

動物は人間と同じように骨や血管、臓器があるので薬や手術の検体にできま  
すが、顎の構造が違うため、虫歯や歯槽膿漏の研究対象にはなりません。

抗重力筋は立ったり歩いたりするときだけ収縮する筋肉で、ボールを投げたり蹴つ  
たりするときを使う筋肉とは異なります。疲れにくい筋肉で、収縮速度が遅いことから  
「遅筋」と呼ばれています。

逆に収縮速度が速く、重い物を持ち上げたり瞬発的な運動に使われたりする筋肉は、  
「速筋」といいます。

**速筋は疲労しやすい筋肉でブドウ糖を必要としますが、抗重力筋は脂肪をエネルギー  
としています。**

私たちが日常生活で極度の疲労を感じることなく、長時間、椅子に座っていたり立っ  
ていたり、あるいは歩いたりできるのは、抗重力筋のおかげです。

抗重力筋は内臓へも影響を与えます。腰を触ってみると、前方向にカーブしている部  
分があります。このカーブを作っているのが抗重力筋となる腸腰筋で、胃や腸を下垂さ  
せないように引っ張り上げています。腸腰筋の働きが弱まると、腸の機能が悪くなり慢  
性的な便秘となります。

大人の歯は片側に七本ずつ、合計二八本、親不知を入れると三二本あります。一方、  
子どもは片側に五本ずつの、計二〇本です。

口を閉じる左右の筋肉を同じ力で緊張させることも、右だけ、あるいは左だけ  
を緊張させることもできます。頭を支える左右の筋肉（僧帽筋など）も微妙な力加減で  
緊張させられるので、頭の位置をまっすぐに修正することができます。

このようにして、頭の位置を体の中心に保つことを「ジャイロ機能」といいます。

ちなみに、永久歯列は左右どちらかに顎を動かすと、動かした側とは反対側にスペー  
スができてしまうため、ジャイロ機能は消失しています。

#### じょうがくこつ

3対7という比率があります。上の歯が生えている上顎骨の硬さを3とすると、下顎  
骨は7となります。下顎骨からの衝撃を柔らかい上顎骨が吸収します。咀嚼という行為  
は、下の歯の圧力を上の歯が受け止めることなのです。

脳は、頭蓋骨の中にある、硬膜で包まれた脳脊髄液の中に浮かんでいるため、外から  
の衝撃を受けにくくなっているのです。

頭蓋骨の開閉で、脳脊髄液は背骨を通過して仙骨にたまり、仙骨が開閉すれば、背骨を通  
って頭蓋骨にたまり、これが脳脊髄液の循環のメカニズムです。

頭蓋骨の開閉運動は、最大で〇・数ミリといった微細なものです。この微細な開閉運動は一  
分間に六回から二回程度行われます。二〇代の男性の場合では通常八〜二回。五回  
以下になると病気になるといわれ、三、四回まで低下すると深刻な症状を引き起こすと  
いわれています。自律神経失調症やうつ状態を発症しやすくなります。

つまり、頭蓋骨の開閉運動は、人間にとってもっとも大切な自律神経の働きやホルモ  
ンバランスの調整、免疫機能をつかさどっているのです。

歯があるとないとで、頭蓋骨の開閉運動のリズムが違ってきます。それにともない、

健康状態にも差が出ます。

・・・

A さんは、歯からの刺激が頭蓋骨に伝わらなくなったので骨密度が低下し、その影響で頭蓋骨の開閉運動のリズムが狂い、体調不良や認知症を招いたといえます。

ところが、インプラントには弾力がなく、歯根膜也没有ありません。インプラントは歯の受けた力をそのまま骨に伝えてしまうという重大な欠点を持っています。頭蓋骨の開閉運動を阻害するような異常な力がインプラントを植立している骨にかかると、物を噛めないといった事態を引き起こします。

インプラントを数多く植立したら咀嚼しにくくなった、と感じている人がいるのではないのでしょうか。これは、そうしたことが理由で、頭蓋骨の開閉運動を守る働きが作用しているのです。せっかくインプラントを入れたのに噛めない、噛みにくいという不幸な状態を招いているのです。

抗重力筋のまちがった記憶を消し去るには、歩くことで姿勢の回復力を働かせるのです。咬み合わせが正しければ、頭の位置と角度、骨盤や足裏が正しいところに誘導され、抗重力筋のまちがった記憶をリセットしようとしてします。同時に三半規管、視覚、筋肉や関節、皮膚の感覚がそれを手助けします。

つまり、歩くことで頭が正しい位置に収まった体の軸を取りもどそうとするわけです。

二回目の頸肩腕（けいけんわん）症候群は、悪い姿勢でパソコン作業を長時間続けたことがきっかけで発症しました。

首の椎間板が少し変形し、頸椎に若干の回転とずれが残り、また、肩関節もずれているため、ずれている側の肩周辺の筋肉にこりと血行不良が残りました。この状態のまま、それ以降もパソコン作業を長時間続けたことで、首から一層にかけて筋肉痛が生じ、腕がしびれ、手が上がりにくくなり、頸肩腕症候群になったと考えられます。

