

月	火	水	木	金	土	日祝
山根	出張	山根	中川	中川	中川 山根	休み



皆さん経験があると思います
が、私は怪我をした時、お腹
が痛い時、頭痛に見舞われた時
痛みの感じる場所に見舞われた時
行きます。しかも、ほぼ無意識
で痛みの出ている場所に手を
持つて行くはず。そして、
押さえてたり摩つたりしますね。
この時、不思議と痛みが静まる
経験もされていると思います。
手当てすると言う語源はこの
様な行動が由来しています。痛
みのある場所に手を当てる行為
は我々にとって当たり前の行動
なのですが、実は科学的にも理
由があります。少し難しい話に
なりますが、鍼灸治療にもつな
がる話ですのでご紹介させてい
ただきます。

お盆も終わり、台風7号の影響はいかがだったでしょうか？こ
の広報を作成しているのは8月10日。近畿地方に台風直撃の予想
がされ、せつかくの夏休みも丸潰れという重苦しい状況真つ只中
です。災害は人の生活を一変させてしまします。備えあれば憂い
なし。普段から防災には十分心掛けましょう。
今回のテーマは『手当てと人の感覚について』を書き記したい
と思いますので興味があればじっくりと読んでみて下さい。

『手当て』と人の感覚について



マホロバ

2023年9月号
毎月末発行 No.44

発行者 マホロバ鍼灸院

痛みは脳で感じ、我々の行動に大きな影響を及ぼす

様々な痛みや刺激は全身に張り巡らしている感覚受容体とい
う言わばセンサーの様な器官が受け取り、脳(中枢)へと伝え体
性感覚野と言う場所で処理され様々な反応を起こします。
例を挙げると、虫が皮膚を歩いた時、私はムズムズとした不
快な感覚を得ます。また、虫に刺された時は痛みを感じて即座
にそれを払いのける行動を起こします。

古くから人類は病気を媒介する虫には多くの命を奪われてき
ました。虫が皮膚を刺激した瞬間、不快感を感じる事により即
座に虫を排除する本能が備わっているのです。

また、痛みは行動を抑制させる大切なもの。膝や腰が痛む時
はなるべく無理をせず休む様に出来ています。痛みを感じる事
が無ければ無理が重なって傷を広げる結果となるでしょう。痛
みを無理に取り去ることは非自然的であって、手当てで痛みを
和らげる事が自然的だと言えます。

では病院で処方される痛み止めはダメなのでしょうか？確か
に関節が痛い時に処置される痛み止め(ステロイド注射)は炎
症を抑え、痛みを抑制する事が得意です。しかし頻繁に関節注
射を行うと関節が破壊される可能性もあります。関節の痛み止
め注射は頻繁に行えないと病院でも説明されますね。要は使い
方が大切で、鎮痛剤で痛みを抑制した後、どれだけ養生出来
るかが大切なのです。

鎮痛に役立つ鍼灸

鍼灸も手当てと同じ様な作用で痛みを抑える働きがあります。患部
が痛いと感じている時、鍼やお灸の刺激は新たな刺激として脳に伝
わり、元々あった痛みを抑制する作用が起ると考えられています。
『痛い痛いの飛んで行け!』と手当てを行う事と同じです。

また、特に鍼の刺激は脳内の鎮痛物質を産生する作用があります。
手足のツボを刺激すると脳内麻薬と言われる物質が痛みを抑制させ
る実験結果があります。麻薬という表現はあまり良くないですが、
強烈に痛みを和らげる物質もあります。鍼灸は小さな刺激を身体に
与えることによって人の持つて居る能力を引き出す力があるのです。



LINE



X



Instagram

カッコいい名言

幸福は香水の如きものである
人に振りかけると自分にも必ずかかる

エマーソン（米国の思想家）

冷たい物を一気に食べた時、頭がキーンと強烈に痛くなる経験をした事ありませんか？これは医学用語で『アイスクリーム頭痛』と呼ばれていて、急激に冷たい物を食べた時に起こる反応です。急激に冷たいものが口に入った時、喉にある三叉神経が痛み刺激と捉えるため頭痛を起こすと言われています。また、血流を回復させるため頭の血流が一気に高まるのが原因とも考えられています。偏頭痛を持っていて首周辺のマッサージを加えると頭痛が酷くなる場合があります。偏頭痛が起こるときは急激な気圧の変化、自律神経の働きがうまくいかない場合など、脳血流が関与していると言われています。予防法としては、急に冷たいものは食べない様にします。ゆっくり食べる様にしましょう。

役立つ？身体に関する豆知識

左上のQRコードより登録可能です



マホロバ灸灸院LINEをぐ登録下さい
メッセージの配信を行なっています。
マホロバ灸灸院はLINEのアカウントを運用しております。より多くの情報を提供するため先月よりパワーアップし、1ヶ月に5000通のメッセージ配信が可能となりました。空き時間情報、予約のメッセージ受付、VOMから動画や写真など発信しておりますので是非ご登録下さい。

便利!

マホロバ灸灸院

はりのマイガルテ

詳細を見る

この院を予約する

奈良県 橿原市 八木町1丁目2-20

休診日: 日

施術カテゴリ: 治療 美容 スポーツ

☑️ 予診票を記入する

アプリをダウンロードして便利なインターネット予約をご利用ください



野外で料理をすると美味しさも倍増します^^

後書き
最近、焚火料理にハマっています。家に薪ストーブがあり、大量の薪をストックしていますので、炒め料理や煮物、炊飯で楽しんでいます。薪は拾えば燃料代が無料。実はこう言う道具は災害時にも役立ちます。災害には遭いたくないですが。

【スケジュール】

△往診日、○中川、●中川・山根、□山根

9 September 2023						
日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	31	1	2
3	×	4	□	△	5	○
10	×	11	□	△	12	○
17	×	18	×	△	19	○
24	×	25	□	△	26	○

10 October 2023						
日	月	火	水	木	金	土
1	×	2	□	△	3	○
8	×	9	×	△	10	○
15	×	16	□	△	17	○
22	×	23	□	△	24	○
29	×	30	□	△	31	○