

<p>第41号 平成24年 4月 HPに 創刊号から 連載中</p>	<p>もう一つの道 情報は、うのみにせず、注意深く徐々に試してください。</p>	<p>山田整骨院 熊本市出水4-25-1 096-364-7611 http://yamadasu.com/ E-mail:yamadasu@opal.ocn.ne.jp</p>
--	---	--

久留米市愛康内科入院体験記

3月6日に愛康内科に入院しました。数年前から口腔に症状があり一度耳鼻咽喉科にかかって薬を処方してもらったのですが、口の病気は飲食を制限しなければ根本的には治らないということであり、自宅で何度も食事療法を試みたのですが、結局徹底することが出来なかったということです。放置すると癌化する恐れもあり、又、63年間の人生の垢、毒素、老廃物の大掃除をなささいという神様の声も聞こえて思いきって整骨院を1ヶ月間休業して徹底的に治療をし、あと10年間は元気で仕事をしようと思立ちました。

入院生活

1. 7時西医学健康法の機械運動療法…金魚運動、毛管運動 肩・背中・頸・頭・足首の微震動（10時過ぎ、看護師さんによる顎下懸垂）、足首の上下運動。
2. 7時55分 裸療法 別名風浴。布団をかぶって体を温めたり、窓を開けて冷気を入れて裸となって体を冷やし、交互に30分間行います。裸の時には西医学の背腹運動等を行い、温める時はじっとしています。自律神経を整え皮膚呼吸を活発にして老廃物や毒素を出します
3. 9時 生野菜泥汁療法 野菜の葉5種類以上 根2種類の青汁を約200cc、繊維も食します。断食の際は汁のみです。
4. 9時20分 七掛温冷温布 熱湯タオル7分から始まり、氷水タオル5分 熱湯5分と七掛して1分の氷水で終り、約40分行います。痛い所、調子の悪い所に温布します。私の場合は口の大元である頸にしました。
5. 11時 昼食 食事は患者さんにより玄米飯、玄米がゆ、重湯、生菜食（生玄米粉、人参、大根、山芋）寒天断食、リンゴ断食、すまし断食があります。
6. 11時から並行して 温冷俗療法開始 温冷俗とは 約18℃の水風呂1分、約42℃のお湯風呂1分を交互に行い、最低水4回、お湯3回行います。冷水浴はアルカリ性なので水中で体を動かし（酸性）、お湯（酸性）では静止（アルカ

り性)して、酸・アルカリ性の平衡を整えて自律神経を整えます。又、血液循環を良くし、皮膚の機能を高めて老廃物、毒素の排泄を活発にします。そのため水もお湯も汚れますから、流しっぱなしです。

7. 12時 30分 2回目裸療法

8. 14時 西医学機械運動療法(午後の分) 温冷浴や七掛温冷温布が済んでない人は、この時刻以降に行います。自由時間となりますが、近辺への散歩を勧められています。体力増強と気分転換のためですが、普通の入院生活はベッドの上での過ごし方が主ですので、大変な違いです。

9. 17時 夕食 内容はほぼ昼食と同じです。 10. 18時 30分 3回目裸療法

11. 19時 自由時間

12. 21時 消灯

なお 癌の患者さんは 裸療法が重要で、上記の時間の他にも頻繁に行うよう指導されます。火曜と金曜の8時40分からは患者朝礼で、今日の誓いの朗読、院長講話及び質疑応答が行われます。金曜の15時30分から院長による体操等の指導が行われます。この他排便のため起床直後及び就寝前スイマグ(下剤)を10~15cc服用し、生水及び柿茶を十分飲みます。

私の実践記

3月6日入院、玄米粥、味噌汁、豆腐で準備食の開始、10日~12日寒天断食、13日から玄米粥、豆腐の回復食 17日より玄米御飯、人参の炒め物、豆腐の普通食 19日より玄米粥、豆腐の準備食、21日から3日間、リンゴ断食、リンゴ1ヶを自分で搾り下ろして食べます。特別契約のリンゴで甘くておいしくお腹いっぱいになり、こんな楽な断食は初めてでした。24日より玄米粥、豆腐の回復食、27日玄米御飯、野菜と竹輪の煮物、豆腐の普通食 31日より生菜食。人参、山芋、大根を自分で搾り下りして玄米粉と混ぜて食べます。見た目と比べて実際は大変おいしくて驚きました。腹もちもよく、大震災等の非常時に最適食品と確信しました。なにしろ、生の野菜と玄米、石臼、水があれば火が要らず安全で健康に過せるからです。4月4日退院。

あとがき

愛康内科(HP有)には、東京の渡辺医院(HP有)同様、薬で治らないアトピー性皮膚炎、リュウマチ、自律神経失調症や、術後の癌患者さんたちが全国から集まります。石井医師の診断で私の病状はほぼ治癒となりました。私の体重は55キロから48.9キロになり、肌が綺麗になって10歳くらい若返った感じになり入院の目的は達成されました。