺部を感じる状態であった。

鍼灸と整体を併用し、2ヶ月間毎週1回ずつの治療で、ほぼ正常な状態に戻った。

この方は、疲労と冷えが、かなりたまっていたため、症状がなかなか改善されなかった。

しかし、根気よく通われた結果、来院前は、とても仕事ができるような状態ではなかったが、ようやく働けるようになったと喜んでいた。

ところが、働き始めると、ガンガン働いてしまう性格のようで、徹夜は当たり前の毎日。

そういうことで、半年に一度くらいの割合で、原因不明の発熱や、片頭痛が出ては来院する。

1～数回の治療で、すぐに回復するようになったため、それほど心配することはないのだが、このまま続けていると・・・？

顔面麻痺が治ったとしても、ヘルペスウイルスからこのよ

うな合併症まで起こすということは、相当疲れを溜めやすいタイプであるということでもある。

それだけ、体力が落ちているということでもあり、疲れを忘れ、何かに集中してしまう気質を持っているということ。

このようなタイプは、気づいた時には、手遅れになるような状態で病院や治療院へ受診することが多い。

一步間違えば、そのまま亡くなってしまうこともままあるパターンを踏んでいる。

しかし、現代において、死を急ぐような、働き方や遊び方をする人が増えてきているのも現実。

もしかしたら、あなたの周りにもこのようなタイプがいるかもしれませんね。

❖ 17 : 強モミマッサージで後頭部に頭痛が！！

肩こりで定期的にマッサージを受けている男性。

頭痛もマッサージで楽になると思い、マッサージを受けるが、全く効果なし。

果たしてこの頭痛の原因は？

症状

40代 男性

元々肩こりがあり、月に1回は必ずマッサージを受けている。

2週間前から頭痛がひどくなり、いつもと同様にマッサージを受けるが改善しない。

今までも、度々同じようなことがあり、マッサージより鍼灸の方が効きそうだと思い、キュアハウスへ来院。

診断

背中を触ると、上半身が全てむくんでいる。

完全に睡眠不足状態。

本人も自覚がある。

マッサージは常に強めを要求しているとのこと。

そして、後頭部の固さだけがやけに目立っている。

その後頭部の固い部分が、頭痛のポイントでもあるらしい。

これだけで、強いマッサージにより頭痛が起きていることが容易にわかる。

原因

睡眠不足が続くと、まず全身の筋肉の力が抜けていく。

そんな時、一番問題になるのが首から肩にかけての筋肉である。

なぜなら、頭はスイカ 1 個分の重さがあるからだ。

その重い頭を、力の入りにくい首や肩の筋肉で支えなければならぬ。

そのため、横にならない限り、ずっと首や肩の筋肉は、頭を支えるために緊張し続けなければならないのだ。

1～2日であれば、耐えられるかもしれないが、何日も何カ月も続けば、首や肩の筋肉も疲れ切ってしまう、やがて痛んでしまう。

伸びきった輪ゴムを、さらに引っ張ろうとすれば、すぐに切れてしまうのと同じである。

実際、筋肉が切れてしまったら大変なので、身体の防衛本能として、弱まった筋肉の周りをむくみで補強するのである。

弱い筋肉も水の中であれば、それほど負担にならないからだ。

マッサージで痛めるポイント

そのむくみが溜まった状態でマッサージを受けても、むくみの部分しか押せない。

つらく感じているのは、筋肉なのに、皮膚と筋肉の間にはむくみがたまっているため、いくらマッサージをしたところで、むくみが邪魔で筋肉を触ることはできない。

偶然にも触ることができたとしても、それは体にとって害にしかない。

なぜなら、疲れ果てた筋肉を守るためにむくんでいるにも

かかわらず、そのむくみを突破して、筋肉に触れるほど力強く押してしまえば、たちまち筋肉は破壊されてしまうからだ。

この状態が揉み返しであったり、押してもらいたいと思って強く押してもらった後、押されているときには、楽に感じていたが、

マッサージが終了した直後にはすぐに、つらさが戻ってしまうという現象の原因になっているのだ。

このようなことを繰り返し、筋肉のダメージは、マッサージを受けるたびに強くなっていく。

当然のことだが、痛みは増し、むくみも増えていく。

これを繰り返すことで、押せば押すほどむくみが多くなり、
筋肉に指が届かなくなる。

元々、首や肩のこりがあっても、そのうち感覚が麻痺して
気にならなくなる。

しかし、むくみに隠れた筋肉は、強い刺激を恐れて緊張状
態にあるため、

筋肉の付着部（筋肉は必ず骨につながっている。そのつな
がる部分のこと）は常に引っ張られている状態にある。

首の筋肉は、ほとんどが後頭骨につながっている。

この患者さんの、首肩は、むくみだらけ。

そして、後頭骨は固い。

鍼灸治療

このような状態になってしまったら、なかなかマッサージでは良くならない、しかし、鍼灸であれば、むくみを流し、痛みの元となる筋肉へ直接刺激することができ、即効性を出せるのだ。

ほぼ30分で、今までにないスッキリした感じで帰ってもらうことができた。

そして、2ヶ月後に来院した時も、「いつもは、毎月マッサージを受けても、気持ちイイのはその日だけなのに、今回はまだ、つらくならない。だから、返って心配になって来院しました。」とのこと。

このように根本原因をしっかりと処置すれば、マッサージは無用になるのである。

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