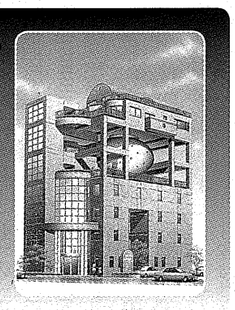
「自然の治癒力」を生むROB治療

「現代医学」がおちいっている迷路からどうぬけ出すか 「現代医学」のすばらしさをどう生かすか

今後のあるべき医療にについて「健康体」のイデアから
現代医学を変える三つの提案と五つの解決の方向

健康体を活かす医療

たまご理論で病気のしくみを考える(3)



たまごビル院長 石垣　邦彦
〒581-0061　大阪府八尾市春日町 1-4-4
電話 072(991)3398　FAX 072(991)4498
ホームページアドレス http://www.tamagobl.com/

みなさんの周囲をちょっと見回して下さい。きっと何人か元気なかたがおられるでしょう。そういう健康な体をもった方々の「健康体の特徴」には、例外なく「上腹部の柔軟性」があるのです。この健康な体にある「上腹部の柔軟性」とは、具体的にどういうメカニズムなのか、「上腹部の柔軟性」と「生きる力」＝「総合的な免疫力」とのかかわりがどうなっているのかを、今月から本格的に解明してゆきましょう。

【Ⅰ 生の人間の「こころ」と「からだ」の変化】

私たちは生きています。そして社会生活を営んでいます。喜怒哀楽の中で「生きぬき」また「死にゆき」ます。それが人間です。その人間的なレベルで真に人生を楽しむために、生の人間の「こころ」と「からだ」がどう変化するかを実際の「からだ」に即して観てゆきましょう。

臨床でよく見かけることですが、体調を崩され、精神的にも落ち込んでいる人に対して「上腹部の柔軟性」をつくりだすROB治療をさせていただくと

①か細い声が、大きくなり

②どんよりした、細くなり塞ぎかけているような目が、丸く大きく

③腰を曲げ、頸をうなだれていた姿勢が自然と背筋が伸び

④曇った、憂いをふくんだ顔が、明るくなりマイナス思考から何かやってゆこうという気持ちになり

⑤食欲のない人が、食事が待ち遠しくなってきます。

これが臨床上の事実です。

「上腹部の柔軟性」をつくるのがROB治療なのです。このROB治療によって

①のか細い声が大きくなるのは呼吸量が増えたからです

②の塞ぐようなところんとした目が、大きく見開き、勢いが出、目力がでてくるのは、体全体の体液の循環がよくなるのとともに、脳循環が良くなったからです。

③の腰を曲げ頸をうなだれた姿勢が、背筋をピンと伸ばせるようになるのは、重力に抗して人体力学のバランスがとれるようになったからです。

④のマイナス思考から、何かやってゆこうという気持ちになるのは自律神経が整ってきた証拠です。

⑤の食欲のなかったのが、食べるのが待ち遠しくなってくるのは、唇から肛門までの1本の管である消化管が動き出したからです。

【Ⅱ 生の人間の「からだ」が変化した結果】

①このようにROB治療によって「呼吸」が整い、存分に二酸化炭素を排出し、充分に酸素を取り入れることができるようになります。

②また「血液循環」が整い、充分に酸素を含んだ血液を体全体に運び、行きわたらせ、また体全体からの二酸化炭素や老廃物をスムーズに排泄することになります。

③また、「重心」が安定し人間が生きてゆく上で一番無理のない姿勢をとれるようになるため、頸・肩・背中・腰・膝・足・腕・手などに余分な力がからなくなり、「からだ全体」でスムーズな動きができ、疲れにくくなるのです。

④また「自律神経」が整い、ゆったりとして、気持ちがほがらかになり、精神の反応も敏感になり、こころの強弱の切り替えがスムーズに早くなります。

⑤そして「消化管の運動機能」がよくなることによって、「取り込み―消化―吸収―排泄」という「生きもの」が生きる上での一番大事な「はたらき」が活性化されます。栄養素を充分に「吸収」し、存分に「排泄」できることとなります。腸管免疫も活性化され、体内環境のもとである腸内環境が整うのです。

このようにROB治療をさせていただくと「生きぬく」上で重要な「呼吸・循環・人体力学・自律神経・消化管の運動機能」が整い、心も体も晴れやかになってゆくのを観察することができます。

