



ごとう整骨院News

<http://www.goto-hand.com/>

当院キャラクター「ほねボーヤ」

Vol, 5 4月号

花粉症とは？

花粉症の方々には嫌な季節になってきました。くしゃみやみ・鼻水・目のかゆみ・鼻をかみ過ぎて鼻の下が痛い等々…私も数年前まで花粉症に悩んでいたので、気持ちは良くわかります。(現在は治りました)

さて、花粉症とはどんなメカニズムなのでしょうか？

とても簡単に説明すると、体の中の免疫が花粉を異物だと認識し、体の外に出そうとして鼻水やくしゃみ、涙といった方法で体外に出すために起こる症状です。

つまり、本来体には無害なはずの花粉を、免疫がおかしくなり異物だと認識してしまうこと(アレルギー反応)が花粉症のメカニズムです。

アレルギー反応の強い人は免疫におけるリンパ球が多い状態です。リンパ球はウイルスや異物を処理してくれる働きを持っているので、リンパ球が多い人は免疫力が強いのですが、過剰になるとアレルギー反応を起こしやすくなります。また、心的なストレスも体の外に出そうとしてアレルギー反応が強くなります。

リンパ球は先月号にも書きましたが、副交感神経が優位だとリンパ球が増え

ます。副交感神経はリラクソスの神経と言われ、休息時に主に働いています。

現在はストレス社会と言われ、休息なんてしてないよ(泣)と思われるますが、昔と違い衣食住などが改善され生活が楽になってることがあげられます。また、心身の緊張が減り体を過剰にリラクソスさせるものには過保護な育ち方があげられます。

その他には過食・運動不足等々(大気汚染・ハウスダストも原因と言われています)

昔と違い現在は衛生面が整った為、リンパ球が攻撃するものがないので花粉をターゲットにしているとも考えられます。(体内に虫がいる場合花粉症にはならないと言われています。花粉よりに虫をリンパ球が攻撃しているためと考えられます)

まとめると、花粉症は現代社会の利便性・衛生面の改善・生活様式の変化などが絡み合い発生している現代病と言えると思います。

花粉症は自然治癒する患者さんも、2割いると言われています。

私たちが治ったのはよく分かりませんが、症状がひどかった時は確かにストレスがあり、運動不足で、現在よりも太っていました。最近定期的に運動したり、積極的にストレスを発散するようにしているので症状が改善した

のかなと思います。

後は笑い話ですが、花粉症だと絶対に認めない!

何を言われても「風邪です」と言い張る!

風邪なので絶対治る!と言い張っていたら私の場合は5年くらいで治りました。(笑)

現在、当院では花粉症に自律神経リラクゼーション療法が効果があるのではないか?と考え数名の患者さんにモニターになって頂き治療を行っています。

自律神経のバランスを取り戻し、副交感神経優位から交感神経・副交感神経のバランスがとれた状態にすることで、リンパ球の過剰を抑え、花粉症の症状を改善できると考えています。

また、心的なストレスを解放することで、異物を体外に出そうという働きを弱めることが出来るのではないかと考えています。

3月中旬から治療を始めたので、まだデータが少ないのが実情ですが、モニター患者さんからは「治療を受けた翌日は楽だった」というお話を聞かれています。

もう少し臨床データが集まったら再度発表したいと思っています。

みなさんのお役に立てるようごとう整骨院スタッフ一同頑張ります!

予約優先制

予約はこちらへ↓

キュウナヨウツウオ-ゴトウ

048-942-0510

診療時間のみ受付です

診療時間

9:00 ~ 12:30

15:00 ~ 20:00

土曜日は午前中のみ

日曜・祝祭日は休診

ごとう整骨院

携帯サイト

