



それ、ウソです

丸山寛之(医療ジャーナリスト)

第34回 カイロの誤手技

カイロプラクティック 手技によって脊椎のゆがみを矯正し、神経生理機能を回復する方法。一九世紀末にアメリカのパルマーが創始した民間療法。脊椎調整療法。『広辞苑』第六版。

カイロプラクティックに関するこの解説は一般論としては妥当なものといえる。「背骨のずれを直して、病気を治す」というカイロプラクターの言葉を聞いたこともある。

だが、それは危険な誤解だ—と、整形外科の名医として知られる平林冽・慶応義塾大学医学部名誉教授は言い切った。

「背骨のゆがみを元に戻すと言われ、ゴキッとやられて、よけい痛みをひどくしたり、麻痺やしびれを起こしてしまった人が少なくない。だいたい背骨のずれなんて、例えば脊椎すべり症の手術をして、背骨を直接見ても、そんなにハッキリわかるものではありません。まして、わずかなずれなど体の外から触ってわかるはずがないのです—これが整形外科の常識であり、医学的正論である。

慶応出身の整形外科医、松久正・鎌倉ドクタードルフィン診療所院長も、著書『首の後ろを押す』と病気が治る』(マキノ出版)にこう書いている。

「カイロプラクティックでは、背骨のゆがみやずれを直す必

丸山寛之 プロフィール

NPO法人日本医学ジャーナリスト協会会員。1932年、鹿児島県生まれ。新聞記者、医学雑誌編集者を経て医療ライター。著書=近刊『がん』(いい病気)(マキノ出版)「読むサプリ」(明拓出版)のほか、「この酔狂な医者たち」「名医が治す」など。雑誌『杜快』に「名医に聞く」、地方新聞16紙に「健康歳時記」を連載中。



要はありません。もし、カイロプラクティックと称して背骨のゆがみやずれを強制的に手技で直すようなことがあったら、それはとても危険なことといわざるを得ません。よく骨にポキッと音を立てる手技を施して、治療をしたつもりになっているカイロプラクターがいますが、これも誤解です。あれは骨のゆがみやずれが矯正されて生じる音ではありません。単に背骨の椎間関節という部位がひねられたときに、こすれて音が生じているだけなのです。しかも、この音は神経の流れにとって害になる骨の動きによって生じています」

だが、実はその松久先生は、世界でも指折りの正統派カイロプラクターで、「薬はいっさい使わず、手術もせず、首から腰にかけての背骨をさわるだけの手技療法」によってさまざまな病気を治している。

「たとえ背骨がゆがんでいても、そこを通る神経の流れがスムーズであれば、生命力は十分に発揮され、体を最良の状態に保つことができます。神経の流れの狂いを直すこと。これが私の行っている<ガンステッド・カイロプラクティック>なのです」

この本は間違ったカイロプラクティックで泣かされる人をなくすうえでも有意義だ。

渥美和彦・日本統合医療学会理事長は、「輝く人間に生まれ変わる希望がここにある」と、本書を推薦している。



~1カ月でも食べ続けられるものって、何?~



沖知美

味海苔だったら、毎日食べてもいいかなと思います。おにぎりとかお煎餅とか好きなので、味海苔ならご飯に巻いても、そのまま食べてもいいかな。でも社長に話したら「あら、ビールじゃないの?」って(笑)。



重富幸治郎

カレーが大好きで、お昼ご飯もカレー率が高いです。最近をよく、近所の店にチキンカレーを食べに行きます。息子がまだ小さいから、今は家でカレーが出てこないんです。毎日カレーが食べたくなるのは、その反動かも。



実松千恵子

好きなものはいっぱいありますが、梅干しだったら、毎日食べてます。お弁当に2つ入れて、夕食で3つ食べて…夏の暑い時や疲れた時に、熱いお茶で梅干しを食べると、スッキリして咽の渇きも治まるみたいです。



