**乾癬の手当て：自然療法：エドガ－ケイシー療法**

自然な排泄を増し乾癬をなくす試み。

乾癬の原因は、腸壁の問題が取りざたされ、腸からのリンパ液の流れが、皮膚に循環し毒性物の「漏出」を引き起こすため乾癬が出るように示唆されます。身体から自然な排泄をするため以下の事をしてみましょう。

手当

1. [洗腸](http://minohonosaru.com/koronikusu.html)（コロニクス）が良いが出来ないかたは1週当たり1-2日断食してみてください。

洗腸は腸の中に有る老廃物の排出を良くし、老廃物の吸収を防ぎます。

精製水を6～８杯をとっても内臓の洗浄に役立ちます。

また[断食](http://minohonosaru.com/dannjiki.html)は、食細胞の活性を増加させます。 洗腸は専門的にされるべきです。

便秘ぎみの方、軟便の方は医師に申し出て下さい。

出来ない人は洗腸は高圧浣腸でできる。

2. 脂肪無し、砂糖なしの食事。厳密に菜食。グルテンのなしの食事。

体内組織から動かされた脂肪と脂質は、皮膚からある刺激する物質を取り除く傾向がありま　　す。 多くの太り過ぎの患者は、減量をすると症状の改善が報告されています。

　取っていいのは[低温圧搾、低温工程のオリーブ油](http://minohonosaru.com/oribuyu1.html)日に小匙２杯まで。

サウスカロライナ内科医は、それらが食事から牛製品(ミルク、バター、肉および副産物)をすべて除去した時、彼の患者のその150人が著しく改善されたことを報告します。

フランスの研究者は、食糧(小麦、ライ麦、大麦およびオートミール)を含んでいるグルテンの除去は激しい症状の持ったひとの改善も含め乾癬患者の「著しい改善」を実証しました。 1人の乾癬患者、グルテンが完全に取り除かれた食事は、彼の乾癬を完全に除去し、グルテンを再導入した、彼の食事の3日後に、乾癬の新しい病変ができるのを実証しました。

直接影響ある食事の除去は乾癬の改善に役立ちます。

当然乾癬のための食事と栄養:は基本的に新鮮果物および野菜です。ある食物(それらは腸の毒性を増加させる傾向がある)は食事から除去されるにべきです。食べてならないものは赤身の肉、油で揚げた食糧、炭酸入りおよびアルコール飲料を含んでいます。乳製品。（これも日本の製品はさける方がよい）。乾癬の人のために特に有害なものとしては、野菜(トマト、タバコ、ナス、胡椒、ジャガイモおよびパプリカ)のナス科の植物グループです。

乾癬患者のための適切な食事

食事は身体のアルカリ度の促進を目指し、それにより、全システムへのよりよい酸塩基平衡に関して提起するべきです。

? 多くの新鮮果物および野菜を食べてください。 1日１食、通常昼食に生野菜だけの食事をとって下さい。オリーブオイル油のドレッシングを使用してもよい-酢なし（レモンはOK）

?料理された野菜は、魚、家禽（鳥）およびラムよりむしろ肉無しで取られるべき。

多くの量のシーフードを食べてください。

? 脂肪、ケーキおよび焼き菓子は食べないで下さい!

?地上で成長する3つの野菜と地下で成長する少なくとも１つの野菜は食べてください。

?赤ワインは少量は許容可能です、しかし、他のアルコール飲料はだめです。

?レタスを大量を食べてください、セロリ、オランダガラシおよびその他同種のものも(食物繊維が潜在する潰瘍か大腸炎の状態に炎症をもたらさなければ レタスは血液浄化剤です!。)。

? 赤身の肉、ハムあるいは焼いたステーキから回避して下さい。

完全に油で揚げた食糧を避さけてください。

?特に有害なものとして、野菜(トマト、タバコ、ナス、胡椒、ジャガイモ、ししとう、ピーマン、クコおよびパプリカ)のナス科の植物グループをさけるべきです。

注: 様々な食物の関連ある酸塩基平衡を示す一般的なガイドは、この報告書を含みます。

乾癬患者は、酸を生む食品 (魚、ラムおよび家禽の例外を備えている)でリストされた食物を基本的に回避するべきです、

下記食糧は主に酸性効果があります

ベーコン、ハム、ベーキングパウダー・ビスケット、小羊、大麦、肝臓、牛肉、ロブスター・パン、ライ麦、マカロニあるいはスパゲッティ、パン、白いカキ、ケーキ、純粋なペストリーケーキ、およびチーズ、プラム\*、鶏、豚肉、トウモロコシ、プルーン、蟹、ソーセージ、クラッカー、ホタテガイ、クランベリー\*、砕き小麦、あひる、小エビ、七面鳥、魚、子牛の肉 、大豆、チーズ、納豆、大豆油、卵の白身、コーンオイル

