

■ 건강 칼럼 - 뼈를 살리니 건강이 보인다

인간은 왜 뼈가 상해 골골골대고 불면증, 이명 등 병으로 고생할까

#1. 인간은 살아가며 불치병, 난치병, 희귀병뿐만 아니라 면역결핍이 일어나서 알레르기, 아토피 피부염, 호흡기질환 등 여러 가지 병들로 고생을 한다. 왜 이런 병들이 생겨나고 수많은 약을 복용하는데 몸은 회복되지 않고 악순환을 지속할까? 근본적으로 병을 만드는 뿌리를 찾아야 한다. 바로 그 뿌리가 뼈에 있다. 뼈가 혈액을 만들고 호르몬을 만들고 근육과 신경을 모두 컨트롤하기 때문에 반드시 뼈를 깨끗하게 해주어야 병의 실마리가 풀리게 된다. 오늘은 뼈가 왜 상하는지 자세히 알아보자.

인체는 나이가 들며 전압이 모자라게 된다. 흔히 10대와 20대에는 혈기가 왕성해 몸의 일부분이 다쳤을 경우 치료 인자들이 온몸에서 달려들어 쉽게 상처가 아물게 된다. 이와는 반대로 60~70대에 접어 들어 혈기가 줄어든 경우에는 상처가 나면 잘 아물지 않아 굼거나 치유기간이 오래 걸린다. 바로 혈기가 모자라서이다. 혈기라 함은 인체 내 전압이다. 이 전압이 있어야 심전도 검사도 하고 뇌파 검사도 하는 것이다. 문제는 나이가 들어가며 혈기가 줄어들면서 인체 내 생기는 산화철이 잘 빠져 나가지 못하게 된다. 산화철은 뼈 속 철분 성분이 산화되어 생기는 것이다.

■ 두개골, 골반에 독소 쌓여

산화철이 쌓이는 곳은 먼저 두개골이다. 이곳은 하늘의 천기를 받아들여야 한다. 인체 내 열이 제일 많은 곳이 바로 여기다. 산화철이 누룽지처럼 뼈에 달라 붙게 되면 혈류가 막히고 기운이 막혀 두통, 편두통, 불면증을 가져온다. 마치 군인의 철모가 썩듯이 두개골에 덕지덕지 묻어 있다. 이곳이 막히게 되면 기운이 등관을 타고 꼬리뼈를 거쳐 다리 뒤꿈치까지 전달이 되지 않아 인체 내 전기 생성을 막아 또 다른 병을 불러 온다. 또한 세상을 살아가며 쌓이는 각종 스트레스가 목뒤로 풀려 경추 이상을 불러 온다. 최근에는 스마트폰과 컴퓨터를 하루 7시간 이상 사용하면서 예전에는 없었던 병들이 하나, 둘씩 생겨난다. 거북목은 기본이고 어깨에서 두개골 흐르는 기운을 막아 두개골 전체에 압력이 생겨 젊은 나이에도 이명, 비문증, 고혈압이 생겨 각종 합병증에 이르게 된다.

둘째로 항문을 둘러 싸고 있는 골반에 산화철이 쌓인다. 이곳은 항문과 인접해 있어 배변 시 산소와 만난 대변이 항문의 압력방에서 썩어 이것이 팽독으로 변해 골반 전체를 독으로 가득 채우게 된다. 이렇다 보니 꼬리뼈를 가장 먼저 치고 바로 허리 4, 5번을 뺄뚱어지게 만들어 허리통증을 불러 온다. 많은 분들이 수술을 통해



▲ 뼈가 아파 골골대는 분은 미라클터치로 모자라는 인체 전기를 충전시켜 뱃속 산화철을 없애야 한다. 침봉형과 깔판형 사용 후 독소가 터진 모습.

한동안 통증에서 해방이 되지만 골반 전체에 스며있는 대변독을 없애지 않은 상태이기 때문에 재발이 되는 경우가 많다. 나이가 지긋한 분들의 골반 뼈를 미라클터치 대형으로 눌러 주면 변 냄새가 진동을 하는 것처럼 변독을 방지하게 되면 걸음걸이가 점점 작아진다. 왜냐하면 골반에서 다리로 가는 기운을 막아 발가락이 꼬이기 때문이다. 또한 발가락마다 무좀이 생겨 발톱 색깔이 변하여 걸어다녀도 발에서 전기가 자체 충전되지 못하는 결과를 초래한다.

