

# 腎を強化し長生き人生セミナー動画&音声

この度は、腎を強化し長生き人生セミナーに興味をお持ちいただきありがとうございます。  
ございます。

早速ですが、下記から動画を視聴、もしくは音声のダウンロードが可能になりますので、どうぞご利用ください。

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

パスワード : jinzou

このセミナーでは、以下の内容が収録されています。

## ■セミナー内容

1. 西洋医学と中医学による腎の捉え方
  - ・尿酸値
  - ・尿検査で引っかかる理由
  - ・人工透析が不要な身体を作る方法
  - ・人工透析になってからの回復法はあるか？
2. 腎の症状について
  - ・のどの痛み
3. 腎と下半身の関係
  - ・腰痛（腰が重い）
  - ・下肢静脈瘤
  - ・足首のむくみ
4. 腎と睡眠の関係
  - ・睡眠障害（睡眠時間短縮・夜間尿・早朝覚醒）
5. 腎と耳の関係
  - ・耳鳴り・難聴
6. 腎と水分の関係
  - ・良い発汗と悪い発汗
  - ・水分摂取量について
  - ・むくみ、だるさ
  - ・糖尿病と腎のかかわり

## 7. 腎と排尿の関係

- ・ 昼間の排尿量が少なく夜間に多い場合の考え方
- ・ 昼間に排尿量を増やす方法

## 8. 腎と生殖器系の臓器

- ・ 前立腺がん既往歴がある場合のチーズやヨーグルトの捉え方
- ・ 乳がん・子宮がん・卵巣がん・前立腺がんなどの再発予防法（手術あるなし）

## 9. 腎と寿命の関係

- ・ 長生きについて（やせ形、ぽっちゃり型、マッチョ型）
- ・ 閉経・更年期の対処法
- ・ 骨粗鬆症
- ・ ロコモティブシンドローム
- ・ 体が自分で思っている程動かない

## 10. 腎と感情の関係（不安・恐怖・驚き）

### 11. 腎を病ませる身体の歪み

- ・ 脚の左右差
- ・ 骨盤
- ・ 猫背

### 12. 腎を維持する方法

- ・ 生活習慣
- ・ 機能強化ポイント
- ・ 機能低下ポイント

### 13. 腎に対するお灸の方法