

奇跡の新療法発見！

首の横を押すと 病気が治る！

突発性難聴から
高血圧、緑内障、
脱毛症、不妊症
にまで効いた！

イラスト/勝山英幸

下肢静脈瘤のレーザー治療で保険適用が受けられる病医院

北海道	藤澤心臓血管クリニック 村木外科 NTT 東日本 札幌病院	北海道小樽市稲穂 3-1-16 北海道札幌市中央区南 1 条西 16-1-245 レーベンビル 5 階 北海道札幌市中央区南 1 条西 15	☎0134-22-2238 ☎011-633-5888 ☎011-623-7000
	福島第一病院 JR仙台病院	福島県福島市北沢又字成出 16-2 宮城県仙台市青葉区五橋 1-1-5	☎024-557-5111 ☎022-266-9671
	お茶の水血管外科クリニック 大森内科ハートクリニック 都庁前血管外科・循環器内科 四谷・血管クリニック 両国あしのクリニック 東京ヴェインクリニック 北青山 D クリニック 品川ハートメディカルクリニック ThinkPark ハートクリニック 森末クリニック 長津田ファミリークリニック 新東京病院 山王病院 血管外科 慶友会つくば血管センター	東京都千代田区神田駿河台 2-1-4 ヒルクレストお茶の水 5 階 東京都大田区大森北 1-8-13 プラウドプラット大森 2 階 東京都新宿区西新宿 6-6-3 新宿国際ビルディング新館 601-2 東京都新宿区四谷 1-8-14 四谷 1 丁目ビル 2F 東京都墨田区緑 3-17-11 あしのビル 6F 東京都豊島区東池袋 1-7-5 池袋イースタンビル 5F 東京都渋谷区神宮前 3-7-10 アケラビル B1 階 東京都港区高輪 2-15-11 高輪ホワイトマンション 1 階 東京都品川区大崎 2-1-1 ThinkPark Tower 3F 東京都日野市多摩平 1-4-19-201 神奈川県横浜市緑区長津田 5-4-1 長津田クリニックビル 4 階 千葉県松戸市根本 473-1 千葉県千葉市稲毛区山王町 166-2 茨城県守谷市立沢 980-1 守谷慶友病院内	☎03-5281-4103 ☎03-5753-7221 ☎03-5325-6556 ☎03-6380-6252 ☎03-5625-8441 ☎03-6908-2272 ☎03-5411-3555 ☎03-5422-8841 ☎03-5745-0737 ☎042-589-3030 ☎045-988-2201 ☎047-366-7000 ☎043-421-2221 ☎0297-47-9955
関東	武田ハートクリニック 静岡済生会総合病院	愛知県名古屋市中区緑区鳴海町熊の前 12-139 静岡県静岡市駿河区小島 1-1-1	☎052-876-1180 ☎054-285-6171
	坂田血管外科クリニック ラジオロジークリニック扇町 葛城病院 近畿大学医学部奈良病院 楽クリニック サトウ血管外科クリニック 八幡中央病院 赤穂中央病院 ツカザキ病院	大阪府大阪市中央区高麗橋 1-7-3 北浜プラザ 3 階 大阪府大阪市北区神山町 1-7 扇町メディックスモール 2F 大阪府岸和田市真上町 250-1 奈良県生駒市乙田町 1248-1 和歌山県和歌山市築港 3-21-2 京都府京都市左京区法林寺門前町 37 アバンエスパス鴨川 1F 京都府八幡市八幡五反田 39-1 兵庫県赤穂市惣門町 52-6 兵庫県姫路市網干区和久 68-1	☎06-6121-2368 ☎06-6311-7500 ☎072-428-5141 ☎0743-77-0880 ☎073-433-5000 ☎075-762-1082 ☎075-983-0119 ☎0791-45-1111 ☎079-272-8555
近畿	諸國眞太郎クリニック 山本醫院 たかの橋中央病院 広島通信病院	岡山県岡山市北区錦町 6-17 アウルスタイル錦町 2 広島県福山市引野町北 2-8-28 広島県広島市中区国泰寺町 2-4-16 広島県広島市中区東白島町 19-16	☎086-224-1313 ☎084-943-2777 ☎082-242-1515 ☎082-224-5306
	今治第一病院 白石心臓血管クリニック ベノネット血管クリニック まつもとデイクリニック 高知大学医学部附属病院	愛媛県今治市宮下町 1-1-21 香川県高松市六条町 166 高知県高知市高須 2-6-64 アーバンビル青山 1F 高知県高知市北久保 2-39 高知県南国市岡豊町小蓮 185-1	☎0898-23-2000 ☎087-847-0011 ☎088-882-5015 ☎088-880-0533 ☎088-866-5811
中国	福岡和白病院 おだクリニック日帰り手術外科	福岡県福岡市東区和白丘 2-2-75 福岡県福岡市中央区高砂 1-8-8 サンクス渡辺通 3 階	☎092-608-0001 ☎092-534-7507

九州
沖縄

首の横を押すだけで突発性難聴、 高血圧、緑内障、うつ、脱毛症まで 治った人が続出

一掌堂治療院院長
ふじい とくじ
藤井徳治



例外なく首の横の 筋肉が硬くなっている

私は、首の横を通る筋肉、胸鎖乳突筋をほぐすことにより、突発性難聴などで悩む多くの人の症状を改善してきました。これまでに完治した人は、1162例（2011年6月30日現在）に達しています。

