

## 朗(かわしま・あきら)先生

西洋医学に、東洋医学などの代替医療を取り入れた統合医 択を重視した、満足度の高い医療の提供を目指している。 「冷え克服法」「一生毒をためない生活」ほか、著書多数。 日本抗加齢医学会評議員、日本統合医療学会理事など

> 整える 加齢と共に、「なんとなく体

増えてきます。 調がすぐれない」ということが

漢方や鍼灸などの東洋医学の 愁訴のように、原因が特定で 定し、その原因を取り除くた ません。というのも、原因を特 ではできることがあまりあり ていくことが可能です。 ランスの崩れを整え、なんとな 身のバランスを整える医学」で の方法です。東洋医学は「心 力を利用してみるのもひとつ きない体調の悪さに対しては、 めにピンポイントで攻撃するの はない」という場合、西洋医学 す。何らかの原因で生じたバ が西洋医学だからです。不定 く感じている不具合を治療し 「検査を受けても特に異常

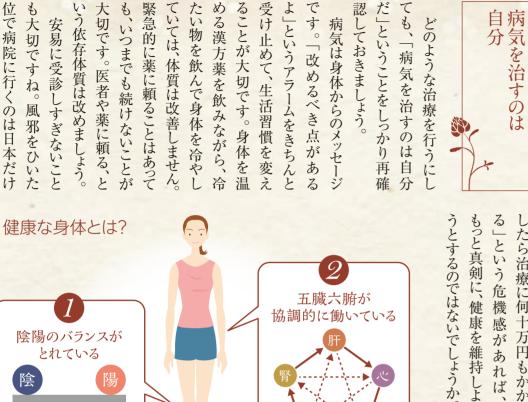
は誤解です。本来は、2,3日 も飲めば何らかの改善を実感 飲まないといけない」というの ワと効くものなので、長期間、 ちなみに、「漢方薬はジワジ

> できるはずです。逆に言うと、 感じない場合には、その処方 数日のうちに何らかの効果を といえます。 が合っていない可能性が高い、



医学と大きく異なる点です。 法や薬が定められている西洋 は防風通聖散を、というよう 分かれていて、標準的な治療方 同じ治療を行うこともありま 同じであれば「異病同治」で、 症状は異なっていても、原因が 特徴です。また、現われている に、「同病異治」が東洋医学の は加味逍遥散を、水(津液)が不足している虚弱体質の方に に応じた治療を行います。同 不足していて肥満気味の方に じ便秘でも、気(エネルギ 東洋医学では、個々人を 臓器別、疾病別に専門が タルに診断し、個別の状態 1)が

感染症など、西洋医学の救急 脳梗塞や心臓発作、急性の



日本は大変なことになります ひとりの意識を変えなければ、 感じることが大切ですね。一人 9割は誰かのお金。その痛みを 負担での受診、ということは、 は、こどもや孫のお金を使い込 財政赤字が続いています。これ どの社会保障費が年々増大し、 んでいるようなものです。1割 今、日本では医療や介護な

制度の弊害です。

「身体を壊

したら治療に何十万円もかか

域もあります。それぞれの強

ますし、東洋医学が得意な領 処置が不可欠な領域もあり

みを知って、好いとこ取りをす

は。これは、1~3割の負担だ ている、というのも日本ならで を受診し、山のように薬が残っ です。日替わりでいろいろな科

けで受診できる、日本の医療

るのがよいと思います

負荷をかけよう

「ちょっときつい」位の

足腰を使うことが必要ですね ば、しつかり栄養を摂り、毎日 身体を維持したい」のであれ たいから、85歳位まで動ける 生きていたいのか、考えてみま めに、何歳まで、どんな状態で しょう。「孫の結婚式に出席し まずは、どういう目的のた

持しておきたいのか、という目 には、「ちょっときつい」位の運 何でもいいのです。目標を定め と海外旅行に行きたい」等々、 標をはつきり持つことが大切。 からこそ、何の為に健康を維 に身体は衰えていきます。だ つい運動を続けるのは大変で 動を行う必要があります。き て、そこに向かって努力を続け 『一番若い』と言われたい」「孫 「個展を開きたい」「同窓会で すが、それをしなければ、確実 歩ける身体を維持するため

陰陽のバランスが とれている 乾かし、 温める 潤し、 冷やす 静的 動的 気・血・水・の 代謝・量が充分

9

位で病院に行くのは日本だけ

も大切ですね。風邪をひいた

安易に受診しすぎないこと