

はじめに

この本を手を取ってくださっているのは、ご自身、またはご家族や大切な方が、うつ症状や自律神経失調症に悩んでいる方が多いのではないのでしょうか。

現在、多くの自律神経失調症の方が病院で受診し、治療を受けておられます。

しかし、私の鍼灸整骨院へ施術に来られる方々にお話を伺ってみると、病院で受診しても明らかな異常が見つからず、医師からは「気のせいですよ」「ストレスのせいでしょう」「ゆっくり休めば治りますよ」と説明されるだけで、的確な治療がされないケースもあるようです。そうなると、「自分のこの辛さを誰もわかってくれない…」と悩まれたり、「気が緩んでいるからだ!」と自分を責めたりされるのです。そして、しなくてもいい無理をしまい、症状が悪化し、中にはびっくりするほどたくさん薬を服用されている方も多くみられます。

たしかに、自律神経失調症の症状にはさまざまな原因が考えられるため、病院の先生が「判断が難しい」とおっしゃるのもわからなくはありません。

しかし、もし間違った治療や解消法を取り入れてしまえば、再発を繰り返し、一生薬を飲み続けるか、通院し続けることになってしまいます。

皆さんもきつと、あらゆる治療方法を試していらつしやると思います。そして、何度もがっかりされたのではないでしょうか。

当院では、首や顎関節、アレルギー、口呼吸、眼精疲労に関連した43項目の「症状チェックリスト」を使い、チェックが入った項目を1つ1つ確認していきます。患者さんの声に耳を傾け、実際に身体をチェックし、細かい行程を経て判断します。

また、その後の患者さんの経過を見ながら、私の判断に方向性のズレがないかをチェックしつつ、施術を進めております。

本書で紹介する内容は、過去の東洋医学の文献や現在の解剖学を紐解いていき、私自身の身体を使って研究し、日々患者さんに施術させていただいている中で学び、確立してきた内容です。

— 自身や多くの患者さんに効果があった方法なのです。

それらを皆さんにお伝えすることで、1日でも早くうつ症状や自律神経失調症が改善し、以前とはひと味違った自分を発見して、幸福度の高い人生を築いていただけることを願っております。

金本 博明