

■ 건강 칼럼 - 뼈를 살리니 건강이 보인다

# 변비와 무좀은 골반이 썩고 있다는 증거 방치할 땐 수족냉증과 중풍, 당뇨병 불러

#1. 변비를 40년 넘게 달고 살던 60대 여성이 본 연구소를 찾았다. 몸 전체의 뼈가 아프고 특히 왼쪽 옆구리에 통증이 심한 상태였다. 다리는 늘 저리고 간간히 피가 통하지 않는 느낌을 갖고 있었다. 발가락 상태를 보니 좌, 우로 많이 휘어져 있었고 발가락에 티눈이 계속 생겨 수술을 해도 또 재발이 되는 형국이었다. 또 얼굴 부위에 악한 중풍(스트로크)까지 찾아왔었고 간의 상태



▲ 변비와 무좀이 나타나면 골반과 항문이 대변독으로 찌들어가고 있음을 보여주는 것이다. 심한 무좀환자(왼쪽)가 미라클터치로 발톱이 달라진 분(오른쪽)의 모습.

가 좋지 않은 상태였다. 뼈 상태를 보니 꼬리뼈가 정상인보다 상당히 솟아 있었고 등판의 흉추와 앞쪽 가슴뼈가 솟아 마치 마름모의 형태를 띠고 있었다. 게다가 어깨는 늘 천근만근 무거운 온 몸을 짓누르는 느낌이라고 고백을 했다. 변비가 인간의 몸을 병들게 하는 전형적인 모습을 띠고 있었다.

#2. 10개의 발톱에 심한 무좀을 갖고 있던 80대 후반의 여성이 미라클터치를 만나 매일 골반과 항문 청소를 해주자 이후 에너지가 발끝까지 흐르게 되어 무좀이 있던 발톱이 빠져 나가고 새 발톱이 나오는 기적을 맛보게 되었다. 이렇게 되자 늘 부종으로 고생하던 무릎과 발목의 관절이 편해지면서 점점 걸음걸이가 좋아지게 되었다. 아울러 남산만하던 풍배가 쪽 빠져 허리가 많이 날씬해지는 기쁨을 덤으로 얻게 되었다. 또 요실금과 변실금도 확연하게 좋아져 하루에 기저귀를 6번 정도 갈아야 했던 불편에서 탈출하게 된 것이다. 오늘은 변비와 무좀이 인체에 어떤 영향을 끼치는지 알아보고 해결책을 찾아보자.

### ■ 변비는 뼈를 삭게 만드는 '뼈충'

상기의 분처럼 변비는 인간의 뼈를 갉아먹는 '뼈충'이라고 보면 된다. 변비로 인한 독이 온몸의 뼈에 전이가 되어 뼈가 제 역할을 하지 못하게 만들기 때문이다. 항문의 대변독이 쌓여 배출이 되지 않으면 가장 먼저 치는 곳이 바로 꼬리뼈이다. 꼬리뼈를 다치면 한동안 통증이 오다가 오랫동안 방치하면 백혈병까지 커지는 무서운 곳이다. 문제는 이곳만 다치는 것이 아니라 천골(꼬리뼈 바로 위)을 대변독이 강타하고 이후 허리뼈(L1~L5)를 쳐 허리 통증을 불러 온다. 요즘은 나이가 젊은데도 불구하고 허리 통증 환자가 급격히 늘고 있다. 기름진 음식을 많이 먹고 하루종일 움직이지 않고 실내에서만 활동하는 습관으로 인해 변비 환자가 급증하고 있기 때문이다. 나이가 10~20대 젊은이들도 영치가 아파 손으로 톡톡 치는 모

습을 쉽게 목격할 수가 있다.

변비는 꼬리뼈와 허리뼈에 그치지 않고 등판 전체를 거쳐 머리까지 솟구쳐 올라가면서 등판의 갈비뼈를 솟게 만들고 장까지 스며들어 가장 먼저 간 부위에 영향을 준다. 그래서 황달 현상이 나타나고 얼굴이 누렇게 뜨게 된다. 간에 이상이 있는 분들이 반드시 골반과 항문을 다스려야 하는 이유가 바로 여기에 있다.

변비가 지속되고 온 몸의 뼈 속에 대변독이 찌들게 되면 뼈가 잠을 때까지 잠다가 드디어 포기를 할 때 나타나는 것이 바로 대상포진이다. 흔히 대상포진을 단순히 몸이 약할 때 나타나는 면역력 약화로 인한 병으로 생각하는데 정확한 표현은 방역이 안 되어 생기는 방역병이다. 온몸의 뼈에 찌들어 있는 만큼 회복 기간도 오래 걸린다. 미라클터치 대항을 뼈에 올려 놓으면 냄새가 진동을 한다. 또 몸살 등 명현현상이 심하게 오기도 한다.

