

特集 4

二〇年ぶりに聴力が戻り補聴器不要！
新発見の急所？点ツボも公開！

突発性難聴・耳鳴りが完治!! 首のV字筋マッサージ

増加する突発性難聴は原因のわからない難病

突発性難聴とは、ある日突然音が聞こえなくなり、耳鳴りや耳閉塞感などの症状が出る病気です。同時にめまいや吐き気を訴える人も、半数以上いるといわれます。

昨年、人気歌手の浜崎あゆみさんがブログで告白し、話題になったのをおぼえていた方も多いのではないでしょうか。

二〇一〇年の統計では、治療

を受けている突発性難聴の患者さんは全国で約三万五〇〇〇人いるといわれています。この一〇年ほどで患者数は倍以上になっており、特に数年前から急激に増加しているようです。

一般的には、突発性難聴は片側の耳だけに発症し、治れば再発することは少ないといわれていますが、治療院で長年患者さんを診ていますと、両側の耳に発症したり、再発したりするケースも多いように思います。

根本的な発症原因は、現在の



●音が聞こえる耳のメカニズム

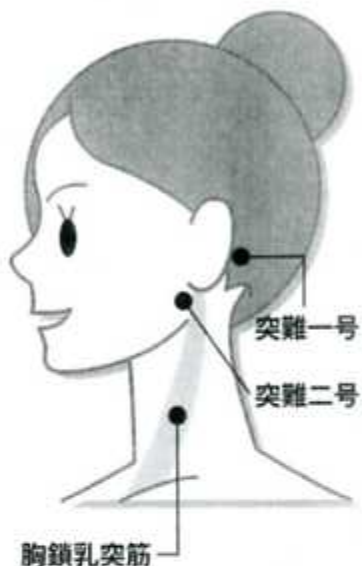
- ①外部の音の中耳にある鼓膜を通して内耳に伝えられる
- ②蝸牛(かぎゅう)にある有毛細胞で音が電気信号に変わる
- ③聴覚神経を通して電気信号が脳に伝わり音が認識される



一九四九年生、訓練をきっかけに東京鍼灸専門学校入学、八三年一掌堂治療院開院。二〇〇三年に突発性難聴ハリ治療ネットワークを開発し突発性難聴治療の普及に尽力。著書「ハリで治す突発性難聴」(NABAブックス)。

●突発性難聴の急所! 胸鎖乳突筋と「突難」のツボ

- 胸鎖乳突筋(V字筋)
首の両側を斜めに走る筋肉。正面から見るとVの字
- 突難一号
古来ツボ・腫脹(耳たぶの後ろ)。おこの骨の後ろのくぼみより5cm上
- 突難二号
古来ツボ・腫脹(耳のすぐ前の柔らかい隆起の下)より2cm下で耳たぶの下はし



ところとはっきりとわかっていません。ストレスや疲労が原因であると考えられますが、ほかに血液循環障害説や、ウイルス説などさまざまな説があり、特定され

ていないのが現状です。ゆえに治療も難しいとされる病気のひとつといえます。

未だ確立されていない突発性難聴の治療法

突発性難聴の治療は、ステロイド剤の服用や大量に点滴する方法が一般的ですが、患者さんによっては、血液の循環をよくする薬や血管を拡張する薬などが用いられることもあります。

しかし、どの薬剤を使用しても、症状が大きく改善されることは少なく、完治に至るのは三分の一とされています。

また、薬以外の治療では、高濃度の酸素を吸引する「高圧酸素療法」や、麻酔薬による「星状神経節ブロック」があります。しかし、これらについても現在のところ十分な効果が検証されているわけではなく、現代医学では、ステロイド剤の投与以外に決め手になる治療法は確立されていないようです。

