

CONTENTS

まえがき

2

第1章 鍼灸院って何をするところなの？

1	そもそも鍼灸って何？	10
2	鍼とお灸のいろいろ	11
3	なにをされるの？	33
4	なにを用意すればいいの？	38
5	安心できる鍼灸院って？	40
6	鍼の事故ってないの？	43
7	鍼って保険きくの？	45
8	なかなか書いてもらえない鍼灸「同意書」の現実	48
9	意外に知られていない「小児はり」	49

第2章 鍼灸に科学のメスを入れると……

- 10 ドクターは資格なしで鍼をうてる？ …………… 54
- 11 だめよ！ だめだめ！「〇〇整体クリニック」 …………… 55
- 12 先生と合わない…… …………… 56

第3章 鍼灸の効果

- 1 鍼を刺すことによって起こる生体反応 …………… 58
- 2 万能なたんぱく質「ヒートショックプロテイン」 …………… 63
- 3 鍼は、プラセボ（プラシーボ）効果にすぎない？ …………… 64
- 1 実際に鍼灸の効果としてどのような疾患に適應するのでしょうか …………… 70
- 2 鍼を身体に刺すことにより「脳内モルヒネ様物質が分泌される」 …………… 73
- 3 体は「休息」と「活動」により制御されています …………… 74

第4章 なぜ鍼灸なのか

4	お灸？ やいと？ の効果	76
5	温めると疲労回復する	78
6	当院で実際に効果があった疾患	80
7	鍼灸と不妊	85
8	効果靚面？「美容はり」	88
1	東洋医学の必要性	92
2	現代人の身体は冷え切っている	96
3	若い世代で増加する「不妊症」	97

第5章 鍼灸院の疑似体験

1	鍼灸院のつくり	102
2	来院	103
3	問診	104
4	診察	106
5	施術	110
6	施術後の過ごし方	114
7	次回の来院日について	115
8	小児はりの流れ	116
9	保険での鍼灸の受け方	117
	あとがき	122
	最後に	123
DIY	自分でできる不妊症のアプローチ	127