

警告！！まだ行くな！
間違いだらけの治療院選び
～失敗しないための7つのポイント～

アフター整体院 院長

中村 光太郎

はじめに

今、私たちが住んでいる地域には整体院、整骨院、カイロ、針灸など多くの治療院が乱雑している。

技術の低い、いわゆる腕の悪い治療院に行って逆に体を痛めてしまったという声も多い。

患者さんから見てどのような治療院がいいのか選ぶのが難しい状況にある。

私は治療家として色々な治療院を見てきた。

良い治療院、悪い治療院の見分け方、選ぶポイントなどをあなたの為に示しておきたいと考え、この小冊子を作ることにした。

あなたの健康を取り戻すことはもちろん、あなたが健康になって喜んでくれる大事な人のために役立ててほしい。

そして、あなたのカラダの不調はあなただけの問題ではないことを理解してほしい。

不調があることで、あなたを支えているパートナーや子供たち、友人などとの楽しい時間を過ごすことを諦めている方も多いのだ。

人生は1度きりである。治療院選びに失敗せず、いち早く健康を取り戻すことで辛い生活から解放される。

この本がその先にある楽しい思い出を作る1つのきっかけになれば幸いである。

私は「操体法」という素晴らしい施術法の伝承者であり体の不調を取るだけでなく、不調から解放された後のあなたに待っているはずの楽しい人生の道筋まで戻すことが使命だと思っている。

