

# アトピー性皮膚炎についての一考察

120925

4-6 愛音

一言で、アトピー性皮膚炎と言っても、原因は様々で、特定出来ません。特定出来ない事が治療法を特定出来

ない一因でもあると思われます。

例えば、水が原因になっているアトピーが有ります。

これは、マンションなど、貯水槽を使用している場合、防水加工に使われている FRP という部材がガラス繊維で出来ているのですが、それが、劣化と共に水中に

しみ出し、それを飲む事で、微細なガラス繊維が、

細胞を刺激する事が原因と成ります。

この場合は、単に、少し高度な浄水器を取り付ければ、解決するのですが、実際は、単一の原因で起こってい

る事の方が、少ない様に感じられます。

ある方は、ミネラル不足が原因と言われ、

不足するミネラルを補給する事でアトピーが完治する、と仰っていて、完治例も上げておられます。確かに、昨今の食生活ではミネラルは不足しがちで、ミネラル不足によるバランスの崩れは有ると考えられます。

最近では、野菜などの含有栄養素もどんどん減少していて、例えば、ほうれん草一束から撮れるビタミンAは、30年前の3分の1以下とされています。ハウス栽培であったり、農薬の使用等が原因と思われるのですが、かと言って、ほうれん草を今の3杯食べる事には無理が有ります。

しかし、アトピーの直接の誘発原因が、食物である場合が多く、食生活に対する工夫は必要かと思われます。

いくつかの工夫点、注意点を挙げてみます。

①合成〇〇は取らない。

化学的に創られたものは極力避けた方が良いです。

特に最近甘味料として、アステルファム（アセルスファム）が頻繁に使われていますが（お菓子・飲み物等に多い）これは、松果体を石灰化する作用があると聞いています。糖質ゼロ、ゼロカロリー、カロリーオフと表記されているもの、ガム、タブレット、缶、ペットボトル等の飲料に多く含まれているので  
要注意です。

また、保存料として、ソルビン酸が多く含まれていますが、これも余りオススメ出来ません。

ハム等の発色剤も然りです。

ただ、無添加のものだけを購入しようとすると、なかなか見つけるのが大変だし、値段も張るので、上記2品目は避ける、とか、着色料を避ける、とか、そこは工夫が必要かも知れません。

## ②白砂糖を取らない

白いお砂糖はミネラルを一切含みませんし、

余りオススメ出来ません。

砂糖は、きび糖、てんさい糖、黒砂糖をオススメします。ちなみに我が家では、結婚以来ずっと黒砂糖の顆粒状を使っています。だから、煮物の色は良く

ないですが、味は美味しいです ^^

黒砂糖はとってもミネラル成分も多く、味も濃厚な

ので、沢山使わなくても甘みが出ますし、

深い味わいと成ります ^^

### ③なるべく牛乳を避ける

牛乳のカルシウムは、人体に吸収しません。

あくまでも牛の乳ですから。

逆に日本人の場合は、消化酵素を持たない為に、

お腹が緩くなったりします。

牛乳を加工したものについては、良く解りませんが、

生の牛乳は避けた方が良さそうです。

#### ④石けん、シャンプーは良いものを！

身体を洗う石けん、洗濯石けん、シャンプー等、

結果的に全て皮膚を刺激します。

無添加の良いものを選びましょう。

個人的な経験なんですが、洗濯石けんを、頂き物の合成洗剤に変えた所、娘が直ぐにおむつかぶれを起こし、それ以来ずっと、石けんは合成を使用していません。洗濯した後、石けんの成分は残るみたいですね。それが、皮膚を通して吸収される様です。妊婦さんの羊水から、シャンプーのにおいがする、とか、羊水が泡立っている、と言う話を聞いた事も有ります。皮膚は呼吸しているので、そこから吸収してしまうのでしょね。

#### ⑤塩素用注意！

入浴の際に特に影響が出ます。

水道水をそのまま使って入浴するのではなく、塩素

除去の工夫をしましょう。

例えば、湯船の場合は、入浴剤を入れると、塩素が

緩和されます。

アトピーの方を一番風呂に入れなければ、

塩素は一番目の人が全部分解して下さるので

大丈夫でしょう。

シャワーは使わない様にするか、

塩素除去のシャワーヘッドを使いましょう。

お風呂の場合は、水ではなく、お湯にしてあるので、

皮膚からの吸収率が断然上がります。水道水で、野

菜を洗うと、ビタミン等を分解してしまいます。

塩素の殺菌力は強力です。その分、人体への影響も

強力だと考えた方が良いでしょう。

と言う事で、提案としては、調味料だけは、こだわって、無添加のものを使いませんか？  
調味料は日々使うので、それだけでも、安心なものを使う事を提案します。

食材は、色々ご家庭によってありますので、調味料だけなら、それ程高額には成りませんし、一度購入するとしばらく使えますので、手間もかからないと思います^^

また、少し高く付きますが、石けん、シャンプー等は無添加の、天然のものを使った方が良いですね。水は人体の基本ですから、水にもこだわった方が良いでしょう。

ここで、少し方向転換して、シータヒーリングで、アトピーをどの様に捉えているかをお伝えします。シータヒーリングでは、アトピー性皮膚炎の大元の

原因は、肺に有る事が多いと言います。

肺は、悲しみをためる臓器なので、悲しみを解放していきます。そして、重金属等を貯める思考パターンをご本人の許可を得て、変更していきます。

その他は、個人によって、随分違いが有ります。

ただ、お子様の場合は、大概お母様の思考パターンを変更すると、良くなられる事が多いです。

小さければ小さい程、お母様で変わります。

お子様とお母様の繋がりって本当に大きいですね。

どの子も健やかに明るく育てて欲しいですね！！

そして最後に、潜在意識は、結構単語しか受け取ら

ないので、「病気を治す」ではなく、

「元気になる」「健康になる」と意識した方が、

より良い結果が得られると思います ^^