

★ 治療院・整骨院

第25号毎月200枚限定発行



千樹館だより

2月号

発行責任者／千島直樹

住所：千葉県印西市浦部 163-5

電話：0120-080-134

HP：<http://senjyukan.sukkiri.org/>

ご相談メール：rqqrq026@ybb.ne.jp

定休日：火曜日・水曜日

【2017年2月営業予定表】

日	月	火	水	木	金	土
			1 休	2	3	4
5	6	7 休	8 休	9	10	11
12	13	14 休	15 休	16	17	18
19	20	21 休	22 休	23	24	25
26	27	28 休				

【当院では、交通事故の専門治療が可能です。】

交通事故によるケガの治療や保険会社との様々な対応は当院にお任せ下さい。おケガの状態に合わせて早期回復治療をお受けします。

早期回復治療を受けることで元気な体に戻り体が早く楽になります。自賠責治療でも患者様の**交通事故治療負担は0円です!**

一切治療費はかかりませんのでご安心下さい!

書類のやり取りや慰謝料の問題などは・・・

当院の信頼できる顧問弁護士の先生が、

バックアップしてくれます。

悩まないで大丈夫です!(^^)!

お気軽にご相談下さい。

皆様、交通事故が多発しておりますのでご注意ください!!

こんにちは 院長の千島です。

あっという間にお正月も過ぎ、2017年も2月を迎えます。アメリカ合衆国大統領選挙によって新たなアメリカ合衆国大統領が選出された第45代ドナルド・トランプ(共和党)が就任しました。世界中に何かの影響があるかもしれません。また、気温の温暖化の影響が進んでいます。人類の平和とか人の豊かさが問われる時代になるでしょう!ところで、この時期特に気をつけて頂きたいのが、「インフルエンザ」と「ノロウイルス」です。「インフルエンザ」は、の感染力はとても強く、日本では毎年約1万人、約10人に1人が感染しているそうです。突然高熱が出て、脱力感や関節痛を伴うようであれば、インフルエンザの可能性大ですからすぐに病院へ行かれ下さい。発症から48時間以内に「抗インフルエンザウイルス薬」を服用すると、早く回復する可能性も高まるそうです。インフルエンザは事前に予防接種を打っておくと、発症の危険性も減って重症化も防ぐことができるでしょうか。また、同じ冬場に気をつけなければならないのが、「ノロウイルス」による食中毒や科感染性胃腸炎などです。これらに感染してしますと吐き気、嘔吐、下痢、腹痛、微熱などの症状が数日間あります。インフルエンザほど長く苦しむことはありませんが、お子さんや高齢者の方は嘔吐物を詰まらせ、窒息しています危険もありますのでご注意は必要です。ノロウイルスは食品から感染しますから、食材はよく加熱し、料理器具などは使用后すぐ洗って、熱湯で1分以上加熱してから使うようにしましょう。冬場に流行するこの2つは感染症、どちらも気をつけなければならないのは感染経路を経つことです。「帰宅時」・「料理前後」・「感染した人の手当をした後」などは、徹底的に手洗いを心掛けて下さいね。それでは皆様、2月も楽しくお過ごし下さい!

血管の99%を占める

毛細血管の菱化と消滅が老化と

病気の真因だった！

酸素と栄養を届ける血管が消えてします。

「血管」は、言うまでもなく体にとってもたいせつなものです。その血管の中に、加齢とともに消えていくものがあることをご存じでしょうか。

消えていく血管とは「毛細血管」です。毛細血管は、名前の通り毛のように細い血管で、太さは5〜8μm（1000分の5〜8mm）動脈や静脈などに比べると、毛細血管は話題になりやすく、血管として意識されにくいかもしれません。しかし、じつは、血管の中で圧倒的に多く占めているのが毛細血管なのです。長さにすると、血管のうち99%は毛細血管が占めています。仮に、体にあるすべての毛細血管をつなぐと、その長さは地球2周半にも及びます。長さだけではなく、毛細血管は、体にとつてたいへん重要な役割をしています。私たちの体内では、心臓が連結した動脈が、しだいに細くなって細動脈になり、毛細血管につながっています。そして、皮膚や臓器、筋肉といったさまざまな組織に、網の目のように入り込んだ毛細血管から、酸素や栄養が届けられるのです。酸素や栄養素は、毛細血管からしか組織に届けられません。毛細血管が十分に張り巡りされていなければ、組織が酸素不足、栄養不足になってしまわけてです。毛細血管は、酸素や栄養素と届ける一方、二酸化炭素や不要な老廃物、余分な水分などとリンパ管と協力して回収します。こうした不要物の回収率が落ち、組織に「ゴミ」が溜まりやすくなります。酸素や栄養をしっかりと届けるために、体の生じた「ゴミ」をためないためには、重要な毛細血管です。そのためには、毛細血管が消えてしますことは重要なことです。

一週間で毛細血管が復活！

高血圧・糖尿病・シミを撃治する「シナモン」！

「シナモン」のいろいろな使い方：

バナナ・ヨーグルト・トースト・コーヒー・紅茶など

■毛細血管年齢チェックリスト

- シミや小ジワが増えた
- 顔や足がむくみやすい
- 目の下にクマができる
- 目が疲れる
- 白髪が増えてきた
- 冷えてつらい
- 寝ても疲れが取れない
- 爪が割れやすい

多く当てはまるほど「ゴースト血管」が増えています。