そのために本書を是非とも参考にさせていただき、まずは自分のカラダは自分で守っていただく心構えを持っていただきたい。

それでは選ぶポイントを見ていきたいと思う。

1、 体だけではなく、心の治療もできるか

日本では1日90人自殺していることを御存知だろうか。

平和で物資やお金も困らない程度に揃っている我が国でなぜこれほどの自殺者がいるのだろうか。

それはストレス社会へ移行しているからである。

治療業界でも身体的な症状だけでなく、**精神的な面**に対しても目を背けられなくなってきた傾向がある。

このストレス社会でストレスが原因で病気になってしまう人が急激に増えてきている。

胃潰瘍などがわかりやすいだろう。

ストレスから胃酸が過剰に分泌され、疲労から防御力が弱くなった胃の粘膜を壊していく。

つまり、あなたの今の環境が体を壊している原因の1つであり、うまくストレス発散できていない方が増えているのである。

最近あなたはストレス発散しているだろうか？

疲労が溜まっていないだろうか？

1つのストレスも私達には大きな負担がかかる。

これが重なることで **どれだけあなたの体に負担がかかっているのか理解していただきたい。**

今この瞬間の精神状態が1つしかない大事な体を傷つけてしまったことに気付いていただきたい。

体の症状が取れてもストレスを抱えたままではまた再発してしまうことも多い。

今、乱雑している治療院の中で心の治療まで目を向けている所はまだまだ少ない。

3分診療では心の中など理解できていない。

見ているのは体だけである。

来院患者数や口コミ数などを見るのもポイントだろう。

良いところは口コミが広がり、来院数も多いという当然の結果である。

中には罵倒されながら、怒られながら施術するところもある。

このような施術院も方針があるだろうが、安心して身を任せられるような施術のほうが良いように個人的には思う。

根本から治したい場合には是非とも精神面にも耳を傾けて頂きたい。

自分の無理してきた体、日常生活、環境を見直すことは治療過程には必要なのである。

ぜひとも無理して頑張ってきた体に耳を傾けてほしい。

ヒーリングやEFTテクニック、カウンセリングなど心理面での有資格者がしている治療院をお勧めする。

資格証などで確認すると良いだろう。

私たちは知らない間に辛い出来事やストレスを体に溜めこんでしまう傾向がある。

仕事や家庭環境の問題があなたの本来の機能を制限しているのかもしれない。

しかし、現実問題として仕事や環境を簡単に変えられない場合も多い。

だからこそケアが必要なのである。

これからは身体面だけでなく、精神面もともに治療したほうがより良い結果が得られるだろう。

2、 保険対応している所がいいという間違い

一般的に保険対応できる治療院が良いと思われている。

しかし、保険に対応できる症状というものには事故後1ヶ月など期間や状態が厳しく定められていることが多い。

事故や骨折などで病院にかかり、診断書が出されるような急性の症状にしか本当は対応していないのである。

あなたが悩んでいる慢性的な腰痛や膝痛などは対応できないことが多く、保険内の治療という枠組みにより、治療できる症状や範囲が狭くなってしまっている。

よく整骨院が逮捕されたニュースを見るが、この診断名や期間をごまかして保険の架空請求、虚偽請求で捕まるのである。

腕が良ければいいのだが、原因部位を施術できないこともあるのがあなたには辛いことである。

そこで期間や部位に捉われず、幅の広い施術が可能なのが保険を使わない**自費診療**なのだ。

自費診療院は一般的に保険を使わないので治療費が高くなる。

腕が良くないと残れない業界だ。

その為に自費診療を行っている治療院のほうが腕が良く、確実に治せる傾向がある。

自費診療だけやっている院や保険と重ねて自費診療を組んでいる治療院を探すと良い。

しかし、一般の方がしている腕の悪いような治療院もあるのは事実なのでホームページで資格や書かれている内容は見るべきである。

また、最近ではカイロなどの治療院で高額商品や高額サプリを売りつけられることが増えてきている。

「治療に必要だから」「これがあれば最後まで面倒を見る」などと言い、高額商品を買わせる。

はっきり言うが、**あなたは何も買う必要はない。**

そんなものを売りつける腕のいい治療院はない。

あるカイロ団体では施術よりも商品売りつけることを勧める団体もある。

あなたが本当に納得しているならいいが、実際にこのような問題は増えている。

3、しっかりと体についての説明があるか

病院での何時間も待たされた後の3分診療に苛立ちを覚えた方も少なくないだろう。

多くの医者はデータの数値だけに目を向け患者の目など見ることもない。

血液検査やレントゲンの数値が基準と違うか、これだけを見ている。

この数値が**基準とずれていると診断名が付けられる**わけである。

確かに病気の方の早期発見には役に立っている。

しかし、私達の治療院に来る方はそんなに大きな病気を抱えている方は少ない。

なぜそのような症状が出ているのか。

それは**自分の体の使い方が原因**なのである。

これを認めるのは辛い方もいるだろうが、今の体を作っているのは**100%自己責任**なのである。

つまり治療して体の状態は治っても自分で体の使い方を変えなければまた再発してしまう可能性がある。