そしてここで一番大事なことは、最初に述べたように「からだ」の「はたらき」がよくなってゆく過程で、「上腹部の柔軟性」が必ずだれにも出現してくることです。だれでも人間であるからには「呼吸・循環・人体力学・自律神経・消化管の運動機能」と「上腹部の柔軟性」に密接な関わりがあるのです。40億年にわたってつちかわれた人間レベルの「しくみ」があるのです。

【Ⅲ「上腹部の柔軟性」と「呼吸・循環・人体力学・自律神経・消化管の運動機能」との関係】

それでは一つ一つ「上腹部の柔軟性」と「呼吸・循環・人体力学・自律神経・消化管の運動機能」の関係を見てゆきましょう。

①まず、呼吸との関係（注1）

呼吸のしくみが示すように、横隔膜が上下することによって呼吸がなりたっています。

横隔膜が下がるためには、横隔膜の下が柔らかくなければなりません。横隔膜下の柔軟性があると、スムーズに横隔膜が下がり、肺も深く下がり、空気がたくさん入ります。横隔膜が上がると横隔膜に肺は圧縮され、その肺は収縮して空気がたくさん出てゆきます（図1）。横隔膜の下の柔軟性＝「上腹部の柔軟性」が大事なポイントです。

②次に血液の循環について（注2）

腹部の静脈血が心臓に戻る静脈還流については、「上腹部の柔軟性」があると、横隔膜は大きく下がるために、腹部に溜まっている静脈血は横隔膜に圧迫されて、大きく心臓の右心房に戻ることになります。戻りがよくなると、右心房から右心室、そして肺へと流れる静脈血の循環も良くなります。そのため肺で二酸化炭素と酸素の交換も活発になるのです。同時に肺そのものの動きもよくなっているために、二酸化炭素と酸素の換気率がさらに良くなります。また、動脈血は肺から左心房へ移り、左心室への移動もたやすくなります。そして左心室の収縮によって、その時の体の必要に応じた動脈血が適切に押し出されることになります（図2・3・4・5）。

③人体力学について（注3）

私は、臨床的経験にもとづいて、その理論を世界ではじめて3年前に作り上げました。「上腹部の柔軟性」が満たされると、下腹部の「からだ」の中心に重心が移り「からだ」が力学的に安定します。（図6）この人体力学という考えは、現代医学にはまだその理論がありません。

④自律神経について（注4）

これも未だに現代医学のレベルでは、自律神経と「上腹部の柔軟性」との関係が分かっていません。しかし、人間レベルの生活行動を通して昔から分かっていることがあります。仏教・キリスト教・イスラム教・ヒンズー教・山岳宗教等では断食の行があります。宗教者が断食することにより「消化管の運動機能」が休まり、精神的な安定をなさんとする行であるとして、私は注目しています。その注目する理由は「消化管の運動機能」の負担を軽くすることにより「上腹部の柔軟性」が必ずあらわれるからです。

そのため「呼吸・循環・人体力学・消化管の運動機能」がとどこおい、総合的な「生きぬく力」がわきあがってきます。結果として自律神経が整ってくるのです。また上腹部のすぐ直下にある交感神経のかたまりである太陽神経叢が刺激され自律神経とのかかわりについてはさらに確かな生理学的な解明が待たれます。

⑤消化管の運動機能について（注5）

これは一番大事な「上腹部の柔軟性」とのかかわりです。（図7）を観て頂ければ一目瞭然です。「上腹部の柔軟性」があれば、横隔膜が容易に大きく下がり、中腔の臓器である胃腸（図8）は圧迫され、腸管そのものは下前方に移動します。もちろん肝臓・腎臓・副腎・膵臓・脾臓・膀胱・前立腺・卵巣・子宮なども大きく揺り動かされ、活性化されるのです。このように揺り動かされ、活性化されることそのものが、横隔膜呼吸・静脈還流・人体力学・自律神経とのかかわりがあるのです。古来より「食養」が養生法の王道であると言われるのはそのためです。世界各地のあらゆる宗教が、精神統一や、宇宙との一体感を養うために断食をおこなうゆえんです。

