
アーユルヴェーダ研究

No. 53

2022年（令和4年）度版



(一社)日本アーユルヴェーダ学会
Ayurveda Society in Japan

目 次

がんとの闘いから予防医学へ	梅枝 覚	1
視床下部オキシトシンと統合医療	高橋 徳	14
先人の知恵を現代に生かす Evidence-based Ayurveda	時信 亜希子	17
視力向上ヨガ	山本 正子	25
アーユルヴェーダ研究からトータルヘルス研究へ From Ayurvedic research to Totalhealth research	落合 正浩	27
「家庭で出来るシロダーラーの試み」 Trial of <i>shirodhArA</i> at home	尾崎 純子	36
アーユルヴェーダサロン・スーリヤにおけるアヴィヤンガの驚異的効果	大嶽 三枝子	41
気候風土と食文化 ～風土と共にあるアーユルヴェーダ～	中平 真由巳	45
日本の健康法とアーユルヴェーダ － 菊芋をキーワードとして	高橋 玄朴	52
ブータ・ヴィディヤー (bhūtavidyā) におけるウンマーダ (unmāda) の構造 － <i>Aṣṭāṅgahr̥dayasaṃhitā</i> 及び <i>Aṣṭāṅgasaṃgraha</i> による検討－	長田 晋一	63

複合的ホリスティックケアによる寛解例 トリプルネガティブ乳がん	清 ルミ	82
古典書における運動の効用について	佐藤 真紀子	91
アーユルヴェーダで実践する予防医学 ～6味で考える健康を支える食事～	三浦 麻貴	99
アーユルヴェーダで予防医療 ～ストレス対応～	根間 洋子	103
アーユルヴェーダで実践する予防医療 ～人類は太古の昔からハーブの力に助けられてきた～	文分 千恵	111
健康は腸内環境と食習慣からの贈りもの	田澤 賢次	121
ヴァータの不均衡に苦しむ子どもたち	高橋 美樹	127