石垣たまご理論について

その発想と展開

患者主体の慢性疾患の予防を実現する（注1）⑦

ＤＩＰＥｘ・ＮＢＭ・ＥＢＭ（注2）、そしてＡＲＴ（注3）を「上腹部の柔軟性」で串刺しにする ⑤

統合理論について ⑪

ＲＯＢ治療によって「上腹部の柔軟性」が生まれ深く・長く・ここちよい呼気ができると「生と死」「予防・治療・ケアー・穏やかな死」「現代医学・東洋医学・各種医療」が統合される

地球の生成・生命の誕生と進化・人類の誕生とその歴史・文化を俯瞰し、日々の生活をふりかえってみると、わたしたち現代人は、なんと恵まれた生活をさせていただいているのだろうかと感謝せずにはおれません。地球・生命・先人に対して感謝せずにはおれません。

豊富な食料・戦争などによって理不尽に殺されない状態・寒さに震えることのない環境。

そのため、わたしたち日本人は、その恵まれた時代と環境に慣れ過ぎて、わたしたちも「生きもの」であることをつい忘れがちです。

しかし、人間は、一年草の草花と同じく、「生まれ・生きぬき・死にゆく」ことによって「いのち」をつなぐ「生きもの」です。人間は「生きもの」なのです。

人間は、一年草の草花と同じく、「生まれ・生きぬき・死にゆく」ことが、自然の摂理なのです。

人間には、一年草の草花と同じく、「生まれ・生きぬき・死にゆく」以外の選択肢はありません。

「生きぬき・死にゆく」とは「いのち」をつなぐことです。「生きぬく」とは、「取り入れ・消化・吸収・排泄」＝（食べること・呼吸すること）をおこなうことです、そして自分自身の「いのち」をつなぐことです。

「死にゆく」とは、みずからの死によって、多様性のある子孫を残すことです、そして子孫により適応力のある「いのち」をつなぐことです。

そのため、「取り入れ・消化・吸収・排泄」を行う能力がおとろえること＝食べる・呼吸する能力が低下することは、老化の「きざし」です。食べられなくなることは、「お迎えがきたよ」という「からだ」の「しくみ」の「あいさつ」です。気持ち良くお迎えの車に乗せていただくことが「からだ」の「しくみ」にすなおでここちよいことなのです。これは自然の摂理です。

「生きもの」である人間も、まさにその摂理に従って生きています。それ以上のことは、どんなに科学・医学が発達してもできることではありません。

わたしたちは、食べられるから生きています。

わたしたちは、殺されないから生きています。

わたしたちは、自然環境に適応しているから生きています。

日本の人口が増え、高齢者が増えたのはそのような三つの条件が満たされたからです（表1）。

医療が発達したために人口の増加と高齢化が進んだというのは、ごく一部の要因です。そのため医学に信頼を置き過ぎ、「死にゆく運命」を逃れようとして、そこから一時的な安心を求め過ぎて不安を増やし、長生きを求め過ぎて無駄な心配をし、自然の摂理を忘れ去るように医療を受け、クスリを飲み「からだ」の「しくみ」を乱し、人生を台無しにしている人のなんと多いことでしょうか。

それでは、なにを信じればいいのでしょうか。

それは、非常に簡単です。自分の「からだ」の「しくみ」を信じることです。自分の「からだ」の「しくみ」がここちよいように、「からだ」の「しくみ」が喜ぶように生活することです。

しかし、それがむつかしい。「生きもの」である人間一人ひとりに本来備わっている姿をとりもどすのは、とてもむつかしいことです。

中島治子さんにも、そういう時がありました。

【表1】人間が生物として生きる条件

(1)食べられて生きている
(2)殺されずに生きている
(3)自然に適応して生きている
(4)生殖し、子を生み育てるために生きている
(5)我とは何か、どこから来てどこに行くのかを確かめるために生きている
(6)我は生物・地球の環境のためにいかに貢献できるかを発見し、活動するために生きている

