

## 【生活習慣病その予防と鍼灸マッサージ治療法】

新年明けましておめでとうございます。本年もよろしくお申し上げます。さて、昨年後半より、経済状況が世界規模で縮小しております。国内におきましても、保険、年金、福祉、介護、と社会保障制度の根本から揺らいでおります。日本の国民皆保険制度は、世界に冠たる保険制度です。しかし、世界一の長寿国家である現在、医療費が支えきれなくなっているのも事実です。そこで厚労省は、生活習慣病の予防に力を注いでいます。メタボリックシンドロームに象徴される3大疾患「高血圧」「高血糖」「高脂血症」です。これらを抱えていると、脳血管障害(脳梗塞・脳出血)、虚血性心疾患(心筋梗塞)、糖尿病、のリスクを著しく高めることとなります。この原因のほとんどは生活習慣によるもので、いかに予防医学が大事か、国民の多くが関心を持ち始めました。

その中でも、副作用の無い東洋医学は、古くも新しい治療法の一つとして大変見直されてきています。未病治、すなわち東洋医学そのものです。予防法の基本は、食事療法、運動療法、漢方療法です。

食事療法では、腹八分で脂肪分控えめの和風の食事、運動療法では、一日2～30分以上の運動、漢方療法では、鍼灸治療で循環の改善、自律神経の安定、運動器の手当て等で体調を整え、痛みを取り免疫力を高めます。

前回のコラムで書きました筋力の維持増進の大切さは、予防医学の中心をなすものです。既に病気の方はこれ以上悪化させない維持増進で、病気手前の方はスピーディに正常に戻す治療が必要です。

江戸時代では養生法が盛んに行われ、東洋医学の全盛を極めました。将来、医療費の抑制に東洋医学が大いに貢献できる証左でもあります。

今回は、中高年に増えてきている脳卒中後遺症のリハビリ鍼灸治療を説明したいと思います。最初に、脳卒中とは、脳血管障害のことで、脳の血管が閉塞したり、出血したりしておこる病気です。

主だったものは脳梗塞、脳出血、くも膜下出血の3つです。

脳卒中後遺症としては、片麻痺が代表的です。私たち鍼灸師が遭遇する患者さんは、大変残念なことに、脳卒中後遺症特有の片麻痺が既に進行して、筋肉、関節が固まり、運動制限のレベルが高い状態がほとんどです。

当院での治療は、訪問リハビリマッサージを基本に、麻痺側の筋肉に対して鍼通電法(パルス治療)で筋肉に対し賦活的アプローチをします。

治療目標として、これ以上進行させない、維持増進を目指す治療を行います。患者さん自身、日常の質を向上させることが、将来の自信につながり、社会復帰に希望が持てます。

また、麻痺の出していない健側も治療対象です。早期の治療が一番良いのですが、今後、混合診療、補完治療、チーム医療が欧米並みに支持されれば、鍼灸治療が俄然効果を発揮すると思います。今後益々増え続ける脳卒中後遺症治療に対して、我々東洋医学に携わる者とし

て、全力で治療に邁進したいと思います。本年も皆様のご健勝をお祈りしております。

あさひ鍼灸院 吉野 秋人