

兵頭講演抄録

テーマ： 中医学の魅力―「総合性と専門性の発揮」

― ストレス、生活習慣病、健美、健康長寿、認知症などのテーマを一括分析 ―

講師： 兵頭 明（学校法人後藤学園中医学研究所長）

「人の成長・発育の秘密、健康法の真髄、ストレスとの接し方、美容の秘訣、ダイエットの落とし穴、生活習慣病の正体、老化の秘密、物忘れの秘密、尿もれの改善法、転倒予防の秘訣」、これらはとても興味をそそるテーマですね。中医学を簡単(!)に勉強すれば、これらの内容をすべて理解し、その解決法が出てくるようになります。中医学的なものの見方・考え方がある程度できるようになれば、ご参加いただいた皆さんにもすぐに答えが見えてくることでしょう。中医学の「総合性と専門性の発揮」により、さまざまなテーマに対して実践的なアプローチができるようになります。

治療の手順も重要です。弁証論治のポイントは確かに本治にありますが、なんでもかんでも本治ということではありません。局所のツボがとても重要となる場面もあります。頭を「やわらかく！」して、そして全体を見つつ、局所にもしっかりと目がいきとどくような習慣と態度を身につけましょう。