突発性難聴とは、ある日突然耳が聞こえなくなると同時に、耳鳴り、耳閉感（耳詰まり）、めまいなどを起こす病気です。年間約3万5000人がかかり、その約70%はそのまま難聴者に

なるといわれています。

胸鎖乳突筋は、左右の鎖骨と、耳の後ろにある骨の出っ張り（乳様突起）を、それぞれ結ぶ筋肉です。突発性難聴と胸鎖乳突筋の関係に注目したのは、突発性難聴の患者さんは、例外なくこの筋肉が緊張して硬くなっていると感じたからです。

ある患者さんの胸鎖乳突筋を、鍼やマッサージでほぐしたところ、その場で、ある程度の改善が見られました。そして、10回ほど治療したところ、突発性難聴が完治したのです。これをきっかけに、他の患者さんに同様の治療をすると、完治する

人が次々と現れました。

首の筋肉の硬直をほぐすと、突発性難聴が改善するのはなぜでしょうか。例えば、指に輪ゴムを強く巻き付けていると、指先が赤黒くむくんできます。これは、指先の血流が滞って代謝が悪くなるためです。これと同じことが、首にも起こっていると考えられます。

胸鎖乳突筋が極度に硬直すると、首から上の血行が悪くなると、代謝が損なわれます。胸鎖乳突筋の末端は内耳まで伸びているので、胸鎖乳突筋の硬直は、内耳に大きな影響を与えます。突発性難聴は、まだ解明され

高脂血症、不妊症、 こり、むくみが改善

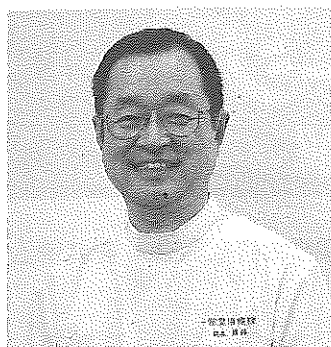
胸鎖乳突筋マッサージは、突発性難聴以外にも、多くの病気の改善に効果があることがわかってきました。胸鎖乳突筋が極度に硬直し、首から上の血液

やリンパ、ホルモンの代謝が悪くなると、神経伝達物質のパラ

ンスも悪くなります。そして、その結果、多くの症状が表れると考えられます。

現代人の胸鎖乳突筋が硬直する原因は、ストレスに加えて、生活スタイルの影響も大きいでしょう。パソコン、携帯電話、携帯ゲーム機など、頭を下に向ける機会が多いため、胸鎖乳突筋が、常に過度に働かされて、硬直してしまうのです。

マッサージによって、硬直した胸鎖乳突筋の緊張がゆるむと、首の圧迫から解放され、首から上の代謝は、正常な状態に戻ります。その結果、血液やり



多くの病気が改善すると藤井先生

ンパ、ホルモン、神経や神経伝達物質の状態も正常になり、健康な体を取り戻せるのです。

マッサージで胸鎖乳突筋をほぐすと、多くの人が、その場で足が温まると言います。これは、首のこりがほぐされた結果、血液の流れが改善し、代謝がよくなったからです。続けた人のほとんどは、冷えが改善しています。

私たちの治療院では、胸鎖乳突筋マッサージを行い、突発性難聴以外に、メニエール病（めまいや吐き気の発作がくり返し起こる病気。一般的に耳鳴りや難聴を伴う）、耳鳴り、緑内障（眼圧が高くなって視神経に障害が起る病気）、不眠症、うつ病、更年期障害、不妊症、高血圧、高脂血症、肩こり、首こり、冷え症、足のむくみ、円形脱毛症、抜け毛などの症状が改善しています。症例を紹介しましょう。

Aさん（70代・男性）は、難

聴の治療のため、胸鎖乳突筋

マッサージを行ううちに、高かった血圧やコレステロール値が下がり、正常な状態になりました。

Bさん（30代・男性）は、うつ病で入院中に、突発性難聴の治療のために、病院から私たちの治療院に通っていました。胸鎖乳突筋マッサージで、1ヵ月ほどで突発性難聴が改善。同時に、うつ病の症状もよくなり、退院することができたのです。

突発性難聴の治療で通院していたCさん（30代・男性）は、額の生え際から頭頂部にかけて、若年性脱毛症で、ほとんど毛髪のない状態でした。胸鎖乳

突筋マッサージを続けたところ、約1ヵ月後に産毛が生えてきたのです。2〜3年後に、お会いしたときは、黒くて太い毛髪が一面に生えていました。

胸鎖乳突筋マッサージで、緑内障の眼圧が低くなり、症状が改善したという人は、40代以上

の女性を中心に数多くいます。

不妊症にも大変効果があります。突発性難聴の治療で首の横の緊張をほぐした結果、不妊に悩む女性が妊娠した例が9例、不妊治療のため胸鎖乳突筋マッサージを行い、妊娠したケースは8例あります。いずれも、さまざまな不妊治療を受けても妊娠しなかった人ばかりです。