그럼 어떻게 해야 골골대는 모습에서 벗어날 수 있을까? 결론부터 이야기하자면 뼈 속 깊이 있는 산화철을 뽑아내야 한다. 번개와 같은 강력한 에너지를 통해 뽑아내야 한다. 매일 미라클터치로 누르고 문질러주면 피부와 소변, 대변을 통해 산화철이 빠져 나와 몸이 좋아지게 된다.

◆ 미라클터치 뼈과학연구소

▶ 풀러턴: (213) 255-1410

653 W. Commonwealth Ave., Fullerton, CA 92832

▶ 엘에이: (213) 675-6877

3544 W. Olympic Blvd. #212, LA, CA 90019

■ 건강

혈액 순환 잘 되게 하는 생활 습관

혈액 순환이 원활하지 못하면 심혈관계 질환에서부터 당뇨병에 이르기까지 여러 질환에 걸리기 쉽다. 이와 함께 손발 저림과 오한을 호소하는 사람도 있다.

혈액 순환이 정체되면 다양한 질병으로 발전할 수 있다. ‘메디컬데일리’가 일상생활에서 혈액 순환을 개선하는 방법을 소개했다.

1. 마사지

마사지를 받으면 단지 마사지를 받은 신체 부위만 아니라 신체 전 부위로 혈액이 잘 순환하게 만드는 효과가 있다. 손이나 발로 신체를 짹짹 눌러주는 것만으로도 효과를 볼 수 있다.

2. 몸 따뜻하게 하기

추위는 혈액 순환을 더 나쁘게 한다. 추위가 혈관을 급격히 수축하게 만들기 때문이다. 이는 중요한 장기를 보호하고 열 손실을 방지하는 효과가 있지만 중요하지 않은 신체에는 혈액 순환이 잘 안 되어 손발이 차갑게 될 수 있다. 쌀쌀할 때는 몸을 따뜻하게 유지하는데 신경을 써야 한다.

3. 신 과일 먹기

오렌지나 귤에 많이 있는 비타민 C는 혈관에 있는 단백질에 영향을 미쳐 혈액 순환을 개선하는 효과가 있다. 과일 대신으로는 비타민 C 보충제나 오렌지주스를 먹어도 좋다.

4. 스트레스 해소

불안이나 우울 등의 감정을 잘 통제하면 혈액 순환에 도움이 된다. 스트레스 반응은 아드레날린과 코르티솔 같은 호르몬을 방출시킨다. 이렇게 되면 심장 박동은 빨라지고, 혈관은 수축돼 혈액이 사지가 아니라 신체의 핵심 부위로 모인다. 이럴 땐 명상이나 요가, 기타 자신이 좋아하는 일을 하며 스트레스를 완화하는 게 중요하다.

5. 금연

담배는 심장, 혈액 세포, 혈관, 폐, 그 외 여러 기관에 심각한 악영향을 끼친다. 흡연자의 동맥에는 플라크라 부르는 흡착물질이 쌓이게 되는데, 이는 동맥을 비좁게 만들고 몸의 여러 부분으로 산소가 운반되는 걸 방해한다. 플라크가 많이 쌓이면 가슴 통증이 생기고 심지어 심장마비가 올 수도 있다.

통증 전문
치료 병원

오렌지[백] 한방·척추병원

“25년의 임상경험과 한방/척추의 정확한 진단”으로, 통증의 원인을 파악하고 진료해 드립니다. 침, 부항, 한약/보약, 척추교정, 엑스레이, 각종물리치료를 모두 한곳에서 치료 받으실 수 있습니다.

메디케어	오바마케어	직장상해	직장보험	교통사고
메디케어 Part B Care 1st AARP Kaiser Easy Choice Central Health United Health Care SCAN 서울메디칼그룹 Humana Brand New Day	Blue Cross Blue Shield Health Net PPO/HMO	Align State Comp Medrisk	Aetna Kaiser Cigna Blue Cross Blue Shield UnitedHealth Health Net PPO/HMO	All State Met Life Safe Co State Farm Farmers Mercury All State AAA

* 그 외 보험도 전화로 확인해 드립니다. (유학생 보험, 여행자 보험도 취급합니다.)

교통사고 전문 병원 - 사고 보험 처리 도와드립니다.

두통, 어깨, 목, 허리, 무릎, 발목, 저림, 오십견, 안면마비, 우울증, 수면장애, 감기, 갱년기 증상 등

오렌지[백] 한방·척추병원

예약/상담 714.530.7001

9681 Garden Grove Bl., Suite 101
Garden Grove, CA 92844(모란각 식당 옆)



Dr. 백사론
한의원, 척추신경의사
SCU 척추 의대 졸업 (1992)
South Baylo 한의대 졸업 (2012)