下記食糧は中性あるいはほとんど中性効果を持っています

バターミルク（草を食べている牛からとった）、バター（草を食べている牛からとった）、綿実油、オリーブオイル、クリーム、玉ねぎ、カスタードパイ、りんご、ファッジ（柔らかいキャンディー）、チョコレート（板チョコレート）、砂糖、蜂蜜、シロップ、アイスクリーム（何も入っていない草を食べた牛乳のみで作っているバニラアイス）・タピオカ・ミルク（草を食べている牛からとった）、玄米、卵の黄身

食糧は主に基礎的な効果があります

アップル・ブドウ・アンズ・レモン・アスパラガス・レタス・バナナ、オレンジ、黒豆、アオイマメ、桃、ストリングの西洋ナシ、ブロッコリー・パイナップル、芽キャベツ、白いキャベツ、じゃがいも、スィートカンタロープ、レーズン、ニンジン、ラズベリー、カリフラワー、トマト、セロリ、クルミ、ナツメヤシ、ナス・イチジクの実、グレープフルーツ

\* これらの食糧の灰はアルカリです。しかし、安息香酸 (それらは馬尿酸から形成する)の存在のために、それらは、尿の酸性度を高めます。

乾癬患者は多量のシーフード、家禽、ラムを食べるべきです。

多量と言う意味は他の肉よりより多くという単純ないみです。

- 柑橘類ジュースは取られるならば、それらの反応はアルカリです―特に同じ食事でデンプン、例えばシリアルでのように、一緒に取らなければ。そうすると、それらは酸を生み出します。

3. 乾癬の補正用の主要なハーブ茶は次のとおりです:[紅花茶](http://minohonosaru.com/safuranbenihana.html)、[スリッペリーエルム樹皮パウダー](http://minohonosaru.com/nire.html)、[ローマンカモミール茶](http://minohonosaru.com/kamiture.html)および[マリン茶](http://minohonosaru.com/images/mullein.html)。

これらのハーブは胃や腸の炎症をとりリンパの流れを良くし老廃物や毒素が身体にたまりにくくします。紅花茶を他のものより量を多く、回数も多くとってください。

紅花茶およびスリッペリーエルム樹皮パウダーの使用法。

紅花 (熱湯のカップ中のに一つまみ入れ熱いお湯を注ぐ)、30分まち、お飲み下さい。量は気にせずおのみください。

スリッペリーエルム樹皮パウダー

あまり熱くない湯にスリッペリーエルム樹皮パウダーを一つまみ、熱湯ではなく温かいお湯をみたし30分間おいておいて、服用下さい。紅花茶が得られる場合、期間でではなくできれば午前にこれを飲んでください。

4.紫外線浴や日光浴。

日焼けなしで耐えられるだけ同じくらい多くの太陽を、毎日の日光浴をしてください。 日光曝露に先立って、石鹸、ローションあるいは軟膏を使用しないでください。

死海塩（マサダの塩）で毎日の入浴、その後の日光浴は、1か月以内に1000人の患者の96%で改善がおこりました。 海水の中で入浴することは、乾癬において有用であることがしばしば報告されました。

塩の楽しみは、海洋に近くない人々に役立つかもしれません。皮膚が結果として炎症を起こすように活発に擦らないでください。

このようなことが出来ない人に紫外線を医師の管理下で当ててみましょう。

5. 頭皮の治療。（頭に乾癬の有る方）

紫外線が髪の毛に入り込まないので、日光で頭皮の乾癬を治療するのは難しい。 [毎日低温圧搾低温工程オリーブオイル](http://minohonosaru.com/oribuyu1.html)か[ボディビューティフル](http://minohonosaru.com/bodyb.html)で[マッサージ](http://minohonosaru.com/maxtusa-ji.html)、そして熱くしたタオルを頭に播き、[パインタールシャンプー](http://minohonosaru.com/kehaesyannpu-.html)（松脂含有シャンプー）によってあらう方法は、頭皮の乾癬の最良の治療法です。 マッサージおよびホットなタオルは鱗節を緩めて、それらを洗うことで鱗節が簡単取り除きやすくなります。 洗う間に髪の毛に櫛をすくことはさらに鱗節の剥離をたすけるでしょう。

6.皮膚の怪我を避けてください。 新しい乾癬傷病変はどのよな皮膚の傷でも生み出され、軽い病変を悪化させるかも知れません。軟膏、石鹸、化粧品、ボディ・スプレーなどからの化学のからの外傷を警戒してください。身体の外傷は、摩耗、あまりフィットしていない衣類、予防接種、虫刺され、日焼けなどによって引き起こされるかもしれません。

