



低血糖症治療の会の研修会で向精神薬の副作用を、その添付資料から説明し、参加者はその怖さと、安易な処方に驚いていました。抗ガン剤の怖さも、多くの医療関係者が指摘されています。福島県の乳幼児の尿から放射性セシウムが検出されても、東大教授は、人体に影響ない、と言っています。同じく、福島県の38114名の子供達の35.8%から甲状腺にしこりなどが見つかったのに、問題ない、とされています。かたや、サプリメントと薬剤の同時服用は危険、などと新聞に載っています。

日本の医療やマスコミは、どうなっているのか。人のいのちを軽視する経済至上主義がまかり通っているように思われます。向精神薬は劇薬であり、抗がん剤は強力ながん細胞を殺そうとするのですから、普通の細胞を痛めることは間違いありません。尿から出る放射線セシウムは、身体に入った一部が排出されただけで多くのものが心筋などに残っているはずですし、腎臓やその他の細胞に接して放射能を出しているのですから、細胞を痛めつけていたことは間違いありません。

私は検診や治療を他の医療機関ではしていません。どんなことをするのかわからない人に、自分の身体を預けるほど、楽天的でも不用心でもありません。30年前に歯の治療にいったら、抜かなければだめだと言われ、すぐに医者を変えました。いまだ入れ歯などはありません。10歳の時に鉄棒から落ちて息もできずに両手で背骨を支えて帰宅しましたが、病院に行くのを断固拒否してサロンパスで治しました。全く身動きできなかつたので、ひびが入ったことでした。医者嫌いが医者の夫になりました。

神を信じるということは、見つめておられる神に恥じない生き方をすることであり、自分で確認してないことを人に勧めることはできません。神なき社会の怖さを強く感じています。口先だけで生きる人と一緒に行動すると足元を掬われることがあります。自分と家族を守るために、誰にも調子を合わせることとはやめて、信念を持って生きようではありませんか。

柏崎久雄

* **感染症の疑いのある方は廊下の入口から**
インフルエンザ、風邪、おたふくかぜ、はしか等が疑われる方は、正面入り口横の中央通路わきにあるインターホンでご連絡ください。院内感染を避けるためご協力ください。待合室も病態別に隔離して診察します。

* **7月17日(月)** 院長ポリオ予防接種のため、
7月31日(火) 院長4か月検診のため、
午後の診察は**15時から**となります。

* **クリニックとヨーゼフの夏休みは8月9日(木)〜16日(木)です。** 来院にご注意ください。

* **「聖書を読む会」** 7月10日(火) 2時〜2時20分
低血糖症治療の会・回復の会 7月10日(火) 11時〜16時 (3階エステルホール)

* **治療の会・交流キャンプ(安曇野)** 7月12(木)〜13(金)の追加申込受付中。会員限定。**次回の全体研修会は、10月8日(月・祝)です。**

* **憐ヨーゼフでは、仕入先のキャンペーンに基づき、EPA, マーリノのキャンペーン販売を行います。**店頭に明細を置き、ご質問にお答えしますが、案内は送付しませんので、ご注意ください。

* **腸内環境改善のための医師処方サプリメントを憐ヨーゼフで販売しています。**販売には医師処方が必要。な為、医薬品のような扱いとなり、割引もヨーゼフポイントもつきません。

《 ストレスと低血糖症と向精神薬 》

1. ストレスが身体に与える影響を考慮する必要性

マリヤ・クリニックと他の医療機関の違いは、精神症状の治療に関して、内科的原因を探り治療をしようとしていることです。つまり、分子整合医学の治療法で、そもそもはアブラハム・ホフファー博士が精神症状の原因として機能性低血糖症を指摘したことから由来しています。マリヤ・クリニックでは、そこから更に進み、有機酸検査で代謝機能やホルモンの状態を確認し、IgGアレルギー検査で脳や体調などに悪影響を与える食物を確認し、さらに有害ミネラルの検査で神経症状などに悪影響を与えるミネラルを確認して治療をしています。精神症状に対する内科的治療は、おそらく世界でも最も進んでいる医療機関の一つになっていると考えておりますが、私達がここに来て課題の一つが、それぞれの患者さんが持つ固有のストレスへの対処です。私どもは、精神的ストレスに対しては分析処方やカウンセリングよりも、コーチングを行って、コミュニケーション力や他人の行動理解を向上させて、本人の対応力の増強を図ってきました。患者さんの抱えているストレスが多くまた大きいために、もともと弱さをもっている患者さんには、ストレスが大きな障害となっております。

また、治療と回復を阻んでいるのが、向精神薬の副作用でもあります。向精神薬を摂らざるをえない状況と体調は理解できるのですが、日本では他国にはみられないような多剤多量の向精神薬が処方されており、その副作用の大きさは精神科医も認めているところです。この副作用が、身体に大きな影響を及ぼして内科的治療の改善を損なっていることが、明らかになっています。絶え間なく起こるストレスに対して対応できなく、それを安易に向精神薬で対処しようとするのが日本の医療の現実です。

