

病気を治し、美肌・若さをよみがえらせる「睡眠と入浴」

ゆほびか

心も体も健康になる暮らし方

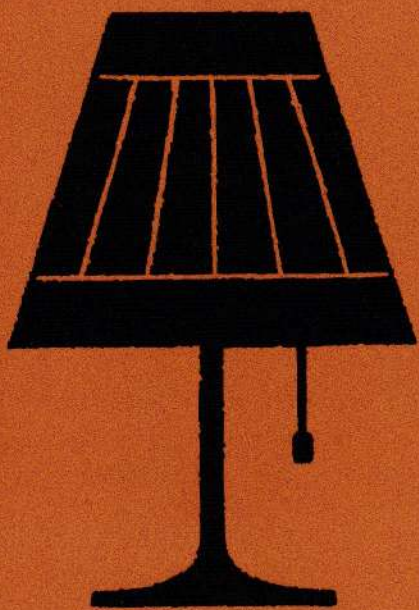
2月号

猛烈に眠くなり朝まで熟睡!
医師も勧める
「快眠」CD
特別付録

疲れが完全に取れる! やせる! 病気も治る!

「睡眠と入浴」の新習慣

- 重症不眠が「快眠CD」で治った! 耳鳴り・老眼・肩こりも改善
- 寝る前に「足の指をもむ」と睡眠の質が高まり便秘も解消 病院で6千人が効果実感
- 「塩ぶろ」でイライラ・うつ・腰痛が消えた! 子宝に恵まれた
- 「睡眠時間」を変えただけで10kg 15kgやせた人続出 医師が3万人に指導
- 朝10分の「二度寝」でストレスに強くなる体内物質が増加 いいアイデアも浮かぶ
- 認知症リスクを5分の1に減らす「脳が活性化する昼寝術」
- ポカポカが持続! きめの整った美肌になる「昆布ぶろ」



一瞬で体と脳が整うと医師も太鼓判

「鼻の横を押す」と万病が治る

腰痛・股関節痛・頭痛が解消!
アトピー・めまい・パーキンソン病も改善

五輪体操チームも実践し金メダル獲得

人生に奇跡を起こす魔法の詩

ガンに勝った! 女優は絶望から再起

宮沢賢治「雨ニモマケズ」のほんとうの読み方

コワイほど当たる「誕生日占い」2014

仕事・恋愛の幸運日を公開

「酢靴下」で水虫・ウオノメが消失! かかとツルツル

別冊付録
美と健康のために
ほんとうは
やってはいけない
NG習慣

一瞬で
体と脳が整うと
医師も太鼓判



鼻の横を押すと 万病が治る

腰痛・股関節痛・頭痛が解消！
アトピー・めまい・パーキンソン病まで改善

● 五輪体操チームも実践し金メダルを獲得 ●

鼻水などの小さな症状から、現代医学では治せない難病まで、全身のあらゆる症状に有効な“奇跡の急所”を、鼻の横に発見！この急所をたった2分、2本の指で軽く刺激するだけで……きっと皆さんの体に、ビックリするほどの変化が現れるはずですよ。健康状態になんらかの不調を持つすべてのかたに、ぜひお試しください健康法です。

鼻の横を押す効果の科学的根拠を医師が解説！ 脳内の変化を最新機器で確認できた

● くだうちあき脳神経外科クリニック院長 工藤千秋



くだうちあき
1958年、長野県生まれ。英国バーミンガム大学、労働福祉事業団東京労災病院脳神経外科、鹿児島市立病院脳疾患救命救急センターなどで脳神経外科を学ぶ。89年、東京労災病院脳神経外科副部長を経て、2001年、くだうちあき脳神経外科クリニック(東京都大田区)を開院。日本脳神経外科学会専門医、日本認知症学会認定医・指導医脳神経外科一般の他、認知症、高次脳機能障害、痛みの治療、パーキンソン病に情熱を傾け、心に迫る医療を施すことを信条とする。

ほんとうに治療に役立つ信頼できる補完療法

私の専門は脳神経外科で、クリニックにもその名が付いています。

しかし、実際の臨床現場では、脳神経外科の理論や手法だけを用いるわけではありません。漢方医学や、植物の香りを利用して体を癒すアロマテラピーをはじめ、多くの「補完療法」も積極的に導入し、治療に役立っています。

西洋医学は優れた医療ですが、限界もあれば、欠点もあります。そうした西洋医学の隙間を埋めるのが、補完療法の役割です。ただ、補完療

法にはさまざまなものがあり、信頼できるものとそうでないものがあるのが実情と言えるでしょう。

萩原秀紀先生が開発された「鼻の横の天迎香を押す」という療法は、まさに、信頼できる補完療法の1つです。

ほんとうに信頼でき、治療に役立つ補完療法を見つげ出すには、重要な基準が2つあります。

1つは、実際にそれで病気や症状がよくなっている人が多くいること。もう1つは、効果に科学的な裏付けがあることです。

天迎香を押して、病気や心身の不調を完治・改善したかたがおおぜい

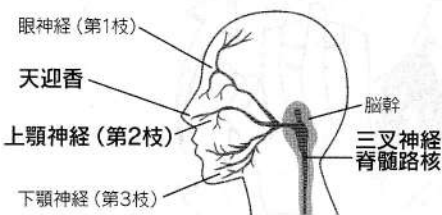
いらっしやるのは、萩原先生が話ししのとおりです(132ページ参照)。私からは、科学的な裏づけについて紹介させていただきます。

