

2007年人間ドック結果について 考え込みました・・・

2007年の人間ドック健康診断で「異常あり」との判定をされる方が、88%にもなっています。つまり、正常者は全受診者の12%しかいないという事です。ドックや健診は、いろんな病気を早期発見・予防する為に、大切だとは思いますが、88%の方が異常値と判定されている事に、どれほど生活習慣やストレスなどの環境の変化による結果だと言われても疑問が残ります。実際、現在の数字基準(血圧、コレステロールなど)は、20歳の方も80歳の方も同じ基準なのです！

本当にそれでいいのかな～と思っていたところに、今回(裏面)の記事が目にとまり、皆様に一度見てもらおうと思い掲載しました。

あるデータでは、全世界の2%の人口の日本人が、全世界の医薬品の40%を服用しているともいいます。

(一例として、昨年問題になったりした「インフルエンザ薬タミフル」は、全世界の70数%は日本での服用だそうです)

ドック検診に行くのを否定するわけではありませんが、安易な医薬品の服用は考えなくてはならないと思います。なぜなら医薬品は、人間の身体にとって異物です。(毒にも薬にもなりえます)診断の数字は、学校のテストの点数ではありません！！

数字にばかり囚われ一喜一憂する前に、やはり『自分の健康は自分で守る』という意識をもって、まずは、生活習慣を見直すことを考えましょう！！

現在の自分の“食”、“運動”、“ストレス”、“睡眠”、“環境”などをチェックして考えることから取り組みたいものです。

P.S.

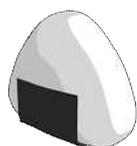
私の店「キュート」では、季節毎に「リンゴ」「梅干」「お米」など無農薬(おもにCK-5栽培)のものを、皆様にご賞味いただいて、大変喜んでいただいています

(実際、薬を使わない健康な作物はとってもおいしいと思います)

今年もやはり、キュートの「テーマ」は・・・

「人間も無農薬が一番」(笑)

で皆様のお手伝いをやっていきたいと考えて頑張ります！！



●新聞記事より・・・



上記は、1月7日の読売新聞朝刊の一面の記事です。とてもびっくりしました。

いったい何を信じればよいのか？ 私たちの業界の仲間で話す時、あと少し検査レベルが上がったら、全員「癌」と診断されてしまうのでは～という「笑えない話」がよく出ます(実際、人間は毎日3000個～5000個位癌細胞は出来ているといわれます)

やっぱり、毎日頑張ってくれる、自分の身体(細胞)を強く信じて、日々無理無茶させず、いたわり応援してあげるといった気持ちが、一番大切なのではないのでしょうか！？