2. ストレスの原因と男女の違い

現代社会はストレスの多い社会です。仕事をするということ自体が、緊張とストレスを必要とするものであり、そのようにして技術を習熟させ、社会的に成長していくものです。ただ、人格としての境界線を越えた干渉やハラスメントはしてはいけないものであり、職場環境も改善することは大事です。仕事以外でも、家族や男女の交流など、ストレスに対処することに慣れていない方が精神疾患に至ることが多く、さらにストレスが精神症状を悪化させていることは事実です。コミュニケーションの習熟や人格の成長を促す社会システムが現代に日本に欠けてしまっており、ストレスに対処できる身体になることや、対処する方法を身につけることが大事になっています。

男性のストレスの上位は仕事に関係しています。低血糖症から回復した患者さんでも、就労を急ぐために労働条件の厳しいところで働いて身体を壊し、再び低血糖症が悪化すると共に精神的にもダメージを受けて、自分は今後働くことができないのではないかと考えてしまうケースも多くあります。女性のストレスは、身体や家族そして人間関係が大きいようです。女性特有のデリケートな心理を充分理解しながら、女性のナイーブさを配慮して治療を進めることが必要です。ただ貧血や腸内環境の悪さなどは多くの女性にあるので、そこからくる身体的要因でストレスに対処することが難しくなる場合が多くあります。また、女性には筋肉が少ないので、痩せている女性は、栄養の補給メカニズムが十分でなく、血糖値が不安定になることも考えられます。

患者には家族の支援が不可欠で、そういう面からも経済的不安や近親者の病気、家庭内の葛藤は大きくストレスになります。マリヤ・クリニックが OGTT の段階から家族の同行を求めているのも、その為ですが、その面で理解がなく、クリニックに患者さんを預けたままで外出しようしたり、治療上の説明に関心がない家族、さらには何にでも反抗的・敵対的な家族もたまにおります。過去のいろいろな経緯や理由があるのですが、残念ながら、そういう患者さんは治ったとしても自立が難しく、再発が起こることが多いように思われます。他方、家族との理解と協力を確保した場合には、病気になり当院に来たことが幸いであったと発言しておられます。

3. 医療行政のストレスへの対応方法

自死の原因として第一位に挙げられるのが健康問題であり、中でも「うつ病」が最も多く

あります。厚生省は、労働者の心の健康対策（メンタルヘルスケア）を重点対策としています。現代は、多くの人がうつになり、回復も難しいと言われ、更に深刻な問題となっております。

2006年に制定された自殺対策基本法など、国や地方公共団体が行った施策とは、理念に基づいた総合的な自殺対策ではなく、精神科医療に「つなげる」ことを目的とする、精神科受診促進に偏重した事業となっております。つまり、政府はストレス対策には、精神科医に掛かるようにという方針なのです。

しかし、不適切な精神科治療こそが自殺者を増やしているのではないかという懸念が、ようやく精神医学会や行政機関からも広がるようになりました。向精神薬の添付文書の説明からもわかるように、副作用の多さと大きさは安易に処方するようなものではない、まさに劇薬であることを示しています。先月にも、国の自殺予防総合対策センターのHP上で、「精神科外来における多剤大量療法について」という声明が発表されました。一連の報道や研究、声明を見ると、精神科治療の実態を見直すことなく、無責任に受診を促進することで、却って被害を広げる結果になったことがわかります。

4. ストレスの対処法

ストレスの対処に、周囲を変えようと思ったり、周囲と闘おうと思うと、もっとストレスは強くなります。ストレスを我慢しても同じです。ストレスは、基本的に自分の対応の仕方に依存します。重度のストレスからは避難することも必要ですが、ストレスの対処法を身につけましょう。マリヤ・クリニックでは、ストレス性ホルモンの調整能力を増強するように指導しています。

① 血糖調節の安定、② 貧血の改善、③ 運動と筋肉を付ける、④ アレルギー対策（アレルギーでもアドレナリンが出る）、⑤ 栄養欠損の改善

日野原重明医師は、ソンドース医師のがん末期の患者の痛みの指摘を取り上げています。

①. 肉体的痛み ②. 精神的痛み ③. 霊的痛み

私達は、低血糖症や精神疾患の治療を進める中で、精神的ダメージや霊的ダメージが患者の回復を大きく阻んでいることに直面したのです。この二つは、重なりあうことが大きく、罪悪感や人生の目的の喪失などを結び付けています。

