

希望を語る

2000年8月発足

19年の歴史を持つ患者会“希望を語る会”ニュースレター



希望を語る会事務局:健康増進クリニック

TEL03-3237-1777 Fax03-3237-1778

www.kenkou-zoushin.com info@kenkou-zoushin.com

「動的平衡」の中の人間

院長 水上 治

分子生物学者の福岡伸一は、重要な働きをする遺伝子を持たないノックアウト・マウス(遺伝子を改変したマウス)を大変な苦勞の末に造りました。そして、このマウスが病気になることを予想していたのですが、なんと健康に育ったのです。

人間が造ったロボットなら、一つのネジが欠損しても壊れます。しかし生物は、何か一つがなくても、自然に補完しようとします。建築家の安藤忠雄東大名譽教授は癌で五つの臓器を切除しましたが、支障なく日常生活を送っておられます。そんな状態でも人には適応性、補完性があります。いのちはすごいのです。

また、1940年代に米国の科学者ドルフ・シェーンハイマーは、放射性同位元素で印をつけたアミノ酸をマウスに三日間食べさせました。そのアミノ酸の半分以上は、またたく間に全身に広がり、脳、筋肉、消化管、肝臓、脾臓、脾臓、血液など、あらゆる臓器や組織を構成するタンパク質の一部になっていました。

マウスの体を構成していたタンパク質は、わずかの期間に食べ物由来のアミノ酸に置き換えられ、今まで身体を構成していたタンパク質は棄てられたのです。アミノ酸が体内でエネルギーになり、呼気や尿から排泄されるという、内燃機関のように見做した当初の予想は見事に覆されました。

我々の体は日々刻々と変化しており、一年ですべての細胞が入れ替わります。昨日の自分は今日の自分ではないのです。しかし、中身が入れ替わっても、ある平衡状態は維持されます。福岡伸一はこれを「動的平衡」と呼ぶように提案しています。いのちはこの大きな流れの中で生まれ、動的平衡のために、まず自分を壊して、新たに創る備えをしています。壊すことで隙間が生じないと、新しい細胞のためのスペースができません。

私はこの「動的平衡」という概念は、人間機械論的、分析的な考え方に基づいて発展してきた生物学や医学の根本を変えるほど重要であると考えます。生命体を「動的ないのちの流れ」と捉えると、世界が生き生きとしてきて、違って見えます。

