

首・腕の**激痛** しびれを招く真犯人**頸椎症** ヘルニアの**肩こり** 真冬の**治し方**

最強 今月号は2枚ぞ！
うなじ伸ばしと首つまみ
やり方ポスター付録
早わかり

新発見！

真冬の

肩こり

痛い・重い・だるいも
五十肩もぐ和らいだ

1分

天使の羽体操

腕が上がらない重症の人も胸郭出口症候群も見事に解消！効果は医師のお墨つき！

◆**頸椎症**の解消が神経の圧迫を取る肝心で1分**うなじ伸ばし**。同時に和らぎ**初公開！**
◆**うなじ伸ばし**は、長年の**激痛しびれ**が**すぐ消えて**、**手が自由**に動き、**首も治った！**
◆**激痛**が**引きこもる**人は**首の間が狭い**、**キチキチ**、**頸椎**が**真原因**で**最高1分首つまみ**
◆**寒さで**悪化した**首痛**、**肩こり**の**しびれ**が**消失**！**血流アップ**、**ホット塩袋**

夢21
3 2013
¥550円



◆50歳以上の7割を**頸椎症**になる人なら**人再発**する人**人明暗**を分ける**違い**
◆**首・腕や****激痛しびれ**と**現れる？****隠れた真原因**も**治りも早まる****書き込み問診表**

頸椎症の**首の****激痛**

肩の**腕や****しびれ**、**脱力がスツと消え**
首若返り1分**整体**

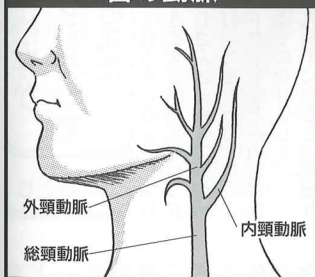
自力根治法
ヘルニアも退いた
首若返り1分**整体**

確定申告の秘策?.....
税金が減った!還付金も得ました!
年金暮らしの人大成功の最強【節税テク】

首の血管が狭まり脳への血流が悪くなって起こる脳梗塞が

高血圧や糖尿病の人の増えつつある三ミズ酵素で発症を防げ!

首の動脈



◆◆◆
脳梗塞は誰にでも起こる可能性がある

脳梗塞は、血栓（血塊）が脳の血管につまり、その先に血液が行かなくなると、脳細胞が死滅する病気です。脳へ行く血液は、首を通っている血管によって運ばれます。首の血管は、まさしく脳の命綱なのです。

意外なようですが、脳梗塞の発作は、脳の細い血管のつまりが重なって起こることがあります。

血栓は、40代で5人に1人、50代で3人に1人、70代以上ではほぼ100%の人にできていくといわれます。この統計は、まだ脳梗塞が起こっていない人でも、将来起こる可能性のある人がおおぜいいることを示しています。こうした状態を、専門的には「虚血性変化」といいます。

細い血管のつまりを放置すれば、神経細胞がどんどん死滅したり、太い血管が突然つまったりして、生命を脅かす大きな

首の動脈硬化が原因で脳の血管がつまる脳梗塞が最近多く、
高血圧や高血糖の人は要注意

久野マインスタワー
クリニック院長
ひさののりかず
久野則一

◆◆◆
起こりやすい

首の血管は動脈硬化が起こりやすい

みなさんの周囲にも、脳梗塞で倒れた人や、後遺症で悩んでいる人がいるのではないのでしょうか。「自分だけは大丈夫」と思っている人も、すでに虚血性変化が起こっているかもしれません。

脳の血管がつまりやすい状態かどうかは、脳神経外科や総合病院でMRI（磁気共鳴画像）検査を受ければ確かめ



脳梗塞の前ぶれを見逃さないことも重要

ることができません。人間ドックや健康診断でも、体の動脈硬化（血管の老化）の進行度を調べ、さらに頸動脈（首の血管）のエコー検査（超音波を対象物に当てて反響を画像化する検査法）を行うことで、ある程度の診断はつけられます。