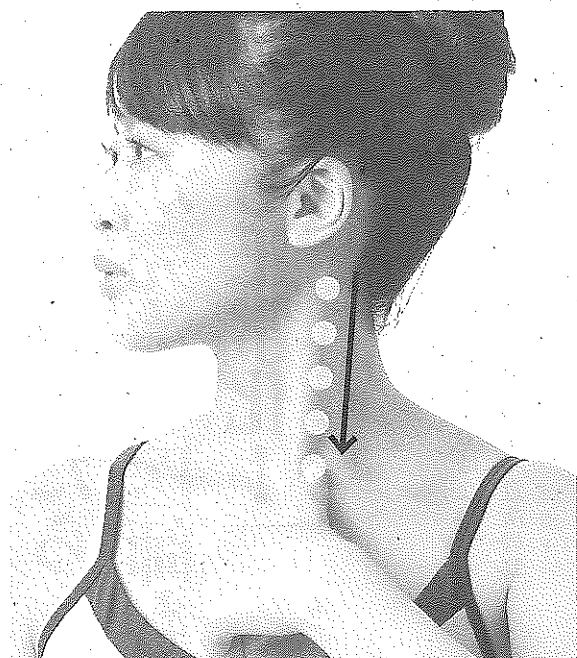
美容効果もあるようで、Dさん（40代・女性）は、胸鎖乳突筋マッサージで肌のハリや弾力性が増して、リフトアップ効果が表れ、小顔になったと喜んでいました。ほうれい線も目立たなくなっただけです。

私たちの治療院では、胸鎖乳突筋への刺激には、もっぱら鍼とマッサージを行います。自分分の手で首の横を押してもみしても十分効果があります。詳しい方法は、108ページに紹介しました。いつ行っても構いませんが、習慣にするためには寝る前に行うのがお勧めです。

首の横を押すと病気が治る！

胸鎖乳突筋マッサージのやり方がわかる写真図解

監修／一掌堂治療院院長 藤井徳治



3

約10秒かけて口から静かに息を吐きながら、親指にゆっくりと力を入れて、痛みを感じない程度に押す。
※気持ちよさが感じられるように押すのがポイント。



4

胸鎖乳突筋の後ろ側に沿って指を少しずつ下げながら、②～③の要領で、終着点となる鎖骨まで、5～6カ所押す。これを1～3セット行う。もう一方の胸鎖乳突筋も同様に押す。
※毎日、寝る前などに行うとよい。

P 藤井先生の本をプレゼント！

藤井徳治先生の本『ハリで治す突発性難聴』（Nanaブックス）を5名様にプレゼントいたします。ご希望の方はハガキの裏面に左下の応募券をはってご応募ください。

●記入事項／

①住所・郵便番号 ②氏名（ふりがな） ③年齢・職業 ④電話番号 ⑤今までに試して効果のあった健康法

●あて先／

〒113-8560 東京都文京区湯島 2-31-8 マキノ出版「安心」編集部「藤井先生の本」係

●締め切り／

平成23年9月1日（当日消印有効）

※当選者は、平成23年11月号の「編集室」のページで、氏名および都道府県名を掲載して発表をいたします。氏名および都道府県名の掲載に差し支えがある場合には、応募ハガキにあらかじめその旨をご記入いただければ掲載いたしません。



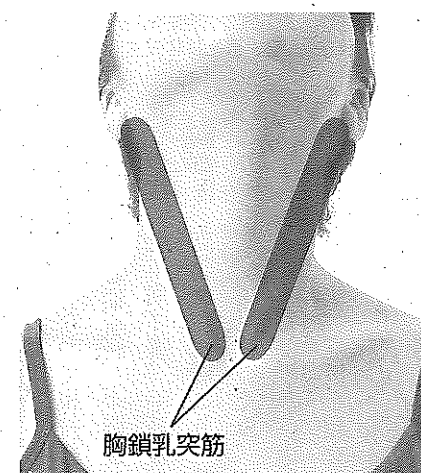
1

胸鎖乳突筋の始点となる乳様突起の後ろ側に、同じ側の親指の腹を置く。



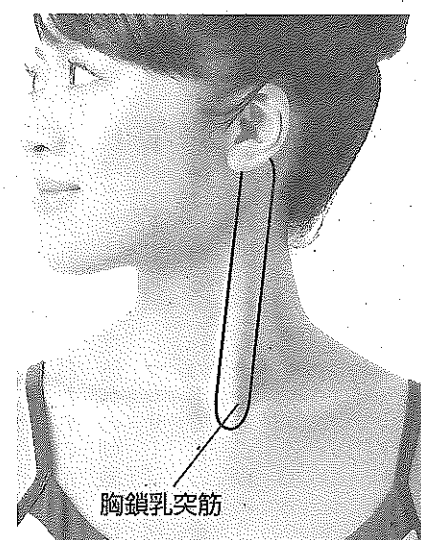
2

約3秒かけて鼻から息を吸い、約2秒息を止める。



胸鎖乳突筋

胸鎖乳突筋は、鎖骨の内側の端と、耳の後ろにある突起した骨（乳様突起）を結ぶ筋肉



胸鎖乳突筋

胸鎖乳突筋は、横を向いたとき、向いた方向と反対側の首の側面に現れる

首の横を押しもみしたら 突発性難聴が完治し医師も仰天！ 血中脂肪値も正常化！

主婦・77歳
やなぎさわ くみこ
柳沢久美子
(仮名)