中島治子さんの同時進行ドキュメント

【Ⅰ「極楽です。このままあの世にいきたいぐらいです」】

10月29日(水)午前、診療直後のできごとです。いつものように右側頭部の鍼治療による雀啄を行っているうちに、

いつものようにお腹が動き出し、上腹部が波打つようになりました。

いつものように呼吸がだんだんと深くなってきました。えも言われぬ恍惚の顔つきになってこられました。

いつものように中島治子さんがおっしゃる、「えーあんばいです」・「極楽です」という顔つきです。

「からだ」全体の情報を束ねた、「からだ」全体の「はたらき」とつながった、「からだ」の一部分である顔が、口が（注4）「からだ」全体の状態をあらわす表現です。

中島治子さんは

「極楽です。このままあの世に行きたいぐらいです」

とおっしゃいます。

「それはいいことやね。ほな、10年後ぐらいに、その日を設定させてもらいましょう。行きたい時は、いつでもおっしゃってください」と、ちょっと長めに10年とその時期を冗談めかしてお話ししました。

「いやー。それは、ありがたいです」と中島治子さん。ニコッと一礼されて着替え室に行かれました。

わたしにとっても、うれしいやりとりです。

【Ⅱ食べ方と食べる量が大事】

今ではここまでのやりとりをされる中島治子さんにも、前回紹介させていただいたように本人さえも意識されない油断（注5）がたびたびありました。

中島治子さんの生の声で言いますと

「そん時は、油断してるつもりはないんですが…。やっぱり後から考えると油断してましたな」というわけです。

また、長くいい状態がつづくと

「先生、ＲＯＢ治療を受けているとガンにはなりませんね」と、「生きもの」である人間の存在（＝必ず老化と死にいたること）を忘れ、「おごり」がでてきたりされたこともありました。

しかし、肺炎を2年続けて患ってからは「からだ」の声にすなおになられてきました。中島治子さん自身が、やはりご自分も「死にゆく」運命であるのだと肺炎体験を通じて身にしみてお分かりになられたのです。

それからの中島治子さん自身の「からだ」に対する処し方は見事なものとなられてきました。「からだ」にすなおになられてきたのです。「からだ」が発するプレジャー（ここちよい生き生きとした感覚）にすなおになってこられたのです。

その一例をお話しさせていただきましょう。

まず、「生きもの」である人間にとって一番大事なことは食べることです。

「先生、軟便なのですが」との中島さんの問いに、

ＲＯＢ治療で対処させていただくことはもちろんのことですが、ＲＯＢ治療にもとづく自宅での日常生活処方でも、その都度、説明・指導させていただきます。

ＲＯＢ治療とＲＯＢ治療にもとづく日常生活処方は、予防と治療における車の両輪です。

このようなケースの場合、わたしが便通異常の原因を説明させていただきます。（図1・2を指し示しながら、大きな原因は、消化管（胃腸）の運動機能（動きの「はたらき」）が弱っているために消化不良になって軟便になっていることを説明させていただきます。

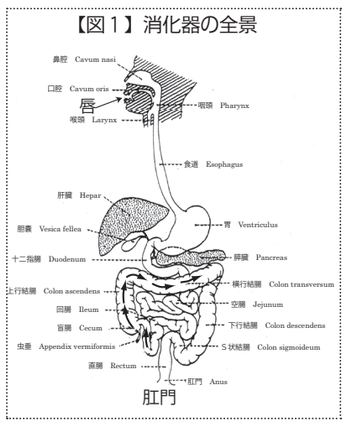
実は、中島治子さんは1962年（昭和37年）子宮癌手術を受けられ、またその後の放射線治療とで腸管の癒着がおこりました。そのために、1992年（平成4年）に来院された当初は食事をされるたびにお腹が痛むような状態でした。ＲＯＢ治療のつみ重ねでお腹の痛みはなくなったのですが、癒着はありました。