首には、脳に血液を送る血管が何本も通っています。中でも重要なのは、首のわきの前側を走っている太い総頸動脈です。この太い血管は、あごの下で外頸動脈と内頸動脈とに枝分かれしています。さらに内頸動脈からは眼動脈が枝分かれし、脳内では前大脳動脈と中脳動脈に枝分かれし

ます。

血管が枝分かれた部分では血液の流れが乱れるため、血流が渦を巻いて血管の内壁に大きな負担をかけます。すると、血管の内壁が傷つき、そこから動脈硬化が始まります。特に、高血圧の人の場合、血管の内壁にかかる圧力が強いので、なおさら傷つきやすく、動脈硬化が進行しやすいのです。

また、血糖値が高くなると、過剰な糖が体のたんぱく質と結合してAGE（終末糖化産物）という悪玉物質に変化し、体の組織にくっついて本来の働きを奪ってしまいます。このAGEも、血管を硬

くもろくして動脈硬化を進行させることが、最近わかってきました。

動脈硬化が首に起こって血管が狭くなる（頸部内頸動脈狭窄症という）と、脳への血流が悪くなって、脳梗塞が発生しやすくなります。頸部内頸動脈狭窄症は欧米人に多い病気でしたが、近年は日本人

**血管のつまりを防ぐには血液
浄化食「ミミズ酵素」が効力絶大
で高い血圧・血糖値も下がる**

ひさののりかず
久野則一

ミミズ酵素の働きは 医薬品に匹敵

首の動脈硬化（血管の老化）が原因で起こる脳梗塞を防ぐには、脳へ血液を運ぶ内頸動脈（首の横側を通っている血管）の血流を促し、血栓（血液の塊）ができるのを未然に防ぐことが重要です。

それにはまず、糖や脂肪を控えた食事と適度な運動。そして禁煙を心がけましょう。食事では、動脈硬化の予防に役立つ食品や野菜を積極的にとるようにします。

例えば、納豆には血栓を溶

にも増えつつあります。つまり、脳梗塞になりやすい日本人が増えているのです。中でも、高血圧や高血糖の人ほど脳梗塞に注意する必要があります。

では、脳血管のつまりを防ぐ方法はないのでしょうか。それについては、次の記事で見ていくことにしましょう。

かすナットウキナーゼという酵素（体内の化学反応を助ける物質）が含まれ、魚の油には血液の粘りを下げるEPAやDHAという脂肪酸が多く含まれています。黒酢は、赤血球の変形能（細い血管を通り抜けるために形を変える能力）を強めて血流をよくすることがわかっています。

さらに近年、食品の中でも血栓溶解作用があるとして注目を集めているのが「ミミズ酵素食品」です。

ミミズ酵素食品は、適切な養分を含んだ飼料で清浄に育てられたレッドワーム（食用

ミミズ酵素の働き

血栓溶解作用

病院で使われる血栓溶解薬は血栓溶解酵素を作ることで血栓を間接的に溶かすが、ミミズ酵素は血栓を直接溶かすため、働きが強力。

血流アップ作用

血栓を溶かすため、血流が大幅にアップする。そのため、高い血圧や血糖値が下がり、多くの生活習慣病や不快症状の改善に役立つとされる。



ヒヤ手足のしびれ、脳血管性認知症などが改善したり、再発が抑えられたりした例が世界各国から続々と報告されています。しかも、ミミズ酵素の働きは、血栓溶解に用いられる医薬品に匹敵するほど優れていることもわかりま

続ける必要があります。一方のミミズ酵素は、脳梗塞の発症から数日後に使用しても、血栓を溶かす働きが得られる場合が多いのです。そのうえ、血栓を直接溶かす作用があり、薬に比べて作用が長時間持続します。

脳梗塞の後遺症が改善

実際に、脳梗塞を発症して半年以上が経過し、後遺症によるマヒが残って寝たきりになった人が、ミミズ酵素をとったら起き上がったという例が報告されています。

私のクリニックでも、希望する患者さんに試してもらいました。その結果、脳梗塞の後遺症で片マヒと言語障害があり、杖をついて歩いていた患者さんは、ミミズ酵素をとって2週間後、はつきりした言葉で会話し、杖なしで歩けるようになったのです。中には、ミミズ酵素をとって30分後に、脳梗塞によるマヒが改善した患者さんもいます。

