



雑記抄

三ア書き

弥生（いやおい）↓草木がいよいよよおいしげる、陰曆三月の異称）三月・別れ月などと一種のノスタルジア（詩的な郷愁）を感じるころ、悪足掻きではない見たり・聞いたり・試みたりの三ア書きを試みたい。

見たリアクス：ふと目についたアクスというのは「副腎皮質刺戟ホルモン」のことで、塩類と糖類の代謝を調節し、結合組織を維持するホルモンと辞典では説明している。

もちろん、専門的なことはお医者さんに教えていただくこととして、辞書や辞典などからの文字面に捕らわれてはいけないので、「そうか、こういう医学用語もあるのか」と一見したら後は「知ったかぶりに要注意」である。

聞いたリアトピー：顔面や頭に湿疹が出来て、とてもかゆいアトピー性皮膚炎とは「遺伝性の過敏症の一つ」と聞いて、「そうか、

アトピーとはギリシャ語で奇妙なという意味なのか」と又聞きしたら後は「生半可に要注意」である。

ところで、最新刊で「腸を直す」とアトピーが治る！なぜ？」とか、「原因は不明としつつも、アトピー治療のフォーラム」が開催されたり、「かゆみをどうするか、スキンケア（皮膚の保護・介護）のポイン

ト」などと見たり・聞いたりのアトピー治療が耳に入るのである。しかも、やっぱり「いろいろなストレス」が要因の一つなので。

試したりアレルギー：試したりとは「つき合い方をよく知って、アレルギーと向き合う」ということである。

アレルギー疾患は、ぜんそく、



フクジュソウ

鼻炎、結膜炎、アトピー性皮膚炎、食物アレルギーなどとさまざまであり、日本アレルギー学会は「初の診断・治療ガイドライン」を策定したのである。

アレルギー（抗原↓アレルギーを引き起こして身体を損なう反応の原因）というそうであり、ダニ、カビ、化学物質（窒素酸化物・二酸化窒素・ホルムアルデヒドなど）・花粉などが抗原といわれている。

「あなたはアレルギー性鼻炎ですよ。」と診断された時のショックや、「お子さんは滲湿性中耳炎です」と診断された時のストレスは個人差を超えた苦しみになるのだから、見たり・聞いたり・試したりしたら後は「生兵法は大怪我の基だから要注意」である。

名医の最新治療「アレルギー疾患は治せる」というガイドブックが発売されたが、花粉症、アトピー性皮膚炎、食物アレルギーなど、徹底取材した最新治療法と最新情報

報が編さんされているようである。購読しようかなと……

ところで、かつて、三十歳代にアスピリンを多用した薬の過敏症を思い出しては背筋が寒くなる。

一粒が二粒、二粒が四粒、四粒が八粒と増えて服薬する苦しい破目に陥ったのである。

「良薬は口に苦し」とは正に至言であるにもかかわらず、薬の良毒を全く無視した服用は「死に至る病」となるだけであろう。

食育がさげばれ、生活習慣病が注目され、そして食料品の中毒事件が多発される現今にあつて、『自給自足の本物』を体得するための変革が急務のようでもある。

アクス・アトピー・アレルギーと「三ア書き」をして見たり、聞いたり、試みたりしたが、とにかく、「健康第一」の暮らしも言うはやすく行うはかたしであるから、より住み良い町の風の吹き回しや如何：であろうか。

（前）中央分館長
尾池隆男