

第8号  
平成21年6月

## 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。

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

これが分かれば、病気も怪我也も美容も、なんにも恐くない！

今回は、当院で治療及び健康指導に用いている西式健康法の真随をお知らせします。

普通の時も、非常時にも血液循環が適切に行われれば、何の問題も起こらない。

骨折や捻挫したとき、患部は腫れあがります。この腫れが速やかに吸収されれば、痛みは早くなり、傷も早く治ります。交通事故で全身打撲して全身に内出血が起こります。この内出血がどれくらい早くなるかで、交通事故は治り方が変わります。ではどうやって速やかな血液循環を促すか。

### 動静脈吻合を働かせる

通常動脈血は、小動脈から毛細血管を通して小静脈に流れます。毛細血管を通して酸素、栄養が細胞へ渡され、細胞から二酸化炭素、老廃物を引き取ります。ここにもう一つ、小動脈と小静脈を直接結ぶ動静脈吻合という血管があります。恐ろしい目にあつたとき、急に冷たい空気にふれたとき、顔色は蒼白くなります。この時、毛細血管は収縮してそこに血液は流れず、動静脈吻合の血管が開いて、そこに流れるので、顔色が急に蒼白くなるのです。毛細血管を通らず直接静脈に流れるため非常に速い血液循環となります。これを人工的に起こして治療や予防に使います。

### 毛管運動

仰向けに寝て両手両足を上げて振ります。そうすると動静脈吻合が開いて急速な血流が起こります。当院では機器を使って毛管運動を行なっています。

## 温冷湿布

温めると血液は毛細血管を流れ赤くなります。冷やすと動静脈吻合に血液が流れ白くなります。温冷湿布を交互に何度も行ってどんどん血流を良くします。

## 治療として

1. 骨折、捻挫、打撲に対して。毛管運動と温冷湿布を行います。骨折の場合、折れた部分を副木で固定して行います。
2. 腰痛、頸肩部痛、膝痛に対して。毛管運動を行いません。痛い所には古い血液が滞っています。古い血液を除いて新しい血液を導き入れるのが治療です。毛管運動で全身の血液が急速に循環します。

## 予防として

暖かい部屋から寒いトイレに行った時等、急に血圧が上がり、つまり急に多量の血液が流れる時、動静脈吻合が健全であれば、その血管が開いて多量の血液が動脈から直接静脈に流れて、問題は起きません。しかし砂糖のとりすぎで動静脈吻合が溶けて消失していたり、アルコールのとりすぎでその血管が硬化していた場合、その血管は働かず、血液は毛細血管をつき破ります。これが脳に生ずるのが脳いっ血です。

これを予防するため

1. 毛管運動
2. 温冷浴・・・お湯と水風呂に交互に入る。
3. 裸療法・・・裸になって身体を冷気にさらし、毛布にくるまって暖かい空気に身を包む。交互に行なう。
4. 砂糖・アルコールを摂り過ぎない。摂ったら7時間以内に生水を沢山飲む。

## 美容として

動静脈吻合が消失、硬化して働かない場合、毛細血管が収縮したとき血液は行き場がないため、毛細血管を破って出ていき、そこで固まってしまいます。そのため皮膚が汚くなってしまいます。顔にしみができるのはこのためです。毛管運動等でいつも動静脈吻合が働く状態にしておけば防げます。又、消失硬化した動静脈吻合は生野菜泥汁と柿茶のビタミンCで再生できます。

## 結 び

動静脈吻合がきちんと働きさえすれば、糖尿病も不妊も美容も解決できない筈はありません。