伊藤晋一郎

最近、ニンニクの漬物にハマってます。スーパーで見つけて試しに買って以来、もうずいぶん続けています。しそがまぶしてある、しば漬けのような味で、カリカリした歯ごたえが好きです。夕食の時に5粒はかじってますね。



毎年お盆を過ぎると秋を感じていましたが、まだまだ暑い日々が続いていますね。今年の夏はアイスクリームをよく食べました!その時に何度かアイスの棒が斜めにささっていたのが面白かったです。製造が大変だったのでしょうか?今年は猛暑に円高など、本当に激しい夏となりました。(沖)



株式会社オルテック

〒810-0001 福岡市中央区天神2-8-41 福岡朝日会館11階
TEL.092-737-2128 FAX.092-737-2137
<http://www.ortic.co.jp>

月刊 つばさ



あなたと、あなたのお店を訪れるお客様の健康のために、お役に立てたら幸いです。

2010年9月号

自分と向き合う時間。



皆様はどんな夏休みを過ごされましたでしょうか?私は夏休みはとらないので、夏のイベントといえば、お盆のお墓参りくらいです。

さて、最近よく感じるのが「仕事力=コミュニケーション力」ということです。パソコンが普及して多くの役割を果たしてくれるようになる一方、人と人のやりとりは希薄になっている気がします。パソコンはすぐに自分の思いどおりに動いてくれますが、人間はそう簡単にはいきません。相手が動き始めてくれるまでには、自分の考えを説明する能力と伝える努力が必要です。そして相手がちゃんと理解してくれて初めて、コミュニケーションがとれたことになるのです。誰かと向き合う時には、いつもそう考えて努力するようにしています。

それとは別に、私には自分自身と向き合う時間も必要です。自分が何を考え、どう進むべきなのかを整理する時間のことです。日々の仏壇参りもその時間ですが、大きな決断の前には、一人で高千穂へ行きます。車で片道4時間の日帰り旅です。かなりハードではありますが、神聖な場所で迷いを捨ててくからか、帰りは心も体もスッキリし、運転も軽くなるように感じます。人と向き合う時は精一杯コミュニケーションをとり、自分と向き合う時はリセットして頭を整理する…そのバランスを大切に、いい仕事を重ねていきたいと思っています。



株式会社ORTIC 代表取締役 伊藤晴子



アサイーベリーが再び、注目されています！



アンチエイジングや疲労回復に優れたアサイーベリーが再び注目を集めています。アサイーについて詳しく知ると、その理由がわかります。

1 数千年前から重用されていたアサイーベリー

●ブラジル人だけが知っていた“アマゾンの秘薬”

アサイーは、ブラジルのアマゾン川流域の低地と沿岸地域に自生するヤシ科の植物です。その果実は直径1～2cmほどの濃い紫色の粒で、ほうき状の枝に700～900個もつきます。ブラジルでは数千年も前から疲労回復や体力増強のために飲まれていました。しかし、アサイーは収穫後24時間以内に加工しないと発酵が進み、栄養分が台無しになってしまうため、長い間、ブラジルから運び出すことができなかったのです。



●今では世界のトップアスリートが愛飲しています。

1980年代に入り、果実を発酵させない加工技術が進むと、アサイーが欧米などに輸出されるようになりました。エナジーフルーツ、パワーフルーツ、アマゾンの秘薬、奇跡のフルーツ…どれもアサイーの効果を体感した人々がつけた呼び名です。特にトップアスリートが愛飲したことで、アサイーベリーは注目を集めました。

日本では2008年に紹介され、コーヒーショップなどでジュースやスムージーが売られたり、サプリメントが市販されるようになりました。ORTICではその2年前の2006年からサプリメントを開発し販売しています。

