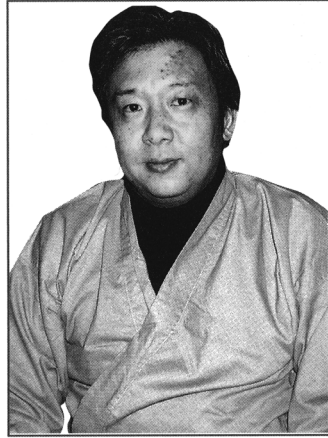


羅漢果通信



ヒーリングスペース癒しの森
院長 大橋 正文氏

たかが風邪と 思わない。

「風邪は万病のもと」とよく言いますが、年代によってその響きは恐ろしいほど違います。高齢者や長年の持病を抱えた方々にとって「風邪は命を奪う致命症」なのです。具体的に申し上げますと、病院内で高齢者の死因の90%以上が「肺炎」及び高熱による「心筋梗塞」であり、長年抱えていた病では無いからです。もちろん「ガン」「リウマチ」「白血病」などの病気も同様です。つまり「風邪」こそが命を縮め奪うのです。この点、高齢者の方々と若い方々では、認識が根本的に著しく異なります。現実的に言えば、この「風邪」の原因である「ウイルス」の感染は深刻であり、今日病院内ではいわゆる院内感染事故があとを断たないのです。見舞客の花なども感染の恐れがあるとして禁止している程です。一方では、この件の情報指導はとて不十分で最も感染を守るべき

集中治療室に平気でマスク等付けずに入室する方々や、子供が入室されるケースがあります。病院側も注意書きを貼るだけで注意をしないことが多いのが現状です。何度とも言いますが免疫力の低下している状態では、体に付着している何でも無い雑菌が「命取り」なのです。

「風邪は万病のもと」の真意は「風邪」が誘因となり持病が更に悪化し併発し命を縮めるので、絶対に「風邪」を甘く見てはいけないと言う「命がけの戒め」なのです。冷静に周囲を見ると「風邪」をこじらせて早く亡くなるケースが昔から多いことに気づくはず。この「風邪」には、現代医学では一切治療薬はありません。「インフルエンザ」「水虫」も同様でウイルスの感染による病気に人間はまったく無力で、その侵入口である「喉」で人間本来の免疫系（リンパ線）で守るしかありません。頻繁に使用される「抗生物質」「ワクチン」がまったく無力である事は薬学を正しく学べば明白ですし、何よりも毎年「風邪」「インフルエンザ」は発生するのです。今日恐ろしいのは、こうした処置による副作用で幼児から大人まで更に深刻な2次災害が多発していることです。

では、現実には日常どうすれば良いのでしょうか。「風邪」を守るには、その原因である「ウイルス」の侵入の「喉」で防ぎかつ免疫系（リンパ線）で撃退するしか手はありません。鼻水、タン、汗はリンパ線でウイルスを殺したの残骸の排出です。

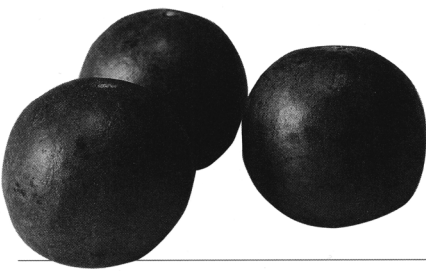
風邪は万病のもと。 のどを守って長生きを！

よく鼻水が出たら治るのは、この免疫力が正常に働いた結果です。ところが今日「風邪」をひいて熱は出ないけど1ヶ月も喉の痛みや鼻の症状が治らない方々がとても多く、いつも鼻が詰まり、寝る時は口が開いたまま・これでは喉の粘膜がいつも乾燥し抗菌できずウイルスはどんどん侵入します。「喉」で「ウイルス」を撃退できない時「ウイルス」は肺のリンパ線まで侵入し高熱が生じ、いわゆる「肺炎」となります。高齢者の大半はこの段階で意識を失って昏睡状態に陥ってしまいます。

最近では本当に幼児から大人まで、いわゆる年中気管支炎の方々が多く、喉の痛みが慢性化しています。若いのに「風邪」を1〜2日で治す免疫力がなくて1ヶ月以上も症状が続いている方々なのです。つまり、いつも体内（喉）に「ウイルス」を殺せず保菌している人が周囲にとっても大勢いるのです。これには自分自身で「風邪」の原因である「ウイルス」の侵入口の「喉」を守りぬくしかありません。

「風邪」から大切な「喉」 を守り健康を維持する為 に日々すること！

1. 必ず寝る時は首にタオルを密着させて巻く。(乾燥と冷えを防ぐ) 又、外出時には綿素材のスカーフを巻く(天然素材で通気性のいいもの)
2. 入浴はぬるま湯の半身浴を基本とし、最後に出るとき必ず足先から足首に冷水シャワーをかける。(手や首元もできれば更に良い) 熱いままですと気化熱で外気が体から熱を奪い更に冷えます。冷水をかけるるとリンパ線の流れと皮膚の抗菌力が改善され、しかも血流が良くなります。
3. 毎日、朝に36℃以上の湯(羅漢果が特に良い)をゆっくり飲み、腹式呼吸をしながら発声(ア・オ・ウ・イ・エ)をする。(氣道の流れを良くし、腸を暖めることによつて気管支の活性化と免疫力を高めます。)
4. 喉の保湿を常にして冷たいものは飲まない。また、砂糖の多い飴は喉を冷やします。濃い緑茶を飲んだり、ノンカロリーで自然漢方草31%羅漢果のど飴をおすすめします。



私共の羅漢果顆粒は、この天然果実の15%しか収穫できなき最上級(中国では製薬用)を厳選して使用しています。*羅漢果は、中国で昔から気管支炎や喉の痛みを素早く鎮める漢方薬でノンカロリーでとても有名です。