「ただごとではない」と不安になった

私は、昨年の9月、突然右耳の聞こえが悪くなりました。初めは、夫の声が聞き取りにくいな、という程度でした。しかし、しだいにめまいも起こるようになったのです。

それでも、あまり気にせず、その翌日、地域の健康サークルに参加したのです。そのときに、はつきりと異和感を感じました。

左隣の人の声は聞こえるのに、右隣の人から話しかけられても、まったく聞こえなかった

のです。

「これはただごとではない」と不安になり、その足で近所の耳鼻科に行きました。

そして、耳鼻科で「標準純音聴力検査」(基本的に重要な聴力検査)をしたところ、左耳は正常でしたが、右耳は異常に低い数値。それが、折れ線グラフで示されていました。

医師は、そのグラフを手にして、「突発性難聴です。すぐに入院してください」と言ったのです。

私は、入院が必要なほどの病気なのか、とびつくりしました。そこで、どんな治療をする

のか、恐る恐る尋ねたのです。

すると、医師は「突発性難聴の治療は、ステロイド剤(副腎皮質ホルモン)を点滴するものです。治療は早ければ早いほうがいい」と答えてくれました。

しかし私は、ステロイド剤と聞いて、できることならこの治療はしたくないと思いました。

なぜなら、私は骨粗鬆症(カルシウムの不足によって骨がもろくなる病気)という持病があり、ステロイド剤が骨にはよくない、という知識を持っていたからです。

ですから、私は医師に「夫と相談してきます」と言葉を濁し

て、早々に帰宅したのです。

この方法で絶対治る！
声を大にして伝えたい

しかし、そうは言ったものの、私は途方に暮れてしまいました。治療をしなければ、右耳は一生聞こえないままになるかもしれないのです。

そこで私は、体の不調があると、必ず行く鍼灸院の先生に電話をして、相談したのです。すると、先生は1冊の本を持って、私の家につけてくれました。

その本は、藤井徳治先生(106ページ参照)が書かれた「ハ

リで治す突発性難聴」(Nanaブックス)でした。

そこには、突発性難聴を、鍼治療や胸鎖乳突筋(首の両側にある筋肉)をマッサージすることで治すやり方が載っていました。

私はその本を読み、薬を使わなくても突発性難聴を治せるということを知り、この治療法にかけてみようと思いました。そして、すぐに藤井徳治先生の治療院に電話をし、翌日の予約を取ったのです。

それから、私は毎日治療院に通いました。そして、自宅では



胸鎖乳突筋をマッサージする

先生の本を参考に、胸鎖乳突筋マッサージを行いました。

胸鎖乳突筋マッサージをする時、血液やリンパ(体内の老廃物や毒素、余分な水分を運び出す体液)の循環がよくなるせい、か、とても気持ちがいいのです。

私は昼間も胸鎖乳突筋マッサージを行いました。特に、夜寝る前に布団の中ですると、ぐっすり眠れました。

突発性難聴になってから、神経的にイライラして、睡眠も浅くなっていったのです。ですから、眠れることはとてもうれしく感じました。

そして、治療院に通って5日目には、右耳がすかすかに聞こえるようになったのです。

そこで、耳鼻科に再び行って検査してもらったところ、右耳の数値がぐんとよくなっています。医師からも驚かれました。私は順調に回復していることを知って、ますます治療を続けな

がら胸鎖乳突筋マッサージに励みました。

その2週間後、右耳がはつきりと聞こえるようになり、また、そして、晴れ晴れとした気持ちで、翌日3回目の検査をしました。耳鼻科へ行きました。結果は、右耳は正常な数値を示していたのです。

医師は「いったい、何をしてこんなによくなったの?」と目を丸くして私に聞きました。

私は、その担当医に、鍼治療と胸鎖乳突筋マッサージのことを話しました。するとその医師は、「近所にもそうした鍼灸院ができるといいですね。ほかの患者さんにも紹介したいくらいだ」と言いました。

私は結局、3週間で突発性難聴が完治したことになります。今、突発性難聴で苦しんでいる人に、声を大にして「鍼治療と胸鎖乳突筋マッサージで絶対治る!」とお伝えしたいくらいです。

胸鎖乳突筋のマッサージ
による速やかな回復

一筆堂治療院長 藤井徳治

完治した今も再発防止と健康のために、胸鎖乳突筋マッサージを行っています。そのおかげか、昨年やや高めだった総コレステロール値が、今年の健康診断では正常値になりました。

ですから、突発性難聴ではない人も、健康のために、胸鎖乳突筋のマッサージをお勧めします。柳沢さんの場合は、ご年齢などを考えると、遠方からの通院治療が続けられるかどうか、まずそれを心配しました。難聴も重度だったため、回復には時間がかかるかもしれないとも思いました。それだけに、鍼治療と胸鎖乳突筋のマッサージによる速やかな回復のご報告は、うれしい限りです。ご本人の熱心さも奏功したのでしょう。

超不快な耳鳴りがたった1回の 胸鎖乳突筋マッサージで 大軽快し気分晴れ晴れ!

主婦・55歳
たけうちさちえ
竹内幸枝



「ピーン」「ジリジリ」 「キーン」「ズーン」

私は、今年の2月に、10年以上勤めていた会社を退職しました。それは、2世帯住宅で同居している父親の介護のためでした。

私はそれまで、父親の介護を母親任せにしていたことを、心苦しく思っていたのです。ですから、退職後は私ががんばろう、と張り切っていました。

しかし、私が本格的に父の介護を始めたたん、首に痛みを感じることが多くなりました。最終、首がこっているような不快

感でした。

そのころ、友人とランチをしているときに、「あなたはいつも首をさすっているわね」と指摘されたぐらいだったのです。

そして、首の痛みを感じ始めた数日後、今度は「ピーン」という耳鳴りが始まったのです。高層ビルのエレベーターに乗ったときに感じる「耳の詰まり」に似ていました。でも、つばを飲み込んでも治りません。

