

突発性難聴の完治例が千件突破！

高血圧や不妊症まで効く

首のV字筋マツサージ

一掌堂治療院院長
ふじい とくじ
藤井徳治

突発性難聴の人は V字筋が硬くなっている

突発性難聴——それは前触れもなく、ある日突然耳が聞こえなくなる、もしくは聞こえにくくなると同時に、耳鳴りや耳閉感（耳詰まり）、めまいといった不快な症状を起こす病気です。

加齢による聴覚機能の低下によつて起こる老人性難聴と異なり、原因が不明であることから難病指定にもなっている、かなりやっかいな病気です。

日本では近年、年間約3万5000人がこの突発性難聴にか



首こりが万病の元と藤井先生

かり、その70%は改善することなく、そのまま難聴者になってしまうといえます。

この突発性難聴、一見、耳だけの不調だと考えそうですが、実は「首」とも非常に深い関係があるので。詳しく説明しましょう。

首の両側に、きょうきにゆうとうきん胸鎖乳突筋という筋肉が通っています。鎖骨

と、耳の後ろにある骨の出っ張りを結んだ筋肉で、主として首を曲げたり、回転させたりするときに働きます。

前から見ると、左右の耳に向かって2本の筋肉がV字形に延びているので、私たちは「V字筋」と呼んでいます。

突発性難聴にかかっている患者さんは例外なく、この筋肉が強く緊張して、硬くなっているのです。極度の硬直のため、横から見ると、首すじにV字筋の形が浮き上がっているのがわかるくらいです。

首にはいくつもの筋肉が走っていますが、いずれの筋肉でも

緊張して硬くなると、血管が圧迫され、頭部への血流が悪くなってきます。

例えば、指を輪ゴムで締めると、血流が止まって、指先が赤黒くなってきます。その状態が長く続けば、指は壊死してしまいうわけですが、ちょうど、そんな状態が首に起こっているわけです。

V字筋は末端が内耳に延びていますから、ここが硬直すれば、特に内耳の血行に大きな影響を及ぼします。突発性難聴は、まだ解明されていない点が多い病気ですが、最終的には内耳の循環障害によつて起こるも



のと考えられています。

そこで、硬くなったV字筋を鍼^{はり}やマッサージでほぐし、内耳への血流をよくすれば、突発性難聴の改善につながるのではないかと。この考えに基づいて、私が独自に開発した治療法が「V字筋マッサージ」です。

早期に実践すれば 完治も早まる

V字筋マッサージを突発性難聴などの治療に活用し始めたのは、今から7年前のことです。

その成果は私の予想を超え、これまでに完治した人は、1049例にも達しています。

つい最近にも、こんな例が見られました。

A子さん(76歳)は、高度の突発性難聴と診断されました。

しかし、骨粗鬆症^{こつそしょうしやう}(カルシウムの不足によって骨がもろくなる病気)や高脂血症、高血圧などの持病があることから、入院して薬物療法を受けることに気

が進まなかったそうです。そこで昨年9月、人を介して一堂治療院に来院。V字筋マッサージによる治療を開始しました。

その結果、わずか8回の治療で突発性難聴がすっかり完治。おまけに、コレステロールの数値や高血圧も、大幅に改善したのです。

8回というのは、通常に比べると、かなり早い完治です。これは、早期に治療を開始したのがよかったものと思われれます。

A子さんのケースでも見られましたが、V字筋マッサージの利点は、他のさまざまな症状の改善に対しても、少なからぬ相乗効果を生むことです。

私どもの治療データでは、V字筋マッサージで、突発性難聴以外にも、冷え症、ホットフラッシュなどの更年期障害、片頭痛、不眠、うつ病、肩こり、首こり、耳鳴り、めまい、不妊症などの症状が改善しています。

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貼ってご応募ください。

●記入事項

- ①住所・郵便番号
- ②氏名
- ③年齢・職業
- ④電話番号
- ⑤いまま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3月1日
(当日消印有効)

※当選者は、平成23年本誌5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す。

これは首を締めていたこりが、V字筋マッサージによって

ほぐされた結果、停滞していた血流やホルモン、神経の流れが回復し、体本来が持つ自然治療力のしくみが再び働きだしたからだ、私は考えています。

最近、私が特に注目しているのは、不妊治療効果です。

これまで、突発性難聴の治療の結果として、懐妊したケースが、なんと9例もあります。さらに、当初から不妊治療を目的に、V字筋マッサージ治療を行って懐妊^{かいにん}したケースも8例あるのです。いずれも、過去にさ

まざまな不妊治療を受けても成果がなかった人ばかりです。

当治療院では、V字筋の刺激にはもっぱら鍼とマッサージを用いますが、ご自分の手でマッサージしても十分効果があります。

その方法を121ページに紹介しました。コツは、痛みを感じない程度に力を入れること。押すときには息を吐くことด้วย。

突発性難聴に限らず、耳の不具合や、先に挙げたさまざまな症状にお悩みの人は、ぜひお試しください。

首のV字筋マッサージのやり方

- 1** V字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。

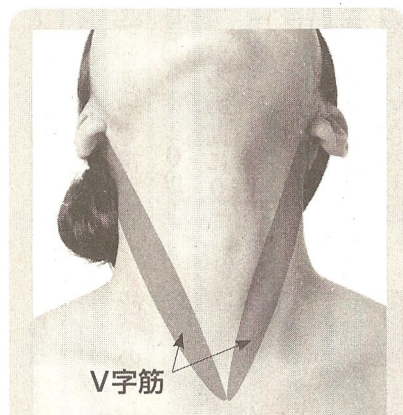


- 2** 鼻から3秒かけて息を吸い、2秒間息を止める。

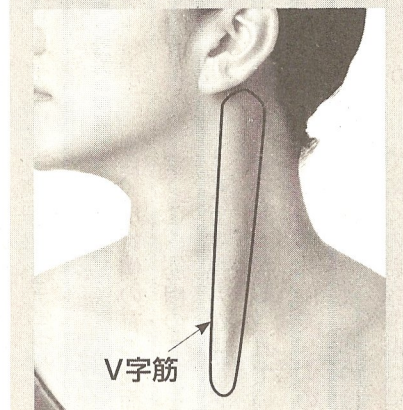
- 3** 口から10秒くらいかけて、静かに息を吐きながら、気持ちよさが感じられるよう、ゆっくり指に力を入れて軽く押す。



