



「鍼灸」は「効果」があるのか？

文●関忠雄

第9回

入浴と飲酒

鍼灸の施術をしていると患者さんから必ずといっていいほど受ける質問が2つある。「お風呂に入ってもいいですか?」「お酒を飲んでもいいですか?」である。尋ねられた施術者によって答えがまったく違うことも多い質問でもある。そのために患者さんは混乱してしまつ。今回はこの点について考えてみたい。

1. 入浴

①入浴に関する事例

名古屋で治療していたとき、知人が少し前に重いものを持って腰を痛めたといつて相談の電話が来た。そこで「患部を強くギョウギョウ揉むのは避けるように。また、入浴は避けるように」と伝えた。知人は親しい人なので「もし、人体実験を自分でしたいのならやってみかまわれないけれど…」と少しからかうつもりで付け加えた。

後日、その後の状態の話を聞いたところ、その人は筆者がやってはいけないといふことをしたという。よほど早く治りたかったのである。ギョウギョウ揉んで、入浴したのである。その結果3日間はそのすぐく痛み、上向きで寝られないので上半身を起こして寝たとのこと。そのように指導した理由は、新潟にいたときにも同じような人を見たこと

があったからである。その人は12月ある日の夜中に電話で、腰が痛くてたまらないので鍼をしてほしいと頼んできた。話では、昼間寒かったけれど好きな釣りに行ったという。釣りが終わった後に腰のあたりがムズムズするような感じがしたけれど、友人が「そんなものは酒を飲んで風呂に入ればすぐなおちまうさ」というのでその通りにした。そうしたら夜中になって猛烈に痛みだして、病院に行こうにもどこも診療時間外なので電話したという。そのときはなるだけ弱い刺激の治療を施し3日ほどで痛みはとれた。



②なぜ痛んでいるときに入浴してはいけないのであろうか?

「入浴すれば体が温まり、温まることは体に良いことではないか。現に温泉には神経痛に効くと書いてあるではないか」と人はいう。入浴に最適な温度は39度〜40.5度といわれている。体温が通常36.5度であるから、そのまま風呂に入れば人間の体のタンパク質はゆで卵のようになってしまふ。このために汗を出して体の中を冷やすのである。つまり風呂に入ると体の表面の筋肉は39度〜40.5度に温まるが、実は体の中は冷えているのである。そして

風呂から出て1時間半ほど経つと体の表面も冷えて、神経線維を刺激するので痛むのである。入浴当初は体が温まって痛みが軽減するため、風呂へ入ると良いと多くの人は錯覚する。そしてその後痛んだことは風呂へ入ったことは別の話と思ってしまうのである。

2. 飲酒について

猿など人間以外でも果物や穀物を発酵させてアルコール(エタノール)を作つて飲酒するものがある。アルコールにはヒドロキシ基の数で価数も変わりヒドロキシ基がつく炭素の位置によつても級数が変わる。ヒドロキシ基が1個のアルコールは「1価アルコール」と呼ばれ、普通、アルコールといえはこれを指す。メタノール(CH₃OH)やエタノール(CH₃CH₂OH)がこれに当たる。酒を飲むと、酒のアルコール分が酸化して有害物質のアセトアルデヒド(CH₃CHO)になるが、酒に弱い人や飲みすぎると体内での分解が追いつかず、心地良い気分が一転して神経組織を刺激し不快な気分になる。酒乱や二日酔いの原因である。いずれ無害な酢酸(CH₃COOH)になつて体から排泄される。アルコールがアセトアルデヒドになるのは飲酒してから1時間半くらいしてからである。アセトアルデヒドは



神経を刺激して痛みをおこす。さらに不快な状態での飲酒はアセトアルデヒドを増加させる。それは肝臓が機能しないからである。酒は気分の良いときや楽しい気分で飲むべきである。入浴して飲酒しさらに強く神経組織を押すなどの刺激を加えれば神経組織の興奮度は頂点に達する。鍼灸の治療後、入浴・飲酒についての質問を受けたらその理由を丁寧に説明し、避けるように勧めるべきであろう。ただし、鍼灸師自身が人体実験をして確かめた後の方が、説得力があるかもしれない。



関 忠雄
Seki Tadao

- | | | | |
|-------|-------------------------------------|-------|----------------------|
| 1949年 | 長野県生まれ | 2005年 | 佐野動物病院にて獣医学を研修 |
| 1973年 | 中央大学法学部卒業 | 2006年 | 名古屋市れもん鍼灸接骨院院長 |
| 1978年 | 早稲田鍼灸専門学校卒業 | 2013年 | アルゼンチン(F・パレイラ)鍼灸院院長 |
| | 倉島宗二師に師事 臨床鍼灸学を研修 | 2016年 | アルゼンチン、ドイツ、日本(名古屋市)に |
| | 関鍼灸治療室を開設 | | レモンバーム・アカデミー開設 |
| 2003年 | 新潟大学医学部第一解剖学教室で末梢神経(自律神経:迷走神経)解剖を研修 | 2018年 | アルゼンチンから帰国 |
| | 研究題目「迷走神経と経絡との解剖学的相関について」 | | |

2019年7月発売!

猫背矯正
コースを
導入しよう!

ねこ背は
肩を回せば
治る!

背すじがスッと伸びる!
背が高くなる!

書籍

「スグに役立つ!」
「わかりやすい!」
「はじめての人でも成功する!」

DVD

治療院経営勉強会 (土曜日 18:00~20:00)

東京池袋 アットビジネスセンターにて 誰でも参加可能**5,000円**

後期 10/19(土)・11/16(土)・12/21(土)

治療家の悩みを全て解決!

- 経営・マーケティング
- 集客・リピート・ファン化
- モチベーション
- 家庭問題
- 顧客対応
- スタッフマネジメント

PCC治療家塾入会受付中!!

年間 **3万円** 治療院経営の
通信教育システムです。

お問い合わせはこちらから >>> URL: <https://e-pcc.jp> もしくは PCC治療家塾 検索