そこで、ごく軽い気持ちで耳鼻科に行ったところ、医師からは「耳の聞こえにはまったく問題がありません。多分、仕事をやめて環境が変わったストレス

が原因で起こっているのでしょう」と言われ、様子を見ることになりました。

ところが1ヵ月後、いきなり耳鳴りが大きくなったのです。それは「ジリジリ……キーン」という、それはもう不快な音でした。これがずっと鳴っているのです。しばらくすると、耳鳴りに加えて、後頭部が「ズーン」と重くなるような頭痛を伴うようになりました。

そこで私は、今度は内科に行きました。そこでは、脳の血管の詰まりを見るために、MRI（磁気共鳴装置）検査をしたのですが、どこにも異常はなかつ

たのです。しかし、このまま頭痛と耳鳴りが続けば、私は気を変えてしまおうのではないかと思います。

せっかく会社を退職したのに、父の介護もできません。私は、わけのわからない耳鳴りのせいで、役立たずな存在になってしまった、と自分を責めるようになってしまったのです。でもこれ以上、どの病院に行けばいいのかわかりませんでした。

耳の周りが温かくなり 気持ちがよくなる!

ちょうどそのころ、私は近所の友人に、耳鳴りの悩みをこぼ

しました。

すると偶然にも、その友人は、「私も1年前、同じ症状で苦しんだ」と言うのです。でも、今ではすっかり治り、再発もない、ということでした。

そして、友人の耳鳴りが完治した鍼治療と、その治療院を教えてくださいました。それが、一掌堂治療院（106ページ参照）でした。私は、今まで一度も鍼を経験したことがなかったので、少しだけ不安でした。

しかし、家族の理解と、友人の「きつと治るよ」という励ましの言葉に背中を押され、1回



「家族の支えのおかげ」と竹内さん（左）

だけでも試してみようと思ったのです。

初めて治療院に行ったのは、5月のゴールデンウィーク明けでした。そして、鍼治療とともに、胸鎖乳突筋（首の両側にある筋肉）をマッサージしてもらったのです。

驚いたことに、たったその1回で、耳鳴りと頭痛がとても軽くなったのです。私は、その即効性に驚きました。

そして、これなら確実に治るはずだ、と確信して、週に2回、その治療院に通うことにしたのです。

それとともに、自宅でできる胸鎖乳突筋マッサージのやり方を教えてもらいました。それは、とても簡単な方法でした。

私は、ひまさえあればこのマッサージをしました。本を読みながら、テレビを見ながら、電話をかけながら、時間を見つけては行いました。治療院に通う電車の中でも、今ハマってい

る「断捨離」の本を読みながら、気が付くと首に手を当てマッサージをしていました。

胸鎖乳突筋マッサージは、耳の後ろにある骨の出っ張り（乳様突起）から、鎖骨の内側に向けて、指で押しもみしていくのです。

このマッサージをすると、耳の周りが温かくなり、気持ちがよくなります。ちよつと硬い部位があれば、ここが詰まっているのだな、とわかります。ですから私は、その部分が軟らかくなるよう、重点的に押しもみするようにしました。

こうして鍼治療と、胸鎖乳突筋マッサージを続けたところ、私の頭痛はすっかり改善され、耳鳴りも、ほとんど聞こえないくらいの小さな音になっていったのです。

一時はうつ病になりそうだった不安な気持ちはなくなり、以前の明るい私に戻りました。今回のことを体験してから、

父の介護については、母やケアマネージャーさんと話し合っていて、誰もが無理をしないようにしています。

私は今でも、胸鎖乳突筋マッサージを続けています。

耳鳴りや頭痛の再発予防ということもありですが、胸鎖乳突筋マッサージをしてから、肌の調子がとてもよくなったのです。胸鎖乳突筋マッサージは、健康だけではなく、美容にも効果がありそうなので、私はずっと続けようと思っています。

耳鳴りは突発性難聴の前ぶれのことがある

一掌堂治療院長 藤井徳治

竹内さんの耳鳴りは、突発性難聴の前駆症状（前ぶれ）と判断しました。難聴に至った場合、完治する人は3分の1程度です。竹内さんはタイミングよく治療を始め、ご自身でも胸鎖乳突筋のマッサージをしたことで難聴を回避され、幸いでした。

「死んだほうがまし」とさえ思った突発性難聴が 胸鎖乳突筋マッサージで即解消！

主婦・43歳
おかのりこ
岡部典子
(仮名)



ムーンフェイスと全身の
だるさ、そして頭痛……

「このまま耳鳴りが続いたら死
んだほうがまし」

これは、私が激しい耳鳴りに
悩まされていたときに、思わず
つぶやいた言葉です。

激しい耳鳴りは、今年の1月
10日の朝、突然始まりました。
それは、高速道路のインター
チェンジで絶え間なく車が行き
交うような「ゴッゴッ」と
いう音です。それも右耳だけで
した。

私にとって、耳鳴りは初めて
ではありませんでした。以前、

花粉症が重症化したときに耳鳴
りを経験しました。そのときは
安静にしているだけで耳鳴りは
消えたので、今回も睡眠をたっ
ぷり取ればいいだろう、と考え
たのです。

ところが、耳鳴りは日を追う
ごとにひどくなりました。そし
て同時に、家族の声やテレビの
音など、聞こえも悪くなってい
たのです。

特に、加湿器や温水洗浄便座
など、低音の電子音がまったく
聞こえないことに気がしまし
た。これは、花粉症のときの耳
鳴りとはまったく違う、と心配
になり、私は耳鼻科に行きまし