そのため、消化管（胃腸）の「はたらき」以上の食事量が入ると軟便を起こす状態でした。

ＲＯＢ治療はもちろんのこと、そのことについての日常生活処方は、三食食べるのを二食にすることでした。中島治子さんの消化管（胃腸）の「はたらき」に負担がかからないようにすることです。もちろん、「たまご理論にもとづく食べ方7カ条」（表2）をまもった上での話です。

それからは、軟便は一切なくなりました。このケースの場合は、ご自分の消化管（胃腸）の動きの範囲内の食事量が大事なのです。大多数の方はできるだけ多く食べた方が元気になるという感じをおもちですが、大きな間違いです。何カロリー必要であるとか、何を食べる必要があるかは、あまり重要ではありません。「生きもの」である人間は、そんなやわな「生きもの」ではありません。基本的には、「生きもの」である人間は何を食べても生きられるようになっています。その方の消化管（胃腸）の「はたらき」に応じた食べ方と食べる量が問題なのです。

【図1】消化器の全景



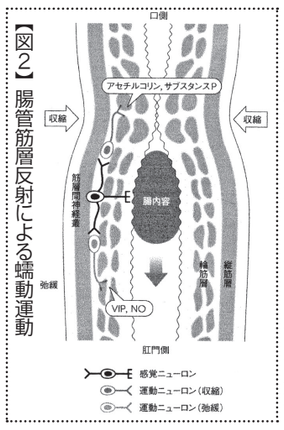
今後のあるべき医療

健康体を活かす医療

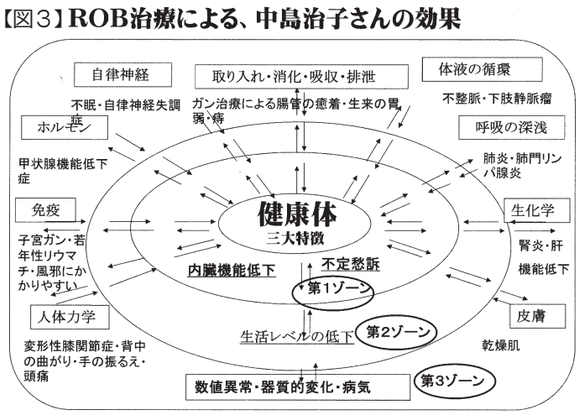
たまご理論で病気のしくみを考える

たまごビル院長　石垣　邦彦
〒581-0061　大阪府八尾市春日町 1-4-4
電話 072（991）3398　FAX 072（991）4498
ホームページアドレス http://www.tamagobl.com/

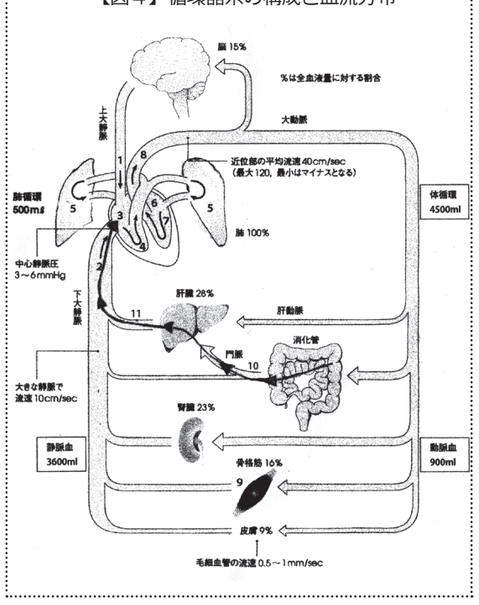
【図2】腸管筋層反射による蠕動運動



【図3】ROB治療による、中島治子さんの効果



【図4】循環器系の構成と血流分布



【Ⅲ食べ方と食べる量が、循環器にも影響する】

そしてこのことは、便通だけに影響することではありません。中島治子さんの多くの病の中で、一例として体液の循環にかかわる病では、不整脈と下肢の静脈瘤があります（図3右斜上方）。不整脈と静脈瘤にも食べ方と食べる量が関係します。もちろん（図3）の中島治子さんの病気すべてに関係があります。

