

自律神経バランスに対する可視総合光線療法

一般財団法人光線研究所
研究員 佐藤 仁
所長 医学博士 黒田 一明

可視総合光線の温熱作用と光化学作用は、自律神経バランスの乱れを調整する作用があります。その結果、自律神経の乱れから引き起こされる、様々な症状の回復効果が期待出来ます。

当附属診療所では、3年前から、自律神経バランスの測定を行いデータ収集しています。これにより自律神経の働きを数値で把握でき、自律神経バランスの乱れの程度も判るようになりました。

今回は、自律神経バランス測定で判ってきたことと、光線治療での症例を紹介します。

測定器—YKC社製 TAS9VIEW

■自律神経バランスの測定方法

一般的に、心臓は健康であれば安静時に規則正しく脈打っていると考えられます。逆に不整脈や不健康である場合は、不規則に脈打っていると考えられます。しかし実は、健康時でも安静時に心臓の心拍は微妙に速くなったり遅くなったりしており、「心拍変動」と呼ばれています。この心拍変動を引き起こすのが自律神経です。

自律神経がよく働いているほど心拍変動が多くなり、働きが悪いと心拍変動が少なくなります。心拍変動を測定することで、自律神経の働きが判かります。一般的に、体調が悪いと心拍変動が少なくなります。また、加齢とともに心拍変動は少なくなります。

■心拍変動の理由

交感神経が亢進すると心拍数が増え心拍間隔が短くなります。副交感神経が亢進すると心拍数が減り心拍間隔が長くなります。車にたとえると、アクセルとブレーキの関係に似ています。速度が出すぎるとブレーキを踏み、遅ければアクセルを踏むという原理です。人の身体では、常に交感神経（アクセル）と副交感神経（ブレーキ）が微妙に亢進したり抑制したりして制御されています。その結果、心拍も変動します。これは、身体に対して起こる色々なストレスや変化に自律神経が素早く、上手く対応するためのゆらぎのシステムです。

■自律神経バランス測定で判ってきたこと

当所では3年間で延べ約1500人の患者さんの自律神経バランスを測定して、次のようなことが判ってきました。

①現代生活はストレスが多いため、多くの患者さんは交感神経が過度に働いていると予想していました。ところが実際は、交感神経の働きは弱くなっていて、副交感神経の働きも弱くなっている場合が多くみられました。これは、ストレスが慢性化して、交感神経も副交感神経も働きが鈍くなったためと考えられます。

②自律神経は、交感神経と副交感神経のバランスの善し悪しがよく問題にされます。しかし、自律

神経自体の働きの善し悪しも問題になります。バランスが良くても、自律神経自体の働きが悪い場合があり、その場合も不快症状が出やすくなります。

③同じような症状でも、交感神経優位の場合と副交感神経優位の場合があります。例えば不眠症や冷え症でも、交感神経が優位過ぎる場合と副交感神経が優位過ぎる場合があります。

■可視総合光線療法

自律神経の乱れのパターン

- ・交感神経が優位すぎる
- ・副交感神経が優位すぎる
- ・交感神経も副交感神経も働きがよくない



どのパターンも、血行不良・冷え・エネルギー(体力)不足

自律神経の光線治療方法

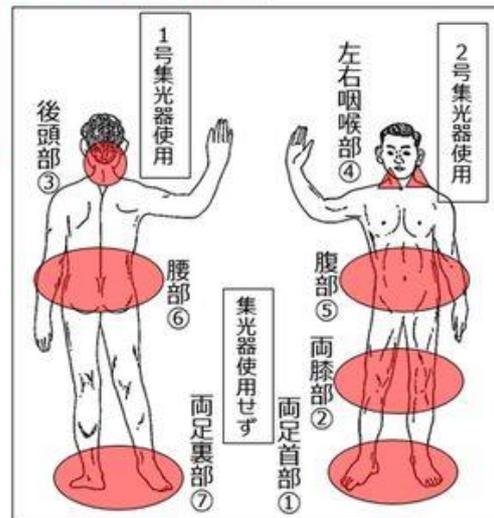
◎まず、間接照射をしっかり行って、からだ全体の冷え、血行不良を改善させ、回復力を高める。

◎治療用カーボン

- ・3002 - 5000番
- ・3000 - 5000番
- ・3001 - 4008番
- ・1000 - 3002番等

照射部位

- | | |
|---------|---------|
| ・両足裏⑦ | } 各10分間 |
| ・両足首部① | |
| ・両膝② | } 各5分間 |
| ・腹部⑤ | |
| ・腰部⑥ | |
| ・後頭部③ | |
| ・左右咽喉部④ | |