以上のことから「上腹部の柔軟性」と「呼吸・循環・人体力学・自律神経・消化管の運動機能」が密接な関係のあることが分かります。逆に「上腹部の柔軟性」が不充分であると、この①～⑤までの要素がうまく働かず体全体の「はたらき」が低下してゆきます。そのことそのものが、不定愁訴、生活レベルの低下という現象となってゆきます。それが積み重なり老化と相まって長年の間に器質的変化を伴った病気＝慢性疾患となるのです。

テーションや、末期がんの患者さんなどのターミナルケアーにも、驚くぐらい大きな効果をあげることができます。

このように「上腹部の柔軟性」が慢性疾患の予防・治療・ケアーに効果があることが理解できると思います。

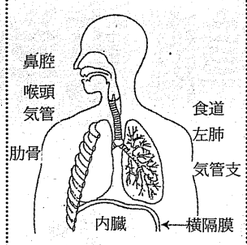
そのため「人は楽しむために生まれてきた」というイデアを実現するのは、先ず40億年つちかってきたこの「しくみ」を生かすことです。人間がたいことです。人間が社会生活を営むうえで、人間レベルでまさにこの「しくみ」が「生きぬく力」を生みます。見方によっては「総合的な免疫力」とも言い「自然の治癒力」ともいうのです。とすると本論の冒頭に述べた「自然の治癒力」とは、ROB治療によって「上腹部の柔軟性」をつくり保持するところにあることが分かります。

次回はこの「しくみ」を基本にしてさらにあらたな概念を発表してゆきます。ご期待下さい。

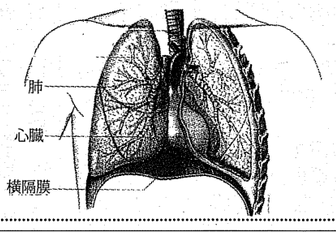
［参考文献］

注1・注2『高齢者の肺炎予防のポイントは静脈還流にある』2008年6月15日号
注3『「腰痛」を予防する⑧ 上腹部の柔軟性」と食べること・胃腸の動き・体の中心・「腰痛」との関係を解く』2009年10月15日号
注4『「腰痛」を予防する⑨「上腹部の柔軟性」をつくれば「腰痛」の予防ができる』中のⅢ「上腹部」が固くなる現象に注目するⅣ「腰痛」がどうして起こるのか 2009年11月5日号
注5『血液の循環は消化管（胃腸）が支配する』2010年11月15日号
＝いずれも河内新聞

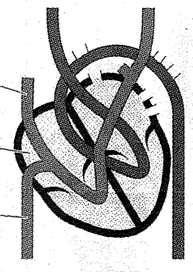
【図1】呼吸のしくみ



【図2】横隔膜・肺・心臓の位置関係



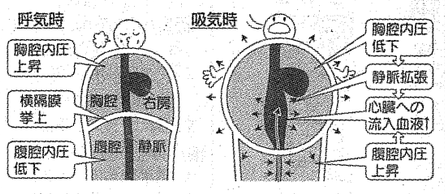
【図3】循環器の模式図



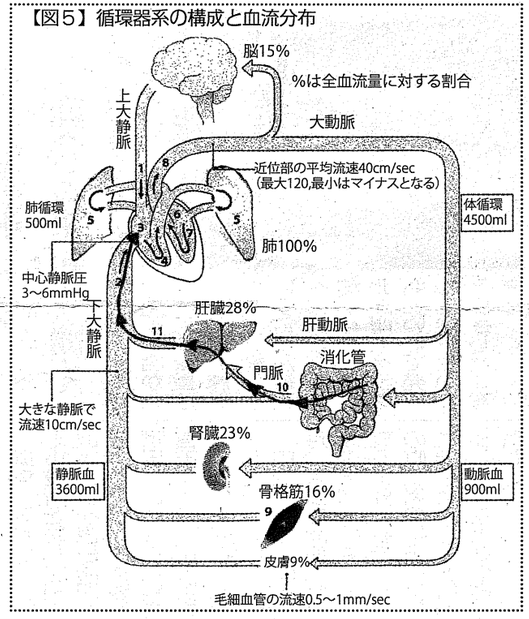
【図4】静脈血循環のしくみ≪静脈環流≫

- 静脈還流とは、全身に送り出された血液が、静脈を通って心臓に戻る流れのことである。
- 吸気時に静脈還流は増加する。
- 静脈還流は、右房圧（ＲＡＰ）、平均全身充満圧（心停止後に全身で平衡に達する循環内圧）、血流抵抗により影響を受ける。