このほか、下肢動脈閉塞症（足の血管がつままって激痛や細胞の死滅が生じる病気）や心

筋梗塞、脳血管性認知症の人が、ミミズ酵素を数週間〜半年ほどとって、改善した例も多数あります。

ミミズ酵素には、血栓の引き金となる血小板の凝集（固まりやすくなること）を抑える作用や、血管を拡張させる作用があることも報告されています。

こうした作用によって血流がよくなるため、高い血圧や血糖値が下がってきて、動脈硬化をはじめ、多くの生活習慣病の予防や改善に役立ちます。ミミズ酵素を飲んだスタミナがついてやる気が出てきた、という人が多く、冷え症やED（男性の勃起障害）にも作用があると考えられています。

ミミズ酵素は、原料の食用ミミズが天然の食品なので、副作用の心配がないことも利点です。ただし、ミミズ酵素をとれば、誰もが同じような働きを得られるわけではありません。脳梗塞を発症したり、または病院で適切な治療を受けた後、再発や後遺症を退ける一助としてミミズ酵素を活用してください。

ミミズを原料としています。野外でよく見られるミミズとは違い、体長は5〜10センチほどで胴体が細く、赤い色をしています。

食用ミミズは古代から、ヨーロッパや中国で解熱・鎮痛や炎症の抑制、滋養強壮などに役立つことで知られています。

今から三十数年前に、宮崎医科大学の研究グループが、食用ミミズに血栓を溶かす特殊な酵素「ルンプロキナーゼ」が豊富に含まれていることを突き止め、国際血栓阻止学会で発表しました。

その後、ミミズ酵素によって、脳梗塞の後遺症（半身マ

痺）を改善する効果を確認しました。

病院で血栓溶解薬として使われるウロキナーゼやt-PAは、体内でプラスミンという血栓溶解酵素を作り出すことで、間接的に血栓を溶かします。

これらの薬は、脳梗塞の発症後2〜3時間以内に使用しないと、副作用（出血が止まらなくなるなど）が生じることがあります。また、効果の持続時間が短く作用も弱いため、点滴などで体内に直接注入しなければなりません。

加えて、脳梗塞を発症した人は再発をくり返すため、ワーファリンなど、血液を固まりにくくする薬を飲み

脳出血を招いた高い血圧が

ミミズ酵素をとつたら基準値で

安定し、降圧剤をやめられた

夢21

医学研究班

お酒が飲めるように
なり、再発もなし

ここからの記事では、実際にミミズ酵素食品をとって、脳卒中（脳梗塞や脳出血）後の健康を維持している人の体験を紹介しましょう。

東京都に住む会社員の小川英夫さん（仮名・57歳）は、4年前のある朝、新聞を読んでいた我突然、書いてあることがわからなくなりました。黙読を続けようとしても、文字

が頭の中に入っていないので

小川さんは「何か変だぞ」と

思いながらも会社に出勤し、ふだんどおり仕事をしたが、異変を感じたのは一度だけだったのですが、心配になって4日後に病院を受診。検査を受けたところ脳出血が見つかったため、緊急入院となりました。

「脳の言語中枢の近くで出血が起こっていたそうです。それで、急に新聞の文字が読め



脳の血栓を防ぐ生活習慣

●血栓予防に役立つ食品をとる

血栓を溶かす働きがあるナットウキナーゼが豊富な納豆は、積極的にとりたいたい。それ以外では、血液をサラサラにする魚油が多い青背の魚、動脈硬化を防ぐとされる緑黄色野菜なども、血栓予防に役立つ。

●適度に運動する

運動で余分な脂肪を燃やすことも必要。比較的、続けやすいウォーキングやステップ運動（踏み台昇降）などを行うといい。駅やデパートなどで、エレベーターに頼らず階段を利用するのも一手。