た。

そして、低音が聞こえていな
い「低音障害型突発性難聴」と
診断され、ステロイド剤（副腎
皮質ホルモン）を点滴する治療
が始まりました。

その結果、耳鳴りは消え、聞
こえもよくなったのです。私
は、これで治ったと大喜びしま
した。

しかし、喜びもつかの間、翌
日には、ひどい耳鳴りが始まっ
たのです。再度病院でステロイ
ド剤を点滴してもらったと、その
場は治まるのですが、すぐに再
発。結局、これを3回くり返し
ました。

そうすると、今度はステロイ
ド剤の副作用なのか、顔がパン
パンにむくむ、いわゆる「ム
ーンフェイス」になったのです。
全身のだるさも取れず、頭痛ま
で伴うようになりました。

耳の詰まりが
「スポン」と取れた！

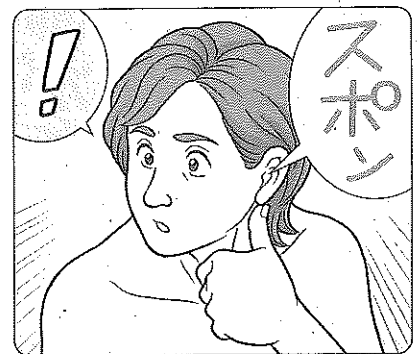
このままステロイド剤なしで
は生きていけない体になるの
か、と不安になりました。私は
うつ病になりそうなほど、気分
が落ち込み、ふさぎ込んでいま
した。

そこで、薬に頼らない治療法
を探し求めて、インターネット

で必死に調べたのです。そして
行きついたのが、藤井徳治先生
（106ページ参照）の鍼治療
でした。

しかし、ステロイド剤でも完
治しないのに、鍼などで本当に
治るのか、半信半疑でした。し
かも、耳鼻科の医師には、「突
発性難聴を治すには、発症して
から14日以内が勝負です」と聞
かされていました。このとき私
は、すでに最初の耳鳴りから50
日がたっていたのです。

私は、わらにもすがる気持ち
で、3月初旬、治療院を訪ねた
のです。



耳の詰まりが取れた！

その最初の日、先生は「同じ
ような症例の患者さんがたくさ
ん改善しているから、きっと岡
部さんもうるくなりやすよ」と
おっしゃり、心からホッとしま
した。

私はその日から毎日、治療院
に通いました。
まず、ベッドに横になり、胸
鎖乳突筋（首の両側にある筋
肉）をまんべんなくほぐしても
らいます。その後、鍼治療をし
ました。

私が初めて胸鎖乳突筋のマッ
サージを受けたとき、耳の周り
に血が巡るような実感がありま

した。ですから、これは必ず耳
に効く、と確信したのです。
そこで、私は自宅でも胸鎖乳
突筋をマッサージすることにし
ました。

私は、入浴中や寝る前に、布
団の中で胸鎖乳突筋をマッサー
ジする習慣をつけました。

そして1週間後、耳の詰まり
が「スポン」と取れた瞬間があっ
たのです。このときに、「首の
横の筋肉は、間違いなく耳の病
気と密接に関係しているのだ」
と理解できました。

胸鎖乳突筋は、鎖骨の内側の
端と、耳の後ろにある突起した
骨（乳様突起）をつなぐ筋肉で
す。マッサージで、その部分を
ほぐすのです。

ですから、耳の後ろから鎖骨
まで、少しずつ下げながら親指
で5〜6カ所押します。1回に
5分ほどかけて行います。

こうして、私は通院治療と首
の胸鎖乳突筋のマッサージを続
けた結果、3週間後には、すっ

かり耳鳴りが消えて、聞こえも
よくなりました。
「死んだほうがまし」とまで思
い詰めた、突発性難聴が劇的に
治ったのです。
今でも再発防止のために、私
は毎日2〜3回、胸鎖乳突筋の
マッサージを続けています。突
発性難聴に悩む人に、ぜひお勧
めしたい方法です。

治療中の大地震にも
めげず完治に至った

一掌堂治療院院長 藤井徳治

ステロイドに頼らずに難聴を
克服したい、と真剣なまなざし
で、岡部さんが初診に来られた
日のことを思い出します。

聴力と耳鳴りが回復したり悪
化したりのくり返して、治療中
に襲われた大地震にもめげずに
治療を続けて完治に至られたこ
とは、大変なご努力だと思いま
す。これから胸鎖乳突筋の
マッサージを続けていただきた
いと思います。

あらゆる医師がさじを投げた 原因不明の頭痛が 首の横の押しもみでアツサリ消失

会社員・47歳
しみずみき
清水美樹
(仮名)



いったいどの病院に行けばいいのだろう……

私は、6年前に左耳が聞こえなくなりました。

耳鼻科を受診したところ、「突発性難聴」と診断されたのです。そして、耳鼻科に2週間通院し、ステロイド剤(副腎皮質ホルモン)の点滴で聴力は正常になりました。

しかし、耳が詰まったような閉塞感や、ジージーという耳鳴りは取れませんでした。さらに、頭痛がひどくなってきたのです。

その頭痛は、ズキンズキンと

いうのではなく、はちまきで頭をきつく締め付けられているようなものでした。寝ている以外の時間、ずっとこの痛みが続くのです。

私は、もしかしたら脳の病気ではないかと疑い、大学病院でCT(コンピュータによる断層撮影)やMRI(磁気共鳴装置)検査をしました。

幸いなことに、脳にはまったく異常がありませんでした。でも、頭痛の原因はわかりません。すると今度は心療内科を紹介されて、精神安定剤を処方されたのです。

おそらく「気持ちの問題だ」

と思われたのでしょうか。しかし、精神安定剤を飲んでもただ眠くなるだけで、頭痛は改善されませんでした。

その後、首が痛くなってきたので、今度は整形外科に行きました。そこでは、ムチウチ症のような状態になっていると言われ、電気マッサージを受けました。さらに、鍼治療もしました。それでも、頭痛は改善しなかったのです。

