

いつまでも健康な体でどこまでも

けんしゅうかい

健翔会だより

4 号
2012・5月1日

発行所
香川県坂出市川津町
(〒762-0025) 3329-14
医療法人社団 健翔会
堀口医院
TEL 0877-45-8686

◎本紙に関するご意見、ご質問がありましたら
お気軽にどうぞ！

<担当>高橋，青北
TEL 0877-45-8686 FAX 0877-45-8883
HP <http://www.horiguchi-hp.jp>

心地良い気温と天気の中、屋外へ出かける機会が増える季節になりました。実はこの時期、紫外線はもう真夏と同じくらい降り注いでいます。紫外線は活性酸素を増やすことも知られており、美容面ばかりでなく、健康面からも重要視されています。皮膚にトラブルが起きやすい方、アレルギーをお持ちの方は、特に気を付けましょう。

又、病院で処方される貼り薬の中には、使用した部位に紫外線が当たると赤くなったり、腫れたりなど、皮膚炎（光線過敏症）を起こすことがありますので、（湿布をはがした後でも4週間は紫外線を当てないように）注意しましょう。皮膚のトラブルは、体の外（表面）と中、両方の治療が大切です。是非ご相談下さい。



田村 耕一郎 先生

追記 堀口医院で行っている細胞内検査（自己防御力診断）、還元電子治療ともに堀口 昇、裕両氏が開発された全くオリジナルなもので多くの患者さん達のお役に立っていると考えています。

私の恩師（四）
一昨年六月頃は小惑星「イトカワ」探査機「はやぶさ」が帰還し日本国内はもちろん、全世界的快挙として報道されていました。今回はこの件につながって思い出されることを話題にします。
昭和四十九年春、私は京都から東京に移り秋葉鐔二郎教授（糸川英夫教授門下）の御指導で、「粉体ロケット」の研究に携わることになりました。同時期に大阪から移って来られたTさんという研究者と同じ研究室で机を並べていました。彼は「イオンエンジン」とか「プラズマスラスタ」と名付けて宇宙空間でのロケット推進器の研究を始めておられたのです。当時の私の知るところでは、推力は微小でも軽量で超長時間持続した性能が得られ、重力が小さく、空気のない宇宙でのロケットエンジンに応用できる有力な手段と考え、研究が始まったと理解しています。前々回の補助人工心臓でも述べましたが、四十年近く経って世界最高のものとして世人の知ることとなる「イオンロケットエンジン」もその一つと考えます。私は期せずして最高水準のものの研究の創生期に居合わせられたことは偶然であつたとしても幸せなことと感じています。

<病気になったときの心得>

その1 病気には歴史がある

病気が表にでるときは一瞬であっても、病気になるまでにはとても長い時間掛かっています。もし脳卒中になるとしたら脳の血管が相当くたびれているはずですが、でもそんな血管になるまでには30年やそこら掛かります。そのことに何ら自覚症状はありません。ですから30年掛かってなった病気なら30年掛かって治療するくらいの心構えが必要です。一瞬の治療では、どんな病気からも回復は出来ません。

その2 病気の改善には消長がある

病気が治って行く過程では、病状が良くなったり悪くなったりが必ず繰り返されます。インフルエンザに罹ったときを思い出して下さい。はじめは喉が痛くて熱があつて寒気がして、それから熱が下がって微熱が続き、そして咳や痰（たん）が出て関節痛があり、最後に体のだるさで締めくくられる。病気とは、いろいろな症状が出たり引っ込んだりしながら治っていくものです。



堀口 裕 先生

その3 病気のときこそ平常心

病気と知らされたら不安になって、心細くなって、恐ろしくなって、
ときに病気に文句を言ってしまう。「何で私が、こんな病気に！」
でもこんなときこそ平常心で臨んで下さい。自分に出た病気は、自分
に責任があります。そして自分に出た病気は、自分でしか治せないの
です。鎌倉の大仏様のように、どかっと腰を下ろしてじっくり治療を始めましょう。



いろいろ豆知識

☆ビタミンE

別名 トコフェロールと言います。

その由来は、ギリシャ語を語源とする

- ・トコス t o c o s （誕生）

・フェライン p h e r e i n （力を与える）

・アルコール - o l
- から、トコフェロールと名付けられました。

ビタミンEは、抗酸化作用により体内の脂質を
酸化から守り、細胞の健康維持を助ける栄養素です。
特に神経・筋肉・心血管系の生体膜、赤血球の長命化
において、作用を示すとされています。

＜ビタミンEを多く含むもの＞

植物油（落花生、大豆、パーム、トウモロコシ、
ひまわり、ベニバナ等）や、小麦胚芽に多く、
木の実、種子、緑葉野菜に少量存在しています。



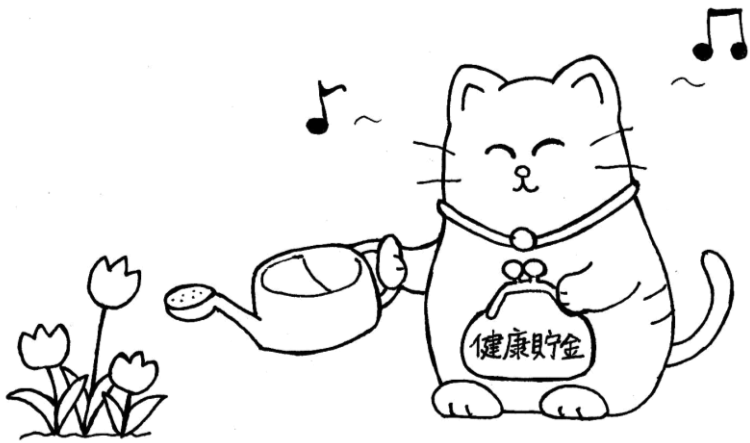
光・酸素・熱に不安定なため、フライ調理では植物油中
のビタミンEがかなり分解されてしまいます。

※ お薬との飲み合わせでは

「抗凝固剤」（血液が固まるのを防ぐお薬）を服用され
ていると、ビタミンEの多量摂取で出血を起こすことも
あるので気を付けましょう。



ビタミンEやビタミンCは還元電子の治療との相性が
大変良い成分の一つです。
是非、一緒に取り入れてみて下さい！



前号（2012・4月 第3号）の問題の解答です。

- Q1. ② ネガティブイオンは滝の周囲に多く存在します。
- Q2. ① ネガティブイオンは体に取り込まれる程、細胞の老廃物を減らします。体をアルカリ性に傾けて、細胞の新陳代謝に良いのもネガティブイオンです。
- Q3. ③ 還元電子治療は体感的に何も刺激がない治療です。
- Q4. ① 還元電子治療の「電子」は体に入り過ぎても、細胞が壊れることはありません。又、電子単独では血液の中を流れることは出来ません。

お知らせ

5月の健康指導は休ませて頂きます。
次回の日程が決まり次第、お知らせ致します。