糖尿病でもそう。

甘いものばかり食べてりゃまた糖尿病にもなるし、脳梗塞の方が酒ばかり飲めばまた脳梗塞になる。

体の痛みなども同じという認識を持ってほしい。

その為、再発予防には治療以外の生活場面での体の使い方が重要になる。

治療時間など多くても1時間だ。

24時間の中の1時間である。

治療してその効果を長持ちさせるのはあなた次第なのである。

治療以外の多くの時間を体に負担をかけないように過ごすことが重要なのだ。

私達、治療家はあなたの体を治しているのではない。

あなたの体の中に備わっている自然治癒力という、自らを治す力のスイッチを押しているだけなのだ。

早く良くなるためにはあなたの協力が必要なのである。

施術前、施術後にしっかり説明をしてくれるか。

説明後、あなたが納得した上で施術を開始してくれるか。

これがポイントである。

これがないとあなたは安心して身を任せられないだろう。

あなたの事を大切に考えている治療院ほど説明をしっかりと親身になってくれるのである。

日常生活上での注意点や自主トレーニングなどをしっかりと個別に指導してくれる治療院をお勧めする。

当院も出し押しみせず自分で治す方法を教えている。

4、 体に負担のかからない施術か

「ボキッ」というようなカイロプラクティックと言われる施術が良いと思われている方も少なくはないだろう。

とりあえずスッキリして、治った気がする。

確かに腕がいい治療院なら一発解消である。

しかし、「ボキッ」というのは一歩間違うとかなり危険性がある施術である。

確かに腕が良い施術家が行えばすぐに効果が出やすいのだが、**失敗すると一発で一生涯の麻痺が出たりする危険性が非常に高い。**

正直なところ、経験がかなり必要だし、腕の良い施術家は数人である。

私なら信用できない治療家には絶対に受けない施術法だ。

整体院はあなたの隣に住む一般の素人の方もすぐに開業できるような業界である。

専門的な知識がないのにできてしまうのだ。

最近増えてきた大手の60分〇〇〇円などのマッサージ店スタッフもアルバイトの一般の方が多い。

そのアルバイトは**専門教育を受けていない素人**である。

あなたと知識は変わらない人である。

マッサージで揉まれると気持ち良さはあるかもしれないが、注意しないと**揉み返し**という

症状が出てしまうことがある。

これはあなたの体にとっての最適な刺激量を超えているのである。

そしてそのような施術ではまず根本的に治ることはない。

それは働いているのは無資格の素人だからである。

実際に最近、このような**格安マッサージで体を壊した方が増えてきている**。

軽い気持ちでマッサージも受けないほうが良い。

マッサージを求めるならマッサージ師がやっている所に行くべきである。

また、カイロプラクティックのように毎回行くたびに「ボキッ」「ボキッ」とされているの

は普通に考えても危険であることがわかるだろう。

そんな治療をして体を痛めたという声は本当に多い。

私は一瞬して体が動かなくなった方もたくさん見てきた。

実際の体の不具合全ては本人にしか分からない。

その為、他人の手で無理やり治そうとするとケガをする可能性があるのだ。

ちなみに当院では痛いところに触れないことが多い。

わざわざ痛いところに触れなくても治る施術方法があるという事も頭に入れておいてほし

い。

当院は自分の体の動きを使って自力で体を治す施術をしている。

自分で動かすことには無理をしすぎることはしないので体は壊れることはない。

あなたにとって最適な刺激量になる。

痛みは体の危険信号でもあるので「それ以上動かすな」というサインなのである。

その声を無視した痛みの強い施術や危険性が高い施術はやめたほうが良い。

根本的に治したいならマッサージで揉みほぐさなくても治せる方法はいくらでもあるのだが、まずは**安全を優先**してほしい。

ポキッとしたり、揉み解さなければ治らないという常識に捉われていると自分で治る可能性を消しているのかもしれない。

5、 治療型かりラクゼーション型か

上記で示したように施術方法には色々な方法がある。

HPなどで施術法は見たほうが良いだろう。

お客さんによってはマッサージを好む方、治れば何でもいいという方、ポキッという施術をしてほしい方・・・色々な好みがある。

また施術時間を長くしてもらいたい、短くても構わないなど時間に対してもこだわりがあったりする。

当院ではポキッという施術やマッサージはほとんどしていないため、マッサージのような施術を求めて来られる方は満足しないだろう。

時間も短い。

実際にマッサージ希望の方はお断りしているのである。

当院は**施術時間の価値より、施術効果の価値**(さらに施術方法の中でも安全を第一優先している)を求めているからである。

もちろん価格や時間に価値を置いている治療院もある。

そのようなものを求める場合にはそちらを選べばいいだろう。

あなたが施術に何を求めているのかをもう1度考え、色々な治療院のHPなどを見てみると良いだろう。

あなたは何に価値を置いているのか。

施術時間？ 料金？ 施術法？

自分の中でこれらをしっかり考え、納得した治療院を探してほしい。

6、 国家資格を有しているか

治療業界は素人でも店が出せることは説明した。