A. 助け合い、赦し合う人間関係を確保する。

精神疾患になる人は、真面目で几帳面な人が多いようです。或いは、周囲から厳しく指導されてきたけれど、それに対応できない人も多くおられます。多くの人は自分のミスに対しては基準が甘く、他人のミスに関しては基準が厳しくなるようです。そして力関係や経済的依存度などから、厳しい指導を続けられると対応が困難となり、自らの人格の尊厳を失ってしまうことがあります。子供の頃から、厳しく指導され、自分を劣等なものと考えてしまった場合には、潜在的な反抗心や怒りが、行動や感情を支配することもあります。

デューク大学の実験で、生まれてすぐに母親から引き離され、物理的に触れられないことのないラットの赤ん坊は、細胞の成長がなかったそうです。一つひとつの細胞の中で、成長に必要な酵素を作り出す遺伝子が不活性化状態で、身体を冬眠状態にしていたのです。そこで、濡らした筆でラットの赤ちゃんの身体をなでると、すぐに酵素が作られて成長を始めたそうです。同様に、未熟児を蘇生させる保育器に入れられて、身体に触れられないことがないと、赤ん坊が育たないことがわかり、看護師が抱いたり、声掛けをすることの重要性がわかってきました。

人は誰でも助けられ、許され、愛されることが必要ですが、精神的なダメージを持った人には、なおさら多くの助けが必要なのです。この愛情を持った人間関係を確保できていない人が、いくらサプリメントを摂り、肉体的な回復をはかっても、十分な回復を果たすことは難しいようです。これを霊的回復の必要性と、私達は考えています。

B. 人格の尊厳を守る思考法を取得する。

- ① 家族を含めて他人に自らの人格の境界線の内部には入れない。
- ② 自分の境界線がどんなものであるか、しっかりと身につける。

③ 家族で境界線を守る研修をする。

大事なことは、人間が人格と尊厳を持った存在であることを確認することです。現代医学というものは、人間の精神を神経の働きと見ています。だからこそ、薬で調子を整えようとするのです。野球の監督が選手の失敗や不調を、声を荒げて怒ることが良くありますが、欧米ではありえないことです。職場や学校においても、社員や生徒に対して、非人間的に指導や攻撃をしたりする場合がありますが、そういう社会がストレスを多くし、増強させ、精神病にまで至らせていることを強く指摘したいと思います。家族が、お互いに罵り合い、傷つけあったり、自分の都合で相手に要求を繰り返すと、心が傷ついてきます。これを精神的回復の必要性と捉えます。

C. 身体を全体的に動かす。

筋肉を付けることが低血糖の予防になります。さらに、身体を動かすということは、思い煩いやうつへの重要な対処法です。汗をかくと、汗と一緒にうつの気分が晴れていくことも多いことは、多くの人が体験していることです。向精神薬などの副作用としてうつも、無理のない汗かきによって軽減すると思います。身体全体が活性化していると、薬効も局部的に偏ることなく、全体に行き渡るので、副作用も軽減するようです。精神は肉体の動きによっても影響されるのです。

D. 宗教を信心する。

恐怖や心の傷に関して、非常に有効な対処法は、信仰心であり、宗教です。多くの人の漠然とした失望感や虚脱感は、生きがいが無いことに結び付いています。信仰というものは、その人の存在理由を確認させ、宗教に帰依することによって、心の葛藤を克服させます。そして、生活に目的をもたらします。占いや運勢というものに傾倒する人が多いようですが、自分の人生をそのようなものに頼ると不安定になります。宗教行為の中で、同信の人と交流するということは、ストレス解消が目的ではありませんが、大きな意義があります。

E. 性格を変える。

性格というのは、習慣的及び環境的に作られたものが多いのです。ストレスに対応するために、うつの性格や攻撃的（怒りや興奮を直ぐに出す）性格は、意識的に変えるようにしていくようにしましょう。うつ的な性格な人は、悩みや問題に思いを集中するのではなく、悩みそうになった時のために対応方法を用意しましょう。歌を歌うとか、運動をするとか、音楽を聞くとか、思いを転換する用意をいつでもしておくといいでしょう。攻撃的な人は、怒りそうになった時に、何かを食べるのです。ガムを噛むのも良いでしょう。両手を強く握りしめるのが良い人もいるかもしれませんが、怒ってしまうともっとストレスになります。それは自分が一番よく知っているはずで、怒るのが当然だと思ふことをやめるのです。自分は、温厚な人になるのだと決心しましょう。

《 診 療 時 間 》

月曜～金曜（午前 8 時 30 分～12 時 10 分、午後 2 時 30 分～5 時 30 分）

土曜（午前 8 時 30 分～12 時 10 分、午後 2 時～4 時）

休診日 木曜、日曜、祝日、年末年始

- ・各種健康保険取扱機関
- ・生活保護指定機関
- ・介護保険取扱機関
- ・特定疾患取扱機関
- ・結核予防法指定機関
- ・自立支援医療機関
- ・身体障害者認定医
- ・小中台小学校校医
- ・各種健康診断
- ・栄養療法(分子整合医学)



(携帯サイトへ)