◎治療初期は、初期反応が出やすい事があるので照射時間や照射部位を少なめに始める。

◎基本照射部位以外の不定愁訴が出ている部位の照射も可能。

【治療例1】クローン病の疑い 72歳 女性 身長 143cm 体重 42kg

症状の経過：

元々胃腸が弱く、30年間漢方薬を服用。
3年ぐらい前から、飲酒やストレスで下痢や腹部の鈍痛を繰り返す。

服薬すれば症状は治まっていたが、何か原因があるのではと思い、検査を受けたところ、「クローン病の疑い」と診断。気力や体力の低下も気になっていた。

友人に当附属診療所を紹介され受診。

当所の自律神経バランス測定では、交感神経がたいへん優位になっていた。

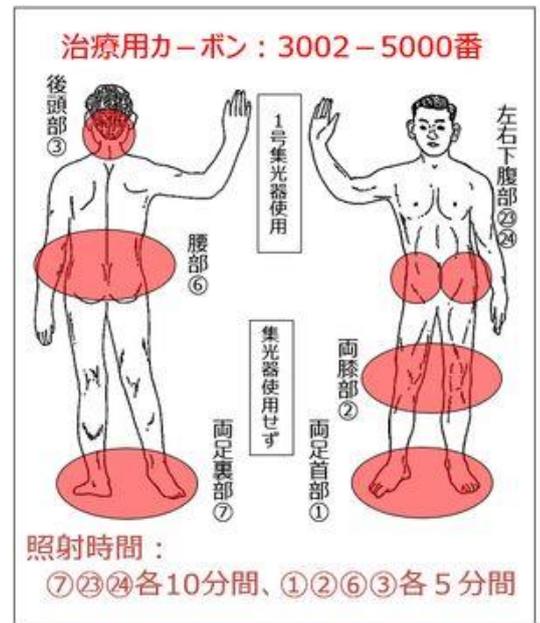
当所での治療：



1回目：⑦①②③



2回目：⑦④⑥③ 各20分間



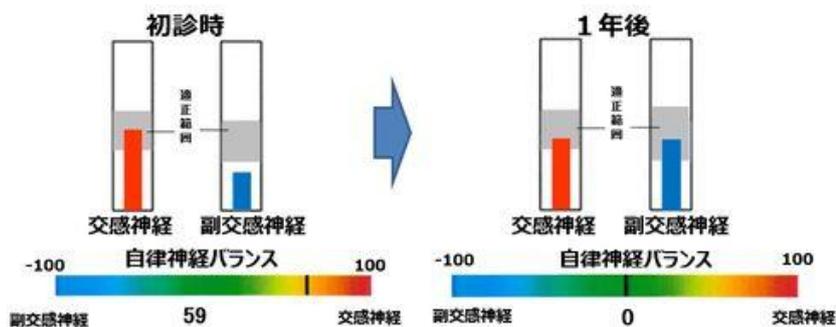
治療の経過：

週1回の通院治療を始めた。

初回の治療で下痢はピタッと止まった。気力・体力も回復してきた。

腹部の鈍痛もなくなり、からだも温かくなってきた。

その後、職場のクーラーで身体が冷え、下痢が再発したが、当所の治療を受けたら治った。
当所治療3カ月目から自宅治療も始めた。光線治療1年後、腹痛はなく便も普通便、たいへん体調よい。当所の自律神経測定でも、交感神経と副交感神経がちょうど良いバランスになっている。

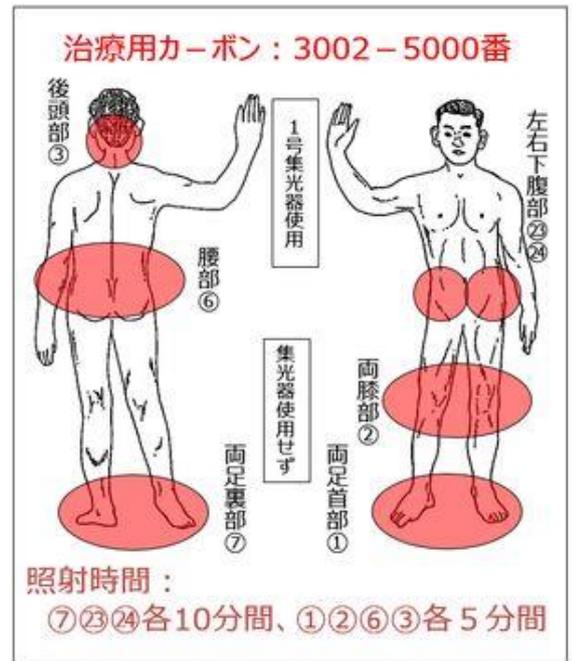


副交感神経の動きが高まり、バランスも良くなった。

【治療例2】アトピー性皮膚炎 55歳 女性 身長 154cm 体重 51kg

症状の経過：

生後より、アトピーと喘息があった。小学校高学年で落ち着いたが、アトピーは、35歳頃と50歳頃と昨年に再発。ステロイドは一時的には良くなるが、あとでよけいに悪化した。首と肘の内側の炎症が特に強かった。足は冷えたが、上半身は急に熱くなってひどく汗をかいた。からだのだるさも強く、ずっと部屋に引きこもっていた。夜は眠れず、昼夜逆転の生活を送っていた。生活を立て直したいと思い、以前使っていた光線治療器を思い出し、当附属診療所を受診。当所の自律神経バランス測定では、副交感神経が優位な状態になっていた。