脳機能計測器が天迎香の効果を検証

左のページのデータをご覧ください。世界の脳科学研究でも用いられている脳機能計測器、脳機能NIRSによるデータです。「天迎香を押すと、脳内が高酸素状態になる」ということが検証されている、貴重なデータです。

脳内の血流がよくなって高酸素状態になれば、それまで怠けたり眠っ

たりしていた神経がいつせいに目覚め、それぞれの働きが活性化して、その結果として、体じゅうのさまざまな不調が改善されるのは、不思議なことではありません。



●天迎香の刺激が全身に伝わる仕組み

天迎香を押すと、上顎神経三叉神経脊髄路核を経由して、刺激が全身に伝わり、体の不調が改善される

※三叉神経：顔面の知覚と運動に働く神経で、末端は眼神経、上顎神経、下顎神経の3本に分かれる

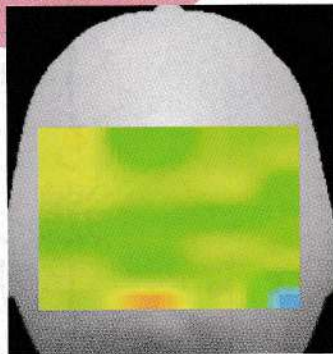
鼻の横を押すと 脳が活性化!

鼻の横を押すと、脳の血流量が増して、高酸素状態(赤・黄色)になる。
高酸素状態とは、脳が活性化している状態ということ。体のあらゆる機能が回復する。

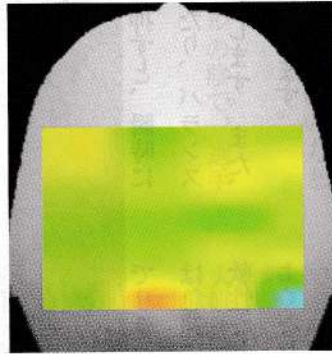
● 頭頂部の様子 (運動に関連する脳の部位)



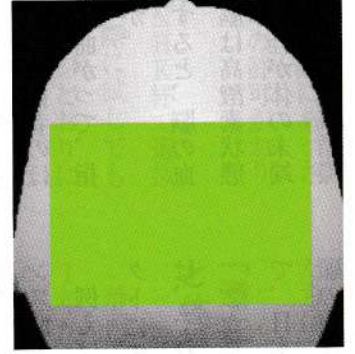
※脳が活性化した場所が赤～黄色に変化している



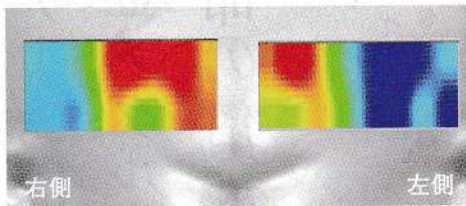
天迎香を押すのをやめて2分経過



天迎香を押し始めて1分後



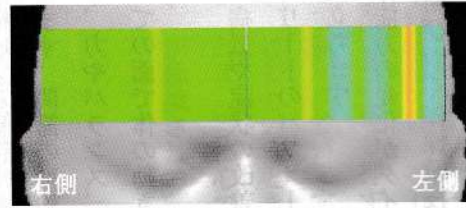
天迎香を押す前



天迎香を押して5分後

● 側頭部の様子

(言語に関連する脳の部位)



天迎香を押して45秒後

● 前頭部の様子

(思考に関連する脳の部位)

また、天迎香を押す効果のメカニズムの1つとして、私は延髄にある三叉神経脊髄路核(右ページの図参照)の機能が高まってくることも一因ではないかと考えています。

脊髄路核につながっている三叉神経の末端が、ちょうど天迎香の辺りなのです。

つまり、天迎香からの三叉神経の刺激が、脊髄路核を活性化させます。脊髄路核の神経コントロール機能が改善・向上することで、さまざまな病気や症状の改善を生むのではないかとというわけです。

ただし、これは脳神経外科という限られた視点から見た1つの推測にすぎません。

私たち人間の体、特に脳の働きには未解明な、いわば「神の領域」になっている部分のほうが多いというのが実状です。

その意味では、もっと奥深いところで、現代科学でもとらえきれないメカニズムが起きているということも考えられます。

天迎香のメソッドは、単に鼻の横を押すだけです。生体を傷つけない



● 著・萩原秀紀
● 監修・工藤千秋
● 税込・1,365円
● マキノ出版刊
● 全国書店、amazon等
等好評発売中

決定版の本を5名様にプレゼント!

『「鼻の横を押す」と病気が治る』を5名様にプレゼントいたします。以下の応募方法をお読みになり、ご応募ください。

【応募方法】

郵便はがきに、①郵便番号・住所、②氏名、③年齢、④職業、⑤電話番号、⑥効果のあった健康法を明記し、左下の応募券を貼って下のあて先までご応募ください。

【締め切り】

2014年1月16日(当日消印有効)

※当選者の発表は商品の発送をもって替えさせていただきます。

【あて先】

〒113-8560 東京都文京区湯島2-31-8
マキノ出版「ゆほびか」編集部「鼻の横を押す」係

することもありません。要領さえ飲み込めば、子どもからお年寄りまで誰でも手軽に、その効果を楽しめることができます。

こうした点も、優れた補完療法には欠かせない条件です。

病気や症状の改善だけでなく、日々の健康管理、病気の予防にも、ぜひお役立ててください。

