

いたわり

2010年9月号.No116
くすりのキュート(救)健康新聞

くすりのキュート

第231回「くすりのキュート玉名店 健康教室」

〈日時〉9月28日(木) 午後2時~3時

〈場所〉くすりのキュート 玉名店2階 健康教室

第54回「くすりのキュート 植木店 健康茶話会」

〈日時〉9月末予定 (詳しくは植木店にてお尋ね下さい)



秋に出てくる体の痛み

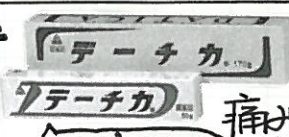
朝晩、冷えてきて秋風が吹くると、**腰やひざが痛くなる**という方が結構いらっしゃいます。夏の間、暑いからと冷たい水をジャンジャン飲まれてなかったでしょうか？暑いからと冷房の効いた部屋で過ごしお事が多なかったでしょうか？左の図のように「**水・冷・痛**」はお互いに関連しています。雨に濡れると体が冷えるように、水は体を冷やします。冷たい水も食べると頭痛という痛みがでます。夏の暑間は、外気温が高いので、冷たい水もたくさん摂っても、冷房で体を冷やしても、何とか体はもちこたえてくれますが、だんだん気温が下がり冷えてくると、急に血流が悪くなり、夏のツケが回ってきます。それが**体の痛み**です。特に**ぎっくり腰**は、冷えてきた秋ロガー一年で一番多いのだそうです!!

体に痛みが出てきたら、現代医療ではまず**痛み止め**と**シップ薬**が処方されます。実は**痛い時**というのは、すでに体が**血流を回復させて疲労物質を流し、治癒としていく過程**なのです。この時に血管を開く「**プロスタグランジン**」という物質がでますが、これは同時に痛みもおこす物質なのです。痛み止めやシップ薬は、せっかく開いた血管を閉じて血流を止めてしまいます。プロスタグランジンも来なくなり痛みは治まります。しかし肝心の**治癒反応**まで止めてしまう事になります。**痛みが出たら、ささと体の中と外から体を温め、血流を回復して早く痛みを改善しましょう!**



オイルリック
12日分 3885円
33日分 8620円

漢方の痛み改善薬
リウマチの効能まで持つ
優れ物。体の中をまるごと
温泉に入っているように温めて、
痛みを緩和していきます



デキカ
50g 1050円
170g 3150円

チューブの塗り薬 塗り薬
カーツときき血行が良くなり
痛みが楽になります。まずは
体の全このツボが通った
首から腰までの背すじに
塗って下さい。次に
痛い所を塗ります。



空気の加工と自律神経

昭和20年まで、多くの家屋は木造住宅であり、冷房している家などはほとんどありませんでした。それからわずか60年余り、今や冷房していない家庭の方がめずらしい程の、ささいな逆転現象が起きています。食べ物・水・空気の加工のうち、最も注意しなければならぬのは、実は**空気の加工**なのです。食べものは25日間、全く食べなくても生きてゆけます。水は全く飲まないで13と5日間、死に至ります。空気は5分間吸わなければ確実に死んでしまいます。その大切な**空気の加工=冷房**に関する悪影響がほとんどなされていないのです。冷房がなぜ健康を害するのか、理由は至って簡単です。**冷房が万病の元である「冷え」を生み出すから**です。かつて健康を守る上で**頭寒足熱**が大切な事が言われて来ました。頭を暖めてはいけない、足は冷たいはいけない。その境目は横隔膜にあります。横隔膜から上は暖めてはいけないのです。横隔膜から下は冷たくしてはいけないのです。夏のさなか戸外に113時は、上半身も下半身も、つまり身体全体が暑くなっています。もちろん身体は冷えていません。ところが家に帰り、冷房した室内に入ったらどうなるでしょう。冷たくされた空気は重くなりますから、部屋の下部にどんどん集まります。つまり冷房した部屋の空気は、**頭寒足熱に反することになります**。こうした部屋でひと夏を過ごしたら、**身体が冷えて引き、自律神経が乱れていって低体温**になってしまうのです。

低体温がなぜよくないのでしょうか？身体の活動力を減退させ、**免疫力(自然治癒力)**を著しく低下させてしまうからです。細菌やウイルスなど多くの**病原体は高温に弱く低温に強い**のです。細胞の中にも低体温を好む細胞がある事を知らなければなりません。それは**ガン細胞**です。癌は1985年以降死因のトップを譲っていません。この事は年毎に進む日本人の**低体温化**が、低体温を好むガン細胞が住みやすい環境(ガンになりやすい環境)を作り出していることを明らかに示している事になります。**体温が一度下がると免疫力は30%低下する**のです!

さらに低体温は**血管**にも悪影響を及ぼします。血管は急激な温度差に弱いため、血管トラブルは、よく風呂場やトイレなどで起こりますが、その原因はやはり温度差にあります。部屋の温度と廊下やトイレの温度差が大きいと、血管事故が起こりやすくなるのは理の当然です。まして夏の暑いテ外と冷房した室内とを出入りしては、血管の働きが衰弱して**血管障害**を増やすこととなります。

では、**空気の加工=冷房**を使わず生活できるのでしょうか？冷房に慣れくると、どんどん汗の働きが退化して、暑い所に行っても汗が出ず熱が体内にこもって**熱中症**になりやすくなります。そこで活躍してくれるのが**「バオリック源液」**です!



源液は、**自律神経**に直接働き、温度差に応じて血管をきちんと調節します。また、細胞内のミトコンドリアを活性化して**エネルギー**を作り出し、体温を上げます。**白血球を活性化**して免疫力もアップさせます。源液は、私達の細胞一つ一つに働き、一つ一つを元気にすることで、身体全体が元気になる**自然治癒力**をわくわくさせるのです。飲んだだけではわかりません!

※冷房の影響は、秋口の急に涼しくなってきた時に、出やすくなります。

