

■不妊治療

このような症状でお悩みの方へ

- ☑ 病院で診てもらったが特に悪いところはなく原因が不明。
- ☑ 現在、病院で不妊治療をしているがなかなか結果がでない。
- ☑ 体外受精を控えているので体調を整えておきたい。
- ☑ 妊娠はするけど流産してしまう。
- ☑ 30代後半に差し掛かり妊娠に不安がある。
- ☑ 冷え性なので体を内側から温める治療をしたい。
- ☑ ストレスがたまり、精神的にも不安定で、ホルモンバランスが崩れている。
- ☑ 病院で治療を受けながら体質改善できるような鍼灸治療もあわせて行っていきたい。

兼城鍼灸院では、不妊症でお悩みの方へ専門的な鍼灸治療でお応えしています。当院の不妊治療は東洋医学をベースに行っております。



女性が妊娠するには、**体力（元気）が必要不可欠**です。若い時は体力があり、妊娠する力も十分にあります。そして、多少なりとも無理をしても、自分で回復する力（自然治癒力）をもっています。ですが、**年齢とともにその自然治癒力は少しずつ低下してしまいます。**

ここに、**冷えや仕事、人間関係によるストレス**などの要因がプラスされることで、さらに元気を失ってしまい、ホルモンバランスの崩れ、自律神経の乱れ、子宮、卵巣などの生殖機能の衰えが生じていくのです。主に東洋医学では、こういったアンバランスな状態を、**一歩ずつ元の状態に近づけていく**ような治療をしていきます。

【当院5つの特徴】

1 冷えの改善

女性の多くは**手足やお腹の冷え**で悩んでいませんか。冷えの原因の1つに血行の悪さが挙げられます。当院では冷えに関係するツボにはりきゅうをすることで血行をよくし、冷えの改善を図ります。特にお灸は温熱効果があり、血流を良くするのに効果的です。**冷えはその他、毎日の食事や生活習慣にも多くの原因があります。**当院では食事、睡眠、運動などの養生指導も行っています。ご自身の**普段の生活習慣を見直し、努力すること**で冷え性改善につながります。



2 リラックス効果

基本的に治療中はリラックスして受けて頂いたほうが効果も倍増します。当院のはりはそれぞれ患者さんにあわせた優しいはりを心がけています。はりをすると副交感神経が優位に働き身体をリラックスさせることができます。胃腸の調子を整え、質の良い睡眠をうながしてくれます。全身の倦怠感、頭痛、めまい、動機、不眠、不安感など、自律神経のほとんどは交感神経が優位には働いてしまっていて身体が興奮状態、覚醒状態になっていることが多いのです。副交感神経を優位にすることでご自身のもっている自然治癒力を引き出し、治そうとする力を高めることができます。

3 「気」のバランスを整える

東洋医学で「気」とは目には見えないエネルギーで人間の肌の表面を、血液のように全身にくまなくめぐっています。また生きてくうえで必要不可欠な「生命の源」でもあります。

元気、やる気、気力の「気」です。「気」は常に私たちの体を出入りしていて、自然界に普通にあるものです。その時の状況により感情に大きく左右し、プラスになったり、マイナスになったりします。「気分」という言葉は「気に分ける」と書きます。プラスが多ければ気分がいいし、マイナスが多ければ気分が悪くなります。

「病（やまい）の気」はマイナスの気が多い状態です。だからこそプラスの気を増やし、免疫力や自然治癒力を高めることが重要なのです。特にはりは「気」を調整するのに優れています。「気」が不足していたり、停滞していたり、充滿することで体に不調をもたらします。当院では「気」を滞りなくスムーズに全身をめぐるようにはりきゅう治療でバランスを整え、心身ともに元気な身体作りを目指します。



4 自律神経を整え、内臓の働きを良くする

東洋医学で妊娠に大きく関係するのは内臓の中でも「肝臓、脾臓、腎臓」の3つといわれています。内臓に関係するツボは背中、お腹、手足と幅広くあります。脈を診たり、その日の状態にあわせてツボを選択し、はりきゅう治療で内臓の働きを改善します。また自律神経の中核である視床下部（後頭部）と仙骨神経（腰の下あたり）に直接アプローチすることで、子宮や卵巣などの働き、ホルモンバランスを整えることができます。