私は、いったいどの病院に行けばいいのかわからなくなり、暗澹たる気持ちになり、だんだんうつ状態になっていきました。無気力で、何もやる気が

起こりません。家事も一切できなくなりました。

それでも、仕事だけは続けていたのです。なぜなら、仕事を辞めてしまうと、外に出る機会がなくなり、完全な引きこもりになりそうだったからです。

**原因不明の頭痛が消え
冷え症や肩こりも改善**

そんなころ、「安心」で「胸鎖乳突筋(首の両側にある筋肉)をマッサージすることで病気を治す」という記事を見つけたのです。

そこには、胸鎖乳突筋を押しもみしたら、耳鳴りや頭痛が改

善した、という体験手記がたくさん書かれていたのです。

その記事を読んだとき、私は「これだー」と思いました。

そこで、「安心」で紹介されていた、一掌堂治療院(106ページ参照)へ行くことにしたのでした。

治療院に初めて行ったとき、集中的に首の横をほぐしてもらいました。すると、あれほど痛かった首がらくになったのです。それは感動的でした。

それから、週2回のペースで治療院に通いました。それと

もに、自宅では胸鎖乳突筋のマッサージを自分で行いました。私の胸鎖乳突筋マッサージのやり方は、次のとおりです。

まず、ぬれタオルを電子レンジで温めてビニール袋に入れます。

これを枕の上に載せて、後頭部を温めます。私は、さらにおなかの上にも小さな湯たんぽを載せます。すると、お風呂に入っているぐらい、全身が温まるのです。

そして、胸鎖乳突筋の始点となる乳様突起(耳の後ろにある骨の出っ張り)の後ろ側に親指

の腹を置き、その指を、胸鎖乳突筋にそって、少しずつ下げながら、終点の鎖骨まで押していきます。これを左右両側で行います。

あまりの気持ちよさにウトウトするほどです。こうし

て、私は鍼治療と胸鎖乳突筋マッサージを続けました。変化は、2週間後から表れました。一日中苦しめられていた頭痛が、徐々に、そして確実に軽くなってきたのです。

そして3ヵ月後、治療院に通わなくても、胸鎖乳突筋マッサージを続けているだけで、頭痛がなくなりました。

あれから5年たちました。今でも、頭痛予防のために、毎日胸鎖乳突筋マッサージをしています。

私は、仕事から帰宅して、家事を始める前に行っています。15分程度の胸鎖乳突筋マッサージで、昼間の疲れが癒えて、夕飯作りにとりかかることができるようです。

胸鎖乳突筋マッサージを続けて、私は全身の血行がよくなりました。頭痛の改善に加え、長年悩んでいた冷え症や肩こりも改善されました。

そして、頭痛に苦しんでいた

ころを知っている友人から「明るく元気になった」と言われています。

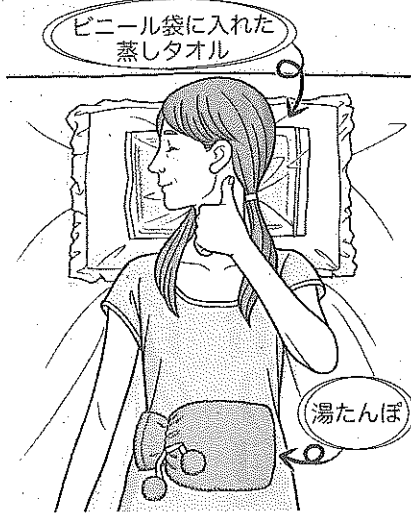
その言葉どおり、積極的にになりました。

私は、「安心」で胸鎖乳突筋マッサージに出会えたことが、まさに地獄で仏に出会ったように思っています。本当に心から感謝しています。

**5年を経過した
今も良好な状態**

一掌堂治療院長 藤井徳治

症状が緩和すると、つい油断してしまうことが多いのですが、清水さんは症状が改善されてからも、胸鎖乳突筋のマッサージを続け、治療にも定期的に通って来られます。その結果として、5年を経過した今も良好な状態を保っているのです。う。まさに継続は力なり。とてもご立派だと思います。ご自身で、さまざまな工夫をされているのも素晴らしいですね。



ビニール袋に入れた
蒸しタオル

あまりの気持ちよさにウトウトするほど

です。こうし

「これにかけてみよう!」と 決意した首の横の押しもみで 不妊症が治り見事に妊娠

主婦・43歳
なとりきよこ
名取紀代子
(仮名)



