

■ 患者Q&A

患者様からのQ&A	
Question	Answer
ストレスフリー療法について、簡単に説明をお願いします。	温熱刺激を利用した物理療法で、自然治癒力を活性化することを当初は目的としていました。研究を重ねる後に、自然治癒力の活性化とは、本来の遺伝子発現を正常化することであることが判ってきました。臨床では問診後、指標となる血流量、深部体温等を測定し、採血を行います。(採血はご希望者のみ)患者様の病状にあった特定の体表点に火傷しない程度の温熱刺激をリズムカルに15分ほど続けます。血流量の増大や血圧の変化等の指標は当日その場で確認いただけますが、再度採血を行うことで、治療後の変化を血液データをもとに、患者様自身に確認して頂くことができるのが特徴です。
車椅子でも治療できますか？	車椅子に乗ったままでも治療はできます。
靴下・ストッキングを履いたままでも治療は可能ですか？	最高温度が50度になります。縮んだり破れたりする恐れがありますので、治療は裸足で行って下さい。
現在、服用中の薬があるのですが、薬との併用で何か問題はありますか？	問題ありません。併用して頂いても大丈夫です。
片側に麻痺があるのですが、治療しても大丈夫ですか？	治療できます。患者様の楽な体位で行えます。
骨折しているのですが、治療しても大丈夫ですか？	骨折している部位への直接の治療は、刺激により痛みが出る場合がありますので行えませんが、遠隔治療は可能です。
風邪をひいている時も治療は可能ですか？	問題ございませんが、発熱時は治療の効果が出にくいので、体調が戻ってからの治療をお勧めします。治療する場合は、強刺激を避けて弱刺激で治療を妊娠初期は安全を体調が不安定なため、安定期に入ってから治療をお勧めします。
生理中の治療は可能ですか？妊娠中に治療は受けられますか？	妊娠初期は安全を体調が不安定なため、安定期に入ってから治療をお勧めします。
治療時間はなぜ15分なのですか？	長時間刺激を与える事は逆に体に負担がかかり、刺激への抵抗性も出てしまいます。少ない刺激量で効果が期待できるのは15分が最適です。(症状やご年齢にご都合や体調に合わせて、問題ありませんが、間隔が空き過ぎると効果が出にくい場合があります。)
どのくらいの頻度で受診すれば良いですか？	ご都合や体調に合わせて、問題ありませんが、間隔が空き過ぎると効果が出にくい場合があります。
サプリメントとの併用に問題ありますか？	問題ありません。普段どおり、摂取していただいてもかまいません。
アルコール飲酒後に治療をしてもいいですか？	なるべく控えてください。アルコールの飲酒後は血流量が多い状態なので、さらに温熱治療を血流量があがると、アルコールの回りが促進されてしまう可能性があります。
運動後の治療は問題ないですか？	激しい運動の後は控える事をお勧めします。血流量が上がりがすぎるとのぼせ等の症状が出る場合があります。
入浴後の治療は問題ないですか？	入浴直後の治療は控えてください。運動後同様、のぼせ等の症状が出る場合があります。
当日治療後はどのように過ごせばよいですか？	普段通りの生活をしていただいてもかまいませんが、治療当日の激しい運動や多量のアルコール摂取は控えてください。(上記も症状が出る恐れがあるため)
対象年齢はありますか？	お子様からご老人までご使用いただけます。乳幼児のご使用は控えてください。(お子様の場合は「熱い！」と意思表示できる年齢から行うのがいいです。)
認知症の場合も使用できますか？	ご使用いただけますが、安全を考慮しご家族などに付き添っていただくようにしてください。
透析患者も受けられますか？	ご使用いただけますが、かかりつけのドクターの指示に従ってください。
手術の予定があるのですが、前後何日間避けた方がいい等ありますか？	術前の制限はありませんが念の為、執刀されるドクターの指示に従ってください。
治療中の服装で気をつける事はありますか？	皮膚に直接温熱機を当てますので、肌を出しやすい服装であれば治療しやすくなります。
他の温熱治療器との違いは何ですか？	温熱の波形と刺激ポイントを大学との共同研究により独自に開発した治療器で、温めるだけでなく、遺伝子レベルで本来もつ回復力、治癒能力を高めます。また温度も5段階で変える事が出来ますので心地よい刺激で受ける事が出来ます。
火傷の心配はありますか？	心配ありません。感覚障害の方は、熱に対して鈍感な為、火傷の恐れがありますので、事前にお申し付けください。
どんな疾患に効果がありますか？	全疾患に対応しておりますが、実験・臨床から、糖尿病・高血圧等の生活習慣病の方に特に効果がみられております。
器械の温度はどれくらいですか？	温度は5段階あります。最低温度が44度で、1.5度ずつの間隔で上がり、最高温度は50度になります。
血圧は、どのくらいの数値が良いですか？	年齢によって違いますが、最高血圧が120~139、最低血圧が80未満~89が正常血圧となります。(現在では年齢によって基準値が変わりましたので日本高血圧学会 http://www.jpnsh.jp/topics/361.html をごらん下さい)
どのくらいで効果がみられますか？	個人・疾患・罹患期間によって差がありますが、治療を始めて4~5回目あたりから自覚的な変化を感じられる方が多いです。
治療を止めてしまうと元に戻りますか？	始めのうちは状態が安定しないので、いきなり止めてしまいますと戻りやすくなります。2~3ヶ月経ったあたりから、1週間に1回を10日に1回→2週間に1回→1ヶ月に1回と徐々に間隔を空けて頂くのが良いと思います。
開発者と経緯を教えてください。	了徳寺大学理事長・学長・ストレスフリー療法研究会会長である了徳寺健二が低体温の改善やそれに伴う生活習慣病克服のために東洋医学的発想を西洋医学的アプローチで開発を始め、同大学健康科学部を中心に了徳寺学園医療専門学校、医療法人社団了徳寺会と共同研究を行いました。
体験された患者様はどの位いますか？	実験段階では400名ほどの被験者に協力をいただきました。その中には健康者も含まれています。臨床を始めてからは既に500~600名ほどの患者様に治療を行っています。(平成26年12月現在)
副作用はありますか？	温熱治療で副作用が出たという報告は受けていません。
専門機関等での論文やデータがあれば説明してください。	現在、海外の電子ジャーナルに投稿しております。この研究の原型となった腸骨屈曲呼吸法による体温上昇等については、日本臨床生理学学会で了徳寺大学の教授らにより報告しています。