当院には、こうしたさまざまな治療を試みてもいつこうに回復せず、何とか完治させたいとおっしゃって来院される患者さんが、たくさんおられます。

突発性難聴は発症から遅くとも一〜二週間のうちに治療しなければ、回復や完治が難しい病気で

しかし、患者さんが当院にいられたときは、発症から一カ月以上も経過しているケースが少なくありません。

それでも、私が考案した胸鎖乳突筋の緊張をほぐす独自の治療法を行うと、発症から一ヶ月以上たつた人にも十分な効果がみられることがあります。

完治例は四七二例。耳鳴りなど、関連した症状の完治例を含めると、その数は実に七二二例にもなります。

決め手が少ない突発性難聴の治療法において、改善効果の高い方法として期待できるのでないかと考えています。

突発性難聴の治療のカギは首の胸鎖乳突筋

実は、私自身も二〇年前に原因不明の感音性難聴を患い、両耳の聴力を失っています。治療



突発性難聴の治療では胸鎖乳突筋をマッサージして緊張をほぐした後、耳や首などのツボを鍼などで刺激



一掌堂治療院のツボ刺激で用いられる突難一号・突難二号に鍼を打ったところ

院をはじめたきっかけも、この病気を何とか治したいという一心からでした。

当初は長い中国ハリによる治療を行っていましたが、強い苦痛を伴うため、「こんなつらい思いをせずに治療できる方法はないか」と模索していました。

その過程で、突発性難聴の患者さんは、首筋の「胸鎖乳突筋」が共通して硬くなっていることに気づいたので。

胸鎖乳突筋は首の両側を斜めに走っている筋肉です。正面から

から見るとアルファベットのVの字のようで、私はこれをV字の筋肉と呼んでいます。

胸鎖乳突筋が緊張すると、首を絞められているかのようになり、血行が悪くなります。その状態が長く続くと、この筋肉の上には位置する内耳の血液が滞ってしまふのです。私は、この緊張をほぐすことで血行を改善し、突発性難聴の症状を治せるのではないかと考えたのです。

さらに、胸鎖乳突筋の延長上にある二か所のツボも聴覚改善

に効果的だとわかりました。

これは当院で新たに「突難一号・突難二号」と名づけたツボです。これらを刺激すると、痛みがなく気持ちのよい独自のハリ治療で、劇的に突発性難聴が完治しているのです。

突発性難聴を発症してもあきらめない！

こうしたツボ刺激を研究していくことで、最近では、発症から時間がかなり経過した難聴でも、治るケースが増えてきてい

ます。

たとえば、去年は発症から二〇年もたった四六歳の男性が、当院の治療で両耳の難聴を回復一年四ヶ月後には、補聴器を使わずに会話が聞き取れるまでになりました。

発症して短い期間内に治療しないと完治しないという通例に反して、改善例が増えているのも事実です。もう手遅れだと思わずに、根気強く治療をすることがとても大切なのです。

私は、地方で突発性難聴に苦しむ人にも当院の治療法を受けたいだけけるよう、「突発性難聴ハリ治療ネットワーク」という全国の治療院同士を結ぶネットワークを開設しました。

こちらのホームページでもこの病気の詳細な情報がわかりますので、この症状にお悩みの方は、ぜひご参照ください。

長時間の同じ姿勢と大音量は要注意！ 突発性難聴の予防と治療に 役立つ聴力自宅ケア

突発性難聴ハリ治療ネットワーク代表

一掌堂治療院長・藤井徳治

生活の中の悪い習慣を改善することが大事

突発性難聴は、はつきりした原因がわからない病気といわれてきました。しかし、長年患者

さんを見てきて、私は生活習慣が発症原因と密接に関係があるように感じます。

たとえば、研究者や技術者がデスクワークの時間が長い人などには、この病気が多くみられま



ストレスや疲労が限度を超える前に一息

こうした方は、緊張している胸鎖乳突筋をじっくりとほぐした上で、普段の姿勢などにも気をつけてもらうと症状が現れにくくなります。

そのほか、日常的に大音量の中にいることも突発性難聴に影響します。騒音の激しいデパートで働いていた患者さんが完治した後、再発予防のために静かな紳士服売り場に移ってもらったことがありました。

突発性難聴のケアや予防に、

生活の中で気をつけるべき点は以下のとおりです。

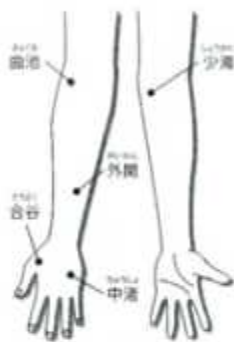
- 睡眠不足（最低でも六時間、できれば七時間以上は眠る）
 - 化学物質（アミンの毛染め、シンナーなどの使用を避ける）
 - 急激な気圧の変化（高速列車や飛行機では気圧が上昇）
 - 過度な運動（めまい防止のため首の運動などは避ける）
 - 冷え（夏場のクーラーなど）
- 日常生活の中で以上の点を注意するだけでも、突発性難聴の対策になるといえます。

