

平成26年01月17日ラジオ番組内容

140. 『東洋医学の重要なポイント』

さてここで東洋医学を受けるにあたり、押さえておかなければいけない、重要なポイントをお話いたします。

1. 現在ある症状の原因をはっきりさせる。一確定診断

何らかの症状が出たら、最初に病院に行ってください。そして必要な諸検査を受け、どこに問題があるかを確定診断する必要があります。

その症状の中には、色々な病気が潜んでいるかもしれません。

2. 「検査をしてもなんら問題ない」、「検査結果通りの治療をしているが、一向に症状は改善されない」・・・このように打つ手が無くなったら、東洋医学を治療の選択肢に入れてください。

西洋医学とは違った視点で、病気、患者さんを診ますので、原因に対する新しい発見があるかもしれません。

3. 東洋医学は患者さんの治癒能力向上が原則ですから、患者さんも治療のために努力する必要があります。

生活のリズムを作ったり、食事制限やお散歩など、治療のために患者さん自身の少々の努力が必要となる場合があります。

東洋医学の発想の原点は、「患者さんの自然治癒能力を上げて、患者さん自身の力で治癒させることのお手伝い」というところにあります。

そのためには「生活習慣」「食生活」「歩行を中心とした適度な運動」という私が考える健康の3大原則が非常に重要となります。

これは昔から言う「養生しなければだめだよ」の養生のことです。

いかなる病気であっても、上記の3大原則に注意することは絶対に必要で、人として健康に生きるうえで根本的なものであると考えています。

さあ～皆さん！

3大原則を守り、健康で日々の幸せを感じられるような毎日を過ごしましょう。