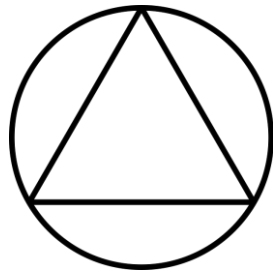


## 漢方薬



3つのバランスが漢方薬で整います。

骨・筋肉の構造的バランス

内臓・循環機能アツス

精神的安定と柔軟性アツス

解毒・均衡・循環のために漢方薬を使います。漢方薬は2千年以上東洋で研究されてきた自然なお薬です。お一人お一人の症状に合わせて調合したオリジナルのハーブで体に溜まった毒を出し、体内エネルギーをアツさせ、弱った内臓機能を蘇生させることができます。食べるもので私たちの体は作られているため、口から入って身を作る漢方薬は体内に大きな変化をもたらす自然と調和した健康な状態へと戻して行きます。

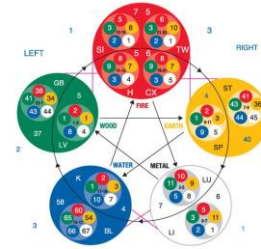
高血圧、糖尿病、慢性疲労、不妊、鬱、など病気を治療するためにも効果が高いですが健康管理や予防にも役立ちます。消化不良、風邪、偏頭痛、便秘、子供の成長補給、勉強や仕事の集中力アツス、美容、ダイエットをしたい方にも効果があります。

漢方薬：\$300(15日分)、\$500 (30日分)

粉末薬：\$30(5日分)、\$50(10日分)

\$70(15日分)

## 鍼



鍼は人間の体に流れる12のエネルギーの流れを良くすることで治療します。身体中にあるツボ(エネルギーラインのポイント)を鍼で刺激することで体のエネルギーのバランスを整えて身体中へくまなくエネルギーを供給します。そうすることで体が本来持っている自然治癒能力を蘇らせて解毒や循環システムが動き始めます。

こんな症状に効果的です。

怪我、痛み、めまい、消化器疾患、不妊、産後の体調不良、ダイエット、神経疾患、呼吸器系の疾患、筋肉、骨、関節の病気

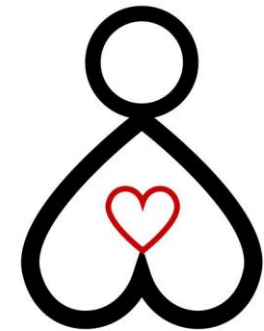
- 初診：\$120 (60分)
- 再診：\$70 (50分)
- 特別割引プラン(初診料込)
  - 3回：\$260⇒ **\$200(\$67/visit)**
  - 5回：\$400⇒ **\$300(\$60/visit)**
  - 10回：\$750⇒ **\$500(\$50/visit)**
- 治療内容：鍼、指圧、食事療法、運動療法、健康指導、健康診断(脈診、腹診、触診、ツボ押し等を通して体内毒素、体・感情・人間関係のバランス、循環などをチェック)
- 別途：漢方薬処方
- 予約キャンセル料\$25

鍼と漢方薬で  
健康の3ポイント徹底治療

解毒

均衡

循環



**One  
Heart**  
Acupuncture

Dr. Hyung Bong Cha

B.E.S.T. Clinic  
430 E. 2nd St. Los Angeles, CA 90012  
Tel : 213-617-2228

Email : [oneheartacu@gmail.com](mailto:oneheartacu@gmail.com)

Closed : Mon, Thr, Sun, & Holidays

## Detox・解毒



毒とは何かについて正確に知らなければデトックス(解毒)をどのようにするかという解決策は生まれません。

毒には大きく分けて外から入ってくるものと、中から生じるものがあります。また、具体的に目に見えるものと見えないものがあります。

たとえば、私達が毎日食べるもの、吸う空気、光、電波、音等は周りの環境を通して外から入ってくるものです。私たちの持っている好ましくない考え、感情、姿勢、生活習慣などは中から生じる毒であり見えない毒だといえます。

昔は寒さ、不衛生、食糧不足等外からの毒によって多くの人が病に苦しんできました。しかし、現代社会では人間関係のストレス、公害、ジャンクフードなどの影響で体に毒素がたまり、血液がゆっくり汚れてゆき、やがて病気や死に至ります。

その中で一番簡単にチェックできるものは食べ物、体の姿勢や動き、呼吸です。これらを通して中に隠れている見えない毒や感情を明らかにし、生活習慣を少しずつ変えてゆきます。これがまさにOne Heartの意味する「解毒」です。

## Balance・均衡



均衡 (バランス)とは何を意味するのでしょうか？

この地球には春夏秋冬があり、東西南北がある様に、人には仁義礼智があり、喜怒哀楽があり、四肢があります。これは調和良く保ちながら生きることが大切だと自然界が教えてくれているのです。

それでは、どのように調和を取るのでしょうか？

上がる時には高慢にならず、落ちるときには投げやりにならないということです。結局は陰と陽のバランスを取ることです。

そのためには常に3分の1の余裕を持つことが好ましいです。人生の1/3はエネルギーを蓄える為に寝るように、食べる量、お金の使い方や動く空間も常に1/3の余裕を持つことが大切です。One Heartでは先ず見える食生活のバランスを整えて行き、見えない心のバランスを整えてゆきます。

また、均衡を保つには中心点が必要です。住んでいる環境や季節、体調や年齢によって人の中心点は常に変化していきます。その森羅万象の変化と調和した最適な中心点をもとに生きることこそOne heartで意味する均衡(バランス)です。

## Circulation・循環



循環とはなんのでしょうか？ 毒をなくし均衡な状態でいてもその体を使う「動き」がなければ生きているとは言えません。

「生きている」とは、生き生きとして元気にあふれた「動き」のことを意味します。細かく言えば血液、リンパ液、酸素などが滞りなく循環していることです。そして考えや感情や、体の多様な動き、関節の動きがバランスよく動いている状態を意味します。また、大きく見れば人間関係、自分と物との間での循環や動きを意味します。

自分自身の「動き」が不健康な生活習慣であれば体内に毒を作り、相手に怒りや恨みを表して周りに害を与えることもあります。そのような毒を取り除き、全体の調和と合わせながら動くことがOne Heartで意味する循環です。

健康のためには3つのポイントが必須です。

- 1) 解毒して体内を綺麗にすること
- 2) 新陳代謝のバランス、自分に一番合った体の健康的なバランスを見つけて保つ事
- 3) 消化吸収や酸素供給のために血液循環をよくすること

この3ポイントを漢方薬と鍼で徹底的に治療し健康な身体となってゆきます。