また、突発性難聴の患者さんの多くが、発症前に大きなストレスと疲労を感じていることも申し添えておきましょう。

次ページで紹介する内耳の血行をよくするマッサージや、聴覚に効くツボの刺激も、突発性難聴の予防やケアになるので、ぜひ活用してみてください。

3 救急5点灸

難聴、耳鳴り、めまいに有効な五本のツボ。ここに温灸をします。風呂上がりは避けること



- 少澤(しょうざい)：ひじの横ジワの小指側の先端
- 中渚(ちゅうりゅう)：ひじの横ジワの指関節の先端
- 外關(がいかん)：手の甲側の手首の中央から指三本分ひじ寄り
- 合谷(ごうこく)：親指と人差し指の骨が接するところ
- 中衝(ちゅうちゅう)：手の甲側で薬指と小指の間から親指一本分ひじ寄りのくぼみ

4 救急ハリ刺激



難聴の新発見ツボ。市販のシール式の鍼を貼れば聴覚の改善が期待できます

藤井先生からひとこと

胸鎖乳突筋の緊張をゆるめ、内耳への血行をよくするマッサージは気長に続けること。突難一・突難二は胸鎖乳突筋の延長上で市販のシール式鍼を貼ります。救急5点灸は市販の灸で手軽に実践できます。こうした対処術は難聴とともに、肩こり、頭痛、不眠、めまいの改善にもおすすめです。

2 救急内耳マッサージ

内耳の血行を改善し、耳鳴りの軽減にも好評。1日1回以上、何回やってもOKです。



①こする(三〇往復)
両耳たぶを人差し指と中指ではさみ上下にこする。耳の下も同様



②もむ(三〇秒)
耳たぶを親指と人差し指でつまみ、下から小刻みにもみあげる



③震わす(三〇秒)
耳の穴に人差し指を軽く入れ、手首を上下に小さきさみに震わせる



④はしく(三〇回)
両耳たぶを指四本で後ろから前にはしく

1 救急V字マッサージ

胸鎖乳突筋の緊張をほぐして血液循環を改善。頭痛や不眠の緩和も期待できます。①～③を3回繰り返します

①あお向けに寝て患部側の耳を上にして首をねじる



③口から静かに息を吐きながら胸鎖乳突筋を10秒ほどゆっくり押す。同じ手順で5カ所を押す



●首のV字筋マッサージと秘訣のツボ刺激!
突発性難聴に◎対処して再発も防ぐ四つの救急ケア!
急に耳が聞こえない、耳に閉塞感があるなどの症状への早期の対処が、突発性難聴の治療効果を左右します。そんな救急時の自宅対処術が以下の四つ。再発予防にも有効です。

②胸鎖乳突筋のやや後ろに指を置き、鼻から3秒息を吸い、2秒間息を止める



体験談

①

東京都在住

住田侑子さん(六五歳)

首のV字筋マッサージで首の緊張をほぐしたら右耳の聴力が着実に戻り突発性難聴が完治!

電話で難聴に気づき

耳が弱い家系だと観念

私が突発性難聴になったのは三年半前のことです。電話をふだんと反対の手で何げなくとり、右耳で聞いたところ、まるで電車の中にいるように音が聞き取りづらいことに気づきました。

それまでは、人の話は普通に聞こえていると思っていました。が、右耳がまったく聞こえていなかったのです。人の声も右耳では、高音と低音の二重に聞こえます。その日を境に、耳鳴りも気になりました。

振り返ってみると、飛行機を

利用したとき、着陸時に耳が

まったく聞こえないことがよくあり

ました。しばらくすると治ったので、そのときは気にもとめて

いなかっただけですが、以前から難聴の兆候はあったようです。

風邪ひとつひいたことのない健康な私ですが、「この耳の症状は異常だ」と、すぐに耳鼻科に行きました。そこで突発性難聴と診断され、即座に入院となつたのです。ステロイドの点滴治療を受け、二週間後に退院した後も、音が割れたように聞こえる状態が続いていました。

