

『ここだけの話』

2017/2 Vol.11 発行：浦安駅前整体院/鍼灸院 047-355-4265

・負けられない戦いがここにある…

早いものでもう2月。ついこの前までお正月だったのに…。

季節の移り変わりは本当に早いですね～。この2月が受験の大本命の方が多いと思います。残りの日々を大切にラストスパートをかけてください。

私も鍼灸の学生時代この2月は本当に頑張りました。

一日の平均睡眠時間は3～4時間。お休みの日年間10日程度。溜まったストレスは体にどんどん蓄積していき、気づいた時には9キロ増…。

顔も体もパンパンになり、加圧トレーナーとして本当に良いのだろうかと思うくらいに膨れ上がっていました（笑）

だって勉強勉強で睡眠時間も休みもないし、でも仕事はしないといけないし、楽しみは食べることだけ…。つと言いつつ訳ばかりが出てきます。。勉強の合間には実践の鍼の刺し方の勉強を…

それにも飽きると鍼灸院を舞台とした小説を読んでました。

（なんとその小説を読んでいたお陰で国家試験1問解けたんですwww）

今でも本当にあの時はきつかった。もうやりたくないと思うのですが、時間が経つとだんだん良い思い出になってきています。

あの時の頑張りがあったから今こうして皆さんにバシバシ鍼を刺している自分があります(‘◇’)ゞ

やはり人は頑張らないといけない時があるのです。

学生の諸君！！いずれ試験は終わります。少しの間寝なくて大丈夫。最後まで諦めずに頑張れ～♪

この春にはみんな笑顔で卒業しましょうね(^^)♪

・忌々しい花粉…

これからの季節私さいじゅんは嫌です。。せっかく何故なら『花粉』が待ち構えているから…。何でたかが花粉でこんなつらい思いをしないといけないのかめっちゃ腹が立ち、気分はブルーになります。だから今月のこのニュースレターの全体の色もブルーにしてみました(笑)。

そもそも花粉症とは何なのか？

体内に花粉が侵入することで、体の免疫機能が働き、「花粉」という異物が体内へ取り込んで問題がないか判断を下していきます。

異物がまず侵入した事をまず「リンパ球」に伝えられ、侵入してきた細菌やウイルスなどはIgG抗体やIgM抗体を産生し攻撃をしますが、花粉に対しては『IgE抗体』を産生します。そしてその抗体はマスト細胞とくっつきます。

その後再び花粉が侵入すると、マスト細胞上の『IgE抗体』と反応することでマスト細胞から「ヒスタミン」が分泌され花粉を出来るだけ体外に放出しようとします。その為…、『くしゃみ・鼻水・鼻づまり』の三大症状や目のかゆみ、皮膚のかゆみなどを起こし出来るだけ体内に入れないように防御しているのですね。

現在日本人の約25%が花粉症と言われています。

私はその25%に完全に含まれておりますが、こればかりはなかなかどうしようもないですね…(笑)

でも最近は少しずつ改善されています。

昨年などは1日1回の点鼻薬飲みでOK！！

今年もこの調子で行きたいですね(^_-)-☆

まだ花粉症になっていない方も予防の為にマスクはしておいた方がいいですよ！！もしかしたらあなたも『花粉症』に**明日**なるかも知れませんがね。

忌々しい
花粉の季節到来！

FROM



西念純一

最近の出来事！！



1月後半のある日にあんな怖い事が起こりました…。

その日は有難い事に一日中予約が入っており、朝から晩まで休憩も取らず、そして水分も取らず施術に明け暮れていました！！

施術が終わり、一人で片づけを始めた瞬間…。

イテテ……！！何だか急に胃が痛くなったのです。

体が丈夫なのだけが取り柄なので、こんなに痛いのはビックリ…。

何だか悪いモノ食べてかな？（いや食べてない）冷えちゃったのかな？（いや冷えてない）

それとも何かの祟りかな？（それあるかも…）など色々な事を思い浮かべましたが、思い当たる節はなし。。。まーそのうち治るだろうと思っていたら全く治りません（> <）家に帰っても治まるどころか痛みは増すばかり…。こうなりゃ近くの救急病院に行って診てもらおうと思い、何とかかんとか病院へ！

病院に着いたら待っている方は一人だけ。救急車も来ている様子は無いので直ぐに診てもらえると思っていたもなかなか呼ばれません。

これも何かの祟りかと思いつつそのまま順番待つ……………。

これは祟りでは無く手際の悪さだと思いつつ、いつもはそんなに吐かない毒をブツブツと吐きまくる早くしろーと叫ばれるのを待っていました。

やっと呼ばれたと思いつつ、診察室へ。先生にざっと症状を告げればよいはこの急な胃痛の原因が分かると思ったのですが、こちらを見ないし触らない。。。おい！！視診と触診は基本中の基本だとは思いましたが、そのまま今日は点滴をして帰ってくれとのこと…。

結局この胃痛の原因は分からずじまい…。

ちなみに何の点滴かも説明はしてくれなかったので（インフォームドコンセントも基本だろーは思いつつ）看護師さんに何の点滴ですか？って聞いたら

『水分』です。。。との事でした。

え？！じゃああの胃の痛みはただの水分不足による胃痛だったのか？このバタバタ激は何だったのか？！

これからはしっかりと水分を取って施術をしたいと思いつつ！！

皆さんも寒いからってトイレに行くの面倒だからって水分を摂取を怠らないように気をつけて下さいね！！私みたいになっちゃうぞ（～～）

皆さんも寒いからってトイレに行くの面倒だからって水分を摂取を怠らないように気をつけて下さいね！！私みたいになっちゃうぞ（～～）

・編集後記

1月はそんなこんなでバタバタしておりました。

しかし、自分が病院に行って分かった事一つあります。

それは患者さんと向きあふこちら側の対応の仕方です。

お医者さんや施術をする側から見たら多く来る患者さんの一人なのかもしれませんが、その患者さんにとってはそれが全てであり、その診てくれた方がその病院なり、施術場の代表なのだ…。

この業界にとってお医者さんがトップであることには変わりませんが、人としての対応は浦安駅前整体院はどこにも負けません。

っていう気持ちでこれからも皆さまの施術に励んでいきたいと思いつつ！！

いや～今回の胃痛も全くのマイナスばかりでは無かったですね♪

さて、ここ最近インフルエンザが猛威を奮っております！！

聞くとところによると学級閉鎖や学年閉鎖などまだなっている地域もあるそうです。

寒いし、乾燥してるし、何だか疲れるし、そりゃ風邪も引きますよ…。でも仕事や行事は休めません。

この時期をしっかりと耐え忍んで温かい春を待ち望みましょう♪（春と言っても花粉が終わった位が良いですね。）

でも、風邪にならない為に家に閉じこもってばかりはいけませんよ！疲れを次の日まで残さずその日その日ですっきりとリセットして下さい。

ちなみに疲れた時は酸素カプセルが有効(笑)。是非酸素カプセルに入って細かい酸素を吸って普段流れにくい毛細血管まで血液を流して代謝を挙げ、回復しやすい体にしていきましょうね！また明日からもお仕事頑張ってきて下さい(^_-)-☆