治療院を選ぶ上ではやはり国家資格を有しているスタッフの施術を受けることをお勧めする。

国家資格を取得するには学生時代から何千時間もかけて多くの事を学び、多くの患者様の治療経験をしなくてはならない。

ある程度の技術や知識を有していることが前提なのでもちろん素人ではない。

間違いなくプロである。

資格証などを確認できれば1番いい。

チェーン展開しているような店で優秀な治療家が揃っている治療院はごく僅かだろう。

本物のプロなら10分1000円以下のような技術の安売りはしない。

技術を学ぶために0千万という高額な資金をかけている。

あなたがもし、手術を受ける際に文句上では同じ内容の手術を1万円で提供している病院

もしくは10万円で提供している病院、どちらで身を任せたいか考えていただきたい。

自信がある治療院こそ施術費は高い。

7、 かかりつけ治療院になってくれるか

あなたの体の具合の経過を追ったほうが適切な施術が可能になる。

病院ではないが治療院でもかかりつけを作ったほうが良い。

いつでも体や心の事について相談できる治療院だ。

会員制などお得で通いやすいシステムを作ってくれている治療院はお客様の為と考えてくれているはずだ。

治療院ではまだ会員制システムなどアフターフォロー体制が整っているところは少ない。

そのようなシステムが作られているという事はある程度の患者様から選ばれており、それなりの要望が集まっているはず。

つまり患者さんの視点に立ち少ない負担で施術してくれるシステムを作り上げている所は多くの患者様が通っているという事だ。

ホームページや院内で「お客様の声」を張り出していることがあるので参考にさせていただければいいだろう。

わざわざ面倒なお客様の声を書いてくれるほど施術やサービスに満足していただけているという事だ。

あなたの症状と同じような患者さんが良くなっている声があるかもしれない。

そして1番は正直にあなたが「是非付き合いたい」と思う先生と長く付き合っていただきたい。

以上この冊子の目的であるポイントを上記した。参考にしていただければと思う。

おまけ

これから先は病院の実情や当院の考え方である。

ショックな内容もあるだろうが是非とも目を通していただきたい。

一般の方ならほとんど知られていないことも書いた。

病院や薬を心から信用するのは危険だ。

あなたが自分の体を見つめなおす機会になればいい。

西洋医学がいいのか？ 東洋医学がいいのか？

あなたの体は壊されているのか？ それともあなた自身が体を壊しているのか？

後者の意見を受け止めた方だけが体を治す事が出来る。

現代の社会は多忙な仕事や家事、大きなストレス、度重なる震災への不安、老後の心配・・・

などが私たちの生活に影響を与えている。

自分の趣味を楽しむ事が出来ない。

家族と過ごしたいが共働きじゃないと生活できない。

時間の余裕がない。

そんな毎日の中で自分の体を労わっている暇などない。

どんなにあなたの体や心は疲れ切っているだろうか。

もうボロボロだ。

人は体が壊れて初めて健康の大切さを知ることになる。

まずは無理してきた自分の体に目を向けてほしい。

無理して限界を超えて病気になっているのは自分が原因だったのである。

壊れなきやわからないし、わかろうともしていないのだ。

現代医学では薬が進化して病気を予防できる時代になった。

素晴らしいことだ。・・・・・・本当に？

私は西洋医学、東洋医学の両方を見てきた。

現代の西洋医学で助かることは多いのは確かだ。

手術のレベルなんかは間違いなく進歩している。

しかし、高血圧や糖尿病など治らない病気も多い。

薬で悪化するのを抑えているだけなのだ。

これは**対症療法**と呼ばれている。

現代の多くの病院はこの西洋医学が土台となっている。

西洋医学では実験により証明された医学的根拠(エビデンス)を重要視している。

病院では病理科、精神科、循環器内科、整形外科など診療科がかなり細分化されている。

これにより確かに病名の発見は早くなった。

早く対処できるようになった。

しかし、血液検査の数値などがある病気の基準からはみ出していると病名がつかず医師は診断に困る。

細分化しすぎたために他の診療科の領域が理解不能になっているという事。

エビデンスを重要視しているので検査結果に当てはめようとする。

腰は痛いですが腰の検査で異常数値にかからないと診断も対処もできないのだ。

そのため肝臓が悪い患者に対しては手術をして肝臓を治すことだけを考え、なぜ肝臓が病気になるかは考えない。

3分診療もその影響だろう。

検査数値だけを見て患者の顔を見ない医者もたくさんいる。

一方、東洋医学は昔からあった気功や針や灸、カイロなどだ。

これは西洋医学で重要視されるエビデンスはない。

訳が分からないが治ってしまうのだ。

あなた方が特に怪しいと思っているのは気功などだろう。

私も怪しく思っていたが実際に良くなってしまうのだ。

さすが中国4000年の歴史と言われているだけある。

昔は戦いなどでケガをしていた。

腕をケガしてしまうと刀が握れない。

それはつまり死を意味することになる。

そんな集団の中に体を治せるような天才的な奴がいて治療法が確立されていった。

このように命を懸けて作られてきた治療法が東洋医学なのである。

西洋の歴史の浅い医学とは違う。