ビタミン剤などの薬が出ましたが、薬を飲み慣れない体質の

ためか、下痢が止まらなくなり、あまりのつらさに薬もやめてしまいました。

実は私の妹も、服用した薬の副作用が原因で片耳がまったく聞こえません。耳が弱い家系かもしれないと思いついたのはほとんどあきらめていました。

そんなときに、完治をしてい

る人が多いからと娘に強くすすめられたのが、藤井先生の治療

でした。最後の望みを託して、治療院の門をくぐったのです。

治療室に流れるBGMがはつきり聞こえて感激

藤井先生から、突発性難聴は生活習慣とも密接に関係しているというのを聞いて、はつと

と思い当りました。

私は、経理で常に同じ姿勢で仕事をしていたため、つらい肩こりに悩まされていたのです。

会社を辞めた後は、好きな本を夜遅くまで読みふけることが多く、寝不足の状態がずっと続いていたのです。こうしたことが、突発性難聴の原因になっていたのだと感じました。

そこで夜ふかしをやめ、症状を悪化させる生活習慣の改善に取り組みました。そして、治療院では胸鎖乳突筋の緊張をとる治療をしていただきました。

普通なら、首のV字筋マッサージをするとても気持ちがい

らしいのですが、私はむしろ

気持ちが悪くなったのを覚えて

います。胸鎖乳突筋がかなり緊張していたのかもしれない。

しかし、治療の回数を重ねるたびに、だんだんと首のマッサージが気持ちよく感じるようになり

ました。それと並行して、聴力も回復していったのです。

症状の改善を実感したのは治

治療室に流れるBGMがはつきり聞こえて感激

藤井先生から、突発性難聴は

生活習慣とも密接に関係してい

るということを聞いて、はつ

と思い当りました。

私は、経理で常に同じ姿勢で仕事をしていたため、つらい肩

こりに悩まされていたのです。

間入院し、ステロイド点滴の治療を受けることになりました。

治療の結果、聴力はやや回復

しましたが、先生からは「聴力はこれ以上よくなるはず、完治は

難しい」といわれました。

まさか、自分が突発性難聴に

なるとは夢にも思いませんでした。考えられる原因といえれば仕事

事による疲労とストレスです。

当時は毎日終電まで働き、十日

間連続勤務もさら、激務からパ

ニック障害も発症しています。

駅で過呼吸の発作が出て救急車

で運ばれたこともありました。

安定剤を飲んでパニック障害

が落ち着いてきた頃、耳鳴りの

症状が出てきたので、最初のう

ちは「パニック障害で、耳がお

かしいのだろう」と考えていま

した。その結果、病院にかか

るのが遅れてしまい、完治までの

時間を長引かせてしまったのか

もとめていませんでした。

しかし、二週間たつてもいっ

つたところ、聴力がかなり低下

しているのがわかりました。薬を飲んでも、症状はいっこ

うれしいことに、パニック障

害の発作もほとんど起きること

はありません。突発性難聴は決

してあきらめなければ完治できるのだということを、身をもって感じて

かもしれません。

なんとか治したいとインター

ネットであれこれ探し、藤井先

生の治療を知ったのです。最後

の希望をつないで治療に訪れた

のは発症から二カ月後のこと。

日数もたつていて不安でしたが、

首のV字筋マッサージで胸鎖乳

突筋の緊張をほぐす治療をあき

らめずに続けました。

思い切つて会社も辞め、治療

に専念できるようになったこと

もよかつたのでしよう。治療を

始めて一カ月後には徐々に回復

し、今では耳鳴りはほとんどな

くなり、突発性難聴は治ってい

ます。

退職もして治療に専念し

耳鳴りはほぼゼロ!

突発性難聴を発症したのは、

二年前のこと。当時は、軽い耳

鳴りと耳の閉塞感だけだったの

で、そのうち治るだろうと気に

なっていました。

しかし、二週間たつてもいっ

つたところ、聴力がかなり低下

しているのがわかりました。薬を飲んでも、症状はいっこ

体験談 ② 神奈川県在住 田中律子さん(二九歳)

首のV字筋マッサージを一カ月続けて耳鳴りが激減し突発性難聴治った! パニック発作も再発ゼロ

退職もして治療に専念し 耳鳴りはほぼゼロ!

突発性難聴を発症したのは、二年前のこと。当時は、軽い耳鳴りと耳の閉塞感だけだったので、そのうち治るだろうと気に

流れるBGMだということが感

じられるようになったのです。

耳鼻科で検査をし、完治した

といわれたときは、あきらめな

いでよかつたと本当にうれし

かったです。

耳が聞こえなくなる不安にお

びえないためにも、これからは

突発性難聴の再発予防をしっか

り続けていきます。

もとめていませんでした。

しかし、二週間たつてもいっ

つたところ、聴力がかなり低下

しているのがわかりました。薬を飲んでも、症状はいっこ

うに回復しません。結局、一週

間

も

も

も

も

体験談 ③ 石川県在住 大久保峰子さん(仮名・四八歳)

上京を四回繰り返し返し首のV字筋マッサージを受けて突発性難聴が
念願の完治!発症前と同じ聴力!