2 ほかに類を見ない“奇跡のフルーツ”の栄養成分

●比べてみれば、わかります。

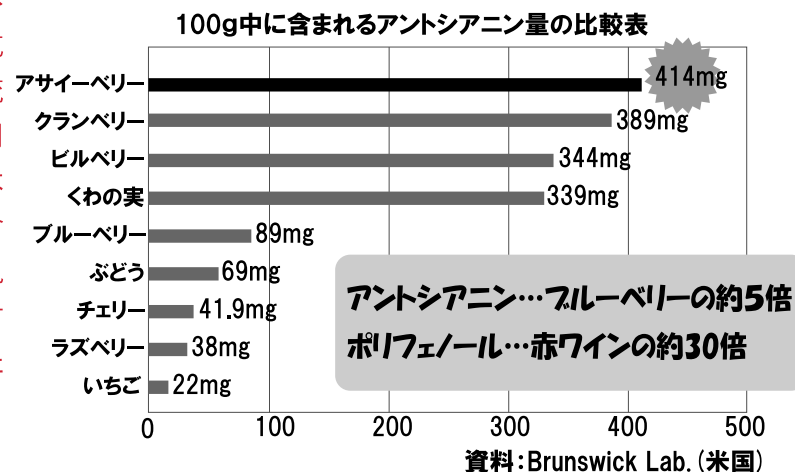
ハードな練習を重ねるトップアスリートにアサイーベリーが愛用される理由は、その栄養成分にあります。

血液をつくるのに必要な鉄分は牛レバーの約5倍、骨をつくるカルシウムは牛乳の約2倍。ビタミンについては、糖や脂肪を消費させ疲労回復に有効なビタミンB1・B2・ナイアシンのほか、美肌効果のあるビタミンC・Eも豊富です。下の表でほかの食品と比べてみてください。



●疲れ目解消や美肌づくりに優れた効果！

しかし、アサイーベリーの最大の特徴は、優れた抗酸化作用です。抗酸化とは、万病や老化を招く活性酸素を排除する働きのこと。アサイーには抗酸化成分であるアントシアニンがブルーベリーの約5倍、同じく抗酸化成分であり、血流改善や視覚改善作用もあるポリフェノールは赤ワインの約30倍含まれています。目や肌の衰えが気になる方には、毎日摂っていたきたい食品です。



3 サプリメントの問合せも急増しています！

●ORTICのサプリは、目に良い成分を強化しました。

ORTICではこの半年間で、アサイーベリー・サプリメントへのお問合せが急増しています。アサイーへの関心を持つ人たちが広がってきたようです。業界でもアサイーの機能性についての研究発表が行なわれるなど、市場再生に向けて動き出しています。サプリメントなら毎日簡単にアサイーの栄養成分を摂取することができます。さらにORTICでは、アサイーの機能を強化するため、サプリに次の自然素材を配合しています。

サプリメントの配合内容

- アサイーベリーエキス … 抗酸化作用、疲れ目解消、集中力アップ
- ルテイン … 黄斑変性症、網膜変性症、白内障の予防改善 (マリーゴールド抽出物)
- DHA・EPA … 角膜・水晶体の弾力維持
- カシスエキス … 視覚改善、血流改善作用、抗酸化作用
- メグスリノキ … 視覚障害の予防、抗菌作用
- GABA … 抗ストレス作用、脳の活性化

こんな方におすすめです！

- 中高年層** … いつまでも元気に暮らしたいと願う方や、小さな文字が見えにくくなったという方に。
- ビジネスマン・OL** … 長時間のパソコン使用などデスクワークによる眼精疲労がある方、仕事中心の不規則な生活で肉体的・精神的に疲労感のある方に。
- 受験生・学生** … 受験勉強などによる眼精疲労がある方、効率よく学習するための集中力をアップさせたい方に。
- アスリート** … スポーツやエクササイズに積極的に取り組んでいる方、疲労をすばやく回復させ、トレーニング効果を上げたい方に。

ORTICでは、OEM商品の製造もお受けしております。
TEL092-737-2128 (月曜～金曜 AM9:00～PM6:00)
詳しくは弊社ホームページ <http://www.ortic.co.jp>をご覧ください。