顎関節症にはさまざまなケースがありますが、重力医学の考えを用いるとそのほとんどが簡単に治せます。

重力医学の方程式

【地球の重力 1G × 体の無理 = 骨格構造に由来する病気】

これは、重力医学の方程式です。この方程式からすると、×という要因を中和する薬を発見すれば、骨格構造病の苦しみから解放されると考えられます。

×という要因を中和する働きとして、①咬み合わせによる頭の位置と角度の調整。②抗重力筋の悪い記憶をリセットし正しい姿勢を記憶させ直す、ということがあげられます。①だけ、または②だけ、あるいは①と②を同時に用いる、この三つの選択でほとんどの骨格構造病に対処できます。

咬み合わせが正しい状態にもどらなければ、特定の歯に噛んだ力が集中します。すると、その歯に目に見えないヒビが入ります。これが虫歯の原因です。さらに、歯みがきを怠ると、大きくなったヒビの中に虫歯菌が増殖し、歯の破壊を加速させます。

また、歯冠部分と根の部分の境界部分が壊れてしまうと、冷たい物を食べると歯に沁みるようになります。これが知覚過敏です。

咬み合わせがずれ、特定の歯に横方向の持続的な力が加わると歯が移動します。歯列矯正をご存知かと思いますが、一本の歯に数十グラムの力を加えるだけで歯は動くので

す。

垂直方向に強い力が働くと虫歯、横方向に持続的な力が加わると歯並びが悪くなり、垂直方向と横方向の二つの力が加わると歯をグラつかせます。この状態が続くと歯周ポケットができ、そこに歯周病菌が増殖すると、歯茎が腫んだり歯周病になったりします。

どんな人でも九〇歳になれば二〇歳頃の身長より縮んでいます。加齢とともに、**背骨の間にある椎間板が縮まり、体の湾曲が強くなる**からです。

体の湾曲が強くなると首が縮まり、歯もすり減ることで咬み合わせ面も低くなります。年をとっても咬み合わせ面の延長線は第二頸椎を通るので、体の湾曲で調整しているわけです。

人間の体は、老化が進み、抗重力筋が弱まっても、元気で立って生活できるようにつくられています。

体の湾曲が強くなると、顎が前へ出て前歯だけが接触します。上下の前歯はすり減り、乳歯列のときと同じように顎を前後に動かせるようになります。同時に左右にも動かせるようになります。すべての歯がすり減ることで、再び乳歯列のような咬み合わせへと導かれるのです。

こうして、再びジャイロウォークができるようになり、抗重力筋が弱まっても体の軸がとりやすくなるのです。一〇〇歳を超えても元気に歩け、健康的な生活をおくることができる理由です。

人間の体は、姿勢が歪むと姿勢の回復力が働き、ファースト・ボディにもどろうとします。

しかし完全に元の状態にもどることはまれで、頭蓋骨と顎の骨格に少し歪みが残ります。この状態をセカンド・ボディと呼びます。

その後、無理を重ねるごとに、骨格全体の歪みや回転はさらに大きくなっていきます。この状態をサード・ボディやフォース・ボディと呼びます。

骨格全体の歪みや回転が大きいフォース・ボディになると、背骨も大きく回転しています。このような状態になると、**脊髄を包んでいる硬膜にねじれが生じ、細い神経のどこかが圧迫され、耳鳴り、手足のしびれといった症状を引き起こします。**

この治療は、医師にとってもお手あげです。症状を抑える特効薬はほとんどなく、**硬膜のねじれを元にもどす手段を誰も知らない**からです。

表情筋は、全部で三〇種類くらいあり、魅力的な個性を引き出します。女性には若々しさ、チャーミングさ、セクシーさなどを、男性には凛々しさ、力強さなどを与えます。

この**表情筋が運動不足**になると、どうなるのでしょうか。

具体的には眉を上げる筋肉が衰えると額にしわ、目を開けたり閉じたりする筋肉が衰えると目尻のしわ、上まぶたもゆるみやすくなります。口角を上げる筋肉が衰えると、口角が下がります。唇の周囲にある筋肉が衰えれば、口元がたるんだりしわができます。顎のラインを引き締めているオトガイ筋が衰えると、二重顎になります。

実は、これらの表情筋は日常生活では二〇～三〇%ほどしか使われていません。

一週間ほど徹夜に近い状態でパソコン作業を続け、鏡を見たら別人のように顔が垂れてしまい、一気に老けたと感じたことのある人がいるかもしれません。

**パソコンを長時間打ち続けることで僧帽筋が疲労し、さらに長時間、無表情で過ごしたため、表情筋が運動不足になった**のです。これでは顔を老けさせる原因のダブルパンチです。まさに美容の大敵です。

しかし、僧帽筋を鍛えてバランスを整え、表情筋を運動させれば、顔は若がえります。しかも顔の左右のバランスが整えられ、むくみがなくなれば、小顔になるはずですよ。

一般的に行われるヘルニアの治療で、ずれやねじれを修正したり、飛び出した椎間板を処置したりしても、体全体の歪みは治りません。しかし、ジャイロウォークは体全体の歪みを修正し、抗重力筋に正しい姿勢を記憶させていくものです。一時的に痛みが取れたのは体がまっすぐになり、腰椎のずれやねじれが解消されたからです。