- 4** 指を筋肉の後ろ側に沿って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セット程度行う。



V字筋(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)をつなぐ筋肉



V字筋は、首をねじったとき、反対側の首の側面に現れる

V字筋マッサージで改善した主な症状

突発性難聴、耳鳴り、片頭痛、不眠、うつ病、首こり、肩こり、めまい、冷え症、ホットフラッシュなどの更年期障害、不妊症など

首のV字筋マツサージで

目のかすみが即解消！

0.5の視力も1.0まで回復！

整体師・56歳
とうないひでゆき
藤内英之

指が入らないほど V字筋がガチガチ

私は3年ほど前から、老眼のせいか、視界がかすむようになりました。今まで見えていた看板の文字などがぼやけるようになり、気が付くと目を細めるしぐさをするようになりました。

「おかしいな」と思って視力を測ると、両目とも1.0以上あった視力は、いつの間に0.5→0.6に落ちていたのです。先日の両目視力0.7以上を要する自動車運転免許の更新は、かろうじてパスできたものの、今回は、裸眼のまま更新で

きる自信はありません。

50歳も過ぎれば、老眼が進むことくらい承知していましたが、実際に老眼鏡が必要となると、そのショックはとてつもないものでした。

老眼鏡のお世話にはなりたくなかった私は、目にはいいというサプリメントを試しましたが、改善の兆しはありません。



視力が回復した藤内秀之さん

「年には勝てないのか」とあきらめかけたころ、ある雑誌に載っていた、「首のV字筋マツサージ」の記事が目にとまりました。

V字筋とは、鎖骨の内側の端と、耳の後ろにある突起した骨（乳様突起）をつなぐ筋肉のことで、首を左右にねじったとき、反対側の首の側面に現れます。この筋肉のこりをほぐしたことで、視力が回復した人の体験手記が掲載されていました。

私は整体師で、この首のV字筋をほぐすというのは、これまで多くのお客さんに実践してきました。腰痛や五十肩、突発性

難聴など、首以外の症状が首をほぐすことで改善するケースがあるからです。

逆に言うと、体調不良を訴える人は、首の筋肉がコチコチに緊張していることが多いようです。

私は、試しに自分のV字筋を指圧してみました。自分自身を指圧することはめったにありませんが、雑誌に掲載されていた方法に従い、V字筋と同じ側の親指の腹で、耳の後ろから、鎖骨にかけて、筋肉の後ろ側を5→6カ所、ゆっくりと指圧したのです。

そのとき驚いたのは、首の筋



肉の左右バランスの悪さでした。なぜか右側だけが、ガチガチにこり固まり、指が入らないほどだったのです。

「目のかすみの原因は、きっとこれだ」

そう感じた私は、あまりにこりがひどかったので、まずは電気ホットパックで、首の後ろを温めて血行を促し、それからV字筋マッサージを実践することになりました（基本的なやり方は121ページ参照）。

10分ほぐしただけで視界がすっきり！

10分ほど入念にマッサージす



遠くまでくっきり見える！

ると、左右のV字筋が均等にほぐれてきました。

それと同時に、その場で、目の前の霧が晴れたように視界がクリアになったのです。この即効性には驚きました。肩や頭も格段に軽くなり、あらためて首のこりをほぐす重要性を思い知りました。

それからは、起床後に、まず電気ホットパックで15分ほど首を温め、V字筋マッサージを3セットほど行っています。さらに、仕事中の空き時間、仕事終わりと、1日計3〜4回マッサージを続けました。

マッサージのポイント、口

から10秒ほどゆっくり息を吐きながら、指圧することです。こうすることで、首周りの余計な力が抜け、こりがほぐれやすくなるのです。

現在、V字筋マッサージを始めて1年になりますが、視力は右が1・0、左が0・7まで上がり、それを維持できています。老眼鏡もかけずに済んでいます。この調子なら、次回の免許更新も裸眼でパスできそうです。

また、20代から疲れがたまると出ていたひどい頭痛も、この1年で治りました。長年常用していた鎮痛剤を、この年になって手放せるとうれしい限りです。

V字筋マッサージはとても簡単なので、疲れているときでも苦になりません。それでいて、このように効果が高いのですから、慢性的な症状を、老化や体質とあきらめる前に、ぜひV字筋マッサージを実践してみてください。

緑内障や耳鳴りの改善にも役立つ

一掌堂治療院長 藤井徳治

藤内さんは、首のV字筋の働きについて、よくご存じですね。

最近、パソコン作業などであごを前に突き出したような姿勢を続ける人が増えていきます。この姿勢を長時間取ると、V字筋は緊張しつ放しになります。

こうしたV字筋のこりを予防するには、同じ姿勢を取り続けずに、しばしば頭を起こす習慣をつけることが大切ですが、V字筋をほぐすには首のV字筋マッサージがとても有効です。

眼精疲労によって視力が低下している場合、V字筋マッサージで、視力が回復することはあります。また、房水が溜まって眼圧が高くなる緑内障や、内耳にリンパ液が溜まって起こる難聴や耳鳴りも、V字筋マッサージで首のこりを取ると、軽快することがあります。