東洋医学では西洋医学とは違い、ある症状を全身の問題として捉える。

なぜそうなったかを考える。

しかし、エビデンスはないので怪しさは拭いきれない。

また、病気の早期発見もできない。

手術も含め適切な対処が出来ないことも多い。

そして、この西洋と東洋はようやく歩み寄ろうとし始めている。

薬で壊れていった家族

これは私が病院で働いていた時の実話である。

私は以前リハビリ病院に勤めていた。

その名の通り、リハビリ病院というのは毎日リハビリをする目的の病院である。

私はある患者の担当になった。

この方をAさんとしよう。

Aさんは交通事故の患者さんだった。

頭のある部位をやられると感情失禁と呼ばれる症状が発生する。

話しかけると急に泣き出したり、怒り出したりしてしまうのだ。

Aさんは急に泣き出してしまうタイプの方だった。

私は毎日Aさんと顔を合わせリハビリをした。

Aさんも脳が壊れ、記憶することが難しい頭なのに私の事を覚えてくれた。

いつも「コータロー」と泣きながら私に助けを求めてきた。

本当に辛い中、ほとんどわからなくなってしまったという恐怖心の中リハビリを頑張って

くれて歩けるようになってきた。

ようやく家族にも笑顔が戻って希望が見えてきた。

家族も毎日休まずに支えてきたのだ。

この病院に人生を預けていたのだ。

そして、確か退院1ヶ月前くらいだっただろうか・・・。

このAさんにある薬が投与された。

リスペリドン・・・。

抗精神病薬である。

同じ部屋の方から泣き声がうるさいと苦情があったのだ。

Aさんは時間がわからない。

夜中も構わず泣き出してしまうのだ。

薬は副作用が怖いのだ。

この日以降、Aさんはほとんど泣かなくなった。

そして喋らなくなった。

いわゆる薬漬けの状態。

眠くて仕方なくなる。

いつもウツラウツラな状態になってしまった。

そして歩けなくなった。

リハビリ病院なのにリハビリが出来ないのだ。

Aさんは起きていられない。

Aさんの家族も一瞬にして希望を失った。

歩けるようになるかもしれないという希望が消えた瞬間だった。

私も家族も・・・。

私は激しく担当医とぶつかった。

上司ともぶつかった。

しかし担当医は「集団生活ですから」の一点張り。

家族には説明もない。

騒いだときには他の場所で寝かせるなど他の方法を考えるスタッフはいなかった。

集団のためなら1人の犠牲は仕方ないのか？

この犠牲が自分の家族だったらどう思うのか？

医者に突っかかるなんて自分の首を絞めることになる。

しかし、私の立場なんてどうでも良かった。

この家族には信用できるスタッフは私しかいなかった。

問題が大きくなり、Aさんの家族にも「もういいですから、中村さんに一生懸命やっても

らって迷惑かけられません」と懇願された。

何度も私はAさんの家族と一緒に泣いた。

そのときもAさんは泣かなかった。

いや、薬のせいで泣く元気すらなかった・・・。

そしてそのままAさんは退院していった。

もう歩くことはできなかった・・・。

これが病院の実情である。

リハビリ病院なのにリハビリが出来なくなる現状がある。

これがきっかけで私はこの病院を辞めて独立した。

病気になるとあなただけではなく、家族の生活まで大きく変わってしまう。

病気になる手前で防ぐ。

これがこの経験以降、私の使命になった。

私は最後まであなたを見捨てたくはない。

是非ともあなたの人生に長く付き合わせてほしい。

Aさんへの懺悔が私の人生の課題になった。

だから治療院選びで失敗して体を壊さないでほしい。

あなたが苦しむと悲しむ人がある。

少なくとも私は悲しい・・・。

最期に・・・

最後にある男の話をする。

これも私の以前の職場で経験した実話である。

その男は高齢になった母親をある施設に入れていた。

そこで職員と一緒に頑張って母の介護をしていた。

とうとうお別れの時が近づいていることは誰もがわかっていた。

その男は施設の職員にあるお願いをした。

「私は小さいときに母にお風呂に入れてもらいました。今は順番が変わったのです。最後

に母の体を綺麗にしたいのです。私が一緒に母と風呂に入っていいですか？」

その男は周りの職員を気にせずパンツ 1 枚になり、母を抱きかかえて一緒に風呂に入った

のだ。

みんな涙していた。

職員も母もその男も・・・。

母は嬉しそうに息子に抱きかかえられていた。

おそらく何年も抱き合ったことはなかつたろう。

そして幸せな最期を過ごせただろう。

あなたは愛する人の最期を決定する存在として何が出来ますか。

どんな手を差し伸べる事が出来ますか。

誰かを守るにはあなたは健康でいなくてはなりません。

あなたは健康に長生きしたくありませんか？ あなたの健康を望んでいる人がいます。

私の師のお言葉です。

この言葉で私の人生は変わりました。

「人は、ほんの一步を踏み出すことで、出会いが生まれ、人生そのものが豊かで楽しいものになることがあります。」

病気から解放されて健康になって大切な人と笑顔で過ごしたり、旅行へ行ったり・・・多くの思い出を作ってください。

当院は最後まであなたの、あなたの家族のかかりつけ治療院になる覚悟があります。

もう無理はしないでください。

大切な限りある時間を無駄にしないように今すぐ、一步踏み出してください。

アフター整体院 院長

中村光太郎