5 病院との併用ができる。

はりきゅう治療を行うからといって病院への通院をやめる必要はありません。不妊クリニックに通われながら、高度生殖医療と並行して施術される方も多くいらっしゃいます。



これらの特徴を活かして赤ちゃんを授かり、10カ月間育てていくための体内環境を作ります。「赤ちゃんが欲しい」と願うあなたを当院が全力でサポートします。ぜひ当院のはりきゅう治療を受けてみてはいかがでしょうか？

■悪阻（つわり）について

このような症状でお悩みの方へ

- | | |
|--|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> つわりがひどくて食べられない | <input checked="" type="checkbox"/> 水を飲むことすら気分が悪い |
| <input checked="" type="checkbox"/> 病院で何もしてくれなかった | <input checked="" type="checkbox"/> はりきゅう治療以外に方法が見当たらない |

はりきゅうでそのつらい悪阻（つわり）を楽にしませんか？

<妊娠悪阻（つわり）とは>

妊娠2か月目の5～6週前後からみられる悪心、吐き気、嘔吐、嗜好の変化、唾液の増加などの症状を総称して「悪阻（つわり）」と言います。



程度は様々ですが全妊婦の80%近くにみられ、経産婦より初産婦が重く、多胎妊娠の場合に強く現われやすいとされています。その中で入院が必要な重症妊娠悪阻の割合は全妊婦の0.1～1%です。一般には妊娠15週くらいでおさまってくることが多いのですが人によっては妊娠後期まで続く場合もあります。

<原因>

原因ははっきりとは分かっていませんが一般的には、妊娠することで大量に分泌される妊娠ホルモン(hCG：ヒト絨毛ゴナドトロピン)が原因とされ、妊娠5か月以上でも15%ほどの妊婦さんがつわりを感じています。

<日常生活において>

つわりの時の食事の基本は「食べられるときに、食べられるものを、食べられる量だけ」食べることです。妊娠初期に胎児が必要とする栄養は多くないので、この時期だけなら多少偏食になっても構いません。できるだけサプリメントでもいいのでビタミンや葉酸は摂るようにしましょう。



<当院の治療>

東洋医学的に悪阻（つわり）は赤ちゃんがお腹にいることで、**体内に熱がこもり、その熱が胃にこもっている状態**です。要は胃に熱が多くなり過ぎることで、ムカムカしてしまう状態です。このようなときは、はりきゅう治療で、胃の中にある熱を発散し、外に出してあげることで、全体のバランスを整えます。



これを行うことで、身体は非常に楽になっていきます。
つわりは妊娠の合図であり、待望の赤ちゃんを授かった喜ばしいことかもしれませんが、近年の傾向として、**虚弱体質の女性、ストレス過多、高齢での妊娠**という影響で、実際に感じる症状は、つらい症状が多いようです。

当院では、不妊症、妊娠中、産後のケア、更年期障害の治療と、生涯に渡って、女性ホルモンの変化に関する症状の治療をおこなっているため、安心してつわりの治療、健康管理が可能となります。

個人差がありますが、兼城鍼灸院ではある程度症状が治まるまでご来院頂いております。
平均して**5～6回目程度**から少しずつ効果が表れてきます。

辛い症状のときは我慢せずに、是非兼城鍼灸院の治療を受けてみてください。

当院が全力でお母さんと赤ちゃんをサポートします。

■安産について

母子ともに健康な身体づくりを

一言に安産といっても人によって価値観も違うし、捉え方も違います。100人いれば100通りのお産があります。もちろん理想は短時間でなるべく痛みなく産まれること、母子共に元気であることが一番です。最終的には時間がかかって難産だとしても、例え帝王切開だとしても**母子ともに元気であれば安産**と言えるのではないのでしょうか。

重要なのは早く産まれることでも、痛くないということでもなく、しっかりとした陣痛を伴いながら、その赤ちゃんがかけたいだけの時間をかけて産まれることです。ゆっくり産まれたい赤ちゃんもいるのですから、そのメッセージに耳を傾けることができるように、心も体もリラックスできる環境が大切です。心理は生理につながります。心理的ストレスがあれば体はそれに反応して、陣痛が弱まり、望まない医療加入になりがちです。支えてくれる助産師やパートナーとコミュニケーションを取りながら、早めるのではなく、待つお産ができることが大切です。