なくなったでしょう。出血していたのは一カ所だけで出血量が少なく、後遺症も現れていません。病院では降圧剤と点滴による治療を受けて、5日後に退院しました。

脳出血は、高い血圧が脳の血管にかかって破れる病気で、実は、小川さんも50歳以降、会社の健康診断を受けるたびに高血圧を指摘されていました。いつも最大血圧は180mmHg、最小血圧は120mmHg、高い数値が出ていたのです（基準値は、最大血圧が130mmHg未満、最小血圧が85mmHg未満）。

小川さんは、健康診断のたびに降圧剤による治療をすすめられたものの、自覚症状がないので放置していました。仕事のストレスを解消するために、焼酎を毎晩2合飲む習慣も、断固として変えなかったといいます。

脳出血と診断された後は、医師の指示に従って1カ月ほど安静を保ち、処方された降圧剤もきちんと飲みつづけたそうです。そこへ友人が、ミミズ酵素食品を手みやげに、お見舞いに来てくれました。

その友人も血圧が高く、血流をよくするために、以前からミミズ酵素食品をとっているというのです。

「原料が食用ミミズと聞いて、少し尻込みしました。でも、おそろおそろミミズ酵素食品を口に含んでみると、予想に反してヌルヌルした感触は全くありません。そこで、翌日からミミズ酵素の粒食品を、朝と夜に適量をとることにしました」

すると、小川さんの場合はミミズ酵素をとり始めて約1年後、血圧が基準値近くまで下がったそうです。さらに1年後、血圧が安定したため、医師から降圧剤を飲まなくていいという指示が出ました。

「降圧剤をやめることができてうれしい反面、脳出血の再発が心配で、ミミズ酵素食品はとり続けました。気がつくと、お酒が快適に飲めるようになり、飲み過ぎた翌日によく起こっていた動悸もなくなりました。血圧も、ずっと基準値内で安定しています」

小川さんは、今後もミミズ酵素食品をとり続けたいと、元気に話してくれました。

脳梗塞の発作後、ミミズ酵素をとつたら顔面マヒが1カ月半で

きれいに治り、再発もなし

夢²¹
医学研究班

狭心症発作の半年後 脳梗塞に襲われた

大阪府に住む洲上康則さん(73歳)は、60歳のときに狭心症の発作を起こして3週間ほど入院。退院後も、心臓の薬を飲みつづけていました。その洲上さんが脳梗塞に襲われたのは、狭心症の発作が起こってちょうど半年後のことです。

「2日ほど体調の悪い日が続

いた後、ひどく気分が悪くなりました。頭痛とも吐きけとも違う、モヤモヤした気持ち悪さを感じたのです」
そばにいた息子さんが、不快感を訴える洲上さんの顔を見て、「右側がゆがんでいる」と声を上げました。洲上さんが鏡を見て確かめたところ、顔の右半分がマヒしていたのです。

洲上さんは、最寄りの病院に電話を掛けて症状を説明。

直ちに来院するようにいわれたため、息子さんが運転する車で病院へ行ったそうです。検査の結果、脳梗塞と診断されました。担当の医師からは「一刻を争う事態なのだから、なぜ救急車を呼ばなかったのか」といわれたそうです。

「狭心症の治療中に、まさか脳梗塞になるとは思いませんでした。だから息子に車で送らせたわけですが、深刻な病状だったらしく、半年以内に顔面マヒが治らなければ一生治らないだろうと宣告されてしまいました」

その場で入院が決まった洲上さんは、治療に専念するため、当時勤めていた会社と連絡して休暇を申請。すると数日後、入院中の洲上さんのもとへ勤務先の社長から伝言がもたらされました。それは「ミミズ酵素食品を試してみなさい」というものでした。「社長は、ミミズ酵素食品に血流を促す働きがあることを、ある研究者から聞いて知っていたそうです。その研究者に改めて相談したところ、ミミズ酵素食品を1日当たりを目安量よりも1.5〜2倍