不妊治療と仕事の両立は 予想以上に難しい

私は、42歳で念願の子宝に恵まれました。それは、鍼治療と胸鎖乳突筋(首の両側にある筋肉)のマッサージのおかげです。

私は、今回の妊娠までに、3回の流産を経験。それから、なかなか妊娠できなかったのですが、出産直後、子どもの顔を見たときには、うれしさと涙が止まりませんでした。

私が結婚したのは、10年前。しばらくは夫婦だけの時間を楽しもう、と夫と話し合い

ました。お互いに仕事を持って、旅行や外食などを堪能したので

そして、結婚3年目から子づくりをスタート。翌年には妊娠をしたのですが、妊娠初期で流産をしてしまいました。

その後も、妊娠しては流産、のくり返しでした。私は、子宮の中で胎児が育たない「不育症」を疑いました。そして、病院で検査をしたのです。でも医師から、私の体には原因がないようですから妊娠を待ちましょ

う、と助言されたのです。しかし、それ以後も、なかなか妊娠をしませんでした。

そこで夫と話し合い、38歳のときに不妊治療をすることを決めました。仕事と不妊治療の両立は予想以上に難しく、なかなか妊娠にいたりませんでした。

私は、40歳になったとき仕事を辞めて、不妊治療に専念することにしたのです。年齢的にもこれが最後のチャレンジ、というぐらいの決意でした。

体外受精をすることになり、万全を期すために、インターネットでいろいろ調べました。すると、「体外受精と併行して鍼治療をしたら妊娠すること

ができた」という体験談が見つかったのです。さらに調べていくと、藤井徳治先生(106ページ参照)のホームページに行き着いたのです。

胸鎖乳突筋を 丹念にマッサージ

私はホームページを丹念に読んで、「これにかけてみよう!」と思いました。そして、私は治療院に予約の電話を入れたので

先生のお考えは、日常的な首の締め付けがホルモンバランスをくずし、妊娠しにくくさせている、ということでした。ホルモンバランスのくずれを

と思いました。

それから、私は妊娠に向けて治療院に通い、自宅では胸鎖乳突筋のマッサージをしました。

治療院には、体外受精をする前後に5回通い、鍼灸治療の後、胸鎖乳突筋を丹念にマッサージしてもらいました。すると、耳の辺りからほぐれていくのがわかり、ポカポカと体が温まっていきました。

こうして、3回目の体外受精で妊娠することができたのです。

先生からは「鍼灸治療は卒業だね。もし、つわりなどあったらまたいらっしゃい」と言われました。胸鎖乳突筋マッサージも、妊娠中は刺激になるので中断しました。

私は高齢出産なので、妊娠中も無事に過ごせるのか、とても心配していました。でも、つわりもなく、順調に過ごせました。そして、なんのトラブルもなく、普通分娩で出産すること

ができたのです。

それもこれも、私は、藤井先生と胸鎖乳突筋マッサージのおかげだと感謝しています。

今は、育児中心の忙しい毎日

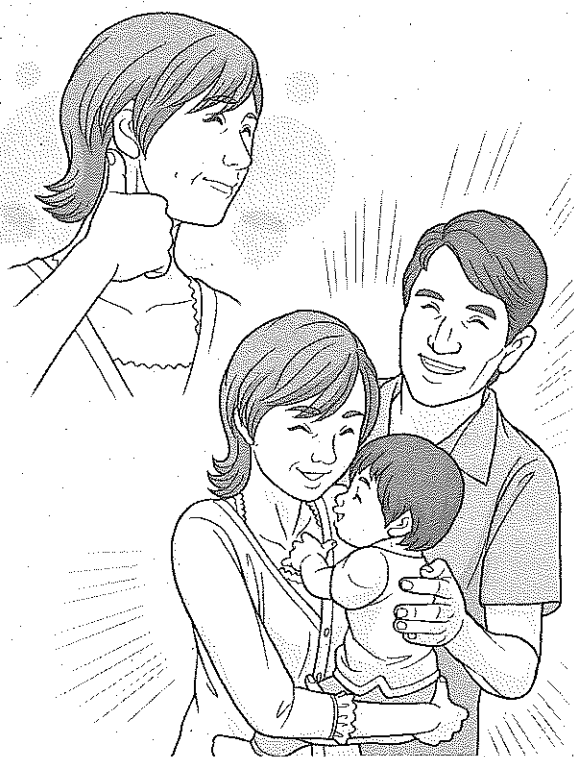
を過ごしている私ですが、これからは健康維持のためにも胸鎖乳突筋マッサージを再スタートしようと思っています。

首をゆるめることで ホルモンバランスが改善

一善堂治療院長 藤井徳治

当院には、鍼治療と胸鎖乳突筋マッサージをすることで47歳で妊娠、出産された、という症例があります。その人は、「20年以上前に不妊治療を受けたけれども妊娠に至らなかった」とおっしゃっていました。

これは、首をゆるめることによって、ホルモンバランスが改善するためだと思われます。名取さんは待望の赤ちゃんに恵まれ、母子ともに健康だとのこと。本当によかったです。



42歳で念願の子宝!

正常な状態に戻すには、首の両側にある胸鎖乳突筋の緊張を解きほぐすことがいい、とのこと。

胸鎖乳突筋は、鎖骨の内側の端と、耳の後ろにある突起した骨(乳様突起)をつないでいる筋肉で、「首のV字筋」とも呼ばれているそうです。

こうした説明を聞き、私は自分の不妊の原因がわかったよう

に思いました。

というのも、私は22年間会社社に勤め、しだいに責任が重くなっていくプレッシャーを感じていました。どんどん忙しくなり、残業続きで睡眠不足。その一方で、健康に気を付ける生活をしていなかったのです。こうした日々がストレスになって、いつの間にか首周辺の筋肉をこわばらせていたのではないか、