当院では婦人科系の病でよく使われるツボ、**三陰交**（子宮に関係するツボ）へはりきゅうをすることでお産を楽にし、赤ちゃんが元気に産まれます。良いおっぱいがでてさらには産後の体調を整えるという素晴らしい効果が期待できます。

三陰交以外にもその日の状態に合わせて**自律神経や内臓を整える**ツボにはりきゅうを行い、赤ちゃんご自身、そして**安産のための健康な身体づくり**を目指します。



だいたい安定期に入る5カ月目くらいから始めると良いでしょう。

【効果】

三陰交へのはりきゅうは子宮環境を整えます。

たとえば、体内の血液循環がよくなり下腹部が温かく感じることでしょう。

また気を整える効果があるといわれ穏やかな気持ちにさせてくれます。

下記の効果が学会で発表されています。

- むくみ
- 便秘
- 足のだるさ
- 冷え
- 逆子予防
- 消化器系の系強い子ども
- 陣痛が軽くすむ
- 安産



どうでしょうか？

安産の灸はお母さんと赤ちゃんに、こんなにもすばらしい効果があるんです。是非、受けてみて下さい。

■逆子について

お灸で逆子が治ります

<逆子とは>

正式には骨盤位と言いますが、胎児の頭が上にあり骨盤が下にある状態をいいます。妊娠中期（28週）までは、胎児は羊水の中で活発に動いているため50%近くの胎児は骨盤位（逆子）と言われていました。妊娠後期になると胎児は大きくなり、一番重く大きい頭を産道に向け、お産に向かって胎位を安定させます。逆子の頻度としては妊娠30週頃には全体の30%、10ヶ月入る頃には5%程度に下がります。骨盤位では頭が臍帯より最後に出てくる為、危険であり胎児の死亡率は2～5倍になります。ですから問題視されるのは28週以降になります。



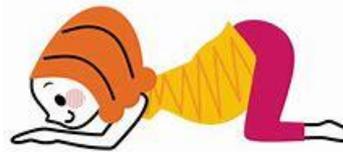
<逆子の原因>

東洋医学的には母体のバランスが崩れていることによって起こると言われ、**母体の冷え、過労**などが誘因とされています。特に、下腹部を触ってみて冷たい方は要注意で、この下腹部の冷えから頭を守るために頭を上に向けているとも考えられます。その他にも物理的要因もあります。

物理的要因・・・子宮筋腫、前置胎盤（胎盤が低く出口をふさいでいる）、へその緒が絡んでいる、へその緒が極度に短い、羊水過少など

<一般的な逆子治療>

- ・自然に治るのを待つ
- ・自宅での逆子体操の指示
- ・児背を上にした横向き（側臥位）



<当院の治療>

逆子の灸とは、東洋医学を利用して、逆子になっているおなかの赤ん坊の逆子を元に戻すというお灸療法です。療法としては至陰（足の小指の先）と三陰交というツボを使用します。逆子が戻りやすい時期としては28週くらいまでと言われています。



お灸による逆子治療が成功した事例の中で、治療をスタートした時期が早ければ早い方が成功する可能性が高くなっています。

- 治療スタート時期が30週未満であればほぼ全て
- 治療スタート時期が30～33週であれば7割
- 治療スタート時期が34週以降であればおよそ5割

というデータがあります。**※当施術には個人差があります。**

また、経産婦さんと初産婦さんによっても逆子が治る可能性には差異があり、**経産婦さんの方が高い可能性でひっくり返る**とされています。

そして治療頻度は平均して**5回程度**で返るケースが多いようです。

中には治療をぎりぎりまで続けて帝王切開の当日に検査で逆子が治ったというケースもあります。

逆子治療をしてもひっくり返らない場合は、へその緒が首に巻きついてしまっていたり、短かったりするため、その位置が赤ん坊にとって良い位置だということです。

30週前後に産婦人科で逆子と言われた場合はぜひ兼城鍼灸院で逆子治療を受けてみてはいかがでしょうか？