五行歌

小林美智代さま

つばめは
どこへいった
雀もへり
自然界が
おかしい

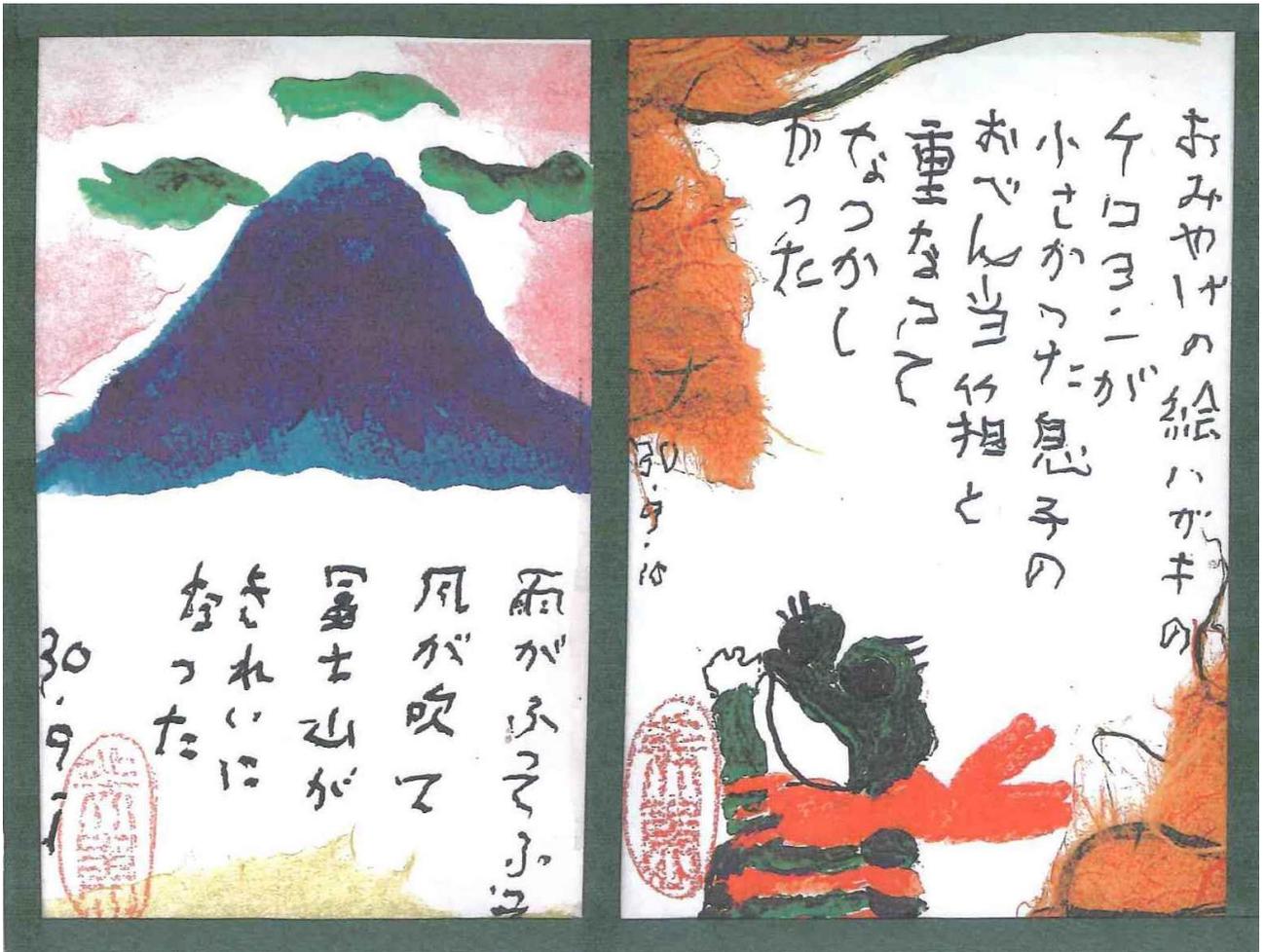
老いはきびこく
病は不安
この二つを
どう肯定し
生きていくか



林試の森(目黒区)

みーこねーちゃんの絵手紙

佐藤美恵さま



佐藤様は H7年に脳梗塞で左半身麻痺となり、H24 年より当院にて鍼治療を開始しました。加藤医師の勧めで始めた絵手紙。ももとは右利きですが、左の麻痺を克服するために、左手で書いています。それを北海道在住の妹さんに送ったところ、とても喜んでくださり、カレンダーにしてくださいました。(クリニックの待合室入口の扉に飾ってあります)

自然のチカラ

菊地明美

夏休みに、子ども二人とカナダに旅行した。

海外旅行は久しぶりだったので、出発前は楽しみよりも不安の方が大きかった。飛行機の予約をした時点では楽しみしかなかったのだが、いざ出発の日が近づいてくると、やらなければならない事が次々と頭に浮かび、気ばかり焦って余裕のない日々が続いた。特に準備する必要もない子ども達は呑気なもので、「旅行楽しみ～」とうちでゴロゴロしている。私は荷造り、ゴミ出し、子どもの塾のスケジュール調整など一人イライラと用事に追われていたのである。

そして出発の日。予約したリムジンバスに無事乗り込み、ようやくほっとできた。飛行機の中で、日頃ゆっくり観れない映画を観たり本を読めるのがしみじみ嬉しかった。子ども達も映画や機内食にワクワクしている。さあ、旅行の始まり！

空港には、先にカナダに滞在していた姉と姉の子ども達が迎えに来てくれていた。到着したのは昼頃で、午後は子ども達を連れて公園に行くことになった。大きな湖のある公園で、太陽をたっぷり浴びて一時間ボートを漕いだ。飛行機であまり寝られず時差ボケが心配だったが、その夜はぐっすり眠れ、翌朝気持ちよく起きることができた。

次の日からそんな調子で、公園をサイクリングしたり、山をハイキングしたり、海岸で遊んだり。日本にいるときには考えられないほど体を動かした。そしてそれがとても気持ちよかった。何しろ空気がきれいで、気候が良い。もちろん疲れるが、心地良い疲れで後に残らない。民泊で借りた家の傍には森があり、野生の鹿やウサギがいる。海では運良くアザラシを見ることができた。

観光名所に行くわけでもなかったが、自然の中でたっぷり遊んで子ども達は大満足。私も、澄んだ山の空気と太陽のおかげで、体じゅうの細胞が生き生きと蘇ったような気がした。

自然の中で体を動かすことの大切さに目覚めた私。日本に帰ってもなるべく…と思っていたのだが、日中の東京は暑すぎて外に出る気になれない。秋になったら山登りにでも行きたいが、その時はすでに運動嫌いの私に逆戻りしているかもしれない。残念である。



俳句五題

浅野伸一さま

よもやま
四方山で 「チョットコイ」 鳴く投票日

つた
鳶伸びて 電柱支線を 我がものに

名古屋場所 ひいき 巖の力士 ころ 転りんこ

長梅雨で 朝刊隅まで 残らずに

蓮沼の 漕をむく鳥 いそぎ足



☆チョットコイチョットコイ…と鳴く鳥は「こじっけい」という鳥です。

《院長と共に癌の勉強会》 水上医師



第4水曜日 9月25日 15:00~16:00

超高濃度ビタミンC点滴療法最新情報

要申込!!

☆当院患者様
☆そのご家族
☆eクリニック関係者
参加費無料

それ以外の方
参加費 5,000円

《瞑想指導》 加藤医師

第2水曜日 9月11日 15:00~16:00

点滴治療中の方もご参加いただけます
お気軽にどうぞ!

場所 シアタースペースにて



☆今月のお花☆ 木苺・エキナセア・トルコキキョウ・キキョウラン



厳しい暑さが去ると、今年の夏はなんだか短くて、少し物足りない感じもしますね。

今回のお花は素敵なピンク色の八重のエキナセア。エレガントなトルコキキョウ、緑の可愛い葉は木苺。この葉が入るだけで爽やかさが増すキキョウラン。賑やかで楽しいお花になりました。

エキナセアはムラサキバレンギクと言われ、真ん中が盛り上がり、周りの花びらが後ろへ反って咲きます。ハーブに詳しい方はご存知だと思いますが、免疫力をアップ、抗ウイルス、抗菌効果等のある万能ハーブとしても有名です。

エキナセアの花言葉は
「優しさ」「深い愛」「あなたの痛みを癒します」

M.I

★「希望を語る」は患者さまの体験談や、また特技を生かしたメッセージ、いま語りたい事、その他何でも、情報交換の場を提供させていただく冊子です。写真や原稿などございましたら、どうぞ事務所またはスタッフまでお知らせください。お待ちしております。