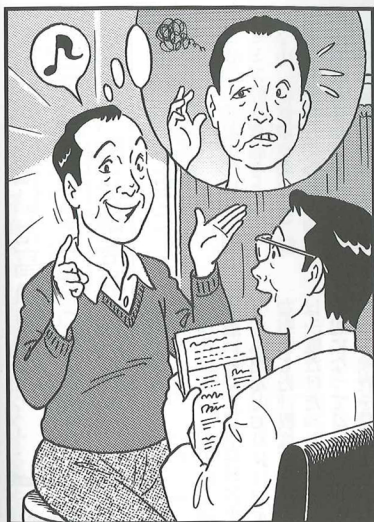
多くとるようにアドバイスされたと伝えてきたのです」
洲上さんは、早速、ミミズ酵素の粒食品を入手。毎日少し多めの粒数を、病院の薬と併用してとり始めました。この時点で、気分の悪さは解消していたものの、まだ顔面にはマヒが残ったままでした。

3週間後に退院して自宅療養に入ってから、洲上さんは、ミミズ酵素をとり続けました。

「すると、私の場合は1カ月半で右の顔面マヒがきれいに治ったのです。担当の医師も、定期検査に訪れた私の顔を見て、とても驚いていました。私は、医師にないしよであつたミミズ酵素のおかげだと思っています」

洲上さんは、病院の薬が不要になった後も、ミミズ酵素の粒食品をすつととり続けています。併せて、1日おきに20〜40分のウォーキングを行っているとのこと。現在も病院で定期的に検査を受けていますが、脳梗塞や狭心症が再発する兆しは、今のところ全くないそうです。

●夢²¹「ミミズ」の広告を毎日発売します。



医師も驚くほど回復した

「ミミズ酵素を半年とつたら 脳の血管にあった血栓が消え、 血圧も血糖値も基準値で安定

夢²¹
医学研究班

息切れがなくなり
視力まで向上

宮城県に住む、会社員の日野和史さん（仮名・50歳）は、4年前に受けた人間ドックで脳梗塞と診断されました。脳のCT（コンピュータ断層撮影）検査で、脳の細い血管に小さなつまりが発見されたのです。

「わが家は、母が脳梗塞で他界し、父も心筋梗塞で倒れたことがあります。自分も脳梗塞のような病気になるかもしれないと覚悟はしていたのですが、実際に脳梗塞と告げられたときはショックでした」

日野さんは以前から、健康診断で血圧や血糖値が高めと判定されていました。酒や脂っこいものを控えて、よく歩くようにすすめられたため、それができる限り守ってきたそうです。

「それだけに、よけいシヨッ



適度な運動も脳梗塞の予防に役立つ

クが大きかったですね。担当の医師からは、このまま放置すれば、いつか発作が起こって大変なことになるといわれました。半年ほど悩んだあげく知人に相談すると、ミミズ酵素食品を紹介してくれたのです」

日野さんの知人は、ミミズ酵素食品をとつたら高かった血圧が下がったそうです。脳梗塞の原因になる血栓（血液の塊）の予防にも役立つとも教えてくれました。

そこで、すぐにミミズ酵素食品を入手。日野さんの場合は、朝と夜に2粒ずつをとることになりました。

日野さんが体調の変化に気づいたのは、ミミズ酵素食品をとりはじめて1週間後。頭の中にかかっていたモヤが一掃されたかのように、物の形がくっきりと見えたのでした。

「もともと視力はいいほうだったのですが、夜になると見えにくさを感じていました。ところが、夜でもネオンがよく見えるようになったのです。ほかに、私の場合は朝の目覚めもさわやかで疲れに

くなくなり、階段を昇っても息切れしなくなりました」

ミミズ酵素をとり始めて6カ月後、日野さんは再び脳のCT検査を受けました。すると、日野さんの場合は1年前にあった脳血管のつまりが消えていたそうです。

これには担当の医師も「脳血管のつまりは、大きくなるが増えることが多いもので、消えてしまうことは考えられない」と、とても驚いていたそうです。

日野さんは、ミミズ酵素の働きを実感し、毎日とり続けました。そして1年後に視力を測ったところ、左右とも0.8から1.5に向上していたそうです。

さらに、血圧や血糖値も基準値まで下がって安定しました。その後の定期検査の結果は「すべて良好」で、脳梗塞は再発していません。

もちろん、ミミズ酵素をとった人すべてに、同じ変化が現れることは決してありません。生活習慣の見直しや病院での治療などと併せて、改善策の一つとしてお役立てください。