

医師は語る



医療法人社団健翔会
堀口医院 理事長
堀口 裕 先生

病気はどのようにして

起こるのか？

「昔は山道の一〇キロ（km）や二〇キロ（km）、平気で往復していたのに、年をとってしまっただけで、今では脚が痛くなつて歩けません。」ご年配の方に、こんなお話はとても多いです。これにピッタリの言葉は、「すっかり体力が衰えた。」になります。

人は年齢とともに必ず身体が衰えます。これは生まれる前から、そうなっています。体力の衰えは病気とは言いません。でも、病気は体力の衰えがきっかけになっていきます。自分で病気を防ぐ力強さ、これを「自己防御力」と言いますが、自己防御力があるうちは病気になりません。自己防御力の低下が続くと、やがて病気が発生します。そして、たとえご年配でなくとも、早く体力が衰えて、病気を防ぐ力強さが低下すると病気は発生します。

病気はどのようにして

治すのか？

血圧が高くなれば血圧を下げる薬

を、血糖値が高くなれば血糖値を下げる薬を、そして癌になれば癌を小さくする薬を使います。しかしそれらの薬を中断すれば、病状はすぐに悪くなります。つまり薬は必要であるが、病状を改善するだけであって、病気を治癒（ちゆ）する薬ではありません。病気を治すためには、衰えた自己防御力を回復させる以外にありません。しかも丈夫になつた自己防御力をしばらく持続させないと、病気は治りません。

自己防御力の回復法とは？

一・生活習慣を改めてください。

（一）心身のストレス・過労を避けましょう。どんなに丈夫な人でも、

過労が続けば倒れます。また過労を続けて、自己防御力を回復することは不可能です。

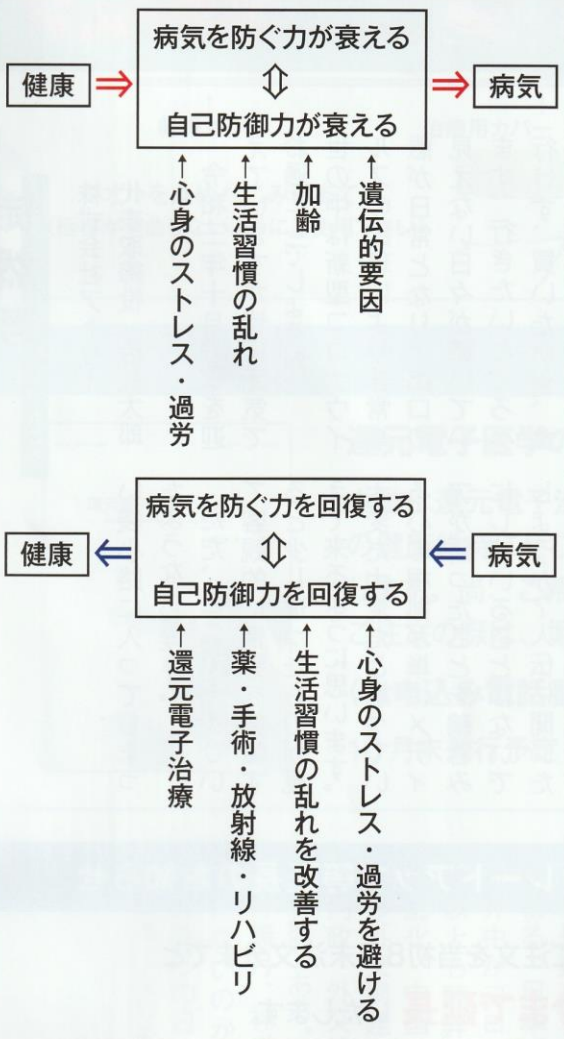
（二）睡眠を十分にとりましょう。遅くとも午後十一時には床につき、七時間の睡眠を取ってください。

（三）栄養と水分を取りましょう。病気による制限を除き、たんぱく質を取ってください。筋肉・骨・軟骨・免疫・肝臓・血管の元気に必要です。

（四）日光にあたり、深呼吸を取り入れ、景色を眺め、ゆっくりと散歩しましょう。午前十五分、午後十五分が望ましいです。とくに朝の日光は、睡眠のリズムを整えます。また日光浴は、体内でビタミンDをつくり、骨・筋肉・免疫を丈夫にし、認知機能を保ちます。

二・還元電子治療を実践しましょう。

還元電子治療は、自己防御力の回復・維持を目的につくられました。研究時期を含めると、早三〇年以上経ちました。世界的にみてもこのような治療法は他になく、これだけです。また長きに亘る経験から、最近では二台同時使用により自己防御力の回復が、一段と早まること分かりました。私もこのような使い方をしてから、さらにパワーアップできました。どうか皆さん、健康を失ってはなりません。健康なときに、しっかりと健康を築く努力をしてください。



【堀口裕先生プロフィール】

北海道出身。川崎医科大学医学部卒業。一九九二年香川県坂出市で医療法人社団健翔会堀口医院を開院、現在は理事長兼院長を務める。長年に亘り、空気中のネガティブイオンに関する生理的作用を研究、独自に開発された細胞内検査と還元電子療法を駆使した、根元（ねもと）医療という新しい医療を推進し、国内外で活躍している。