中島治子さんの場合、不整脈があってもＲＯＢ治療で消化管（胃・腸）が動き出し、呼吸が深くなるにつれ不整脈が無くなります。もちろん、ＲＯＢ治療のつみ重ねによって強度の脚の静脈瘤もなくなりました。これは、中島治子さんだけでなく、ほとんどの方にあらわれる効果です。

胃腸管を通り肝臓・心臓を経て肺に至る血流（図4の↓）がよくなり、呼吸が深くなるとさらに呼気時の肺から心臓への動脈血の流れ（図5下欄Ｂ右の、肺から心臓への↓）もよくなり、肺・心臓の「はたらき」もさらによくなるのです。そのため、この「しくみ」によって中島治子さんの不整脈・肺炎がよくなり、またその予防ができているのです。予防と治療が一体となっているのです。

とすると、ＲＯＢ治療によって「上腹部の柔軟性」を生み、横隔膜下の胃腸、特に横隔膜の直下にある胃そのものの動きが活性化する状態をつくってやり、食べる量をその人の胃の「はたらき」に応じた量にすることによって横隔膜の動く幅は大きくなり（図5―Ａ・Ｂ）呼吸と循環はスムーズになるのです。

その「からだ」の「しくみ」を生かすことで、中島治子さんの場合、肺炎が改善し、不整脈がよくなり、静脈瘤がなくなるという現象としてあらわれてきたのです。消化管（胃腸）の「動く範囲」の食事の量を「からだ」の声を聞きながら、他の日常生活処方も守ることによって、図3に表されている中島治子さんの病気の治療と予防がなされていることがご理解いただけると思います。

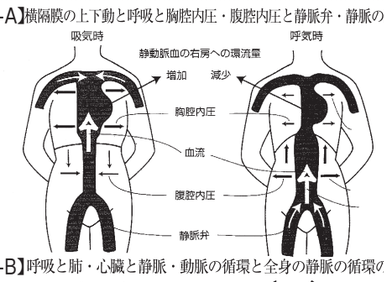
【Ⅳ「からだ」の「しくみ」が喜ぶように生きることが基本】

中島治子さんは、このような経過をたどり「からだ」の状態を元気に維持できています。その元気さが、四季の移ろいに感動し、食物のそれぞれの美味しさを味わうことができることとなっています。

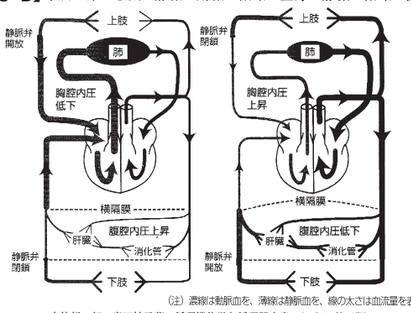
そして、ご自分の「いのち」をかけてでも戦没者追悼式に参列するという決心を生み、その思いをとげられたのです。

やはり、「からだ」が基本です。「からだ」の「しくみ」が喜ぶように生きることが、「生きぬく力」を生み、また「死にゆく力」を生みます。ＲＯＢ治療によって「深く・長く・ここちよい呼気」が生まれると、中島治子さんにとっては、「えーえあんばいです」・「極楽です」となるのです。

【図5-A】横隔膜の上下動と呼吸と胸腔内圧・腹腔内圧と静脈弁・静脈の流れ



【図5-B】呼吸と肺・心臓と静脈・動脈の循環と全身の静脈の循環の強弱



（注）濃線は動脈血を、薄線は静脈血を、線の太さは血流量を表す。

安倍紀一郎、森田敏子著：循環機能学と循環器疾患のしくみ 第三版、P35、日総研出版より引用　図5-A・B のタイトルは石垣が付記

【表2】たまご理論の食べ方７カ条

「生きもの」の「いのち」と消化管の「しくみ」を生かして

①人間とおなじ仲間である「生きもの」の「いのち」をいただくことに深く感謝しつつ
②お腹が 空 いて、食欲のある時に
③腰を 伸 ばし、正しい姿勢で具体的に以下のことを守りましょう
④ゆっくり 味わいながら、よく噛む１口30回
⑤水分　は少なく、約１杯（食前・中・後すぐを含め）
⑥冷たいものは取らない
⑦食事中、深く・長く・ここちよい 呼気 を行う