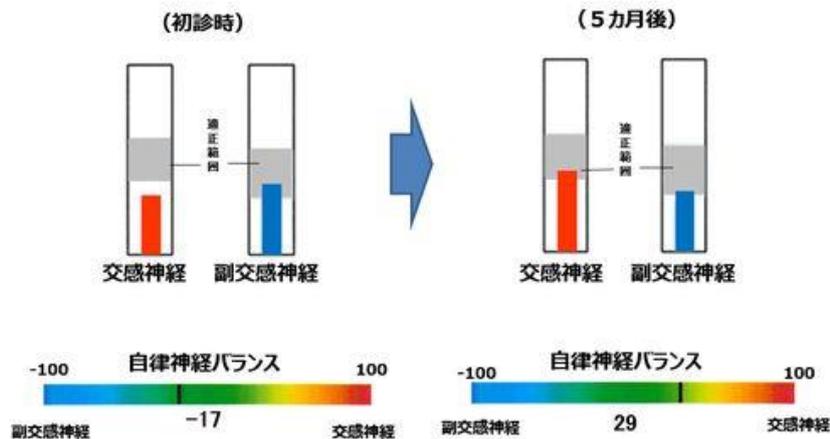


当所での治療：



治療の経過：

自宅で治療を続けた。ステロイドは悪化するので中止した。治療5カ月で、アトピーはかなりきれいになった。からだのだるさもとれて、とてもよく動けるようになった。昼夜逆転も解消し、よく眠れ、冷えやホットフラッシュも改善している。



自律神経測定では、交感神経優位型の状態に変化していた。

【治療例3】不安神経症・不眠 82歳 女性 身長 160cm 体重 57kg

症状の経過：

長年、寝付きの悪さ、目覚めの悪さ、日中の眠気、後頭部がすっきりしない、足のほてりなどがあつた。常にからだが緊張している感じで、ちょっとしたことですぐに不安になっていた。

骨粗鬆症、コレステロール高め、血圧の変動も大きかった。体調は天候の影響も受けた。

光線治療は、60代後半より、症状が強くなると、当附属診療所に時々通院していた。光線治療を受けると、寝付きが良くなったり、足のほてりが良くなったり、不安感がとれて元気になったが、しばらく光線治療を休むと、症状は戻つた。

昨年数年ぶりに当所を受診、当所の自律神経バランス測定では、交感神経も副交感神経も働きが低い状態だった。

当所での治療：



1回目：⑦①②⑨



2回目：⑦⑩⑤⑥

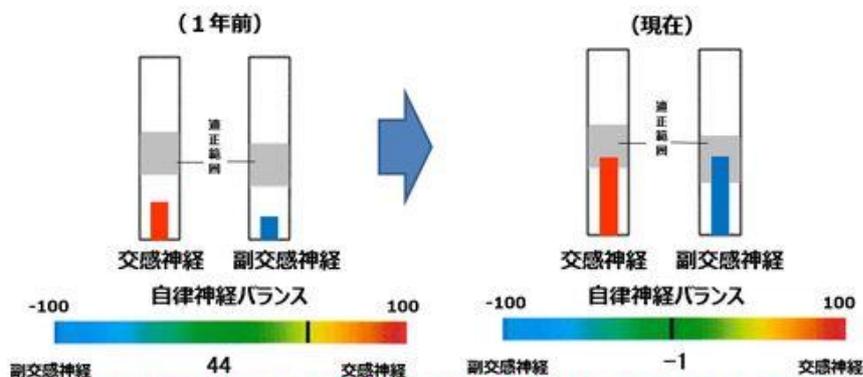


3回目：⑦①②③ 各15分間

治療の経過：

昨年通院治療を再開。3カ月ほど続けて、その後は自宅治療を行った。光線治療を行うと、よく眠れたり、不安感が解消するなど症状は軽減するが、なかなか自宅では指示通りの継続した光線治療はできていない。

それでも、元気になって、よく出掛けたり、友人と遊んだりして楽しんでいる。1年後の当所の自律神経バランスの測定でも、交感神経・副交感神経ともに、働きが良くなっている。



交感神経も副交感神経も働きもバランスも良くなっている。