一〇年間の介護疲れが
難聴発症の誘因に

今から二年前、耳鳴りや耳閉感があり、耳が聞こえづらくなつたと気がつきました。

一〇年間、一人暮らしをして
いる父の介護で、疲れがピークに達している時期でした。そのせいで耳鳴りがするのかなと思つていたのですが、音が聞こえにくくなつたのも気になって、耳鼻科に行つたのです。

一週間ほど治療を受けたのですがいつの間によくなる兆しはありません。やがて突発性難聴ということがわかりすぐに入院

となりました。

二週間入院しましたが、先生からは「聴力はこのままよくならない。もう治療をやっても……」といわれて、目の前が真っ暗になってしまいました。

しかし、本で知った藤井先生の治療院を訪ね、何とか完治したいと首のV字筋マッサージを受けることになりました。

ハリもうつってもらつて、四回の上京で計三五四回の治療を受け、ついに念願の完治。約一年たった今は、病気になる前のように入院して聞きます。これからは、自宅でのケアを心がけながら、耳の健康を保つていこうと思います。

体験談 ④ 栃木県在住 山下眞信さん(五八歳)

突発性難聴で回復不能といわれた
聴力が完全に蘇り自宅でもハリと
首のV字筋マッサージを継続中

発症直後でなくとも
治るとの言葉が励みに

三年前、突然耳が聞こえなくなり、近所の耳鼻科にかかりました。そのときは聴力の低下だけでなく、耳鳴りや、めまい、嘔吐などの症状も同時に出てきて、とてもつらい状態でした。

耳鼻科では、耳に空気を入れる通気治療などの治療を行いましたが、症状に変化はありません。五日間通つたところで、大きな病院に移り、そこで突発性難聴と診断が出て、二週間入院することにしました。

ステロイドや血管拡張剤など

の点滴のほか、血液の流れをよくする高圧酸素療法なども受けました。しかし、症状は改善せず、最後には「回復不可能」と宣告されたのです。

病気の原因はほとんど思い当たりません。聴覚を失うほどのことになるとは信じられず、納得できない思いでいっぱいでした。そんな私のつらい状況を見ていた妻が、突発性難聴を治せる治療院をインターネットで必死に探してくれました。

そして出会ったのが、藤井先生の治療院です。地方に住む私が東京まで通うのは大変だ、との思いが一瞬頭をよぎりました。

た自宅での首のV字筋マッサージを妻にやつてもらい、ツボへのお灸なども欠かさず続けていきます。



よく聞こえる!耳鳴りも消失!と感謝の声続々!

が、ここで治療を続けるしか方法はないと覚悟を決めました。治療院を訪れたときには、発症してからすでに一カ月以上た

っていました。突発性難聴は、二週間以内に治療をしなければ完治できないとあったので、不安でいっぱいでした。

しかし、私のように時間が経過している患者さんでも、完治している例はたくさんあるからと先生に励まされ、治療を始めたのです。

完治するまで帰らないという覚悟で上京し、首のV字筋マッサージとともに四〇回のハリ治療を受けました。

そのおかげで、希望の朗報。突発性難聴の完治という最高の結果を得ることができました。東京から帰っても油断することなく、治療院で教えていただいた

耳はもちろん、全身の体調がよくなり、楽しく暮らしています。あのときにあきらめずに治療をしてよかつた、藤井先生に心から感謝しています。

●お知らせ
藤井徳治先生の著書「ハリで治す突発性難聴」を読者のみなさまにプレゼントいたします。くわしい応募要領は259ページをご覧ください。

ノドと
ココロが
うるおう。

10 飲むたびに
10円寄付!

1本につき10円が日本財団「夢の貯金箱」に寄付される自販機です。寄付金は、社会貢献活動をするNPOに100%支出され、「ホスピス活動支援」「ハンセン病回復者支援」「犯罪被害者支援」などに大切に活用いたします。

0 設置は
簡単・無料!

設置された企業・団体では、専門の部署や担当者を設けなくても、手軽に社会貢献のPR・CSR活動ができます。

ゆめちよ で 検索

日本財団
The Nippon Foundation
お問い合わせ先: 03-6229-5111