7. 油の適応。 何人かの患者は傷害を柔らかくするために、[低温圧搾低温工程ヒマシ油](http://minohonosaru.com/himasiyupaxku.html)、ボ[ディビューティフル](http://minohonosaru.com/bodyb.html)、アボガドオイル、グリセリンのような材料を適応することから利益を得ます。[低温圧搾低温工程オリーブオイル](http://minohonosaru.com/oribuyu1.html)および[ピーナッツオイル](http://minohonosaru.com/pi-naxtututu.html)(同じ割り合い)の混合物で（この二つを混ぜた物はボディビューティフルです）、身体にマッサージを施してください。

乾癬が広範囲であったり傷ができている所に、温めた油をぬり、サランラップでその範囲を包み、数時間播いておき拭き取るのも非常に有用です。この方法は、表面の細胞を治すのを助けます。そのエリアがきれいになるまで、少なくとも週に二度この方法を適用してください。

低温圧搾低温工程オリーブオイルおよびピーナッツオイル(同じ割り合い)の混合物で（この二つを混ぜた物はボディビューティフルです）でサランラップで播いてしてもよいです。

またこのような方法で軽減した方もいております。

入浴時[クチクラ石鹸](http://minohonosaru.com/kuchikurasextuken.html)を使用し、入浴後水を拭き取ったあとクチクラ軟膏を (傷がついている場合[レジノール軟膏](http://minohonosaru.com/reji/rejinol.html)を後につけてください)それをつけてまま寝て下さい。朝、クチクラ石鹸で再び入浴して洗って下さい。

8. 人工熱処理。（医師の指導下）

口頭の温度が38.9～40度(これには大人の中で15～25分かかるかもしれません)に達するまで、バスタブの中で湯(43.3度)を使用して、熱治療を試みてください。そうすれば、浴温5～7つの縮小によって、程度は、患者の気楽さに依存する25～45分の間このレベルに口温度を維持します。 そうでなければ健康な人に3～4週間1週当たり約5つの処理を与えてください。 頭をすべての熱アプリケーション中に涼しくしておくように注意してください。

9.本当に暖かい毛布(いくらかは電気毛布を推奨します)の下で眠って、あるいは熱さが認容できる温かい暖かい長袖、やフランネル・ナイトウェアを着用していてください。 できるだけ暖かい皮膚を維持しようとしてください。

10.手足を暖かくしておいてください。

これは血液循環を均等化するのを助けるでしょう。

11. 必要脂肪酸、特に、オメガ（ω）-3脂肪酸は非常に有用でした。

魚油が使用されましたが私たちは、[アマニ油](http://minohonosaru.com/vitsupple/amaninrigunau.html)の使用を好みます、それは有益な脂肪酸の最も多く含む植物由来の物でだからです。 日に二度大さじ1杯を飲んでください。 何人かの患者は、さらに、鱗片状の傷害の中へのアマニ油のうちのいくらかにマッサージを施すことが有用であることが分かりました。

12.低いストレスのライフスタイル。

情緒的ストレスは時々炎症に関係しています。 「[運動](http://minohonosaru.com/undou.html)がストレスを中和する」ので、1～2時間毎日の定期的な戸外の運動は、確かに有益であると分かるでしょう。 [肺を膨らませて](http://minohonosaru.com/kokyuu.html)、かつ気分を上げるために歌ってください。心を鍛えそれらをすまわせましょう。

くよくよするトラブルを防ぐために愛する創造者に因って提供された自然なものの奇跡をよく見て下さい。

推奨された食事に加えて、[レシチン顆粒 (あるいはカプセル含有の液状レシチン)](http://minohonosaru.com/vitsupple/lecithin.html)をとることは、有益なことを示されました。推奨されたビタミンは、Cと結合したビタミンA、B複合体およびビタミンEの治療量です。自然で加工されていない食品を食べることはとても望ましい。

レシチン顆粒服用法は、テーブルスプーン杯を（日本では大匙山盛り一杯）を患者の状態が良くなるまで日に３回その後日に1杯に減らす。

１週間に５日以上はレシチンを摂取しないこと。顆粒レシチンは食べ物、飲み物に加えても良い。（ジョン・O・A・パガノ）

13、[脊椎の矯正](http://minohonosaru.com/seikotu.html)

もし背骨特に排泄を支配したりする腎臓や肝臓、口や鼻等を支配する神経が分岐する胸椎6、９番また頚椎3番等の領域で、ずれや亜脱臼などが存在すると神経の過緊張が起こったり、低緊張な散漫な状態が起こったりすることが有るため内臓も影響を受けやすくなるので矯正も必要な時がある。