### ■ 발톱 무좀은 뼈가 썩고 있는 증거

손, 발톱의 무좀과 변색은 골반이 대변독으로 썩고 있다는 증거이다. 보통 피부병으로 인식을 해 약을 먹으면 낫는 것으로 잘못 알고 있다. 골반의 뼈 속에 대변독 즉 산화철을 지속적으로 제거해주면 보통 7개월 이상 지나 새롭게 손, 발톱이 새롭게 나오는 기적을 맛볼 수가 있다. 발톱 무좀이 생기고 발가락이 꼬이고 발뒤꿈치가 갈라지기 시작하면 향후 중풍 즉 스트로크가 발생할 확률이 3~4배 높아지게 된다. 또 골반에서 발로 가는 기운이 막혀 부종이나 하지정맥 등을 초래하기도 한다. 항상 골반과 발은 부모와 자식 간의 관계처럼 상생을 하며 살아야 한다. 어느 한쪽이 막히면 다른 한쪽도 무너지게 된다. 오늘부터 병의 뿌리가 되는 골반과 항문 속 독소를 없애 몸을 살리는 작업을 시작해보자. 그러면 관절염, 위산 역류, 불면증, 이명, 어지럼증, 항문폴립, 치질, 요실금, 변비 등 열 가지 이상의 병을 갖고 있던 분들도 하나, 둘 병이 사라지는 것을 몸소 체험하게 되고 어떤 분은 동시에 사라지는 놀라운 경험을 하게 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

# 두피를 건강하게 하는 비결 5

뜨거운 햇볕. 자외선 지수가 높으면 두피가 그만큼 상하기 쉽다. 영국 일간지 '가디언'이 두피를 건강하게 유지할 수 방법을 소개했다.

### ◆ 머리감기

두피도 피부이므로 땀이 나고, 피지가 생기고, 각질도 떨어지기 마련이다. 따라서 두피 관리의 첫 번째 수칙은 피부 관리의 첫 번째 수칙과 마찬가지로 청결이다. 아무리 귀찮아도 사흘에 한번은 머리를 감아야 한다. 헤어 스타일링 제품을 자주 사용하는 경우, 그리고 땀을 많이 흘리는 경우에는 더 자주 감아야 한다.

### ◆ 비듬

비듬은 탈모로 이어질 수 있다. 비듬이 생겼다면 방치하지 말고 바로 전용 샴푸를 사용해야 한다. 살리실 산이나 아연 피리치온 성분이 든 제품을 고르면 좋다. 한 달 이상 꾸준히 사용하면 효과를 볼 수 있다. 비듬 샴푸를 쓸 때는 머리를 두 번 연달아 감는 게 좋다. 제품을 2~3분 정도 방치했다가 씻어낸 다음, 한 번 더 샴푸를 한다.

### ◆ 자외선

두피는 강렬한 햇볕에 쉽게 손상을 입는다. 심하면 화상까지 입을 수 있다. 머릿결이 가늘고 미세한 경우라면 특히 주의해야 한다. 외출할 때는 반드시 자외선 차단제를 바르거나 모자를 써야 한다.

### ◆ 스타일링

머리를 세게 당기거나 묶는 방식은 좋지 않다. 머리털을 여러 가닥으로 나눠 편안하게 땅는 속칭 '레게 머리'는 특히 위험하다. 한번 머리를 땅으면 몇 주씩 놔두기 마련이니 두피 상태가 엉망이 되는 것도 당연하다. 모낭이 계속 긴장한 상태로 있게 되면 탈모로 이어질 수 있다는 사실도 명심해야 한다.

### ◆ 빗

빗살이 철제로 된 빗은 좋지 않다. 너무 딱딱한 빗은 두피를 상하게 할 수 있다. 빗을 고를 때는 무엇보다 빗살이 부드러운가를 살필 것. 빗살만 나긋나긋하다면 재료는 플라스틱이어도 상관 없다.

www.isemusa.com

# 세금보고 미국 전 지역 서비스

## PREMIER TAX GROUP

- 세금보고
- 법인설립
- 해외자산보고
- 연체세금 해결
- 세무감사대행
- 상속, 증여세금보고



대표 세무사 이세진(Skyler S. Lee)  
공인세무사 (E.A.)  
(전) 한국 삼일회계법인 / PWC 근무

Office 714.530.0030  
714.345.0762

5730 Beach Blvd, Ste. 202 ~ 203, Buena Park, CA 90621  
\*Garden Grove에서 Buena Park로 사무실 이전하였습니다  
info@isemusa.com / taxcapital@gmail.com