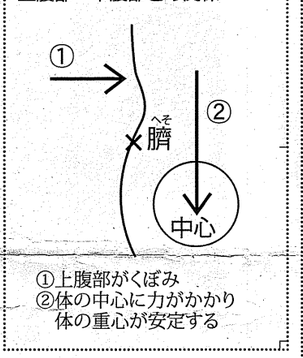
胸腔陰圧による静脈還流



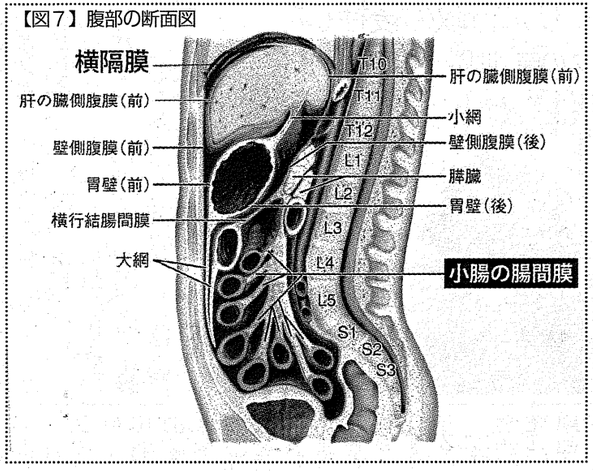
【図5】循環器系の構成と血流分布



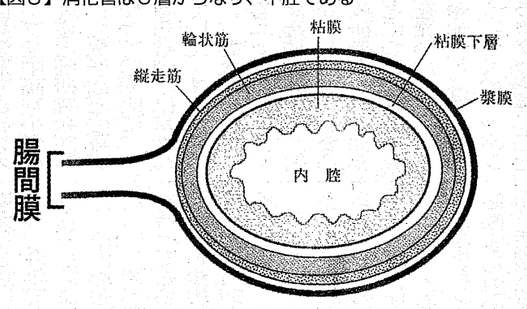
【図6】体の重心の安定と上腹部・下腹部との関係



【図7】腹部の断面図



【図8】消化管は3層からなり、中腔である



消化管の横断面（漿膜は消化管を1周して合流し，腸間膜となる．腸間膜は腹腔の背側で腹膜に移行する）

八尾ビルディング株式会社
〒581-0004 八尾市東本町3-4-18
☎(072)991―6700
代表取締役 山口 智士

特定土木建築業　総合建設業
水道工事業　八尾市水道局指定・柏原市水道局指定　排水設備工事業　八尾市排水設備指定・柏原市排水設備指定
㈱畑中商事　代表取締役　畑中信浩
本社　八尾市恩智中町1丁目165　TEL 072(943)6636・FAX(941)9101
柏原本店　柏原市太平寺1丁目9番6号　TEL 072(971)5711

いまの中高年の性の実態に迫る著作がブームになっています。その嚆矢（こうし）は「2度目の青春」シリーズです
2度目の青春（第1集）
各項漫画入り・著作・近藤利三郎
第2集は完売！
第1集も残少
■60～70歳代の元気印の熟女たちが温泉旅行に行った。さあ、その夜、彼女たちの行動はどんなだったと思いますか…
■小学校の片思い同窓生男女が60数年ぶりに老いらくの恋に陥ったが
■お申し込みは06・6323・6014（ＦＡＸ）近藤迄

創業 昭和14年
水素ガス発電機・水素ガス自動車
燃費節約「メディニウム」
日立航空機株式会社
大阪代表 小山博
（連絡）090・8213・4712

天山 日本料理 TENSAN
（株式会社トレビアン）
本店　八尾市永畑町1丁目2-40　TEL 991-6677　FAX 993-3355
支店　八尾市役所内食堂　TEL 991-3881
支店　八尾市文化会館内カフェプリズム　TEL 997-6666

八光殿では、企業・団体の福利厚生に新たな価値をもたらす
CLUB8510法人会員
を取り扱っております。
詳しくはホームページ
http://www.8510.net/corporate.html
八光殿 法人会員　検索
あなたの街の葬儀社
八光殿
株式会社 中河内葬祭
0120-39-8510

好評分譲中　大型公園墓地
八尾 普泉寺霊園
バリアフリー　大駐車場完備
八尾市福栄町3丁目5番地
お問い合わせは ☎072-996-1111 普泉寺霊園 検索