注

注１　『現在の日本医療再生への提言』現在の日本では慢性疾患の患者主体の予防が必要とされている
＊疾病構造の変化により慢性疾患の予防とケアーが医療の中心に
＊慢性疾患の予防と治療に対応できていない現在の医療とその理由
＊ＥＢＭ根拠にもとづく医療の最も信頼性の高いレベル１の根拠を「ランダム化比較試験」＝疫学的な統計データに何故おかねばならないのか　平成18年１月１日号参照

注２　ＥＢＭ（Evidence Based Medicineの略）とは、「根拠にもとづく医療」の意味。ＮＢＭ（Narrative Based Medicineの略）とは、「物語と対話による医療」の意味。　ＤＩＰＥｘ（Database of Individual Patient Experiences の略）とは、「患者個人個人の体験が分類整理されたデータ」の意味。患者さんのみならず家族・医療専門家にも、多面的に利用されようとしている。
＊ＤＩＰＥｘ情報の長所と短所（別府宏圀氏　たまごビル健康講座10月12日　2013年参照）
○長所
・さまざまな患者を対象に間口の広い情報
・医師、看護師、社会学者、心理学者、患者など複数の目でチェック
○短所
・一人の患者の全体像を捉え、掘り下げた分析・研究（in-depth study）はできない。（しかし、それぞれの問題をエピソードとして捉え、様々な事例を縦に眺めることで、見えてくるものもある）
・量的な比較はできるが、統計的な検証にはなじまない。

注３　わたしは、「ＡＲＴ」とは、一人ひとりの体験にもとづく体全体の情報から生まれる「直感」、と定義している。
「直感」とは、説明や証明を経ないで、物事の真相を心でただちに感じ知ること。

注４　人体発生学で明らかにされたことは、顔・口は、腸の先端部分が変化したものである。つまり腸の状態が顔の表情であり、口から発する内容である。

注５　わたしの定義では、「油断」とは、「上腹部の柔軟性」がなくなり、「深く・長く・ここちよい呼気」ができなくなることである。

有料老人ホーム・高齢者専用賃貸住宅のことなら
当社の豊富な実績により、蓄積されたノウハウをもとにプランニングから事業計画・施工までお任せください
株式会社 小滝工務店 KOTAKI
〒581-0016　八尾市八尾木北６丁目55-２
TEL 072-996-6820　FAX 072-923-0015

河内新聞
購読申込書
「河内新聞」購読を申込みます
〈１ヵ月 850円〉
平成　年　月　日
住所
氏名
電話
……切り取ってハガキに貼付してお送り下さい……

好評分譲中　大型公園墓地
八尾 普泉寺霊園
バリアフリー　大駐車場完備
八尾市福栄町３丁目５番地
お問い合わせは ☎072-996-1111　普泉寺霊園　検索

あなたの街の葬儀社
八光殿 HAKKODEN
今、中小企業の社葬が増えています。
「創業者の人生＝会社の歴史」
社会的信頼・社内の結束・会社発展の為、
中小企業こそ社葬の運営が大切です。
社葬の企画・運営は八光殿にお任せ下さい。
0120-39-8510

Tres bien,Inc.
multi-food-produce
会席・幕の内・各種出張パーティー
日本料理・フランス料理
㈱トレビアン
本店／〒581-0083
大阪府八尾市永畑町 1-2-40
TEL（072）991-6677㈹
FAX（072）993-3355