

Vol.31

院長 関の
Face to Face

2011年 1月 1日発行



炎症が起こると大抵は痛みが伴い、不快な思いをします。例えば風邪を引いたときの炎症の特徴として、発赤 痛み 発熱 腫れがあげられます。細胞が原因菌を退治するために白血球が集まったり、組織を修復するために血液を集めたりする作業を「炎症」と言うのです。つまり炎症とは治癒に必要不可欠な過程であ

『炎症』は悪者ではない

ると言えるでしょう。炎症をやっかいなものにする要因のひとつは「痛み」の物質が集まってくることでしょうか。実はこれは安静を促す防衛システムなのです。痛みを和らげる薬として「消炎鎮痛剤」が使われますが、これは簡単に言えば血液の流れを悪くして痛みの物質が押し寄せることを止めるいわば対処療法の薬



です。ひどい痛みを我慢するのも問題がありますが、簡単に鎮痛剤に頼ることは避けたい行為です。「いたくなったらすぐ」などとコマーシャルはたくみですが、我慢できる範囲の痛みを薬で押さえ込むと血液の流れが悪くなって自律神経が緊張し、上手く働かなくなることで、ますます治癒が遅れます。炎症が起こつたら慌てず騒がずまずは安静にしてください。日頃から塩を一つまみ入れたぬるま湯でうがいをして粘膜を鍛えて清潔にし、風邪を予防することも大切です。

関 修一(せきしゅういち)

健育会 東銀座整骨院・鍼灸院・
整体院 院長

代替医療の総合治療院としての
確立を目指す

タイトルの「face to face」患者
さん自身と向き合っ
て患者さんの
症状と闘うことを願ってつけ
た *毎月1日の発行です